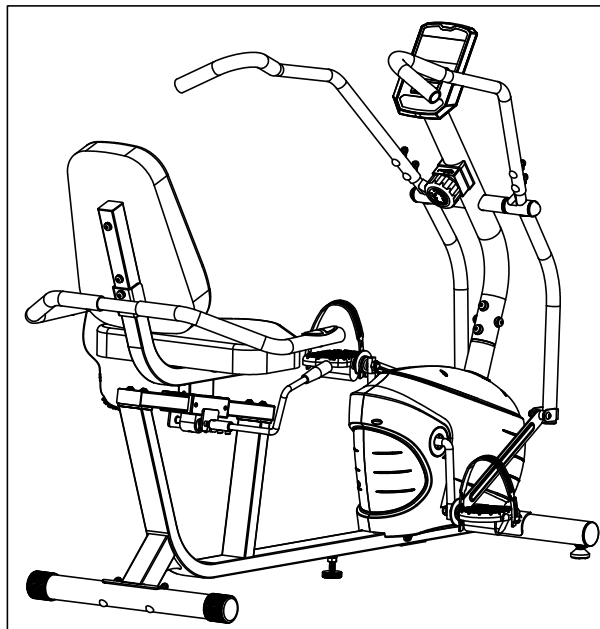




# PERFORMANCE INTERACTIVE SERIES RECUMBENT BIKE WITH ARM EXERCISER SF-RB420032 USER MANUAL



English, Pages 1~15

**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, Páginas 16~30

**IMPORTANTE** Por favor, conserve el manual del propietario para las instrucciones de mantenimiento y ajuste. Su satisfacción es muy importante para nosotros, **POR FAVOR NO DEVUELVA EL PRODUCTO HASTA QUE SE HAYA COMUNICADO CON NOSOTROS:** [support@sunnyhealthfitness.com](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) o 1-877-90SUNNY (877-907-8669).

Français, Pages 31~45

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

Deutsch, Seiten 46~60

**WICHTIG!** Bitte bewahren Sie das Benutzerhandbuch für Wartungs- und Einstellanweisungen auf. Ihre Zufriedenheit ist uns sehr wichtig. **BITTE SENDEN SIE NICHT ZURÜCK, BEVOR SIE UNS KONTAKTIERT HABEN:** [support@sunnyhealthfitness.com](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) oder 1-877-90SUNNY (877-907-8669).

Italiano, Pagine 61~75

**IMPORTANTE!** Conservare il manuale d'uso per le istruzioni di manutenzione e regolazione. La vostra soddisfazione è molto importante per noi, **VI PREGO DI NON RESTITUIRE IL PRODOTTO PRIMA DI AVERCI CONTATTATO:** [support@sunnyhealthfitness.com](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) o 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



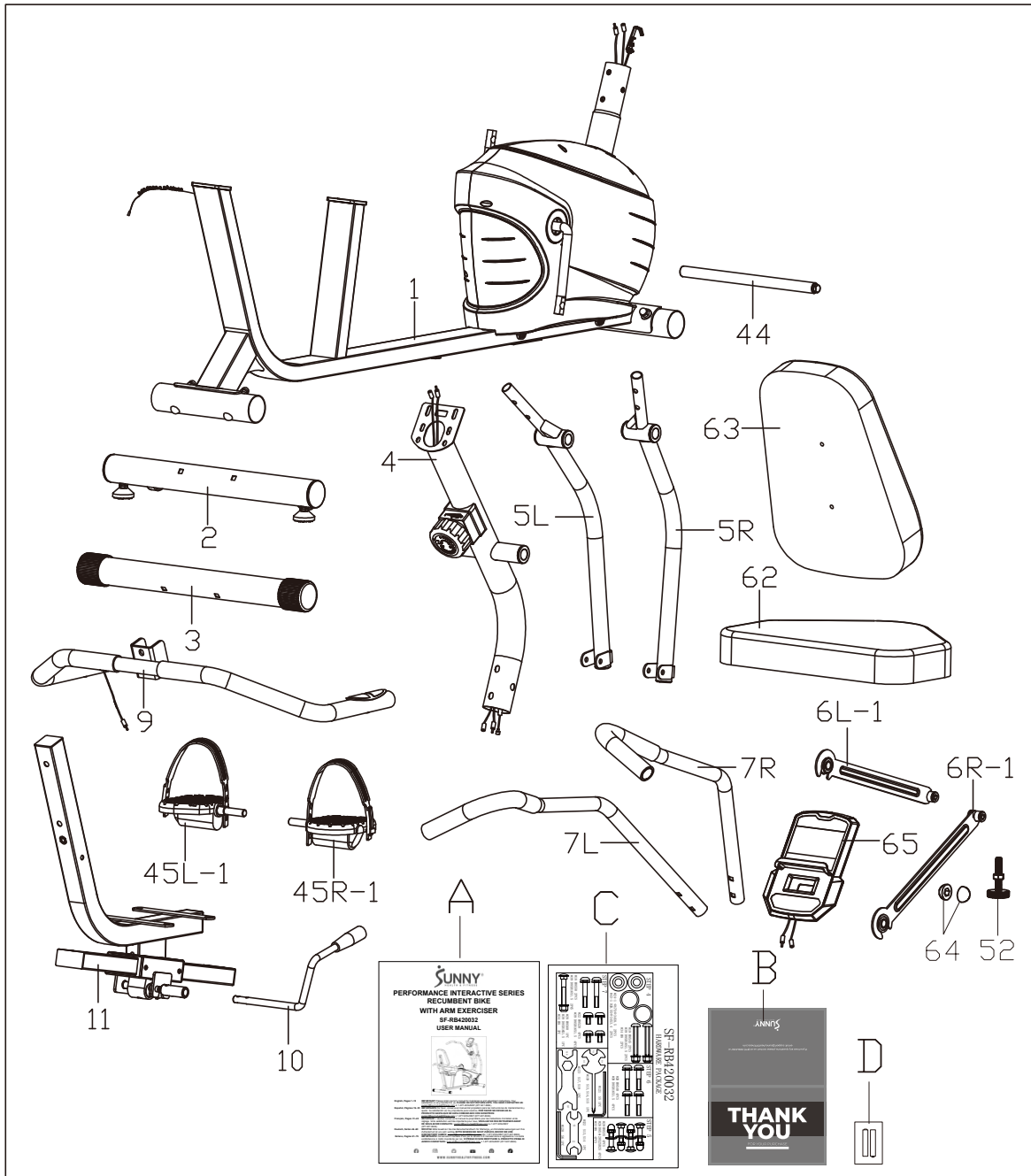
# **IMPORTANT SAFETY INFORMATION**

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

1. Before starting any exercise program you should consult your physician to determine if you have any medical or physical conditions that could put your health and safety at risk, or prevent you from using the equipment properly. Your physician's advice is essential if you are taking medication that affects your heart rate, blood pressure or cholesterol level.
2. Be aware of your body's signals. Incorrect or excessive exercise can damage your health. Stop exercising if you experience any of the following symptoms: pain, tightness in your chest, irregular heartbeat, shortness of breath, lightheadedness, dizziness or feelings of nausea. If you do experience any of these conditions, you should consult your physician before continuing with your exercise program.
3. Keep children and pets away from the equipment. The equipment is designed for adult use only.
4. Use the equipment on a solid, flat level surface with a protective cover for your floor or carpet. To ensure safety, the equipment should have at least 4 feet (1.2 M) 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 265 lbs (120 kgs).
10. The equipment is not suitable for therapeutic use.
11. Use caution when lifting and moving the equipment. Always use proper lifting technique and seek assistance if necessary.
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!

# PRE-ASSEMBLY CHECK LIST

Before you start to assemble, please make sure all parts are included.



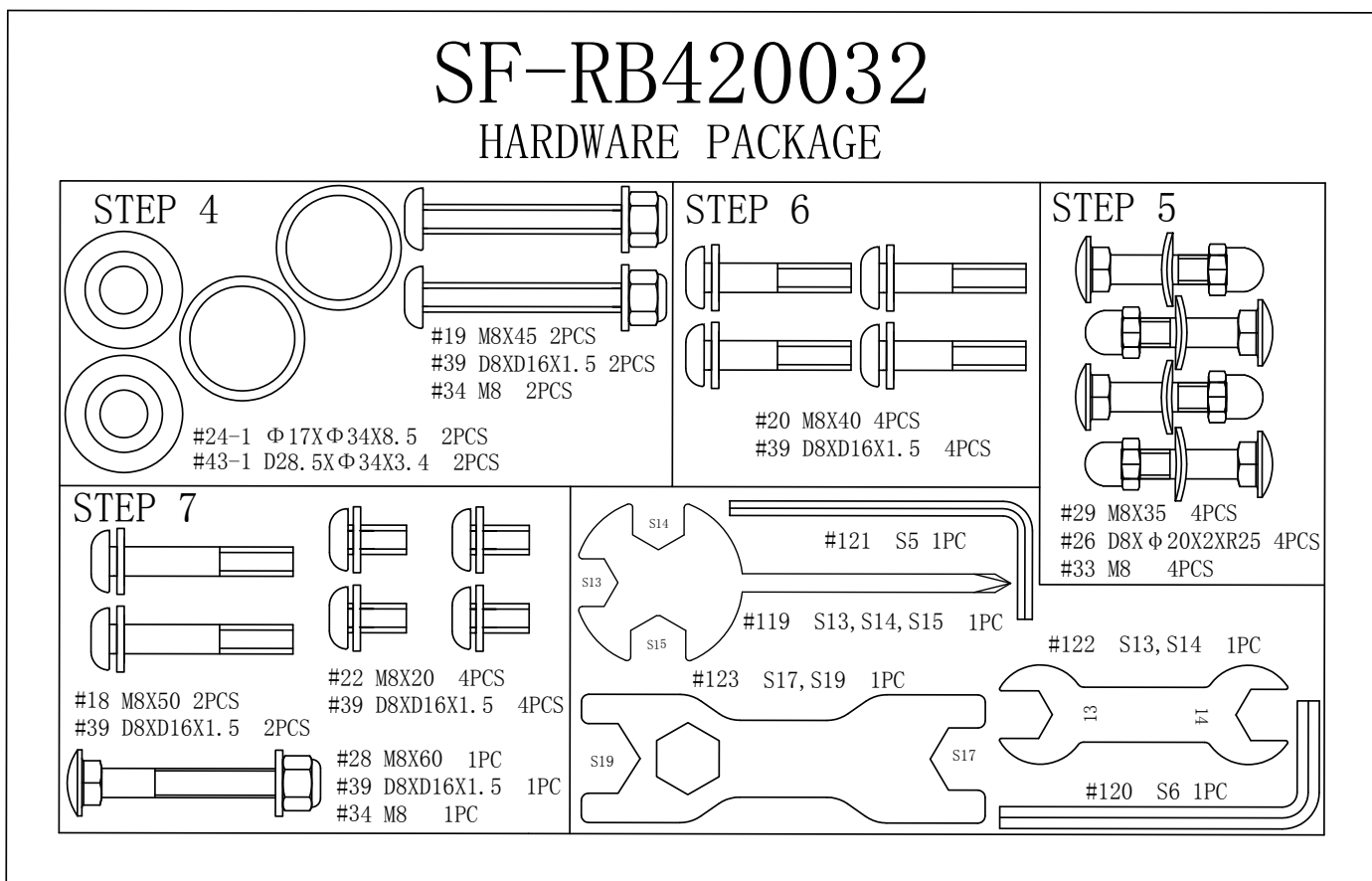
No.	Description	Spec.	Qty.
1	Main Frame		1
2	Front Stabilizer		1
3	Rear Stabilizer		1
4	Handlebar Post		1
5L	Left Swing Bar		1
5R	Right Swing Bar		1
6L-1	Left Connecting Arm		1
6R-1	Right Connecting Arm		1
7L	Left Handlebar		1
7R	Right Handlebar		1
9	Rear Handlebar		1
10	Adjustable Handle		1
11	Seat Rail		1

No.	Description	Spec.	Qty.
44	Long Axle	Φ19×300	1
45L-1	Left Pedal	YH-30	1
45R-1	Right Pedal	YH-30	1
52	Support Pad		1
62	Seat		1
63	Backrest		1
64	Nut Cap	S13	2
65	Meter	TZ4112	1
A	Manual		1
B	Thank You Card		1
C	Hardware Package		1
D	Battery	AAA	2

# HARDWARE PACKAGE

## SF-RB420032

### HARDWARE PACKAGE



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

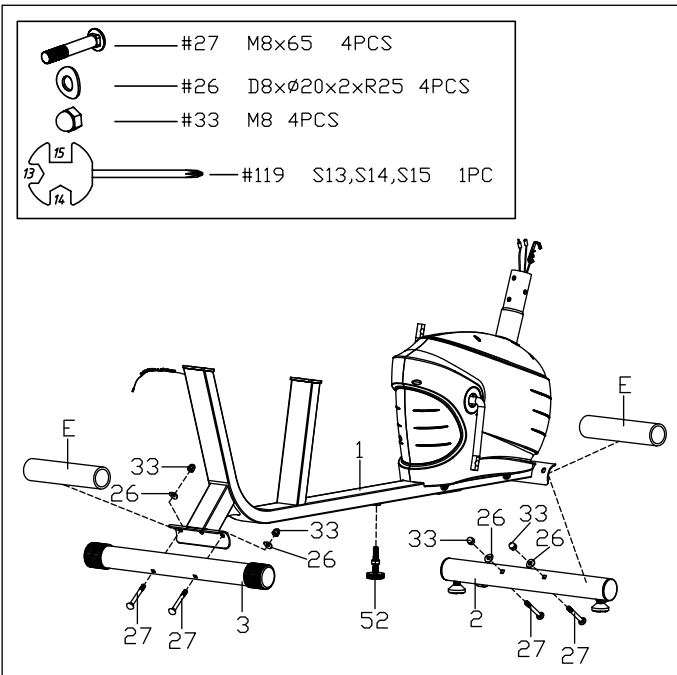
Please provide the following information in order for us to accurately identify the part(s) needed:

- ✓ The model number (found on cover of manual)
- ✓ The product name (found on cover of manual)
- ✓ The part number found on the "EXPLODED DIAGRAM" (page 76) and "PARTS LIST" (pages 14-15)

Please contact us at [support@sunnyhealthfitness.com](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) or 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

Remove the 2 **Paper Tubes (No. E)**, 4 **Carriage Bolts (No. 27)**, 4 **Arc Washers (No. 26)** and 4 **Cap Nuts (No. 33)** from the **Main Frame (No. 1)** using **Spanner (No. 119)**.

**NOTE:** You may discard the 2 **Paper Tubes (No. E)** or save them to repackage the item in the future.

Attach the **Front Stabilizer (No. 2)** and the **Rear Stabilizer (No. 3)** to the **Main Frame (No. 1)** with 4 **Carriage Bolts (No. 27)**, 4 **Arc Washers (No. 26)** and 4 **Cap Nuts (No. 33)** that were just removed using **Spanner (No. 119)**.

Tighten the **Support Pad (No. 52)** to the bottom of the **Main Frame (No. 1)**.

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 2

Remove 4 **Screws (No. 22)**, 4 **Spring Washers (No. 41)** and 4 **Arc Washers (No. 26)** from the **Main Frame (No. 1)** using **Allen Wrench (No. 120)**.

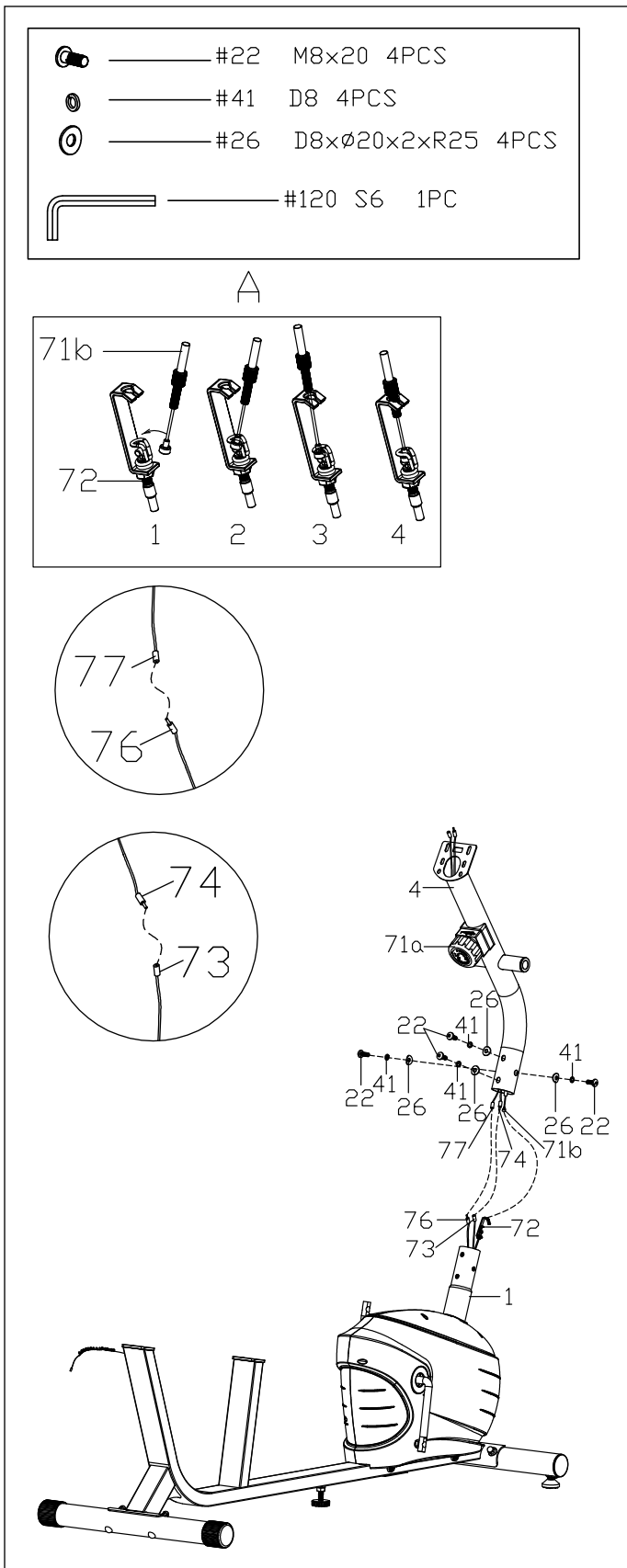
**NOTE:** Make sure the **Tension Controller (No. 71a)** is at the lowest level before you connect the cable. This ensures the cables are at their longest point. We recommend the assistance of a second person to help hold the **Handlebar Post (No. 4)**. This will make the connection easier when you are attaching **Tension Hook (No. 72)** to the **Tension Cable (No. 71b)**.

Attach the **Tension Cable (No. 71b)** into the metal bracket of **Tension Hook (No. 72)** as shown in drawing A-①. Then, pull **Tension Cable (No. 71b)** upward and insert it into the slot of metal bracket of **Tension Hook (No. 72)** as shown in drawing A-③. Make sure the metal fitting on **Tension Cable (No. 71b)** is secured in the metal bracket.

Connect the **Pulse Extension Wire 2 (No. 77)** to the **Pulse Extension Wire 1 (No. 76)** and connect the **Sensor Extension Wire 2 (No. 74)** to the **Sensor Extension Wire 1 (No. 73)**.

Attach the **Handlebar Post (No. 4)** to the **Main Frame (No. 1)** with 4 **Screws (No. 22)**, 4 **Spring Washers (No. 41)** and 4 **Arc Washers (No. 26)** that were just removed. Tighten and secure with the **Allen Wrench (No. 120)**.

**NOTE:** Do not cut or pinch any wires when attaching the **Handlebar Post (No. 4)**.



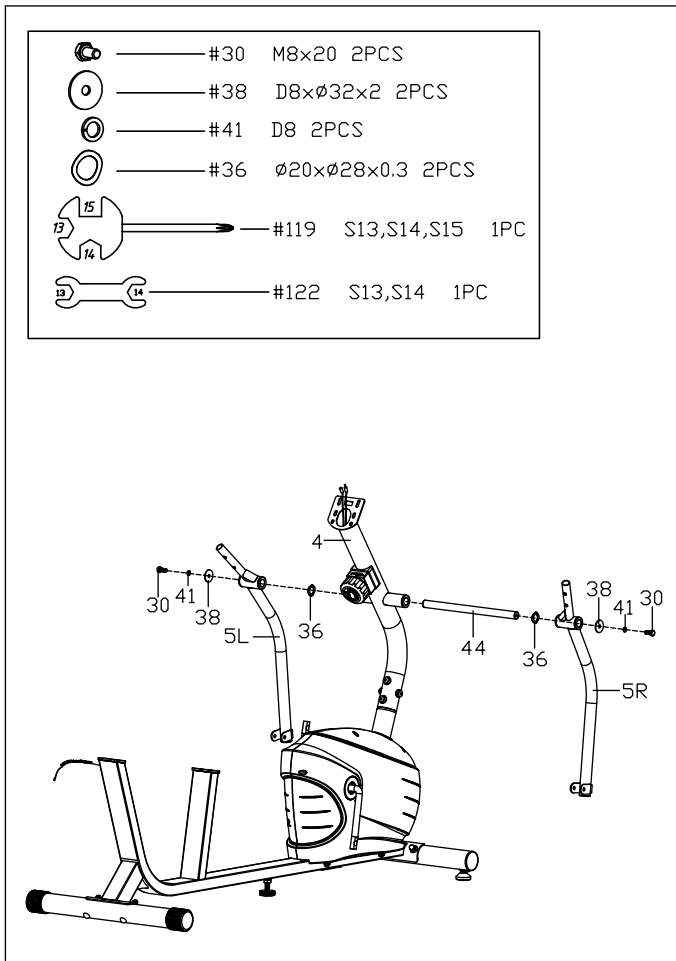
We value your experience using Sunny Health and Fitness products. For assistance with parts or troubleshooting, please contact us at [support@sunnyhealthfitness.com](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) or 1-877-90SUNNY (877-907-8669).

### STEP 3

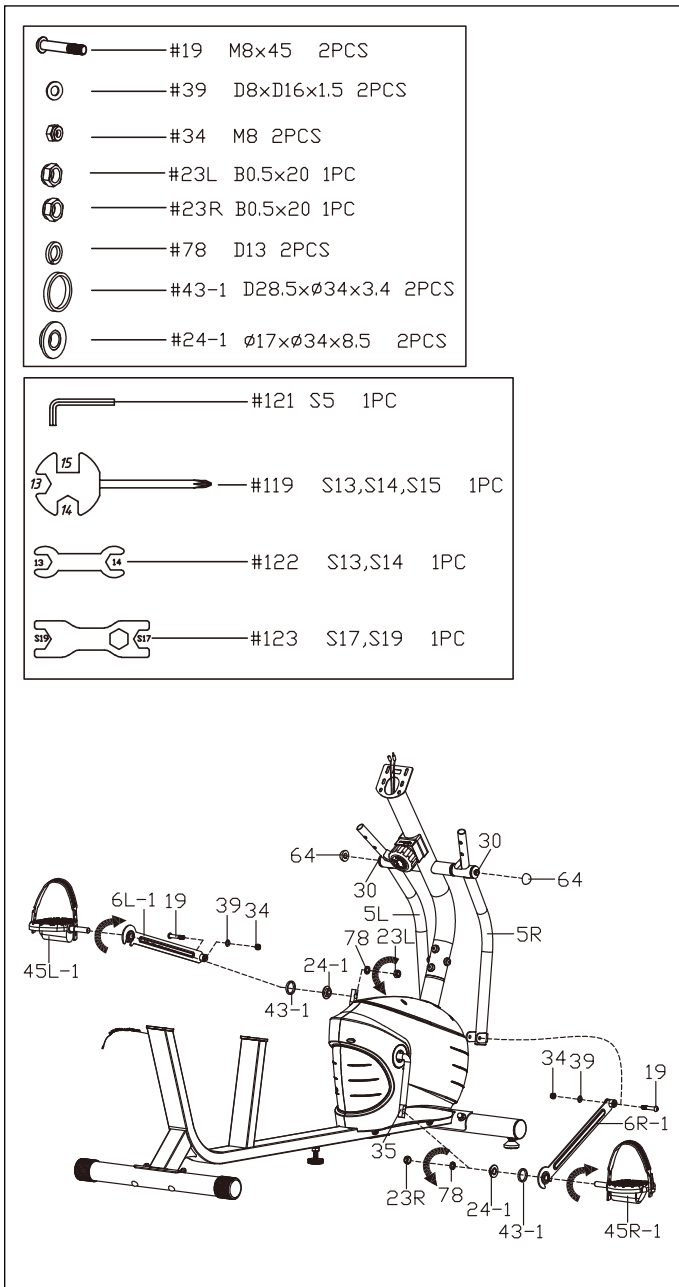
Remove 2 **Hex Screws (No. 30)**, 2 **Spring Washers (No. 41)**, 2 **Flat Washers (No. 38)** and 2 **Wave Washers (No. 36)** from the **Long Axle (No. 44)** using the **Spanner (No. 119)** and the **Spanner (No. 122)**.

Insert the **Long Axle (No. 44)** into the **Handlebar Post (No. 4)**, then insert 2 **Wave Washers (No. 36)** that were just removed to the both sides of **Long Axle (No. 44)**. Attach the **Left and Right Swing Bars (No. 5L & No. 5R)** to both sides of the **Long Axle (No. 44)** using 2 **Flat Washers (No. 38)**, 2 **Spring Washers (No. 41)** and 2 **Hex Screws (No. 30)** that were just removed. Pre-secure with the **Spanner (No. 119)** and the **Spanner (No. 122)**.

**NOTE:** Do not completely tighten the **Hex Screws (No. 30)** yet.



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

Remove **Left and Right Nylon Nuts (No. 23L & No. 23R)** and **2 Spring Washers (No. 78)** from the **Left and Right Pedals (No. 45L-1 & No. 45R-1)** by **Spanner (No. 123)**.

Attach the **Left Pedal (No. 45L-1)** to the left side of **Crank (No. 35)** with **1 Left Connecting Arm (No. 6L-1)**, **1 Spacer (No. 43-1)** and **1 Alloy Bushing (No. 24-1)**. Turn the **Left Pedal (No. 45L-1)** *counter-clockwise* as tightly as you can with your hand. Use **Spanner (No. 119)** to hold the pedal bolt on **Left Pedal (No. 45L-1)** in place. Use **Spanner (No. 123)** to screw **1 Spring Washer (No. 78)** and **1 BLACK Left Nylon Nut (No. 23L)** *clockwise* onto the end of **Left Pedal (No. 45L-1)**.

Attach the **Right Pedal (No. 45R-1)** to the right side of **Crank (No. 35)** with **1 Right Connecting Arm (No. 6R-1)**, **1 Spacer (No. 43-1)** and **1 Alloy Bushing (No. 24-1)**. Turn the **Right Pedal (No. 45R-1)** *clockwise* as tightly as you can with your hand. Use **Spanner (No. 119)** to hold the pedal bolt on **Right Pedal (No. 45R-1)** in place. Use **Spanner (No. 123)** to screw **1 Spring Washer (No. 78)** and **1 WHITE Right Nylon Nut (No. 23R)** *counter-clockwise* onto the end of **Right Pedal (No. 45R-1)**.

**NOTE:** Please do not fully tighten **Left and Right Pedals (No. 45L-1 & No. 45R-1)** and **Left and Right Nylon Nuts (No. 23L & No. 23R)** at this time. Attaching the **Left and Right Pedals (No. 45L-1 & No. 45R-1)** to the wrong side of the **Crank (No. 35)** or turning it the wrong direction can damage the **Crank (No. 35)**.

Attach **Left and Right Swing Bars (No. 5L & No. 5R)** to **Left and Right Connecting Arms (No. 6L-1 & No. 6R-1)** with **2 Bolts (No. 19)**, **2 Flat Washers (No. 39)** and **2 Nylon Nuts (No. 34)** using **Allen Wrench (No. 121)** and **Spanner (No. 119)**.

**NOTE:** Please do not fully tighten **2 Bolts (No. 19)** at this time.

Firstly, fasten **Left and Right Pedals (No. 45L-1 & No. 45R-1)** and **Left and Right Nylon Nuts (No. 23L & No. 23R)** using **Spanner (No. 123)** and **Spanner (No. 119)**.

Secondly, fasten **2 Bolts (No. 19)** and **2 Nylon Nuts (No. 34)** using **Allen Wrench (No. 121)** and **Spanner (No. 119)**.

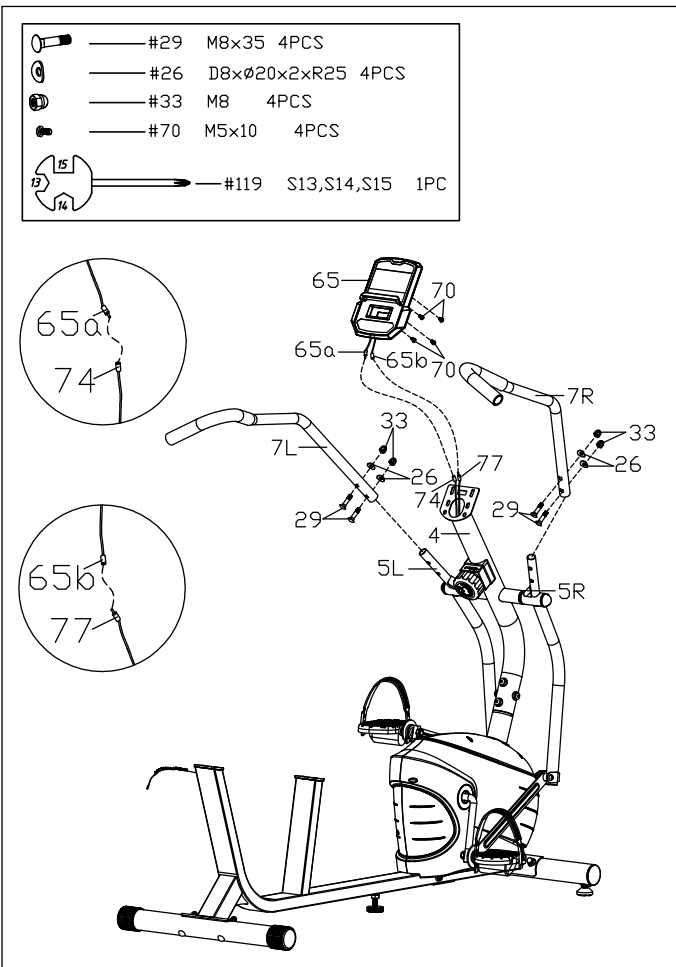
Then fasten **2 Hex Screws (No. 30)** for STEP 3 using **Spanner (No. 119)** and the **Spanner (No. 122)**.

Finally, cover with **2 Nut Caps (No. 64)**.

**NOTE:** Ensure that all bolts and washers are in place and partially threaded in before completely tightening any of them.



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 5

Attach **Left and Right Handlebars (No. 7L & No. 7R)** to **Left and Right Swing Bars (No. 5L & No. 5R)** with 4 **Carriage Bolts (No. 29)**, 4 **Arc Washers (No. 26)** and 4 **Cap Nuts (No. 33)**. Tighten and secure with **Spanner (No. 119)**.

Remove the preassembled 4 **Screws (No. 70)** from the **Meter (No. 65)** with **Spanner (No. 119)**.

Connect the **Pulse Extension Wire 2 (No. 77)** with **Meter Pulse Connecting Wire (No. 65b)**, and connect the **Sensor Extension Wire 2 (No. 74)** with **Meter Sensor Connecting Wire (No. 65a)**.

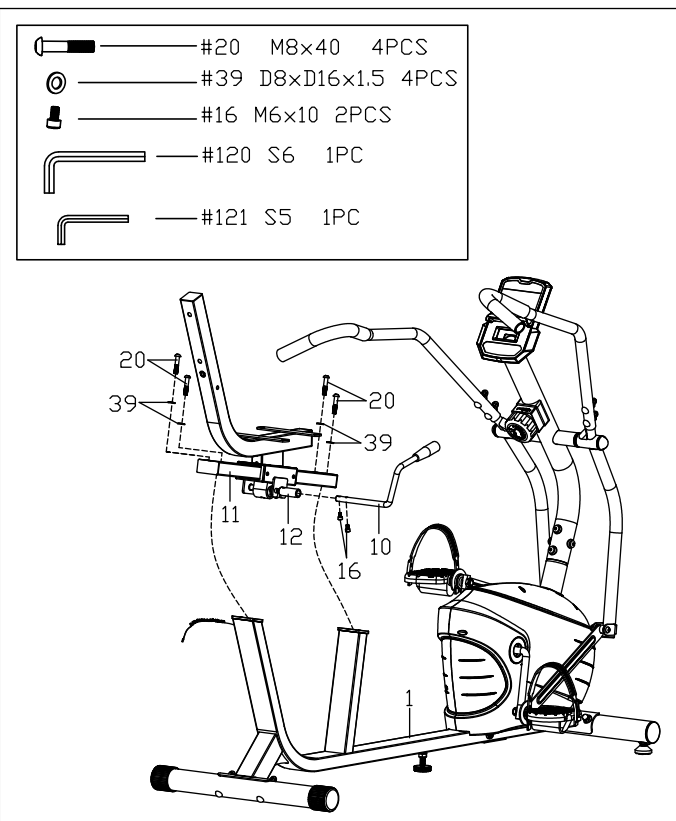
Attach the **Meter (No. 65)** to the bracket of the **Handlebar Post (No. 4)** with 4 **Screws (No. 70)** that were just removed using **Spanner (No. 119)**.

### STEP 6

Attach the **Seat Rail (No. 11)** to the **Main Frame (No. 1)** with 4 **Bolts (No. 20)** and 4 **Flat Washers (No. 39)**. Tighten and secure with **Allen Wrench (No. 120)**.

Remove 2 **Screws (No. 16)** from the **Adjustable Handle (No. 10)** using **Allen Wrench (No. 121)**.

Attach the **Adjustable Handle (No. 10)** to the **Axle (No. 12)** with 2 **Screws (No. 16)** that were just removed. Tighten and secure with **Allen Wrench (No. 121)**.



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 7

Remove 1 **Screw (No. 22)**, 1 **Spring Washer (No. 41)** and 1 **Flat Washer (No. 39)** from the **Seat Support (No. 8)** using **Allen Wrench (No. 120)**.

Attach the **Rear Handlebar (No. 9)** to the **Seat Support (No. 8)** with 1 **Screw (No. 22)**, 1 **Spring Washer (No. 41)** and 1 **Flat Washer (No. 39)** that were just removed. Tighten and secure with **Allen Wrench (No. 120)**.

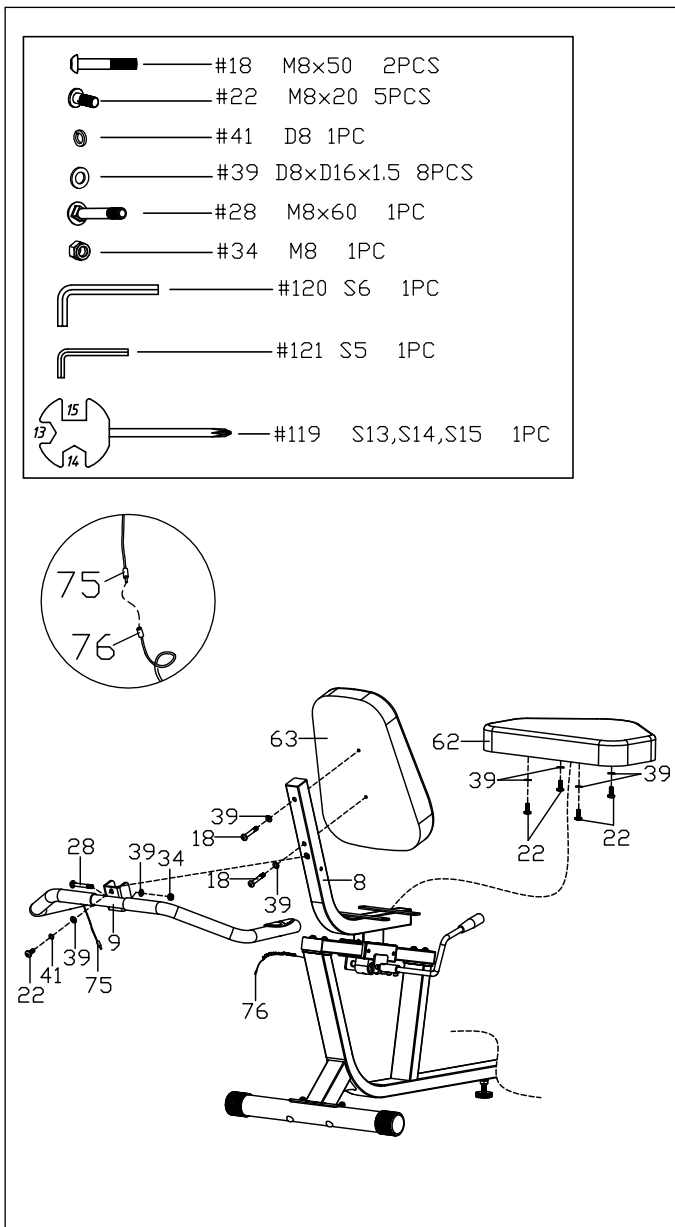
Tighten the **Rear Handlebar (No. 9)** to the **Seat Support (No. 8)** with 1 **Carriage Bolt (No. 28)**, 1 **Flat Washer (No. 39)** and 1 **Nylon Nut (No. 34)** using **Spanner (No. 119)**.

Connect the **Pulse Extension Wire 1 (No. 76)** to the **Pulse Wire (No. 75)**.

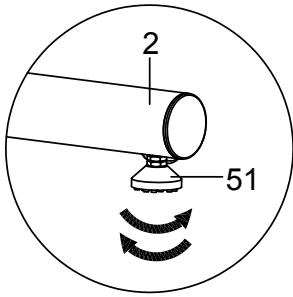
Attach the **Seat (No. 62)** to the **Seat Support (No. 8)** with 4 **Flat Washers (No. 39)** and 4 **Screws (No. 22)**. Tighten and secure with **Allen Wrench (No. 120)**.

Attach the **Backrest (No. 63)** to the **Seat Support (No. 8)** with 2 **Flat Washers (No. 39)** and 2 **Bolts (No. 18)** using **Allen Wrench (No. 121)**.

