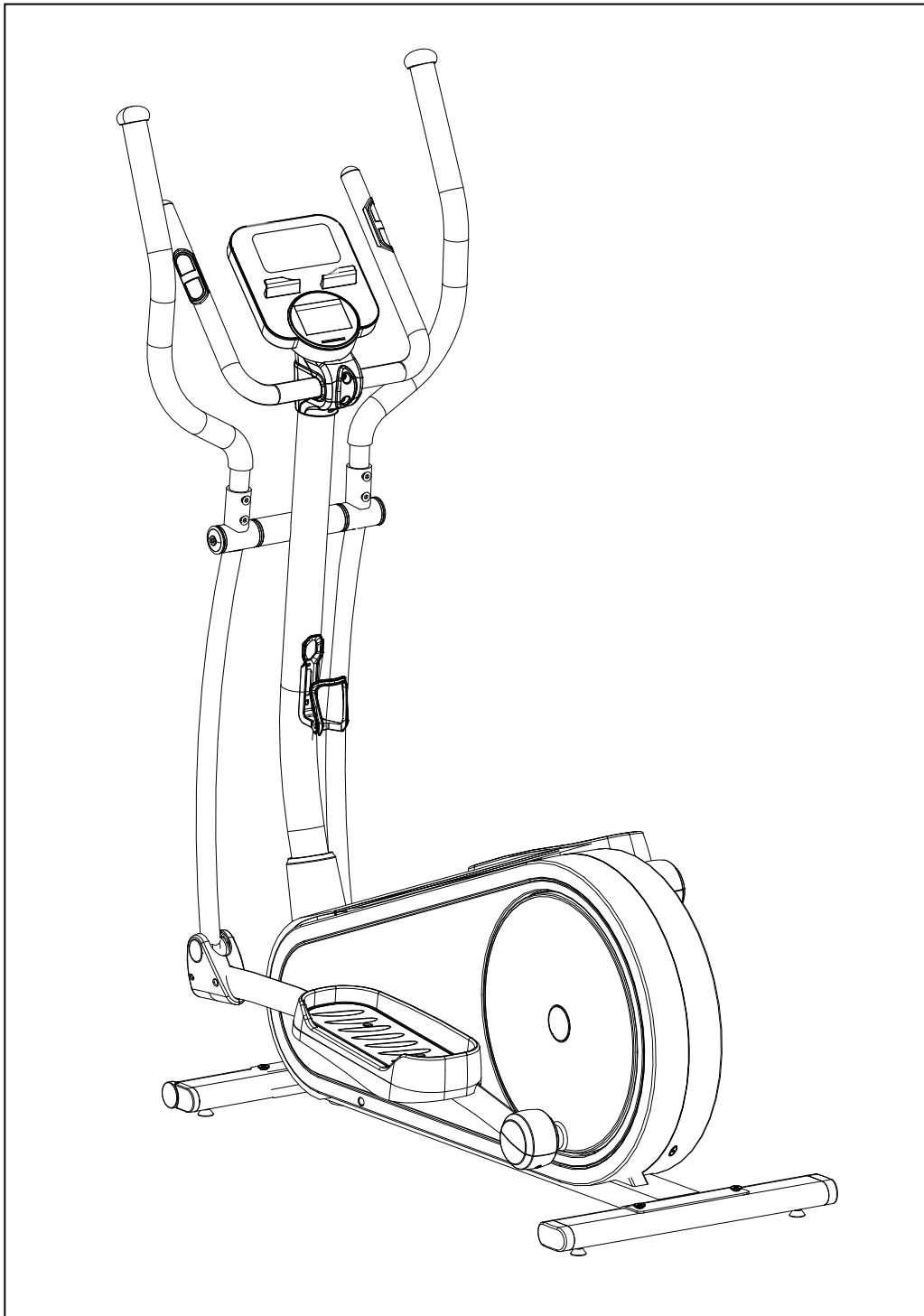
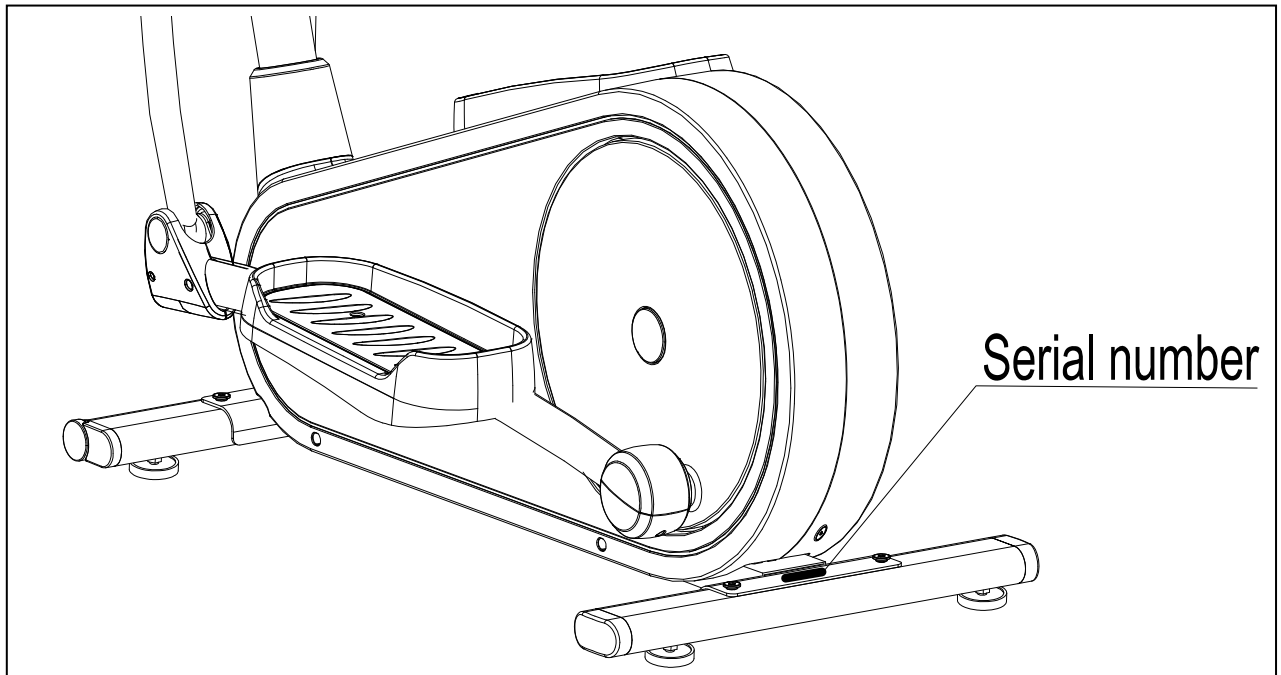


