



7.3AIC

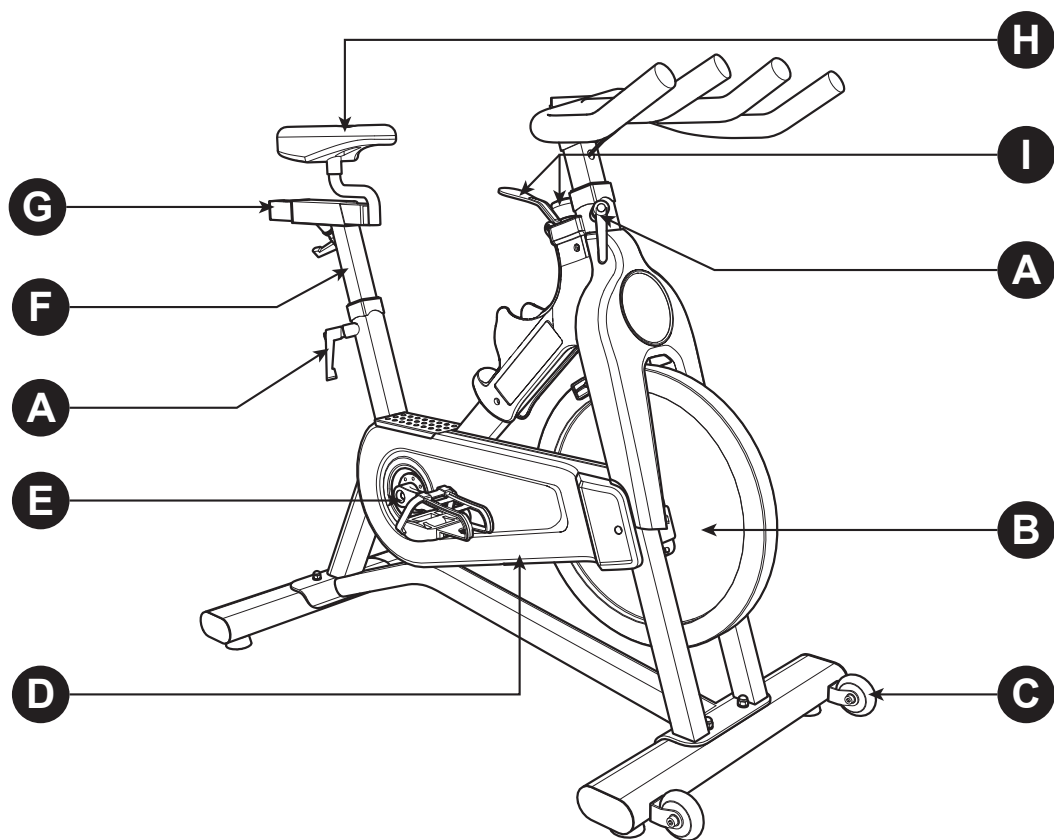


OPERATION GUIDE
GUIDE D'UTILISATION
GUÍA DE FUNCIONAMIENTO

3	ENGLISH
17	FRANÇAIS
31	ESPAÑOL

INDOOR CYCLE OPERATION





MODEL INFORMATION



A) ADJUSTABLE LEVERS: allow adjustment to the height of both saddle post & handlebar

NOTE: To reposition the lever, pull lever outward and turn.

B) HEAVY FLYWHEEL: high-inertia flywheel creates a smooth feel

C) TRANSPORTATION WHEEL: allows for easy movement of the machine

D) BELT DRIVE: simulates the feel of road riding

E) CRANK: initiates movement to the flywheel

F) SADDLE POST: allows vertical adjustment to customize height for any user

G) SADDLE SLIDER: allows fore/aft adjustment to customize for any user

H) SADDLE: extra padding to provide a comfortable ride

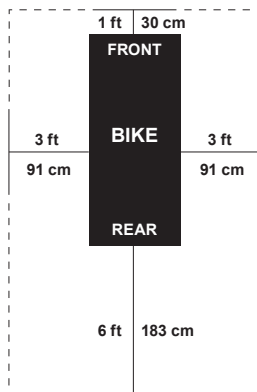
I) TENSION CONTROL & EMERGENCY BRAKE LEVER: friction brake with micro-adjustable knob and push-down emergency stop

NOTE: In case of emergency, press the emergency brake lever down to bring the flywheel to an abrupt stop.

HOW TO MOVE THE INDOOR CYCLE

Due to the weight of the Indoor Cycle, it is recommended that two persons move it. While one person lifts the back of the indoor cycle, the second person firmly holds the handlebar and tips the indoor cycle forward until it rolls on the wheels. Carefully move the Indoor Cycle to the desired location and then lower it.

If the Indoor Cycle rocks on the floor after being set down, turn the leveling feet underneath the front or rear stabilizer until the rocking motion is eliminated.

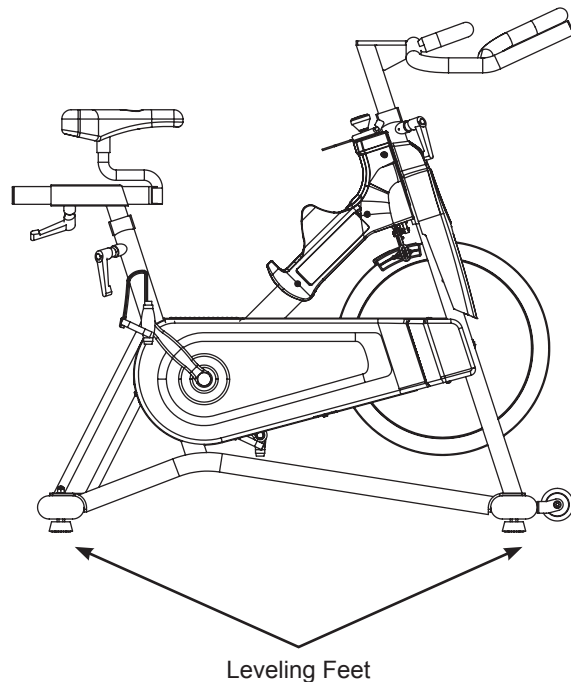


LOCATION OF THE INDOOR CYCLE

Place the Indoor Cycle on a level surface. There should be 6 feet (183 cm) of clearance behind the Indoor Cycle, 3 feet (91 cm) on each side and 1 foot (30 cm) in front of the Indoor Cycle. Do not place the cycle in any area that will block any vent or air openings. The Indoor Cycle should not be located in a garage, covered patio, near water or outdoors.

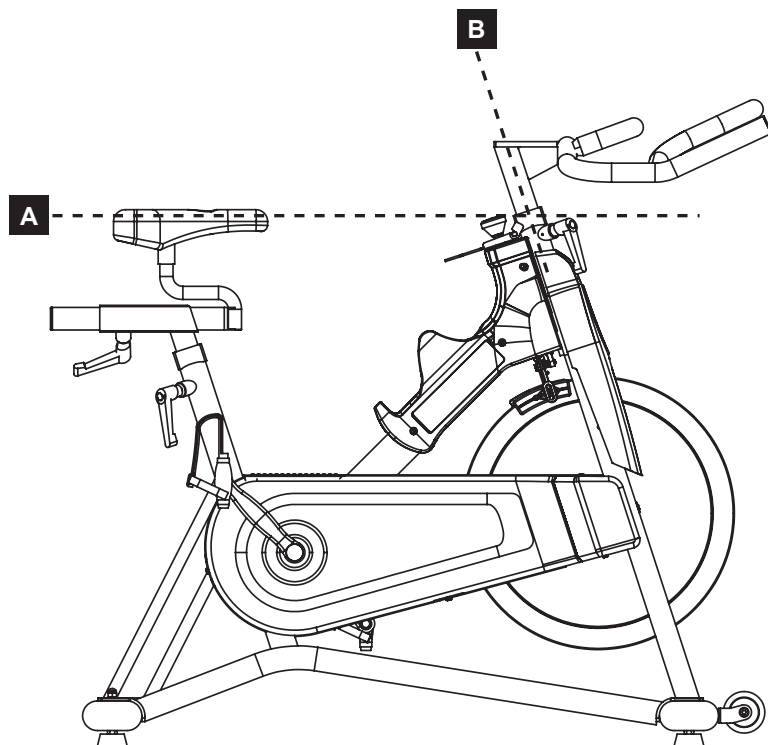
! WARNING

To reduce the risk of injury, use extreme caution while moving the indoor cycle. Do not attempt to move it over uneven surfaces and make sure there's a safety space of 20 inch (minimum) to the nearest equipment is recommended.



HOW TO ADJUST THE INDOOR CYCLE

The Indoor Cycle can be adjusted for maximum comfort and exercise effectiveness. The instructions below describe one approach to adjusting the Indoor Cycle to ensure optimal user comfort and ideal body positioning; you may choose to adjust the Indoor Cycle differently.

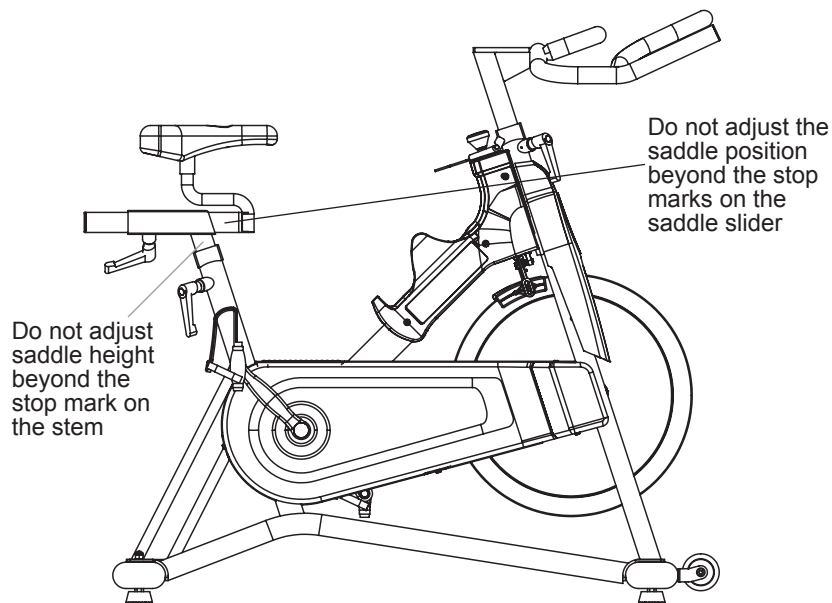


SADDLE ADJUSTMENT

Proper saddle height helps ensure maximum exercise efficiency and comfort, while reducing the risk of injury. Adjust the saddle height to make sure it's in proper position, one that keeps a slightly bend in your knee while your legs are in the extended position.

HANDLEBAR ADJUSTMENT

Proper position for the handlebar is based primarily on comfort. Typically, the handlebar should be positioned slightly higher than the saddle for beginning cyclists. Advanced cyclists could try different heights to get the arrangement most suitable for you.

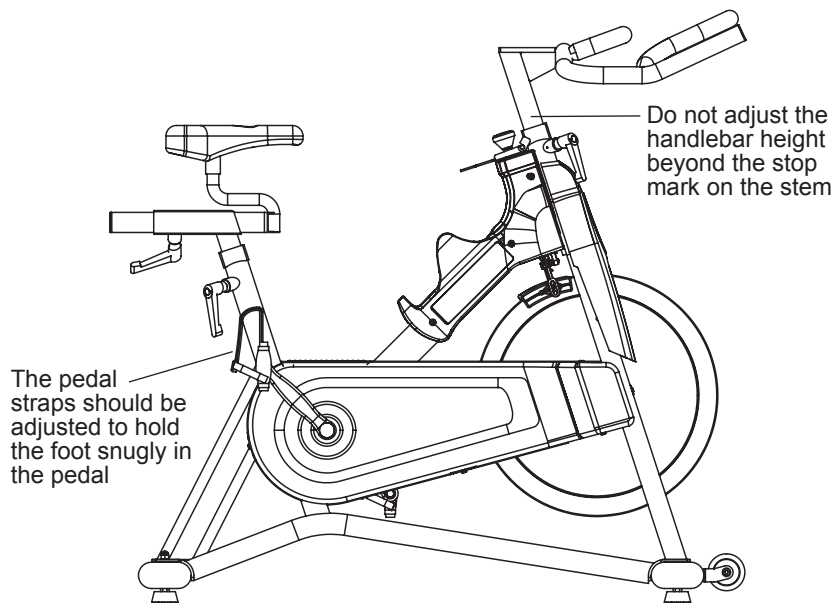


TO ADJUST THE SADDLE HEIGHT:

Rotate the adjustment lever counterclockwise and adjust the saddle to a comfortable pedaling position. Rotate the lever clockwise to lock saddle position.

TO ADJUST THE SADDLE HORIZONTAL POSITION:

Rotate the adjustment lever counterclockwise to slide the saddle forward or backward as desired. Rotate the lever clockwise to lock saddle position. Test the saddle slide for proper operation.