**THE ASSEMBLY IS COMPLETE!**

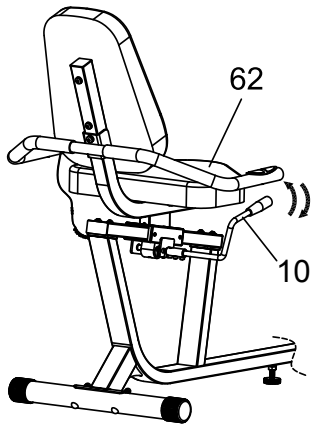


# ADJUSTMENT GUIDE



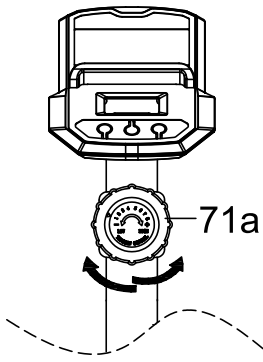
## ADJUSTING THE BALANCE

In order to achieve a smooth and comfortable ride, you must ensure that the bike is stabled and secured. If you notice that the bike is unbalanced during use, you should adjust the **Adjustable Pads (No. 51)** located on the **Front Stabilizer (No. 2)** until the bike becomes levelled with the floor surface.



## ADJUSTING THE SEAT

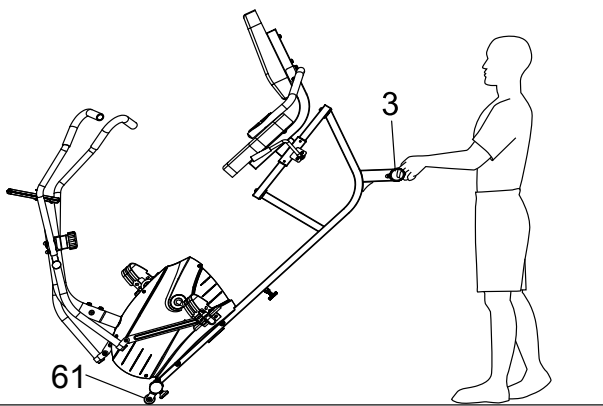
To move the **Seat (No. 62)** forward or backward, while seated on the bike, put your feet on the floor. Shift the **Adjustable Handle (No. 10)** down to loosen. Adjust the **Seat (No. 62)** to your desired position, then shift the **Adjustable Handle (No. 10)** up to secure.



## ADJUSTING THE TENSION

Adjust the tension by rotating the **Tension Controller (No. 71a)** *clockwise* to increase the level of resistance. Rotate the **Tension Controller (No. 71a)** *counter-clockwise* to decrease the level of resistance.

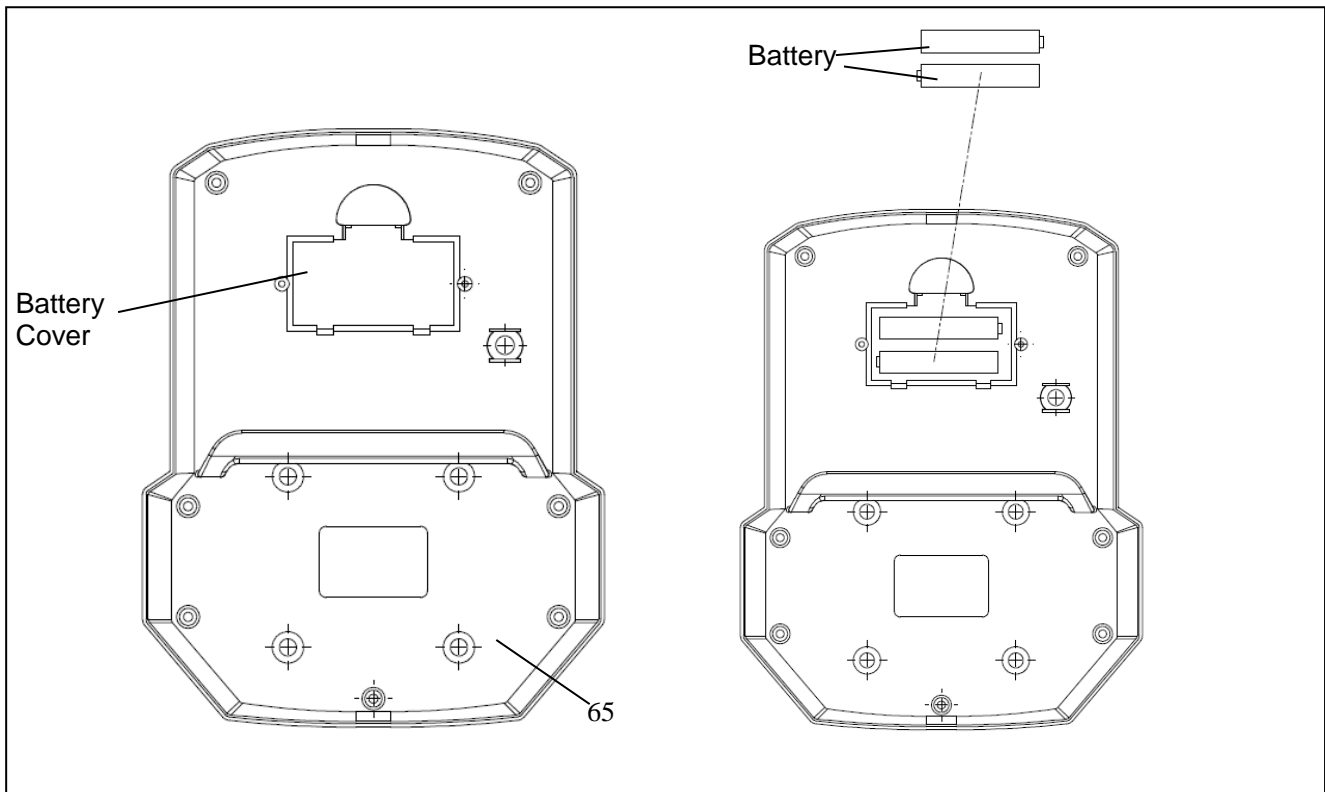
Tension levels are set at Level 1 being the lowest and Level 8 being the highest.



## MOVING THE BIKE

Lift the bike by the **Rear Stabilizer (No. 3)** until the **Transportation Wheels (No. 61)** touch the ground. With the **Transportation Wheels (No. 61)** on the ground, you can transport the bike to the desired location with ease.

# BATTERY INSTALLATION & REPLACEMENT



## **BATTERY INSTALLATION**

1. Take out 2 AAA batteries from meter box.
2. Press the buckle of battery cover on the **Meter (No. 65)**, then remove battery cover.
3. Install 2 AAA batteries into the battery case on the back of the **Meter (No. 65)**. Pay attention to the battery + and – poles before installing.
4. Press the buckle of battery cover, then put the battery cover back to the back of the **Meter (No. 65)**.

*The installation is complete!*

## **BATTERY REPLACEMENT**

1. Press the buckle of battery cover on the back of the **Meter (No. 65)**, then remove battery cover.
2. Remove the 2 old AAA batteries in the battery case and install 2 new AAA batteries into the battery case on the back of the **Meter (No. 65)**. Pay attention to the battery + and – poles before installing.
3. Press the buckle of battery cover, then put the battery cover back to the back of the **Meter (No. 65)**.

*The replacement is complete!*

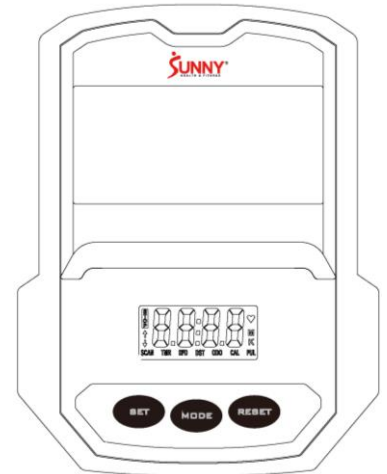
## **BATTERY DISPOSAL**

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.

# EXERCISE METER

## FUNCTION BUTTONS:

- MODE:** Press the button to select TMR (TIME), DST (DISTANCE), and CAL (CALORIES) to preset. Press the button for selection function display value on LCD or enter after setting. Press the button and hold for 3 seconds to reset all values except odometer to zero. (When user replaces the batteries, all the values will reset to ZERO automatically).
- SET:** To set up the target value of TMR (TIME), DST (DISTANCE), and CAL (CALORIES). Press the button and hold for 2 seconds to speed up the increment.
- RESET:** Press the button to reset function value when setting. Press the button and hold for 3 seconds to reset all values except odometer to zero (When the user replaces batteries, all the values will reset to ZERO automatically).



## FUNCTIONS & OPERATIONS:

### 1. BATTERY INSTALLATION:

Please install 2 AAA 1.5V batteries in the battery case on the back of the meter. (Whenever batteries are removed, all the function values will be reset to zero.)

### 2. AUTO ON/OFF:

Once the user begins to exercise, the meter will show the workout value automatically. After about 4 minutes of inactivity, the meter will turn off. Odometer value does not reset to 0 when the meter turns off. When the user starts to exercise again, the workout value of odometer will accumulate continuously.

### 3. AUTO SCAN:

After the meter is powered on, press MODE button and the LCD will display all function values from TMR (TIME)- SPD (SPEED)- DST (DISTANCE)- CAL (CALORIES)- ODO (ODOMETER)- PUL (PULSE). Each value will be held for 6 seconds.

### 4. SPD (SPEED):

Displays the current training speed from 0.0 to 99.9 MPH (Miles per hour).

### 5. DST (DISTANCE):

Accumulates total distance from 0.00 up to 9999 M (miles). The user may preset target distance by pressing the SET & MODE buttons. Each increment is 0.1 M (Miles). Automatically counts down from targeting value during exercise.

### 6. TMR (TIME):

Accumulates total time from 00:00 up to 99:59. The user may preset target time by pressing SET & MODE buttons. Each increment is 1 minute. Automatically counts down from targeting value during exercise.

### 7. CAL (CALORIES):

Accumulates calories burned during training from 0.0 to 9999 (Cal). The user may also preset the target calories before training by pressing the SET & MODE buttons. Each setting increment is 1 Cal.

Automatically counts down from targeting value during exercise.

**NOTE: This data is a rough guide which cannot be used in medical treatment.**

**8. ODO (ODOMETER):**

Displays the total accumulated distance from 0.0 to 9999 M (miles). User can also press MODE button to display the odometer value.

**9. PUL (PULSE):**

The meter will display the user's heart rate in beats per minute (BPM) during training.

**NOTE: This data is a rough guide which cannot be used in medical treatment.**

**10. RESET:**

Press the button and hold for 3 seconds to reset all values except odometer to zero.

**NOTE:**

1. If the meter display is abnormal, please re-install the new batteries and try again. Always change both batteries at the same time. Do not mix battery types and do not mix old and new batteries.
2. Battery Spec: 1.5V UM-4 or AAA (2PCS).
3. Dispose the batteries safely, according to your state and regional guidelines.

**APP CONNECTION:**

Connect Smart Equipment to SunnyFit App:

1. Scan to download SunnyFit from the app store:



2. Ensure that the Bluetooth function is turned on from your mobile device.
3. If this is your first time using the SunnyFit app, follow the in-app instructions to register for your free SunnyFit account and log in.
4. Begin any workout activity that matches your smart equipment, then follow the onscreen prompts to search for and connect to your smart equipment.
5. When connected, your stats and records will be displayed at the end of your course/session, and recorded in your account profile!

**Troubleshooting:**

- If you are having trouble connecting your smart equipment, visit [www.sunnyfit.com/guide](http://www.sunnyfit.com/guide) or scan the QR code below:



- If you require additional support, please contact [support@sunnyfit.com](mailto:support@sunnyfit.com).

# PARTS LIST

No.	Description	Spec.	Qty.
1	Main Frame		1
2	Front Stabilizer		1
3	Rear Stabilizer		1
4	Handlebar Post		1
5L	Left Swing Bar		1
5R	Right Swing Bar		1
6L-1	Left Connecting Arm		1
6R-1	Right Connecting Arm		1
7L	Left Handlebar		1
7R	Right Handlebar		1
8	Seat Support		1
9	Rear Handlebar		1
10	Adjustable Handle		1
11	Seat Rail		1
12	Axle		1
13	Fixed Plate		1
14	Screw	ST3.5x8	4
15	Set Bolt	M8x10	1
16	Screw	M6x10	2
17	Screw	M6x16	2
18	Bolt	M8x50	2
19	Bolt	M8x45	2
20	Bolt	M8x40	6
21	Nylon Nut	M6	1
22	Screw	M8x20	9
23L	Left Nylon Nut	B0.5x20	1
23R	Right Nylon Nut	B0.5x20	1
24-1	Alloy Bushing	Φ17xΦ34x8.5	2
25-1	Bearing	Φ12.8x28.6xΦ31x7.9	2
26	Arc Washer	D8xΦ20x2xR25	12
27	Carriage Bolt	M8x65	4
28	Carriage Bolt	M8x60	1
29	Carriage Bolt	M8x35	4
30	Hex Screw	M8x20	2
31	Hex Nut	M10	1
32	Hex Nut	M8	2
33	Cap Nut	M8	8
34	Nylon Nut	M8	6
35	Crank	B0.5x20	1
36	Wave Washer	Φ20xΦ28x0.3	2
37	Round Plug	25x3	2
38	Flat Washer	D8xΦ32x2	2
39	Flat Washer	D8xD16x1.5	16
40	Eccentric Wheel	Φ25x38	1
41	Spring Washer	D8	7
42	Alloy Bushing	Φ18xΦ8.1x10	4
43-1	Spacer	D28.5xΦ34x3.4	2

No.	Description	Spec.	Qty.
44	Long Axle	Φ19x300	1
45L-1	Left Pedal	YH-30	1
45R-1	Right Pedal	YH-30	1
46	Foam Grip	Φ24xT3x290	2
47	Foam Grip	Φ24xT3x480	2
48	Grip	Black	1
49	Rear End Cap	Φ50	2
50	Wire Plug	Φ12.5	2
51	Adjustable Pad	Φ38x18	2
52	Support Pad	M10x60	1
53	Square Plug	60x30x2	2
54	Plastic Bushing	Φ32x28	6
55	Upper Block	38x34x36.2	1
56	Front End Cap	Φ50x1.5	2
57	Round Plug	Φ28x1.5	2
58	Round Plug	Φ25x1.5	2
59	Square Plug	38x38x1.5	2
60	Sleeve	80x40x1.5	2
61	Transportation Wheel	Φ42xΦ8xL121	2
62	Seat		1
63	Backrest		1
64	Nut Cap	S13	2
65	Meter		1
65a	Meter Sensor Connecting Wire		1
65b	Meter Pulse Connecting Wire		1
66	Pulse Sensor		2
67	Screw	M5x15	1
68	Arc Washer	D5xΦ20	1
69	Screw	ST4.2x18	2
70	Screw	M5x10	4
71a	Tension Controller		1
71b	Tension Cable		1
72	Tension Hook	1150 mm	1
73	Sensor Extension Wire 1	650 mm	1
74	Sensor Extension Wire 2	650 mm	1
75	Pulse Wire	700 mm	1
76	Pulse Extension Wire 1	2000 mm	1
77	Pulse Extension Wire 2	650 mm	1
78	Spring Washer	D13	2
79	Idler Wheel Linkage		1
80L	Left Belt Cover		1
80R	Right Belt Cover		1
81	Crank Cover	Φ60xΦ30x8.5	2
82	Sealing	Φ50	1
83	Belt Pulley	Φ220	1
84	Plug	Φ25x22	2
85	Belt	350 PJ6	1

No.	Description	Spec.	Qty.
86	Bearing Housing	72x56x11	2
87	Idler Wheel	Φ39x24	1
88	Screw	ST4.2x19	5
89	Phillips Head Screw	ST4.2x18	8
90	Phillips Head Screw	M6x10	4
91	Screw	M6x8	2
92	Spring Washer	D12	3
93	Flywheel	Φ200x40	1
94	Screw	Φ14xΦ10xM8x20.5	1
95	Hex Bolt	M5x60	1
96	Hex Screw	M6x15	5
97	Hex Nut	M5	2
98	Nut	4.5x32x32	2
99	Washer	Φ22.6xΦ28x2.5	1
100	Locking Nut-L	Φ45xH3.5	1
101	Open Face Bearing	Φ45.8x8.8	2
102	Bearing Housing	2.5x76x76	2
103	Locking Nut-R	Φ45xH3.5	1
104	Big Flat Washer	Φ25.2xΦ38x1	1
105	Sensor Bracket		1

No.	Description	Spec.	Qty.
106	Adjustable Belt Bolt	M6x36	1
107	Magnetic Board Axle	Φ12x61	1
108	Wave Washer	D12xΦ15.5x0.3	2
109	Flat Washer	D6xΦ16x1.5	3
110	Flat Washer	D6xD12x1.2	2
111	Flat Washer	D10xΦ14x1	1
112	Flywheel Axle	Φ20x103	1
113	Bearing Bracket	72x56x1.5	2
114	Magnet	40x25x10	4
115	Spring Washer	D6	5
116	Spring	Φ1.6xΦ15xL47.2	1
117	Spring	Φ3xΦ18xL58.5	1
118	Bearing	6001RS	4
119	Spanner	S13,S14,S15	1
120	Allen Wrench	S6	1
121	Allen Wrench	S5	1
122	Spanner	S13,S14	1
123	Spanner	S17,S19	1
124	Magnetic Board		1



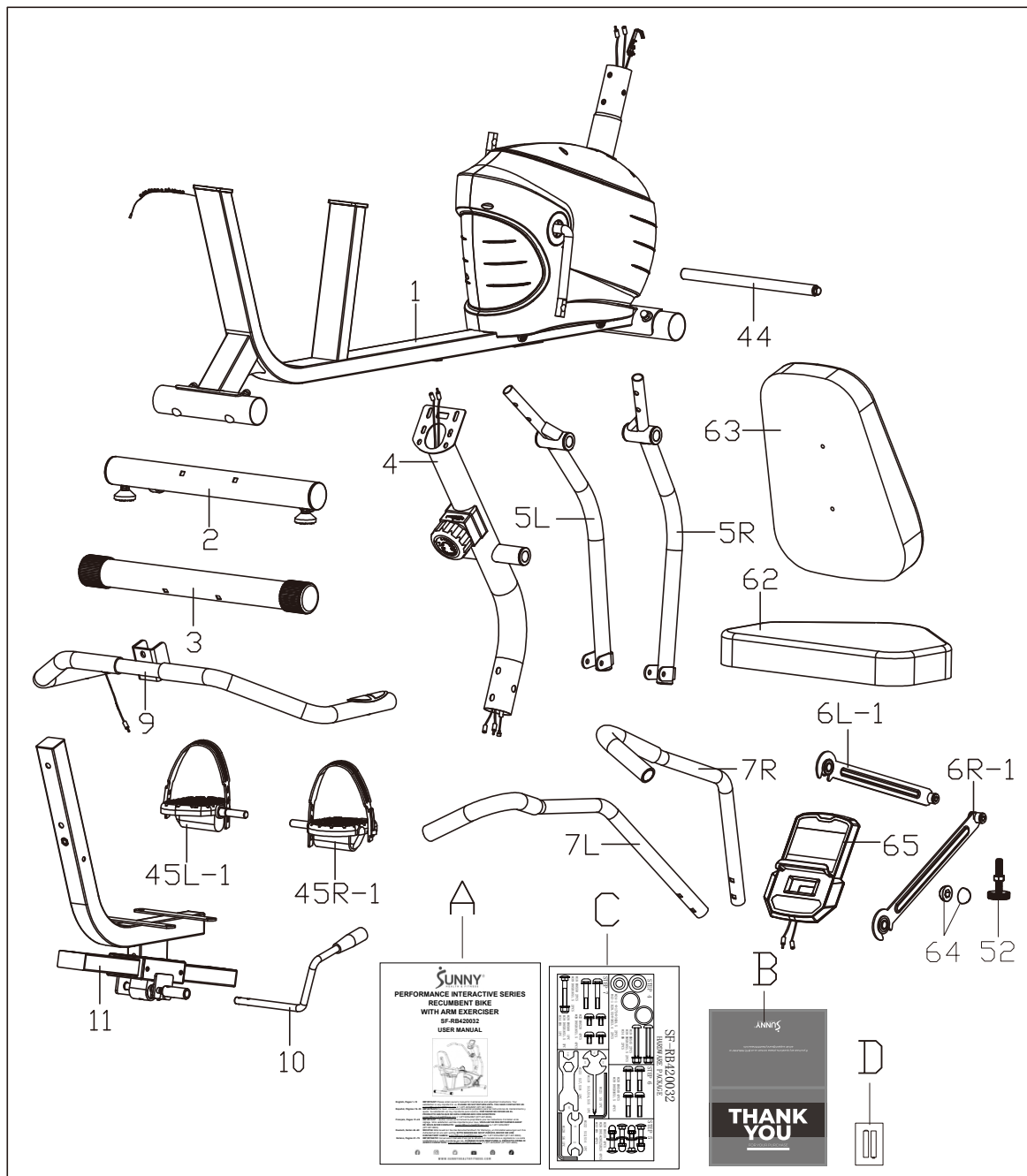
# **INFORMACIÓN IMPORTANTE SOBRE SEGURIDAD**

Le agradecemos que haya elegido nuestro producto. Para garantizar su seguridad y su salud, utilice este equipo correctamente. Es importante leer este manual en su totalidad antes de montar y utilizar el equipo. Sólo se puede lograr un uso seguro y eficaz si el equipo se monta, mantiene y utiliza correctamente. Es su responsabilidad asegurarse de que todos los usuarios del equipo estén informados de 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 pueda poner en riesgo su salud y seguridad, o que le impida utilizar el equipo adecuadamente. El consejo de su médico es esencial si está tomando medicación que afecte a su ritmo cardíaco, presión arterial o nivel de colesterol.
2. Esté atento a las señales de su cuerpo. Un ejercicio incorrecto o excesivo puede perjudicar su salud. Deje de hacer ejercicio si experimenta alguno de los síntomas siguientes: dolor, opresión en el pecho, latidos irregulares del corazón, dificultad para respirar, aturdimiento, 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 a los niños y a las mascotas alejados del equipo. El equipo está diseñado para uso exclusivo de adultos.
4. Utilice el equipo sobre una superficie sólida, plana y nivelada con una cubierta protectora para su suelo o alfombra. Para garantizar la seguridad, el equipo debe tener al menos 1,2 M (4 pies) de espacio libre a su alrededor.
5. Asegúrese de que todas las tuercas y tornillos estén bien apretados antes de utilizar el equipo. La seguridad del equipo sólo puede mantenerse si se examina regularmente para detectar daños y/o desgaste.
6. Utilice siempre el equipo tal y como se indica. Si encuentra algún componente defectuoso mientras ensambla o revisa el equipo, o si escucha algún ruido inusual proveniente del equipo durante el ejercicio, interrumpa el uso del equipo inmediatamente y no lo utilice hasta que el problema haya sido rectificado.
7. Lleve ropa adecuada cuando utilice el aparato. Evite llevar ropa suelta que pueda enredarse en el equipo.
8. No introduzca los dedos ni objetos en las partes móviles del equipo.
9. La capacidad máxima de peso de esta unidad es de 265 lbs (120 kgs).
10. El equipo no es adecuado para uso terapéutico.
11. Tenga cuidado al levantar y mover el equipo. Utilice siempre una técnica de elevación adecuada y solicite ayuda si es necesario.
12. Su producto está diseñado para ser utilizado en condiciones frescas y secas. Debe evitar almacenarlo en zonas extremadamente frías, calientes o húmedas, ya que esto puede provocar corrosión y otros problemas relacionados.
13. ¡Este equipo está diseñado para uso doméstico y en interiores! No está diseñado para uso comercial.

# LISTA DE COMPROBACIÓN PREVIA AL MONTAJE

Antes de empezar a montar, asegúrese de que todas las piezas están incluidas.

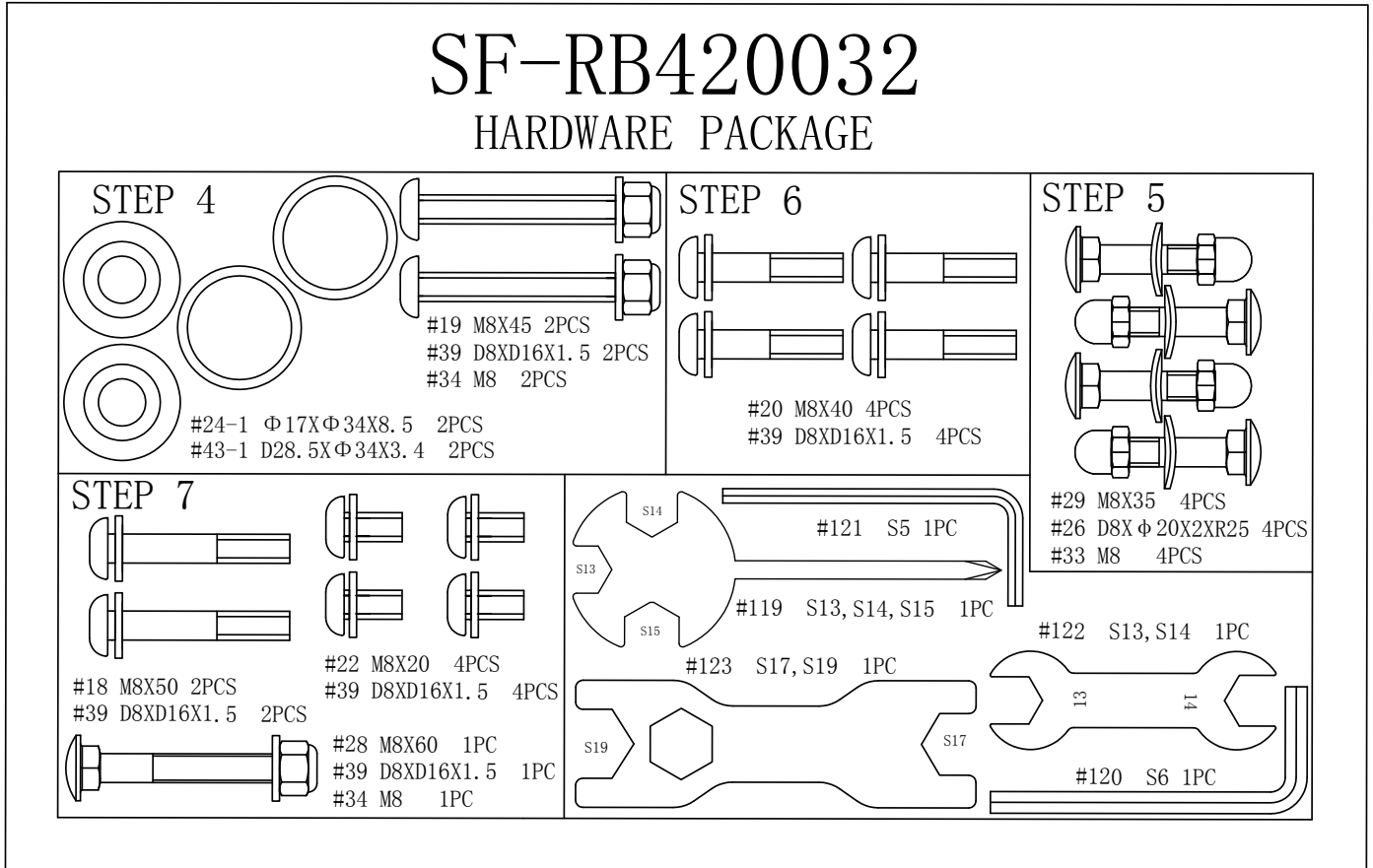


n.º	Descripción	Espec.	Cant.
1	Bastidor Principal		1
2	Estabilizador Delantero		1
3	Estabilizador Trasero		1
4	Poste del Manillar		1
5L	Barra Oscilante Izquierdo		1
5R	Barra Oscilante Derecho		1
6L-1	Brazo de Conexión Izquierdo		1
6R-1	Brazo de Conexión Derecho		1
7L	Manillar Izquierdo		1
7R	Manillar Derecho		1
9	Manillar Trasero		1
10	Manillar Ajustable		1
11	Riel de Asiento		1

n.º	Descripción	Espec.	Cant.
44	Eje Largo	Φ19×300	1
45L-1	Pedal Izquierdo	YH-30	1
45R-1	Pedal Derecho	YH-30	1
52	Almohadilla de Soporte		1
62	Asiento		1
63	Respaldo		1
64	Tapa de Tuerca	S13	2
65	Medidor	TZ4112	1
A	Manual		1
B	Tarjeta de Agradecimiento		1
C	Paquete de Hardware		1
D	Batería	AAA	2

# PAQUETE DE HARDWARE

## SF-RB420032 HARDWARE PACKAGE



### Solicitud de piezas de repuesto (sólo para clientes de EE.UU. y Canadá)

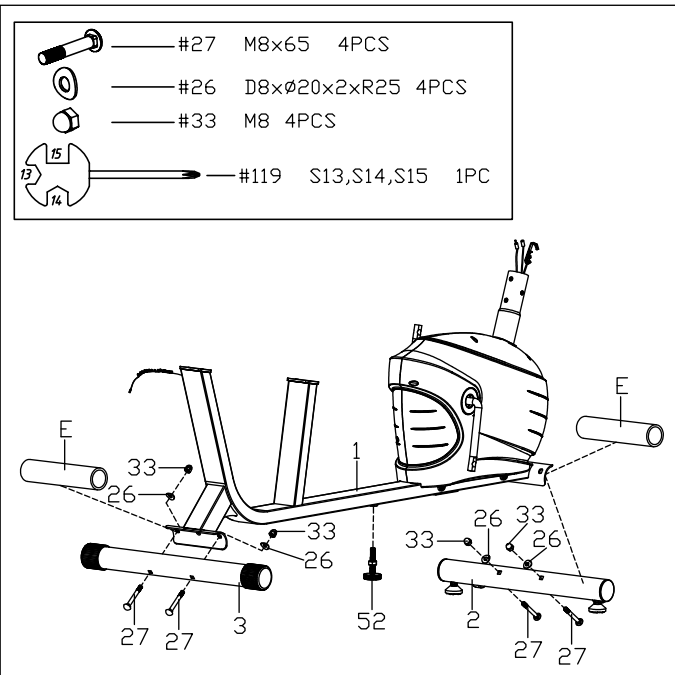
Proporcione la siguiente información para que podamos identificar con precisión la(s) pieza(s) necesaria(s):

- ✓ El número de modelo (se encuentra en la portada del manual)
- ✓ Nombre del producto (en la portada del manual)
- ✓ El número de pieza que aparece en el "DIAGRAMA EXPLÍCITO" (página 76) y en la "LISTA DE PIEZAS" (páginas 29-30).

Póngase en contacto con nosotros en [support@sunnyhealthfitness.com](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) o en el 1-877-90SUNNY (877-907-8669).

# INSTRUCCIONES DE MONTAJE

Valoramos su experiencia con los productos Sunny Health and Fitness. Para obtener ayuda con las piezas o la resolución de problemas, póngase en contacto con nosotros en [support@sunnyhealthfitness.com](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) o en el 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



## PASO 1

Retire los 2 **Tubos de Papel** (n.º E), los 4 **Pernos de Carro** (n.º 27), las 4 **Arandelas de Arco** (n.º 26) y las 4 **Tuercas de Tapa** (n.º 33) del **Bastidor Principal** (n.º 1) con la **Llave** (n.º 119).

**NOTA:** Puede desechar los 2 **Tubos de Papel** (n.º E) o guardarlos para volver a embalar el artículo en el futuro.

Fije el **Estabilizador Delantero** (n.º 2) y el **Estabilizador Trasero** (n.º 3) al **Bastidor Principal** (n.º 1) con 4 **Pernos de Carro** (n.º 27), 4 **Arandelas de Arco** (n.º 26) y 4 **Tuercas de Tapa** (n.º 33) que acaba de retirar con la **Llave** (n.º 119).

Apriete la **Almohadilla de Soporte** (n.º 52) a la parte inferior del **Bastidor Principal** (n.º 1).

Valoramos su experiencia con los productos Sunny Health and Fitness. Para obtener ayuda con las piezas o la resolución de problemas, póngase en contacto con nosotros en [support@sunnyhealthfitness.com](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) o en el 1-877-90SUNNY (877-907-8669).

## PASO 2

Retire 4 Tornillos (n.º 22), 4 Arandelas Elásticas (n.º 41) y 4 Arandelas de Arco (n.º 26) del Bastidor Principal (n.º 1) con la Llave Allen (n.º 120).

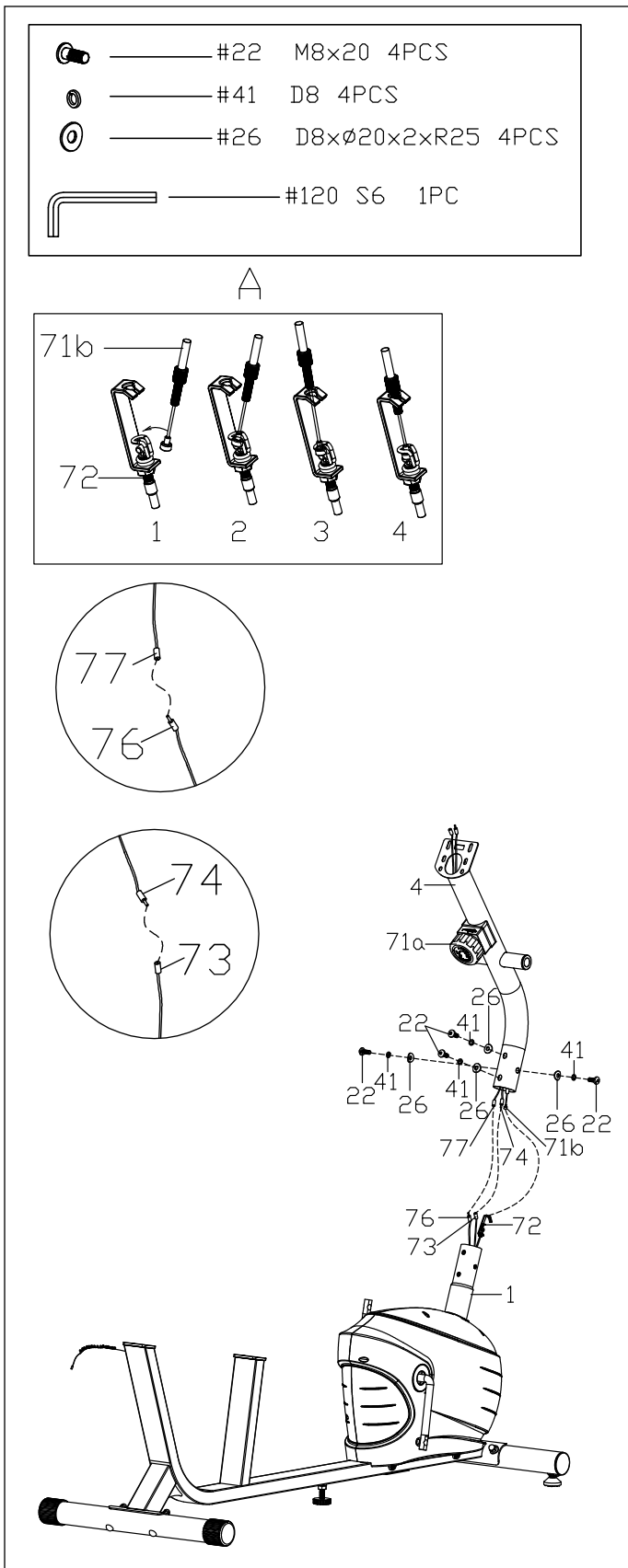
**NOTA:** Asegúrese de que el **Controlador de Tensión (n.º 71a)** esté en el nivel más bajo antes de conectar el cable. Esto asegura que los cables estén en su punto más largo. Recomendamos la asistencia de una segunda persona para ayudar a sostener el **Poste del Manillar (n.º 4)**. Esto facilitará la conexión cuando fije el **Gancho de Tensión (n.º 72)** al **Cable de Tensión (n.º 71b)**.

Fije el **Cable de Tensión (n.º 71b)** en el soporte metálico del **Gancho de Tensión (n.º 72)** como se muestra en el dibujo A-①. A continuación, tire del **Cable de Tensión (n.º 71b)** hacia arriba e insértelo en la ranura del soporte metálico del **Gancho de Tensión (n.º 72)** como se muestra en el dibujo A-③. Asegúrese de que el accesorio metálico del **Cable de Tensión (n.º 71b)** esté asegurado en el soporte metálico.

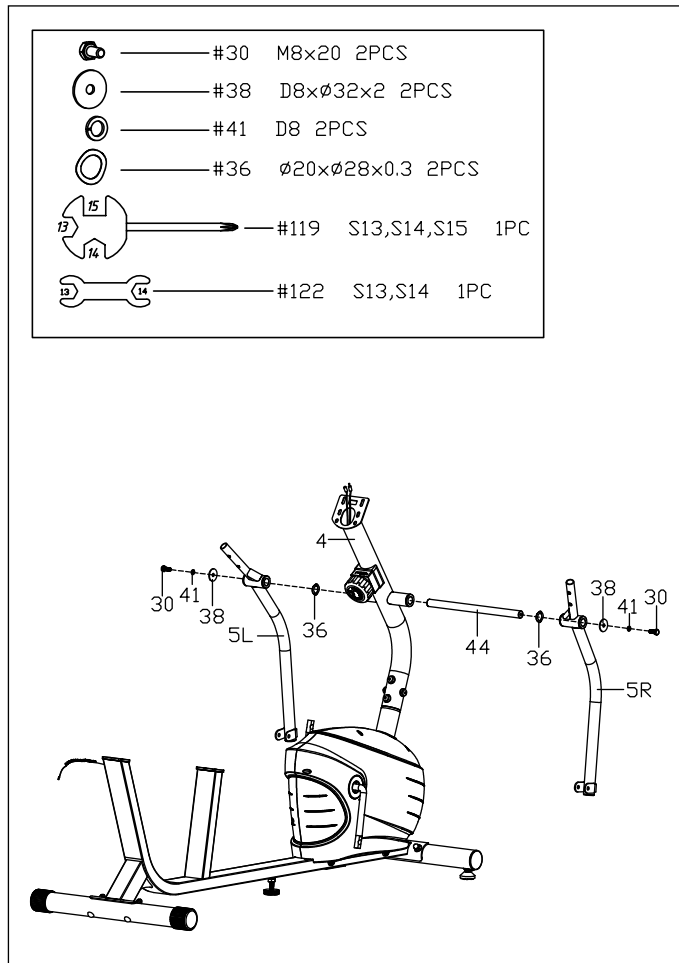
Conecte el **Cable de Extensión de Pulso 2 (n.º 77)** al **Cable de Extensión de Pulso 1 (n.º 76)** y conecte el **Cable de Extensión del Sensor 2 (n.º 74)** al **Cable de Extensión del Sensor 1 (n.º 73)**.

