

Instrucciones de montaje y utilización
Instructions for assembly and use
Instructions de montage et utilisation
Montage und Gebrauchsanleitung
Instruções de montagem e utilização
Istruzioni di montaggio e uso
Montage-en gebruiksinstructies

Fig.1

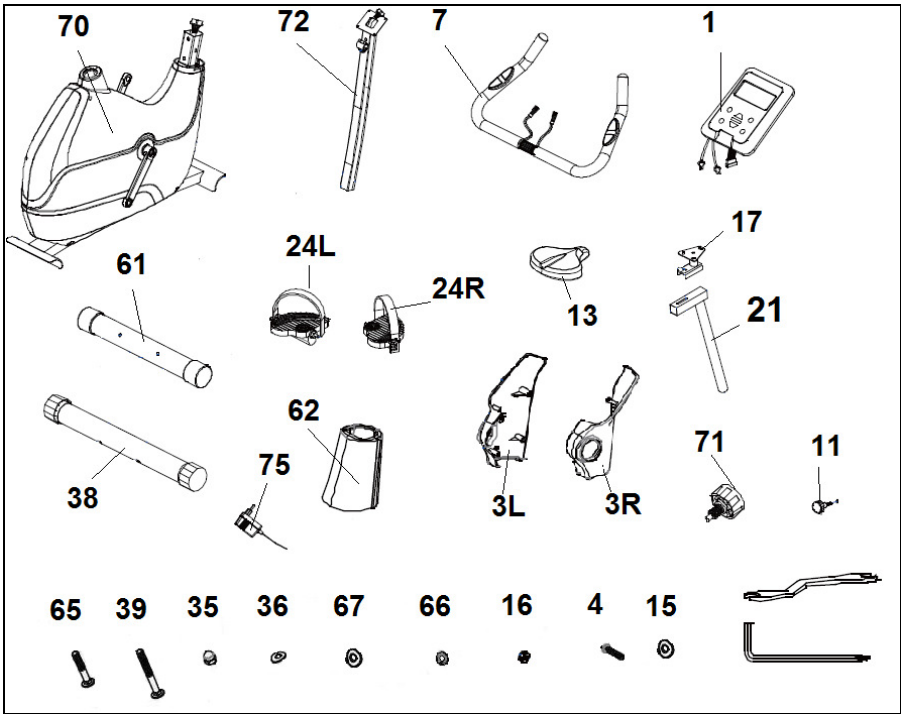


Fig.2

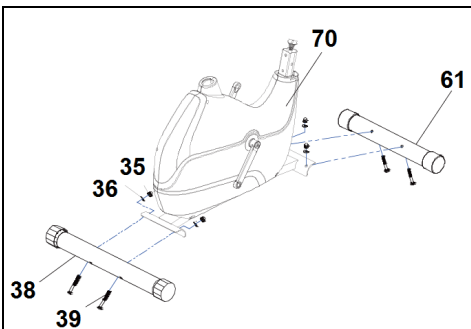


Fig.3

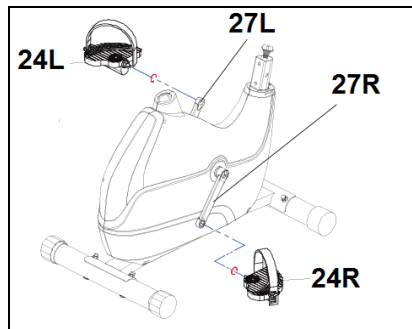


Fig.4

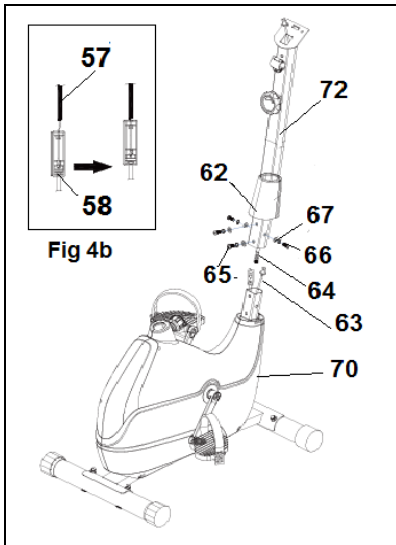


Fig.5

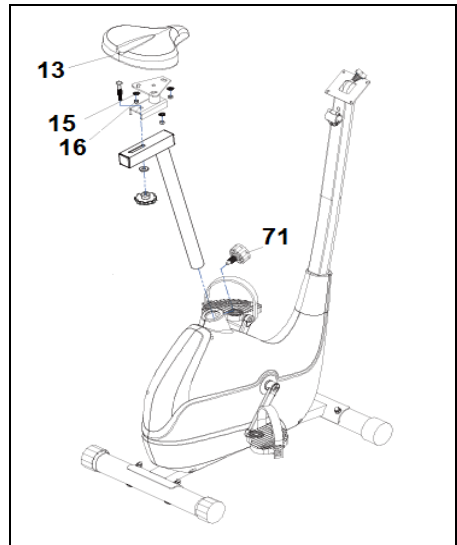


Fig.6

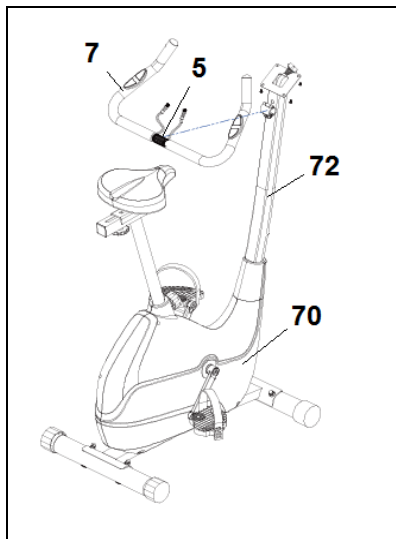


Fig.7

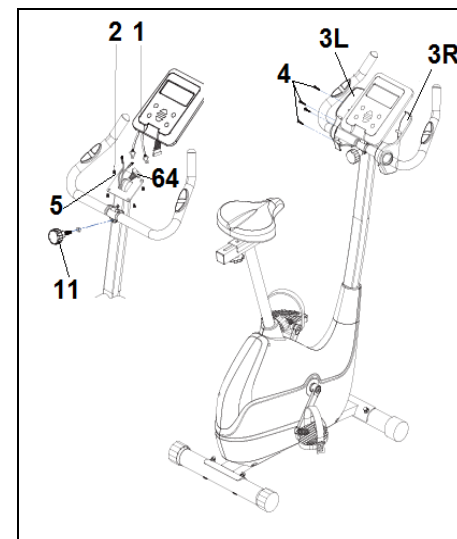


Fig.8

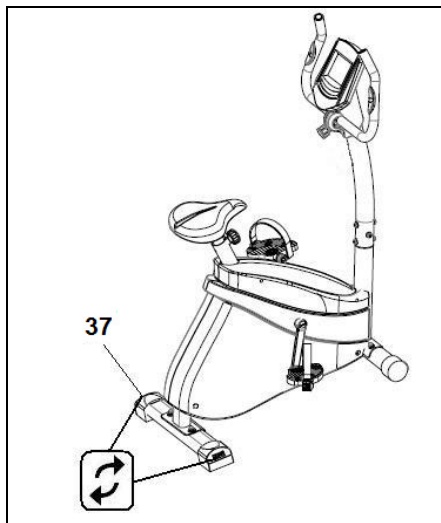


Fig.9

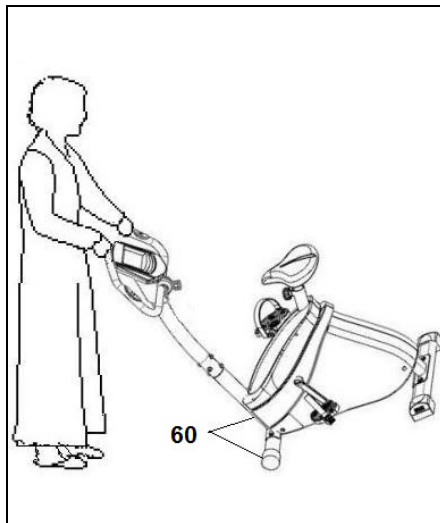
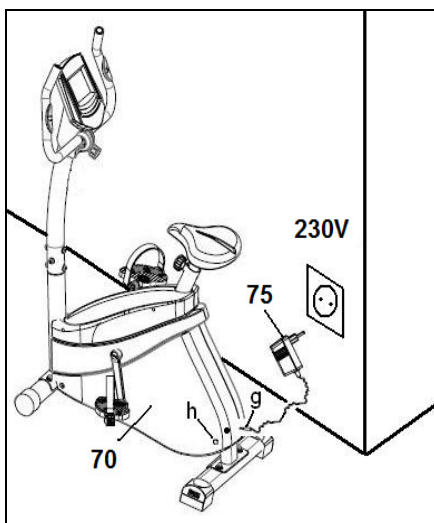


Fig.10



AVISO IMPORTANTE DE SEGURIDAD.- PRECAUCIONES.

Esta bicicleta ha sido diseñada y construida de modo que proporcione la máxima seguridad. Sin embargo, deben aplicarse ciertas precauciones al utilizar aparatos de ejercicio. Lea el manual en su totalidad antes de montar y utilizar la bicicleta.

Asimismo, cumpla con las siguientes precauciones de seguridad:

1 Mantenga a los niños alejados de esta aparato en todo momento. NO los deje desatendidos en la habitación en la que guarda la bicicleta.

2 Sólo puede utilizar el aparato una persona cada vez.

3 Si sufre mareos, náuseas, dolor en el pecho o cualquier otro síntoma durante la utilización de este aparato, PARE el ejercicio. ACUDA A UN MÉDICO INMEDIATAMENTE.

4 Utilice el aparato sobre una superficie sólida y a nivel. NO utilice la bicicleta cerca del agua o al aire libre.

5 Mantenga las manos alejadas de las partes en movimiento.

6 Utilice una indumentaria adecuada para la realización de ejercicio. No use prendas holgadas que podrían engancharse en la bicicleta. Utilice siempre calzado para correr o para aeróbic cuando utilice la máquina. Átense los cordones correctamente.

7 Utilice este aparato sólo para los fines descritos en este manual. NO utilice accesorios no recomendados por el fabricante.

8 No coloque objetos cortantes alrededor de la máquina.

9 Las personas discapacitadas no deberán utilizar la máquina sin la asistencia de una persona cualificada o un médico.

10 Antes de utilizar este aparato, realice un calentamiento con ejercicios de estiramiento.

11 No utilice la bicicleta si no funciona correctamente.

Precaución: Antes de comenzar a utilizar la bicicleta, consulte a su médico.

Esta advertencia es especialmente importante para personas de edades superiores a 35 años o con problemas de salud.

