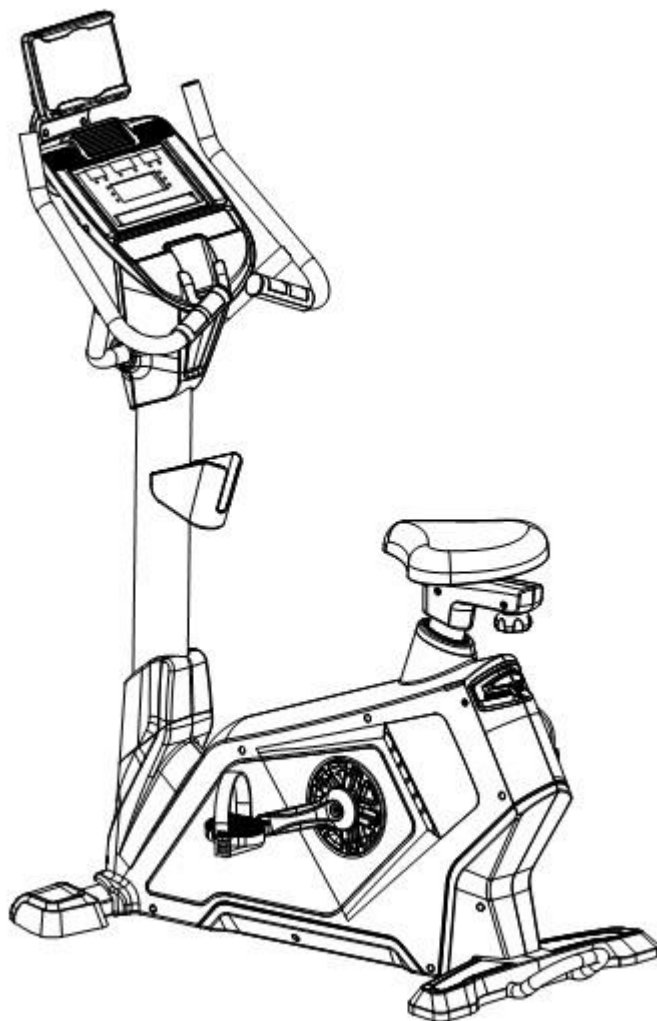




**MANUAL DE UTILIZARE – RO**  
**IN 20218 Bicicletă Fitness inSPORTline Moriston UB**



## CONȚINUT

INSTRUCȚIUNI DE SIGURANȚĂ.....	3
INFORMAȚII IMPORTANTE .....	4
DESCRIERE PRODUS .....	5
PRAMETRI TEHNICI .....	5
ASAMBLARE .....	6
CONSOLĂ.....	13
UZ.....	15
INSTRUCȚIUNI DE EXERCITII .....	16
POSTURA CORECTĂ A CORPULUI .....	17
MENTENANȚĂ.....	17
DEPOZITARE .....	17
INFORMAȚII IMPORTANTE .....	17
PROTECȚIA MEDIULUI.....	17
DIAGRAMĂ .....	18
LISTA DE PIESE.....	19

## INSTRUCȚIUNI DE SIGURANȚĂ

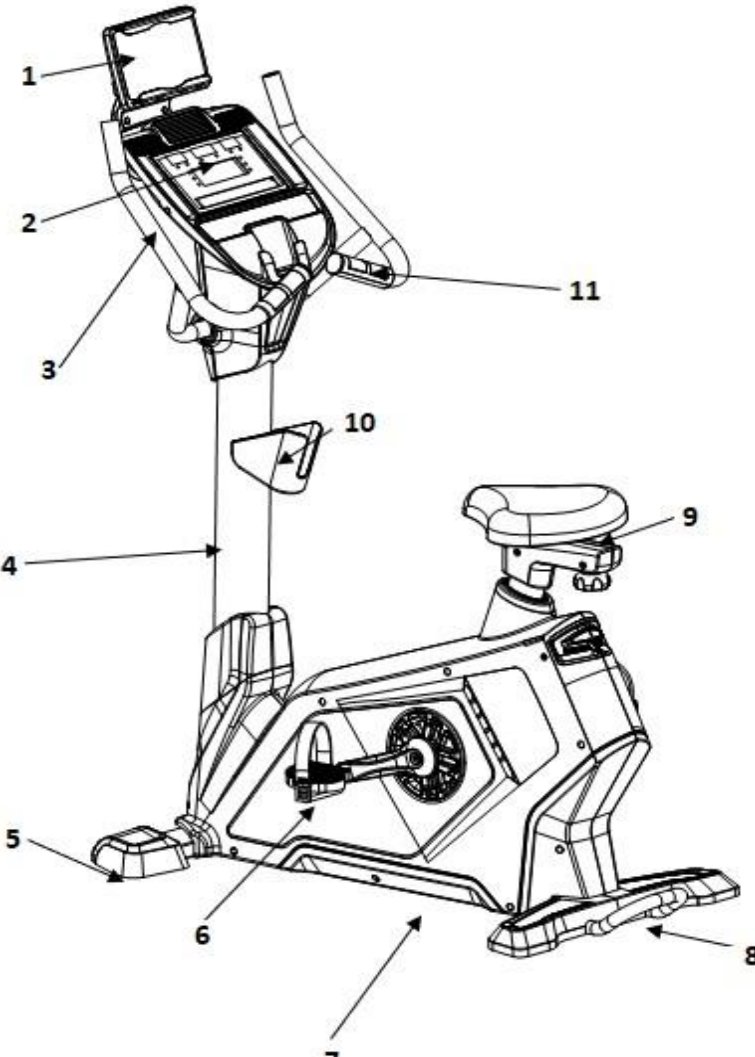
- Pentru a asigura cea mai bună siguranță a aparatului, verificați-l în mod regulat pe daune și piese uzate.
- Dacă transmiteți acest aparat unei alte persoane sau dacă permiteți altei persoane să îl folosească, asigurați-vă că acea persoană este familiarizată cu conținutul și instrucțiunile din acest manual.
- Doar o singură persoană trebuie să folosească aparatul în timpul unui antrenament.
- Înainte de utilizare asigurați-vă în mod regulat că toate șuruburile, piulițele și articulații sunt strânse corespunzător și bine așezate.
- Înainte de a începe antrenamentul, îndepărtați toate obiectele cu muchii ascuțite din jurul aparatului.
- Folosiți aparatul pentru antrenament doar dacă funcționează perfect.
- Orice piesă spartă, uzată sau defectă trebuie înlocuită imediat și aparatul nu trebuie să mai fie utilizat până când nu a fost întreținut și reparat în mod corespunzător.
- Părinții și alte persoane de supraveghere ar trebui să fie conștienți de responsabilitatea lor, din cauza situațiilor care pot apărea pentru care aparatul nu a fost proiectat și care poate apărea din cauza instinctului de joc natural al copiilor și interesul de a experimenta.
- Dacă permiteți copiilor să folosească acest aparat, asigurați-vă că luați în considerare și evaluați condiția și dezvoltarea lor mentală și fizică și mai ales temperamentul lor. Copiii ar trebui să utilizeze aparatul numai sub supravegherea adulților și să fie instruiți cu privire la utilizarea corectă a acestuia. Aparatul nu este o jucărie.
- Asigurați-vă că există suficient spațiu liber în jurul aparatului când îl configurați un minim de 0,6 m
- Pentru a evita posibilele accidente, nu permiteți copiilor să se apropie de aparat fără supraveghere, deoarece îl pot folosi într-un mod pentru care nu este destinat datorită instinctului lor natural de joc și a interesului de a experimenta.
- Rețineți că exercițiile necorespunzătoare și excesive poate fi dăunătoare sănătății dumneavoastră.
- Vă rugăm să rețineți că pârgھیile și alte mecanisme de ajustare nu trebuie să proemineze în zona de mișcare în timpul antrenamentului.
- Nicio parte reglabilă nu poate proemina și limita mișcarea utilizatorului
- Atunci când montați aparatul, vă rugăm să vă asigurați că aparatul este în picioare într-un mod stabil și că eventualele denivelări ale podelei sunt uniformizate.
- Purtați întotdeauna îmbrăcăminte și încălțăminte potrivite pentru antrenamentul dumneavoastră. Hainele trebuie să fie proiectate într-un mod astfel încât să nu se prindă în nicio parte a aparatului în timpul antrenamentului datorită formei lor (de exemplu, lungimea). Asigurați-vă că purtați încălțăminte adecvate pentru antrenament, care susțin ferm picioarele și care sunt prevăzute cu o talpă antiderapantă.
- Be sure to consult a physician before you start any exercise program. He may give you proper hints and advice with respect to the individual intensity of stress for you as well as to your work-out and sensible eating habits. Asigurați-vă că consultați un medic înainte de a începe orice program de exerciții. El vă poate oferi sfaturi corespunzătoare cu privire la intensitatea individuală a antrenamentului pentru dvs., precum și la obiceiurile de mâncare.
- **Greutatea maximă a utilizatorului:** 150 kg
- **Categorie:** SC pentru uz profesional și comercial