Fije el **Poste del Manillar (n.º 4)** al **Bastidor Principal (n.º 1)** con 4 Tornillos (n.º 22), 4 Arandelas Elásticas (n.º 41) y 4 Arandelas de Arco (n.º 26) que acaba de retirar. Apriete y asegure con la **Llave Allen (n.º 120)**.

**NOTA:** No corte ni pellizque ningún cable al fijar el **Poste del Manillar (n.º 4)**.



Valoramos su experiencia con los productos Sunny Health and Fitness. Para obtener ayuda con las piezas o la resolución de problemas, póngase en contacto con nosotros en [support@sunnyhealthfitness.com](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) o en el 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



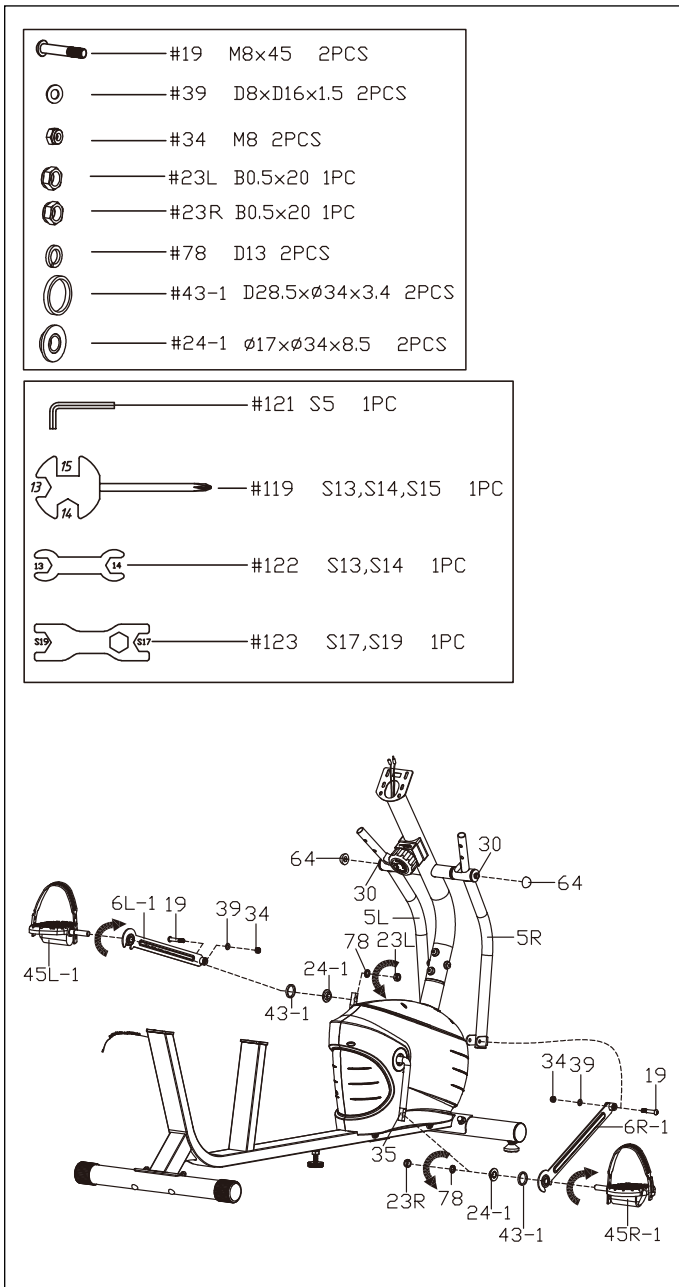
### PASO 3

Retire 2 Tornillos Hexagonales (n.º 30), 2 Arandelas Elásticas (n.º 41), 2 Arandelas Planas (n.º 38) y 2 Arandelas Onduladas (n.º 36) del Eje Largo (n.º 44) utilizando la Llave (n.º 119) y la Llave (n.º 122).

Inserte el Eje Largo (n.º 44) en el Poste del Manillar (n.º 4) y, a continuación, inserte las dos 2 Arandelas Onduladas (n.º 36) que acaba de retirar a ambos lados del Eje Largo (n.º 44). Fije las Barras Oscilantes Izquierdo & Derecho (n.º 5L & n.º 5R) a ambos lados del Eje Largo (n.º 44) utilizando 2 Arandelas Planas (n.º 38), 2 Arandelas Elásticas (n.º 41) y 2 Tornillos Hexagonales (n.º 30) que acaba de retirar. Apriete previamente con la Llave (n.º 119) y la Llave (n.º 122).

**NOTA:** No apriete aún completamente los Tornillos Hexagonales (n.º 30).

Valoramos su experiencia con los productos Sunny Health and Fitness. Para obtener ayuda con las piezas o la resolución de problemas, póngase en contacto con nosotros en [support@sunnyhealthfitness.com](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) o en el 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



## PASO 4

Retire las 2 **Tuercas de Nylon Izquierdo & Derecho** (n.º 23L & n.º 23R) y las 2 **Arandelas Elásticas** (n.º 78) de los **Pedales Izquierdo & Derecho** (n.º 45L-1 & n.º 45R-1) con la **Llave** (n.º 123).

Fije el **Pedal Izquierdo** (n.º 45L-1) al lado izquierdo de la **Manivela** (n.º 35) con 1 **Brazo de Conexión Izquierdo** (n.º 6L-1), 1 **Espaciador** (n.º 43-1) y 1 **Casquillo de Aleación** (n.º 24-1). Gire el **Pedal Izquierdo** (n.º 45L-1) en el sentido contrario a las agujas del reloj tan fuerte como pueda con la mano. Utilice la **Llave** (n.º 119) para sujetar el tornillo del **Pedal Izquierdo** (n.º 45L-1). Utilice la **Llave** (n.º 123) para atornillar 1 **Arandela Elástica** (n.º 78) y 1 **Tuerca de Nylon Izquierdo NEGRA** (n.º 23L) en el sentido de las agujas del reloj en el extremo del **Pedal Izquierdo** (n.º 45L-1).

Fije el **Pedal Derecho** (n.º 45R-1) al lado derecho de la **Manivela** (n.º 35) con 1 **Brazo de Conexión Derecho** (n.º 6R-1), 1 **Espaciador** (n.º 43-1) y 1 **Casquillo de Aleación** (n.º 24-1). Gire el **Pedal Derecho** (n.º 45R-1) en el sentido de las agujas del reloj tan fuerte como pueda con la mano. Utilice la **Llave** (n.º 119) para sujetar el tornillo del **Pedal Derecho** (n.º 45R-1). Utilice la **Llave** (n.º 123) para atornillar 1 **Arandela Elástica** (n.º 78) y 1 **Tuerca de Nylon Derecho BLANCA** (n.º 23R) en el sentido contrario a las agujas del reloj en el extremo del **Pedal Derecho** (n.º 45R-1).

**NOTA:** No apriete completamente los **Pedales Izquierdo & Derecho** (n.º 45L-1 & n.º 45R-1) y las 2 **Tuercas de Nylon Izquierdo & Derecho** (n.º 23L & n.º 23R) en este momento. Si coloca los **Pedales Izquierdo & Derecho** (n.º 45L-1 & n.º 45R-1) en el lado incorrecto de la **Manivela** (n.º 35) o la gira en la dirección incorrecta, puede dañar la **Manivela** (n.º 35). Fije **Barras Oscilantes Izquierdo & Derecho** (n.º 5L & n.º 5R) a **Brazos de Conexión Izquierdo & Derecho** (n.º 6L-1 & n.º 6R-1) con 2 **Pernos** (n.º 19), 2 **Arandelas Planas** (n.º 39) y 2 **Tuercas de Nylon** (n.º 34) utilizando una **Llave Allen** (n.º 121) y una **Llave** (n.º 119).

**NOTA:** No apriete completamente los 2 **Pernos** (n.º 19) en este momento.

En primer lugar, apriete los **Pedales Izquierdo & Derecho** (n.º 45L-1 & n.º 45R-1) y las **Tuercas de Nylon Izquierdo & Derecho** (n.º 23L & n.º 23R) con la **Llave** (n.º 123) y la **Llave** (n.º 119).

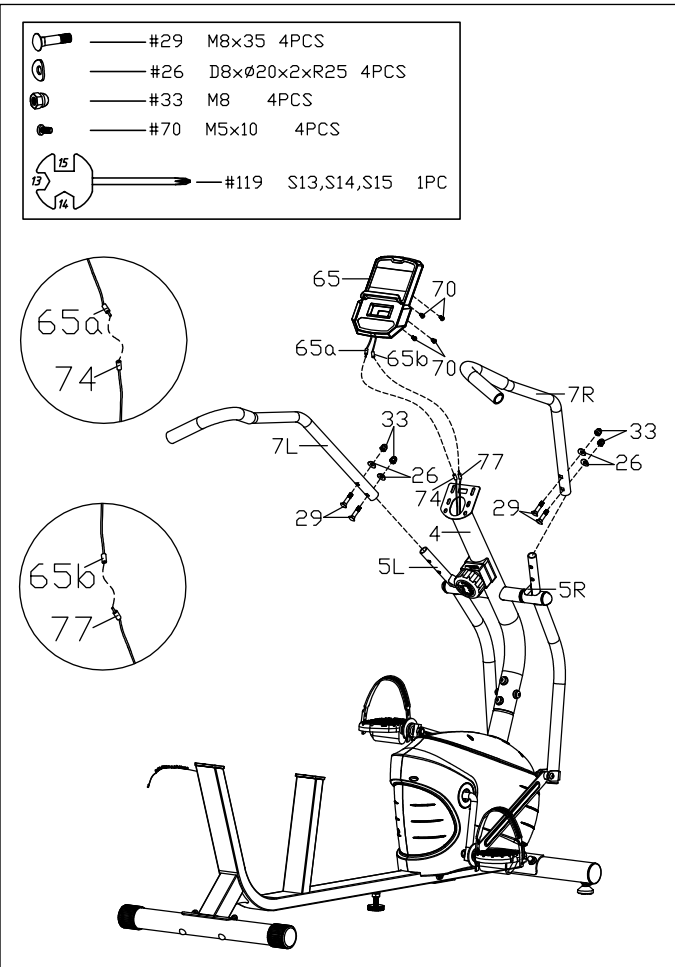
En segundo lugar, fije 2 **Pernos** (n.º 19) y 2 **Tuercas de Nylon** (n.º 34) con la **Llave Allen** (n.º 121) y la **Llave** (n.º 119).

A continuación, fije 2 **Tornillos Hexagonales** (n.º 30) para el PASO 3 utilizando la **Llave** (n.º 119) y la **Llave** (n.º 122).

Por último, cubra con 2 **Tapas de Tuerca** (n.º 64).

**NOTA:** Asegúrese de que todos los tornillos y arandelas estén colocados y parcialmente roscados antes de apretar completamente cualquiera de ellos.

Valoramos su experiencia con los productos Sunny Health and Fitness. Para obtener ayuda con las piezas o la resolución de problemas, póngase en contacto con nosotros en [support@sunnyhealthfitness.com](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) o en el 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



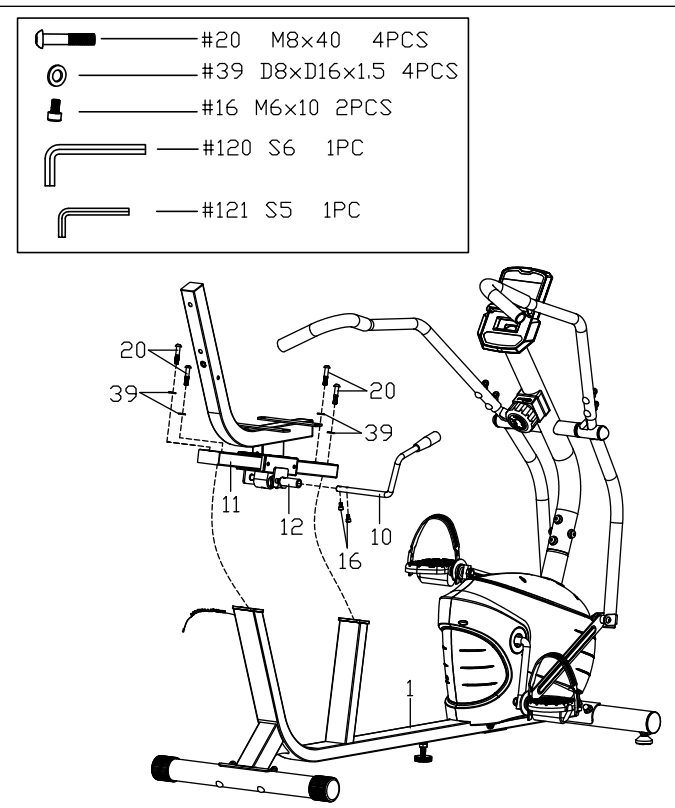
## PASO 5

Fije **Manillares Izquierdo & Derecho (n.º 7L & n.º 7R)** a **Barras Oscilantes Izquierdo & Derecho (n.º 5L & n.º 5R)** con 4 **Pernos de Carro (n.º 29)**, 4 **Arandelas de Arco (n.º 26)** y 4 **Tuercas de Tapa (n.º 33)**. Apriete y asegure con la **Llave (n.º 119)**.

Retire los 4 **Tornillos (n.º 70)** premontados del **Medidor (n.º 65)** con la **Llave (n.º 119)**.

Conecte el **Cable de Extensión de Pulso 2 (n.º 77)** con el **Cable de Conexión del Pulso del Medidor (n.º 65b)**, y conecte el **Cable de Extensión del Sensor 2 (n.º 74)** con el **Cable de Conexión del Sensor del Medidor (n.º 65a)**.

Fije el **Medidor (n.º 65)** a la abrazadera del **Poste del Manillar (n.º 4)** con los 4 **Tornillos (n.º 70)** que se acaban de remover usando la **Llave (n.º 119)**.



## PASO 6

Fije el **Riel de Asiento (n.º 11)** al **Bastidor Principal (n.º 1)** con 4 **Pernos (n.º 20)** y 4 **Arandelas Planas (n.º 39)**. Apriételos y fíjelos con la **Llave Allen (n.º 120)**.

Retire 2 **Tornillos (n.º 16)** de la **Manillar Ajustable (n.º 10)** con la **Llave Allen (n.º 121)**.

Fije la **Manillar Ajustable (n.º 10)** al **Eje (n.º 12)** con los 2 **Tornillos (n.º 16)** que acaba de retirar. Apriételos y fíjelos con la **Llave Allen (n.º 121)**.



Valoramos su experiencia con los productos Sunny Health and Fitness. Para obtener ayuda con las piezas o la resolución de problemas, póngase en contacto con nosotros en [support@sunnyhealthfitness.com](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) o en el 1-877-90SUNNY (877-907-8669).

## PASO 7

Retire 1 Tornillo (n.º 22), 1 Arandela Elástica (n.º 41) y 1 Arandela Plana (n.º 39) del Soporte del Asiento (n.º 8) con la Llave Allen (n.º 120).

Fije el Manillar Trasero (n.º 9) al Soporte del Asiento (n.º 8) con 1 Tornillo (n.º 22), 1 Arandela Elástica (n.º 41) y 1 Arandela Plana (n.º 39) que acaba de retirar. Apriete y fije con la Llave Allen (n.º 120).

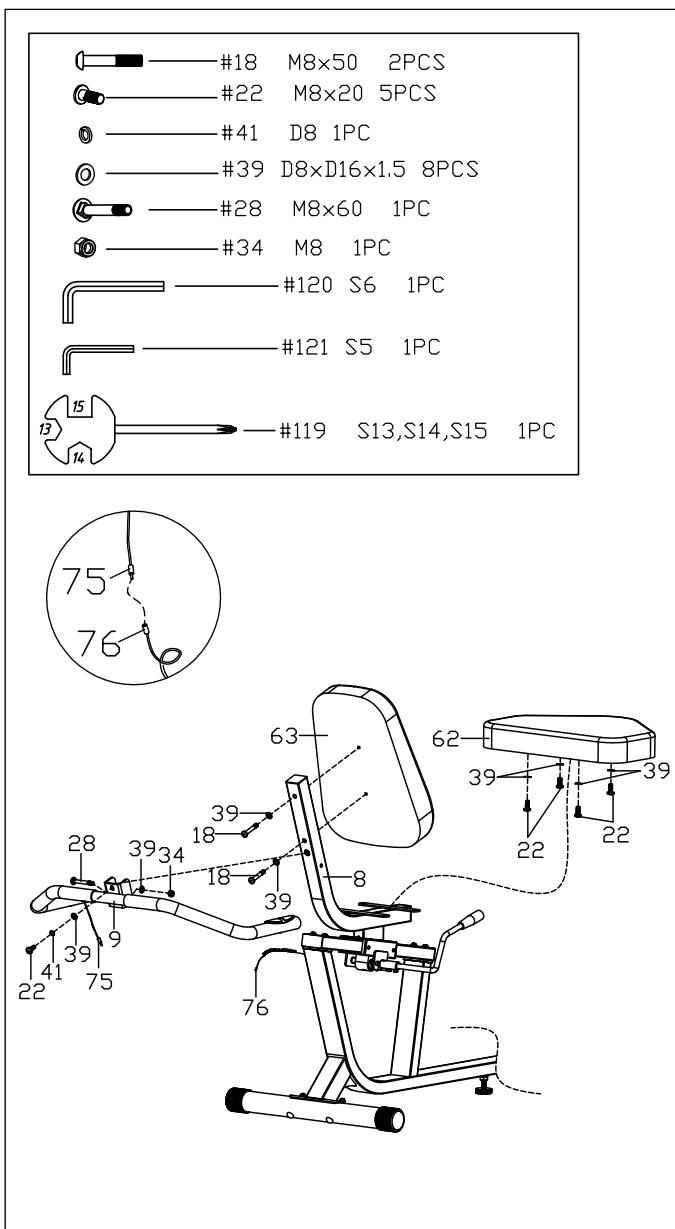
Apriete el Manillar Trasero (n.º 9) al Soporte del Asiento (n.º 8) con 1 Perno de Carro (n.º 28), 1 Arandela Plana (n.º 39) y 1 Tuerca de Nylon (n.º 34) utilizando la Llave (n.º 119).

Conecte el Cable de Extensión de Pulso 1 (n.º 76) al Cable de Pulso (n.º 75).

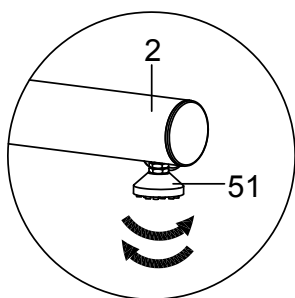
Fije el Asiento (n.º 62) al Soporte del Asiento (n.º 8) con 4 Arandelas Planas (n.º 39) y 4 Tornillos (n.º 22). Apriételes y fíjelos con la Llave Allen (n.º 120).

Fije el Respaldo (n.º 63) al Soporte del Asiento (n.º 8) con 2 Arandelas Planas (n.º 39) y 2 Pernos (n.º 18) usando la Llave Allen (n.º 121).

*¡EL MONTAJE ESTÁ COMPLETO!*

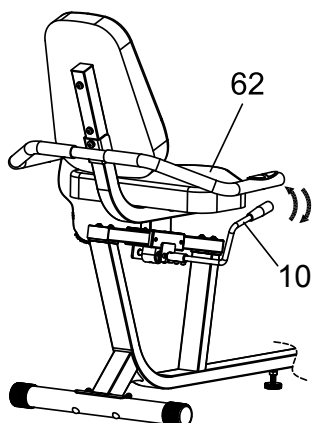


# GUÍA DE AJUSTE



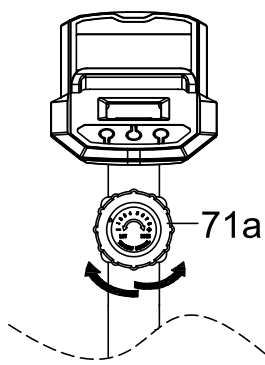
## AJUSTE DE LA BALANZA

Para lograr una conducción suave y cómoda, debe asegurarse de que la bicicleta esté estable y segura. Si nota que la bicicleta está desequilibrada durante el uso, debe ajustar las **Almohadillas Ajustables (n.º 51)** situadas en el **Estabilizador Delantero (n.º 2)** hasta que la bicicleta quede nivelada con la superficie del suelo.



## AJUSTE DEL ASIENTO

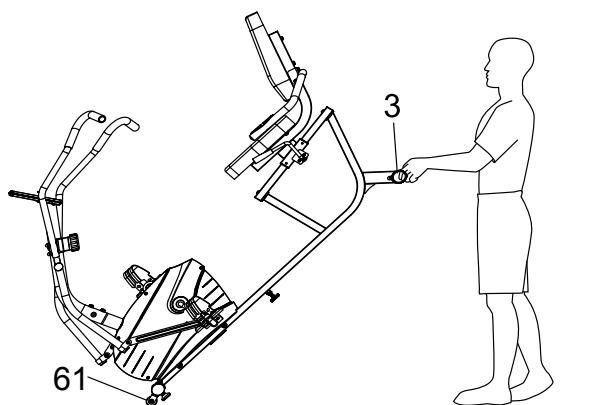
Para mover el **Asiento (n.º 62)** hacia adelante o hacia atrás, mientras está sentado en la bicicleta, apoye los pies en el piso. Mueva la **Manillar Ajustable (n.º 10)** hacia abajo para aflojarla. Ajuste el **Asiento (n.º 62)** en la posición deseada y, a continuación, mueva la **Manillar Ajustable (n.º 10)** hacia arriba para fijarlo.



## AJUSTE DE LA TENSIÓN

Ajuste la tensión girando el **Controlador de Tensión (n.º 71a)** en el sentido de las agujas del reloj para aumentar el nivel de resistencia. Gire el **Controlador de Tensión (n.º 71a)** en el sentido contrario a las agujas del reloj para disminuir el nivel de resistencia.

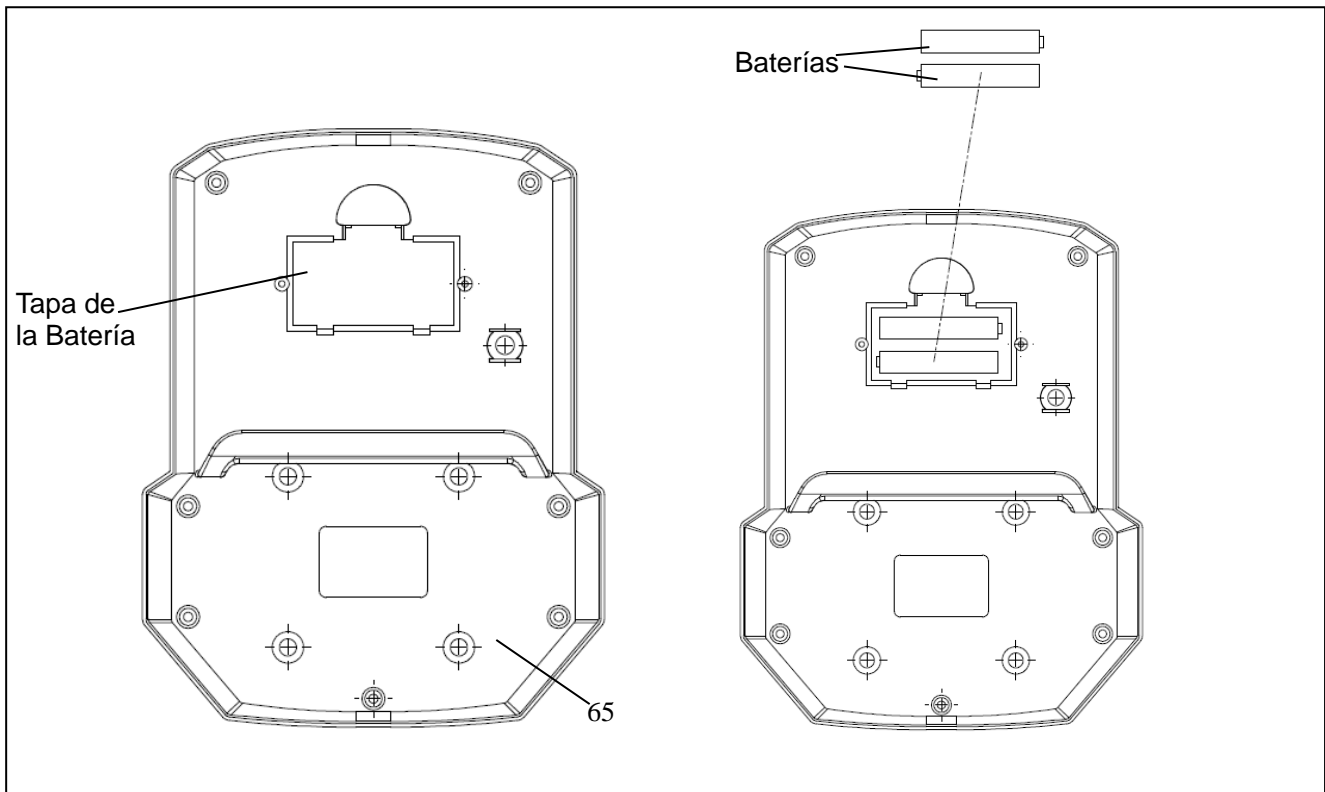
Los niveles de tensión se fijan en el Nivel 1, que es el más bajo, y el Nivel 8, que es el más alto.



## DESPLAZAMIENTO DE LA BICICLETA

Levante la bicicleta por el **Estabilizador Trasero (n.º 3)** hasta que las **Ruedas de Transporte (n.º 61)** toquen el suelo. Con las **Ruedas de Transporte (n.º 61)** en el suelo, podrá transportar la bicicleta al lugar deseado con facilidad.

# INSTALACIÓN Y SUSTITUCIÓN DE BATERÍAS



## INSTALACIÓN DE LA BATERÍA

1. Saque 2 baterías AAA de la caja del medidor.
2. Presione la hebilla de la tapa de las baterías en el **Medidor (n.º 65)** y, a continuación, retire la tapa de las baterías.
3. Instale 2 baterías AAA en el estuche de las baterías en la parte posterior del **Medidor (n.º 65)**. Preste atención a los polos + y - de las baterías antes de instalarlas.
4. Presione la hebilla de la tapa del compartimento de las baterías y vuelva a colocar la tapa en la parte posterior del **Medidor (n.º 65)**.

*La instalación ha finalizado.*

## SUSTITUCIÓN DE LA BATERÍA

1. Presione la hebilla de la tapa de la batería en la parte posterior del **Medidor (n.º 65)**, luego retire la tapa de la batería.
2. Retire las 2 baterías AAA viejas del estuche e instale 2 baterías AAA nuevas en el estuche de la parte posterior del **Medidor (n.º 65)**. Preste atención a los polos + y - de las baterías antes de instalarlas.
3. Presione la hebilla de la tapa del compartimento de las baterías y vuelva a colocar la tapa en la parte posterior del **Medidor (n.º 65)**.

*La sustitución ha finalizado.*

## ELIMINACIÓN DE LAS BATERÍA

Deseche las baterías de acuerdo con las leyes y regulaciones de su región local. Algunas baterías pueden ser recicladas. Al desechar o reciclar, no mezcle tipos de baterías.

# MEDIDOR DE EJERCICIO

## **BOTONES DE FUNCIÓN:**

**MODE (MODO):** Pulse el botón para seleccionar TMR (TIEMPO), DST (DISTANCIA) y CAL (CALORÍAS) a preajustar.

Pulse el botón para que la función de selección muestre el valor en la pantalla LCD o introdúzcalo después del ajuste.

Pulse el botón y manténgalo pulsado durante 3 segundos para poner a cero todos los valores excepto el cuentakilómetros.

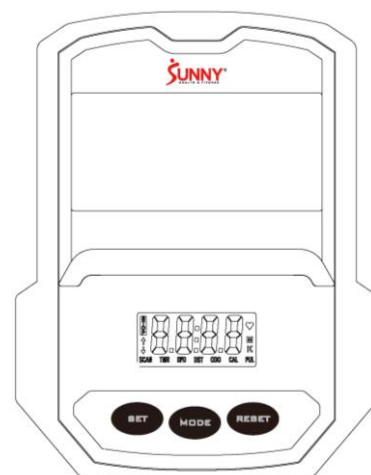
(Cuando el usuario cambie las pilas, todos los valores se pondrán a CERO automáticamente).

**SET:** Para configurar el valor objetivo de TMR (TIEMPO), DST (DISTANCIA) y CAL

(CALORÍAS). Pulse el botón y manténgalo pulsado durante 2 segundos para acelerar el incremento.

**RESET:** Pulse el botón para restablecer el valor de la función durante el ajuste.

Pulse el botón y manténgalo pulsado durante 3 segundos para poner a cero todos los valores excepto el cuentakilómetros (Cuando el usuario cambie las baterías, todos los valores se pondrán a CERO automáticamente).



## **FUNCIONES Y OPERACIONES:**

### **1. INSTALACIÓN DE LAS BATERÍAS:**

Por favor instale 2 baterías AAA de 1.5V en el estuche de baterías en la parte posterior del medidor. (Siempre que se retiren las baterías, todos los valores de las funciones se pondrán a cero).

### **2. ENCENDIDO/APAGADO AUTOMÁTICO:**

Una vez que el usuario comienza a ejercitarse, el medidor mostrará el valor de entrenamiento automáticamente. Tras unos 4 minutos de inactividad, el cuentakilómetros se apagará. El valor del odómetro no se reinicia a 0 cuando el medidor se apaga. Cuando el usuario comienza a ejercitarse de nuevo, el valor de entrenamiento del odómetro se acumulará continuamente.

### **3. AUTO SCAN:**

Después de encender el medidor, pulse el botón MODE (MODO) y la pantalla LCD mostrará todos los valores de función de TMR (TIEMPO) – SPD (VELOCIDAD) – DST (DISTANCIA) – CAL (CALORÍAS) – ODO (ODÓMETRO) – PUL (PULSO). Cada valor se mantendrá durante 6 segundos.

### **4. SPD (VELOCIDAD):**

Muestra la velocidad de entrenamiento actual de 0,0 a 99,9 MPH (Millas por hora).

### **5. DST (DISTANCIA):**

Acumula la distancia total desde 0.00 hasta 9999 M (millas). El usuario puede preseleccionar la distancia objetivo pulsando los botones SET y MODE (MODO). Cada incremento es de 0,1 M (Millas).

Cuenta automáticamente hacia atrás desde el valor objetivo durante el ejercicio.

### **6. TMR (TIEMPO):**

Acumula el tiempo total desde 00:00 hasta 99:59. El usuario puede preajustar el tiempo objetivo pulsando los botones SET y MODE (MODO). Cada incremento es de 1 minuto. Cuenta atrás automática desde el valor objetivo durante el ejercicio.

### **7. CAL (CALORÍAS):**

Acumula las calorías quemadas durante el entrenamiento de 0,0 a 9999 (Cal). El usuario también puede preajustar las calorías objetivo antes del entrenamiento pulsando los botones

SET y MODE (MODO). Cada incremento de ajuste es de 1 Cal.  
Cuenta regresiva automática a partir del valor objetivo durante el ejercicio.

**NOTA: Estos datos son una guía aproximada que no puede utilizarse en tratamientos médicos.**

#### 8. ODO (ODÓMETRO):

Muestra la distancia total acumulada de 0,0 a 9999 M (millas). El usuario también puede pulsar el botón MODE (MODO) para visualizar el valor del odómetro.

#### 9. PUL (PULSO):

El medidor mostrará la frecuencia cardíaca del usuario en pulsaciones por minuto (BPM) durante el entrenamiento.

**NOTA: Este dato es una guía aproximada que no puede utilizarse en tratamientos médicos.**

#### 10. RESET:

Pulse el botón y manténgalo pulsado durante 3 segundos para poner a cero todos los valores excepto el cuentakilómetros.

#### NOTA:

1. Si la pantalla del cuentakilómetros es anormal, vuelva a instalar las baterías nuevas e inténtelo de nuevo. Cambie siempre las dos baterías al mismo tiempo. No mezcle tipos de baterías y no mezcle baterías viejas y nuevas.
2. Especificaciones de las Baterías: 1.5V UM-4 o AAA (2PCS).
3. Deshágase de las baterías de forma segura, de acuerdo con las directrices estatales y regionales.

#### CONEXIÓN A LA APP:

Conecte el equipo inteligente a la SunnyFit App:

1. Escanee para descargar SunnyFit de la tienda de aplicaciones:



2. Asegúrese de que la función Bluetooth está activada desde su dispositivo móvil.
3. Si es la primera vez que utiliza la aplicación SunnyFit, siga las instrucciones de la aplicación para registrarse en su cuenta gratuita de SunnyFit e inicie sesión.
4. Comience cualquier actividad de entrenamiento que coincida con su equipo inteligente y, a continuación, siga las indicaciones en pantalla para buscar y conectarse a su equipo inteligente.
5. Una vez conectado, sus estadísticas y récords se mostrarán al final de su curso/sesión y se registrarán en el perfil de su cuenta.

Solución de problemas:

- Si tienes problemas para conectar tu equipo inteligente, visita [www.sunnyfit.com/guide](http://www.sunnyfit.com/guide) o escanea el siguiente código QR:



- Si necesitas más ayuda, ponte en contacto con [support@sunnyfit.com](mailto:support@sunnyfit.com).