Casall INF 2.0 PLUS ELLIPSEMASKIN 93017

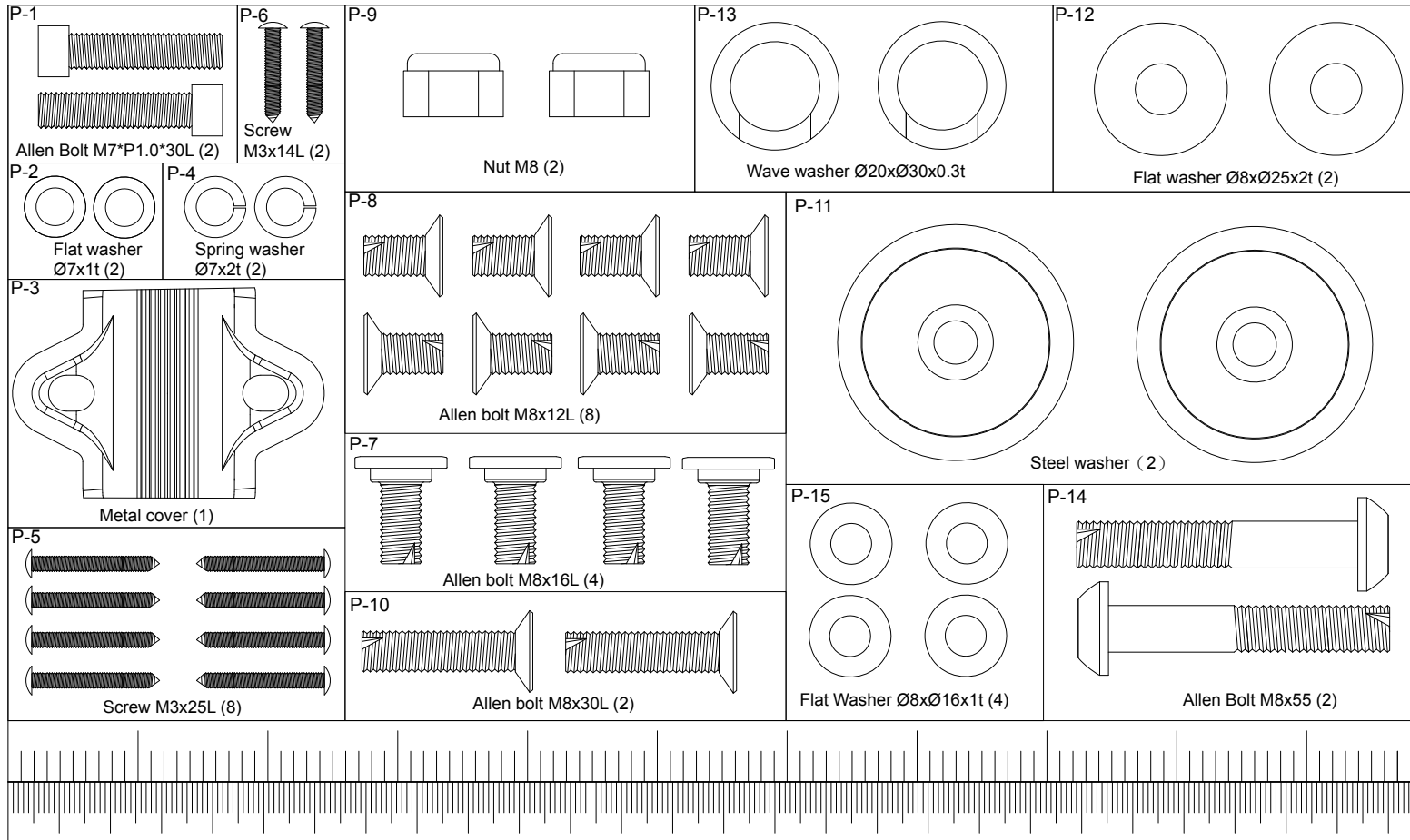


Før du fortsetter må du finne serienummer.



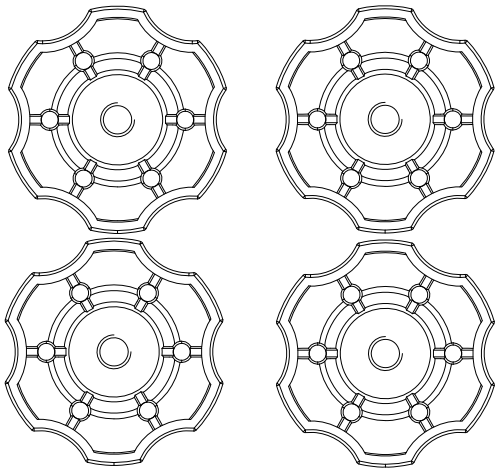
Serienummer:

93017 INF2.0 plus



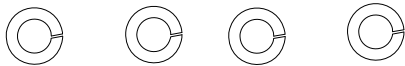
93017 INF2.0 plus

P-16



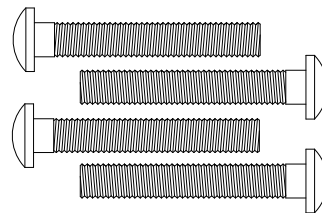
Knob M6*P1.0 (4)

P-18



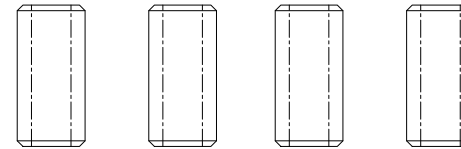
Spring washer Ø6 (4)

P-17

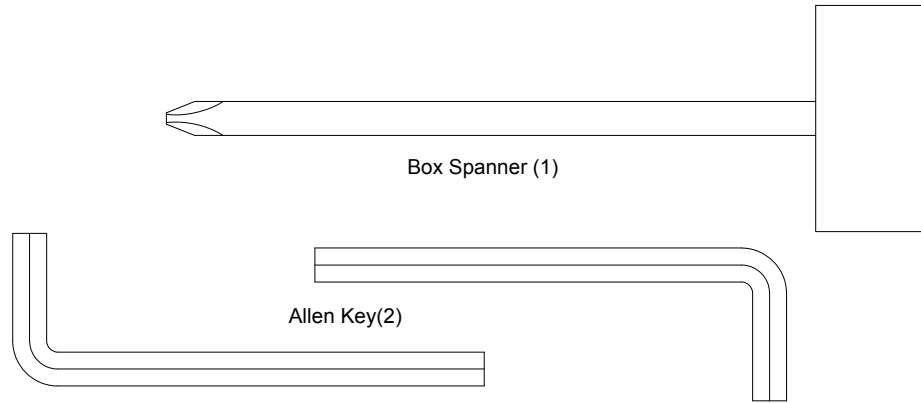


Carrage bolt M6*P1.0*40L (4)

P-19

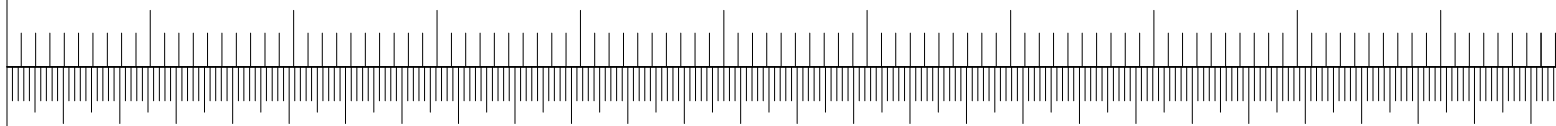


Bushing (4)

