

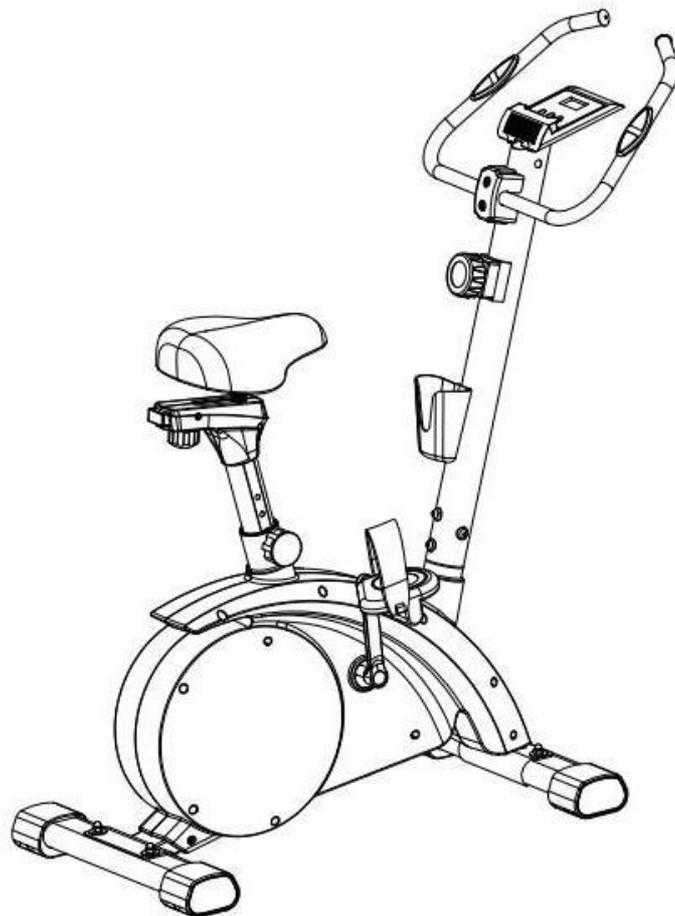
Manual de utilizare

Bicicleta magnetica SCUD ORION



ATENȚIE

**Cititi toate
instrucțiunile din acest
manual înainte de a
utiliza acest produs.
Pastrati manualul
pentru referinte
ulterioare.**



