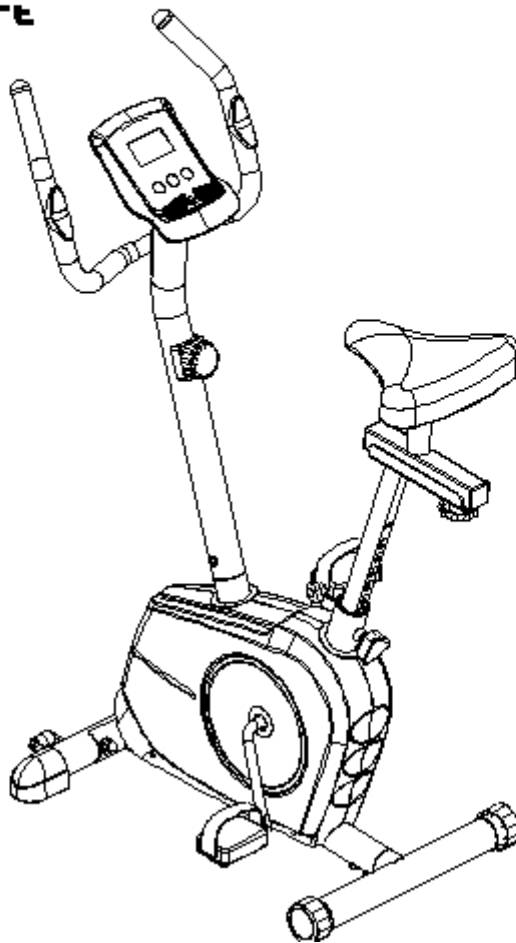


# Magnetic 400 Szobabicikli

1005



Fontos: mielőtt hozzá kezdene a termék használatához olvassa el figyelmesen a következő leírást. Őrizze meg a használati utasítást későbbi időkre. A specifikációk eltérhetnek a fenti képen ábrázoltaktól.

# BIZTONSÁGI UTASÍTÁSOK

A bicikli használatakor az alapvető óvintézkedéseket mindig be kell tartani, beleértve a következőket: Olvasson el minden utasítást a felszerelés használata előtt.

1. Olvasson el a könyvben szereplő minden utasítást és a gépezet használata előtt végezzen bemelegítő gyakorlatokat.
2. Testedzés előtt, az izomsérülések elkerülésének érdekében, szükséges a test minden pozícióban történő bemelegítése. Lásd Bemelegítő és Levezető gyakorlatok oldalakat. Edzés után, a test pihentetése ajánlott levezető gyakorlatként.
3. Kérjük, használat előtt bizonyosodjon meg róla, hogy az egyes részek nem sérültek és helyesen rögzítettek. A gépezetet használatkor helyezze egy lapos felületre. Ajánlatos a földre egy pokrócot vagy más anyagot teríteni.
4. A gépezet használatakor kérjük viseljen megfelelő ruházatot és cipőt; ne viseljen olyan ruhát, amely beakadhat a gépezet egyes részeibe; ne feledje megszorítani a pedálszíjakat.
5. Ne kísérlegjen meg a könyvben leírtaktól eltérő karbantartási, illetve beállítási műveleteket. Bármilyen probléma esetén, szakítsa meg a bicikli használatát és forduljon egy illetékes szakszervízhez.
6. Ne használja a gépezetet szabadtéren.
7. A gépezet csak házi használatra ajánlott.
8. Egyszerre csak egy személy számára ajánlott a gépezet használata.
9. Használat közben gyermekektől és háziállatoktól távol tartandó. A gépezetet kizárólag csak felnőttek használhatják. A biztonságos működéshez, a gépezet körüli minimális szabad távolság, nem kevesebb, mint 2 méter.
10. Ha használat közben mellkasi fájdalomra, hányingerre, szédülésre, vagy légzési nehézségre panaszkodik, azonnal hagyja abba az edzést és folytatás előtt forduljon kezelőorvosához.
11. A termék maximális teherbíróképessége 110 kg.

**VIGYÁZAT:** Mielőtt elkezdené az edzéseket, kérje ki kezelőorvosa véleményét. Ez főként a 35 év fölöttiekre, valamint azokra nézve fontos, akik már meglévő légzési problémákkal küzdenek. Olvasson el minden utasítást, mielőtt bármilyen testedző felszerelést használna.

**FIGYELMEZTETÉS:** Olvassa el figyelmesen az utasításokat, mielőtt használni kezdené a terméket. Tartsa meg ezt a Használati útmutatót a későbbi tájékozódás érdekében.

