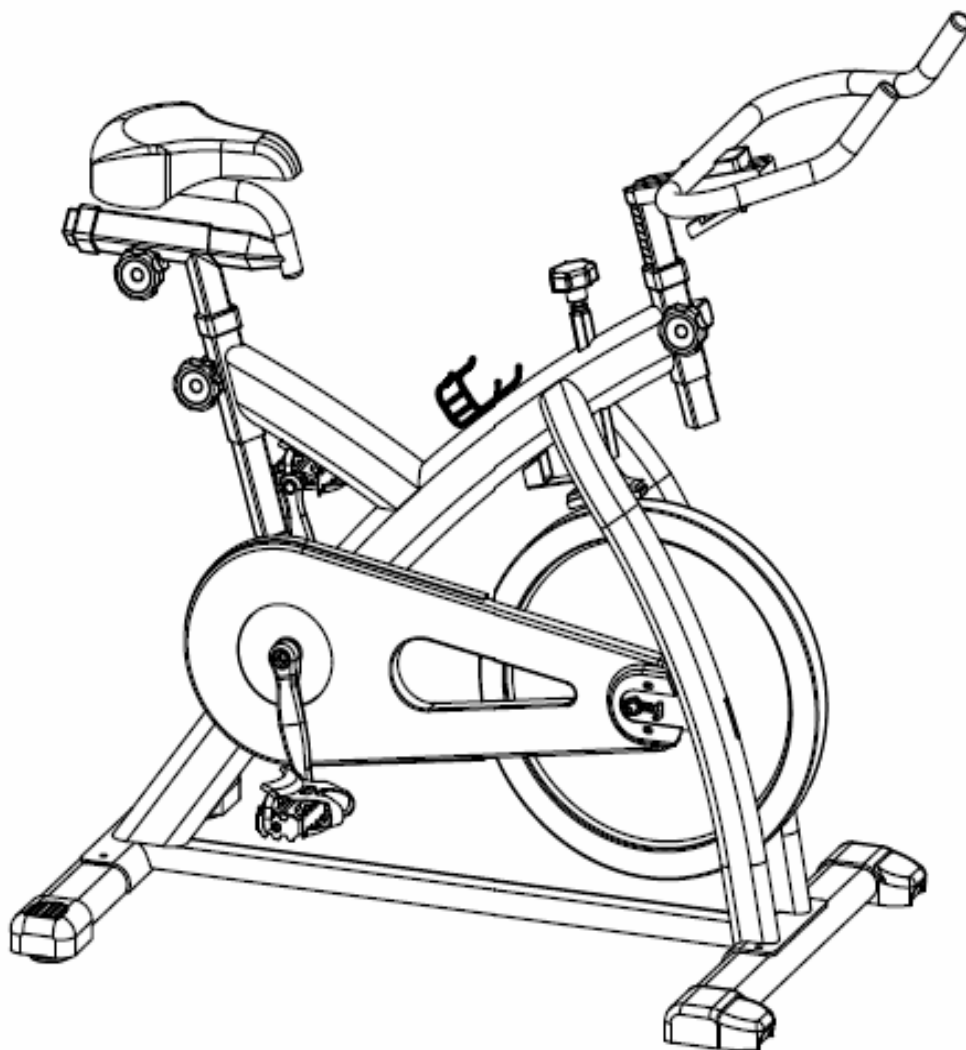


# KÄYTTÖOHJE

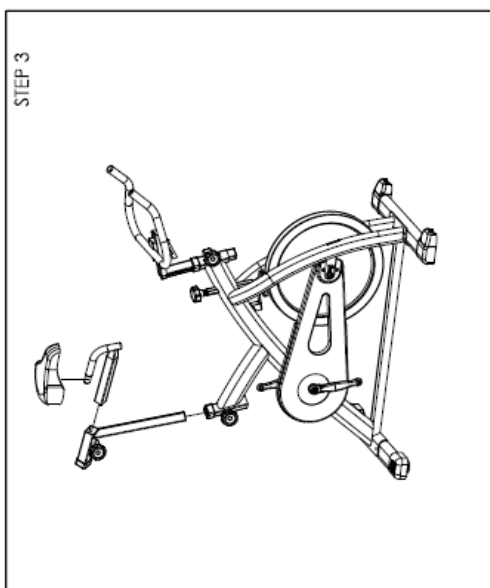
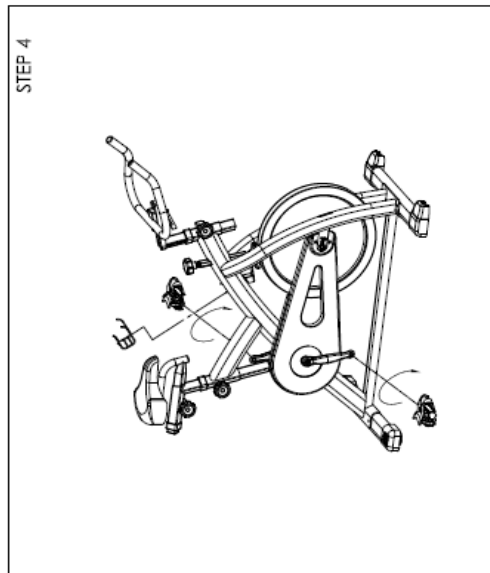
