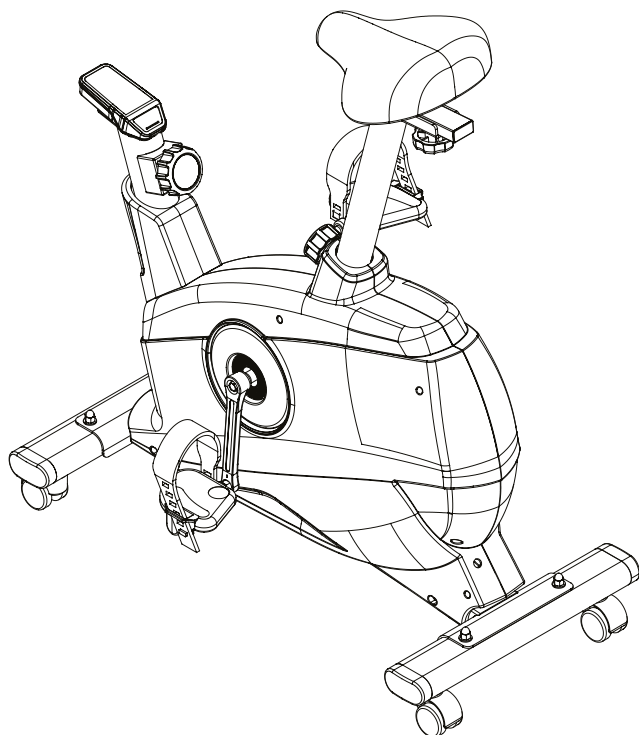






JOBOUT OFFICE BIKE JOBOUT KONTORSCYKEL

**INSTRUCTION MANUAL
INSTRUKTIONSHANDBOK
BRUGERVEJLEDNING
BRUKSANVISNING**




-  **CAUTION:**
1. This product should not be used by persons weighing more than 100 kg.
 2. If you have had any health problems, consult a physician before using this office bike.


IMPORTANT: Read all the instruction carefully before using this product. Retain this user manual for future reference.

-  **OBSERVERA**
1. Belastningen på denna produkt får inte överskrida 100 kg.
 2. Om du har haft några hälsoproblem ska du rådfråga läkare innan du använder denna kontorscykel.





VIKTIGT: Läs alla instruktioner noggrant innan du använder denna produkt. Behåll denna användarhandbok för framtida användning av produkten.

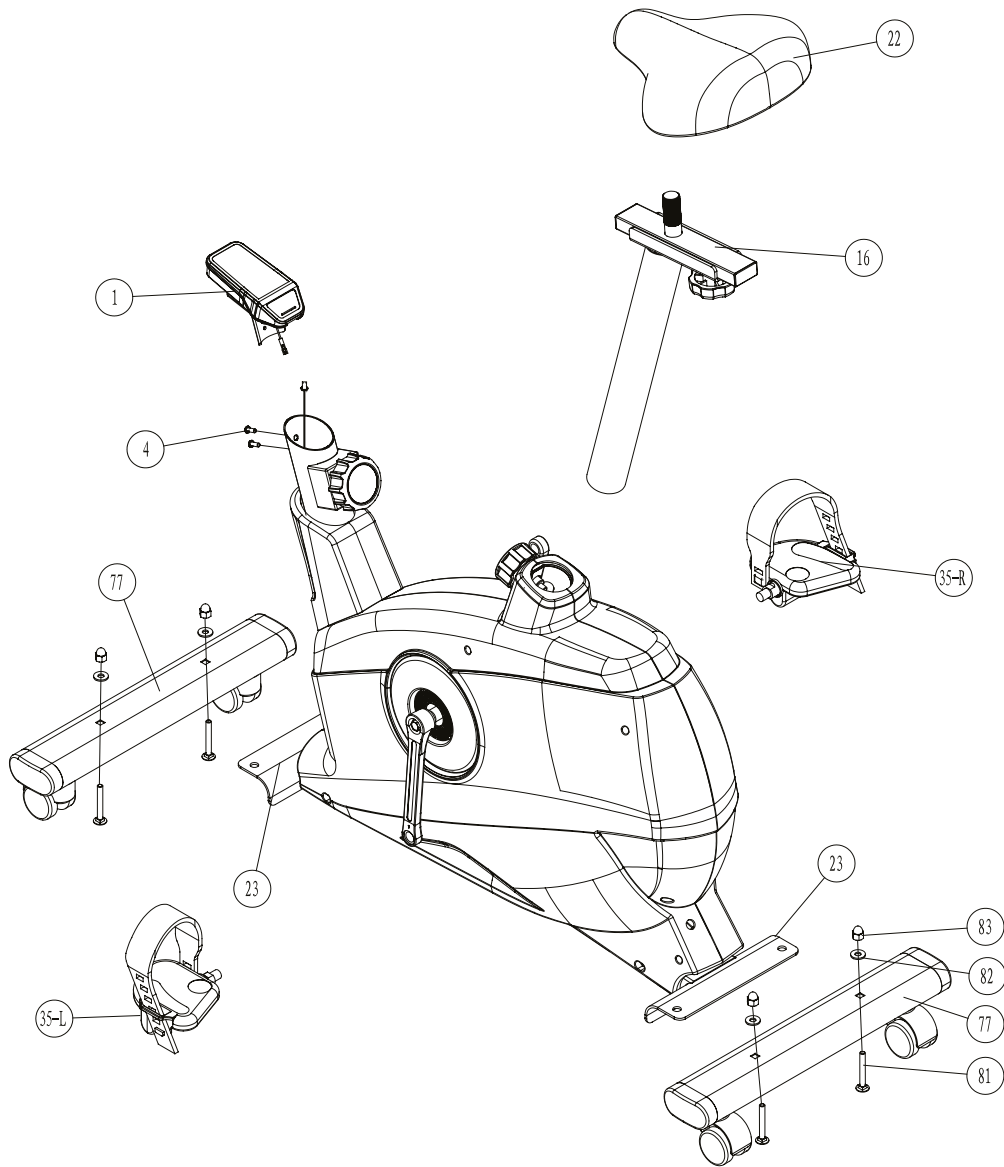
-  **FORSIGTIG:**
1. Dette produkt bør ikke anvendes af personer på over 100 kg.
 2. Spørg en læge til råds, før denne kontorcykel anvendes, hvis du har helbredsproblemer.

VIGTIGT: Læs hele vejledningen omhyggeligt igennem, før produktet tages i brug. Gem denne produktvejledning til eventuel senere brug.

-  **FORSIKTIG:**
1. Dette produktet må ikke utsettes for belastninger over 100 kg.
 2. Hvis du har helseproblemer, må du rådføre deg med lege før du bruker denne treningssykkelen.

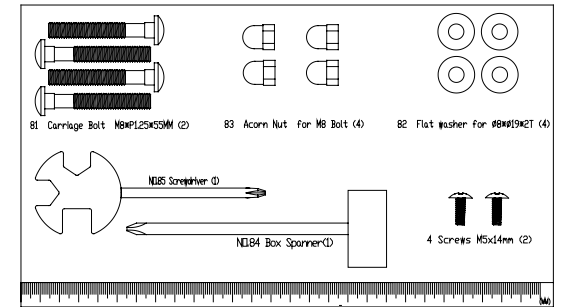
VIKTIG: Les alle instruksene nøye før du bruker dette produktet. Oppbevar denne bruksanvisningen for fremtidig bruk.