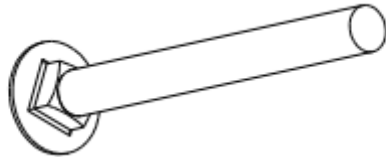
## ALKATRÉSZLISTA

Szám	Leírás	DB	Szám	Leírás	DB
1	Főváz	1	32	Hex anyacsavar M6	2
2	Kormány Ø25x1.5	1	33	Rugós alátét Ø6	2
3	Kormánytartó Ø50x1.5	1	34	M10 Zárt anyacsavar	2
4	Ülésszabályzó Ø50x1.5	1	35	M10x57 Csapszeg	2
5	Lendkerék Ø230	1	36	Nagy görbe alátét Ø10	2
6	Elülső stabilizátor Ø50x1.5	1	37	Görbe alátét Ø8	10
7	Nehézségsszabályzó gomb	1	38	Alátét Ø8	3
8	M12 Ülésszabályzó csavar	1	39	M8x10 Csapszeg	1
9	330J6 PJ Szíj	1	40	ST4.2x25 Pan Head Phillips	8
10	Számítógép	1	41	ST4.2x25 Pan Head Phillips Self Drilling Screw	4
11	M10x1 Anyacsavar	2	42	M8 Ellenanya	3
12	Hüvely	1	43	M8x20 Csapszeg	1
13	Bal oldali fedél	1	44	Nyomásos forgósíj	1
14	Jobb oldali fedél	1	45	Csapágy6000zz	2
15	ST2.9x10 Csavar	2	46	M6x10 Csapszeg	1
16	Alátét	1	47	M5x10 Csapszeg	4
17	Hüvelytengely 7/8"	1	48	Kerek gumiburkolat	2
18	Anyacsavar 7/8"	1	49	Kormányzáró sapka Ø25	2
19	Csigaszíj kurblival	1	50	Kormány habmarkolat	2
20	Bal oldali pedál	1	51	ST4.2x20 Csavar	2
21	Jobb oldali pedál	1	52	Szállító kerék Ø23xØ6x32	2
22	Hüvelytengely	2	53	Kéz pulzusát érzékelő szál L=750mm	2
23	Golyóscsapágy	2	54	Alátét Ø6	1
24	Csavar M8x15	10	55	M6 Nylon anyacsavar	2
25	Nyeregcső	1	56	M6x48 Csapszeg	2
26	Érzékelőszál L=750mm	1	57	M5x25 Csapszeg	1
27	Ülés DD28T	1	58	Tengely hüvely 15/16"	1
28	Elülső részt stabilizáló sapka	2	59	Középső részt érzékelő szál L=1000mm	1
29	Hátsó részt stabilizáló sapka	2	60	Szíj L=1150mm	1
30	U Konzol	2	61	Rugós alátét Ø8	4
31	Állítható csapszeg M6x36	2	62	Nagy görbe alátét Ø5	1
63	Fedősapka Ø50x1.2t	1	64	Fedősapka Ø50x10t	1
65	Ülés csúszócső	1	66	Ülés csúszócső végsapka	2
67	Alátét Washer Ø20xØ8x2t	1	68	Ülés beállító gomb	1