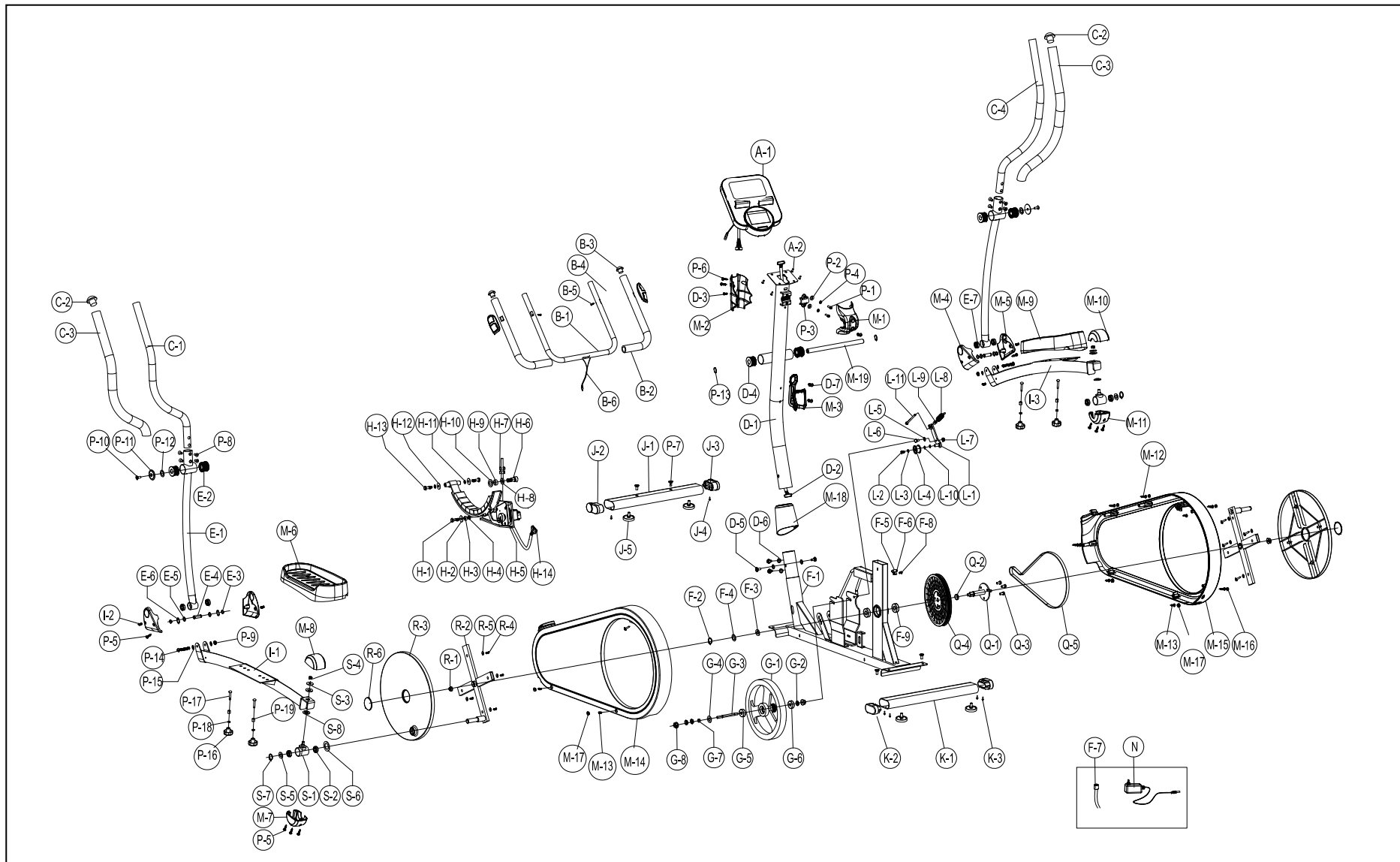


Box Spanner (1)

Allen Key(2)



SPRENGSKIS



DELELISTE

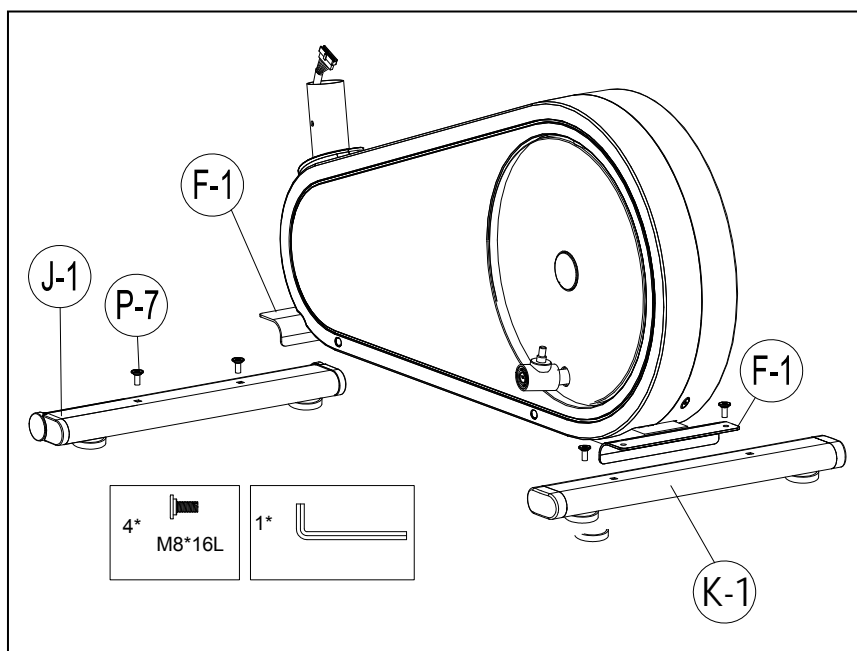
Nr.	Del	spes.	Ant.
A,A-1	Computer og skrue til computer		1SETT
B-1	Stasjonært styre		1 STK.
B-2	Skumgrep til stasjonært styre		2 STK.
B-3	Endehette til skumgrep	φ7/8"	2 STK.
B-4	Håndpuls	WP1007-33B	1 SETT
B-5	Skrue	M3x20L	2 STK.
B-6	Ledning til håndpuls		1 STK.
C-1	Øvre håndtak (V)		1SETT
C-2	Endehette til øvre håndtak (H&V)	φ1 1/4"	2 STK.
C-3	Skumgrep til øvre håndtak		2 STK.
C-4	Øvre håndtak (H)		1 STK.
D-1	Styrestolpe		1 STK.
D-2	Øvre computerkabel		1 STK.
D-3	Skrue til computer-deksel	M5x14L	2 STK.
D-4	Føring		2 STK.
D-5	Unbrakoskrue	M8x16	4 STK.
D-6	Flat skive	φ12xφ19x1t	4 STK.
D-7	Skrue til flaskeholder	M5x20L	4 STK.
E-1~E7	Nedre håndtak (H&V)		1 SETT
F-1	Hovedramme		1 SETT
F-2	C-ring	φ12	1 STK.
F-3	Bølgeskive	φ20xφ30x0,3t	1 STK.
F-4	Flat skive	φ20,3xφ30x1t	1 STK.
F-5	Sensorboks		1 STK.
F-6	Sensorholder		1 STK.
F-7	DC-kabel		1 STK.
F-8	Skrue	M4x10L	1 STK.
F-9	Lager	6004RS	2 STK.
G1~G-8	Svinghjulsett		1 SETT
H	Magnetsett og girkasse		1 SETT
I-1	Pedalstang (venstre)		1 STK.
I-2	Skrue	M5x14L	4 STK.
I-3	Pedalstang (høyre)		1 STK.
J-1~J-3	Fremre stabilisatorsett		1 SETT
K-1~K-3	Bakre stabilisatorsett		1 SETT

L-1~L-11	Frihjulsett		1 SETT
M-1	Frontdeksel til computer		1 STK.
M-2	Bakre deksel til computer		1 STK.
M-3	Flaskeholder		1 STK.
M-4	Frontdeksel (venstre) til pedalstang		2 STK.
M-5	Frontdeksel (høyre) til pedalstang		2 STK.
M-6	Pedal (venstre)		1 STK.
M-7,M8	Venstre bakre deksel (øvre/nedre) til pedalstang		1 SETT
M-9	Pedal (høyre)		1 STK.
M-10,M-11	Høyre bakre deksel (øvre/nedre) til pedalstang		1 SETT
M-12	Skrue til kjedekasse	M4x50L	5 STK.
M-13	Skrue til kjedekasse	M5x16L	6 STK.
M-14	Venstre kjedekasse		1 STK.
M-15	Høyre kjedekasse		1 STK.
M-16	Hette til kjedekassens skruehull	Oval	5 STK.
M-17	Hette til kjedekassens skruehull	Rund	4 STK.
M-18	Deksel til styrestolpe		1 STK.
M-19	Aksel til nedre håndtak		1 STK.
N	Adapter		1 STK.
P-1~P-19	Skrue- og mutterpakke		1 SETT
Q-1	Aksel		1 STK.
Q-2	Føring	φ20,5xφ25x7,5mmL	1 STK.
Q-3	Sekskantskruer	M8xP1,25x12Lx5t	3 STK.
Q-4	Stor remskive		1 STK.
Q-5	Rem	J6 1219m/m	1 STK.
R-1	Mutter	M10xP1,25x10T	2 STK.
R-2	Krysskive		2 STK.
R-3	Rund skive		2 STK.
R-4	Skrue	M4x14L	8 STK.
R-5	Flat skive	φ5xφ16x1t	9 STK.
R-6	Hette til rund skive		2 STK.
S-1~S-8	Kranktilkoplingssett		2 SETT

