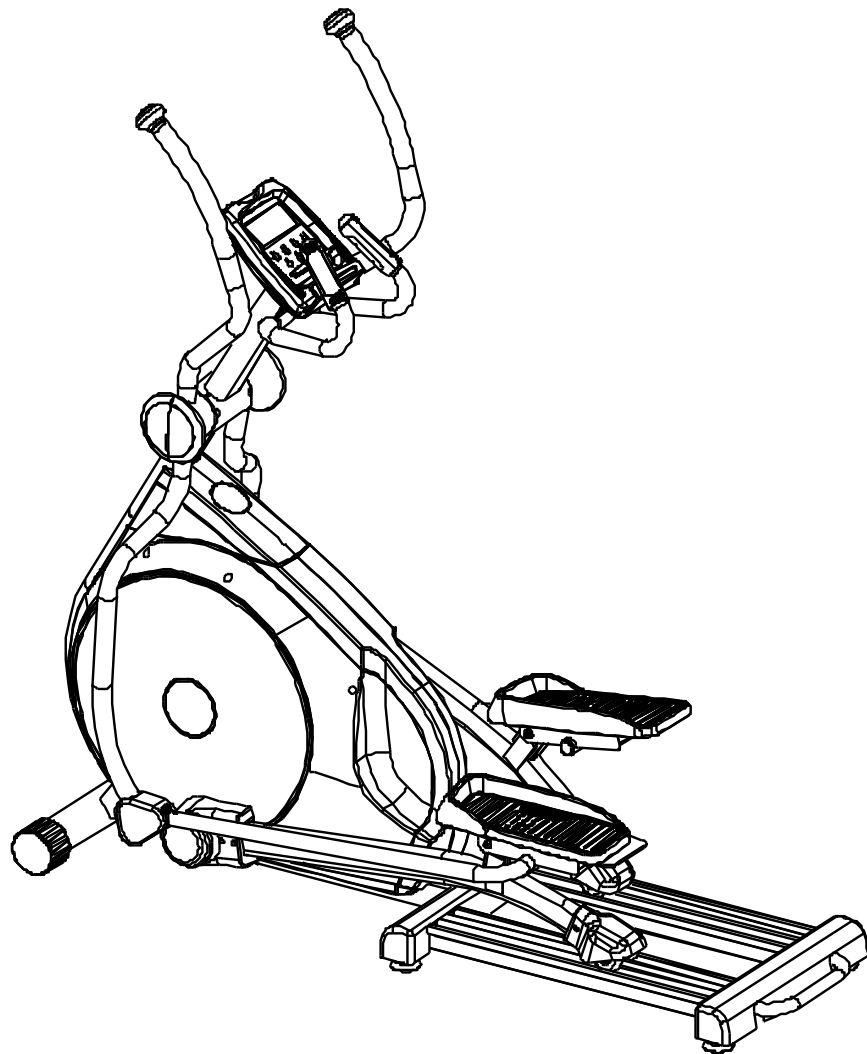
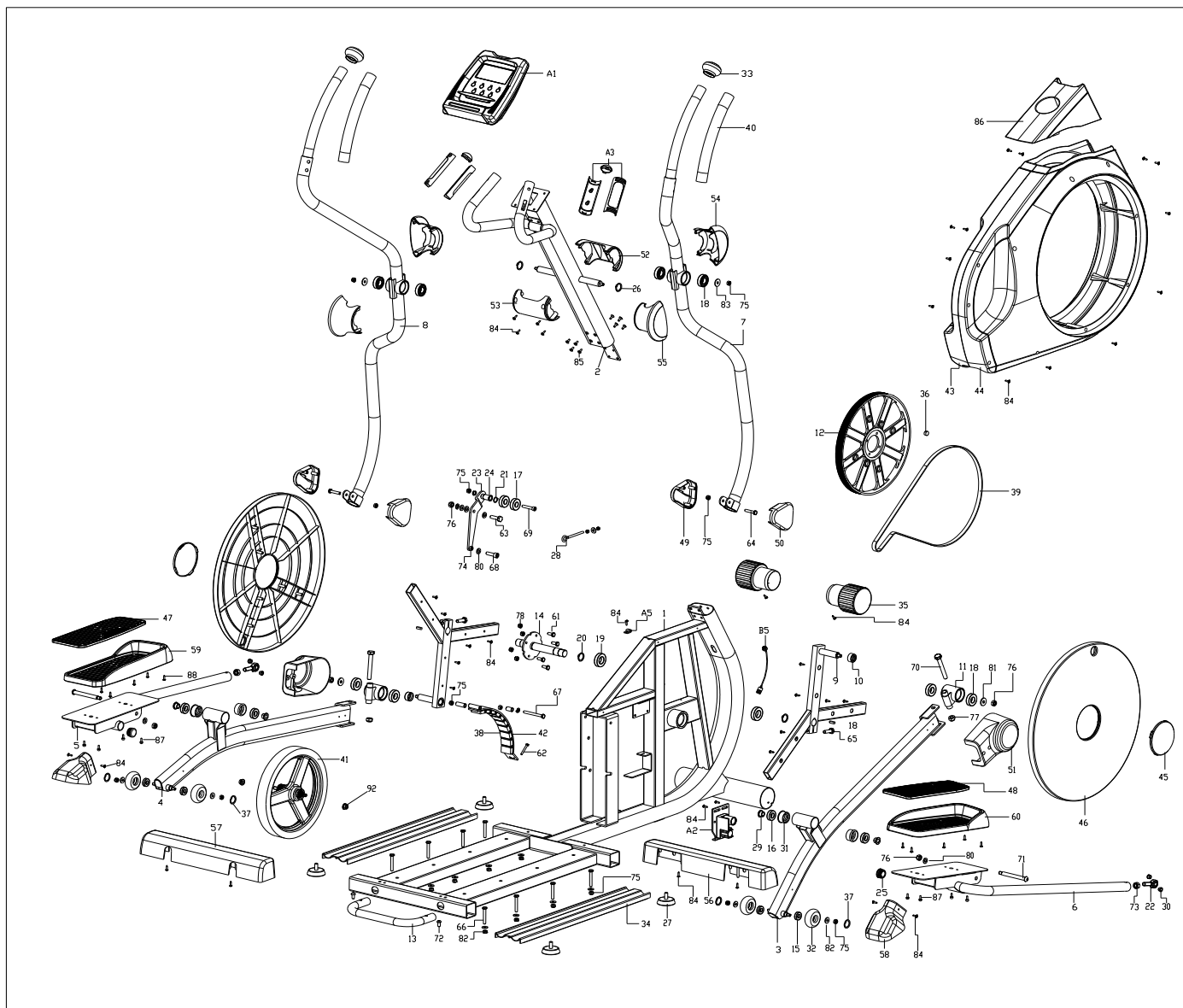




