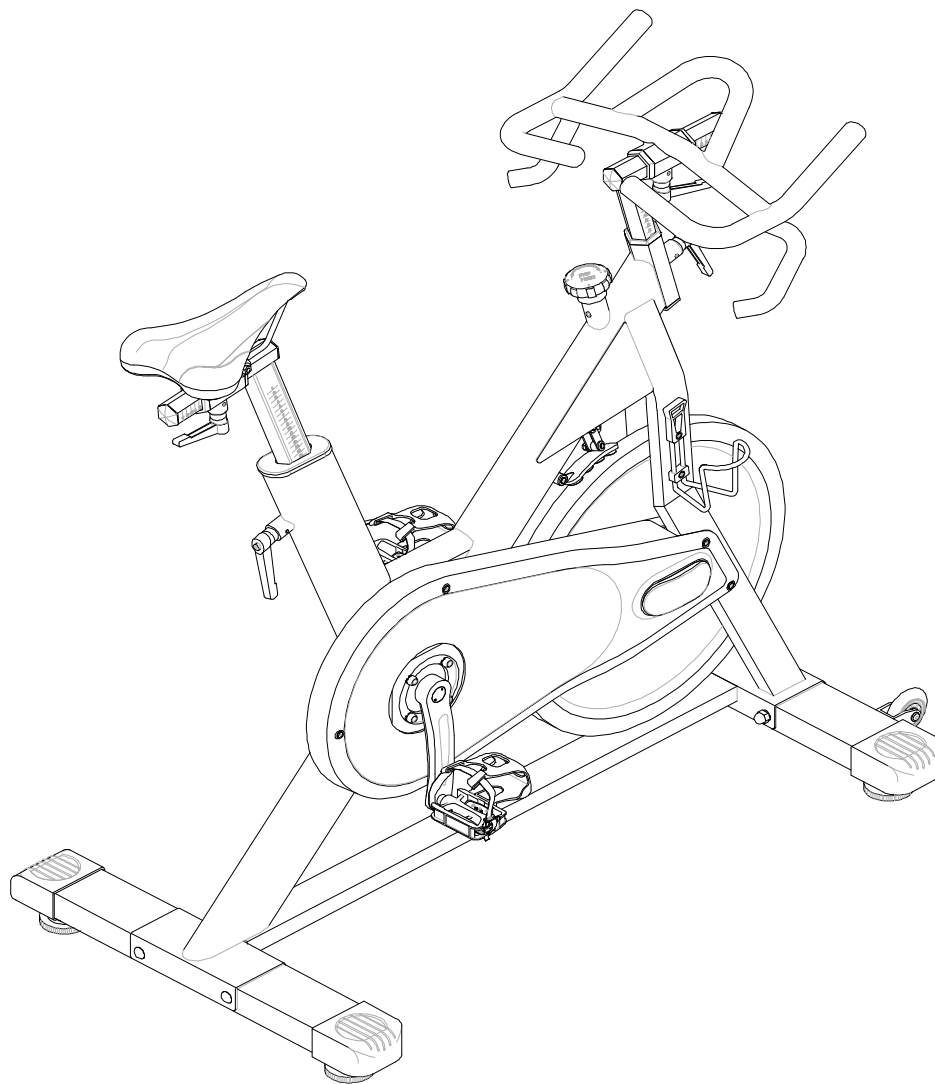


MOTIONS CYKEL  
91022  
ANVÄNDARHANDBOK



## BRUKSANVISNING

- 1) Modellen 91022 är avsedd för hemmabruk eller lättare kommersiellt bruk. Den har ett fast, hjuldrivet svänghjul och bör endast användas under professionell ledning. Du kan också rådfråga leverantören innan du använder den.
- 2) Installation: Det är viktigt att cykeln 91022 monteras på rätt sätt. Vi rekommenderar att installation och montering utförs av kvalificerad personal.
- 3) Justera styre och sadel. Det är viktigt att styret och sadeln ställs in så att de passar din kropp. Be instruktören om hjälp. Se till att styret är ordentligt åtdraget och att det inte rör sig i höjd- eller sidled efter att du har höjt eller sänkt det. Lossa snabbreglaget som sitter på huvudramens framsida.

