

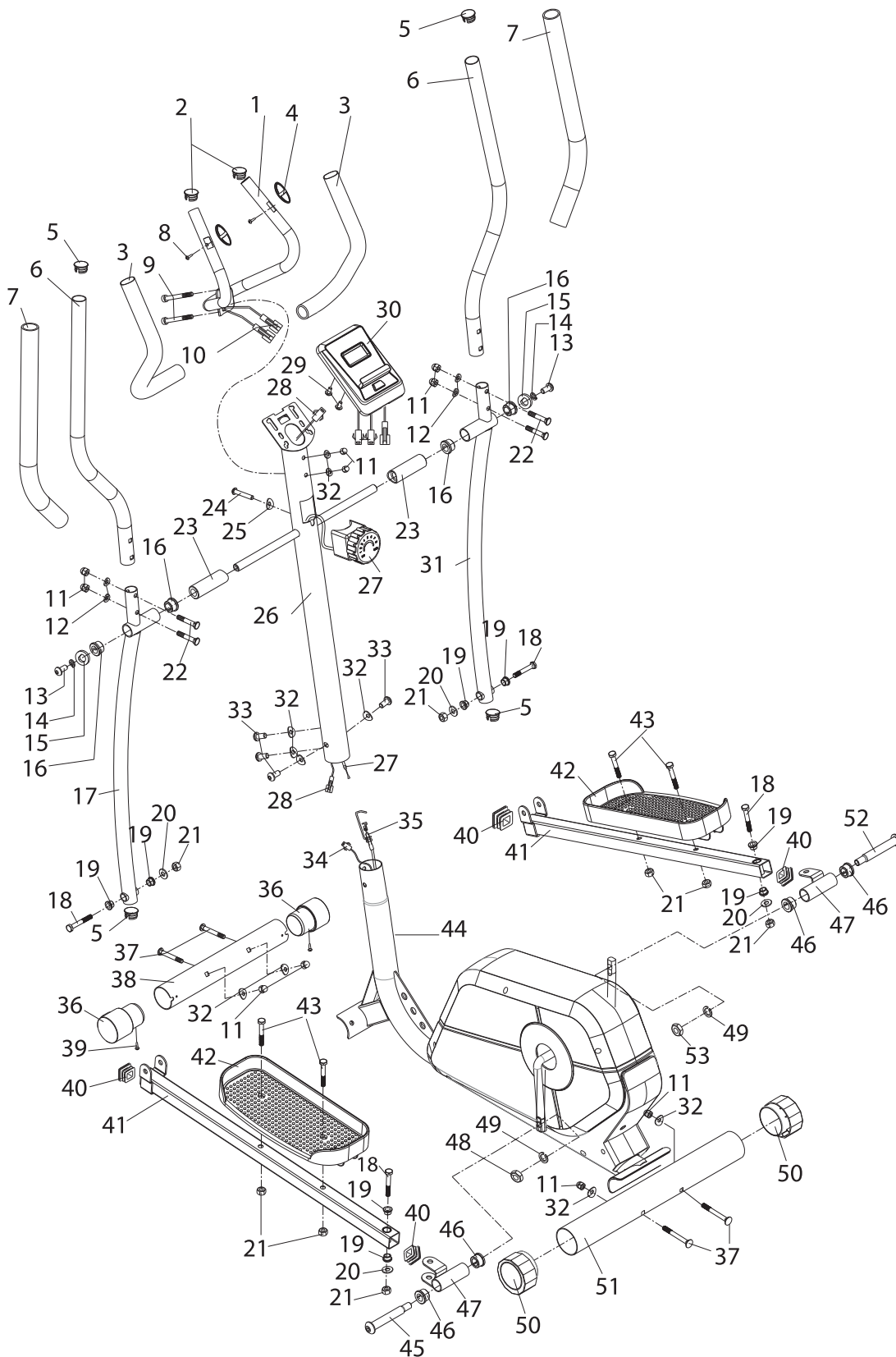
GOZONE

HOME FITNESS | REMISE EN FORME À DOMICILE

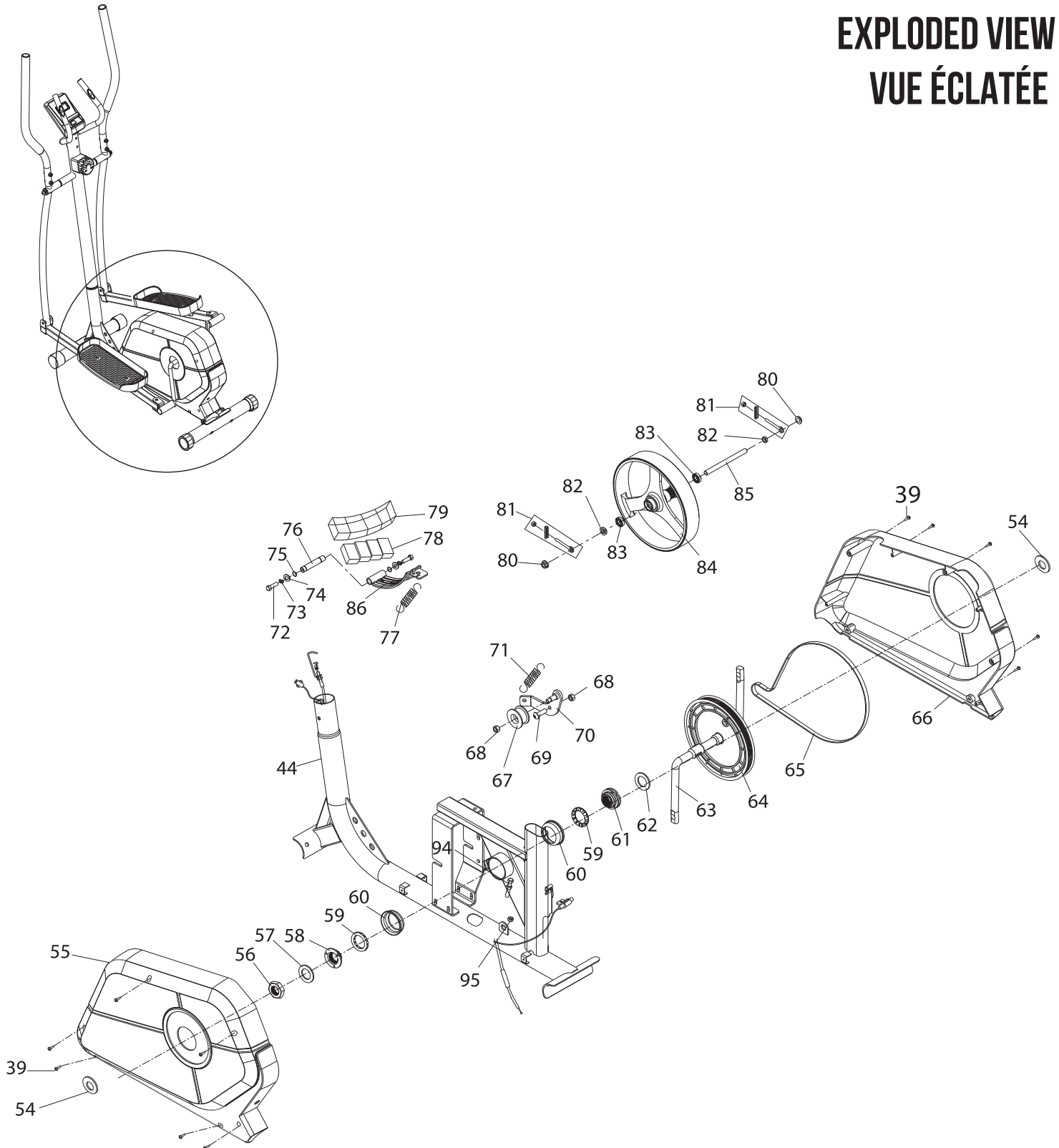
ELLIPTICAL BIKE/VÉLO ELLIPTIQUE



EXPLODED VIEW VUE ÉCLATÉE



EXPLODED VIEW VUE ÉCLATÉE



PARTS LIST

No.	DESCRIPTION	QTY	No.	DESCRIPTION	QTY
1	Middle Handlebar	1	45	Bolt(L) 1/2"	1
2	End Cap Φ22	2	46	Bushing 3 Φ28*Φ16*28	4
3	Foam Grip	2	47	U Bracket (L/R)	2
4	Pulse	2	48	Nylon Nut(L) 1/2"	1
5	End CapΦ28	4	49	Spring Washer 1/2"	2
6	Handlebar	2	50	End CapΦ50	2
7	Foam Grip	2	51	Rear Stabilizer	1
8	Screw ST4.2*19	2	52	Bolt (R) 1/2"	1
9	Bolt M8*62	2	53	Nylon Nut (R) 1/2"	1
10	Handlebar Wire	2	54	Small Cover	2
11	Cap Nut M8	12	55	Chain Cover L	1
12	Arc Washer d8*Φ12*1.5*R30	4	56	Nut	1
13	Bolt 3/8"*20	2	57	Washer	1
14	Spring Washer D10	2	58	Nut II	1
15	D Washer d10*Φ20*5	2	59	Collar Ball	2
16	Bushing 2 Φ32*Φ19*28	4	60	Collar Housing	2
17	Lower Handlebar(L)	1	61	Nut I	1
18	Hexagon Bolt M10*60	4	62	Washer	1