Bruksanvisning till 4000 pro E



Sprängskiss



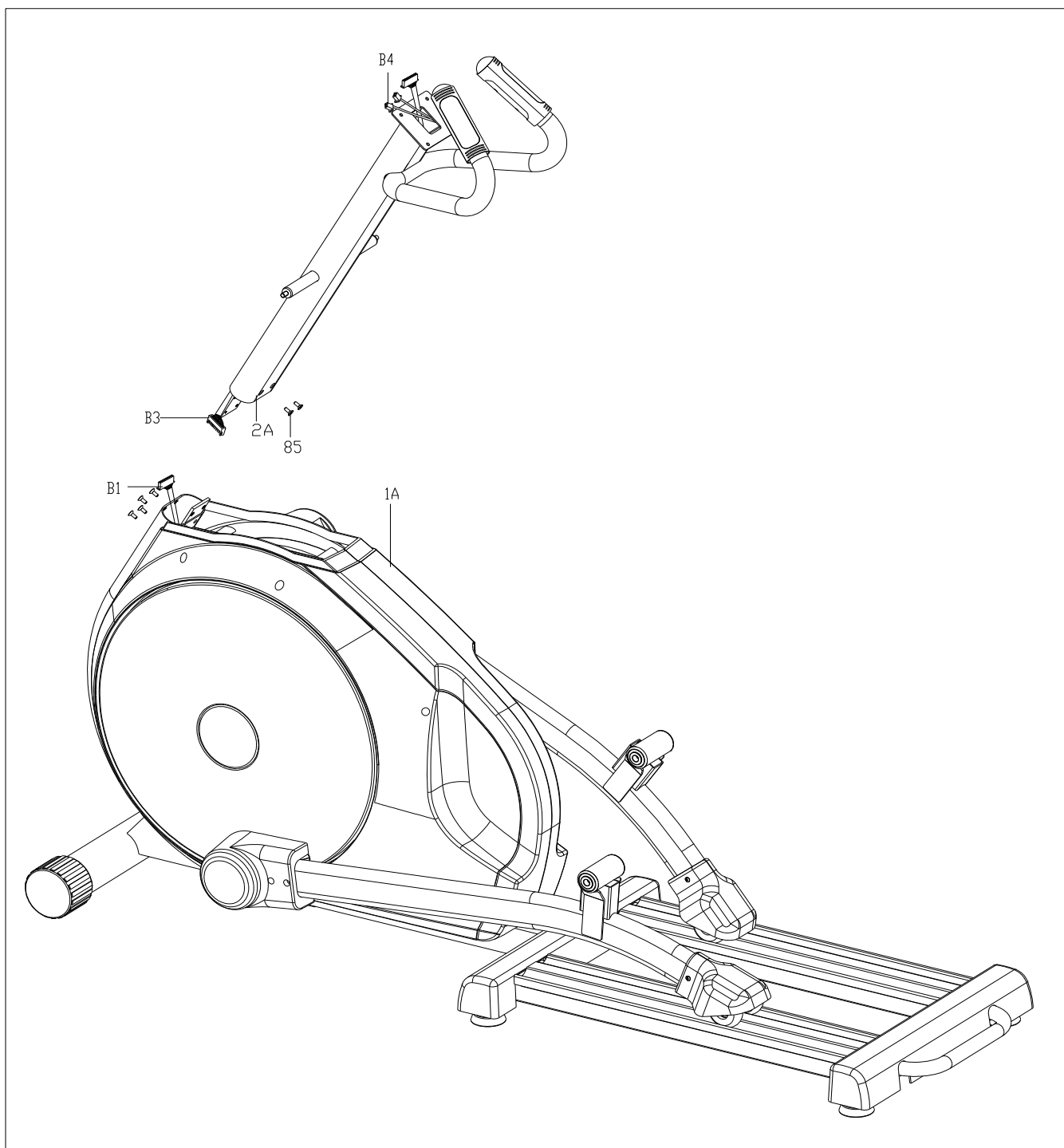
Lista över delar

Artikel	Beskrivning	Specifikation	Antal
1	Huvudram		1
2	Styrstång		1
3	Pedalarm (höger)		1
4	Pedalarm (vänster)		1
5	Anslutningsarm (vänster)		1
6	Anslutningsarm (höger)		1
7	Handskena (höger)		1
8	Handskena (vänster)		1
9	Vev		2
10	Hylsa		2
11	Vevanslutningsskaft		2
12	Trissa		1
13	Lyfthandtag		1
14	Axel		1
15	Lager 6001ZZ	6001ZZ	4
16	Lager 6001ZZ	6001ZZ	4
17	Lager 6203ZZ	6203ZZ	2
18	Lager 6004ZZ	6004ZZ	8
19	Lager 6005ZZ	6005ZZ	2
20	C-ring	C25	2
21	C-ring	C17	1
22	Universalled	M12	2
23	Tomgångsarm	T6,0	1
24	Tomgångsskaft	ϕ 20*35	1
25	Hätta	ϕ 31,5* ϕ 30,5*17,3	2
26	C-ring	C20	2
27	Justerbar dyna		4
28	Skruv	M6*50,8*80	1
29	Oljelager	ϕ 24* ϕ 17* ϕ 22*12	4
30	Oljelager	ϕ 14* ϕ 12* ϕ 8*8,5	4
31	Lagerrör	ϕ 42*20	4
32	Rörligt hjul	ϕ 65* ϕ 12*24	4
33	Hätta	ϕ 64,5*42,5	2
34	Glidskena	長 678 mm	2
35	Rörligt hjul	ϕ 97*126,5	2
36	Sensormagnet		1
37	C-ring	C28	4

38	Magnet	25*40*10	10
39	Rem	580-J6	1
40	Skumgrepp		2
41	Magnetiskt svänghjul, axel ingår	ϕ 38, ϕ 320*10 KG *Axel 135*	1