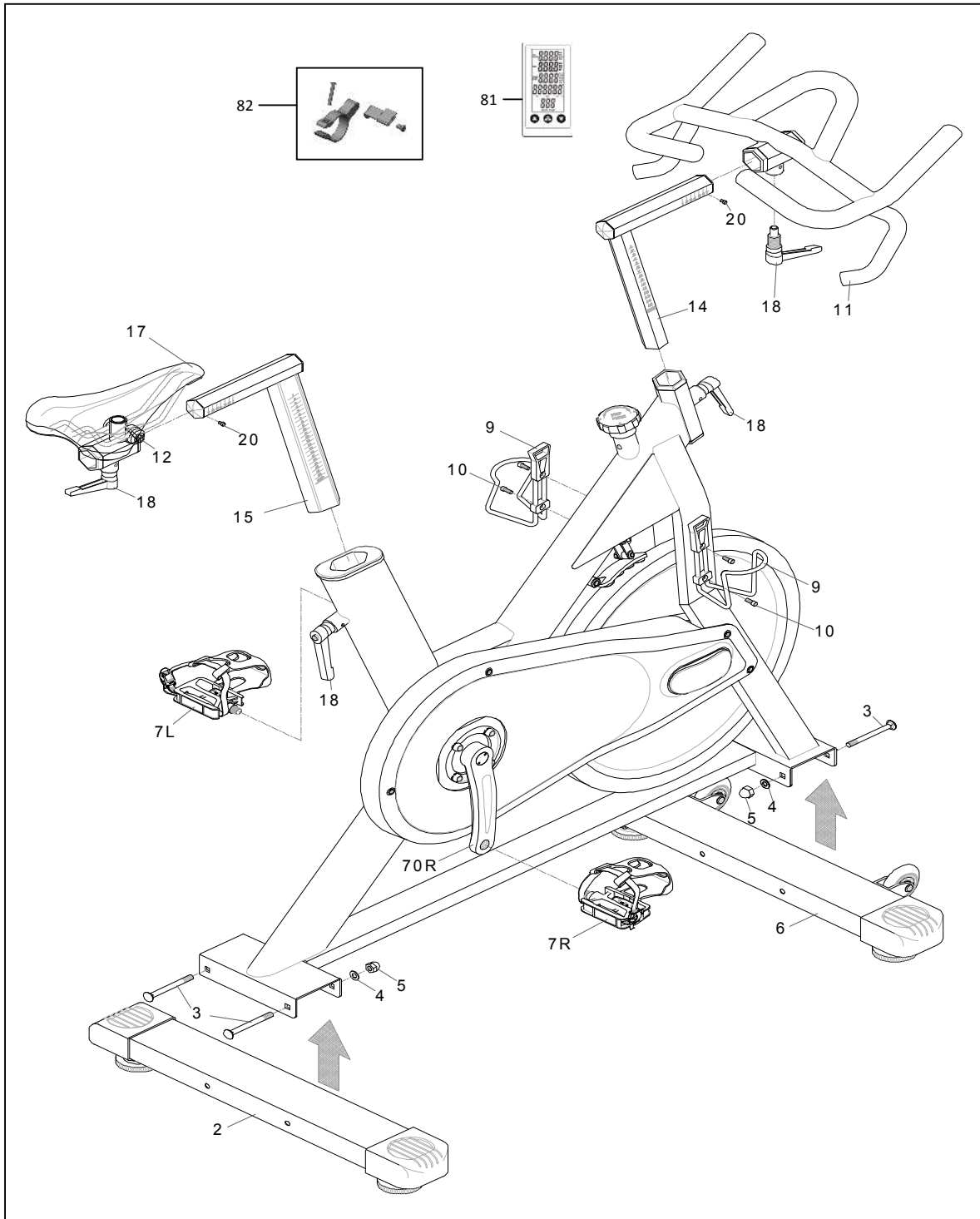
Dra styrstolpen uppåt eller nedåt till önskad höjd och dra åt reglaget. Styrets/styrstolpens position kan också justeras horisontellt. Lossa låsspaken som sitter på justerskenans undersida. Skjut styret/styrstolpen framåt eller bakåt till önskad position. Dra sedan åt låsspaken ordentligt.