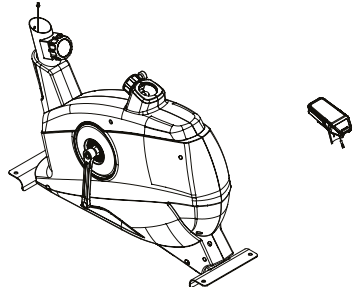
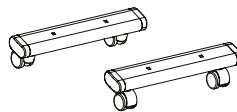

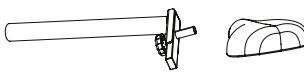
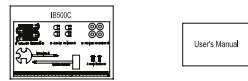
-  EXPLODED DRAWING-1
-  SPRÄNGSKISS-1
-  EKSPLOSIONSTEGNING-1
-  SPRENGSKISSE-1



-  HARDWARE CHART
-  MEDFÖLJANDE KOMPONENTER
-  KOMPONENTOVERSIGT
-  KOMPONENTOVERSIKT

IB500C



	1/1
	1/1
	1/1
	1/1
	1/1

🇬🇧 ASSEMBLY

STEP 1 Install console

1. Please remove the screws (4) from the main frame (23).
2. The console (1) uses two AA batteries; alkaline batteries are recommended. Do not use old and new batteries together or alkaline, standard, and rechargeable batteries together.

IMPORTANT: If the console has been exposed to cold temperatures, allow it to warm to room temperature before you insert batteries. Otherwise, you may damage the console displays or other electronic components. Remove the battery cover from the back of the console (1), and insert batteries into the battery holder.
3. Connect the sensor wire (30) into console (1).

🇸🇪 MONTERING

STEG 1 Installera konsol

1. Avlägsna skruvarna (4) från huvudramen (23).
2. Konsolen (1) använder två AA-batterier; alkaliska batterier rekommenderas. Blanda inte gamla och nya batterier och använd inte alkaliska, standard- och laddningsbara batterier tillsammans.

VIKTIGT: Om konsolen har exponerats för låga temperaturer ska den värmas till rumstemperatur innan du sätter in batterier. Annars kan du skada konsolens displayer eller andra elektroniska komponenter.
3. Anslut sensortråden (30) till konsolen (1).

🇩🇰 MONTERING

TRIN 1 Installer konsollen

1. Tag skruerne (4) ud af stedet (23).
2. Konsollen (1) bruger to AA-batterier; det anbefales at anvende alkaliske batterier. Brug ikke gamle og nye batterier sammen, og bland ikke alkaliske, standard og genopladelige batterier sammen.

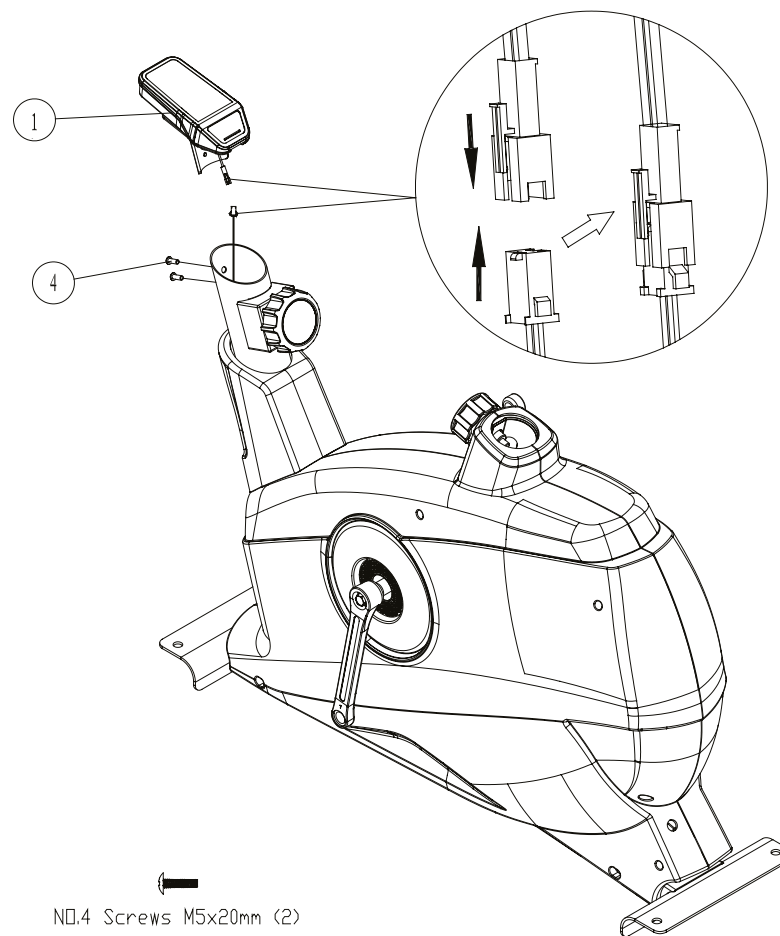
VIGTIGT: Hvis konsollen har været udsat for kolde temperaturer, skal den have lov til at nå stuetemperatur, før batterierne isættes. Ellers kan man komme til at beskadige konsoldisplays eller andre elektroniske komponenter. Tag batteridækslet af konsollens bagside (1), og sæt batterierne i batterirummet.
3. Tilslut sensorledningen (30) til konsollen (1).

🇩🇰 MONTERING

TRINN 1: Installer konsollen

1. Ta skruene (4) ut av rammen (23).
2. Konsollen (1) bruker to AA-batterier; det anbefales å bruke alkaliske batterier. Ikke bruk gamle og nye batterier sammen eller vanlige batterier og oppladbare batterier sammen.

VIKTIG: Hvis konsollen har vært nedkjølt, bør du la den varmes opp til romtemperatur før du setter inn batteriene. Hvis ikke, kan det være at konsollskjermen eller andre elektroniske komponenter blir skadet. Fjern batteridekselet fra baksiden av konsollen (1) og sett batteriene inn i batteriholderen.
3. Koble sensorledningen (30) til konsollen (1).



🇬🇧 STEP 2

Assemble Front/Rear stabilizer (77) to the main frame (23) using carriage bolt (81) & acorn nut (83) & flat washers (82).

🇸🇪 STEG 2

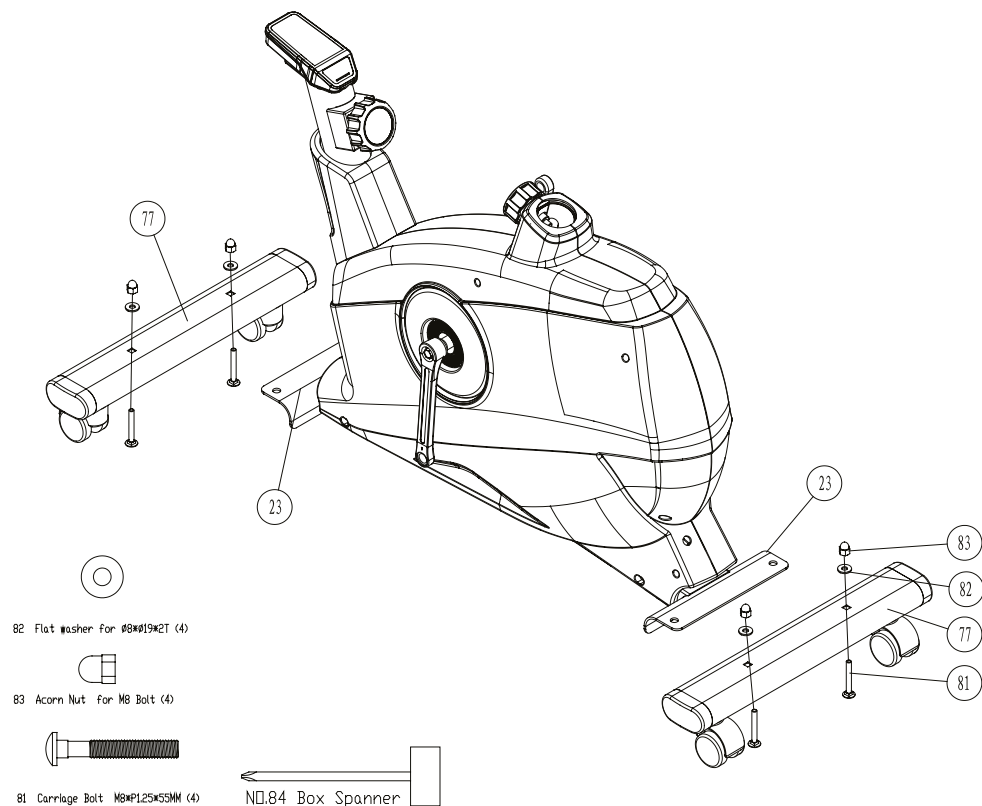
Montera den främre/bakre stabilisatorn (77) på huvudramen (23) med hjälp av vagnsbult (81), toppmutter (83) och planbrickor (82).