42	Magnetbas		1
43	Kedjeskydd (vänster)		1
44	Kedjeskydd (höger)		1
45	Hätta för skivhåll		1
46	Skiva		2
47	Pedal (vänster)		1
48	Pedal (höger)		1
49	Skydd för handskena (vänster)		1
50	Skydd för handskena (höger)		1
51	Frontskydd för pedalarm		2
52	Frontskydd för främre rör		1
53	Bakre skydd för främre rör		1
54	Mittskydd för handskena, främre		1
55	Mittskydd för handskena, bakre		1
56	Skydd för mellanstabilisator		1
57	Skydd för bakre stabilisator		1
58	Skydd för rörligt hjul		1
59	Pedalbas (vänster)		1
60	Pedalbas (höger)		1
61	Sexkantsbult	M6*20L	4
62	Sexkantsbult	M6*40L	1
63	Sexkantsbult	M10*35L	1
64	Sexkantsbult	M8*40L	1
65	Sexkantsbult	M10*40L	1
66	Sexkantsbult	M8*55L	8
67	Sexkantsbult	M8*120L	1
68	Rund insexbult	M10*35L	1
69	Rund insexbult	M8*45L	1
70	Sexkantsbult	M12*95L	2
71	Platt insexbult	ϕ 12*M10*112,7	2
72	Platt insexbult	M8*25	2
73	Sexkantsmutter	M12	2
74	Sexkantsmutter	M10	4
75	Nylonlåsmutter	M8	18
76	Nylonlåsmutter	M10	5
77	Nylonlåsmutter	M12	2

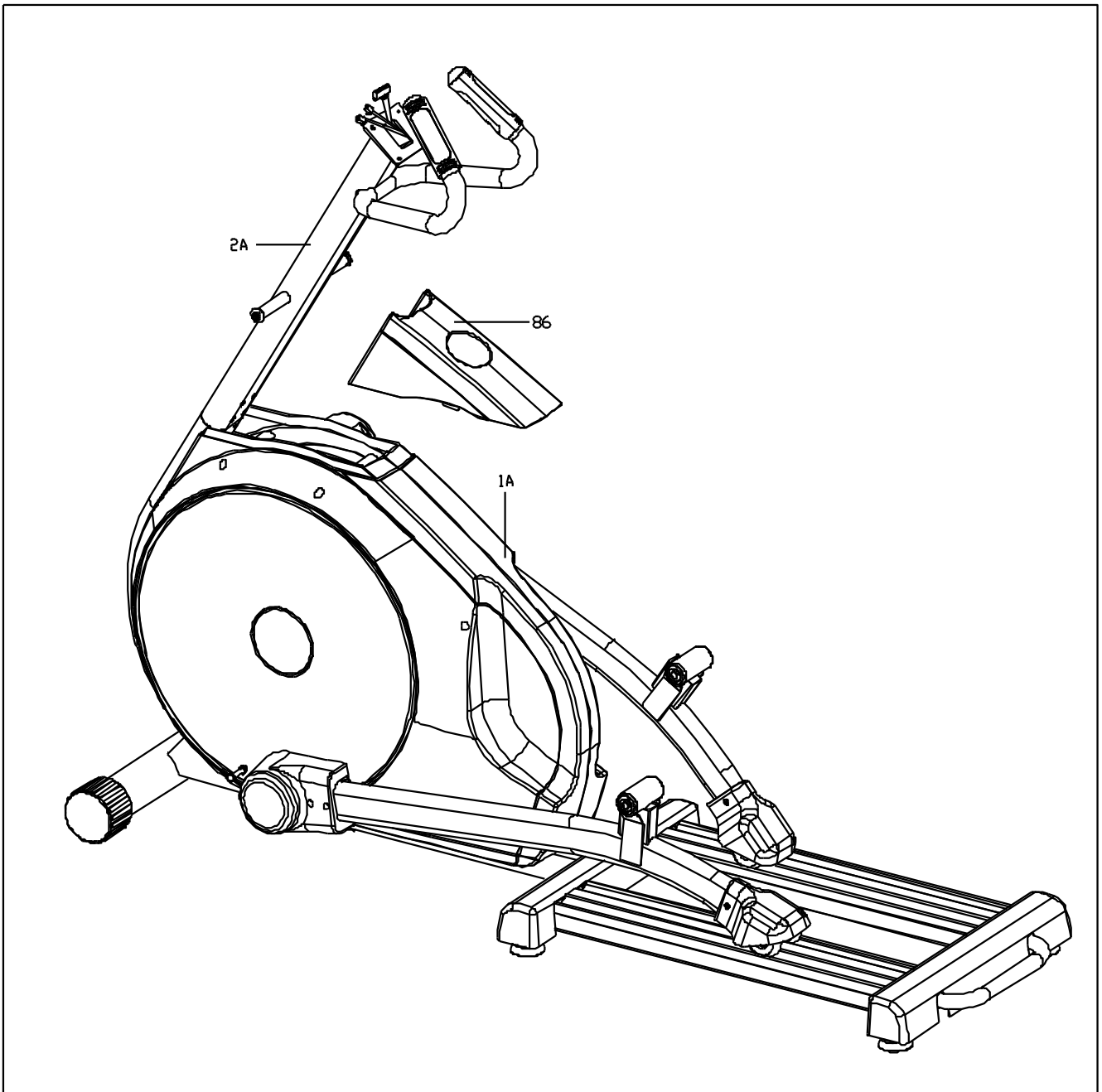
Montering:

Steg 1



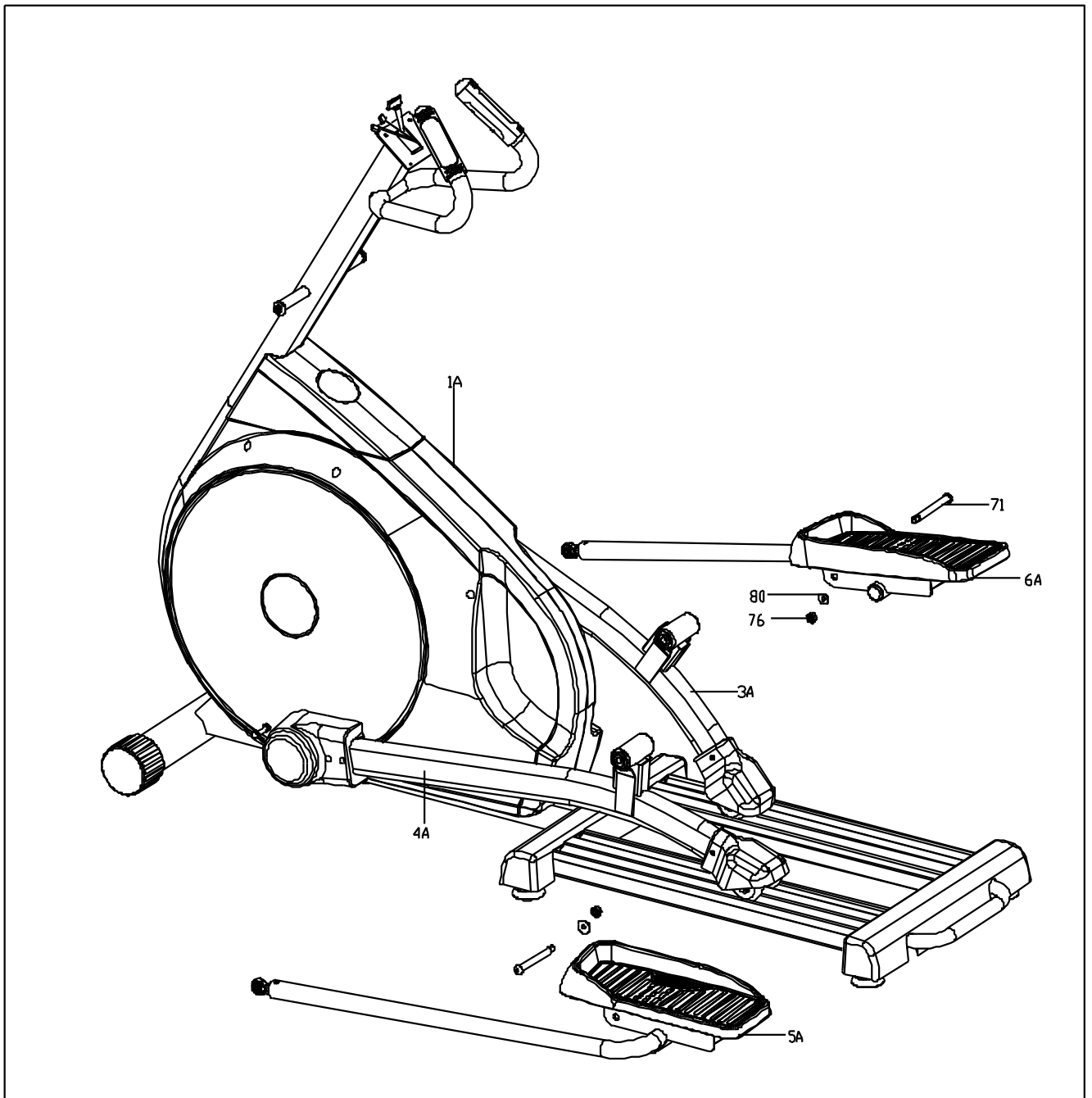
Placera huvudramen (1A) på det plana underlaget. Ta ut det främre röret (2A), och anslut därefter den nedre datorsladden (B1) och den övre datorsladden (B3), och för därefter in det främre röret (2A) i huvudramen (1A) och fäst med sex platta insexbultar (85).

Steg 2



Placera flaskhållaren (86) vid det trekantiga området som finns mellan huvudramen (1A) och det främre röret (2A) och tryck ner den för att sätta fast den.