## INFORMAȚII IMPORTANTE

- Asamblați aparatul conform instrucțiunilor de asamblare și asigurați-vă că folosiți numai elementele structurale furnizate cu acesta și proiectate pentru acesta. Înainte de asamblare, asigurați-vă că conținutul livrării este complet, făcând referire la lista de piese din ansamblu și instrucțiunile de montare.
- Asigurați-vă că puneți aparatul într-un loc uscat și egal și protejați-l întotdeauna de umiditate. Dacă doriți să protejați locul în special împotriva punctelor de presiune, contaminare etc., este recomandat să puneți un covoraș antiderapantă sub acesta.
- Regula generală este aceea că exercițiile și dispozitivele de antrenament nu sunt jucării. Prin urmare, acestea trebuie utilizate numai de către persoane instruite corespunzător.
- Opriți-vă imediat antrenamentul în caz de amețeli, greață, dureri în piept sau orice alte simptome fizice. În caz de îndoială, consultați imediat medicul.
- Copiii, persoanele cu handicap ar trebui să utilizeze aparatul numai sub supraveghere și în prezența unei alte persoane care poate oferi sprijin și instrucțiuni utile.
- Asigurați-vă că părțile corpului dvs. și cele ale altor persoane nu sunt niciodată aproape de nicio parte în mișcare a aparatului în timpul utilizării acestuia.
- Când reglați piesele ajustabile, asigurați-vă că acestea sunt reglate în mod corespunzător și rețineți poziția marcată, de reglare maximă, de exemplu, suportul șa.
- Nu faceți exerciții imediat după mese așteptați cel puțin 40 de minute!

**AVERTIZARE! Este posibil ca un sistem de monitorizare a ritmului cardiac să nu fie exact. Supraîncărcarea în timpul antrenamentului poate provoca vătămări grave sau moarte. Dacă simțiți un disconfort, opriți imediat exercițiul!**

## DESCRIERE PRODUS

	1. Suport tabletă
	2. Consolă
	3. Mânere
	4. Postament de mijloc
	5. Stabilizator frontal
	6. Pedala (L-stânga)
	7. Cadrul principal
	8. Stabilizator posterior
	9. Șa
	10. Suport sticlă
	11. Senzori de puls

## PRAMETRI TEHNICI

Dimensiuni	1200 x 590 x 1510 mm
Greutatea maximă a utilizatorului	150 kg
Raportul de viteză	308: 30
Volantă	Auto-alimentată, O singură direcție, $\Phi 245/15$ kg
Setări de rezistență	0–20