🇩🇰 TRIN 2

Monter for/bagstabilisator (77) til hovedstellet (23) med bræddebolt (81) & topmøtrik (83) og planskiver (82).

🇳🇴 TRINN 2

Fest de stabiliserende føttene (77) til rammen (23) med låsebolter (81), hettemuttere (83) og skiver (82).



🇬🇧 STEP 3

Assemble the two pedals (35-L, 35-R) onto the cranks (48, 49) with a screwdriver. Screw the left pedal's spindle counter-clockwise and the right pedal's spindle clockwise. Use a wrench (or screwdriver) to tighten the two spindles completely.

🇸🇪 STEG 3

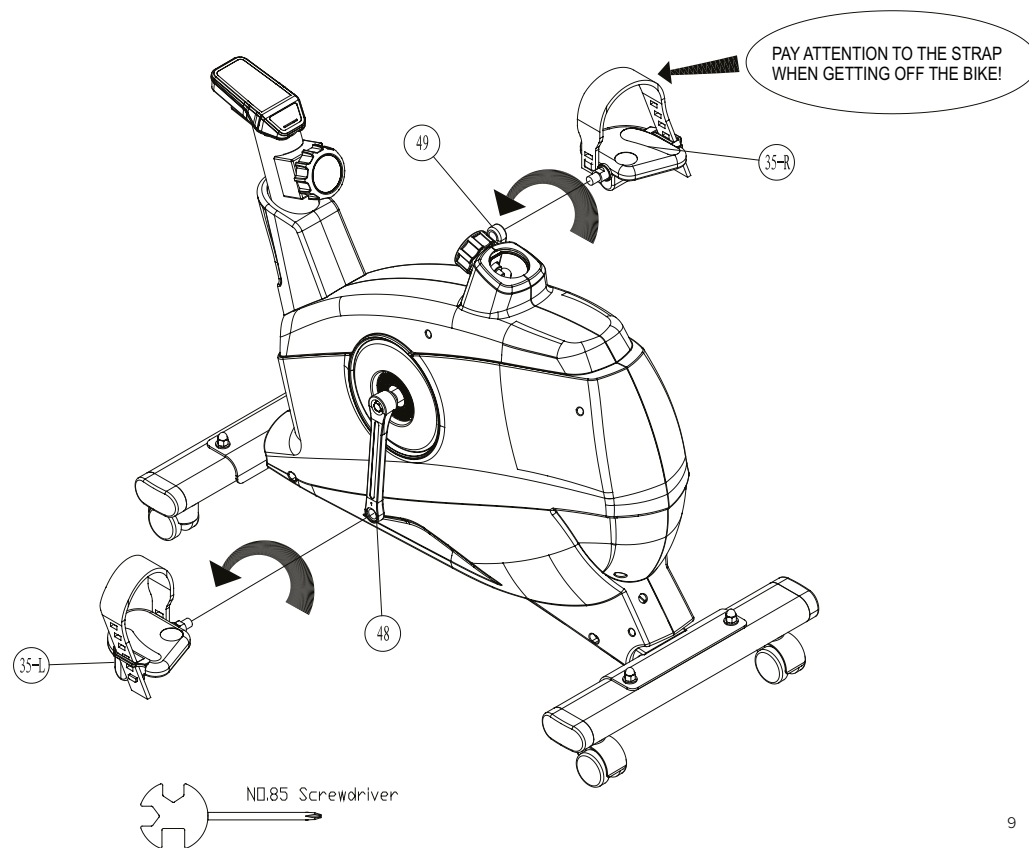
Montera de två pedalerna (35-L, 35-R) på vevar (48, 49) med en skruvmejsel. Skruva spindeln på den vänstra pedalen moturs och spindeln på den högra pedalen medurs. Använd en skiftnyckel (eller skruvmejsel) för att skruva fast de båda spindlarna helt.

🇩🇰 TRIN 3

Monter de to pedaler (35-L, 35-R) på krankene (48, 49) med en skruetrækker. Skru venstre pedalarm fast mod uret og højre pedalarm i retning med uret. Brug en skruenøgle (eller skruetrækker) til at skru de to arme helt fast.

🇳🇴 TRINN 3

Monter de to pedalene (35-L, 35-R) på krankene (48, 49) med en skrutrekker. Skru venstre pedalspindel mot klokken og høyre pedalspindel med klokken. Bruk en skiftenøkkel (eller skrutrekker) til å skru fast de to pedalene.



🇬🇧 STEP 4

1. Assemble the seat (22) to the seat slider. The slider can be adjusted in different angles. Tighten the two nuts under the seat using a screwdriver. In addition, the slider can be adjusted horizontally by loosening the knob.
2. Insert the seat post (16) into the main frame (23), and choose the desired position, then tighten the knob (26). Be sure that the knob is always tightened.
Remarks: When you have chosen a desired position, tighten the seat post knob until you hear a "click".