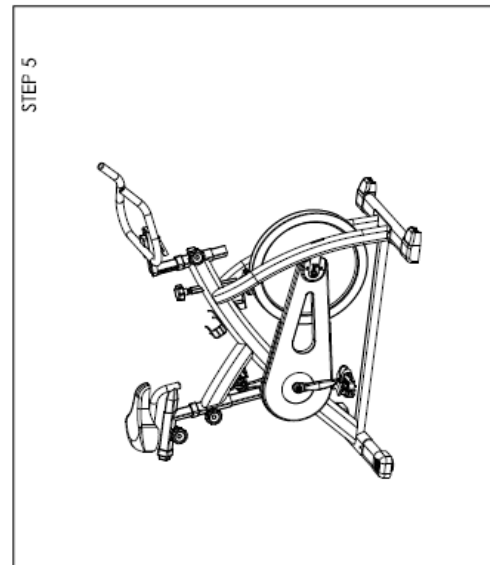
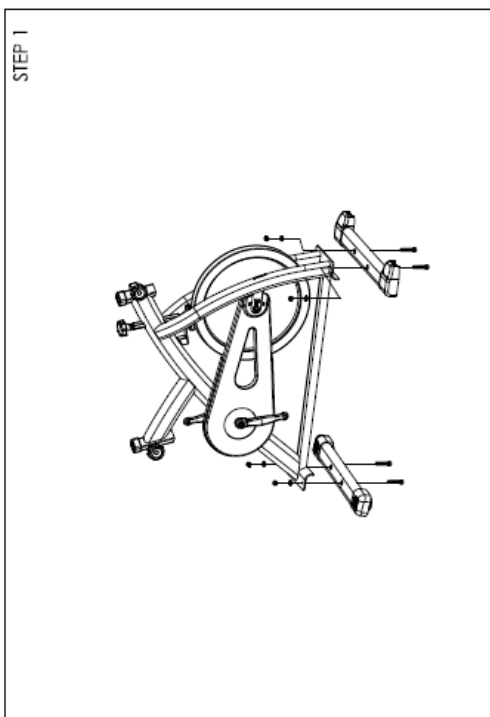
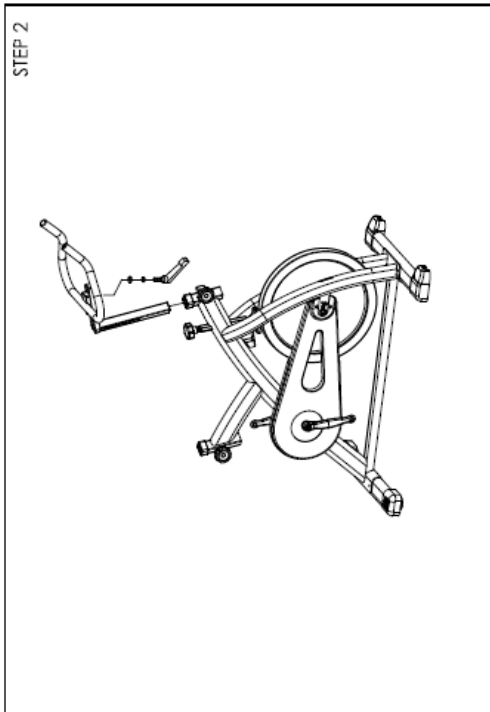
## HIHNALLINEN KUNTOPYÖRÄ



