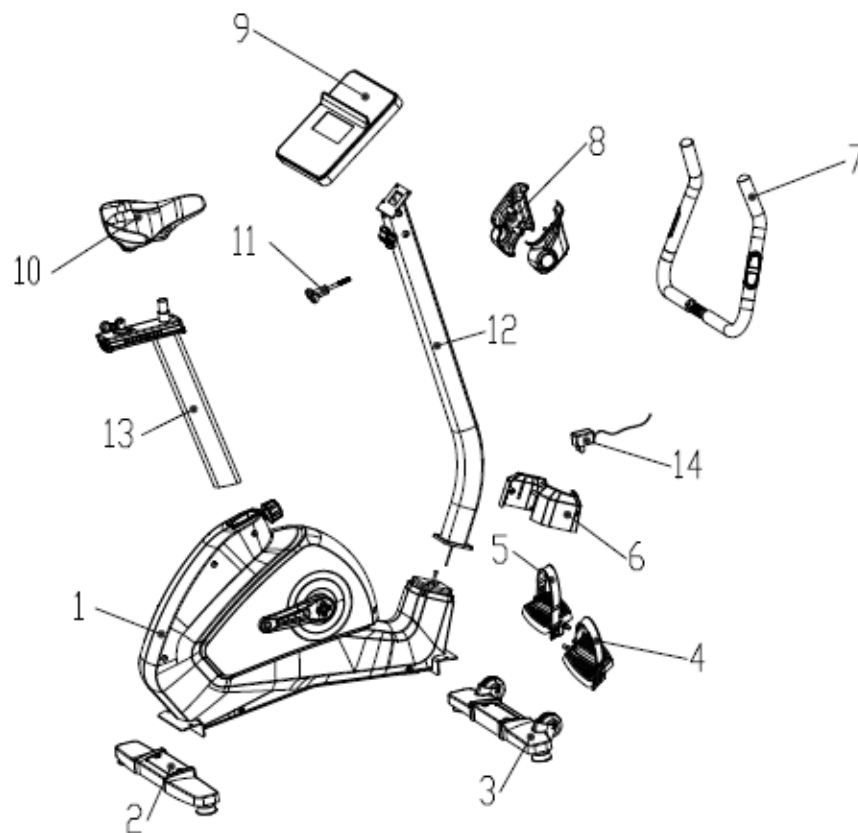


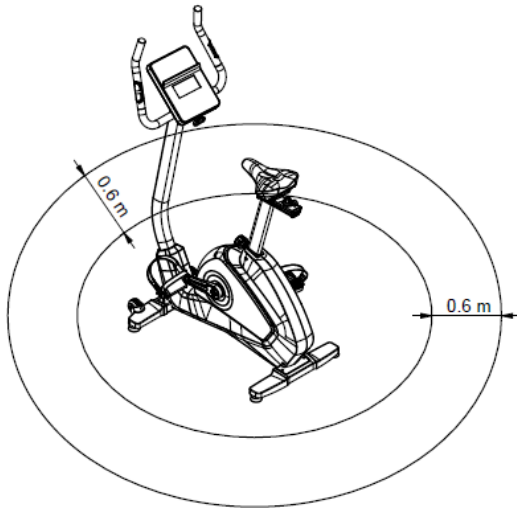
MASTER

Motionscykel B35





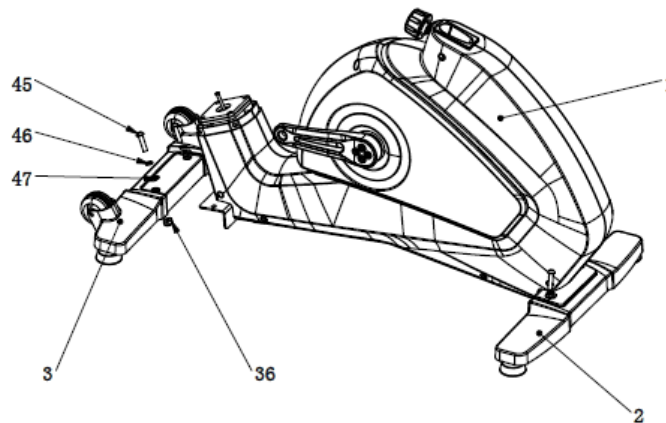
Serial Number	Name	Quantity
1	Main Frame	1
2	Rear feet support	1
3	Front feet support	1
4	Pedal R	1
5	Pedal L	1
6	Column lower plastic part	Each one at right and left side
7	Handle	1
8	Column upper plastic part	Each one at right and left side
9	Console	1
10	Saddle	1
11	T-locking latch	1
12	Front support column	1
13	Adjustment tube	1
14	Adapter	1



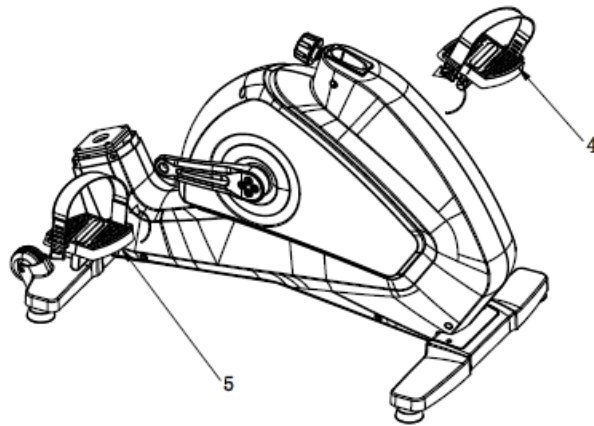
Användarens maximala vikt är 150 kg
Hastighetsoberoende bromssystem
Det är viktigt att det inte finns några hinder
inom 0,6 m från träningscykeln när du
använder den

Monteringssteg:

1. Ta ut de främre och bakre stödfötterna, 2 och 3, ur lådan och använd skruvarna 45, 46, 47, 36, fjäderbrickorna, de plana brickorna och muttrar för att fästa på huvudramen, 1.