MONTERINGSANVISNING

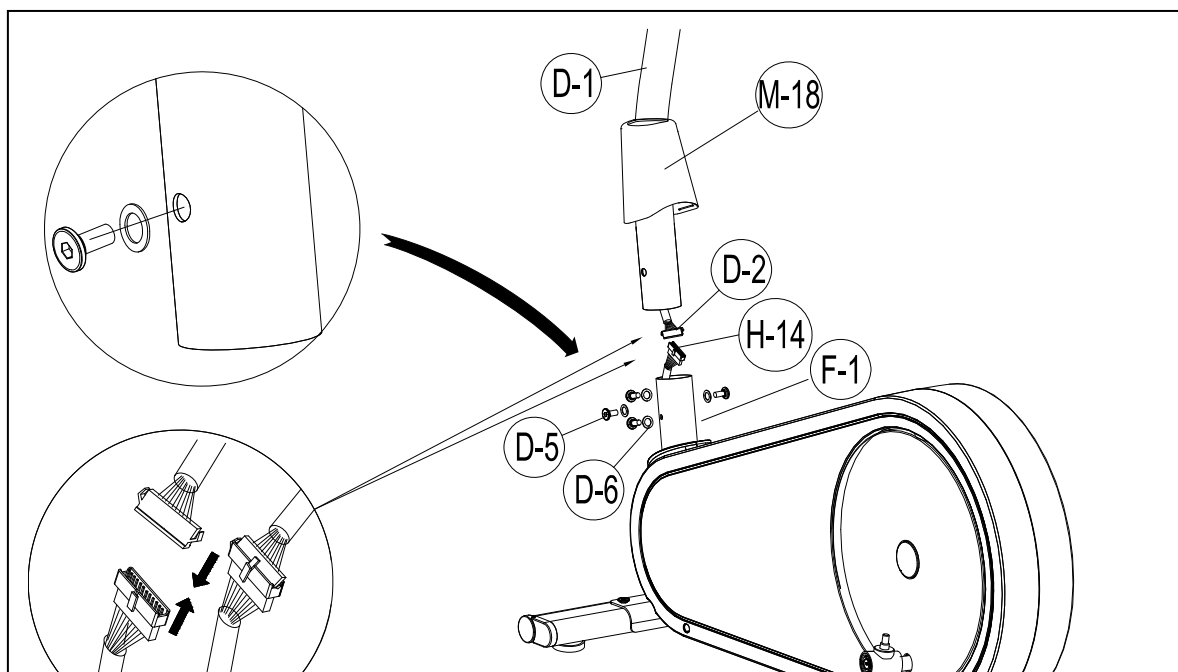
PUNKT 1

Fest fremre stabilisator (J-1) til hoveddrammen (F-1) med to unbrakoskruer (P-7). Fest bakre stabilisator (K-1) til hoveddrammen (F-1) med to unbrakoskruer (P-7).



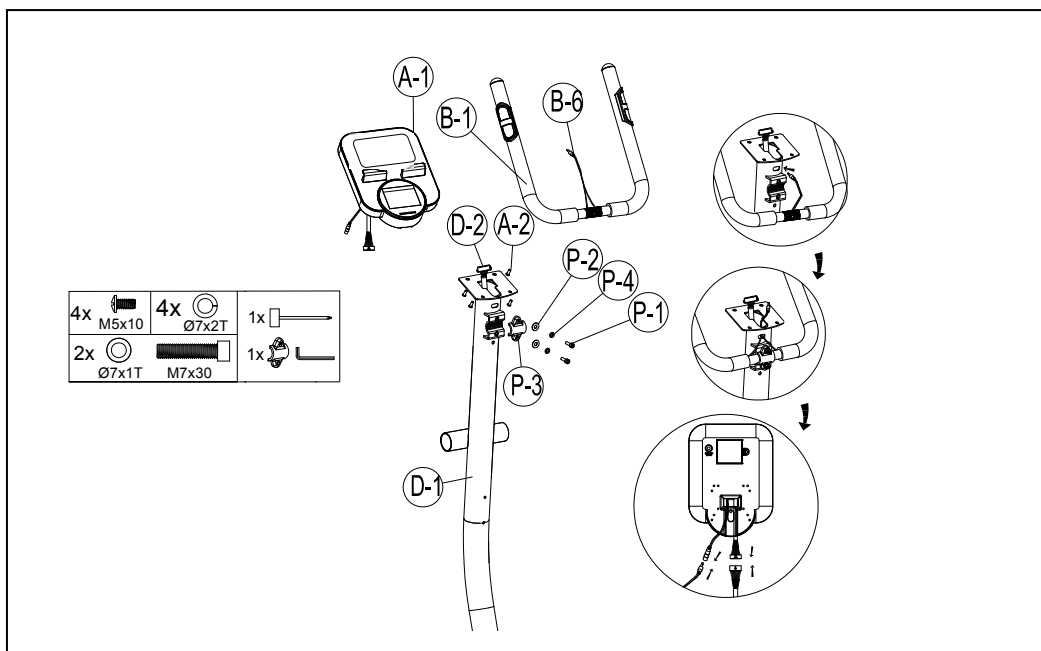
PUNKT 2

1. Fjern de fire settene med M8x16 unbrakoskrue (D-5) og flat skive (D-6) fra Hoveddrammen (F-1).
2. Ta Styrestolpen (D-1) og tre den gjennom Styrestolpe dekselet (M-18).
3. Hold Styrestolpen (D-1) og kople sammen nedre computerkabel (H-14) og øvre computerkabel (D-2).
4. Skyv styrestolpen (D-1) inn i hoveddrammen og fest den med fire sett M8x16 unbrakoskruer (D-5) og flate skiver (D-6)