🇸🇪 STEG 4

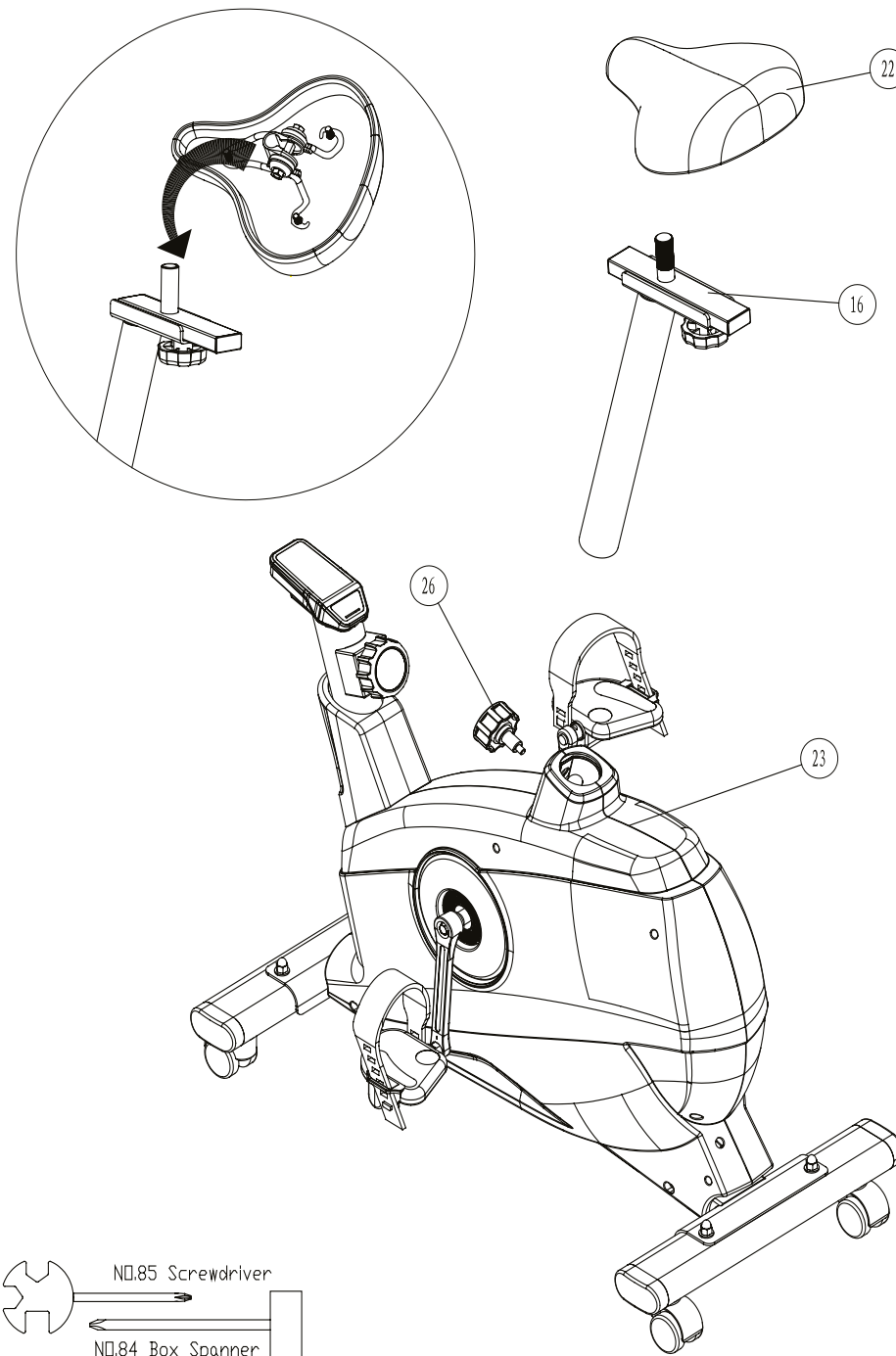
1. Montera sadeln (22) på sadelreglaget. Reglaget kan justeras i olika vinklar. Dra åt de båda muttrarna under sadeln med hjälp av en skruvmejsel. Reglaget kan dessutom justeras i horisontalplan genom att lossa på knoppen.
2. Sätt in sadelstolpen (16) i huvudramen (23) och välj önskad position, dra därefter åt knoppen (26). Se till att knoppen alltid är åtdragen.
Notera: När du har valt önskad position ska du dra åt knoppen på sadelstolpen tills du hör ett "klickljud".

🇩🇰 TRIN 4

1. Monter sædet (22) fast til frempinden. Pinden kan justeres i forskellige vinkler. Tilspænd de to møtrikker under sædet med en skruetrækker. Desuden kan frempinden justeres i vandret retning ved at løsne grebet.
2. Indsæt sadelpinden (16) i hovedstellet (23), og vælg den ønskede stilling, tilspænd derefter grebet (26). Sørg for, at grebet altid er spændt.
Bemærkninger: Når du har valgt den ønskede position, tilspænder du sadelpindgrebet, til du hører et "klik".

🇳🇴 TRINN 4

1. Monter setet (22) til seteskinnen. Skinnen kan justeres i ulike vinkler. Stram de to mutterne under setet med en skrutrekker. I tillegg kan skinnen justeres horisontalt ved at man løsner på knotten.
2. Før setestangen (16) inn i rammen (23) og velg ønsket posisjon. Deretter strammer du knotten (26). Pass på at knotten alltid er stram.
Merk: Når du har oppnådd ønsket posisjon, strammer du knotten til setestangen helt til du hører et klikk.



DISPLAY FUNCTION:

ITEM	DESCRIPTION
SCAN	<ul style="list-style-type: none"> In SCAN mode, press MODE/ENTER key to choose functions. Automatically scan through each mode in sequence every 6 seconds. The sequence of display when pressing MODE/ENTER key: TIME→ DIST→CAL→RPM/SPEED
SPEED	<ul style="list-style-type: none"> Range 0.0 ~ 99.9. Without any signal being transmitted into the monitor for 4 seconds during workout, SPEED will display "0.0".
RPM	<ul style="list-style-type: none"> Range 0 ~ 999. Without any signal being transmitted into the monitor for 4 seconds during workout, RPM will display "0".
TIME	<ul style="list-style-type: none"> Without setting the target value, time will count up. When setting the target value, time will count down from your target time to 0 and an alarm will sound or flash. Without any signal being transmitted into the monitor for 4 seconds during workout, time will STOP. Range 0:00 ~ 99:59.
DISTANCE	<ul style="list-style-type: none"> Without setting the target value, distance will count up. When setting the target value, distance will count down from your target distance to 0 with an alarm sound or flash. Range 0.00~99.99.
CALORIES	<ul style="list-style-type: none"> Without setting the target value, calories will count up. When setting the target value, calories will count down from your target calories to 0 with an alarm sound or flash. Range 0~9999.

VISNINGSFUNKTION:

OBJEKT	BESKRIVNING
SCAN	<ul style="list-style-type: none"> I SCAN-läge ska du trycka på MODE/ENTER-knappen för att välja funktioner. Skanna automatiskt igenom varje läge i sekvens var 6:e sekund. Visningssekvensen när du trycker på MODE/ENTER-knappen: TIME→ DIST→CAL→RPM/SPEED
SPEED	<ul style="list-style-type: none"> Intervall 0.0 ~ 99.9. Om ingen signal överförs till monitorn under 4 sekunder under träningspasset kommer SPEED att visa "0.0".
RPM	<ul style="list-style-type: none"> Intervall 0 ~ 999. Om ingen signal överförs till monitorn under 4 sekunder under träningspasset kommer RPM att visa "0".
TIME	<ul style="list-style-type: none"> Om inget målvärde ställs in kommer tiden att räknas upp. När du ställer in målvärdet kommer tiden att räknas ned från din måltid till 0 och larmet ljuder eller blinkar. Om ingen signal överförs till monitorn under 4 sekunder under träningspasset kommer tiden att övergå till STOP. Intervall 0:00 ~ 99:59.
DISTANCE	<ul style="list-style-type: none"> Om inget målvärde ställs in kommer distansen att räknas upp. När du ställer in målvärdet kommer distansen att räknas ned från din måldistans till 0 med ett ljudande eller blinkande larm. Intervall 0.00~99.99.
CALORIES	<ul style="list-style-type: none"> Om inget målvärde ställs in kommer kaloritalet att räknas upp. När du ställer in målvärdet kommer kaloritalet att räknas ned från ditt målantall till 0 med ett ljudande eller blinkande larm. Intervall 0~9999.

BRUGERVEJLEDNING TIL COMPUTER ST6519-61

DISPLAY-FUNKTION:

PUNKT	BESKRIVELSE
SCAN	<ul style="list-style-type: none"> I SCAN-tilstand trykker du på MODE/ENTER-tasten for at vælge funktioner. Scan automatisk gennem hver tilstand i rækkefølge hver 6. sekund. Visningsrækkefølgen ved tryk på MODE/ENTER-tasten: TIME→DIST→CAL→RPM/SPEED
SPEED (HASTIGHED)	<ul style="list-style-type: none"> Område 0,0 ~ 99,9. Hvis der ikke sendes noget signal til skærmen i 4 sekunder under træningen, vil SPEED vise "0,0".
RPM (O/MIN)	<ul style="list-style-type: none"> Område 0 ~ 999. Hvis der ikke sendes noget signal til skærmen i 4 sekunder under træningen, vil RPM vise "0".
TIME (TID)	<ul style="list-style-type: none"> Hvis der ikke indstilles nogen målværdi, vil tiden tælle opad. Hvis der indstilles en målværdi, vil tiden tælle ned fra måltiden til 0, hvorefter der høres en alarm eller ses en blinken. Hvis der ikke sendes noget signal til skærmen i 4 sekunder under træningen, vil tiden STOPPE . Område 0:00 ~ 99:59.
DISTANCE (AFSTAND)	<ul style="list-style-type: none"> Hvis der ikke indstilles nogen målværdi, vil afstanden tælle opad. Hvis der indstilles en målværdi, vil afstanden tælle ned fra måldistancen til 0, hvorefter der høres en alarm eller ses en blinken. Område 0,00~99,99.
CALORIES (KALORIER)	<ul style="list-style-type: none"> Hvis der ikke indstilles nogen målværdi, vil kalorieværdien tælle opad. Hvis der indstilles en kalorieværdi, vil kalorierne tælle ned fra målkalorieværdien til 0, hvorefter der høres en alarm eller ses en blinken. Område 0~9999.