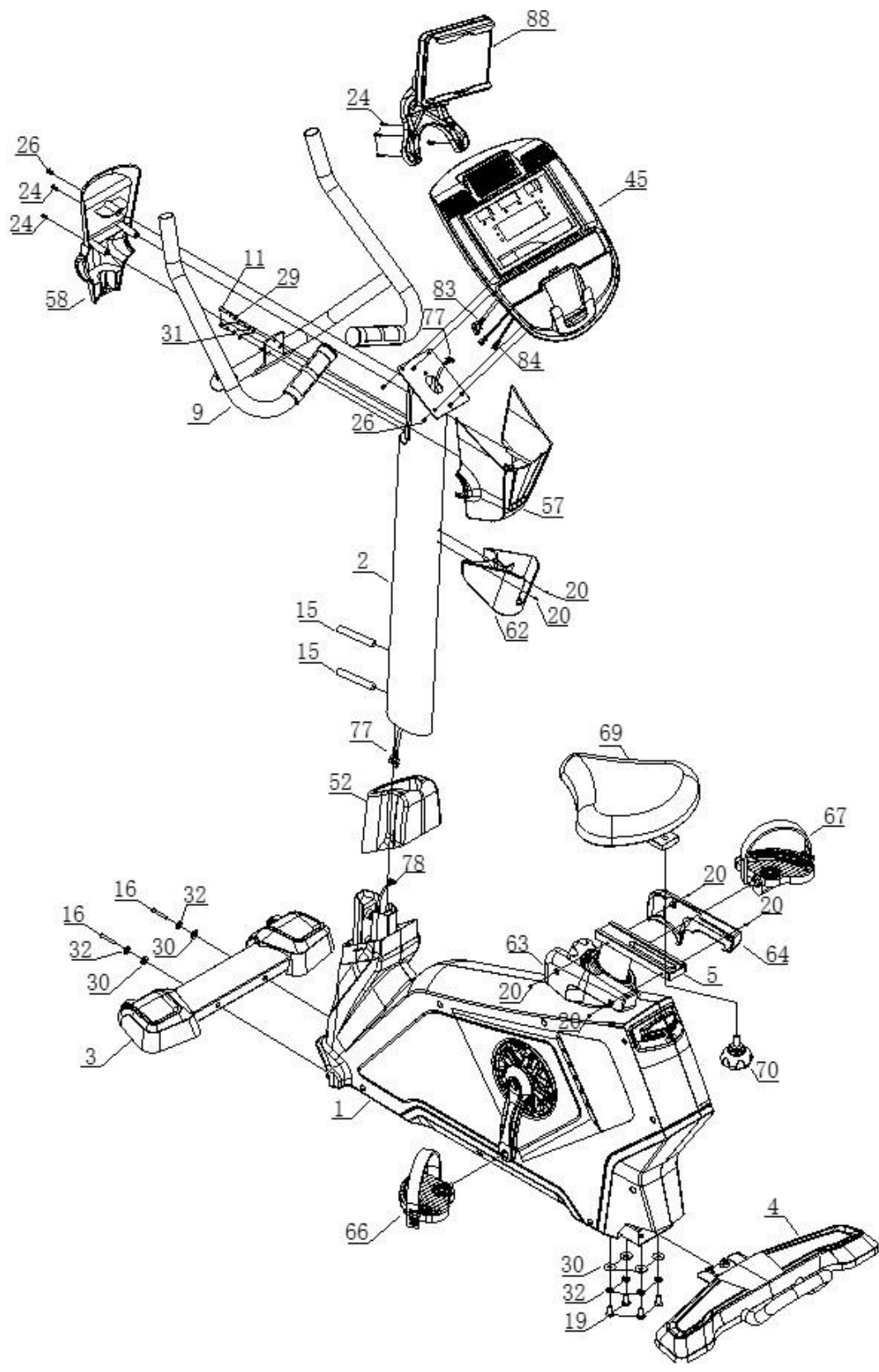
## ASAMBLARE

### PREGĂTIRE

Nr.	Nume	Specificații	Can.
11	Șurub cu cap inbus	M8x20	3
15	Șurub cu cap inbus	M12x70	2
16	Șurub cu cap inbus	M10x110x20	2
19	Șurub cu cap inbus	M10x45	4
20	Șurub	M4x10	6
24	Șurub	ST4x16	7
26	Șurub	M5x15	5
29	Șaibă	Φ8	3
30	Șaibă	Φ10	6
31	Șaibă	Φ8	3
32	Șaibă	Φ10	6
	Cheie	6x66x140	1
	Cheie	t4.0x110x32	1
	Cheie	14x17x75	1

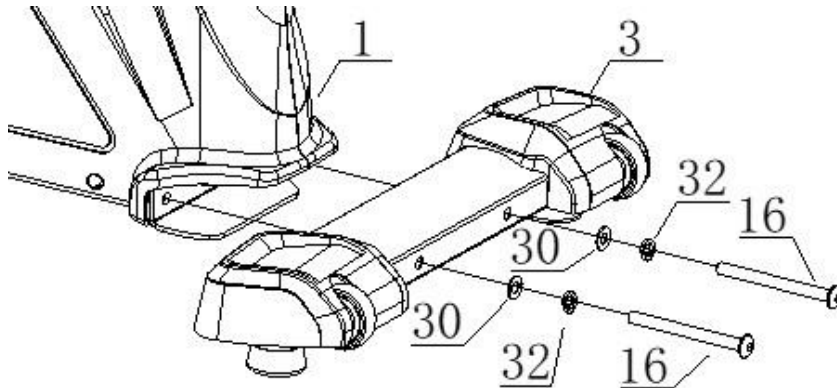
Pregătiți toate piesele și sculele într-un loc liber și curat.

Urmați fiecare pas cu grijă.



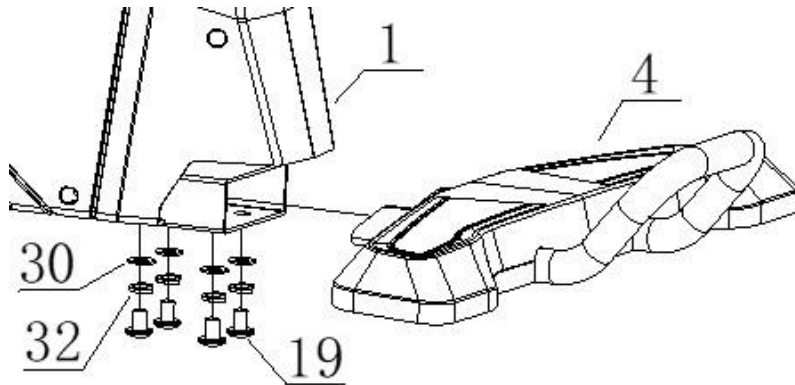
### PASUL 1

Montați stabilizatorul frontal (3) la cadrul principal (1) folosind șaibe plate (30), șaibe elastice (32), și șuruburi (16).



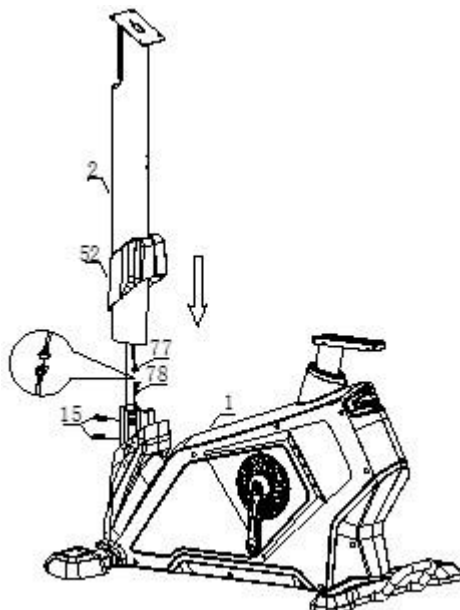
### PASUL 2

Montați stabilizatorul posterior (4) la cadrul principal (1) folosind șaibe plate (30), șaibe elastice (32) și șuruburi (19).



### PASUL 3

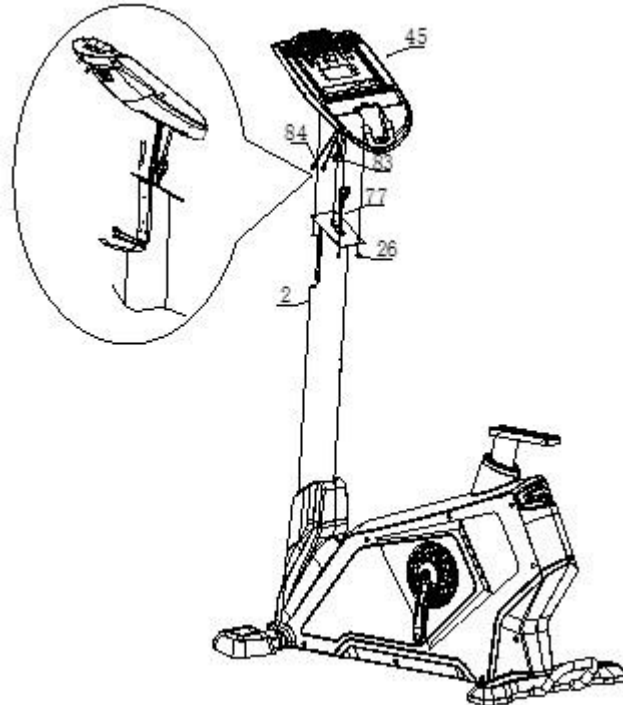
Demontați șuruburile (15) de pe cadrul principal. Conectați cablul din postamentul de mijloc (77) la cablul (78) din cadrul principal. Montați capacul (52) la postamentul de mijloc (2) după care montați postamentul de mijloc (2) la cadrul principal (1) cu șuruburile demontate mai sus (15).