Lea todas las instrucciones antes de utilizar cualquier aparato de ejercicio.

Guarde estas instrucciones.

INDICACIONES GENERALES.-

Lea atentamente las instrucciones de este manual. Este le da indicaciones importantes sobre el montaje, seguridad y uso de la máquina.

1 Esta unidad está diseñada para uso en casa. El peso de usuario no debe exceder de 120 Kg.

2 Esta unidad no ha de utilizarse en ningún caso como juguete.

Los padres y otras personas responsables de los niños deben tener en cuenta la naturaleza curiosa de estos y que puede llevarles a situaciones y conductas que pueden resultar peligrosas.

3 Es responsabilidad del propietario asegurarse que todos los usuarios de la máquina estén adecuados e informados sobre todas las precauciones necesarias.

INSTRUCCIONES DE MONTAJE.-

1 Saque la unidad de la caja y compruebe que tiene todas las piezas Fig.1:

(70) Cuerpo central; (72) Tubo de remo; (7) Manillar; (1) Monitor electrónico. (21) Tija de sillín; (71) Mando regulador de altura del sillín; (61) Barra estabilizadora delantera con ruedas; (38) Barra estabilizadora trasera, con tacos regulables de altura; (13) Sillín; (24R) Pedales (R) derecho y (24L) (L) izquierdo; (3L) Tapa embellecedora lateral izquierda; (3R) Tapa embellecedora lateral derecha; (62) Tapa embellecedora de remo.

Mod YH202 (75) Transformador.

(4) Tornillo rosca chapa 4x15; (15) Arandela plana M8; (16) Tuerca de nylon M8; (39) Tornillos M8x70; (36) Arandela muelle M8; (35) Tuerca ciega de M8; (65) Tornillos allen M8x20; (66) Arandela muelle M8; (67) Arandela plana M8; (11) Pomo de apriete manillar; Llave de dos bocas; Llave allen.

2 Coja la barra estabilizadora con ruedas (61) y sitúela en la parte delantera de la unidad, como muestra la Fig.2, introduzca los tornillos (39), coloque las arandelas (36) y tuercas (35).

Seguido coja la barra estabilizadora trasera, con tacos regulables (38) como muestra la Fig.2, introduzca los tornillos (39), coloque las arandelas (36) y tuercas (35).

3.- MONTAJE DE LOS PEDALES.-

Siga atentamente las instrucciones de montaje de los pedales, una colocación incorrecta podría dañar la rosca del pedal o de la biela.

La posición derecha e izquierda, habrán de tomarse montado el usuario en el sillín, en posición de hacer ejercicio.

El pedal derecho (24R), marcado con la letra (R), se enroscará en sentido de giro agujas del reloj, en la biela derecha, marcada con la letra (R). Apriete fuertemente. Fig.3.

El pedal izquierdo (24L), marcado con la letra (L), se enroscará en el sentido contrario a las agujas del reloj, en la biela izquierda, marcada con la letra (L). Apriete fuertemente. Fig.3.

4.- MONTAJE DEL TUBO MANILLAR.-

Coja el tubo de remo (72) e introduzca la carcasa embellecedora inferior de remo (62). Acerque el tubo de remo (72) al tubo saliente del cuerpo central (70). Para el modelo FI100 conexione los terminales de los cables (57) y (58) según figura 4b.

Conexione los terminales (64) y (63) Introduzca el tubo de remo (72) en el tubo saliente, del cuerpo central (70) Fig.4, teniendo cuidado de no pillar los cables. Coloque los tornillos (65) junto con las arandelas (66) y (67) Fig.4 y apriete fuertemente.

Baje la tapa embellecedora (62) del tubo remo (72) hasta el tubo base del cuerpo central (70).

5.- MONTAJE DEL SILLÍN.-

Coloque el sillín (13) Fig.5, en la tija (21) como muestra la Fig.5, teniendo en cuenta que los agujeros de la tija le queden hacia la parte delantera del sillín, coloque el sillín en posición y apriete fuertemente las tuercas (16) con las arandelas (15).

Seguido introduzca el tubo de tija por el agujero del cuerpo principal (70), coloque el pomo de apriete de tija (71) fije la tija en su posición comoda con el pomo de apriete (71) y apriete en sentido de las agujas del reloj.

6.- REGULACIÓN DE LA ALTURA DEL SILLÍN.-

Aflojando un poco el mando regulador de altura sillín (71), Fig.5, en sentido contrario a las agujas del reloj y tirando del mismo hacia atrás, cuando esté a la altura adecuada, suelte el mando regulador y se introducirá sobre los agujeros de la tija. Apriete el mando en sentido de las agujas del reloj.

7.- COLOCACIÓN DEL MANILLAR.-

Suelte la brida, de fijación del manillar, posicione el manillar (7) junto al tubo de remo (72), Fig.6.

Pase los cables del hand-grip (5) por la ranura del tubo remo (72) Fig.6 y sáquelo por la parte superior del tubo remo.

Introduzca el manillar (7) en la brida del tubo remo (72) Fig.6. Posicione el manillar en una posición comoda y apriete el pomo (11) girando en sentido de las agujas del reloj, Fig.6.

8.- COLOCACIÓN DEL MONITOR ELECTRÓNICO.-

Suelte los tornillos de la parte trasera del monitor, conexione los terminales del reenvío (64) con los del monitor (1) Fig.7, seguido introduzca el monitor de arriba hacia abajo deslizándolo por la chapa del tubo remo (72), teniendo cuidado de no pillar los cables, coloque los tornillos (2) y apriete, conexione el terminal del hand-grip (5) Fig.7.

Introduzca las tapas embellecedoras (3L) y (3R) por los extremos del manillar (7) Fig.7.

Atornillelas con los tornillos (4), Fig.7.

9.- NIVELACIÓN.-

Una vez colocada la unidad en su lugar definitivo, para la realización del ejercicio, compruebe que el asentamiento en el suelo y su nivelación sean correctos.

Esto se conseguirá girando más o menos los tacos de apoyo (37) como muestra la Fig.8.

10.- MOVIMIENTO Y ALMACENADO.-

El aparato va equipado con ruedas (60), el cual hace más fácil su traslado. Las dos ruedas situadas en la parte delantera del aparato sirven para guardarlo en el lugar elegido, con mayor facilidad, tal como se indica en la Fig.9.

11.-CONEXION A LA RED.- YH202

Introduzca la clavija de enganche (g) del transformador (75) en el punto de conexión (h), del cuerpo central (70), (parte trasera inferior) y conecte el transformador de corriente a la red de 230v, Fig.10.

**BH SE RESERVA EL DERECHO A
MODIFICAR LAS
ESPECIFICACIONES DE SUS
PRODUCTOS SIN PREVIO AVISO.**

Para cualquier consulta, no dude en ponerse en contacto con el (S.A.T).Servicio de Asistencia Técnica, llamando al teléfono de atención al cliente (ver página final del presente manual).

IMPORTANT SAFETY ADVICE.- PRECAUTIONS.

This bicycle has been designed and constructed to provide maximum safety. Nevertheless, certain precautions should be taken when using exercise equipment. Read the whole manual before assembling and using the bicycle. The following safety precautions should also be observed:

1 Keep children away from this equipment at all times. DO NOT leave them unsupervised in the room where this bicycle is kept.

2 It can only be used by one person at a time.

3 If you experience dizziness, nausea, chest pains or any other symptom while using this appliance STOP the exercise. SEEK MEDICAL ATTENTION IMMEDIATELY.

4 Use the appliance on a level, solid surface. DO NOT use the bicycle outdoors or close to water.

5 Keep your hands well away from any of the moving parts.

6 Wear clothing suitable for doing exercise. Do not use baggy clothing that might get caught up in the bicycle. Always wear running shoes or trainers when using the machine. Make sure all laces/cords are tied correctly.

7 This appliance must only be used for the purposes described in this manual. DO NOT use accessories that are not recommended by the manufacturer.

8 Do not place sharp objects near the machine.

9 Disabled people should not use the machine without the assistance of a qualified person or a doctor.

10 Do warm up stretching exercises before using the equipment.

11 Do not use the bicycle if it is not working correctly.

Caution: Consult your doctor before beginning to use the bicycle. This advice is especially important for those over 35 or suffering from health problems. Read all of the instructions before using any exercise equipment. Keep these instructions safe for future use.

GENERAL INSTRUCTIONS.-

Carefully read through the instructions contained in this manual. It provides you with important information about assembly, safety and use of the machine.

1 This unit has been designed for home use. The weight of the user must not exceed 120kg.

2 Parents and/or those responsible for children should always take their curious nature into account and how this can often lead to hazardous situations and behaviour resulting in accidents.

Under no circumstances should this appliance be used as a toy.

3 The owner is responsible for ensuring that anyone who uses the machine is duly informed about the necessary precautions.

ASSEMBLY INSTRUCTIONS.-

1 Take the unit out of its box and make sure that all of the pieces are there, Fig.1:

(70) Main body; (72) Main post; (7) Handlebar; (1) Electronic monitor; (21) saddle post; (71) Saddle height adjustment knob; (61) Front stabiliser bar with wheels; (38) Rear stabiliser bar with adjustable feet; (13) Saddle; (24R) pedals (R) Right and (24L) (L) left; (3L) Left side trim cover; (3R); Right side trim cover; (62) Bottom post cover.

YH202: (75) Transformer.

(4) Self-tapping screw 4x15; (15) Flat washer M-8; (16) Nylon nut M-8; (39) Screws M-8x70; (36) Spring washer M-8; (35) Cap nut M-8; (65) Allen screw M-8x20; (66) Spring washer M-8; (67) Flat washer M-8; (11) Handlebar locking knob; Double ended spanner; Allen key.

2 Take the front stabiliser bar with wheels (61) and place it at the front of your unit, as shown in Fig.2, insert the screws (39), fit the washers (36) and the nuts (35).

Then take the rear stabiliser bar with the adjustable blocks (38) and place it at the front of your unit, as shown in Fig.2, insert the screws (39), fit the washers (36) and the nuts (35).

3.- ATTACHING THE PEDALS.-

The assembly instructions for the pedals must be followed to the letter, fitting these incorrectly could damage the screw thread on the pedal or the crank.

Right and left refer to the position that the user adopts when sitting on the saddle to do the exercises.

The right pedal (24R) is marked with the letter (R).This screws onto the right-hand crank, also marked with an (27R), in a clockwise direction. Tighten securely Fig.3.

The left pedal (24L) is marked with the letter (L). These screws onto the left-hand crank, also marked with an (27L), in an anti-clockwise direction. Tighten securely Fig.3.

4.- FITTING THE HANDLEBAR STEM.-

Take the main post (72) and insert the bottom post cover (62). Bring the main post (72) up to boss on the main body (70). For the model FI100 connect the wire terminals (58) and (57), Fig.4b.