- \* Neuvottele lääkärisi kanssa ennen harjoitusohjelman aloittamista saadaksesi harjoittelusta parhaan mahdollisen hyödyn.
- \* Varoitus: vääränlainen/ylenpalttinen harjoittelu saattaa aiheuttaa terveyshaittoja. Lopeta kuntopyörän käyttö, jos tunnet olosi epämukavaksi.
- \* Noudata oikeanlaista harjoittelua koskevia ohjeita mahdollisimman tarkasti.
- \* Varmista ennen harjoittelua, että olet asentanut, säätänyt ja tarkastanut laitteen ohjeiden mukaan.
- \* Lämmittele aina ennen harjoittelun aloittamista.
- \* Käytä vain laitteen mukana toimitettavia osia
- \* Noudata asennusohjeita tarkasti.
- \* Käytä vain sopivia asennustyökaluja ja pyydä tarvittaessa apua
- \* Aseta kuntopyörä tasaiselle ja liukumattomalle alustalle.
- \* Tarkasta kaikkien säädettävien osien suurin mahdollinen säätöasento.
- \* Kiristä kaikkia säädettäviä osia estääksesi laitetta liikkumasta harjoittelun aikana.
- \* Tämä tuote on suunniteltu aikuisten käyttöön. Varmista, että lapset käyttävät sitä vain aikuisen valvonnassa.
- \* Varmista, että kaikki laitteen lähellä olevat henkilöt tietävät mahdollisesta vaaroista, esim. liikkuvien osien aiheuttamasta vaarasta harjoittelun aikana.
- \* Vastusta voidaan säätää yksilöllisten tarpeiden mukaan.
- \* Älä koskaan käytä pyörää ilman jalkineita ja varmista, että jalkineet on tiukasti solmittu.
- \* Varmista, että kuntopyörällä on tarpeeksi tilaa.
- \* Kiinnitä huomiota löysiin tai liikkuviin osiin asentaessasi kuntopyörää tai purkaessasi sitä osiin.

- » Aseta matto kuntopyörän alle lattian tai kokolattiamaton suojaamiseksi.
- » Aseta hätätilanteessa molemmat jalat yhtäaikaan ohjasten sivuille.
- » Varmista, että kuntopyörän takana on vähintään 2000 x 1000 mm tyhjää tilaa.
- » Tämä tuote on testattu sopivan enintään 120 kiloa painavan käyttäjän käyttöön.
- » Emme vastaa henkilövammoista tai vahingoista, jotka johtuvat tämän kuntopyörän käytöstä.

# Kokoonpanopiirustus



## Vaihe 1

Kiinnitä etutukijalka (16) ja takatukijalka (12) runkoon pulteilla (8), aluslevyllä (9) ja muttereilla (10).

## Vaihe 2

Asenna ohjaustangon tolppa (23) työntämällä se rungon putkeen. Säädä korkeus nupilla haluttuun asentoon ja kiristä. Kiinnitä ohjaustangon liukukappale (21) ohjaustangon tolppaan (23), käytä avausvipua (22) säätääksesi ohjaustankoa ja kiristääksesi sen haluttuun asentoon.

