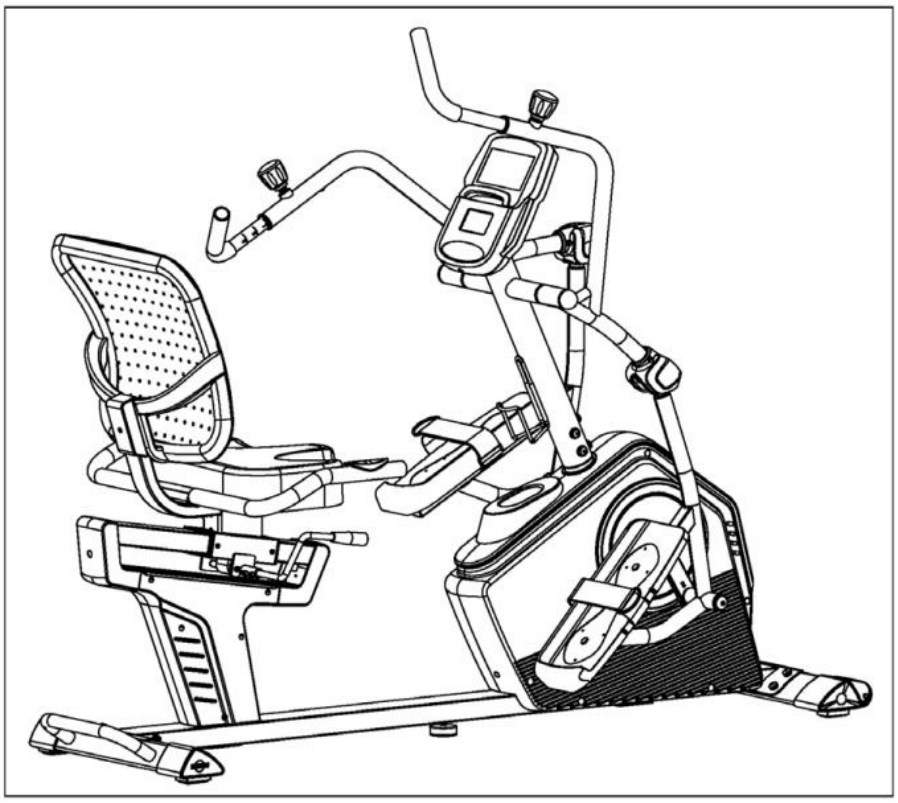
SMART RECUMBENT CROSS TRAINER ELLIPTICAL EXERCISE BIKE

SF-RBE4886SMART

USER MANUAL



English, Pages 1~21	**IMPORTANT!** Please retain owner's manual for maintenance and adjustment instructions. Your satisfaction is very important to us, **PLEASE DO NOT RETURN UNTIL YOU HAVE CONTACTED US:** support@sunnyhealthfitness.com or 1-877-90SUNNY (877-907-8669).
Español, Páginas 22~43	**IMPORTANTE** Por favor, conserve el manual del propietario para las instrucciones de mantenimiento y ajuste. Su satisfacción es muy importante para nosotros, **POR FAVOR NO DEVUELVA EL PRODUCTO HASTA QUE SE HAYA COMUNICADO CON NOSOTROS:** support@sunnyhealthfitness.com o 1-877-90SUNNY (877-907-8669).
Français, Pages 44~65	**IMPORTANT!** Veuillez conserver le manuel du propriétaire pour les instructions d'entretien et de réglage. Votre satisfaction est très importante pour nous, **VEUILLEZ NE PAS RETOURNER AVANT DE NOUS AVOIR CONTACTE:** support@sunnyhealthfitness.com ou 1-877-90SUNNY (877-907-8669).
Deutsche, Seiten 66~86	**WICHTIG!** Bitte bewahren Sie das Benutzerhandbuch für Wartungs- und Einstellanweisungen auf. Ihre Zufriedenheit ist uns sehr wichtig. **BITTE SENDEN SIE NICHT ZURÜCK, BEVOR SIE UNS KONTAKTIERT HABEN:** support@sunnyhealthfitness.com oder 1-877-90SUNNY (877-907-8669).
Italiano, Pagine 87~107	**IMPORTANTE!** Conservare il manuale d'uso per le istruzioni di manutenzione e regolazione. La vostra soddisfazione è molto impo ante per noi, **VI PREGO DI NON RESTITUIRE IL PRODOTTO PRIMA DI AVERCI CONTATTATO:** support@sunnyhealthfitness.com o 1-877-90SUNNY (877-907-8669).

WWW.SUNNYHEALTHFITNESS.COM

IMPORTANT SAFETY INFORMATION

We thank you for choosing our product. To ensure your safety and health, please use this equipment correctly. It is important to read this entire manual before assembling and using the equipment. Safe and effective use can only be achieved if the equipment is assembled, maintained, and used properly. It is your responsibility to ensure that all users of the equipment are informed of all warnings and precautions.

1. Before starting any exercise program, you should consult your physician to determine if you have any medical or physical conditions that could put your health and safety at risk or prevent you from using the equipment properly. Your physician's advice is essential if you are taking medication that affects your heart rate, blood pressure, or cholesterol level.
2. Be aware of your body's signals. Incorrect or excessive exercise can damage your health. Stop exercising if you experience any of the following symptoms: pain, tightness in your chest, irregular heartbeat, shortness of breath, lightheadedness, dizziness, or feelings of nausea. If you do experience any of these conditions, you should consult your physician before continuing with your exercise program.
3. Keep children and pets away from the equipment. The equipment is designed for adult use only.
4. Use the equipment on a solid, flat level surface with a protective cover for your floor or carpet. To ensure safety, the equipment should have at least 4 feet (120 cm) of free space all around it.
5. Ensure that all nuts and bolts are securely tightened before using the equipment. The safety of the equipment can only be maintained if it is regularly examined for damage and/or wear and tear.
6. Always use the equipment as indicated. If you find any defective components while assembling or checking the equipment, or if you hear any unusual noises coming from the equipment during exercise, discontinue use of the equipment immediately and do not use until the problem has been rectified.
7. Wear suitable clothing while using the equipment. Avoid wearing loose clothing that may become entangled in the equipment.
8. Do not place fingers or objects into the moving parts of the equipment.
9. The maximum weight capacity of this unit is 300 lbs (135 kgs).
10. The equipment is not suitable for therapeutic use.
11. To avoid bodily injury and/or damage to the product or property, proper lifting and moving are required.
12. Your product is intended for use in cool and dry conditions. You should avoid storage in extreme cold, hot or damp areas as this may lead to corrosion and other related problems.
13. This equipment is designed for indoor and home use only; it is not intended for commercial use!

IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS

Read all instructions before using (this appliance).

When using an electrical appliance, basic precautions should always be followed, including the following:

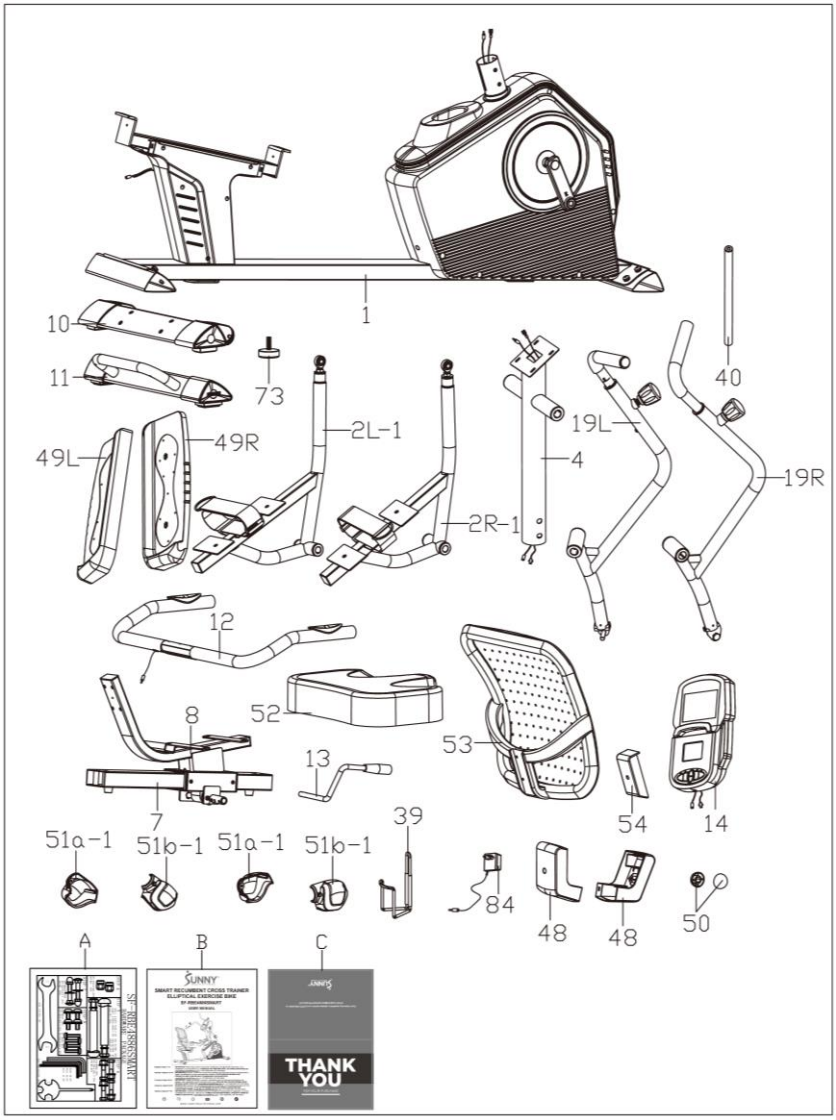
WARNING – To reduce the risk of burns, fire, electric shock, or injury to persons:

1. This equipment is not intended for use by persons with reduced physical, sensory or mental capabilities, or lack of experience and knowledge, unless they have been given supervision or instruction concerning use of the equipment by a person responsible for their safety. Keep children under the age of 13 away from this machine.
2. Use this equipment only for its intended use as described in this manual. Do not use attachments not recommended by the manufacturer.
3. Never operate the equipment with the air openings blocked. Keep the air openings free of lint, hair, and the like.
4. Never drop or insert any object into any opening.
5. Do not use outdoors.
6. Do not operate where aerosol (spray) products are being used or where oxygen is being administered.
7. Never operate this equipment if it has a damaged cord or plug, if it is not working properly, if it has been dropped or damaged, or dropped into water. Return the equipment to a service center for examination and repair.

SAVE THESE INSTRUCTIONS.

PRE-ASSEMBLY CHECK LIST

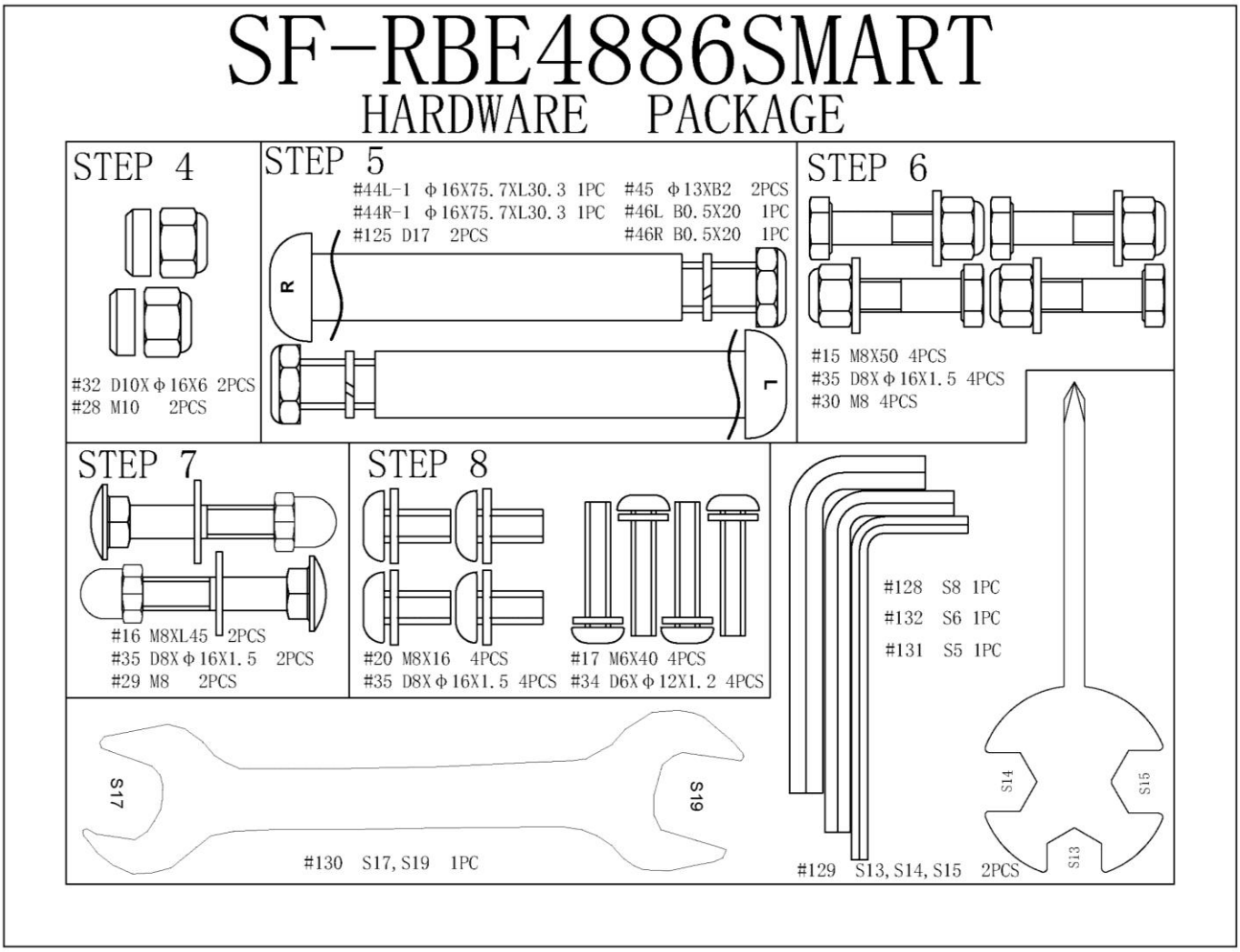
Before you start to assemble, please make sure all parts are included.



No.	Description	Spec.	Qty.
1	Main Frame		1
2L-1	Left Pedal Support Tube		1
2R-1	Right Pedal Support Tube		1
4	Handlebar Post		1
7	Seat Rail		1
8	Seat Support		1
10	Front Stabilizer		1
11	Rear Stabilizer		1
12	Rear Handlebar		1
13	Adjustable Handle		1
14	Meter	TZ-4113P	1
19L	Left Swing Bar		1
19R	Right Swing Bar		1
39	Bottle Holder		1
40	Long Axle	Φ19.5x410	1

No.	Description	Spec.	Qty.
48	Seat Rail Cover		2
49L	Left Pedal		1
49R	Right Pedal		1
50	Cap	S13	2
51a-1	Protective Cover A		2
51b-1	Protective Cover B		2
52	Seat	KX4850	1
53	Backrest	QT-188D	1
54	Backrest Cover		1
73	Adjustable Pad	M10x30	1
84	Adaptor		1
A	Hardware Package		1
B	Manual		1
C	Thank You Card		1

HARDWARE PACKAGE



Ordering Replacement Parts (U.S. and Canadian Customers only)

Please provide the following information in order for us to accurately identify the part(s) needed:

✓ The model number (found on cover of manual)

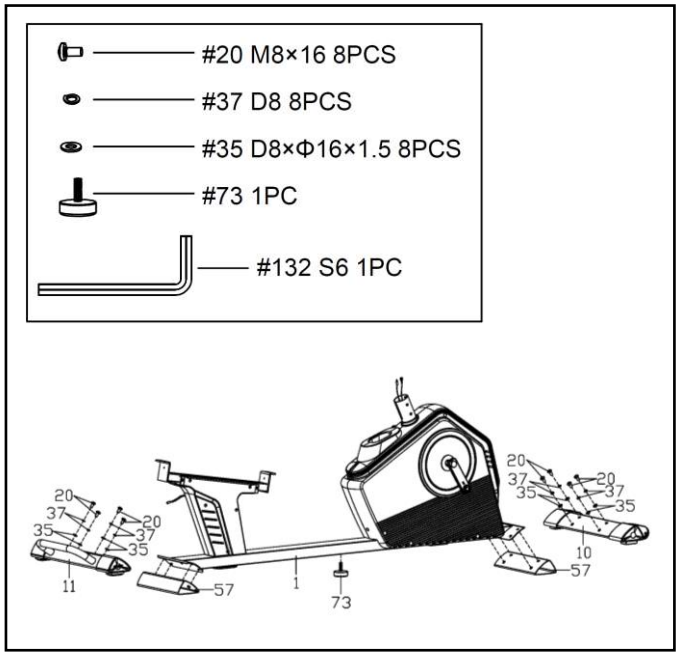
✓ The product name (found on cover of manual)

✓ The part number found on the “EXPLODED DIAGRAM” (Page 108) and “PARTS LIST” (Pages 20~21)

Please contact us at support@sunnyhealthfitness.com or 1-877-90SUNNY (877-907-8669).

ASSEMBLY INSTRUCTIONS

We value your experience using Sunny Health and Fitness products. For assistance with parts or troubleshooting, please contact us at support@sunnyhealthfitness.com or 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



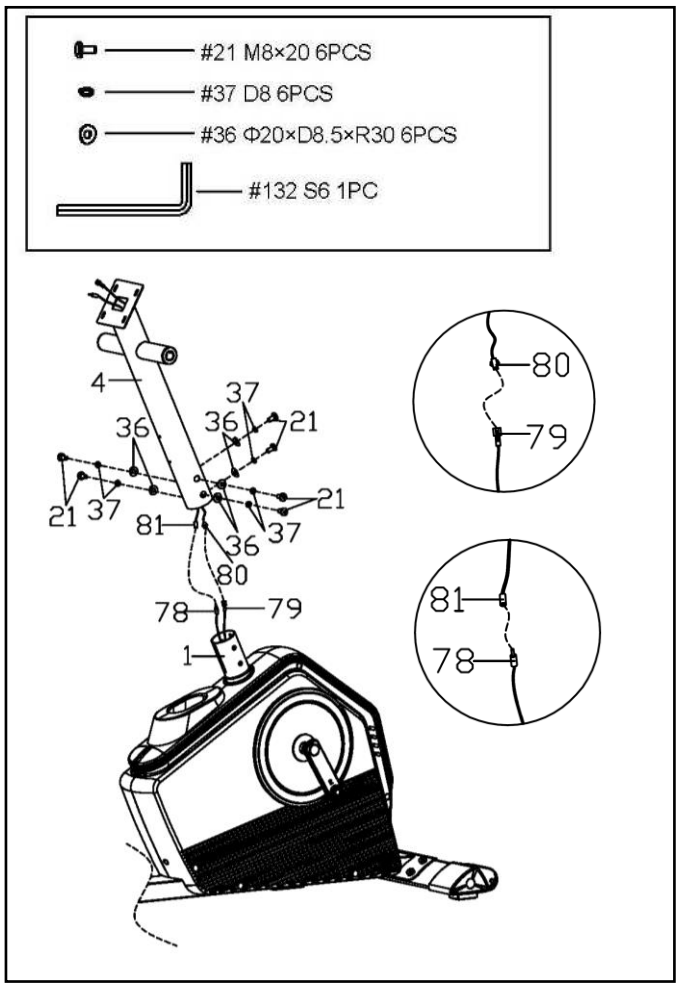
STEP 1:

Remove 2 **Shipping Tubes (No. 57)**, 8 **Screws (No. 20)**, 8 **Spring Washers (No. 37)** and 8 **Flat Washers (No. 35)** from the **Main Frame (No. 1)** using **Allen Wrench (No. 132)**.

NOTE: You can discard the 2 **Shipping Tubes (No. 57)** or save them to repackage the item in the future.

Attach the **Front Stabilizer (No. 10)** and **Rear Stabilizer (No. 11)** to the **Main Frame (No. 1)** with 8 **Screws (No. 20)**, 8 **Spring Washers (No. 37)** and 8 **Flat Washers (No. 35)** that were just removed. Tighten and secure with **Allen Wrench (No. 132)**.

Attach the **Adjustable Pad (No. 73)** to the **Main Frame (No. 1)**.



STEP 2:

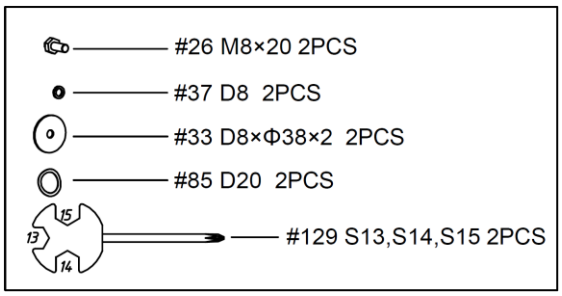
Remove 6 **Screws (No. 21)**, 6 **Spring Washers (No. 37)** and 6 **Arc Washers (No. 36)** from the **Main Frame (No. 1)** using **Allen Wrench (No. 132)**.

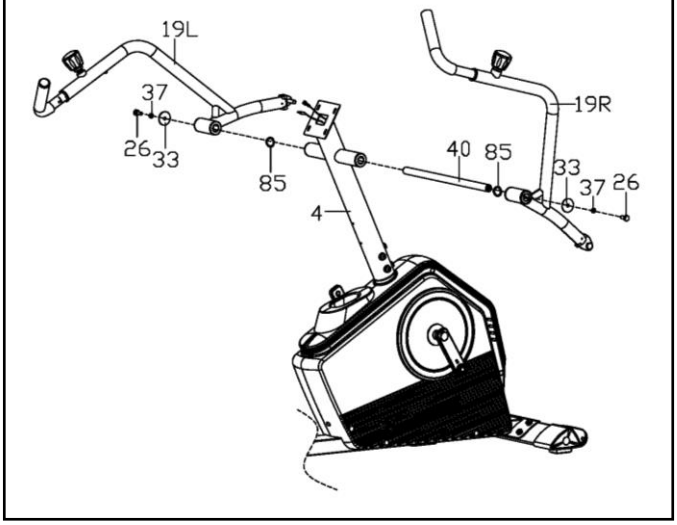
Connect the **Sensor Extension Wire 2 (No. 80)** with **Sensor Extension Wire 1 (No. 79)** and connect **Pulse Extension Wire 2 (No. 81)** with **Pulse Extension Wire 1 (No. 78)**.

Attach the **Handlebar Post (No. 4)** to the **Main Frame (No. 1)** with 6 **Screws (No. 21)**, 6 **Spring Washers (No. 37)** and 6 **Arc Washers (No. 36)** that were just removed. Tighten and secure with **Allen Wrench (No. 132)**.

NOTE: Do not cut or pinch any wires when attaching the **Handlebar Post (No. 4)**.

We value your experience using Sunny Health and Fitness products. For assistance with parts or troubleshooting, please contact us at support@sunnyhealthfitness.com or 1-877-90SUNNY (877-907-8669).





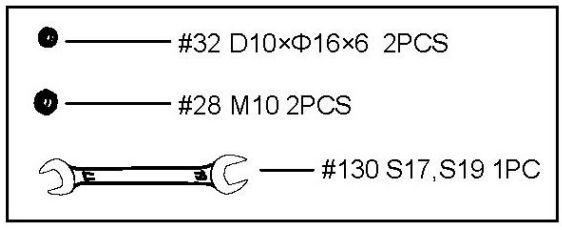
STEP 3:

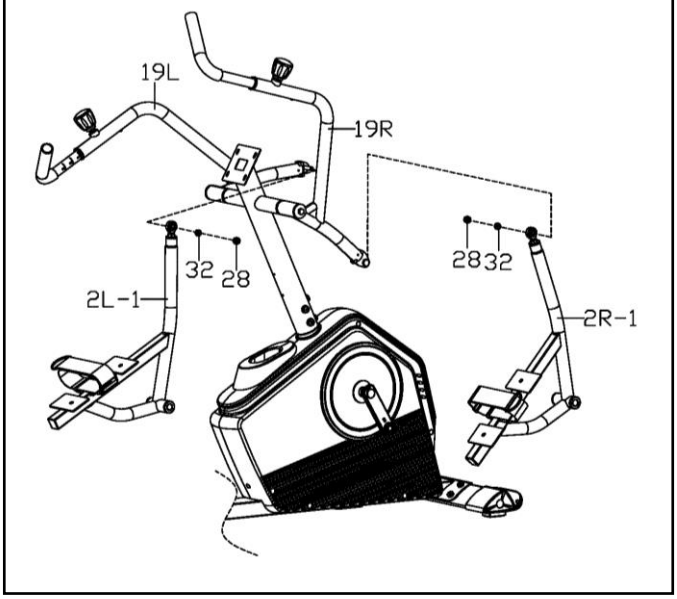
Remove 2 **Hex Screws (No. 26)**, 2 **Spring Washers (No. 37)**, 2 **Flat Washers (No. 33)** and 2 **Wave Washers (No. 85)** from the **Long Axle (No. 40)** with 2 **Spanners (No. 129)**.

Insert the **Long Axle (No. 40)** into the **Handlebar Post (No. 4)**, then put on 2 **Wave Washers (No. 85),** that were just removed, on both sides of the **Long Axle (No. 40)**. Attach the **Left & Right Swing Bars (No. 19L & No. 19R)** on both sides of the **Long Axle (No. 40)** using 2 **Flat Washers (No. 33)**, 2 **Spring Washers (No. 37)** and 2 **Hex Screws (No. 26),** that were just removed. Pre-secure with 2 **Spanners (No. 129)**.

NOTE: If there is difficulty inserting the **Long Axle (No. 40)** into the **Handlebar Post (No. 4)** by hand, consider using a hammer to gently tap the **Long Axle (No. 40)** into the **Handlebar Post (No. 4).**

NOTE: Do not completely tighten the **Hex Screws (No. 26)** yet.



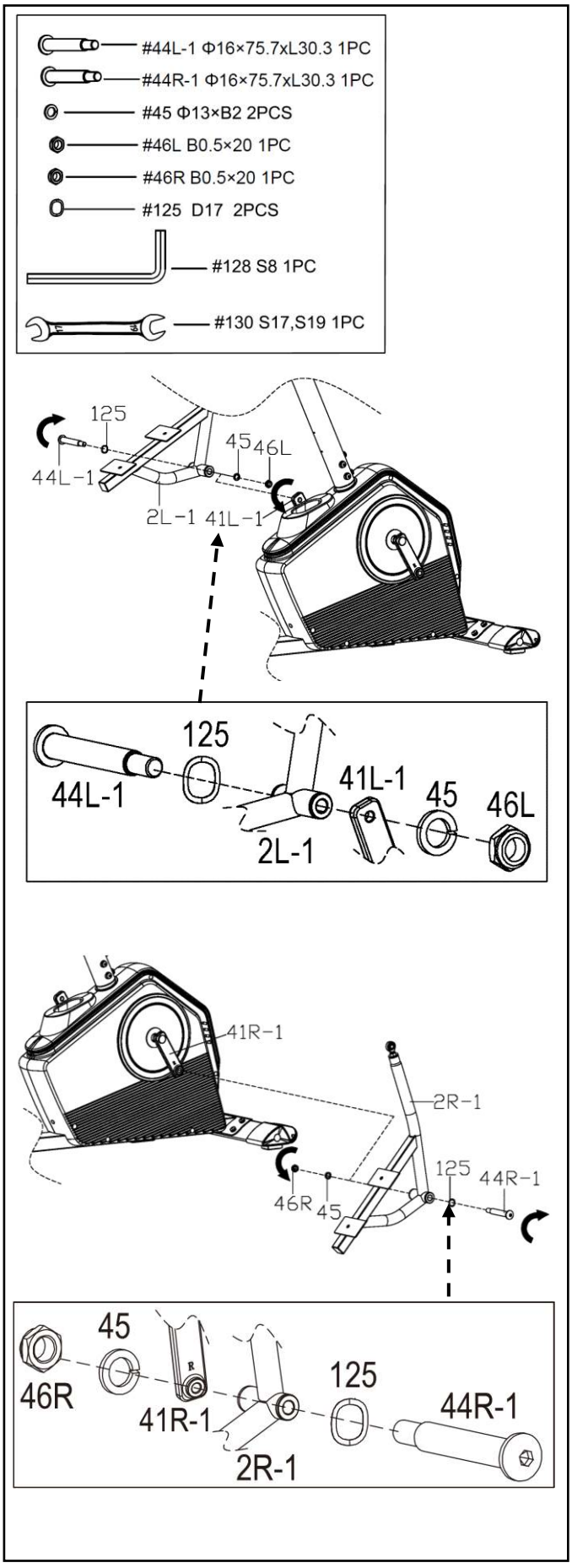


STEP 4:

Attach **Left & Right Swing Bars (No. 19L & No. 19R)** to **Left & Right Pedal Support Tubes (No. 2L-1 & No. 2R-1)** with 2 **Spacers (No. 32)** and 2 **Nylon Nuts (No. 28)** using **Open End Wrench (No. 130)**.

NOTE: Do not completely tighten the **Nylon Nuts (No. 28)** yet.

We value your experience using Sunny Health and Fitness products. For assistance with parts or troubleshooting, please contact us at support@sunnyhealthfitness.com or 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



STEP 5:

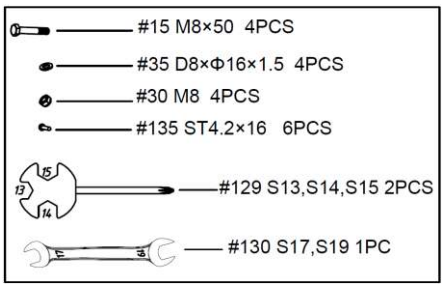
Attach the **Left Pedal Support Tube (No. 2L-1)** to the **Left Crank (No. 41L-1)** with 1 **Left Hinge Bolt (No. 44L-1)** and 1 **Wave Washer (No. 125)**. Turn the **Left Hinge Bolt (No. 44L-1)** *counter-clockwise* with your hand. Then attach 1 **Spring Washer (No. 45)** and 1 BLACK **Left Nylon Nut (No. 46L)** to the end of **Left Hinge Bolt (No. 44L-1)** and turn the BLACK **Left Nylon Nut (No. 46L)** *clockwise*. Tighten with **Allen Wrench (No. 128)** and **Open End Wrench (No. 130)**.

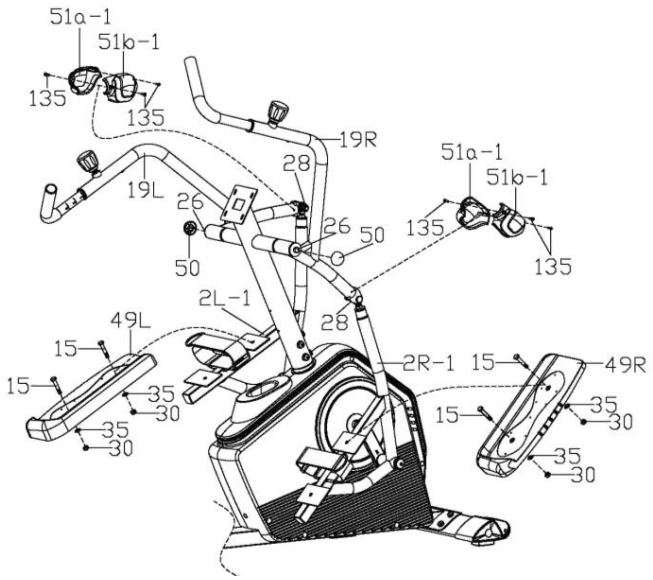
Attach the **Right Pedal Support Tube (No. 2R-1)** to the **Right Crank (No. 41R-1)** with 1 **Right Hinge Bolt (No. 44R-1)** and 1 **Wave Washer (No. 125)**. Turn the **Right Hinge Bolt (No. 44R-1)** *clockwise* with your hand. Then attach 1 **Spring Washer (No. 45)** and 1 WHITE **Right Nylon Nut (No. 46R)** to the end of **Right Hinge Bolt (No. 44R-1)** and turn the WHITE **Right Nylon Nut (No. 46R)** *counter-clockwise*. Tighten with **Allen Wrench (No. 128)** and **Open End Wrench (No. 130)**.

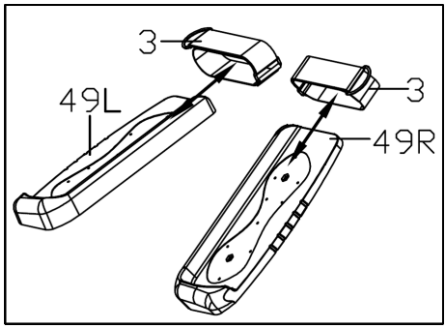
NOTE: The **Left Hinge Bolt (No. 44L-1)** is labeled L, while the **Right Hinge Bolt (No. 44R-1)** is labeled R.

NOTE: Ensure that all bolts and washers are in place and partially threaded in before completely tightening them.

We value your experience using Sunny Health and Fitness products. For assistance with parts or troubleshooting, please contact us at support@sunnyhealthfitness.com or 1-877-90SUNNY (877-907-8669).







STEP 6:

First, fasten 2 **Hex Screws (No. 26)** from STEP 3 tightly using 2 **Spanners (No. 129)**. Then cover with 2 **Caps (No. 50).**

Second, fasten 2 **Nylon Nuts (No. 28)** from STEP 4 using **Open End Wrench (No. 130)**.

NOTE: Ensure that all bolts and washers are in place and partially threaded in before completely tightening them.

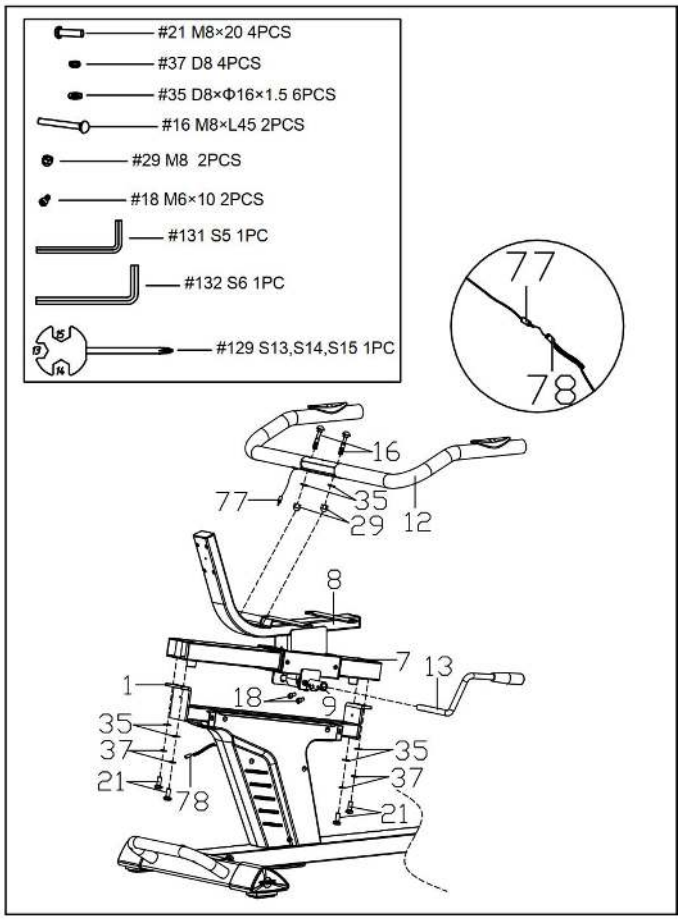
Remove 4 **Screws (No. 135)** from **Left & Right Swing Bars (No. 19L & No. 19R)** and remove 2 **Screws (No. 135)** from 2 **Protective Covers A (No. 51a-1)** and 2 **Protective Covers B (No. 51b-1)** using **Spanner (No. 129)**.

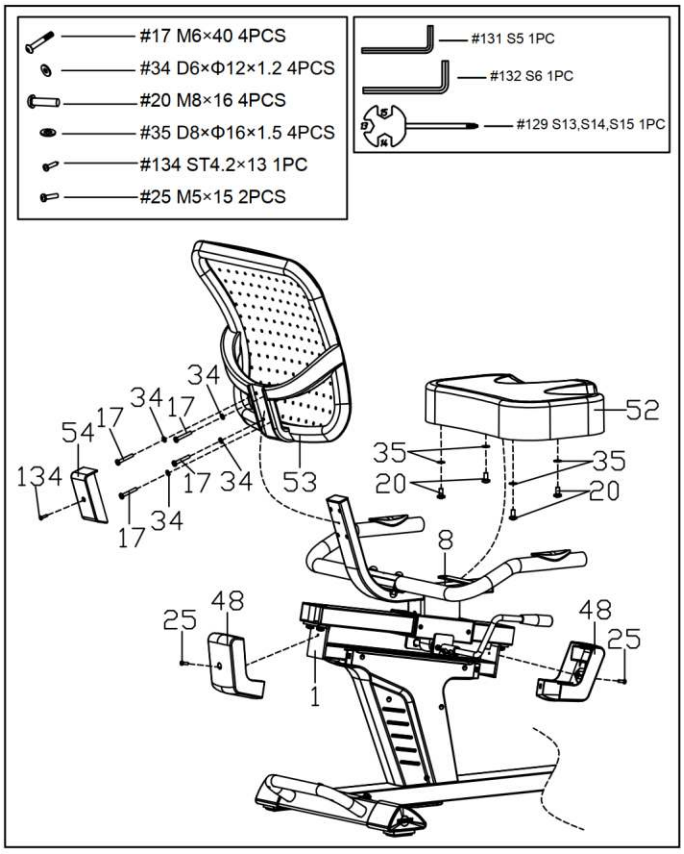
Attach the 2 **Protective Covers A (No. 51a-1)** and 2 **Protective Covers B (No. 51b-1)** to the 2 joints of the **Left & Right Swing Bars (No. 19L & No. 19R)** and **Left & Right Pedal Support Tubes (No. 2L-1 & No. 2R-1)** with 6 **Screws (No. 135)** that were just removed using **Spanner (No. 129)**.

Insert **Left & Right Pedals (No. 49L & No. 49R)** through 2 **Pedal Straps (No. 3)**, then attach **Left & Right Pedals (No. 49L & No. 49R)** to the **Left & Right Pedal Support Tubes (No. 2L-1 & No. 2R-1)** with 4 **Hex Bolts (No. 15)**, 4 **Flat Washers (No. 35)** and 4 **Nylon Nuts (No. 30)** using **Spanner (No. 129)**.

NOTE: The **Left Pedal (No. 49L)** is labeled L, while the **Right Pedal (No. 49R)** is labeled R.

We value your experience using Sunny Health and Fitness products. For assistance with parts or troubleshooting, please contact us at support@sunnyhealthfitness.com or 1-877-90SUNNY (877-907-8669).





STEP 7:

Remove 4 **Screws (No. 21)**, 4 **Spring Washers (No. 37)** and 4 **Flat Washers (No. 35)** from the **Seat Rail (No. 7)** with **Allen Wrench (No. 132)**. Then attach the **Seat Rail (No. 7)** to the **Main Frame (No. 1)** with 4 **Screws (No. 21)**, 4 **Spring Washers (No. 37)** and 4 **Flat Washers (No. 35)** that were just removed using **Allen Wrench (No. 132)**.

Remove the 2 **Screws (No. 18)** from the **Adjustable Handle (No. 13)** using **Allen Wrench (No. 131)**. Then attach the **Adjustable Handle (No. 13)** to the **Axle (No. 9)** with 2 **Screws (No. 18)** that were just removed using **Allen Wrench (No. 131)**.

Attach the **Rear Handlebar (No. 12)** to the **Seat Support (No. 8)** with 2 **Carriage Bolts (No. 16)**, 2 **Flat Washers (No. 35)** and 2 **Cap Nuts (No. 29)** using **Spanner (No. 129)**.

Connect the **Pulse Wire (No. 77)** with the **Pulse Extension Wire 1 (No. 78)**.

STEP 8:

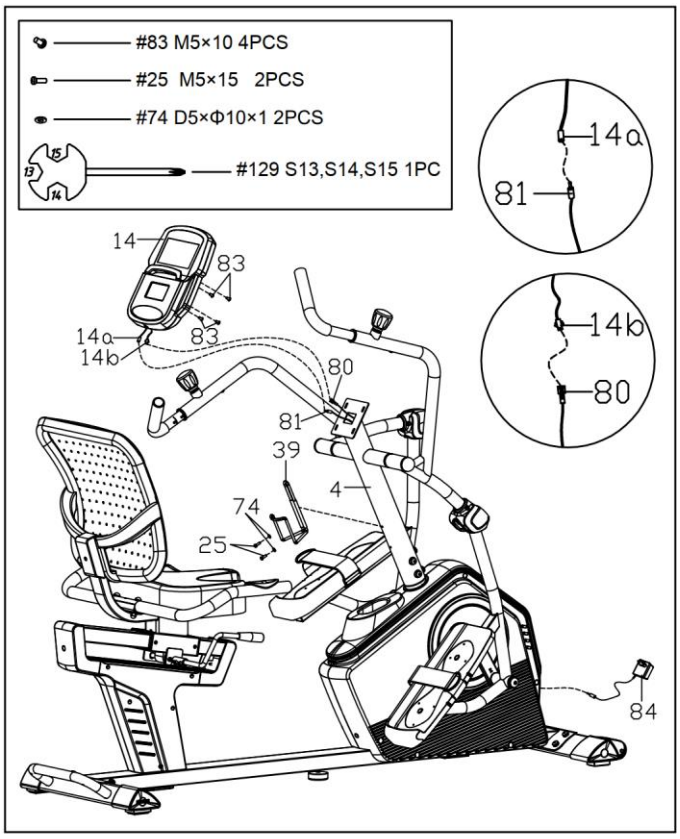
Remove 2 **Screws (No. 25)** from the **Main Frame (No. 1)** using **Spanner (No. 129)**. Then attach 2 **Seat Rail Covers (No. 48)** to the **Main Frame (No. 1)** with 2 **Screws (No. 25)** that were just removed using **Spanner (No. 129)**.

Attach the **Seat (No. 52)** to the **Seat Support (No. 8)** with 4 **Screws (No. 20)** and 4 **Flat Washers (No. 35)** using **Allen Wrench (No. 132)**.

Attach the **Backrest (No. 53)** to the **Seat Support (No. 8)** with 4 **Bolts (No. 17)** and 4 **Flat Washers (No. 34)**. Tighten and secure with **Allen Wrench (No. 131)**.

Remove the **Screw (No. 134)** from the **Seat Support (No. 8)** with **Spanner (No. 129).** Then attach the **Backrest Cover (No. 54)** to the **Seat Support (No. 8)** with the **Screw (No. 134)** that was just removed**.** Tighten and secure with **Spanner (No. 129)**.

We value your experience using Sunny Health and Fitness products. For assistance with parts or troubleshooting, please contact us at support@sunnyhealthfitness.com or 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



STEP 9:

Remove 4 **Screws (No. 83)** from the **Meter (No. 14)** with **Spanner (No. 129)**.

Connect the **Pulse Extension Wire 2 (No. 81)** with **Meter Wire A (No. 14a)** and connect **Sensor Extension Wire 2 (No. 80)** with **Meter Wire B (No. 14b)**. Insert all the wires into the tube of **Handlebar Post (No. 4)**. Then attach the **Meter (No. 14)** to the bracket of **Handlebar Post (No. 4)** with 4 **Screws (No. 83)** that were just removed. Tighten and secure with the **Spanner (No. 129)**.

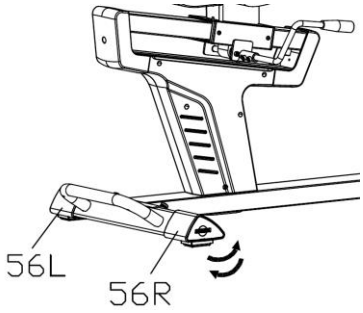
NOTE: Do not cut or pinch any wires when attaching the **Meter (No. 14)**.

Remove 2 **Screws (No. 25)** and 2 **Flat Washers (No. 74)** from the **Handlebar Post (No. 4)** using **Spanner (No. 129)**. Then attach the **Bottle Holder (No. 39)** to the **Handlebar Post (No. 4)** with 2 **Screws (No. 25)** and 2 **Flat Washers (No. 74)** that were just removed. Tighten and secure with the **Spanner (No. 129)**.