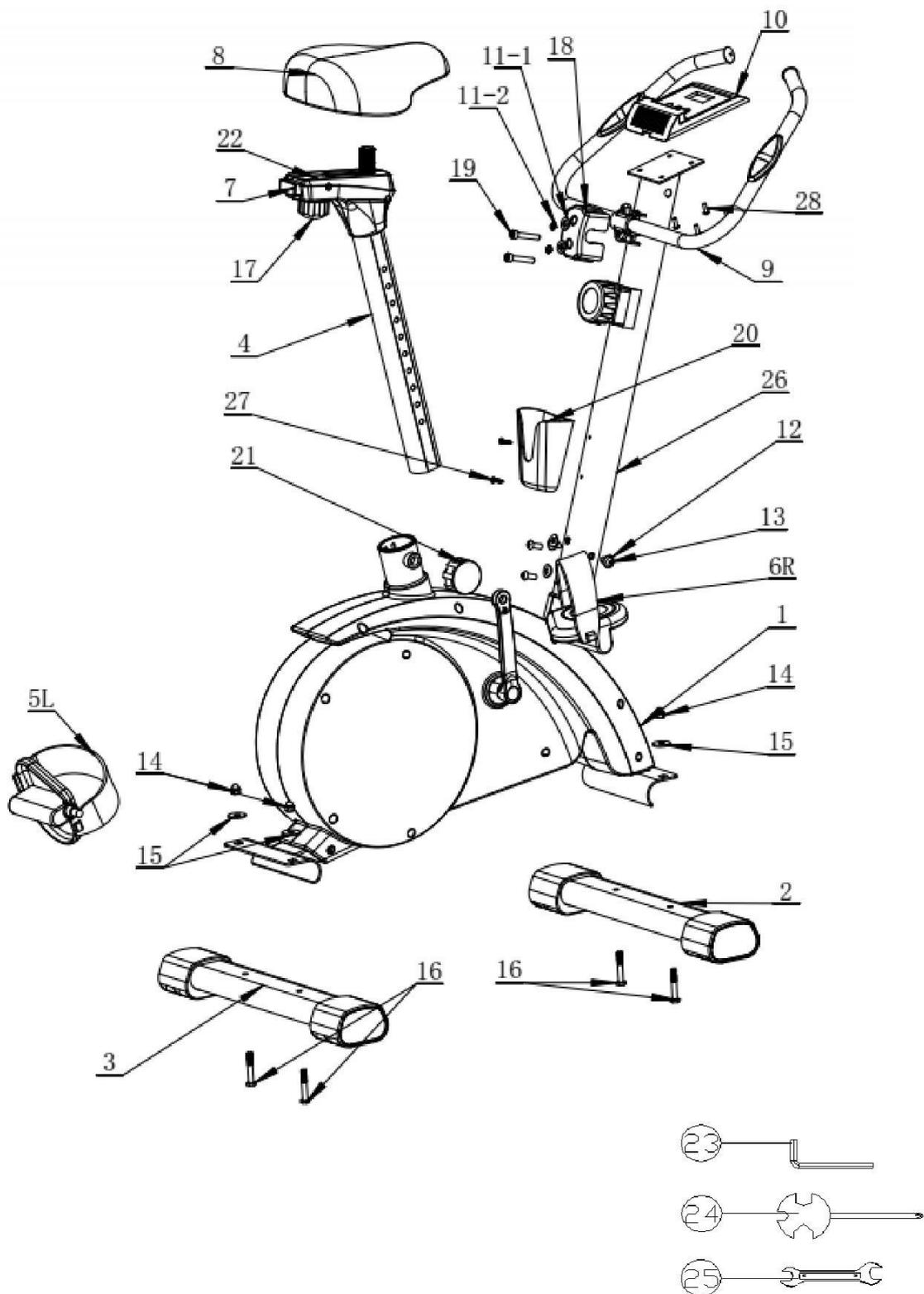
CUPRINS

INSTRUCTIUNI DE SIGURANTA.....	3
VEDERE DESFASURATA	4
LISTA COMPONENTE.....	5
INSTRUCTIUNI DE ASAMBLARE.....	6
OPERARE CALCULATOR	10
MENTENANTA	11
EXERCITII	12
DEPANARE.....	13

Instructiuni de siguranta – Cititi toate instructiunile inainte de a folosi bicicleta!

1. Conform instructiunilor de asamblare, folositi doar piese originale pentru a asambla produsul corect. Inainte de asamblare, verificati daca toate componentele din cutie sunt complete si in buna conditie.
2. Inainte de antrenament verificati daca toate piesele sunt bine stranse.
3. Asezati bicicleta pe o suprafata dreapta si solida.
4. Va recomandam sa asezati un covoras de protectie sub bicicleta pentru a proteja podeaua.
5. Cand va antrenati, lasati un spatiu liber de cel putin 0.5 m in jurul bicicletei.
6. Utilizati uneltele furnizate impreuna cu produsul pentru asamblare. Dupa exercitiu, stergeti transpiratia de pe bicicleta.
7. Antrenarea incorecta sau exagerata poate dauna sanatatii dvs. Inainte de a incepe orice program de antrenament, consultati medicul. Nu va antrenati niciodata imediat dupa ce ati mancat. Bicicleta fitness Orion nu este potrivita pentru uz terapeutic.
8. Folositi bicicleta doar daca este intr-o stare buna de functionare.
9. Cand efectuati ajustari ale ghidonului/seii, tineti cont de pozitia maxima de ajustare si nu depasiti marcajele de pe cadru.
10. Este interzis ca mai multe persoane sa foloseasca bicicleta in acelasi timp.
11. In timpul exercitiului, folositi imbracaminte si incaltaminte sport. Imbracaminta nu trebuie sa fie prea larga, iar pantofii sport trebuie sa aiba talpa aderenta.
12. Daca va simtiti rau in timpul antrenamentului, opriti-va imediat si consultati medicul daca este necesar.
13. Bicicleta trebuie folosita doar in scopul pentru care a fost conceputa.
14. Copiii si persoanele cu dizabilitati pot folosi bicicleta doar in prezenta unui adult.
15. Aveti grija sa nu tineti mainile in apropierea partilor mobile.
16. Pentru a proteja mediul inconjurator, nu aruncati bateriile, duceti-le intr-un punct de colectare special.
17. Greutatea maxima a utilizatorului nu trebuie sa depaseasca 150 KG.