Conect the terminals (64) and (63).

Slip the main post (72) over the boss on the main body (70), Fig.4, making sure not to snag any of the cables.

Refit the screws (65), and the washers (66) and (67), Fig.4, and tighten securely.

Lower the bottom trim section (62) for the main post (72) down over the boss section of the main body (70).

5.- ATTACHING THE SADDLE.-

Place the saddle (13), Fig.5, onto the saddle post (21) as shown in Fig.5, making sure that the holes on the saddle post are at the front of the saddle. Fit the saddle into position and tighten the nuts securely (16) with the washers (15).

Next, insert the saddle post into the hole on the main body (70), fit the saddle post adjustment knob (71), adjust the position of the saddle post and tighten the knob (71) by turning it clockwise.

6.- ADJUSTING SADDLE HEIGHT.-

Loosen the saddle height control knob (71) a little, Fig.5, turning it anti-clockwise and then pulling it back, when the saddle is at the right height release the control knob and this will lock back into the holes on the saddle post. Tighten the control knob by turning it clockwise.

7.- FITTING THE HANDLEBAR.

Loosen the handlebar bracket, line the handlebar (7) up with the main post (72), Fig.6.

Pass the hand-grip cables (5) through the slot on the post (58) Fig.6, and pull them out through the top.

Insert the handlebar (7) in the bracket of the main mast (72) Fig.6 Set the handlebar in a comfortable position and tighten the handle (11) turning clockwise, Fig.6.

8.- FITTING THE ELECTRONIC MONITOR.-

Remove the screws from the base of the monitor, connect the terminals for the feedback cable (64) to those on the monitor (1), Fig.7, then slide the front of the monitor down onto the plate on the main post (72), making sure not to snag any of the wires, fit the screws and tighten, plug the terminal for the handgrip (5) Fig.7. Insert the trim covers (3L) and (3R) through the ends of the handlebar (7) Fig.7. Fix them with the screws (4).

9.- LEVELLING.-

Once the unit has been placed into its final position for doing exercise, make sure that it sits flat on the floor and that it is level. This can be achieved by screwing the adjustable support blocks (37) up or down, as shown in Fig.8.

10.- MOVEMENT & STORAGE.-

The appliance is equipped with wheels (60) making it easier to move about. The two wheels at the front of the appliance make it easy to store the machine away, as shown in Fig.9.

11.-MAINS CONNECTION.- YH202

Insert the jack (g) on the transformer (75) into the connection hole (h) on the main body (70) (bottom, rear of the machine) and then plug the transformer into a 230 V mains supply, Fig.10.

BH RESERVES THE RIGHT TO MODIFY THE SPECIFICATIONS OF ITS PRODUCTS WITHOUT PRIOR NOTICE.

Do not hesitate to get touch with the Technical Assistance Service if you have any queries by phoning customer services (see last page in manual)

IMPORTANTES CONSIGNES DE SÉCURITÉ.- PRÉCAUTIONS.

Cette bicyclette a été conçue et fabriquée de façon à ce qu'elle puisse offrir une sécurité maximale.

Néanmoins, l'utilisateur est tenu de prendre certaines précautions au cours de ses entraînements.

Avant de monter et d'utiliser ce vélo, veuillez lire attentivement cette notice et respecter les normes de sécurité indiquées ci-après:

1 Les enfants doivent être tenus à l'écart de cette machine. **NE PAS** laisser les enfants sans surveillance dans la pièce où se trouve la bicyclette.

2 Cet appareil ne peut être utilisé que par une personne à la fois.

3 En cas de malaises, nausées, douleur dans la poitrine ou tout autre symptôme durant l'utilisation de cet appareil, **ARRÊTEZ** l'exercice et **CONSULTEZ UN MÉDECIN**.

4 Cet appareil doit être utilisé sur une surface solide et bien nivelée. **NE PAS** utiliser le vélo à proximité de l'eau ni en plein air.

5 Tenir les mains à l'écart des éléments mobiles de la bicyclette.

6 Portez les vêtements appropriés pour réaliser vos exercices. Ne pas porter de vêtements amples qui risqueraient d'être happés par les

pièces mobiles du vélo. Pour utiliser la machine, chaussez des chaussures de sport appropriées pour ce faire. Nouez bien vos lacets de chaussures.

7 Cet appareil ne doit être utilisé qu'aux fins indiquées dans cette notice. **NE pas** utiliser d'accessoires autres que ceux recommandés par le fabricant.

8 Ne pas poser d'objets coupants aux abords de la machine.

9 Les personnes handicapées ne pourront utiliser la machine que si elles sont accompagnées par une personne qualifiée pour ce faire ou par un médecin.

10 Avant d'utiliser cet appareil, l'utilisateur doit faire des échauffements par l'intermédiaire d'exercices d'étirement.

11 Ne pas utiliser le vélo s'il fonctionne incorrectement.

Précaution: Consultez votre médecin avant d'entreprendre des exercices sur cette machine. Cette remarque s'adresse plus particulièrement aux personnes âgées de + de 35 ans et aux personnes qui ont des problèmes de santé. Avant d'utiliser un quelconque appareil d'exercice, veuillez lire toutes les précautions d'emploi.

Conservez cette notice.

CONSIGNES GÉNÉRALES.-

Lire cette notice très attentivement. Elle contient d'importantes informations sur le montage, la sécurité et l'utilisation de la machine.

1 Cette machine a été conçue pour être utilisée chez soi. Le poids de l'utilisateur ne doit pas dépasser 120Kg.

2 Les parents ou personnes à qui des enfants ont été confiés doivent tenir compte de leur soif de curiosité qui peut les conduire à avoir des conduites risquant de se traduire par des situations dangereuses. Cet appareil n'est pas un jouet.

3 Il incombe au propriétaire de vérifier si tous les utilisateurs de la machine sont habilités pour le faire et de leur fournir les informations requises à propos des précautions à prendre.

1 INSTRUCTIONS DE MONTAGE.-

Déballez l'unité de la caisse et vérifiez qu'il ne manque pas de pièces Fig.1 :

(70) Corps central; (72) Tube rameur; (7) Guidon; (1) Moniteur électronique; (21) Tige de la selle; (71) Bouton de réglage de la hauteur de la selle; (61) Barre stabilisatrice avant avec roulettes; (38) Barre stabilisatrice arrière avec taquets pour le réglage de la hauteur; (13) Selle; (24R) Pédale; (R) droite et; (24L) (L) pédale gauche; (3L) Cache latérale gauche; (3R); Cache altérale droit; ; (62) La carcasse du cache inférieur du rameur.

YH202: (75) Transformateur.

(4) Vis filetée tôle 4x15; (15) Rondelle plate M-8; (16) Ecrou en nylon M-8; (39) Vis M-8x70; (36) Rondelle ressort M-8; (35) Ecrou aveugle M-8; (65) Vis

tête Allen M-8x20; (66) Rondelle ressort M-8; (67) Rondelle plate M-8; (11) Pommeau serrage guidon; Clé double; Clé Allen.

2 Prendre la barre stabilisatrice avec les roulettes (61) et placez-la en avant de l'unité comme indiqué dans la Fig.2, introduire les vis (39), posez les rondelles (36) et les écrous (35).

Ensuite, prendre la barre stabilisatrice arrière avec les taquets réglables (36) et placez-la en avant de l'unité comme indiqué dans la Fig.2, introduire les vis (39), posez les rondelles (36) et les écrous (35).

3.- MONTAGE DES PÉDALES.-

Suivez très attentivement les instructions de montage des pédales car un montage défectueux des pédales risque d'endommager le filetage de la pédale ou celui de la bielle.

La position droite et la position gauche sont les positions prises alors que l'utilisateur est assis sur la selle et sur la position d'exécution de l'exercice.

La pédale droite (24R) est signalée par la lettre (R) et doit être vissée dans le sens de rotation des aiguilles d'une montre, dans la bielle droite signalée par la lettre (R), Vissez très fort Fig.3.

La pédale gauche (24L) est signalée par la lettre (L) et doit être vissée dans le sens contraire à celui des aiguilles d'une montre, dans la bielle gauche, signalée par la lettre (L). Vissez très fort Fig.3.

4.- MONTAGE DU TUBE DU GUIDON.-

Prendre le tube rameur (72) et introduire la carcasse du cache inférieur du rameur (62). Approcher le tube rameur (72) vers le tube qui dépasse du corps principal (70),

Pour le modèle F1100 connecter les connecteurs des câbles (57) et (58), fig 4b. Connecter les connecteurs (64) et (63).

Introduire le tube rameur (72) dans le tube qui dépasse du corps central (70) dans le sens de la flèche, Fig.4 en veillant à ne pas pincer les câbles.

Poser les vis (65) et les rondelles (66) et (67) Fig.4 et visser solidement.

Faire descendre le cache (62) du tube rameur (72) jusqu'au tube de base du corps central (70).

5.- MONTAGE DE LA SELLE.-

Posez la selle (13) Fig.5 sur la tige (21) comme indiqué dans la Fig.5 de façon à ce que les trous de la tige soient bien en partie avant de la selle. Posez la selle sur la bonne position et vissez très fort les écrous (16) et les rondelles (15).

Introduisez ensuite le tube de la tige dans le trou du corps principal (70), placez le pommeau de fixation de la tige (71), posez la tige sur une position confortable avec le pommeau de serrage (71) et vissez dans le sens des aiguilles d'une montre.

6.- RÉGLAGE DE LA HAUTEUR DE LA SELLE.-

Desserrez légèrement la commande de réglage de la hauteur de la selle (71), Fig.5 dans le sens contraire à celui des aiguilles d'une montre et tirez la commande en arrière. Quand la hauteur voulue sera atteinte, lâchez

la commande de réglage et introduisez-la dans les trous de la tige. Serrez la commande dans le sens des aiguilles d'une montre.

7.- MONTAGE DU GUIDON.-

Lâchez la bride de fixation du guidon, placez le guidon (7) près du tube rameur (72), Fig.6.

Passez les câbles de l'hand-grip (5) dans la rainure du tube rameur (72) Fig.6 et tirez-les par la partie supérieure du tube rameur.

Introduire le guidon (7) dans la bride du tube rameur (72) Fig.6. Placer le guidon sur une position confortable pour l'utilisateur et serrer le pommeau (11) dans le sens des aiguilles d'une montre, Fig.6.

8.- MISE EN PLACE DU MONITEUR ÉLECTRONIQUE.-

Dévissez les vis de la partie arrière du moniteur, connectez les connecteurs du renvoi (64) à ceux du moniteur (1) Fig.7, puis introduire le moniteur de haut en bas en le faisant glisser dans la rainure du tube rameur (72) en veillant à ne pas pincer les câbles. Posez les vis (2) et vissez-les, connectez le connecteur du hand-grip (5) Fig.7.