Insert the jack from **Adaptor (No. 84)** to adaptor input on the front of **Main Frame (No. 1),** then plug the **Adaptor (No. 84)** into an outlet.

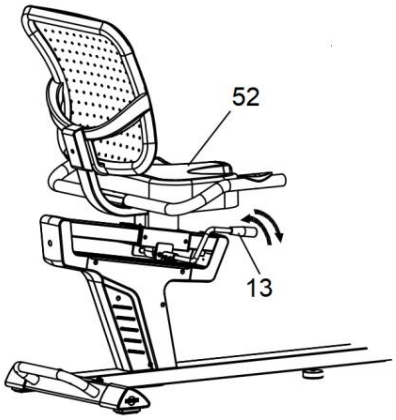
The assembly is now complete!

ADJUSTMENT GUIDE



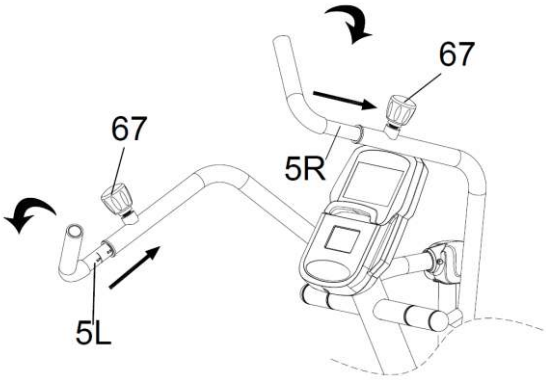
ADJUSTING THE LEVEL

If the recumbent bike is not level, turn the dials on the **Left & Right Rear End Caps (No. 56L & No. 56R)** to adjust. Turn *counter-clockwise* to raise and turn *clockwise* to lower.



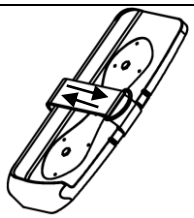
ADJUSTING THE SEAT

To move the **Seat (No. 52)** forward or backward, while seated on the recumbent bike, put your feet on the floor. Shift the **Adjustable Handle (No. 13)** down to loosen. Adjust the **Seat (No. 52)** to your desired position, then shift the **Adjustable Handle (No. 13)** up to secure.



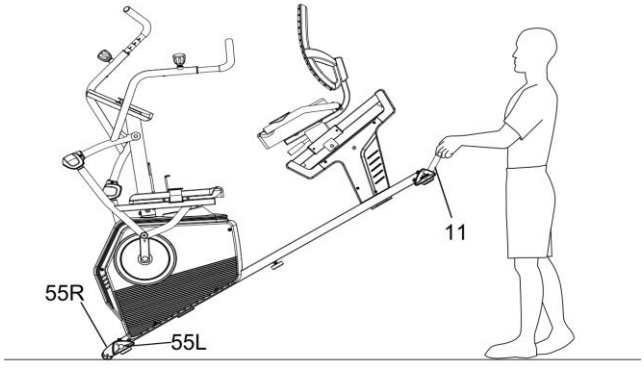
ADJUSTING THE HANDLEBAR

To adjust the **Left & Right Handlebars (No. 5L & No. 5R)** in different directions and length, loosen and pull the **Knobs (No. 67)** outward, then slide the **Left & Right Handlebars (No. 5L & No. 5R)** to the desired direction or length position. Once positioned, re-insert and tighten the **Knobs (No. 67)** to secure the **Left & Right Handlebars (No. 5L & No. 5R)** in place.



PEDAL ADJUSTMENT

The pedal strap is adjustable and can be personalized to fit the user's foot size.



MOVING THE RECUMBENT BIKE

There are transportation wheels located on the **Left & Right Front End Caps (No. 55L & No. 55R)**. Hold the handlebar on the **Rear Stabilizer (No. 11)** and pull forward to lift the rear of the recumbent bike off the floor. Now you can move the recumbent bike.

IMPORTANT RECUMBENT BIKE INFORMATION

WARNING: This recumbent bike requires a power source of **1 amp (100-240V)** in order to properly operate. For your safety, as well as the safety of others, please verify that the power source is correct before plugging in the equipment. Any power source above or below this level could cause significant damage to the equipment and/or user.

OPERATING INSTRUCTIONS

Plug the adaptor into the recumbent bike and into the outlet.
The meter will turn on.
The meter will turn off if there is no activity for 4 minutes when the Bluetooth is not connected. Press any button on the meter to turn it on again.
NOTE: You can still use the recumbent bike when it is not plugged in. However, the meter will not be working and you cannot adjust the resistance level or use any of the functions.



EXERCISE METER

KEY FUNCTIONS:

BUTTON	FUNCTION
START/STOP	Start and pause workouts. Start body fat measurement.
DOWN	Lower the resistance level during workout. Decrease value of selected parameter.
UP	Increase the resistance level during workout. Increase value of selected parameter.
ENTER	Input the value or mode.
RECOVERY	Enter Recovery function when the meter displays the heart rate value. Recovery displays F1-F6. F1 is excellent recovery heart rate. F6 is poor recovery heart rate.
MODE	During workout, switch display from RPM to SPEED, ODO (ODOMETER) to DIST (DISTANCE) and WATT to CAL (CALORIES). Hold for 3 seconds to reset all function values to zero, except ODO (ODOMETER).

WORKOUT SELECTION:

After turning the meter on by plugging in the adaptor or if already plugged in, pressing any button on the meter, use the UP or DOWN button to make a selection. Then press ENTER button to choose the desired mode.
There are 7 basic workout modes:
Manual Program, Pre-set Programs, Watt Control Program, Body Fat Program, Target Heart Rate Program, Heart Rate Control Programs, and User Programs.

FUNCTIONS:

SPEED: Displays current training speed. Maximum speed is 99.9 MPH.
RPM: Displays current rotation per minute.
TIME: Accumulates the workout time from 0:00 to 99:59. Users can preset the target time they want.
DIST (DISTANCE): Accumulates the workout distance from 0.00 to 999.9 Miles. Users can preset the target distance they want to reach.

ODO (ODOMETER): Displays the total accumulated distance from 0.00 to 9999 Miles.
CAL (CALORIES): Accumulates the calories burned from 0.00 to 9999. Users can preset the target calories they want to burn.
WATT: Displays current watt.
HEART RATE: Displays the current heart rate in beats per minute.
TARGET HR. (TARGET HEART RATE): Users can preset their Target Heart Rate.
PROGRAM: There are 24 different programs to choose for training.
LEVEL: The program has 10 columns of bars and 8 bars in each column. Each column represents a 1-minute workout and each bar represents 2 resistance levels.

WORKOUT PARAMETERS:

TIME / DIST (DISTANCE) / CAL (CALORIES) / AGE / WATT / TARGET HR. (TARGET HEART RATE)

SETTING WORKOUT PARAMETERS

After selecting the desired workout mode: Manual Program, Pre-set Programs, Watt Control Program, Body Fat Program, Target Heart Rate Program, Heart Rate Control Programs, and User Programs. You may pre-set several workout parameters for desired results.

NOTE: Some parameters are not adjustable in certain programs. TIME and DIST (DISTANCE) cannot be set up at the same time.

Once a program has been selected, press ENTER button and TIME will flash.
Using the UP or DOWN button, you may select the desired time value. Press ENTER button to input the values. The flashing prompt will move to the next parameter. Continue using the UP or DOWN button. Press the START/STOP button to begin the workout.

More About Setting Workout Parameters

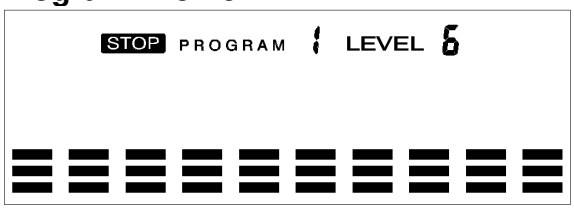
Field	Setting Range	Default Value	Increment/ Decrement	Description
TIME	0:00~99:00	0:00	±1:00	1. When display is set as 0:00, TIME will count up. 2. When TIME is set as 1:00-99:00, it will count down to 0.00.
DIST (DISTANCE)	0.00~999.0	0.00	±1.00	1. When display is set as 0.00, DIST (DISTANCE) will count up. 2. When DIST (DISTANCE) is set as 1.00~999.0, it will count down to 0.00.
CAL (CALORIES)	0.00~9995	0.00	±5.00	1. When display is set as 0.00, CAL (CALORIES) will count up. 2. When CAL (CALORIES) is set as 5.00~9995, it will count down to 0.00.
WATT	50~250	100	±5	User can set watt value only in the Watt Control Program.
AGE	10~99	30	±1	Target HR. (HEART RATE) will be based on Age. When Heart Rate exceeds Target HR. (HEART RATE), the Heart Rate number will flash.

TARGET HR. (HEART RATE)	60~220	60	±1	Setting Parameters for Target Heart Rate.

PROGRAM OPERATION:

MANUAL PROGRAM (PROGRAM 1)

Program Profile

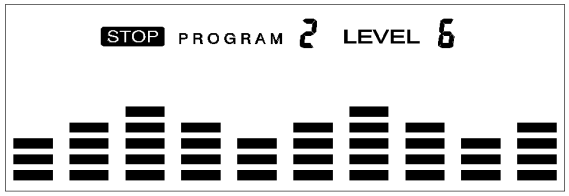


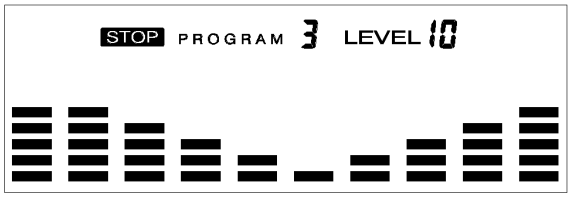
SETTING PARAMETERS FOR MANUAL PROGRAM

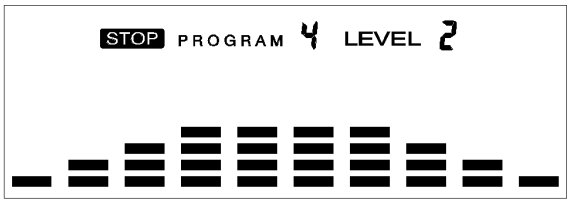
1. Select **Manual Program (PROGRAM 1)** using the UP or DOWN button, then press ENTER button.
2. TIME will flash so the value can be adjusted using the UP or DOWN button.
3. Press the ENTER button to save the value and move to the next parameter to be adjusted.
   NOTE: If you set up the target time for workout, then the next parameter of DIST (DISTANCE) cannot be adjusted.
4. Continue through all desired parameters and press the START/STOP button to begin the workout.
   NOTE: Once the workout parameter counts down to zero, it will beep and stop the workout automatically. Press the START/STOP button to continue the workout to reach the unfinished workout parameter.

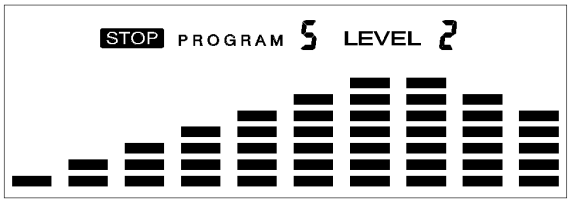
PRE-SET PROGRAMS (PROGRAM 2~ PROGRAM 13)

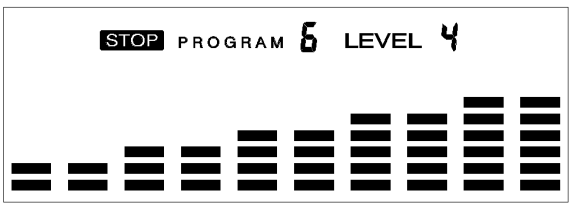
Program Profile

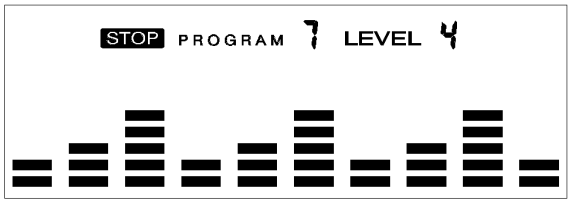


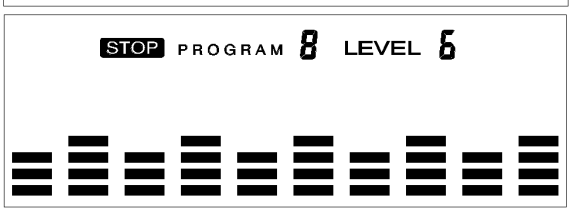


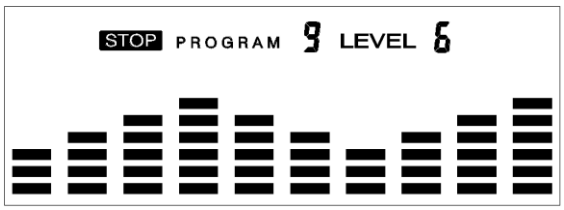


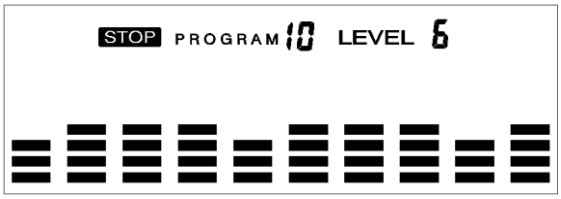


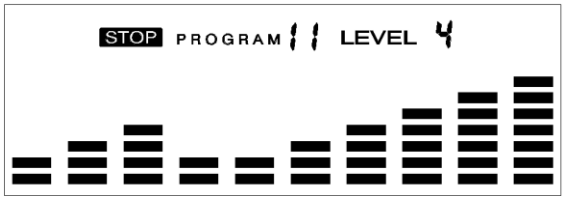


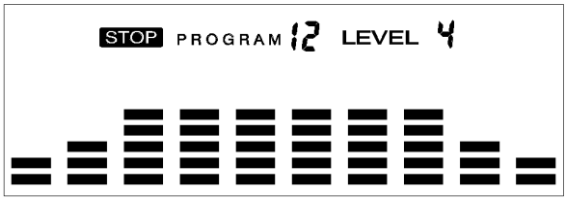


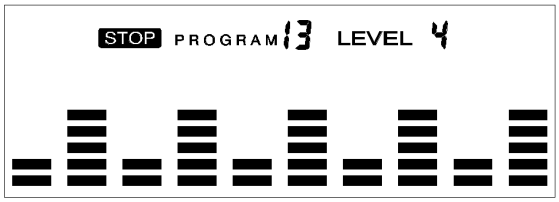












There are 12 pre-set programs ready for use. All program profiles have 16 levels of resistance.

SETTING PARAMETERS FOR PRE-SET PROGRAMS

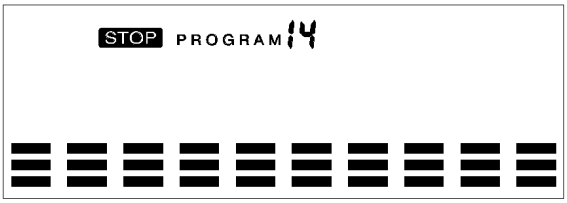
1. Select one of the **Pre-set Programs** using the UP or DOWN button, then press ENTER button. TIME will flash so the value can be adjusted using the UP or DOWN button.
2. Press the ENTER button to save value and move to the next parameter to be adjusted. Continue through all desired parameters, pressing the START/STOP button to begin the workout.

WORKOUT IN ANY PRE-SET PROGRAM

You can adjust the level of resistance by pressing the UP or DOWN button during the workout.
NOTE: If you set up the target time for workout, then the next parameter of DIST (DISTANCE) cannot be adjusted. Once the workout parameter counts down to zero, it will beep and stop the workout automatically. Press the START/STOP button to continue the unfinished parameter.

WATT CONTROL PROGRAM (PROGRAM 14)

Program Profile

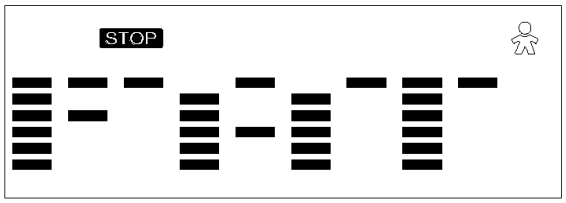


SETTING PARAMETERS FOR THE WATT CONTROL PROGRAM

1. Select **Watt Control Program (PROGRAM 14)** using the UP or DOWN button, then press ENTER button.
2. TIME will flash so the value can be adjusted using the UP or DOWN button.
3. Press ENTER button to save the value and move to the next parameter to be adjusted.
   NOTE: If you set up the target time for workout, then the next parameter of DIST (DISTANCE) cannot be adjusted.
4. Continue through all desired parameters, pressing the START/STOP button to start the workout.
   NOTE: Once the workout parameters count down to zero, it will beep and stop the workout automatically.
5. Press the START/STOP button to continue the workout to reach the unfinished workout parameter.
   The meter will adjust the resistance load automatically depending on the speed to maintain the constant watt value. You can use the UP or DOWN button to adjust the watt value during the workout.

BODY FAT PROGRAM (PROGRAM 15)

Program Profile



SETTING DATA FOR BODY FAT

Select **Body Fat Program (PROGRAM 15)** using the UP or DOWN button, then press ENTER button. "MALE" will flash so Gender can be adjusted using the UP or DOWN button. Press the ENTER button to save gender and move to the next data.

"5'8 (inches)" of Height will flash so Height can be adjusted using the UP or DOWN button. Press ENTER button to save the value and move to the next data.

"154 (lbs)" of Weight will flash so Weight can be adjusted using the UP or DOWN button. Press ENTER button to save the value and move to the next data.

"30" of Age will flash so Age can be adjusted using the UP or DOWN button. Press ENTER button to save the value.

Press the START/STOP button to start the measurement. Please also remember to grasp the hand pulse sensors. After 15 seconds the display will show Body Fat %, BMR, BMI, & BODY TYPE.

Body Types:

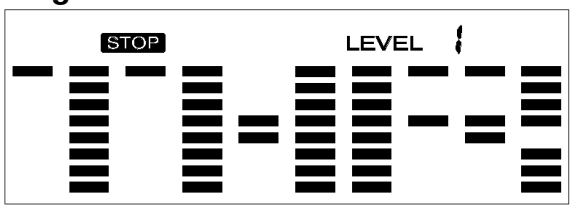
There are 9 body types divided according to the FAT % calculated.

Body Type	FAT %	Body Type	FAT %	Body Type	FAT %
Type 1	5% - 9%	Type 4	20% - 24%	Type 7	35% - 39%
Type 2	10% - 14%	Type 5	25% - 29%	Type 8	40% - 44%
Type 3	15% - 19%	Type 6	30% - 34%	Type 9	45% - 50%

BMR: Basal Metabolism Ratio
BMI: Body Mass Index
Press START/STOP button to return the main display.

TARGET HEART RATE PROGRAM (PROGRAM 16)

Program Profile

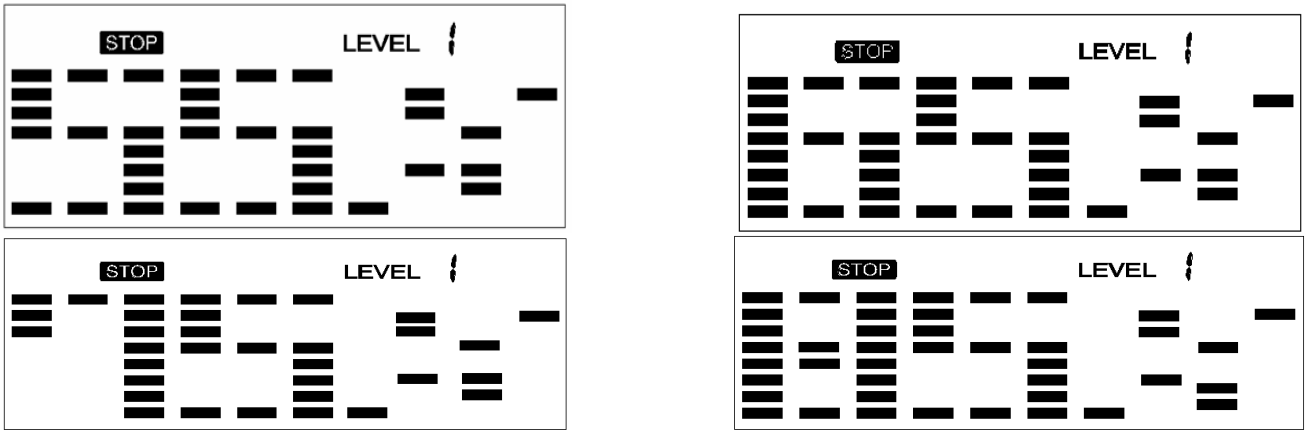


SETTING PARAMETERS FOR TARGET HEART RATE PROGRAM

1. Select **Target Heart Rate Program (PROGRAM 16)** using the UP or DOWN button, then press ENTER button.
2. TIME will flash. The value can be adjusted using the UP or DOWN button.
3. Press the ENTER button to save the value and move to the next parameter to be adjusted.
   NOTE: If you set up the target time to workout, then the next parameter of DIST (DISTANCE) cannot be adjusted.
4. Continue through all desired parameters, pressing START/STOP button to start workout.
   NOTE: If heart rate is above the set TARGET HR. (HEART RATE), the pulse value will flash to remind the user.

HEART RATE CONTROL PROGRAM (PROGRAM 17- PROGRAM 20)

Program Profile



There are 4 selections for Target Heart Rate (HR):

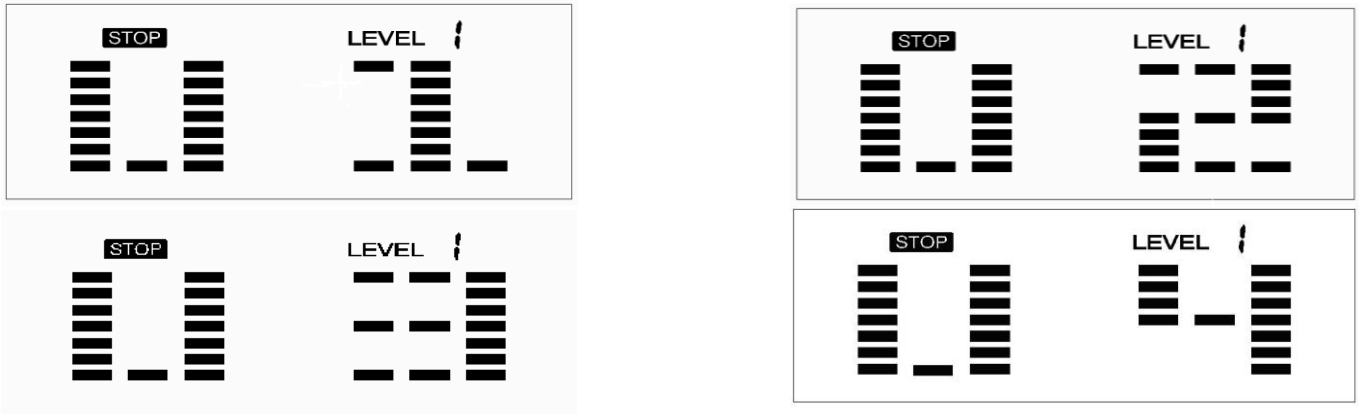
HRC - 55% TARGET HR= 55% of (220-AGE)
HRC - 65% TARGET HR= 65% of (220-AGE)
HRC - 75% TARGET HR= 75% of (220-AGE)
HRC - 85% TARGET HR= 85% of (220-AGE)

SETTING PARAMETERS FOR HEART RATE CONTROL PROGRAM

1. Select one of the **Heart Rate Control Programs** using the UP or DOWN button, then press ENTER button.
2. TIME will flash. The value can be adjusted using the UP or DOWN button.
3. Press the ENTER button to save the value and move to the next parameter to be adjusted.
   NOTE: If you set up the target time to work out, then the next parameter of DIST (DISTANCE) cannot be adjusted.
4. Continue through all desired parameters, pressing the START/STOP button to start the workout.
   NOTE: If heart rate is above or below (± 5) the TARGET HR. (HEART RATE), the meter will adjust the resistance load automatically. It will check every 20 seconds approx. 1 bar will increase or decrease (NOTE: each bar represents 2 resistance levels).
   If one of the workout parameters counts down to zero, it will beep and stop the workout automatically. Press the START/STOP button to continue the workout to reach unfinished workout parameter.

USER PROGRAM (PROGRAM 21- PROGRAM 24)

Program Profile



The 4 user programs allow the user to set their own program that can be used immediately.

SETTING PARAMETERS FOR USER PROGRAM

1. Select the **User Program** using the UP or DOWN button then press ENTER button.
2. TIME will flash so the value can be adjusted using the UP or DOWN button.

3. Press the ENTER button to save the values and move to the next parameter to be adjusted.
   NOTE: If you set up the target time to work out, then the next parameter of DIST (DISTANCE) cannot be adjusted.
4. Continue through all desired parameters.
5. After finishing the setup of the desired parameters, level 1 will flash. Use the UP or DOWN button to adjust, then press the ENTER button until finished. (There are 10 times total). Press the START/STOP button to begin the workout.
   NOTE: Once the workout parameter counts down to zero, it will beep and stop the workout automatically. Press the START/STOP button to continue the workout to reach the unfinished workout parameter.

TECHNICAL DATA
Connectivity: Bluetooth LE
Frequency Range: 2400~2483.5 Mhz
Transmitting Power: 0 dBm

APP CONNECTION:

Connect Smart Equipment to SunnyFit App:

1. Scan to download SunnyFit from the app store:
2. Ensure that the Bluetooth function is turned on from your mobile device.
3. If this is your first time using the SunnyFit app, follow the in-app instructions to register for your free SunnyFit account and log in.
4. Begin any workout activity that matches your smart equipment, then follow the onscreen prompts to search for and connect to your smart equipment.
5. When connected, your stats and records will be displayed at the end of your course/session, and recorded in your account profile!

Troubleshooting:

- If you are having trouble connecting your smart equipment, visit www.sunnyfit.com/guide or scan the QR code below:
- If you require additional support, please contact support@sunnyfit.com.

TROUBLESHOOTING

PROBLEM	POSSIBLE CAUSE	CHECK	SOLUTION
E1-1	The motor couldn't find its start point.	Check if all the cables are well plugged in or check if the pins on the cables are improperly inserted. Or check if the motor is well connected.	Plug in the cables again and power on, then press MODE and ENTER buttons at the same time to enter the correction mode to correct errors.
E1-2	The motor signal has no induction.	Check if all the cables are well plugged in or check if the pins on the cables are improperly inserted. Or check if the motor is stuck.	Plug in the cables again or change a new motor.
E1-3	The motor has exceeded the maximum resistance level.	Check if all the cables are well plugged in or check if the pins on the cables are improperly inserted.	Plug in the cables again and power on, 1 second later disconnect the cables then re-plug in the cables and power on again, wait about 6 seconds let the motor come back to its start point, then press MODE and ENTER buttons at the same time to enter the correction mode to correct errors.
E2	No EEPROM data was read.		Re-connect the meter.
	The EEPROM data reading error.		Power on the meter again to re-read the data.
E4	Hands aren't put on the two pulse sensors immediately after pressing START/STOP button.		Put the hands on the two pulse sensors immediately after pressing START/STOP button.
	Body Fat Function cannot receive the signal for pulse.	Check if the handle pulse wires are well connected.	Plug in the pulse wires again or change the pulse wires.
		Check if the pulse is working when not in Body Fat Program.	Change the meter.

NOTE: If you are unable to resolve an issue using the troubleshooting guide above, please contact Customer Service at support@sunnyhealthfitness.com.

PARTS LIST

No.	Description	Spec.	Qty.
1	Main Frame		1
2L-1	Left Pedal Support Tube		1
2R-1	Right Pedal Support Tube		1
3	Pedal Strap	T1.5x50x750	2
4	Handlebar Post		1
5L	Left Handlebar		1
5R	Right Handlebar		1
6	Cardan Joint	M10x30	2
7	Seat Rail		1
8	Seat Support		1
9	Axle		1
10	Front Stabilizer		1
11	Rear Stabilizer		1
12	Rear Handlebar		1
13	Adjustable Handle		1
14	Meter	TZ-4113P	1
14a	Meter Wire A	100 mm	1
14b	Meter Wire B	100 mm	1
15	Hex Bolt	M8x50	4
16	Carriage Bolt	M8xL45	2
17	Bolt	M6x40	4
18	Screw	M6x10	2
19L	Left Swing Bar		1
19R	Right Swing Bar		1
20	Screw	M8x16	12
21	Screw	M8x20	10
22	Screw	ST3.5x8	4
23	Screw	ST4.2x18	33
24	N/A		-
25	Screw	M5x15	4
26	Hex Screw	M8x20	2
27	Screw	M4x10	2
28	Nylon Nut	M10	2
29	Cap Nut	M8	2
30	Nylon Nut	M8	5
31	Hex Nut	M10	2
32	Spacer	D10xΦ16x6	2
33	Flat Washer	D8xΦ38x2	2
34	Flat Washer	D6xΦ12x1.2	6
35	Flat Washer	D8xΦ16x1.5	23
36	Arc Washer	Φ20xD8.5xR30	6
37	Spring Washer	D8	20
38	Eccentric Wheel	Φ25x38	1
39	Bottle Holder		1
40	Long Axle	Φ19.5x410	1

No.	Description	Spec.	Qty.
41L-1	Left Crank	151x38x20, 1/2"x20	1
41R-1	Right Crank	151x38x20, 1/2"x20	1
42	Screw	M6x16	2
43	Phillips Screw	M6x10	4
44L-1	Left Hinge Bolt	Φ16x75.7xL30.3	1
44R-1	Right Hinge Bolt	Φ16x75.7xL30.3	1
45	Spring Washer	Φ13xB2	2
46L	Left Nylon Nut	B0.5x20	1
46R	Right Nylon Nut	B0.5x20	1
47	Handle Fixed Plate	50x25x4	1
48	Seat Rail Cover		2
49L	Left Pedal		1
49R	Right Pedal		1
50	Cap	S13	2
51a-1	Protective Cover A		2
51b-1	Protective Cover B		2
52	Seat	KX4850	1
53	Backrest	QT-188D	1
54	Backrest Cover		1
55L	Left Front End Cap		1
55R	Right Front End Cap		1
56L	Left Rear End Cap		1
56R	Right Rear End Cap		1
57	Shipping Tube		2
58	Round Cap	Φ25x1.5	4
59	Square Cap 1	30x30x1.5	2
60	Square Cap 2	50x25x1.5	2
61	Foam Grip	Φ30xΦ24x550	2
62	Foam Grip	Φ30xΦ24x220	2
63	Plug	Φ12.5	2
64	Plastic Bushing	Φ16xΦ31x23	4
65	Plastic Bushing	Φ38xΦ19.5x26	6
66	Sensor Wire	200 mm	1
67	Knob	M16x1.5x22	2
68	Grip	Black	1
69	Square Bushing	100x50x2	2
70	Upper Block	38x34x36.2	1
71	Cushion	Φ22xΦ12x16	2
72	Round Bushing	Φ28.5x25.4x84	2
73	Adjustable Pad	M10x30	1
74	Flat Washer	D5xΦ10x1	2
75	Pulse Sensor		2
76	Axle Spring Washer	D12	3
77	Pulse Wire	850 mm	1
78	Pulse Extension Wire 1	2000 mm	1

No.	Description	Spec.	Qty.
79	Sensor Extension Wire 1	600 mm	1
80	Sensor Extension Wire 2	700 mm	1
81	Pulse Extension Wire 2	700 mm	1
82	Screw	M8x10	1
83	Screw	M5x10	4
84	Adaptor		1
85	Wave Washer	D20	2
86	Screw	M6x8	2
87	Hex Screw	M6x15	9
88	Hex Nut	M5	2
89	Hex Bolt	M5x60	1
90	Nylon Nut	M6	5
91	Flat Washer	D6xΦ16x1.5	3
92	Spring Washer	D6	9
93	Bolt	M6x50	1
94	Axle Spring Washer	D17	2
95	Magnet	40x25x10	4
96	Axle Screw	Φ14xΦ10xM8 x20.5	1
97	Magnetic Board Axle	Φ12x73	1
98	Wave Washer	Φ12xΦ15.5x0. 3	1
99	Tension Spring	Φ1.6xΦ15xL4 7.2	1
100	Tension Spring	Φ18xΦ3xL67. 5	1
101	Bearing	6203	2
102	Bearing	6001	4
103	Flywheel	Φ240x40	1
104	Flywheel Axle	Φ24x103	1
105	Bearing Fixed Plate	72x56x1.5	2
106	Bearing Bracket	72x56x11	2
107	Middle Axle	Φ17x218	1
108	Sensor Magnet		1

No.	Description	Spec.	Qty.
109	Square Cap 3	80x40x1.5	1
110	Oblate Cap	100x50x2	1
111L	Left Belt Cover		1
111R	Right Belt Cover		1
112	Storage Box		1
113L	Left Seat Bracket Cover		1
113R	Right Seat Bracket Cover		1
114	Tension Cable	500 mm	1
115	Belt Pulley	Φ260	1
116	Belt	405 PJ6	1
117	Idler Wheel	Φ39x24	1
118	Tube Plug	Φ25x22	2
119	Sealing Ring	Φ60	1
120	Sensor Seat		1
121	Motor		1
122	Flange Nut	M10x1.25	2
123	Crank Cap	Φ22	2
124	Crank Cover	Φ60xΦ25	2
125	Wave Washer	D17	3
126	Idler Wheel Linkage		1
127	Magnetic Board		1
128	Allen Wrench	S8	1
129	Spanner	S13,S14,S15	2
130	Open End Wrench	S17,S19	1
131	Allen Wrench	S5	1
132	Allen Wrench	S6	1
133	DC Cable	1000 mm	1
134	Screw	ST4.2x13	1
135	Screw	ST4.2x16	6

INFORMACIÓN IMPORTANTE SOBRE SEGURIDAD

Le agradecemos que haya elegido nuestro producto. Para garantizar su seguridad y su salud, utilice este equipo correctamente. Es importante que lea este manual en su totalidad antes de montar y utilizar el equipo. Sólo se puede lograr un uso seguro y eficaz si el equipo se monta, se mantiene y se utiliza correctamente. Es su responsabilidad asegurarse de que todos los usuarios del equipo estén informados de todas las advertencias y precauciones.

1. Antes de iniciar cualquier programa de ejercicios, debe consultar a su médico para determinar si tiene alguna condición médica o física que pueda poner en riesgo su salud y seguridad o impedirle utilizar el equipo adecuadamente. El consejo de su médico es esencial si está tomando medicación que afecte a su ritmo cardíaco, presión arterial o nivel de colesterol.
2. Esté atento a las señales de su cuerpo. El ejercicio incorrecto o excesivo puede perjudicar su salud. Deje de hacer ejercicio si experimenta alguno de los siguientes síntomas: dolor, opresión en el pecho, latidos cardíacos irregulares, falta de aliento, aturdimiento, mareos o sensación de náuseas. Si experimenta alguna de estas condiciones, debe consultar a su médico antes de continuar con su programa de ejercicios.
3. Mantenga a los niños y a las mascotas alejados del equipo. El equipo está diseñado para uso exclusivo de adultos.
4. Utilice el equipo sobre una superficie sólida, plana y nivelada con una cubierta protectora para el suelo o la alfombra. Para garantizar la seguridad, el equipo debe tener al menos 120 cm (4 pies) de espacio libre a su alrededor.
5. Asegúrese de que todas las tuercas y tornillos estén bien apretados antes de utilizar el equipo. 19. La seguridad del equipo sólo se puede mantener si se examina periódicamente para detectar daños y/o desgaste.
6. Utilice siempre el equipo tal y como se indica. Si encuentra algún componente defectuoso mientras monta o revisa el equipo, o si escucha algún ruido inusual procedente del equipo durante el ejercicio, interrumpa inmediatamente el uso del equipo y no lo utilice hasta que el problema haya sido subsanado.
7. Lleve ropa adecuada cuando utilice el aparato. Evite llevar ropa suelta que pueda enredarse en el equipo.
8. No introduzca los dedos ni objetos en las partes móviles del equipo.
9. La capacidad máxima de peso de esta unidad es de 135 kgs (300 lbs).
10. El equipo no es adecuado para uso terapéutico.
11. Para evitar lesiones corporales y/o daños al producto o a la propiedad, es necesario levantar y mover el equipo adecuadamente.
12. Su producto está diseñado para ser utilizado en condiciones frescas y secas. Debe evitar almacenarlo en zonas extremadamente frías, calientes o húmedas, ya que esto puede provocar corrosión y otros problemas relacionados.
13. Este equipo está diseñado únicamente para uso doméstico y en interiores; ¡no está diseñado para uso comercial!

INSTRUCCIONES IMPORTANTES DE SEGURIDAD

Lea todas las instrucciones antes de utilizar (este aparato).

Al utilizar un aparato eléctrico, deben seguirse siempre las precauciones básicas, incluidas las siguientes:

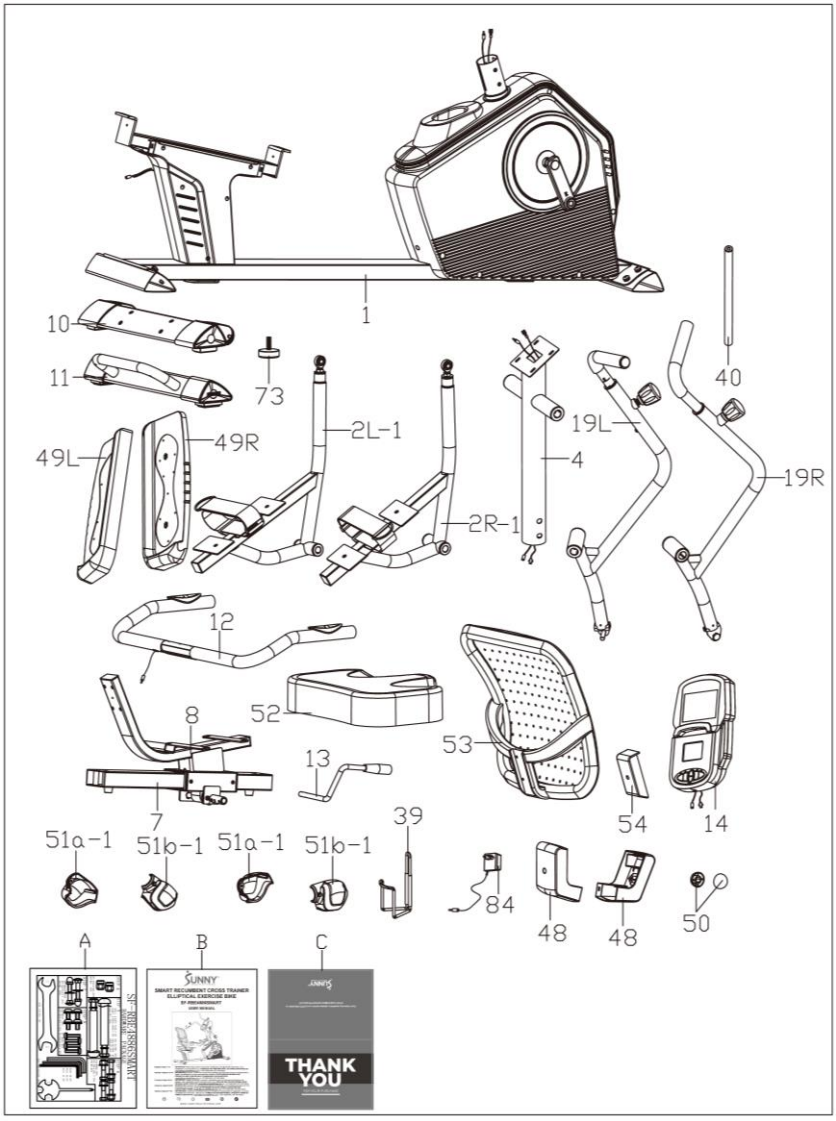
ADVERTENCIA-Para reducir el riesgo de quemaduras, incendios, descargas eléctricas o lesiones a las personas:

1. Este equipo no está diseñado para ser utilizado por personas con capacidades físicas, sensoriales o mentales reducidas, o con falta de experiencia y conocimientos, a menos que hayan recibido supervisión o instrucciones sobre el uso del equipo por parte de una persona responsable de su seguridad. Mantenga a los niños menores de 13 años alejados de esta máquina.
2. Utilice este equipo únicamente para el uso previsto, tal como se describe en este manual. No utilice accesorios no recomendados por el fabricante.
3. No utilice nunca el equipo con los orificios de ventilación obstruidos. Mantenga las aberturas de aire libres de pelusas, pelos y similares.
4. Nunca deje caer ni introduzca ningún objeto en ninguna abertura.
5. No utilice el aparato al aire libre.
6. No utilizar en lugares donde se utilicen productos en aerosol (spray) o donde se administre oxígeno.
7. No utilice nunca este equipo si tiene el cable o el enchufe dañados, si no funciona correctamente, si se ha caído o dañado, o si se ha caído al agua. Devuelva el equipo a un centro de servicio para su examen y reparación.

GUARDE ESTAS INSTRUCCIONES.