# LISTA DE PIEZAS

n.º	Descripción	Espec.	Cant.
1	Bastidor Principal		1
2	Estabilizador Delantero		1
3	Estabilizador Trasero		1
4	Poste del Manillar		1
5L	Barra Oscilante Izquierdo		1
5R	Barra Oscilante Derecho		1
6L-1	Brazo de Conexión Izquierdo		1
6R-1	Brazo de Conexión Derecho		1
7L	Manillar Izquierdo		1
7R	Manillar Derecho		1
8	Soporte del Asiento		1
9	Manillar Trasero		1
10	Manillar Ajustable		1
11	Riel de Asiento		1
12	Eje		1
13	Placa Fija		1
14	Tornillo	ST3.5x8	4
15	Perno de Fijación	M8x10	1
16	Tornillo	M6x10	2
17	Tornillo	M6x16	2
18	Perno	M8x50	2
19	Perno	M8x45	2
20	Perno	M8x40	6
21	Tuerca de Nylon	M6	1
22	Tornillo	M8x20	9
23L	Tuerca de Nylon Izquierdo	B0.5x20	1
23R	Tuerca de Nylon Derecho	B0.5x20	1
24-1	Casquillo de Aleación	Φ17xΦ34x8.5	2
25-1	Cojinete	Φ12.8x28.6xΦ31x7.9	2
26	Arandela de Arco	D8xΦ20x2xR25	12
27	Perno de Carro	M8x65	4
28	Perno de Carro	M8x60	1
29	Perno de Carro	M8x35	4
30	Tornillo Hexagonal	M8x20	2
31	Tuerca Hexagonal	M10	1
32	Tuerca Hexagonal	M8	2
33	Tuerca de Tapa	M8	8
34	Tuerca de Nylon	M8	6
35	Manivela	B0.5x20	1

n.º	Descripción	Espec.	Cant.
36	Arandela Ondulada	Φ20xΦ28x0.3	2
37	Tapón Redondo	25x3	2
38	Arandela Plana	D8xΦ32x2	2
39	Arandela Plana	D8xD16x1.5	16
40	Rueda Excéntrica	Φ25x38	1
41	Arandela Elástica	D8	7
42	Buje de Aleación	Φ18xΦ8.1x10	4
43-1	Espaciador	D28.5xΦ34x3.4	2
44	Eje Largo	Φ19x300	1
45L-1	Pedal Izquierdo	YH-30	1
45R-1	Pedal Derecho	YH-30	1
46	Agarre de Espuma	Φ24xT3x290	2
47	Agarre de Espuma	Φ24xT3x480	2
48	Agarre	Negra	1
49	Tapa Trasera	Φ50	2
50	Tapón de Cable	Φ12.5	2
51	Almohadilla Ajustable	Φ38x18	2
52	Almohadilla de Soporte	M10x60	1
53	Tapón Cuadrado	60x30x2	2
54	Casquillo de Plástico	Φ32x28	6
55	Bloque Superior	38x34x36.2	1
56	Tapa Frontal	Φ50x1.5	2
57	Tapón Redondo	Φ28x1.5	2
58	Tapón Redondo	Φ25x1.5	2
59	Tapón Cuadrado	38x38x1.5	2
60	Casquillo	80x40x1.5	2
61	Rueda de Transporte	Φ42xΦ8xL121	2
62	Asiento		1
63	Respaldo		1
64	Tapa de Tuerca	S13	2
65	Medidor		1
65a	Cable de Conexión del Sensor del Medidor		1
65b	Cable de Conexión del Pulso del Medidor		1
66	Sensor de Pulso		2
67	Tornillo	M5x15	1
68	Arandela de Arco	D5xΦ20	1
69	Tornillo	ST4.2x18	2
70	Tornillo	M5x10	4
71a	Controlador de Tensión		1

n.º	Descripción	Espec.	Cant.
71b	Cable de Tensión		1
72	Gancho de Tensión	1150 mm	1
73	Cable de Extensión del Sensor 1	650 mm	1
74	Cable de Extensión del Sensor 2	650 mm	1
75	Cable de Pulso	700 mm	1
76	Cable de Extensión de Pulso 1	2000 mm	1
77	Cable de Extensión de Pulso 2	650 mm	1
78	Arandela Elástica	D13	2
79	Enganche de la Rueda Loca		1
80L	Tapa de la Correa Izquierdo		1
80R	Tapa de la Correa Derecho		1
81	Tapa de la Manivela	Φ60×Φ30×8.5	2
82	Sellado	Φ50	1
83	Polea de la Correa	Φ220	1
84	Tapón	Φ25×22	2
85	Correa	350 PJ6	1
86	Alojamiento del Rodamiento	72×56×11	2
87	Rueda Loca	Φ39×24	1
88	Tornillo	ST4.2×19	5
89	Tornillo de Cabeza Phillips	ST4.2×18	8
90	Tornillo de Cabeza Phillips	M6×10	4
91	Tornillo	M6×8	2
92	Arandela Elástica	D12	3
93	Volante	Φ200×40	1
94	Tornillo	Φ14×Φ10×M8×20.5	1
95	Perno Hexagonal	M5×60	1
96	Tornillo Hexagonal	M6×15	5
97	Tuerca Hexagonal	M5	2

n.º	Descripción	Espec.	Cant.
98	Tuerca	4.5×32×32	2
99	Arandela	Φ22.6×Φ28×2.5	1
100	Tuerca de Bloqueo-L	Φ45×H3.5	1
101	Rodamiento de Cara Abierta	Φ45.8×8.8	2
102	Alojamiento del Rodamiento	2.5×76×76	2
103	Tuerca de Bloqueo-R	Φ45×H3.5	1
104	Arandela Plana Grande	Φ25.2×Φ38×1	1
105	Soporte del Sensor		1
106	Perno de Correa Ajustable	M6×36	1
107	Eje de la Placa Magnética	Φ12×61	1
108	Arandela Ondulada	D12×Φ15.5×0.3	2
109	Arandela Plana	D6×Φ16×1.5	3
110	Arandela Plana	D6×D12×1.2	2
111	Arandela Plana	D10×Φ14×1	1
112	Eje del Volante	Φ20×103	1
113	Soporte de Rodamientos	72×56×1.5	2
114	Imán	40×25×10	4
115	Arandela Elástica	D6	5
116	Elástica	Φ1.6×Φ15×L47.2	1
117	Elástica	Φ3×Φ18×L58.5	1
118	Rodamiento	6001RS	4
119	Llave	S13,S14,S15	1
120	Llave Allen	S6	1
121	Llave Allen	S5	1
122	Llave	S13,S14	1
123	Llave	S17,S19	1
124	Pizarra Magnética		1

# **INFORMATIONS IMPORTANTES SUR LA SÉCURITÉ**

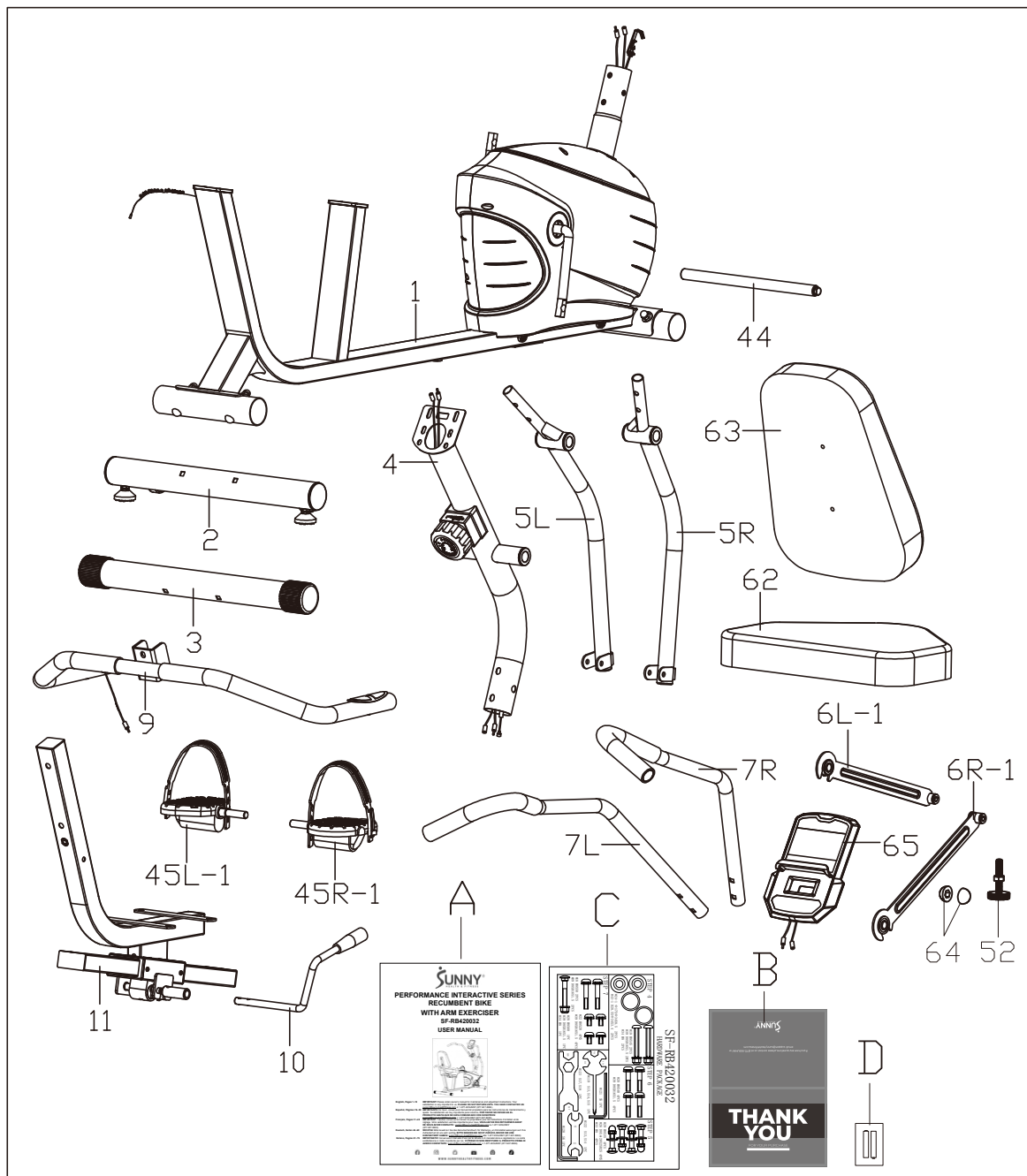
Nous vous remercions d'avoir choisi notre produit. Pour garantir votre sécurité et votre santé, veuillez utiliser cet appareil correctement. Il est important de lire l'intégralité de ce manuel avant d'assembler et d'utiliser l'appareil. Une utilisation sûre et efficace n'est possible que si l'équipement est assemblé, entretenu et utilisé correctement. Il est de votre responsabilité de vous assurer que tous les utilisateurs de l'équipement sont informés de tous les avertissements et précautions.

1. Avant de commencer un programme d'exercices, vous devez consulter votre médecin pour déterminer si vous avez des problèmes médicaux ou physiques qui pourraient mettre votre santé et votre sécurité en danger ou vous empêcher d'utiliser l'équipement correctement. L'avis de votre médecin est indispensable si vous prenez des médicaments qui affectent votre rythme cardiaque, votre tension artérielle ou votre taux de cholestérol.
2. Soyez attentif aux signaux de votre corps. Un exercice incorrect ou excessif peut nuire à votre santé. Arrêtez de faire de l'exercice si vous ressentez l'un des symptômes suivants : douleur, oppression thoracique, rythme cardiaque irrégulier, essoufflement, étourdissements, vertiges ou sensation de nausée. Si vous ressentez l'un de ces symptômes, consultez votre médecin avant de poursuivre votre programme d'exercices.
3. Tenez les enfants et les animaux domestiques à l'écart de l'appareil. L'équipement est conçu pour être utilisé par des adultes uniquement.
4. Utilisez l'appareil sur une surface plane et solide, recouverte d'une housse de protection pour le sol ou la moquette. Pour des raisons de sécurité, l'appareil doit être entouré d'un espace libre d'au moins 1,2 mètre (4 pieds).
5. Assurez-vous que tous les écrous et les boulons sont bien serrés avant d'utiliser l'équipement. La sécurité de l'équipement ne peut être maintenue que s'il est régulièrement examiné pour vérifier qu'il n'est pas endommagé et/ou usé.
6. Utilisez toujours l'appareil comme indiqué. Si vous trouvez des composants défectueux lors du montage ou de la vérification de l'appareil, ou si vous entendez des bruits inhabituels provenant de l'appareil pendant l'exercice, cessez immédiatement d'utiliser l'appareil et ne l'utilisez pas tant que le problème n'a pas été résolu.
7. Portez des vêtements appropriés lorsque vous utilisez l'appareil. Évitez de porter des vêtements amples qui pourraient s'emmêler dans l'appareil.
8. Ne mettez pas les doigts ou des objets dans les parties mobiles de l'appareil.
9. La capacité de charge maximale de cet appareil est de 120 kgs (265 lbs).
10. L'appareil n'est pas adapté à un usage thérapeutique.
11. Soyez prudent lorsque vous soulevez et déplacez l'appareil. Utilisez toujours une technique de levage appropriée et demandez de l'aide si nécessaire.
12. Votre produit est destiné à être utilisé dans des conditions fraîches et sèches. Évitez de le stocker dans des endroits extrêmement froids, chauds ou humides, car cela pourrait entraîner de la corrosion et d'autres problèmes connexes.
13. Cet appareil est conçu pour un usage intérieur et domestique uniquement ! Il n'est pas destiné à un usage commercial !



# LISTE DE CONTRÔLE POUR LE PRÉ-ASSEMBLAGE

Avant de commencer l'assemblage, assurez-vous que toutes les pièces sont incluses.

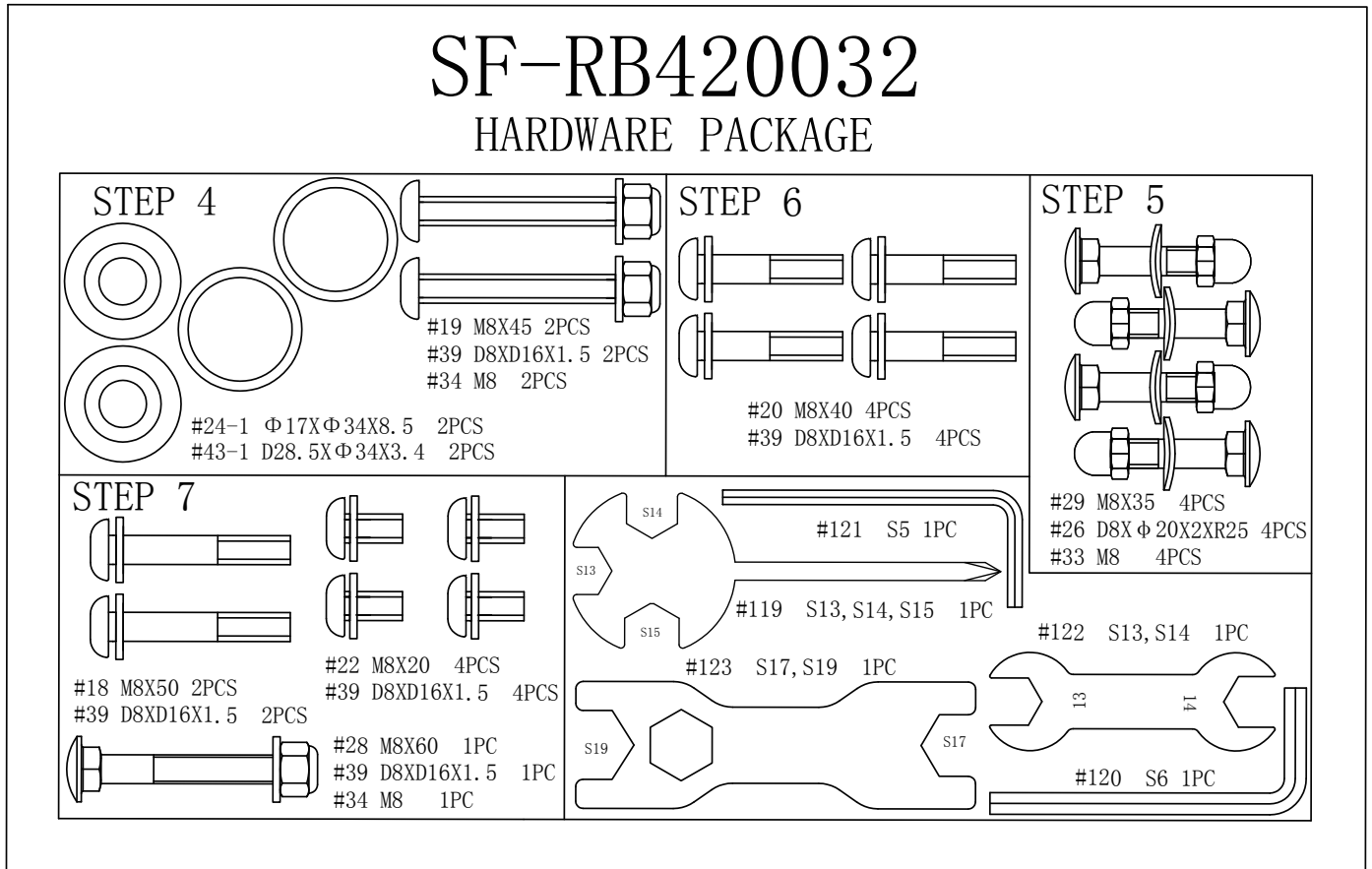


N°	Description	Spéc.	Qté.
1	Cadre Principal		1
2	Stabilisateur Avant		1
3	Stabilisateur Arrière		1
4	Poteau de Guidon		1
5L	Barre Oscillante Gauche		1
5R	Barre Oscillante Droite		1
6L-1	Bras de Connexion Gauche		1
6R-1	Bras de Connexion Droite		1
7L	Guidon Gauche		1
7R	Guidon Droite		1
9	Guidon Arrière		1
10	Poignée Réglable		1
11	Rail de Siège		1

N°	Description	Spéc.	Qté.
44	Axe Long	Φ19×300	1
45L-1	Pédale Gauche	YH-30	1
45R-1	Pédale Droite	YH-30	1
52	Coussin de Support		1
62	Siège		1
63	Dossier		1
64	Capuchon d'Écrou	S13	2
65	Compteur	TZ4112	1
A	Manuel		1
B	Carte de Remerciement		1
C	Paquet de Matériel		1
D	Batterie	AAA	2

# PAQUET DE MATÉRIEL

## SF-RB420032 HARDWARE PACKAGE



### Commande de pièces de rechange (clients américains et canadiens uniquement)

Veillez fournir les informations suivantes afin que nous puissions identifier avec précision la ou les pièces nécessaires :

- ✓ Numéro du modèle (sur la couverture du manuel)
- ✓ Nom du produit (sur la couverture du manuel)
- ✓ Le numéro de pièce figurant sur le "DIAGRAMME EXPLOITÉ" (page 76) et la "LISTE DE PIÈCES" (pages 44-45).

Veillez nous contacter à [support@sunnyhealthfitness.com](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) ou au 1-877-90SUNNY (877-907-8669).

# INSTRUCTIONS D'ASSEMBLAGE

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

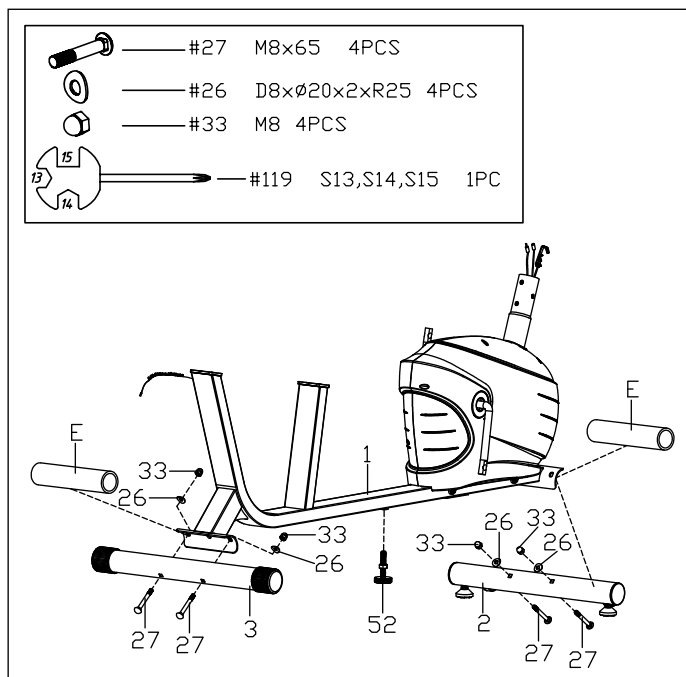
## ÉTAPE 1

Retirez les 2  **Tubes de Papier (N° E)**, les 4  **Boulons de Chariot (N° 27)**, les 4  **Rondelles d'Arc (N° 26)** et les 4  **Écrous Borgnes (N° 33)** du  **Cadre Principal (N° 1)** à l'aide de la  **Clé (N° 119)**.

**REMARQUE :** Vous pouvez jeter les 2  **Tubes de Papier (N° E)** ou les conserver pour réemballer l'article à l'avenir.

Fixez le  **Stabilisateur Avant (N° 2)** et le  **Stabilisateur Arrière (N° 3)** au  **Cadre Principal (N° 1)** avec 4  **Boulons de Chariot (N° 27)**, 4  **Rondelles d'Arc (N° 26)** et 4  **Écrous Borgnes (N° 33)** qui viennent d'être retirés à l'aide de la  **Clé (N° 119)**.

Serrez le  **Coussin de Support (N° 52)** au bas du  **Cadre Principal (N° 1)**.



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

## ÉTAPE 2

Retirez les 4 **Vis (N° 22)**, les 4 **Rondelles Elastiques (N° 41)** et les 4 **Rondelles d'Arc (N° 26)** du **Cadre Principal (N° 1)** à l'aide de la **Clé Allen (N° 120)**.

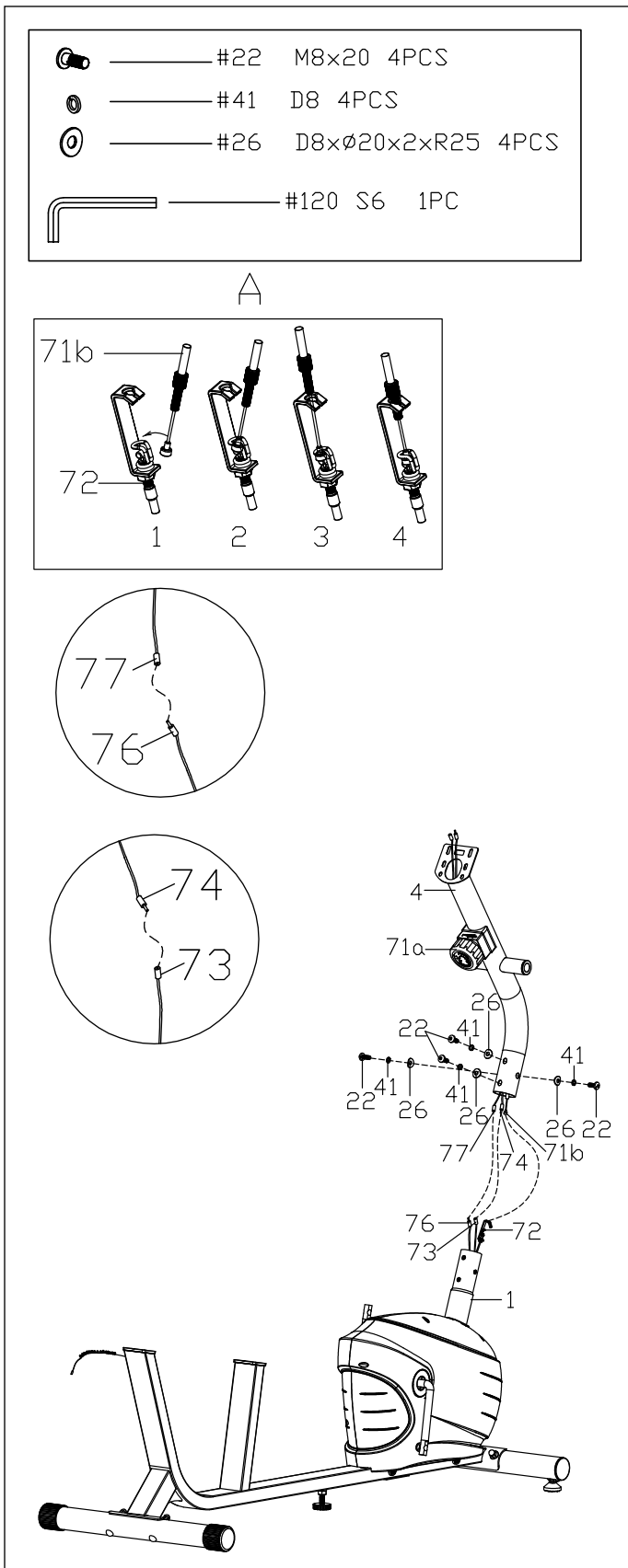
**REMARQUE :** Assurez-vous que le **Contrôleur de Tension (N° 71a)** est au niveau le plus bas avant de connecter le câble. Cela permet de s'assurer que les câbles sont à leur point le plus long. Nous recommandons l'aide d'une deuxième personne pour tenir le **Poteau de Guidon (N° 4)**. Cela facilitera la connexion lorsque vous attacherez le **Crochet de Tension (N° 72)** au **Câble de Tension (N° 71b)**.

Fixer le **Câble de Tension (N° 71b)** dans le support métallique du **Crochet de Tension (N° 72)** comme indiqué sur le dessin A-①. Ensuite, tirer le **Câble de Tension (N° 71b)** vers le haut et l'insérer dans la fente du support métallique du **Crochet de Tension (N° 72)** comme indiqué sur le dessin A-③. S'assurer que le raccord métallique du **Câble de Tension (N° 71b)** est bien fixé dans le support métallique.

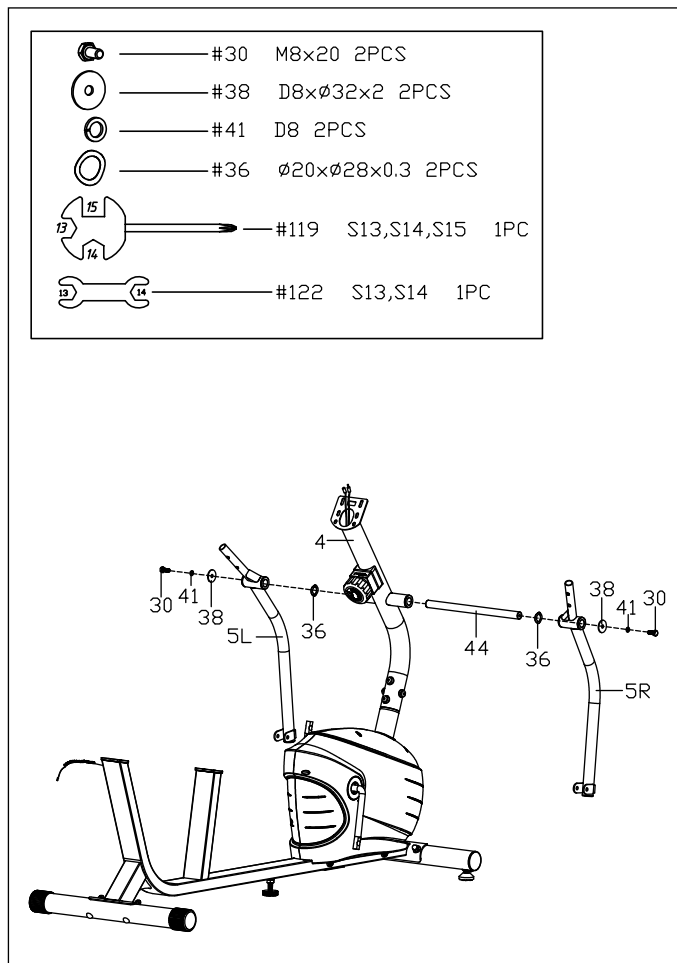
Connectez le **Fil d'Extension d'Impulsion 2 (N° 77)** au **Fil d'Extension d'Impulsion 1 (N° 76)** et connectez le **Fil d'Extension du Capteur 2 (N° 74)** au **Fil d'Extension du Capteur 1 (N° 73)**.

Fixez le **Poteau de Guidon (N° 4)** au **Cadre Principal (N° 1)** à l'aide des 4 **Vis (N° 22)**, des 4 **Rondelles Elastiques (N° 41)** et des 4 **Rondelles d'Arc (N° 26)** qui viennent d'être retirées. Serrez et fixez à l'aide de la **Clé Allen (N° 120)**.

**REMARQUE :** Ne coupez pas et ne pincez pas les fils lorsque vous fixez le **Poteau de Guidon (N° 4)**.



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



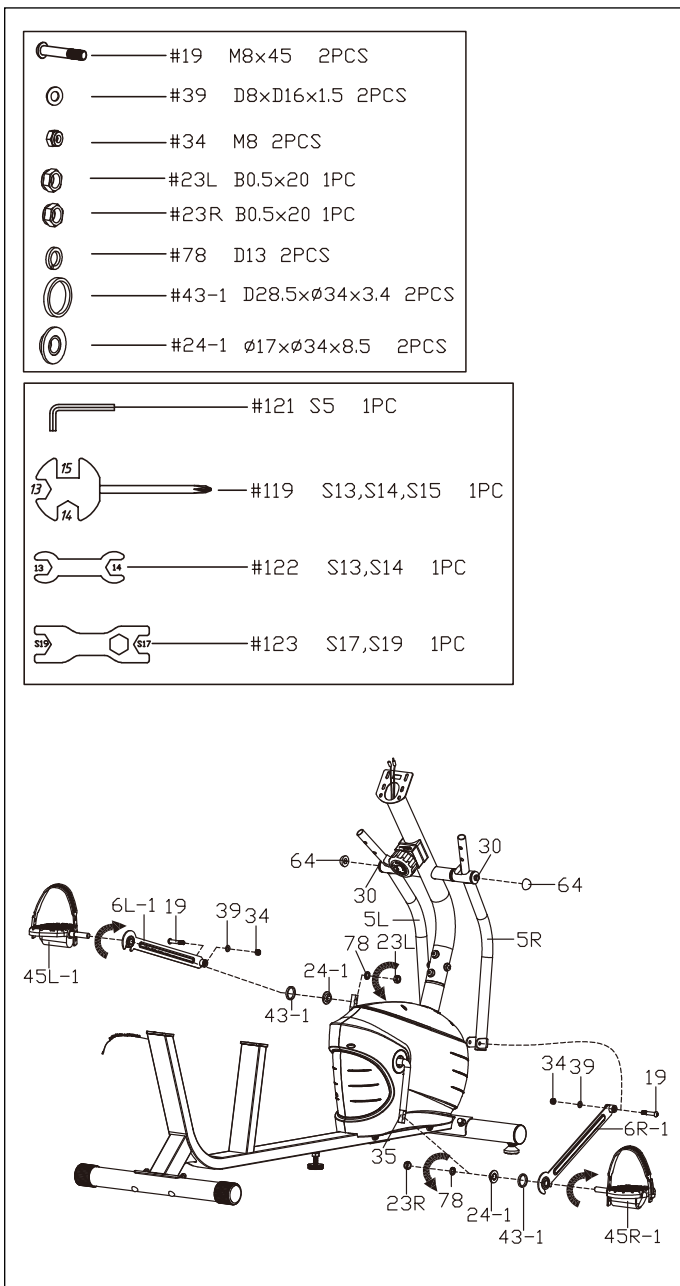
### ÉTAPE 3

Retirez les 2 **Vis Hexagonales (N° 30)**, les 2 **Rondelles Elastiques (N° 41)**, les 2 **Rondelles Plates (N° 38)** et les 2 **Rondelles Ondulées (N° 36)** de l'**Axe Long (N° 44)** à l'aide de la **Clé (N° 119)** et de la **Clé (N° 122)**.

Insérez l'**Axe Long (N° 44)** dans le **Poteau de Guidon (N° 4)**, puis insérez les deux 2 **Rondelles Ondulées (N° 36)** qui viennent d'être retirées des deux côtés de l'**Axe Long (N° 44)**. Fixez les **Barres Oscillantes Gauche & Droite (N° 5L & N° 5R)** des deux côtés de l'**Axe Long (N° 44)** à l'aide des 2 **Rondelles Plates (N° 38)**, des 2 **Rondelles Elastiques (N° 41)** et des 2 **Vis Hexagonale (N° 30)** qui viennent d'être retirées. Pré-serrez avec la **Clé (N° 119)** et la **Clé (N° 122)**.

**REMARQUE :** Ne serrez pas encore complètement les **Vis Hexagonales (N° 30)**.

Nous apprécions votre expérience d'utilisation des produits Sunny Health and Fitness. Pour obtenir de l'aide concernant les pièces ou 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

Retirez les **Écrous en Nylon Gauche & Droite (N° 23L & N° 23R)** et les 2 **Rondelles Elastiques (N° 78)** des **Pédales Gauche & Droite (N° 45L-1 & N° 45R-1)** à l'aide de la **Clé (N° 123)**.

Fixez la **Pédale Gauche (N° 45L-1)** au côté gauche de la **Manivelle (N° 35)** avec 1 **Bras de Connexion Gauche (N° 6L-1)**, 1 **Entretoise (N° 43-1)** et 1 **Bague en Alliage (N° 24-1)**. Tourner la **Pédale Gauche (N° 45L-1)** dans le *sens inverse des aiguilles d'une montre* aussi fermement que possible avec la main. Utilisez la **Clé (N° 119)** pour maintenir en place le boulon de la **Pédale Gauche (N° 45L-1)**. Utilisez la **Clé (N° 123)** pour visser 1 **Rondelle Elastique (N° 78)** et 1 **NOIR Écrou en Nylon Gauche (N° 23L)** dans le *sens des aiguilles d'une montre* sur l'extrémité de la **Pédale Gauche (N° 45L-1)**.

Fixez la **Pédale Droite (N° 45R-1)** au côté droit de la **Manivelle (N° 35)** à l'aide d'un **Bras de Connexion Droite (N° 6R-1)**, d'une 1 **Entretoise (N° 43-1)** et d'une 1 **Bague en Alliage (N° 24-1)**. Tourner la **Pédale Droite (N° 45R-1)** dans le *sens des aiguilles d'une montre* aussi fermement que possible avec la main. Utilisez la **Clé (N° 119)** pour maintenir en place le boulon de la **Pédale Droite (N° 45R-1)**. Utilisez la **Clé (N° 123)** pour visser 1 **Rondelle Elastique (N° 78)** et 1 **BLANC Écrou en Nylon Droite (N° 23R)** dans le *sens inverse des aiguilles d'une montre* sur l'extrémité de la **Pédale Droite (N° 45R-1)**.

**REMARQUE :** Ne pas serrer complètement les **Pédales Gauche & Droite (N° 45L-1 & N° 45R-1)** et les **Écrous en Nylon Gauche & Droite (N° 23L & N° 23R)** à ce stade. Le fait de fixer les **Pédales Gauche & Droite (N° 45L-1 & N° 45R-1)** du mauvais côté de la **Manivelle (N° 35)** ou de la tourner dans le mauvais sens peut endommager la **Manivelle (N° 35)**.

Fixez les **Barres Oscillantes Gauche & Droite (N° 5L & N° 5R)** aux **Bras de Connexion Gauche & Droite (N° 6L-1 & N° 6R-1)** avec 2 **Boulons (N° 19)**, 2 **Rondelles Plates (N° 39)** et 2 **Écrous en Nylon (N° 34)** à l'aide d'une **Clé Allen (N° 121)** et d'une **Clé (N° 119)**.

**REMARQUE :** Ne pas serrer complètement les 2 **Boulons (N° 19)** pour le moment.

Premièrement, fixer les **Pédales Gauche & Droite (N° 45L-1 & N° 45R-1)** et les 2 **Écrous en Nylon Gauche & Droite (N° 23L & N° 23R)** à l'aide de la **Clé (N° 123)** et de la **Clé (N° 119)**.

Deuxièmement, fixer 2 **Boulons (N° 19)** et 2 **Écrous en Nylon (N° 34)** à l'aide de la **Clé Allen (N° 121)** et de la **Clé (N° 119)**.

Ensuite, fixer 2 **Vis Hexagonales (N° 30)** pour l'ÉTAPE 3 à l'aide de la **Clé (N° 119)** et de la **Clé (N° 122)**.

Enfin, couvrir avec 2 **Capuchons d'Écrous (N° 64)**.

**REMARQUE :** Assurez-vous que tous les boulons et rondelles sont en place et partiellement vissés avant de les serrer complètement.

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

## ÉTAPE 5

Fixez **Guidons Gauche & Droite (N° 7L & N° 7R)** à **Barres Oscillantes Gauche & Droite (N° 5L & N° 5R)** avec 4 **Boulons de Chariot (N° 29)**, 4 **Rondelles d'Arc (N° 26)** et 4 **Écrous Borgnes (N° 33)**. Serrer et fixer avec la **Clé (N° 119)**.

Retirez les 4 **Vis (N° 70)** préassemblées du **Compteur (N° 65)** à l'aide de la **Clé (N° 119)**.

Connectez le **Fil d'Extension d'Impulsion 2 (N° 77)** au **Fil de Connexion de l'Impulsion du Compteur (N° 65b)**, et connectez le **Fil d'Extension du Capteur 2 (N° 74)** au **Fil de Connexion du Capteur du Compteur (N° 65a)**.

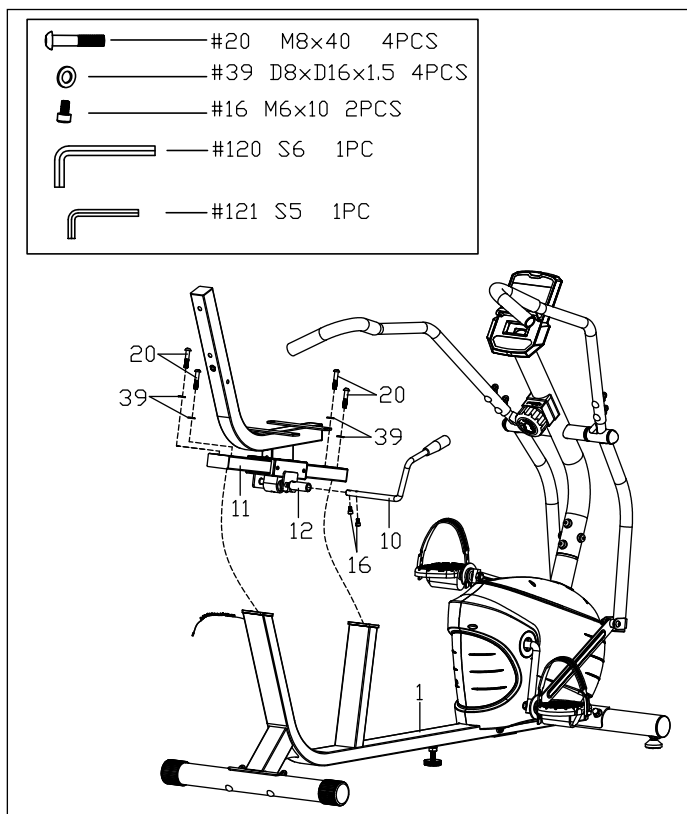
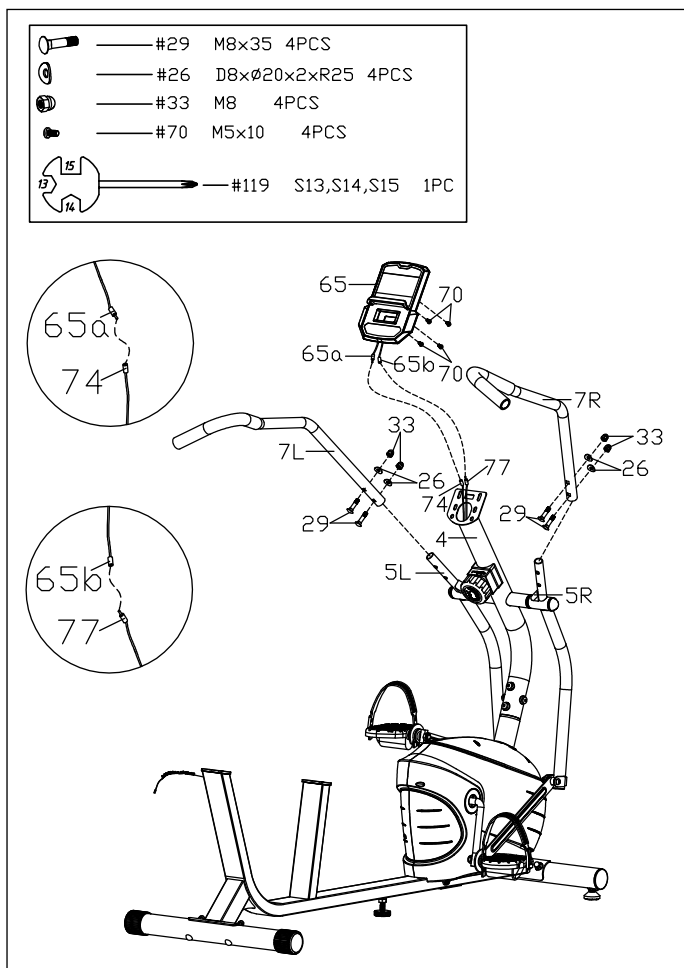
Fixez le **Compteur (N° 65)** au **Poteau de Guidon (N° 4)** avec les 4 **Vis (N° 70)** qui viennent d'être retirées à l'aide de la **Clé (N° 119)**.

## ÉTAPE 6

Fixez le **Rail de Siège (N° 11)** au **Cadre Principal (N° 1)** avec 4 **Boulons (N° 20)** et 4 **Rondelles Plates (N° 39)**. Serrez et fixez à l'aide de la **Clé Allen (N° 120)**.

Retirez les 2 **Vis (N° 16)** de la **Poignée Réglable (N° 10)** à l'aide de la **Clé Allen (N° 121)**.

Fixez la **Poignée Réglable (n° 10)** à l'**Axe (N° 12)** avec les 2 **Vis (N° 16)** qui viennent d'être retirées. Serrez et fixez avec la **Clé Allen (N° 121)**.



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

## ÉTAPE 7

Retirez 1 **Vis (N° 22)**, 1 **Rondelle Élastique (N° 41)** et 1 **Rondelle Plate (N° 39)** du **Support de Siège (N° 8)** à l'aide de la **Clé Allen (N° 120)**.

Fixez le **Guidon Arrière (N° 9)** au **Support de Siège (N° 8)** avec 1 **Vis (N° 22)**, 1 **Rondelle Élastique (N° 41)** et 1 **Rondelle Plate (N° 39)** qui viennent d'être retirées. Serrez et fixez à l'aide de la **Clé Allen (N° 120)**.