Justering av sadelhöjd: se ovan.

**OBS! En säkerhetsmarkering finns ingraverad på sadelstolpen. Sadeln får inte under några omständigheter höjas ovanför denna markering.**

- 4) Pedaler och fotremmar: Dina fötter ska vara ordentligt fastsatta i fotremmarna när du tränar. Sätt foten så långt fram i tåclipset som möjligt och dra åt remmen.
- 5) Motståndssystem: Motionscykeln 91022 är direktdriven. Du reglerar motståndet genom att lossa eller skruva åt motståndsvredet. Om du vill stanna hjulet trycker du ned bromsen.
- 6) Cykeln 91022 ska stå på ett jämnt underlag och inte röra sig i sidled. På undersidan av det bakre stödbenet finns två vred för höjjustering. Skruva dessa vred med- eller motsols tills cykeln står helt stabilt på underlaget.
- 7) Underhåll: Liksom alla andra mekaniska cyklar måste den här cykeln genomgå regelbunden service. Be leverantören om ett utförligt underhållsprogram.

# Monteringsritning



## MONTERING

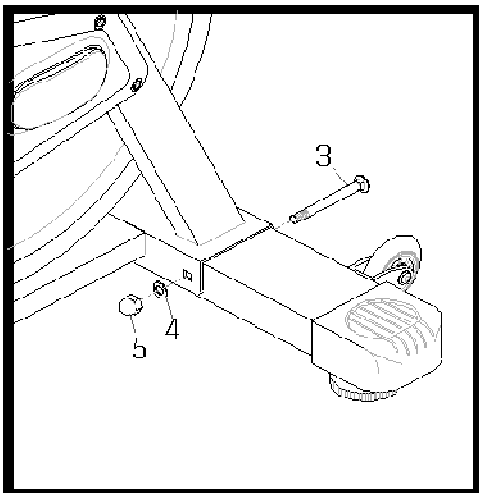
### Steg 1 (STÖDBEN)

Skruva fast det främre stödbenet (6) i ramen med skruvar (3), brickor (4) och muttrar (5).

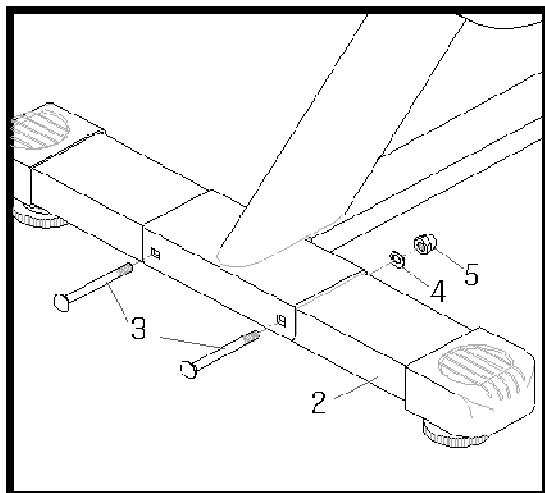
### Steg 2 (STÖDBEN)

Skruva fast det bakre stödbenet (2) i ramen med skruvar (3), brickor (4) och muttrar (5).