19	Bushing Φ14*12.5*Φ10.1	8	63	Crank	1
20	Washer d10*Φ20*2	4	64	Chain Wheel	1
21	Nylon Nut M10	8	65	Belt	1
22	Carriage Bolt M8*40	4	66	Chain Cover R	1
23	Spacer Bush	2	67	Pinch Roller	1
24	Screw M5*45	1	68	Nylon Nut M8	2
25	Arc Washer d6	1	69	Bolt	1
26	Support Tube	1	70	U Bracket	1
27	Tension Control	1	71	Tension Spring	1
28	Middle Wire	1	72	Hexagon Bolt M6*15	2
29	Screw M5*10	2	73	Spring Washer d6	2
30	Computer	1	74	Washer 6*Φ12*1	2
31	Lower Handlebar(R)	1	75	Snap Spring d12	2
32	Arc Washer d8*Φ20*1.5*R30	8	76	Axle	1
33	Bolt M8*16	4	77	Tension Spring	1
34	Induction Line	1	78	Magnet	4
35	Tension Wire	1	79	Plastic Lattice	1
36	Foot StrapΦ50	2	80	Nut M10*1.0*H5	2
37	Carriage Bolt M8*60	4	81	Bolt Group	2
38	Front Stabilizer	1	82	Hexagon Thin Nut M10*1.0*H2	2
39	Tapping Screw ST4.2*16	11	83	Bearing	2
40	End Cap	4	84	Flywheel	1
41	Pedal Tube	2	85	Axle	1
42	Pedal	2	86	Magnetic Board	1
43	Hexagon Bolt M10*45	4			
44	Main Frame	1			