TO ADJUST THE HANDLEBAR HEIGHT:

Rotate the adjustment lever counterclockwise to adjust the handlebar height. Raise or lower the handlebar to the desired height. Rotate the lever clockwise to lock handlebar position.

TO ADJUST THE PEDAL STRAPS:

Place each foot ankle on the pedal and in the toe clip that the foot ankle is centered over the pedal spindle (center of the pedal). Rotate one foot to arms reach and pull up on the toe clip strap. Repeat for the other foot. Keep your knees over your feet as you pedal. To remove your foot from the toe clip, loosen the strap and pull out.

TENSION CONTROL AND EMERGENCY BRAKE

The preferred level of difficulty in pedaling (resistance) can be regulated in fine increments by use of the tension control knob. To increase the resistance, turn the tension control knob clockwise. To decrease the resistance, turn the knob counter clockwise.

IMPORTANT:

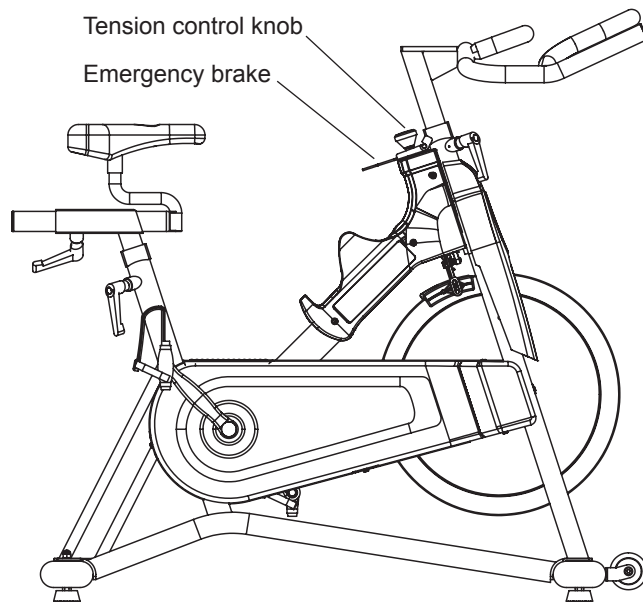
- To stop the flywheel while pedaling, push down on the red emergency brake lever.
- The flywheel should quickly come to a complete stop.
- Make sure your shoes are fixed into the toe clip.
- Apply full resistance load when the bike is not in use to prevent injuries due to moving drive gear components.

WARNING

The Indoor Cycle does not have a free moving flywheel; the pedals will continue to move together with the flywheel until the flywheel stops. Reducing speed in a controlled manner is required. To stop the flywheel immediately, push down the red emergency brake lever. Always pedal in a controlled manner and adjust your desired cadence according to your own abilities. Push the red lever down = emergency stop.

WARNING

The Indoor Cycle uses a fixed flywheel that builds momentum and will keep the pedals turning even after the user stops pedaling or if the user's feet slip off. **DO NOT ATTEMPT TO REMOVE YOUR FEET FROM THE PEDALS OR DISMOUNT THE MACHINE UNTIL BOTH THE PEDALS AND THE FLYWHEEL HAVE COMPLETELY STOPPED.** Failure to follow these instructions may lead to loss of control and the potential for serious injury.



CONSOLE OPERATION



BUTTONS	
MODE/RESET	To confirm all settings. Press this button and hold for 2 seconds to reset all function figures.
SET	To set up the value of TIME, DISTANCE, CALORIES, PULSE. You can hold the button to increase the value fast. (The computer has to be in stop condition.)

FUNCTIONS	
SCAN	Displays all function TIME→DISTANCE→CALORIES→ PULSE→ RPM/SPEED in sequence.
RPM	Displays the pedaling Rotation Per Minute. The RPM and SPEED will switch to another display in every 6 seconds after exercise starts.
SPEED	Displays the user's exercise speed.
TIME	1. You can press "SET" button to set target time between 0:00 to 99:00 for count down function. 2. It can be set up by the user or accumulated automatically for count up function.
DISTANCE	1. Your can press "SET" button to set target distance between 0:00 to 99:50 for count down function. 2. It can be set up by the user or accumulated automatically for count up function.
CALORIES	1. You can press "SET" button to set target calories between 0 to 9990 for count down function. 2. It can be set up by the user or accumulated automatically for count up function.
PULSE	Displays the user's pulse. User may set the target pulse. When pulse value reaches to the target, the computer will alarm with "Beep" sound.

WIRELESS HEART RATE

This bike includes a Polar® wireless heart rate strap and has a built-in wireless heart rate receiver. When used in conjunction with a **wireless chest transmitter**, your heart rate can be transmitted wirelessly to the console.

Prior to wearing the wireless chest transmitter on your chest, moisten the two rubber electrodes with water. Center the chest strap just below the breast or pectoral muscles, directly over your sternum, with the logo facing out. NOTE: The chest strap must be tight and properly placed to receive an accurate and consistent readout. If the chest strap is too loose, or positioned improperly, you may receive an erratic or inconsistent heart rate readout.

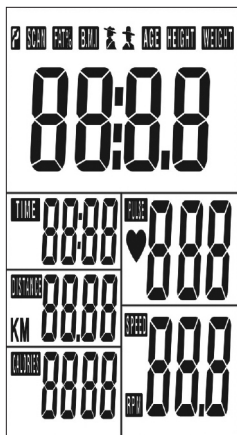


Fig. A

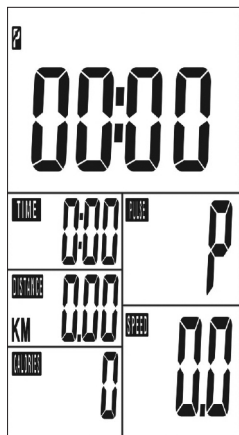


Fig. B

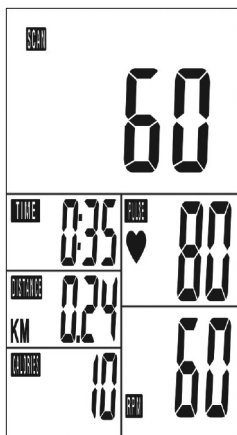


Fig. C



Fig. D

CONSOLE OPERATION

- 1) After installing the battery (CR2032 3V), the display will turn on (Fig. A) and the console will make a beep sound before entering TIME and DATE setup. Press "MODE" button to confirm. When complete, the console will display the main screen (Fig. B).
- 2) Press "SET" to enter set-up mode. Press "SET" button to adjust the TIME value and press "MODE" to confirm setting. Repeat the process to set up DISTANCE, CALORIES and PULSE.
- 3) During your workout, TIME, DISTANCE, and CALORIES will count up from 0. If you have set a TIME, DISTANCE or CALORIES TARGET, the console will count down from the target you have set to 0. When you are within 30 seconds of completing your target, the console beeps. If you keep exercising after reaching your target, the console will count up from 0. When a pulse signal is detected, the console will beep consistently.
- 4) Press "SCAN" during your workout and the display will change the feedback every 6 seconds (Fig. C).
- 5) Press "MODE" during your workout and the display will only show RPM and SPEED. The console will cycle between RPM and SPEED every 6 seconds.

NOTE:

- After 4 minutes of inactivity, the console will display TEMPERATURE and TIME and DATE (Fig. D). Press any button to return to the main screen (Fig. B).
- Removing battery will restore default settings.
- If the computer displays abnormally, re-install the battery.
- Battery Spec: 3V CR2032 (1PC).
- To replace the battery, remove the screw and the battery cover on the back of the console.

TROUBLESHOOTING & MAINTENANCE



COMMON PRODUCT QUESTIONS

ARE THE SOUNDS MY INDOOR CYCLE MAKES NORMAL?

Our Indoor Cycles are some of the quietest available because they use belt drives and cantilever brake resistance. We use the highest grade bearings and chains/belts to minimize noise. However, because the resistance system itself is so quiet, you will occasionally hear other slight mechanical noises. Unlike older, louder technologies, there are no fans, friction belts, or alternator noises to mask these sounds on our Indoor Cycles. These mechanical noises, which may or may not be intermittent, are normal and are caused by the transfer of significant amounts of energy to a rapidly spinning flywheel. All bearings, chains/belts and other rotating parts will generate some noise which will transmit through the casing and frame. It is also normal for these sounds to change slightly during a workout and over time because of thermal expansion of the parts.

WHY IS THE INDOOR CYCLE I HAD DELIVERED LOUDER THAN THE ONE AT THE STORE?

All fitness products seem quieter in a large store showroom because there is generally more background noise than in your home. Also, there will be less reverberation on a carpeted concrete floor than on a wood overlay floor. Sometimes a heavy rubber mat will help reduce reverberation through the floor. If a fitness product is placed close to a wall, there will be more reflected noise.

HOW LONG WILL THE BELT LAST?

The computer modeling we have done indicated virtually thousands of maintenance free hours. You should not have to replace the belt as long as you have the Indoor Cycle.

CAN I MOVE THE INDOOR CYCLE EASILY ONCE IT IS ASSEMBLED?

Your Indoor Cycle has a pair of transport wheels built into the front stabilizer tube. Please follow the MOVING THE INDOOR CYCLE section to transport your Indoor Cycle. It is important that you place your Indoor Cycle in a comfortable and inviting room. Your Indoor Cycle is designed to use minimal floor space. Many people will place their Indoor Cycles facing the TV or a picture window. If at all possible, avoid putting your Indoor Cycle in an unfinished basement. To make exercise a desirable daily activity for you, the Indoor Cycle should be in a comfortable setting.

TROUBLESHOOTING



PROBLEM: The Indoor Cycle makes a squeaking or chirping noise.

SOLUTION: Verify the following:

- The Indoor Cycle is on a level surface.
- Loosen all bolts attached during the assembly process, grease the threads, and tighten again.

If this does not remedy the problem, you may
CONTACT CUSTOMER TECH SUPPORT AT THE NUMBER ON THE INFORMATION CARD.

The following information may be asked of you when you call. Please have these items readily available:

- Model Name
- Serial Number
- Proof of Purchase (receipt or credit card statement)

You may find more troubleshooting suggestions on the customer support section of our website. Contact customer support using the contact information on the INFORMATION CARD.

In order for Customer Tech Support to service your Indoor Cycle they may need to ask detailed questions about the symptoms that are occurring. Some troubleshooting questions that may be asked are:

- How long has this problem been occurring?
- Does this problem occur with every use? With every user?
- If you are hearing a noise, does it come from the front or the back? What kind of noise is it (thumping, grinding, squeaking, chirping etc.)?
- Has the machine been lubricated and maintained per the MAINTENANCE schedule?

Answering these and other questions will give the technicians the ability to send proper replacement parts and the service necessary to get you and your Indoor Cycle running again!



MAINTENANCE

The safety level given by the design of the Indoor Cycle can only be maintained when the equipment is regularly examined for damage and wear. Inoperable components should be replaced or the equipment should be put out of use until it is repaired.

DAILY

- Wipe down the Indoor Cycle after each use to remove sweat and moisture. Use soap and water, or a diluted non-abrasive domestic cleaner solution. Rinse to remove detergent residue and then dry off.
- Before each session, inspect for loose components such as pedals or cranks prior to commencing the next use. Tighten up any loose parts.

WEEKLY

- Check for proper flywheel alignment. Torque flywheel nuts as necessary.
- Remove chain guard and check for loose chain. Adjust and lubricate the chain as necessary.
- Check to make sure the crank arms are tight to the bottom bracket.
- Inspect all parts, nuts, bolts, or screws for adjustments, replacements or maintenance.

MONTHLY

- Inspect the frame and main assembly components for rust or corrosion. Tilt the cycle or place in an upside down position to locate areas where rust and corrosion may develop. Use a small, wire brush to remove rust build-up in small crevasses, such as leveling feet, quick release levers and other bolt assemblies.
- Inspect all wear items for adjustments or possible part replacement. Give particular attention to the following:
 - A) Inspect brake pad for wear. Excessive wear or dryness indicates replacement is required.
 - B) Inspect seat pad for wear. Rips, tears or excessive movement indicates replacement is required.
 - C) Inspect pedals for play. Excessive movement of pedals indicates replacement is required.
- Inspect the chain for tensioning by rotating the crank to drive the flywheel forward. Do this motion in 1/4 turns to assess if there is free play between the crank and the flywheel.
- Dryness or prolonged use may cause the height and reach adjustments for the seat and handlebar to become tight. If this is the case, the sliding assembly should be removed from the frame and have a smear of light duty grease applied along the sliding surface before assembly. Similarly, apply some light grease to the clamping assembly to ensure it does not seize up. Clean off excessive grease before reassembly.
- Please lubricate the seat post, brake pad and handlebar adjustment regularly with lubricant in your parts package.

LIMITED HOME-USE WARRANTY





WEIGHT CAPACITY = 300 lbs (136 kilograms)

FRAME • 2 YEARS

Manufacturer warrants the frame against defects in workmanship and materials for the period specified above from the date of purchase, so long as the device remains in the possession of the original owner. (The frame is defined as the welded metal base of the unit and does not include any parts that can be removed.)