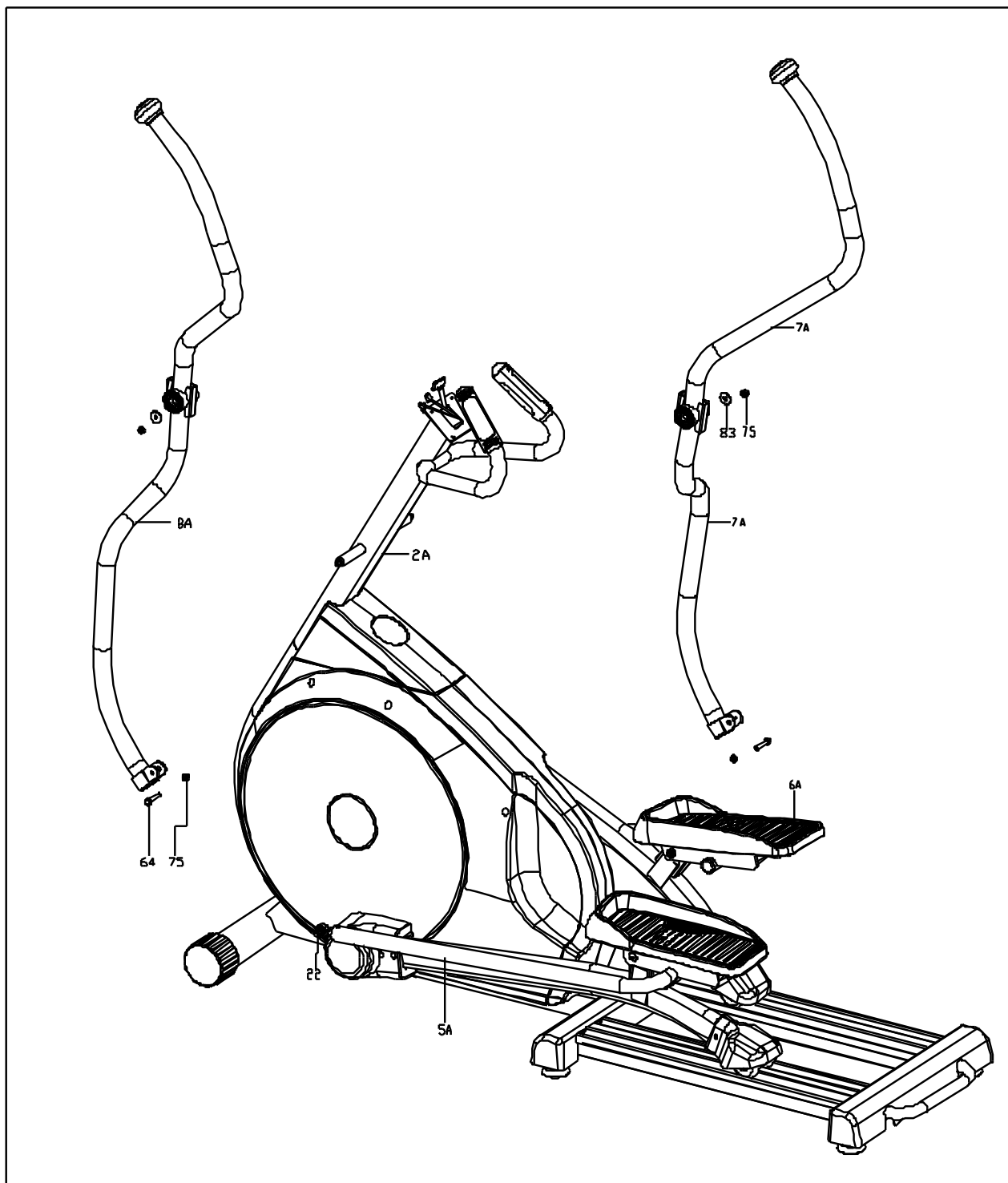
Steg 3



Anslut anslutningsarmen (6A) till den högra pedalarmen (3A) och sätt fast den med en platt insexbult (71), bricka (80) och nylonlåsmutter (76).

Anslut anslutningsarmen (5A) till den vänstra pedalarmen (4A) och sätt fast den med en platt insexbult (71), bricka (80) och nylonlåsmutter (76).