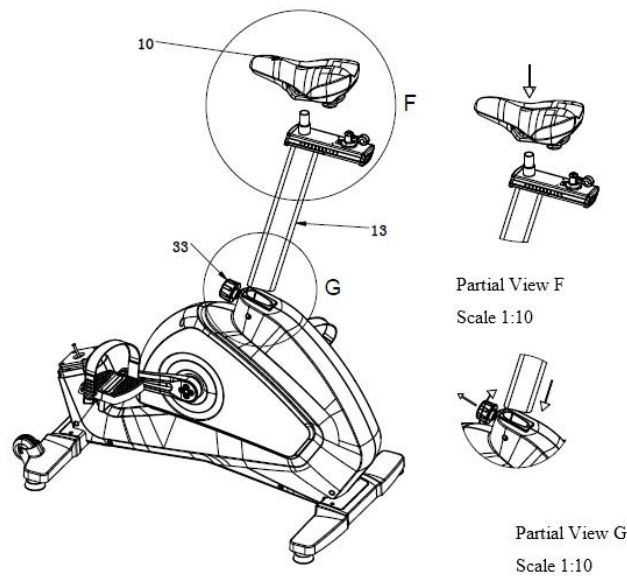


2. Ta pedalerna, 4 och 5, och montera dem på vevaxeln i rotationsriktningen som visas på bilden. Dra åt. OBS! Pedalerna är märkta med den sida de ska monteras på: L för pedalen på vänster sida och R för höger sida.

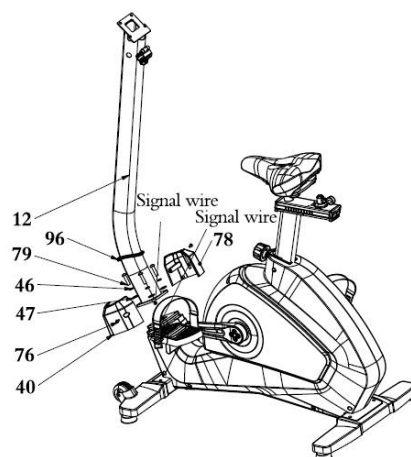


2. Ta 10, 13 och vrid justeringslåspinnen 33 i den riktning som anges på bilden G för att lossa och dra ut den för hand. Sätt i justeringsröret 13 i hålet och justera detta till rätt position. Dra därefter åt justeringslåspinnen, 33. (Höjden på justeringsröret kan justeras genom att man lossar justeringslåspinnen, 33, och dra ut låspinnen. Dra åt låspinnen när du har valt rätt höjd). Montera sedan sadeln, 10, som visat på bilden F, med hjälp av muttrarna på sadelns båda sidor.

Obs! Strecket "1" på justeringsröret är maximalt insättningsdjup, och markeringen "STOP" är minsta insättningsdjup.

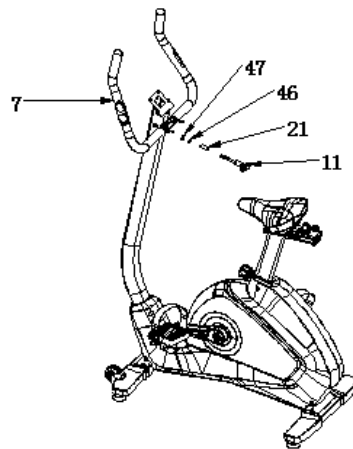


4. Ta ut 6, 12. Börja med att installera gummikudden 96 i det främre stödröret 12 och anslut signalkablarna. Linjera därefter hålen på det främre stödröret 12 med skruvhålen på anslutningsplattan. Använd skruvarna 79, fjäderdynan 46 och den plana brickan 47 för att montera och fixera; När det främre stödröret 12 har satts fast installerar du plastkomponenterna 40, 78 på huvudramens plasthölje 1, sätt fast gummikudden mellan plasthöljet och det främre stödröret 12. Dra sedan åt med skruv 76.

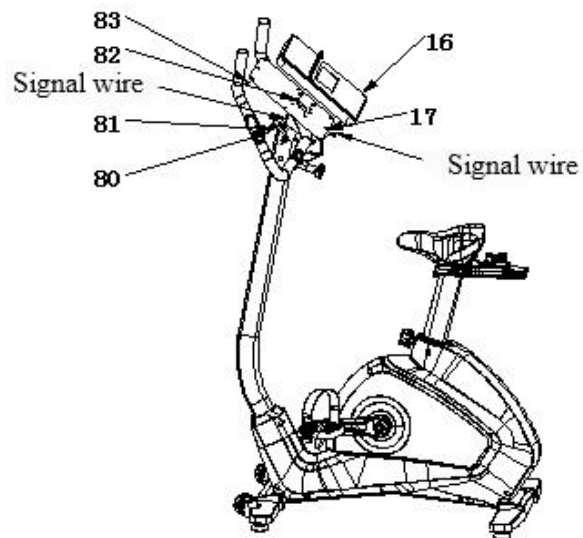


5. Ta ut 7, 11 och installera först distansröret 21, fjäderdynan 46 och den plana brickan 47 i T-låset 11 som bilden visar. Justera därefter höjden på