LISTA DE COMPROBACIÓN PREVIA AL MONTAJE

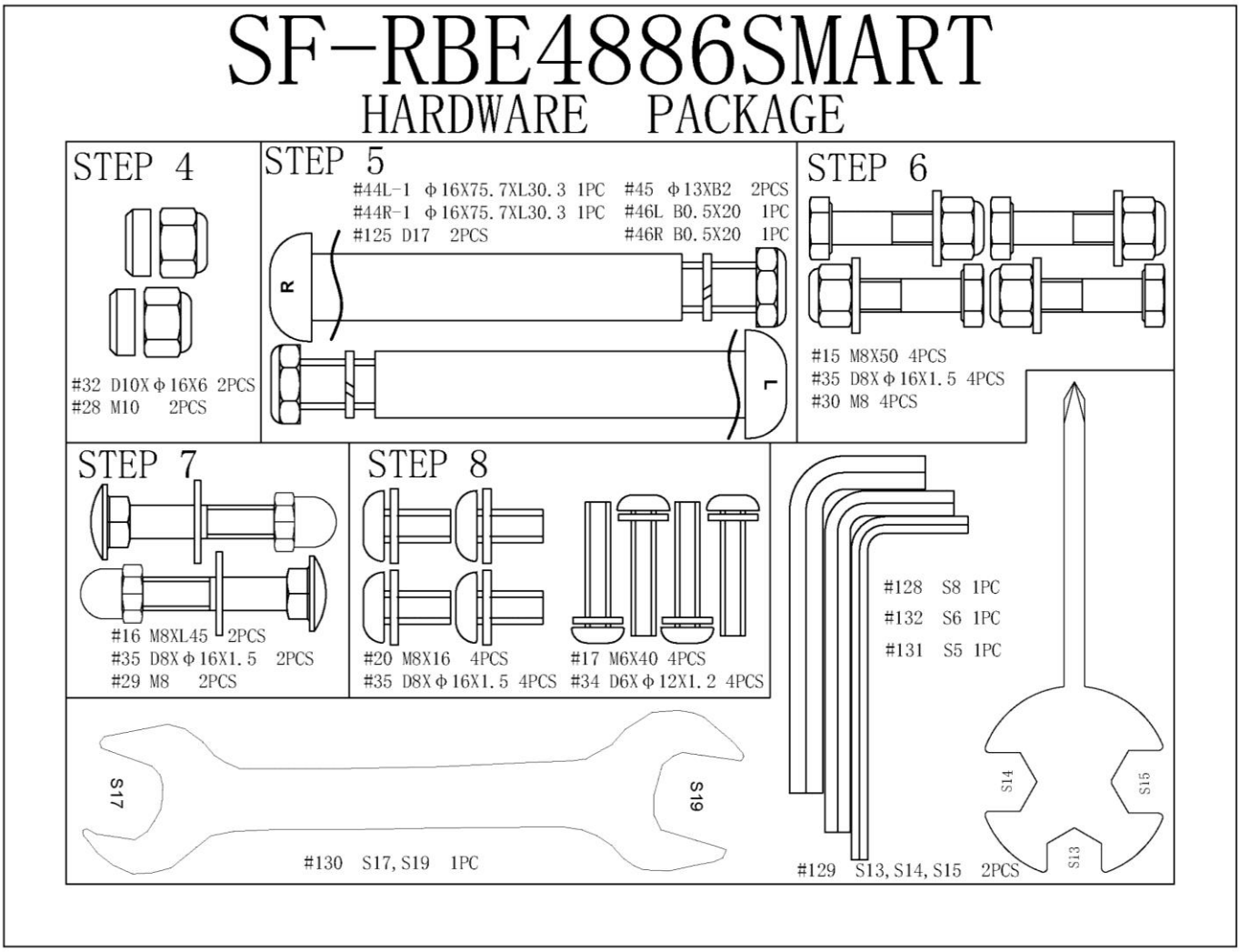
Antes de empezar a montar, asegúrese de que todas las piezas están incluidas.



n.º	Descripción	Espec.	Cant.
1	Bastidor Principal		1
2L-1	Tubo de Soporte de Los Pedales Izquierdo		1
2R-1	Tubo de Soporte de Los Pedales Derecho		1
4	Poste del Manillar		1
7	Barra del Asiento		1
8	Soporte del Asiento		1
10	Estabilizador Delantero		1
11	Estabilizador Trasero		1
12	Manubrio Trasero		1
13	Manubrio Ajustable		1
14	Contador	TZ-4113P	1
19L	Barra Oscilante Izquierdo		1
19R	Barra Oscilante Derecho		1
39	Portabotellas		1
40	Eje Largo	Φ19.5x410	1

n.º	Descripción	Espec.	Cant.
48	Funda de Riel de Asiento		2
49L	Pedal Izquierdo		1
49R	Pedal Derecho		1
50	Tapa	S13	2
51a-1	Funda Protectora A		2
51b-1	Funda Protectora B		2
52	Asiento	KX4850	1
53	Respaldo	QT-188D	1
54	Funda Respaldo		1
73	Almohadilla Ajustable	M10x30	1
84	Adaptador		1
A	Paquete de Herrajes		1
B	Manual		1
C	Tarjeta de Agradecimiento		1

PAQUETE DE HERRAJES



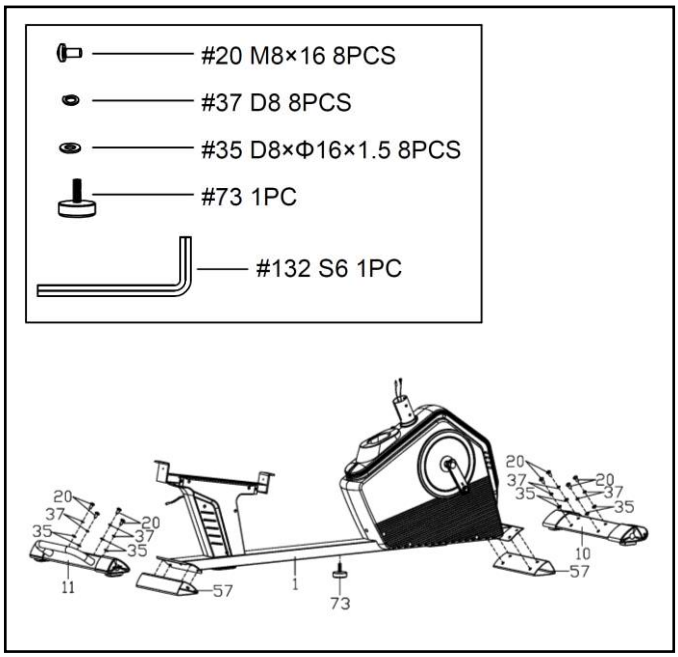
Pedido de piezas de repuesto (sólo para clientes de EE.UU. y Canadá)
Proporcione la siguiente información para que podamos identificar con precisión la(s) pieza(s) necesaria(s):

- ✓ El número de modelo (se encuentra en la portada del manual)
- ✓ Nombre del producto (en la portada del manual)
- ✓ El número de pieza que aparece en el "DIAGRAMA EXPLÍCITO" (pagina 108) y en la "LISTA DE PIEZAS" (paginas 42~43).

Póngase en contacto con nosotros en support@sunnyhealthfitness.com o en el 1-877-90SUNNY (877-907-8669).

INSTRUCCIONES DE MONTAJE

Valoramos su experiencia con los productos Sunny Health and Fitness. Para obtener ayuda con las piezas o la resolución de problemas, póngase en contacto con nosotros en support@sunnyhealthfitness.com o en el 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



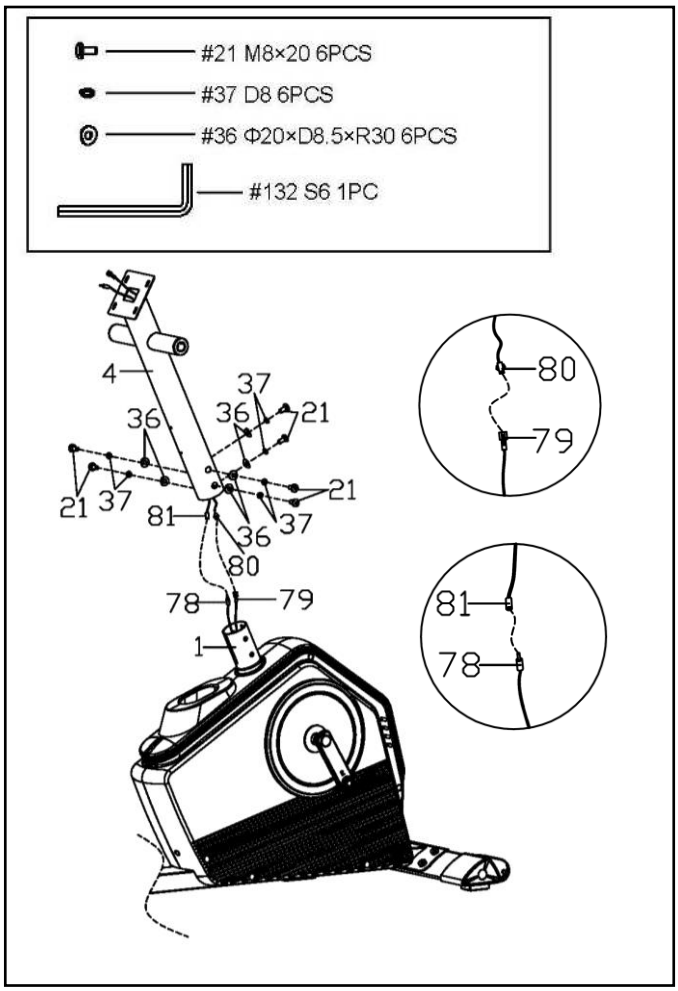
PASO 1:

Retire los 2 **Tubo de Envío (n.° 57)**, los 8 **Tornillos (n.° 20)**, las 8 **Arandelas Elásticas (n.° 37)** y las 8 **Arandelas Planas (n.° 35)** del **Bastidor Principal (n.° 1)** con la **Llave Allen (n.° 132)**.

NOTA: Puede desechar los 2 **Tubos de Envío (n.° 57)** o guardarlos para volver a embalar el artículo en el futuro.

Fije el **Estabilizador Delantero (n.° 10)** y el **Estabilizador Trasero (n.° 11)** al **Bastidor Principal (n.° 1)** con 8 **Tornillos (n.° 20),** 8 **Arandelas Elásticas (n.° 37)** y 8 **Arandelas Planas (n.° 35)** que acaba de retirar. Apriételos y fíjelos con la **Llave Allen (n.° 132).**

Fije la **Almohadilla Ajustable (n.° 73)** al **Bastidor Principal (n.° 1).**



PASO 2:

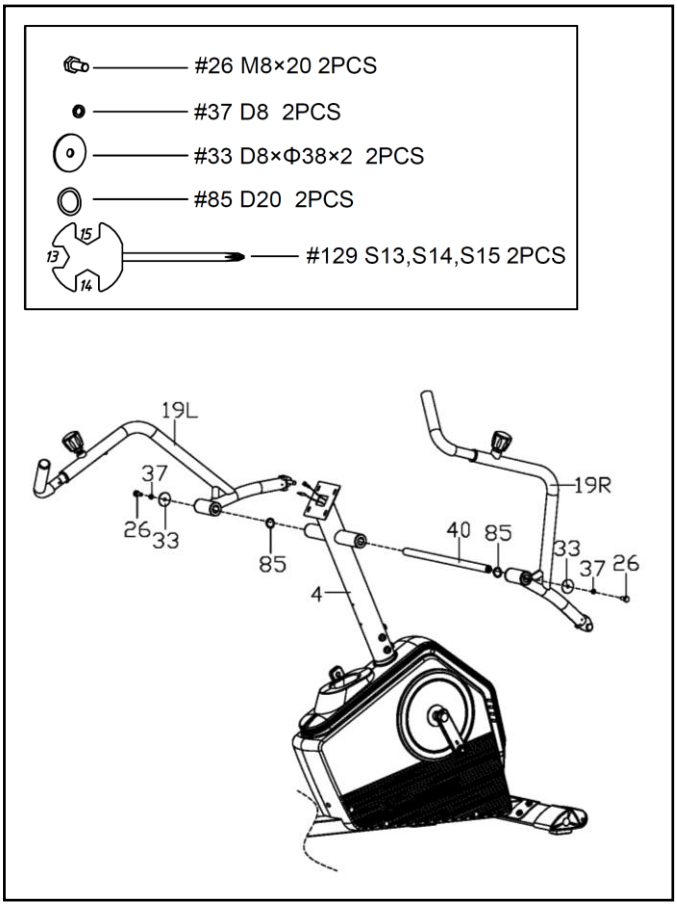
Retire 6 **Tornillos (n.° 21),** 6 **Arandelas Elásticas (n.° 37)** y 6 **Arandelas de Arco (n.° 36)** del **Bastidor Principal (n.° 1)** con la **Llave Allen (n.° 132).**

Conecte el **Cable de Extensión del Sensor 2 (n.° 80)** con el **Cable de Extensión del Sensor 1 (n.° 79)** y conecte el **Cable de Extensión del Pulso 2 (n.° 81)** con el **Cable de Extensión del Pulso 1 (n.° 78).**

Fije el **Poste del Manillar (n.° 4)** al **Bastidor Principal (n.° 1)** con 6 **Tornillos (n.° 21),** 6 **Arandelas Elásticas (n.° 37)** y 6 **Arandelas de Arco (n.° 36)** que acaba de retirar. Apriete y asegure con la **Llave Allen (n.° 132).**

NOTA: No corte ni pellizque ningún cable al fijar el **Poste del Manillar (n.° 4).**

Valoramos su experiencia con los productos Sunny Health and Fitness. Para obtener ayuda con las piezas o la resolución de problemas, póngase en contacto con nosotros en support@sunnyhealthfitness.com o en el 1-877-90SUNNY (877-907-8669).

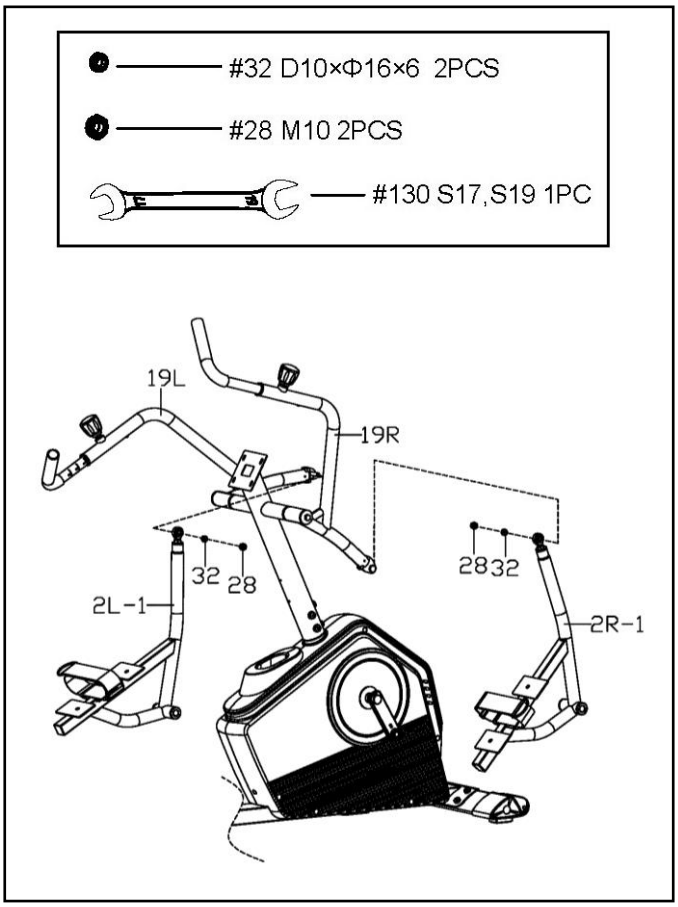


PASO 3:

Retire 2 **Tornillos Hexagonales (n.° 26),** 2 **Arandelas Elásticas (n.° 37),** 2 **Arandelas Planas (n.° 33)** y 2 **Arandelas de Ondas (n.° 85)** del **Eje Largo (n.° 40)** con 2 **Llaves (n.° 129).**
Inserte el **Eje Largo (n.° 40)** en el **Poste del Manillar (n.° 4)** y, a continuación, coloque las 2 **Arandelas de Ondas (n.° 85)** que acaba de retirar a ambos lados del **Eje Largo (n.° 40).** Fije las **Barras Oscilantes Izquierdo & Derecho (n.° 19L & n.° 19R)** a ambos lados del **Eje Largo (n.° 40)** utilizando dos **Arandelas Planas (n.° 33),** dos **Arandelas Elásticas (n.°37)** y dos **Tornillos Hexagonales (n.° 26)** que acaba de retirar. Apriete previamente con 2 **Llaves (n.° 129).**

NOTA: Si hay dificultades para insertar el **Eje Largo (n.° 40)** en el **Poste del Manillar (n.° 4)** con la mano, considere la posibilidad de utilizar un martillo para golpear suavemente el **Eje Largo (n.° 40)** en el **Poste del Manillar (n.° 4).**

NOTA: No apriete aún completamente los **Tornillos Hexagonales (n.° 26).**

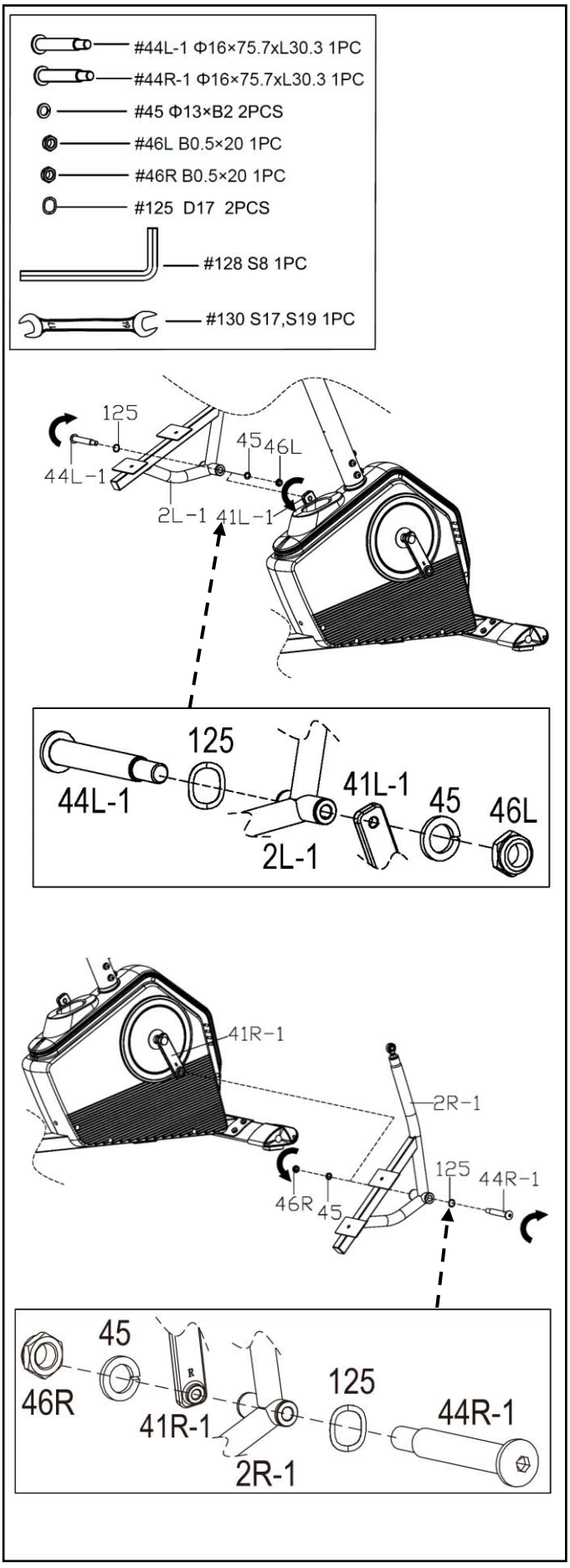


PASO 4:

Fije **Barras Oscilantes Izquierdo & Derecho (n.° 19L & n.° 19R)** a **Tubos de Soporte de Pedales Izquierdo & Derecho (n.° 2L-1 & n.° 2R-1)** con 2 **Espaciadors (n.° 32)** y 2 **Tuercas de Nylon (n.° 28)** utilizando la **Llave Fija (n.° 130).**

NOTA: No apriete aún completamente los **Tuercas de Nylon (n.° 28).**

Valoramos su experiencia con los productos Sunny Health and Fitness. Para obtener ayuda con las piezas o la resolución de problemas, póngase en contacto con nosotros en support@sunnyhealthfitness.com o en el 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



PASO 5:

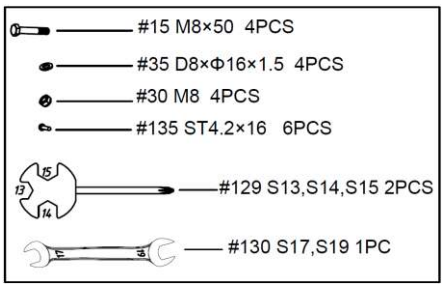
Fije el **Tubo de Soporte de Los Pedal Izquierdo (n.° 2L-1)** a la **Manivela Izquierda (n.° 41L-1)** con 1 **Tornillo Bisagra Izquierdo (n.° 44L-1)** y 1 **Arandela de Onda (n.° 125).** Gire con la mano el **Tornillo Bisagra Izquierda (n.° 44L-1)** *en sentido antihorario*. A continuación, coloque 1 **Arandela Elástica (n.° 45)** y 1 **Tuerca de Nylon Izquierda (n.° 46L)** NEGRA en el extremo del **Tornillo Bisagra Izquierda (n.° 44L-1)** y gire la **Tuerca de Nylon Izquierda (n.° 46L)** NEGRA *en sentido horario*. Ajuste y asegure con la **Llave Allen (n.° 128)** y la **Llave Fija (n.° 130).**

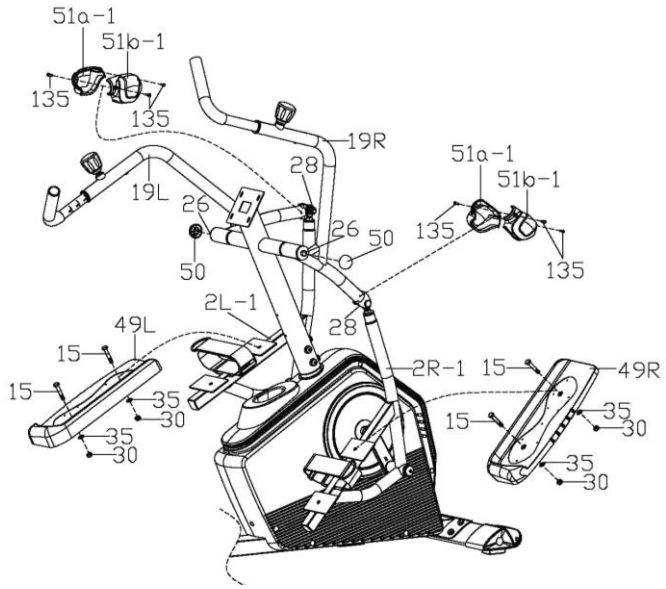
Fije el **Tubo de Soporte de Los Pedal Derecho (n.° 2R-1)** a la **Manivela Derecha (n.° 41R-1)** con 1 **Tornillo Bisagra Derecho (n.° 44R-1)** y 1 **Arandela de Onda (n.° 125).** Gire con la mano el **Tornillo Bisagra Derecha (n.° 44R-1)** *en sentido horario*. A continuación, coloque 1 **Arandela Elástica (n.° 45)** y 1 **Tuerca de Nylon Derecha (n.° 46R)** en el extremo del **Tornillo Bisagra Derecha (n.° 44R-1)** y gire la **Tuerca de Nylon Derecha (n.° 46R)** *en sentido antihorario*. Ajuste y asegure con la **Llave Allen (n.° 128)** y la **Llave Fija (n.° 130).**

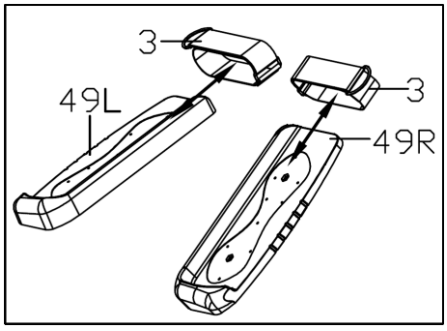
NOTA: El **Tornillo Bisagra Izquierda (n.º 44L-1)** está marcado con una L, mientras que el **Tornillo Bisagra Derecha (n.° 44R-1)** está marcado con una R.

NOTA: Asegúrese de que todos los pernos y las arandelas estén en su lugar y parcialmente enroscados antes de ajustarlos completamente.

Valoramos su experiencia con los productos Sunny Health and Fitness. Para obtener ayuda con las piezas o la resolución de problemas, póngase en contacto con nosotros en support@sunnyhealthfitness.com o en el 1-877-90SUNNY (877-907-8669).







PASO 6:

En primer lugar, apriete 2 **Tornillos Hexagonales (n.° 26)** del PASO 3 con 2 **Llaves (n.° 129).** A continuación, cubra con 2 **Tapas (n.° 50).**

En segundo lugar, fije 2 **Tuercas de Nylon (n.° 28)** del PASO 4 con la la **Llave Fija (n.° 130).**

NOTA: Asegúrese de que todos los pernos y las arandelas estén en su lugar y parcialmente enroscados antes de ajustarlos completamente.

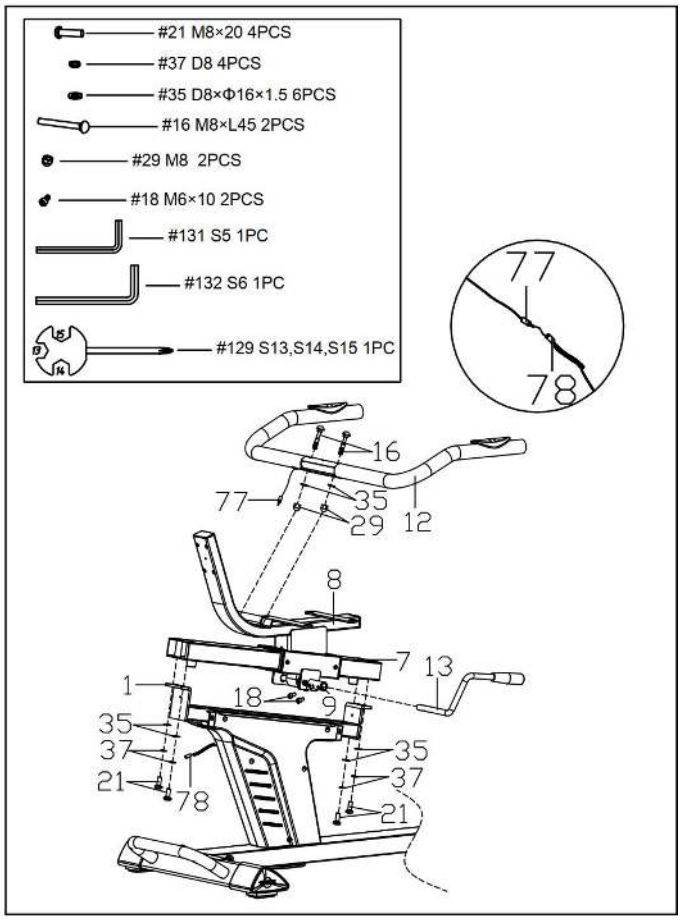
Retire los 4 **Tornillos (n.° 135)** de las **Barras Oscilantes Izquierdo & Derecho (n.° 19L & n.° 19R)** y retire los 2 **Tornillos (n.° 135)** de los 2 **Fundas Protectoras A (n.° 51a-1)** y 2 **Fundas Protectoras B (n.° 51b-1)** con la **Llave (n.° 129).**

Fije los 2 **Fundas Protectoras A (n.° 51a-1)** y 2 **Fundas Protectoras B (n.° 51b-1)** a las 2 uniones de las **Barras Oscilantes Izquierdo & Derecho (n.° 19L & n.° 19R)** y los **Tubos de Soporte de Los Pedales Izquierdo & Derecho (n.° 2L-1 & n.° 2R-1)** con 6 **Tornillos (n.° 135)** que acaba de retirar utilizando la **Llave (n.° 129).**

Inserte **Pedales Izquierdo & Derecho (n.° 49L & n.° 49R)** a través de los 2 **Correas del Pedal (n.° 3),** fije los **Pedales Izquierdo & Derecho (n.° 49L & n.° 49R)** a los **Tubos de Soporte de Los Pedales Izquierdo & Derecho (n.° 2L-1 & n.° 2R-1)** con 4 **Pernos Hexagonales (n.° 15)**, 4 **Arandelas Planas (n.° 35)** y 4 **Tuercas de Nylon (n.° 30)** utilizando la **Llave (n.° 129).**

NOTA: El **Pedal Izquierdo (n.° 49L)** está marcado como L, mientras que el **Pedal Derecho (n.° 49R)** está marcado como R.

Valoramos su experiencia con los productos Sunny Health and Fitness. Para obtener ayuda con las piezas o la resolución de problemas, póngase en contacto con nosotros en support@sunnyhealthfitness.com o en el 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



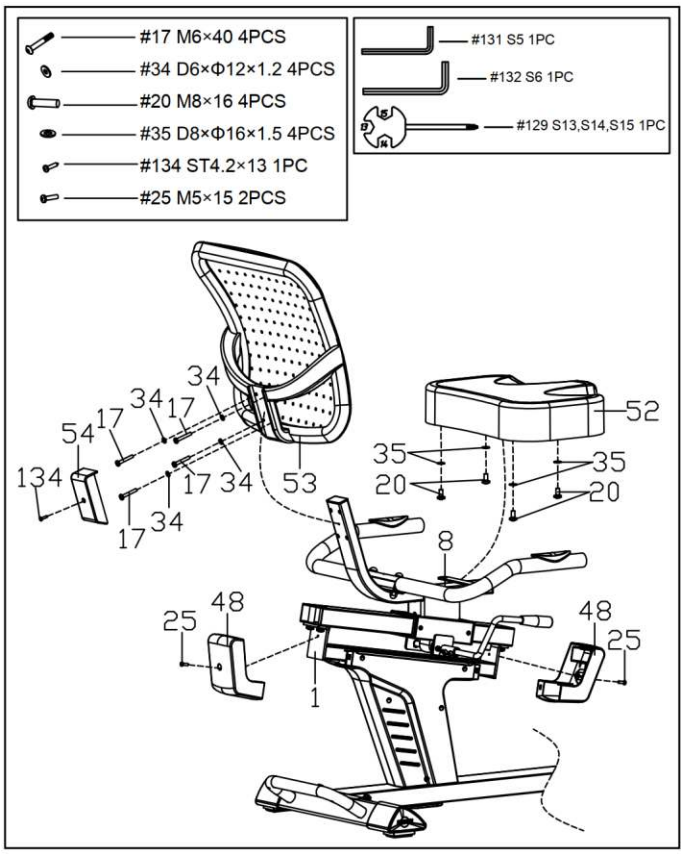
PASO 7:

Retire 4 **Tornillos (n.° 21),** 4 **Arandelas Elásticas (n.° 37)** y 4 **Arandelas Planas (n.° 35)** del **Barra del Asiento (n.° 7)** con la **Llave Allen (n.° 132).** A continuación, fije el **Barra del Asiento (n.° 7)** al **Bastidor Principal (n.° 1)** con 4 **Tornillos (n.° 21),** 4 **Arandelas Elásticas (n.° 37)** y 4 **Arandelas Planas (n.° 35)** que acaba de retirar con la **Llave Allen (n.° 132).**

Retire los 2 **Tornillos (n.° 18)** del **Manubrio Ajustable (n.° 13)** con la **Llave Allen (n.° 131).** A continuación, fije el **Manubrio Ajustable (n.° 13)** al **Eje (n.° 9)** con los 2 **Tornillos (n.° 18)** que acaba de retirar utilizando la **Llave Allen (n.° 131).**

Fije el **Manubrio Trasero (n.° 12)** al **Soporte del Asiento (n.° 8)** con 2 **Pernos Carro (n.° 16)**, 2 **Arandelas Planas (n.° 35)** y 2 **Tuercas Tapas (n.° 29)** utilizando la **Llave (n.° 129).**

Conecte el **Cable de Pulso (n.° 77)** con el **Cable de Extensión de Pulso 1 (n.° 78).**



PASO 8:

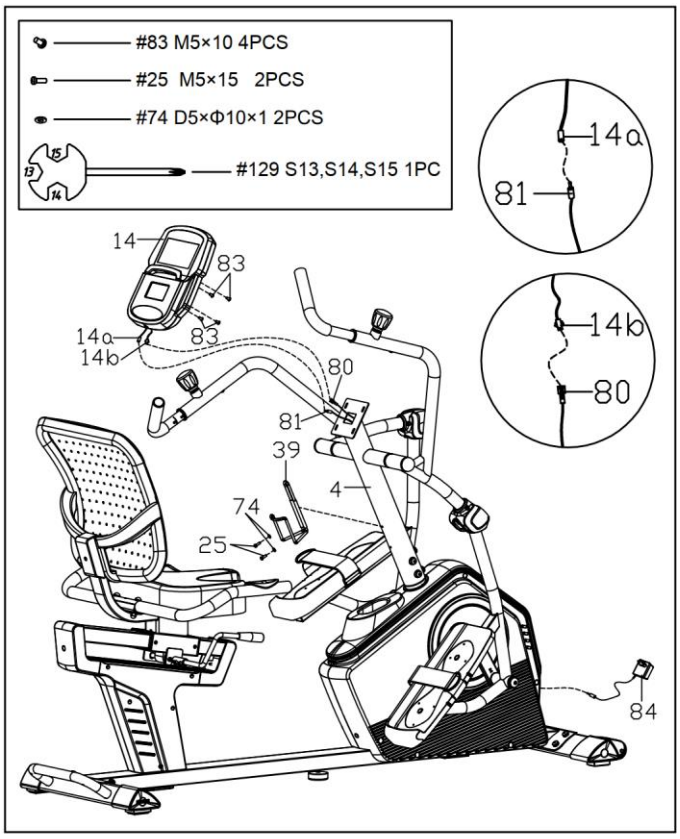
Retire los 2 **Tornillos (n.° 25)** del **Bastidor Principal (n.° 1)** con la **Llave (n.° 129).** A continuación, fije las dos 2 **Fundas de Riel de Asiento (n.° 48)** al **Bastidor Principal (n.° 1)** con los dos 2 **Tornillos (n.° 25)** que acaba de retirar, utilizando la **Llave (n.° 129).**

Fije el **Asiento (n.° 52)** al **Soporte del Asiento (n.° 8)** con 4 **Tornillos (n.° 20)** y 4 **Arandelas Planas (n.° 35)** usando la **Llave Allen (n.° 132).**

Fije el **Respaldo (n.° 53)** al **Soporte del Asiento (n.° 8)** con 4 **Pernos (n.° 17)** y 4 **Arandelas Planas (n.° 34).** Apriételos y fíjelos con la **Llave Allen (n.° 131).**

Retire los **Tornillo (n.° 134)** del **Soporte del Asiento (n.° 8)** con la **Llave (n.° 129).** A continuación, fije las dos **Funda Respaldo (n.° 54)** al **Soporte del Asiento (n.° 8)** con los dos **Tornillo (n.° 134)** que acaba de retirar, utilizando la **Llave (n.° 129).**

Valoramos su experiencia con los productos Sunny Health and Fitness. Para obtener ayuda con las piezas o la resolución de problemas, póngase en contacto con nosotros en support@sunnyhealthfitness.com o en el 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



PASO 9:

Retire los 4 **Tornillos (n.° 83)** del **Medidor (n.° 14)** con la **Llave (n.° 129).**

Conecte el **Cable de Extensión de Pulso 2 (n.° 81)** con el **Cable del Medidor A (n.° 14a)** y conecte el **Cable de Extensión del Sensor 2 (n.° 80)** con el **Cable del Medidor B (n.° 14b).** Inserte todos los cables en el tubo del **Poste del Manillar (n.° 4).** A continuación, fije el **Medidor (n.° 14)** al soporte del **Poste del Manillar (n.° 4)** con los 4 **Tornillos (n.° 83)** que acaba de retirar. Apriételos y fíjelos con la **Llave (n.° 129).**

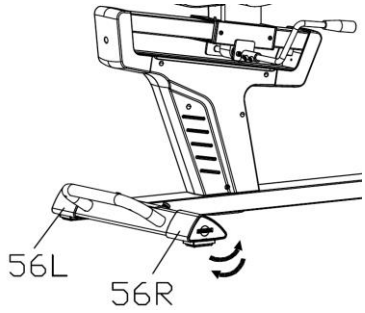
NOTA: No corte ni pellizque ningún cable al fijar el **Medidor (n.° 14).**

Retire 2 **Tornillos (n.° 25)** y 2 **Arandelas Planas (n.° 74)** del **Poste del Manillar (n.° 4)** con la **Llave (n.° 129).** A continuación, fije el **Portabotellas (n.° 39)** al **Poste del Manillar (n.° 4)** con los dos 2 **Tornillos (n.° 25)** y las dos 2 **Arandelas Planas (n.° 74)** que acaba de retirar. Apriételos y fíjelos con la **Llave (n.° 129).**

Inserte la clavija del **Adaptador (n.° 84)** en la entrada del adaptador de la parte delantera del **Bastidor Principal (n.° 1)** y, a continuación, enchufe el **Adaptador (n.° 84)** a una toma de corriente.

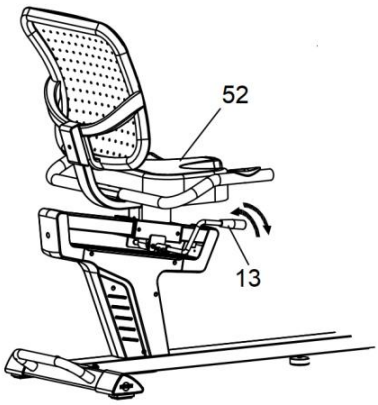
El montaje ha finalizado.

GUÍA DE AJUSTE



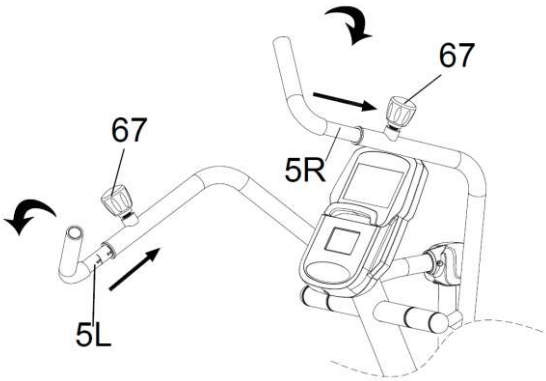
AJUSTE DEL NIVEL

Si la bicicleta reclinada no está nivelada, gire los diales de las **Tapas Traseras Izquierdo & Derecho (n.° 56L & n.° 56R)** para ajustarlas. Gire *en sentido antihorario* para subir y *en sentido horario* para bajar.



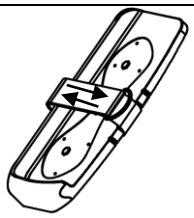
AJUSTE DEL ASIENTO

Para mover el **Asiento (n.° 52)** hacia adelante o hacia atrás, mientras está sentado en la bicicleta reclinada, apoye los pies en el piso. Mueva la **Manubrio Ajustable (n.° 13)** hacia abajo para aflojarla. Ajuste el **Asiento (n.° 52)** en la posición deseada y, a continuación, mueva la **Manubrio Ajustable (n.° 13)** hacia arriba para fijarlo.



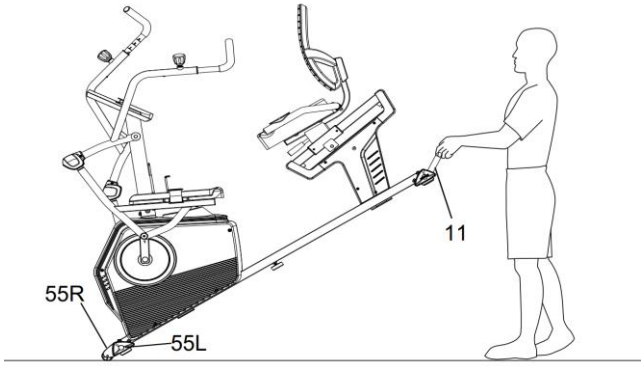
AJUSTE DEL MANILLAR

Para ajustar el **Manubrios Izquierdo & Derecho (n.° 5L & n.° 5R)** en diferentes direcciones y longitudes, afloje y jale las **Pomos (n.° 67)** hacia afuera, luego deslice el **Manubrios Izquierdo & Derecho (n.° 5L & n.° 5R)** a la dirección o posición de longitud deseada. Una vez colocados, vuelva a insertar y apretar los **Pomos (n.° 67)** para fijar los **Manubrios Izquierdo & Derecho (n.° 5L & n.° 5R)** en su sitio.



AJUSTE DE LA CORREA DEL PEDAL

La correa del pedal es ajustable y se puedepersonalizar para adaptarse al tamaño del pie delusuario.



TRASLADO DE LA BICICLETA RECLINADA

Hay ruedas de transporte ubicadas en las **Tapas Delantera Izquierdo & Derecho (n.° 55L & n.° 55R)**. Sujete el manillar del **Estabilizador Trasero (n.° 11)** y tire hacia delante para levantar la parte trasera de la bicicleta reclinada del suelo. Ahora puede mover la bicicleta reclinada.

INFORMACIÓN IMPORTANTE DE LA BICICLETA RECLINADA

ADVERTENCIA: Esta bicicleta reclinada requiere una fuente de alimentación de **1 amperio (100-240 V)** para funcionar correctamente. Por su seguridad, así como por la de los demás, compruebe que la fuente de alimentación es correcta antes de enchufar el equipo. Cualquier fuente de alimentación por encima o por debajo de este nivel podría causar daños significativos al equipo y/o al usuario.

INSTRUCCIONES DE USO



Enchufe el adaptador en la bicicleta reclinada y en la toma de corriente.
El medidor se encenderá.
El medidor se apagará si no hay actividad durante 4 minutos cuando el Bluetooth no está conectado. Pulse cualquier botón del medidor para volver a encenderlo.
NOTA: Puede seguir utilizando la bicicleta reclinada cuando no esté enchufada.
Sin embargo, el medidor no funcionará y no podrá ajustar el nivel de resistencia ni utilizar ninguna de las funciones.

MEDIDOR DE EJERCICIO

FUNCIONES CLAVE:

BOTÓN	FUNCIÓN
START/STOP (INICIAR/PARAR)	Iniciar y pausar entrenamientos. Iniciar la medición de la grasa corporal.
DOWN (ABAJO)	Disminuir el nivel de resistencia durante el entrenamiento. Disminuir el valor del parámetro seleccionado.
UP (ARRIBA)	Aumentar el nivel de resistencia durante el entrenamiento. Aumentar el valor del parámetro seleccionado.
ENTER (INTRO)	Introducir el valor o el modo.
RECOVERY (RECUPERACIÓN)	Acceda a la función Recuperación cuando el medidor muestre el valor de la frecuencia cardíaca. Recuperación muestra F1-F6. F1 es una frecuencia cardíaca de recuperación excelente. F6 es una frecuencia cardíaca de recuperación deficient.
MODE (MODO)	Durante el entrenamiento, cambie de RPM a SPEED (VELOCIDAD), de ODO (ODÓMETRO) a DIST (DISTANCIA) y de WATT (VATIOS) a CAL (CALORÍAS). Mantenga pulsado durante 3 segundos para poner a cero todos los valores de las funciones, excepto ODO (ODÓMETRO).

SELECCIÓN DE ENTRENAMIENTO:

Después de encender el medidor enchufando el adaptador o, si ya está enchufado, pulsando cualquier botón del medidor, utilice los botones UP (ARRIBA) o DOWN (ABAJO) para realizar una selección. A continuación, pulse el botón ENTER (INTRO) para seleccionar el modo deseado.
Hay 7 modos básicos de entrenamiento:
Programa Manual, Programas Preestablecidos, Programa de Control de Vatios, Programa de Grasa Corporal, Programa de Frecuencia Cardiaca Objetivo, Programas de Control de Frecuencia Cardiaca y Programas de Usuario.

FUNCTIONS: FUNCIONES:

SPEED (VELOCIDAD): Muestra la velocidad de entrenamiento actual. La velocidad máxima es de 99,9 MPH.

RPM: Muestra la rotación actual por minuto.
TIME(TIEMPO): Acumula el tiempo de entrenamiento de 0:00 a 99:59. Los usuarios pueden preestablecer el tiempo objetivo que deseen.
DIST (DISTANCIA): Acumula la distancia de entrenamiento de 0.00 a 999.9 Millas. Los usuarios pueden predefinir la distancia objetivo que desean alcanzar.
ODO (ODÓMETRO): Muestra la distancia total acumulada de 0.00 a 9999 Millas.
CAL (CALORÍAS): Acumula las calorías quemadas de 0.00 a 9999. Los usuarios pueden preestablecer el objetivo de calorías que desean quemar.
WATT (VATIOS): Muestra los vatios actuales.
HEART RATE (FRECUENCIA CARDIACA): Muestra la frecuencia cardiaca actual en pulsaciones por minuto.
TARGET HR. (FRECUENCIA CARDIACA OBJETIVO): Los usuarios pueden predefinir su Frecuencia Cardíaca Objetivo.
PROGRAM (PROGRAMA): Hay 24 programas diferentes para elegir para el entrenamiento.
LEVEL (NIVEL): El programa tiene 10 columnas de barras y 8 barras en cada columna. Cada columna representa un entrenamiento de 1 minuto y cada barra representa 2 niveles de resistencia.

PARÁMETROS DE ENTRENAMIENTO:

TIME(TIEMPO) / DIST (DISTANCIA) / CAL (CALORÍAS) / AGE (EDAD) / WATT (VATIOS) / TARGET HR. (FRECUENCIA CARDIACA OBJETIVO)

AJUSTE DE LOS PARÁMETROS DEL ENTRENAMIENTO

Después de seleccionar el modo de entrenamiento deseado: Programa Manual, Programas Preestablecidos, Programa de Control de Vatios, Programa de Grasa Corporal, Programa de Frecuencia Cardiaca Objetivo, Programas de Control de Frecuencia Cardiaca y Programas de Usuario. Puede preajustar varios parámetros de entrenamiento para obtener los resultados deseados.

NOTA: Algunos parámetros no son ajustables en determinados programas. El TIME(TIEMPO) y la DIST (DISTANCIA) no pueden configurarse al mismo tiempo.

Una vez seleccionado un programa, pulse el botón ENTER (INTRO) y TIME (TIEMPO) parpadeará.
Con los botones UP (ARRIBA) o DOWN (ABAJO) puede seleccionar el valor de tiempo deseado. Pulse el botón ENTER (INTRO) para introducir los valores. El indicador parpadeante pasará al siguiente parámetro. Continúe utilizando los botones UP (ARRIBA) o DOWN (ABAJO). Pulse el botón START/STOP (INICIAR/PARAR) para comenzar el entrenamiento.