LISTE DES PIÈCES

No.	DESCRIPTION	QTY	No.	DESCRIPTION	QTY
1	Le guidon central	1	45	Boulon(L) 1/2"	1
2	Bouchon d'extrémité Φ22	2	46	Bague 3 Φ28*Φ16*28	4
3	Poignée de main	2	47	Le support U (L/R)	2
4	Pouls	2	48	L'écrous en nylon (L) 1/2"	1
5	Bouchon d'extrémité Φ28	4	49	La rondelle à ressort 1/2"	2
6	Le guidon	2	50	Bouchon d'extrémité Φ50	2
7	Poignée de main	2	51	Le stabilisateur arrière	1
8	Vis ST4.2*19	2	52	Boulon (R) 1/2"	1
9	Boulon M8*62	2	53	L'écrous en nylon (R) 1/2"	1
10	Le fil du guidon	2	54	Le petite couvercle	2
11	L'écrous borgne M8	12	55	Le couvercle chaîne L	1
12	La rondelle en arc d8*Φ12*1.5*R30	4	56	L'écrous	1
13	Boulont 3/8"*20	2	57	La rondelle	1
14	La rondelle à ressort D10	2	58	L'écrous II	1
15	La rondelle D d10* Φ20*5	2	59	Boule de collier	2
16	Bague 2 Φ32*Φ19*28	4	60	Boîtier de collier	2
17	Le guidon inférieur (L)	1	61	L'écrous I	1
18	Boulon hexagonale M10*60	4	62	La rondelle	1
19	Bague Φ14*12.5*Φ10.1	8	63	Le pédalier	1
20	La rondelle d10* Φ20*2	4	64	Le roue à chaîne	1
21	L'écrous en nylon M10	8	65	La courroie	1
22	Boulon de carrosserie M8*40	4	66	Le couvercle chaîne R	1
23	Bague de spacer	2	67	Rouleau de pincement	1
24	Vis M5*45	1	68	L'écrous en nylon M8	2
25	La rondelle en arc d6	1	69	Boulon	1
26	Fixer le tube de support	1	70	Le support U	1
27	Commande de la tension	1	71	Le ressort de la tension	1
28	Le fil du milieu	1	72	Boulon hexagonale M6* 15	2
29	Vis M5*10	2	73	La rondelle à ressort d6	2
30	L'ordinateur	1	74	La rondelle 6* Φ12*1	2
31	Le guidon inférieur(R)	1	75	Le ressort enclencher d12	2
32	La rondelle en arc d8*Φ20*1.5*R30	8	76	L'essieu	1
33	Boulon M8*16	4	77	Le ressort de la tension	1
34	La ligne d'induction	1	78	L'aimant	4
35	Fil de tension	1	79	Le treillis plastique	1
36	La sangle de pied Φ50	2	80	L'écrous M10*1.0*H5	2
37	Boulon de carrosserie M8*60	4	81	Le groupe de boulon	2
38	Le stabilisateur avant	1	82	L'écrous hexagonale mince M10*1.0*H2	2
39	Vis de tapant ST4.2*16	11	83	Le palier	2
40	Bouchon d'extrémité	4	84	Le volant	1
41	Le tube de pédale	2	85	L'essieu	1
42	Pédale	2	86	La planche magnétique	1
43	Boulon hexagonale M10*45	4			
44	Le cadre principal	1			

IMPORTANT SAFETY NOTICE:

ATTENTION!

Read this instruction manual carefully before assembling or using the product!

1. Assemble the machine exactly as described in this instruction manual
2. Check all screws, nuts, and other connections before using the machine and ensure that the machine is in safe operating condition
3. Place elliptical on a dry, level surface, and keep away from moisture and water
4. Make sure assembly area is clean and well lit
5. Before using machine, remove all objects within 2 meters from the machine
6. Do not clean with harsh solvents. Wipe clean with a dry or damp cloth
7. Wipe sweat away with a clean dry cloth after use
8. Only use the supplied tools or suitable tools of your own to assemble the machine
9. Consult your physician before using the machine. This is especially important if you're over 40, are pregnant, or have pre-existing medical conditions
10. Only use the machine when it is working properly
11. Use only original spare parts for any necessary repairs
12. Wear training shoes and fitness clothes when using the machine. Do not wear loose fitting clothing that may become snagged in the machine
13. If you feel dizziness, lightheadedness, nausea, or chest pains while using this product, stop exercising immediately and contact a doctor
14. Children and people with disabilities should only use the machine when aided by a qualified adult
15. Max user weight is 100kg/220lbs

IMPORTANT:

Care must be taken when lifting or moving the equipment to avoid injury. Always use proper lifting techniques and seek assistance when necessary.

The specifications of the product are subject to change without notice.

AVIS IMPORTANT DE SÉCURITÉ

ATTENTION!

Lire attentivement ce mode d'emploi avant d'assembler ou d'utiliser l'appareil!

1. Assembler la machine exactement comme décrit dans ce mode d'emploi.
2. Vérifier toutes les vis, tous les écrous et toute autre connexion avant d'utiliser la machine et s'assurer que la machine est en bon état de fonctionnement.
3. Placer le vélo elliptique sur une surface sèche et plane et se tenir à l'écart de l'humidité et de l'eau.
4. S'assurer que la zone de montage est propre et bien éclairée.
5. Avant d'utiliser la machine, retirer tous les objets qui se trouvent dans un périmètre de 2 mètres.
6. Ne pas nettoyer avec des solvants agressifs. Essuyer avec un chiffon sec ou humide.
7. Essuyer la sueur avec un chiffon sec et propre après utilisation.
8. N'utiliser que les outils fournis ou des outils appropriés pour assembler la machine.
9. Consulter un médecin avant d'utiliser la machine. Cela est tout particulièrement important pour les individus de plus de 40 ans, les femmes enceintes ou pour ceux qui ont des problèmes de santé.
10. N'utiliser la machine que lorsqu'elle fonctionne correctement.
11. N'utiliser que des pièces de rechange d'origine pour les réparations nécessaires.
12. Porter des chaussures d'entraînement et des vêtements de sport pour utiliser la machine. Ne pas porter de vêtements amples qui pourraient s'accrocher à la machine.
13. En cas d'étourdissements, de vertiges, de nausées ou de douleurs thoraciques lors de l'utilisation de cette machine, arrêter immédiatement de faire de l'exercice et contacter un médecin.
14. Les enfants et les personnes handicapées ne doivent utiliser la machine que s'ils sont aidés par un adulte qualifié.
15. Le poids maximum de l'utilisateur est de 100 kg/220 lb

IMPORTANT:

Des précautions doivent être prises pour lever ou déplacer l'équipement et éviter les blessures. Toujours utiliser des techniques de levage appropriées et demander de l'aide si nécessaire.

Les spécifications de l'appareil sont sujettes à changement sans préavis.