Steg 4

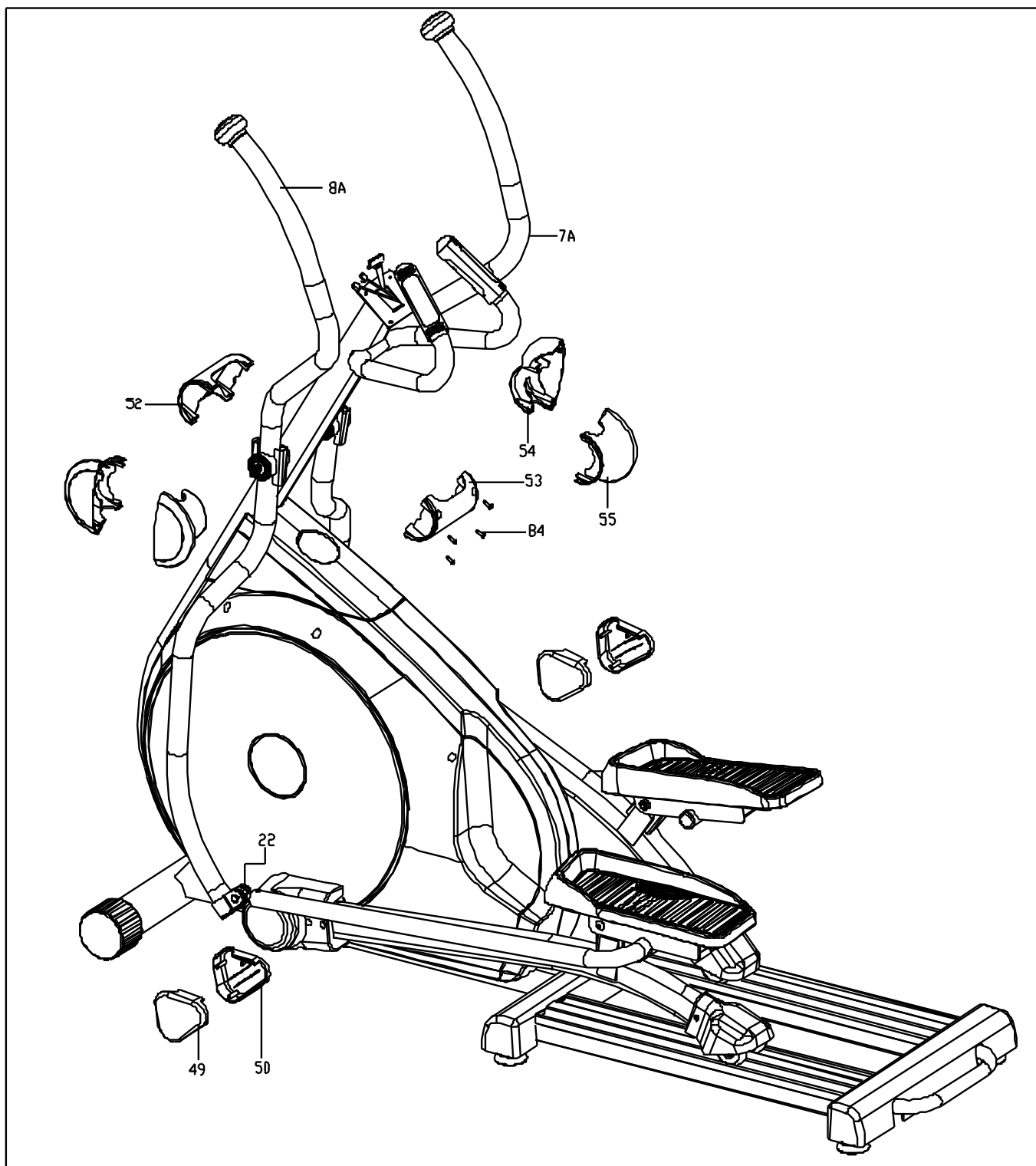


För höger handskena (7A) genom axeln på det främre röret (2A) och sätt fast med bricka (83) och nylonlåsmutter (75). För vänster handskena (8A) genom axeln på det främre röret (2A) och sätt fast med bricka (83) och nylonlåsmutter (75).

Sätt fast universalleden (22) framför pedalarmen (6A) på höger handskenas (7A) nedre U-fäste med sexkantsbult (64) och nylonlåsmutter (75).

Sätt fast universalleden (22) framför pedalarmen (5A) på vänster handskenas (8A) nedre U-fäste med sexkantsbult (64) och nylonlåsmutter (75).

Steg 5

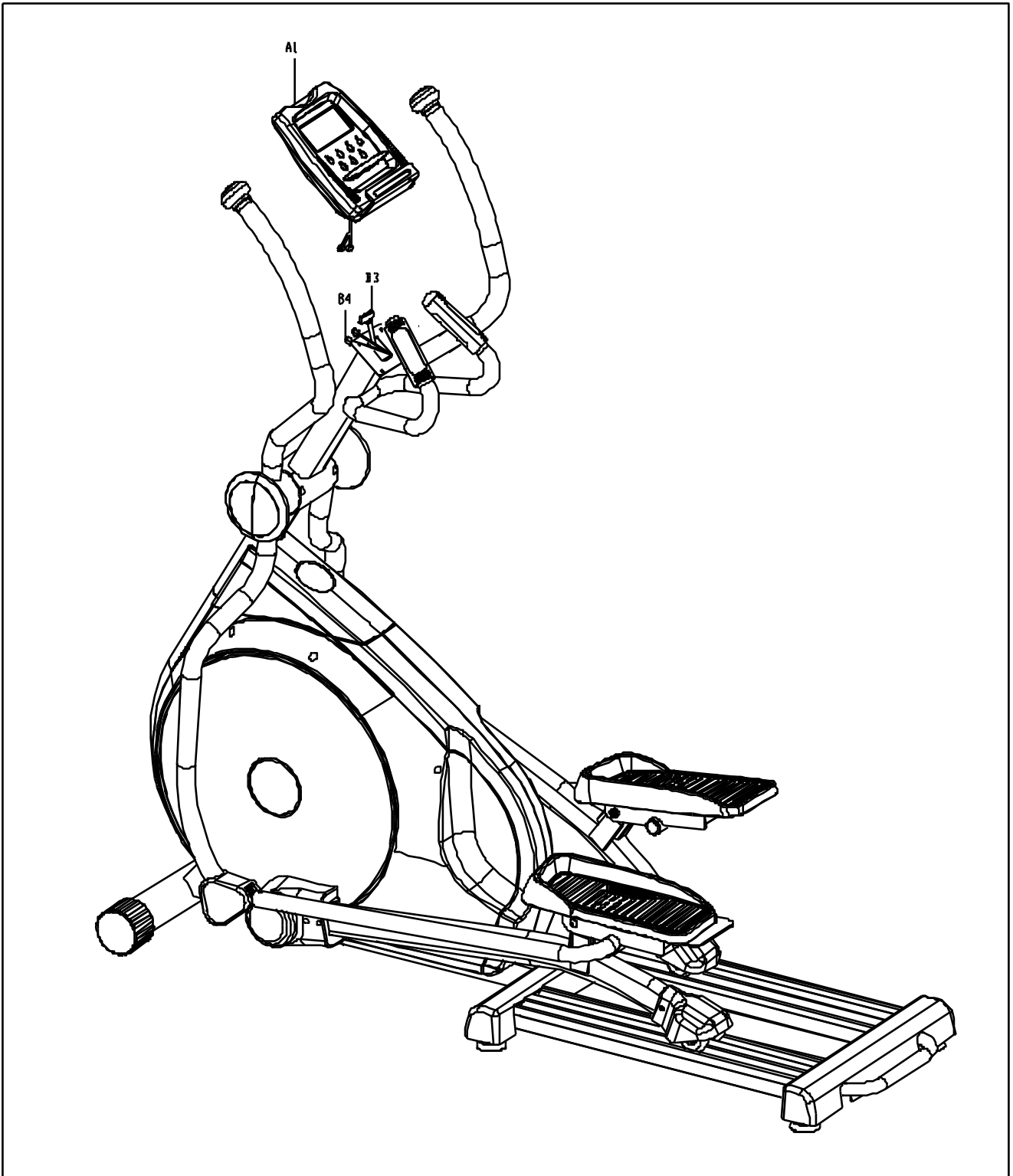


Anslut handskenans främre mittskydd (54) och bakre mittskydd (55) separat vid h vänster handskena (8A) och höger handskena (7A)