Más Información Sobre la Configuración de los Parámetros de Entrenamiento

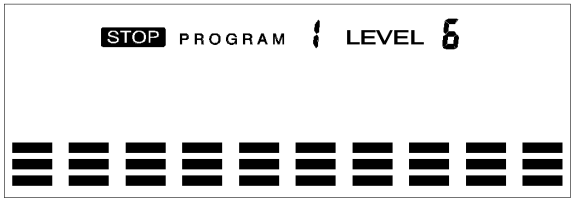
Campo	Rango de Ajuste	Valor por Defecto	Incremento/ Disminución	Descripción
TIME (TIEMPO)	0:00~99:00	0:00	±1:00	1. Cuando la pantalla está ajustada como 0:00, el TIME (TIEMPO) contará hacia arriba. 2. Cuando el TIME (TIEMPO) está ajustado como 1:00-99:00, la cuenta atrás llegará a 0.00.
DIST (DISTANCIA)	0.00~999.0	0.00	±1.00	1. Cuando la pantalla se configura como 0.00, DIST (DISTANCIA) contará hacia arriba. 2. Cuando DIST (DISTANCIA) está ajustada como 1.00~999.0, la cuenta atrás llegará a 0.00.

CAL (CALORÍAS)	0.00~9995	0.00	±5.00	1. Cuando la pantalla está en 0.00, la cuenta de CAL (CALORÍAS) aumenta. 2. Si CAL (CALORÍAS) está configurado como 5.00~9995, la cuenta atrás será 0.00.
WATT (VATIOS)	50~250	100	±5	El usuario sólo puede ajustar el valor de vatios en el programa de control de vatios.
AGE (EDAD)	10~99	30	±1	La TARGET HR. (FRECUENCIA CARDIACA OBJETIVO) se basará en la edad. Cuando la Frecuencia Cardíaca supere la TARGET HR. (FRECUENCIA CARDIACA OBJETIVO), el número de Frecuencia
TARGET HR. (FRECUENCIA CARDIACA OBJETIVO)	60~220	60	±1	Parámetros de ajuste de la Frecuencia Cardíaca Objetivo.

FUNCIONAMIENTO DEL PROGRAMA:

PROGRAMA MANUAL (PROGRAM 1)

Perfil del Programa

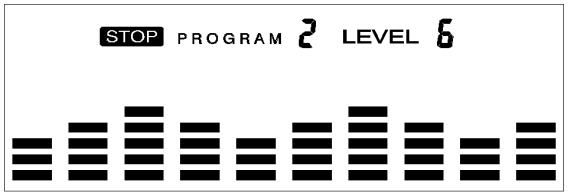


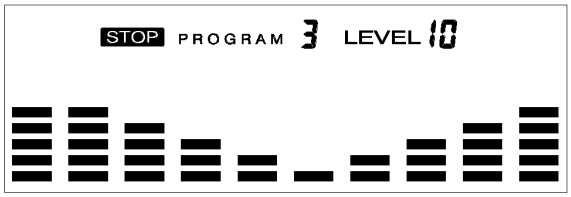
PARÁMETROS DE AJUSTE PARA EL PROGRAMA MANUAL

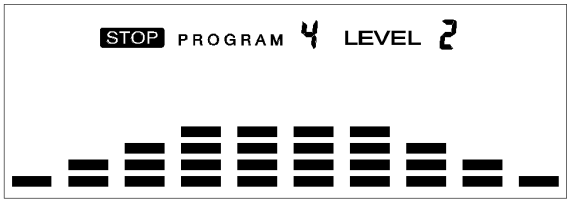
1. Seleccione **Programa Manual (PROGRAM 1)** con los botones UP (ARRIBA) o DOWN (ABAJO) y, a continuación, pulse el botón ENTER (INTRO).
2. TIME (TIEMPO) parpadeará para poder ajustar el valor con los botones UP (ARRIBA) o DOWN (ABAJO).
3. Pulse el botón ENTER (INTRO) para guardar el valor y pasar al siguiente parámetro a ajustar. **NOTA: Si configura el tiempo objetivo para el entrenamiento, el siguiente parámetro de DIST (DISTANCIA) no podrá ajustarse.**
4. Continúe con todos los parámetros deseados y pulse el botón START/STOP (INICIAR/PARAR) para comenzar el entrenamiento. **NOTA: Una vez que la cuenta atrás del parámetro de entrenamiento llegue a cero, sonará un pitido y se detendrá el entrenamiento automáticamente. Pulse el botón START/STOP (INICIAR/PARAR) para continuar el entrenamiento hasta alcanzar el parámetro de entrenamiento no finalizado.**

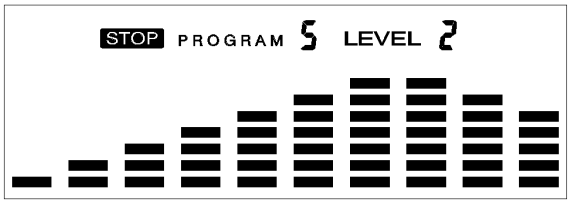
PROGRAMAS PREESTABLECIDOS (PROGRAM 2~ PROGRAM 13)

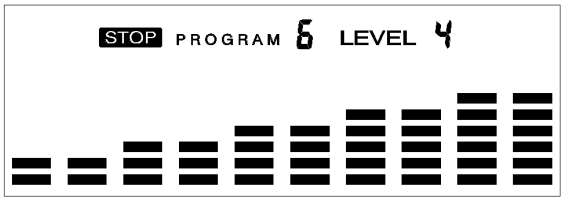
Perfil del Programa

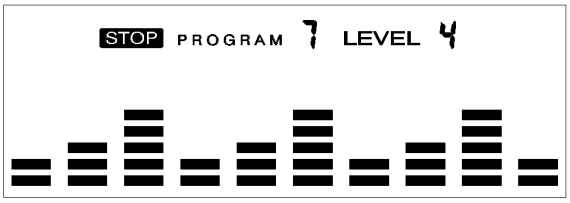


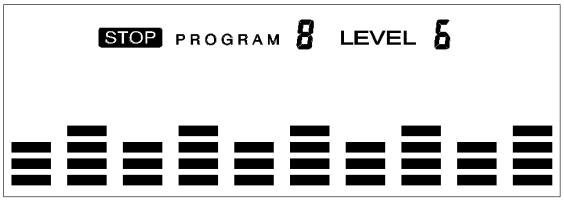


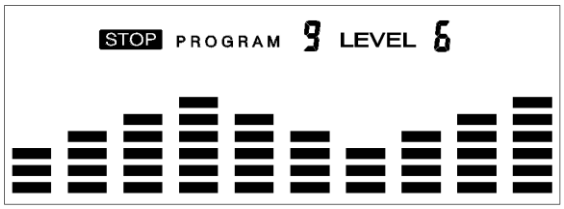


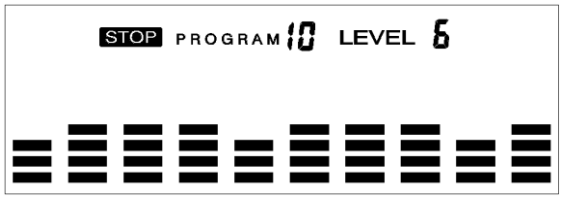


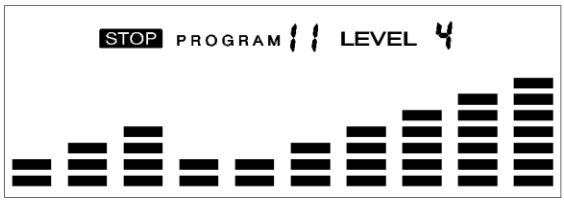


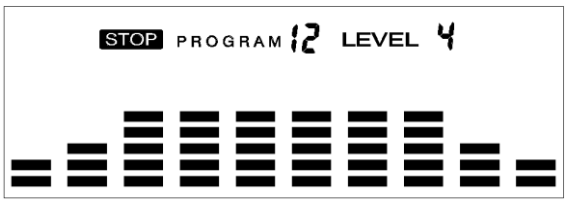


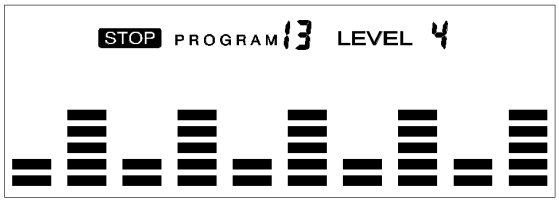












Hay 12 programas preestablecidos listos para usar. Todos los perfiles de programa tienen 16 niveles de resistencia.

PARÁMETROS DE AJUSTE DE LOS PROGRAMAS PREESTABLECIDOS.

1. Seleccione uno de los **Programas Preestablecidos** utilizando las teclas UP (ARRIBA) o DOWN (ABAJO) y, a continuación, pulse el botón ENTER (INTRO). TIME (TIEMPO) parpadeará para poder ajustar el valor con la tecla UP (ARRIBA) o DOWN (ABAJO).
2. Pulse el botón ENTER (INTRO) para guardar el valor y pasar al siguiente parámetro a ajustar. Continúe a través de todos los parámetros deseados, pulsando el botón START/STOP (INICIAR/PARAR) para comenzar el entrenamiento.

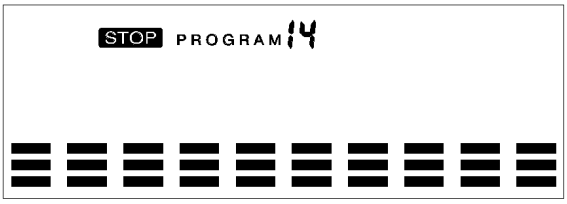
ENTRENAMIENTO EN CUALQUIER PROGRAMA PREESTABLECIDO

Puede ajustar el nivel de resistencia pulsando el botón UP (ARRIBA) o DOWN (ABAJO) durante el entrenamiento.

NOTA: Si usted configura el tiempo objetivo para el entrenamiento, entonces el siguiente parámetro de DIST (DISTANCIA) no puede ser ajustado. Una vez que el parámetro de entrenamiento llegue a cero, sonará un pitido y el entrenamiento se detendrá automáticamente. Pulse el botón START/STOP (INICIAR/PARAR) para continuar con el parámetro no finalizado.

PROGRAMA DE CONTROL DE VATIOS (PROGRAM 14)

Perfil del Programa



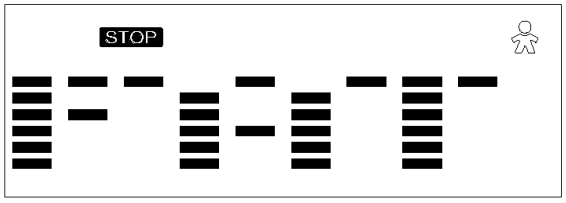
PARAMETRIZACIÓN DEL PROGRAMA DE CONTROL DE VATIOS

1. Seleccione **Programa de Control de Vatios (PROGRAM 14)** con los botones UP (ARRIBA) o DOWN (ABAJO) y, a continuación, pulse el botón ENTER (INTRO).

2. TIME (TIEMPO) parpadeará para que el valor pueda ajustarse utilizando los botones UP (ARRIBA) o DOWN (ABAJO).
3. Pulse el botón ENTER (INTRO) para guardar el valor y pasar al siguiente parámetro a ajustar.
   NOTA: Si configura el tiempo objetivo para el entrenamiento, el siguiente parámetro de DIST (DISTANCIA) no se puede ajustar.
4. Continúe con todos los parámetros deseados, pulsando el botón START/STOP (INICIAR/PARAR) para iniciar el entrenamiento.
   NOTA: Una vez que la cuenta atrás de los parámetros de entrenamiento llegue a cero, emitirá un pitido y detendrá el entrenamiento automáticamente.
5. Pulse el botón START/STOP (INICIAR/PARAR) para continuar el entrenamiento hasta alcanzar el parámetro de entrenamiento no finalizado.
   El medidor ajustará la carga de resistencia automáticamente dependiendo de la velocidad para mantener el valor de vatios constante. Puede utilizar los botones UP (ARRIBA) o DOWN (ABAJO) para ajustar el valor en vatios durante el entrenamiento.

PROGRAMA DE GRASA CORPORAL (PROGRAM 15)

Perfil del Programa



AJUSTE DE LOS DATOS PARA LA GRASA CORPORAL

Seleccione el **Programa de Grasa Corporal (PROGRAM 15)** con los botones UP (ARRIBA) o DOWN (ABAJO) y, a continuación, pulse el botón ENTER (INTRO). "MASCULINO" parpadeará para que pueda ajustarse el género utilizando los botones UP (ARRIBA) o DOWN (ABAJO). Pulse el botón ENTER (INTRO) para guardar el género y pasar al siguiente dato.

"5'8 (pulgadas)" de Altura parpadeará para que pueda ajustarse la Altura con los botones UP (ARRIBA) o DOWN (ABAJO). Pulse ENTER (INTRO) para guardar el valor y pasar al siguiente dato.

"154 (lbs)" de Peso parpadeará para que pueda ajustar el Peso con los botones UP (ARRIBA) o DOWN (ABAJO). Pulse ENTER (INTRO) para guardar el valor y pasar al dato siguiente.

"30" de Edad parpadeará para que pueda ajustarse la Edad con los botones UP (ARRIBA) o DOWN (ABAJO). Pulse ENTER (INTRO) para guardar el valor.

Pulse el botón START/STOP (INICIAR/PARAR) para iniciar la medición. Por favor, recuerde también agarrar los sensores de pulso de la mano. Después de 15 segundos, la pantalla mostrará el % de grasa corporal, BMR, IMC y TIPO DE CUERPO.

Tipos de Cuerpo:

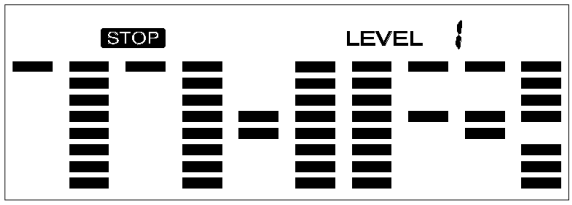
Existen 9 tipos de cuerpo divididos según el % de GRASA calculado.

Tipo de Cuerpo	GRASA %	Tipo de Cuerpo	GRASA %	Tipo de Cuerpo	GRASA %
Tipo 1	5% - 9%	Tipo 4	20% - 24%	Tipo 7	35% - 39%
Tipo 2	10% - 14%	Tipo 5	25% - 29%	Tipo 8	40% - 44%
Tipo 3	15% - 19%	Tipo 6	30% - 34%	Tipo 9	45% - 50%

BMR: Ratio de Metabolismo Basal
IMC: Índice de Masa Corporal
Pulse el botón START/STOP (INICIAR/PARAR) para volver a la pantalla principal.

PROGRAMA DE FRECUENCIA CARDIACA OBJETIVO (PROGRAM 16)

Perfil del Programa

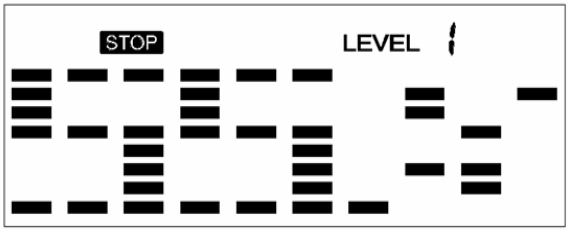


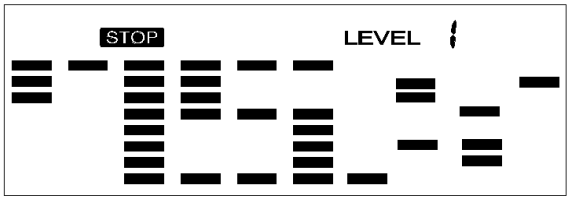
CONFIGURACIÓN DE LOS PARÁMETROS DEL PROGRAMA DE FRECUENCIA CARDIACA OBJETIVO

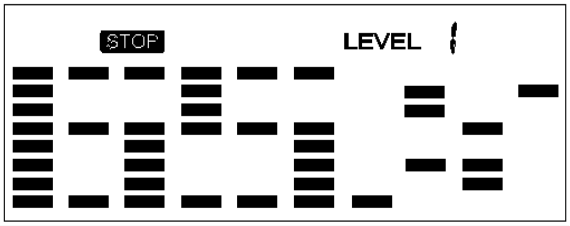
1. Seleccione **Programa de Frecuencia Cardiaca Objetivo (PROGRAM 16)** con los botones UP (ARRIBA) o DOWN (ABAJO) y, a continuación, pulse el botón ENTER (INTRO).
2. TIME (TIEMPO) parpadeará. El valor puede ajustarse utilizando los botones UP (ARRIBA) o DOWN (ABAJO).
3. Pulse el botón ENTER (INTRO) para guardar el valor y pasar al siguiente parámetro a ajustar. **NOTA: Si ajusta el tiempo objetivo de entrenamiento, el siguiente parámetro de DIST (DISTANCIA) no se podrá ajustar.**
4. Continúe con todos los parámetros deseados, pulsando el botón START/STOP (INICIAR/PARAR) para iniciar el entrenamiento. **NOTA: Si la frecuencia cardíaca está por encima de la TARGET HR. (FRECUENCIA CARDIACA OBJETIVO) establecida, el valor de Pulso parpadeará para recordárselo al usuario.**

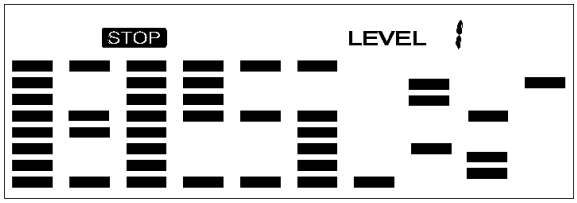
PROGRAMA DE CONTROL DE FRECUENCIA CARDIACA (PROGRAM 17- PROGRAM 20)

Perfil del Programa









Hay 4 selecciones para el Pulso Objetivo (HR):

HRC - 55% FC OBJETIVO= 55% of (220- EDAD)
HRC - 65% FC OBJETIVO= 65% of (220- EDAD)
HRC - 75% FC OBJETIVO= 75% of (220- EDAD)
HRC - 85% FC OBJETIVO= 85% of (220- EDAD)

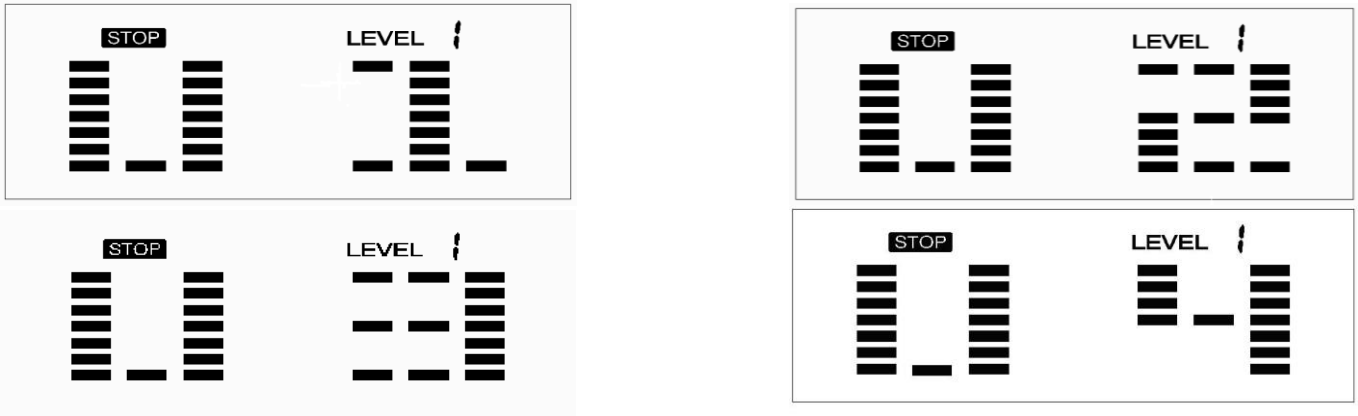
AJUSTE DE LOS PARÁMETROS PARA EL PROGRAMA DE CONTROL DE FRECUENCIA CARDIACA

1. Seleccione uno de los **Programas de Control de Frecuencia Cardiaca** con los botones UP (ARRIBA) o DOWN (ABAJO) y, a continuación, pulse el botón ENTER (INTRO).
2. TIME (TIEMPO) parpadeará. El valor puede ajustarse utilizando los botones UP (ARRIBA) o DOWN (ABAJO).
3. Pulse el botón ENTER (INTRO) para guardar el valor y pasar al siguiente parámetro a ajustar. **NOTA: Si ajusta el tiempo objetivo para hacer ejercicio, el siguiente parámetro de DIST (DISTANCIA) no se podrá ajustar.**
4. Continúe a través de todos los parámetros deseados, pulsando el botón START/STOP (INICIAR/PARAR) para iniciar el entrenamiento. **NOTA: Si la frecuencia cardíaca está por encima o por debajo (± 5) de la TARGET HR.**

(FRECUENCIA CARDIACA OBJETIVO), el medidor ajustará la carga de resistencia automáticamente. Comprobará cada 20 segundos aprox. 1 carga de resistencia aumentará o disminuirá (NOTA: cada carga de resistencia representa 2 niveles de carga). Si uno de los parámetros del entrenamiento llega a cero, sonará un pitido y el entrenamiento se detendrá automáticamente. Pulse el botón START/STOP (INICIAR/PARAR) para continuar el entrenamiento hasta alcanzar el parámetro de entrenamiento inacabado.

PROGRAMA DE USUARIO (PROGRAM 21- PROGRAM 24)

Perfil del Programa



Los 4 programas de usuario permiten al usuario establecer su propio programa que se puede utilizar inmediatamente.

AJUSTE DE LOS PARÁMETROS PARA EL PROGRAMA DE USUARIO.

1. Seleccione el **Programa de Usuario** utilizando los botones UP (ARRIBA) o DOWN (ABAJO) y luego pulse el botón ENTER (INTRO).
2. TIME (TIEMPO) parpadeará para que el valor pueda ajustarse utilizando los botones UP (ARRIBA) o DOWN (ABAJO).
3. Pulse el botón ENTER (INTRO) para guardar los valores y pasar al siguiente parámetro a ajustar.
   NOTA: Si ajusta el tiempo objetivo para hacer ejercicio, el siguiente parámetro de DIST (DISTANCIA) no podrá ajustarse.
4. Continúe a través de todos los parámetros deseados.
5. Después de terminar el ajuste de los parámetros deseados, el nivel 1 parpadeará. Utilice el botón UP (ARRIBA) o DOWN (ABAJO) para ajustar, luego pulse el botón ENTER (INTRO) hasta terminar. (Hay 10 veces en total). Pulse el botón START/STOP (INICIAR/PARAR) para comenzar el entrenamiento.
   NOTA: Una vez que el parámetro de entrenamiento llegue a cero, sonará un pitido y el entrenamiento se detendrá automáticamente. Pulse el botón START/STOP (INICIAR/PARAR) para continuar el entrenamiento hasta alcanzar el parámetro de entrenamiento no finalizado.

DATOS TÉCNICOS

Conectividad: Bluetooth LE
Gama de frecuencias: 2400~2483.5 Mhz
Potencia de transmisión: 0 dBm

CONEXIÓN A LA APP:

Conecte el equipo inteligente a la SunnyFit App:

1. Escanee para descargar SunnyFit de la tienda de aplicaciones:
2. Asegúrese de que la función Bluetooth está activada desde su dispositivo móvil.
3. Si es la primera vez que utiliza la aplicación SunnyFit, siga las instrucciones de la aplicación para registrarse en su cuenta gratuita de SunnyFit e inicie sesión.
4. Comience cualquier actividad de entrenamiento que coincida con su equipo inteligente y, a continuación, siga las indicaciones en pantalla para buscar y conectarse a su equipo inteligente.
5. Una vez conectado, sus estadísticas y récords se mostrarán al final de su curso/sesión y se registrarán en el perfil de su cuenta.

Solución de problemas:

- Si tienes problemas para conectar tu equipo inteligente, visita www.sunnyfit.com/guide o escanea el siguiente código QR:
- Si necesitas más ayuda, ponte en contacto con support@sunnyfit.com.

SOLUCIÓN DE PROBLEMAS

PROBLEMA	POSIBLE CAUSA	COMPROBAR	SOLUCIÓN
E1-1	El motor no encuentra su punto de arranque.	Compruebe si todos los cables están bien enchufados o compruebe si las clavijas de los cables están mal insertadas. O compruebe si el motor está bien conectado.	Enchufe de nuevo los cables y enciéndalos, después pulse los botones MODE y ENTER al mismo tiempo para entrar en el modo de corrección de errores.
E1-2	La señal del motor no tiene inducción.	Compruebe si todos los cables están bien enchufados o si las clavijas de los cables están mal insertadas. O compruebe si el motor está atascado.	Vuelva a enchufar los cables o cambie el motor.
E1-3	El motor ha superado el nivel máximo de resistencia.	Compruebe si todos los cables están bien conectados o si las clavijas de los cables están mal insertadas.	Enchufe los cables de nuevo y enciéndalos, 1 segundo después desconecte los cables y vuelva a enchufar los cables y enciéndalos de nuevo, espere unos 6 segundos, deje que el motor vuelva a su punto inicial, después pulse los botones MODE y ENTER al mismo tiempo para entrar en el modo de corrección de errores.
E2	No se han leído datos de la EEPROM.		Vuelva a conectar el medidor.
	Error de lectura de datos EEPROM.		Encienda de nuevo el medidor para volver a leer los datos.
E4	Las manos no se colocan en los dos pulsos del mango inmediatamente después de pulsar el botón START/STOP (INICIAR/PARAR).		Coloque las manos en los dos pulsos del mango inmediatamente después de pulsar el botón START/STOP (INICIAR/PARAR).
	La función de grasa corporal no puede recibir la señal de pulso.	Compruebe si los cables del pulso de la empuñadura están bien conectados.	Vuelva a conectar los cables de los impulsos de las manillas o cambie los cables de los impulsos de las manillas.
		Compruebe si el pulso funciona cuando no está en el Programa de Grasa Corporal.	Cambie el medidor.

NOTA: Si no puede resolver un problema con la guía de solución de problemas anterior, póngase en contacto con el servicio de atención al cliente en support@sunnyhealthfitness.com.

LISTA DE PIEZAS

n.°	Descripción	Espec.	Cant.
1	Bastidor Principal		1
2L-1	Tubo de Soporte de Los Pedales Izquierdo		1
2R-1	Tubo de Soporte de Los Pedales Derecho		1
3	Correa del Pedal	T1.5x50x750	2
4	Poste del Manillar		1
5L	Manubrio Izquierdo		1
5R	Manubrio Derecho		1
6	Junta Cardan	M10x30	2
7	Barra del Asiento		1
8	Soporte del Asiento		1
9	Eje		1
10	Estabilizador Delantero		1
11	Estabilizador Trasero		1
12	Manubrio Trasero		1
13	Manubrio Ajustable		1
14	Medidor	TZ-4113P	1
14a	Cable del Medidor A	100 mm	1
14b	Cable del Medidor B	100 mm	1
15	Perno Hexagonal	M8x50	4
16	Perno Carro	M8xL45	2
17	Perno	M6x40	4
18	Tornillo	M6x10	2
19L	Barra Oscilante Izquierdo		1
19 R	Barra Oscilante Derecho		1
20	Tornillo	M8x16	12
21	Tornillo	M8x20	10
22	Tornillo	ST3.5x8	4
23	Tornillo	ST4.2x18	33
24	N/A		-
25	Tornillo	M5x15	4
26	Tornillo Hexagonal	M8x20	2
27	Tornillo	M4x10	2
28	Tuerca de Nylon	M10	2
29	Tuerca Tapa	M8	2
30	Tuerca de Nylon	M8	5
31	Tuerca Hexagonal	M10	2
32	Espaciador	D10xΦ16x6	2
33	Arandela Plana	D8xΦ38x2	2
34	Arandela Plana	D6xΦ12x1.2	6
35	Arandela Plana	D8xΦ16x1.5	23

n.°	Descripción	Espec.	Cant.
36	Arandela de Arco	Φ20xD8.5xR30	6
37	Arandela Elástica	D8	20
38	Rueda Excéntrica	Φ25x38	1
39	Portabotellas		1
40	Eje Largo	Φ19.5x410	1
41L-1	Manivela Izquierdo	151x38x20, 1/2"x20	1
41R-1	Manivela Derecho	151x38x20, 1/2"x20	1
42	Tornillo	M6x16	2
43	Tornillo Phillips	M6x10	4
44L-1	Tornillo Bisagra Izquierdo	Φ16x75.7xL30.3	1
44R-1	Tornillo Bisagra Derecho	Φ16x75.7xL30.3	1
45	Arandela Elástica	Φ13xB2	2
46L	Tuerca de Nylon Izquierdo	B0.5x20	1
46R	Tuerca de Nylon Derecho	B0.5x20	1
47	Empuñadura Placa Fija	50x25x4	1
48	Funda de Riel de Asiento		2
49L	Pedal Izquierdo		1
49R	Pedal Derecho		1
50	Tapa	S13	2
51a-1	Funda Protectora A		2
51b-1	Funda Protectora B		2
52	Asiento	KX4850	1
53	Respaldo	QT-188D	1
54	Funda Respaldo		1
55L	Tapa Delantera Izquierdo		1
55R	Tapa Delantera Derecho		1
56L	Tapa Trasera Izquierdo		1
56R	Tapa Trasera Derecho		1
57	Tubo de Envío		2
58	Tapa Redonda	Φ25x1.5	4
59	Tapa Cuadrada 1	30x30x1.5	2
60	Tapa Cuadrada 2	50x25x1.5	2
61	Agarre de Espuma	ΦxΦ24x550	2
62	Agarre de Espuma	Φ30xΦ24x220	2
63	Tapón	Φ12.5	2
64	Casquillo de Plástico	Φ16xΦ31x23	4
65	Casquillo de Plástico	Φ38xΦ19.5x26	6
66	Cable del Sensor	200 mm	1
67	Pomo	M16x1.5x22	2
68	Empuñadura	Black	1

n.°	Descripción	Espec.	Cant.
69	Casquillo Cuadrado	100x50x2	2
70	Bloque Superior	38x34x36.2	1
71	Cojín	Φ22xΦ12x16	2
72	Casquillo Redondo	Φ28.5x25.4x84	2
73	Almohadilla Ajustable	M10x30	1
74	Arandela Plana	D5xΦ10x1	2
75	Sensor de Pulso		2
76	Arandela Elástica Eje	D12	3
77	Cable de Pulso	850 mm	1
78	Cable de Extensión de Pulso 1	2000 mm	1
79	Cable de Extensión del Sensor 1	600 mm	1
80	Cable de Extensión del Sensor 2	700 mm	1
81	Cable de Extensión de Pulso 2	700 mm	1
82	Tornillo	M8x10	1
83	Tornillo	M5x60	4
84	Adaptador	M6	1
85	Arandela de Onda	D6xΦ16x1.5	2
86	Tornillo	D6	2
87	Tornillo Hexagonal	M6x50	9
88	Tuerca Hexagonal	D17	2
89	Tornillo Hexagonal	40x25x10	1
90	Tuerca de Nylon	Φ14xΦ10xM8x20.5	5
91	Arandela Plana	Φ12x73	3
92	Arandela Elástica	Φ12xΦ15.5x0.3	9
93	Tornillo	Φ1.6xΦ15xL47.2	1
94	Arandela Elástica Eje	Φ18xΦ3xL67.5	2
95	Imán	6203	4
96	Tornillo del Eje	6001	1
97	Eje de la Placa Magnética	Φ240x40	1
98	Arandela de Onda	Φ24x103	1
99	Muelle de Tensión	72x56x1.5	1
100	Muelle de Tensión	72x56x11	1
101	Cojinete	Φ17x218	2
102	Cojinete		4
103	Volante	Φ240x40	1

n.°	Descripción	Espec.	Cant.
104	Volante Eje	Φ24x103	1
105	Cojinete Placa Fija	72x56x1.5	2
106	Soporte del Cojinete	72x56x11	2
107	Eje Central	Φ17x218	1
108	Sensor Imán		1
109	Tapa Cuadrada 3	80x40x1.5	1
110	Tapa Oblonga	100x50x2	1
111L	Tapa del Cinturón Izquierdo		1
111R	Tapa del Cinturón Derecho		1
112	Caja de Almacenaje		1
113L	Tapa del Soporte del Asiento Izquierdo		1
113R	Tapa del Soporte del Asiento Derecho		1
114	Cable de Tensión	500 mm	1
115	Polea de la Correa	Φ260	1
116	Correa	405 PJ6	1
117	Rueda Loca	Φ39x24	1
118	Tapón del Tubo	Φ25x22	2
119	Junta de Estanqueidad	Φ60	1
120	Asiento del Sensor		1
121	Motor		1
122	Brida Tuerca	M10x1.25	2
123	Tapa del Cigüeñal	Φ22	2
124	Tapa de Manivela	Φ60xΦ25	2
125	Arandela de Onda	D17	3
126	Articulación de la Rueda Loca		1
127	Placa Magnética		1
128	Llave Allen	S8	1
129	Llave	S13,S14,S15	2
130	Llave Fija	S17,S19	1
131	Llave Allen	S5	1
132	Llave Allen	S6	1
133	Cable CC	1000 mm	1
134	Tornillo	ST4.2x13	1
135	Tornillo	ST4.2x16	6

INFORMATIONS IMPORTANTES SUR LA SÉCURITÉ

Nous vous remercions d'avoir choisi notre produit. Pour garantir votre sécurité et votre santé, veuillez utiliser cet appareil correctement. Il est important de lire l'intégralité de ce manuel avant d'assembler et d'utiliser l'appareil. Une utilisation sûre et efficace n'est possible que si l'équipement est assemblé, entretenu et utilisé correctement. Il est de votre responsabilité de vous assurer que tous les utilisateurs de l'équipement sont informés de tous les avertissements et précautions.

1. Avant de commencer un programme d'exercices, vous devez consulter votre médecin pour déterminer si vous avez des problèmes médicaux ou physiques qui pourraient mettre votre santé et votre sécurité en danger ou vous empêcher d'utiliser l'équipement correctement. L'avis de votre médecin est indispensable si vous prenez des médicaments qui affectent votre rythme cardiaque, votre tension artérielle ou votre taux de cholestérol.
2. Soyez attentif aux signaux de votre corps. Un exercice incorrect ou excessif peut nuire à votre santé. Arrêtez de faire de l'exercice si vous ressentez l'un des symptômes suivants : douleur, oppression thoracique, rythme cardiaque irrégulier, essoufflement, étourdissements, vertiges ou sensation de nausée. Si vous présentez l'un de ces symptômes, consultez votre médecin avant de poursuivre votre programme d'exercices.
3. Tenez les enfants et les animaux domestiques à l'écart de l'appareil. L'appareil est conçu pour être utilisé par des adultes uniquement.
4. Utilisez l'appareil sur une surface solide et plane, recouverte d'une housse de protection pour le sol ou la moquette. Pour garantir la sécurité, l'appareil doit être entouré d'un espace libre d'au moins 120 cm (4 ft)
5. Assurez-vous que tous les écrous et les boulons sont bien serrés avant d'utiliser l'équipement. La sécurité de l'équipement ne peut être maintenue que s'il est régulièrement examiné pour vérifier qu'il n'est pas endommagé et/ou usé.
6. Utilisez toujours l'appareil comme indiqué. Si vous trouvez des composants défectueux lors du montage ou de la vérification de l'appareil, ou si vous entendez des bruits inhabituels provenant de l'appareil pendant l'exercice, cessez immédiatement d'utiliser l'appareil et ne l'utilisez pas tant que le problème n'a pas été résolu.
7. Portez des vêtements appropriés lorsque vous utilisez l'appareil. Évitez de porter des vêtements amples qui pourraient s'emmêler dans l'appareil.
8. Ne mettez pas les doigts ou des objets dans les parties mobiles de l'appareil.
9. La capacité de charge maximale de cet appareil est de 135 kgs (300 lbs).
10. L'appareil n'est pas adapté à un usage thérapeutique.
11. Pour éviter les blessures corporelles et/ou les dommages au produit ou à la propriété, il est nécessaire de soulever et de déplacer correctement l'appareil.
12. Votre produit est destiné à être utilisé dans des conditions fraîches et sèches. Vous devez éviter de le stocker dans des endroits extrêmement froids, chauds ou humides, car cela peut entraîner de la corrosion et d'autres problèmes connexes.
13. Cet équipement est conçu pour un usage intérieur et domestique uniquement ; il n'est pas destiné à un usage commercial !

INSTRUCTIONS DE SÉCURITÉ IMPORTANTES

Lisez toutes les instructions avant d'utiliser (cet appareil).

Lors de l'utilisation d'un appareil électrique, des précautions de base doivent toujours être prises, notamment les suivantes :

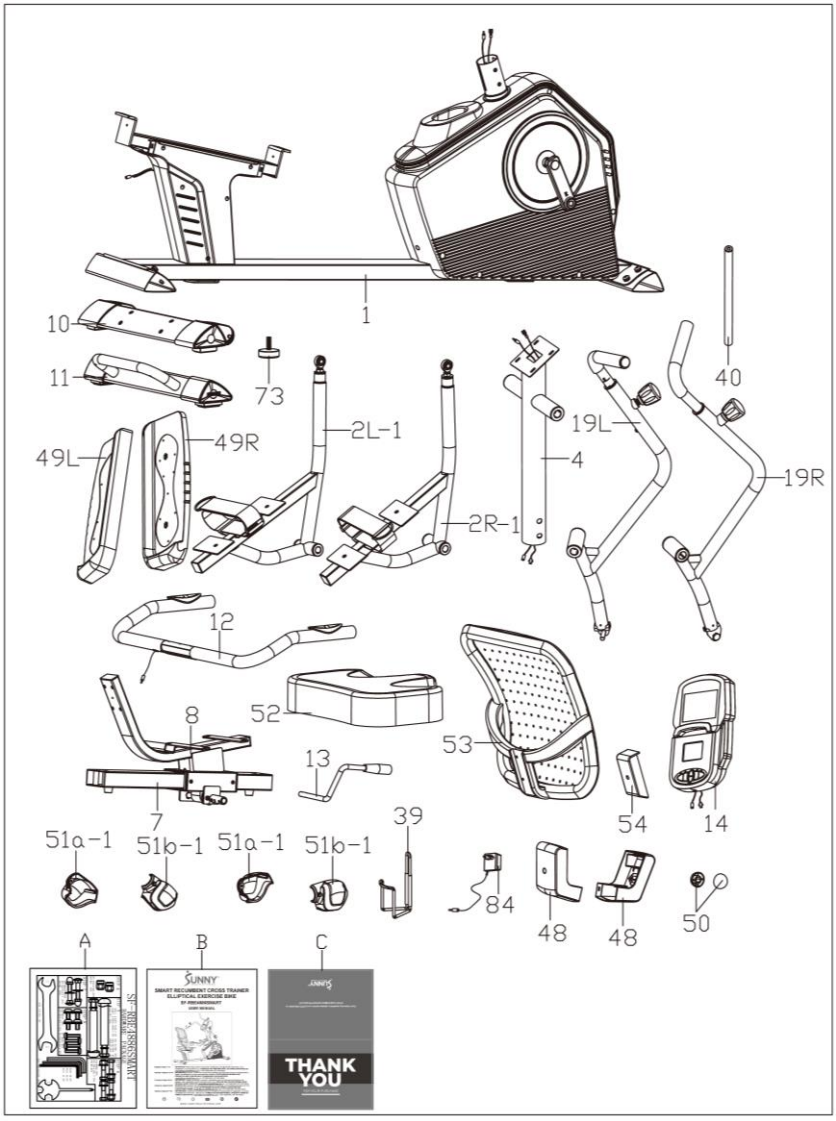
AVERTISSEMENT - Pour réduire les risques de brûlures, d'incendie, d'électrocution ou de blessures :

1. Cet appareil n'est pas destiné à être utilisé par des personnes dont les capacités physiques, sensorielles ou mentales sont réduites, ou qui manquent d'expérience et de connaissances, à moins qu'elles n'aient reçu une surveillance ou des instructions concernant l'utilisation de l'appareil de la part d'une personne responsable de leur sécurité. Tenez les enfants de moins de 13 ans à l'écart de cette machine.
2. N'utilisez ce matériel que pour l'usage auquel il est destiné, tel qu'il est décrit dans ce manuel. N'utilisez pas d'accessoires non recommandés par le fabricant.
3. N'utilisez jamais l'appareil lorsque les ouvertures d'aération sont obstruées. Veillez à ce que les ouvertures d'air soient exemptes de peluches, de cheveux et d'autres éléments similaires.
4. Ne laissez jamais tomber ou n'insérez jamais d'objet dans une ouverture.
5. Ne pas utiliser l'appareil à l'extérieur.
6. Ne pas utiliser l'appareil dans des endroits où des produits en aérosol sont utilisés ou dans des endroits où de l'oxygène est administré.
7. Ne jamais utiliser cet appareil si le cordon ou la fiche est endommagé, s'il ne fonctionne pas correctement, s'il est tombé ou a été endommagé, ou s'il est tombé dans l'eau. Renvoyez l'appareil à un centre de service pour qu'il soit examiné et réparé.

CONSERVER CES INSTRUCTIONS.

LISTE DE CONTRÔLE POUR LE PRÉ-ASSEMBLAGE

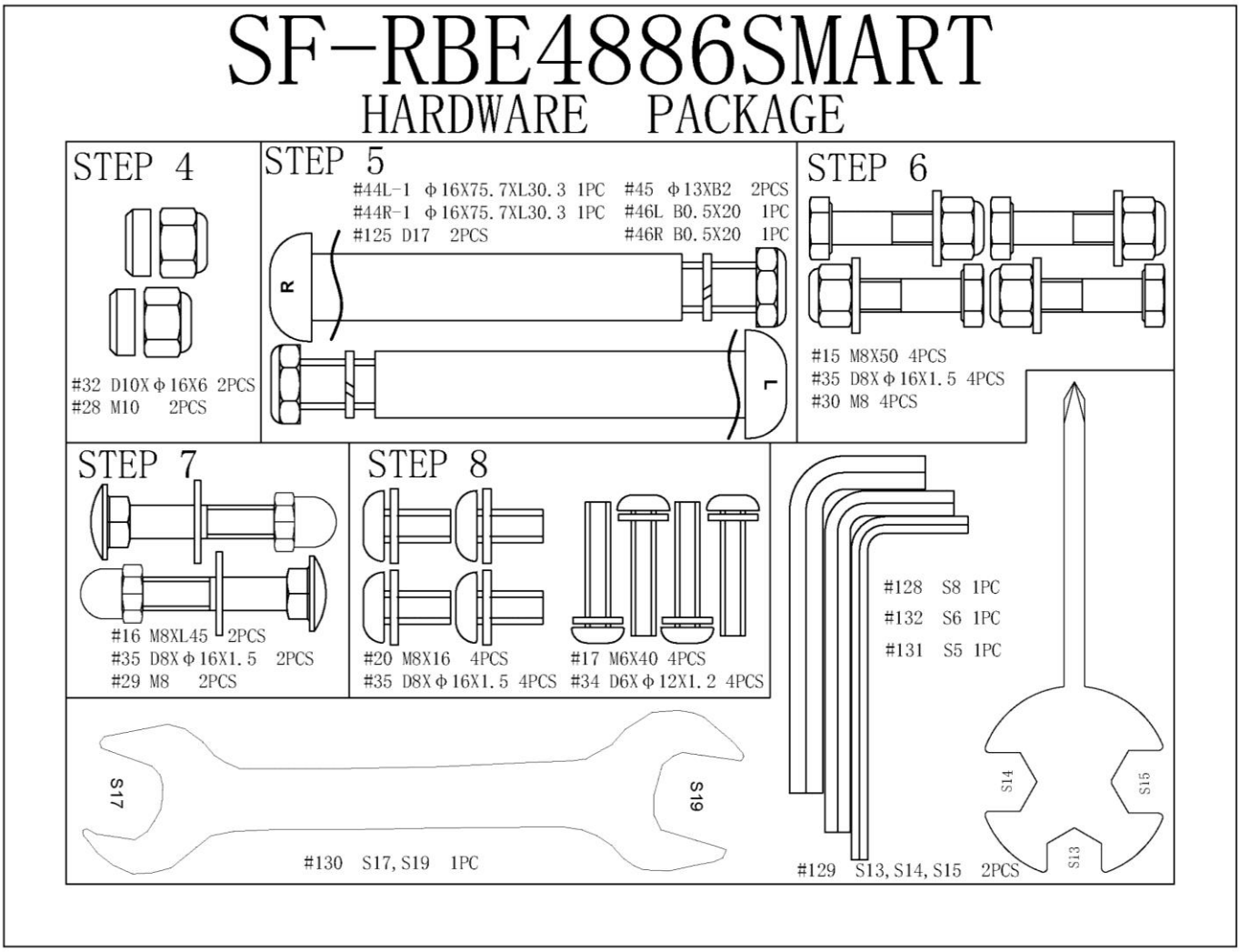
Avant de commencer l'assemblage, assurez-vous que toutes les pièces sont incluses.