BRUKSANVISNING FOR COMPUTER ST6519-61

SKJERMFUNKSJON:

ARTIKKEL	BESKRIVELSE
SCAN	<ul style="list-style-type: none"> I SCAN-modus trykker du på MODE/ENTER-tastene for å velge ulike funksjoner. Skanner automatisk gjennom hver modus i sekvens hvert sjette sekund. Skjermsekvens når man trykker på MODE/ENTER-tasten: TIME → DIST → CAL → RPM/SPEED
SPEED	<ul style="list-style-type: none"> Range 0,0~99,9. Hvis det ikke overføres noe signal til monitoren i løpet av fire sekunders trening, vil det under SPEED stå «0.0».
RPM	<ul style="list-style-type: none"> Range 0~999. Hvis det ikke overføres noe signal til monitoren i løpet av fire sekunders trening, vil det under RPM stå «0».
TIME	<ul style="list-style-type: none"> Hvis man ikke stiller inn en målverdi, vil tiden telles oppover. Når man stiller inn målverdien, vil tiden telle ned fra måltiden til 0, og så vil alarmen pipe eller blinke. Hvis det ikke overføres noe signal til monitoren i løpet av fire sekunders trening, vil tiden STOPPE. Range 0:00~99:59.
DISTANCE	<ul style="list-style-type: none"> Hvis man ikke stiller inn en målverdi, vil distansen telles oppover. Når man stiller inn målverdien, vil distansen telles ned fra måldistansen til 0, så vil alarmen pipe eller blinke. Range 0,00~99,99.
CALORIES	<ul style="list-style-type: none"> Hvis man ikke stiller inn en målverdi, vil kaloriene telles oppover. Når man stiller inn målverdien, vil kaloriene telles ned fra målkalorieværdien til 0, så vil alarmen pipe eller blinke. Range 0~9999.

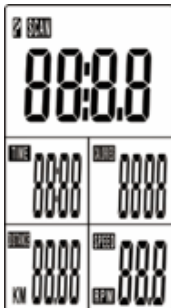
 **KEY FUNCTION:**

ITEM	DESCRIPTION
UP	<ul style="list-style-type: none"> Press UP key to increase value. Press and hold the key to increase value faster. TIME setting range: 00:00~99:00 (Each increment is 1:00). CAL setting range: 0~9990 (Each increment is 10). DIST setting range: 0.00~99.50 (Each increment is 0.5).
DOWN	<ul style="list-style-type: none"> Press DOWN key to decrease value. Press and hold the key to decrease the value faster. TIME setting range: 00:00~99:00 (Each decrement is 1:00). CAL setting range: 0~9990 (Each decrement is 10). DIST setting range: 0.00~99.50 (Each decrement is 0.5).
MODE/ ENTER	<ul style="list-style-type: none"> Choose each function by pressing MODE/ENTER key. Press and hold MODE/ENTER key for 2 seconds to reset all functions (same feature as the reset key if pressed for 2 seconds).
RESET	<ul style="list-style-type: none"> In setting mode, press RESET key once to reset the current function figures. Press RESET key and hold for 2 seconds to reset all function figures.

OPERATION PROCEDURE

POWER ON

- LCD will display all segments as Drawing 1.



Drawing 1

POWER OFF

- Without any signal being transmitted into the monitor for 4 minutes, the monitor will enter SLEEP mode.

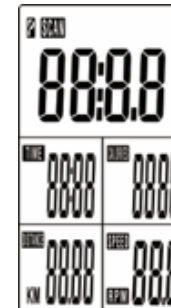
 **KNAPPFUNKTION::**

OBJEKT	BESKRIVNING
UP	<ul style="list-style-type: none"> Tryck på UP-knappen för att öka värdet. Tryck och håll in knappen för att öka värdet snabbare. TIME inställningsintervall: 00:00~99:00 (Varje höjning är 1:00). CAL inställningsintervall: 0~9990 (Varje höjning är 10). DIST inställningsintervall: 0.00~99.50 (Varje höjning är 0.5).
DOWN	<ul style="list-style-type: none"> Tryck på DOWN-knappen för att minska värdet. Tryck och håll in knappen för att minska värdet snabbare. TIME inställningsintervall: 00:00~99:00 (Varje minskning är 1:00). CAL inställningsintervall: 0~9990 (Varje minskning är 10). DIST inställningsintervall: 0.00~99.50 (Varje minskning är 0.5).
MODE/ ENTER	<ul style="list-style-type: none"> Välj valfri funktion genom att trycka på MODE/ENTER-knappen. Tryck och håll in MODE/ENTER-knappen i 2 sekunder för att återställa alla funktioner (samma funktion som att trycka in reset-knappen under 2 sekunder).
RESET	<ul style="list-style-type: none"> I inställningsläget ska du trycka en gång på RESET-knappen för att återställa de aktuella funktionssiffrorna. Tryck på RESET-knappen och håll kvar i 2 sekunder för att återställa alla funktionssiffror.

DRIFTSMETOD

STRÖM AKTIVERAD

- LCD kommer att visa alla segment som Ritning 1.



Ritning 1

STRÖM AVSTÄNGD

- Om ingen signal överförs till monitorn under 4 minuter kommer den att övergå i SLEEP-läge.

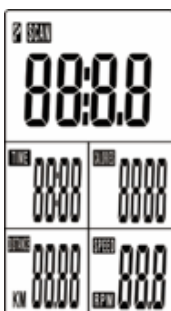
TASTE-FUNKTION:

PUNKT	BESKRIVELSE
UP (OP)	<ul style="list-style-type: none">Tryk på UP-tasten (OP) for at øge værdien. Tryk på tasten og hold den inde for at øge værdien hurtigere.Indstilling af tid (TIME) 00:00~99:00 (Hvert trin er 1:00).Indstilling af kalorier (CAL) 0~9990 (Hvert trin er 10).Indstilling af distance (DIST) 0.00~99.50 (Hvert trin er 0,5).
DOWN (NED)	<ul style="list-style-type: none">Tryk på DOWN (NED)-tasten for at mindske værdien. Tryk på tasten og hold den inde for at mindske værdien hurtigere.Indstilling af tid (TIME) 00:00~99:00 (Hvert trin er 1:00).Indstilling af kalorier (CAL): 0~9990 (Hvert trin er 10).Indstilling af distance (DIST): 0.00~99.50 (Hvert trin er 0,5).
MODE/ENTER	<ul style="list-style-type: none">Vælg hver enkelt funktion ved at trykke på MODE/ENTER-tasten.Tryk på MODE/ENTER-tasten og hold den inde i 2 sekunder for at nulstille alle funktioner (samme funktion som med nulstillings-tasten ved tryk i 2 sekunder).
RESET (NULSTIL)	<ul style="list-style-type: none">I indstillings-tilstand trykkes på RESET (NULSTIL)-tasten en gang for at nulstille de aktuelle funktionstal.Tryk på RESET-tasten og hold den inde i 2 sekunder for at nulstille alle funktionstal.