ELECTRONICS & PARTS • 1 YEAR

Manufacturer warrants the electronic components, finish and all original parts for a period of one year from the date of original purchase, so long as the device remains in the possession of the original owner.

LABOR • 1 YEAR

Manufacturer shall cover the labor cost for the repair of the device for a period of one year from the date of the original purchase, so long as the device remains in the possession of the original owner.

EXCLUSIONS AND LIMITATIONS

Who IS covered:

- The original owner and is not transferable.

What IS covered:

- Repair or replacement of a defective motor, electronic component, or defective part and is the sole remedy of the warranty.

What IS NOT covered:

- Normal wear and tear, improper assembly or maintenance, or installation of parts or accessories not originally intended or compatible with the equipment as sold.
- Damage or failure due to accident, abuse, corrosion, discoloration of paint or plastic, neglect, theft, vandalism, fire, flood, wind, lightning, freezing, or other natural disasters of any kind, power reduction, fluctuation or failure from whatever cause, unusual atmospheric conditions, collision, introduction of foreign objects into the covered unit, or modifications that are unauthorized or not recommended by the Manufacturer.
- Incidental or consequential damages. The Manufacturer is not responsible or liable for indirect, special or consequential damages, economic loss, loss of property, or profits, loss of enjoyment or use, or other consequential damages of whatsoever nature in connection with the purchase, use, repair or maintenance of the equipment. The Manufacturer

does not provide monetary or other compensation for any such repairs or replacement parts costs, including but not limited to gym membership fees, work time lost, diagnostic visits, maintenance visits or transportation.

- Equipment used for commercial purposes or any use other than a single family or Household, unless endorsed by the Manufacturer for coverage.
- Equipment owned or operated outside the US and Canada.
- Delivery, assembly, installation, setup for original or replacement units or labor or other costs associated with removal or replacement of the covered unit.
- Any attempt to repair this equipment creates a risk of injury. The Manufacturer is not responsible or liable for any damage, loss or liability arising from any personal injury incurred during the course of, or as a result of any repair or attempted repair of your fitness equipment by other than an authorized service technician. All repairs attempted by you on your fitness equipment are undertaken AT YOUR OWN RISK and the Manufacturer shall have no liability for any injury to the person or property arising from such repairs.
- If you are out of the Manufacturer's warranty but have an extended warranty, refer to your extended warranty contract for contact information regarding requests for extended warranty service or repair.

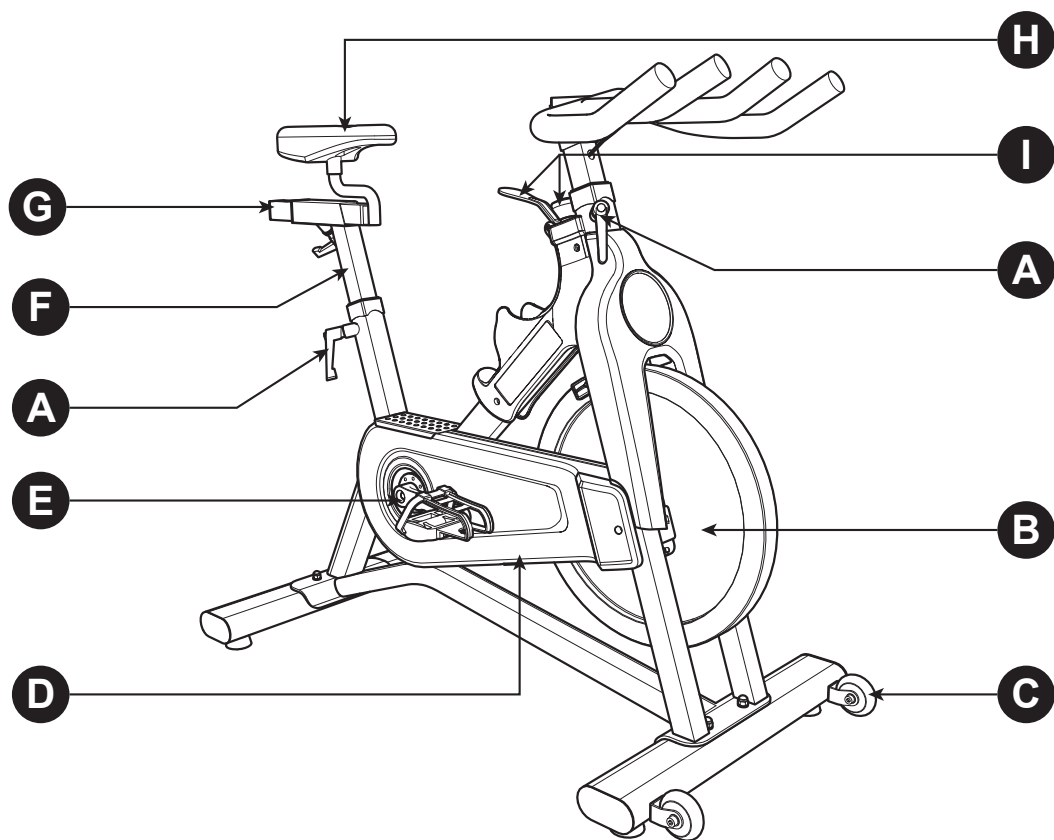
SERVICE/RETURNS

- In-home service is available within 150 miles of the nearest authorized Service Provider (Mileage beyond 150 miles from an authorized service center is the responsibility of the consumer).
- All returns must be pre-authorized by the Manufacturer.
- Manufacturer's obligation under this warranty is limited to replacing or repairing, at the Manufacturer's option, the same or comparable model.
- Manufacturer may request defective components be returned to the Manufacturer upon completion of warranty service using a prepaid return shipping label. If you have been advised to return parts and did not receive a label, please contact Customer Tech Support.
- Replacement units, parts and electronic components reconditioned to as-new condition by the Manufacturer or its vendors may sometimes be supplied as warranty replacement and constitute fulfillment of warranty terms.
- This warranty gives you specific legal rights, and your rights may vary from state to state.



UTILISATION DU VÉLO D'INTÉRIEUR





INFORMATION SUR LE MODÈLE



A) LEVIERS RÉGLABLES : permettent d'ajuster la hauteur de la selle et du guidon

REMARQUE : Pour repositionner le levier, tirez-le vers l'extérieur et tournez-le.

B) ROUE D'INERTIE : cette lourde roue à haute inertie offre une sensation fluide

C) ROULETTE DE TRANSPORT : facilite le déplacement de l'appareil

D) COURROIE : simule la sensation d'une conduite sur route

E) MANIVELLE : lance le mouvement de la roue d'inertie

F) TIGE DE LA SELLE : possède un réglage vertical pour un réglage personnalisé de la hauteur

G) TIGE DE RÉGLAGE HORIZONTAL DE LA SELLE : permet d'ajuster la position avant et arrière pour un réglage personnalisé

H) SELLE : rembourrage renforcé pour une assise confortable

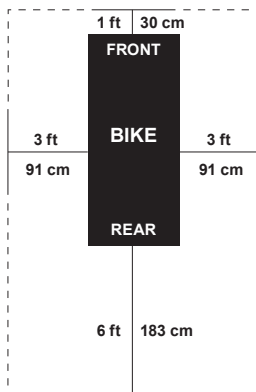
I) RÉGLAGE DE LA RÉSISTANCE ET LEVIER DU FREIN D'URGENCE : frein à friction avec un bouton microréglable et un arrêt d'urgence

REMARQUE : En cas d'urgence, abaissez le levier du frein d'urgence pour arrêter immédiatement la roue d'inertie.

COMMENT DÉPLACER LE VÉLO D'INTÉRIEUR

À cause de son poids, il est recommandé que deux personnes déplacent le vélo d'intérieur. Tandis que la première personne soulève l'arrière du vélo, la deuxième tient fermement le guidon et incline le vélo vers l'avant pour le positionner sur les roulettes. Roulez doucement le vélo d'intérieur vers l'endroit souhaité, puis déposez-le.

Si le vélo est instable une fois posé sur le sol, tournez les patins de nivellement se trouvant sous les pieds d'appui avant et arrière jusqu'à ce que le vélo soit stable.

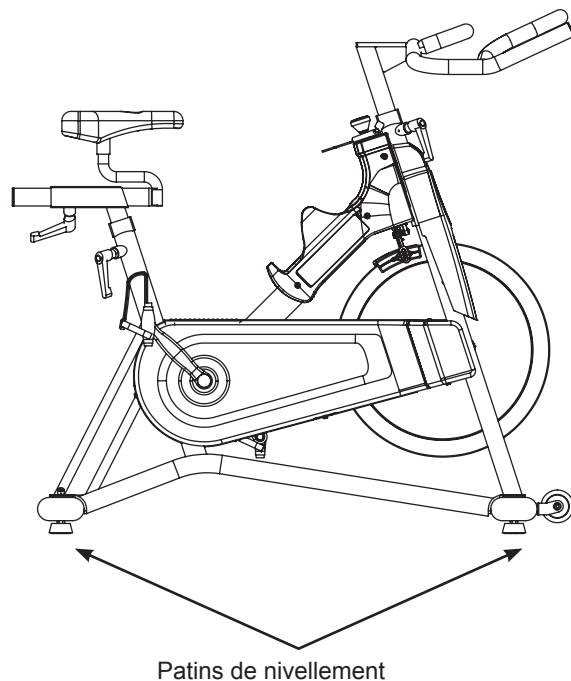


EMPLACEMENT DU VÉLO D'INTÉRIEUR

Placez le vélo d'intérieur sur une surface plane. Un espace libre de 183 cm (6 pi) doit se trouver derrière l'appareil, un espace libre de 91 cm (3 pi) sur chaque côté et de 30 cm (1 pi) sur le devant. Ne mettez pas le vélo d'intérieur à un endroit où il bloquerait une bouche de ventilation ou des ouvertures d'aération. L'appareil ne doit pas être placé dans un garage, sur une terrasse couverte, près d'un point d'eau ou à l'extérieur.

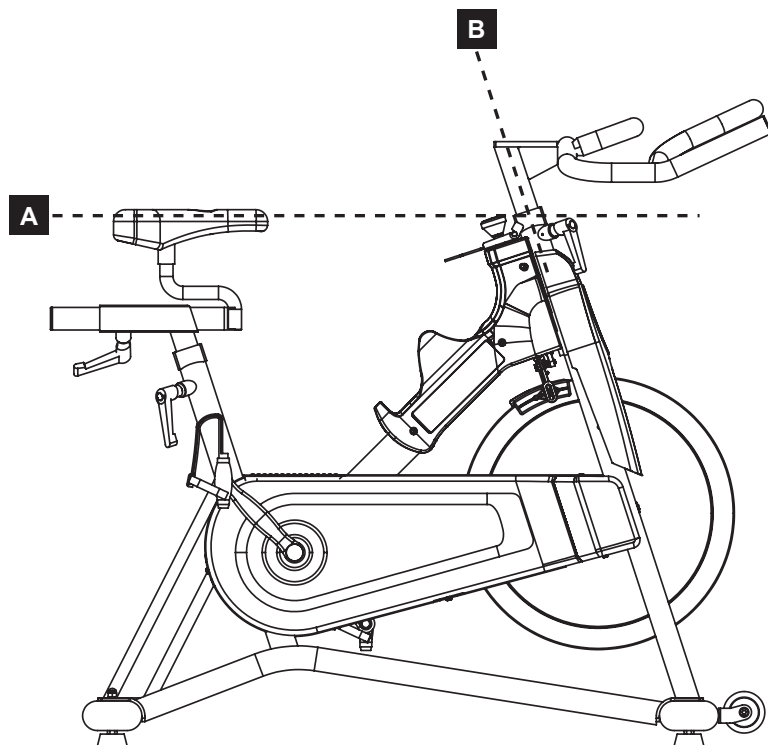
⚠ AVERTISSEMENT

Afin de réduire les risques de blessure, faites très attention lorsque vous déplacez le vélo d'intérieur. N'essayez pas de le bouger au-dessus de surfaces non planes et assurez-vous d'avoir un espace de sécurité d'au moins 50,8 cm (20 po) entre le vélo et un autre objet.



COMMENT AJUSTER LE VÉLO D'INTÉRIEUR

Il est possible d'ajuster le vélo d'intérieur pour améliorer votre confort et l'efficacité de l'exercice. Les directives ci-dessous décrivent l'une des méthodes pour ajuster le vélo d'intérieur pour assurer un confort optimal à l'utilisateur et une posture idéale; il est toutefois possible d'ajuster autrement le vélo d'intérieur.