Introduire les caches (3L) et (3R) par les extrémités du guidon (7) Fig.7. Fixez-les avec les vis (4), Fig.7.

9.- NIVELLEMENT.-

Après avoir installé l'appareil à l'emplacement qui lui a été réservé pour la réalisation de l'exercice, vérifiez si l'assise au sol et le nivellement sont bons. Pour obtenir un bon nivellement, tournez les taquets d'appui (37) comme indiqué sur la Fig.8.

10.- DEPLACEMENT & RANGEMENT.-

Afin de pouvoir la déplacer facilement, la machine porte des roulettes (60).

Les deux roulettes placées en partie avant de l'appareil permettent de le ranger facilement à l'endroit réservé pour ce faire, comme indiqué sur la Fig.9.

11.-BRANCHEMENT AU RÉSEAU.- YH202

Introduire la fiche de branchement (g) du transformateur (75) dans la prise de connexion (h) du corps central (70), (dans le bas de la partie arrière) et connectez le transformateur de courant à la ligne de 230 V, Fig.10.

BH SE RÉSERVE LE DROIT DE MODIFIER LES CARACTÉRISTIQUES DE SES PRODUITS SANS PRÉAVIS.

Pour toute information complémentaire et en cas de doute sur le bon état de l'une quelconque partie de la machine, n'hésitez pas à appeler le Service d'Assistance Technique (SAT) au numéro de téléphone d'Assistance Clientèle qui figure à la dernière page de cette notice.

WICHTIGER SICHERHEITSHINWEIS.- VORSICHTSMASSNAHMEN.

Dieses Fahrrad wurde so entwickelt und konstruiert, dass es maximale Sicherheit bietet.

Trotzdem müssen bestimmte Sicherheitshinweise bei der Benutzung von Trainingsgeräten beachtet werden. Lesen Sie bitte das gesamte Handbuch, bevor Sie das Gerät montieren und benutzen.

Befolgen Sie bitte nachstehende Vorsichtsmaßnahmen:

1 Halten Sie Kinder von dem Gerät fern. Lassen Sie sie NICHT unbeaufsichtigt in dem Raum, in dem das Fahrrad aufbewahrt wird.

2 Das Gerät darf immer nur von einer Person gleichzeitig benutzt werden.

3 Bei Schwindelgefühl, Übelkeit, Brustschmerz oder sonstigen Symptomen, die bei der Benutzung des Geräts auftreten, BRECHEN sie die Übung AB. WENDEN SIE SICH SOFORT AN EINEN ARZT.

4 Stellen Sie das Gerät auf eine fest und ebene Fläche. Benutzen Sie das Gerät nicht in der Nähe von Wasser oder im Freien.

5 Berühren Sie die in Bewegung befindlichen Teile nicht mit den Händen.

6 Tragen Sie während des Trainings geeignete Kleidung. Weite Kleidung kann sich im Fahrrad verklemmen. Benutzen Sie Jogging- oder Aerobic-

Schuhe. Achten Sie darauf, dass die Schnürsenkel fest gebunden sind.

7 Benutzen Sie dieses Gerät nur zu den in diesem Handbuch aufgeführten Zwecken. Verwenden Sie nur Zubehörteile, die vom Hersteller des Geräts empfohlen werden.

8 Achten Sie darauf, dass sich in der Nähe des Gerätes keine scharfen Gegenstände befinden.

9 Behinderte Personen dürfen das Gerät nur mit Unterstützung durch qualifiziertes oder medizinisches Personal benutzen.

10 Bevor Sie das Gerät benutzen, führen Sie zum Aufwärmen Streckübungen durch.

11 Benutzen Sie das Gerät nicht, wenn es nicht einwandfrei funktioniert.

Achtung: Bevor Sie das Gerät benutzen, konsultieren Sie bitte Ihren Arzt. Dieser Hinweis ist besonders wichtig für Personen, die älter als 35 sind oder gesundheitliche Probleme haben. Bevor Sie irgendein Trainingsgerät benutzen, lesen Sie bitte stets die gesamten Anleitungen. Bewahren Sie diese Anleitungen gut auf.

ALLGEMEINE HINWEISE.-

Lesen Sie diese Anleitungen aufmerksam. Sie finden hier wichtige Hinweise zur Montage, Sicherheit und Benutzung des Geräts.

1 Dieses Gerät ist für den häuslichen Gebrauch vorgesehen. Das Gewicht des Benutzers darf 120kg nicht überschreiten.

2 Eltern bzw. Aufsichtspflichtige von Kindern sollten deren natürliche Neugier berücksichtigen, die u.U. gefährliche Situationen und Verhaltensweisen mit sich bringen kann. Dieses Gerät darf unter keinen Umständen als Spielzeug verwendet werden.

3 Der Eigentümer muss sich vergewissern, dass alle Benutzer des Geräts die notwendigen Sicherheitsvorkehrungen kennen und in geeigneter Weise beachten.

1 HINWEISE ZUR MONTAGE.-

Nehmen Sie das Gerät aus der Verpackungskiste und überprüfen Sie, dass alle Teile Fig.1 vorhanden sind: (70) Hauptrahmen; (72) Ruderrohr; (7) Lenkstange; (1) elektronischer Monitor; (21) Sattelstange; (71) Höheneinstellung der Sattelstange; (61) vordere Stabilisierungsstange mit Rädern; (38) hintere Stabilisierungsstange mit Einstellblöcken; (13) Sattel; (24R) Pedale (R) rechts und (24L) (L) links; (3L) seitliche Blende links; (3R); seitliche Blende rechts;(62) das Ziergehäus; YH202 (75) Transformator.

(4) Blechgewindeschraube 4x15; (15) flache Unterlegscheibe M-8; (16) Nylonmutter M8; (39) M-8x70 Schrauben; (36) Federscheibe M-8; (35) Blindmutter M-8; (65) M-8x20 Schrauben; (11) Anzugsknauf Lenker; Doppel-Maulschlüssel; Inbusschlüssel.

2 Platzieren Sie die Stabilisierungsstange mit Rädern (61)

auf der Vorderseite des Geräts (vgl. Fig.2. Setzen Sie die Schrauben (39) die Unterlegscheiben (36) und Muttern (35) ein.

Nehmen Sie dann die hintere Stabilisierungsstange mit den einstellbaren Blöcken (38) Setzen Sie die Schrauben (39), die Unterlegscheiben (36) und Muttern (35) ein.

3.- MONTAGE DER PEDALE.-

Bitte befolgen Sie die Hinweise zur Montage der Pedale. Ein falsches Einsetzen derselben könnte das Gewinde der Pedale oder der Tretkurbel beschädigen.

Die Positionen rechts und links gelten aus der Sichtweise eines in Übungsposition auf dem Sattel sitzenden Benutzers.

Das mit einem (R) gekennzeichnete rechte Pedal (24R) im Uhrzeigersinn auf die rechte Tretkurbel gedreht, die ebenfalls mit einem (R) gekennzeichnet ist. Ziehen Sie das Pedal gut fest Fig.3.

Das mit einem (L) gekennzeichnete linke Pedal (24L) wird gegen den Uhrzeigersinn auf die ebenfalls mit einem (L) markierte linke Tretkurbel geschraubt. Bitte gut festziehen Fig.3.

4.- MONTAGE DER LENKSTANGE.-

Führen Sie das Ruderrohr (72) in Pfeilrichtung in das untere Ziergehäuse (62) ein.

Führen Sie das Ruderrohr (72) an das aus dem Hauptrahmen (70) tretende Rohr. Für das Modell FI100 Anschlüsse für Kabel (57) und (58) Fig 4b.

Verbinden Sie die Klemmen (64) und (63) miteinander Fig.4.

Schieben Sie das Ruderrohr (72) in das heraustretende Rohr des Haupttrahmens (70) Fig.4 und achten Sie darauf, dass die Kabel nicht eingeklemmt werden.

Setzen Sie die Schrauben (65) und die Unterlegscheiben (66) und (67) ein und ziehen Sie sie gut fest Fig.4.

Senken Sie die Abdeckung nach oben (62) Ruderrohr (72) an der Basis der haupttrahmen (70).

5.- MONTAGE DES SATTELS.-

Setzen Sie den Sattel (13) Fig.5 auf die Sattelstange (21), wie in Fig.5 dargestellt. Achten Sie dabei darauf, dass die Öffnungen der Sattelstange zur Vorderseite des Sattels zeigen. Bringen Sie den Sattel auf Position und ziehen Sie die Muttern gut fest (16) mit Unterlegscheiben (15).

Stecken Sie das Sattelrohr dann in die Öffnung des Hauptkörpers (70), bringen Sie den Anzugsknauf (71) der Sattelstange an und stellen Sie diese mit Hilfe des Knaufs (71) auf die gewünschte Position ein. Ziehen Sie die Stange dann im Uhrzeigersinn fest.

6.- EINSTELLEN DER SATTELHÖHE.-

Lockern Sie den Höhenregler (71) des Sattels etwas Fig.5, indem Sie ihn gegen den Uhrzeigersinn drehen und etwas nach hinten ziehen. Wenn die korrekte Höhe eingestellt ist, lassen Sie den Regler los. Er rastet in den Löchern der Sattelstange ein. Ziehen Sie den Höhenregler im Uhrzeigersinn fest.

7.- EINSETZEN DES LENKERS.

Lösen Sie den Befestigungsflansch des Lenkers, positionieren Sie den Lenker (72) am Ruderrohr Fig.6.

Führen Sie die Handgrip-Kabel (5) durch den Schlitz des Ruderrohrs (72) Fig.6. Ziehen Sie das Kabel am oberen Ende des Ruderrohrs heraus.

Setzen Sie den Lenker (7) in den Flansch der Ruderstange (72) Fig.6. Bringen Sie ihn in die gewünschte Position und ziehen Sie den Knauf (11) fest, indem Sie ihn gegen den Uhrzeigersinn drehen Fig.6.

8.- ANBRINGEN ES ELEKTRONISCHEN MONITORS.-

Lösen Sie die Schrauben auf der Rückseite des Monitors, schließen Sie die Feedbackklemmen (64) an die des Monitors (1) Fig.7 und setzen Sie dann den Monitor von oben nach unten ein, indem Sie ihn über das Blech des Ruderrohrs (72) rutschen lassen. Achten Sie dabei darauf, die Kabel nicht einzuklemmen. Schließen (2) Sie die Endklemme des Hand-Grip (5) Fig.7.

Schieben Sie die Blenden (3L) und (3R) über die Enden des Linkers (7) auf Fig.7.

Schrauben Sie sie mit den Schrauben (4) fest Fig.7.