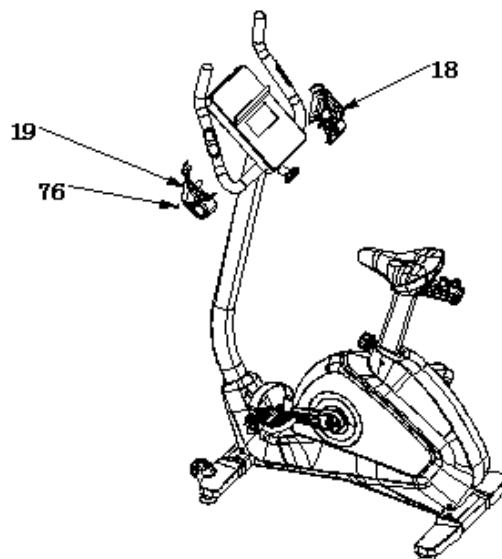
handtaget 7 till önskad höjd som bilden visar och linjera T-låset 11 med skruvhålen och dra åt dem.



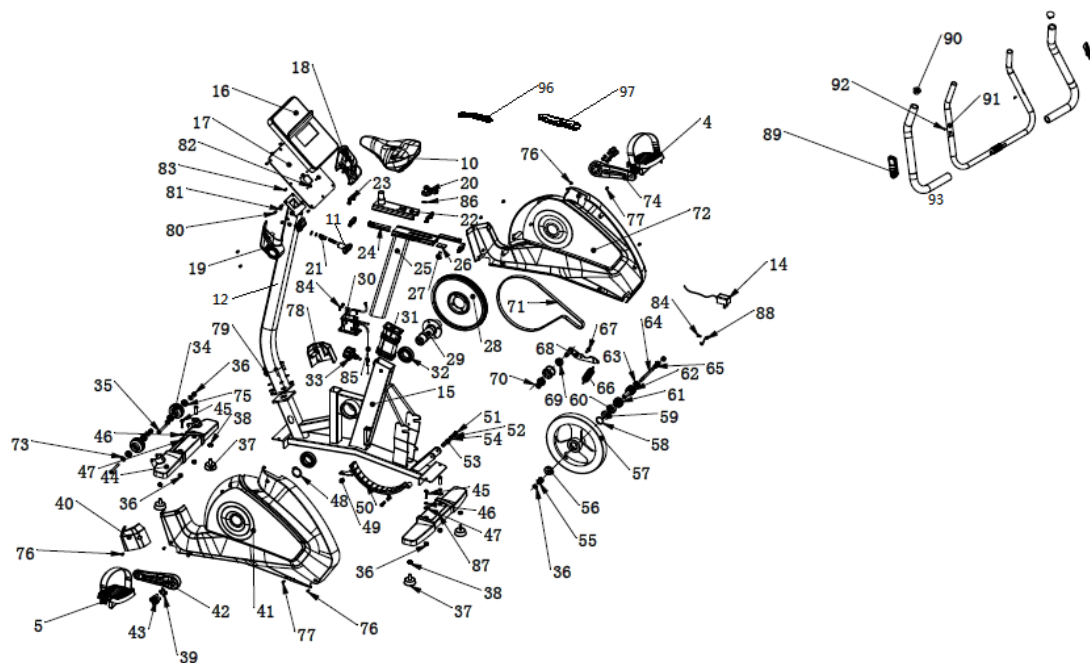
6. Ta ut 16, 17 och linjera skruvhålet i den bakre konsolkåpan 17 med hålen i anslutningsplattan, och för skruven 80 genom den plana brickan 81 för att skruva ihop den bakre konsolkåpan med anslutningsplattan och lås med den självlåsande muttern 82. Anslut därefter signalkabeln genom konsolens anslutningsplatta till motsvarande uttag i den övre delen av konsolen 16. Linjera slutligen skruvhålet i den övre delen av konsolen 16 med skruvhålet i den bakre konsolkåpan 17 och fäst med skruven 83.



7. Ta ut den övre plastdelen på röret 8. Linjera först den övre plastdelen på röret R (höger) 18, den övre plastdel på röret L (vänster) 19 med hålen i det främre stödröret, 12. Sätt därefter ihop dessa med varandra och skruva fast med skruv 76 för att avsluta installationen.



Explosive parts view



Serial Number	Name	Specification	Quantity
1	Main Frame		1
2	Rear feet support		1
3	Front feet support		1
4	Pedal R		1
5	Pedal L		1
6	Column lower plastic part		Each one at right and left side
7	Handle		1
8	Column upper plastic part		Each one at right and left side
9	Console		1
10	Saddle		1
11	T-locking latch		1

12	Front support column		1
13	Adjustment tube		1
14	Power line		1
15	Welding main frame		1
16	Console upper case		1
17	Console rear cover		1
18	Column up plastic part R		1
19	Column lower plastic part L		1
20	Knob		1
21	Spacer tube	Φ13*Φ8.2*30	1
22	Saddle sliding tube		1
23	Decorative plastic part		4
24	Sliding reducer		2
25	Saddle post		1
26	Slider		1
27	Semicircular head inner hexagon screw	M10*35	1
28	Belt wheel	Φ260*T25	1
29	Central axle set		1
30	Motor		1
31	Adjustment tube reducer		1
32	Deep groove axle 6008		2
33	Adjustment pull pin		1
34	PU wheel		2
35	Semicircular head inner hexagon screw	M8*40	2
36	Self-locking nuts	M8	8
37	Leveling feet		4
38	Hex nuts	M8	4
39	Spring pad	M8	8
40	Column lower plastic part L		1
41	Main frame plastic part L		1
42	Crank L		1
43	Cylindrical head inner hexagon screw	M10*25	8
44	Front foot tube		1
45	Semicircular head inner hexagon screw	M8*25	4
46	Spring pad	M8	9