VEDERE DESFASURATA





Ø8 Saiba curbata



M8 Piulita



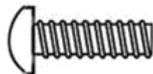
Ø8 Saiba plata



Saiba grower



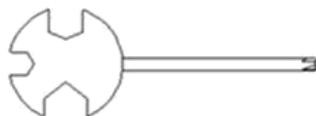
Surub M8*50

Surub hex.M8*16
Hexagon Screw

Surub

Surub M7*1.0
Screw

Cheie 13-15



Cheie multifunctionala



Cheie imbus

LISTA COMPONENTE

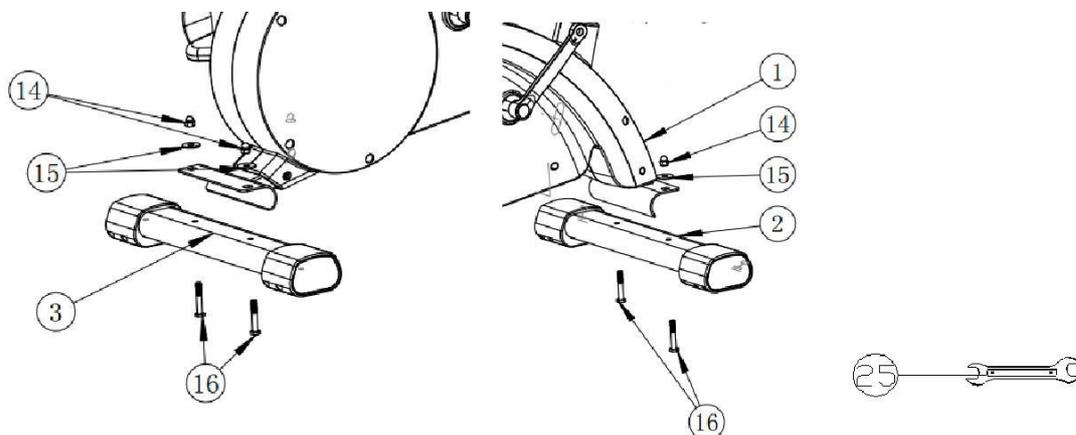
NR.	DENUMIRE	BUC.	NR.	DENUMIRE	BUC.
1	Cadru principal	1	15	Saiba plata Ø8	4
2	Stabilizator anterior	1	16	Surub M8*50	4
3	Stabilizator posterior	1	17	Rotita M10	1
4	Suport sa	1	18	Carcasa ghidon	1
5	Brat pedalier stang (L)	1	19	Surub M7*1.0	2
6	Brat pedalier drept (R)	1	20	Suport bidon apa	1
7	Tija orizontala	1	21	Rotita M16	1
8	Sa	1	22	Capac	1
9	Ghidon	1	23	Cheie imbus	2
10	Calculator	1	24	Cheie multifunctionala	1
11-1	Saiba plata Ø8	2	25	Cheie 13-15	2
11-2	Saiba grower	2	26	Suport ghidon	1
12	Saiba curbata Ø8	4	27	Surub	2
13	Surub hex.M8*16	4	28	Surub	2
14	Piulita M8	4			

INSTRUCTIUNI DE ASAMBLARE

Urmati cei 7 pasi de mai jos pentru a asambla bicicleta. Durata de timp este de aprox. 30 minute