PREPARATION:

- Before assembling make sure that you will have enough space around the item
- Use the included tools for assembly
- Before assembling, please check whether all needed parts are available

ASSEMBLY INSTRUCTIONS:

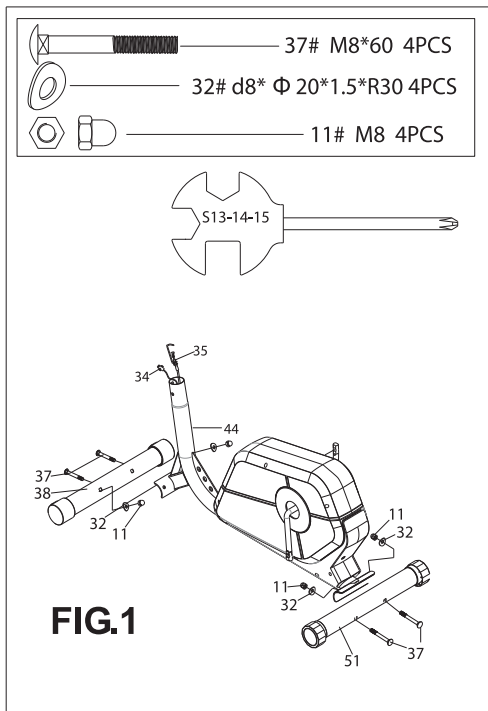


Fig. 1: Attach the Front Stabilizer (38) and the Rear Stabilizer (51) to the Main Frame (44) with Carriage Bolts (37), Cap Nuts (11), and Arc Washers (32)

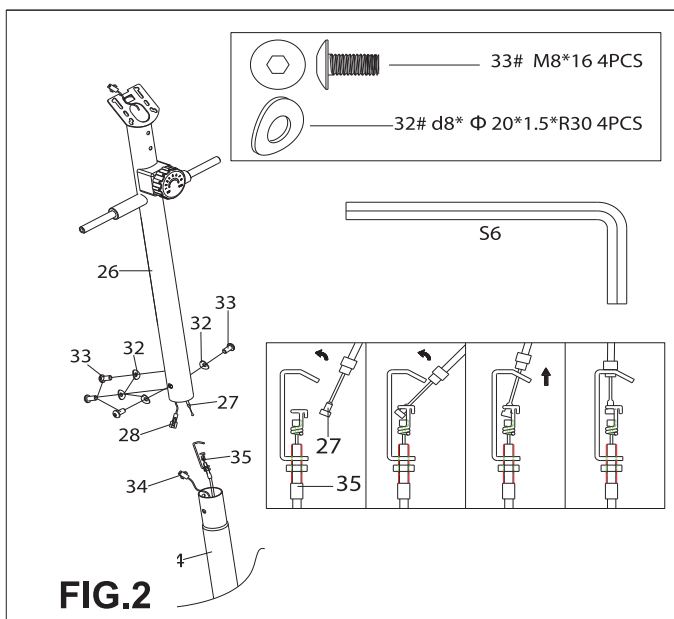


Fig. 2: Connect the Middle Wire (28) to the Induction Line (34), and the Tension Control (27) to the Tension Wire (35) as shown in FIG.2. Attach the Support Tube (26) to the Main Frame (44) with Bolts (33) and Arc Washers (32)

Note: Tighten the Bolts (33) and the Arc Washers (32) after STEP 3

PRÉPARATION:

- Avant l'assemblage, s'assurer qu'il y a suffisamment d'espace autour du vélo.
- Utiliser les outils fournis pour l'assemblage.
- Avant l'assemblage, vérifier que toutes les pièces nécessaires sont présentes.

INSTRUCTIONS POUR L'ASSEMBLAGE:

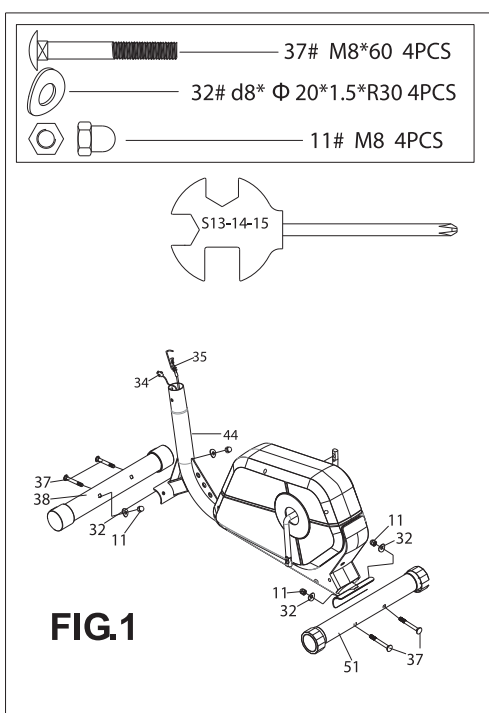


Fig. 1: Attacher le stabilisateur avant (38) et le stabilisateur arrière (51) au cadre principal (44) avec des boulons de carrosserie (37), des écrous borgnes (11) et des rondelles en arc (32)

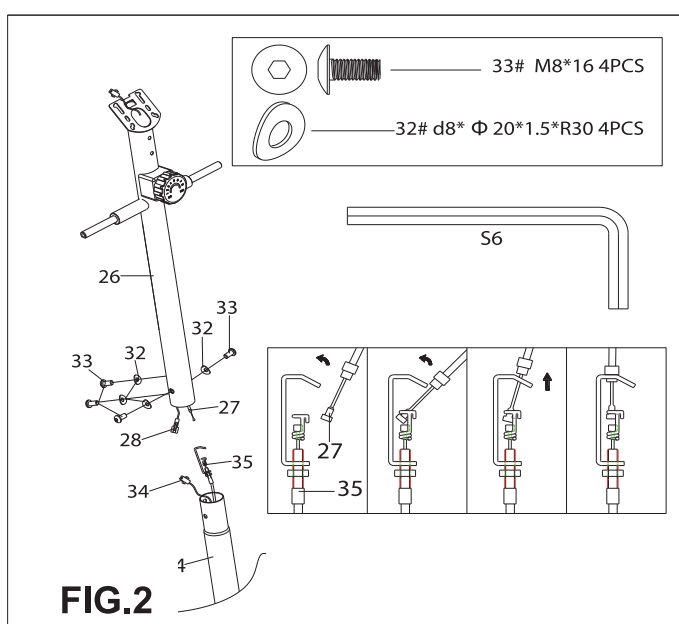


Fig. 2: Connecter le fil du milieu (28) à la ligne d'induction (34) et la commande de la tension (27) au fil de tension (35), comme illustré à la FIG. 2. Fixer le tube de support (26) au cadre principal (44) avec des boulons (33) et des rondelles en arc (32).