#### STEP 1



#### STEP 2



### STEG 3 (PEDALER)

Fäst pedalerna (7R/7L) på vevarmarna (70R/70L). Pedalerna är märkta med L (vänster) respektive R (höger), vilket anger på vilken sida av cykeln de ska sitta. OBS! Höger vevarm sitter på samma sida som kedjeskyddet (61). Se till att passa in gängorna rätt så att de inte skadas. Med lite fett på gängorna blir det lättare att skruva på pedalerna. Dra åt med en 15 mm skruvnyckel. Båda pedalerna är gängade i riktning mot cykelns främre del.

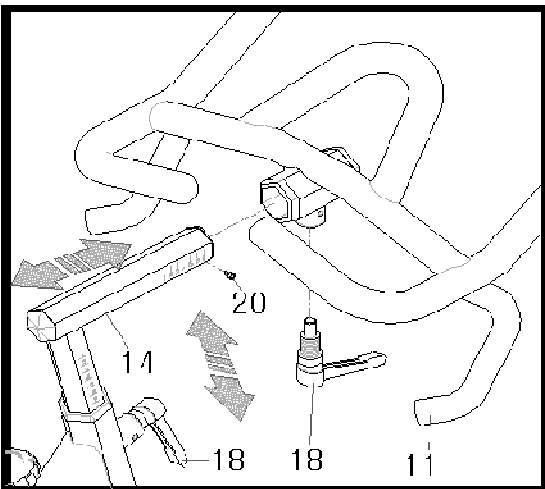
#### STEP 3



## STEG 4 (STYRE OCH STYRSTOLPE)

Sätt fast styret (11) i styrstolpen (14). Dra styret (11) till önskad position. Dra åt med låsspaken (18). För in styrstolpen i det främre röret, justera till önskad position och dra sedan åt med låsspaken. OBS! Dra inte upp sadelstolpen högre än vad säkerhetsmarkeringen visar.

### STEP 4

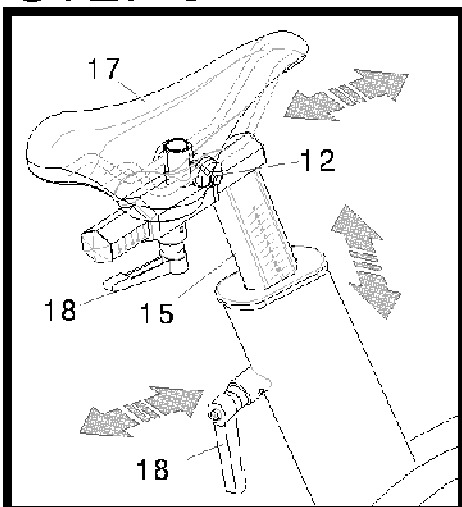


## STEG 5 (SADEL OCH SADELSTOLPE)

För in sadelstolpen (15) i sadelröret. Fäst sadeln (17) och sadelfästet (12) på justerskenan (16). Dra justerskenan framåt eller bakåt med hjälp av låsspaken (18) och dra åt i önskad position. Justera sadelstolpen (15) med hjälp av låsspaken (17) och dra åt i önskad position.

OBS! Dra inte upp sadelstolpen högre än vad säkerhetsmarkeringen visar.

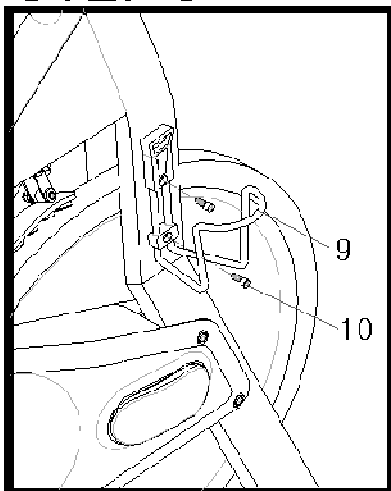
### STEP 5



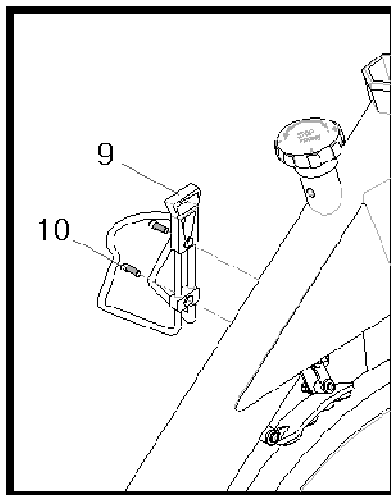
## STEG 6 OCH 7 (FLASKHÅLLARE)