## Vaihe 3

Työnnä satulatulppa (42) rungon satulaputkeen. Kiinnitä satula (1) satulan liukukappaleeseen (41). Aseta satulan liukukappale (41) satulatulppaan (42) ja kiinnitä se. Nupilla (4) säädetään ja kiristetään satula halutulle korkeudelle.

## Vaihe 4

Kiinnitä polkimet (11) kammien varsiin (7)(5), polkimissa on merkinnät L (vasen) ja R (oikea) osoittamaan, mille puolelle pyörää ne kuuluvat. Huomaa, että oikeanpuoleinen kampi on samalla puolella kuin ketjusuojus (24). Kohdista kierteet huolellisesti vaurioiden välttämiseksi. Kierteisiin levitetty ohut kerros voiteluainetta helpottaa polkimien kiertämistä paikalleen. Kiristä 15 mm:n kiintoavaimella. Molempien polkimien kierteiden kiristyssuunta on pyörän etuosaa kohti.

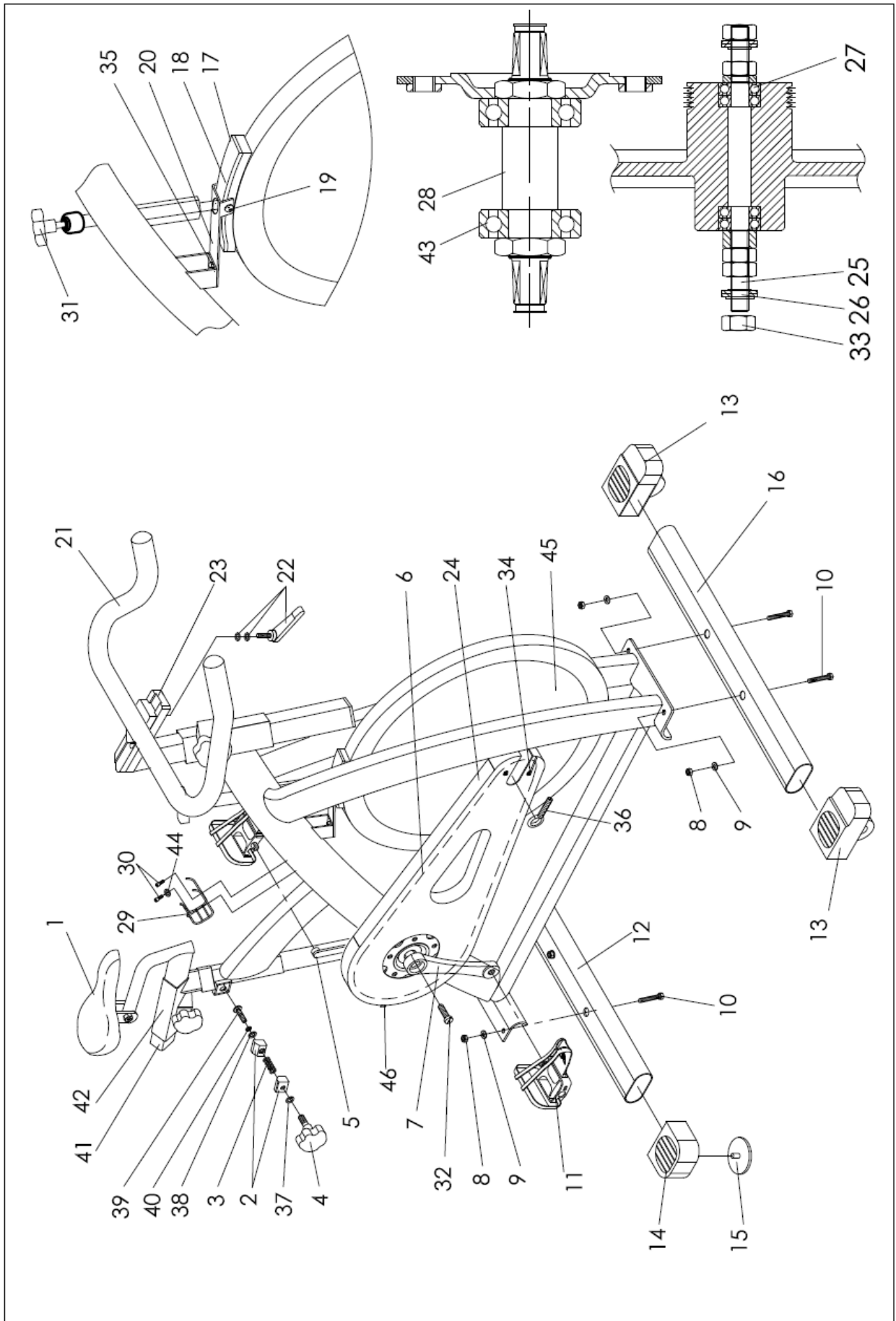
## Vastuksen säätö

Säädä kuntopyörän harjoitusvastusta jarrunuppia (31) löysämällä (-) tai kiristämällä (+).

Vapaarattaan on pyörittävä vapaasti ilman vastusta, kun jarrujärjestelmä on löysätty kokonaan suuntaan (-).

Kokeneemmat pyöräilijät voivat halutessaan käyttää suurinta mahdollista kokonaisvastusta kiristämällä jarrujärjestelmän kokonaan suuntaan (+).

# Räjätyskuva



# Osaluettelo

Nro	Nimi	Määrä pyörää kohti	Nro	Nimi	Määrä pyörää kohti
1	Satula	1 tietokone	25	Vapaarattaan akseli	1 SARJA
2	Pidikkeen kiristin ( R/L )	3 tietokone	26	Vapaarattaan varmistusaluslevy	