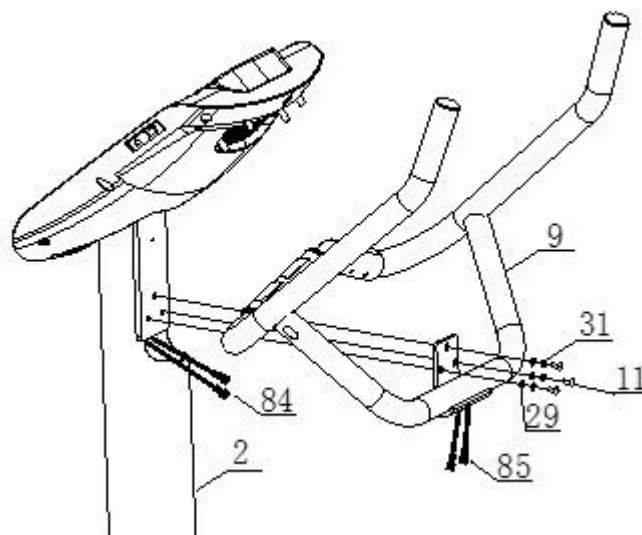
#### PASUL 4

Conectați cablul (77) cu cablul din consolă (84). Trageți cablurile de senzori de puls din consolă (84) prin partea de sus a postamentului de mijloc. Montați consola (45) la postamentul de mijloc (2) cu șuruburi (26).



#### PASUL 5

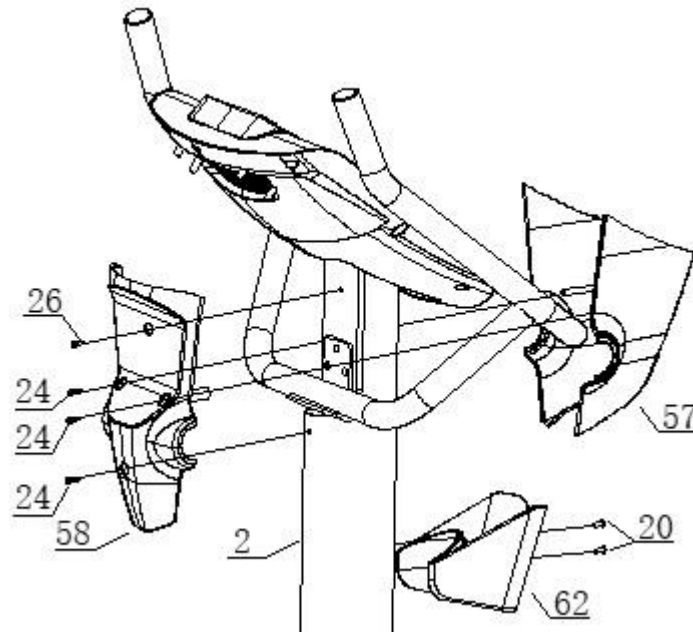
Conectați cablurile de puls din consolă (84) cu cablurile de puls din mânere (85). Montați mânerul (9) la postamentul de mijloc (2) folosind șaibe (29), șaibe elastice (31) și șuruburi (11).



## PASUL 6

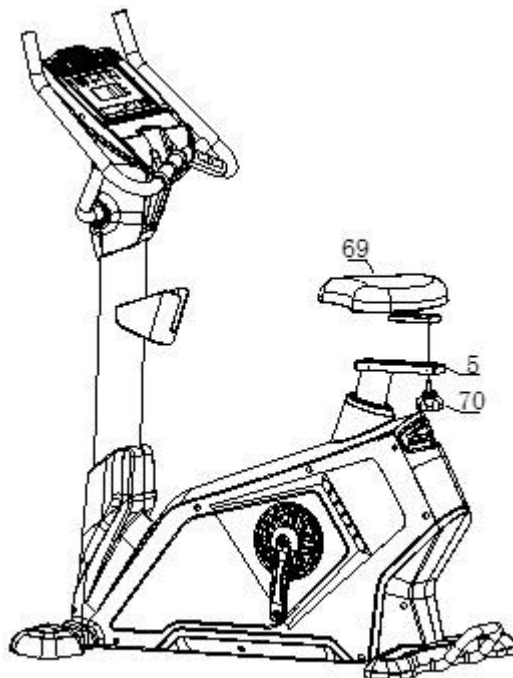
Montați capacul de mână frontal (57) și capacul de mână posterior (58) la postamentul de mijloc (2) cu șuruburi (24 și 26).

Montați suportul de sticle (62) la postamentul de mijloc (2) folosind șuruburi (20).



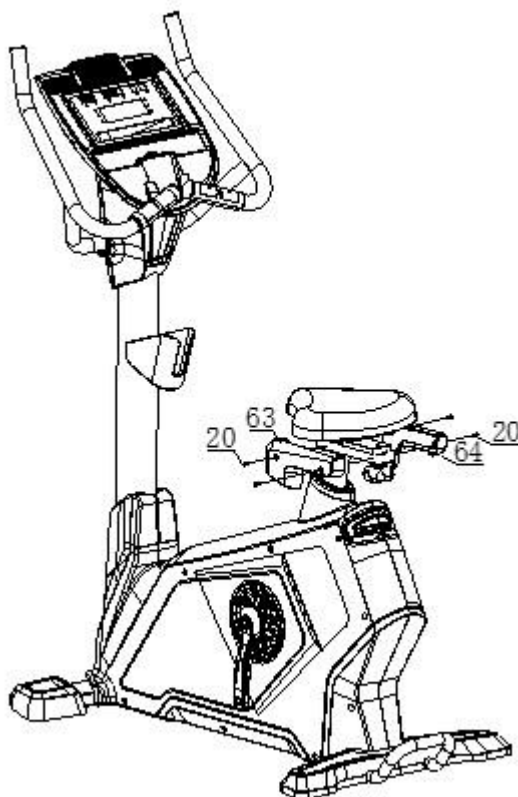
## PASUL 7

Montați șaua (69) la postamentul de șă (5) folosind șurubul de ajustare (70).



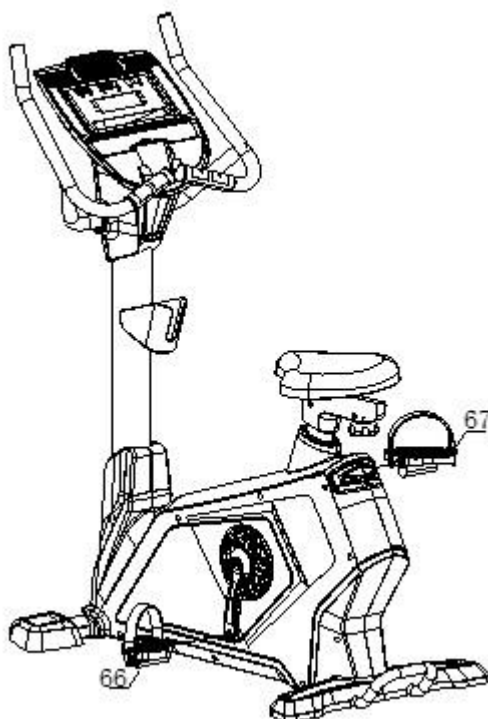
### PASUL 8

Montați capacul de șa L(stânga) (63) și capacul de șa R(dreapta) (64) la postamentul de șa (5) cu șuruburi (20).