Skruva fast flaskhållaren (9) på framgaffeln i önskad höjd. Använd avsedda skruvar (10) och en 4 mm insexnyckel.

### STEP 6

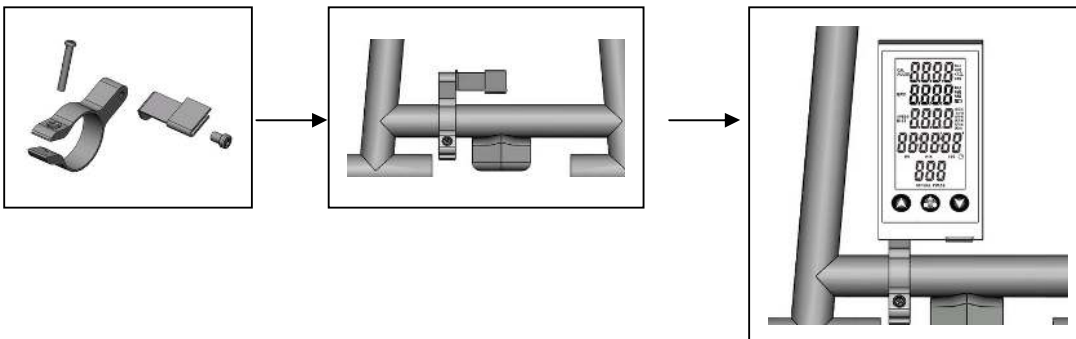


### STEP 7

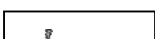


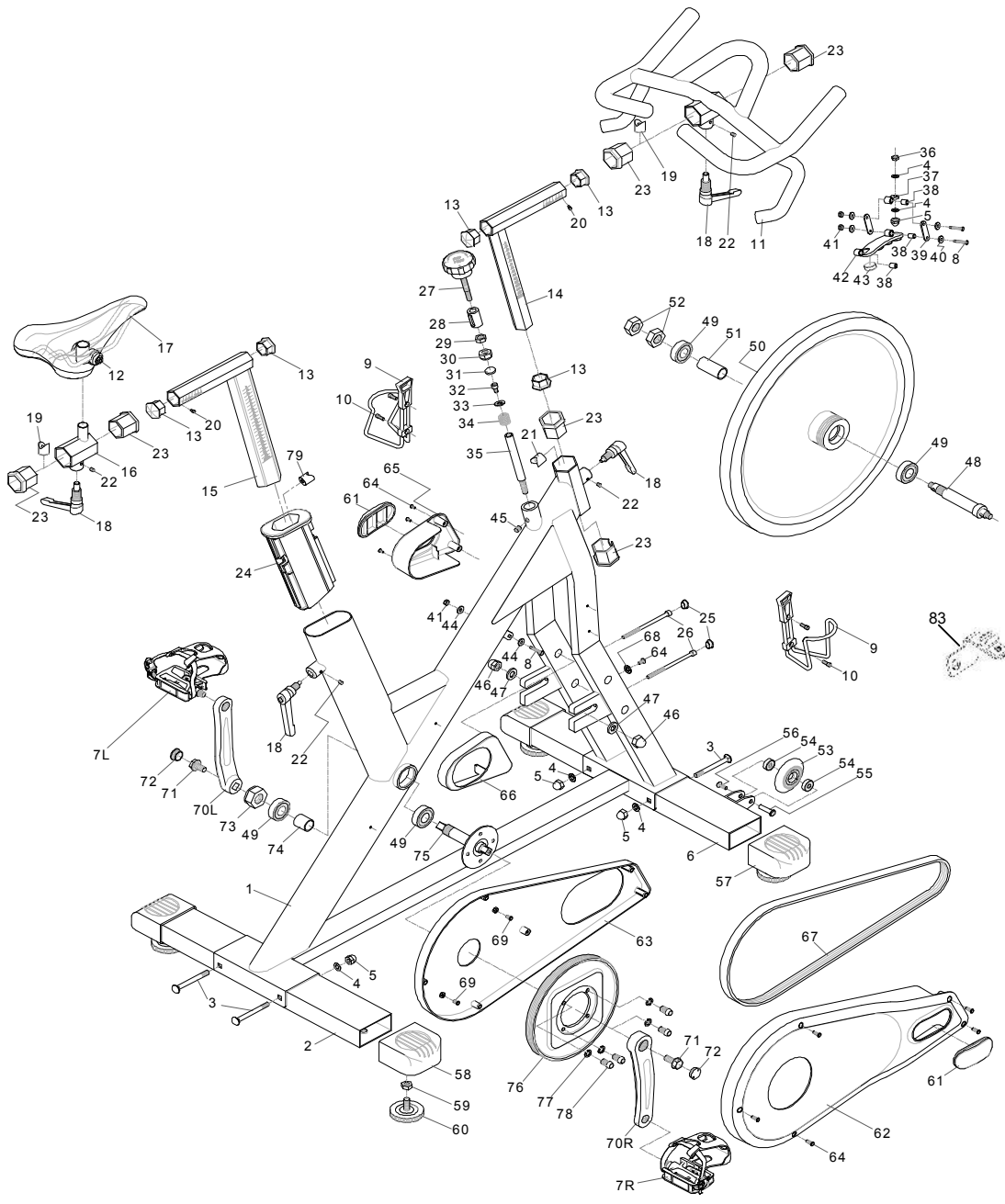
## **Steg 8. (konsolfäste)**

Fäst konsolfästet (81) på styret. Och sätt i konsolen.