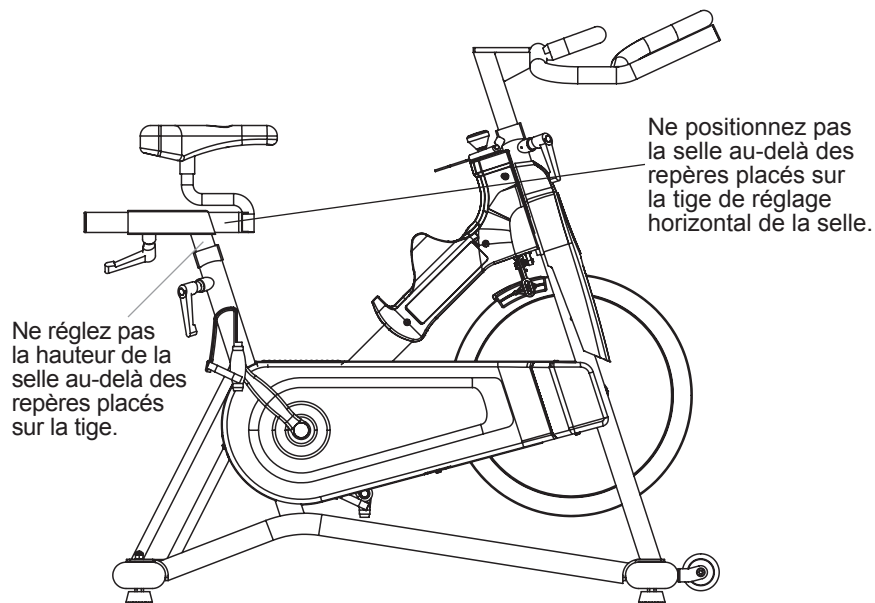
RÉGLAGE DE LA SELLE

Une hauteur adéquate de la selle optimise le confort et l'efficacité de l'exercice, tout en réduisant le risque de blessure. Ajustez la hauteur de la selle de sorte que vos genoux soient légèrement pliés lorsque vos jambes sont tendues.

RÉGLAGE DU GUIDON

La position adéquate du guidon est basée principalement sur le confort. Habituellement, il est conseillé aux débutants de régler le guidon légèrement plus haut que la selle. Les cyclistes plus entraînées peuvent essayer différentes hauteurs afin de trouver la position qui leur convient le mieux.



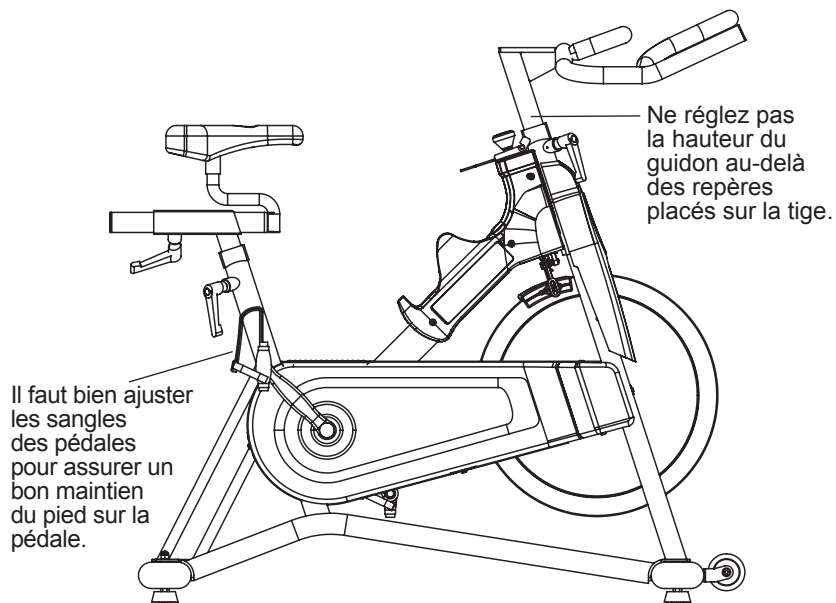


POUR RÉGLER LA HAUTEUR DE LA SELLE :

Faites pivoter le levier de réglage en sens antihoraire et ajustez la selle pour obtenir une position confortable pour pédaler. Faites pivoter le levier en sens horaire pour verrouiller la selle en place.

POUR RÉGLER LA POSITION HORIZONTALE DE LA SELLE :

Faites pivoter le levier de réglage en sens antihoraire pour faire glisser la selle vers l'avant ou l'arrière si désiré. Faites pivoter le levier en sens horaire pour verrouiller la selle en place. Essayez la tige de réglage horizontal de la selle pour en contrôler le bon fonctionnement.



POUR RÉGLER LA HAUTEUR DU GUIDON :

Faites pivoter le levier de réglage en sens antihoraire pour ajuster la hauteur du guidon. Levez ou abaissez le guidon à la hauteur voulue. Faites pivoter le levier en sens horaire pour verrouiller le guidon en place.

POUR RÉGLER LES SANGLES DES PÉDALES :

Posez chaque pied sur la pédale en le mettant bien dans le cale-pied, de telle sorte que votre pied soit positionné au-dessus de la manivelle du pédalier (au centre de la pédale). Levez votre pied et fixez la sangle du cale-pied. Faites de même pour l'autre pied. Gardez vos genoux au-dessus de vos pieds lorsque vous pédalez. Pour sortir votre pied du cale-pied, desserrez la sangle et retirez-le.

RÉGLAGE DE LA RÉSISTANCE ET FREIN D'URGENCE

Il est possible d'ajuster le pédalage (la résistance) au niveau de difficulté souhaité par petits incréments, en utilisant le bouton de réglage de la résistance. Pour augmenter la résistance, tournez le bouton dans le sens horaire; pour la diminuer, tournez le bouton dans le sens antihoraire.

IMPORTANT :

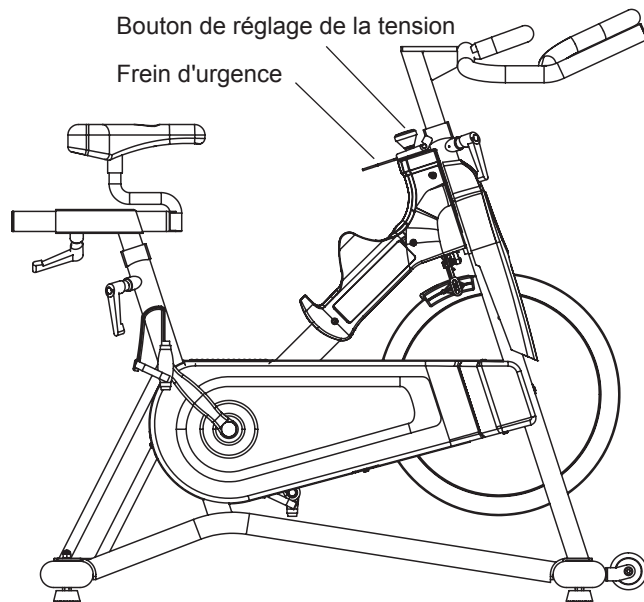
- Pour arrêter immédiatement la roue d'inertie lorsque vous pédalez, abaissez le levier rouge du frein d'urgence.
- La roue d'inertie devrait complètement s'arrêter rapidement.
- Assurez-vous de bien positionner vos chaussures dans le cale-pied.
- Lorsque le vélo n'est pas utilisé, enclenchez la pleine résistance pour éviter que les composants mobiles de l'entraînement ne blessent quelqu'un.

⚠ AVERTISSEMENT

Le vélo d'intérieur ne dispose pas d'une roue d'inertie qui tourne librement. En effet, les pédales continueront de bouger avec la roue d'inertie jusqu'à ce que cette dernière s'immobilise. Il faut réduire la vitesse de manière contrôlée. Pour arrêter immédiatement la roue d'inertie, abaissez le levier rouge du frein d'urgence. Pédalez toujours de manière contrôlée et ajustez votre rythme selon vos capacités. Abaisser le levier rouge = arrêt d'urgence.

⚠ AVERTISSEMENT

Le vélo d'intérieur est doté d'une roue d'inertie fixe qui crée de l'élan et permettra aux pédales de continuer à tourner, même si l'utilisateur s'est arrêté de pédaler ou si ses pieds glissent des pédales. N'ESSAYEZ PAS DE RETIRER VOS PIEDS DES PÉDALES OU DE DESCENDRE DE L'APPAREIL AVANT L'ARRÊT COMPLET DES PÉDALES ET DE LA ROUE D'INERTIE. Ne pas suivre ces directives peut vous faire perdre le contrôle du vélo et provoquer de graves blessures.



FONCTIONNEMENT DE LA CONSOLE

BOUTONS	
MODE/ RÉINITIALISATION	Pour confirmer tous les paramètres. Maintenez cette touche enfoncée pendant 2 secondes pour réinitialiser tous les paramètres.
RÉGLAGE	Pour configurer les paramètres de DURÉE, DISTANCE, CALORIES et FRÉQUENCE CARDIAQUE. Maintenir ce bouton enfoncé permet d'augmenter plus rapidement la valeur. (L'ordinateur doit être en mode d'arrêt.)

FONCTIONS	
PARCOURIR	Affiche toutes les fonctions de DURÉE→DISTANCE→CALORIES→ FRÉQUENCE CARDIAQUE→ TR/MIN et VITESSE en séquence.
(TR/MIN)	Affiche les tours par minute du pédalier. L'affichage des TR/MIN et de la VITESSE passe à un autre affichage toutes les 6 secondes après le début de la séance d'exercice.
VITESSE	Affiche la vitesse d'exercice de l'utilisateur.
DURÉE	1. Vous pouvez appuyer sur la touche « RÉGLAGE » pour configurer la durée désirée, entre 0:00 et 99:00, sous forme de compte à rebours. 2. Cela peut être configuré par l'utilisateur, sinon le calcul sera automatiquement cumulatif.
DISTANCE	1. Vous pouvez appuyer sur la touche « RÉGLAGE » pour configurer la distance à parcourir, entre 0:00 et 99:50, sous forme de compte à rebours. 2. Cela peut être configuré par l'utilisateur, sinon le calcul sera automatiquement cumulatif.
CALORIES	1. Vous pouvez appuyer sur la touche « RÉGLAGE » pour configurer les calories à brûler, entre 0 et 9 990, sous forme de compte à rebours. 2. Cela peut être configuré par l'utilisateur, sinon le calcul sera automatiquement cumulatif.
FRÉQUENCE CARDIAQUE	Affiche la fréquence cardiaque de l'utilisateur. L'utilisateur peut configurer la fréquence cardiaque visée. Lorsque la fréquence cardiaque atteint le rythme désiré, l'ordinateur émet une alarme sous forme de « bip ».

FRÉQUENCE CARDIAQUE SANS FIL

Une sangle de détection de la fréquence cardiaque sans fil Polar^{MD} est fournie avec ce vélo qui est muni d'un récepteur de fréquence cardiaque sans fil intégré. Lorsqu'utilisée conjointement avec un **émetteur pectoral sans fil**, la fréquence cardiaque peut être transmise sans fil à la console.

Avant de porter le capteur-émetteur de plastron sans fil sur la poitrine, humidifiez les deux électrodes caoutchoutées avec de l'eau. Centrez la sangle de poitrine juste sous la poitrine ou les muscles pectoraux, directement au-dessus du sternum avec le logo vers l'extérieur. REMARQUE : La sangle de poitrine doit être serrée et correctement placée afin de recevoir des lectures précises et constantes. Si la sangle de poitrine est trop lâche ou mal placée, les lectures de la fréquence cardiaque peuvent être irrégulières et confuses.



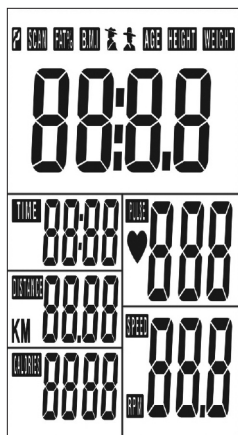


Fig. A

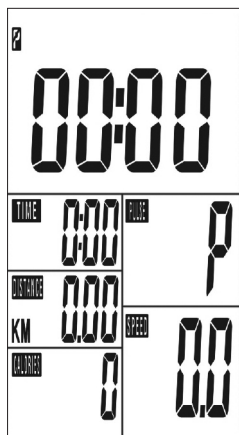


Fig. B

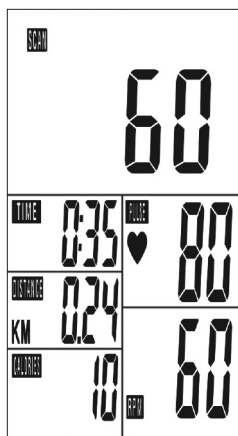


Fig. C

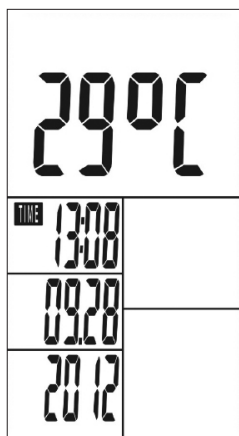


Fig. D

FONCTIONNEMENT DE LA CONSOLE

- 1) Une fois la pile installée (CR2032 3V), le dispositif d'affichage s'allumera (Fig. A) et la console émettra un bip avant d'entrer en mode de configuration de l'HEURE et de la DATE. Appuyez sur la touche « MODE » pour confirmer. Une fois la configuration terminée, la console affiche de nouveau l'écran principal (Fig. B).
- 2) Appuyez sur « RÉGLAGE » pour activer le mode de réglage. Appuyez sur la touche « RÉGLAGE » pour configurer la valeur de DURÉE et appuyez sur « MODE » pour confirmer le paramètre. Répétez cette démarche pour configurer la DISTANCE, les CALORIES et la FRÉQUENCE CARDIAQUE.
- 3) Durant la séance d'entraînement, la DURÉE, la DISTANCE et les CALORIES brûlées vont s'accumuler à partir de 0. Si vous avez configuré un objectif de DURÉE, de DISTANCE ou de CALORIES brûlées, la console effectuera un compte à rebours de cet objectif à 0. Lorsque vous serez à 30 secondes de votre objectif, la console émettra un bip. Si vous poursuivez l'entraînement après avoir atteint votre objectif, la console commencera alors à compter à partir de zéro. Lorsqu'un signal de fréquence cardiaque est détecté, la console émet des bips continus.
- 4) Appuyez sur « PARCOURIR » durant la séance d'entraînement pour que le dispositif d'affichage modifie l'affichage des données toutes les 6 secondes (Fig. C).
- 5) Appuyez sur « MODE » durant la séance d'entraînement pour que seuls les TR/MIN et la VITESSE soient affichés. La console alternera entre les TR/MIN et la VITESSE toutes les 6 secondes.