47	Flat washer	M8	17
48	Outer circlip	Φ40	1
49	Spring	Φ1*Φ9*30.8	1
50	Magnet resistance set		1
51	Semicircular head inner hexagon screw	M5*15	2
52	Flat washer	M5	2
53	Small support axle	φ12*52	1
54	Outer circlip	Φ10	2
55	Thin nut	M8	3
56	Deep groove axle 6300		1
57	Magnet resistance wheel	φ280*51.5	1
58	Inner circlip	Φ35	1
59	One-way axle 6003		1
60	Inner spacer	φ35*φ17*17	1
61	Deep groove axle 6203		1
62	Small pulley		1
63	Deep groove axle 6000		1
64	Rear support axle	φ10*120	1
65	Limit set	φ15*φ10.2*6	1
66	Spring	Φ23.5*3.5*70.6	1
67	Semicircular head inner hexagon screw	M6*15	1
68	Idler axle		1
69	Deep groove axle 6002		2
70	Hex nuts	M12	1
71	Belt	8PJ-1067	1
72	Main frame plastic shell R		1
73	Flat washer	M8	2
74	Crank R		1
75	Deep groove axle 608		4
76	Self-tapping screw	M4*10	10
77	Semicircular head inner cross-flower screw	M5*10	6
78	Column lower plastic part R		1
79	Semicircular head inner hexagon screw	M8*16	4
80	Semicircular head inner cross-flower screw	M5*10	4
81	Flat washer	M5	4

82	self- locking nuts	M5	4
83	Flat countersunk head inner cross-flower self-tapping screw	M3.5*12	8
84	Semicircular head inner cross-flower screw	M4*12	5
85	Speed adjustment line		1
86	Nylon washer	M10	1
87	Rear foot tube		1
88	Speed tester		1
89	Heart rate piece		2
90	Handle cap		2
91	Handle main frame		1
92	Self-tapping screw	ST5*16	2
93	Handle cotton		2
94	5mm hexagon wrench		1
95	Multi-function gadget		1
96	Rubber Cushion		1
97	Adjustment tube cushion		1

Råd för allmänt underhåll

Grattis till och tack för ditt köp av denna högkvalitativa träningsutrustning. Denna högkvalitativa produkt är avsedd för hemmabruk. Läs ”instruktionerna” noggrant före montering och innan du använder produkten första gången, och se till att förvara instruktionerna tillsammans med cykeln för referens och underhåll.

Varning!

1. Enheten är endast avsedd för hemmabruk och gör en test av maxvikten (beroende på produkttyp). Användarens maximala vikt för varje produkt kan anges på märkskylten som du hittar på cykelramen. Luslud tar inget ansvar för personskador eller skador på egendom som uppstått genom användandet av denna utrustning. Det är ägaren av löpbandet som har ansvaret för att alla användare av träningscykeln är informerade om alla varningar och försiktighetsåtgärder.
2. Felaktig träning eller överträning kan resultera i hälsoskador.
3. Pulsmätningsystemet kan visa värden som inte är exakta. Överdriven träning kan leda till allvarliga skador och i värsta fall dödsfall. Om du känner dig illamående eller yr, ska du omedelbart avbryta träningen.
4. Se till att barn och husdjur inte vistas i närheten av träningscykeln. Lämna inte barn som är i samma rum som träningscykeln står utan uppsikt.
5. Barn får inte använda denna produkt.
6. Barn som inte är under uppsyn får inte vistas i närheten av produkten.
7. Träningscyklar är inte utrustade med frihjul, vilket betyder att de rörliga delarna inte kan stoppas direkt.

Allmänt underhåll är endast ägarens ansvar, samt att säkerställa att utrustningen fungerar som den ska. Om allmänt underhåll inte utförs på enheten upphör garantin att gälla.

1. Se till att utrustningen står på plant underlag, med ett fritt avstånd runt träningscykeln, den elliptiska maskinen och roddmaskinen på minst 0,6 meter, löpband 2,0 meter. Detta är för att säkerställa att det finns tillräckligt med plats för att använda träningsredskapet.
2. Enheten är avsedd att användas och förvaras inomhus. Förvara inte enheten i fuktig och dammig miljö, utomhus i ett skjul, i en angränsande byggnad, garage eller uterum.
3. Använd inte enheten i närheten av vatten.
4. Börja inte använda träningsredskapet förrän du har monterat, ställt in det och kontrollerat det.
5. Följ noga stegen i monteringsanvisningarna.
6. Använd endast avsedda verktyg och DHZ originaldelar för att montera träningsredskapet.
7. Denna enhet är inte lämplig för applikationer med hög precision (endast HB och HC)

Allmänna försiktighetsåtgärder

1. Det är viktigt att använda motionsredskapet på rätt sätt och att inte överdriva träningsmängden, eftersom detta annars kan leda till hälsoproblem eller skador.
2. Konsultera en läkare innan du börjar med ett träningsprogram för att få information om lämplig träningsmängd och intensitet.
3. Om användaren känner yrsel, illamående, bröstsmärtor eller andra onormala symptom ska träningen omedelbart avbrytas och läkare kontaktas.
4. För information om högsta tillåtna användarvikt, se märketiketten på redskapets bas.
5. Se till att barn och husdjur inte är i närheten av utrustningen. Lämna inte barn utan uppsyn i rummet där träningsredskapet är placerat.
6. Denna produkt är avsedd att användas av vuxna för fysisk träning. Denna produkt bör inte användas av personer som är yngre än 14 år. Personer med funktionsnedsättning får inte använda utrustningen utan assistans av utbildad personal.
7. Låt inte flera personer använda enheten samtidigt.
8. Använd endast träningsredskapet för det avsedda syftet med detta.
9. Använd inte tillbehör som inte rekommenderas av tillverkaren.
10. Använd inte träningsredskapet om det inte fungerar som det ska.