## **SPRÄNGSKISS**



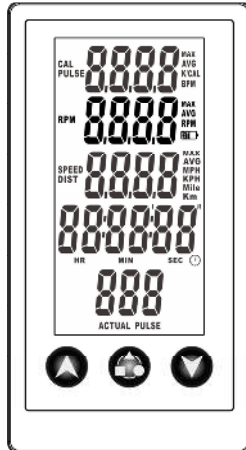




## 91022 KOMPONENTLISTA

Art.nr	Beskrivning	Antal	Art.nr	Beskrivning	Antal
1	Huvudram	1	43	Magnet	4
2	Bakre stödben	1	44	Bricka 16 x 6,2 x 1,5 T	2
3	Vagnsbultar till stödben	4	45	Skruv M8 x P 1,25 x 8 L	1
4	Bricka	4	46	Mutter M10 x P 1,5	2
5	Mutter	4	47	Bricka 25 x 10 x 2 T	2
6	Främre stödben	1	48	Svänghjulsaxel 25 x 20 x 151 L	1
7R/L	Pedal	1	49	Lager, nr 6004ZZ	4
8	Skruv M6 x P 1,0 x 30 L	3	50	Svänghjul	1
9	Flaskhållare	2	51	Hylsa till vevlager	1
10	Fästskruv till flaskhållare	4	52	Låsmutter M17 x P 1,0 x 8 T	2
11	Stvre	1	53	Transporthjul	2
12	Sadelfäste	1	54	Lager, nr 608ZZ	4
13	Ändplugg för sadel-/stvrstolpe	5	55	Mutter 8 x 30 L (M6 x P 1,0)	2
14	Stvrstolpe	1	56	Skruv M6 x P 1,0 x 12 L	2
15	Sadelstolpe	1	57	Ändplugg till stödben	2
16	Justerskena för sadel	1	58	Justerbar ändplugg till stödben	2
17	Sadel	1	59	Justermutter	2
18	Låsspak	3	60	Mutter 3/8" x 16 TPI x 6 T	2
19	V-låsblock för justerskena 23 x 23 L	2	61	Kåpa	2
20	Skruv M5 x P 1,0 x 8 L	2	62	Höger vtterskydd	1
21	V-låsblock för sadel-/stvrstolpe 23 x 23 L	1	63	Höger innerskydd	1
22	Skruv till V-låsblock M6 x P 1,0 x 8 L	4	64	Skruv M5 x P 0,8 x 15 L	9
23	Sexkantig plastbussning	6	65	Vänster vtterskydd	1
24	Plasthylsa 40 x 97	1	66	Vänster innerskydd	1
25	Tätningsslugg i plast	2	67	Drivrem 8PJ x 1321	1
26	Skruv M6 x 120 L x 55 T	2	68	Bricka 16 x 5 x 1,5 T	1
27	Motståndsvred	1	69	Skruv M5 x P 0,8 x 10 L	2
28	Rörlig del 20 YD x 34 L	1	70R/L	H/V vevarm x 170 L	1
29	Låsmutter 3/8" x 16 TPI	1	71	Skruv M8 x P 1,0 x 20 L	2
30	Mutter M8 x P 1,25	1	72	Dammskydd	2
31	Rund platta 20 x 3T	1	73	Plastmutter M20 x P 1,0 x 12 T	1