REMARQUE :

- Après 4 minutes d'inactivité, la console affichera la TEMPÉRATURE ainsi que l'HEURE et la DATE (Fig. D). Appuyez sur n'importe quelle touche pour revenir à l'écran principal (Fig. B).
- Retirer la pile permet de réinitialiser les paramètres par défaut.
- Si l'affichage de l'ordinateur n'est pas normal, réinstallez la pile.
- Caractéristiques de la pile : 3V CR2032 (1 PC).
- Pour remplacer la pile, retirez la vis et le couvercle du compartiment à pile derrière la console.

DÉPANNAGE ET ENTRETIEN



QUESTIONS FRÉQUENTES SUR LE PRODUIT

LES BRUITS ÉMIS PAR MON VÉLO D'INTÉRIEUR SONT-ILS NORMAUX?

Nos vélos d'intérieur sont les modèles les plus silencieux sur le marché, puisqu'ils utilisent des entraînements à courroie ainsi qu'une résistance de freinage en porte-à-faux. Afin de réduire le bruit au minimum, nous n'utilisons que des chaînes et des courroies de la plus haute qualité. Toutefois, comme le système de résistance est lui-même si silencieux, on entend parfois de légers bruits d'origine mécanique. À la différence des appareils plus anciens et plus bruyants, nos vélos d'intérieur n'émettent aucun bruit de ventilateur de patinage des courroies ou d'alternateur qui masquerait les bruits d'origine mécanique. Ces bruits, intermittents ou non, sont normaux et sont dus au transfert de quantités significatives d'énergie à un volant tournant à haute vitesse. Tous les paliers, chaînes, courroies et autres pièces tournantes produisent des bruits que transmettent le carter et le cadre. Du fait de la dilatation thermique des pièces, il est normal que ces bruits varient légèrement au cours d'une séance d'entraînement et avec le temps.

POURQUOI LE VÉLO D'INTÉRIEUR LIVRÉ EST-IL PLUS BRUYANT QUE CELUI EN MAGASIN?

Les appareils de conditionnement physique semblent plus silencieux dans une grande salle d'exposition parce qu'il y a généralement un niveau de bruit de fond plus élevé que chez vous. La réverbération du bruit est également moindre sur un sol en béton recouvert d'une moquette que sur un parquet. Un tapis épais en peut aider à minimiser la réverbération du bruit dans la pièce. La réflexion du bruit est plus importante également si l'appareil est placé près d'un mur.

COMBIEN DE TEMPS DURE LA COURROIE?

La modélisation informatique a indiqué des milliers d'heures de fonctionnement sans entretien. Vous n'aurez pas à remplacer la courroie tant que vous posséderez le vélo d'intérieur.

PEUT-ON DÉPLACER FACILEMENT LE VÉLO D'INTÉRIEUR UNE FOIS QU'IL EST ASSEMBLÉ?

Votre vélo d'intérieur comporte une paire de roulettes de transport intégrées au pied d'appui avant. Pour transporter l'appareil, se conformer aux directives énoncées à la section DÉPLACEMENT DU VÉLO D'INTÉRIEUR. Il est important de placer votre vélo dans une pièce confortable et accueillante. Votre appareil est conçu pour utiliser un minimum d'espace. Beaucoup de personnes positionneront leurs vélos d'intérieur en face d'un téléviseur ou d'une fenêtre panoramique. Si possible, éviter de le mettre dans un sous-sol non terminé. Pour faire de l'entraînement une activité quotidienne agréable, placer l'appareil dans un environnement confortable.



DÉPANNAGE



PROBLÈME : Le vélo d'intérieur émet un couinement ou un bruit strident.

SOLUTION : Vérifiez les points suivants :

- Le vélo d'intérieur est sur une surface plane.
- Desserrez tous les boulons posés au cours du processus de montage, graissez les filets et resserrez-les.

Si le problème n'est pas résolu, vous pouvez
**COMMUNIQUER AVEC LE SERVICE DE SOUTIEN TECHNIQUE À LA CLIENTÈLE
AU NUMÉRO INDIQUÉ SUR LA CARTE D'INFORMATION.**

Les renseignements suivants peuvent être demandés lors de l'appel téléphonique. Ayez ces informations sous la main :

- Nom du modèle
- Numéro de série
- Preuve d'achat (reçu ou relevé de carte de crédit)

Plus de suggestions de dépannage sont situées à la partie soutien à la clientèle de notre site Web.
Communiquez avec le service de soutien à la clientèle au numéro indiqué sur la carte d'information.

Afin d'entretenir le vélo d'intérieur, le service de soutien technique à la clientèle peut poser des questions précises sur les symptômes. Quelques questions de dépannage susceptibles d'être posées sont :

- Depuis combien de temps le problème se produit-il?
- Est-ce que ce problème survient à chaque utilisation? Avec chaque utilisateur?
- Si un bruit est perçu, provient-il de l'avant ou de l'arrière? De quel genre de bruit s'agit-il (bourdonnement, grincement, couinement, bruit strident, etc.)?
- La machine a-t-elle été lubrifiée et entretenue selon le calendrier D'ENTRETIEN?

Les réponses à ces questions et à d'autres permettent aux techniciens d'envoyer les pièces de rechange adéquates et de mobiliser les services d'entretien nécessaires à la réparation du vélo d'intérieur!

ENTRETIEN

Le niveau de sécurité offert par la conception du vélo d'intérieur ne peut être maintenu que si l'équipement est examiné régulièrement pour vérifier qu'il n'est pas endommagé, ni usé. Les composants inopérables doivent être remplacés ou bien l'équipement doit être mis hors service jusqu'à ce qu'il soit réparé.

CHAQUE JOUR

- Après chaque utilisation, essuyez les traces de sueur et d'humidité du vélo d'intérieur. Utilisez du savon et de l'eau ou bien un nettoyant ménager non abrasif dilué. Rincez les résidus de détergent, puis essuyez.
- Avant chaque session, inspectez les composants lâches comme les pédales ou les manivelles. Serrez les pièces lâches.

CHAQUE SEMAINE

- Vérifiez que la roue d'inertie est bien alignée. Au besoin, serrez les écrous de la roue d'inertie.
- Retirez le carter de la chaîne et vérifiez que la chaîne est bien souple. Ajustez et lubrifiez la chaîne au besoin.
- Assurez-vous que les bras des manivelles sont bien serrés au support du fond.
- Inspectez toutes les pièces, les écrous, les boulons ou les vis à des fins de réglage, de remplacement ou d'entretien.

CHAQUE MOIS

- Vérifiez que le cadre et les composants principaux de l'assemblage ne sont pas rouillés ni corrodés. Inclinez le vélo ou placez-le à l'envers pour trouver les zones pouvant être rouillées et corrodées. Servez-vous d'une petite brosse métallique pour retirer la rouille accumulée dans les petites fissures, comme les patins de nivellement, les leviers de serrage rapide et tout autre assemblage à boulons.
- Inspectez tous les éléments d'usure à des fins de réglage ou de remplacement. Soyez particulièrement attentif aux éléments suivants :
 - A) L'usure du patin de frein. Il faut effectuer un remplacement en cas d'usure excessive ou de sécheresse.
 - B) L'usure du rembourrage de la selle. Il faut effectuer un remplacement en cas de déchirures, d'accrocs ou de mouvement excessif.
 - C) Le jeu des pédales. Il faut effectuer un remplacement en cas de mouvement excessif des pédales.
- Inspectez la résistance de la chaîne en tournant la manivelle pour faire rouler la roue d'inertie vers l'avant. Effectuez ce mouvement en un quart de tour pour voir s'il y a du jeu entre la manivelle et la roue d'inertie.
- La sécheresse et l'utilisation prolongée peuvent resserrer les réglages de hauteur et de portée de la selle et du guidon. Si c'est le cas, il faut retirer les tiges coulissantes du cadre et les graisser avec un lubrifiant léger avant de les assembler. De même, lubrifiez l'assemblage de serrage pour éviter qu'il ne se coince pas. Nettoyez l'excédent de lubrifiant avant de remonter.
- Veillez à graisser régulièrement la tige de la selle, le patin de frein et la tige de réglage du guidon avec le lubrifiant fourni.



GARANTIE LIMITÉE - USAGE DOMESTIQUE





POIDS MAXIMAL DE L'UTILISATEUR = 136 kilogrammes (300 lbs)

CADRE • 2 ANS

Le fabricant garantit le cadre contre les vices de fabrication ou de matériau pendant la période spécifiée ci-dessus à compter de la date de l'achat initial, tant que le propriétaire initial possède l'appareil. (Le cadre se définit comme la base en métal soudé de l'appareil et qui ne comporte aucune pièce amovible.)

COMPOSANTS ÉLECTRONIQUES ET PIÈCES • 1 AN

Le fabricant garantit les composants électroniques, la finition et toutes les pièces d'origine pendant un an à compter de la date de l'achat initial, tant que le propriétaire initial possède l'appareil.

MAIN-D'ŒUVRE • 1 AN

Le fabricant prend à sa charge les frais de main-d'œuvre pour la réparation de l'appareil pendant un an à compter de la date de l'achat initial, tant que le propriétaire initial possède l'appareil.

EXCLUSIONS ET LIMITATIONS

Qui EST couvert :

- Le propriétaire initial la garantie n'est pas transférable.

Qu'est-ce qui EST couvert :

- La réparation ou le remplacement du moteur défectueux, de composants électroniques défectueux ou de pièces défectueuses. Ils constituent les seuls correctifs au titre de la garantie.

Qu'est-ce qui n'est PAS couvert :

- L'usure normale, l'assemblage ou l'entretien incorrect ou l'installation de pièces ou d'accessoires incompatibles ou non destinés à l'équipement tel qu'il est vendu.
- Les dommages ou la défaillance du(e)s à un accident, l'utilisation abusive, la corrosion, la décoloration de la peinture ou du plastique, la négligence, le vol, le vandalisme, l'incendie, l'inondation, le vent, la foudre, le gel ou d'autres catastrophes naturelles quelle qu'en soit la nature, une réduction, fluctuation ou défaillance d'alimentation de quelque origine que ce soit, des conditions atmosphériques inhabituelles, une collision, l'introduction d'objets étrangers dans l'unité ou des modifications non autorisées ou non recommandées par le fabricant.
- Dommages accessoires ou immatériels. Le fabricant n'est pas responsable des dommages indirects, spéciaux ou immatériels, des pertes économiques, des pertes matérielles ou de profits, des privations de jouissance ou d'utilisation, ou d'autres dommages immatériels de quelque nature que ce soit en relation avec l'achat, l'utilisation, la réparation ou l'entretien de l'équipement. Le fabricant ne consent aucune compensation monétaire ou autre pour de telles

réparations ou le coût des pièces de rechange, y compris notamment les cotisations d'organismes sportifs, pertes de temps de travail, visites de diagnostic, visites d'entretien ou frais de transport.

- Les équipements utilisés à des fins commerciales ou à toutes autres fins que celles d'une famille unique ou d'un foyer, sauf acceptation de la couverture par le fabricant.
- Les équipements détenus ou utilisés hors des États-Unis et du Canada.
- La livraison, l'assemblage, l'installation, le réglage des unités d'origine ou de remplacement ou la main-d'œuvre et les autres frais associés à l'enlèvement ou au remplacement de l'unité couverte.
- Toute tentative de réparation de cet équipement crée un risque de blessure. Le fabricant n'est pas responsable des dommages, pertes ou responsabilités découlant de toute blessure subie lors de ou du fait de toute réparation ou tentative de réparation de l'équipement de conditionnement physique par quiconque autre qu'un technicien agréé. Toutes les tentatives de réparation de l'équipement de conditionnement physique par l'utilisateur sont effectuées À SES RISQUES ET PÉRILS. Le fabricant décline toute responsabilité en matière de blessures ou de dommages quels qu'ils soient causés par de telles réparations.
- Si la garantie du fabricant est expirée mais si l'appareil bénéficie d'une prolongation de garantie, consulter le contrat de prolongation de garantie pour les ressources relatives aux demandes de service ou de réparation en cas de prolongation de la garantie.