BETJENINGSPROCEDURE

TÆNDT

- LCD-displayet vil vise alle segmenter som Tegning 1.



Tegning 1

SLUKKET

- Hvis der ikke sendes noget signal til skærmen i 4 minutter, vil skærmen gå i SLEEP (DVALE)-tilstand.

NØKKELFUNKSJONER::

ARTIKKEL	BESKRIVELSE
UP	<ul style="list-style-type: none">Trykk på Up-tasten for å øke verdien. Hold tasten inne for å øke verdien raskere.Innstillingsområde for TIME: 00:00~99:00 (hvert trinn er 1:00).Innstillingsområde for CAL: 0~9990 (hvert trinn er 10).Innstillingsområde for DIST: 0,00~99,50 (hvert trinn er 0,5).
DOWN	<ul style="list-style-type: none">Trykk på DOWN-tasten for å redusere verdien. Hold tasten inne for å redusere verdien raskere.Innstillingsområde for TIME: 00:00~99:00 (hvert trinn er 1:00).Innstillingsområde for CAL: 0~9990 (hvert trinn er 10).Innstillingsområde for DIST: 0,00~99,50 (hvert trinn er 0,5).
MODE/ENTER	<ul style="list-style-type: none">Velg hver funksjon ved å trykke på MODE/ENTER-tasten.Hold inne MODE/ENTER-tasten i 2 sekunder for å tilbakestille alle funksjonene (samme funksjon som Reset-tasten hvis man holder inne i 2 sekunder).
RESET	<ul style="list-style-type: none">I innstillingsmodus trykker du én gang på RESET-tasten for å tilbakestille gjeldende funksjonstall.Hold RESET-tasten inne i 2 sekunder for å tilbakestille alle funksjonstallene.

BETJENING

PÅ

- LCD-skjermen vil vise alle segmenter som på tegning 1.



Tegning 1

AV

- Hvis det ikke overføres noe signal til monitoren på fire minutter, vil monitoren gå i SLEEP-modus (hvilemodus).

OPERATION

1. Daily use setting

- Press MODE/ENTER key to select the function of TIME, DISTANCE and CALORIES. Use UP or DOWN key for setting and press MODE/ENTER key for confirmation.
- For instance, the time set-up, when the time value is blinking, you can use UP or DOWN key to adjust the number. Press MODE/ENTER key for confirmation and skip to next set-up. The set-up of DISTANCE and CALORIES is the same as TIME set-up.
- Once you have started using the office bike, the console picks up the signal, and the value of SPEED/RPM, TIME, DST, and CAL will count up on the display.

Trouble shooting:

- When the LCD display is dim, it means that the batteries need to be changed.
- If there is no signal when you pedal, please check if the cable is well connected.

NOTE:

1. When use has been stopped for 4 minutes, the main screen will turn off.
2. If the computer displays abnormally, please re-install the batteries and try again.

DRIFT

1. Inställning för dagligt bruk

- Tryck på MODE/ENTER-knappen för att välja funktionen TIME, DISTANCE eller CALORIES. Använd UP- eller DOWN-knappen för inställning och bekräfta med MODE/ENTER-knappen.
- Vid exempelvis tidsinställningen kan du använda UP- eller DOWN-knappen för att justera siffrorna när värdet för tid blinkar. Bekräfta med MODE/ENTER-knappen och fortsätt till nästa inställning. Inställningen av DISTANCE och CALORIES är samma som för TIME.
- Så snart du börjar använda kontorscykeln hämtas signalen upp av konsolen och värdet för SPEED/RPM, TIME, DST och CAL kommer att räknas upp på displayen.

Felsökning:

- När LCD lyser svagare måste batterierna bytas ut.
- Vid utebliven signal när du cyklar ska du kontrollera att kabeln är väl ansluten.

OBS:

1. När cykeln inte använts under 4 minuter kommer huvudskärmen att släckas.
2. Om datorn uppvisar avvikelser ska du installera batterierna på nytt och försöka igen.

DRIFT

1. Indstilling til daglig brug

- Tryk på MODE/ENTER-tasten for at vælge funktionerne TIME (TID), DISTANCE (AFSTAND) og CALORIES (KALORIER). Brug UP (OP) eller DOWN (NED)-tasten til at indstille og tryk på MODE/ENTER-tasten for at bekræfte.
- Du kan f.eks. bruge UP (OP) eller DOWN (NED)-tasten til at justere tallet, ved tidsindstilling, når tidsværdien blinker. Tryk på MODE/ENTER-tasten for at bekræfte og gå til næste indstilling. Indstilling af DISTANCE (AFSTAND) og CALORIES (KALORIER) indstilles på samme måde som TIME (TID).
- Når du er begyndt at bruge kontorcyklen, opsamler konsollen signalet, og værdien af SPEED/RPM (HASTIGHED), TIME (TID), DST (AFSTAND) og CAL (KALORIER) vil tælle på skærmen.

Fejlfinding:

- Når LCD-skærmen dæmpes, betyder det, at batterierne trænger til udskiftning.
- Hvis der ikke er noget signal, når du træder i pedalerne, kontroller da, om ledningen er ordentligt tilsluttet.

BEMÆRK:

1. Når du holder op med at bruge cyklen i 4 minutter, slukkes der for hovedskærmen.
2. Hvis computeren viser unormalt billede, så prøv at tage batterierne ud og sætte dem i igen og prøv igen.

BETJENING

1. Innstillinger for daglig bruk

- Trykk på MODE/ENTER-tasten for å velge funksjonene for TIME, DISTANCE og CALORIES. Velg innstillinger med OPP- og NED-tastene og trykk på MODE/ENTER-tasten for å bekrefte.
- Slik stiller du for eksempel inn tiden: Når tidsverdien blinker, kan du justere tallet ved å bruke OPP- og NED-tastene. Trykk på MODE/ENTER-tasten for å bekrefte og hopp til neste innstilling. DISTANCE og CALORIES (distanse og kalorier) stilles inn på samme måte som TIME (tid).
- Når du begynner å bruke treningssykkelen, vil konsollen plukke opp signalet, og verdiene for SPEED/RPM, TIME, DST og CAL vil vises på skjermen.

Feilsøking:

- Hvis lyset på LCD-skjermen er svakt, må man skifte batteriene.
- Hvis det ikke kommer noe signal når du trår på pedalene, må du sjekke om kabelen sitter ordentlig i.

OBS!