Anslut därefter frontskyddet för det främre röret (52) och det bakre skyddet (53) till det främre röret (2A) med fyra platta självgående skruvar (84).

Anslut sedan nedre vänster skydd för handskenan (49) och höger skydd (50) (två uppsättningar) till vänster handskena (8A) och höger handskena (7A) tillsammans med två universalleder (22).

Steg 6



Anslut den övre datorsladden (B3) baktill på datorn, och anslut därefter handpulssladden (B4) till datorn (A1). Skruva sedan fast datorn (A1) vid det främre röret (2).

BRUKSANVISNING TILL SM2744-67

KNAPPFUNKTION:

START/STOPP	Startar eller stoppar träningspasset.
RESET (återställning)	I stoppat läge, tryck på knappen för att återgå till huvudmenyn.
UP (upp)	Väljer träningsläge och justerar funktionsvärdet uppåt.
ENTER	I stoppläget bekräftar Mode-knappen alla inställningar av träningsdata, och Enter-knappen öppnar huvudmenyn.
DOWN (ner)	Väljer träningsläge och justerar funktionsvärdet neråt.
RECOVERY (återhämtning)	Testar återhämtningsstatus för hjärtfrekvens.
BODY FAT (kroppsfett)	Mäter ditt kroppsfett.

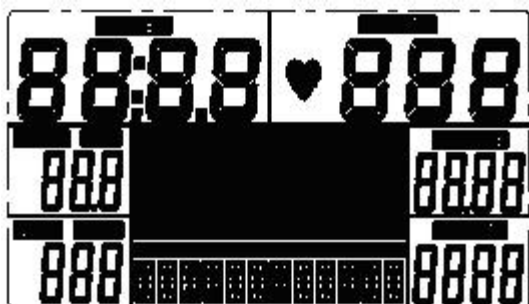
VISA TRÄNINGSDATA:

TIME (tid)	Skärmintervall 0:00~99:99; Inställningsintervall 0:00~99:00 minuter
DISTANCE (distans)	Skärmintervall 0.00~99.99; Inställningsintervall 0,00~99.90km
CALORIES (kalorier)	Skärmintervall 0~9999; Inställningsintervall 0~9990 Cl
PULSE (puls)	Skärmintervall P-30~230; Inställningsintervall 0-30~230
WATT	Skärmintervall 0~999; Inställningsintervall 10~350
SPEED (hastighet)	0.0~99.9km/t
RPM (varv per minut)	0~999

ANVÄNDA TRÄNINGSMASKINEN

1. Sätta på strömmen —

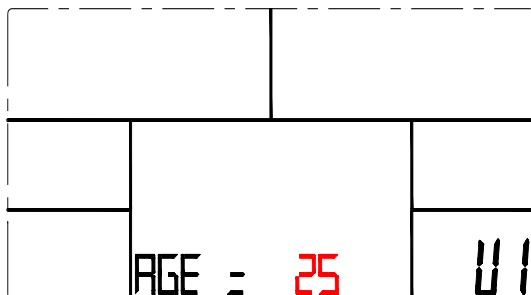
När du ansluter strömkällan slås konsolen på och avger en lång ljudsignal. LCD-skärmen visar alla segment (ritning A) under två sekunder och öppnar därefter inställningsläget för personliga uppgifter.



Ritning A

2. Inställning av användarprofil -

Tryck på ENTER-knappen för att ange värden för SEX (kön), AGE (ålder), HEIGHT (längd) och WEIGHT (vikt). Alla angivna data sparas i din användarprofil (ritning B). När du har angett dina användardata, visar konsolen huvudmenyn (ritning C).



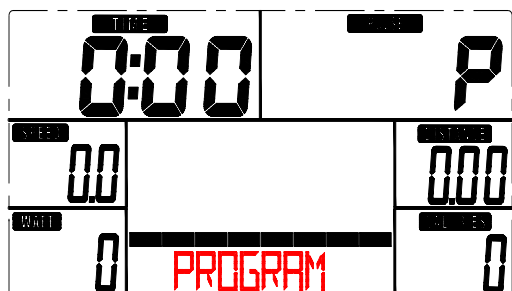
Ritning B



Ritning C

3. Programval—

På huvudmenyn blinkar det första träningsprogrammet MANUAL (manuell). Tryck på UP- och DOWN-knapparna för att välja det MANUELLA → PROGRAMMET → ANVÄNDARPROGRAM → H.R.C. → WATT



Ritning E



Ritning F

3.1. Snabbstart och manuellt läge -

När du har satt på träningsmaskinen kan du trycka på START/STOP-knappen för att genast starta träningspasset i det MANUELLA läget utan att göra några inställningar.

Innan du väljer att träna med det manuella läget, kan du ställa in dina målvärden för TIME (tid), DISTANCE (distans), CALORIES (kalorier) och PULSE (puls). Tryck på ENTER-knappen för att bekräfta. När du har ställt in alla dina mål, tryck på START/STOP-knappen för att starta träningspasset.