Remarque : Serrer les boulons (33) et les rondelles en arc (32) après l'ÉTAPE 3

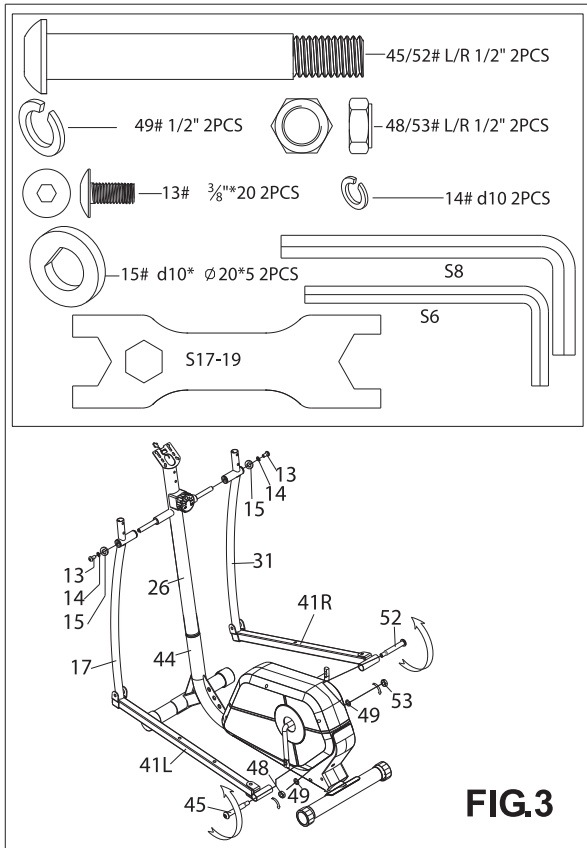


Fig. 3: Attach the Lower Handle Bars (17/31) to the Support Tube (26) with Bolts (13), Spring Washers (14), and D Washers (15). Fix the Pedal Tubes (41L/R) to the Pedal Crank (63) with Pedal Hinge Bolts (45/52), Spring Washers (49), and Nylon Nuts (48/53). Install the Pedals (42) on the Pedal Tubes (41L/R) with Hexagon Bolts (43) and Nylon Nuts (21)

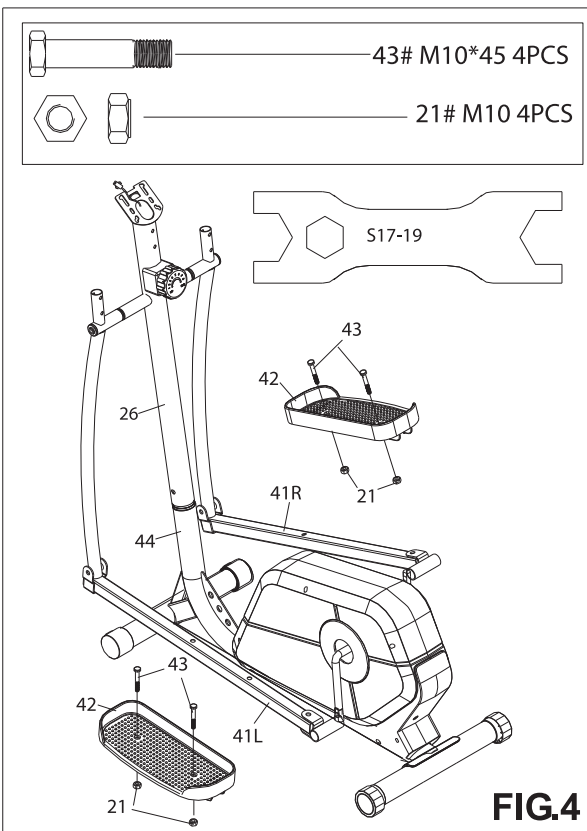


Fig. 4: Install the Pedals (42) on the Pedal Tubes (41L/R) with Hexagon Bolts (43) and Nylon Nuts (21)

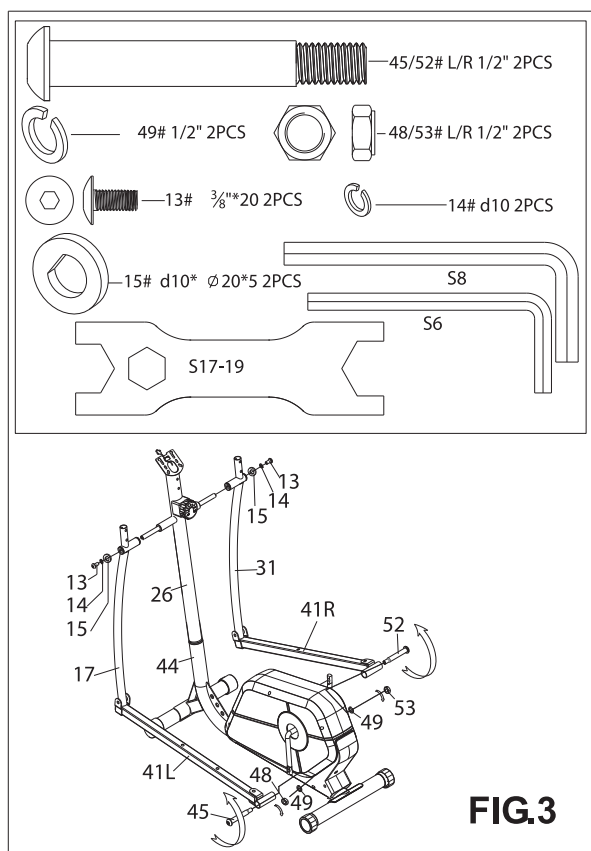


Fig. 3: Fixer les guidons inférieurs (17/31) au tube de support (26) avec des boulons (13), des rondelles à ressort (14) et des rondelles D (15). Fixer les tubes de pédale (41L/R) à la manivelle de pédalier (63) avec des boulons de charnière de pédale (45/52), des rondelles à ressort (49) et des écrous en nylon (48/53). Installer les pédales (42) sur les tubes de pédale (41L/R) avec des boulons hexagonaux (43) et des écrous en nylon (21)