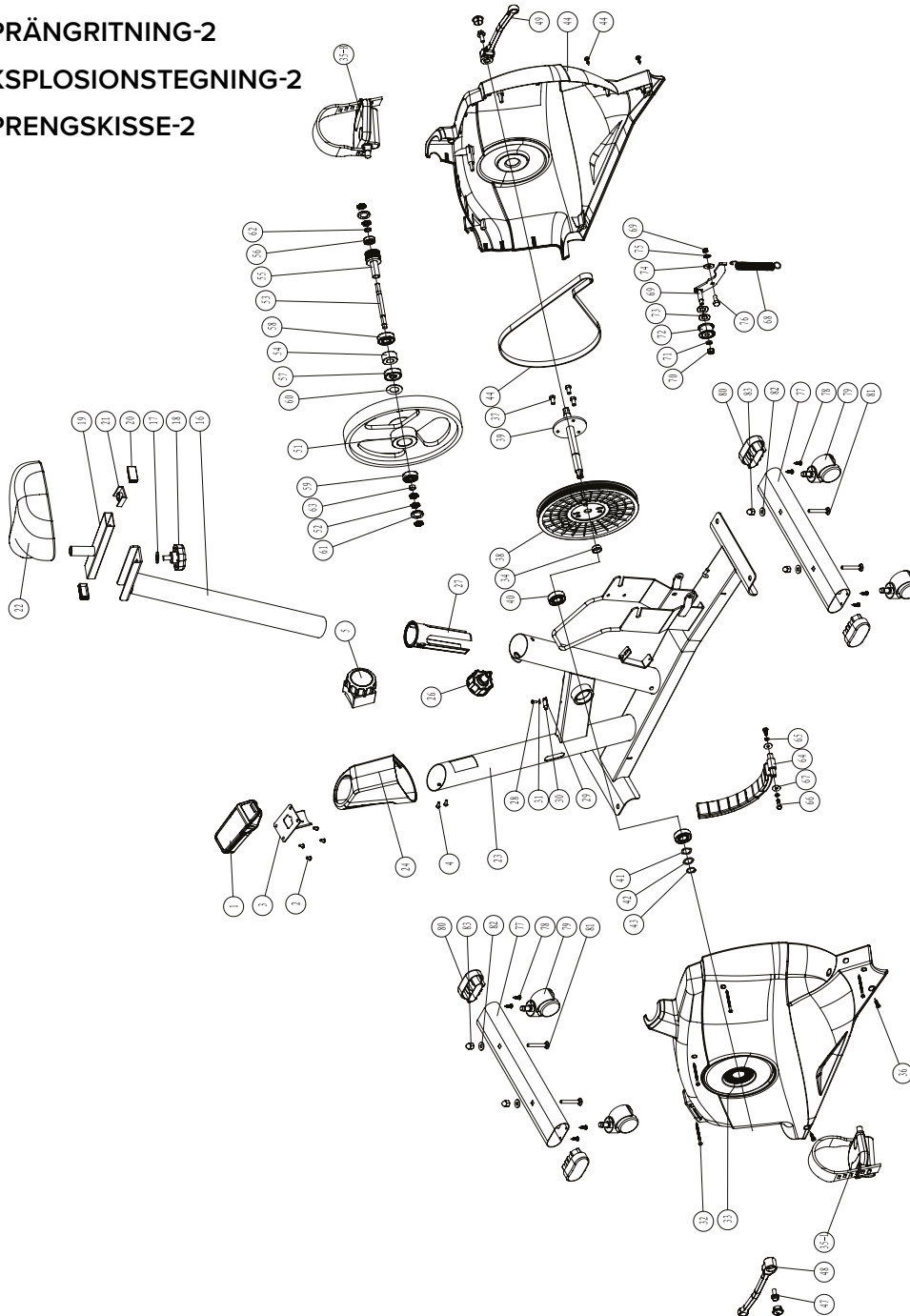
1. Hovedskjermen slår seg av etter 4 minutters inaktivitet.
2. Hvis computeren viser unormal aktivitet, kan du ta ut batteriene og sette dem inn igjen og prøve på nytt.

🇬🇧 EXPLODED DRAWING-2

🇸🇪 SPRÄNGRITNING-2

🇩🇰 EKSPLORIONSTEGNING-2

🇳🇴 SPRENGSKISSE-2



🇬🇧 PART LIST

Part NO.	English Description	Quantity	Unit
1	Console	1	PCS
2	Screw	4	PCS
3	console plate	1	PCS
4	Screw	2	PCS
5	Tension control knob	1	PCS
16	Seat post	1	PCS
17	Flat washer	1	PCS
18	Seat adjusting knob	1	PCS
19	Seat slider	1	PCS
20	End cap for sliding tube	2	PCS
21	Fixing screw bracket	1	PCS
22	Seat	1	PCS
23	Main frame	1	PCS
24	Handlebar post cover	1	PCS
26	Seat post knob	1	PCS
27	Seat post sleeve	1	PCS
28	Screw	1	PCS
29	Sensor holder	1	PCS
30	Sensor wire	1	PCS
31	Flat washer	1	PCS
32	Screw	3	PCS
33	Side cover, left	1	PCS
34	Bushing	1	PCS
35	Pedal, pair	1	SET
36	Screw	4	PCS
37	Hex screw	3	SET
38	Drive pulley	1	PCS
39	Axle	1	PCS
40	Bearing 6203	2	PCS
41	Wave washer	1	PCS
42	Flat washer $\phi 5 \times \phi 10 \times 1t$	1	PCS
43	C-clip	1	PCS
44	Small pulley	1	PCS
45	Side cover, right	1	PCS
47	Nylon screw M8X20L	2	PCS
48	Crank, left	1	PCS
49	Crank, right	1	PCS

Part NO.	English Description	Quantity	Unit
50	DC wire	1	PCS
51	Flywheel set (51~63)	1	PCS
52	Nut	5	PCS
53	Flywheel axle	1	PCS
54	Bearing	1	PCS
55	Small pulley	1	PCS
56	Bearing	1	PCS
57	Bearing	1	PCS
58	Bearing	1	PCS
59	Bearing	1	PCS
60	Flat washer	1	PCS
61	Star washer	2	PCS
62	Bushing	1	PCS
63	Bushing	1	PCS
64	Magnet set (64~67)	1	SET
65	Spring washer $\phi 8$	2	PCS
66	Hex screw M6X16L	2	PCS
67	Flat washer	2	PCS
68	Idler spring OD $\phi 16 \times \phi 2.0$	1	PCS
69	Idler	1	PCS
70	Nut M8	2	PCS
71	Bushing	1	PCS
72	Idler pulley w/bearing	1	PCS
73	Wave washer	2	PCS
74	Flat washer	1	PCS
75	Flat washer	1	PCS
76	Hex screw M6X16L	1	PCS
77	Front/Rear stabilizer	2	SET
78	Screw	4	PCS
79	Transport wheel	4	PCS
80	End cap for stabilizer	2	PCS
81	Carriage Bolt	4	PCS
82	Flat washer	4	PCS
83	Acorn nut	4	PCS
84	Bushing wrench	1	PCS
85	Harpoon wrench	1	PCS

 LISTA ÖVER DELAR

Del nr.	Svensk beskrivning	Mängd	Enhet
1	Konsol	1	styck
2	Skruv	4	styck
3	Konsolplatta	1	styck
4	Skruv	2	styck
5	Kontrollknopp för åtdragning	1	styck
16	Sadelstolpe	1	styck
17	Planbricka	1	styck
18	Justeringsknopp för sadel	1	styck
19	Sadelreglage	1	styck
20	Ändkåpa för glidrör	2	styck
21	Hållare för fästskruv	1	styck
22	Sadel	1	styck
23	Huvudram	1	styck
24	Skydd till styrstolpe	1	styck
26	Knopp på sadelstolpe	1	styck
27	Hylsa till sadelstolpe	1	styck
28	Skruv	1	styck
29	Sensorhållare	1	styck
30	Sensortråd	1	styck
31	Planbricka	1	styck
32	Skruv	3	styck
33	Sidoskydd, vänster	1	styck
34	Bussning	1	styck
35	Pedal, par	1	sats
36	Skruv	4	styck
37	Sexkantskruv	3	sats
38	Drivskiva	1	styck
39	Axel	1	styck
40	Lager 6203	2	styck
41	Vågbricka	1	styck
42	Planbricka $\phi 5 \times \phi 10 \times 1t$	1	styck
43	C-klämma	1	styck
44	Liten remskiva	1	styck
45	Sidoskydd, höger	1	styck
47	Nylonskruv M8X20L	2	styck
48	Vev, vänster	1	styck
49	Vev, höger	1	styck