N°	Description	Spec.	Qté.
1	Cadre Principal		1
2L-1	Tube de Support de Pédale Gauche		1
2R-1	Tube de Support de Pédale Droite		1
4	Poteau de Guidon		1
7	Rail de Siège		1
8	Support de Siège		1
10	Stabilisateur Avant		1
11	Stabilisateur Arrière		1
12	Guidon Arrière		1
13	Poignée Réglable		1
14	Compteur	TZ-4113P	1
19L	Barre Oscillante Gauche		1
19R	Barre Oscillante Droite		1
39	Porte-Bouteille		1
40	Essieu Long	Φ19.5x410	1

N°	Description	Spec.	Qté.
48	Couvre Rail de Siège		2
49L	Pédale Gauche		1
49R	Pédale Droite		1
50	Capuchon	S13	2
51a-1	Housse de Protection A		2
51b-1	Housse de Protection B		2
52	Siège	KX4850	1
53	Dossier	QT-188D	1
54	Housse de Dossier		1
73	Coussin Réglable	M10x30	1
84	Adaptateur		1
A	Paquet de Matériel		1
B	Manuel		1
C	Carte de Remerciement		1

PAQUET DE MATÉRIEL



Commande de pièces de rechange (clients américains et canadiens uniquement)

Veuillez fournir les informations suivantes afin que nous puissions identifier avec précision la ou les pièces nécessaires :

✓ Numéro du modèle (sur la couverture du manuel)

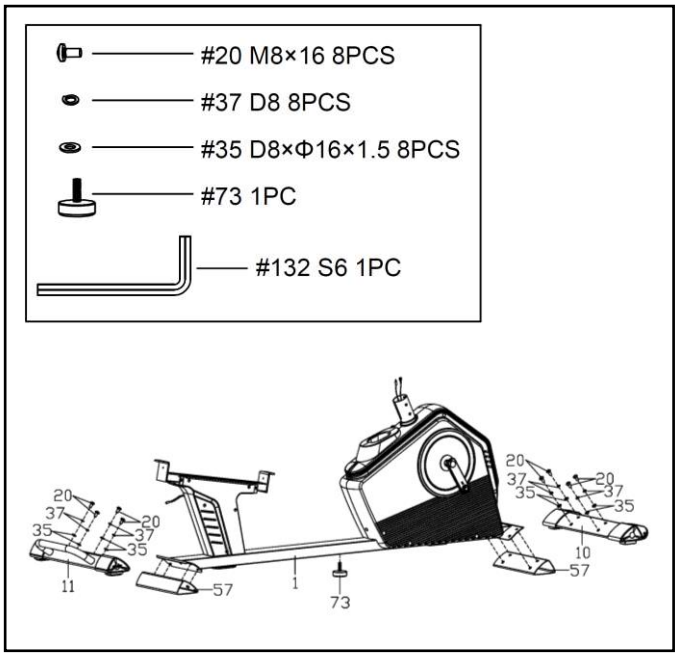
✓ Nom du produit (sur la couverture du manuel)

✓ Le numéro de pièce figurant sur le "DIAGRAMME EXPLOITÉ" (pages 108) et la "LISTE DE PIÈCES" (pages 64~65).

Veuillez nous contacter à l'adresse support@sunnyhealthfitness.com ou au 1-877-90SUNNY (877-907-8669).

INSTRUCTIONS D'ASSEMBLAGE

Nous apprécions votre expérience d'utilisation des produits Sunny Health and Fitness. Pour obtenir de l'aide concernant les pièces ou le dépannage, veuillez nous contacter à l'adresse support@sunnyhealthfitness.com ou au 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



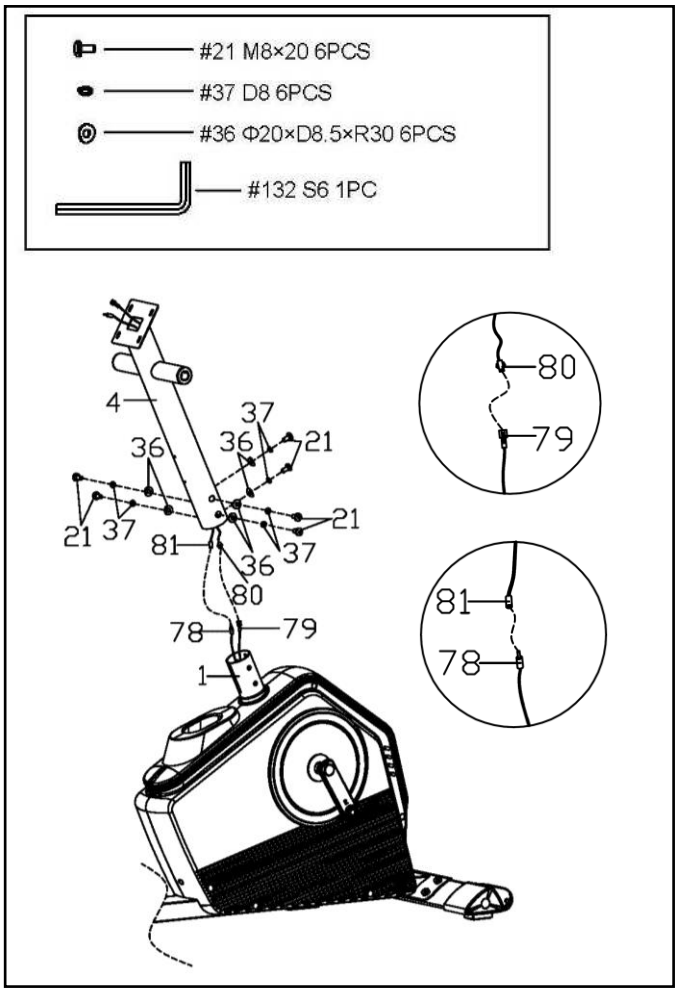
ÉTAPE 1:

Retirez les 2 **Tubes d'Expédition (N° 57),** les 8 **Vis (N° 20),** les 8 **Rondelles Elastiques (N° 37)** et les 8 **Rondelles Plates (N° 35)** du **Cadre Principal (N° 1)** à l'aide de la **Clé Allen (N° 132).**

REMARQUE: Vous pouvez jeter les 2 **Tubes d'Expédition (N° 57)** ou les conserver pour réemballer l'article à l'avenir.

Fixez le **Stabilisateur Avant (N° 10)** et le **Stabilisateur Arrière (N° 11)** au **Cadre Principal (N° 1)** à l'aide des 8 **Vis (N° 20),** 8 **Rondelles Elastiques (N° 37)** et 8 **Rondelles Plates (N° 35)** qui viennent d'être retirées. Serrez et fixez à l'aide de la **Clé Allen (N° 132).**

Fixez le **Coussin Réglable (N° 73)** au **Cadre Principal (N° 1).**



ÉTAPE 2:

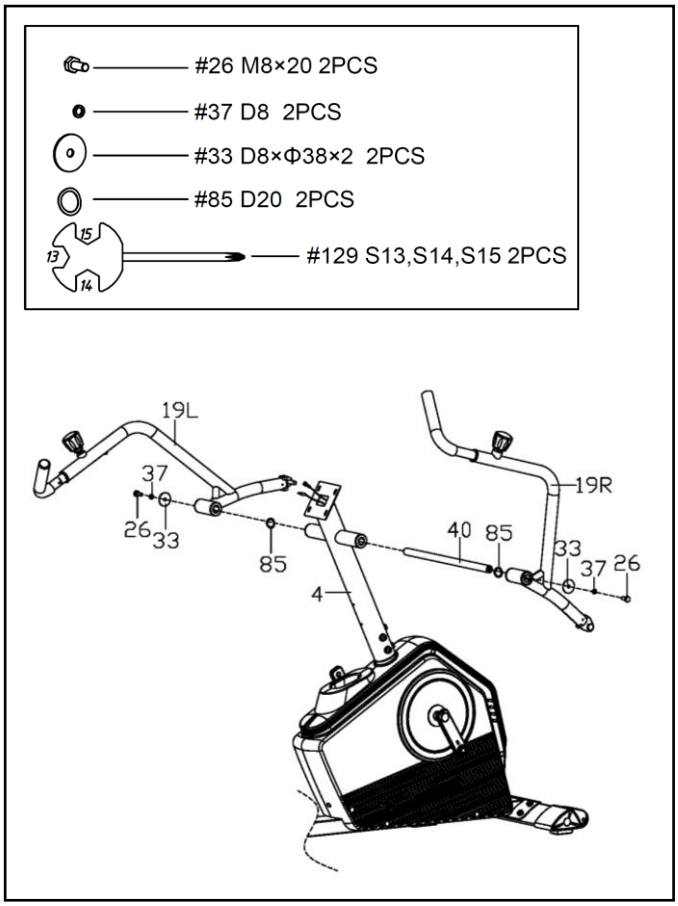
Retirez les 6 **Vis (N° 21),** les 6 **Rondelles Elastiques (N° 37)** et les 6 **Rondelles en Arc (N° 36)** du **Cadre Principal (N° 1)** à l'aide de la **Clé Allen (N° 132).**

Connectez le **Fil d'Extension du Capteur 2 (N° 80)** au **Fil d'Extension du Capteur 1 (N° 79)** et connectez le **Fil d'Extension d'Impulsion 2 (N° 81)** au **Fil d'Extension d'Impulsion 1 (N° 78).**

Fixez le **Poteau de Guidon (N° 4)** au **Cadre Principal (N° 1)** à l'aide des 6 **Vis (N° 21),** des 6 **Rondelles Elastiques (N° 37)** et des 6 **Rondelles en Arc (N° 36)** qui viennent d'être retirées. Serrez et fixez à l'aide de la **Clé Allen (N° 132).**

REMARQUE: Ne coupez pas et ne pincez pas les fils lorsque vous fixez le **Poteau de Guidon (N° 4).**

Nous apprécions votre expérience d'utilisation des produits Sunny Health and Fitness. Pour obtenir de l'aide concernant les pièces ou le dépannage, veuillez nous contacter à l'adresse support@sunnyhealthfitness.com ou au 1-877-90SUNNY (877-907-8669).

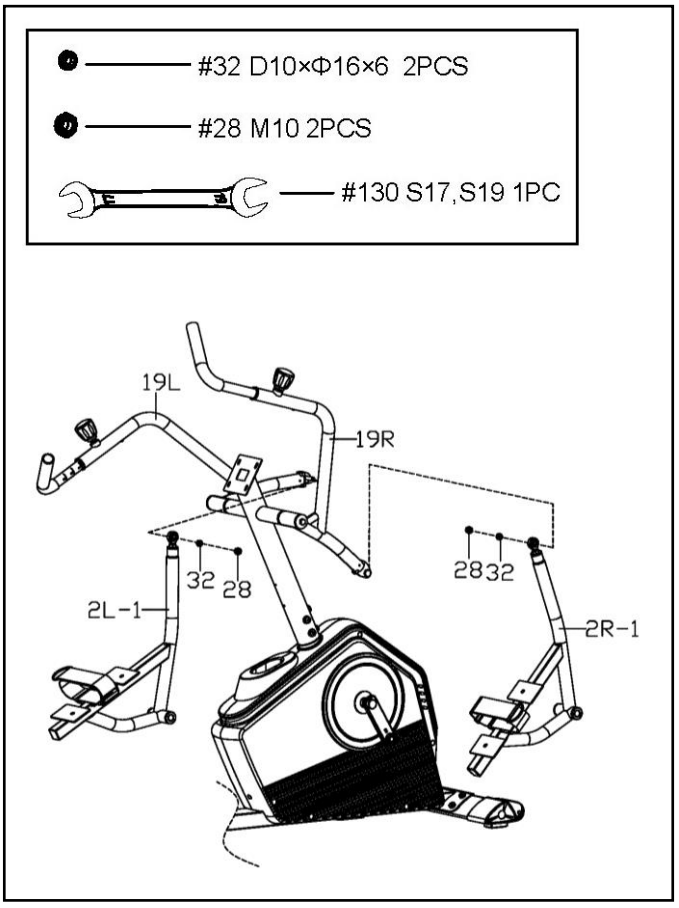


ÉTAPE 3:

Retirer 2 **Vis Hexagonales (N° 26),** 2 **Rondelles Elastiques (N° 37)**, 2 **Rondelles Plates (N° 33)** et 2 **Rondelles d'Ondes (N° 85)** de **l'Essieu Long (N° 40)** à l'aide de 2 **Clés (N° 129).**
Insérez **l'Essieu Long (N° 40)** dans le **Poteau de Guidon (N° 4),** puis placez les 2 **Rondelles d'Ondes (N° 85),** qui viennent d'être retirées, des deux côtés de **l'Essieu Long (N° 40).**
Fixez les **Barres Oscillantes Gauche & Droite (N° 19L & N° 19R)** des deux côtés de **l'Essieu Long (N° 40)** à l'aide de 2 **Rondelles Plates (N° 33),** 2 **Rondelles Elastiques (N° 37)** et 2 **Vis Hexagonale (N° 26),** qui viennent d'être enlevées. Pré-serrez avec 2 **Clés (N° 129).**

REMARQUE: S'il est difficile d'insérer manuellement **l'Essieu Long (N° 40)** dans le **Poteau de Guidon (N° 4),** envisagez d'utiliser un marteau pour taper doucement sur **l'Essieu Long (N° 40)** dans le **Poteau de Guidon (N° 4).**

REMARQUE: Ne serrez pas encore complètement les **Vis Hexagonale (N° 26).**

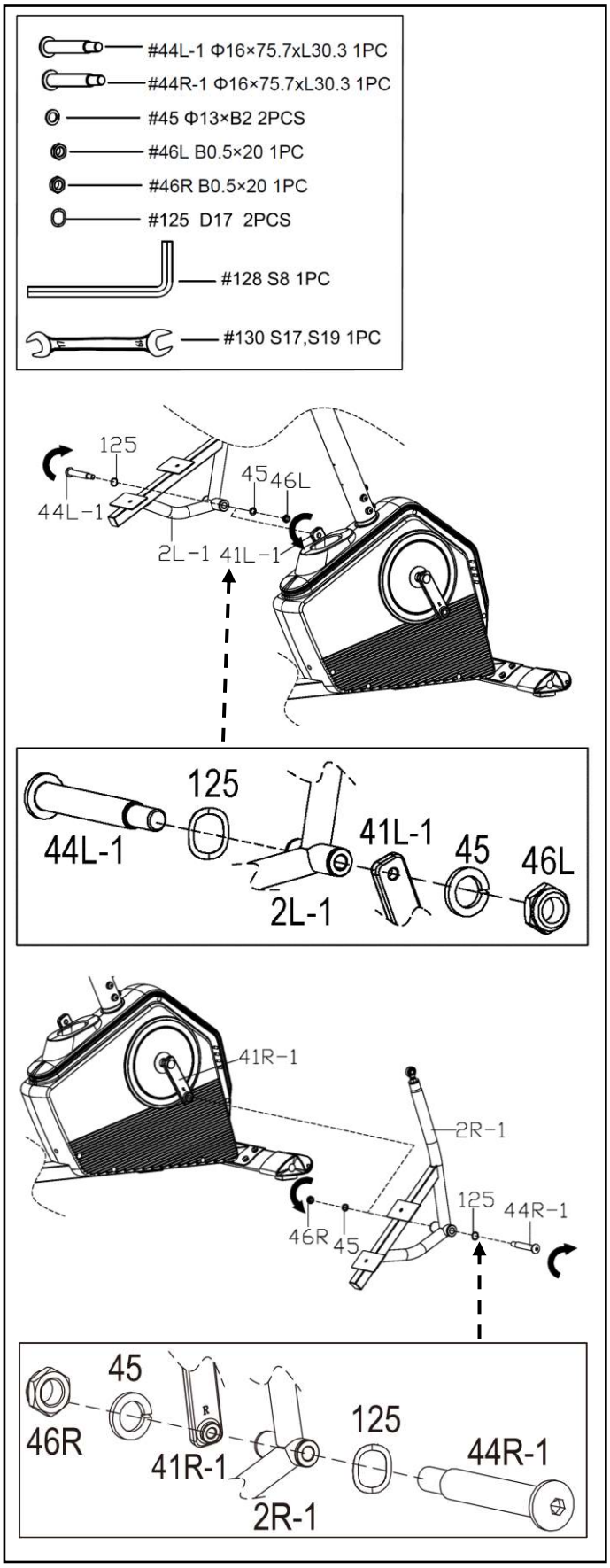


ÉTAPE 4:

Fixez les **Barres Oscillantes Gauche & Droite (N° 19L & N° 19R)** aux **Tubes de Support de Pédale Gauche & Droite (N° 2L -1 & N° 2R-1)** avec 2 **Entretoises (N° 32)** et 2 **Écrou Nylon (N° 28)** à l'aide d'une **Clé à Fourche (N° 130).**

REMARQUE: Ne serrez pas encore complètement les **Écrou Nylon (N° 28).**

We value your experience using Sunny Health and Fitness products. For assistance with parts or troubleshooting, please contact us at support@sunnyhealthfitness.com or 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



ÉTAPE 5:

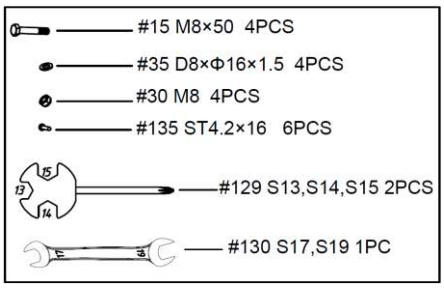
Fixez le **Tube de Support de Pédale Gauche (N° 2L-1)** à la **Manivelle Gauche (N° 41L-1)** avec 1 **Boulon de Charnière Gauche (N° 44L-1)** et 1 **Rondelle d'Onde (N° 125).** Tournez le **Boulon de Charnière Gauche (N° 44L-1)** *dans le sens inverse des aiguilles d'une montre* à l'aide de votre main. Fixez ensuite 1 **Rondelle Elastique (N° 45)** et 1 **Écrou Nylon Gauche (N° 46L)** à l'extrémité du **Boulon de Charnière Gauche (N° 44L-1)** et tournez **l' Écrou Nylon Gauche (N° 46L)** de couleur NOIRE *dans le sens des aiguilles d'une montre*. Bien serrer avec la **Clé Allen (N° 128)** et la **Clé à Fourche (N° 130).**

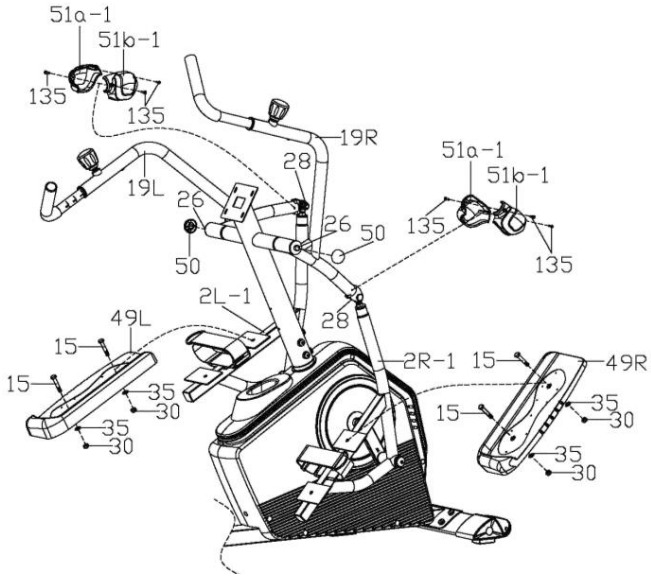
Fixez le **Tube de Support de Pédale Droite (N° 2R-1)** à la **Manivelle Droite (N° 41R-1)** à l'aide d'un **Boulon de Charnière Droite (N° 44R-1)** et d'une **Rondelle d'Onde (N° 125).** Tournez le **Boulon de Charnière Droite (N° 44R-1)** *dans le sens des aiguilles d'une montre* à l'aide de votre main. Fixez ensuite 1 **Rondelle Elastique (N° 45)** et 1 **Écrou Nylon Droite (N° 46R)** à l'extrémité du **Boulon de Charnière Droite (N° 44R-1)** et tournez **l'Écrou Nylon Droite (N° 46R)** de couleur BLANCHE *dans le sens inverse des aiguilles d'une montre*. Bien serrer avec la **Clé Allen (N° 128)** et la **Clé à Fourche (N° 130).**

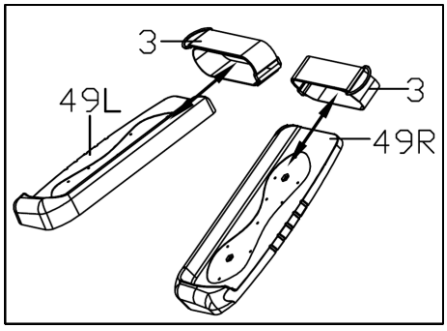
REMARQUE: Le **Boulon de Charnière Gauche (N° 44L-1)** est étiqueté L, tandis que le **Boulon de Charnière Droite (N° 44R-1)** est étiqueté R.

REMARQUE: Assurez-vous que tous les boulons et rondelles sont en place et partiellement vissés avant de les serrer complètement.

Nous apprécions votre expérience d'utilisation des produits Sunny Health and Fitness. Pour obtenir de l'aide concernant les pièces ou le dépannage, veuillez nous contacter à l'adresse support@sunnyhealthfitness.com ou au 1-877-90SUNNY (877-907-8669).







ÉTAPE 6:

Tout d'abord, fixez 2 **Vis Hexagonales (N° 26)** du ÉTAPE 3 à l'aide de 2 **Clés (N° 129).** Ensuite, couvrir avec 2 **Capuchons (N° 50).**

Ensuite, fixez 2 **Écrou Nylon (N° 28)** du ÉTAPE 4 à l'aide de **Clé à Fourche (N° 130).**

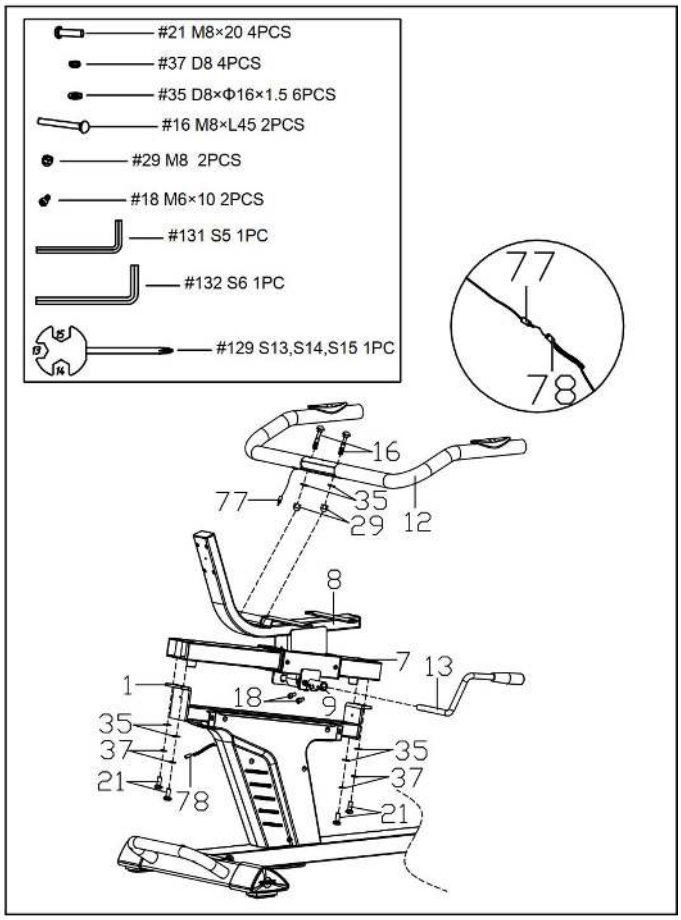
REMARQUE: Assurez-vous que tous les boulons et rondelles sont en place et partiellement vissés avant de les serrer complètement.

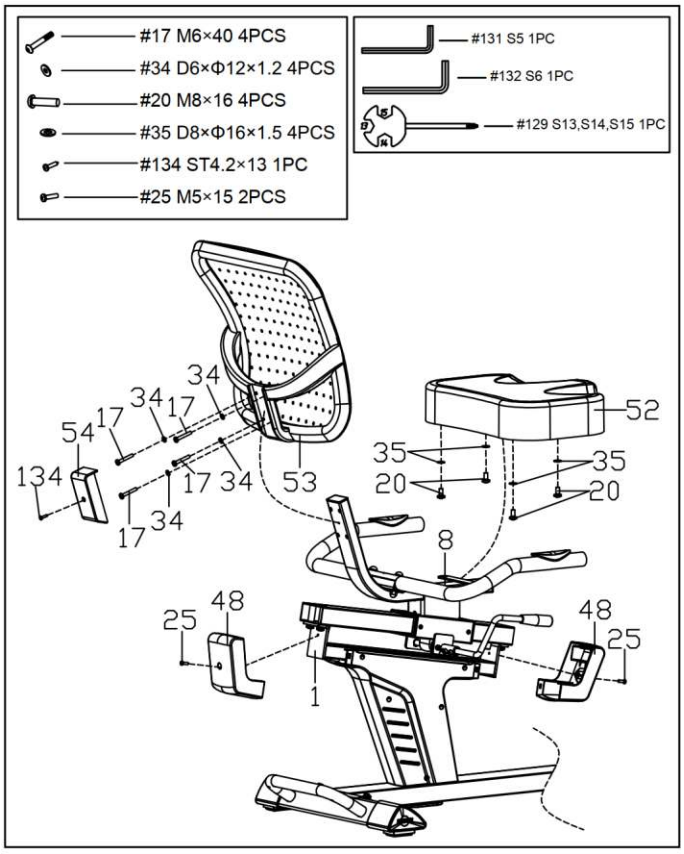
Retirer 4 **Vis (N° 135)** des **Barres Oscillantes Gauche & Droite (N° 19L & N° 19R)** et retirer 2 **Vis (N° 135)** des 2 **Housses de Protections A (N° 51a-1)** et 2 **Housses de Protections B (N° 51b-1)** à l'aide de la **Clé (N° 129).** Fixer les 2 **Housses de Protections A (N° 51a-1)** et 2 **Housses de Protections B (N° 51b-1)** aux 2 joints des **Barres Oscillantes Gauche & Droite (N° 19L & N° 19R)** et aux **Tubes de Support de Pédale Gauche & Droite (N° 2L-1 & N° 2R-1)** avec 6 **Vis (N° 135)** qui viennent d'être retirées, à l'aide de la **Clé (N° 129).**

Insérer les **Pédales Gauche & Droite (N° 49L & N° 49R)** à travers les 2 **Courroies de Pédale (N° 3),** fixez les **Pédales Gauche & Droite (N° 49L & N° 49R)** aux **Tubes de Support de Pédale Gauche & Droite (N° 2L-1 & N° 2R-1)** avec 4 **Boulons Hexagonal (N° 15),** 4 **Rondelles Plates (N° 35)** et 4 **Écrou Nylon (N° 30)** à l'aide de la **Clé (N° 129).**

REMARQUE: La **Pédale Gauche (N° 49L)** est marquée L, tandis que la **Pédale Droite (N° 49R)** est marquée R.

Nous apprécions votre expérience d'utilisation des produits Sunny Health and Fitness. Pour obtenir de l'aide concernant les pièces ou le dépannage, veuillez nous contacter à l'adresse support@sunnyhealthfitness.com ou au 1-877-90SUNNY (877-907-8669).





ÉTAPE 7:

Retirez 4 **Vis (N° 21),** 4 **Rondelles Elastiques (N° 37)** et 4 **Rondelles Plates (N° 35)** du **Rail de Siège (N° 7)** à l'aide de la **Clé Allen (N° 132).** Fixez ensuite le **Rail de Siège (N° 7)** au **Cadre Principal (N° 1)** avec les 4 **Vis (N° 21),** les 4 **Rondelles Elastiques (N° 37)** et les 4 **Rondelles Plates (N° 35)** qui viennent d'être retirées à l'aide de la **Clé Allen (N° 132).**

Retirez les 2 **Vis (N° 18)** de la **Poignée Réglable (N° 13)** à l'aide de la **Clé Allen (N° 131).** Fixez ensuite la **Poignée Réglable (N° 13)** à **l'Essieu (N° 9)** avec les 2 **Vis (N° 18)** qui viennent d'être retirées à l'aide de la **Clé Allen (N° 131).**

Fixez le **Guidon Arrière (N° 12)** au **Support de Siège (N° 8)** avec 2 **Boulons de Carrosserie (N° 16),** 2 **Rondelles Plates (N° 35)** et 2 **Ecrous Borgnes (N° 29)** à l'aide de la **Clé (N° 129).**

Connectez le **Fil d'Impulsion (N° 77)** au **Fil d'Extension d'Impulsion 1 (N° 78).**

ÉTAPE 8:

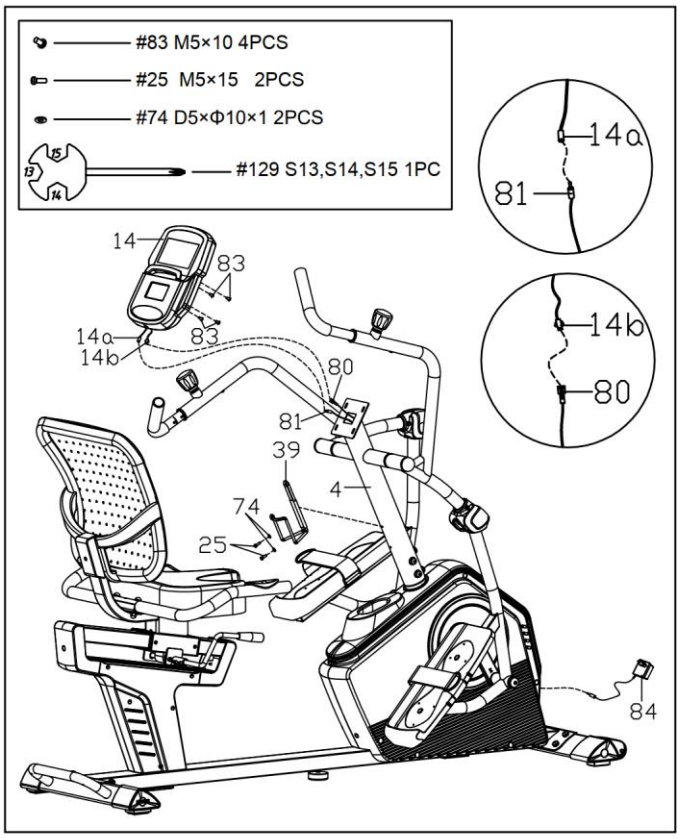
Retirer 2 **Vis (N° 25)** du **Cadre Principal (N° 1)** à l'aide de la **Clé (N° 129).** Fixez ensuite 2 **Couvre Rail de Siège (N° 48)** au **Cadre Principal (N° 1)** avec les 2 **Vis (N° 25)** qui viennent d'être retirées à l'aide de la **Clé (N° 129).**

Fixez le **Siège (N° 52)** au **Support de Siège (N° 8)** avec 4 **Vis (N° 20)** et 4 **Rondelles Plates (N° 35)** à l'aide de la **Clé Allen (N° 132).**

Fixez le **Dossier (N° 53)** au **Support de Siège (N° 8)** avec 4 **Boulons (N° 17)** et 4 **Rondelles Plates (N° 34).** Serrez et fixez à l'aide de la **Clé Allen (N° 131).**

Retirer **Vis (N° 134)** du **Support de Siège (N° 8)** à l'aide de la **Clé (N° 129).** Fixer la **Housse de Dossier (N° 54)** au **Support de Siège (N° 8)** à l'aide de la **Vis (N° 134).** Serrer et fixer à l'aide de la **Clé (N° 129).**

Nous apprécions votre expérience d'utilisation des produits Sunny Health and Fitness. Pour obtenir de l'aide concernant les pièces ou le dépannage, veuillez nous contacter à l'adresse support@sunnyhealthfitness.com ou au 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



ÉTAPE 9:

Retirez les 4 **Vis (N° 83)** du **Compteur (N° 14)** à l'aide de la **Clé (N° 129).**

Connectez le **Fil d'Extension d'Impulsion 2 (N° 81)** au **Fil du Compteur A (N° 14a),** et connectez le **Fil d'Extension du Capteur 2 (N° 80)** au **Fil du Compteur B (N° 14b).** Insérez tous les fils dans le tube du **Poteau de Guidon (N° 4).** Fixez ensuite le **Compteur (N° 14)** au **Poteau de Guidon (N° 4)** à l'aide des 4 **Vis (N° 83)** qui viennent d'être retirées. Serrer et fixer avec la **Clé (N° 129).**

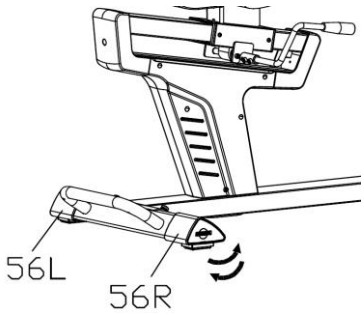
REMARQUE: Ne pas couper ou pincer les fils lors de la fixation du **Compteur (N° 14).**

Retirez les 2 **Vis (N° 25)** et les 2 **Rondelles Plates (N° 74)** du **Poteau de Guidon (N° 4)** à l'aide de la **Clé (N° 129).** Fixez ensuite le **Porte-Bouteille (N° 39)** au **Poteau de Guidon (N° 4)** à l'aide des 2 **Vis (N° 25)** et des 2 **Rondelles Plates (N° 74)** qui viennent d'être retirées. Serrez et fixez avec la **Clé (N° 129).**

Insérez la prise de **l'Adaptateur (N° 84)** dans l'entrée de l'adaptateur à l'avant du **Cadre Principal (N° 1),** puis branchez **l'Adaptateur (N° 84)** dans une prise de courant.

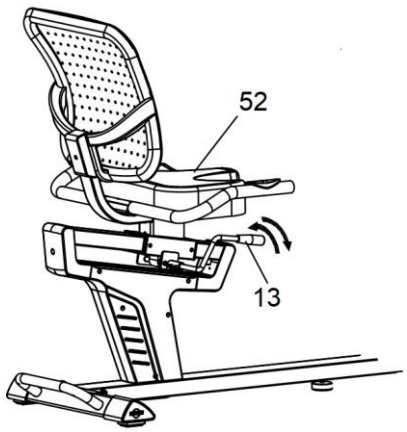
L'assemblage est maintenant terminé!

GUIDE D'AJUSTEMENT



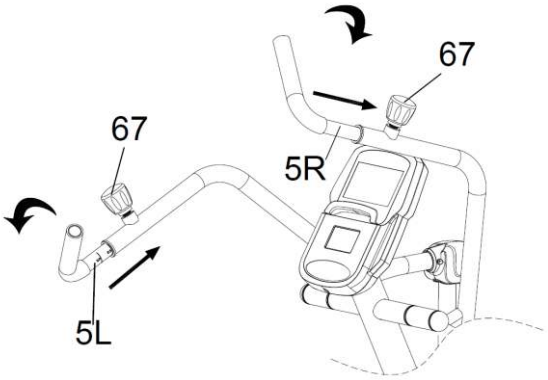
RÉGLAGE DU NIVEAU

Si le vélo couché n'est pas de niveau, tournez les cadrans des **Capuchons Arrière Gauche & Droite (N° 56L & N° 56R)** pour l'ajuster. Tournez *dans le sens inverse des aiguilles d'une montre* pour relever et *dans le sens des aiguilles d'une montre* pour abaisser.



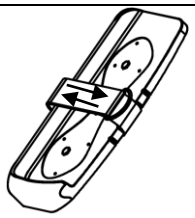
RÉGLAGE DU SIÈGE

Pour déplacer le **Siège (N° 52)** vers l'avant ou vers l'arrière, en étant assis sur le vélo couché, posez vos pieds sur le sol. Déplacez la **Poignée Réglable (N° 13)** vers le bas pour la desserrer. Ajustez le **Siège (N° 52)** à la position désirée, puis déplacez la **Poignée Réglable (N° 13)** vers le haut pour le fixer.



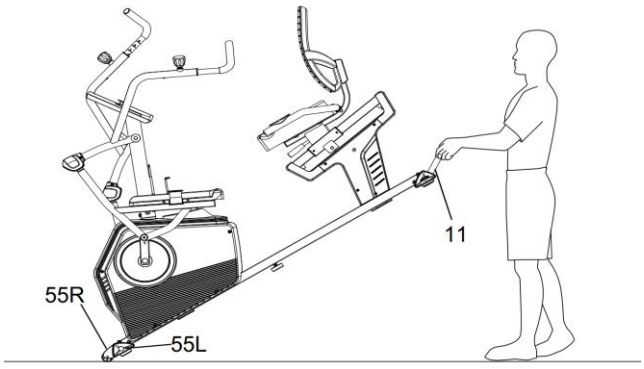
RÉGLAGE DU GUIDON

Pour régler le **Guidons Gauche & Droite (N° 5L & N° 5R)** dans différentes directions et longueurs, desserrez et tirez les **Boutons (N° 67)** vers l'extérieur, puis faites glisser le **Guidons Gauche & Droite (N° 5L & N° 5R)** dans la direction ou la longueur souhaitée. Une fois en place, réinsérez et serrez les **Boutons (N° 67)** pour fixer le **Guidons Gauche & Droite (N° 5L & N° 5R)** en place.



RÉGLAGE DE LA COURROIE DE PÉDALE

La courroie de pédale est réglable et peut s'adapterà la taille du pied de l'utilisateur.



DÉPLACER LE VÉLO COUCHÉ

Les roues de transport sont situées sur les **Capuchons Avant Gauche & Droite (N° 55L & N° 55R).** Tenez le guidon du **Stabilisateur Arrière (N° 11)** et tirez vers l'avant pour soulever l'arrière du vélo couché du sol. Vous pouvez maintenant déplacer le vélo couché.

INFORMATIONS IMPORTANTES SUR LE VÉLO COUCHÉ

AVERTISSEMENT: Ce vélo couché nécessite une source d'alimentation de **1 ampère (100-240V)** pour fonctionner correctement. Pour votre sécurité et celle des autres, vérifiez que la source d'alimentation est correcte avant de brancher l'appareil. Toute source d'alimentation supérieure ou inférieure à ce niveau peut causer des dommages importants à l'équipement ou à l'utilisateur.

MODE D'EMPLOI



Branchez l'adaptateur sur le vélo couché et sur la prise de courant.
Le compteur s'allume.
Il s'éteint s'il n'y a pas d'activité pendant 4 minutes lorsque le Bluetooth n'est pas connecté. Appuyez sur n'importe quel bouton du lecteur pour le rallumer.
REMARQUE: vous pouvez toujours utiliser le vélo couché lorsqu'il n'est pas branché.
Cependant, le compteur ne fonctionnera pas et vous ne pourrez pas régler le niveau de résistance ou utiliser l'une des fonctions.

COMPTEUR D'EXERCICE

FONCTIONS PRINCIPALES:

BOUTON	FUNCTION
START/STOP (DÉMARRER/ARRÊT)	Démarrer et interrompre les séances d'entraînement. Démarrer la mesure de la graisse corporelle.
DOWN (BAS)	Diminuer le niveau de résistance pendant l'entraînement. Diminuer la valeur du paramètre sélectionné.
UP (HAUT)	Augmenter le niveau de résistance pendant la séance d'entraînement. Augmenter la valeur du paramètre sélectionné.
ENTER (ENTRER)	Saisir la valeur ou le mode.
RECOVERY (RÉCUPÉRATION)	Entrer dans la fonction de récupération lorsque le compteur affiche la valeur de la fréquence cardiaque. Affichage de la récupération F1-F6. F1 correspond à une excellente fréquence cardiaque de recuperation. F6 est une fréquence cardiaque de récupération mediocre.
MODE	Pendant la séance d'entraînement, changer l'affichage de RPM à SPEED (VITESSE), ODO (ODOMÈTRE) à DIST (DISTANCE) et WATT à CAL (CALORIES). Maintenez la touche enfoncée pendant 3 secondes pour remettre toutes les valeurs des fonctions à zéro, sauf ODO (ODOMÈTRE).

SÉLECTION DE LA SÉANCE D'ENTRAÎNEMENT:

Après avoir allumé le lecteur en branchant l'adaptateur ou, s'il est déjà branché, en appuyant sur n'importe quel bouton du lecteur, utilisez les boutons UP (HAUT) ou DOWN (BAS) pour effectuer une sélection. Appuyez ensuite sur la touche ENTER (ENTRER) pour choisir le mode souhaité.
Il existe 7 modes d'entraînement de base:
Programme Manuel, Programmes Préréglés, Programme de Contrôle des Watts, Programme de Graisse Corporelle, Programme de Fréquence Cardiaque Cible, Programmes de Contrôle de la Fréquence Cardiaque et Programme Utilisateur.

FONCTIONS:

SPEED (VITESSE): affiche la vitesse actuelle de l'entraînement. La vitesse maximale est de 99,9 MPH.

RPM: Affiche la rotation actuelle par minute.

TIME (TEMPS): Accumule le temps d'entraînement de 0:00 à 99:59. Les utilisateurs peuvent prédéfinir la durée cible qu'ils souhaitent.

DIST (DISTANCE): Accumule la distance de la séance d'entraînement de 0,00 à 999,9 miles. Les utilisateurs peuvent prédéfinir la distance cible qu'ils souhaitent atteindre.

ODO (ODOMÈTRE): Affiche la distance totale accumulée de 0,00 à 9999 miles.

CAL (CALORIES): Accumule les calories brûlées de 0,00 à 9999. Les utilisateurs peuvent prédéfinir le nombre de calories qu'ils souhaitent brûler.

WATT: Affiche le nombre actuel de watts.

HEART RATE (RYTHME CARDIAQUE): Affiche la fréquence cardiaque actuelle en battements par minute.

TARGET HR. (FRÉQUENCE CARDIAQUE CIBLE): Les utilisateurs peuvent prédéfinir leur fréquence cardiaque cible.

PROGRAM (PROGRAMME): Il existe 24 programmes différents à choisir pour l'entraînement.

LEVEL (NIVEAU): Le programme comporte 10 colonnes de barres et 8 barres dans chaque colonne. Chaque colonne représente une séance d'entraînement d'une minute et chaque barre représente 2 niveaux de résistance.

PARAMÈTRES D'ENTRAÎNEMENT:

TIME (TEMPS) / DIST (DISTANCE) / CAL (CALORIES) / AGE (ÂGE) / WATT / TARGET HR. (FRÉQUENCE CARDIAQUE CIBLE)

RÉGLAGE DES PARAMÈTRES DE LA SÉANCE D'ENTRAÎNEMENT

Après avoir sélectionné le mode d'entraînement souhaité: Programme Manuel, Programmes Préréglés, Programme de Contrôle des Watts, Programme de Graisse Corporelle, Programme de Fréquence Cardiaque Cible, Programmes de Contrôle de la Fréquence Cardiaque et Programme Utilisateur. Vous pouvez prérégler plusieurs paramètres d'entraînement pour obtenir les résultats souhaités.

REMARQUE: Certains paramètres ne sont pas réglables dans certains programmes. La durée et la distance ne peuvent pas être réglées en même temps.

Une fois qu'un programme a été sélectionné, appuyez sur la touche ENTER (ENTRER) et TIME (TEMPS) clignotera.
A l'aide des boutons UP (HAUT) ou DOWN (BAS), vous pouvez sélectionner la valeur de temps désirée. Appuyez sur la touche ENTER (ENTRER) pour saisir les valeurs. L'invite clignotante passe au paramètre suivant. Continuez à utiliser les boutons UP (HAUT) ou DOWN (BAS). Appuyez sur le bouton START/STOP (DÉMARRER/ARRÊT) pour commencer la séance d'entraînement.