PAS 1

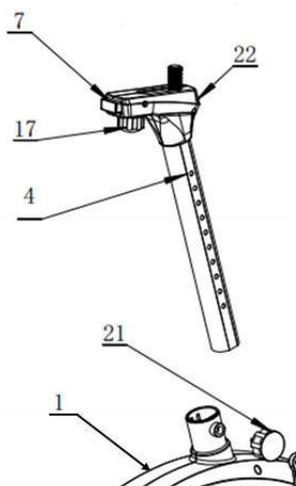
- Fixati stabilizatorul anterior (2) la cadrul principal (1) folosind 2 suruburi 2 X M8*50 (16), 2 saibe plate X Ø8 (15) si 2 piulite 2 X M8 (14) si strangeti-le cu ajutorul cheii 13-15 (25).
- Repetati pasul a. pentru a atasa stabilizatorul posterior (3) la cadrul principal (1).



PAS 2

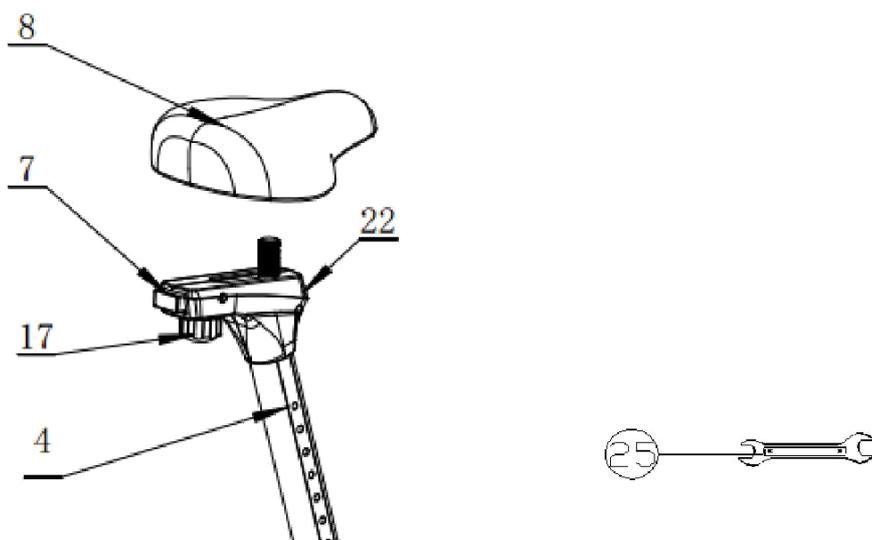
- Inserati suportul pentru sa (4) la tubul de pe cadrul principal (1).
- Ajustati suportul pentru sa (4) la inaltimea dorita si apoi strangeti folosind rotita M16 (21).
- Selectati pozitia dorita pe orizontala, apoi strangeti rotita M10 (17).

Nota. Tija orizontala (7) si capacul (22) sunt pre-asamblate la suportul pentru sa (4).



PAS 3

Fixati saua (8) la tija orizontala (7) si fixati folosind cheia multifunctionala 13-15 (25).



PAS 4

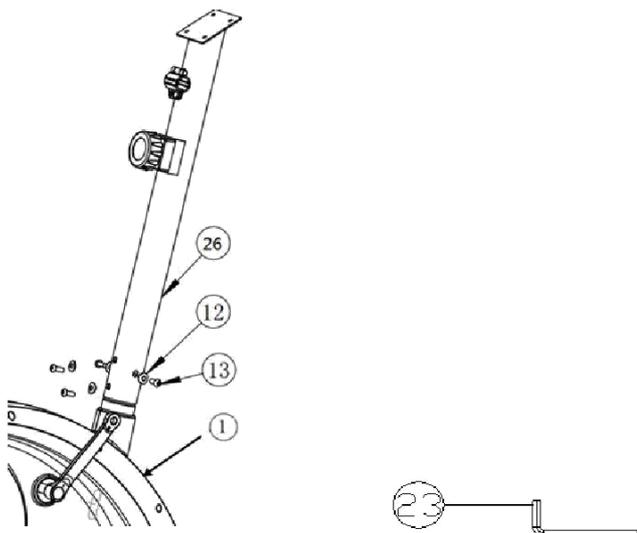
a. Înainte de fixarea suportului pentru ghidon (26), conectați cablurile de rezistență și cablurile senzorilor conform imaginilor de mai jos:

- (1)** Setati rotita de control a rezistentei la nivelul 8, astfel incat cablul de rezistență superior (A) sa fie cel mai lung.
- (2)** Inserati cablul de rezistență superior (A) in gaura (C) in mijlocul carligului inferior (B). Apoi trageți cablul de rezistență superior (A) pana ce capul metalic (D) se aseaza in gaura pentru blocare.
- (3)** Conectați cablul superior al senzorului (E) la cablul inferior al senzorului (F).



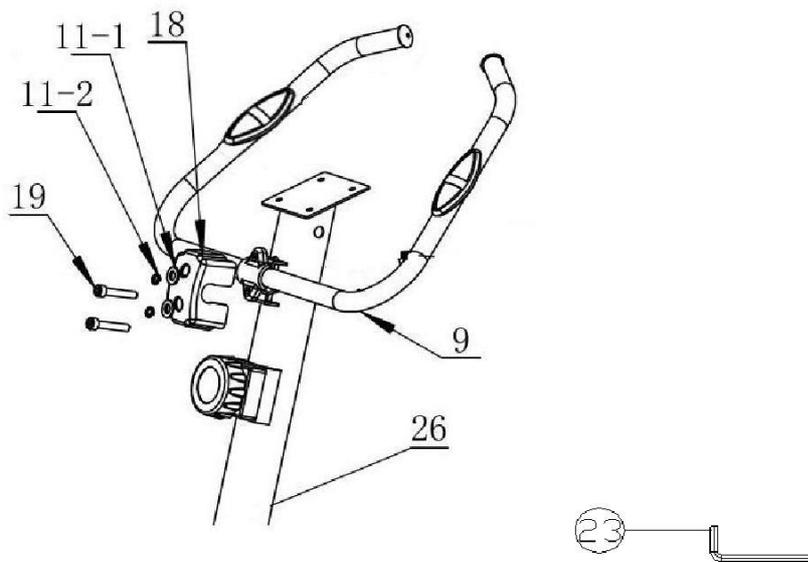
b. După ce ați conectat cablurile, inserați suportul pentru ghidon (26) la tubul frontal de pe cadrul principal (1), apoi strângeți cu 4 șaibe curbate Ø8 (12) și 4 șaibe hex. M8*16 (13) folosind cheia imbus (23).

A- cablu rezistență superior
B- carlig inferior
C- gaura carlig inferior
D- cap metalic
E- cablu senzor superior
F- cablu senzor inferior



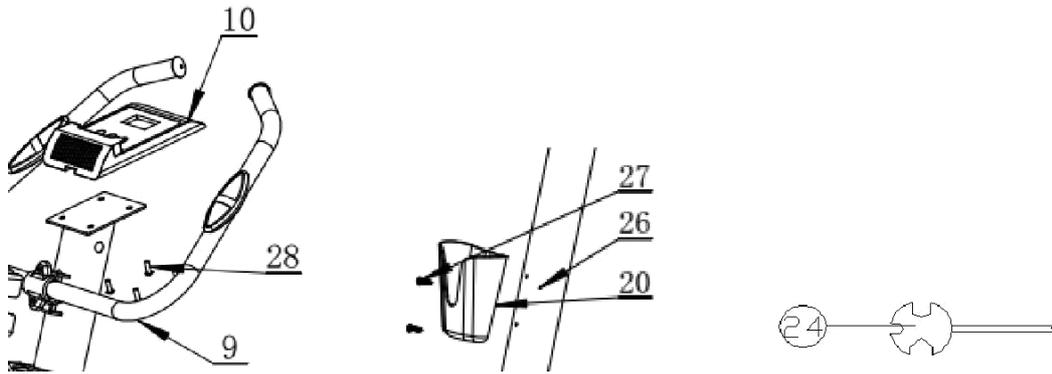
PAS 5

- a. Atasati ghidonul (9) la suportul pentru ghidon (26), apoi strangeti cu 2 suruburi M7*1.0 (19), 2 saibe grower (11-2) si 2 saibe plate Ø8 (11-1) folosind cheia imbus (23).
- b. Fixati capacul (18) pe ghidon (9).