## MELLÉKELT SZERSZÁMOK, ALKATRÉSZEK



(34) Zárt Anya  
M10 – 2 darab



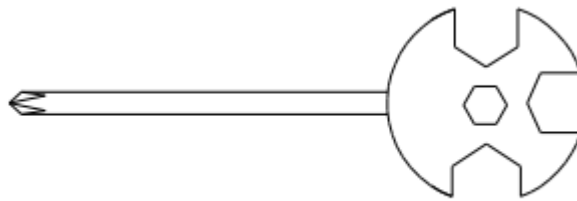
(35) M10 x 57  
Csavar – 2 db



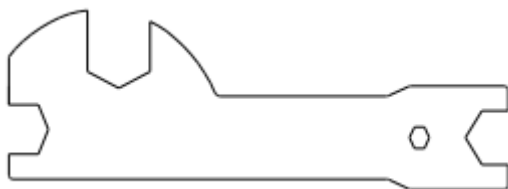
(36) Nagy görbe alátét Ø10  
2 darab



Imbuszkulcs 6S 1 db

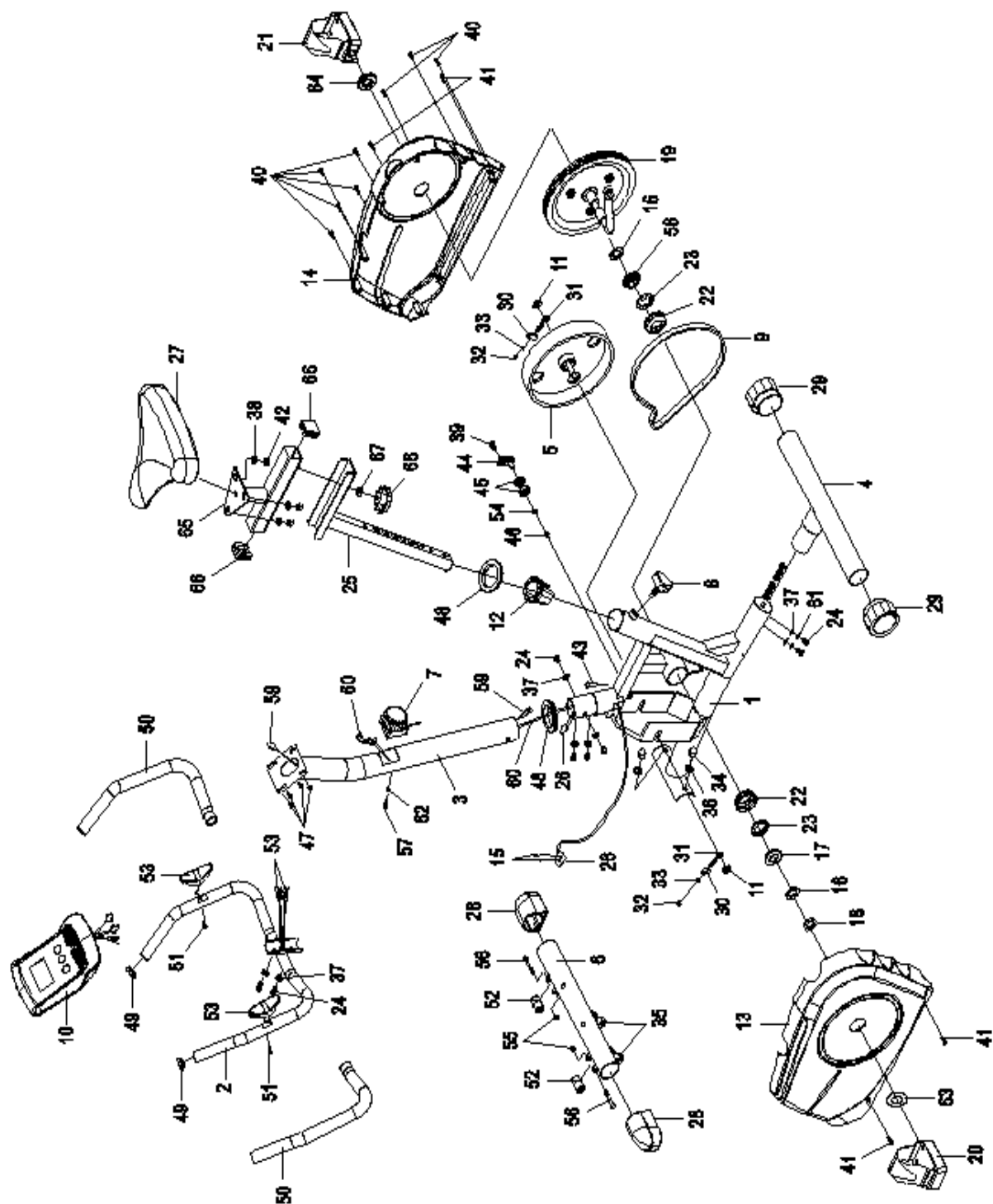


Csavarkulcs/ Csavarhúzó S13,S14,S15 - 1 db

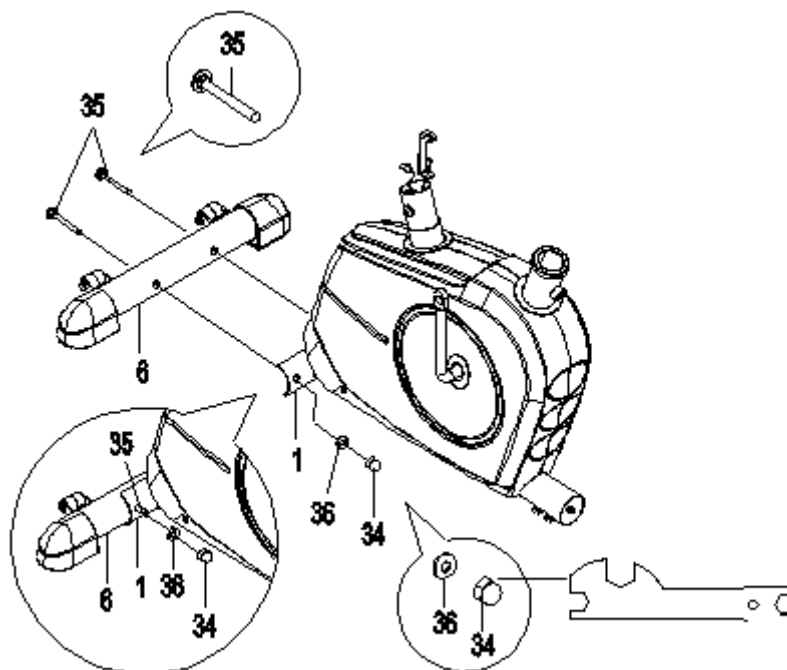


Csavar kulcs

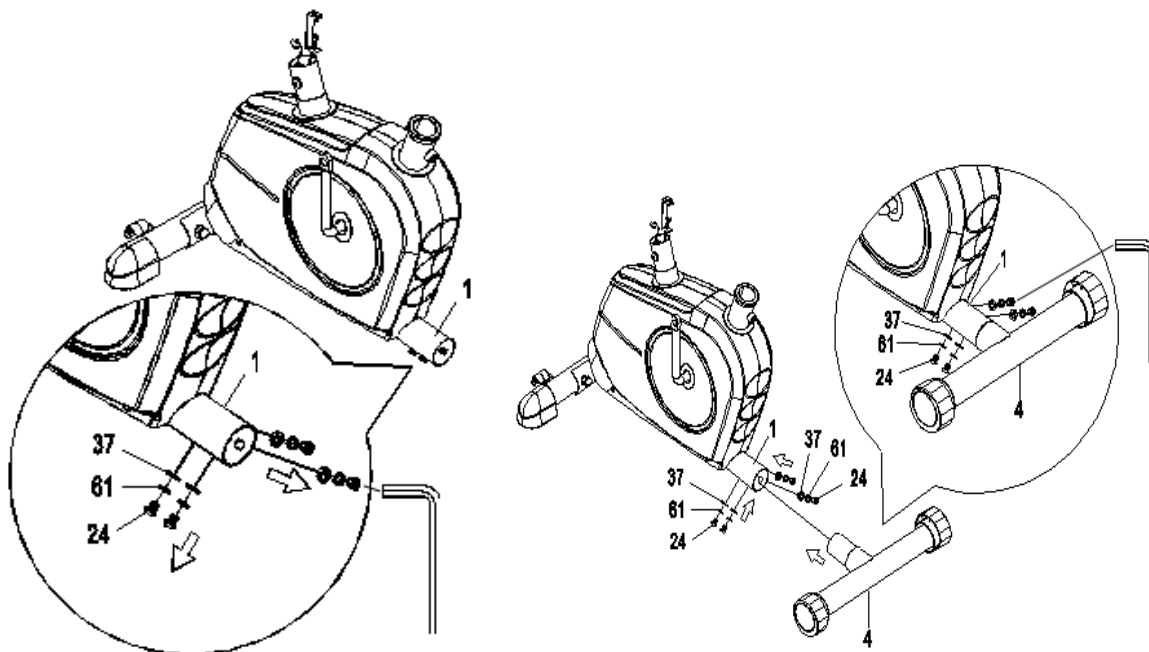
# FELÜLNÉZETI RAJZ



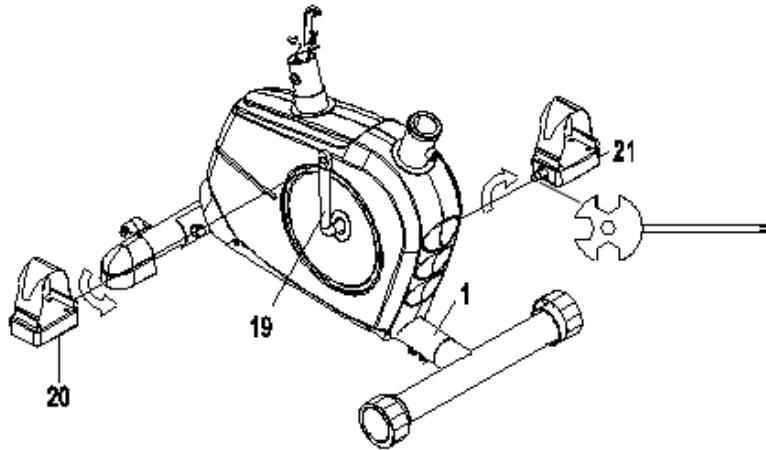
# ÖSSZESZERELÉSI ÚTMUTATÓ



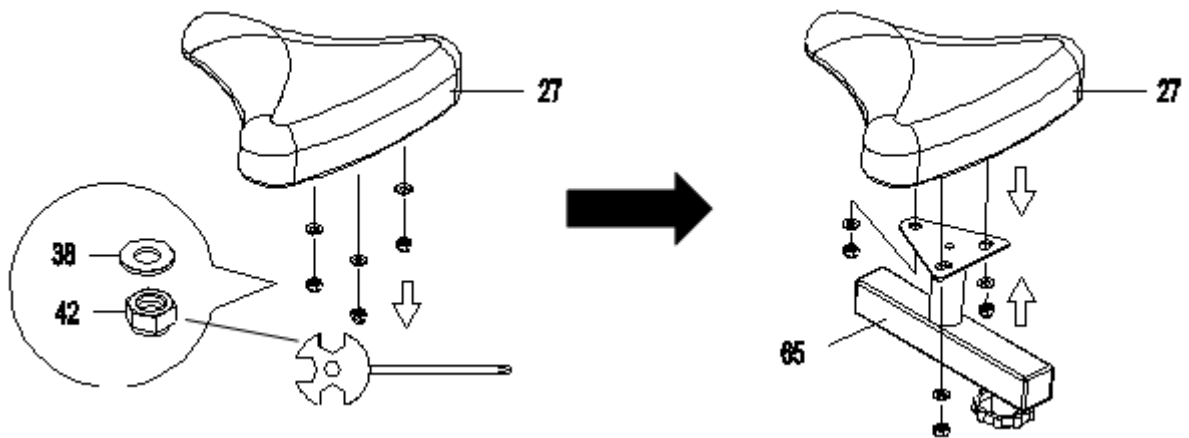
Lépés 1: Csatlakoztassa az első állványt (6) a főváz (1) elülső részéhez (1) két M10-es Anyával (34), M10x57 csavarral (35), és Ø10 Alátéttel (36).