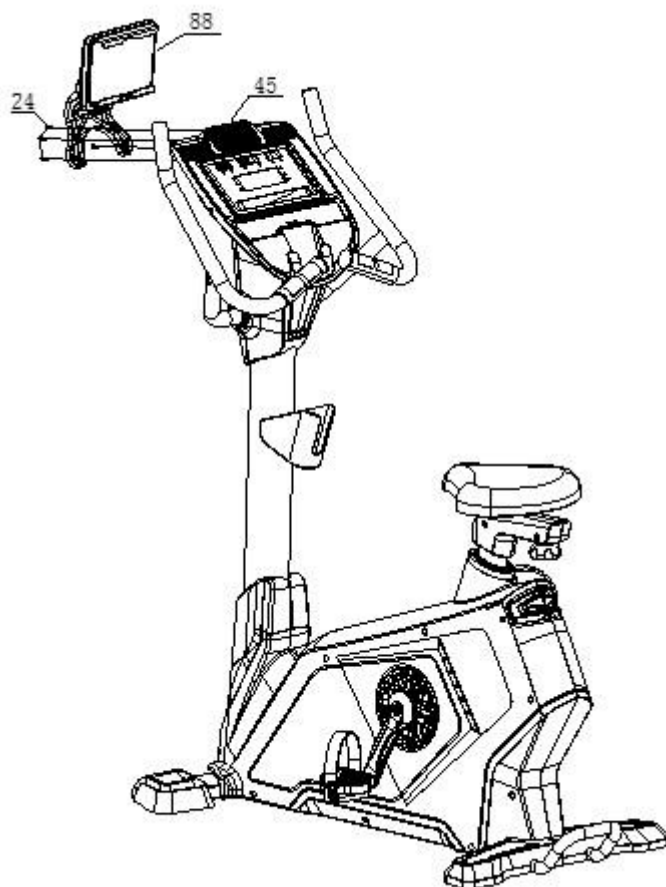
### PASUL 9

Montați pedala L(stânga) (66) și pedala R(dreapta) (67) la cadrul principal (1).

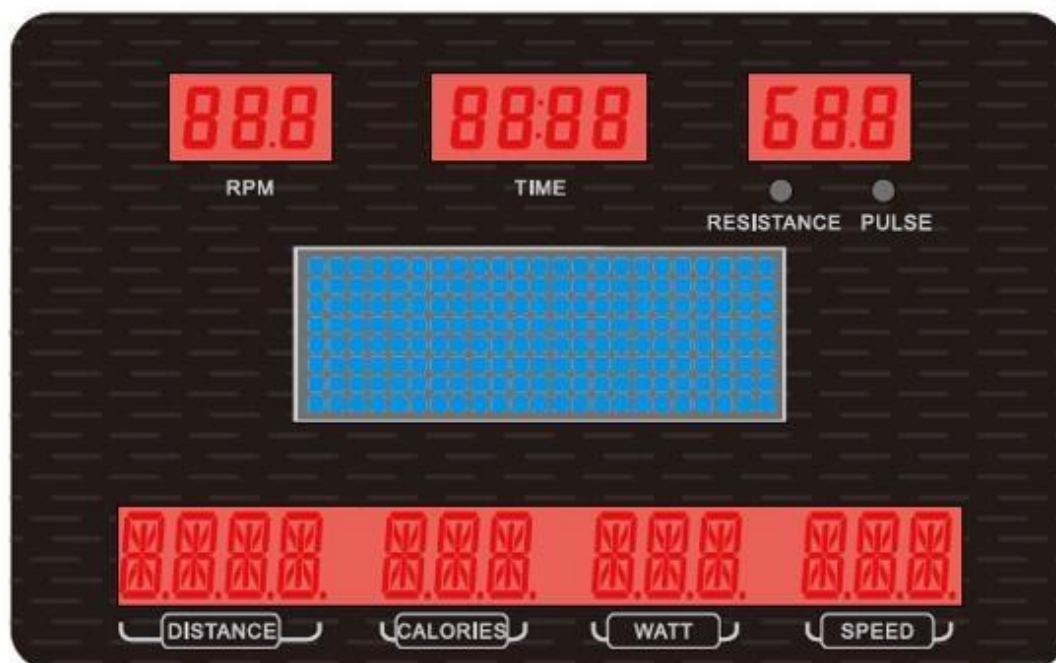


## PASUL 10

Montați suportul de tabletă (88) la consola (45) și prindeți-l cu șuruburi (24).



## CONSOLĂ



### BUTOANE

<b>START / STOP</b>	Porniți sau opriți programul
<b>RESET</b>	Apăsați ca să vă întoarceți în meniul principal când programul este pus pe pauză Țineți apăsat pentru 5 secunde pentru a reseta sistemul Apăsați pentru a vă întoarce la valoarea anterioară în meniul de setări
<b>MODE</b>	Apăsați pentru a ajusta sau seta valoarea Apăsați pentru a schimba datele afișate în timpul programului
<b>RESISTANCE + / -</b>	Apăsați pentru a mări sau a mici valoarea, țineți apăsat pentru a merge mai repede În timpul unui program, puteți mări sau mici valoarea cu 1 nivel
<b>PROGRAM</b>	Selectați un program în modul standby
<b>RECOVERY</b>	Test ritm cardiac
<b>BODY FAT</b>	Test body fat (indice masă corporală)
<b>FAN KEY</b>	Pentru pornirea sau oprirea ventilatorului

## DISPLAY

<b>TIME</b>	Afișează: 0:00–99:99, setabil: 0:00 – 99:00 min
<b>DISTANCE</b>	Afișează: 0.0–99.99, setabil: 0,0 – 99,99 km
<b>CALORIES</b>	Afișează: 0–999 Cal, setabil: 0-999 Cal
<b>SPEED</b>	Afișează: 0,0–99,9 Km/h, mil/h
<b>RESISTANCE LEVEL</b>	Setabil 1–20
<b>PULSE</b>	Afișează: 40–220
<b>WEIGHT</b>	Setabil 30–150 kg, valoare implicită de 70 kg pentru sistemul metric Setabil 40–400 livră, valoare implicită de 155 livre pentru sistemul imperial
<b>HEIGHT</b>	Setabil 90–210 cm
<b>AGE</b>	Setabil 10–99
<b>RPM</b>	Setabil 0–999

### Pornire

Când este pornită, un semnal sonor se va auzi, și toate informațiile vor fi afișate timp de 2 secunde. SPEED(viteză) afișează viteza medie a volantei, TIME(timpul) afișează timpul total, DISTANCE(distanța) afișează distanța totală. După care intră în modul standby.