En Savoir Plus Sur la Définition des Paramètres de la Séance d'Entraînement

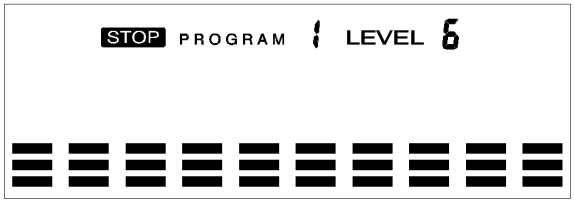
Champ	Plage de Réglage	Valeur par Défaut	Incrément/ Diminution	Description
TIME (TEMPS)	0:00~99:00	0:00	±1:00	1. Lorsque l'affichage est réglé sur 0:00, la durée compte à rebours. 2. Lorsque l'heure est réglée sur 1:00-99:00, le compte à rebours s'effectue jusqu'à 0.00.
DIST (DISTANCE)	0.00~999.0	0.00	±1.00	1. Lorsque l'affichage est réglé sur 0.00, la DIST (DISTANCE) compte à rebours. 2. Lorsque la DIST (DISTANCE) est réglée sur 1,00~999,0, le compte à rebours s'effectue jusqu'à 0,00.
CAL (CALORIES)	0.00~9995	0.00	±5.00	1. Lorsque l'affichage est réglé sur 0.00, les CAL (CALORIES) sont décomptées. 2. Lorsque les CAL (CALORIES) sont réglées sur 5,00~9995, le compte à rebours s'effectue jusqu'à 0,00.

WATT	50~250	100	±5	L'utilisateur ne peut régler la valeur en watts que dans le programme de contrôle des watts.
AGE (ÂGE)	10~99	30	±1	La TARGET HR. (FRÉQUENCE CARDIAQUE CIBLE) est basée sur l'âge. Lorsque la fréquence cardiaque dépasse l'objectif, le numéro de la fréquence cardiaque clignote.
TARGET HR. (FRÉQUENCE CARDIAQUE CIBLE)	60~220	60	±1	Paramètres de réglage de la Fréquence Cardiaque Cible.

FONCTIONNEMENT DU PROGRAMME:

PROGRAMME MANUEL (PROGRAM 1)

Profil du Programme

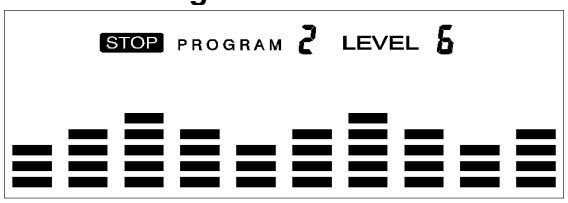


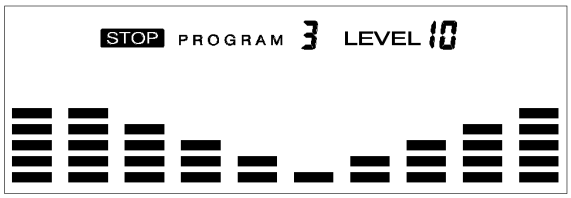
PARAMÈTRES DE RÉGLAGE DU PROGRAMME MANUEL

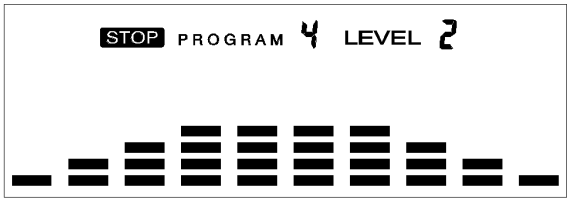
1. Sélectionnez **Programme Manuel (PROGRAM 1)** à l'aide des touches UP (HAUT) ou DOWN (BAS), puis appuyez sur la touche ENTER (ENTRER).
2. TIME (TEMPS) clignotera pour que la valeur puisse être ajustée en utilisant les boutons UP (HAUT) ou DOWN (BAS).
3. Appuyez sur la touche ENTER (ENTRER) pour enregistrer la valeur et passer au paramètre suivant à régler.
   REMARQUE: Si vous définissez la durée cible de l'entraînement, le paramètre suivant de la DIST (DISTANCE) ne peut pas être réglé.
4. Continuez à régler tous les paramètres souhaités et appuyez sur le bouton START/STOP (DÉMARRER/ARRÊT) pour commencer la séance d'entraînement.
   REMARQUE: Une fois que le paramètre de la séance d'entraînement compte à rebours jusqu'à zéro, il émet un signal sonore et arrête automatiquement la séance d'entraînement. Appuyez sur la touche START/STOP (DÉMARRER/ARRÊT) pour continuer la séance d'entraînement et atteindre le paramètre inachevé.

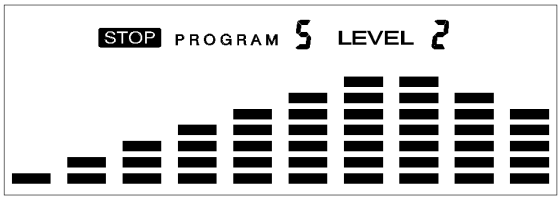
PROGRAMMES PRÉRÉGLÉS (PROGRAM 2~ PROGRAM 13)

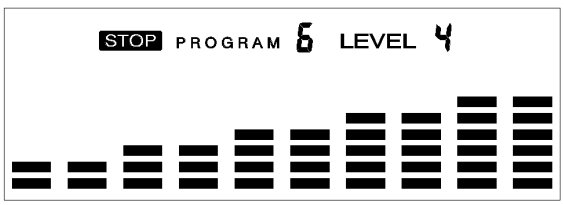
Profil du Programme

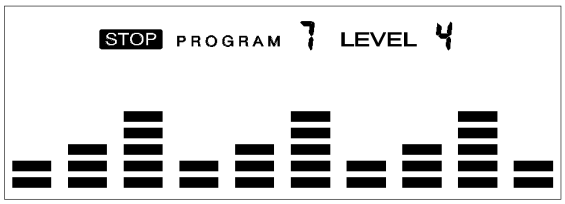


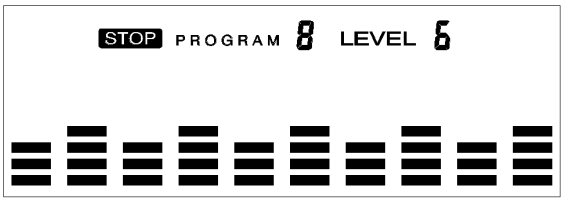


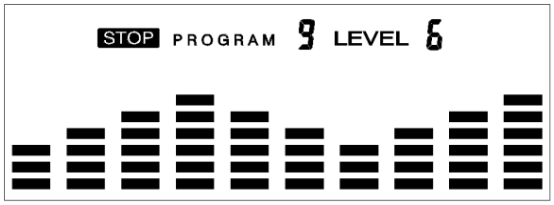


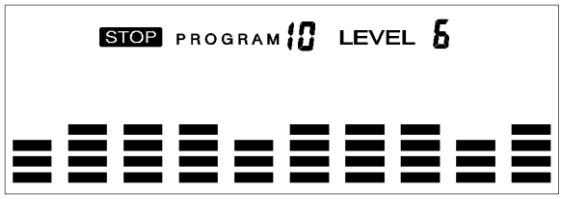


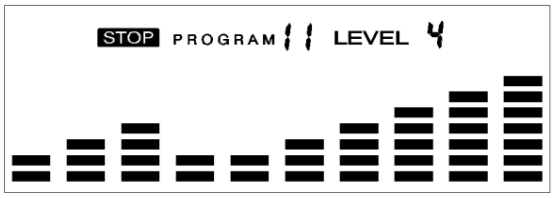


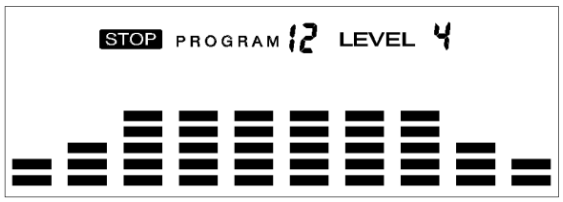


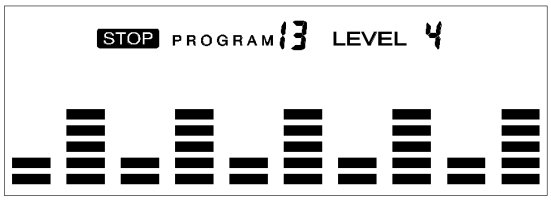












Il existe 12 programmes préréglés prêts à l'emploi. Tous les profils de programme ont 16 niveaux de résistance.

PARAMÈTRES DE RÉGLAGE DES PROGRAMMES PRÉRÉGLÉS

1. Sélectionnez l'un des **Programmes Préréglés** à l'aide des touches UP (HAUT) ou DOWN (BAS), puis appuyez sur la touche ENTER (ENTRER). TEMPS clignotera pour que la valeur puisse être ajustée à l'aide des touches UP (HAUT) ou DOWN (BAS).
2. Appuyez sur la touche ENTER (ENTRER) pour enregistrer la valeur et passer au paramètre suivant à régler. Continuez à régler tous les paramètres souhaités et appuyez sur la touche START/STOP (DÉMARRER/ARRÊT) pour commencer la séance d'entraînement.

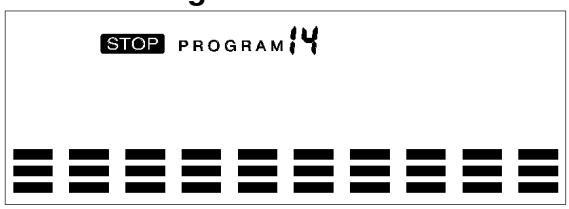
ENTRAÎNEMENT DANS N'IMPORTE QUEL PROGRAMME PRÉÉTABLI

Vous pouvez ajuster le niveau de résistance en appuyant sur le bouton UP (HAUT) ou DOWN (BAS) pendant la séance d'entraînement.

REMARQUE: si vous avez défini la durée cible de la séance d'entraînement, le paramètre suivant, la DIST (DISTANCE), ne peut pas être réglé. Une fois que le paramètre de la séance d'entraînement compte à rebours jusqu'à zéro, un signal sonore est émis et la séance d'entraînement s'arrête automatiquement. Appuyez sur la touche START/STOP (DÉMARRER/ARRÊT) pour poursuivre le paramètre inachevé.

PROGRAMME DE CONTRÔLE DES WATTS (PROGRAM 14)

Profil du Programme



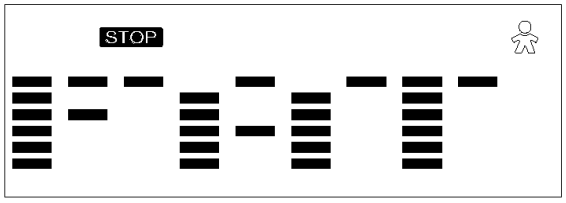
RÉGLAGE DES PARAMÈTRES DU PROGRAMME DE CONTRÔLE DES WATTS

1. Sélectionner le **Programme de Contrôle des Watts (PROGRAM 14)** à l'aide des touches UP (HAUT) ou DOWN (BAS), puis appuyer sur la touche ENTER (ENTRER).
2. TIME (TEMPS) clignote et la valeur peut être ajustée à l'aide des boutons UP (HAUT) ou DOWN (BAS).
3. Appuyez sur la touche ENTER (ENTRER) pour enregistrer la valeur et passer au paramètre suivant à régler.
   REMARQUE: Si vous définissez la durée cible de l'entraînement, le paramètre suivant de la DIST (DISTANCE) ne peut pas être réglé.

4. Continuez à régler tous les paramètres souhaités et appuyez sur la touche START/STOP (DÉMARRER/ARRÊT) pour démarrer la séance d'entraînement.
   REMARQUE: Une fois que les paramètres de la séance d'entraînement sont tombés à zéro, l'appareil émet un signal sonore et arrête automatiquement la séance d'entraînement.
5. Appuyer sur le bouton START/STOP (DÉMARRER/ARRÊT) pour continuer la séance d'entraînement et atteindre le paramètre inachevé.
   L'appareil ajustera automatiquement la charge de résistance en fonction de la vitesse afin de maintenir une valeur en watts constante. Vous pouvez utiliser les boutons UP (HAUT) ou DOWN (BAS) pour ajuster la valeur en watts pendant la séance d'entraînement.

PROGRAMME DE GRAISSE CORPORELLE (PROGRAM 15)

Profil du Programme



RÉGLAGE DES DONNÉES POUR LA GRAISSE CORPORELLE

Sélectionner le **Programme de Graisse Corporelle (PROGRAM 15)** à l'aide des touches UP (HAUT) ou DOWN (BAS), puis appuyer sur la touche ENTER (ENTRER). La mention "MALE" clignote et le sexe peut être ajusté à l'aide des touches UP (HAUT) ou DOWN (BAS). Appuyez sur la touche ENTER (ENTRER) pour enregistrer le sexe et passer à la donnée suivante.

"5'8 (inches)" de la taille clignotera pour que la taille puisse être ajustée à l'aide des boutons UP (HAUT) ou DOWN (BAS). Appuyez sur la touche ENTER (ENTRER) pour enregistrer la valeur et passer à la donnée suivante.

"154 (lbs)" pour le poids clignotera pour que le poids puisse être ajusté en utilisant les boutons UP (HAUT) ou DOWN (BAS). Appuyez sur la touche ENTER (ENTRER) pour enregistrer la valeur et passer à la donnée suivante.

"30" de l'âge clignotera pour que l'âge puisse être ajusté en utilisant les boutons UP (HAUT) ou DOWN (BAS). Appuyez sur la touche ENTER (ENTRER) pour enregistrer la valeur.

Appuyez sur le bouton START/STOP (DÉMARRER/ARRÊT) pour commencer la mesure. N'oubliez pas de saisir les capteurs de pouls de la main. Après 15 secondes, l'écran affiche le pourcentage de graisse corporelle, le BMR, l'IMC et le TYPE DE CORPS.

Types de Corps:

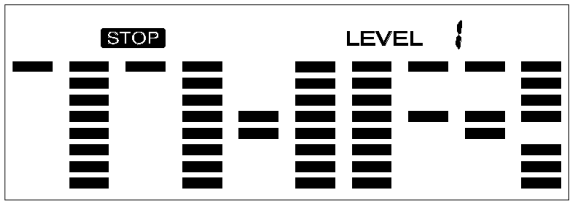
Il existe 9 types de corps divisés en fonction du pourcentage de graisse calculé.

Type de Corps	GRAISSE %	Type de Corps	GRAISSE %	Type de Corps	GRAISSE %
Type 1	5% - 9%	Type 4	20% - 24%	Type 7	35% - 39%
Type 2	10% - 14%	Type 5	25% - 29%	Type 8	40% - 44%
Type 3	15% - 19%	Type 6	30% - 34%	Type 9	45% - 50%

BMR: Rapport Métabolique Basal
IMC: Indice de Masse Corporelle
Appuyez sur la touche START/STOP (DÉMARRER/ARRÊT) pour revenir à l'affichage principal.

PROGRAMME DE FRÉQUENCE CARDIAQUE CIBLE (PROGRAM 16)

Profil du Programme

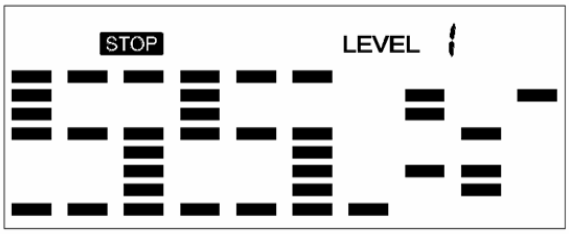


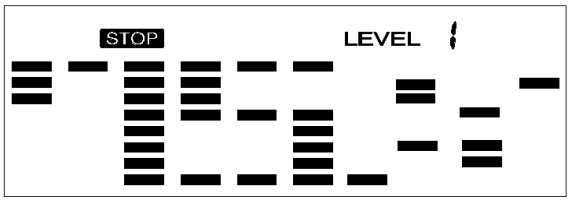
RÉGLAGE DES PARAMÈTRES DU PROGRAMME DE FRÉQUENCE CARDIAQUE CIBLE

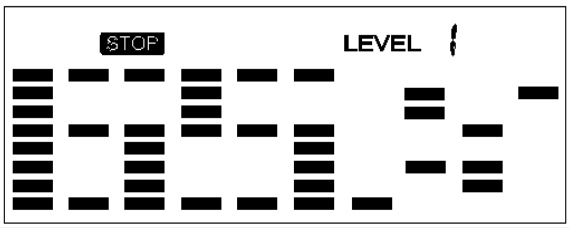
1. Sélectionnez **Programme de Fréquence Cardiaque Cible (PROGRAM 16)** à l'aide des touches UP (HAUT) ou DOWN (BAS), puis appuyez sur la touche ENTER (ENTRER).
2. TIME (TEMPS) clignote. La valeur peut être ajustée à l'aide des boutons UP (HAUT) ou DOWN (BAS).
3. Appuyez sur la touche ENTER (ENTRER) pour enregistrer la valeur et passer au paramètre suivant à régler.
   REMARQUE: Si vous définissez la durée cible de l'entraînement, le paramètre suivant de DIST (DISTANCE) ne peut pas être réglé.
4. Continuer à régler tous les paramètres souhaités et appuyer sur la touche START/STOP (DÉMARRER/ARRÊT) pour commencer la séance d'entraînement.
   REMARQUE: si la fréquence cardiaque est supérieure à la TARGET HR. (FRÉQUENCE CARDIAQUE CIBLE) définie, la valeur du pouls clignote pour le rappeler à l'utilisateur.

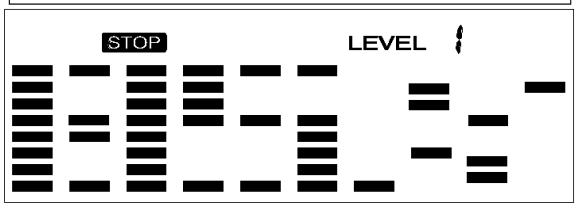
PROGRAMME DE CONTRÔLE DE LA FRÉQUENCE CARDIAQUE (PROGRAM 17- PROGRAM 20)

Profil du Programme









Il y a 4 sélections pour le Pouls Cible (FC):

HRC - 55%	FC CIBLE= 55% of (220-AGE)
HRC - 65%	FC CIBLE= 65% of (220-AGE)
HRC - 75%	FC CIBLE= 75% of (220-AGE)
HRC - 85%	FC CIBLE= 85% of (220-AGE)

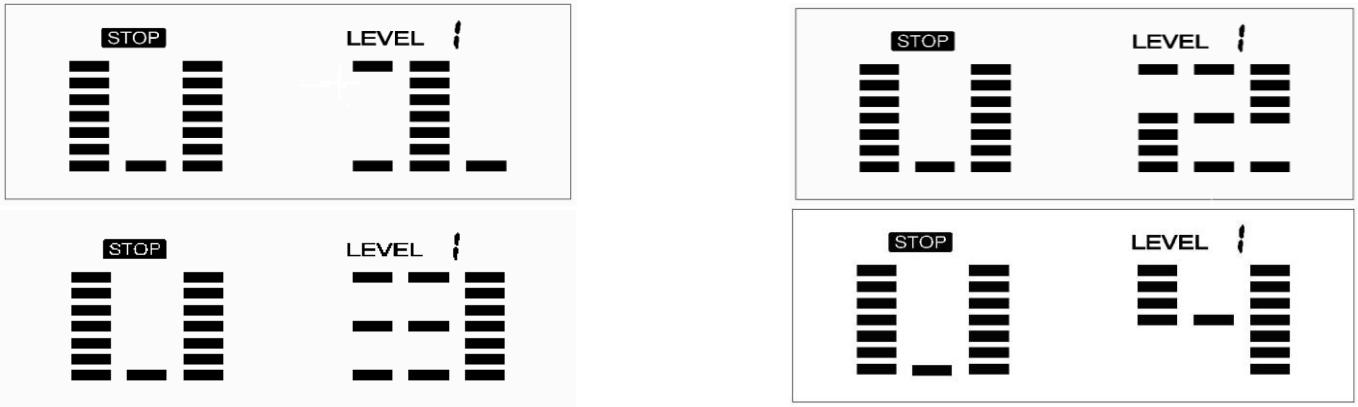
RÉGLAGE DES PARAMÈTRES POUR LE CONTRÔLE DE LA FRÉQUENCE CARDIAQUE

1. Sélectionnez l'un des **Programmes de Contrôle de la Fréquence Cardiaque** à l'aide des boutons UP (HAUT) ou DOWN (BAS), puis appuyez sur le bouton ENTER (ENTRER).
2. TIME (TEMPS) clignote. La valeur peut être ajustée à l'aide des boutons UP (HAUT) ou DOWN (BAS).
3. Appuyez sur la touche ENTER (ENTRER) pour enregistrer la valeur et passer au paramètre suivant à régler.
   REMARQUE: Si vous définissez la durée cible de l'entraînement, le paramètre suivant de la DIST (DISTANCE) ne peut pas être réglé.
4. Continuer à régler tous les paramètres souhaités et appuyer sur la touche START/STOP (DÉMARRER/ARRÊT) pour démarrer la séance d'entraînement.
   REMARQUE: Si la fréquence cardiaque est supérieure ou inférieure (± 5) à la TARGET HR. (FRÉQUENCE CARDIAQUE CIBLE), l'appareil ajustera automatiquement la charge de

résistance. Il vérifiera toutes les 20 secondes qu'environ 1 charge de résistance augmente ou diminue (REMARQUE: chaque charge de résistance représente 2 niveaux de charge).
Si l'un des paramètres de la séance d'entraînement descend à zéro, l'appareil émet un signal sonore et arrête automatiquement la séance d'entraînement. Appuyez sur le bouton START/STOP (DÉMARRER/ARRÊT) pour continuer l'entraînement jusqu'au paramètre d'entraînement inachevé.

PROGRAMME UTILISATEUR (PROGRAM 21- PROGRAM 24)

Profil du Programme



Les 4 programmes utilisateur permettent à l'utilisateur de définir son propre programme et de l'utiliser immédiatement.

RÉGLAGE DES PARAMÈTRES DU PROGRAMME UTILISATEUR

1. Sélectionnez le **Programme Utilisateur** à l'aide des boutons UP (HAUT) ou DOWN (BAS), puis appuyez sur le bouton ENTER (ENTRER).
2. TIME (TEMPS) clignotera pour que la valeur puisse être ajustée à l'aide des boutons UP (HAUT) ou DOWN (BAS).
3. Appuyez sur la touche ENTER (ENTRER) pour enregistrer les valeurs et passer au paramètre suivant à régler.
   REMARQUE: Si vous définissez la durée cible de l'entraînement, le paramètre suivant de DIST (DISTANCE) ne peut pas être ajusté.
4. Poursuivre avec tous les paramètres souhaités.
5. Après avoir terminé la configuration des paramètres souhaités, le niveau 1 clignote. Utilisez les boutons UP (HAUT) ou DOWN (BAS) pour ajuster, puis appuyez sur le bouton ENTER (ENTRER) jusqu'à ce que vous ayez terminé. (Il y a 10 fois au total). Appuyez sur le bouton START/STOP (DÉMARRER/ARRÊT) pour commencer la séance d'entraînement.
   REMARQUE: Une fois que le paramètre de la séance d'entraînement compte à rebours jusqu'à zéro, un bip est émis et la séance d'entraînement s'arrête automatiquement. Appuyez sur la touche START/STOP (DÉMARRER/ARRÊT) pour continuer la séance d'entraînement et atteindre le paramètre d'entraînement non terminé.

DONNÉES TECHNIQUES

Connectivité: Bluetooth LE
Gamme de fréquences: 2400~2483.5 Mhz
Puissance d'émission: 0 dBm

CONNEXION À L'APPLICATION:

Conecte el equipo inteligente a la SunnyFit App:

1. Scannez pour télécharger SunnyFit à partir de l'app store:
2. Assurez-vous que la fonction Bluetooth est activée sur votre appareil mobile.
3. Si vous utilisez l'application SunnyFit pour la première fois, suivez les instructions in-app pour vous inscrire à votre compte SunnyFit gratuit et vous connecter.
4. Commencez toute activité d'entraînement correspondant à votre équipement intelligent, puis suivez les invites à l'écran pour rechercher votre équipement intelligent et vous y connecter.
5. Une fois connecté, vos statistiques et vos records seront affichés à la fin de votre cours/session et enregistrés dans le profil de votre compte.

Dépannage:

- Si vous ne parvenez pas à connecter votre équipement intelligent, visitez le site www.sunnyfit.com/guide ou scannez le code QR ci-dessous:
- Si vous avez besoin d'une assistance supplémentaire, veuillez contacter support@sunnyfit.com.

DÉPANNAGE

PROBLEME	CAUSE POSSIBLE	VERIFIER	SOLUTION
E1-1	Le moteur n'a pas pu trouver son point de départ.	Vérifiez si tous les câbles sont bien branchés ou si les broches des câbles sont mal insérées. Ou vérifiez si le moteur est bien branché.	Rebranchez les câbles et mettez l'appareil sous tension, puis appuyez simultanément sur les touches MODE et ENTRER pour entrer dans le mode de correction des erreurs.
E1-2	Le signal du moteur n'a pas d'induction.	Vérifier si tous les câbles sont bien branchés ou si les broches des câbles sont mal insérées. Ou vérifier si le moteur est bloqué.	Rebranchez les câbles ou changez de moteur.
E1-3	Le moteur a dépassé le niveau de résistance maximum.	Vérifier si tous les câbles sont bien branchés ou si les broches des câbles sont mal insérées.	Rebranchez les câbles et mettez sous tension, 1 seconde plus tard débranchez les câbles puis rebranchez les câbles et mettez sous tension, attendez environ 6 secondes pour que le moteur revienne à son point de départ, puis appuyez simultanément sur les touches MODE et ENTRER pour entrer dans le mode de correction des erreurs.
E2	Aucune donnée EEPROM n'a été lue.		Rebranchez le compteur.
	Erreur de lecture des données EEPROM.		Remettez le compteur sous tension pour relire les données.
E4	Les mains ne sont pas posées sur les deux impulsions de la poignée immédiatement après avoir appuyé sur le bouton START/STOP (DÉMARRER/ARRÊT).		Placez les mains sur les deux impulsions de la poignée immédiatement après avoir appuyé sur le bouton START/STOP (DÉMARRER/ARRÊT).
	La fonction graisse corporelle ne peut pas recevoir le signal d'impulsion.	Vérifier si les fils d'impulsion de la poignée sont bien connectés.	Rebranchez les fils d'impulsion de la poignée ou changez les fils d'impulsion de la poignée.
		Vérifier si l'impulsion fonctionne lorsque le programme de graisse corporelle n'est pas activé.	Remplacer le compteur.

REMARQUE: si vous ne parvenez pas à résoudre un problème à l'aide du guide de dépannage ci-dessus, veuillez contacter le service clientèle à l'adresse support@sunnyhealthfit

LISTE DE PIÈCES

N°	Description	Spec.	Qté.
1	Cadre Principal		1
2L-1	Tube de Support de Pédale Gauche		1
2R-1	Tube de Support de Pédale Droite		1
3	Courroie de Pédale	T1.5x50x750	2
4	Poteau de Guidon		1
5L	Guidon Gauche		1
5R	Guidon Droite		1
6	Joint de Cardan	M10x30	2
7	Rail de Siège		1
8	Support de Siège		1
9	Essieu		1
10	Stabilisateur Avant		1
11	Stabilisateur Arrière		1
12	Guidon Arrière		1
13	Poignée Réglable		1
14	Compteur	TZ-4113P	1
14a	Fil du Compteur A	100 mm	1
14b	Fil du Compteur B	100 mm	1
15	Boulon Hexagonal	M8x50	4
16	Boulon de Carrosserie	M8xL45	2
17	Boulon	M6x40	4
18	Vis	M6x10	2
19L	Barre Oscillante Gauche		1
19R	Barre Oscillante Droite		1
20	Vis	M8x16	12
21	Vis	M8x20	10
22	Vis	ST3.5x8	4
23	Vis	ST4.2x18	33
24	N/A		-
25	Vis	M5x15	4
26	Vis Hexagonale	M8x20	2
27	Vis	M4x10	2
28	Écrou Nylon	M10	2
29	Écrou Borgne	M8	2
30	Écrou Nylon	M8	5
31	Écrou Hexagonal	M10	2
32	Entretoise	D10xΦ16x6	2
33	Rondelle Plate	D8xΦ38x2	2
34	Rondelle Plate	D6xΦ12x1.2	6
35	Rondelle Plate	D8xΦ16x1.5	23

N°	Description	Spec.	Qté.
36	Rondelle en Arc	Φ20xD8.5xR30	6
37	Rondelle Elastique	D8	20
38	Roue Excentrique	Φ25x38	1
39	Porte-Bouteille		1
40	Essieu Long	Φ19.5x410	1
41L-1	Manivelle Gauche	151x38x20, 1/2"x20	1
41R-1	Manivelle Droite	151x38x20, 1/2"x20	1
42	Vis	M6x16	2
43	Vis Phillips	M6x10	4
44L-1	Boulon de Charnière Gauche	Φ16x75.7xL30.3	1
44R-1	Boulon de Charnière Droite	Φ16x75.7xL30.3	1
45	Rondelle Elastique	Φ13xB2	2
46L	Écrou Nylon Gauche	B0.5x20	1
46R	Écrou Nylon Droite	B0.5x20	1
47	Poignée Plaque Fixe	50x25x4	1
48	Couvre Rail de Siège		2
49L	Pédale Gauche		1
49R	Pédale Droite		1
50	Capuchon	S13	2
51a-1	Housse de Protection A		2
51b-1	Housse de Protection B		2
52	Siège	KX4850	1
53	Dossier	QT-188D	1
54	Housse de Dossier		1
55L	Capuchon Avant Gauche		1
55R	Capuchon Avant Droite		1
56L	Capuchon Arrière Gauche		1
56R	Capuchon Arrière Droite		1
57	Tube d'Expédition		2
58	Capuchon Rond	Φ25x1.5	4
59	Capuchon Carré 1	30x30x1.5	2
60	Capuchon Carré 2	50x25x1.5	2
61	Poignée en Mousse	Φ30xΦ24x550	2
62	Poignée en Mousse	Φ30xΦ24x220	2
63	Bouchon	Φ12.5	2
64	Douille en Plastique	Φ16xΦ31x23	4
65	Douille en Plastique	Φ38xΦ19.5x26	6
66	Fil du Capteur	200 mm	1
67	Bouton	M16x1.5x22	2
68	Poignée	Black	1

N°	Description	Spec.	Qté.
69	Douille Carrée	100x50x2	2
70	Bloc Supérieur	38x34x36.2	1
71	Coussin	Φ22xΦ12x16	2
72	Douille Ronde	Φ28.5x25.4x84	2
73	Coussin Réglable	M10x30	1
74	Rondelle Plate	D5xΦ10x1	2
75	Capteur d'Impulsion		2
76	Rondelle Elastique d'Essieu	D12	3
77	Fil d'Impulsion	850 mm	1
78	Fil d'Extension d'Impulsion 1	2000 mm	1
79	Fil d'Extension du Capteur 1	600 mm	1
80	Fil d'Extension du Capteur 2	700 mm	1
81	Fil d'Extension d'Impulsion 2	700 mm	1
82	Vis	M8x10	1
83	Vis	M5x10	4
84	Adaptateur		1
85	Rondelle d'Onde	D20	2
86	Vis	M6x8	2
87	Vis Hexagonale	M6x15	9
88	Écrou Hexagonal	M5	2
89	Boulon Hexagonal	M5x60	1
90	Écrou Nylon	M6	5
91	Rondelle Plate	D6xΦ16x1.5	3
92	Rondelle Elastique	D6	9
93	Boulon	M6x50	1
94	Rondelle Elastique d'Essieu	D17	2
95	Aimant	40x25x10	4
96	Vis d'Essieu	Φ14xΦ10xM8x2 0.5	1
97	Axe de Tableau Magnétique	Φ12x73	1
98	Rondelle d'Onde	Φ12xΦ15.5x0.3	1
99	Ressort de Tension	Φ1.6xΦ15xL47. 2	1
100	Ressort de Tension	Φ18xΦ3xL67.5	1
101	Roulement	6203	2
102	Roulement	6001	4
103	Volant	Φ240x40	1

N°	Description	Spec.	Qté.
104	Axe de Volant	Φ24x103	1
105	Plaque Fixe de Roulement	72x56x1.5	2
106	Support de Roulement	72x56x11	2
107	Essieu Central	Φ17x218	1
108	Capteur Aimant		1
109	Capuchon Carré 3	80x40x1.5	1
110	Capuchon Oblat	100x50x2	1
111L	Couvercle de Ceinture Gauche		1
111R	Couvercle de Ceinture Droite		1
112	Boîte de Rangement		1
113L	Couvercle de Support de Siège Gauche		1
113R	Couvercle de Support de Siège Droite		1
114	Câble de Tension	500 mm	1
115	Poulie de Courroie	Φ260	1
116	Courroie	405 PJ6	1
117	Roue Libre	Φ39x24	1
118	Bouchon de Tube	Φ25x22	2
119	Anneau d'Étanchéité	Φ60	1
120	Siège du Capteur		1
121	Moteur		1
122	Écrou à Bride	M10x1.25	2
123	Capuchon de Manivelle	Φ22	2
124	Couvercle de Manivelle	Φ60xΦ25	2
125	Rondelle d'Onde	D17	3
126	Tringlerie de Roue Libre		1
127	Tableau Magnétique		1
128	Clé Allen	S8	1
129	Clé	S13,S14,S15	2
130	Clé à Fourche	S17,S19	1
131	Clé Allen	S5	1
132	Clé Allen	S6	1
133	Câble DC	1000 mm	1
134	Vis	ST4.2x13	1
135	Vis	ST4.2x16	6

WICHTIGE SICHERHEITSINFORMATIONEN

Wir danken Ihnen, dass Sie sich für unser Produkt entschieden haben. Um Ihre Sicherheit und Gesundheit zu gewährleisten, bitten wir Sie, dieses Gerät richtig zu benutzen. Es ist wichtig, dass Sie dieses Handbuch vor dem Zusammenbau und der Verwendung des Geräts vollständig lesen. Eine sichere und effektive Nutzung kann nur erreicht werden, wenn das Gerät ordnungsgemäß montiert, gewartet und benutzt wird. Es liegt in Ihrer Verantwortung, dafür zu sorgen, dass alle Benutzer des Geräts über alle Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen informiert sind.

1. Bevor Sie mit einem Trainingsprogramm beginnen, sollten Sie Ihren Arzt konsultieren, um festzustellen, ob Sie unter gesundheitlichen oder körperlichen Beschwerden leiden, die Ihre Gesundheit und Sicherheit gefährden oder Sie daran hindern könnten, die Geräte richtig zu benutzen. Der Rat Ihres Arztes ist unerlässlich, wenn Sie Medikamente einnehmen, die Ihre Herzfrequenz, Ihren Blutdruck oder Ihren Cholesterinspiegel beeinflussen.
2. Achten Sie auf die Signale Ihres Körpers. Falsches oder übermäßiges Training kann Ihre Gesundheit schädigen. Hören Sie auf zu trainieren, wenn Sie eines der folgenden Symptome verspüren: Schmerzen, Engegefühl in der Brust, unregelmäßiger Herzschlag, Kurzatmigkeit, Benommenheit, Schwindel oder Übelkeitsgefühle. Wenn Sie eines dieser Symptome verspüren, sollten Sie Ihren Arzt konsultieren, bevor Sie mit Ihrem Trainingsprogramm fortfahren.
3. Halten Sie Kinder und Haustiere von den Geräten fern. Das Gerät ist nur für Erwachsene bestimmt.
4. Benutzen Sie das Gerät auf einer festen, ebenen Fläche mit einem Schutzbelag für Ihren Boden oder Teppich. Um die Sicherheit zu gewährleisten, sollte um das Gerät herum ein Freiraum von mindestens 120 cm (4 Fuß) vorhanden sein.
5. Vergewissern Sie sich, dass alle Muttern und Schrauben fest angezogen sind, bevor Sie das Gerät benutzen. Die Sicherheit des Geräts kann nur aufrechterhalten werden, wenn es regelmäßig auf Schäden und/oder Verschleiß untersucht wird.
6. Benutzen Sie das Gerät immer wie angegeben. Wenn Sie beim Zusammenbau oder bei der Überprüfung des Geräts defekte Teile feststellen oder wenn Sie während des Trainings ungewöhnliche Geräusche aus dem Gerät hören, stellen Sie den Gebrauch des Geräts sofort ein und benutzen Sie es nicht, bis das Problem behoben ist.
7. Tragen Sie bei der Benutzung des Geräts geeignete Kleidung. Vermeiden Sie es, lose Kleidung zu tragen, die sich im Gerät verfangen könnte.
8. Stecken Sie keine Finger oder Gegenstände in die beweglichen Teile des Geräts.
9. Die maximale Gewichtskapazität dieses Geräts beträgt 135 kgs (300 lbs).
10. Das Gerät ist nicht für den therapeutischen Einsatz geeignet.
11. Zur Vermeidung von Körperverletzungen und/oder Schäden am Produkt oder am Eigentum müssen Sie das Gerät richtig anheben und bewegen.
12. Ihr Produkt ist für den Gebrauch unter kühlen und trockenen Bedingungen bestimmt. Vermeiden Sie die Lagerung in extrem kalten, heißen oder feuchten Räumen, da dies zu Korrosion und anderen damit verbundenen Problemen führen kann.
13. Dieses Gerät ist nur für den Gebrauch in Innenräumen und zu Hause bestimmt; es ist nicht für den gewerblichen Gebrauch vorgesehen!

WICHTIGE SICHERHEITSANWEISUNGEN

Lesen Sie alle Anweisungen, bevor Sie (dieses Gerät) benutzen.

Wenn Sie ein elektrisches Gerät verwenden, sollten Sie immer die folgenden grundlegenden Vorsichtsmaßnahmen beachten:

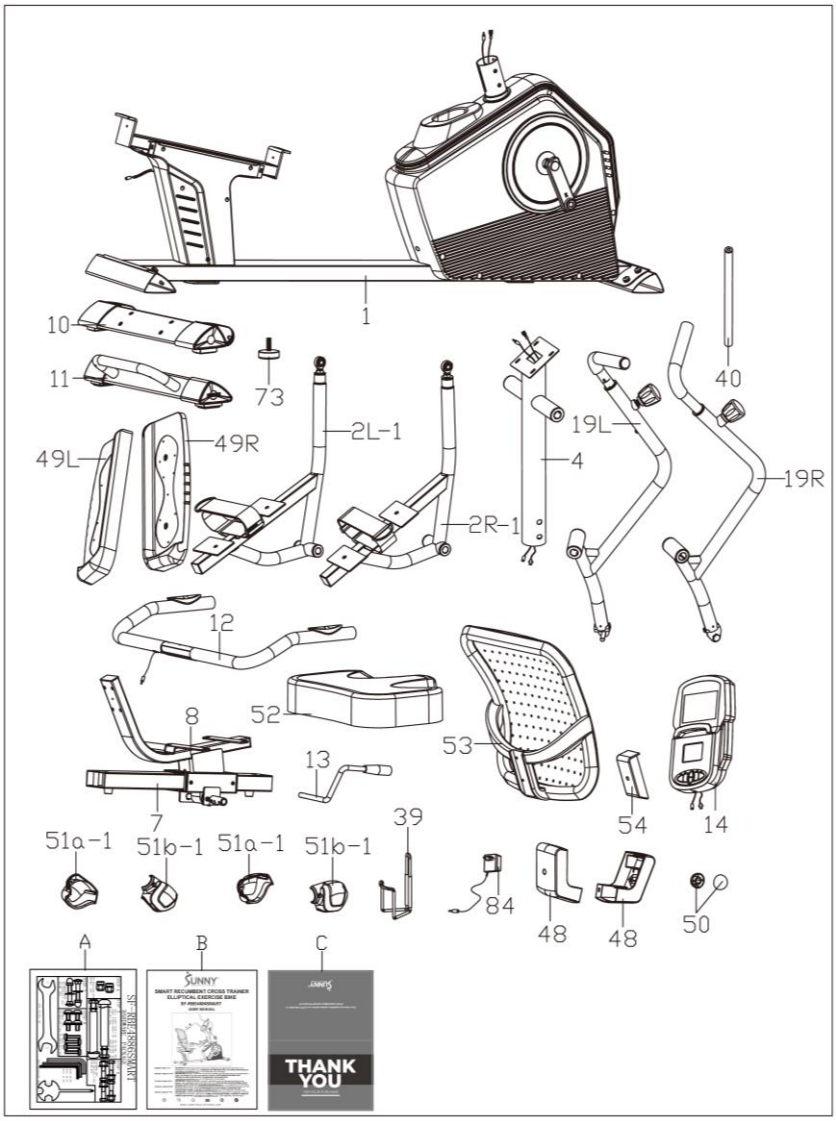
WARNUNG - Um das Risiko von Verbrennungen, Feuer, Stromschlägen oder Verletzungen zu verringern:

1. Dieses Gerät ist nicht für die Verwendung durch Personen mit eingeschränkten physischen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder mangelnder Erfahrung und Kenntnis bestimmt, es sei denn, sie werden von einer für ihre Sicherheit verantwortlichen Person beaufsichtigt oder in die Verwendung des Geräts eingewiesen. Halten Sie Kinder unter 13 Jahren von diesem Gerät fern.
2. Verwenden Sie das Gerät nur für den in diesem Handbuch beschriebenen Verwendungszweck. Verwenden Sie keine Anbaugeräte, die nicht vom Hersteller empfohlen werden.
3. Betreiben Sie das Gerät niemals, wenn die Luftöffnungen blockiert sind. Halten Sie die Luftöffnungen frei von Fusseln, Haaren und dergleichen.
4. Lassen Sie keine Gegenstände in die Öffnungen fallen und stecken Sie sie nicht hinein.
5. Verwenden Sie das Gerät nicht im Freien.
6. Nicht dort betreiben, wo Aerosolprodukte (Sprays) verwendet werden oder Sauerstoff verabreicht wird.
7. Nehmen Sie das Gerät nicht in Betrieb, wenn das Kabel oder der Stecker beschädigt ist, wenn es nicht richtig funktioniert, wenn es fallen gelassen oder beschädigt wurde oder wenn es ins Wasser gefallen ist. Bringen Sie das Gerät zur Überprüfung und Reparatur in ein Kundendienstzentrum.

BEWAHREN SIE DIESE ANLEITUNG AUF.