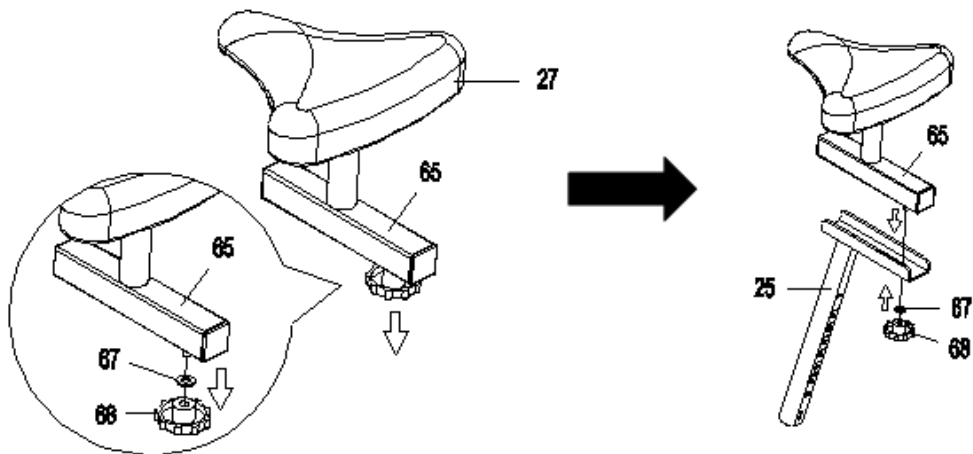
Lépés 2: Távolítsa el a hátsó állványból a négy M8x15-ös csavart (24), rúgós alátétet (61) és a görbe alátétet (37). Majd csatlakoztassa a hátsó állványt és az előzőleg eltávolított csavarokkal rögzítse.



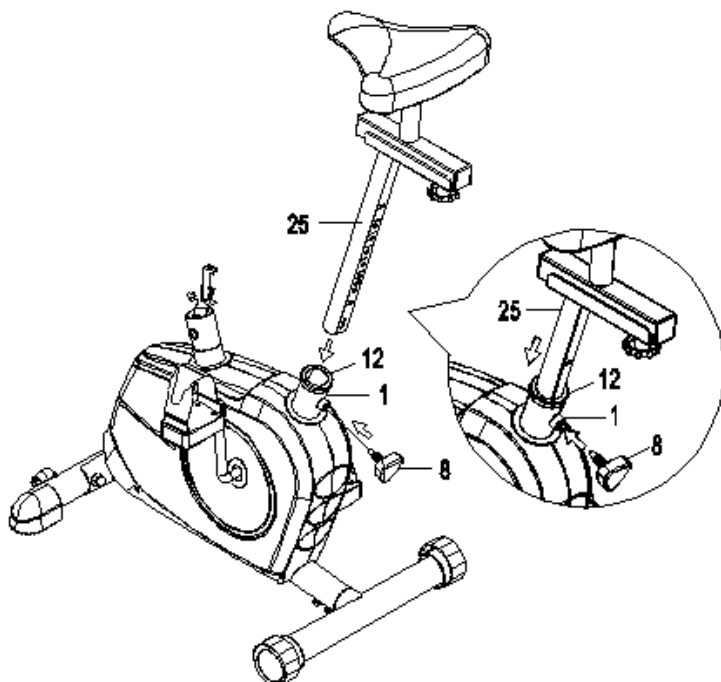
Lépés 3: Csatlakoztassa a bal pedált (20) a bal kurblihoz (19). Fűzze be a megadott helyre az óramutató járásával ellenkező irányban a mellékelt szerszám segítségével. Csatlakoztassa a jobb pedált (21) a jobb kurblihoz (19), majd fűzze be az óramutató járásával megegyező irányban. Fontos: A bal és jobb pedálok (20-21) és a kurbli (19) „L” és „R” (left-bal, right-jobb) betűkkel vannak jelölve.