### Modul Standby

În modul standby, apăsați butonul START / STOP pentru a porni programul rapid. Consola va stoca datele.

Pentru a porni programul, apăsați pe butonul PROGRAM.

### SELECȚIE PROGRAM

În modul standby, apăsați butonul PROGRAM, apoi selectați unul din programe: MANUAL, PROGRAM / USER, PROGRAM / HRC. Apăsați pe butonul MODE pentru a confirma.

### MODUL MANUAL

Apăsați butonul PROGRAM în meniul principal pentru a selecta MANUAL MODE (fereastra RPM va afișa P00). Apăsați butonul START pentru a porni programul sau apăsați pe butonul MODE și butoanele +/- RESISTANCE pentru a seta AGE(vârsta), WEIGHT(greutatea), TIME(timpul), DISTANCE(distanța), CALORY(caloriile). Apoi porniți programul cu butonul START / STOP. Consola va salva datele.

### MODUL PROGRAM UTILIZATOR

Apăsați butonul PROGRAM în meniul principal pentru a selecta USER PROGRAM MODE (fereastra RPM va afișa P01-P12). Selectați unul dintre programe și apăsați butonul START pentru a porni sau apăsați pe butonul MODE și butoanele +/- RESISTANCE pentru a seta AGE(vârsta), WEIGHT(greutatea), TIME(timpul), DISTANCE(distanța), CALORY(caloriile). Apoi porniți programul cu butonul START / STOP. Consola va salva datele.

### PROGRAM HRC

Apăsați butonul PROGRAM în mediul principal pentru a selecta HRC MODE (fereastra RPM va afișa H01 H03). Selectați unul dintre programe și apăsați butonul START pentru a porni sau apăsați pe butonul MODE și butoanele +/- RESISTANCE pentru a seta AGE(vârsta), WEIGHT(greutatea), TIME(timpul), THR(ritm cardiac țintă). Apoi porniți programul cu butonul START / STOP. Consola va salva datele.

## MODUL BODY FAT(INDICE MASĂ CORPORALĂ)

Apăsati butonul BODY FAT în mediul principal (fereastra MW afișează BODY FAT). Folosiți butonul MODE și butoanele +/- RESISTANCE pentru a seta AGE(vârsta), WEIGHT(greutatea), HEIGHT(înălțimea). Apoi porniți programul cu butonul START / STOP.

Țineți cu mâinile senzori de puls în timpul testului. Consola ca primi semnale de puls timp de 10 secunde. Apoi începe testul pentru 25 de secunde. Nici o altă funcție nu este afișată.

În fereastra TIME(timp) se va afișa o numărătoare inversă de 10 secunde, fereastra PULSE(puls) va afișa ritmul cardiac curent și fereastra MW va afișa TESTING(testare). Dacă consola înregistrează ritm cardiac timp de 10 secunde, testul va dura 25 de secunde. În fereastra TIME(timp) se va afișa numărătoare inversă 0:25, în fereastra PULSE(puls) se va afișa pulsul și în fereastra MW se va afișa BODY FAT(indice masă corporală).

Folosiți butonul BODY FAT pentru a vă întoarce în meniul principal după testare.

## PROGRAMUL RECUPERARE

Apăsati butonul RECOVERY pentru a porni RECOVERY MODE(modul recuperare). Consola primește semnale de puls timp de 10 secunde. Apoi începe testul timp de 60 de secunde. Nici o altă funcție nu este afișată. În fereastra TIME(timp) se va afișa o numărătoare inversă de 10 secunde, fereastra PULSE(puls) va afișa ritmul cardiac curent și fereastra MW va afișa TESTING(testare). Dacă consola înregistrează semnale de puls timp de 10 secunde, testul va dura 60 de secunde. În fereastra TIME(timp) se va afișa numărătoare inversă 0:60, în fereastra PULSE(puls) se va afișa pulsul și în fereastra MW se va afișa RECOVERY(recuperare).

După ce se gata numărătoare DM, FX va afișa FX (X = 1-6). Folosiți butonul RECOVERY pentru a vă întoarce în meniul principal după terminarea testului.

F1	Excelent
F2	Foarte bine
F3	Bine
F4	Mediu
F5	Slab
F6	Foarte slab

## UZ

Exercițiul pe bicicleta fitness se bazează pe mișcări foarte simple, dar cu siguranță te vei îndrăgosti de ele. Mulțumită simplității exercițiului de pe bicicleta fitness acesta poate fi efectuat de persoanele în vârstă. Înainte de exercițiu, este necesar să se ajusteze înălțimea la șa. Este important să stai confortabil. Șaua pentru biciclete trebuie să fie setată astfel încât să puteți ține mânerul în formă ergonomică atunci când stați. Nu trebuie să ai mâinile întinse complet. Vă puteți deteriora mușchii.

Pentru a vă asigura un exercițiu confortabil, puneți picioarele pe pedală. În zilele noastre, toate pedalele moderne sunt echipate cu curele pentru fixarea și stabilizarea piciorului. Este important ca piciorul să fie poziționat ferm și în siguranță în timpul exercițiului fizic.

Baza exercițiului pe bicicletă este că picioarele se mișcă pe o anumită cale eliptică. Această mișcare este foarte similară cu ciclismul. Când faci exerciții pe bicicletă, stai doar pe șa cu înălțimea potrivită, țineți picioarele ferm în pedale, țineți mânerul în formă ergonomică și faceți exerciții fizice.

Este indicat la început să alegeți o sarcină mai mică. Dacă faceți exerciții fizice la intervale regulate pe bicicletă, puteți crește treptat sarcina. Puteți crește încărcarea treptat peste o săptămână sau două săptămâni. Selectarea unei încărcături mari în timpul începerii antrenamentului poate duce la oboseală rapidă și leziuni musculare.

Atunci când faceți exerciții, este important să alegeți sarcina potrivită și ritmul potrivit. Încercați să îl păstrați pe tot parcursul exercițiului. Nu este recomandat să alegeți un ritm ridicat chiar de la început. Creșteți ritmul după aproximativ o săptămână de exerciții fizice regulate. Ritmul ridicat nu este egal cu arderea mai rapidă a calorilor. Arderea corectă a calorilor se reflectă într-un exercițiu adecvat și regulat. La începutul exercițiului, numărul de

calorii arse poate părea scăzut, dar exercițiul regulat și adecvat este cheia pentru obținerea celor mai bune rezultate.

Exercitarea pe bicicleta de antrenament duce și la formarea mușchilor. Este folosit în principal pentru întărirea mușchilor coapsei și a gambei. În timp ce faci exerciții pe bicicletă, îți miști și fesele.

Dacă doriți să vă antrenați corect, nu trebuie să uitați să respirați corect. O respirație corectă și regulată este recomandată în orice exercițiu. Este important să păstrați regulat inhalările profunde și expirațiile. O respirație regulată și corectă în timpul exercițiilor pe bicicleta fitness implică exercitarea intensă a mușchilor abdominali. Este indicat să faceți exerciții la 30-35 de minute după consumarea alimentelor. Nerespectarea acestui lucru poate duce la arderea a mai puține calorii, iar la persoanele mai vârstnice poate duce chiar la probleme digestive.