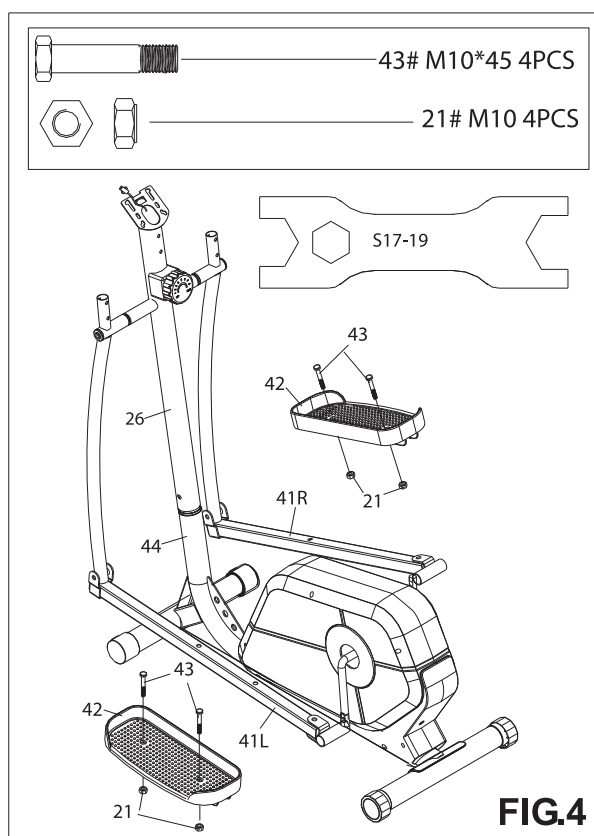


Fig. 4: Installer les pédales (42) sur les tubes de pédale (41L/R) avec des boulons hexagonaux (43) et des écrous en nylon (21)

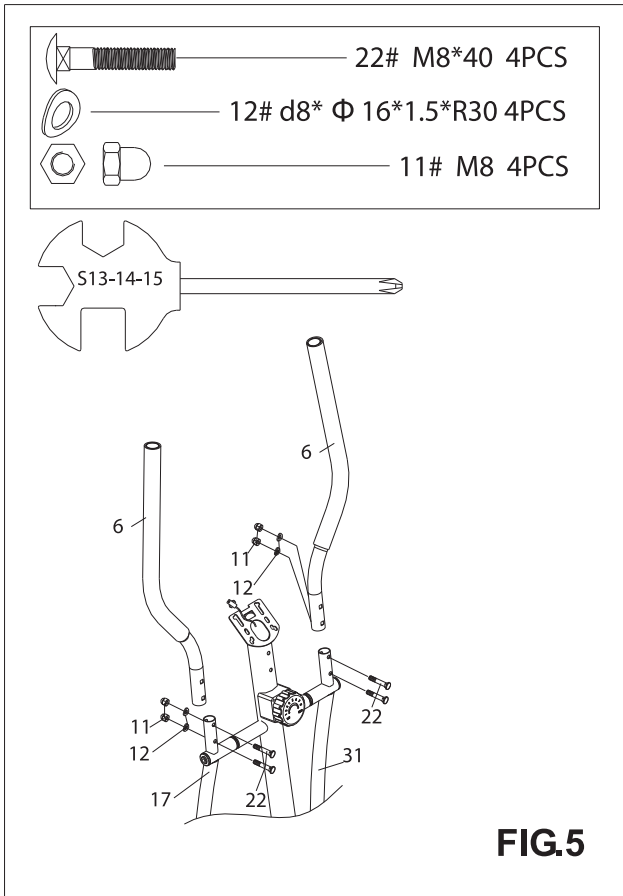


Fig. 5: Fix the Handlebars (6L/R) to the Lower Handle Bars (17/31) with Carriage Bolts (22), Arc Washers (12), and Cap Nuts (11)

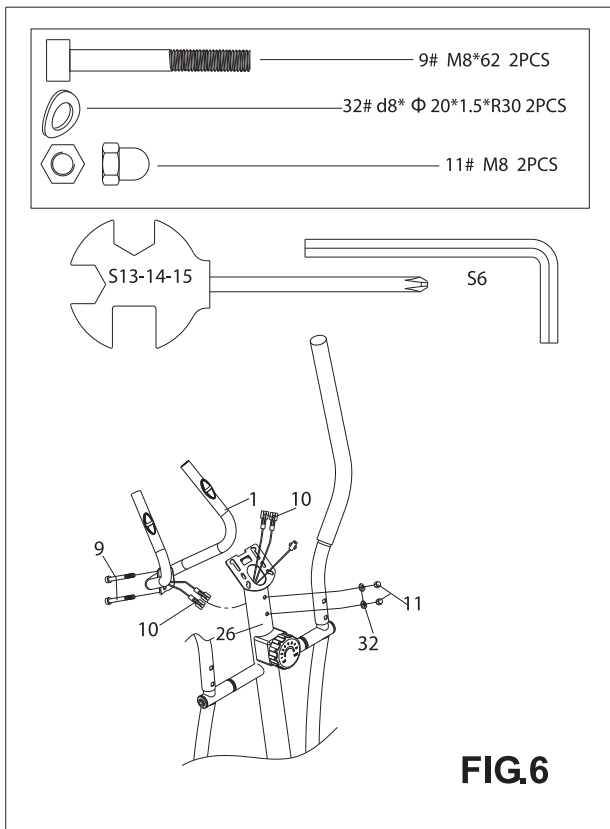


Fig. 6: Slide the Handlebar Wire (10) through the opening in the center of the top of the Support Tube (26) as shown in FIG.6. Install the Middle Handlebar (1) on the Support Tube (26) with Bolts (9), Arc Washers (32), and Cap Nuts (11)