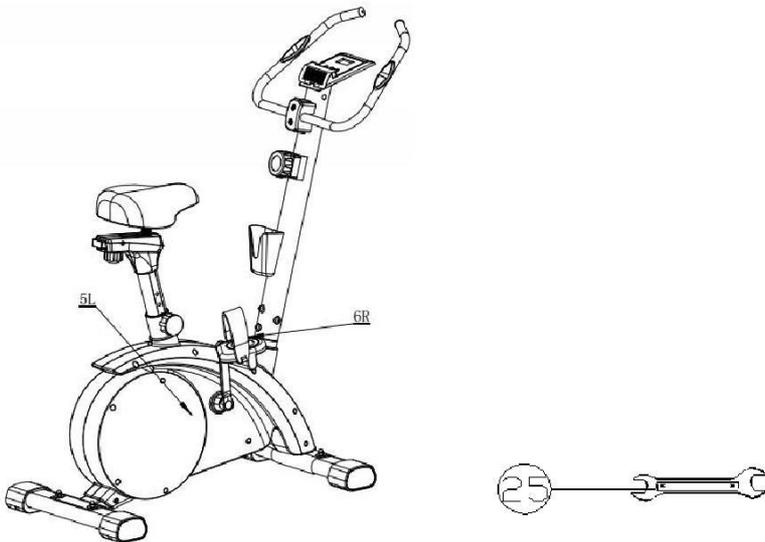
PAS 6

- a. Desfaceti cele 2 suruburi (28) pre-asamblate la calculator (10).
- b. Fixati calculatorul (10) la suport cu ajutorul a 2 suruburi (28) si folositi cheia multifunctionala pentru a le strange (24).
- c. Defaceti cele 2 suruburi pre-asamblate (27) la suportul pentru ghidon, apoi fixati suportul pentru bidonul de apa (20) si atasati-l folosind 2 cele suruburi desfacute anterior (27) apoi strangeti folosind surubelnita (24).



PAS 7

- a. Fixati ferm pedala stanga (5L) la bratul pedalier marcat cu (L) si rotiti-o in sens anti-orar folosind cheia 13-15 (25) pana cand se strange .
 - b. Fixati ferm pedala dreapta (6R) la bratul pedalier marcat cu (R) si rotiti-o in sens orar.
- In cazul nerespectarii instructiunilor de mai sus, puteti deteriora pedalele sau bratele pedaliere.



Important

Dupa finalizarea celor 7 pasi de asamblare este necesar sa verificati ca toate suruburile sa fie bine stranse inainte de a folosi bicicleta.

OPERARE CALCULATOR



SCAN	Scaneaza functiile- TIME, SPEED, DISTANCE, TOTAL DIST, CALORIES, PULSE
TIME	Afiseaza durata exercitiului.
SPEED	Afiseaza viteza curenta.
DISTANCE	Afiseaza distanta parcursa.
TOTAL DIST	Afiseaza distanta totala la sfarsitul antrenamentului.
CALORIES	Afiseaza calorile consumate.
PULSE	Afiseaza pulsul.

1. Pentru a folosi calculatorul aveti nevoie de 2 baterii 2AA.
2. Pentru a selecta functia dorita, apasati butonul MODE apoi alegeti functia.
3. Pentru a reseta calculatorul, tineti apasat butonul MODE timp de 5 secunde.
4. Calculatorul se stinge automat dupa 4 minute de inactivitate. Apasati orice tasta pentru a-l reporni.
5. Pentru ajustarea rezistentei, invaritati rotita de control inspre dreapta (rezistenta mare), sau stanga (rezistenta mica) .
6. In cazul in care calculatorul nu afiseaza corect, inlocuiti ambele baterii cu unele noi.
7. Pentru a deplasa bicicleta, ridicati bicicleta de la nivelul suportului pentru sa, apoi deplasti-o inainte.