Du kan justera nivån under träningspasset genom att trycka på knappen UP eller DOWN.

3.2. PROGRAM (12 profiler):

Innan du tränar i programläget, kan du ange ett målvärde för TIME (tid).

Tryck på UP och DOWN för att välja program med 12 profiler, och tryck därefter på ENTER för att ställa in träningstiden. Tryck på START/STOP-knappen för att starta träningspasset.

Du kan justera nivån under träningspasset genom att trycka på knappen UP eller DOWN.

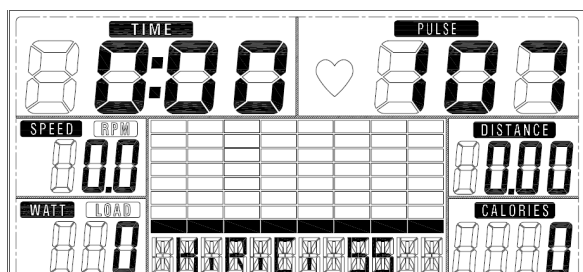
3.3.ANVÄNDARPROGRAM -

Du kan trycka på UP eller DOWN och därefter trycka på **ENTER** för att skapa din egen profil. (från kolumn 1 till kolumn 20) Du kan hålla in ENTER-knappen i två sekunder för att avbryta profilinställningen.

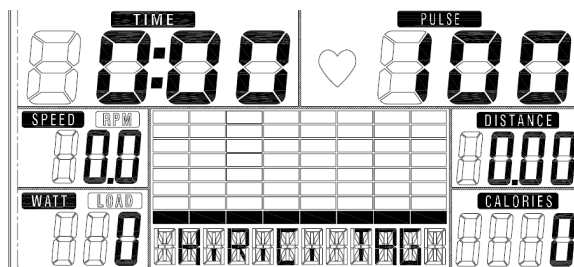
3.4. H.R.C. (kontroll av hjärtfrekvens) -

Det finns fyra **program** i det här läget: H.R.C.55, H.R.C.75, H.R.C.90 och H.R.C. TAG. Använd UP- och DOWN-knappen för att välja ett program och tryck på **ENTER-knappen** för att ställa in träningstiden. Tryck på **START/STOP-knappen** för att starta träningspasset.

Om du väljer H.R.C.55/75/90, visas inställningens hjärtfrekvens i kolumnen PULSE (puls) enligt din angivna AGE (ålder) (ritning G). Om du väljer H.R.C. TAG (tryck på ENTER-knappen för att bekräfta), visas det förinställda pulsvärdet "100" med blinkande text, och därefter kan du trycka på UP- och DOWN-knappen för att justera målintervallet från 30~230(ritning H).



Ritning G



Ritning H

3.5.WATT :

Tryck på UP/DOWN-knappen för att ställa in WATT-målvärdet från 10~350, och tryck därefter på ENTER-knappen. När du har ställt in måltiden, tryck på START/STOP-knappen för att börja träna. Under träningspasset justerar systemet nivån för LOAD (belastning) automatiskt baserat på målvärdet för WATT och träningsstatus.

4.KROPPSFETT:

4.1.I stoppat läge, tryck på knappen BODY FAT för att starta mätningen av kroppsfett.

4.2.Under mätningen måste du hålla båda händerna på handtagen. LCD-skärmen visar "--" "--" i åtta sekunder tills mätningen är slutförd.

4.3.LCD-skärmen visar en rådgivningssymbol för kroppsfett, ditt kroppsfett i procent samt ditt BMI i 30 sekunder.

5. ÅTERHÄMTNING:

5.1. När du har tränat en stund, håll kvar taget om handtagen och tryck på knappen "RECOVERY". All funktionsvisning upphör förutom "TIME" (tid) som börjar räkna ned från 00:60 till 00:00.

5.2. Skärmen visar återhämtningsstatus för din hjärtfrekvens med F1,F2...till F6. F1 är bäst, och F6 är sämst. (Tryck en gång till på RECOVERY-knappen för att gå tillbaka till huvudskärmen.)

6. USB-laddare

Konsolen tillhandahåller USB-laddning endast för surfplattor och smartphones.

OBS:

1. För SM2744-67, kräver konsolen en 9 V/1000 mA-adapter.
2. Om du slutar att trampa i fyra minuter, kommer konsolen att försättas i strömsparläge. Alla inställnings- och träningsdata sparas tills du återupptar träningen.

Om konsolen uppför sig konstigt, testa att koppla bort strömsladden till adaptern och därefter ansluta den igen.

VIKTIGT BETRÄFFANDE SERVICE

Om det skulle uppstå andra problem av något slag, ber vi dig kontakta Mylna:s servicecenter. Här sitter det konsulter med speciell kompetens för att hjälpa dig med frågor som rör produkten, montering eller fel och brister. Du kan även gå till hemsidan www.xerfit.se. Här kommer det att finnas mycket information om produkterna.

VI VILL HELST ATT DU KONTAKTAR OSS INNAN DU EVENTUELLT GÅR TILLBAKA TILL BUTIKEN MED PRODUKTEN:

Kundtjänst: 036-452 53

När du kontaktar oss bör du ha denna bruksanvisning samt originalbruksanvisningen ("USER'S MANUAL") tillhands.

BESTÄLLNING AV RESERVDELAR

Ring eller e-posta till:

Kundtjänst: 036-452 53

E-post: service@xerfit.se

När du beställer reservdelar är det viktigt att du uppger följande information:

- Träningsredskapets modellnummer
- Produktens namn
- Produktens serienummer
- Reservdelsnummer (finns i "USER'S MANUAL")
- Beskrivning av önskad reservdel, se sprängskissen i originalbruksanvisningen (Exploded Drawing i "USER'S MANUAL").