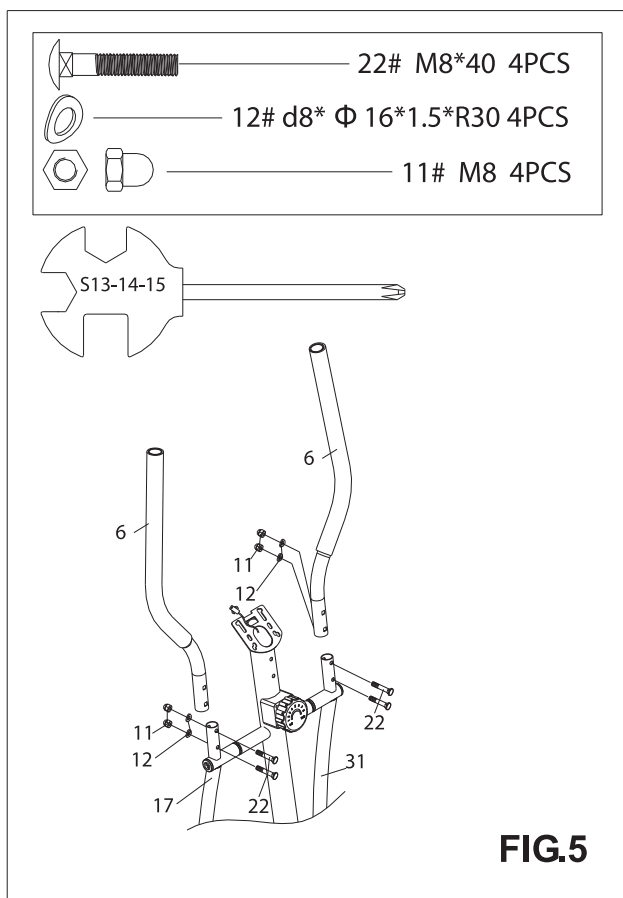


Fig. 5: Fixer les parties latérales du guidon (6L/R) aux guidons inférieurs (17/31) avec des boulons de carrosserie (22), des rondelles en arc (12) et des écrous borgnes (11).

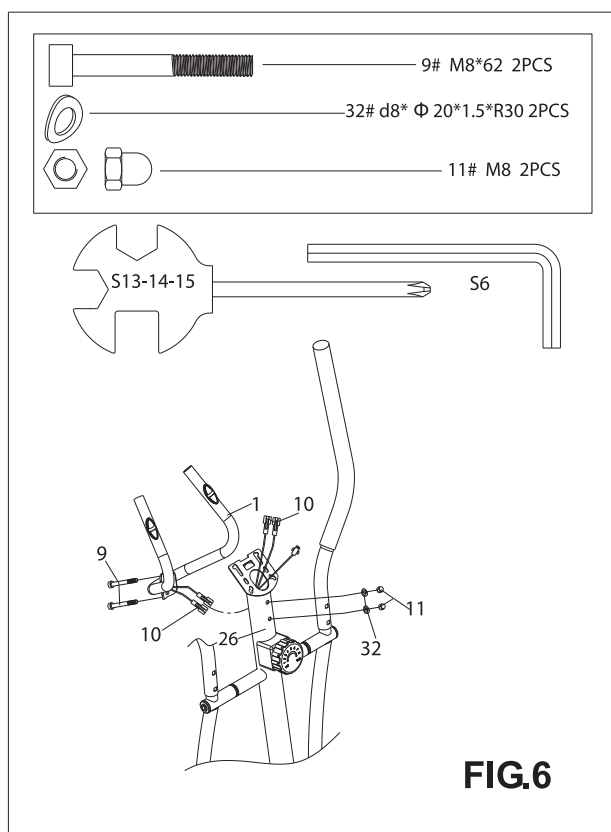


Fig. 6: Faire glisser le fil du guidon (10) à travers l'ouverture au centre du haut du tube de support (26) comme indiqué à la FIG. 6. Installer le guidon central (1) sur le tube de support (26) avec des boulons (9), des rondelles en arc (32) et des écrous borgnes (11)

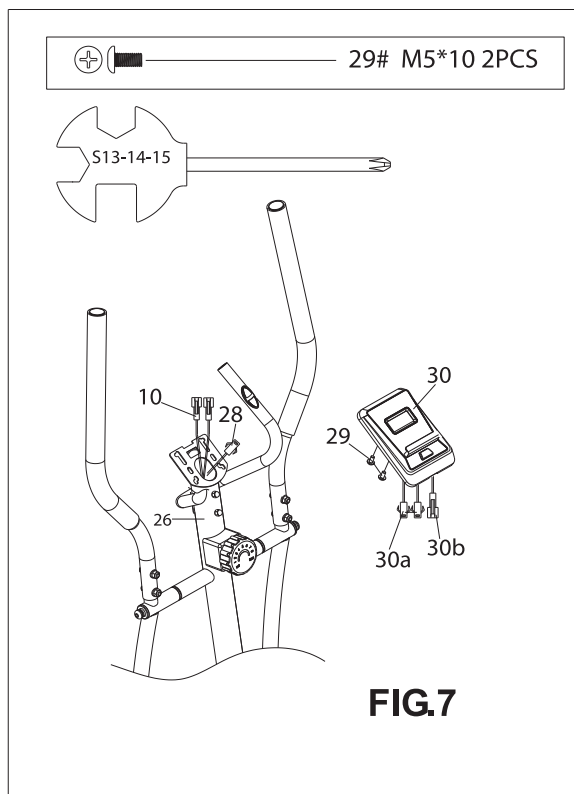


Fig. 7: Connect the Handlebar Wire (10) to Computer Wire A (30a), then connect Middle Wire (28) to Computer Wire B (30b). Attach the Computer (30) onto the Support Tube (26) with Screws (29)

Your Elliptical is now assembled!
Remember to make sure all connections are tightened before you begin exercising!