PUNKT 3

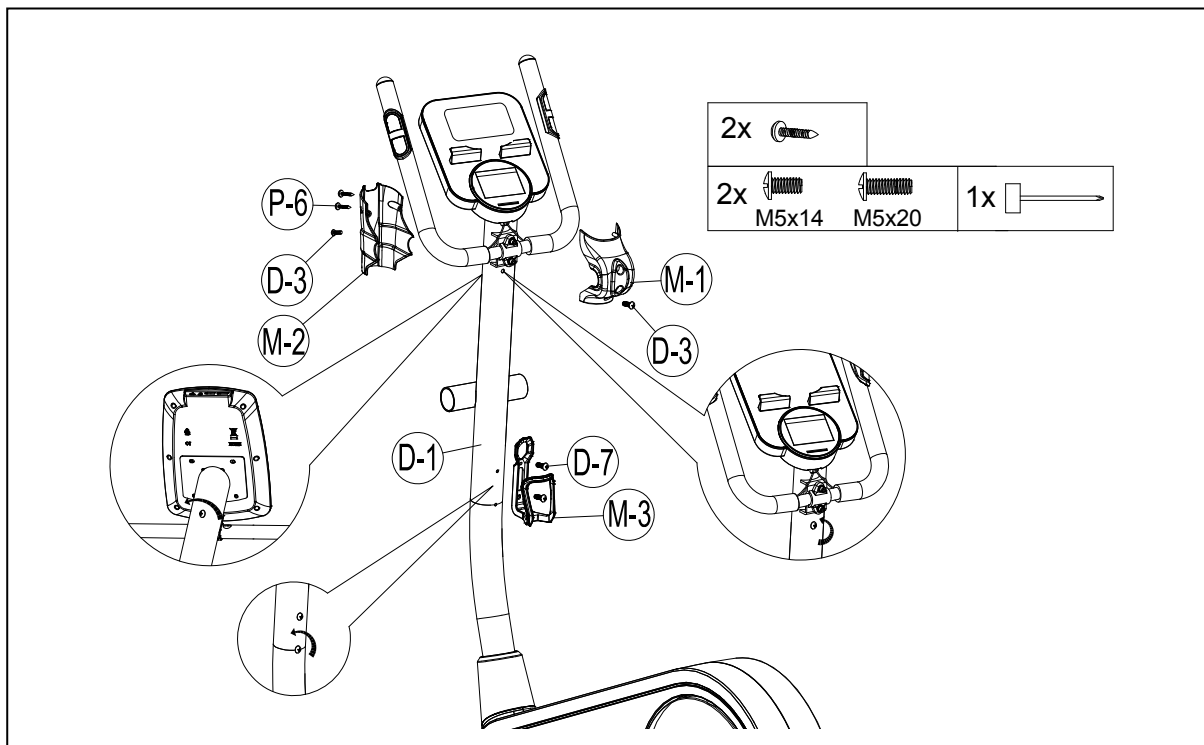
1. Fest det stasjonære hstyret (B-1) til styrestolpen (D-1) med klemmedekselet (P-3), og fest deretter med to flate skiver (P-2), to fjærskiver (P-4), to festeskruer (P-1).
2. Tre håndpuls ledningen (B-6) gjennom hullet.
3. Kople til computerkablene (D-2) og kople til håndpulsledningen (B-6), deretter festes computeren (A-1) til computer braketten med de vedlagte skruene (A-2).



PUNKT 4

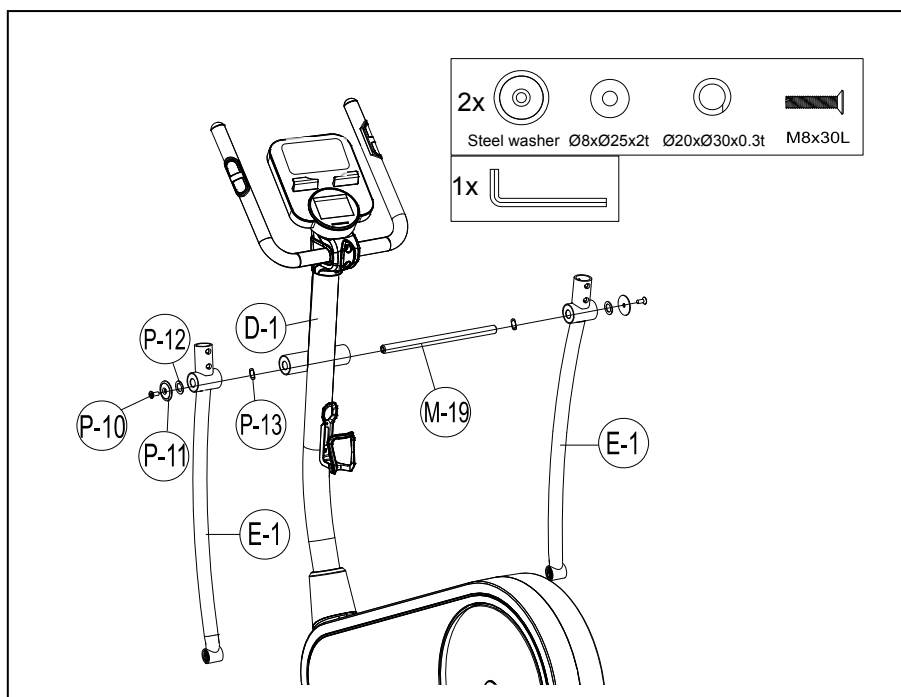
1. Fjern først de forhåndsmonterte skruene (D-3) på styrestolpen.
2. Fest det bakre dekselet (M-2) med to av skruene (P-6) og én av skruene (D-3) .
3. Fest Frontdekselet (M-1) med skruene (D-3).

4. Fjern de forhåndsmonterte skruene (D-7) på styrestolpen og monter deretter flaskeholderen (M-3) med skruen (D-7).



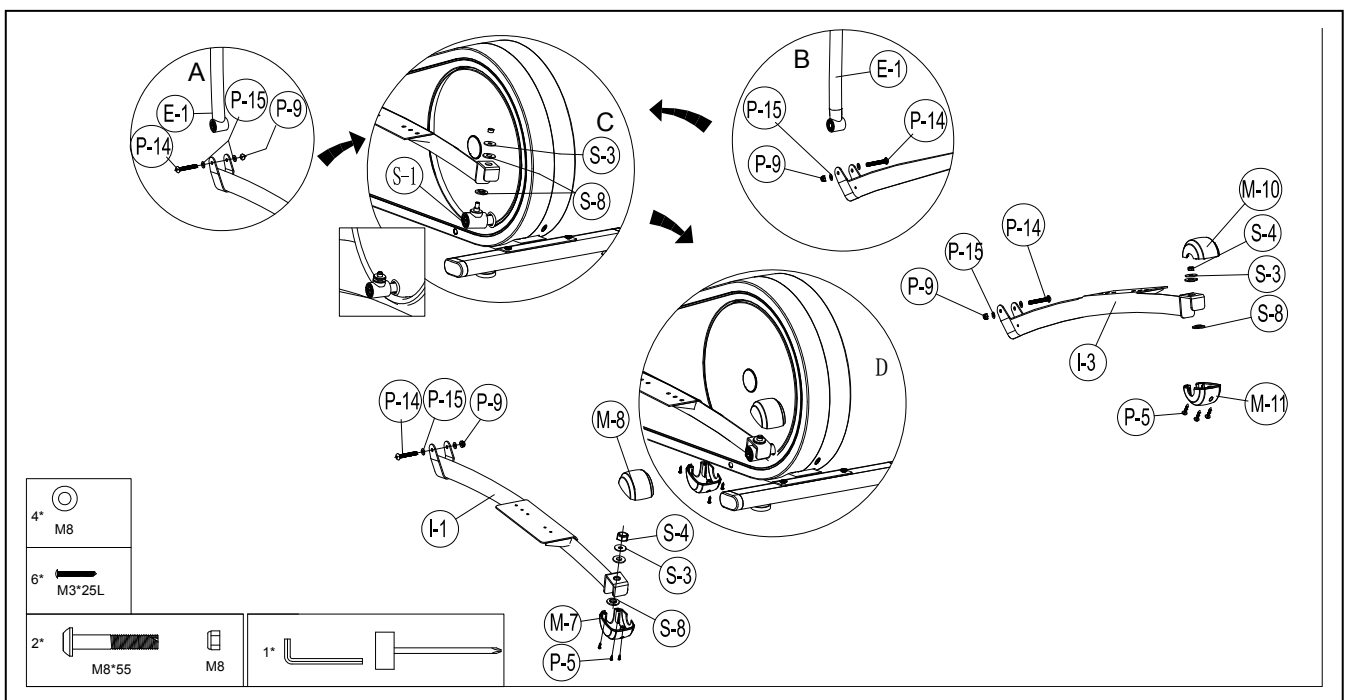
PUNKT 5 Fest de to nedre håndtakene (E-1) til styrestolpen (D-1) med én aksel (M-19), to sett bølgeskiver (P-13), flate skiver (P-12) og pakning (P-11) og unbrakbolter (P-10).

Obs! Bruk to hex nøkkel verktøy for å fikse bolten (P-10) på begge sider samtidig.