3	Nupin jousi	3 tietokone	27	Vapaarattaan laakeri	
4	Nuppi	3 tietokone	28	Keskiöakseli ja levy	1 tietokone
5	Vasemmanpuolinen kammenn varsi	1 tietokone	29	Pulloteline	1 tietokone
6	Hihna	1 tietokone	30	Pullotelineen ruuvi	2 kpl
7	Oikeanpuoleinen kammenn varsi	1 tietokone	31	Jarrujärjestelmä	1 SARJA
8	Tukijalan putken mutteri	4 kpl	32	Kammenn pultti	2 kpl
9	Tukijalan putken aluslevy	4 kpl	33	Vapaarattaan varmistusmutteri	2 kpl
10	Tukijalan kiinnityspultti	4 kpl	34	Ulomman ketjusuojuksen pultti (M6)	2 kpl
11	Poljin	1 pari	35	Jousikannattimen pultti ja aluslevy	2 kpl
12	Takatukijalan putki	1 tietokone	36	Vapaarattaan säätöpultti	2 kpl
13	Etutukijalan tulppa	2 kpl	37	Nupin aluslevy	3 kpl
14	Takatukijalan tulppa	2 kpl	38	Nupin muovialuslevy	3 kpl
15	Takatukijalan säätöpyörä		39	Nupin kiinnityspultti	3 kpl
16	Etutukijalan putki	1 tietokone	40	Aluslevy	3 kpl
17	Jarrupala	1 SARJA	41	Satulan liukukappale	1 tietokone
18	Jarrupalan pidike		42	Satulatulppa	1 tietokone
19	Ruuvi ja mutteri	1 tietokone	43	Keskiöakselin laakeri	2 kpl
20	Jousikannatin	1 tietokone	44	Pullotelineen aluslevy	1 tietokone
21	Ohjaustanko ja liukukappale	1 tietokone	45	Vapaaratas	1 SARJA
22	Avausvipu ja aluslevy	1 tietokone	46	Ulomman ketjusuojuksen pultti (M5)	3kpl
23	Ohjaustangon tolppa	1 tietokone			
24	Ulompi ketjusuojus	1 tietokone			