MENTENANTA

Mentenanța regulă va prelungi durata de utilizare a bicicletei și va preveni accidentarea. Va recomandăm să urmați instrucțiunile de mai jos:

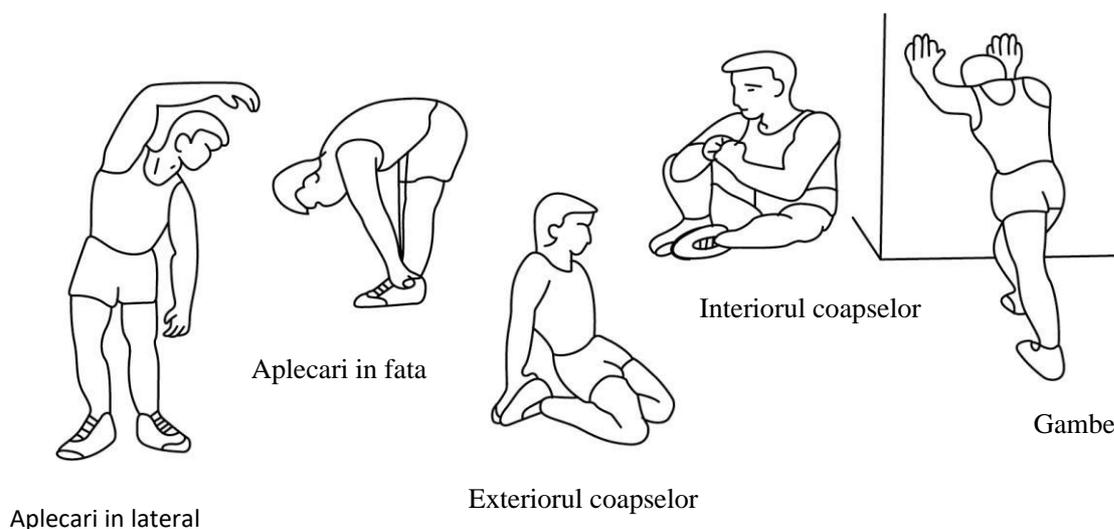
1. Curățați bicicletă cu o cârpă moale - asigurați-vă că este uscată. Nota: în timp, umezeala excesivă duce la coroziune.
2. Curățați ecranul calculatorului cu un spray special și o cârpă moale pentru a îndepărta praful sau amprentele. **Nota**, produsele chimice pot să distrugă stratul de protecție de la nivelul calculatorului și să deterioreze componentele.
3. Verificați stabilizatorul anterior și posterior de fiecare dată când folosiți bicicleta, pentru a vă asigura că bicicleta este stabilă pe podea.
4. Verificați înainte de fiecare utilizare dacă s-au slăbit suruburile, piulitele rotite de ajustare.
5. Nu aruncați bateriile uzate la gunoi! Duceți-le în centre de colectare speciale.
6. Pentru piese de schimb, contactați furnizorul.

EXERCITII

Efectuarea acestui ciclu de exerciții are numeroase beneficii: îmbunătățește condiția fizică, tonifică musculatura, ajută la slăbit, alături de o dietă controlată.