Lépés 4: Távolítsa el a három M8-as csavart (42) és az alátéteket (38) az ülés (27) alól. Majd csatlakoztassa az ülést (27) a csúszócsőhöz (65) majd rögzítse az előzőleg eltávolított csavarral és alátéttel.

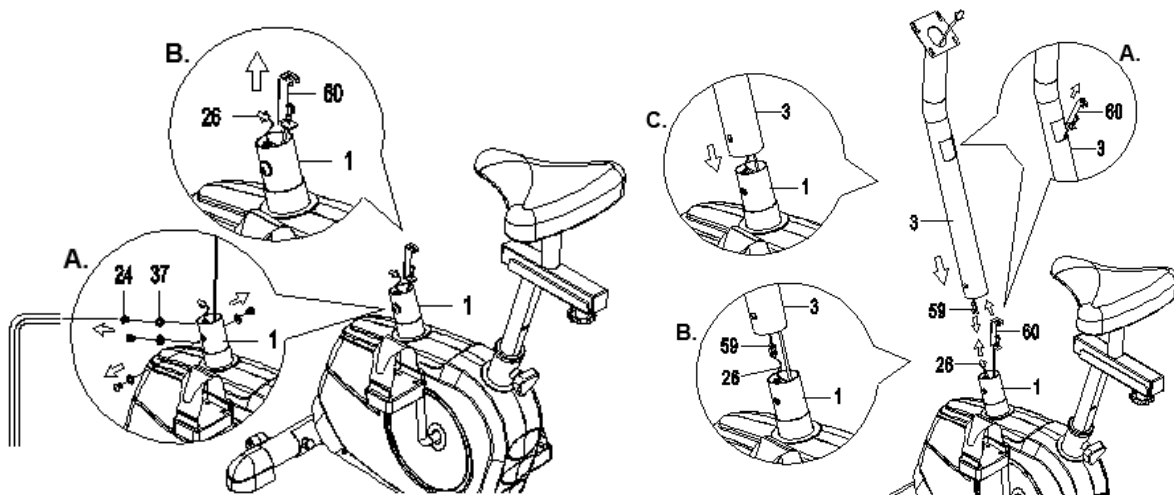


Lépés 5: Távolítsa el az alátétet (67) és az ülés beállító gombot (68) a csúszócsőből, majd helyezze a nyeregcsőre (25) és rögzítse az előzőleg eltávolított alátéttel és gombbal.

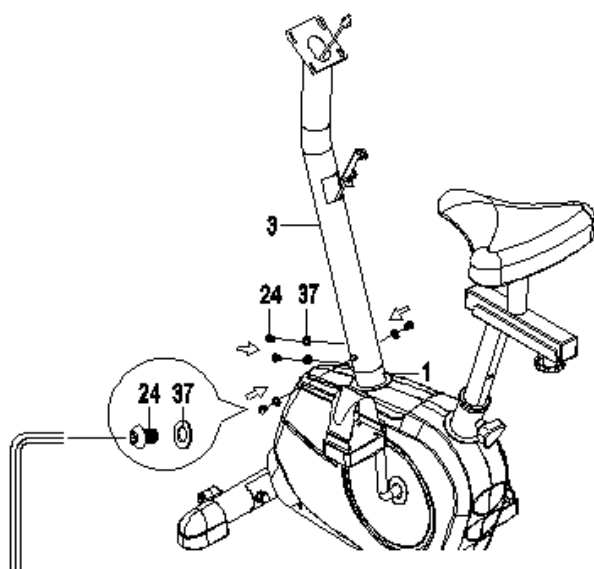


Lépés 6: Helyezze be az ülésrúdat (25) a foglatba (12) amely a fővázon (1) található, majd csatlakoztassa a nyeregcső kapcsolót (8) a fővázhoz, a nyeregcső (25) megfelelő magasságának a beállításához csavarja el az óramutató járásával megegyező irányban.