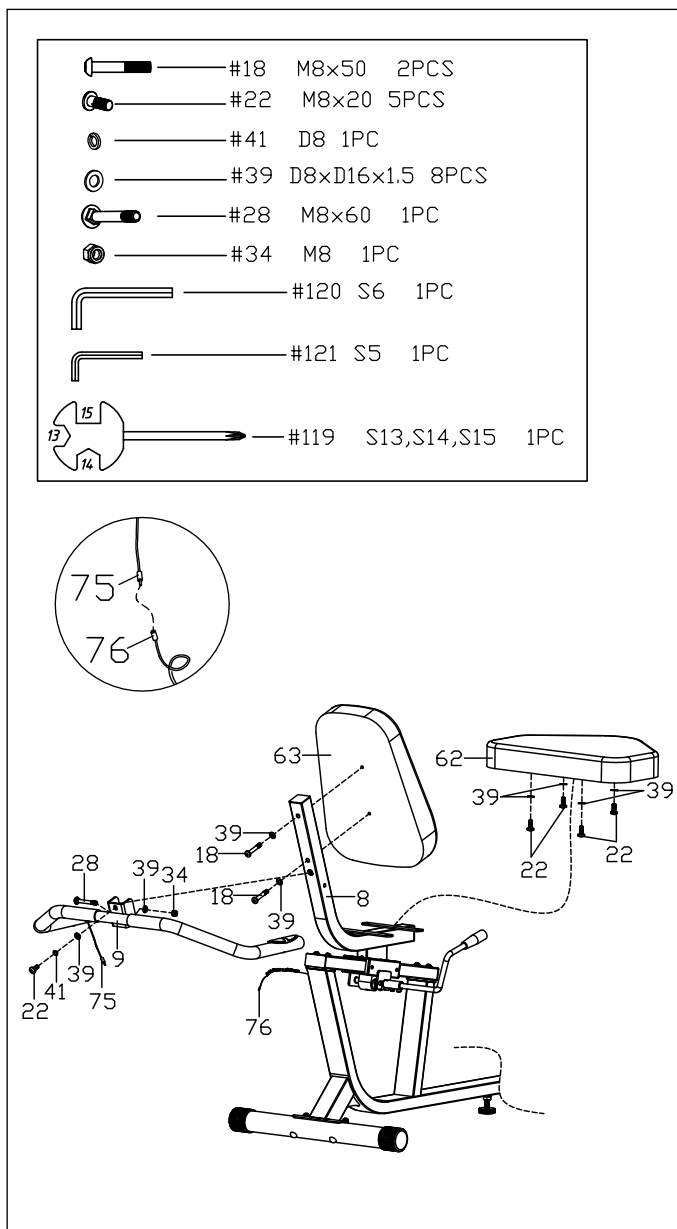
Serrez le **Guidon Arrière (N° 9)** au **Support de Siège (N° 8)** avec 1 **Boulon de Chariot (N° 28)**, 1 **Rondelle Plate (N° 39)** et 1 **Écrou en Nylon (N° 34)** à l'aide de la **Clé (N° 119)**.

Connectez le **Fil d'Extension d'Impulsion 1 (N° 76)** au **Fil d'Impulsion (N° 75)**.

Fixez le **Siège (N° 62)** au **Support de Siège (N° 8)** avec 4 **Rondelles Plates (N° 39)** et 4 **Vis (N° 22)**. Serrez et fixez à l'aide de la **Clé Allen (N° 120)**.

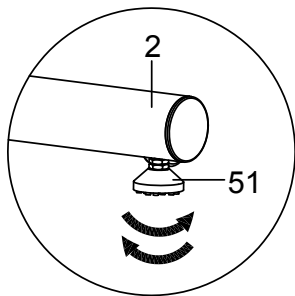
Fixez le **Dossier (N° 63)** au **Support de Siège (N° 8)** avec 2 **Rondelles Plates (N° 39)** et 2 **Boulons (N° 18)** à l'aide de la **Clé Allen (N° 121)**.

**L'ASSEMBLAGE EST TERMINÉ !**



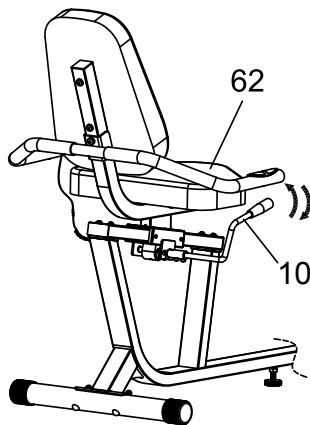


# GUIDE D'AJUSTEMENT



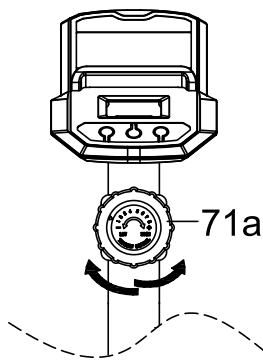
## RÉGLAGE DE L'ÉQUILIBRE

Afin d'obtenir une conduite souple et confortable, vous devez vous assurer que le vélo est stable et sûr. Si vous remarquez que le vélo est déséquilibré pendant l'utilisation, vous devez ajuster les **Coussin Réglables (N° 51)** situés sur le **Stabilisateur Avant (N° 2)** jusqu'à ce que le vélo soit à niveau avec la surface du sol.



## RÉGLAGE DE LA SIEGE

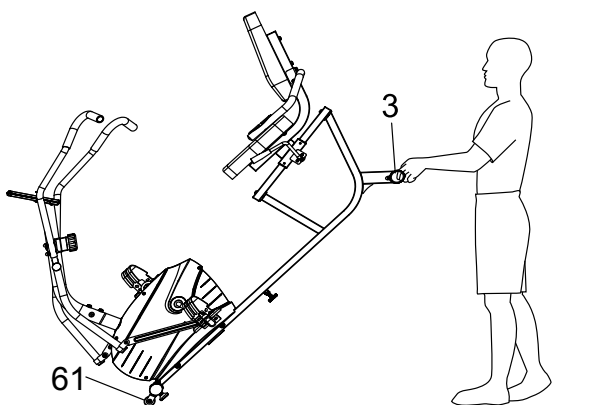
Pour déplacer le **Siège (N° 62)** vers l'avant ou vers l'arrière, en étant assis sur le vélo, posez vos pieds sur le sol. Déplacez la **Poignée Réglable (N° 10)** vers le bas pour la desserrer. Réglez le **Siège (N° 62)** dans la position souhaitée, puis remontez la **Poignée Réglable (N° 10)** pour le fixer.



## RÉGLAGE DE LA TENSION

Régalez la tension en tournant le **Contrôleur de Tension (N° 71a)** dans le sens des aiguilles d'une montre pour augmenter le niveau de résistance. Tournez le **Contrôleur de Tension (N° 71a)** dans le sens inverse des aiguilles d'une montre pour diminuer le niveau de résistance.

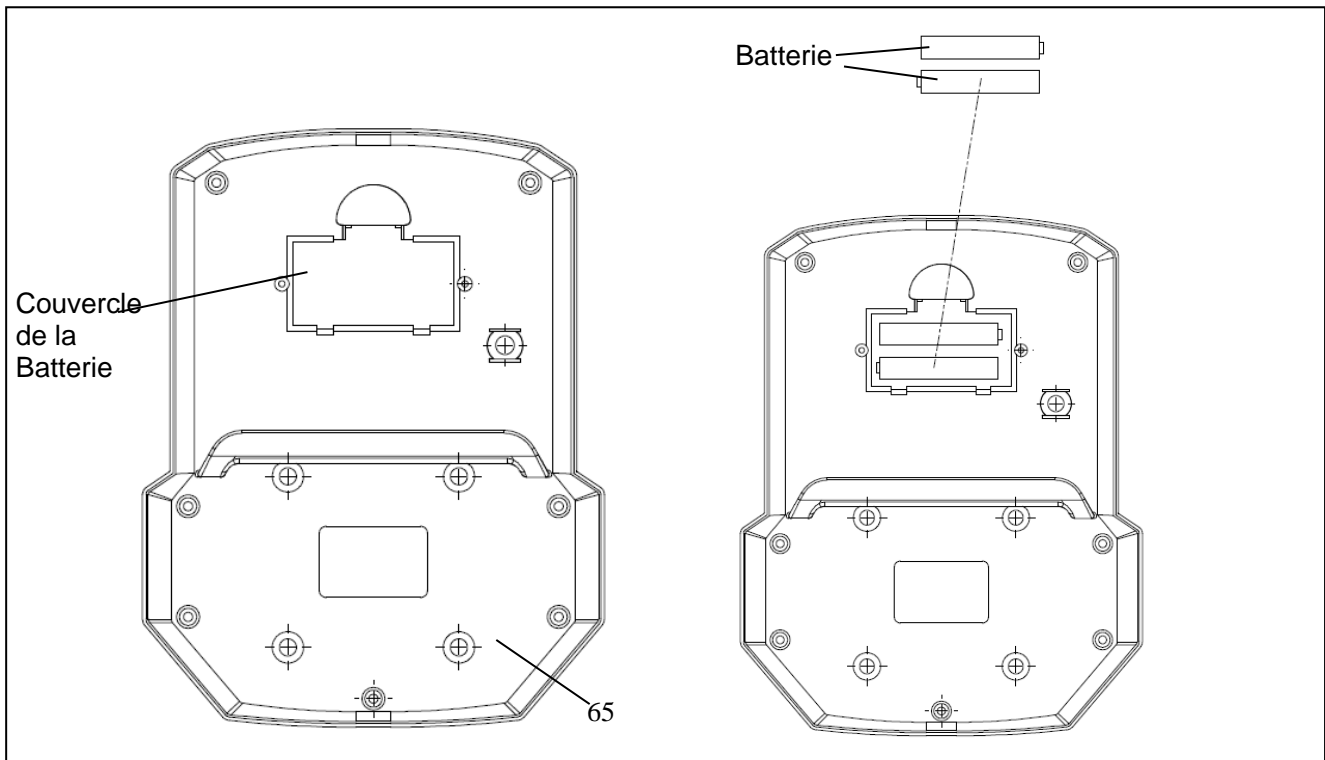
Les niveaux de tension sont réglés entre le niveau 1, le plus faible, et le niveau 8, le plus élevé.



## DÉPLACER LE VÉLO

Soulevez le vélo par le **Stabilisateur Arrière (N° 3)** jusqu'à ce que les **Roues de Transport (N° 61)** touchent le sol. Avec les **Roues de Transport (N° 61)** au sol, vous pouvez facilement transporter le vélo jusqu'à l'endroit souhaité.

# **INSTALLATION ET REMPLACEMENT DES BATTERIES**



## **INSTALLATION DE LA BATTERIE**

1. Retirer 2 batteries AAA du boîtier de l'appareil de mesure.
2. Appuyer sur la boucle du couvercle des batteries sur le **Compteur (N° 65)**, puis retirer le couvercle des batteries.
3. Installer 2 batteries AAA dans le compartiment à batteries situé à l'arrière du **Compteur (N° 65)**. Faites attention aux pôles + et - des batteries avant de les installer.
4. Appuyez sur la boucle du couvercle des batteries, puis remplacez le couvercle des batteries à l'arrière du **Compteur (N° 65)**.

*L'installation est terminée !*

## **REPLACEMENT DE LA BATTERIE**

1. Appuyez sur la boucle du couvercle de la batterie à l'arrière du **Compteur (N° 65)**, puis retirez le couvercle de la batterie.
2. Retirez les 2 batteries AAA usagées du boîtier des batteries et installez 2 batteries AAA neuves dans le boîtier des batteries à l'arrière du **Compteur (N° 65)**. Faites attention aux pôles + et - des batteries avant de les installer.
3. Appuyez sur la boucle du couvercle des batteries, puis remplacez le couvercle des batteries à l'arrière du **Compteur (N° 65)**.

*Le remplacement est terminé !*

## **ÉLIMINATION DES BATTERIES**

Mettez les batteries au rebut conformément aux lois et réglementations en vigueur dans votre région. Certaines batteries peuvent être recyclées. Lors de la mise au rebut ou du recyclage, ne mélangez pas les types de batteries.

# COMPTEUR D'EXERCICE

## **BOUTONS DE FONCTION:**

**MODE:** Appuyez sur le bouton pour sélectionner la TMR (TEMPS), la DST (DISTANCE) et les CAL (CALORIES) à pré-régler. Appuyez sur le bouton pour que la fonction de sélection affiche la valeur sur l'écran LCD ou entrez après le réglage.

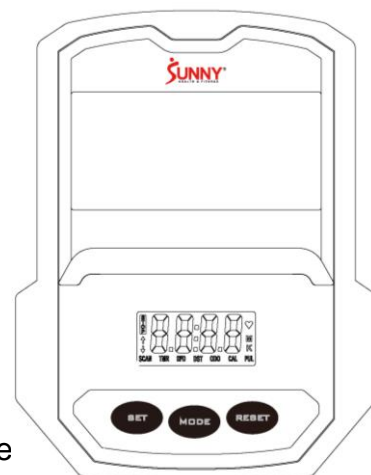
Appuyez sur le bouton et maintenez-le enfoncé pendant 3 secondes pour remettre toutes les valeurs à zéro, à l'exception de l'odomètre.

(Lorsque l'utilisateur remplace les piles, toutes les valeurs sont automatiquement remises à zéro).

**SET:** Pour définir la valeur cible de la TMR (TEMPS), de la DST (DISTANCE) et des CAL (CALORIES). Appuyez sur le bouton et maintenez-le enfoncé pendant 2 secondes pour accélérer l'incréméntation.

**RESET (RÉINITIALISER):** Appuyez sur la touche pour réinitialise lors du réglage.

Appuyez sur le bouton et maintenez-le enfoncé pendant 3 secondes pour remettre à zéro toutes les valeurs, à l'exception de l'odomètre (lorsque l'utilisateur remplace les piles, toutes les valeurs sont automatiquement remises à zéro).



## **FONCTIONS ET OPÉRATIONS:**

### **1. INSTALLATION DES BATTERIES:**

Installez 2 batteries AAA 1,5V dans le compartiment à batteries situé à l'arrière de l'appareil. (Lorsque les batteries sont retirées, toutes les valeurs des fonctions sont remises à zéro).

### **2. AUTO ON/OFF:**

Lorsque l'utilisateur commence à faire de l'exercice, le lecteur affiche automatiquement la valeur de l'exercice. Après environ 4 minutes d'inactivité, le compteur s'éteint. La valeur du compteur kilométrique n'est pas remise à zéro lorsque le compteur s'éteint. Lorsque l'utilisateur recommence à faire de l'exercice, la valeur de la séance d'entraînement de l'odomètre s'accumule continuellement.

### **3. AUTO SCAN:**

Après la mise sous tension du compteur, appuyez sur le bouton MODE et l'écran LCD affichera toutes les valeurs de fonction: TMR (TEMPS) – SPD (VITESSES) – DST (DISTANCE) – CAL (CALORIES) – ODO (ODOMETRE) – PUL (IMPULSION). Chaque valeur est maintenue pendant 6 secondes.

### **4. SPD (VITESSE):**

Affiche la vitesse d'entraînement actuelle de 0,0 à 99,9 MPH (miles par heure).

### **5. DST (DISTANCE):**

Accumule la distance totale de 0,00 à 9999 M (miles). L'utilisateur peut pré-régler la distance cible en appuyant sur les boutons SET & MODE. Chaque incrément est de 0,1 M (miles). Le compte à rebours se fait automatiquement à partir de la valeur cible pendant l'exercice.

### **6. TMR (TEMPS):**

Accumule le temps total de 00:00 à 99:59. L'utilisateur peut pré-régler le temps cible en appuyant sur les boutons SET & MODE. Chaque incrément est de 1 minute. Le décompte se fait automatiquement à partir de la valeur cible pendant l'exercice.

### **7. CAL (CALORIES):**

Accumule les calories brûlées pendant l'entraînement de 0,0 à 9999 (Cal). L'utilisateur peut également pré-régler les calories cibles avant l'entraînement en appuyant sur les boutons SET & MODE. Chaque incrément de réglage est de 1 Cal.

Le décompte se fait automatiquement à partir de la valeur cible pendant l'exercice.

**REMARQUE : Ces données sont un guide approximatif qui ne peut être utilisé dans le cadre d'un traitement médical.**

#### 8. ODO (ODOMETRE) :

Affiche la distance totale accumulée de 0,0 à 9999 M (miles). L'utilisateur peut également appuyer sur le bouton MODE pour afficher la valeur de l'odomètre.

#### 9. PUL (IMPULSION) :

Le compteur affiche la fréquence cardiaque de l'utilisateur en battements par minute (BPM) pendant l'entraînement.

**REMARQUE : Ces données sont des indications approximatives qui ne peuvent pas être utilisées dans le cadre d'un traitement médical.**

#### 10. RESET (RÉINITIALISER):

Appuyez sur le bouton et maintenez-le enfoncé pendant 3 secondes pour remettre toutes les valeurs à zéro, à l'exception de l'odomètre.

#### REMARQUE :

1. Si l'affichage du compteur est anormal, réinstallez les nouvelles batteries et réessayez. Changez toujours les deux batteries en même temps. Ne mélangez pas les types de batteries et ne mélangez pas les batteries neuves et les batteries usagées.
2. Spécifications des Batteries: 1,5V UM-4 ou AAA (2PCS).
3. Éliminez les piles en toute sécurité, conformément aux directives nationales et régionales.

### CONNEXION À L'APPLICATION:

Conecte el equipo inteligente a la SunnyFit App:

1. Scannez pour télécharger SunnyFit à partir de l'app store:



2. Assurez-vous que la fonction Bluetooth est activée sur votre appareil mobile.
3. Si vous utilisez l'application SunnyFit pour la première fois, suivez les instructions in-app pour vous inscrire à votre compte SunnyFit gratuit et vous connecter.
4. Commencez toute activité d'entraînement correspondant à votre équipement intelligent, puis suivez les invites à l'écran pour rechercher votre équipement intelligent et vous y connecter.
5. Une fois connecté, vos statistiques et vos records seront affichés à la fin de votre cours/session et enregistrés dans le profil de votre compte.

Dépannage:

- Si vous ne parvenez pas à connecter votre équipement intelligent, visitez le site [www.sunnyfit.com/guide](http://www.sunnyfit.com/guide) ou scannez le code QR ci-dessous:



- Si vous avez besoin d'une assistance supplémentaire, veuillez contacter [support@sunnyfit.com](mailto:support@sunnyfit.com).

# LISTE DE PIÈCES

N°	Description	Spéc.	Qté.
1	Cadre Principal		1
2	Stabilisateur Avant		1
3	Stabilisateur Arrière		1
4	Poteau de Guidon		1
5L	Barre Oscillante Gauche		1
5R	Barre Oscillante Droite		1
6L-1	Bras de Connexion Gauche		1
6R-1	Bras de Connexion Droite		1
7L	Guidon Gauche		1
7R	Guidon Droite		1
8	Support de Siège		1
9	Guidon Arrière		1
10	Poignée Réglable		1
11	Rail de Siège		1
12	Axe		1
13	Plaque Fixe		1
14	Vis	ST3.5x8	4
15	Boulon de Réglage	M8x10	1
16	Vis	M6x10	2
17	Vis	M6x16	2
18	Boulon	M8x50	2
19	Boulon	M8x45	2
20	Boulon	M8x40	6
21	Écrou en Nylon	M6	1
22	Vis	M8x20	9
23L	Écrou en Nylon Gauche	B0.5x20	1
23R	Écrou en Nylon Droite	B0.5x20	1
24-1	Bague en Alliage	Φ17xΦ34x8.5	2
25-1	Palier	Φ12.8x28.6xΦ31x7.9	2
26	Rondelle d'Arc	D8xΦ20x2xR25	12
27	Boulon de Chariot	M8x65	4
28	Boulon de Chariot	M8x60	1
29	Boulon de Chariot	M8x35	4
30	Vis Hexagonale	M8x20	2
31	Ecrou Hexagonal	M10	1
32	Ecrou Hexagonal	M8	2
33	Ecrou Borgne	M8	8
34	Écrou en Nylon	M8	6
35	Manivelle	B0.5x20	1
36	Rondelle Ondulée	Φ20xΦ28x0.3	2
37	Bouchon Rond	25x3	2
38	Rondelle Plate	D8xΦ32x2	2
39	Rondelle Plate	D8xD16x1.5	16

N°	Description	Spéc.	Qté.
40	Roue Excentrique	Φ25x38	1
41	Rondelle Elastique	D8	7
42	Bague en Alliage	Φ18xΦ8.1x10	4
43-1	Entretoise	D28.5xΦ34x3.4	2
44	Axe Long	Φ19x300	1
45L-1	Pédale Gauche	YH-30	1
45R-1	Pédale Droite	YH-30	1
46	Poignée en Mousse	Φ24xT3x290	2
47	Poignée en Mousse	Φ24xT3x480	2
48	Poignée	Noir	1
49	Capuchon Arrière	Φ50	2
50	Bouchon de Fil	Φ12.5	2
51	Coussin Réglable	Φ38x18	2
52	Coussin de Support	M10x60	1
53	Bouchon Carré	60x30x2	2
54	Bague en Plastique	Φ32x28	6
55	Bloc Supérieur	38x34x36.2	1
56	Capuchon Avant	Φ50x1.5	2
57	Bouchon Rond	Φ28x1.5	2
58	Bouchon Rond	Φ25x1.5	2
59	Bouchon Carré	38x38x1.5	2
60	Manchon	80x40x1.5	2
61	Roue de Transport	Φ42xΦ8xL121	2
62	Siège		1
63	Dossier		1
64	Capuchon d'écrou	S13	2
65	Compteur		1
65a	Fil de Connexion du Capteur du Compteur		1
65b	Fil de Connexion de l'Impulsion du Compteur		1
66	Capteur d'Impulsion		2
67	Vis	M5x15	1
68	Rondelle d'Arc	D5xΦ20	1
69	Vis	ST4.2x18	2
70	Vis	M5x10	4
71a	Contrôleur de Tension		1
71b	Câble de Tension		1
72	Crochet de Tension	1150 mm	1
73	Fil d'Extension du Capteur 1	650 mm	1
74	Fil d'Extension du Capteur 2	650 mm	1
75	Fil d'Impulsion	700 mm	1
76	Fil d'Extension d'Impulsion 1	2000 mm	1
77	Fil d'Extension d'Impulsion 2	650 mm	1
78	Rondelle Elastique	D13	2

N°	Description	Spéc.	Qté.
79	Tringlerie de Roue Libre		1
80L	Couvercle de Courroie Gauche		1
80R	Couvercle de Courroie Droite		1
81	Couvercle de Manivelle	Φ60xΦ30x8.5	2
82	Scellage	Φ50	1
83	Poulie de Courroie	Φ220	1
84	Bouchon	Φ25x22	2
85	Courroie	350 PJ6	1
86	Logement de Palier	72x56x11	2
87	Roue Libre	Φ39x24	1
88	Vis	ST4.2x19	5
89	Vis à tête Phillips	ST4.2x18	8
90	Vis à tête Phillips	M6x10	4
91	Vis	M6x8	2
92	Rondelle Elastique	D12	3
93	Volant	Φ200x40	1
94	Vis	Φ14xΦ10xM8x20.5	1
95	Boulon Hexagonal	M5x60	1
96	Vis Hexagonale	M6x15	5
97	Ecrou Hexagonal	M5	2
98	Ecrou	4.5x32x32	2
99	Rondelle	Φ22.6xΦ28x2.5	1
100	Ecrou de Blocage-L	Φ45xH3.5	1
101	Palier à Face Ouverte	Φ45.8x8.8	2

N°	Description	Spéc.	Qté.
102	Logement de Palier	2.5x76x76	2
103	Ecrou de Blocage-R	Φ45xH3.5	1
104	Grande Rondelle Plate	Φ25.2xΦ38x1	1
105	Support du Capteur		1
106	Boulon de Ceinture Réglable	M6x36	1
107	Axe du Tableau Magnétique	Φ12x61	1
108	Rondelle Ondulée	D12xΦ15.5x0.3	2
109	Rondelle Plate	D6xΦ16x1.5	3
110	Rondelle Plate	D6xD12x1.2	2
111	Rondelle Plate	D10xΦ14x1	1
112	Axe de Volant	Φ20x103	1
113	Support de Palier	72x56x1.5	2
114	Aimant	40x25x10	4
115	Rondelle Elastique	D6	5
116	Ressort	Φ1.6xΦ15xL47.2	1
117	Ressort	Φ3xΦ18xL58.5	1
118	Palier	6001RS	4
119	Clé	S13,S14,S15	1
120	Clé Allen	S6	1
121	Clé Allen	S5	1
122	Clé	S13,S14	1
123	Clé	S17,S19	1
124	Tableau Magnétique		1

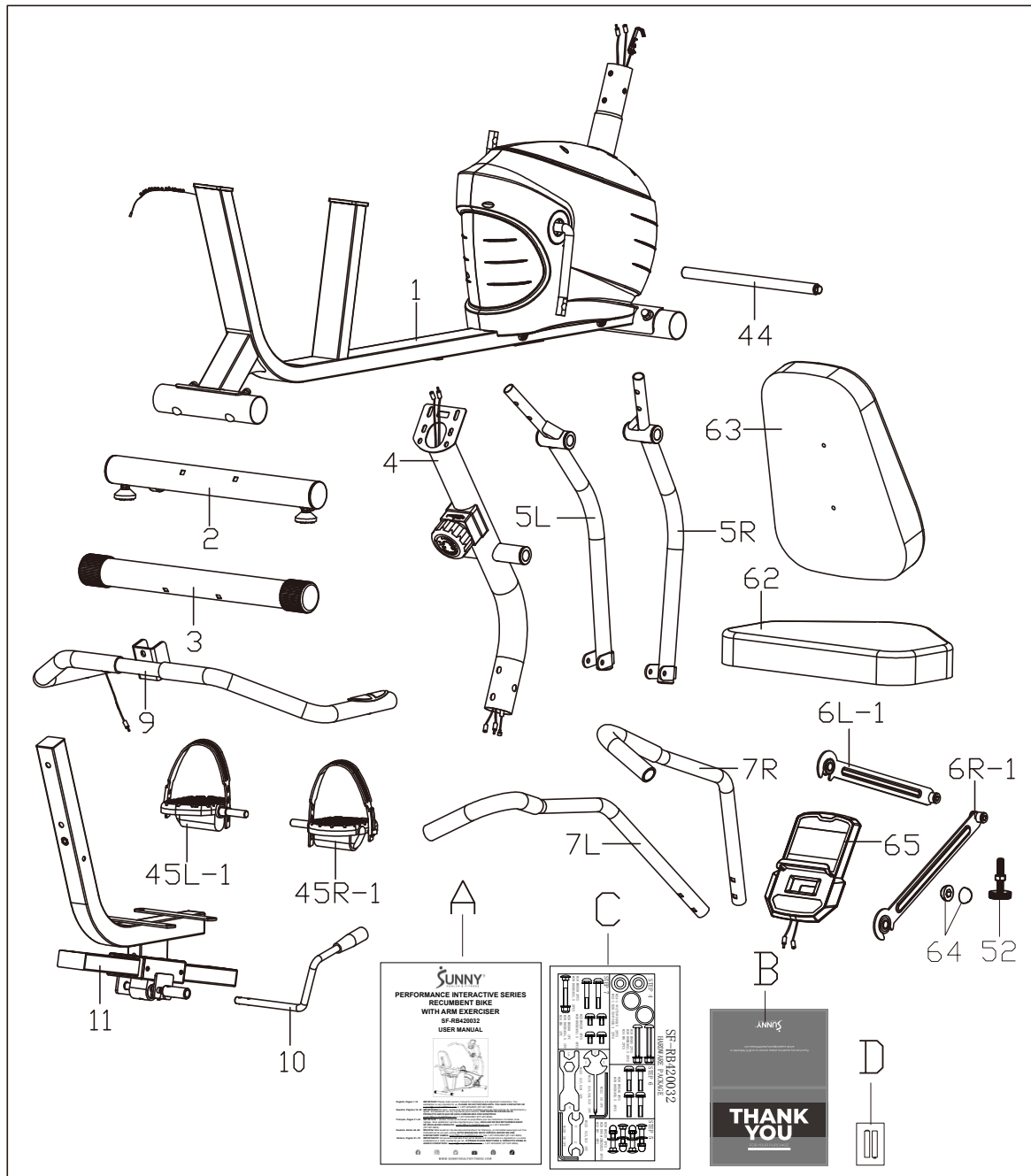
# **WICHTIGE SICHERHEITSINFORMATIONEN**

Wir danken Ihnen, dass Sie sich für unser Produkt entschieden haben. Um Ihre Sicherheit und Gesundheit zu gewährleisten, bitten wir Sie, dieses Gerät richtig zu benutzen. Es ist wichtig, dass Sie diese Anleitung vor dem Zusammenbau und der Verwendung des Geräts vollständig lesen. Eine sichere und effektive Nutzung kann nur erreicht werden, wenn das Gerät richtig zusammengebaut, gewartet und benutzt wird. Es liegt in Ihrer Verantwortung, dafür zu sorgen, dass alle Benutzer des Geräts über alle Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen informiert sind.

1. Bevor Sie mit einem Trainingsprogramm beginnen, sollten Sie Ihren Arzt konsultieren, um festzustellen, ob bei Ihnen medizinische oder körperliche Beschwerden vorliegen, die Ihre Gesundheit und Sicherheit gefährden oder Sie daran hindern könnten, das Gerät ordnungsgemäß zu 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 der Brust, unregelmäßiger Herzschlag, Kurzatmigkeit, Benommenheit, Schwindelgefühl oder Übelkeit. Wenn Sie eines dieser Symptome verspüren, sollten Sie Ihren Arzt konsultieren, bevor Sie mit Ihrem Trainingsprogramm fortfahren.
3. Halten Sie Kinder und Haustiere von dem Gerät fern. Das Gerät ist nur für Erwachsene bestimmt.
4. Verwenden Sie das Gerät auf einer festen, ebenen Fläche mit einer Schutzabdeckung für Ihren Fußboden oder Teppich. Um die Sicherheit zu gewährleisten, sollte um das Gerät herum ein Freiraum von mindestens 1,2 m (4 Fuß) vorhanden sein.
5. Stellen Sie sicher, dass alle Schrauben und Muttern fest angezogen sind, bevor Sie das Gerät benutzen. Die Sicherheit des Geräts kann nur aufrechterhalten werden, wenn es regelmäßig auf Schäden und/oder Verschleiß untersucht wird.
6. Benutzen Sie das Gerät immer wie angegeben. Wenn Sie beim Zusammenbau oder bei der Überprüfung des Geräts defekte Teile feststellen oder wenn Sie während des Trainings ungewöhnliche Geräusche aus dem Gerät hören, stellen Sie die Benutzung des Geräts sofort ein und benutzen Sie es nicht, bis das Problem behoben ist.
7. Tragen Sie bei der Benutzung des Geräts geeignete Kleidung. Vermeiden Sie es, lose Kleidung zu tragen, die sich im Gerät verfangen könnte.
8. Stecken Sie keine Finger oder Gegenstände in die beweglichen Teile des Geräts.
9. Die maximale Gewichtskapazität dieses Geräts beträgt 120 kgs (265 lbs).
10. Das Gerät ist nicht für den therapeutischen Einsatz geeignet.
11. Seien Sie beim Anheben und Bewegen des Geräts vorsichtig. Wenden Sie immer die richtige Hebeteknik an und holen Sie bei Bedarf Hilfe.
12. Ihr Produkt ist für den Gebrauch unter kühlen, trockenen Bedingungen vorgesehen. Vermeiden Sie die Lagerung in extrem kalten, heißen oder feuchten Räumen, da dies zu Korrosion und anderen damit verbundenen Problemen führen kann.
13. Dieses Gerät ist nur für den Gebrauch in Innenräumen und zu Hause bestimmt! Es ist nicht für den gewerblichen Gebrauch bestimmt!

# CHECKLISTE VOR DEM ZUSAMMENBAU

Bevor Sie mit dem Zusammenbau beginnen, vergewissern Sie sich bitte, dass alle Teile vorhanden sind.



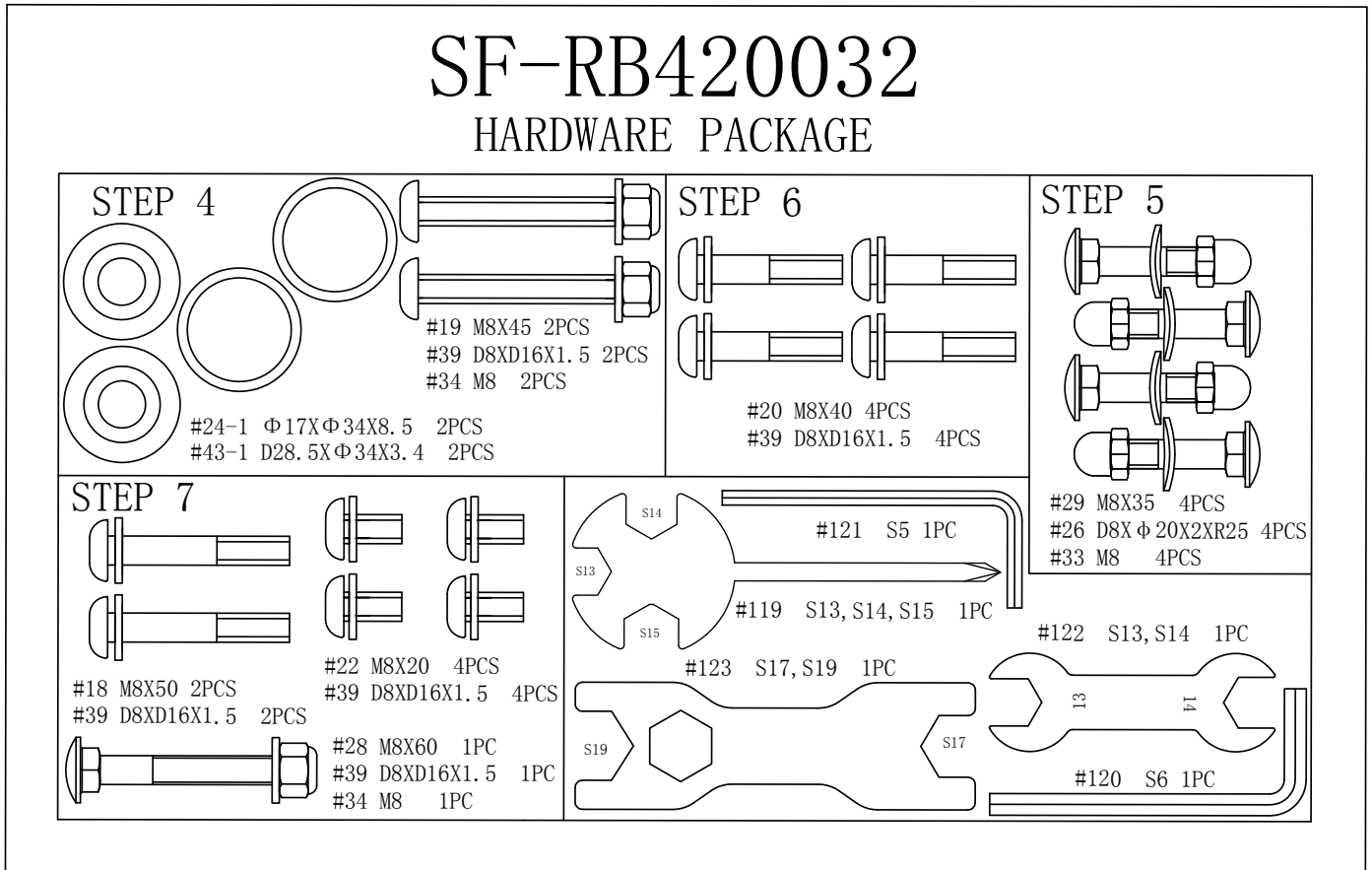
Nr.	Beschreibung	Spez.	Anz.
1	Hauptrahmen		1
2	Vorderer Stabilisator		1
3	Hinterer Stabilisator		1
4	Lenkersäule		1
5L	Linken Schaukelstange		1
5R	Rechten Schaukelstange		1
6L-1	Linken Verbindungsarm		1
6R-1	Rechten Verbindungsarm		1
7L	Linken Lenker		1
7R	Rechten Lenker		1
9	Hinterer Lenker		1
10	Verstellbarer Handgriff		1
11	Sitzschiene		1

Nr.	Beschreibung	Spez.	Anz.
44	Lange Achse	Φ19×300	1
45L-1	Linken Pedal	YH-30	1
45R-1	Rechten Pedal	YH-30	1
52	Stützpolster		1
62	Sitz		1
63	Rückenlehne		1
64	Mutterkappe	S13	2
65	Messgerät	TZ4112	1
A	Handbuch		1
B	Dankeskarte		1
C	Hardware-Paket		1
D	Batterie	AAA	2



# HARDWARE-PAKET

## SF-RB420032 HARDWARE PACKAGE



### Bestellung von Ersatzteilen (nur für Kunden aus den USA und Kanada)

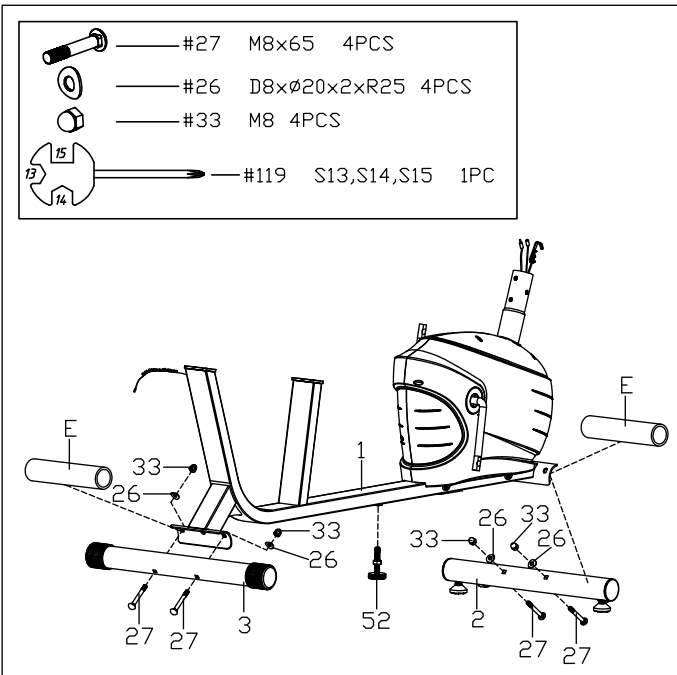
Bitte geben Sie die folgenden Informationen an, damit wir das/die benötigte(n) Teil(e) genau identifizieren können:

- ✓ Die Modellnummer (auf dem Umschlag des Handbuchs zu finden)
- ✓ Der Produktname (auf dem Umschlag des Handbuchs zu finden)
- ✓ Die Teilenummer, die auf der "EXPLOSIONSZEICHNUNG" (Seiten 76) und der "TEILELISTE" (Seiten 59-60) zu finden ist

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

# MONTAGEANLEITUNG

Wir schätzen Ihre Erfahrung mit den Produkten von Sunny Health and Fitness. Wenn Sie Hilfe bei der Beschaffung von Ersatzteilen oder bei der Fehlersuche benötigen, wenden Sie sich bitte an [support@sunnyhealthfitness.com](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) oder 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



## SCHRITT 1

Entfernen Sie die 2 **Papierhülsen (Nr. E)**, 4 **Schlittenbolzen (Nr. 27)**, 4 **Bogen Unterlegscheiben (Nr. 26)** und 4 **Hutmuttern (Nr. 33)** mit dem **Schraubenschlüssel (Nr. 119)** vom **Hauptrahmen (Nr. 1)**.