Träningsredskapets omgivning

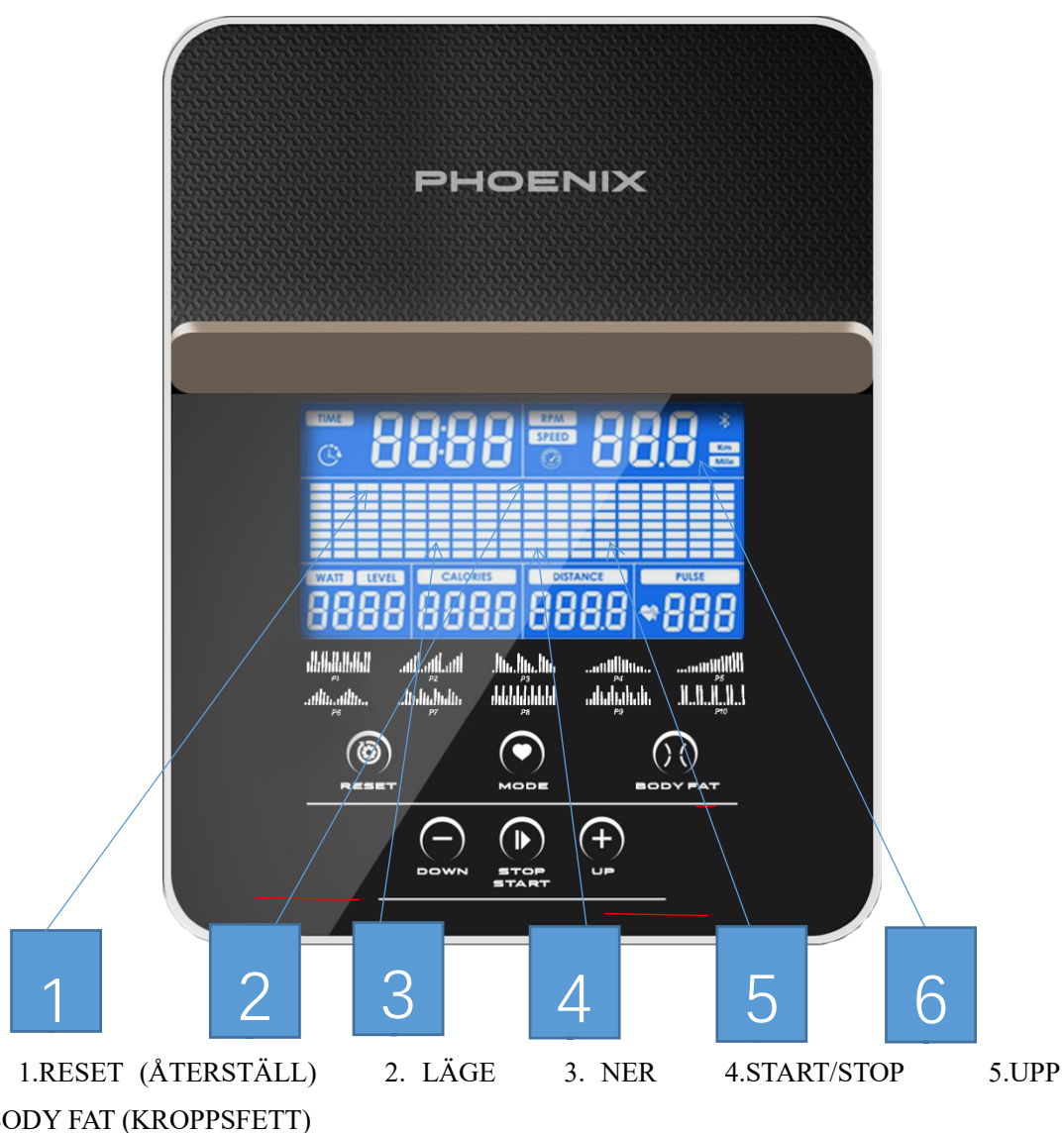
1. Se till att personer som befinner sig i närheten är medvetna om de potentiella riskerna med delar som är i rörelse när träningsredskapet används.
2. Använd alltid lämpliga träningskläder och träningsskor. Träna inte träningsskor.
3. Se till att det finns tillräckligt med fritt utrymme runt redskapet.
4. Torka av svett på träningsredskapet med en fuktig trasa när du har tränat klart för att förhindra att svett och kroppsvätskor kommer in innanför skyddskåporna.
5. Se till att det inte finns några vassa föremål i närheten av enheten.
6. Utrustningen är konstruerad och tillverkad endast för hemmabruk. Garantin och tillverkarens ansvar omfattar inte skador på produkten som uppstår till följd av kommersiell eller halvkommersiell eller användning med PT. Om enheten används på detta sätt upphör garantin att gälla.