- 1) Tämä laite on suunniteltu poljettavaksi kuntopyöräksi. Siinä on kiinteä rattaan käyttämä vapaaratas ja liikemäärä pitää vapaarattaan ja polkimet liikkeessä senkin jälkeen, kun lopetat polkemisen. Jos haluat pysäyttää liikkeen nopeasti, käytä hätäjarrua.
- 2) **Hätäjarru** – Pysäytä painamalla jarrujärjestelmää (31).
- 3) Asennus – on tärkeää, että kuntopyörä on asianmukaisesti koottu. Jos olet epävarma, ota yhteyttä jälleenmyyjääsi.
- 4) **Ohjaustangon ja satulan säätö.** On tärkeää, että ohjaustanko ja satula on asetettu kehon mittojen mukaan oikealle korkeudelle. Kysy neuvoa ohjaajalta. Ohjaustangon korkeuden säätö: Avaa nuppi, joka on ohjaustangon putken ja rungon yhtymäkohdassa. Liu'uta ohjaustankoa/putkea ylös tai alas, kunnes korkeus on oikea. Kiristä nuppi uudelleen. Varmista, että nuppi on tiukassa ja että ohjaustanko ei liiku pysty- eikä vaakasuunnassa. Ohjaustangon/putken etäisyyttä voidaan säätää eteenpäin tai taaksepäin. Avaa pika-avausvipu, joka sijaitsee liukukappaleen alapuolella. Liu'uta ohjaustangon runkoa eteenpäin haluttuun asentoon. Kiristä sitten avausvipu huolellisesti uudelleen.  
**Satulan korkeuden säätö-** Avaa nuppi, joka on satulatolpan ja rungon yhtymäkohdassa. Säädä satulatolppa sopivan korkuiseksi. Kiristä nuppi uudelleen. Varmista, että nuppi on niin tiukassa, ettei satula kierry puolelta toiselle. Satulan etäisyyttä voidaan säätää eteenpäin ja taaksepäin. Avaa nuppi, joka on aivan satulan liukukappaleen vieressä. Löysää nuppia ja liu'uta satula sitten haluttuun asentoon. Kiristä nuppi uudelleen.
- 5) **Polkimet ja varvashihnat-** jalkojen on oltava tukevasti pidikkeissä harjoittelun aikana. Aseta jalka pidikkeeseen mahdollisimman pitkälle ja vedä hihna tiukalle.
- 6) Pyörää on käytettävä tasaisella alustalla, eikä siinä saa olla sivuttaisliikettä. Takatukijalan alla molemmilla puolilla on korkeudensäätimet. Käännä näitä säätimiä myötä- tai vastapäivään, kunnes pyörä on täysin vakaa.
- 7) **Huolto** – Ota yhteyttä toimittajaasi, jos laitteen osat löystyvät tai vapaarattaasta ei kuulu ääntä. Käyttö saattaa tällöin olla vaarallista. Laitetta on huollettava säännöllisesti, kuten kaikkia muitakin mekaanisesti toimivia pyöriä. Pyydä pyörän toimittajalta yksityiskohtainen huolto-ohjelma.

# Huoltotaulukko

Nro	KUVAUS	Päivittäin	Viikoittain	Kuukausittain	Neljännesvuosittain	Vuosittain
1.	Pyyhi laite puhtaaksi	X				
2.	Suihkuta runkoon WD40-suihketta tai vastaavaa öljyä	X				
3.	Silmämääräinen tarkistus	X				
4.	Tarkista, että ohjaustangon tolppa ja satulakiinnike ovat tiukasti paikallaan	X				
5.	Tarkista, että satula on tiukasti kiinni	X				
6.	Irrota ohjaustangon tolppa ja pyyhi putki		X			
7.	Irrota satulatolppa ja pyyhi putki		X			
8.	Tarkista jarrupalojen kuluneisuus		X			
9.	Tarkista jarrun säätö		X			
10.	Tarkista, että kaikki nupit ja avausvipu ovat tiukasti paikallaan		X			
11.	Tarkista varvashihnat kulumisen varalta		X			
12.	Tarkista kammen pultit ja kiristä uudelleen		X			
13.	Varmista, että polkimet on kierretty		X			
14.	Tarkista hihnan kireys			X		
15.	<b>Levitä vapaarattaaseen ruosteenestoöljyä.</b>		<b>X</b>			
16.	Tarkista keskiölaakeri				X	
17.	Tarkista vapaarattaan laakerit				X	
18.	Täydellinen huolto-rungon tarkastus					X