**HINWEIS:** Sie können die 2 **Papierhülsen (Nr. E)** wegwerfen oder sie aufbewahren, um den Artikel in Zukunft wieder zu verpacken.

Befestigen Sie den **Vorderen Stabilisator (Nr. 2)** und den **Hinteren Stabilisator (Nr. 3)** am **Hauptrahmen (Nr. 1)** mit 4 **Schlittenbolzen (Nr. 27)**, 4 **Bogen Unterlegscheiben (Nr. 26)** und 4 **Hutmuttern (Nr. 33)**, die soeben mit dem **Schraubenschlüssel (Nr. 119)** entfernt wurden.

Ziehen Sie das **Stützpolster (Nr. 52)** an der Unterseite des **Hauptrahmens (Nr. 1)** fest.

Wir schätzen Ihre Erfahrung mit den Produkten von Sunny Health and Fitness. Wenn Sie Hilfe bei der Beschaffung von Ersatzteilen oder bei der Fehlersuche benötigen, wenden Sie sich bitte an [support@sunnyhealthfitness.com](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) oder 1-877-90SUNNY (877-907-8669).

## SCHRITT 2

Entfernen Sie 4 **Schrauben (Nr. 22)**, 4 **Federscheiben (Nr. 41)** und 4 **Bogen Unterlegscheiben (Nr. 26)** mit dem **Inbus-Schlüssel (Nr. 120)** vom **Haupttrahmen (Nr. 1)**.

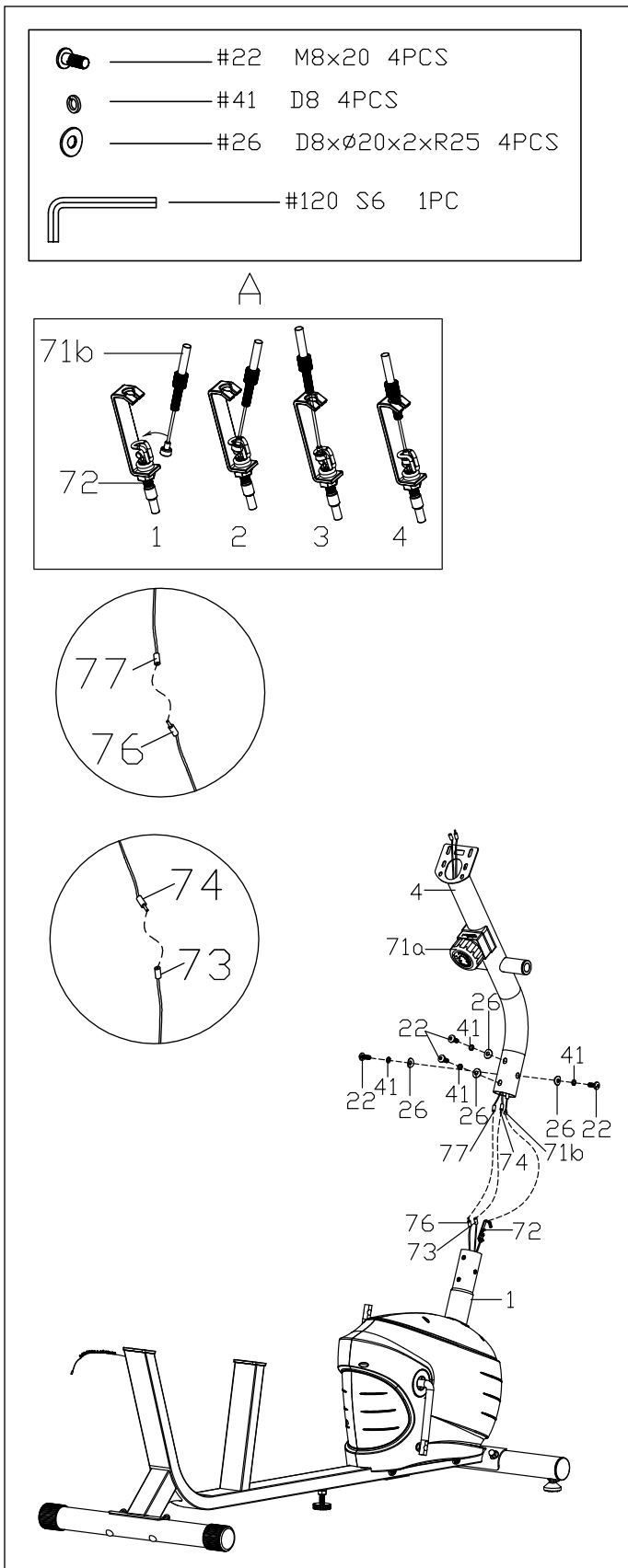
**HINWEIS:** Vergewissern Sie sich, dass der **Spannungsregler (Nr. 71a)** auf der niedrigsten Stufe steht, bevor Sie das Kabel anschließen. Dadurch wird sichergestellt, dass sich die Kabel an ihrem längsten Punkt befinden. Wir empfehlen die Hilfe einer zweiten Person, die die **Lenkersäule (Nr. 4)** hält. Dies erleichtert die Verbindung, wenn Sie den **Spannhaken (Nr. 72)** am **Spannkabel (Nr. 71b)** anbringen.

Befestigen Sie das **Spannkabel (Nr. 71b)** in der Metallhalterung des **Spannhaken (Nr. 72)**, wie in Zeichnung A-① dargestellt. Ziehen Sie dann das **Spannkabel (Nr. 71b)** nach oben und führen Sie es in den Schlitz der Metallhalterung des **Spannhaken (Nr. 72)** ein, wie in der Zeichnung A-③ dargestellt. Vergewissern Sie sich, dass die Metallverschraubung am **Spannkabel (Nr. 71b)** in der Metallhalterung befestigt ist.

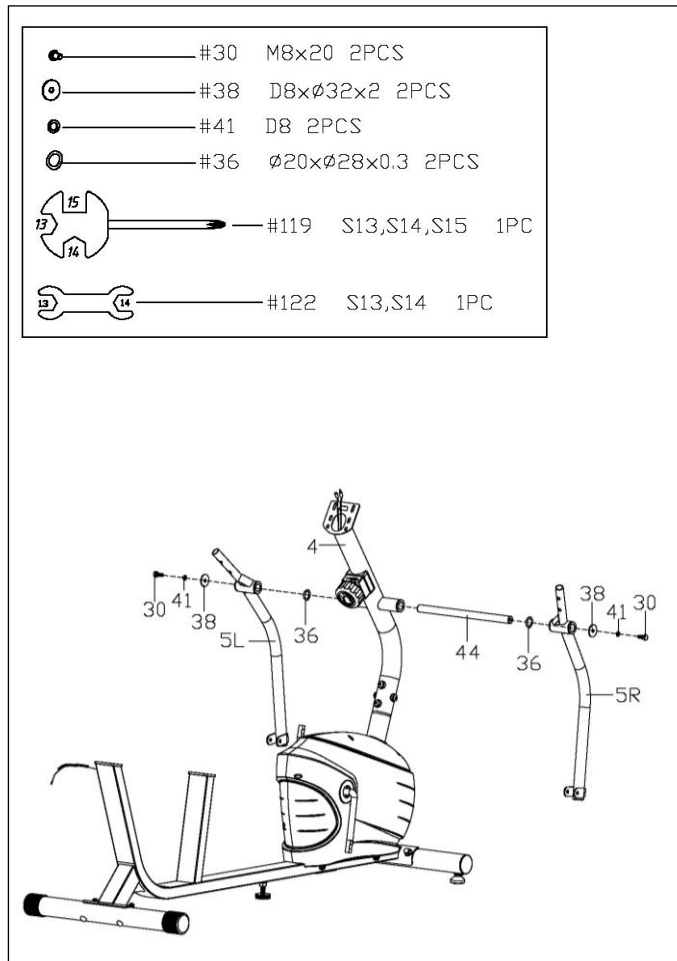
Verbinden Sie das **Impuls-Verlängerungsdraht 2 (Nr. 77)** mit dem **Impuls-Verlängerungsdraht 1 (Nr. 76)** und verbinden Sie das **Sensor-Verlängerungsdraht 2 (Nr. 74)** mit dem **Sensor-Verlängerungsdraht 1 (Nr. 73)**.

Befestigen Sie die **Lenkersäule (Nr. 4)** am **Haupttrahmen (Nr. 1)** mit 4 **Schrauben (Nr. 22)**, 4 **Federscheiben (Nr. 41)** und 4 **Bogen Unterlegscheiben (Nr. 26)**, die gerade entfernt wurden. Mit dem **Inbus-Schlüssel (Nr. 120)** festziehen und sichern.

**HINWEIS:** Schneiden oder quetschen Sie keine Drähte ein, wenn Sie die **Lenkersäule (Nr. 4)** anbringen.



Wir schätzen Ihre Erfahrung mit den Produkten von Sunny Health and Fitness. Wenn Sie Hilfe bei der Beschaffung von Ersatzteilen oder bei der Fehlersuche benötigen, wenden Sie sich bitte an [support@sunnyhealthfitness.com](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) oder 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



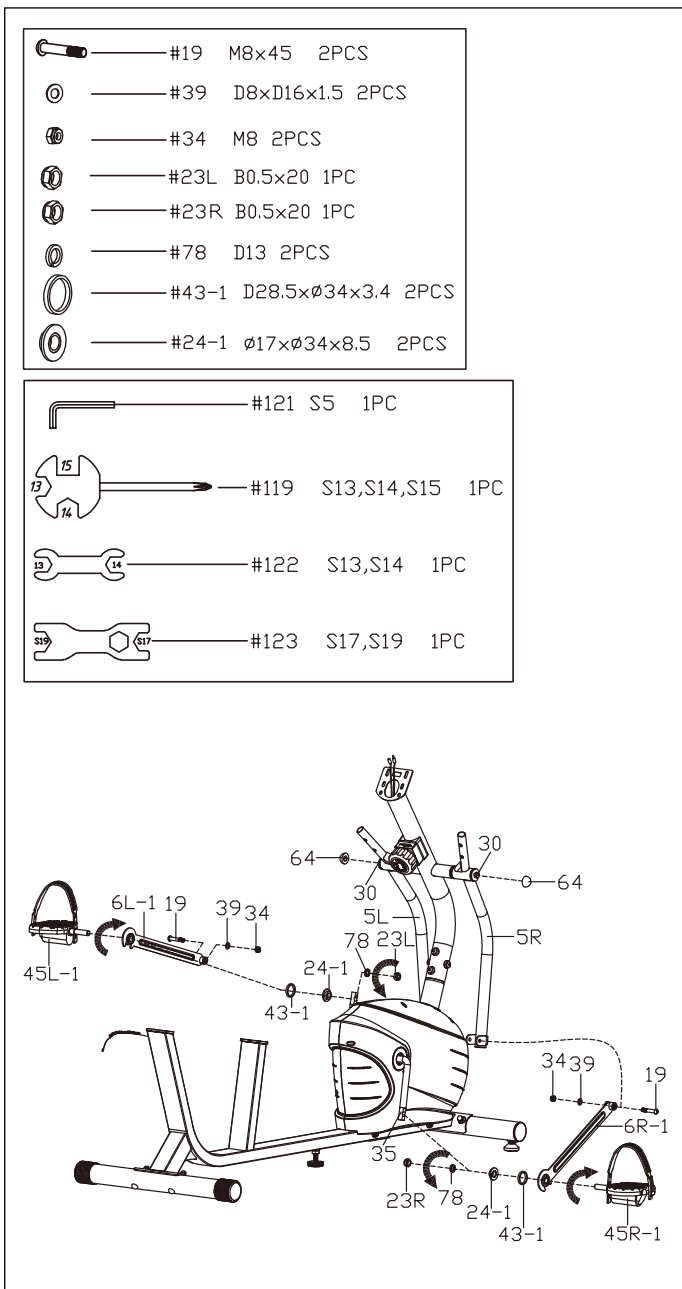
### SCHRITT 3

Entfernen Sie 2 **Sechskantschrauben (Nr. 30)**, 2 **Federscheiben (Nr. 41)**, 2 **Flache Unterlegscheiben (Nr. 38)** und 2 **Wellenunterlegscheiben (Nr. 36)** mit dem **Schraubenschlüssel (Nr. 119)** und dem **Schraubenschlüssel (Nr. 122)** von der **Lange Achse (Nr. 44)**.

Setzen Sie die **Lange Achse (Nr. 44)** in den **Lenkersäule (Nr. 4)** ein, dann setzen Sie die 2 **Wellenunterlegscheiben (Nr. 36)**, die soeben entfernt wurden, auf beiden Seiten der **Lange Achse (Nr. 44)** ein. Befestigen Sie die **Linken & Rechten Schaukelstangen (Nr. 5L & Nr. 5R)** an beiden Seiten der **Lange Achse (Nr. 44)** mit 2 **Flache Unterlegscheiben (Nr. 38)**, 2 **Federscheiben (Nr. 41)** und 2 **Sechskantschrauben (Nr. 30)**, die gerade entfernt wurden. Mit dem **Schraubenschlüssel (Nr. 119)** und dem **Schraubenschlüssel (Nr. 122)** vorspannen.

**HINWEIS:** Ziehen Sie die **Sechskantschrauben (Nr. 30)** noch nicht ganz fest.

Wir schätzen Ihre Erfahrung mit den Produkten von Sunny Health and Fitness. Wenn Sie Hilfe bei der Beschaffung von Ersatzteilen oder bei der Fehlersuche benötigen, wenden Sie sich bitte an [support@sunnyhealthfitness.com](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) oder 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



## SCHRITT 4

Entfernen Sie die **Linken & Rechten Nylon-Muttern (Nr. 23L & Nr. 23R)** und 2 **Federscheiben (Nr. 78)** von den **Linken & Rechten Pedalen (Nr. 45L & Nr. 45R)** mit dem **Schraubenschlüssel (Nr. 123)**.

Befestigen Sie das **Linken Pedal (Nr. 45L-1)** an der linken Seite der **Kurbel (Nr. 35)** mit 1 **Linken Verbindungsarm (Nr. 6L-1)**, 1 **Abstandshalter (Nr. 43-1)** und 1 **Legierungsbuchse (Nr. 24-1)**. Drehen Sie das **Linken Pedal (Nr. 45L-1)** gegen den Uhrzeigersinn so fest wie möglich mit der Hand. Verwenden Sie den **Schraubenschlüssel (Nr. 119)**, um die Pedalschraube am **Linken Pedal (Nr. 45L-1)** festzuhalten. Schrauben Sie mit dem **Schraubenschlüssel (Nr. 123)** 1 **Federscheibe (Nr. 78)** und 1 **SCHWARZE Linken Nylon-Mutter (Nr. 23L)** im Uhrzeigersinn auf das Ende des **Linken Pedal (Nr. 45L-1)**.

Befestigen Sie das **Rechten Pedal (Nr. 45R-1)** an der rechten Seite der **Kurbel (Nr. 35)** mit 1 **Rechten Verbindungsarm (Nr. 6R-1)**, 1 **Abstandshalter (Nr. 43-1)** und 1 **Legierungsbuchse (Nr. 24-1)**. Drehen Sie das **Rechten Pedal (Nr. 45R-1)** im Uhrzeigersinn so fest, wie Sie es mit der Hand können. Verwenden Sie den **Schraubenschlüssel (Nr. 119)**, um die Pedalschraube am **Rechten Pedal (Nr. 45R-1)** in Position zu halten. Verwenden Sie den **Schraubenschlüssel (Nr. 123)**, um 1 **Federscheibe (Nr. 78)** und 1 **WEISSE Rechten Nylon-Mutter (Nr. 23R)** gegen den Uhrzeigersinn auf das Ende des **Rechten Pedal (Nr. 45R-1)** zu schrauben.

**HINWEIS:** Ziehen Sie die **Linken & Rechten Pedalen (Nr. 45L & Nr. 45R)** und **Linken & Rechten Nylon-Muttern (Nr. 23L & Nr. 23R)** zu diesem Zeitpunkt noch nicht ganz fest. Wenn Sie die **Linken & Rechten Pedalen (Nr. 45L & Nr. 45R)** auf der falschen Seite der **Kurbel (Nr. 35)** anbringen oder sie in die falsche Richtung drehen, kann die **Kurbel (Nr. 35)** beschädigt werden.

Befestigen Sie die **Linken & Rechten Schaukelstangen (Nr. 5L & Nr. 5R)** an den **Linken & Rechten Verbindungsarmen (Nr. 6L & Nr. 6R)** mit 2 **Bolzen (Nr. 19)**, 2 **Flache Unterlegscheiben (Nr. 39)** und 2 **Nylon-Muttern (Nr. 34)** unter Verwendung des **Inbus-Schlüssels (Nr. 121)** und des **Schraubenschlüssels (Nr. 119)**.

**HINWEIS:** Ziehen Sie die 2 **Bolzen (Nr. 19)** zu diesem Zeitpunkt noch nicht ganz fest.

Befestigen Sie zunächst die **Linken & Rechten Pedalen (Nr. 45L & Nr. 45R)** und **Linken & Rechten Nylon-Muttern (Nr. 23L & Nr. 23R)** mit dem **Schraubenschlüssel (Nr. 123)** und dem **Schraubenschlüssel (Nr. 119)**.

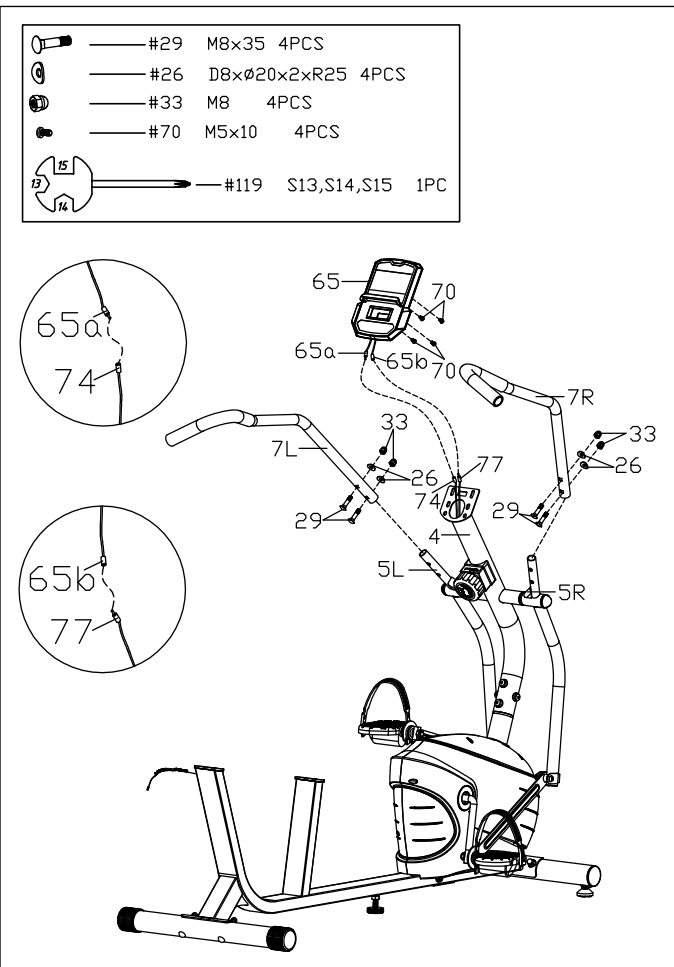
Zweitens: Befestigen Sie 2 **Bolzen (Nr. 19)** und 2 **Nylon-Muttern (Nr. 34)** mit dem **Inbus-Schlüssel (Nr. 121)** und dem **Schraubenschlüssel (Nr. 119)**.

Dann die 2 **Sechskantschrauben (Nr. 30)** für SCHRITT 3 mit dem **Schraubenschlüssel (Nr. 119)** und dem **Schraubenschlüssel (Nr. 122)** befestigen.

Zum Schluss mit 2 **Mutterkappen (Nr. 64)** abdecken.

**HINWEIS:** Vergewissern Sie sich, dass alle Schrauben und Unterlegscheiben vorhanden und teilweise eingeschraubt sind, bevor Sie sie ganz anziehen.

Wir schätzen Ihre Erfahrung mit den Produkten von Sunny Health and Fitness. Wenn Sie Hilfe bei der Beschaffung von Ersatzteilen oder bei der Fehlersuche benötigen, wenden Sie sich bitte an [support@sunnyhealthfitness.com](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) oder 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



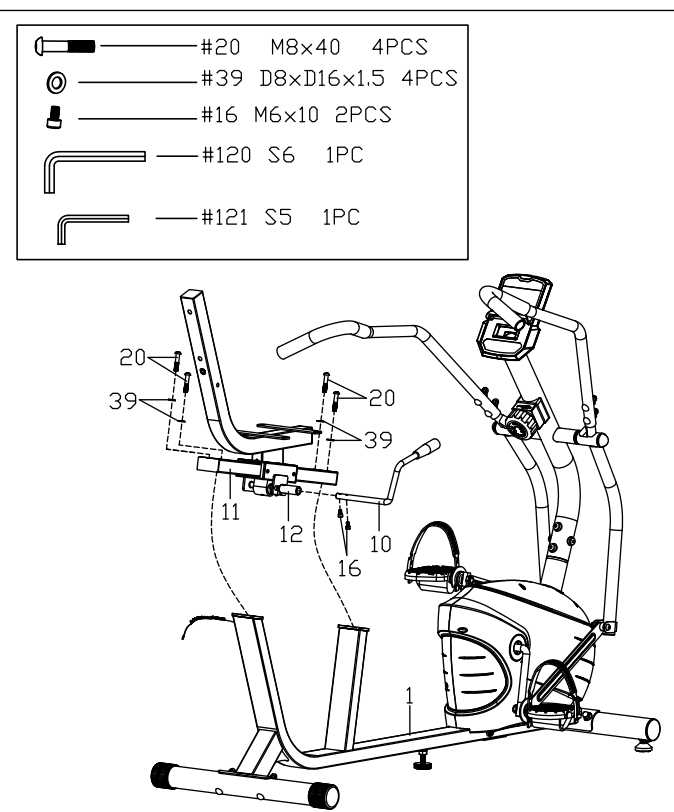
## SCHRITT 5

Befestigen Sie **Linken & Rechten Lenkern (Nr. 7L & Nr. 7R)** an **Linken & Rechten Schaukelstangen (Nr. 5L & Nr. 5R)** mit **4 Schlittenbolzen (Nr. 29)**, **4 Bogen Unterlegscheiben (Nr. 26)** und **4 Hutmuttern (Nr. 33)**. Anziehen und mit **Schraubenschlüssel (Nr. 119)** sichern.

Die vormontierten **4 Schrauben (Nr. 70)** mit dem **Schraubenschlüssel (Nr. 119)** vom **Messgerät (Nr. 65)** entfernen.

Verbinden Sie den **Impuls-Verlängerungsdraht 2 (Nr. 77)** mit dem **Messgerät Impuls Verbindungskabel (Nr. 65b)**, und verbinden Sie den **Sensor-Verlängerungsdraht 2 (Nr. 74)** mit dem **Messgerät Sensor Verbindungskabel (Nr. 65a)**.

Befestigen Sie das **Messgerät (Nr. 65)** an der Halterung der **Lenkersäule (Nr. 4)** mit den **4 Schrauben (Nr. 70)**, die soeben mit dem **Schraubenschlüssel (Nr. 119)** entfernt wurden.



## SCHRITT 6

Befestigen Sie die **Sitzschiene (Nr. 11)** am **Haupttrahmen (Nr. 1)** mit **4 Bolzen (Nr. 20)** und **4 Flache Unterlegscheiben (Nr. 39)**. Mit dem **Inbus-Schlüssel (Nr. 120)** festziehen und sichern.

Entfernen Sie **2 Schrauben (Nr. 16)** vom **Verstellbaren Handgriff (Nr. 10)** mit dem **Inbus-Schlüssel (Nr. 121)**.

Befestigen Sie den **Verstellbaren Handgriff (Nr. 10)** an der **Achse (Nr. 12)** mit den **2 Schrauben (Nr. 16)**, die gerade entfernt wurden. Ziehen Sie sie fest und sichern Sie sie mit dem **Inbus-Schlüssel (Nr. 121)**.

Wir schätzen Ihre Erfahrung mit den Produkten von Sunny Health and Fitness. Wenn Sie Hilfe bei der Beschaffung von Ersatzteilen oder bei der Fehlersuche benötigen, wenden Sie sich bitte an [support@sunnyhealthfitness.com](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) oder 1-877-90SUNNY (877-907-8669).

## SCHRITT 7

Entfernen Sie 1 **Schraube (Nr. 22)**, 1 **Federscheibe (Nr. 41)** und 1 **Flache Unterlegscheibe (Nr. 39)** mit dem **Inbus-Schlüssel (Nr. 120)** von der **Sitzstütze (Nr. 8)**.

Befestigen Sie den **Hinteren Lenker (Nr. 9)** an der **Sitzstütze (Nr. 8)** mit 1 **Schraube (Nr. 22)**, 1 **Federscheibe (Nr. 41)** und 1 **Flache Unterlegscheibe (Nr. 39)**, die gerade entfernt wurden. Ziehen Sie sie mit dem **Inbus-Schlüssel (Nr. 120)** fest und sichern Sie sie.

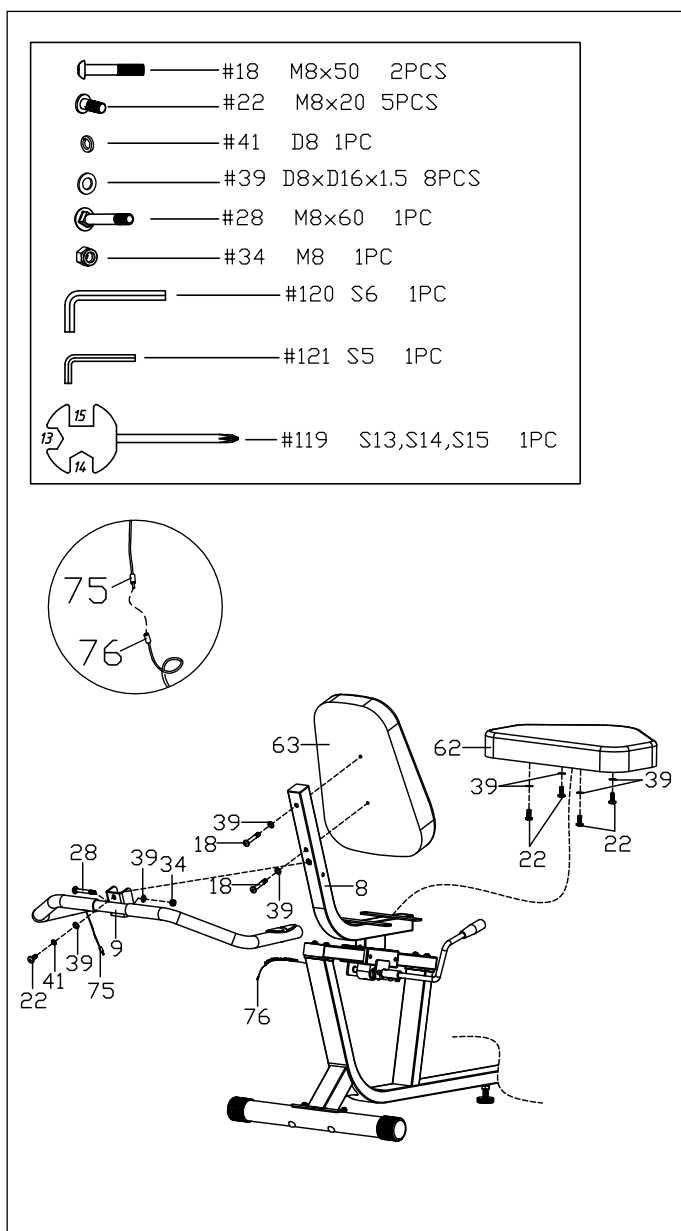
Ziehen Sie den **Hinteren Lenker (Nr. 9)** mit 1 **Schlittenbolzen (Nr. 28)**, 1 **Flache Unterlegscheibe (Nr. 39)** und 1 **Nylon-Mutter (Nr. 34)** unter Verwendung des **Schraubenschlüssel (Nr. 119)** an der **Sitzstütze (Nr. 8)** fest.

Verbinden Sie den **Impuls-Verlängerungsdraht 1 (Nr. 76)** mit dem **Impulsdraht (Nr. 75)**.

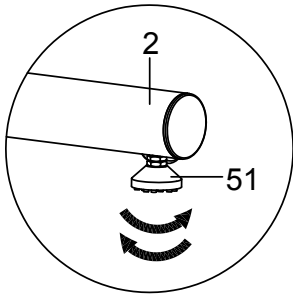
Befestigen Sie den **Sitz (Nr. 62)** mit 4 **Flache Unterlegscheiben (Nr. 39)** und 4 **Schrauben (Nr. 22)** an der **Sitzstütze (Nr. 8)**. Mit dem **Inbus-Schlüssel (Nr. 120)** festziehen und sichern.

Befestigen Sie die **Rückenlehne (Nr. 63)** mit 2 **Flache Unterlegscheiben (Nr. 39)** und 2 **Bolzen (Nr. 18)** mit dem **Inbus-Schlüssel (Nr. 121)** am **Sitzstütze (Nr. 8)**.

**DIE MONTAGE IST ABGESCHLOSSEN!**

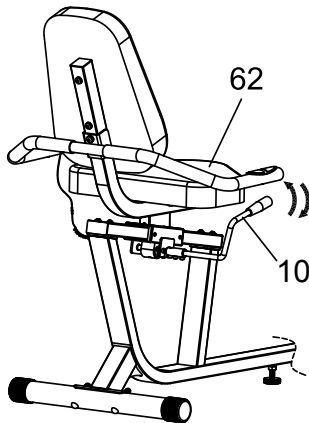


# EINSTELLANLEITUNG



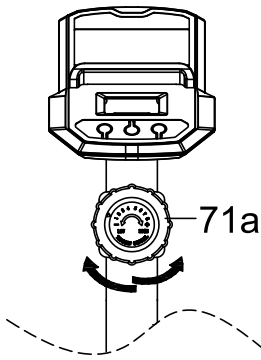
## EINSTELLEN DES GLEICHGEWICHTS

Um eine reibungslose und komfortable Fahrt zu gewährleisten, müssen Sie sicherstellen, dass das Fahrrad stabil und sicher steht. Wenn Sie bemerken, dass das Fahrrad während der Fahrt aus dem Gleichgewicht gerät, sollten Sie die **Verstellbares Polstern (Nr. 51)** am **Vorderen Stabilisator (Nr. 2)** so einstellen, dass das Fahrrad eine gerade Linie mit dem Boden bildet.



## EINSTELLEN DES SITZES

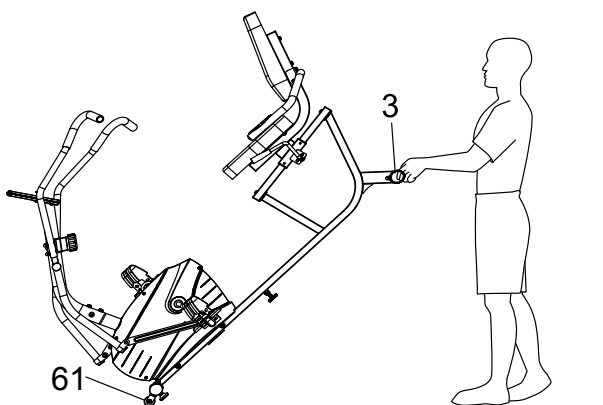
Um den **Sitz (Nr. 62)** vorwärts oder rückwärts zu verstellen, stellen Sie Ihre Füße auf den Boden, während Sie auf dem Fahrrad sitzen. Schieben Sie den **Verstellbaren Handgriff (Nr. 10)** nach unten, um ihn zu lösen. Stellen Sie den **Sitz (Nr. 62)** in die gewünschte Position, und schieben Sie dann den **Verstellbaren Handgriff (Nr. 10)** nach oben, um ihn zu sichern.



## EINSTELLEN DER SPANNUNG

Stellen Sie die Spannung ein, indem Sie den **Spannungsregler (Nr. 71a)** im Uhrzeigersinn drehen, um den Widerstandsgrad zu erhöhen. Drehen Sie den **Spannungsregler (Nr. 71a)** gegen den Uhrzeigersinn, um den Widerstandsgrad zu verringern.

Die Spannungsstufen sind so eingestellt, dass Stufe 1 die niedrigste und Stufe 8 die höchste ist.

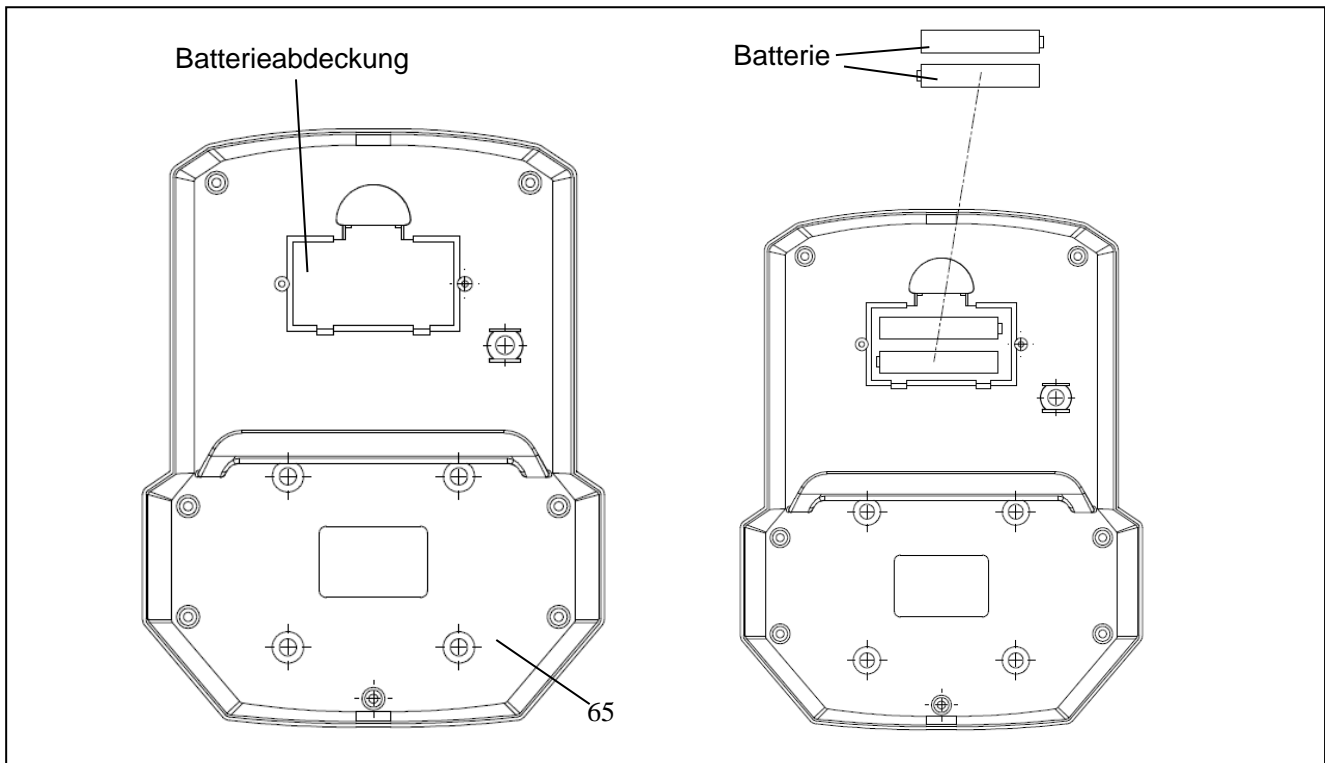


## BEWEGEN DES FAHRRADES

Heben Sie das Fahrrad am **Hinteren Stabilisator (Nr. 3)** an, bis die **Transporträdern (Nr. 61)** den Boden berühren. Wenn die **Transporträdern (Nr. 61)** auf dem Boden stehen, können Sie das Fahrrad problemlos an den gewünschten Ort transportieren.



# EINBAU UND AUSTAUSCH VON BATTERIEN



## **BATTERIEANLAGE**

1. Nehmen Sie 2 AAA-Batterien aus der Messgerätebox.
2. Drücken Sie die Schnalle der Batterieabdeckung auf das **Messgerät (Nr. 65)** und nehmen Sie die Batterieabdeckung ab.
3. Legen Sie 2 AAA-Batterien in das Batteriefach auf der Rückseite des **Messgerät (Nr. 65)** ein. Achten Sie vor dem Einlegen der Batterien auf die + und - Pole.
4. Drücken Sie die Schnalle des Batteriefachdeckels, und setzen Sie den Batteriefachdeckel wieder auf die Rückseite des **Messgerät (Nr. 65)**.

*Der Einbau ist abgeschlossen!*

## **BATTERIEWECHSEL**

1. Drücken Sie die Schnalle des Batteriefachdeckels auf der Rückseite des **Messgerät (Nr. 65)** und nehmen Sie dann den Batteriefachdeckel ab.
2. Entfernen Sie die 2 alten AAA-Batterien aus dem Batteriefach und setzen Sie 2 neue AAA-Batterien in das Batteriefach auf der Rückseite des **Messgerät (Nr. 65)** ein. Achten Sie vor dem Einsetzen auf die + und - Pole der Batterien.
3. Drücken Sie die Schnalle des Batteriefachdeckels, und setzen Sie den Batteriefachdeckel wieder auf die Rückseite des **Messgerät (Nr. 65)**.