9.- NIVELLIERUNG.-

Wenn das Gerät an seinem definitiven Aufstellungsort steht, an dem die Übungen ausgeführt werden sollen, überprüfen Sie, ob es fest auf dem Boden steht und richtig nivelliert ist. Die Nivellierung können Sie durch Drehen der Stützmuttern (37) ausführen Fig.8.

10.- TRANSPORT UND LAGERUNG.-

Das Gerät verfügt über Räder (60), die seinen Transport erleichtern. Die beiden Räder auf der Vorderseite des Geräts dienen dem Transport an den Ort seiner Aufbewahrung Fig.9.

11.-NETZANSCHLUSS.- YH202

Stecken Sie den Verbindungsstecker (g) des Transformators (75) in den Anschluss (h) am Hauptrahmen (70) (Rückseite unten) und schließen Sie den Transformator an das 230 V Netz Fig.10.

BH BEWAHRT SICH DAS RECHT ZU ÄNDERUNGEN SEINER PRODUKTSPEZIFIZIERUNGEN OHNE VORHERIGE ANKÜNDIGUNG VOR

Sollten über den Zustand einer Komponente Zweifel bestehen, setzen Sie sich bitte mit dem (TKD) Technischen Kundendienst in Verbindung, indem Sie das Servicetelefon anrufen (siehe letzte Seite des Handbuchs).

AVISO IMPORTANTE DE SEGURANÇA.- PRECAUÇÕES.

Esta bicicleta foi desenhada e construída de modo a proporcionar a máxima segurança. No entanto, devem aplicar-se certas precauções ao utilizar aparéelos de exercício. Leia todo o manual antes de montar e utilizar a bicicleta. Além disso, cumpra as seguintes precauções de segurança:

1 Mantenha as crianças afastadas deste aparéelo em todo momento. NÃO as deixe sozinhas, sem estarem vigiadas no quarto onde guarda a bicicleta.

2 Só pode utilizar o aparelho uma pessoa de cada vez.

3 Se sofrer enjoos, náuseas, dor no peito ou qualquer outro sintoma durante a utilização deste aparelho, PARE o exercício. DIRIJA-SE A UM MÉDICO IMEDIATAMENTE.

4 Utilize o aparelho sobre uma superfície sólida e nivelada. NÃO utilize a bicicleta perto da água nem ao ar livre.

5 Mantenha as mãos afastadas das partes em movimento.

6 Utilize uma indumentária adequada para a realização do exercício. Não use peças de roupa folgadas que poderiam ficar presas na bicicleta. Utilize sempre calçado para correr ou para aeróbic quando utilizar

esta máquina. Ate os atacadores correctamente.

7 Só deverá utilizar este aparelho para os fins descritos neste manual. NÃO utilize acessórios que não sejam recomendados pelo fabricante.

8 Não coloque objectos cortantes á volta da máquina.

9 As pessoas com alguma incapacidade não deverão utilizar a máquina sem a assistência de uma pessoa qualificado ou de um médico.

10 Antes de utilizar este aparelho, realize um aquecimento com exercícios de estiramento.

11 Não utilize a bicicleta se esta não estiver a funcionar correctamente.

Precaução: Antes de começar a utilizar a bicicleta, consulte com o seu médico. Esta advertência é especialmente importante para pessoas com uma idade superior a 35 anos ou com problemas de saúde. Leia todas as instruções antes de utilizar qualquer aparéelo de exercício.

Guarde estas instruções.

INDICAÇÕES GERAIS.-

Leia atentamente as instruções deste manual. Este lhe dará indicações importantes sobre a montagem, segurança e uso da máquina.

1 Esta unidade está desenhada para ser usada em casa. O peso do usuário não deve exceder os 120Kg.

2 Os pais e outras pessoas responsáveis por crianças, deverão ter em conta a sua natureza curiosa, que poderá levá-las a situações e comportamentos que podem ser perigosos.

Este aparelho nunca deverá utilizar-se como um brinquedo.

3 É responsabilidade do proprietário assegurar-se que todos os usuários da máquina estejam adequadamente informados sobre todas as precauções necessárias.

INSTRUÇÕES DE MONTAGEM.-

1 Retire a unidade da caixa e comprove que estão todas as peças Fig.1:

(70) Corpo central; (72) Tubo de remo; (7) Guiador; (1) Monitor electrónico; (21) Tige de selim; (71) Comando regulador da altura do selim; (61) Barra estabilizadora dianteira com rodas; (38) Barra estabilizadora traseira, com pés reguláveis em altura; (13) Selim; (24R) Pedais (R) direito e (24L) (L) esquerdo; (3L) Tampa embelezadora lateral esquerda (3R); Tampa embelezadora lateral direita;(62) carcaça embelezadora inferior de remo.

YH202 (75) Transformador.

(4) Parafuso rosca chapa 4x15; (15) Arandela plana M-8; (16) Porca de nylon M8; (39) Parafusos M-8x70; (36) Arandela mola M-8; (35) Porca cega de M-8; (65) Parafusos allen M-8x20; (66) Arandela mola M-8; (67) Arandela plana M-8; (11) Botão mola para apertar guiador; Chave de duas bocas; Chave allen.

2 Pegue na barra estabilizadora com rodas (61) e coloque-a na parte dianteira da unidade, como mostra a Fig.2. Introduza os parafusos (39), coloque os anéis (36) e porcas (35).

Depois pegue na barra estabilizadora traseira, com pés reguláveis (38) e coloque-a na parte dianteira da unidade, como mostra a Fig.2. Introduza os parafusos (39), coloque os anéis (36) e porcas (35).

3.- MONTAGEM DOS PEDAIS.-

Siga atentamente as instruções de montagem dos pedais; uma colocação incorrecta poderia danificar a rosca do pedal ou da biela.

As posições de direita e esquerda deverão ser escolhidas estando o usuário montado no selim, na posição de fazer exercício.

O pedal direito (24R), marcado com a letra (R), deverá enroscar-se na biela direita, marcada com a letra (R), no sentido dos ponteiros do relógio. Aperte com força. Fig.3.

O pedal esquerdo (24L), marcado com a letra (L), deverá enroscar-se na biela esquerda, marcada com a letra (L), no sentido contrário ao dos ponteiros do relógio. Aperte com força. Fig.3.

4.- MONTAGEM DO TUBO GUIADOR.-

Pegue no tubo de remo (72) e introduza a carcaça embelezadora inferior de remo (62). Depois junte o tubo de remo (72) ao tubo que sai do corpo central (70),

Para el Modelo FI100 conexione los terminais (57) e (58), Fig 4b.

Ligue os terminais (64) e (63) Fig.4.

Introduza o tubo de remo (72) no tubo que sai, do corpo central (70), tendo cuidado para não prender os cabos.

Coloque os parafusos (65) junto com as arandelas (66) e (67) Fig.4 e aperte com força.

Coloque a tampa embelezadora (62) do tubo remo (72) até ao tubo base do corpo central (70).

5.- MONTAGEM DO SELIM.-

Coloque o selim (13) Fig.5, na tige (21) como mostra a Fig.5, tendo em conta que os buracos da tige devem ficar virados para a parte dianteira do selim. Coloque o selim na sua posição e aperte com força as porcas (16) y com arruelas(15) .

Depois introduza o tubo da tige pelo buraco do corpo principal (70), coloque o botão mola para apertar a tige (71), fixe a tige na posição mais cómoda para si, usando para isso o botão mola para apertar (71) e aperte no sentido dos ponteiros do relógio.

6.- REGULAÇÃO DA ALTURA DO SELIM.-

Desapertando um pouco o comando regulador da altura do selim (71), Fig.5, no sentido contrário ao dos ponteiros do relógio e puxando-o para trás. Quando este estiver na altura adequada para fazer o exercício, solte o comando regulador e este introduzir-se-á nos buracos da tige. Aperte o comando no sentido dos ponteiros do relógio.

7.- COLOCAÇÃO DO GUIADOR.-

Solte o grampo de fixação do guiador, coloque o guiador (7) junto do tubo do remo (72) Fig.6.

Passa os cabos do hand-grip (5) pela ranhura do tubo remo (72) Fig.6 e

retire-os pela parte superior do tubo remo.

Introduza o guiador (7) na brida do tubo remo (72) Fig.6. Posicione o guiador numa posição cómoda e aperte o manípulo (11) na direcção dos ponteiros do relógio Fig.6.

8.- COLOCAÇÃO DO MONITOR ELECTRÓNICO.-

Solte os parafusos da parte traseira do monitor, ligue os terminais de reenvio (64) com os do monitor (1) Fig.7. Depois introduza o monitor de cima para baixo deslizando-o pela chapa do tubo remo (72), tendo cuidado para não enganchar os cabos.

Coloque os parafusos (2) e aperte. Ligue o terminal do hand-grip (5) Fig.7.

Introduza as tampas embelezadoras (3L) e (3R) pelos extremos do guiador (7) Fig.7.

Aperte-as com os parafusos (4) Fig.7.

9.- NIVELAMENTO.-

Depois de tener colocado a unidade no seu lugar definitivo, para a realização do exercício, comprove se a sua colocação no chão e o seu nivelamento são os correctos.

Poderá conseguí-lo enroscando mais ou menos os tacos de apoio (37) como mostra a Fig.8.

10.- DESLOCAÇÃO E ARMAZENAMENTO.-

O aparelho está equipado com rodas (60), o que torna mais fácil a sua deslocação. As duas rodas que existem na parte da frente do aparelho, ajudar-lhe-ão a colocar a sua unidade no sitio escolhido, com mayor facilidade, como mostra a Fig.9.

11.- LIGAÇÃO À REDE.- YH202

Introduza a cavilha de engate (g) do transformador (75) no ponto de conexão (h), do corpo central (70), (parte traseira inferior) e ligue o transformador da corrente à rede de 230 V, Fig.10.

BH RESERVA O DIREITO DE PODER MODIFICAR AS ESPECIFICAÇÕES DOS SEUS PRODUTOS SEM PRÉVIO AVISO.

Para qualquer consulta, não hesite em contactar com o S.A.T - Serviço de Assistência Técnica - , telefonando para o serviço de apoio ao cliente (ver página final do presente manual).

AVVERTIMENTO IMPORTANTE DI SICUREZZA.- PRECAUZIONI.

Questa bicicletta è stata disegnata e costruita in modo che garantisca la massima sicurezza. Ciò nonostante si devono applicare certe precauzioni nell' usare apparecchi per fare allenamento. Legga il manuale nella sua totalità prima di montare ed utilizzare la bicicletta. Comunque osservi al dettaglio le seguenti precauzioni di sicurezza:

1 Mantenga i bambini lontani da questa apparecchio in ogni momento. **NON** li lasci senza sorvegliando nella stessa stanza dove si trova la bicicletta.