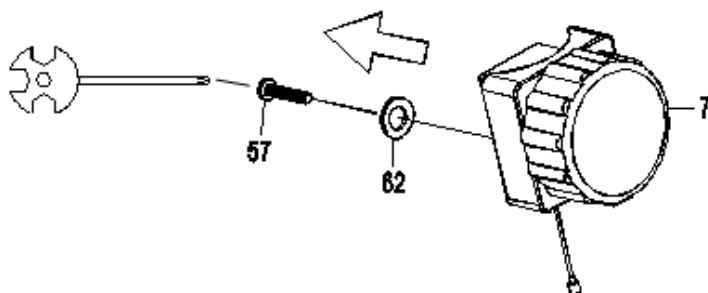




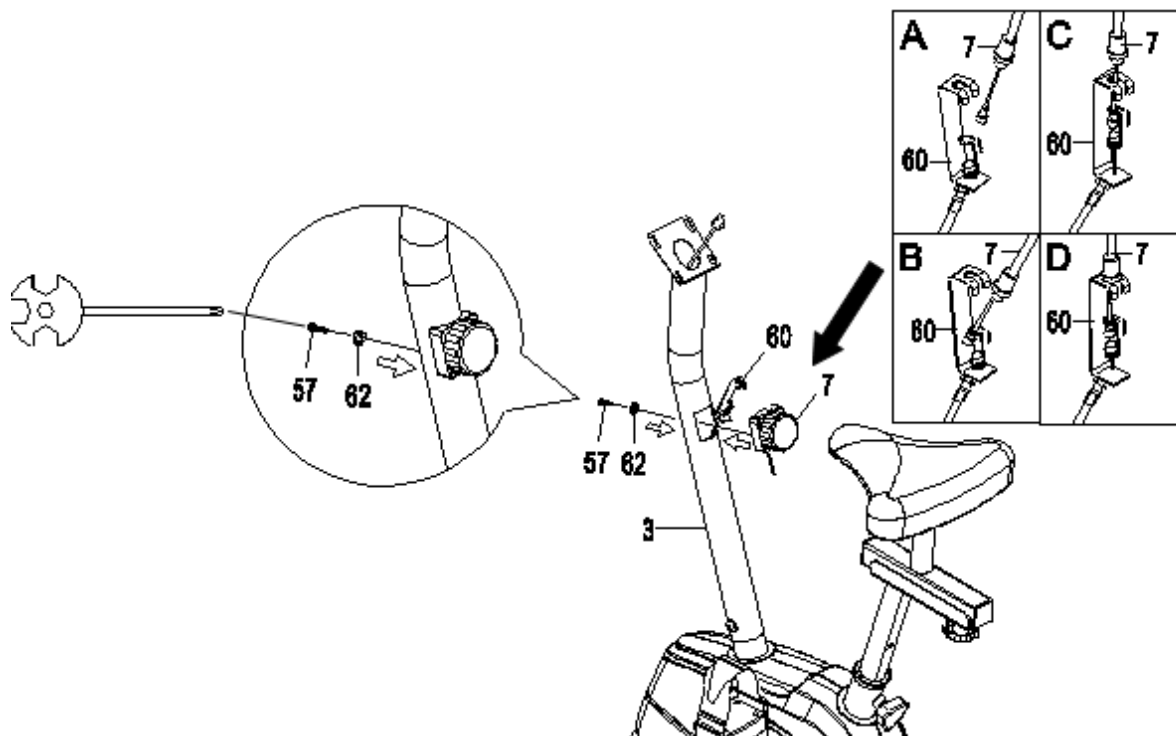
Lépés 7: Távolítsa el a négy darab M8x15-ös Csavart (24) és a Ø8-as Alátétet (37) a Főváz (1) rudazatáról. Helyezze be a Szíjat (60) a kormánytartó (3) alján található lyukon keresztül és húzza ki a kormánytartó (3) négyzet alakú lyukán. Csatlakoztassa a főváz (1) érzékelő kábeljét (26) a kormánytartó (3) Érzékelő kábeljének Középső részéhez (59).



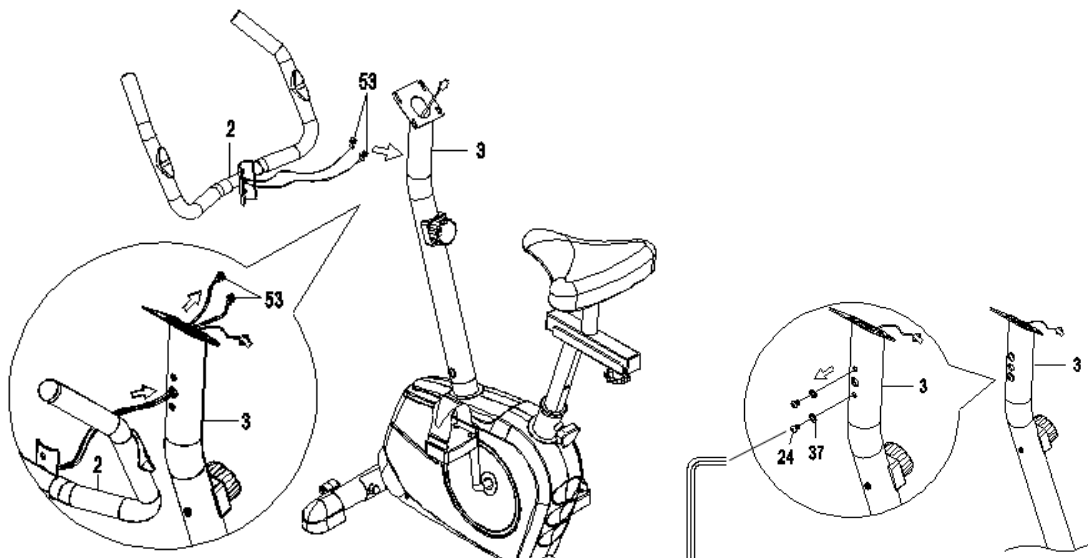
Lépés 8: Helyezze be a kormányrudat (3) a fővázon (1) található foglatba és rögzítse négy M8x15-ös csavarral (24) és Ø8-as alátétekkel (37), melyeket korábban eltávolított.



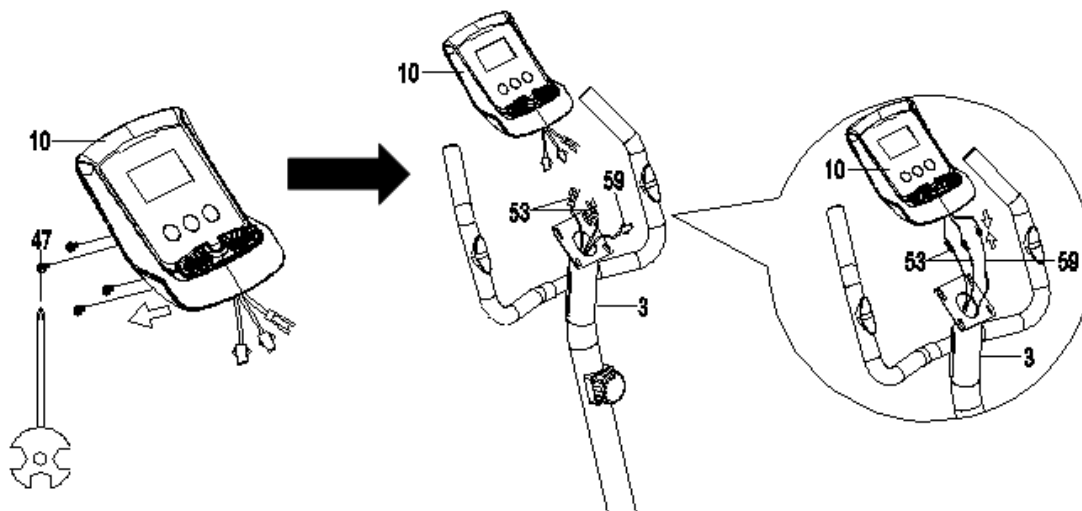
Lépés 9: Távolítsa el csavart (57) a görbe nagy alátétet (62) a nehézségszabálygóból (7).