*Der Austausch ist abgeschlossen!*

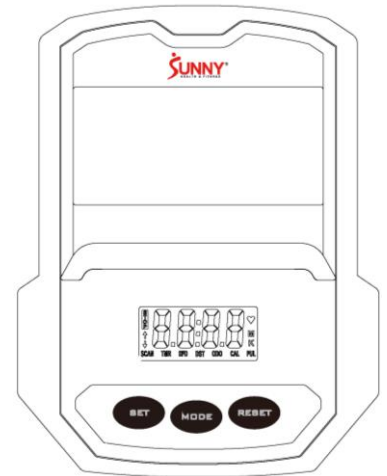
## **BATTERIEENTSORGUNG**

Entsorgen Sie die Batterien gemäß den Gesetzen und Vorschriften Ihrer Region. Einige Batterien können recycelt werden. Mischen Sie beim Entsorgen oder Recyceln keine Batterietypen.

# TRAININGSMESSGERÄT

## FUNKTIONSTASTEN:

- MODE:** Drücken Sie die Taste zur Auswahl von TMR (ZEIT), DST (DISTANZ) und CAL (KALORIEN) zur Voreinstellung. Drücken Sie die Taste, um den Wert der Auswahlfunktion auf dem LCD-Display anzuzeigen oder nach der Einstellung einzugeben. Drücken Sie die Taste und halten Sie sie 3 Sekunden lang gedrückt, um alle Werte außer dem Kilometerzähler auf Null zurückzusetzen. (Wenn der Benutzer die Batterien austauscht, werden alle Werte automatisch auf NULL zurückgesetzt).
- SET:** Zum Einstellen der Zielwerte für TMR (ZEIT), DST (DISTANZ) und CAL (KALORIEN). Drücken Sie die Taste und halten Sie sie 2 Sekunden lang gedrückt, um die Schrittweite zu beschleunigen.
- RESET (ZURÜCKSETZEN):** Drücken Sie die Taste, um den Funktionswert bei der Einstellung zurückzusetzen. Halten Sie die Taste 3 Sekunden lang gedrückt, um alle Werte außer dem Kilometerzähler auf Null zurückzusetzen (wenn der Benutzer die Batterien austauscht, werden alle Werte automatisch auf NULL zurückgesetzt).



## FUNKTIONEN UND ABLÄUFE:

- BATTERIEEINBAU:**  
Bitte legen Sie 2 AAA 1,5V-Batterien in das Batteriefach auf der Rückseite des Messgeräts ein. (Wenn die Batterien entfernt werden, werden alle Funktionswerte auf Null zurückgesetzt).
- AUTO EIN/AUS:**  
Sobald der Benutzer mit dem Training beginnt, zeigt das Messgerät automatisch den Trainingswert an. Nach etwa 4 Minuten Inaktivität schaltet sich das Messgerät aus. Der Kilometerstand wird nicht auf 0 zurückgesetzt, wenn sich das Messgerät ausschaltet. Wenn der Benutzer wieder mit dem Training beginnt, wird der Trainingswert des Kilometerzählers kontinuierlich akkumuliert.
- AUTO SCAN:**  
Nach dem Einschalten des Messgeräts drücken Sie die MODE-Taste und das LCD zeigt alle Funktionswerte von TMR (ZEIT) – SPD (GESCHWINDIGKEIT) – DST (DISTANZ) – CAL (KALORIEN) – ODO (ODOMETER) – PUL (PULS) an. Jeder Wert wird für 6 Sekunden gehalten.
- SPEED (GESCHWINDIGKEIT):**  
Zeigt die aktuelle Trainingsgeschwindigkeit von 0,0 bis 99,9 MPH (Meilen pro stunde) an.
- DST (DISTANZ):**  
Akkumuliert die Gesamtdistanz von 0,00 bis 9999 M (Meilen). Der Benutzer kann die Zieldistanz durch Drücken der Tasten SET & MODE voreinstellen. Jede Schrittweite beträgt 0,1 M (Meilen).  
Zählt während des Trainings automatisch vom Zielwert herunter.
- TMR (ZEIT):**  
Akkumuliert die Gesamtzeit von 00:00 bis 99:59. Der Benutzer kann die Zielzeit durch Drücken der Tasten SET & MODE voreinstellen. Jede Schrittweite beträgt 1 Minute.  
Zählt während des Trainings automatisch vom Zielwert herunter.
- CAL (KALORIEN):**  
Sammelt die während des Trainings verbrannten Kalorien von 0,0 bis 9999 (Cal). Der Benutzer kann die Zielkalorien vor dem Training auch durch Drücken der Tasten SET & MODE

voreinstellen. Jeder Einstellschritt entspricht 1 Cal.

Während des Trainings wird automatisch vom Zielwert heruntergezählt.

**HINWEIS: Diese Daten sind ein grober Richtwert, der nicht für die medizinische Behandlung verwendet werden kann.**

#### 8. ODO (ODOMETER):

Zeigt die akkumulierte Gesamtstrecke von 0,0 bis 9999 M (Meilen) an. Der Benutzer kann auch die MODE-Taste drücken, um den Kilometerzählerwert anzuzeigen.

#### 9. PUL (PULS):

Das Messgerät zeigt die Herzfrequenz des Benutzers in Schlägen pro Minute (BPM) während des Trainings an.

**HINWEIS: Diese Daten sind ein grober Richtwert, der nicht für die medizinische Behandlung verwendet werden kann.**

#### 10. RESET (ZURÜCKSETZEN):

Drücken Sie die Taste und halten Sie sie 3 Sekunden lang gedrückt, um alle Werte außer dem Kilometerzähler auf Null zurückzusetzen.

#### HINWEIS:

1. Wenn die Anzeige des Messgeräts abnormal ist, legen Sie bitte neue Batterien ein und versuchen Sie es erneut. Wechseln Sie immer beide Batterien gleichzeitig. Mischen Sie nicht die Batterietypen und mischen Sie nicht alte und neue Batterien.
2. Batterie-Spezifikation: 1.5V UM-4 oder AAA (2PCS).
3. Entsorgen Sie die Batterien sicher, entsprechend den Richtlinien Ihres Staates und Ihrer Region.

#### APP-VERBINDUNG:

Smart Equipment mit der SunnyFit App verbinden:

1. Scannen, um SunnyFit aus dem App-Store herunterzuladen:



2. Vergewissern Sie sich, dass die Bluetooth Funktion auf Ihrem mobilen Gerät eingeschaltet ist.
3. Wenn Sie die SunnyFit-App zum ersten Mal nutzen, folgen Sie den Anweisungen in der App, um sich für Ihr kostenloses SunnyFit-Konto zu registrieren und anzumelden.
4. Starten Sie eine beliebige Trainingsaktivität, die zu Ihrem Smart-Gerät passt, und folgen Sie dann den Anweisungen auf dem Bildschirm, um Ihr Smart-Gerät zu suchen und mit ihm zu verbinden.
5. Wenn Sie verbunden sind, werden Ihre Statistiken und Rekorde am Ende des Kurses/der Sitzung angezeigt und in Ihrem Kontoprofil gespeichert.

Fehlersuche:

- Wenn Sie Probleme haben, Ihr Smart-Gerät zu verbinden, besuchen Sie [www.sunnyfit.com/guide](http://www.sunnyfit.com/guide) oder scannen Sie den QR-Code unten:



- Wenn Sie zusätzliche Unterstützung benötigen, wenden Sie sich bitte an [support@sunnyfit.com](mailto:support@sunnyfit.com).

# TEILELISTE

Nr.	Beschreibung	Spez.	Anz.
1	Hauptrahmen		1
2	Vorderer Stabilisator		1
3	Hinterer Stabilisator		1
4	Lenkersäule		1
5L	Linken Schaukelstange		1
5R	Rechten Schaukelstange		1
6L-1	Linken Verbindungsarm		1
6R-1	Rechten Verbindungsarm		1
7L	Linken Lenker		1
7R	Rechten Lenker		1
8	Sitzstütze		1
9	Hinterer Lenker		1
10	Verstellbarer Handgriff		1
11	Sitzschiene		1
12	Achse		1
13	Feste Platte		1
14	Schraube	ST3.5x8	4
15	Satzbolzen	M8x10	1
16	Schraube	M6x10	2
17	Schraube	M6x16	2
18	Bolzen	M8x50	2
19	Bolzen	M8x45	2
20	Bolzen	M8x40	6
21	Nylon-Mutter	M6	1
22	Schraube	M8x20	9
23L	Linken Nylon-Mutter	B0.5x20	1
23R	Rechten Nylon-Mutter	B0.5x20	1
24-1	Legierungsbuchse	Φ17xΦ34x8.5	2
25-1	Lager	Φ12.8x28.6xΦ31x7.9	2
26	Bogen Unterlegscheibe	D8xΦ20x2xR25	12
27	Schlittenbolzen	M8x65	4
28	Schlittenbolzen	M8x60	1
29	Schlittenbolzen	M8x35	4
30	Sechskantschraube	M8x20	2
31	Sechskantmutter	M10	1
32	Sechskantmutter	M8	2
33	Hutmutter	M8	8
34	Nylon-Mutter	M8	6
35	Kurbel	B0.5x20	1
36	Wellenunterlegscheibe	Φ20xΦ28x0.3	2
37	Rundstecker	25x3	2
38	Flache Unterlegscheibe	D8xΦ32x2	2
39	Flache Unterlegscheibe	D8xD16x1.5	16

Nr.	Beschreibung	Spez.	Anz.
40	Exzenterrad	Φ25x38	1
41	Federscheibe	D8	7
42	Legierungsbuchse	Φ18xΦ8.1x10	4
43-1	Abstandshalter	D28.5xΦ34x3.4	2
44	Lange Achse	Φ19x300	1
45L-1	Linken Pedal	YH-30	1
45R-1	Rechten Pedal	YH-30	1
46	Schaumstoffgriff	Φ24xT3x290	2
47	Schaumstoffgriff	Φ24xT3x480	2
48	Griff	Schwarze	1
49	Hintere Endkappe	Φ50	2
50	Drahtstecker	Φ12.5	2
51	Verstellbares Polster	Φ38x18	2
52	Stützpolster	M10x60	1
53	Vierkant-Stecker	60x30x2	2
54	Kunststoffbuchse	Φ32x28	6
55	Oberer Block	38x34x36.2	1
56	Vordere Endkappe	Φ50x1.5	2
57	Rundstecker	Φ28x1.5	2
58	Rundstecker	Φ25x1.5	2
59	Vierkant-Stecker	38x38x1.5	2
60	Hülse	80x40x1.5	2
61	Transporträder	Φ42xΦ8xL121	2
62	Sitz		1
63	Rückenlehne		1
64	Mutterkappe	S13	2
65	Messgerät		1
65a	Messgerät Sensor Verbindungskabel		1
65b	Messgerät Impuls Verbindungskabel		1
66	Impuls-Sensor		2
67	Schraube	M5x15	1
68	Bogen Unterlegscheibe	D5xΦ20	1
69	Schraube	ST4.2x18	2
70	Schraube	M5x10	4
71a	Spannungsregler		1
71b	Spannkabel		1
72	Spannhaken	1150 mm	1
73	Sensor-Verlängerungsdraht 1	650 mm	1
74	Sensor-Verlängerungsdraht 2	650 mm	1
75	Impulsdraht	700 mm	1
76	Impuls-Verlängerungsdraht 1	2000 mm	1
75	Impulsdraht	700 mm	1
76	Impuls-Verlängerungsdraht 1	2000 mm	1

Nr.	Beschreibung	Spez.	Anz.
77	Impuls-Verlängerungsdraht 2	650 mm	1
78	Federscheibe	D13	2
79	Zwischenradgestänge		1
80L	Linken Riemenabdeckung		1
80R	Rechten Riemenabdeckung		1
81	Kurbelabdeckung	Φ60×Φ30×8.5	2
82	Dichtung	Φ50	1
83	Riemenscheibe	Φ220	1
84	Stecker	Φ25×22	2
85	Riemen	350 PJ6	1
86	Lagergehäuse	72×56×11	2
87	Freilaufgrad	Φ39×24	1
88	Schraube	ST4.2×19	5
89	Kreuzschlitzschraube	ST4.2×18	8
90	Kreuzschlitzschraube	M6×10	4
91	Schraube	M6×8	2
92	Federscheibe	D12	3
93	Schwungrad	Φ200×40	1
94	Schraube	Φ14×Φ10×M8×20.5	1
95	Sechskantbolzen	M5×60	1
96	Sechskantschraube	M6×15	5
97	Sechskantmutter	M5	2
98	Mutter	4.5×32×32	2
99	Unterlegscheibe	Φ22.6×Φ28×2.5	1
100	Sicherungsmutter-L	Φ45×H3.5	1

Nr.	Beschreibung	Spez.	Anz.
101	Lager mit Offener Fläche	Φ45.8×8.8	2
102	Lagergehäuse	2.5×76×76	2
103	Sicherungsmutter-R	Φ45×H3.5	1
104	Große Unterlegscheibe	Φ25.2×Φ38×1	1
105	Sensor-Halterung		1
106	Verstellbarer Gürtelbolzen	M6×36	1
107	Magnettafel-Achse	Φ12×61	1
108	Wellenunterlegscheibe	D12×Φ15.5×0.3	2
109	Flache Unterlegscheibe	D6×Φ16×1.5	3
110	Flache Unterlegscheibe	D6×D12×1.2	2
111	Flache Unterlegscheibe	D10×Φ14×1	1
112	Schwungrad-Achse	Φ20×103	1
113	Lager Halterung	72×56×1.5	2
114	Magnet	40×25×10	4
115	Federscheibe	D6	5
116	Feder	Φ1.6×Φ15×L47.2	1
117	Feder	Φ3×Φ18×L58.5	1
118	Lager	6001RS	4
119	Schraubenschlüssel	S13,S14,S15	1
120	Inbus-Schlüssel	S6	1
121	Inbus-Schlüssel	S5	1
122	Schraubenschlüssel	S13,S14	1
123	Schraubenschlüssel	S17,S19	1
124	Magnetische Tafel		1

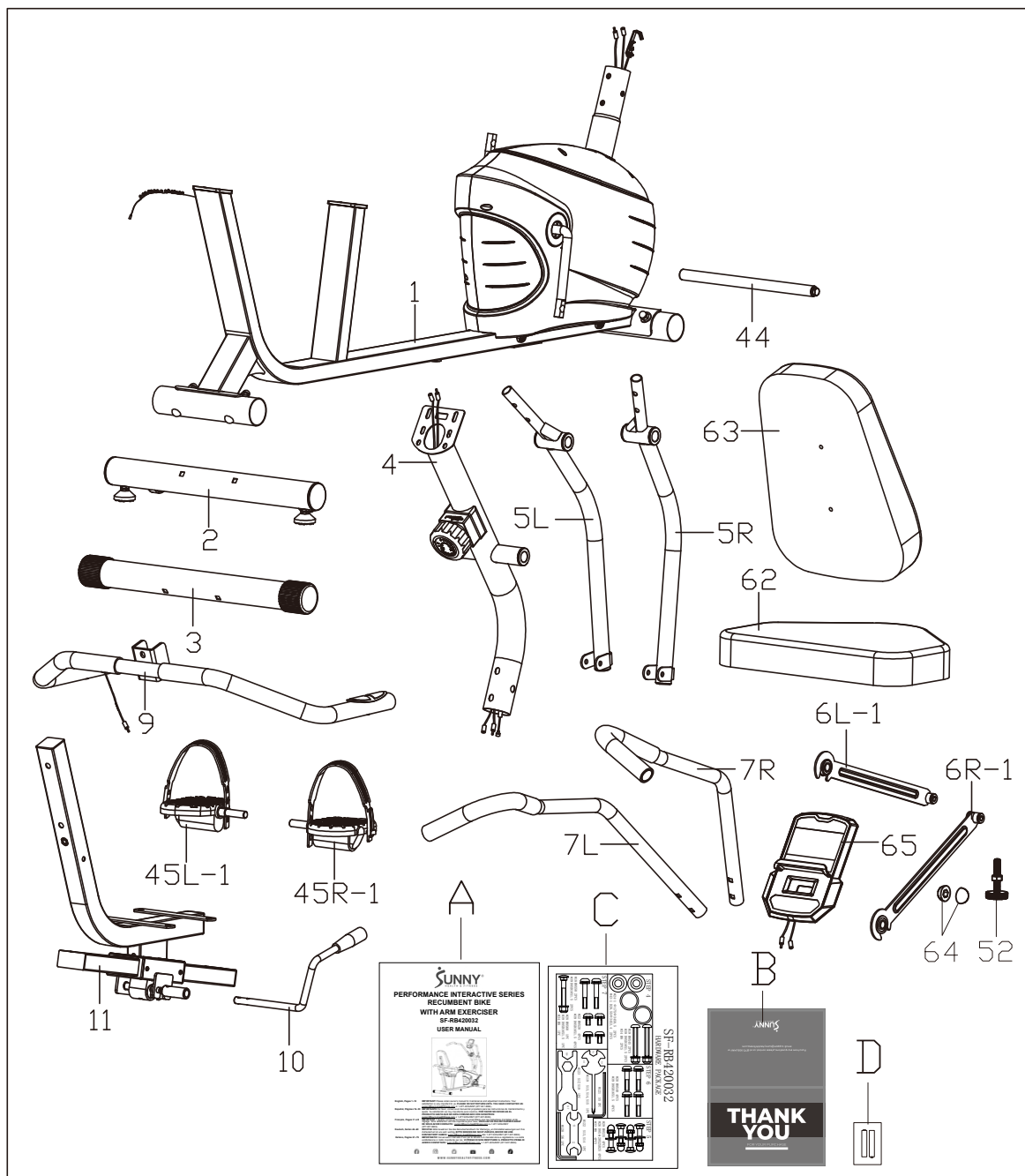
# **IMPORTANTI INFORMAZIONI SULLA SICUREZZA**

Vi ringraziamo per aver scelto il nostro prodotto. Per garantire la vostra sicurezza e la vostra salute, vi invitiamo a utilizzare questa apparecchiatura in modo corretto. Prima di assemblare e utilizzare l'apparecchiatura, è importante leggere il presente manuale per intero. Un utilizzo sicuro ed efficace è possibile solo se l'apparecchiatura viene assemblata, sottoposta a manutenzione e utilizzata correttamente. È responsabilità dell'utente assicurarsi che tutti gli utilizzatori dell'apparecchiatura siano informati di tutte le avvertenze e precauzioni.

1. Prima di iniziare qualsiasi programma di esercizio, è necessario consultare il proprio medico per determinare se esistono condizioni mediche o fisiche che potrebbero mettere a rischio la salute e la sicurezza o impedire l'uso corretto dell'apparecchiatura. Il parere del medico è essenziale se si assumono farmaci che influiscono sulla frequenza cardiaca, sulla pressione sanguigna o sul livello di colesterolo.
2. Tenete conto dei segnali del vostro corpo. Un esercizio scorretto o eccessivo può danneggiare la salute. Interrompete l'esercizio se avvertite uno dei seguenti sintomi: dolore, senso di oppressione al petto, battito cardiaco irregolare, mancanza di respiro, stordimento, vertigini o senso di nausea. Se si verifica una di queste condizioni, è necessario consultare il medico prima di continuare il programma di esercizio.
3. Tenere i bambini e gli animali domestici lontani dall'attrezzatura. L'attrezzatura è progettata solo per l'uso da parte di adulti.
4. Utilizzare l'apparecchiatura su una superficie solida e piana, con una copertura protettiva per il pavimento o la moquette. Per garantire la sicurezza, l'apparecchiatura deve avere almeno 1,2m (4 piedi) metri di spazio libero intorno a sé.
5. Prima di utilizzare l'apparecchiatura, accertarsi che tutti i dadi e i bulloni siano ben serrati. La sicurezza dell'apparecchiatura può essere mantenuta solo se viene esaminata regolarmente per verificare la presenza di danni e/o usura.
6. Utilizzare sempre l'apparecchiatura come indicato. Se durante l'assemblaggio o il controllo dell'apparecchiatura si riscontrano componenti difettosi o se si sentono rumori insoliti provenienti dall'apparecchiatura durante l'esercizio, interrompere immediatamente l'uso dell'apparecchiatura e non utilizzarla finché il problema non è stato risolto.
7. Indossare un abbigliamento adeguato durante l'uso dell'apparecchiatura. Evitare di indossare indumenti larghi che potrebbero impigliarsi nell'apparecchiatura.
8. Non inserire dita o oggetti nelle parti mobili dell'apparecchiatura.
9. La capacità massima di peso di questa unità è di 120 kgs (265 lbs).
10. L'apparecchiatura non è adatta all'uso terapeutico.
11. Fare attenzione quando si solleva e si sposta l'apparecchiatura. Utilizzare sempre una tecnica di sollevamento adeguata e, se necessario, chiedere assistenza.
12. Il prodotto è destinato all'uso in condizioni fresche e asciutte. Evitare di immagazzinare il prodotto in aree estremamente fredde, calde o umide, poiché ciò potrebbe causare corrosione e altri problemi correlati.
13. Questa apparecchiatura è progettata solo per uso domestico e interno! Non è destinato all'uso commerciale!

# LISTA DI CONTROLLO PRE-ASSEMBLAGGIO

Prima di iniziare l'assemblaggio, accertarsi che tutti i componenti siano inclusi.

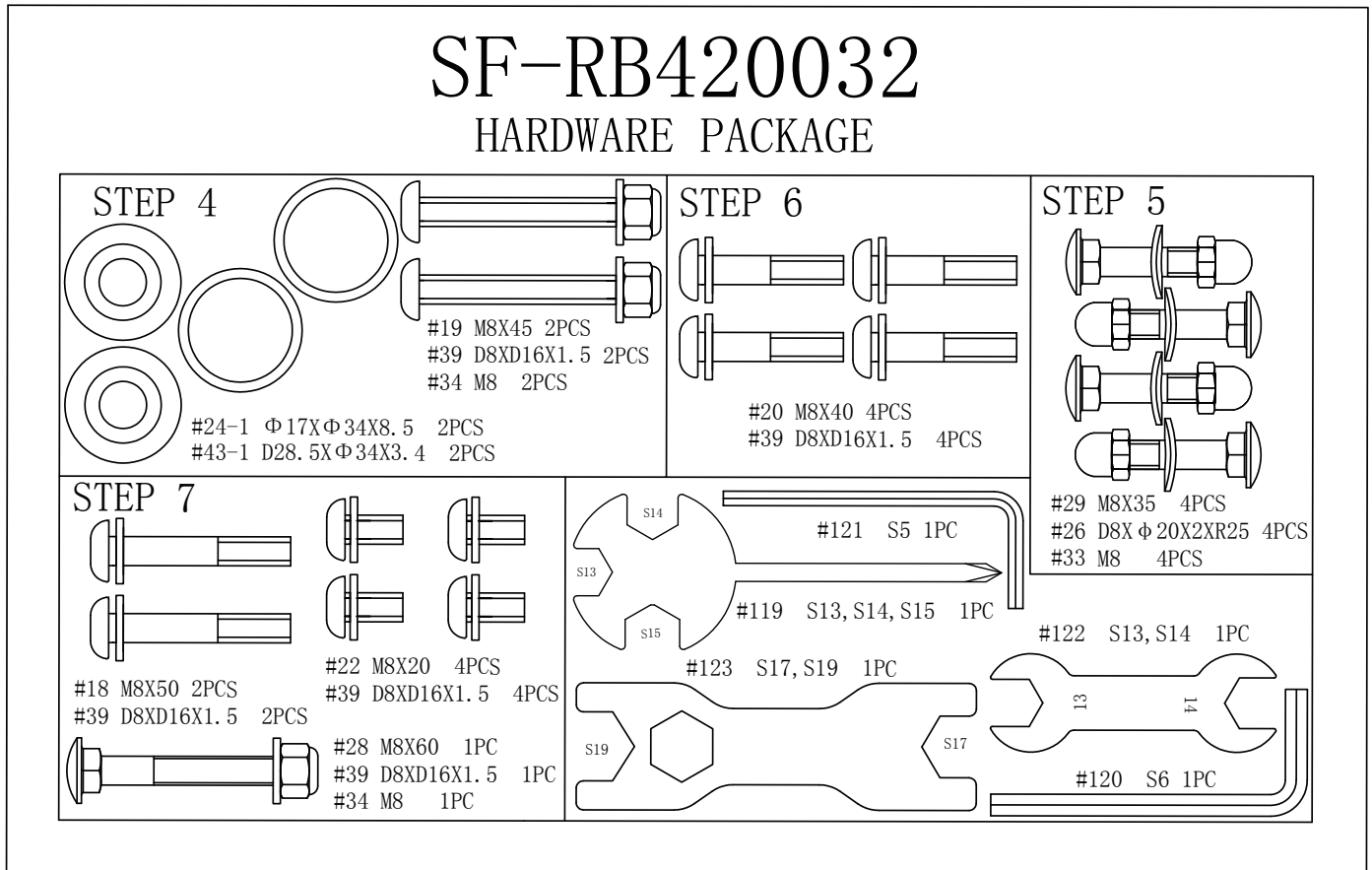


n.	Descrizione	Spec.	Qtà.
1	Telaio Principale		1
2	Stabilizzatore Anteriore		1
3	Stabilizzatore Posteriore		1
4	Montante del Manubrio		1
5L	Barra Oscillante Sinistro		1
5R	Barra Oscillante Destro		1
6L-1	Braccio di Collegamento		1
6R-1	Braccio di Collegamento		1
7L	Manubrio		1
7R	Manubrio		1
9	Manubrio Posteriore		1
10	Maniglia Regolabile		1
11	Guida del Sedile		1

n.	Descrizione	Spec.	Qtà.
44	Asse Lungo	Φ19×300	1
45L-1	Pedale	YH-30	1
45R-1	Pedale	YH-30	1
52	Cuscinetto di Supporto		1
62	Sedile		1
63	Schienale		1
64	Tappo Dado	S13	2
65	Misuratore	TZ4112	1
A	Manuale		1
B	Biglietto di Ringraziamento		1
C	Pacchetto Hardware		1
D	Batteria	AAA	2

# PACCHETTO HARDWARE

## SF-RB420032 HARDWARE PACKAGE



### Ordinazione di parti di ricambio (solo per clienti statunitensi e canadesi)

Si prega di fornire le seguenti informazioni per consentirci di identificare con precisione i pezzi di ricambio necessari:

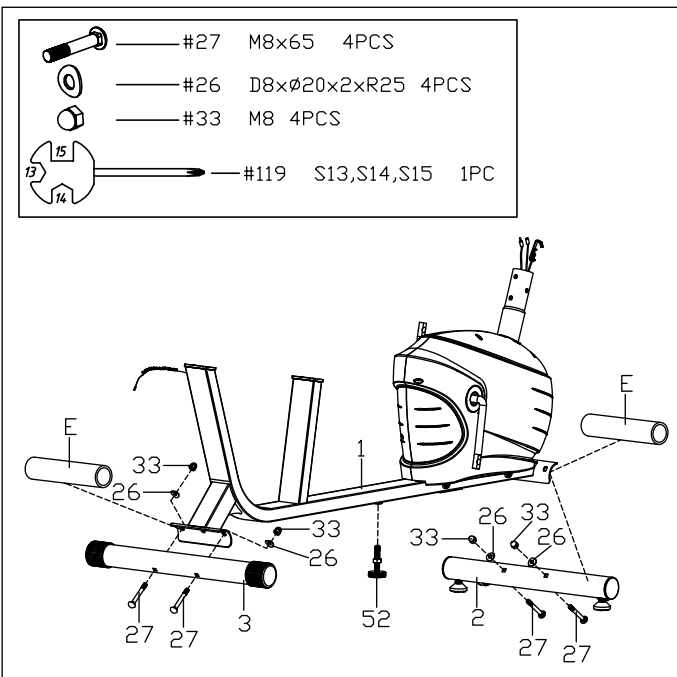
- ✓ Il numero del modello (riportato sulla copertina del manuale)
- ✓ Il nome del prodotto (riportato sulla copertina del manuale)
- ✓ Il numero di parte che si trova nello "SCHEMA ESPLICITO" (pagina 76) e nell "ELENCO PARTI" (pagine 74-75).

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



# ISTRUZIONI DI MONTAGGIO

Teniamo molto alla vostra esperienza con i prodotti Sunny Health and Fitness. Per assistenza sui ricambi o per la risoluzione dei problemi, contattateci all'indirizzo [support@sunnyhealthfitness.com](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) o al numero 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



## FASE 1

Rimuovere i 2 **Tubi di Carta** (n. **E**), i 4 **Bulloni del Carrello** (n. **27**), le 4 **Rondelle ad Arco** (n. **26**) e i 4 **Dadi del Tappi** (n. **33**) dal **Telaio Principale** (n. **1**) utilizzando la **Chiave Inglese** (n. **119**).

**NOTA:** i 2 **Tubi di Carta** (n. **E**) possono essere scartati o conservati per un futuro reimballaggio.

Fissare lo **Stabilizzatore Anteriore** (n. **2**) e lo **Stabilizzatore Posteriore** (n. **3**) al **Telaio Principale** (n. **1**) con 4 **Bulloni del Carrello** (n. **27**), 4 **Rondelle ad Arco** (n. **26**) e 4 **Dadi del Tappi** (n. **33**) appena rimossi utilizzando la **Chiave Inglese** (n. **119**).

Serrare il **Cuscinetto di Supporto** (n. **52**) alla base del **Telaio Principale** (n. **1**).

Teniamo molto alla vostra esperienza con i prodotti Sunny Health and Fitness. Per assistenza sui ricambi o per la risoluzione dei problemi, contattateci all'indirizzo [support@sunnyhealthfitness.com](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) o al numero 1-877-90SUNNY (877-907-8669).

## FASE 2

Rimuovere le 4 Viti (n. 22), le 4 Rondelle Elastiche (n. 41) e le 4 Rondelle ad Arco (n. 26) dal Telaio Principale (n. 1) utilizzando la Chiave a Brugola (n. 120).

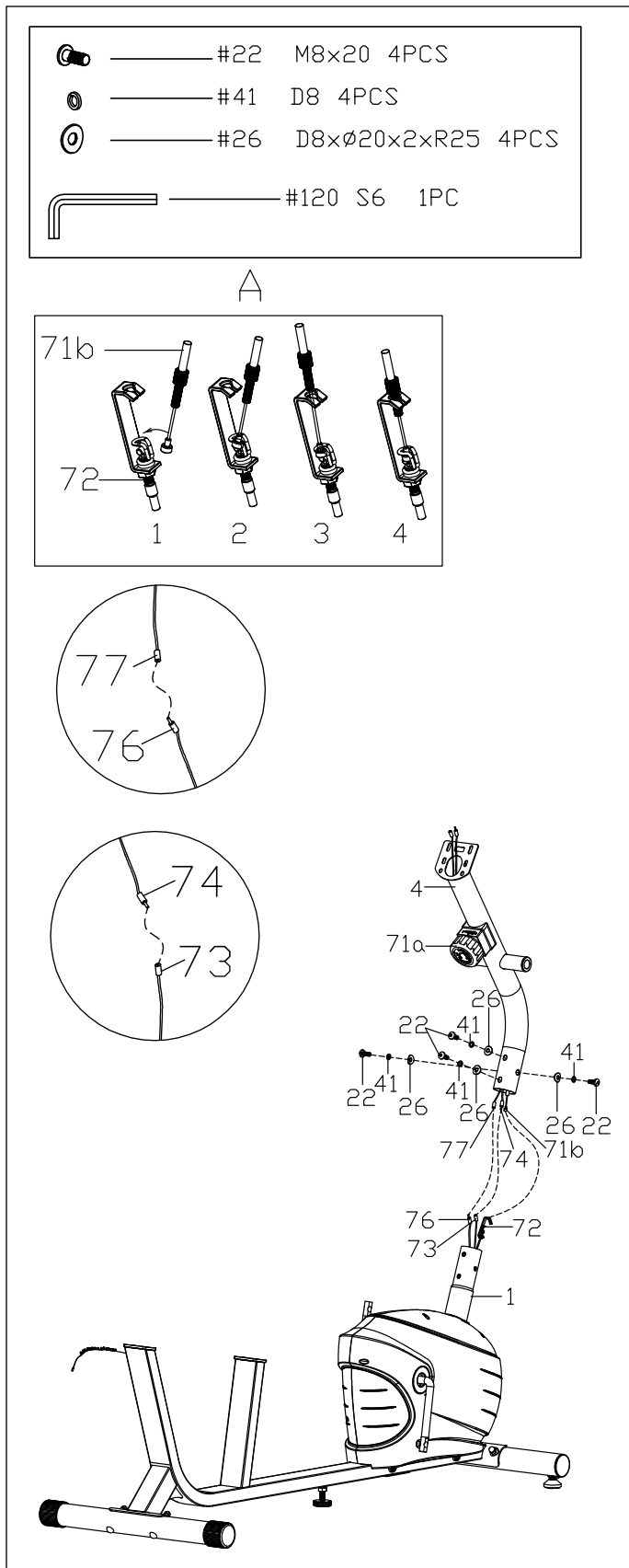
**NOTA:** prima di collegare il cavo, accertarsi che il **Controllore di Tensione (n. 71a)** sia al livello più basso. In questo modo si garantisce che i cavi si trovino nel punto più lungo. Si consiglia l'assistenza di una seconda persona per tenere il **Montante del Manubrio (n. 4)**. Questo faciliterà il collegamento quando si attacca il **Gancio di Tensione (n. 72)** al **Cavo di Tensione (n. 71b)**.

Collegare il **Cavo di Tensione (n. 71b)** alla staffa metallica del **Gancio di Tensione (n. 72)** come mostrato nel disegno A-①. Quindi, tirare il **Cavo di Tensione (n. 71b)** verso l'alto e inserirlo nella fessura della staffa metallica del **Gancio di Tensione (n. 72)** come mostrato nel disegno A-③. Assicurarsi che il raccordo metallico del **Cavo di Tensione (n. 71b)** sia fissato nella staffa metallica.

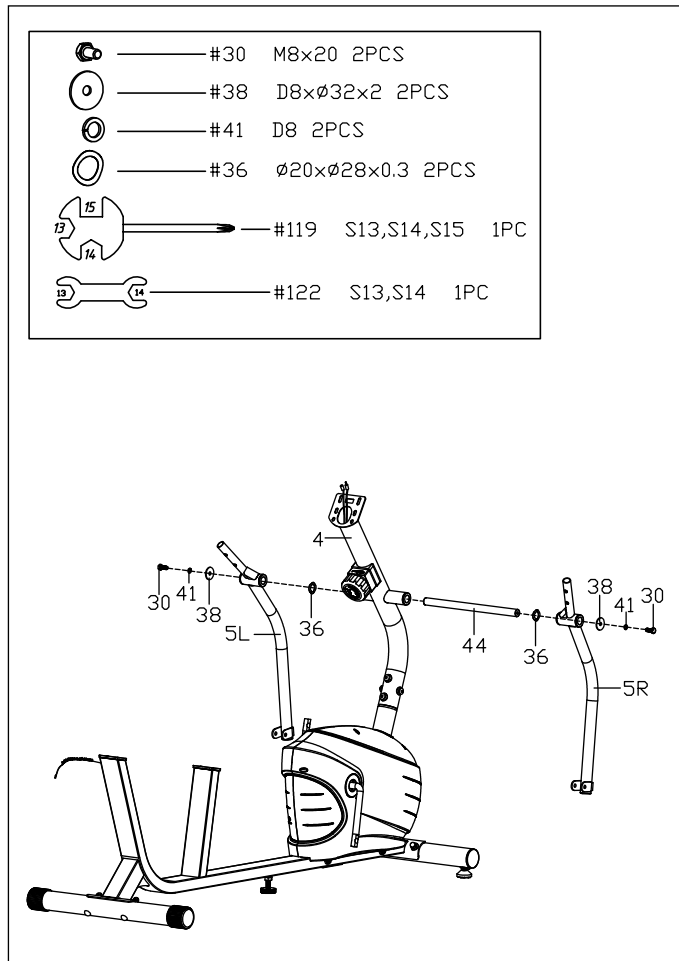
Collegare la **Filo di Prolunga per Impulso 2 (n. 77)** alla **Filo di Prolunga per Impulso 1 (n. 76)** e collegare la **Filo di Prolunga del Sensore 2 (n. 74)** alla **Filo di Prolunga del Sensore 1 (n. 73)**.

Fissare il **Montante del Manubrio (n. 4)** al **Telaio Principale (n. 1)** con 4 Viti (n. 22), 4 Rondelle Elastiche (n. 41) e 4 Rondelle ad Arco (n. 26) appena rimosse. Serrare e fissare con la **Chiave a Brugola (n. 120)**.