32	Skruv M8 x P 1,25 x 10 L	1	74	Hylsa till vevlager 24x 20,1 x 27 L	1
33	Bricka 20 x 8 x 2 T	1	75	Vevlageraxel 25 x 20 x 128,5 med skiva	1
34	Fjäder 19 x 2,5 x 53 L	1	76	Främre drivhjul 255 x 8 PJ x 21 T	1
35	Stift 12,7 x 112 L	1	77	Fjäderbricka 13 x 8,5 x 1,5 T	4
36	Mutter M8 x P 1,25	1	78	Skruv M8 x P 1,25 x 15 L	4
37	Koppling	1	79	V-låsblock för sadel-/stvrstolpe 23 x 37,5	1
38	U-hylsa	3	80	Låsspak för sadelstolpe	1
39	Monteringsplatta	2	81	Konsol	1
40	Bricka 13 x 6 x 1 T	4	82	Konsolfäste	1
41	Mutter M6 x P 1,0	3	83	Monteringshållare för sensor	1
42	Magnetbas	1			

## BRUKSANVISNING FÖR 91022 KONSOL



### Så här byter du batteri:

1. Öppna batteriluckan och sätt i 2 AAA eller 2 UM-4-batterier.
2. Sätt tillbaka batteriluckan ordentligt.
3. Under normala förhållanden är garantin för batteriet ett år.
4. Om LCD-skärmen endast syns delvis tar du ut batterierna, väntar i 15 sekunder och sätter i dem igen.
5. Data från tidigare träningsessioner tas bort när du tar ut batterierna.
6. Följ lokala regler för återvinning av batterier.

### Funktionsknappar:

#### ENTER:

1. Tryck på ENTER-knappen för inställning av träningsvärdena TIME (tid) och DISTANCE (sträcka).
2. Tryck på ENTER för att bekräfta de inställda träningsvärdena.
3. Tryck på ENTER i två sekunder om du vill ta bort alla tidigare träningsdata.

#### UP:

1. Tryck på UP-knappen för att växla mellan funktionerna hastighet, genomsnittshastighet, maxhastighet, puls, maxpuls, RPM, RPM i genomsnitt och maximal RPM.
2. Tryck på UP-knappen om du vill öka träningsvärdena TIME (tid) och DISTANCE (sträcka). Det lägsta inställningsvärdet för TIME är 5 minuter. När du trycker en gång på TIME läggs 5 minuter till, exempelvis: 0, 10, 15, 20, .....