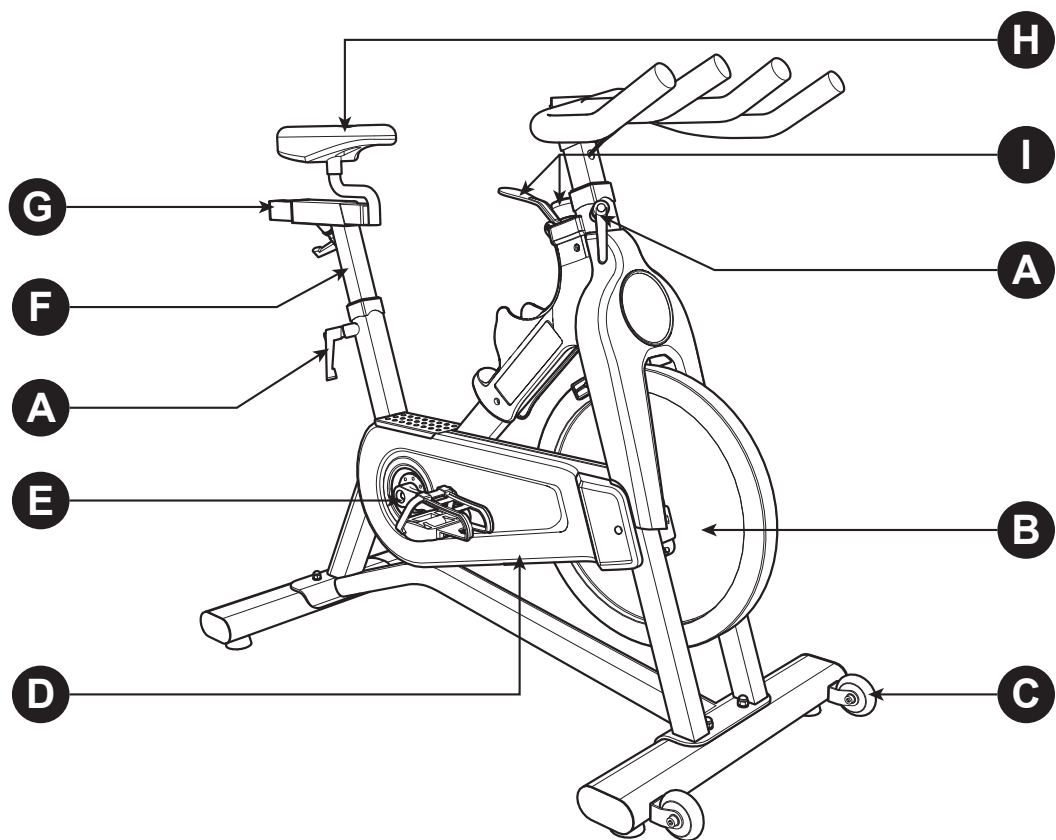
SERVICE/RETOURS

- Le service à domicile est assuré dans un rayon de 240 km par le prestataire de services agréé le plus proche (au-delà de cette distance, le kilométrage parcouru est à la charge du client).
- Tout retour doit être pré-approuvé par le fabricant.
- Les obligations du fabricant en vertu de cette garantie se limitent à la réparation ou au remplacement de l'équipement, à la discrétion du fabricant, par le même modèle ou un modèle comparable.
- Le fabricant peut demander le retour des pièces défectueuses au fabricant après l'achèvement de la main-d'œuvre sous garantie en utilisant une étiquette de retour timbrée. En cas de besoin d'une étiquette de retour, contacter le service de soutien technique à la clientèle.
- Les appareils de rechange, les pièces et les composants électroniques remis à neuf par le fabricant ou ses fournisseurs peuvent parfois être fournis comme pièces de rechange et constituent une parfaite application des dispositions de la garantie.
- Cette garantie donne des droits spécifiques. Les droits de l'utilisateur peuvent varier d'une province à l'autre.



FUNCIONAMIENTO DE LA BICICLETA DE INTERIORES





INFORMACIÓN DEL MODELO



- A) PALANCAS AJUSTABLES:** permiten el ajuste de la altura del poste del asiento y la barra de sujeción.

NOTA: para cambiar la posición de la palanca, tire de la palanca hacia afuera y gire.

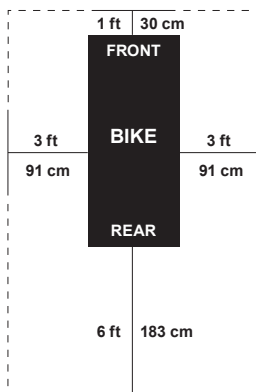
- B) VOLANTE PESADO:** el volante con alta inercia crea una sensación suave.
- C) RUEDA DE TRANSPORTE:** permite el movimiento sencillo de la máquina.
- D) CORREA:** simula la sensación de andar en la calle.
- E) CIGÜEÑAL:** inicia el movimiento del volante.
- F) POSTE DEL ASIENTO:** permite el ajuste vertical para adaptarse a la altura de cualquier usuario.
- G) DESLIZADOR DEL ASIENTO:** permite el ajuste hacia adelante o atrás para adaptarlo a cualquier usuario.
- H) ASIENTO:** acolchado adicional para proporcionar un paseo confortable.
- I) PALANCA DE CONTROL DE TENSIÓN Y FRENO DE EMERGENCIA:** freno de fricción con perilla microajustable y botón de parada de emergencia.

NOTA: En caso de emergencia, presione la palanca del freno de emergencia hacia abajo para detener el volante de manera abrupta.

CÓMO MOVER LA BICICLETA DE INTERIORES

Debido al peso de la bicicleta de interiores, se recomienda que dos personas la muevan. Mientras una persona levanta la parte posterior de la bicicleta de interiores, la segunda persona sostiene firmemente la barra de sujeción y empuja la bicicleta de interiores hacia adelante hasta que gire sobre sus ruedas. Mueva con cuidado la bicicleta de interiores al lugar deseado y luego bájela.

Si la bicicleta de interiores se balancea en el piso después de fijarla, gire las patas de nivelación debajo del estabilizador delantero o trasero hasta que se elimine el movimiento de balanceo.

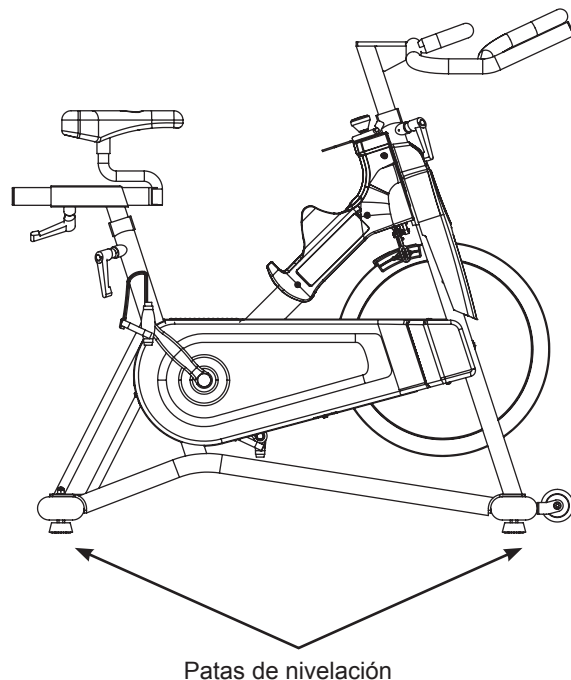


UBICACIÓN DE LA BICICLETA DE INTERIORES

Coloque la bicicleta de interiores sobre una superficie plana. Debe haber un espacio de 6 pies (183 cm) detrás de la bicicleta de interiores, 3 pies (91 cm) a cada lado y 1 pie (30 cm) delante de la bicicleta de interiores. No coloque la bicicleta en ninguna área que obstruya algún conducto de ventilación o abertura de aire. No hay que ubicar la bicicleta de interiores en un garaje, patio cubierto, cerca del agua ni al aire libre.

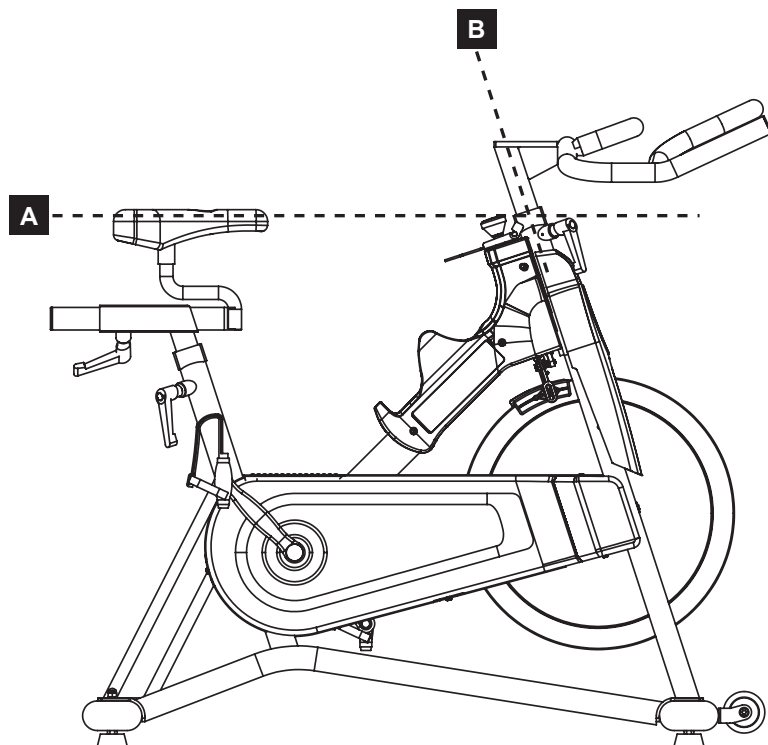
! ADVERTENCIA

Para reducir el riesgo de lesiones, use precaución extrema al mover la bicicleta de interiores. No intente moverla sobre superficies desparejas y asegúrese de que haya una distancia de seguridad de 20 pulgadas (o 50 centímetros, como mínimo) con el equipo más cercano.



CÓMO AJUSTAR LA BICICLETA DE INTERIORES

La bicicleta de interiores puede ajustarse para un máximo confort y óptima efectividad de la actividad física. Las instrucciones que siguen describen un enfoque para ajustar la bicicleta de interiores a fin de garantizar un óptimo confort del usuario y una posición ideal del cuerpo. No obstante, usted puede elegir ajustar la bicicleta de interiores de otra forma.

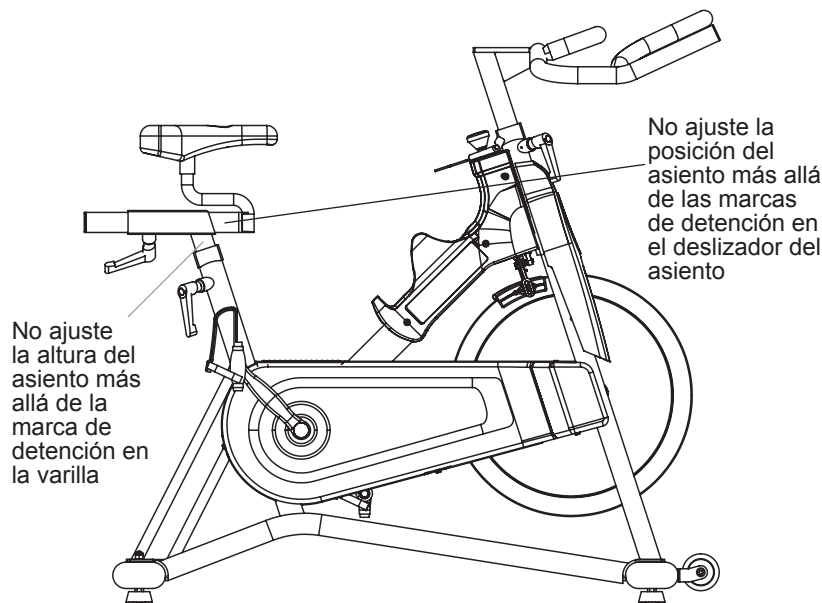


AJUSTE DEL ASIENTO

La altura adecuada del asiento ayuda a garantizar una eficiencia máxima de la actividad física y confort, al tiempo que reduce el riesgo de sufrir lesiones. Ajuste la altura del asiento para asegurarse de que esté en la posición adecuada, de modo que mantenga una leve curva en la rodilla mientras sus piernas están en posición extendida.