Säkerhetskontroll inför varje användningstillfälle

1. Dra åt alla justerbara delar för att förhindra plötsliga rörelser under träning. Justerbara delar är: vevarmar, pedaler, styre/armstöd, justeringsrör, fotrör och andra delar på justeringsvred och rattar.
2. Var observant på delar som inte är åtdragna eller som rör sig när du sätter dig på och stiger av träningscykeln. Om det finns skadade delar på träningscykeln, ska dessa bytas ut omedelbart.
3. Kontrollera utrustningen regelbundet med avseende på eventuella skador och slitage för att säkerställa att den är säker att använda.
4. Utrustningen är endast avsedd för hemmabruk, vänligen gör en säkerhetskontroll inför varje användningstillfälle.
5. För montering av ersättningsdelar för skadade delar, se monteringsmanualen eller kontakta leverantören.
6. Alla justeringsanordningar sitter på en del av cykeln som man inte kan slå i under träning. Om det ändå skulle finnas någon utstickande del som förhindrar en rörelse, ska rörelsen omedelbart avbrytas och en säkerhetsinspektion göras.

Använda manöverpanelen

I. IKON FÖR KNAPP



II. Knapparnas funktioner

RESET (ÅTERSTÄLL)

Tryck på och håll in RESET-knappen (ÅTERSTÄLL) i 5 sekunder för återställa alla parametrar.

Under parameterinställningsprocessen trycker du på RESET-knappen för att gå tillbaka till föregående sida.

Upp+ / -Ner

När du ställer in TID, DISTANS, KALORIER trycker du på upp/ner för att höja eller sänka värdet. Tryck på upp/ner för att öka eller minska motståndet.

START/STOP

I standby-läge eller efter att läge har valts trycker du på start/stop-knappen för att börja cykla. Tryck på START/STOP för att starta avbryta.

MODE (LÄGE)

Tryck på den här knappen för att välja PROGRAM (förinställt programläge), MANUAL (MANUELLT) P01-P10 (fast läge), U01-U02 (användardefinierat läge), h01-h03 (pulsstyrningsläge), CONSTANT WATTS (effektstyrningläge).

BODY FAT (KROPPSFETT)

Vid träning med pulsvisning i pulsläget trycker du på den här knappen för att starta BODY FAT-funktionen (KROPPSFETT) och trycker igen för att avbryta det här läget. Under träning kan du trycka på BODY FAT-knappen när som helst. Efter att du har tryckt på knappen måste du hålla om pulssensorhandtaget med båda händerna. Starta mätningen.



III. DISPLAY TRÄNINGSTATUS

1. TIME (TID)

Visningsområde : 00 : 00 ~ 99 : 59 (minuter : sekunder) , nedräkning från inställd träningstid, nollställer nedräkningstiden.

2. DISTANCE (DISTANS)

Visningsområdet för läget DISTANCE är från 0,0 - 99,9, nedräkningsläge distans, ange önskad distans som ska räknas ner till noll.

3. CALORIE (kalorier)

CALORIE-område : 0.0~ 9999, kalorinedräkningsläge, ställ in antal kalorier som ska räknas ner till noll.

4. SPEED (HASTIGHET)

Visningsområde: 0,0~99,9 km/h

5. MOTSTÅNDSNIVÅ

Lägsta MOTSTÅNDSNIVÅ är 1.

Högsta MOTSTÅNDSNIVÅ är 32.

6. PULSE (PULS)

Visningsområde: 40 ~ 220. Ingen puls detekteras under träning, i PULSE-fönstret visas 『0』 .

7. WATT (EFFEKT)

Visar effektvärdet i WATT under drift

IV Användning

1. Börja träna. Trampa runt båda pedalerna samtidigt som du trycker på START/STOP. Funktionsparametrarna för TID, HASTIGHET, DISTANS, KALORIER nollställs.

2. Värden för TID, DISTANS och KALORIER ställs in innan du börjar cykla. Så ställer du in: Tryck på MODE (lägesväljarknapp) för att välja inställning. Den valda funktionen börjar blinka. Tryck på up +/- DOWN (öka/minska) för att ställa in önskat värde.

3. När du är klar med inställningen trycker du på START/STOP-knappen för att starta cykeln och börja trampa. Det inställda värdet i den valda funktionen börjar räkna ner. Kontrollpanelen pausas automatiskt tills parametervärdet har nollställts.

Systemet har en vilofunktion. Om systemet inte registrerar någon hastighetssignal inom cirka fyra minuter, går displayen över i viloläge. Tryck på valfri knapp eller börja trampa för att väcka displayen.

En nätadapter medföljer träningscykeln. Om cykelns display inte slår på, kontrollerar du att nätadaptern fungerar.