2 Solo può usare la bicicletta una persona allo stesso tempo.

3 Se soffre capogiri, nausea, dolori nel petto o qualsiasi altro sintomo durante l' uso di questo apparecchio, **FERMI l' allenamento. SI RECHI DA UN MEDICO IMMEDIATAMENTE.**

4 Usi l' apparecchio su una superficie solida e livellata. **NON** usi la bicicletta vicino all' acqua o all' aria aperta.

5 Mantenga le mani lontane dalle parti in movimento.

6 Usi capi d' abbigliamento adatti per la realizzazione dell' allenamento. Non usi capi larghi che potrebbero agganciarsi nella bicicletta. Usi sempre scarpe da corsa o per esercizi aerobici quando usi l' apparecchio. Si allacci le scarpe correttamente.

7 Usi questo apparecchio solo per gli scopi descritti in questo manuale. **NON** usi accessori non consigliati dal fabbricante.

8 Non collochi oggetti taglienti attorno alla bicicletta.

9 Le persone handicappate non dovranno usare l' apparecchio senza l' assistenza di una persona qualificata o un medico.

10 Prima di usare questo apparecchio, realizzi un riscaldamento con esercizi di stiramento.

11 Non usi la bicicletta se non funziona correttamente.

Precauzione: Prima di cominciare ad usare la bicicletta, chiedi consiglio medico. Questo consiglio è specialmente importante per persone con età superiore ai 35 anni o con problemi di salute. Legga tutte le istruzioni prima di usare qualsiasi apparecchio per fare allenamento.

Conservi queste istruzioni.

INDICAZIONI GENERALI.-

Legga attentamente le istruzioni di questo manuale, fornisce indicazioni importanti sul montaggio, sicurezza ed uso della macchina.

1 Questo apparecchio è stato disegnato per il suo uso in casa. Il peso dell' utente non dovrà sorpassare i 120Kg.

2 I genitori ed altre persone resopnsabili del bambini devono tenere conto della natura curiosa di questi che li può portare a situazioni e condotto che possono risultare pericolose. Questo apparecchio non si deve usare in nessun caso come un giocattolo.

3 È responsabilità del proprietario l' assicurarsi che tutti gli utenti dell' apparecchio siano stati correttamente informati su tutte le precauzioni necessarie da prendere.

ISTRUZIONI PER IL MONTAGGIO.-

1 Estrarre l'unità dalla, scatola ed assicurarsi che tutti i componenti siano inclusi, Fig.1:

(70) Corpo principale; (72) Tubo principale; (7) Manubrio; (1) Monitor elettronico; (21) Asta sella; (71) Manopola di regolazione altezza sedile; (61) Barra stabilizzatrice anteriore con ruote; (38) Barra stabilizzatrice posteriore con piedini regolabili; (13) Sella; (24R) Pedali (R) destro e (24L) (L) sinistro; (3L) Coperchio decorativo laterale sinistro (3R) Coperchio decorativo laterale destro;(62) Carenatura decorativa inferiore del remo
YH202 (75) Trasformatore.

(4) Vite filettata lamiera 4x15; (15) Rondella piatta M-8;(16) Nylon dado M8; (39) Viti M-8x70; (36) Rondella Molla M-8; (35) Dado cieco M-8; (65) Vite allen M-8x20; (67) Rondella piatta M-8; (66) Rondella Molla M-8; (11) Manopola di bloccaggio manubrio; Chiave doppia; Chiave Allen.

2 Prendere la barra stabilizzatrice anteriore con le ruote (61) e posizionarla anteriormente sull'unità, come indicato nella Fig.2, inserire le viti (39), inserire le rondelle (36) e i dadi (35).

Dopodiché prendere la barra stabilizzatrice posteriore con i blocchi regolabili (38) e posizionarla anteriormente sull'unità, come indicato nella Fig.2, inserire le viti (39), inserire le rondelle (36) e i dadi (35).

3.- MONTAGGIO DEI PEDALI.-

Le istruzioni di montaggio fornite per i pedali devono essere seguite alla lettera, il montaggio errato dei pedali potrebbe danneggiare la filettatura della vite di testa del pedale o la leva.

Destra e sinistra fanno riferimento alla posizione adottata dall'utente quando è seduto sulla sella per fare gli esercizi.

Il pedale destro (24R) è contrassegnato con la lettera (R). Questo si avvita in senso orario sulla leva di destra, anche questa contrassegnata dalla lettera (R). Stringere bene Fig.3.

Il pedale sinistro (24L) è contrassegnato con la lettera (L). Questo si avvita in senso antiorario sulla leva di sinistra, anche questa contrassegnata dalla lettera (L). Stringere bene Fig.3.

4.- MONTAGGIO DEL TUBO DEL MANUBRIO.-

Prendere il tubo remo (72) ed introdurre la carenatura decorativa inferiore del remo (62). Avvicinare il tubo remo (72) al tubo uscente del corpo centrale (70), para FI100 collegare i terminali (57) con il (58) Fig4b.

Collegare i terminali (64) con il (63) Fig.4.

Inserire il tubo remo (72) nel tubo uscente, del corpo centrale (70) nel verso della freccia, Fig.4, facendo attenzione a non prendere i cavi.

Inserire le viti (65) con le rondelle (66) e (67), Fig.4 e stringere con forza.

Abbassare il coperchio decorativo (62) del tubo remo (72) fino al tubo base del corpo centrale (70).

5.- COLLEGAMENTO DELLA SELLA.-

Posizionare la sella (13), Fig.5, sul tubo della sella (21) come indicato nella Fig.5, assicurandovi che i fori sul tubo della sella siano nella parte anteriore della sella. Montare la sella in posizione e stringere bene i dadi (16) et con rodelle (15).

Dopodiché, inserire il tubo della sella nel foro del corpo principale (70), inserire la manopola di regolazione della sella (71), regolare la posizione della sella e stringere la manopola (71) girando in senso orario.

6.- REGOLAZIONE DELL'ALTEZZA DELLA SELLA.-

Allentare leggermente la manopola di regolazione dell'altezza della sella (18) Fig.5, girando in senso antiorario, e tirare indietro, quando la sella si trova all'altezza desiderata lasciare la manopola di controllo e questa rientra nei fori posti sul tubo della sella. Stringere la manopola di controllo girando in senso orario.

7.- MONTAGGIO DEL MANUBRIO.-

Allentare la staffa del manubrio, allineare il manubrio (7) con il tubo principale (72), Fig.6.

Passate i cavi del hand-grip (5) attraverso la fessura del tubo remo (70) Fig.6 e faccialo uscire dalla parte superiore del tubo remo.

Introdurre il manubrio (7) nella flangia del tubo remo (72) Fig.6. Collocare il manubrio in una posizione comoda e stringere il pomolo (11) girandolo in senso orario Fig.6.

8.- MONTAGGIO DEL MONITOR ELETTRONICO.-

Rimuovere le viti dalla base del monitor, connettere i terminali per il cavo di ritorno (64) a quelli del monitor (1), Fig.7, dopodiché far scorrere la parte anteriore del monitor sulla piastra del tubo principale (72) facendo attenzione a non intralciare alcun cavo, inserire le viti (2) e stringere, inserire il terminale per la manopola (5) Fig.7.

Inserire i coperchi decorativi (3L) e (3R) dai estremi del manubrio (7) Fig.7.

Avvitarli con le viti (4) Fig.7

9.- LIVELLAZIONE.-

Una volta collocata la macchina nel luogo definitivo per la realizzazione dell' allenamento, verifichi che il suo assestamento sul suolo e la sua livellazione siano corretti. Questo si ottiene girando più o meno i blocchetti di appoggio (37) come mostra la Fig.8.

10.- SPOSTAMENTO ED IMMAGAZZINAGGIO.-

la macchina è munita di ruote (60), le quali rendono più facile il suo spostamento. Le due ruote che si trovano nella parte anteriore della macchina servono per riporla più facilmente nel luogo scelto, così come viene indicato nella Fig.9.

11.- COLLEGAMENTO ALLA RETE ELETTRICA.- YH202

Introduca la spina (g) del trasformatore (75) nel punto di collegamento (h), del corpo centrale (70), (parte posteriore inferiore) e colleghi il trasformatore di corrente alla rete elettrica da 230 V, Fig.10.

BH SI RISERVA IL DIRITTO DI MODIFICARE LE SPECIFICHE TECNICHE DEI SUOI PRODOTTI SENZA AVVERTIMENTO PREVIO.

Per qualsiasi domanda, non esitate a mettervi in contatto con il Servizio di Assistenza Tecnica, chiamando al telefono di attenzione al cliente (consultare l'ultima pagina del presente manuale).

BELANGRIJKE VEILIGHEID SVOORSCHRIFTEN.- VOORZORGSMAATREGELEN.

Deze hometrainer is dusdanig ontworpen en geconstrueerd om een maximale veiligheid te waarborgen. U moet echter verschillende voorzorgsmaatregelen in acht nemen bij het gebruik van trainingsapparaten. Lees de complete gebruiksaanwijzing voordat u overgaat tot het monteren van de hometrainer. Voldoe tegelijkertijd aan de volgende veiligheidsnormen:

1 Houd kinderen ten alle tijden verwijderd van dit apparaat. Laat ze NIET zonder toezicht in de ruimte waar u de hometrainer heeft opgesteld.

2 Dit apparaat kan slechts door één persoon tegelijk worden gebruikt.

3 Wanneer u last krijgt van duizelingen, misselijkheid, pijn in de borst of andere symptomen tijdens het gebruik van dit apparaat, STOP dan met de oefening. RAADPLEEG ONMIDDELLIJKEEN ARTS.

4 Gebruik het apparaat slechts op een stevige en genivelleerde ondergrond. Gebruik het apparaat NOOIT in de open lucht of in de buurt van water.

5 Raak de bewegende onderdelen niet aan.

6 Gebruik geschikte kleding tijdens het uitvoeren van de oefeningen. Gebruik geen wijde kledingsstukken die zouden kunnen blijven haken in de

fiets. Gebruik altijd sportschoenen (loopschoenen of aerobic) wanneer u het apparaat gebruikt. Strik uw veters goed.

7 Gebruik dit apparaat uitsluitend voor de gebruiksdoeleinden, zoals beschreven in deze handleiding. Gebruik GEEN accessoires die niet worden aanbevolen door de fabrikant.

8 Plaats geen scherpe voorwerpen in de buurt van het apparaat.

9 Invaliden dienen dit apparaat uitsluitend te gebruiken onder leiding van een bevoegde persoon of arts.

10 Voordat u dit apparaat gaat gebruiken dient u een warming-up uit te voeren door middel van rekoefeningen.

11 Gebruik het apparaat niet wanneer het apparaat niet naar behoren functioneert. Voorzorgsmaatregelen: Voordat u begint de fiets te gebruiken, is het raadzaam eerst uw arts te raadplegen. Deze waarschuwing is in het bijzonder belangrijk voor personen ouder dan 35 jaar of personen met gezondheidsproblemen. Lees zorgvuldig alle instructies in deze gebruiksaanwijzing voordat een trainingsapparaat gaat gebruiken.