CHECKLISTE VOR DEM ZUSAMMENBAU

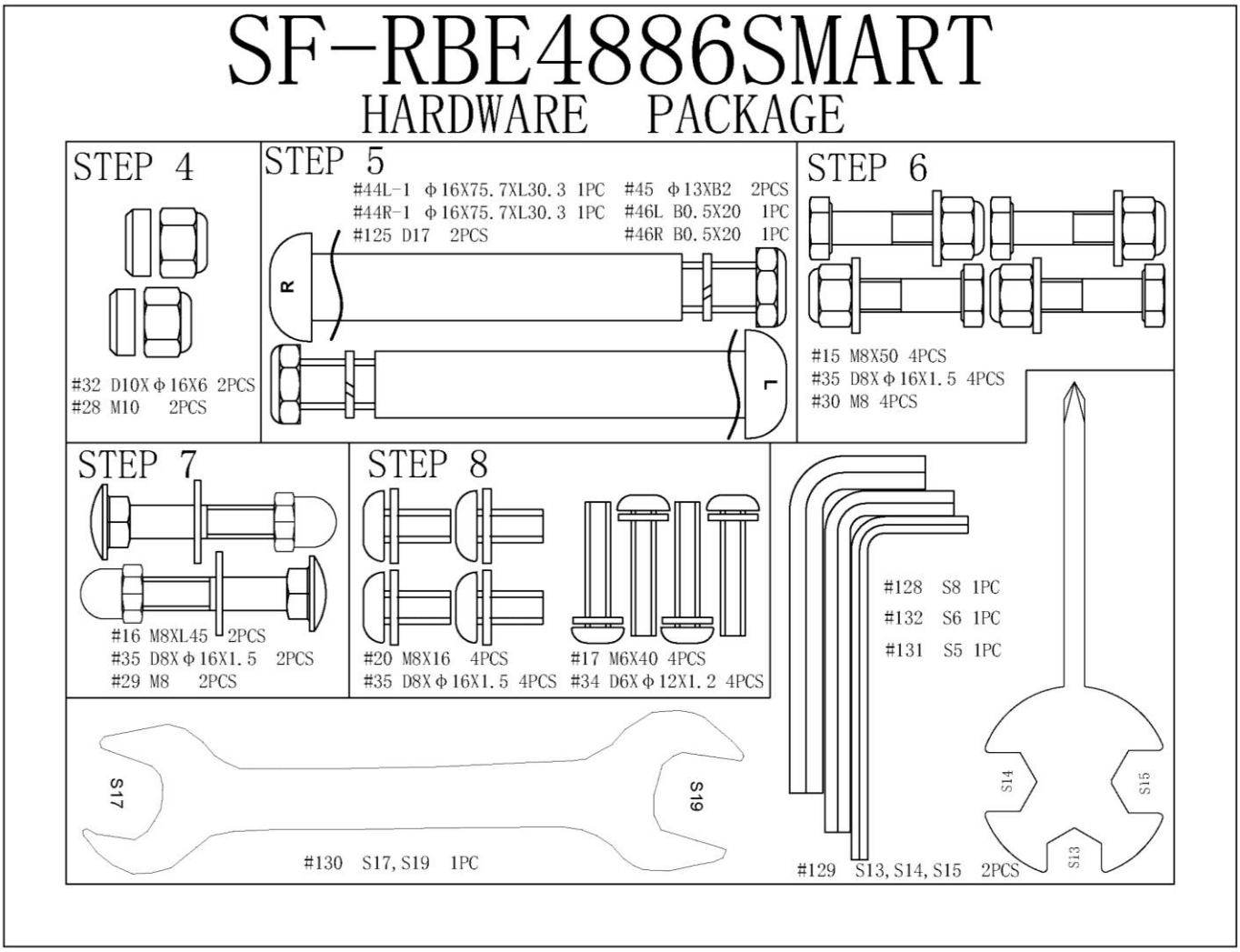
Bevor Sie mit dem Zusammenbau beginnen, vergewissern Sie sich bitte, dass alle Teile vorhanden sind.



Nr.	Beschreibung	Spez.	Anz.
1	Hauptrahmen		1
2L-1	Linke Pedalstützrohr		1
2R-1	Rechte Pedalstützrohr		1
4	Lenkerpfosten		1
7	Sitzschiene		1
8	Sitzstütze		1
10	Vorderer Stabilisator		1
11	Hinterer Stabilisator		1
12	Hinterer Lenker		1
13	Verstellbarer Lenker		1
14	Messgerät	TZ-4113P	1
19L	Linke Schwingstange		1
19R	Rechte Schwingstange		1
39	Flaschenhalter		1
40	Lange Achse	Φ19.5x410	1

Nr.	Beschreibung	Spez.	Anz.
48	Sitzschienenabdeckung		2
49L	Linke Pedal		1
49R	Rechte Pedal		1
50	Kappe	S13	2
51a-1	Schutzabdeckung A		2
51b-1	Schutzabdeckung B		2
52	Sitz	KX4850	1
53	Rückenlehne	QT-188D	1
54	Rückenlehnenbezug		1
73	Verstellbare Polster	M10x30	1
84	Adaptor		1
A	Hardware-Paket		1
B	Handbuch		1
C	Dankeskarte		1

HARDWARE-PAKET



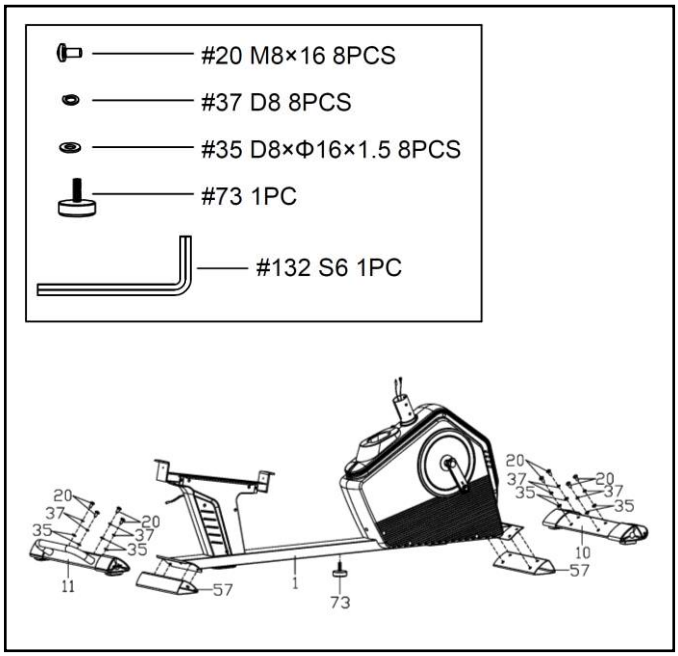
Bestellung von Ersatzteilen (nur für Kunden aus den USA und Kanada)
Bitte geben Sie die folgenden Informationen an, damit wir das/die benötigte(n) Teil(e) genau identifizieren können:

- ✓ Die Modellnummer (auf dem Umschlag des Handbuchs zu finden)
- ✓ Der Produktname (auf dem Umschlag des Handbuchs zu finden)
- ✓ Die Teilenummer, die Sie auf der " EXPLOSIONSZEICHNUNG" (Seite 108) und der "TEILELISTE" (Seiten 85~86) finden

Bitte kontaktieren Sie uns unter support@sunnyhealthfitness.com oder 1-877-90SUNNY (877-907-8669).

MONTAGEANLEITUNG

Wir schätzen Ihre Erfahrung mit den Produkten von Sunny Health and Fitness. Wenn Sie Hilfe bei der Beschaffung von Ersatzteilen oder bei der Fehlersuche benötigen, wenden Sie sich bitte an support@sunnyhealthfitness.com oder 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



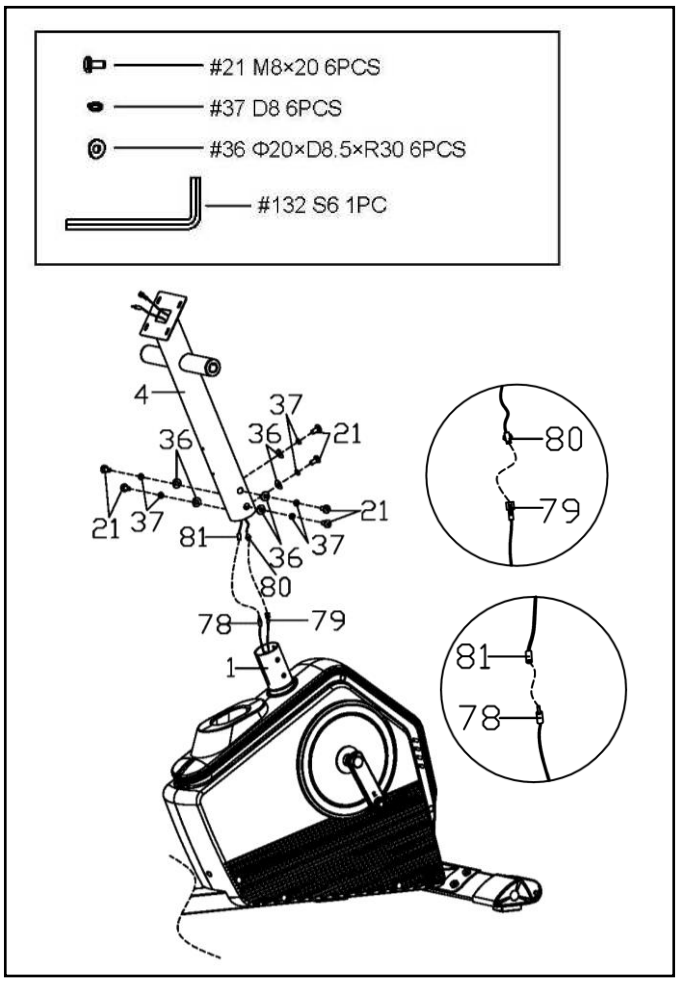
SCHRITT 1:

Entfernen Sie 2 **Versandrohren (Nr. 57),** 8 **Schrauben (Nr. 20),** 8 **Federscheiben (Nr. 37)** und 8 **Unterlegscheiben (Nr. 35)** mit dem **Inbusschlüssel (Nr. 132)** vom **Hauptrahmen (Nr. 1).**

HINWEIS: Sie können die 2 **Versandrohren (Nr. 57)** entsorgen oder sie aufbewahren, um den Artikel in Zukunft neu zu verpacken.

Befestigen Sie den **Vorderen Stabilisator (Nr. 10)** und den **Hinteren Stabilisator (Nr. 11)** am **Hauptrahmen (Nr. 1)** mit den 8 **Schrauben (Nr. 20),** 8 **Federscheiben (Nr. 37)** und 8 **Unterlegscheiben (Nr. 35),** die gerade entfernt wurden. Ziehen Sie sie mit dem **Inbusschlüssel (Nr. 132)** fest und sichern Sie sie.

Bringen Sie das **Verstellbare Polster (Nr. 73)** am **Hauptrahmen (Nr. 1)** an.



SCHRITT 2:

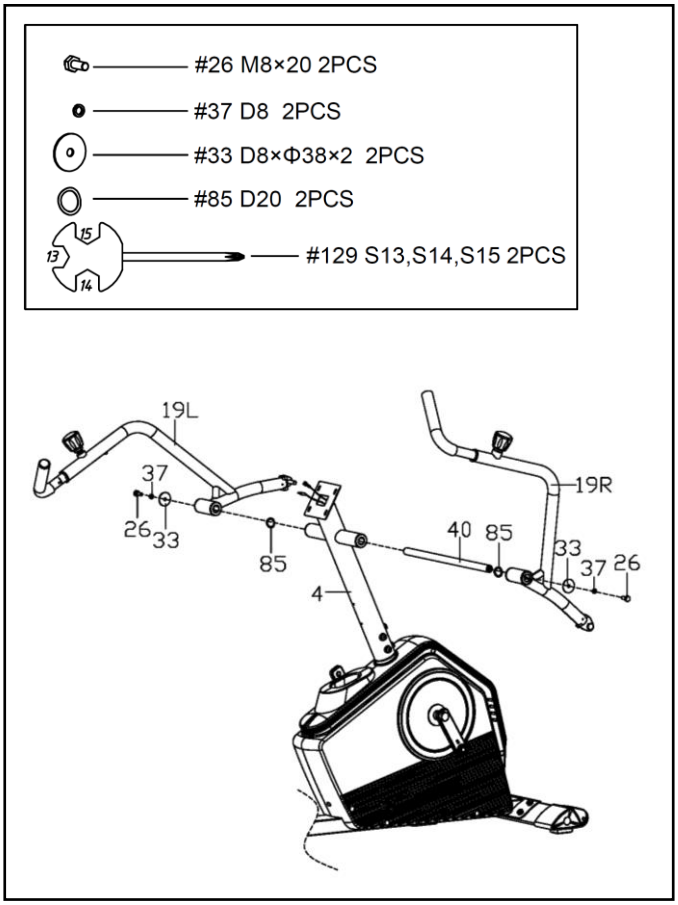
Entfernen Sie 6 **Schrauben (Nr. 21),** 6 **Federscheiben (Nr. 37)** und 6 **Lichtbogenscheiben (Nr. 36)** mit dem **Inbusschlüssel (Nr. 132)** vom **Hauptrahmen (Nr. 1).**

Verbinden Sie den **Sensorverlängerungskabel 2 (Nr. 80)** mit dem **Sensorverlängerungskabel 1 (Nr. 79)** und verbinden Sie den **Impulsverlängerungskabel 2 (Nr. 81)** mit dem **Impulsverlängerungskabel 1 (Nr. 78).**

Befestigen Sie die **Lenkerpfosten (Nr. 4)** am **Hauptrahmen (Nr. 1)** mit 6 **Schrauben (Nr. 21),** 6 **Federscheiben (Nr. 37)** und 6 **Lichtbogenscheiben (Nr. 36),** die gerade entfernt wurden. Mit dem **Inbusschlüssel (Nr. 132)** festziehen und sichern.

HINWEIS: Schneiden oder quetschen Sie keine Drähte ein, wenn Sie die **Lenkerpfosten (Nr. 4)** anbringen.

Wir schätzen Ihre Erfahrung mit den Produkten von Sunny Health and Fitness. Wenn Sie Hilfe bei der Beschaffung von Ersatzteilen oder bei der Fehlersuche benötigen, wenden Sie sich bitte an support@sunnyhealthfitness.com oder 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



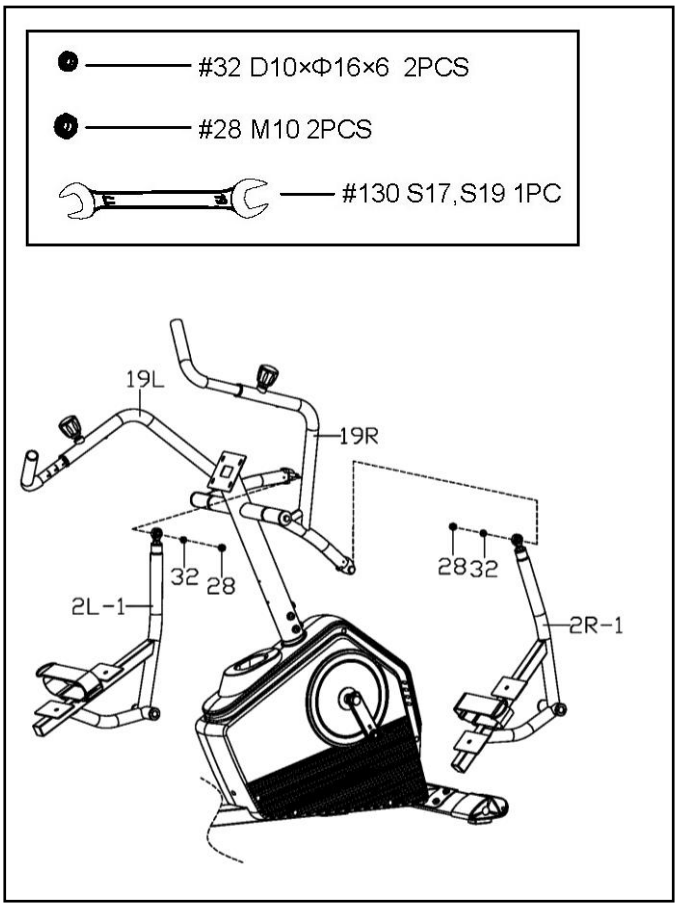
SCHRITT 3:

Entfernen Sie 2 **Sechskantschrauben (Nr. 26),** 2 **Federscheiben (Nr. 37),** 2 **Unterlegscheiben (Nr. 33)** und 2 **Wellenscheiben (Nr. 85)** von der **Lange Achse (Nr. 40)** mit 2 **Schraubenschlüsseln (Nr. 129).**

Setzen Sie die **Lange Achse (Nr. 40)** in den **Lenkerpfosten (Nr. 4)** ein und bringen Sie dann die 2 **Wellenscheiben (Nr. 85),** die gerade entfernt wurden, auf beiden Seiten der **Lange Achse (Nr. 40)** an. Befestigen Sie die **Linke & Rechte Schwingstangen (Nr. 19L & Nr. 19R)** auf beiden Seiten der **Lange Achse (Nr. 40)** mit 2 **Unterlegscheiben (Nr. 33),** 2 **Federscheiben (Nr. 37)** und 2 **Sechskantschrauben (Nr. 26),** die gerade entfernt wurden. Mit 2 **Schraubenschlüsseln (Nr. 129)** vorspannen.

HINWEIS: Wenn Sie Schwierigkeiten haben, die **Lange Achse (Nr. 40)** von Hand in den **Lenkerpfosten (Nr. 4)** einzuführen, können Sie einen Hammer verwenden, um die **Lange Achse (Nr. 40)** vorsichtig in den **Lenkerpfosten (Nr. 4)** zu schlagen.

HINWEIS: Ziehen Sie die **Sechskantschrauben (Nr. 26)** noch nicht ganz fest.

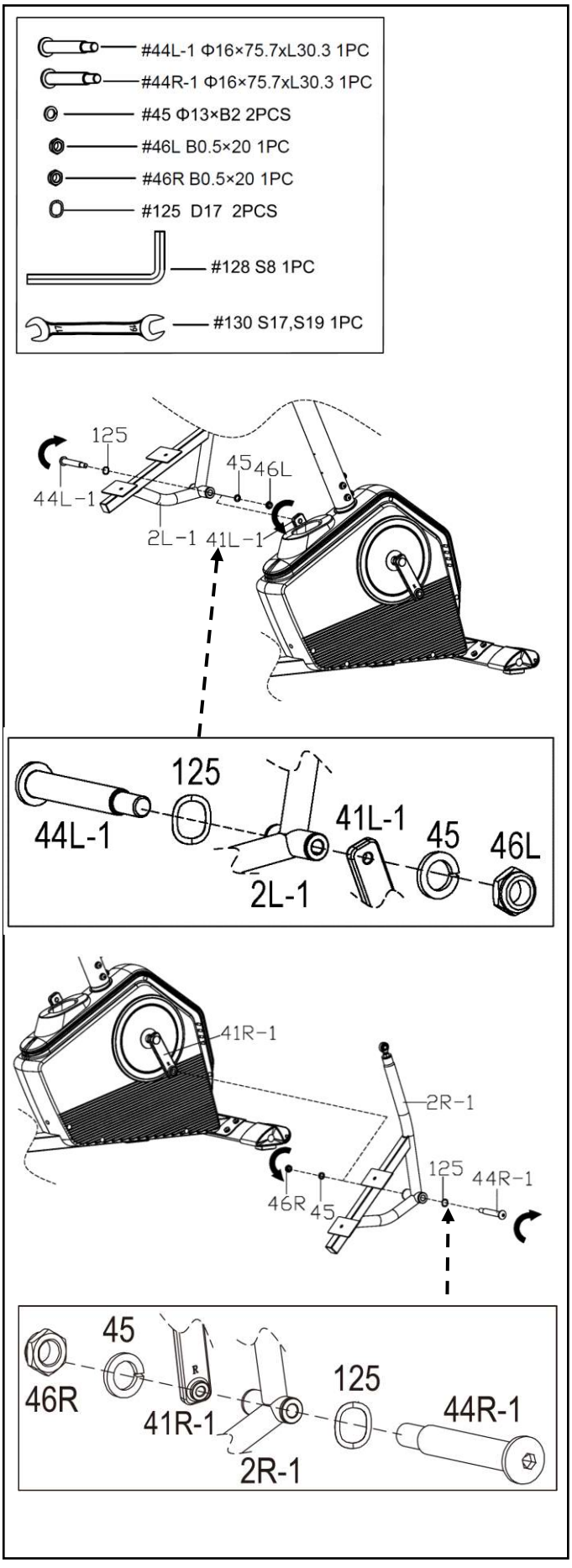


SCHRITT 4:

Befestigen Sie die **Linke & Rechte Schwingstangen (Nr. 19L & Nr. 19R)** mit 2 **Abstandhaltern (Nr. 32)** und 2 **Nylonmuttern (Nr. 28)** unter Verwendung des **Gabelschlüssel (Nr. 130)** an den **Linke & Rechte Pedalstützrohren (Nr. 2L-1 & Nr. 2R-1).**

HINWEIS: Ziehen Sie die **Nylonmuttern (Nr. 28)** noch nicht ganz fest.

Wir schätzen Ihre Erfahrung mit den Produkten von Sunny Health and Fitness. Wenn Sie Hilfe bei der Beschaffung von Ersatzteilen oder bei der Fehlersuche benötigen, wenden Sie sich bitte an support@sunnyhealthfitness.com oder 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



SCHRITT 5:

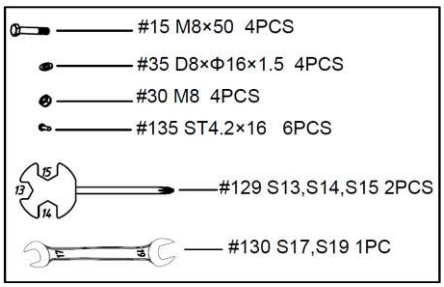
Befestigen Sie das **Linke Pedalstützrohr (Nr. 2L-1)** an der **Linke Kurbel (Nr. 41L-1)** mit einer **Linke Scharnierbolzen (Nr. 44L-1)** und einer **Wellenscheibe (Nr. 125).** Drehen Sie die **Linke Scharnierbolzen (Nr. 44L-1)** mit der Hand *gegen den Uhrzeigersinn*. Dann 1 **Federscheibe (Nr. 45)** und 1 SCHWARZE **Linke Nylonmutter (Nr. 46L)** am Ende der **Linke Scharnierbolzen (Nr. 44L-1)** anbringen und die SCHWARZE **Linke Nylonmutter (Nr. 46L)** *im Uhrzeigersinn* drehen. Mit einem **Inbusschlüssel (Nr. 128)** und einem **Gabelschlüssel (Nr. 130)** festziehen und sichern.

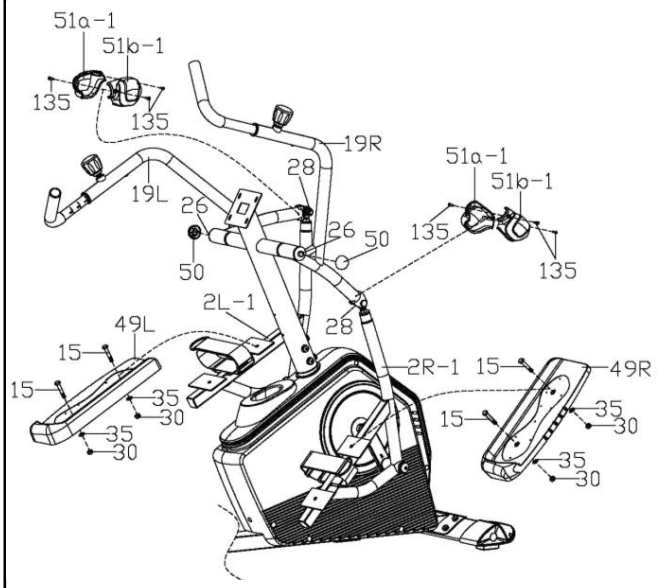
Befestigen Sie das **Rechte Pedalstützrohr (Nr. 2R-1)** an der **Rechte Kurbel (Nr. 41R-1)** mit 1 **Rechte Scharnierbolzen (Nr. 44R-1)** und 1 **Wellenscheibe (Nr. 125).** Drehen Sie die **Rechte Scharnierbolzen (Nr. 44R-1)** mit der Hand *im Uhrzeigersinn*. Befestigen Sie dann 1 **Federscheibe (Nr. 45)** und 1 WEISSE **Rechte Nylonmutter (Nr. 46R)** am Ende der **Rechte Scharnierbolzen (Nr. 44R-1)** und drehen Sie die WEISSE **Rechte Nylonmutter (Nr. 46R)** *gegen den Uhrzeigersinn*. Mit einem **Inbusschlüssel (Nr. 128)** und einem **Gabelschlüssel (Nr. 130)** festziehen und sichern.

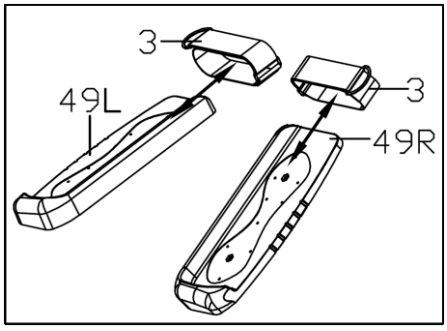
HINWEIS: Die **Linke Scharnierbolzen (Nr. 44L-1)** ist mit L gekennzeichnet, während die **Rechte Scharnierbolzen (Nr. 44R-1)** mit R gekennzeichnet ist.

HINWEIS: Vergewissern Sie sich, dass alle Schrauben und Unterlegscheiben vorhanden und teilweise eingeschraubt sind, bevor Sie sie ganz anziehen.

Wir schätzen Ihre Erfahrung mit den Produkten von Sunny Health and Fitness. Wenn Sie Hilfe bei der Beschaffung von Ersatzteilen oder bei der Fehlersuche benötigen, wenden Sie sich bitte an support@sunnyhealthfitness.com oder 1-877-90SUNNY (877-907-8669).







SCHRITT 6:

Ziehen Sie zuerst die 2 **Sechskantschrauben (Nr. 26)** aus SCHRITT 3 mit 2 **Schraubenschlüsseln (Nr. 129)** an. Zum Schluss mit 2 **Kappen (Nr. 50)** abdecken.

Ziehen Sie dann 2 **Nylonmuttern (Nr. 28)** aus SCHRITT 4 mit **Gabelschlüssel (Nr. 130)** an.

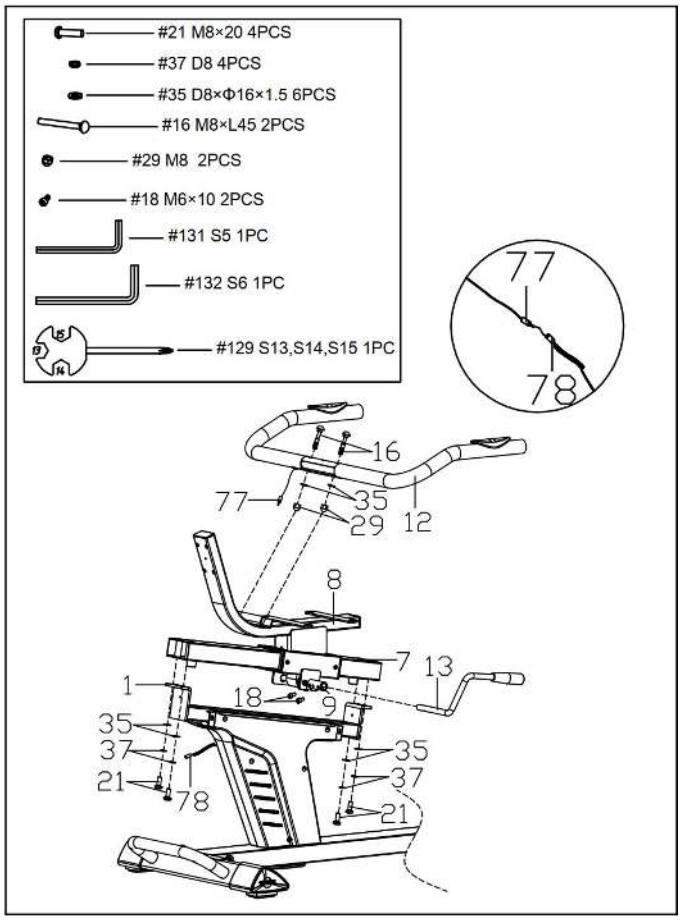
HINWEIS: Vergewissern Sie sich, dass alle Schrauben und Unterlegscheiben vorhanden und teilweise eingeschraubt sind, bevor Sie sie ganz anziehen.

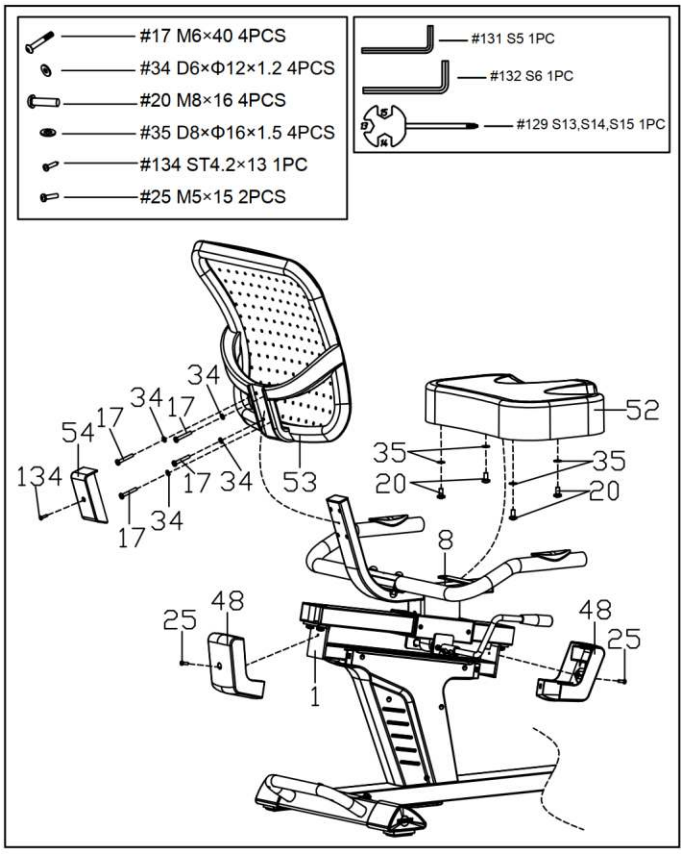
Entfernen Sie die 4 **Schrauben (Nr. 135)** von den **Linke & Rechte Schwingstangen (Nr. 19L & Nr. 19R)** und die 2 **Schrauben (Nr. 135)** von den 2 **Schutzabdeckungen A (Nr. 51a-1)** und 2 **Schutzabdeckungen B (Nr. 51b-1)** mit dem **Schraubenschlüssel (Nr. 129).** Befestigen Sie die beiden Paare von 2 **Schutzabdeckungen A (Nr. 51a-1)** und 2 **Schutzabdeckungen B (Nr. 51b-1)** mit 6 **Schrauben (Nr. 135),** die soeben entfernt wurden, unter Verwendung des **Schraubenschlüssel (Nr. 129)** an den beiden Verbindungsstellen der beiden **Linke & Rechte Schwingstangen (Nr. 19L & Nr. 19R)** und der beiden **Linke & Rechte Pedalstützrohren (Nr. 2L-1 & Nr. 2R-1).**

Die **Linke & Rechte Pedalen (Nr. 49L & Nr. 49R)** durch die 2 **Pedalriemen (Nr. 3)**, befestigen Sie **Linke & Rechte Pedalen (Nr. 49L & Nr. 49R)** mit 4 **Sechskantschrauben (Nr. 15),** 4 **Unterlegscheiben (Nr. 35)** und 4 **Nylonmuttern (Nr. 30)** unter Verwendung des **Schraubenschlüssels (Nr. 129)** an den **Linke & Rechte Pedalstützrohren (Nr. 2L-1 & Nr. 2R-1).**

HINWEIS: Das **Linke Pedal (Nr. 49L)** ist mit L gekennzeichnet, während das **Rechte Pedal (Nr. 49R)** mit R gekennzeichnet ist.

Wir schätzen Ihre Erfahrung mit den Produkten von Sunny Health and Fitness. Wenn Sie Hilfe bei der Beschaffung von Ersatzteilen oder bei der Fehlersuche benötigen, wenden Sie sich bitte an support@sunnyhealthfitness.com oder 1-877-90SUNNY (877-907-8669).





SCHRITT 7:

Entfernen Sie 4 **Schrauben (Nr. 21),** 4 **Federscheiben (Nr. 37)** und 4 **Unterlegscheiben (Nr. 35)** mit dem **Inbusschlüssel (Nr. 132)** von der **Sitzschiene (Nr. 7).** Befestigen Sie dann die **Sitzschiene (Nr. 7)** am **Hauptrahmen (Nr. 1)** mit 4 **Schrauben (Nr. 21),** 4 **Federscheiben (Nr. 37)** und 4 **Unterlegscheiben (Nr. 35),** die gerade mit dem **Inbusschlüssel (Nr. 132)** entfernt wurden.

Entfernen Sie die 2 **Schrauben (Nr. 18)** vom **Verstellbarer Lenker (Nr. 13)** mit dem **Inbusschlüssel (Nr. 131).** Befestigen Sie dann den **Verstellbarer Lenker (Nr. 13)** an der **Achse (Nr. 9)** mit den 2 **Schrauben (Nr. 18),** die gerade mit dem **Inbusschlüssel (Nr. 131)** entfernt wurden.

Befestigen Sie den **Hinteren Lenker (Nr. 12)** an der **Sitzstütze (Nr. 8)** mit 2 **Schlittenschrauben (Nr. 16),** 2 **Unterlegscheiben (Nr. 35)** und 2 **Hutmuttern (Nr. 29)** unter Verwendung des **Schraubenschlüssel (Nr. 129).**

Verbinden Sie den **Impulsdraht (Nr. 77)** mit dem **Impulsverlängerungskabel 1 (Nr. 78).**

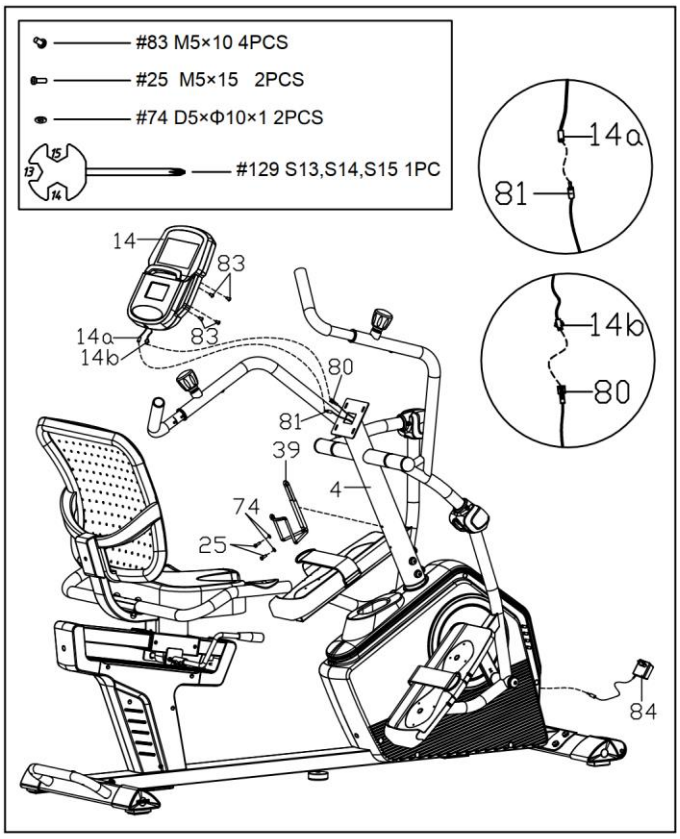
SCHRITT 8:

Entfernen Sie 2 **Schrauben (Nr. 25)** vom **Hauptrahmen (Nr. 1)** mit dem **Schraubenschlüssel (Nr. 129).** Befestigen Sie dann 2 **Sitzschienenabdeckungen (Nr. 48)** am **Hauptrahmen (Nr. 1)** mit 2 **Schrauben (Nr. 25),** die gerade mit dem **Schraubenschlüssel (Nr. 129)** entfernt wurden.

Befestigen Sie den **Sitz (Nr. 52)** am **Sitzstütze (Nr. 8)** mit 4 **Schrauben (Nr. 20)** und 4 **Unterlegscheiben (Nr. 35)** unter Verwendung des **Inbusschlüssel (Nr. 132).** Befestigen Sie die **Rückenlehne (Nr. 53)** mit 4 **Bolzen (Nr. 17)** und 4 **Unterlegscheiben (Nr. 34)** an der **Sitzstütze (Nr. 8).** Mit dem **Inbusschlüssel (Nr. 131)** festziehen und sichern.

Entfernen Sie **Schraube (Nr. 134)** vom **Sitzstütze (Nr. 8)** mit dem **Schraubenschlüssel (Nr. 129).** Befestigen Sie den **Rückenlehnenbezug (Nr. 54)** mit der **Schraube (Nr. 134)** am **Sitzstütze (Nr. 8).** Mit dem **Schraubenschlüssel (Nr. 129)** festziehen und sichern.

Wir schätzen Ihre Erfahrung mit den Produkten von Sunny Health and Fitness. Wenn Sie Hilfe bei der Beschaffung von Ersatzteilen oder bei der Fehlersuche benötigen, wenden Sie sich bitte an support@sunnyhealthfitness.com oder 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



SCHRITT 9:

Entfernen Sie die 4 **Schrauben (Nr. 83)** vom **Messgerät (Nr. 14)** mit dem **Schraubenschlüssel (Nr. 129).**

Verbinden Sie den **Impulsverlängerungskabel 2 (Nr. 81)** mit **Messgerätedraht A (Nr. 14a),** und verbinden Sie den **Sensorverlängerungskabel 2 (Nr. 80)** mit **Messgerätedraht B (Nr. 14b).** Führen Sie alle Drähte in das Rohr der **Lenkerpfosten (Nr. 4)** ein. Befestigen Sie dann das **Messgerät (Nr. 14)** mit den 4 **Schrauben (Nr. 83),** die soeben entfernt wurden, an der Halterung der **Lenkerpfosten (Nr. 4).** Ziehen Sie sie fest und sichern Sie sie mit dem **Schraubenschlüssel (Nr. 129).**

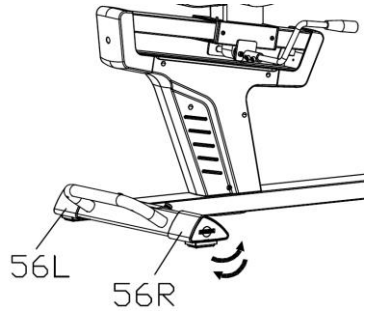
HINWEIS: Schneiden oder quetschen Sie keine Drähte ein, wenn Sie das **Messgerät (Nr. 14)** anbringen.

Entfernen Sie die 2 **Schrauben (Nr. 25)** und 2 **Unterlegscheiben (Nr. 74)** mit dem **Schraubenschlüssel (Nr. 129)** von der **Lenkerpfosten (Nr. 4).** Befestigen Sie dann den **Flaschenhalter (Nr. 39)** mit den 2 **Schrauben (Nr. 25)** und 2 **Unterlegscheiben (Nr. 74),** die gerade entfernt wurden, an der **Lenkerpfosten (Nr. 4).** Ziehen Sie sie fest und sichern Sie sie mit dem **Schraubenschlüssel (Nr. 129).**

Stecken Sie die Buchse des **Adaptor (Nr. 84)** in den Adaptereingang an der Vorderseite des **Hauptrahmens (Nr. 1)** und stecken Sie dann den **Adaptor (Nr. 84)** in eine Steckdose.

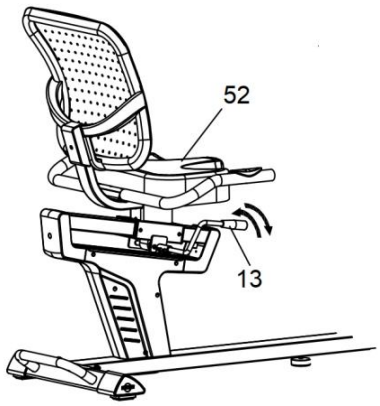
Der Zusammenbau ist nun abgeschlossen!

EINSTELLANLEITUNG



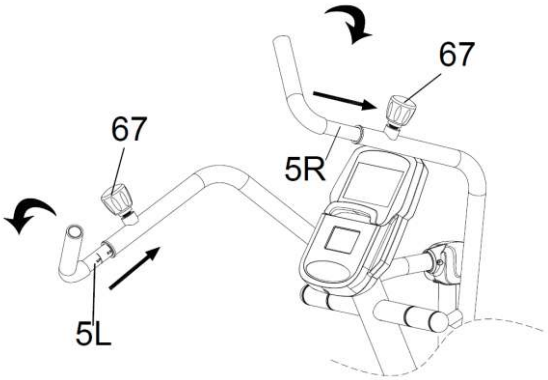
ADJUSTING THE LEVEL

Wenn das Liegerad nicht waagerecht steht, drehen Sie die Einstellräder an den **Linke & Rechte Hinteren Endkappen (Nr. 56L & Nr. 56R)**, um die Höhe einzustellen. Zum Anheben *gegen den Uhrzeigersinn* und zum Absenken *im Uhrzeigersinn* drehen.



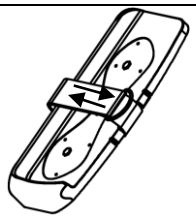
EINSTELLEN DES SITZES

Um den **Sitz (Nr. 52)** vorwärts oder rückwärts zu bewegen, stellen Sie Ihre Füße auf den Boden, während Sie auf dem Liegerad sitzen. Schieben Sie den **Verstellbaren Lenker (Nr. 13)** nach unten, um ihn zu lösen. Stellen Sie den **Sitz (Nr. 52)** in die gewünschte Position und schieben Sie dann den **Verstellbaren Lenker (Nr. 13)** nach oben, um ihn zu sichern.



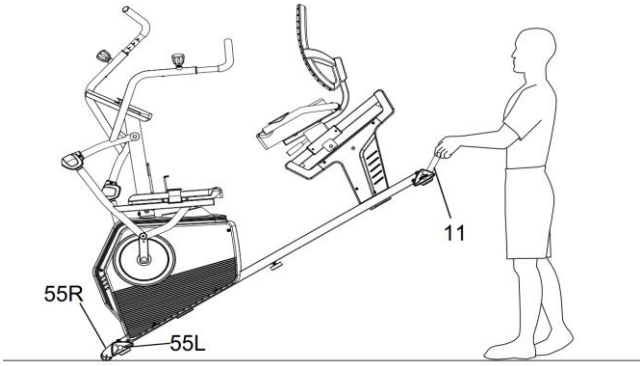
EINSTELLEN DES LENKERS

Um den **Linke & Rechte Lenkern (Nr. 5L & Nr. 5R)** in verschiedene Richtungen und Längen zu verstellen, lösen Sie die **Knöpfen (Nr. 67**) und ziehen Sie sie nach außen, dann schieben Sie den **Linke & Rechte Lenkern (Nr. 5L & Nr. 5R)** in die gewünschte Richtung oder Längenposition. Nach der Positionierung setzen Sie die **Knöpfen (Nr. 67)** wieder ein und ziehen sie fest, um die **Linke & Rechte Lenkern (Nr. 5L & Nr. 5R)** zu sichern.



PEDALRIEMEN-EINSTELLUNG

Die Pedalriemen sind verstellbar und können an dieFußgröße des Benutzers angepasst werden.



BEWEGEN DES LIEGERADES

An den **Linke & Rechte Vorderen Endkappen (Nr. 55L & Nr. 55R)** befinden sich Transportrollen. Halten Sie den Lenker am **Hinteren Stabilisator (Nr. 11)** und ziehen Sie ihn nach vorne, um das Hinterteil des Liegerads vom Boden abzuheben. Jetzt können Sie das Liegerad bewegen.

WICHTIGE INFORMATIONEN ZUM LIEGERAD

WARNUNG: Dieses Liegerad benötigt eine Stromquelle mit **1 Ampere (100-240 V)**, um ordnungsgemäß zu funktionieren. Zu Ihrer Sicherheit und der Sicherheit anderer Personen überprüfen Sie bitte, ob die Stromquelle korrekt ist, bevor Sie das Gerät anschließen. Jede Stromquelle, die diesen Wert über- oder unterschreitet, kann zu erheblichen Schäden am Gerät und am Benutzer führen.

BETRIEBSANLEITUNG



Schließen Sie den Adapter an das Liegerad und an die Steckdose an. Das Messgerät schaltet sich ein.
Das Messgerät schaltet sich aus, wenn es 4 Minuten lang keine Aktivität gibt erfolgt und keine Bluetooth-Verbindung besteht. Drücken Sie eine beliebige Taste auf dem Messgerät, um es wieder einzuschalten.
HINWEIS: Sie können das Liegerad auch benutzen, wenn es nicht eingesteckt ist. Das Messgerät funktioniert jedoch nicht und Sie können weder den Widerstandswert einstellen noch eine der Funktionen nutzen.