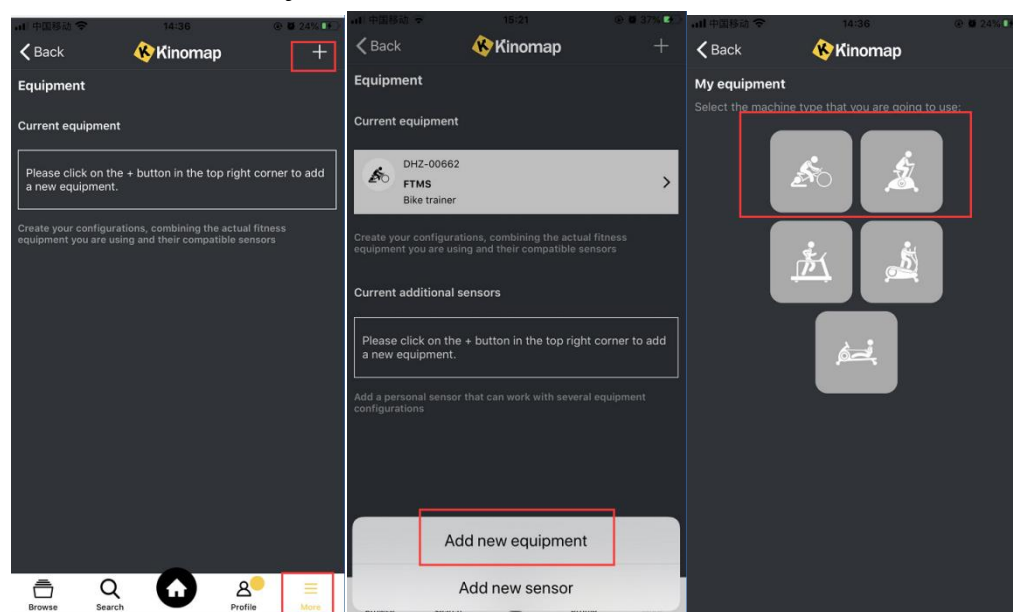
APP-anslutning

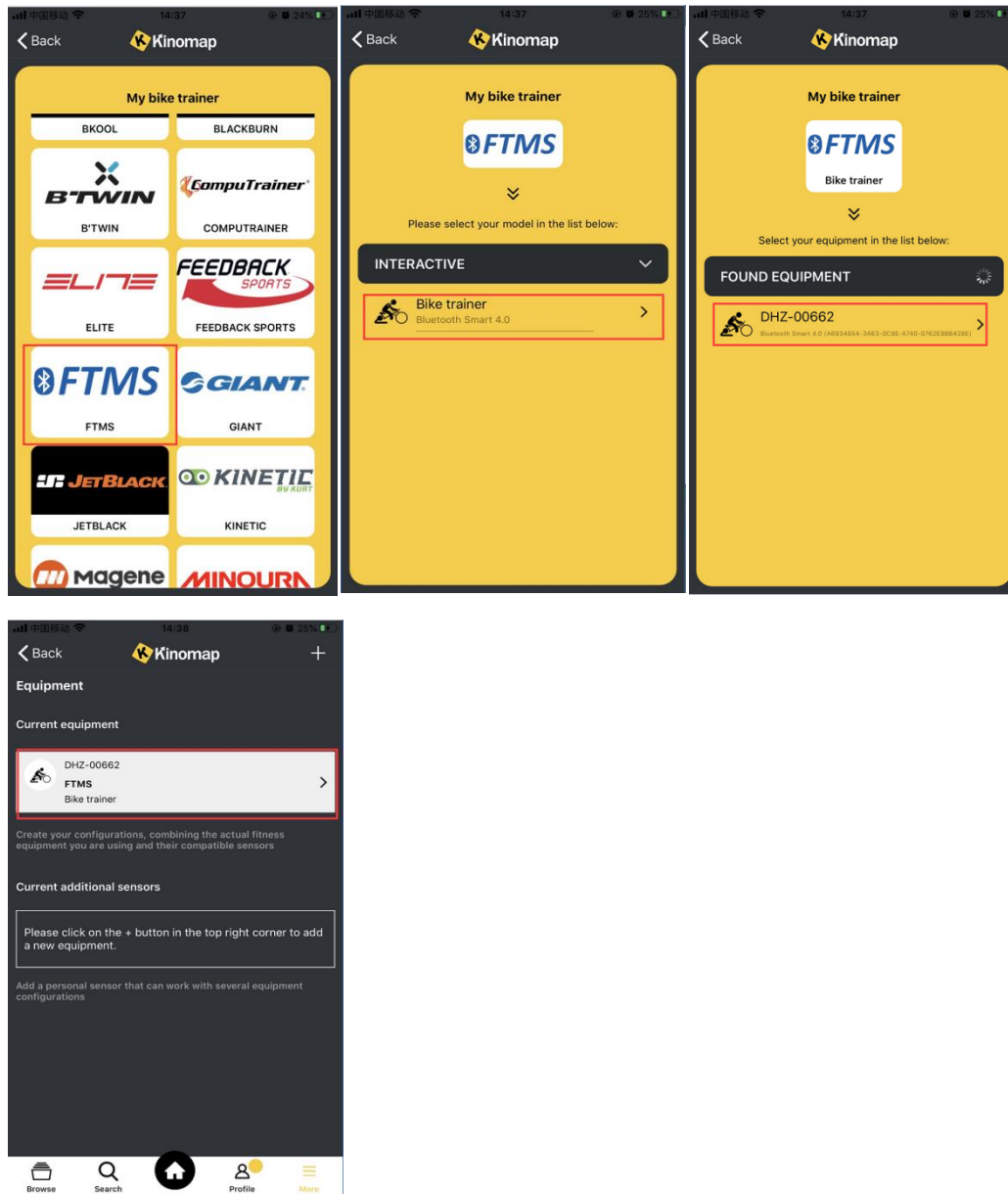
1. Kinomap och Zwift stöds och kan laddas ner och installeras på användarens surfplatta eller mobil via Google Play Store eller Apple Store-sökning.