Bewaar deze instructies.

ALGEMENE AANWIJZINGEN.-

Lees zorgvuldig de instructies in deze gebruiksaanwijzing. Deze geeft u belangrijke aanwijzingen over de montage, veiligheid en het gebruik van het apparaat.

1 Dit apparaat is uitsluitend ontworpen voor gebruik binnenshuis. De gebruiker dient niet zwaarder te zijn dan 120Kg.

2 Ouders en andere personen die verantwoordelijk zijn voor kinderen, dienen er rekening mee te houden dat dezen van nature nieuwsgierig zijn en dat dit tot gevaarlijke situaties en gedrag kan leiden. Dit apparaat mag onder geen beding als speelgoed gebruikt worden.

3 Het valt onder de verantwoordelijkheid van de eigenaar zich ervan te verzekeren dat alle gebruikers van het apparaat gedegen geïnformeerd zijn over de benodigde voorzorgsmaatregelen.

MONTAGEINSTRUCTIES.-

1 Haal het apparaat uit de verpakking en controleer of alle onderdelen aanwezig zijn Fig.1:

(70) Centrale frame; (72) Greepbeugel; (7) Stuur; (1) Elektronische monitor. (21) Zadelpen; (71) Hoogteregelaar zadelpen; (61) Stabiliseringsbuis voor met wielotjes; (39) Stabiliseringsbuis achter, met in hoogte verstelbare voetjes; (13) Zadel; (24R) pedalen (R) rechts en (24L) (L) links; (3L) linker afdekkap; (3R) rechter afdekkap; (62) steunkap voor de onderkant
YH202: (75) Transformator.

(4) Plaatschroef 4x15; (15) Vlakke sluitring M-8;(16) Nylon moer M8; (39) Schroeven M-8x70; (36) Borgring (grower) M-8;(35) Dopmoer M-8; (65) Schroeven M-8x20; (66) Borgring (grower) M-8; (67) Vlakke sluitring M-8; (11) Stelknop stuur; Dubbele steeksleutel; Inbussleutel.

2 Neem de stabilisatiebuis met wielotjes (61) en plaats deze aan de voorkant van het apparaat, zoals wordt getoond in Fig.2, plaats de schroeven (39), plaats de ringen (36) en moeren (35).

Vervolgens neemt u de achterste stabilisatiebuis, met de regelbare voetjes (38) en plaats deze aan de voorkant van het apparaat, zoals wordt getoond in Fig.2, plaats de schroeven (39), plaats de ringen (36) en moeren (35).

3.- MONTAGE VAN DE PEDALEN.- **Volg nauwgezet de montageinstructies van de pedalen. Een foutieve montage kan het schroefdraad van de pedalen of de krenk beschadigen.**

Links en rechts moet worden gezien, vanaf het zadel, in de richting waarin u de oefening doet.

Het rechterpedaal (24R), gemarkeerd door de letter (R), wordt met de wijzers van de klok mee, op de rechter krenk, gemarkeerd door de letter (R), geschroefd. Draai stevig aan Fig.3.

Het linker pedaal (24L), gemarkeerd door de letter (L), wordt tegen de wijzers van de klok in, op de linker krenk, gemarkeerd door de letter (L) geschroefd. Draai stevig vast Fig.3.

4.- MONTAGE VAN DE FRAMEBUIS.-

Pak de hoofdsteun (72) en bevestig de steunkap voor de onderkant (62) in de richting van de pijl. Breng de hoofdstang (72) vervolgens omhoog naar de naaf op het hoofdframe (70), Voor de machine FI100 de klemmen voor kabels (57) en (58) Fig 4b.

Verbind uiteinden (64) en (63), Fig.4.

Schuif de hoofdstang (72) over de naaf op het hoofdframe (70) in de richting van de pijl, Fig.4, erop toeziend de kabels niet te beknellen.

Bevestig opnieuw de schroeven (65), de sluitringen (66) en (67), Fig.4, en maak alles goed vast.

Laat de onderkantbedekking (62) voor de hoofdsteun (72) neer over het naafgedeelte van het hoofdframe (70).

5.- MONTAGE VAN HET ZADEL.-

Plaats het zadel (13) Fig.5, op de zadelpen (21) zoals wordt getoond in Fig.5, waarbij u er rekening mee dient te houden dat de gaten in de zadelpen zich aan de voorzijde van het zadel bevinden, zet het zadel op z'n plaats en draai de moeren stevig vast (16) met ringen (15).

Vervolgens brengt u de zadelpen door het gat in het centrale frame (70), plaats de stelknop van de zadelpen (71) zet de zadelpen op een comfortabele stand door middel van de stelknop (71) en draait kloksgewijs vast.

6.- INSTELLEN HOOGTE ZADEL.-

Draai de instelknop van het zadel (71) een beetje los, Fig.5, tegen de wijzers van de klok in en trek de knop een beetje naar u toe. Wanneer het zadel op de juiste hoogte staat, laat u de knop los en deze valt in de gaatjes van de zadelpen. Draai de knop vast door in de richting van de wijzers van de klok te draaien.

7.- PLAATSING VAN HET STUUR.-

Haal de flens van het stuur, plaats het stuur (7) tesamen met de greepbeugel (72), Fig.6.

Ga de hand-grip kabels (5) door de gleuf van de framebuis (72) Fig.6 gehaald dienen te worden en aan de bovenzijde van de framebuis dienen uit te steken.

Plaats het stuur (7) in de houder van het hoofdjuk (72), Fig.6. Zet het stuur in een comfortabele positie en draai de hendel (11) aan met de klok mee, Fig.6.

8.- PLAATSING VAN DE ELEKTRONISCHE MONITOR.-

Draai de schroeven aan de achterkant van de monior los, verbind de terminals van de verbindingkabel (64) met die van de monitor (1) Fig.7. Vervolgens plaatst u de monitor, deze van boven naar beneden schuivend over de plaat van de greepbeugel (72), waarbij u er rekening mee dient te houden dat de kabels niet bekneld raken. Plaats de schroeven (2) en draai dezen vast, verbind de terminal van de hand-grip (5) Fig.7.

Plaats de afdekkappen (3L) en (3R) over de uiteinden van het stuur (7), Fig.7.

Bevestig ze met de schroeven (4), Fig.7.

9.- NIVELLEREN.-

Wanneer het toestel op zijn definitieve plaats staat waar u de oefeningen zult doen, controleer dan of het stevig op de grond en op gelijke hoogte staat. Dit kunt u verkrijgen door de steunpluggen (37) meer of minder aan te draaien zoals op Fig.8.ordt getoond.

10.- VERPLAATSEN EN BEWAREN.-

Het toestel heeft wieltjes (60), daardoor is het gemakkelijk te verplaatsen.

De twee wieltjes vooraan het toestel dienen om het eenvoudig naar zijn bergplaats te transporteren, zoals aangeduid op Fig.9.

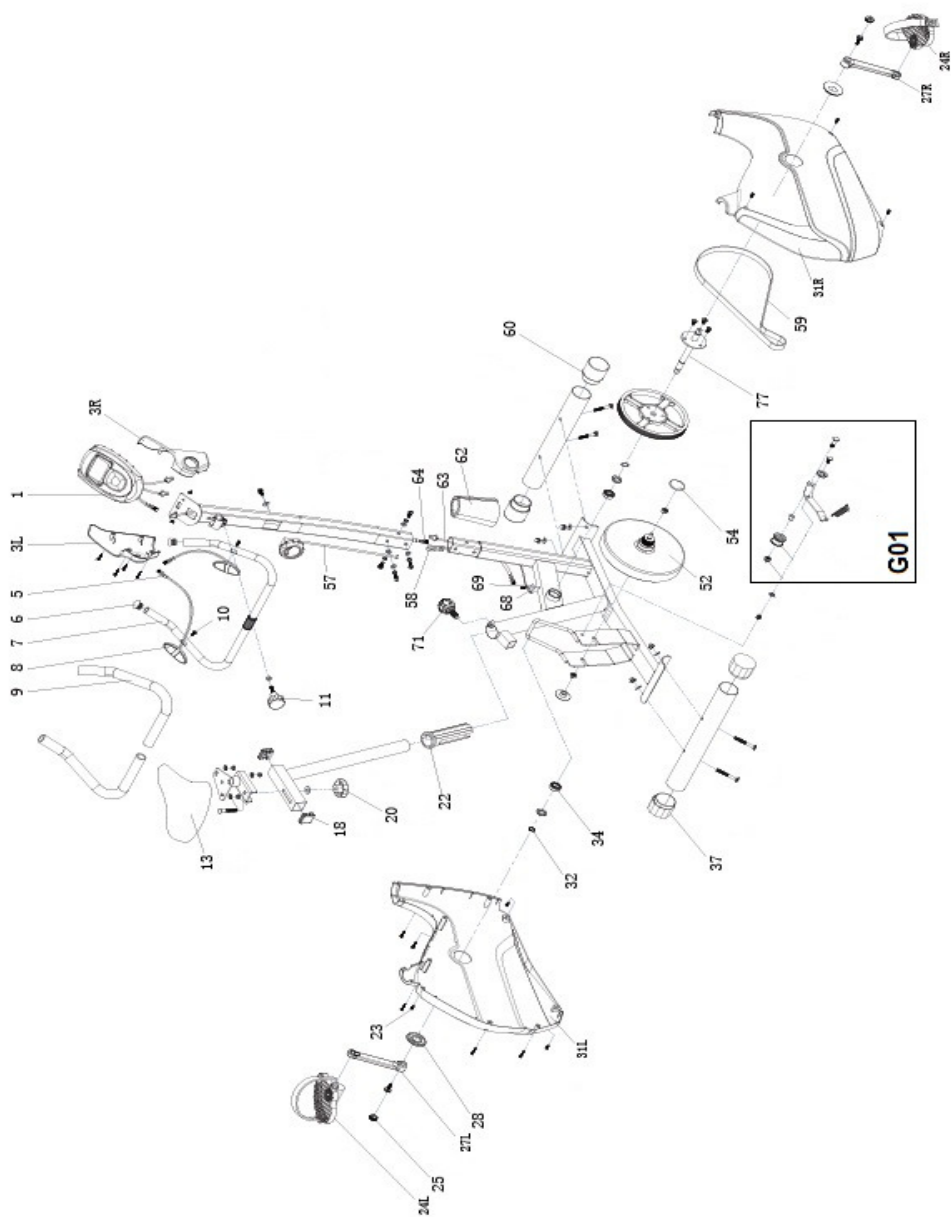
11.- AANSLUITING OP HET ELEKTICITEITSNET.- YH202

Steek de verbindingsstekker (g) van de transformator (75) in het aansluitpunt (h), van het centrale frame (70), (achterkant onder) en sluit de transformator op een elektriciteitsnet van 230 Volt aan, Fig.10.