Del nr.	Svensk beskrivning	Mängd	Enhet
50	DC-kabel	1	styck
51	Svånghjulssats (51~63)	1	styck
52	Mutter	5	styck
53	Svånghjulsaxel	1	styck
54	Lager	1	styck
55	Liten remskiva	1	styck
56	Lager	1	styck
57	Lager	1	sats
58	Lager	1	styck
59	Lager	1	styck
60	Planbricka	1	styck
61	Stjärnbricka	2	styck
62	Bussning	1	styck
63	Bussning	1	styck
64	Magnetsats (64~67)	1	styck
65	Fjäderbricka $\phi 8$	2	styck
66	Sexkantskruv M6X16L	2	styck
67	Planbricka	2	styck
68	Fjäder till styrrulle OD $\phi 16 \times \phi 2.0$	1	styck
69	Styrrulle	1	styck
70	Mutter M8	2	sats
71	Bussning	1	styck
72	Styrrulle m/lager	1	styck
73	Vågbricka	2	styck
74	Planbricka	1	styck
75	Planbricka	1	styck
76	Sexkantskruv M6X16L	1	styck
77	Främre/bakre stabilisator	2	styck
78	Skruv	4	styck
79	Transporthjul	4	styck
80	Ändkåpa för stabilisator	2	styck
81	Vagnsbult	4	styck
82	Planbricka	4	styck
83	Ekollonmutter	4	styck
84	Bussningsnyckel	1	styck
85	Harpunnyckel	1	styck

 KOMponentliste

Komponent nr.	Dansk beskrivelse	Antal	Enhed
1	Konsol	1	Stk.
2	Skruue	4	Stk.
3	konsolplade	1	Stk.
4	Skruue	2	Stk.
5	Spændingskontrolgreb	1	Stk.
16	Sadelpind	1	Stk.
17	Planskive	1	Stk.
18	Sædejusteringsgreb	1	Stk.
19	Sadelrør	1	Stk.
20	Endeprop til sæderør	2	Stk.
21	Fastgørelsesbeslag	1	Stk.
22	Sadel	1	Stk.
23	Hovedstel	1	Stk.
24	Dæksel til styrrør	1	Stk.
26	Sadelpindsgreb	1	Stk.
27	Sadelpindsmanchet	1	Stk.
28	Skruue	1	Stk.
29	Sensorholder	1	Stk.
30	Sensorledning	1	Stk.
31	Planskive	1	Stk.
32	Skruue	3	Stk.
33	Sidedæksel, venstre	1	Stk.
34	Bøsning	1	Stk.
35	Pedal, par	1	SÆT
36	Skruue	4	Stk.
37	Unbrakoskrue	3	SÆT
38	Stor forklinge	1	Stk.
39	Aksel	1	Stk.
40	Leje 6203	2	Stk.
41	Bølgeskive	1	Stk.
42	Planskive $\phi 5 \times \phi 10 \times 1t$	1	Stk.
43	C-klemme	1	Stk.
44	Lille forklinge	1	Stk.
45	Sidedæksel, højre	1	Stk.
47	Nylonskrue M8X20L	2	Stk.
48	Krank, venstre	1	Stk.
49	Krank, højre	1	Stk.

Komponent nr.	Dansk beskrivelse	Antal	Enhed
50	Jævnstrømsledning	1	Stk.
51	Svinghjulsæt (51~63)	1	Stk.
52	Møtrik	5	Stk.
53	Svinghjulsaksel	1	Stk.
54	Leje	1	Stk.
55	Lille forklinge	1	Stk.
56	Leje	1	Stk.
57	Leje	1	Stk.
58	Leje	1	Stk.
59	Leje	1	Stk.
60	Planskive	1	Stk.
61	Stjerneskrive	2	Stk.
62	Bøsning	1	Stk.
63	Bøsning	1	Stk.
64	Magnetsæt (64~67)	1	SÆT
65	Fjederskrive $\phi 8$	2	Stk.
66	Unbrakoskrue M6X16L	2	Stk.
67	Planskive	2	Stk.
68	Fjeder OD $\phi 16 \times \phi 2.0$	1	Stk.
69	Løs remskive	1	Stk.
70	Møtrik M8	2	Stk.
71	Bøsning	1	Stk.
72	Løs remskive m/leje	1	Stk.
73	Bølgeskive	2	Stk.
74	Planskive	1	Stk.
75	Planskive	1	Stk.
76	Unbrakoskrue M6X16L	1	Stk.
77	For-/Bag-stabilisator	2	SÆT
78	Skruue	4	Stk.
79	Transporthjul	4	Stk.
80	Endehætte til stabilisator	2	Stk.
81	Brædebolt	4	Stk.
82	Planskive	4	Stk.
83	Topmøtrik	4	Stk.
84	Fastnøgle	1	Stk.
85	Skiftenøgle	1	Stk.


DELELISTE

Dele nr.	Navn	Antall	Enhet
1	Konsoll	1	PCS
2	Skruer	4	PCS
3	Konsollplate	1	PCS
4	Skruer	2	PCS
5	Strammeknott	1	PCS
16	Setestang	1	PCS
17	Skive	1	PCS
18	Knott for setejustering	1	PCS
19	Seteskinne	1	PCS
20	Endeplugg for gliderør	2	PCS
21	Skruerbrakett	1	PCS
22	Sete	1	PCS
23	Ramme	1	PCS
24	Styrestangdeksel	1	PCS
26	Knott til setestang	1	PCS
27	Setestanghylster	1	PCS
28	Skruer	1	PCS
29	Sensorholder	1	PCS
30	Sensorledning	1	PCS
31	Skive	1	PCS
32	Skruer	3	PCS
33	Sidedeksel, venstre	1	PCS
34	Bøssing	1	PCS
35	Pedal, par	1	SET
36	Skruer	4	PCS
37	Sekskantskrue	3	SET
38	Drivtrinse	1	PCS
39	Aksel	1	PCS
40	Lager 6203	2	PCS
41	Bølgeskive	1	PCS
42	Skive $\phi 5 \times \phi 10 \times 1 \text{ t}$	1	PCS
43	C-klips	1	PCS
44	Liten trinse	1	PCS
45	Sidedeksel, høyre	1	PCS
47	Nylonskrue M8X20L	2	PCS
48	Krank, venstre	1	PCS
49	Krank, høyre	1	PCS

Dele nr.	Navn	Antall	Enhet
50	Elektrisk ledning (DC)	1	PCS
51	Svinghjulsett (51~63)	1	PCS
52	Mutter	5	PCS
53	Svinghjulaksel	1	PCS
54	Lager	1	PCS
55	Liten trinse	1	PCS
56	Lager	1	PCS
57	Lager	1	PCS
58	Lager	1	PCS
59	Lager	1	PCS
60	Skive	1	PCS
61	Stjerneskiye	2	PCS
62	Bøssing	1	PCS
63	Bøssing	1	PCS
64	Magnetsett (64~67)	1	SET
65	Fjærskive $\phi 8$	2	PCS
66	Sekskantskrue M6X16L	2	PCS
67	Skive	2	PCS
68	Ledefjær OD $\phi 16 \times \phi 2.0$	1	PCS
69	Leder	1	PCS
70	Mutter M8	2	PCS
71	Bøssing	1	PCS
72	Ledetrinse m/lager	1	PCS
73	Bølgeskiye	2	PCS
74	Skive	1	PCS
75	Skive	1	PCS
76	Sekskantskrue M6X16L	1	PCS
77	Fremre/bakre stabilisator	2	SET
78	Skruer	4	PCS
79	Transporthjul	4	PCS
80	Endeplugg for stabilisator	2	PCS
81	Låsebolt	4	PCS
82	Skive	4	PCS
83	Hettemutter	4	PCS
84	Skrunøkkel	1	PCS
85	Skrunøkkel	1	PCS

JobOut[®]

JobOut | www.jobout.com