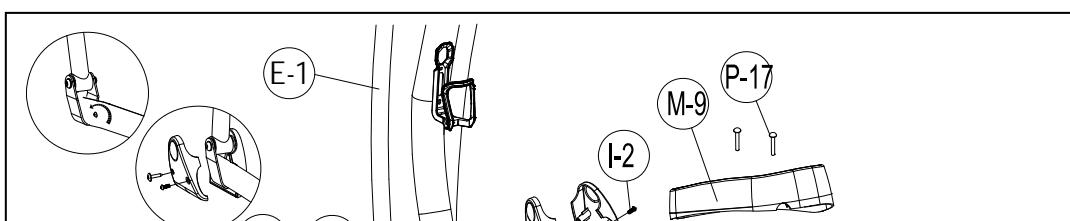
PUNKT 6

1. Fest venstre og høye nedre håndtak (E-1 V/H) til venstre og høye pedal stang (I-1 & I-3) med to unbrakoskruer (P-14), fire flate skiver (P-15) og to nylonmuttere (P-9). --- **Figur A**
2. Fest pedalstangen post (I-1 & I-3) til kranktilkoplingssettet med én av nylonmutrene (S-4), flate skiver (S-3) og plastsskiver (S-8). --- **Figur B**
3. Fest høye bakre deksel (øvre) (M-8) og høye bakre deksel (nedre) (M-7) til venstre pedalstang (dell-1) med skrue (P-5). --- **Figur C**
4. Fest venstre bakre deksel (øvre) (M-10) og venstre bakre deksel (nedre) (M-11) til høye pedalstang (I-3) med skrue (P-5).

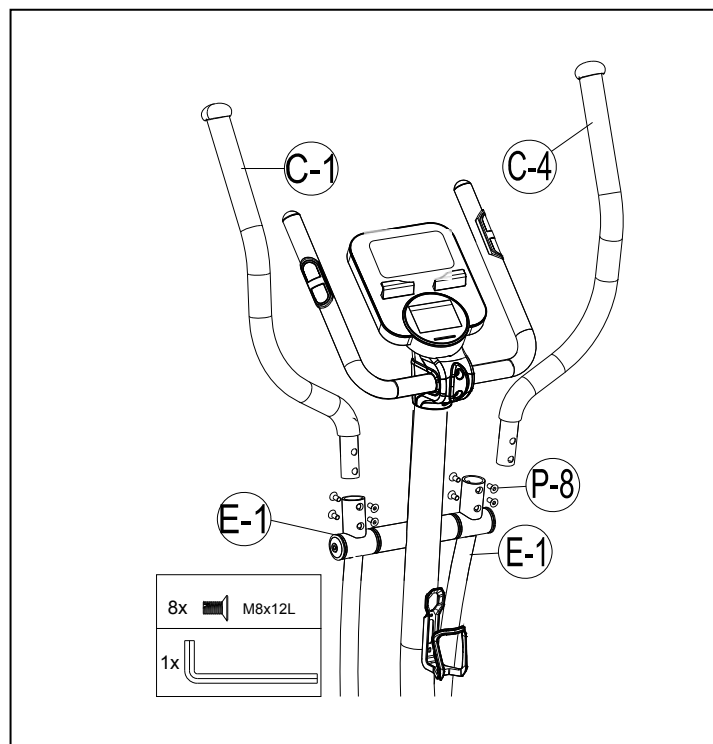


PUNKT 7

1. Fjern de forhåndsmonterte skruene (I-2) på pedalstangen først.
2. Fest nedre håndtak (E-1 V/H) til venstre og høye pedalstang (I-1) og lukk dekselet (M-4 & M-5) med skruer (P-5 & I-2).
3. Monter høye pedal (M-9) til pedalstangen (I-3) med 2 hjul (P-16), 2 fjærskiver (P-18), 2 fôringer (P-19) og 2 låseskruer (17).
4. Monter venstre pedal (M-6) til pedalstangen (I-3) med 2 hjul (P-16), 2 fjærskiver (P-18), 2 fôringer (P-19) og 2 låseskruer (17).

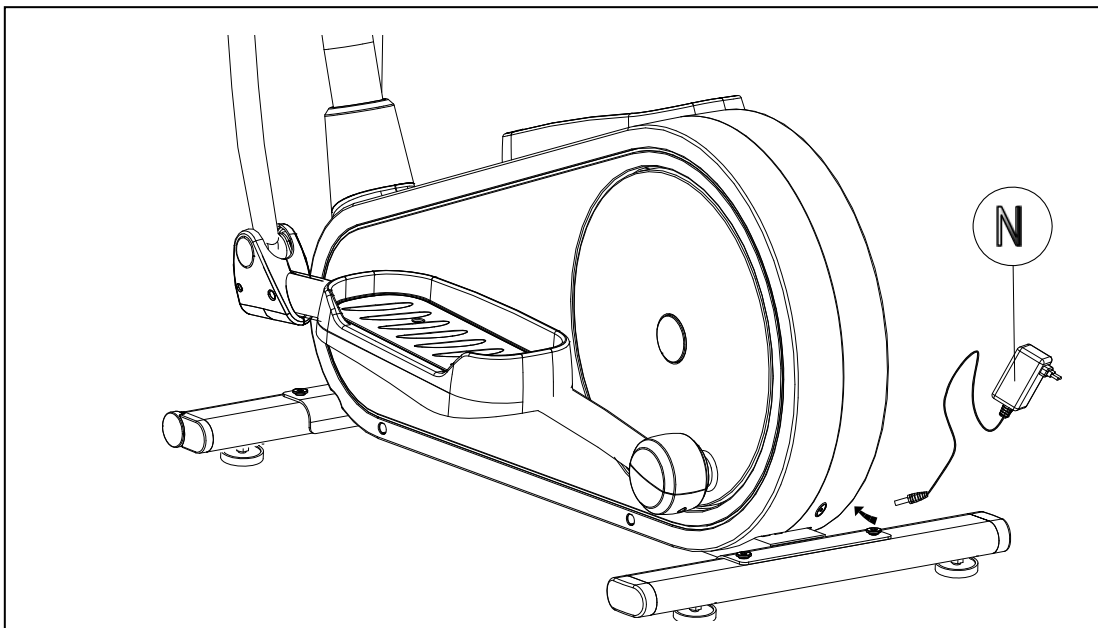


PUNKT 8 Skyv øvre styrestang (C-1,C-4) (H/V) inn innedre håndtak (E-1) og fest med de åtte unbrakoskruene (P-8)