**NOTA:** non tagliare o pizzicare i fili quando si fissa il **Montante del Manubrio (n. 4)**.



Teniamo molto alla vostra esperienza con i prodotti Sunny Health and Fitness. Per assistenza sui ricambi o per la risoluzione dei problemi, contattateci all'indirizzo [support@sunnyhealthfitness.com](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) o al numero 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



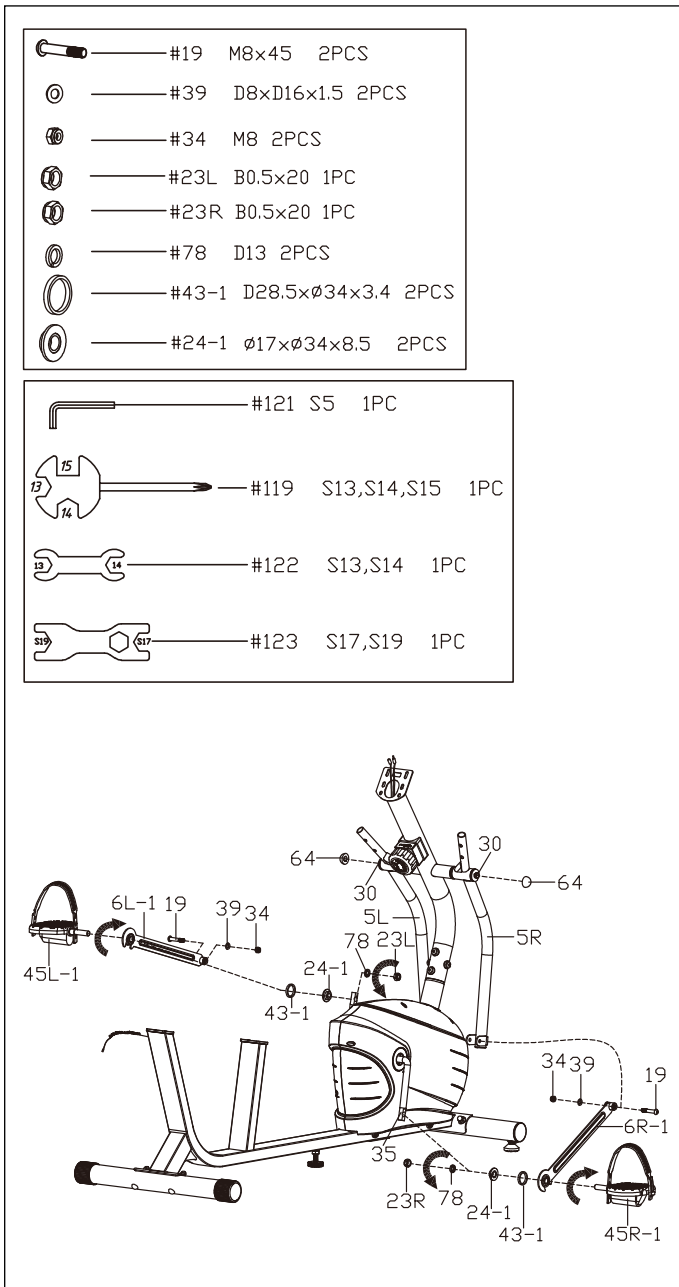
### FASE 3

Rimuovere le 2 Viti Esagonali (n. 30), le 2 Rondelle Elastica (n. 41), le 2 Rondelle Piatte (n. 38) e le 2 Rondelle a Onda (n. 36) dall'Asse Lungo (n. 44) utilizzando la Chiave Inglese (n. 119) e la Chiave Inglese (n. 122).

Inserire l'Asse Lungo (n. 44) nel Montante del Manubrio (n. 4), quindi inserire le 2 Rondelle a Onda (n. 36) appena rimosse su entrambi i lati dell'Asse Lungo (n. 44). Fissare le Barre Oscillanti Sinistro & Destro (n. 5L & n. 5R) a entrambi i lati dell'Asse Lungo (n. 44) utilizzando 2 Rondelle Piatte (n. 38), 2 Rondelle Elastica (n. 41) e 2 Viti Esagonali (n. 30) appena rimosse. Fissare preventivamente con la Chiave Inglese (n. 119) e la Chiave Inglese (n. 122).

**NOTA:** non serrare ancora completamente le Viti Esagonali (n. 30).

Teniamo molto alla vostra esperienza con i prodotti Sunny Health and Fitness. Per assistenza sui ricambi o per la risoluzione dei problemi, contattateci all'indirizzo [support@sunnyhealthfitness.com](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) o al numero 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



## FASE 4

Rimuovere i **Dadi in Nylon Sinistro & Destro (n. 23L & n. 23R)** e le 2 **Rondelle Elastica (n. 78)** dai **Pedali Sinistro & Destro (n. 45L-1 & n. 45R-1)** con la **Chiave Inglese (n. 123)**.

Fissare il **Pedale Sinistro (n. 45L-1)** al lato sinistro della **Manovella (n. 35)** con 1 **Braccio di Collegamento Sinistro (n. 6L-1)**, 1 **Distanziale (n. 43-1)** e 1 **Boccola in Lega (n. 24-1)**. Ruotare il **Pedale Sinistro (n. 45L-1)** *in senso antiorario* il più possibile con la mano. Utilizzare la **Chiave Inglese (n. 119)** per tenere in posizione il bullone del pedale sul **Pedale Sinistro (n. 45L-1)**. Con la **Chiave Inglese (n. 123)** avvitare *in senso orario* 1 **Rondella Elastica (n. 78)** e 1 **NERO Dado di Nylon Sinistro (n. 23L)** sull'estremità del **Pedale Sinistro (n. 45L-1)**.

Fissare il **Pedale Destro (n. 45R-1)** al lato destro della **Manovella (n. 35)** con 1 **Braccio di Collegamento Destro (n. 6R-1)**, 1 **Distanziale (n. 43-1)** e 1 **Boccola in Lega (n. 24-1)**. Ruotare il **Pedale Destro (n. 45R-1)** *in senso orario* il più possibile con la mano. Utilizzare la **Chiave Inglese (n. 119)** per tenere in posizione il bullone del pedale sul **Pedale Destro (n. 45R-1)**. Utilizzare la **Chiave Inglese (n. 123)** per avvitare *in senso antiorario* 1 **Rondella Elastica (n. 78)** e 1 **BIANCO Dado di Nylon Destro (n. 23R)** sull'estremità del **Pedale Destro (n. 45R-1)**.

**NOTA:** non serrare completamente i **Pedali Sinistro & Destro (n. 45L-1 & n. 45R-1)** e i **Dadi in Nylon Sinistro & Destro (n. 23L & n. 23R)** in questo momento. Attaccando i **Pedali Sinistro & Destro (n. 45L-1 & n. 45R-1)** al lato sbagliato della **Manovella (n. 35)** o ruotandola nella direzione sbagliata si può danneggiare la **Manovella (n. 35)**.

Fissare le **Barre Oscillanti Sinistro & Destro (n. 5L & n. 5R)** ai **Bracci di Collegamento Sinistro & Destro (n. 6L-1 & n. 6R-1)** con 2 **Bulloni (n. 19)**, 2 **Rondelle Piatte (n. 39)** e 2 **Dadi in Nylon (n. 34)** utilizzando la **Chiave a Brugola (n. 121)** e la **Chiave Inglese (n. 119)**.

**NOTA:** non serrare completamente i 2 **Bulloni (n. 19)** in questo momento.

In primo luogo, fissare i **Pedali Sinistro & Destro (n. 45L-1 & n. 45R-1)** e i **Dadi in Nylon Sinistro & Destro (n. 23L & n. 23R)** utilizzando la **Chiave Inglese (n. 123)** e la **Chiave Inglese (n. 119)**.

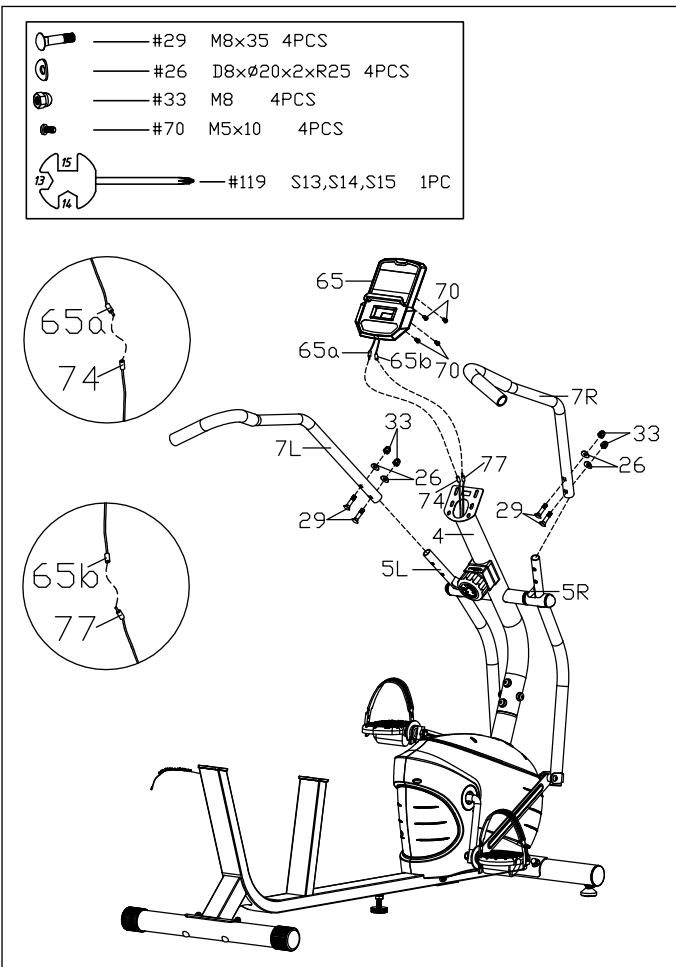
In secondo luogo, fissare 2 **Bulloni (n. 19)** e 2 **Dadi in Nylon (n. 34)** utilizzando la **Chiave a Brugola (n. 121)** e la **Chiave Inglese (n. 119)**.

Fissare quindi 2 **Viti Esagonali (n. 30)** per la FASE 3 utilizzando la **Chiave Inglese (n. 119)** e la **Chiave Inglese (n. 122)**.

Infine, coprire con 2 **Tappi Dadi (n. 64)**.

**NOTA:** Assicurarsi che tutti i bulloni e le rondelle siano in posizione e parzialmente filettati prima di serrarli completamente.

Teniamo molto alla vostra esperienza con i prodotti Sunny Health and Fitness. Per assistenza sui ricambi o per la risoluzione dei problemi, contattateci all'indirizzo [support@sunnyhealthfitness.com](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) o al numero 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



## FASE 5

Fissare **Manubri Sinistro & Destro (n. 7L & n. 7R)** a **Barre Oscillanti Sinistro & Destro (n. 5L & n. 5R)** con 4 **Bulloni del Carrello (n. 29)**, 4 **Rondelle ad Arco (n. 26)** e 4 **Dadi del Tappo (n. 33)**. Serrare e fissare con la **Chiave Inglese (n. 119)**.

Rimuovere le 4 **Viti (n. 70)** preassemblate dal **Misuratore (n. 65)** con la **Chiave Inglese (n. 119)**.

Collegare il **Filo di Prolunga per Impulso 2 (n. 77)** con il **Filo di Collegamento del Impulso del Misuratore (n. 65b)** e collegare il **Filo di Prolunga del Sensore 2 (n. 74)** con il **Filo di Collegamento del Sensore del Misuratore (n. 65a)**.

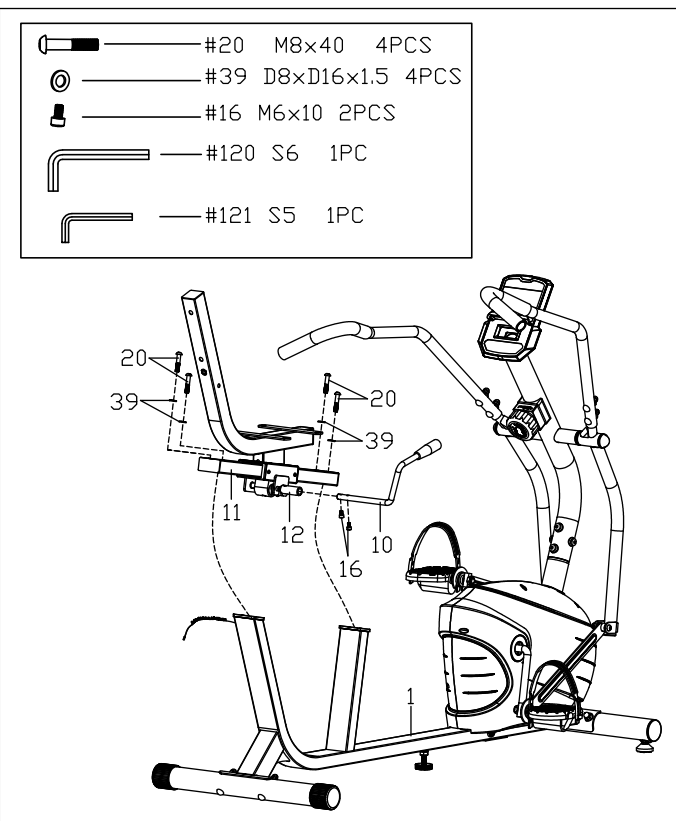
Fissare il **Misuratore (n. 65)** alla staffa del **Montante del Manubrio (n. 4)** con le 4 **Viti (n. 70)** appena rimosse utilizzando la **Chiave Inglese (n. 119)**.

## FASE 6

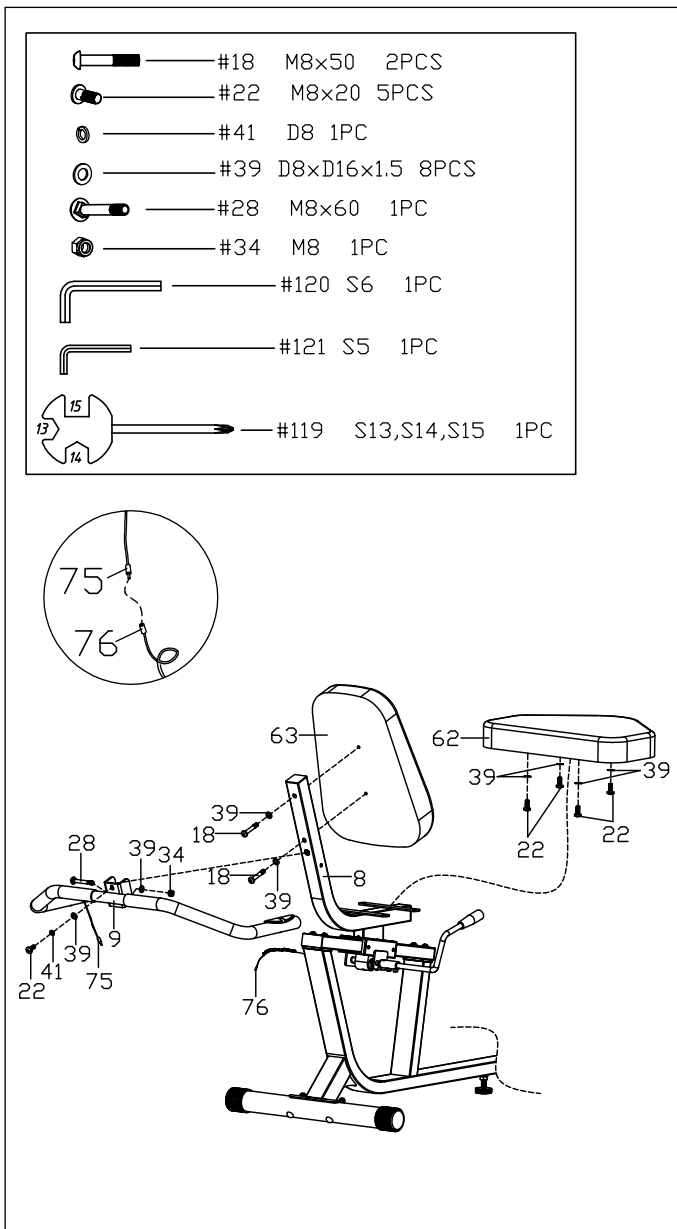
Fissare la **Guida del Sedile (n. 11)** al **Telaio Principale (n. 1)** con 4 **Bulloni (n. 20)** e 4 **Rondelle Piatte (n. 39)**. Serrare e fissare con la **Chiave a Brugola (n. 120)**.

Rimuovere le 2 **Viti (n. 16)** dall' **Maniglia Regolabile (n. 10)** con la **Chiave a Brugola (n. 121)**.

Fissare la **Maniglia Regolabile (n. 10)** all' **Asse (n. 12)** con le 2 **Viti (n. 16)** appena rimosse. Serrare e fissare con la **Chiave a Brugola (n. 121)**.



Teniamo molto alla vostra esperienza con i prodotti Sunny Health and Fitness. Per assistenza sui ricambi o per la risoluzione dei problemi, contattateci all'indirizzo [support@sunnyhealthfitness.com](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) o al numero 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



## FASE 7

Rimuovere 1 **Vite** (n. 22), 1 **Rondella Elastica** (n. 41) e 1 **Rondella Piatta** (n. 39) dal **Supporto del Sedile** (n. 8) utilizzando la **Chiave a Brugola** (n. 120).

Fissare il **Manubrio Posteriore** (n. 9) al **Supporto del Sedile** (n. 8) con 1 **Vite** (n. 22), 1 **Rondella Elastica** (n. 41) e 1 **Rondella Piatta** (n. 39) appena rimosse. Serrare e fissare con la **Chiave a Brugola** (n. 120).

Serrare il **Manubrio Posteriore** (n. 9) al **Supporto del Sedile** (n. 8) con 1 **Bullone del Carrello** (n. 28), 1 **Rondella Piatta** (n. 39) e 1 **Dado in Nylon** (n. 34) utilizzando la **Chiave Inglese** (n. 119).

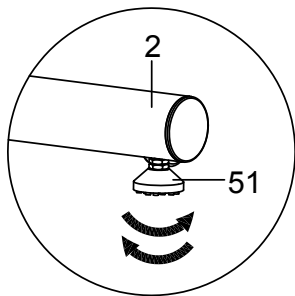
Collegare la **Filo di Prolunga per Impulso 1** (n. 76) al **Filo di Impulso** (n. 75).

Fissare il **Sedile** (n. 62) al **Supporto del Sedile** (n. 8) con 4 **Rondelle Piatte** (n. 39) e 4 **Viti** (n. 22). Serrare e fissare con la **Chiave a Brugola** (n. 120).

Fissare lo **Schienale** (n. 63) al **Supporto del Sedile** (n. 8) con 2 **Rondelle Piatte** (n. 39) e 2 **Bulloni** (n. 18) utilizzando la **Chiave a Brugola** (n. 121).

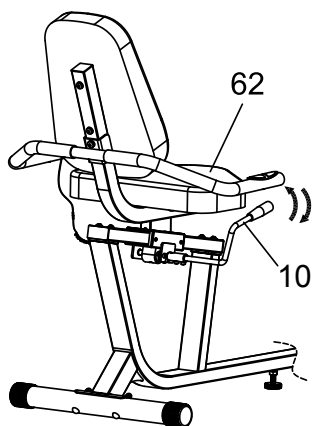
**IL MONTAGGIO È COMPLETO!**

# GUIDA ALLA REGOLAZIONE



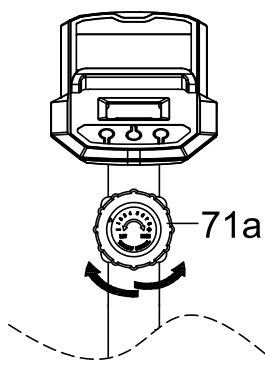
## REGOLAZIONE DEL BILANCIAMENTO

Per ottenere una guida fluida e confortevole, è necessario assicurarsi che la bicicletta sia stabile e sicura. Se durante l'uso notate che la bicicletta è sbilanciata, dovete regolare i **Cuscinetto Regolabili (n. 51)** situati sullo **Stabilizzatore Anteriore (n. 2)** fino a quando la bicicletta non sarà livellata con la superficie del pavimento.



## REGOLAZIONE DELLA SEDILE

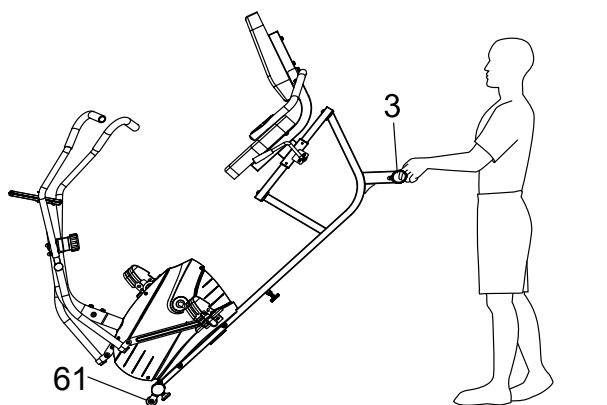
Per spostare la **Sedile (n. 62)** in avanti o indietro, mentre si è seduti sulla bicicletta, appoggiare i piedi sul pavimento. Spostare la **Maniglia Regolabile (n. 10)** verso il basso per allentarla. Regolare la **Sedile (n. 62)** nella posizione desiderata, quindi spostare la **Maniglia Regolabile (n. 10)** verso l'alto per fissarla.



## REGOLAZIONE DELLA TENSIONE

Regolare la tensione ruotando il **Controllore di Tensione (N. 71a)** *in senso orario* per aumentare il livello di resistenza. Ruotare il **Controllore di Tensione (N. 71a)** *in senso antiorario* per diminuire il livello di resistenza.

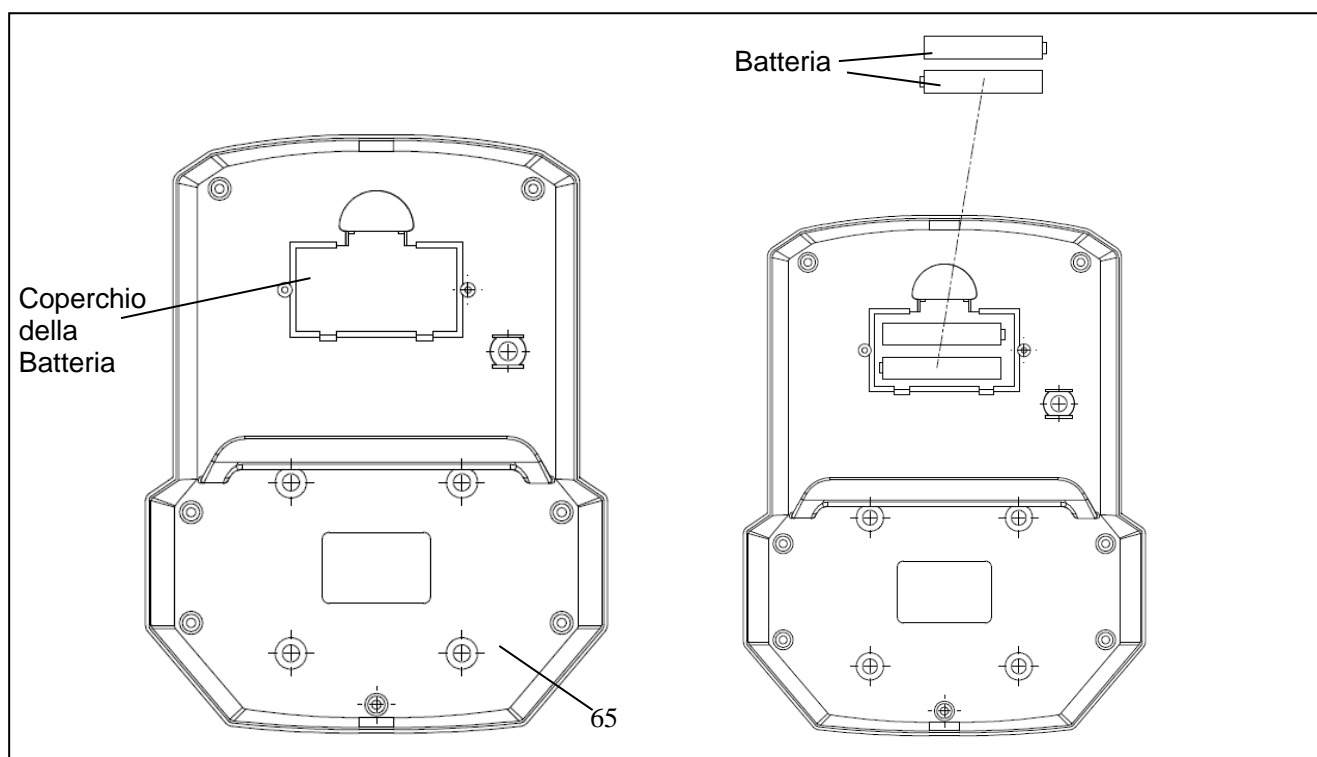
I livelli di tensione sono impostati dal livello 1, il più basso, al livello 8, il più alto.



## SPOSTAMENTO DELLA BICICLETTA

Sollevarre la bicicletta dallo **Stabilizzatore Posteriore (n. 3)** finché le **Ruote di Trasporto (n. 61)** non toccano il suolo. Con le **Ruote di Trasporto (n. 61)** a terra, è possibile trasportare la bicicletta nel luogo desiderato con facilità.

# **INSTALLAZIONE E SOSTITUZIONE DELLA BATTERIA**



## **INSTALLAZIONE DELLA BATTERIA**

1. Estrarre 2 batterie AAA dalla scatola dello misuratore.
2. Premere la fibbia del coperchio della batteria sullo **Misuratore (n. 65)**, quindi rimuovere il coperchio della batteria.
3. Installare 2 batterie AAA nell'alloggiamento della batteria sul retro dello **Misuratore (n. 65)**. Prima dell'installazione, prestare attenzione ai poli + e - delle batterie.
4. Premere la fibbia del coperchio della batteria, quindi rimettere il coperchio della batteria sul retro dello **Misuratore (n. 65)**.

*L'installazione è completa!*

## **SOSTITUZIONE DELLA BATTERIA**

1. Premere la fibbia del coperchio della batteria sul retro del **Misuratore (n. 65)**, quindi rimuovere il coperchio della batteria.
2. Rimuovere le 2 vecchie batterie AAA nella custodia della batteria e installare 2 nuove batterie AAA nella custodia della batteria sul retro dello **Misuratore (n. 65)**. Prima dell'installazione, prestare attenzione ai poli + e - delle batterie.
3. Premere la fibbia del coperchio della batteria, quindi rimettere il coperchio della batteria sul retro dello **Misuratore (n. 65)**.

*La sostituzione è completa!*

## **SMALTIMENTO DELLE BATTERIE**

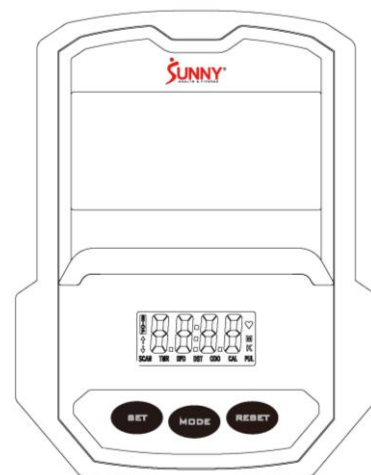
Smaltire le batterie secondo le leggi e le normative locali. Alcune batterie possono essere riciclate. Quando si smaltiscono o si riciclano, non mischiare i tipi di batterie.



# MISURATORE DI SFORZO

## **PULSANTI FUNZIONE:**

- MODE:** Premere il pulsante per selezionare TMR (TEMPO), DST (DISTANZA) e CAL (CALORIE) da preimpostare. Premere il pulsante per visualizzare il valore della funzione di selezione sul display LCD o inserire dopo l'impostazione. Premere il pulsante e tenerlo premuto per 3 secondi per azzerare tutti i valori, tranne il odometro. (Quando l'utente sostituisce le batterie, tutti i valori si azzerano automaticamente).
- SET:** Per impostare il valore target di TMR (TEMPO), DST (DISTANZA) e CAL (CALORIE). Premere il pulsante e tenerlo premuto per 2 secondi per accelerare l'incremento.
- RESET:** Premere il pulsante per azzerare il valore della funzione durante l'impostazione. Tenere premuto il pulsante per 3 secondi per azzerare tutti i valori tranne il odometro (quando l'utente sostituisce le batterie, tutti i valori si azzerano automaticamente).



## **FUNZIONI E OPERAZIONI:**

### **1. INSTALLAZIONE DELLE BATTERIE:**

Installare 2 batterie AAA da 1,5 V nell'apposito alloggiamento sul retro dello strumento. (Quando le batterie vengono rimosse, tutti i valori delle funzioni vengono azzerati).

### **2. ACCENSIONE/SPEGNIMENTO AUTOMATICO:**

Quando l'utente inizia ad allenarsi, il misuratore mostra automaticamente il valore dell'allenamento. Dopo circa 4 minuti di inattività, il misuratore si spegne. Il valore del odometro non viene azzerato quando il misuratore si spegne. Quando l'utente ricomincia ad allenarsi, il valore dell'allenamento del odometro si accumulerà continuamente.

### **3. SCANSIONE AUTOMATICA:**

Dopo l'accensione del misuratore, premere il pulsante MODE e il display LCD visualizzerà tutti i valori delle funzioni da TMR (TEMPO) – SPD (VELOCITÀ) – DST (DISTANZA) – CAL (CALORIE) – ODO (ODOMETRO) – PUL (IMPULSO). Ogni valore sarà mantenuto per 6 secondi.

### **4. SPD (VELOCITÀ):**

Visualizza la velocità di allenamento corrente da 0,0 a 99,9 MPH (miglia orarie).

### **5. DST (DISTANZA):**

Accumula la distanza totale da 0,00 a 9999 M (miglia). L'utente può preimpostare la distanza target premendo i pulsanti SET e MODE. Ogni incremento è di 0,1 M (miglia). Conta automaticamente alla rovescia dal valore di riferimento durante l'esercizio.

### **6. TMR (TEMPO):**

Accumula il tempo totale da 00:00 a 99:59. L'utente può preimpostare il tempo target premendo i pulsanti SET e MODE. Ogni incremento è di 1 minuto. Conta automaticamente alla rovescia dal valore di riferimento durante l'esercizio.

### **7. CAL (CALORIE):**

Accumula le calorie bruciate durante l'allenamento da 0,0 a 9999 (Cal). L'utente può anche preimpostare le calorie target prima dell'allenamento premendo i pulsanti SET e MODE. Ogni incremento dell'impostazione corrisponde a 1 Cal.

Il conteggio automatico si abbassa rispetto al valore target durante l'esercizio.

**NOTA: questi dati sono una guida approssimativa che non può essere utilizzata per il trattamento medico.**

## 8. ODO (ODOMETRO):

Visualizza la distanza totale accumulata da 0,0 a 9999 M (miglia). L'utente può anche premere il pulsante MODE per visualizzare il valore del odometro.

## 9. PUL (MPULSO):

Il misuratore visualizza la frequenza cardiaca dell'utente in battiti al minuto (BPM) durante l'allenamento.

**NOTA: questi dati sono una guida approssimativa che non può essere utilizzata per il trattamento medico.**

## 10. RESET:

Premere il pulsante e tenerlo premuto per 3 secondi per azzerare tutti i valori, tranne il odometro.

## NOTA:

1. Se il display dello strumento è anormale, reinstallare le batterie nuove e riprovare. Sostituire sempre entrambe le batterie contemporaneamente. Non mischiare i tipi di batterie e non mischiare batterie vecchie e nuove.
2. Specifiche delle batterie: 1,5 V UM-4 o AAA (2 pezzi).
3. Smaltire le batterie in modo sicuro, secondo le linee guida nazionali e regionali.

## CONNESSIONE ALL'APP:

Collegare Smart Equipment a SunnyFit App:

1. Scansionare per scaricare SunnyFit dall'app store:



2. Assicurarsi che la funzione Bluetooth sia attivata dal dispositivo mobile.
3. Se è la prima volta che si utilizza l'app SunnyFit, seguire le istruzioni in-app per registrare il proprio account SunnyFit gratuito e accedere.
4. Iniziare un'attività di allenamento che corrisponda al proprio smart equipment, quindi seguire le indicazioni sullo schermo per cercare e connettersi allo smart equipment.
5. Una volta connessi, le statistiche e i record verranno visualizzati alla fine del corso/sessione e registrati nel profilo dell'account!

Risoluzione dei problemi:

- Se si riscontrano problemi nel collegare l'apparecchiatura smart, visitare il sito [www.sunnyfit.com/guide](http://www.sunnyfit.com/guide) o scansionare il codice QR qui sotto:



- Se avete bisogno di ulteriore assistenza, contattate [support@sunnyfit.com](mailto:support@sunnyfit.com).

# ELENCO PARTI

n.	Descrizione	Spec.	Qtà.
1	Telaio Principale		1
2	Stabilizzatore Anteriore		1
3	Stabilizzatore Posteriore		1
4	Montante del Manubrio		1
5L	Barra Oscillante Sinistro		1
5R	Barra Oscillante Destro		1
6L-1	Braccio di Collegamento Sinistro		1
6R-1	Braccio di Collegamento Destro		1
7L	Manubrio Sinistro		1
7R	Manubrio Destro		1
8	Supporto del Sedile		1
9	Manubrio Posteriore		1
10	Maniglia Regolabile		1
11	Guida del Sedile		1
12	Asse		1
13	Piastra Fissa		1
14	Vite	ST3.5x8	4
15	Impostare il Bullone	M8x10	1
16	Vite	M6x10	2
17	Vite	M6x16	2
18	Bullone	M8x50	2
19	Bullone	M8x45	2
20	Bullone	M8x40	6
21	Dado in Nylon	M6	1
22	Vite	M8x20	9
23L	Dado in Nylon Sinistro	B0.5x20	1
23R	Dado in Nylon Destro	B0.5x20	1
24-1	Boccola in Lega	Φ17xΦ34x8.5	2
25-1	Cuscinetto	Φ12.8x28.6xΦ31x7.9	2
26	Rondella ad Arco	D8xΦ20x2xR25	12
27	Bullone del Carrello	M8x65	4
28	Bullone del Carrello	M8x60	1
29	Bullone del Carrello	M8x35	4
30	Vite Esagonale	M8x20	2
31	Dado Esagonale	M10	1
32	Dado Esagonale	M8	2
33	Dado del Tappo	M8	8
34	Dado in Nylon	M8	6
35	Manovella	B0.5x20	1
36	Rondella a Onda	Φ20xΦ28x0.3	2
37	Spina Rotonda	25x3	2

n.	Descrizione	Spec.	Qtà.
38	Rondella Piatta	D8xΦ32x2	2
39	Rondella Piatta	D8xD16x1.5	16
40	Ruota Eccentrica	Φ25x38	1
41	Rondella Elastica	D8	7
42	Boccola in Lega	Φ18xΦ8.1x10	4
43-1	Distanziale	D28.5xΦ34x3.4	2
44	Asse Lungo	Φ19x300	1
45L-1	Pedale Sinistro	YH-30	1
45R-1	Pedale Destro	YH-30	1
46	Impugnatura in Schiuma	Φ24xT3x290	2
47	Impugnatura in Schiuma	Φ24xT3x480	2
48	Impugnatura	Nero	1
49	Tappo Posteriore	Φ50	2
50	Spina a Filo	Φ12.5	2
51	Cuscinetto Regolabile	Φ38x18	2
52	Cuscinetto di Supporto	M10x60	1
53	Spina Quadrata	60x30x2	2
54	Boccola di Plastica	Φ32x28	6
55	Blocco Superiore	38x34x36.2	1
56	Tappo Anteriore	Φ50x1.5	2
57	Spina Rotonda	Φ28x1.5	2
58	Spina Rotonda	Φ25x1.5	2
59	Spina Quadrata	38x38x1.5	2
60	Manica	80x40x1.5	2
61	Ruota di Trasporto	Φ42xΦ8xL121	2
62	Sedile		1
63	Schienale		1
64	Tappo Dado	S13	2
65	Misuratore		1
65a	Filo di Collegamento del Sensore del Misuratore		1
65b	Filo di Collegamento del Impulso del Misuratore		1
66	Sensore di Impulso		2
67	Vite	M5x15	1
68	Rondella ad Arco	D5xΦ20	1
69	Vite	ST4.2x18	2
70	Vite	M5x10	4
71a	Controllore di Tensione		1
71b	Cavo di Tensione		1
72	Gancio di Tensione	1150 mm	1
73	Filo di Prolunga del Sensore 1	650 mm	1
74	Filo di Prolunga del Sensore 2	650 mm	1

n.	Descrizione	Spec.	Qtà.
75	Filo di Impulso	700 mm	1
76	Filo di Prolunga per Impulso 1	2000 mm	1
77	Filo di Prolunga per Impulso 2	650 mm	1
78	Rondella Elastica	D13	2
79	Tirante della Ruota Folle		1
80L	Coperchio della Cinghia Sinistro		1
80R	Coperchio della Cinghia Destro		1
81	Coperchio della Manovella	Φ60×Φ30×8.5	2
82	Sigillatura	Φ50	1
83	Puleggia della Cinghia	Φ220	1
84	Spina	Φ25×22	2
85	Cinghia	350 PJ6	1
86	Alloggiamento del Cuscinetto	72×56×11	2
87	Ruota Folle	Φ39×24	1
88	Vite	ST4.2×19	5
89	Vite a Croce	ST4.2×18	8
90	Vite a Croce	M6×10	4
91	Vite	M6×8	2
92	Rondella Elastica	D12	3
93	Volano	Φ200×40	1
94	Vite	Φ14×Φ10×M8×20.5	1
95	Bullone Esagonale	M5×60	1
96	Vite Esagonale	M6×15	5
97	Dado Esagonale	M5	2
98	Dado	4.5×32×32	2
99	Rondella	Φ22.6×Φ28×2.5	1

n.	Descrizione	Spec.	Qtà.
100	Dado di Bloccaggio-L	Φ45×H3.5	1
101	Cuscinetto a Faccia Aperta	Φ45.8×8.8	2
102	Alloggiamento del Cuscinetto	2.5×76×76	2
103	Dado di Bloccaggio-R	Φ45×H3.5	1
104	Rondella Piatta Grande	Φ25.2×Φ38×1	1
105	Staffa del Sensore		1
106	Bullone Regolabile della Cinghia	M6×36	1
107	Asse della Lavagna Magnetica	Φ12×61	1
108	Rondella a Onda	D12×Φ15.5×0.3	2
109	Rondella Piatta	D6×Φ16×1.5	3
110	Rondella Piatta	D6×D12×1.2	2
111	Rondella Piatta	D10×Φ14×1	1
112	Asse del Volano	Φ20×103	1
113	Staffa del Cuscinetto	72×56×1.5	2
114	Magnete	40×25×10	4
115	Rondella Elastica	D6	5
116	Elastica	Φ1.6×Φ15×L47.2	1
117	Elastica	Φ3×Φ18×L58.5	1
118	Cuscinetto	6001RS	4
119	Chiave Inglese	S13,S14,S15	1
120	Chiave a Brugola	S6	1
121	Chiave a Brugola	S5	1
122	Chiave Inglese	S13,S14	1
123	Chiave Inglese	S17,S19	1
124	Lavagna Magnetica		1



**CONNECT**  
with us

## DOWNLOAD

Track your fitness progress & join  
**FREE** workout courses!

Download  **SUNNYFIT** today!



---

## FOLLOW

Find us on social media @sunnyhealthfitness

 @sunnyhealthfitness

 @sunnyhealthandfitness

 @sunnyhealthfit

 /sunnyhealthfitness

 /sunnyhealthfitness

 /sunnyhealthandfitness

[www.sunnyhealthfitness.com](http://www.sunnyhealthfitness.com)