Pentru cele mai bune rezultate, ar trebui să luați în considerare și dieta dumneavoastră. Se recomandă să începeți ziua de mâncare cu ceva dulce și produse de patiserie sau muesli cu lapte. Pentru masă este recomandat să mânânci o masă mai bogată în calorii. Nu uita de ciorba. Seara, sunt recomandate mese ușoare. Dacă doriți să vă îmbunătățiți sănătatea, nu este doar un exercițiu obișnuit, ci o dietă întreagă.

Exercițiul cu bicicleta este un exercițiu eficient pentru toți oamenii ocupați. Exercițiul pe bicicleta fitness este eficient în întărirea mușchilor, în special a coapselor, a gambelor și a feselor. Exercitarea periodică poate duce la o siluetă mai subțire. Exercițiile fizice sunt recomandate nu doar ca antrenament de iarnă pentru bicicliști, ci și persoanelor care doresc să ardă excesul de calorii. Respirația regulată, exercițiile fizice regulate, ritmul rezonabil și dieta echilibrată pot duce la rezultatele dorite.

## INSTRUCȚIUNI DE EXERCIȚII

Această etapă ajută ca sângele să curgă în jurul corpului și mușchii să funcționeze corect. De asemenea, va reduce riscul de crampe și vătămări musculare. Este indicat să faceți câteva exerciții de întindere, așa cum se arată mai jos. Fiecare întindere trebuie menținută timp de aproximativ 30 de secunde, nu vă forțați mușchii într-o întindere. Dacă vă doare **OPRIȚIVĂ**.



### Aplecări frontale

Înclinați-vă încet spatele de șolduri. Ține-ți spatele și brațele relaxate în timp ce te întinzi în jos până la degetele de la picioare. Faceți-l cât puteți și mențineți poziția timp de 15 secunde. Îndoți-vă ușor genunchii.



### Întinderi cvadricepși

Sprrijiniți-vă de un perete cu o mână. Duceți mâna în jos și în spatele tău. Ridicați piciorul drept sau stânga spre fesă cât mai sus. Prindeți cu mâna piciorul și păstrați timp de 30 de secunde poziția și repetați de două ori pentru fiecare picior.



### Întinderi mușchii pulpei

Stai și întinde piciorul drept. Sprrijiniți talpa piciorului stâng de interiorul dreptului. Întindeți brațul drept de-a lungul piciorului drept, cât puteți. Țineți timp de 15 secunde și relaxați-vă. Repetați același proces cu piciorul stâng și brațul stâng.



### Întinderi coapse interioare

Stați pe podea și așezați-vă picioarele talpă pe talpă. Genunchii sunt orientați spre exterior. Trageți-vă picioarele cât mai aproape de inghinal. Apăsăți genunchii cu atenție în jos. Păstrați această poziție timp de 30-40 de secunde, dacă este posibil.



### Întinderi gambe și tendonul lui Achilles

Sprrijiniți-vă de un perete cu piciorul stâng în fața celui drept și brațele înainte. Întinde piciorul drept și ține piciorul stâng pe podea. Îndoiaie piciorul stâng și apleacă-te înainte mișcând șoldul drept în direcția peretelui. Mențineți poziția timp de 30-40 de secunde. Păstrați piciorul întins și repetați exercițiile fizice cu celălalt picior.



## POSTURA CORECTĂ A CORPULUI

Când te antrenezi, menține-ți corpul în poziție verticală sau poți să îți lași mâna pe antebrațe. În timpul pedalării, nu trebuie să aveți picioarele complet întinse. Genunchii trebuie să fie ușor aplecați atunci când apăsați complet în jos pe pedală. Țineți-vă capul drept cu coloana vertebrală pentru a minimiza durerea mușchilor cervicali și a musculaturii superioare a spatelui. Exersați întotdeauna fluent și ritmic.

## MENTENANȚĂ

- La asamblare, strângeți toate șuruburile și reglați bicicleta în poziția orizontală.
- Verificați șuruburile după 10 ore de folosință.
- Stergeți transpirația de pe aparat după fiecare exercițiu. Curățați aparatul cu o cârpă moale și un agent de curățare non-agresiv. Nu folosiți solvenți sau agenți de curățare agresivi pe părțile din plastic.
- Când nivelul de zgomot este mare, este necesar să verificați toate îmbinările și șuruburile și să le strângeți dacă este nevoie.
- Plasați produsul într-o camera curată, uscată și bine ventilată.
- Nu expuneți aparatul la lumina directă a soarelui.

## DEPOZITARE

Păstrați bicicleta de antrenament într-un mediu curat și uscat. Asigurați-vă că întrerupătorul de alimentare este oprit și bicicleta de exercițiu nu este conectată la priza electrică.

## INFORMAȚII IMPORTANTE

- Această bicicletă de antrenament este prevăzută cu reglementări standard de siguranță și este potrivită numai pentru uz casnic. Orice altă utilizare este interzisă și poate fi periculoasă pentru utilizatori. Nu suntem responsabili pentru nicio vătămare cauzată de utilizarea necorespunzătoare și interzisă a acesteia.
- Consultați medicul înainte de a începe antrenamentul pe bicicleta fitness. Medicul dumneavoastră ar trebui să evalueze dacă sunteți apt pentru a utiliza aparatul și cât de mult efort puteți face. Antrenarea incorectă sau schimbarea bruscă a poziției corpului vă poate dăuna sănătății.
- Citiți cu atenție următoarele sfaturi și exerciții. Dacă aveți dureri, greață, respirație sau alte probleme de sănătate în timpul exercițiului fizic, opriți imediat exercițiul. Dacă durerea persistă, contactați imediat medicul.
- Această bicicletă nu este adecvată în scopuri profesionale sau medicale. De asemenea, nu poate fi utilizat în scopuri de recuperare.
- Monitorul de ritm cardiac nu este un dispozitiv medical. Acesta oferă numai informații aproximative despre frecvența cardiacă medie și orice frecvență de puls sugerată nu este obligatorie medical. Datele acumulate pot să nu fie întotdeauna corecte cu privire la factorii umani și de mediu incontrollabili.