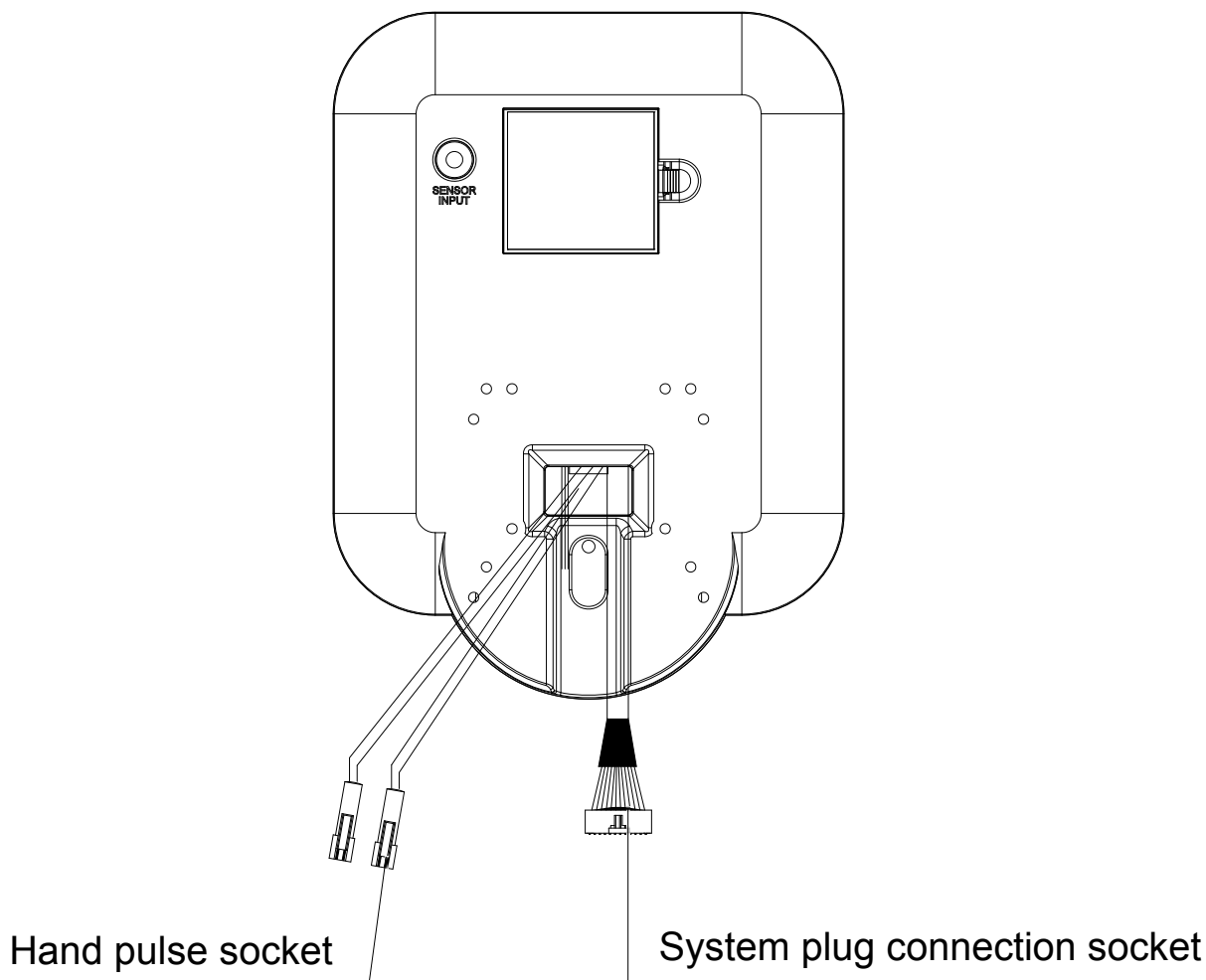
PUNKT 9

Koble adapteren (N) til DC hullet (finnes på baksiden av kjedekasse).



fit hi way-app BRUKSANVISNING





DISPLAYFUNKSJONER

ELEMENT	BESKRIVELSE
TIME	Opptelling – Ingen forhåndsinnstilling, tiden teller opp fra 00.00 til maksimalt 99.59, med trinn på 1 minutt. Nedtelling – Hvis du trener med forhåndsinnstilt tid, teller tiden ned fra forhåndsinnstilling til 00.00. Forhåndsinnstilt endring. Hvert forhåndsinnstilte endringstrinn er på 1 minutt mellom 00.00 og 99.00.
SPEED	Viser gjeldende treningshastighet. Maksimal hastighet er 99,9 KM/T eller ML/T.
RPM	Viser rotasjoner per minutt. Visningsområde 0~15~999
DISTANCE	Regner ut total distanse fra 0,00 til 99,99 km eller miles. Brukeren kan forhåndsinnstille målavstand ved hjelp av knappene opp/ned. Hvert forhåndsinnstilte endringstrinn er på 0,1 km eller mil, mellom 0,00 og 99,90.
CALORIES	Regner ut kaloriforbruket under treningen fra 0 til maksimalt 9999 kalorier. (Informasjonen må kun brukes som anslag for å sammenlikne ulike treningsøkter. Må ikke brukes i medisinsk behandling.)
PULSE	Brukeren kan stille inn målpuls fra 0–30 til 230. Datamaskinen piper når pulsen er over målverdien under trening.
WATT	Viser watt for treningen. Visningsområde 0~999.
MANUAL	Manuell treningsmodus.
NYBEGYNNER	4 PROGRAM-valg.
AVANSERT	4 PROGRAM-valg.
SPORTY	4 PROGRAM-valg.
KARDIO	Treningsmodus for målpuls.

WATT-PROGRAM	Treningsmodus konstant Watt.
---------------------	------------------------------

KNAPPEFUNKSJON

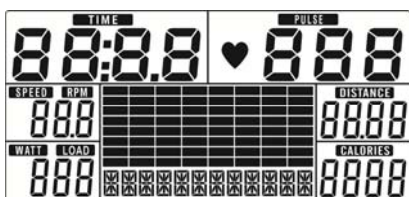
ELEMENT	BESKRIVELSE
Opp (omkoder)	Øke motstandsnivå Angi valg.
Ned (omkoder)	Redusere motstandsnivå Angi valg.
Modus/enter	Bekreft innstilling eller valg.
Reset	Hold inne i to sekunder for å starte datamaskinen på nytt og begynne fra brukerinntstilling. Gå tilbake til hovedmeny under forhåndsdefinert treningsverdi eller stoppmodus.
Start/Stop	Starte eller stoppe treningen.
Recovery	Tester pulsens restitusjonsstatus.

PS! Ikke alle konsoller har en funksjonstast for komplett tilbakestilling.

BRUK:

SLÅ PÅ STRØMMEN

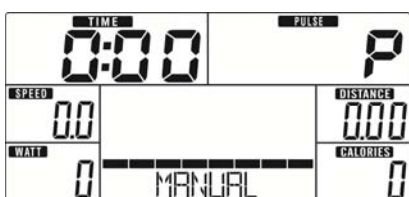
Plugg inn strømtilførselen. Computeren starter, og alle segmenter vises på LCD-skjermen i to sekunder (tegning 1).



Tegning 1

TRENINGSVALG

Bruk OPP eller NED (omkoder) for å velge treningsform Manuell (tegning 2) → Nybegynner (tegning 3) → Avansert (tegning 4) → Sporty (tegning 5) → Kardio (tegning 6) → Watt (tegning 7).



Tegning 2



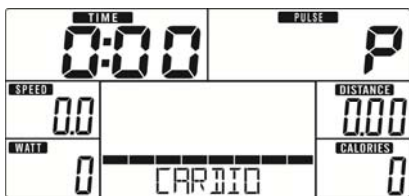
Tegning 3



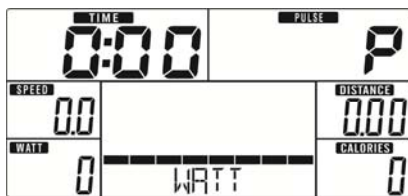
Tegning 4



Tegning 5



Tegning 6



Tegning 7

Manuell modus

Trykk på START i hovedmenyen for å starte treningen i manuell modus.

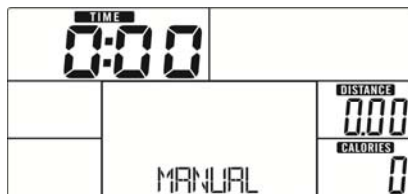
1. Bruk OPP eller NED for å velge treningsprogram, velg Manuell, og trykk på MODE/ENTER for å velge.
2. Bruk OPP eller NED for å stille inn TID (tegning 8), DISTANSE (tegning 9), KALORIER (tegning 10), PULS (tegning 11), og trykk på MODE/ENTER for å bekrefte.
3. Trykk på START/STOP for å begynne treningen. Bruk OPP eller NED til å justere belastningsnivået. Belastningsnivåvisning i WATT-vindu, ingen justering i 3 sekunder, går tilbake til å vise WATT (tegning 12).
4. Trykk på START/STOP for å ta pause i treningen. Trykk på RESET (NULLSTILL) for å gå tilbake til hovedmenyen.