BH HOUDT ZICH HET RECHT TOE DE PRODUCTSPECIFICATIE ZONDER VOORAFGAAND BERICHT TE VERANDEREN.

Als u twijfels hebt over enig onderdeel van dit toestel, aarzel dan niet contact op te nemen met de technische bijstandsdienst door dienstverlening te bellen (zie laatste pagina van de handleiding).

YH200



Para pedido de repuesto: Indicar el código de la pieza y la cantidad

To order replacement parts: State the part code and Quantity

Pour toute commande pièces détachées: Indiquer le code de la pièce et la quantité

Bestellung von Ersatzteilen: Bitte angeben Teil-code und Menge

Para encomenda de peça de recambio: Indicar o código da peça ea quantidade

Per ordinare pezzi di ricambio: Indicare il codice del pezzo e la quantità

Bestellen van vervangingsonderdelen: Geef het deel code en de hoeveelheid

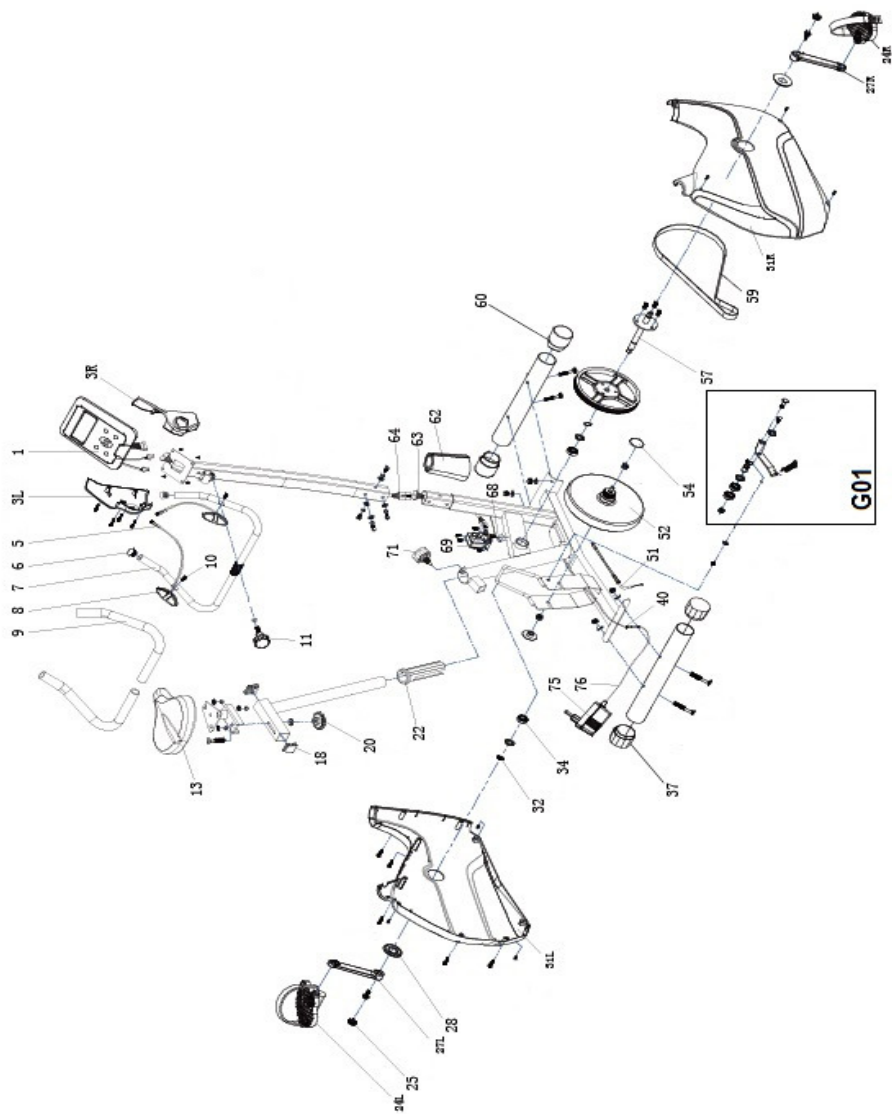
Ejemplo / E.g. / Exemple / Beispiel / Exemplo / Esemplio / Bijvoorbeeld:

YH200001

1

Nº	Code	Nº	Code	Nº	Code
1	YH200001	22	FI100022	57	FI100057
3L	FI100003L	24	FI100024	58	FI100058
3R	FI100003R	25	FI100025	59	FI100059
5	FI100005	27	FI100027	60	FI100060
6	FI100006	28	FI100028	62	FI100062
7	FI100007	31L	YH200031L	63	FI100063
8	FI100008	31R	YH200031R	64	FI100064
9	FI100009	32	FI100032	68	FI100068
11	FI100011	34	FI100034	69	FI100069
13	FI100013	37	FI100037	71	FI100071
18	FI100018	52	FI100052	77	FI100077
20	FI100020	54	FI100054	G01	FI100G01

YH202



Para pedido de repuesto: Indicar el código de la pieza y la cantidad

To order replacement parts: State the part code and Quantity

Pour toute commande pièces détachées: Indiquer le code de la pièce et la quantité

Bestellung von Ersatzteilen: Bitte angeben Teil-code und Menge

Para encomenda de peça de recambio: Indicar o código da peça ea quantidade

Per ordinare pezzi di ricambio: Indicare il codice del pezzo e la quantità

Bestellen van vervangingsonderdelen: Geef het deel code en de hoeveelheid

Ejemplo / E.g. / Exemple / Beispiel / Exemplo / Esemplio / Bijvoorbeeld:

YH202001

1

Nº	Code	Nº	Code	Nº	Code
1	YH202001	24	FI100024	54	FI100054
3L	FI100003L	25	FI100025	57	FI102057
3R	FI100003R	27R	FI100027R	59	FI100059
5	FI100005	27L	FI100027L	60	FI100060
6	FI100006	28	FI100028	62	FI100062
7	FI100007	31R	YH202031R	63	FI102063
8	FI100008	31L	YH202031L	64	FI102064
9	FI100009	32	FI100032	68	FI102068
11	FI100011	34	FI100034	69	FI102069
13	FI100013	37	FI100037	71	FI100071
18	FI100018	40	FI102040	75	FI102075
20	FI100020	51	FI102051	76	FI102076
22	FI100022	52	FI100052	G01	FI102G01

BH FITNESS SPAIN

EXERCYCLE,S.L.
(Manufacturer)
P.O.BOX 195
01080 VITORIA (SPAIN)
Tel.: +34 945 29 02 58
Fax: +34 945 29 00 49
e-mail: sat@bhfitness.com
www.bhfitness.com

POST-VENTA

Tel: +34 945 292 012 /
902 170 258
Fax: +34 945 56 05 27
e-mail: sat@bhfitness.com

BH FITNESS NORTH AMERICA

20155 Ellipse
Foothill Ranch
CA 92610
Tel: + 1 949 206 0330
Toll free: +1 866 325 2339
Fax: +1 949 206 0013
e-mail:
fitness@bhnorthamerica.com
www.bhnorthamerica.com

BH FITNESS ASIA

No.139, Jhongshan Rd.
Daya Township
Taichung 428, Taiwan. R.O.C.
Tel.: +886 4 25609200
Fax: +886 4 25609280
e-mail: info@bhasia.com.tw

BH FITNESS PORTUGAL

MAQUINASPORT, APARELHOS
DE DESPORTO, S.A.
Rua do Metalúrgico 465
Zona Industrial Giesteira
3750-325 Águeda (PORTUGAL)
Tel.: +351 234 729 510
Fax: +351 234 729 519
e-mail: info@bhfitness.pt

BH SERVICE PORTUGAL

Tel.: +351 707 22 55 24
Fax: +351 234 729 519
e-mail: info@bhfitness.pt

BH FITNESS MEXICO

BH Exercycle de México S.A. de
CV
Eje 132 / 136
Zona Industrial, 2A Secc.
78395 San Luis Potosí
S:L:P: MÉXICO
Tel.: +52 (444) 824 00 29
Fax: +52 (444) 824 00 31
www.bhlatam.com.mx

BH FITNESS CHINA

BH China Co., Ltd.
Block A, NO.68, Branch Lane
455, Lane 822,
Zhen Nan RD., Li Zi Yuan,
Putuo, Shanghai 200331, P.R.C.
Tel: +86-021-5284 6694
Fax: +86-021-5284 6814
e-mail: info@i-bh.cn

BH FITNESS UK

Unit 12 Arlington Court
Newcastle Staffs
ST5 6SS
UK 0844 3353988
International
00441782634703

AFTER SALES - UK

e-mail: service@bh-uk.co.uk

BH Germany GmbH

Altendorfer Str. 526
45355 Essen
Tel: +49 201 450910-0
e-mail:
info@bhgermany.com
Kostenfreie Telefonnummer:
0800 0996655
Ersatzteile:
www.bhfitness.com

BH FITNESS FRANCE

SAV FRANCE
Tel : +33 0810 000 301
Fax : +33 0810 000 290
savfrance@bhfitness.com

BH SE RESERVA EL DERECHO A MODIFICAR LAS ESPECIFICACIONES DE SUS PRODUCTOS SIN PREVIO AVISO.

SPECIFICATIONS MAY BE CHANGED WITHOUT PRIOR NOTICE DUE TO OUR PROGRAMME OF CONTINUOUS PRODUCT DEVELOPMENT.

BH SE RÉSERVE LE DROIT DE MODIFIER LES SPECIFICATIONS DE SES PRODUITS SANS PRÉAVIS.

BH BEHALT SICH DAS RECHT VOR, ÄNDERUNGEN DER MODELL-ANGABEN OHRE VORHERIGE ANKÜNDIGUNG VORZUNEHMEN.

DATI TECNICI E COMMERCIALI RELATIVI AGLI ARTICOLI DEL PRESENTE CATALOGO POSSONO ESSERE SOGGETTI A VARIAZIONI SENZA ALCUN PREAVVISO.

BH SE RESERVA O DIREITO A MODIFICAÇÃO ESPECIFICAÇÕES DOS SEUS PRODUCTOS SEM PRÉVIO AVISO.

DOOR KONSTANTE PRODUKTVERNIEUWING EN VERBETERING HOUDEN WIJ ONS HET RECHT VAN WIJZIGING VOOR ZONDER VOORAFGAAND BERICHT.