AJUSTE DE LA BARRA DE SUJECCIÓN

La posición adecuada de la barra de sujeción se basa principalmente en el confort. Por lo general, la barra de sujeción debería colocarse levemente más alta que el asiento para los ciclistas principiantes. Los ciclistas avanzados pueden probar diferentes alturas para lograr la disposición que les resulte más cómoda.

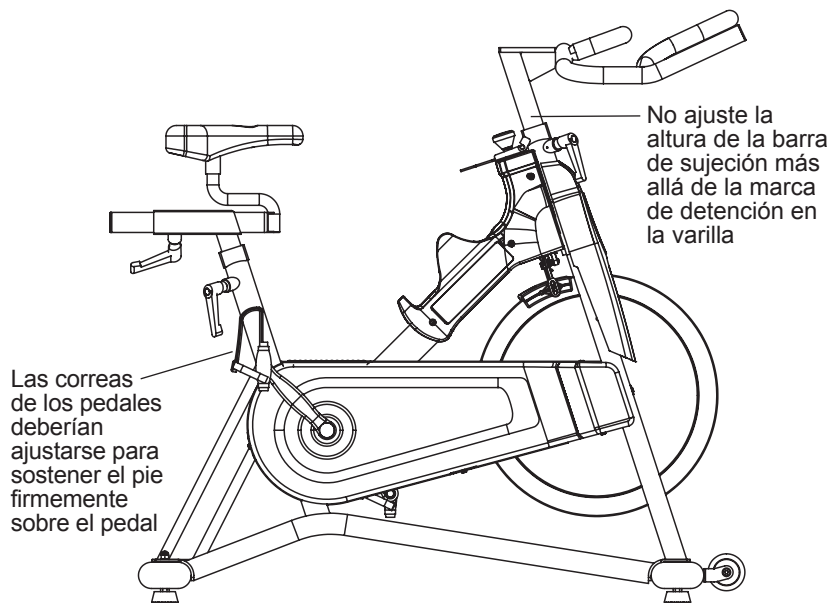


PARA AJUSTAR LA ALTURA DEL ASIENTO:

Gire la palanca de ajuste en sentido contrario a las agujas del reloj y ajuste el asiento en una posición que le resulte cómoda para pedalear. Gire la palanca en el sentido de las agujas del reloj para bloquear la posición del asiento.

PARA AJUSTAR LA POSICIÓN HORIZONTAL DEL ASIENTO:

Gire la palanca de ajuste en sentido contrario a las agujas del reloj para deslizar el asiento hacia adelante o hacia atrás según lo desee. Gire la palanca en el sentido de las agujas del reloj para bloquear la posición del asiento. Pruebe el deslizamiento del asiento para asegurarse de contar con el funcionamiento adecuado.



PARA AJUSTAR LA ALTURA DE LA BARRA DE SUJECIÓN:

Gire la palanca de ajuste en sentido contrario a las agujas del reloj para ajustar la altura de la barra de sujeción. Levante o baje la barra de sujeción a la altura deseada. Gire la palanca en el sentido de las agujas del reloj para bloquear la posición de la barra de sujeción.

PARA AJUSTAR LAS CORREAS DE LOS PEDALES:

Coloque el tobillo de cada pie en el pedal y en el gancho para dedo de forma tal que el tobillo del pie esté centrado sobre el husillo del pedal (centro del pedal). Gire un pie a la distancia del brazo y tire hacia arriba de la correa del gancho para dedo. Repita estos pasos para el otro pie. Mantenga las rodillas arriba de los pies al pedalear. Para retirar el pie del gancho para dedo, afloje la correa y tire.

CONTROL DE TENSIÓN Y FRENO DE EMERGENCIA

El nivel preferido de dificultad para pedalear (resistencia) puede regularse en incrementos leves por medio del uso de la perilla de control de tensión. Para aumentar la resistencia, gire la perilla de control de tensión en el sentido de las agujas del reloj. Para reducir la resistencia, gire la perilla en sentido contrario a las agujas del reloj.

IMPORTANTE:

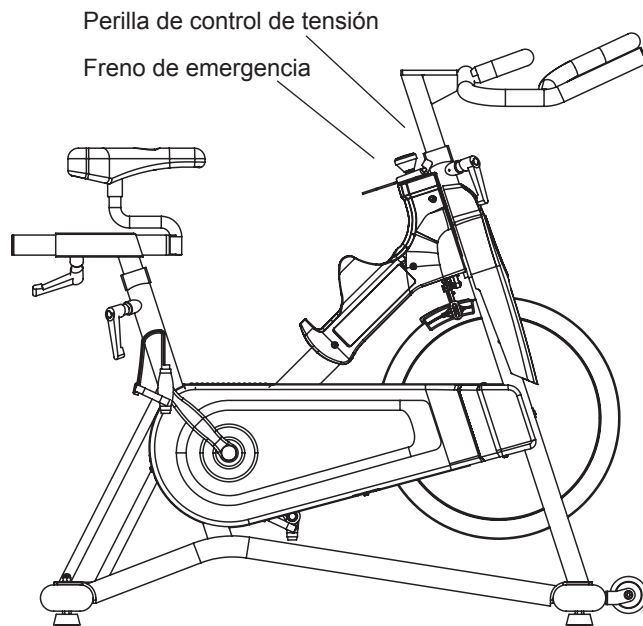
- Para detener el volante mientras padea, presione la palanca roja del freno de emergencia.
- El volante debería detenerse de inmediato y por completo.
- Asegúrese de que los zapatos estén fijos al gancho para dedo.
- Aplique una carga de resistencia completa cuando la bicicleta no esté en uso para así prevenir lesiones debido al movimiento de los componentes del engranaje de tracción.

⚠ ADVERTENCIA

La bicicleta de interiores no tiene un volante de movimiento independiente, por lo que los pedales continuarán moviéndose junto con el volante hasta que este se detenga. Se requiere reducir la velocidad de forma controlada. Para detener el volante de inmediato, presione la palanca roja del freno de emergencia. Siempre padee de forma controlada y adapte su ritmo deseado en función de sus propias habilidades. Presione la palanca roja hacia abajo = parada de emergencia.

⚠ ADVERTENCIA

La bicicleta de interiores usa un volante fijo que genera inercia y mantendrá los pedales girando incluso después de que el usuario deje de padealear o si se patinan los pies del usuario. NO INTENTE RETIRAR LOS PIES DE LOS PEDALES NI DESMONTAR LA MÁQUINA HASTA QUE LOS DOS PEDALES Y EL VOLANTE SE HAYAN DETENIDO POR COMPLETO. Si el usuario no sigue estas instrucciones, puede perder el control y sufrir lesiones graves.



FUNCIONAMIENTO DE LA CONSOLA

BOTONES	
MODO/ REINICIO	Para confirmar todos los ajustes. Presione este botón y manténgalo presionado durante 2 segundos para reiniciar todas las cifras de las funciones.
ESTABLECER	Para establecer el valor de TIEMPO, DISTANCIA, CALORÍAS, PULSO. Puede mantener presionado el botón para aumentar rápidamente el valor. (La computadora debe estar detenida).

FUNCIONES	
EXPLORAR	Muestra todas las funciones TIEMPO→DISTANCIA→CALORÍAS→PULSO→RPM/VELOCIDAD en secuencia.
RPM	Muestra la rotación de pedaleo por minuto. RPM y VELOCIDAD pasarán a otra pantalla 6 segundos después de que comience la actividad física.
VELOCIDAD	Muestra la velocidad de actividad física del usuario.
TIEMPO	1. Puede presionar el botón "ESTABLECER" para establecer el tiempo meta entre 0:00 y 99:00 para la función de cuenta regresiva. 2. Puede configurarlo el usuario o acumularse automáticamente para la función de conteo hacia arriba.
DISTANCIA	1. Puede presionar el botón "ESTABLECER" para establecer la distancia meta entre 0:00 y 99:50 para la función de cuenta regresiva. 2. Puede configurarlo el usuario o acumularse automáticamente para la función de conteo hacia arriba.
CALORÍAS	1. Puede presionar el botón "ESTABLECER" para ajustar las calorías meta entre 0 y 9990 para la función de cuenta regresiva. 2. Puede configurarlo el usuario o acumularse automáticamente para la función de conteo hacia arriba.
PULSO	Muestra el pulso del usuario. El usuario puede establecer el pulso meta. Cuando el valor del pulso alcance el nivel meta, la computadora emitirá una alarma con un sonido agudo.

FRECUENCIA CARDÍACA INALÁMBRICA

Esta bicicleta incluye una correa de frecuencia cardíaca inalámbrica Polar® y cuenta con un receptor incorporado de frecuencia cardíaca inalámbrica. Cuando se utilice junto con un **transmisor inalámbrico de pecho**, su ritmo cardíaco puede transmitirse de manera inalámbrica a la consola.

Antes de ponerse un transmisor inalámbrico de pecho, humedezca los dos electrodos de goma con agua. Centre la correa para el pecho justo debajo del busto o los músculos pectorales, directamente sobre el esternón, con el logotipo hacia afuera. NOTA: la correa de pecho debe estar tensa y colocada correctamente para recibir una lectura precisa y coherente. Si la correa de pecho está demasiado floja o está colocada inadecuadamente, es posible que reciba una lectura del ritmo cardíaco errónea e incoherente.



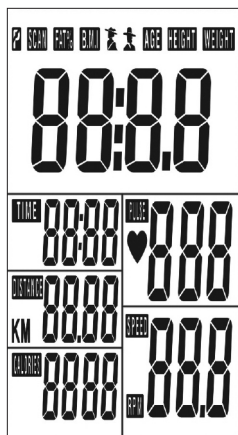


Fig. A

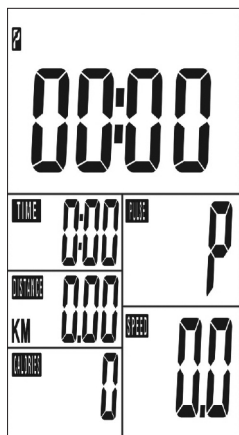


Fig. B

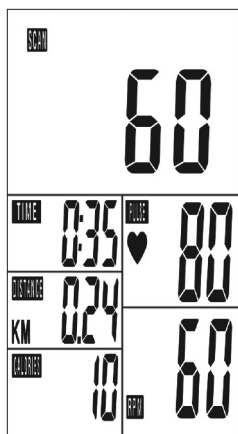


Fig. C

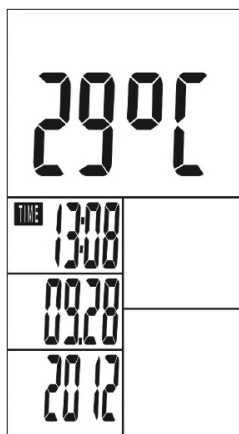


Fig. D

FUNCIONAMIENTO DE LA CONSOLA

- 1) Después de instalar la batería (CR2032 3V), se encenderá la pantalla (Fig. A) y la consola emitirá un sonido agudo antes de ingresar a la configuración de TIEMPO y FECHA. Presione el botón "MODOS" para confirmar. Al finalizar, la consola mostrará la pantalla principal (Fig. B).
- 2) Presione "ESTABLECER" para ingresar al modo de configuración. Presione el botón "ESTABLECER" para ajustar el valor del TIEMPO y presione "MODOS" para confirmar la configuración. Repita el proceso para configurar DISTANCIA, CALORÍAS y PULSO.
- 3) Durante su sesión de actividad física, los valores de TIEMPO, DISTANCIA y CALORÍAS se contarán a partir de 0 y de forma ascendente. Si ha configurado valores de TIEMPO, DISTANCIA o CALORÍAS META, la consola realizará un conteo descendente a partir de la meta programada hasta llegar a 0. Cuando se encuentre a 30 segundos de completar su objetivo, la consola emitirá un sonido agudo. Si sigue haciendo actividad física después de alcanzar su objetivo, la consola contará a partir de 0 y de forma ascendente. Cuando se detecte una señal de pulso, la consola emitirá un sonido agudo constante y uniforme.
- 4) Presione "EXPLORAR" durante su sesión de actividad física y la pantalla cambiará la información cada 6 segundos (Fig. C).
- 5) Presione "MODOS" durante su sesión de actividad física y la pantalla solo mostrará RPM y VELOCIDAD. La consola alternará entre RPM y VELOCIDAD cada 6 segundos.

NOTA:

- Al cabo de 4 minutos de inactividad, la consola mostrará TEMPERATURA y TIEMPO y FECHA (Fig. D). Presione cualquier botón para volver a la pantalla principal (Fig. B).
- Al retirar la batería, se restablecerá la configuración predeterminada.
- Si la computadora muestra una pantalla anormal, vuelva a colocar la batería.
- Especificaciones de la batería: 3V CR2032 (1 pieza).
- Para reemplazar la batería, retire el tornillo y la tapa de la batería en la parte posterior de la consola.

RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS Y MANTENIMIENTO



PREGUNTAS COMUNES SOBRE EL PRODUCTO



¿LOS SONIDOS QUE EMITE MI BICICLETA DE INTERIORES SON NORMALES?