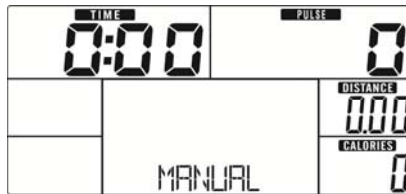
Tegning 8



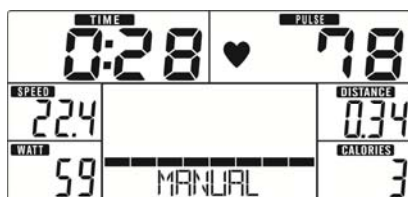
Tegning 9



Tegning 10



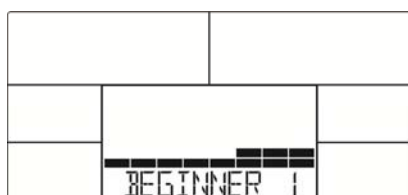
Tegning 11



Tegning 12

Nybegynner

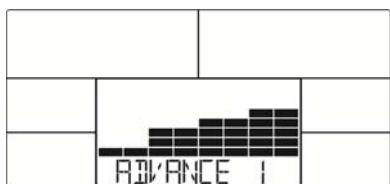
1. Bruk OPP eller NED for å velge treningsprogram. Velg Nybegynner, og trykk på MODE/ENTER for å bekrefte.
2. Bruk OPP eller NED for å velge Nybegynner-program 1~4 (tegning 13), og trykk på MODE/ENTER for å bekrefte.
3. Bruk OPP eller NED for å stille inn TID.
4. Trykk på START/STOP for å begynne treningen. Bruk OPP eller NED til å justere belastningsnivået.
5. Trykk på START/STOP for å ta pause i treningen. Bruk RESET for å gå tilbake til hovedmenyen.



Tegning 13

Avansert modus

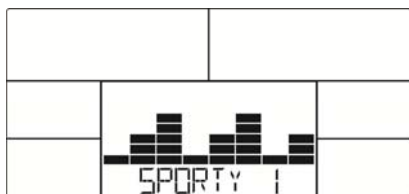
1. Bruk OPP eller NED for å velge treningsprogram, velg Avansert, og trykk på MODE/ENTER for å bekrefte.
2. Bruk OPP eller NED for å velge Avansert program 1~4 (tegning 14), og trykk på MODE/ENTER for å bekrefte.
3. Bruk OPP eller NED for å stille inn TID.
4. Trykk på START/STOP for å begynne treningen. Bruk OPP eller NED til å justere belastningsnivået.
5. Trykk på START/STOP for å ta pause i treningen. Bruk RESET for å gå tilbake til hovedmenyen.



Tegning 14

Sporty modus

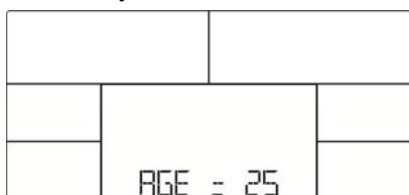
1. Bruk OPP eller NED for å velge treningsprogram, velg Sporty modus, og trykk på MODE/ENTER for å bekrefte.
2. Bruk OPP eller NED for å velge Sporty program 1~4 (tegning 15), og trykk på MODE/ENTER for å bekrefte.
3. Bruk OPP eller NED for å stille inn TID.
4. Trykk på START/STOP for å begynne treningen. Bruk OPP eller NED til å justere belastningsnivået.
5. Trykk på START/STOP for å ta pause i treningen. Bruk RESET for å gå tilbake til hovedmenyen.



Tegning 15

Cardio-modus

1. Bruk OPP eller NED for å velge treningsprogram, velg H.R.C, og trykk på MODE/ENTER for å velge.
2. Bruk OPP eller NED for å stille inn Alder (tegning 16).
3. Bruk OPP eller NED for å velge 55 % (tegning 17), 75 %, 90 % eller TAG (TARGET H.R.) (standard: 100).
4. Bruk OPP eller NED for å stille inn treningstid.
5. Trykk på START/STOP for å begynne eller avslutte treningen. Bruk RESET for å gå tilbake til hovedmenyen.



Tegning 16



Tegning 17

Watt-modus

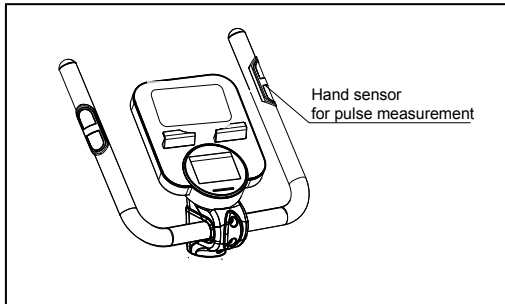
1. Bruk OPP eller NED for å velge treningsprogram, velg WATT, og trykk på MODE/ENTER for å bekrefte.
2. Bruk OPP eller NED for å stille inn WATT-mål (standard: 120, tegning 18)
3. Bruk OPP eller NED for å stille inn TID.
4. Trykk på START/STOP for å begynne treningen. Bruk OPP eller NED for å justere Watt-nivå.
5. Trykk på START/STOP for å ta pause i treningen. Bruk RESET for å gå tilbake til hovedmenyen.



Tegning 18

Måle pulsen med håndsensorene

Håndsensorene er ikke medisinsk utstyr. De er treningsutstyr som brukes for å måle og vise omtrentlig puls mens du trener på sykkelen.



Du kan måle pulsen med tohåndssensoren på håndtaket.

>> Plasserer begge hendene på sensorene på håndtaket mens du trener, og vent et øyeblikk til pulsen vises.

RECOVERY (restitusjon)

Etter at du har trent en stund, og mens du holder i håndtakene eller bruker et brystbelte, trykker du på RECOVERY. Visningen av alle funksjoner stanser, bortsett fra at TIME begynner å telle ned fra 00:60 til 00:00 (tegning 19). Skjermen viser status for restitusjon med F1, F2 ... til F6. F1 er best, F6 er dårligst (tegning 20). Brukeren kan fortsette å trene for å forbedre pulsens restitusjonsstatus. (Trykk på knappen RECOVERY igjen for å gå tilbake til hovedskjermen.)



Tegning 19



Tegning 20

Merk:

1. Etter 4 minutter uten tråkking eller pulsinndata vil konsollen gå i strømsparingsmodus. Trykk på en knapp for å aktivere konsollen igjen.
2. Hvis datamaskinen oppfører seg unormalt, må du trekke ut adapteren og plugge den inn igjen.

Fit Hi Way app

Konsollen har innebygd Bluetooth 4.0-modul for app-funksjon. Brukeren kan koble konsollen til et nettbrett eller en smarttelefon for å bruke appen via Bluetooth.

Søk først etter appen [Fit Hi Way] på App Store eller Google Play. Last ned appen, og installer den på enheten.

Slå deretter på Bluetooth-funksjonen på nettbrettet, søk etter konsollen og trykk på koble til.

Koble nettbrettet og konsollen sammen ved hjelp av Bluetooth. Start appen [Fit Hi Way] på nettbrettet, og start treningen.

(Se bruksanvisningen i appen for bruk av Fit Hi Way)



MERK:

1. Når konsollen er koblet til nettbrettet via Bluetooth, vil konsollen slås av.
2. Avslutt Fit Hi Way-appen og slå av Bluetooth-funksjonen på smartenheten for å slå på konsollen igjen.
3. Hvis konsollen ikke fungerer som den skal, kan du slå den av og på igjen.

Bruksanvisningen oppdateres med ujevne mellomrom. Du kan finne den nyeste versjonen ved å skanne QR-koden eller besøke nettstedet.

https://drive.google.com/drive/folders/0B_a5atcMnWbpbWwyMII0VDFqNzQ

Bruksanvisning for Fit Hi Way:



OBS! Alle lagrede data går tapt når strømmen (adapteren) kobles fra maskinen.