Lépés 10: csatlakoztassa a nehézségszabályozó gomb (7) kábeljét a szíj (60) rügős kampójához. A 3. Ábra "B" részének megfelelően húzza a nehézségszabályozó gomb (7) kábeljét felfelé és helyezze be a Szíj (60) fémkapcsán található részbe. Csatlakoztassa a nehézségszabályozó gombot (7) a kormánytartóhoz (3) az M5x25-ös csavarral (57) és a Ø5-ös nagy alátéttel (62), amit korábban eltávolított.



Lépés 14: Távolítsa el a két M8x15-ös csavart (24) és a Ø8-as alátéteket (37) a kormánytartóról (3). Helyezze be a pulzusérzékelő zsinórját (53) a kormánytartón (3) található lyukba és húzza ki a kormánytartó tetején (3). Csatlakoztassa a Kormányt (2) a Kormánytartóhoz (3) két M8x15-ös Csavarral (24) és a Ø8-as Alátétekkel, amiket korábban eltávolított.



Lépés 15: Távolítsa el a négy M5x10-es Csavart (47) a számítógépből (10). Csatlakoztassa a pulzusérzékelő zsinórját (53) az érzékelő zsinór középső részéhez (59), amelyek a Számítógépből (10) jönnek. Majd csatlakoztassa a Számítógépet (10) a Kormánytartó (3) felső részéhez a négy M5x15-ös Csavarral (47), amiket korábban eltávolított.

## A számítógép használata



A számítógép használata:

A számítógép aktiválásához csak meg kell nyomnia 1 gombot a 3 közül vagy pedálozni. Ha a gépezetet négy percre nincs használatban, akkor automatikusan kikapcsol.

A gombok funkciói:

**MODE:** Nyomja meg a számítógépen a MODE gombot a funkciók kiválasztásához.

Nyomja meg és tartsa lenyomva a MODE gombot 3 másodpercig, hogy az összes adatérték nullára álljon.

**SET:** Nyomja meg a SET gombot a TIME, DIST (DISTANCE), CAL adatok adatértékeinek beállításához (CALORIES) vagy PULSE beállításához.

**RESET:** Nyomja meg a RESET gombot, ha törölni szeretné az adatokat pl. TIME, PULSE, CAL, DIST.

### SZÁMÍTÓGÉP FUNKCIÓK:

**SCAN:** Nyomja meg a MODE gombot, amíg a képernyőn megjelenik a SCAN, a számítógép automatikusan megvizsgálja az egyes funkciókat sorrendben 6 másodpercenként.

**TIME:** Megjeleníti az eltelt edzési időt percekben és másodpercekben.

Előre beállíthatja a célidőt STOP módban az edzés előtt. A TIME beállításához nyomja meg a MODE gombot, amíg a képernyőn megjelenik a TIME. Nyomja meg a SET gombot az idő módosításához. Minden alkalommal, amikor megnyomja a SET gombot, az idő 1 perccel változik. Nyomja meg a RESET gombot a célidő nullára történő törléséhez.

Az előre beállított időintervallum 0:00 és 99:00 perc között van.

Miután előre beállította a célidőt és elkezdte a gyakorlatot, az idő elkezdődik az előre beállított célidőtől 0 másodpercig 1 másodpercenként.

**SPEED:** Megjeleníti az aktuális sebességet.

**DIST (DISTANCE):** Megjeleníti az edzés során megtett összesített távolságot. Előre beállíthatja a céltávolságot STOP üzemmódban az edzés előtt. A DISTANCE beállítása nyomja meg a MODE gombot, amíg a képernyőn megjelenik a DIST. Nyomja meg a SET gombot a beállítás módosításához távolság. Nyomja meg a RESET gombot a céltávolság nullára történő törléséhez. Az előre beállított cél a távolságtartomány 0,00 és 99,50 km között van az edzéshez a távolság elkezd számolni az előre beállított távolságtól 0,00-ig.

Amikor az előre beállított céltávolság 0,00-re csökken, számítógép hangjelzést ad, hogy emlékeztesse Önt.

**CAL (CALORIES):** Az edzés során égetett kalóriák hozzávetőleges mennyiségét jeleníti meg. Előre beállíthatja a cél kalóriákat STOP módban az edzés előtt. A CALORIES beállításához nyomja meg a MODE gombot, amíg a képernyőn megjelenik a CAL. Nyomja meg a SET gombot a beállítás módosításához. Nyomja meg a RESET gombot a cél kalóriák nullára való törléséhez. Az előre beállított célkalória tartománya 0,0-999,0. Miután előzetesen beállította a cél kalóriát, majd indítsa el az edzéshez elkezd számolni az előre beállított kalóriákból 0,0-ra. Amikor az előre beállított kalóriák száma 0,0-ra csökken, a kalóriákat azonnal elkezd számolni, és a számítógép hangjelzést ad, hogy emlékeztesse Önt. (Ez az adat durva útmutató az összehasonlításhoz különböző edzéseken, és nem szabad orvosi kezelésben használni).