2. Slå på Bluetooth på mobilen eller surfplattan och öppna appen. När Bluetooth är anslutet tänds Bluetooth-ikonen längst uppe till höger på konsolen och avger ett kort pip. När Bluetooth kopplas från gråas Bluetooth-ikonen ut följt av ett kort pip.

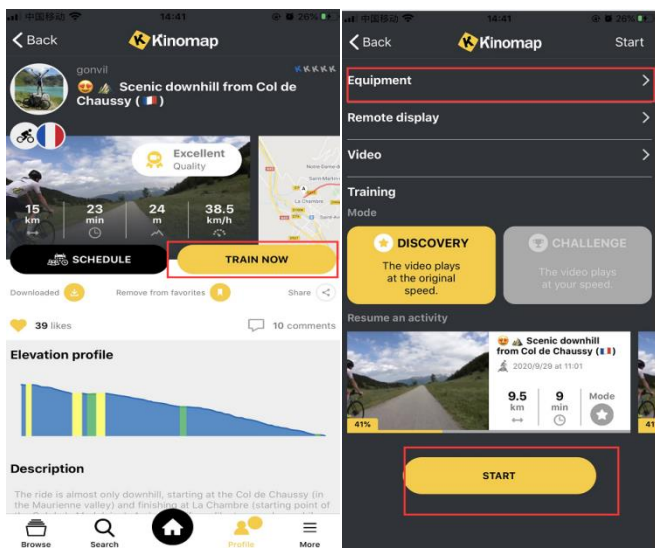
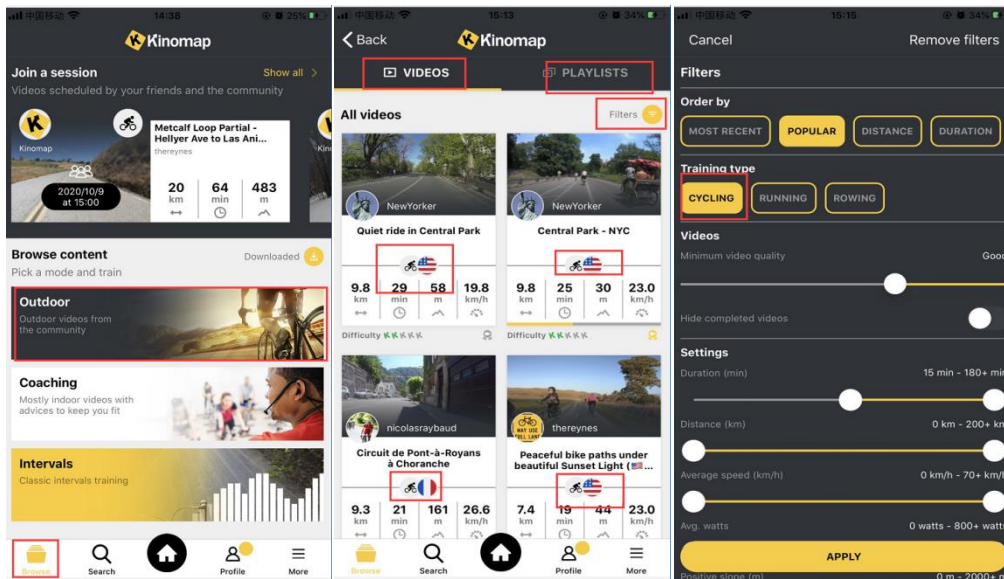
3. Kinomap

3.1 Registrera dig med din mobiltelefon och logga in i Kinomap-appen. Klicka på Fitness equipment management (Hantera träningsutrustning) på sidan More (Mer) och klicka på ”+” i det övre högra hörnet i sidan som visas för att lägga till ny träningsutrustning. Välj My bicycle training station eller My fitness bike och FTMS-märke på sidan my []. Klicka på Bike trainer/Exercise bike på sidan Bicycle trainer/my exercise bike, och välj DHZ-01563





3.2 På menysidan klickar du på Outdoors, väljer Free videos i spellistan. Välj videon med cykelloggan, klicka på Train now (Träna nu), den anslutna Bluetooth-enheten med namn DHZ-01563 visas i enheten. Klicka på Start för att öppna kinomaps sportgränssnitt, meddelandet ”Your device is connecting to the Internet...Start cycling training” (Din enhet ansluter till internet...Börja cykla” visas.



3.3 Klicka på valfritt läge på konsolen för att börja träna. Välj svårighetsgrad med +/- i kinomap-videon för att justera motståndet i konsolen. (Det går bara att justera motståndet med kinomap i QUICK START\MANUAL mode)

3.4 Klicka på Pause/End på den elektroniska mätaren. Effektvärdet som visas i antal

watt i kinomap-videon nollställs. Värdet pausas automatiskt efter ett litet tag, därefter visas texten ”börja cykla för att starta videon igen”

3.5 Konsolens status påverkas inte om du kopplar från Bluetooth-anslutningen.

4. Zwift

4.1 Logga in på Zwift genom att registrera dig med din mobiltelefon. Välj strömkälla under cykling på sidan Parkoppla enhet. Klicka på parkoppling och välj DHZ-01563 på söksidan och tryck på OK.

4.2 När anslutningen har upprättats kan du välja rutt och träna med andra Zwifters enligt dina önskemål, eller klicka för att börja cykla direkt.

4.3 Klicka på valfritt läge på konsolen för att börja träna.

4.4 Klicka på Pause/End (Pausa/Avsluta) på den elektroniska mätaren, effektvärdet i Zwift-videon blir 0.

4.5 Konsolens status påverkas inte om du kopplar från Bluetooth-anslutningen.