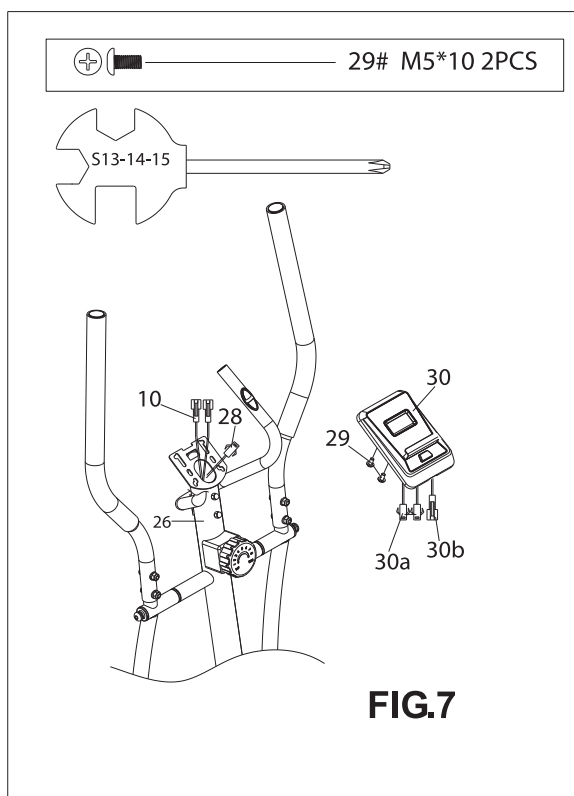


Fig. 7: Connecter le fil du guidon (10) au fil de l'ordinateur A (30a), puis connecter le fil du milieu (28) au fil de l'ordinateur B (30b). Fixer l'ordinateur (30) sur le tube de support (26) avec des vis (29)

Votre appareil elliptique est maintenant assemblé!
Ne pas oublier de s'assurer que toutes les connexions sont bien serrées avant de commencer à faire de l'exercice!

USE INSTRUCTIONS/MODE D'EMPLOI:

The tension control knob (27) allows you to change the resistance level of the pedals. For best results, set the tension level while the elliptical is in use.

Make sure two AAA batteries are properly installed in the Computer (30) before using the elliptical if you'd like to track workout metrics. Should computer display dim or look irregular, replace the batteries.

Le bouton de contrôle de la tension (27) permet de modifier la résistance des pédales. Pour de meilleurs résultats, régler la tension pendant que le vélo elliptique est utilisé.

S'assurer que les piles sont correctement installées dans l'ordinateur (30) avant d'utiliser l'appareil elliptique pour pouvoir suivre les mesures d'entraînement. Si l'écran faiblit et semble irrégulier, remplacer les piles.

Exercise Monitor (Computer) Operation/ Fonctionnement du moniteur d'exercice (ordinateur):

1. The monitor display turns on when the Mode key is pressed or when the speed sensor detects that the pedals are in motion
2. The monitor automatically turns off after 4 minutes of inactivity
3. Press the Mode key to cycle through display options including time, speed, distance, total distance (odometer), pulse rate, and estimated calories burned
4. Select "Scan" with the Mode key to automatically cycle through workout metrics. The display will change every 4 seconds
5. Press and hold the Mode key for 3 seconds to reset all workout metrics (except for the odometer) to 0. To reset the odometer, remove and re-insert the batteries
6. To get a pulse reading, grip the pulse meters on the middle handlebars with both hands

Note: pulse rate and estimated calories burned displayed by this machine are not intended for medical use

1. L'écran du moniteur s'allume quand la touche Mode est appuyée ou quand le capteur de vitesse détecte que les pédales sont en mouvement.
2. Le moniteur s'éteint automatiquement au bout de 4 minutes d'inactivité
3. Appuyer sur la touche Mode pour parcourir les options d'affichage, notamment l'heure, la vitesse, la distance, la distance totale (odomètre), la fréquence cardiaque et les calories brûlées estimées.
4. Sélectionner « Scan » avec la touche Mode pour parcourir automatiquement les mesures de l'entraînement. L'affichage changera toutes les 4 secondes.
5. Appuyer sur la touche Mode et la maintenir enfoncée pendant 3 secondes pour réinitialiser toutes les mesures d'entraînement (à l'exception de l'odomètre) à 0. Pour réinitialiser l'odomètre, retirer et réinsérer les piles.
6. Pour obtenir une lecture de la fréquence cardiaque, saisir les capteurs de fréquence cardiaque sur le guidon central avec les deux mains.

Remarque : La fréquence cardiaque et les calories estimées brûlées affichées sur cette machine ne sont pas destinés à un usage médical

GOZONE

WWW.GO-ZONE.CA



**PLEASE RECYCLE THIS PACKAGING
MERCİ DE RECYCLER CET EMBALLAGE**

Questions? Comments? Contact Us!

Phone: 1-855-552-3355

Email: CustomerService@go-zone.ca

Des questions? Des commentaires? Contactez-nous!

Téléphone : 1-855-552-3355

Courriel : CustomerService@go-zone.ca

WARNING: As with any exercise product or program, use with caution and consult your physician prior to use.

Designed in North America. Responsibly Manufactured in China.

AVERTISSEMENT: Avant d'utiliser un accessoire d'exercices, il est recommandé de passer un examen médical complet et d'obtenir l'autorisation d'un médecin pour le programme de conditionnement. Il ne s'agit pas d'un jouet.

Conçu en Amérique du Nord Fabriqué de façon responsable en Chine