**TOTAL:** Megjeleníti a teljes halmozott távolságot. A TOTAL adatok értéke nem lehet le nullázni a MODE vagy a RESET gombbal.

Vegye ki az elemeket a számítógépről, a TOTAL adatok értéke nullára áll vissza.

**(PULSE):** Megjeleníti az aktuális pulzusszámokat, miután megfogta a kormányérzékelőket mindkét kezével edzés közben. Előre beállíthatja a cél pulzusszámot STOP módban is. A PULSE beállításához nyomja meg a MODE gombot, amíg a képernyőn megjelenik a szimbólum.

Nyomja meg a SET gombot, hogy előre beállítsa a pulzusszámot. Nyomja meg a RESET gombot a törléshez.

Miután előzetesen beállította a cél pulzusszámát, és elkezdte a testmozgást, kérjük, fogja meg a kezelőérzékelőket mindkét kezével edzés közben. Ha az észlelt szívfrekvencia nagyobb, mint a cél pulzusszám, a számítógép hangjelzést ad.

**Az elemek behelyezése:**

1. Távolítsa el az elemek fedőlapját a digitális készülék hátuljáról.
2. Helyezzen be két „AA” méretű elemet az elemházba.
3. Vigyázzon, hogy az elemek megfelelően legyenek elhelyezve és hogy a csatlakozók megfelelően kapcsolodjanak az elemekhez.
4. Helyezze vissza az elemek fedőlapját.
5. Ha a kijelzőn olvashatatlan vagy csak részlegesen olvasható, távolítsa el az elemeket, majd várjon 15 másodpercet mielőtt visszahelyezné azokat.
6. Az elemek eltávolítása térélni fogja a műszer memóriáját.

**Tisztítás és tárolás:**

A szobabiciklit tisztítsa puha ronggyal és enyhe tisztítószerrel. A műanyag részekre ne használjon oldószereket. A berendezésből minden használat után térélje le a verítéket. Ügyeljen arra, hogy a számláló kijelzőjét ne érje extrém nedvesség, az elektromos zárlatot okozhat vagy ténkre teheti az elektronikát.

# HIBAELHÁRITÁS

**PROBLÉMA:** az ellipszistréner használat közben billeg, nem stabil. **MEGOLDÁS:** szükség szerint állítsa be az eltolható regulátort a hátsó alsó rúdon.

**PROBLÉMA:** Nem működik a számláló kijelzője.

**MEGOLDÁS:** vegye ki a számláló vezérlőt és ellenőrizze, hogy a vezérlőből kijövő vezetékek megfelelően vannak e csatlakoztatva a fő váz első rúdjaiból kijövő vezetékekkel.

**MEGOLDÁS:** ellenőrizze, hogy az elemek helyesen lettek e beillesztve és a rugók az elem odaillő felével érintkeznek.

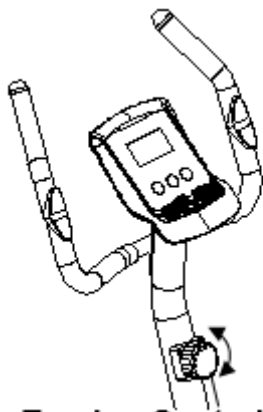
**MEGOLDÁS:** a számláló elemei lemerülhettek. Cseréljen elemeket.

**PROBLÉMA:** a berendezés nem méri a pulzuszórákat, vagy a mért érték hullámzó esetleg ellentmondó.

**MEGOLDÁS:** ellenőrizze, hogy a kézi pulzusérzékelő kábelcsatlakozása rendben van e.

**MEGOLDÁS:** ha pontosabb mérési adatokat szeretne, mindig mindkét tenyerét helyezze a pulzus érzékelőre, ne csak az egyiket, és abban az esetben, ha pulzusát szeretné megállapítani.

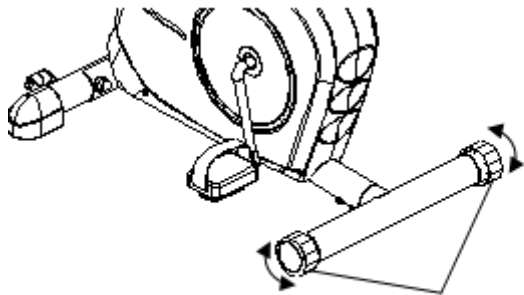
**MEGOLDÁS:** túl erősen fogja az érzékelőket. Próbálja meg csökkenteni a tenyere szenzorra gyakorolt nyomását.



**Tension Control Knob**

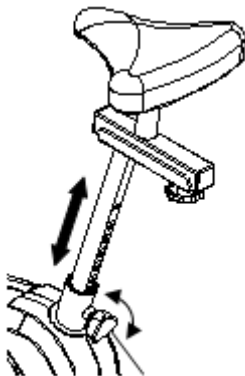
irányba.

Amennyiben növelni szeretné az ellenállást fordítsa el az ellenállás szabályzót az óra járásával egyező



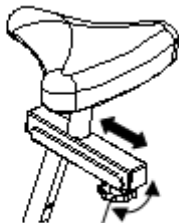
### **Rear Stabilizer End Cap**

A hátsó stabilizátor alsó részén található a szintező, amellyel kényvedén egy szintbe tudja hozni a berendezést.



### **Seat Post Knob**

Állítsa be a nyeregcsövet: Fordítsa a nyeregcsövet szabályzó csavart az óramutató járásával ellentétes irányba, amíg a nyeregcső csúsztathatóvá nem válik, majd csúsztassa azt fel vagy le, a kívánt pozíciónak megfelelően. Rögzítse a nyeregcsövet, megszorítván a nyeregcsövet szabályzó csavart az óramutató járásával megegyező irányba.



### **Seat Adjustment Knob**

Fordítsa el a szabályzó gombot az ülésnél és tolja igényeinek megfelelően előre vagy hátra.