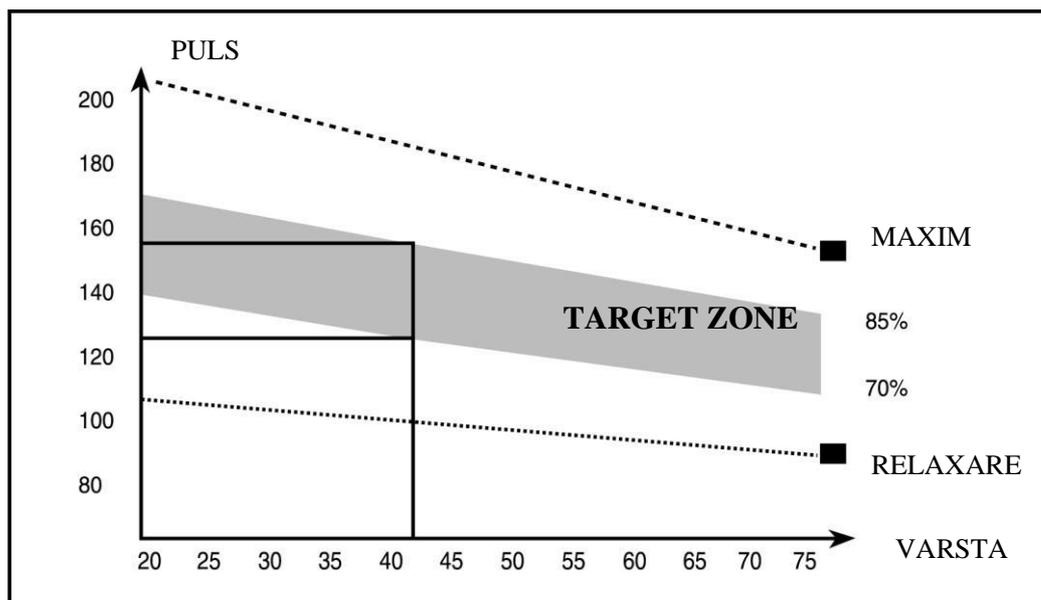
1. Faza de încălzire

Acest stadiu ajută la circulația sângelui în tot corpul, pentru a reduce riscul de accidentare musculară. Va recomandăm să efectuați câteva exerciții de întindere, precum cele mai jos. Fiecare exercițiu trebuie realizat cel puțin 30 secunde, dar nu forțați mușchii, dacă simțiți durere, opriți-vă.



2. Faza de exercitiu

Acest stadiu cuprinde exercitiul propriu zis, in care veti depune efort. Dupa o utilizare regulata a produsului, muschii picioarelor vor deveni mai flexibili. Este important sa mentineti un ritm constant pe toata durata exercitiului. Efortul trebuie sa va creasca pulsul astfel incat valoarea sa fie in zona tinta prezentata in graficul de mai jos.



DEPANARE

REF	PROBLEME	SOLUTII
1	Pedalele se misca prea rapid	<ol style="list-style-type: none">1. Mariti rezistenta la pedalare invartind rotita inspre dreapta.2. Incepeti sa pedalati mai usor.3. Invertiti rotita de control inspre dreapta, pana ce simtiti o rezistenta la pedalare.
2	Bicicleta nu este stabila	<ol style="list-style-type: none">1. Ajustati cele 2 stabilizatoare pana cand bicicleta este stabila.2. Miscati bicicleta pentru a verifica daca este stabila.
3	Ghidonul se misca	Strangeti maneta de blocare a ghidonului.
4	Nu ajungeti la pedale	<ol style="list-style-type: none">1. Ajustati inaltimea seii prin desfacerea rotitei de reglare.2. Sautu trebuie ridicata pana ajunge la nivelul soldului utilizatorului.3. Repetati pasul 1 si pasul 2 pana cand picioarele dvs. ajung la pedale confortabil, iar genunchii sunt usor indoiti.
5	Calculatorul nu functioneaza	<ol style="list-style-type: none">1. Scoateti calculatorul din suport.2. Verificati daca bateriile sunt introduse corect.3. Verificati daca calculatorul functioneaza.4. Daca nu, reconectati cablul de la calculator.5. Verificati daca calculatorul functioneaza.6. Daca nu, inlocuiti bateriile.7. Daca nu functioneaza calculatorul, contactati furnizorul.



Importator si Distribuitor in Uniunea Europeana

SC SPORT BRANDS DISTRIBUTION SRL

Str. Apuseni nr.1, Deva, jud. Hunedoara, Tel: +40354 88 22 22

email: comenzi@sport-mag.ro

Web: www.sport-mag.ro