Nuestras bicicletas de interiores son de las bicicletas más silenciosas que existen porque utilizan correas de transmisión y resistencia de freno con basculante. Utilizamos los rodamientos y las cadenas/correas de más alto nivel para minimizar el ruido. No obstante, debido a que el sistema de resistencia es tan silencioso, es posible que ocasionalmente escuche otros ruidos mecánicos leves. A diferencia de las tecnologías más antiguas y más ruidosas, no hay ruidos de ventiladores, correas de fricción o alternador para encubrir los sonidos que emiten nuestras bicicletas de interiores. Estos ruidos mecánicos, que pueden ser intermitentes o no, son normales y son ocasionados por las transferencias de cantidades importantes de energía a un volante que gira rápidamente. Todos los cojinetes, cadenas/correas y otras piezas giratorias generarán algún ruido que se transmitirá a través de la carcasa y el marco. También es normal que estos sonidos cambien levemente durante una ejercitación y con el paso del tiempo debido a la expansión térmica de las piezas.

¿POR QUÉ LA BICICLETA DE INTERIORES QUE RECIBÍ ES MÁS RUIDOSA QUE LA DE LA TIENDA?

Todos los productos para hacer actividad física parecen más silenciosos en un salón de tienda grande dado que, por lo general, hay más ruido de fondo que en su hogar. Además, hay menos reverberación en un piso de hormigón alfombrado que en un piso recubierto con madera. A veces, un tapete de caucho pesado ayuda a reducir la reverberación en el piso. Si un producto para hacer actividad física se coloca cerca de un muro, habrá más ruido reflejado.

¿CUÁNTO DURARÁ LA CORREA?

El modelado por computadora que hemos realizado indicó prácticamente miles de horas sin necesidad de mantenimiento. Por lo tanto, no debería tener que reemplazar la correa durante el tiempo que tenga la bicicleta de interiores.

¿PUEDO MOVER LA BICICLETA DE INTERIORES FÁCILMENTE UNA VEZ QUE ESTÉ ARMADA?

Su bicicleta de interiores tiene un par de ruedas de transporte incorporadas en el tubo estabilizador frontal. Siga los pasos en la sección sobre CÓMO MOVER LA BICICLETA DE INTERIORES para transportarla. Es importante que coloque su bicicleta de interiores en una sala cómoda y agradable. Su bicicleta de interiores está diseñada para abarcar un espacio de piso mínimo. Muchas personas colocan su bicicleta de interiores orientada hacia el televisor o una ventana panorámica. De ser posible, evite colocar su bicicleta de interiores en un sótano no terminado. Para que el ejercicio le resulte una actividad diaria agradable, la bicicleta de interiores debería estar en un entorno confortable.

RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS



PROBLEMA: la bicicleta de interiores emite chirridos o crujidos.

SOLUCIÓN: compruebe lo siguiente:

- La bicicleta de interiores está en una superficie plana.
- Afloje todos los pernos colocados durante el proceso de ensamblaje, engrase las roscas y vuelva a apretar los pernos.

Si esto no soluciona el problema, puede
**CONTACTAR AL SERVICIO DE ASISTENCIA TÉCNICA PARA CLIENTES
AL NÚMERO QUE FIGURA EN LA TARJETA DE INFORMACIÓN.**

Cuando llame, es posible que se le solicite la información que sigue. Tenga a mano los siguientes elementos:

- nombre del modelo;
- número de serie;
- comprobante de compra (recibo o resumen de la tarjeta de crédito).

Puede encontrar más sugerencias para resolver problemas en la sección de asistencia al cliente de nuestro sitio web. Contacte al servicio de asistencia al cliente usando la información de contacto que figura en la TARJETA DE INFORMACIÓN.

Para que el Servicio de Asistencia Técnica para Clientes realice el servicio técnico de su bicicleta de interiores, es posible que haya que preguntarle acerca de los síntomas que se están produciendo. Algunas preguntas que pueden realizarle respecto de la resolución de problemas son:

- ¿Cuánto hace que ocurre este problema?
- ¿Este problema ocurre cada vez que usa la máquina? ¿Con todos los usuarios?
- Si percibe un ruido, ¿este proviene de la parte delantera o de la trasera? ¿Qué tipo de ruido es (seco, chirrido, chillido, crujido, etc.)?
- ¿Se ha realizado la lubricación y el mantenimiento conforme al programa de MANTENIMIENTO?

¡Las respuestas a estas y otras preguntas les darán a los técnicos la capacidad de enviar piezas de repuesto adecuadas y el servicio técnico necesario para que usted y su bicicleta de interiores se pongan en movimiento nuevamente!



MANTENIMIENTO

El nivel de seguridad asignado por el diseño de la bicicleta de interiores solo puede mantenerse cuando el equipo se examina periódicamente para verificar daños y desgastes. Los componentes que ya no funcionen deben reemplazarse o el equipo tiene que retirarse del uso hasta ser reparado.

DIARIAMENTE

- Limpie la bicicleta de interiores después de cada uso para eliminar el sudor y la humedad. Use agua y jabón, o una solución diluida de limpiador doméstico no abrasivo. Enjuague para retirar los residuos de detergente y seque.
- Antes de cada sesión, inspeccione para detectar componentes sueltos como pedales o manijas antes de comenzar el próximo uso. Ajuste las partes sueltas.

SEMANALMENTE

- Verifique la correcta alineación del volante. Ajuste las tuercas del volante según sea necesario.
- Retire la protección de la cadena y fíjese si la cadena está floja. Ajuste y lubrique la cadena según sea necesario.
- Verifique para asegurarse de que los brazos de la manija estén firmes sobre el soporte inferior.
- Inspeccione todas las partes, tuercas, pernos o tornillos para realizar ajustes, reemplazos o mantenimiento.

MENSUALMENTE

- Inspeccione el marco y los componentes del ensamblaje principal para detectar óxido o corrosión. Incline la bicicleta o colóquela en posición invertida para ubicar áreas donde pueda formarse óxido y corrosión. Use un pequeño cepillo de alambre para eliminar la acumulación de óxido en pequeñas cavidades, como las patas de nivelación, palancas de liberación rápida y otros ensamblajes con pernos.
- Inspeccione todos los elementos de desgaste para realizar ajustes o el posible reemplazo de las piezas. Preste atención especial a lo siguiente:
 - A) Inspeccione los pedales para detectar desgaste. El desgaste o la sequedad excesivos indican que hace falta un reemplazo.
 - B) Inspeccione el asiento para detectar desgaste. Las roturas, rasgaduras o el movimiento excesivos indican que hace falta un reemplazo.
 - C) Inspeccione los pedales para detectar juego. El movimiento excesivo de los pedales indica que hace falta un reemplazo.
- Inspeccione la tensión de la cadena girando la palanca para accionar el volante hacia adelante. Realice este movimiento en 1/4 vuelta para evaluar si hay juego libre entre la palanca y el volante.
- La sequedad o el uso prolongado pueden provocar que la altura y los ajustes del asiento y la barra de sujeción queden ajustados. En tal caso, el ensamblaje deslizable debe retirarse del marco y se le debe aplicar grasa de servicio ligero en la superficie de deslizamiento antes del ensamblaje. De forma semejante, aplique grasa ligera al ensamblaje de sujeción para asegurarse de que no se atasque. Limpie la grasa en exceso antes de volver a ensamblar.
- Lubrique el poste del asiento, la pastilla de freno y el ajuste de la barra de sujeción periódicamente con el lubricante en su paquete de piezas.

GARANTÍA LIMITADA PARA EL USO EN EL HOGAR





CAPACIDAD DE PESO = 136 kilogramos (300 lb)

BASTIDOR • 2 AÑOS

El fabricante garantiza, al propietario original, el bastidor contra defectos de fabricación y materiales durante el periodo especificado arriba, a partir de la fecha de adquisición, siempre y cuando el aparato permanezca en posesión del propietario original. (El bastidor se define como la base de piezas de metal soldadas de la unidad y no incluye ninguna pieza desmontable).

PIEZAS Y COMPONENTES ELECTRÓNICOS • 1 AÑO

El fabricante garantiza los componentes electrónicos, el acabado y todas las piezas originales durante un periodo de un año a partir de la fecha de adquisición original, siempre y cuando el aparato permanezca en posesión del propietario original.

MANO DE OBRA • 1 AÑO

El fabricante deberá cubrir los costos de mano de obra para las reparaciones del aparato durante un periodo de un año a partir de la fecha de adquisición original, siempre y cuando el aparato permanezca en posesión del propietario original.

EXCLUSIONES Y LIMITACIONES

QUIÉN está cubierto:

- El propietario original; la cobertura no es transferible.

QUÉ está cubierto:

- La reparación o el reemplazo de un motor defectuoso, de componentes electrónicos defectuosos o de piezas defectuosas y es el único rescaramiento de la garantía.

QUÉ NO está cubierto:

- El desgaste normal por el uso, el ensamblaje o el mantenimiento inadecuado, la instalación de piezas o de accesorios no destinados originalmente al equipo o que no sean compatibles con este al momento de su venta.
- Los daños o los fallos ocasionados por accidente, maltrato, corrosión, decoloración de la pintura o el plástico, negligencia, robo, vandalismo, incendio, inundación, viento, rayos, congelación u otros desastres naturales de cualquier tipo, falta, fluctuaciones o reducción de la energía por cualquier causa, condiciones atmosféricas anormales, choques, introducción de objetos extraños dentro de la unidad cubierta o modificaciones no autorizadas o no recomendadas por el fabricante.
- Daños incidentales o resultantes. El fabricante no es responsable de los daños indirectos, especiales o resultantes, pérdidas económicas, pérdida de propiedad o de utilidades, pérdida de disfrute o de uso, ni de otros daños resultantes de cualquier naturaleza en relación con la adquisición, el uso, la reparación o el mantenimiento del equipo. El fabricante no suministra compensación monetaria ni de otro



tipo para dichas reparaciones, ni costos de piezas de reemplazo, incluidos, a título enunciativo y no limitativo, cuotas de membresía en gimnasios, tiempo perdido de trabajo o labores, servicio de diagnóstico, servicio de mantenimiento o transporte.

- El equipo utilizado para fines comerciales o cualquier otro propósito distinto del uso de una familia o un hogar, a menos que el fabricante apruebe la cobertura.
- El equipo que se posea u utilice fuera de los EE. UU. y Canadá.
- Entrega, ensamblaje, instalación, configuración de unidades originales o de reemplazo, o mano de obra u otros costos asociados con el retiro o el reemplazo de la unidad cubierta por la garantía.
- Cualquier intento de reparar este equipo implica el riesgo de lesiones. El fabricante no es responsable de daños, pérdidas o responsabilidades que surjan de lesiones personales sufridas durante el curso de, o como resultado de, cualquier reparación o intento de reparación de su equipo de acondicionamiento físico por parte de cualquier persona que no sea un técnico de servicio autorizado. Todas las reparaciones que usted intente hacer en su equipo de acondicionamiento físico las hace A SU PROPIO RIESGO y el fabricante no será responsable de ninguna lesión a las personas o daños a la propiedad que surjan de tales reparaciones.
- Si la garantía del fabricante se le ha acabado pero usted cuenta con una extensión de garantía, consulte su contrato de extensión de garantía para obtener información de contacto con respecto a solicitudes de servicio técnico o reparación bajo la extensión de la garantía.

SERVICIO Y DEVOLUCIONES

- Existe un servicio técnico a domicilio dentro de las 150 millas (240 km) del proveedor de servicio autorizado más cercano (a distancias mayores de 150 millas [240 km] de un proveedor de servicio autorizado la responsabilidad es del cliente).
- El fabricante debe autorizar con anterioridad todas las devoluciones.
- La obligación del fabricante de acuerdo con esta garantía se limita a reemplazar o a reparar, a opción del fabricante, el producto por el mismo modelo o por uno similar.
- El fabricante puede solicitar que los componentes defectuosos sean devueltos al fabricante una vez que se complete el servicio bajo garantía por medio de una etiqueta de devolución prepagada. Si se le ha solicitado que devuelva las piezas y no recibió una etiqueta de devolución, comuníquese con el servicio de asistencia técnica a clientes.
- En ocasiones se pueden suministrar unidades, piezas y componentes electrónicos de reemplazo que el fabricante o sus proveedores hayan reacondicionado a un "estado equivalente al nuevo" como piezas de reemplazo bajo garantía, y esto constituye el cumplimiento de los términos de la garantía.
- Esta garantía le otorga derechos legales específicos, y sus derechos pueden variar de estado a estado.

**NOTE:**

If a question or problem arises
please see INFORMATION CARD
for contact information.

REMARQUE:

Si vous avez une question ou un
problème, veuillez vous reporter à
la FICHE DE RENSEIGNEMENTS
pour obtenir les coordonnées.

NOTA:

Si surge alguna pregunta o algún
problema, consulte la TARJETA DE
INFORMACIÓN para obtener la
información de contacto.