#### DOWN:

1. Tryck på DOWN-knappen för att växla mellan SPEED, DISTANCE, CAL och PULSE
2. Tryck på DOWN-knappen om du vill minska träningsvärdena TIME (tid) och DISTANCE (sträcka). Det lägsta inställningsvärdet för DISTANCE är 1 km eller mile. När du trycker en gång minskas inställningen med 1 km eller mile, exempelvis: 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1...

#### UP+DOWN:

1. Tryck på UP-knappen och DOWN-knappen samtidigt under tre sekunder för att starta funktionen "AUTO SCAN".
2. När du ställer in träningsvärden trycker du på UP-knappen och DOWN-knappen samtidigt under en sekund för att ta bort värdena.

# Funktion och drift

## Auto AV/PÅ

Monitorn slås på automatiskt när användaren börjar använda maskinen. Den slås av automatiskt om maskinen inte används på 4 minuter och alla träningsvärden tas bort.

## TIME (tid)

1. Välj TIME (tid) med ENTER och ställ in träningstiden med UP-/DOWN-knapparna.
2. Om användaren inte ställer in TIME (tid) räknas tiden upp automatiskt 00:00:00~99:59:59
3. Inställningsvärdet för Count Down (nedräkning) är 5:00~99:59:00. Monitorn avger en pipsignal när nedräkningen är nere på 0:00.

## SPEED (hastighet)

1. Visningsintervallet för SPEED (hastighet) är 0,00 ~ 99,9 kmh/mph
2. 3 SPEED-display: nuvarande hastighet, genomsnittshastighet och maxhastighet.

## RPM (varv/min)

1. Visningsintervallet för RPM (varv/minut) är 15 ~ 9999.
2. 3 RPM-display: aktuell RPM, genomsnitts-RPM och max-RPM.

## DISTANCE (sträcka)

1. Välj DISTANCE (sträcka) med ENTER (värdet för TIME (tid) är 0) och ställ in värdet med UP-/DOWN-knapparna.
2. Om användaren inte ställer in DISTANCE (sträcka) räknas sträckan upp automatiskt 0,0~999,9 km/mile
3. Inställningsvärdet för Count Down (nedräkning) är 1,0~999,0 km/mile. Monitorn avger en pipsignal när nedräkningen är nere på 0:00.

## CALORIE (kalorier)

1. Kalorier visas som K/Cal på skärmen.
2. Kalorier räknas upp automatiskt 0,0~9999

## PULSE (puls)

1. Visningsintervallet för RPM (varv/minut) är 40 ~ 200. Pulsvärdet visar "P" när användaren

slutar mäta pulsen under 16 sekunder.

2. PULSE visar "BPM" på LCD-displayen.
3. 3 PULSE-display: aktuell puls, genomsnittspuls och maxpuls.

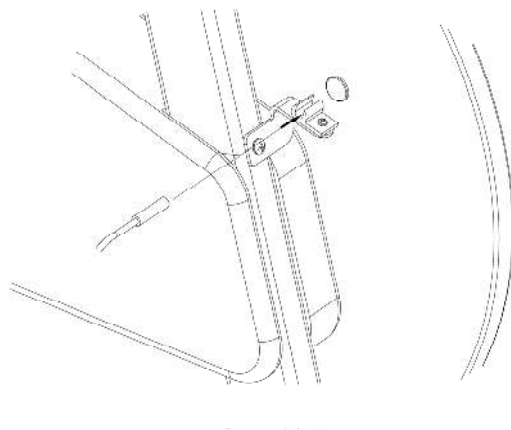
### Obs!

Arbetstemperatur: 0 ~ 50

Förvaringstemperatur: -10 ~ 60

## Installation av hastighetssensor

Sätt i hastighetssensorn i hållaren.



Justera sensorns placering och se till att avståndet mellan sensorns ände och magneten är 5~8 mm.