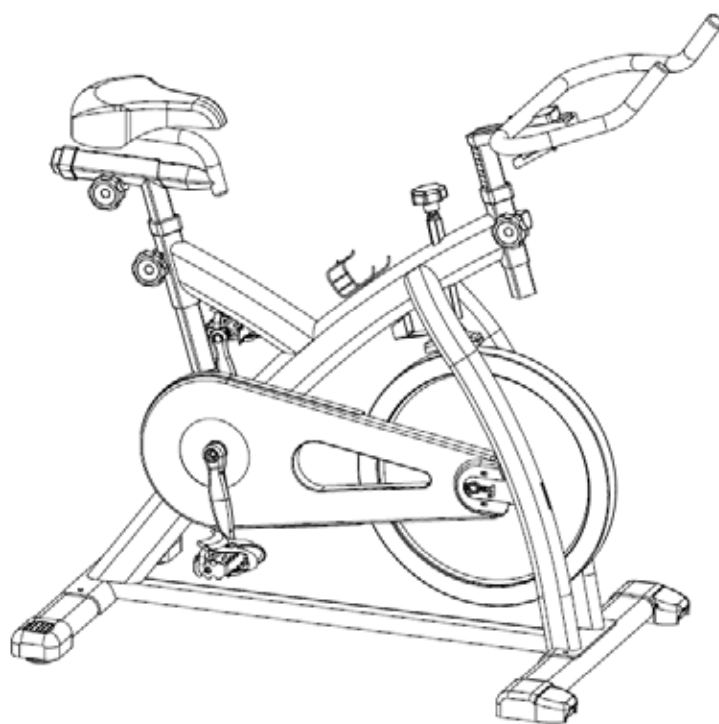


## Rajoitettu takuu

**Tällä tuotteella on** seuraava valmistusvirhetakuu:

- \* Rungolla on kahden vuoden takuu ostopäivästä lukien.
  - \* Osilla on yhden vuoden takuu.
- \* Takuu koskee vain alkuperäistä ostajaa.
- \* Työ- ja rahtikulut eivät sisälly takuuseen.
- \* Takuu ei kata vaurioita, jotka johtuvat normaalista kulumisesta, laiminlyönnistä, väärinkäytöstä, onnettomuuksista, väärästä kokoonpanosta tai huollosta, tai sellaisten osien tai lisävarusteiden asennuksesta, jotka eivät sovellu pyörän alkuperäiseen käyttötarkoitukseen.
- \* Takuu ei kata myöskään korroosiota, joka on aiheutunut pyörän säännöllisen puhdistuksen laiminlyönnistä.
- \* Tämä takuu rajoittuu viallisen osan korjaamiseen tai vaihtoon korvauksetta. **Toimittaja** ei ole missään tapauksessa vastuussa välillisistä tai erityisistä vahingoista, osien rikkoutumisesta eikä loukkaantumisista, jotka aiheutuvat laitteen väärinkäytöstä tai suositeltujen huoltotoimenpiteiden laiminlyönnistä.
- \* Takuuvaatimukset on tehtävä valtuutetun jälleenmyyjän kautta. Varaosat lähetetään normaalisti pyörän omistajalle. Suosittelemme muutamien perusvaraosien pitämistä varastossa sekä säännölliseen huoltoon tarvittavien työkalujen hankkimista.
- \* Tämä rajoitettu takuu on ainoa nimenomainen tai oletettu takuu, joka koskee **alkuperäistä toimittajaa**. Kaikki muut oletetut takuut, mukaan lukien takuu soveltavuudesta kaupankäyntiin tai tiettyyn käyttötarkoitukseen, rajoittuvat laajuudeltaan ja kestoltaan tämän rajoitetun takuun mukaisesti.





***Kuntopyörä***