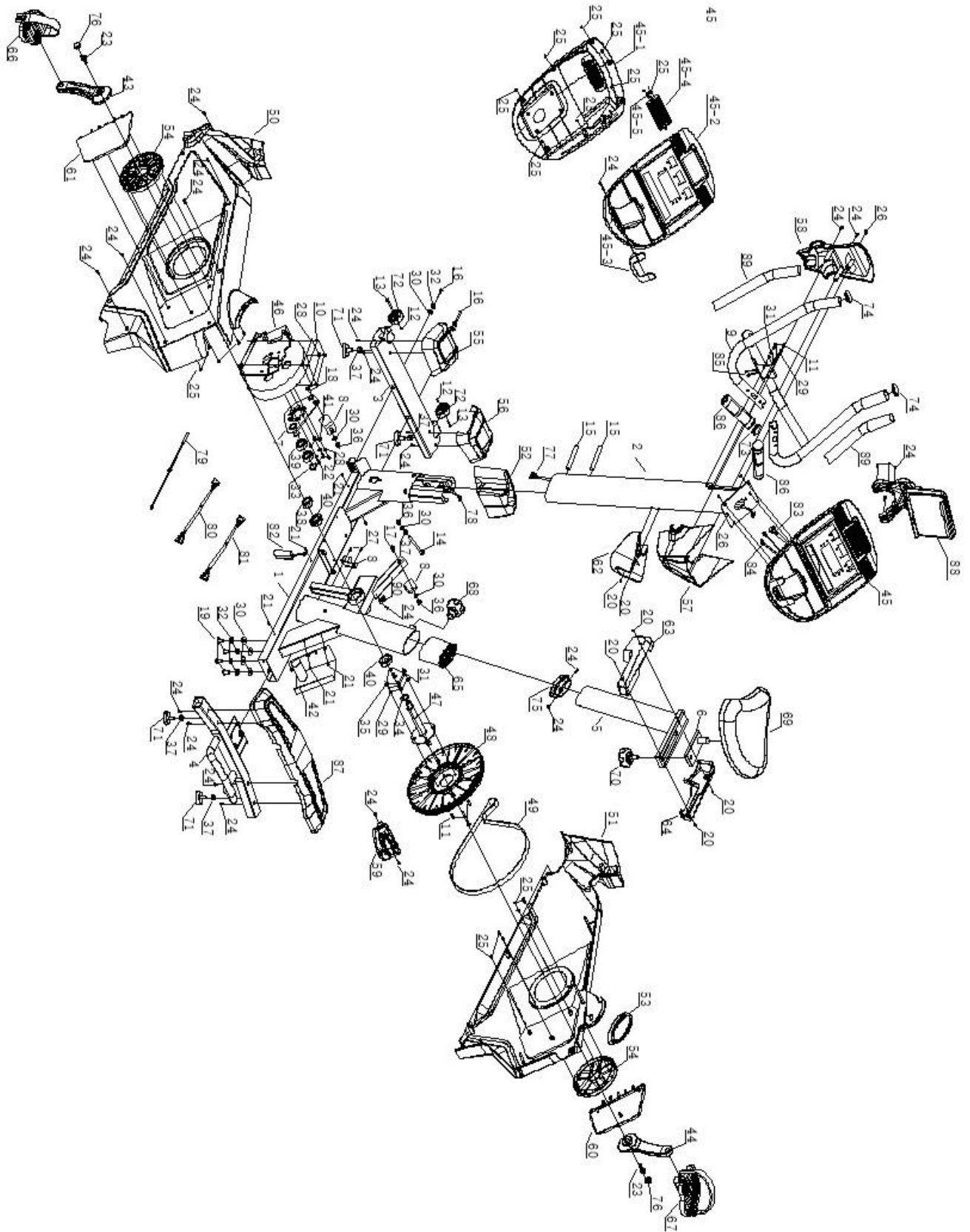
## PROTECȚIA MEDIULUI

După expirarea duratei de viață a produsului sau dacă repararea este posibilă dar nerentabilă, aruncați conform legilor locale și ecologic în cel mai apropiat loc de colectare de deșeuri.

Prin eliminarea corespunzătoare veți proteja mediul și sursele naturale. Mai mult, puteți ajuta la protejarea sănătății umane. Dacă nu sunteți sigur de modul de aruncare corectă, cereți sfatul autorităților locale pentru a evita încălcarea legii sau sancțiuni.

Nu puneți bateriile printre deșeurile menajere, ci aruncați-le în locuri special amenajate pentru ele.

# DIAGRAMĂ



## LISTA DE PIESE

Nr.	Nume	Can.	Nr.	Nume	Can.
1	Cadrul principal	1	36	Piuliță M10	3
2	Postamentul de mijloc	1	37	Piuliță M10	5
3	Stabilizatorul frontal	1	38	Piuliță	1
4	Stabilizatorul posterior	1	39	Rulmenți	2
5	Postamentul de șa	1	40	Rulmenți	2
6	Culisarea șa	1	41	Compresor pentru curea în tub	3
7	Flanșă volantă	1	42	Controler	1
8	Placa de conectare	1	43	Manivela L (stânga)	1
9	Mânere	2	44	Manivela R (dreapta)	1
10	Șurub M6x10	4	45	Consola	1
11	Șurub M8x20	7	46	Volanta	1
12	Șurub M6x15	2	47	Ax scripete	1
13	Șurub $\Phi 8 \times 33 \times M6 \times 15$	2	48	Scripete	1
14	Șurub M10x130x35	1	49	Motor	1
15	Șurub M12x70	2	50	Capac exterior L (stânga)	1
16	Șurub M10x110x20	2	51	Capac exterior R (dreapta)	1
17	Șurub M10x50x20	1	52	Capac frontal	1
18	Șurub M10x25	1	53	Capac posterior	1
19	Șurub M10x45	4	54	Capac manivele	2
20	Șurub M4x10	6	55	Capac stabilizator posterior L(stânga)	1
21	Șurub M5x15	8	56	Capac stabilizator posterior R(dreapta)	1
22	Șurub M5x20	3	57	Capac frontal mânere	1
23	Șurub	2	58	Capac posterior mânere	1
24	Șurub ST4x16	7	59	Capac spate	1
25	Șurub ST4x10	23	60	Capac R (dreapta)	1
26	Șurub M5x15	5	61	Capac L (stânga)	1
27	Șurub ST4x15	2	62	Suport de sticlă	1
28	Șaibă plată $\Phi 6$	7	63	Capac șa L (stânga)	1
29	Șaibă plată $\Phi 8$	7	64	Capac șa R (dreapta)	1
30	Șaibă plată $\Phi 10$	8	65	Clemă postament șa	1
31	Șaibă elastică $\Phi 8$	7	66	Pedală L (stânga)	1
32	Șaibă elastică $\Phi 10$	6	67	Pedală R (dreapta)	1

33	Inel de reținere a arborelui	1	68	Șurub de ajustare	1
34	Inel de reținere a arborelui	1	69	Șa	1
35	Piuliță M8	4	70	Șurub de ajustare	1
71	Picioare de nivelare	4	83	Cabluri console	1
72	Roți de transport	2	84	Cabluri mânere spre consolă	1
73	Capac	2	85	Cabluri mânere	2
74	Capac	2	86	Senzori de puls de pe mânere	2
75	Clemă postament șa	1	87	Suport baterie	1
76	Capac manivelă	2	88	Suport tabletă	1
77	Cablurile de sus	2	45-1	Suportul de sus pentru consolă	1
78	Cabluri cadru principal	1	45-2	Suportul de jos pentru consolă	1
79	Magnet	1	45-3	Suport pentru suportul de tabletă	1
80	Cablu frâne	1	45-4	Gură de ventilare	1
81	Cablu magnet	1	45-5	Placă	2
82	Acumulator	1			