BEWEGUNGSMESSGERÄT

SCHLÜSSELFUNKTIONEN:

TASTE	FUNKTION
START/STOP (STOPPEN)	Starten und Unterbrechen von Trainingseinheiten. Körperfettmessung starten.
DOWN (RUNTER)	Verringern Sie den Widerstand während des Trainings. Verringern des Wertes des ausgewählten Parameters.
UP (AUF)	Erhöhen Sie während des Trainings die Widerstandsstufe. Wert des ausgewählten Parameters erhöhen.
ENTER (EINGABE)	Eingabe des Wertes oder Modus.
RECOVERY (WIEDERHERSTELLUNG)	Rufen Sie die Erholungsfunktion auf, wenn das Messgerät den Herzfrequenzwert anzeigt. Erholungsanzeigen F1-F6. F1 ist ein ausgezeichneter Erholungspuls. F6 steht für eine schlechte Erholungsherzfrequenz.
MODE (MODUS)	Schalten Sie während des Trainings die Anzeige von RPM auf SPEED (GESCHWINDIGKEIT), ODO (KILOMETERZÄHLER) auf DIST (DISTANZ) und WATT auf CAL (KALORIEN) um. Halten Sie die Taste 3 Sekunden lang gedrückt, um alle Funktionswerte auf Null zurückzusetzen, außer ODO (KILOMETERZÄHLER).

TRAININGSAUSWAHL:

Nach dem Einschalten des Messgeräts durch Einstecken des Adapters oder, wenn es bereits eingesteckt ist, durch Drücken einer beliebigen Taste am Messgerät, verwenden Sie die Tasten UP (AUF) oder DOWN (RUNTER), um eine Auswahl zu treffen. Drücken Sie dann die ENTER (EINGABE)-Taste, um den gewünschten Modus auszuwählen.
Es gibt 7 Grundtrainingsmodi:
Manuelle Programm, Voreingestellte Programme, Wattsteuerungsprogramm, Körperfettprogramm, Zielherzfrequenzprogramm, Herzfrequenzkontrollprogramme und Benutzerprogramme.

FUNKTIONEN:

SPEED (GESCHWINDIGKEIT): Zeigt die aktuelle Trainingsgeschwindigkeit an. Die Höchstgeschwindigkeit beträgt 99,9 MPH.

RPM: Zeigt die aktuelle Umdrehung pro Minute an.
TIME (ZEIT): Kumuliert die Trainingszeit von 0:00 bis 99:59. Der Benutzer kann die gewünschte Zielzeit voreinstellen.
DIST (DISTANZ): Akkumuliert die Trainingsdistanz von 0,00 bis 999,9 Meilen. Der Benutzer kann die zu erreichende Zielentfernung vorgeben.
ODO (KILOMETERZÄHLER): Zeigt die akkumulierte Gesamtdistanz von 0,00 bis 9999 Miles an.
CAL (KALORIEN): Sammelt die verbrannten Kalorien von 0,00 bis 9999. Der Benutzer kann die Zielkalorien, die er verbrennen möchte, voreinstellen.
WATT: Zeigt die aktuelle Wattzahl an.
HEART RATE (HERZFREQUENZ): Zeigt die aktuelle Herzfrequenz in Schlägen pro Minute an.
TARGET HR. (ZIELHERZFREQUENZ): Benutzer können ihre Zielherzfrequenz voreinstellen.
PROGRAM (PROGRAMM): Es stehen 24 verschiedene Trainingsprogramme zur Auswahl.
LEVEL: Das Programm hat 10 Spalten mit Balken und 8 Balken in jeder Spalte. Jede Spalte steht für ein 1-minütiges Training und jeder Balken für 2 Widerstandsstufen.

WORKOUT-PARAMETER:

TIME (ZEIT) / DIST (DISTANZ) / CAL (KALORIEN) / AGE (ALTER) / WATT / TARGET HR. (ZIELHERZFREQUENZ)

EINSTELLEN DER TRAININGSPARAMETER

Nach Auswahl des gewünschten Trainingsmodus: Manuelle Programm, Voreingestellte Programme, Wattsteuerungsprogramm, Körperfettprogramm, Zielherzfrequenzprogramm, Herzfrequenzkontrollprogramme und Benutzerprogramme. Sie können mehrere Trainingsparameter für die gewünschten Ergebnisse voreinstellen.

HINWEIS: Einige Parameter sind in bestimmten Programmen nicht einstellbar. TIME (ZEIT) und DIST (DISTANZ) können nicht gleichzeitig eingestellt werden.

Wenn Sie ein Programm ausgewählt haben, drücken Sie die ENTER (EINGABE)-Taste und TIME (ZEIT) blinkt.
Mit der UP (AUF) oder DOWN (RUNTER) Taste können Sie den gewünschten Zeitwert auswählen. Drücken Sie die ENTER (EINGABE)-Taste, um die Werte einzugeben. Die blinkende Anzeige wechselt zum nächsten Parameter. Fahren Sie mit der Taste UP (AUF) oder DOWN (RUNTER) fort. Drücken Sie die START/STOP (STOPPEN)-Taste, um das Training zu beginnen.

Mehr über das Einstellen von Trainingsparametern

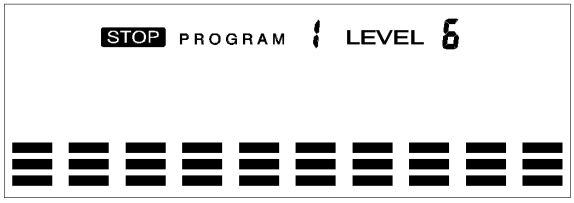
Feld	Einstellun Bereich	Standar dwert	Vergrößern/ Verringern	Beschreibung
TIME (ZEIT)	0:00~99:00	0:00	±1:00	1. Wenn die Anzeige auf 0:00 eingestellt ist, zählt TIME (ZEIT) aufwärts. 2. Wenn TIME (ZEIT) auf 1:00-99:00 eingestellt ist, zählt sie bis 0.00 herunter.
DIST (DISTANZ)	0.00~999.0	0.00	±1.00	1. Wenn die Anzeige auf 0.00 eingestellt ist, zählt DIST (DISTANZ) aufwärts. 2. Wenn DIST (DISTANZ) auf 1.00~999.0 eingestellt ist, wird auf 0.00 heruntergezählt.
CAL (KALORIEN)	0.00~9995	0.00	±5.00	1. Wenn die Anzeige auf 0.00 eingestellt ist, zählen die CAL (KALORIEN) aufwärts. 2. Wenn CAL (KALORIEN) auf 5,00~9995 eingestellt ist, wird auf 0,00 heruntergezählt.
WATT	50~250	100	±5	Der Benutzer kann den Wattwert nur im Wattkontrollprogramm einstellen.

AGE (ALTER)	10~99	30	±1	Die Ziel-HR basiert auf dem Alter. Wenn die Herzfrequenz die Zielherzfrequenz überschreitet, blinkt die Herzfrequenzzahl.
TARGET HR. (ZIELHERZFREQUENZ)	60~220	60	±1	Einstellen der Parameter für die Zielherzfrequenz.

PROGRAMMBETRIEB:

MANUELLE PROGRAMM (PROGRAM 1)

Programm Profil

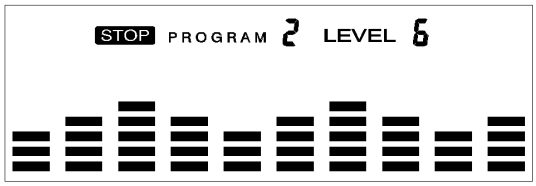


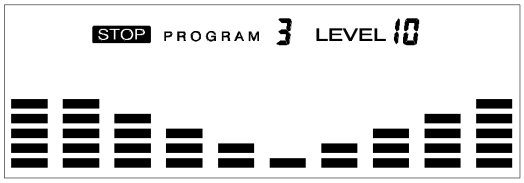
EINSTELLUNG DER PARAMETER FÜR DAS MANUELLE PROGRAMM

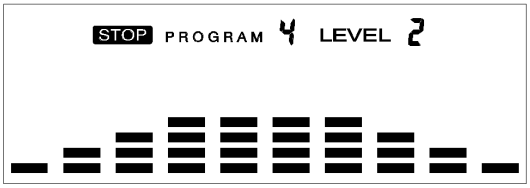
1. Wählen Sie mit der Taste UP (AUF) oder DOWN (RUNTER) das **Manuelle Programm (PROGRAM 1)** aus und drücken Sie dann die Taste ENTER (EINGABE).
2. TIME (ZEIT) blinkt und der Wert kann mit den Tasten UP (AUF) oder DOWN (RUNTER) eingestellt werden.
3. Drücken Sie die ENTER (EINGABE)-Taste, um den Wert zu speichern und zum nächsten einzustellenden Parameter zu wechseln.
   HINWEIS: Wenn Sie die Zielzeit für das Training eingestellt haben, kann der nächste Parameter DIST (DISTANZ) nicht angepasst werden.
4. Gehen Sie alle gewünschten Parameter durch und drücken Sie die START/STOP (STOPPEN)-Taste, um das Training zu beginnen.
   HINWEIS: Sobald der Trainingsparameter auf Null herunterzählt, ertönt ein Signalton und das Training wird automatisch beendet. Drücken Sie die START/STOP (STOPPEN)-Taste, um das Training fortzusetzen und den nicht beendeten Trainingsparameter zu erreichen.

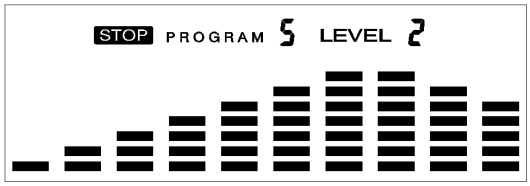
VOREINGESTELLTE PROGRAMME (PROGRAM 2- PROGRAM 13)

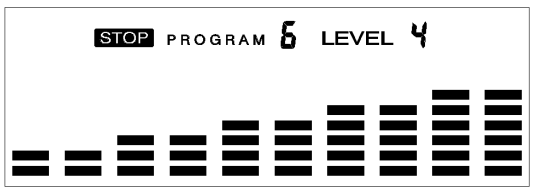
Programm Profil

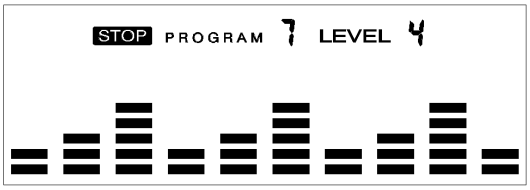


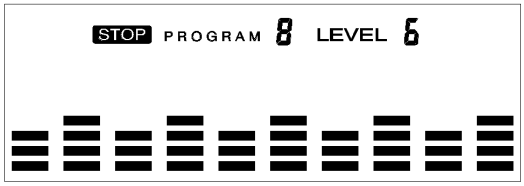


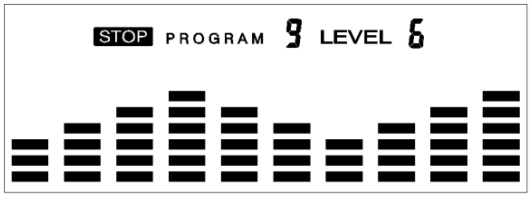


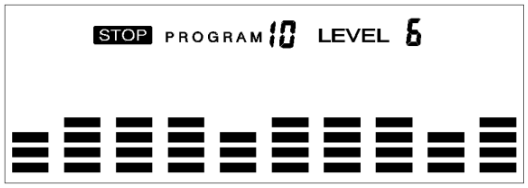


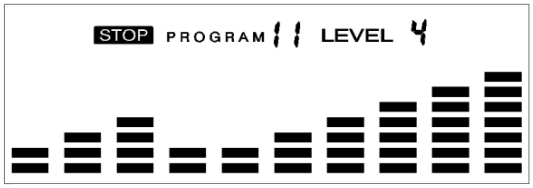


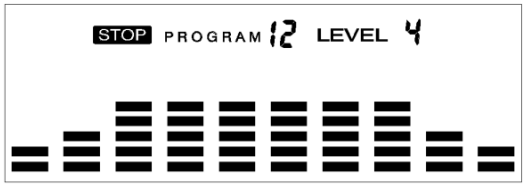


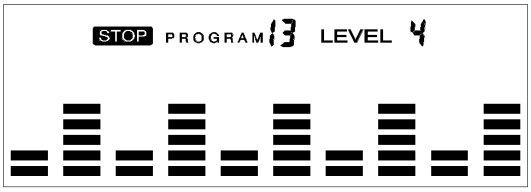












Es gibt 12 voreingestellte Programme, die sofort einsatzbereit sind. Alle Programmprofile haben 16 Widerstandsstufen.

EINSTELLUNGSPARAMETER FÜR VOREINGESTELLTE PROGRAMME

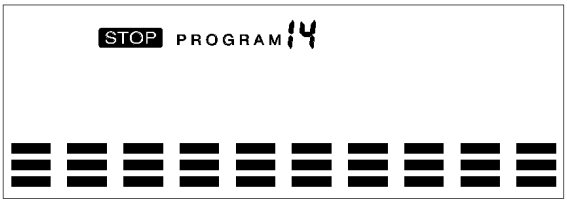
1. Wählen Sie eines der **Voreingestellten Programme** mit der Taste UP (AUF) oder DOWN (RUNTER) aus und drücken Sie dann die Taste ENTER (EINGABE). TIME (ZEIT) blinkt und der Wert kann mit der UP (AUF) oder DOWN (RUNTER) Taste eingestellt werden.
2. Drücken Sie die ENTER (EINGABE)-Taste, um den Wert zu speichern und zum nächsten einzustellenden Parameter zu gelangen. Gehen Sie alle gewünschten Parameter durch und drücken Sie die START/STOP (STOPPEN)-Taste, um das Training zu beginnen.

TRAINING IN EINEM BELIEBIGEN VOREINGESTELLTEN PROGRAMM

Sie können den Widerstandsgrad einstellen, indem Sie während des Trainings die UP (AUF) oder DOWN (RUNTER) Taste drücken.
HINWEIS: Wenn Sie die Zielzeit für das Training eingestellt haben, kann der nächste Parameter DIST (DISTANZ) nicht angepasst werden. Sobald der Trainingsparameter auf Null herunterzählt, ertönt ein Signalton und das Training wird automatisch beendet. Drücken Sie die START/STOP (STOPPEN)-Taste, um mit dem nicht beendeten Parameter fortzufahren.

WATTSTEUERUNGSPROGRAMM (PROGRAM 14)

Programm Profil

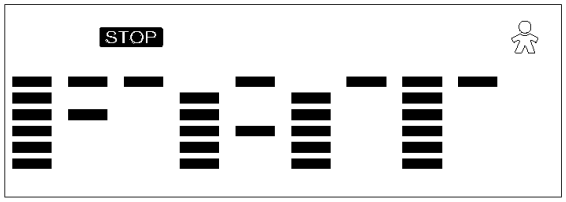


EINSTELLUNG DER PARAMETER FÜR DAS WATTSTEUERUNGSPROGRAMM

1. Wählen Sie das **Wattsteuerungsprogramm (PROGRAM 14)** mit der Taste UP (AUF) oder DOWN (RUNTER) und drücken Sie dann die Taste ENTER (EINGABE).
2. TIME (ZEIT) blinkt, und der Wert kann mit den Tasten UP (AUF) oder DOWN (RUNTER) eingestellt werden.
3. Drücken Sie die Taste ENTER (EINGABE), um den Wert zu speichern und zum nächsten einzustellenden Parameter zu wechseln.
   HINWEIS: Wenn Sie die Zielzeit für das Training eingestellt haben, kann der nächste Parameter DIST (DISTANZ) nicht angepasst werden.
4. Gehen Sie alle gewünschten Parameter durch und drücken Sie die Taste START/STOP (STOPPEN), um das Training zu starten.
   HINWEIS: Sobald die Trainingsparameter auf Null heruntergezählt sind, ertönt ein Signalton und das Training wird automatisch beendet.
5. Drücken Sie die START/STOP (STOPPEN)-Taste, um das Training fortzusetzen und den noch nicht beendeten Trainingsparameter zu erreichen.
   Das Messgerät passt die Widerstandslast automatisch in Abhängigkeit von der Geschwindigkeit an, um einen konstanten Wattwert zu erhalten. Mit der UP (AUF) oder DOWN (RUNTER) Taste können Sie den Wattwert während des Trainings anpassen.

KÖRPERFETTPROGRAMM (PROGRAM 15)

Programm Profil



EINSTELLUNG DER DATEN FÜR KÖRPERFETTPROGRAMM

Wählen Sie das **Körperfettprogramm (PROGRAM 15)** mit der Taste UP (AUF) oder DOWN (RUNTER) und drücken Sie dann die Taste ENTER (EINGABE). "MALE" blinkt, so dass das Geschlecht mit den Tasten UP (AUF) oder DOWN (RUNTER) eingestellt werden kann. Drücken Sie die EINGABE-Taste, um das Geschlecht zu speichern und zu den nächsten Daten zu gelangen.

Die Angabe "5'8 (inches)" für die Größe blinkt, so dass die Größe mit den Tasten UP (AUF) oder DOWN (RUNTER) eingestellt werden kann. Drücken Sie die ENTER (EINGABE)-Taste, um den Wert zu speichern und zu den nächsten Daten zu gelangen.

"154 (lbs)" für das Gewicht blinkt, so dass das Gewicht mit den Tasten UP (AUF) oder DOWN (RUNTER) eingestellt werden kann. Drücken Sie die ENTER (EINGABE)-Taste, um den Wert zu speichern und zu den nächsten Daten zu gelangen.

"30" für Alter blinkt, so dass das Alter mit den Tasten UP (AUF) oder DOWN (RUNTER) eingestellt werden kann. Drücken Sie die ENTER (EINGABE)-Taste, um den Wert zu speichern.

Drücken Sie die START/STOP (STOPPEN)-Taste, um die Messung zu starten. Bitte denken Sie auch daran, die Handpulssensoren zu erfassen. Nach 15 Sekunden zeigt das Display Körperfett %, BMR, BMI und KÖRPERTYP an.

Körpertypen:

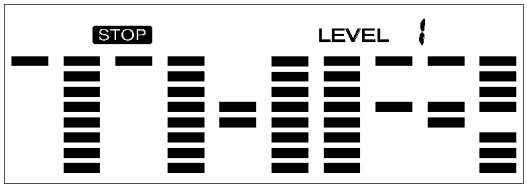
Es gibt 9 Körpertypen, die nach dem berechneten FETT-% eingeteilt sind.

Körpertyp	FETT%	Körpertyp	FETT%	Körpertyp	FETT%
Typ 1	5% - 9%	Typ 4	20% - 24%	Typ 7	35% - 39%
Typ 2	10% - 14%	Typ 5	25% - 29%	Typ 8	40% - 44%
Typ 3	15% - 19%	Typ 6	30% - 34%	Typ 9	45% - 50%

BMR: Grundumsatz-Verhältnis
BMI: Körpermasseindex
Drücken Sie die Taste START/STOPPEN, um zur Hauptanzeige zurückzukehren.

ZIELHERZFREQUENZPROGRAMM (PROGRAM 16)

Programm Profil



EINSTELLUNG DER PARAMETER FÜR DAS ZIELHERZFREQUENZPROGRAMM

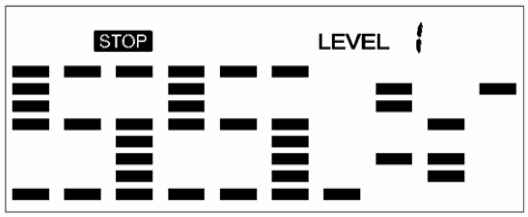
1. Wählen Sie mit der Taste UP (AUF) oder DOWN (RUNTER) die Option **Zielherzfrequenzprogramm (PROGRAM 16)** und drücken Sie dann die Taste ENTER (EINGABE).
2. TIME (ZEIT) blinkt. Der Wert kann mit den Tasten UP (AUF) oder DOWN (RUNTER) eingestellt werden.
3. Drücken Sie die ENTER (EINGABE)-Taste, um den Wert zu speichern und zum nächsten einzustellenden Parameter zu gelangen.

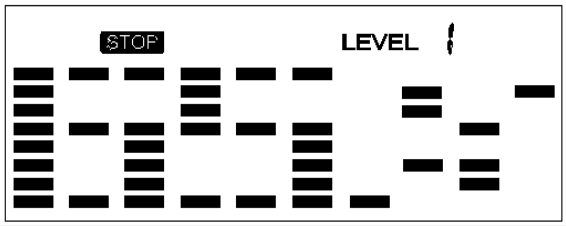
HINWEIS: Wenn Sie die Zielzeit für das Training eingestellt haben, kann der nächste Parameter DIST (DISTANZ) nicht angepasst werden.

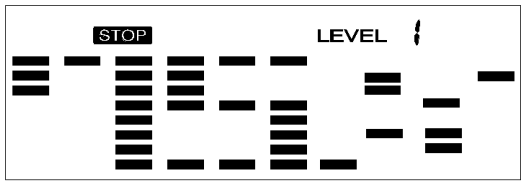
4. Gehen Sie alle gewünschten Parameter durch und drücken Sie die Taste START/STOP (STOPPEN), um das Training zu starten.
   HINWEIS: Wenn die Herzfrequenz über der eingestellten TARGET HR. (ZIELHERZFREQUENZ) liegt, blinkt der Pulswert, um den Benutzer daran zu erinnern.

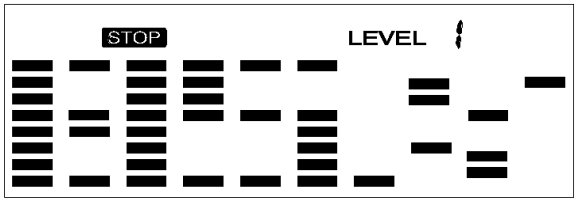
HERZFREQUENZKONTROLLPROGRAMME (PROGRAM 17- PROGRAM 20)

Programm Profil









Es gibt 4 Auswahlmöglichkeiten für den Zielpuls (HF):

HRC - 55% ZEIL HF= 55% of (220- ALTER)
HRC - 65% ZEIL HF= 65% of (220- ALTER)
HRC - 75% ZEIL HF= 75% of (220- ALTER)
HRC - 85% ZEIL HF= 85% of (220- ALTER)

EINSTELLUNG DER PARAMETER FÜR DIE HERZFREQUENZKONTROLLPROGRAMME

1. Wählen Sie mit der UP (AUF) oder DOWN (RUNTER)-Taste eines der **Herzfrequenzkontrollprogramme** aus und drücken Sie dann die ENTER (EINGABE)-Taste.
2. TIME (ZEIT) blinkt. Der Wert kann mit der UP (AUF) oder DOWN (RUNTER)-Taste eingestellt werden.
3. Drücken Sie die ENTER (EINGABE)-Taste, um den Wert zu speichern und zum nächsten einzustellenden Parameter zu gelangen.
   HINWEIS: Wenn Sie die Zielzeit für das Training eingestellt haben, kann der nächste Parameter DIST (DISTANZ) nicht eingestellt werden.
4. Gehen Sie alle gewünschten Parameter durch und drücken Sie die Taste START/STOP (STOPPEN), um das Training zu starten.
   HINWEIS: Wenn die Herzfrequenz über oder unter (± 5) der TARGET HR. (ZIELHERZFREQUENZ) liegt, passt das Messgerät die Widerstandslast automatisch an. Es prüft alle 20 Sekunden, ob sich die Widerstandslast um 1 Stufe erhöht oder verringert (HINWEIS: Jede Widerstandslast entspricht 2 Belastungsstufen). Wenn einer der Trainingsparameter auf Null herunterzählt, ertönt ein Signalton und das Training wird automatisch beendet. Drücken Sie die START/STOP (STOPPEN)-Taste, um das Training fortzusetzen und den nicht beendeten Trainingsparameter zu erreichen.

BENUTZERPROGRAMM (PROGRAM 21- PROGRAM 24)

Programm Profil









Mit den 4 Benutzerprogrammen kann der Benutzer sein eigenes Programm einstellen, das sofort verwendet werden kann.

EINSTELLUNG DER PARAMETER FÜR DAS BENUTZERPROGRAMM

1. Wählen Sie das **Benutzerprogramm** mit der Taste UP (AUF) oder DOWN (RUNTER) und drücken Sie dann die Taste ENTER (EINGABE).
2. TIME (ZEIT) blinkt und der Wert kann mit den Tasten UP (AUF) oder DOWN (RUNTER) eingestellt werden.
3. Drücken Sie die ENTER (EINGABE)-Taste, um die Werte zu speichern und zum nächsten einzustellenden Parameter zu gelangen.
   HINWEIS: Wenn Sie die Zielzeit für das Training eingestellt haben, kann der nächste Parameter DIST (DISTANZ) nicht angepasst werden.
4. Fahren Sie mit allen gewünschten Parametern fort.
5. Wenn Sie die Einstellung der gewünschten Parameter abgeschlossen haben, blinkt Stufe 1. Verwenden Sie die UP (AUF) oder DOWN (RUNTER)-Taste zur Einstellung und drücken Sie dann die ENTER (EINGABE)-Taste, bis Sie fertig sind. (Dies geschieht insgesamt 10 Mal). Drücken Sie die START/STOPPEN-Taste, um das Training zu beginnen.
   HINWEIS: Sobald der Trainingsparameter auf Null herunterzählt, ertönt ein Signalton und das Training wird automatisch gestoppt. Drücken Sie die START/STOP (STOPPEN)-Taste, um das Training fortzusetzen und den nicht beendeten Trainingsparameter zu erreichen.

TECHNISCHE DATEN
Konnektivität: Bluetooth LE
Frequenzbereich: 2400~2483.5 Mhz
Sendeleistung: 0 dBm

APP-VERBINDUNG:

Smart Equipment mit der SunnyFit App verbinden:

1. Scannen, um SunnyFit aus dem App-Store herunterzuladen:
2. Vergewissern Sie sich, dass die Bluetooth Funktion auf Ihrem mobilen Gerät eingeschaltet ist.
3. Wenn Sie die SunnyFit-App zum ersten Mal nutzen, folgen Sie den Anweisungen in der App, um sich für Ihr kostenloses SunnyFit-Konto zu registrieren und anzumelden.
4. Starten Sie eine beliebige Trainingsaktivität, die zu Ihrem Smart-Gerät passt, und folgen Sie dann den Anweisungen auf dem Bildschirm, um Ihr Smart-Gerät zu suchen und mit ihm zu verbinden.
5. Wenn Sie verbunden sind, werden Ihre Statistiken und Rekorde am Ende des Kurses/der Sitzung angezeigt und in Ihrem Kontoprofil gespeicher.

Fehlersuche:

- Wenn Sie Probleme haben, Ihr Smart-Gerät zu verbinden, besuchen Sie www.sunnyfit.com/guide oder scannen Sie den QR-Code unten:
- Wenn Sie zusätzliche Unterstützung benötigen, wenden Sie sich bitte an support@sunnyfit.com.

FEHLERSUCHE

PROBLEM	MÖGLICHE URSACHE	ÜBERPRÜFEN	LÖSUNG
E1-1	Der Motor konnte seinen Startpunkt nicht finden.	Prüfen Sie, ob alle Kabel richtig eingesteckt sind oder ob die Stifte an den Kabeln nicht richtig eingesteckt sind. Oder prüfen Sie, ob der Motor richtig angeschlossen ist.	Stecken Sie die Kabel wieder ein und schalten Sie das Gerät ein. Drücken Sie dann gleichzeitig die Tasten MODUS und EINGABE, um in den Korrekturmodus zu gelangen und Fehler zu korrigieren.
E1-2	Das Motorsignal hat keine Induktion.	Prüfen Sie, ob alle Kabel richtig eingesteckt sind oder ob die Stifte an den Kabeln nicht richtig eingesteckt sind. Oder prüfen Sie, ob der Motor festsitzt.	Stecken Sie die Kabel erneut ein oder tauschen Sie einen neuen Motor aus.
E1-3	Der Motor hat den maximalen Widerstandswert überschritten.	Prüfen Sie, ob alle Kabel richtig eingesteckt sind oder ob die Stifte an den Kabeln nicht richtig eingesteckt sind.	Stecken Sie die Kabel wieder ein und schalten Sie das Gerät ein, 1 Sekunde später ziehen Sie die Kabel ab, stecken Sie die Kabel wieder ein und schalten Sie das Gerät wieder ein, warten Sie ca. 6 Sekunden und lassen Sie den Motor zu seinem Startpunkt zurückkehren, dann drücken Sie gleichzeitig die Tasten MODUS und EINGABE, um in den Korrekturmodus zu gelangen und Fehler zu korrigieren.
E2	Es wurden keine EEPROM-Daten gelesen.		Schließen Sie das Messgerät wieder an.
	Der EEPROM- Datenlesefehler.		Schalten Sie das Messgerät wieder ein, um die Daten erneut abzulesen.
E4	Die Hände werden nicht unmittelbar nach dem Drücken der START/STOP(STOPPEN)-Taste auf die beiden Griffimpulse gelegt.		Legen Sie die Hände auf die beiden Griffimpulse, unmittelbar nachdem Sie die START/ STOP(STOPPEN) -Taste gedrückt haben.
	Die Körperfettfunktion kann das Signal für den Impuls nicht empfangen.	Prüfen Sie, ob die Impulsdrähte des Griffs richtig angeschlossen sind.	Stecken Sie die Griffimpulsdrähte wieder ein oder tauschen Sie die Griffimpulsdrähte aus.
		Prüfen Sie, ob der Impuls funktioniert, wenn das Körperfettprogramm nicht aktiviert ist.	Wechseln Sie das Messgerät.

HINWEIS: Wenn Sie ein Problem mit Hilfe der obigen Anleitung zur Fehlerbehebung nicht beheben können, wenden Sie sich bitte an den Kundendienst unter support@sunnyhealthfitness.com.

TEILELISTE

Nr.	Beschreibung	Spez.	Anz.
1	Hauptrahmen		1
2L-1	Linke Pedalstützrohr		1
2R-1	Rechte Pedalstützrohr		1
3	Pedalriemen	T1.5x50x750	2
4	Lenkerpfosten		1
5L	Linke Lenker		1
5R	Rechte Lenker		1
6	Kardangelenk	M10x30	2
7	Sitzschiene		1
8	Sitzstütze		1
9	Achse		1
10	Vorderer Stabilisator		1
11	Hinterer Stabilisator		1
12	Hinterer Lenker		1
13	Verstellbarer Lenker		1
14	Messgerät	TZ-4113P	1
14a	Messgerätedraht A	100 mm	1
14b	Messgerätedraht B	100 mm	1
15	Sechskantschraube	M8x50	4
16	Schlittenschraube	M8xL45	2
17	Bolzen	M6x40	4
18	Schraube	M6x10	2
19L	Linke Schwingstange		1
19R	Rechte Schwingstange		1
20	Schraube	M8x16	12
21	Schraube	M8x20	10
22	Schraube	ST3.5x8	4
23	Schraube	ST4.2x18	33
24	N/A		-
25	Schraube	M5x15	4
26	Sechskantschraube	M8x20	2
27	Schraube	M4x10	2
28	Nylonmutter	M10	2
29	Hutmutter	M8	2
30	Nylonmutter	M8	5
31	Sechskantmutter	M10	2
32	Abstandhalter	D10xΦ16x6	2
33	Unterlegscheibe	D8xΦ38x2	2
34	Unterlegscheibe	D6xΦ12x1.2	6
35	Unterlegscheibe	D8xΦ16x1.5	23
36	Lichtbogenscheibe	Φ20xD8.5xR30	6
37	Federscheibe	D8	20
38	Exzenterscheibe	Φ25x38	1

Nr.	Beschreibung	Spez.	Anz.
39	Flaschenhalter		1
40	Lange Achse	Φ19.5x410	1
41L-1	Linke Kurbel	151x38x20, 1/2"x20	1
41R-1	Rechte Kurbel	151x38x20, 1/2"x20	1
42	Schraube	M6x16	2
43	Kreuzschlitzschraube	M6x10	4
44L-1	Linke Scharnierbolzen	Φ16x75.7xL30.3	1
44R-1	Rechte Scharnierbolzen	Φ16x75.7xL30.3	1
45	Federscheibe	Φ13xB2	2
46L	Linke Nylonmutter	B0.5x20	1
46R	Rechte Nylonmutter	B0.5x20	1
47	Grifffeste Platte	50x25x4	1
48	Sitzschienenabdeckung		2
49L	Linke Pedal		1
49R	Rechte Pedal		1
50	Kappe	S13	2
51a-1	Schutzabdeckung A		2
51b-1	Schutzabdeckung B		2
52	Sitz	KX4850	1
53	Rückenlehne	QT-188D	1
54	Rückenlehnenbezug		1
55L	Linke Vordere Endkappe		1
55R	Rechte Vordere Endkappe		1
56L	Linke Hintere Endkappe		1
56R	Rechte Hintere Endkappe		1
57	Versandrohr		2
58	Runde Kappe	Φ25x1.5	4
59	Quadratische Kappe 1	30x30x1.5	2
60	Quadratische Kappe 2	50x25x1.5	2
61	Schaumstoff-Griff	ΦΦ30xΦ24x550	2
62	Schaumstoff-Griff	ΦΦ30xΦ24x220	2
63	Stecker	Φ12.5	2
64	Kunststoffbuchse	Φ16xΦ31x23	4
65	Kunststoffbuchse	Φ38xΦ19.5x26	6
66	Sensorkabel	200 mm	1
67	Knöpfe	M16x1.5x22	2
68	Griff	Black	1
69	Quadratische Buchse	100x50x2	2
70	Oberer Block	38x34x36.2	1
71	Kissen	Φ22xΦ12x16	2
72	Runde Buchse	Φ28.5x25.4x84	2
73	Verstellbare Polster	M10x30	1
74	Unterlegscheibe	D5xΦ10x1	2

Nr.	Beschreibung	Spez.	Anz.
75	Impulssensor		2
76	Achsfederscheibe	D12	3
77	Impulsdraht	850 mm	1
78	Impulsverlängerungskabel 1	2000 mm	1
79	Sensorverlängerungskabel 1	600 mm	1
80	Sensorverlängerungskabel 2	700 mm	1
81	Impulsverlängerungskabel 2	700 mm	1
82	Schraube	M8x10	1
83	Schraube	M5x10	4
84	Adaptor		1
85	Wellenscheibe	D20	2
86	Schraube	M6x8	2
87	Sechskantschraube	M6x15	9
88	Sechskantmutter	M5	2
89	Sechskantschraube	M5x60	1
90	Nylon-Mutter	M6	5
91	Unterlegscheibe	D6xΦ16x1.5	3
92	Federscheibe	D6	9
93	Bolzen	M6x50	1
94	Achsfederscheibe	D17	2
95	Magnet	40x25x10	4
96	Achsschraube	Φ14xΦ10xM8x20.5	1
97	Magnettafelachse	Φ12x73	1
98	Wellenscheibe	Φ12xΦ15.5x0.3	1
99	Spannungsfeder	Φ1.6xΦ15xL47.2	1
100	Spannungsfeder	Φ18xΦ3xL67.5	1
101	Lager	6203	2
102	Lager	6001	4
103	Schwungrad	Φ240x40	1
104	Schwungradachse	Φ24x103	1
105	Lager Festplatte	72x56x1.5	2
106	Lagerhalterung	72x56x11	2

Nr.	Beschreibung	Spez.	Anz.
107	Mittelachse	Φ17x218	1
108	Sensormagnet		1
109	Quadratische Kappe 3	80x40x1.5	1
110	Oblatenkappe	100x50x2	1
111L	Linke Riemenabdeckung		1
111R	Rechte Riemenabdeckung		1
112	Aufbewahrungsbox		1
113L	Linke Sitzhalterungsabdeckung		1
113R	Rechte Sitzhalterungsabdeckung		1
114	Spannkabel	500 mm	1
115	Riemenscheibe	Φ260	1
116	Riemen	405 PJ6	1
117	Freilaufrad	Φ39x24	1
118	Rohrstopfen	Φ25x22	2
119	Siegelring	Φ60	1
120	Sensorsitz		1
121	Motor		1
122	Flanschmutter	M10x1.25	2
123	Kurbelkappe	Φ22	2
124	Kurbelabdeckung	Φ60xΦ25	2
125	Wellenscheibe	D17	3
126	Freilaufradgestänge		1
127	Magnettafel		1
128	Inbusschlüssel	S8	1
129	Schraubenschlüssel	S13,S14,S15	2
130	Gabelschlüssel	S17,S19	1
131	Inbusschlüssel	S5	1
132	Inbusschlüssel	S6	1
133	DC-Kabel	1000 mm	1
134	Schraube	ST4.2x13	1
135	Schraube	ST4.2x16	6

IMPORTANTI INFORMAZIONI SULLA SICUREZZA

Vi ringraziamo per aver scelto il nostro prodotto. Per garantire la vostra sicurezza e la vostra salute, vi invitiamo a utilizzare questa apparecchiatura in modo corretto. Prima di assemblare e utilizzare l'apparecchiatura, è importante leggere il presente manuale per intero. Un utilizzo sicuro ed efficace è possibile solo se l'apparecchiatura viene assemblata, sottoposta a manutenzione e utilizzata correttamente. È responsabilità dell'utente assicurarsi che tutti gli utenti dell'apparecchiatura siano informati di tutte le avvertenze e precauzioni.

1. Prima di iniziare qualsiasi programma di esercizio, è necessario consultare il proprio medico per determinare se esistono condizioni mediche o fisiche che potrebbero mettere a rischio la salute e la sicurezza o impedire l'uso corretto dell'apparecchiatura. Il parere del medico è essenziale se si assumono farmaci che influiscono sulla frequenza cardiaca, sulla pressione sanguigna o sul livello di colesterolo.
2. Tenete conto dei segnali del vostro corpo. Un esercizio scorretto o eccessivo può danneggiare la salute. Interrompete l'esercizio se avvertite uno dei seguenti sintomi: dolore, senso di oppressione al petto, battito cardiaco irregolare, mancanza di respiro, giramenti di testa, vertigini o senso di nausea. Se si verifica una di queste condizioni, è necessario consultare il medico prima di continuare il programma di esercizio.
3. Tenere i bambini e gli animali domestici lontani dall'apparecchiatura. L'attrezzatura è progettata solo per l'uso da parte di adulti.
4. Utilizzare l'apparecchiatura su una superficie solida e piana, con una copertura protettiva per il pavimento o il tappeto. Per garantire la sicurezza, l'apparecchiatura deve avere almeno 4 piedi (120 cm) di spazio libero intorno ad essa.
5. Prima di utilizzare l'apparecchiatura, accertarsi che tutti i dadi e i bulloni siano ben serrati. La sicurezza dell'apparecchiatura può essere mantenuta solo se viene esaminata regolarmente per verificare l'assenza di danni e/o usura.
6. Utilizzare sempre l'apparecchiatura come indicato. Se durante l'assemblaggio o il controllo dell'apparecchiatura si riscontrano componenti difettosi o se si sentono rumori insoliti provenire dall'apparecchiatura durante l'esercizio, interrompere immediatamente l'uso dell'apparecchiatura e non utilizzarla finché il problema non è stato risolto.
7. Indossare un abbigliamento adeguato durante l'uso dell'apparecchiatura. Evitare di indossare indumenti larghi che potrebbero impigliarsi nell'apparecchiatura.
8. Non inserire dita o oggetti nelle parti mobili dell'apparecchiatura.
9. La capacità massima di peso di questa unità è di 300 libbre (135 kgs).
10. L'apparecchiatura non è adatta all'uso terapeutico.
11. Per evitare lesioni fisiche e/o danni al prodotto o alla proprietà, è necessario sollevare e spostare l'apparecchio in modo corretto.
12. Il prodotto è destinato all'uso in ambienti freschi e asciutti. Evitare di immagazzinare il prodotto in aree estremamente fredde, calde o umide, poiché ciò potrebbe causare corrosione e altri problemi correlati.
13. Questa apparecchiatura è progettata solo per l'uso domestico e interno; non è destinata all'uso commerciale!

IMPORTANTI ISTRUZIONI DI SICUREZZA

Leggere tutte le istruzioni prima di utilizzare (questo apparecchio).

Quando si utilizza un apparecchio elettrico, è necessario seguire sempre le precauzioni di base, tra cui le seguenti:

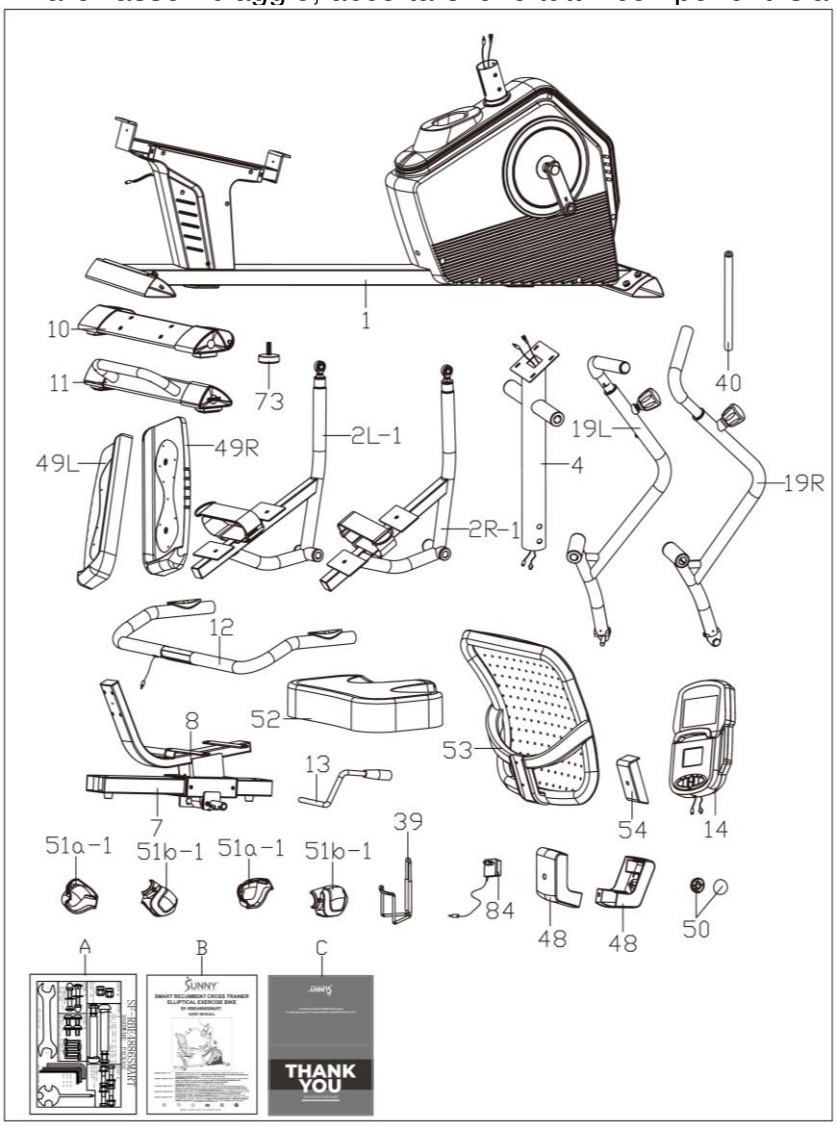
AVVERTENZA - Per ridurre il rischio di ustioni, incendi, scosse elettriche o lesioni alle persone:

1. Questa apparecchiatura non è destinata all'uso da parte di persone con ridotte capacità fisiche, sensoriali o mentali, o con mancanza di esperienza e conoscenza, a meno che non abbiano ricevuto supervisione o istruzioni sull'uso dell'apparecchiatura da parte di una persona responsabile della loro sicurezza. Tenere lontani da questa macchina i bambini di età inferiore ai 13 anni.
2. Utilizzare l'apparecchiatura solo per l'uso previsto, come descritto nel presente manuale. Non utilizzare accessori non raccomandati dal produttore.
3. Non utilizzare mai l'apparecchiatura con le aperture dell'aria bloccate. Mantenere le aperture dell'aria libere da lanugine, capelli e simili.
4. Non far mai cadere o inserire oggetti nelle aperture.
5. Non utilizzare all'aperto.
6. Non operare in luoghi in cui vengono utilizzati prodotti aerosol (spray) o in cui viene somministrato ossigeno.
7. Non utilizzare mai questa apparecchiatura se il cavo o la spina sono danneggiati, se non funziona correttamente, se è caduta o danneggiata o se è caduta in acqua. Restituire l'apparecchiatura a un centro di assistenza per l'esame e la riparazione.

CONSERVARE QUESTE ISTRUZIONI.

LISTA DI CONTROLLO PRE-ASSEMBLAGGIO

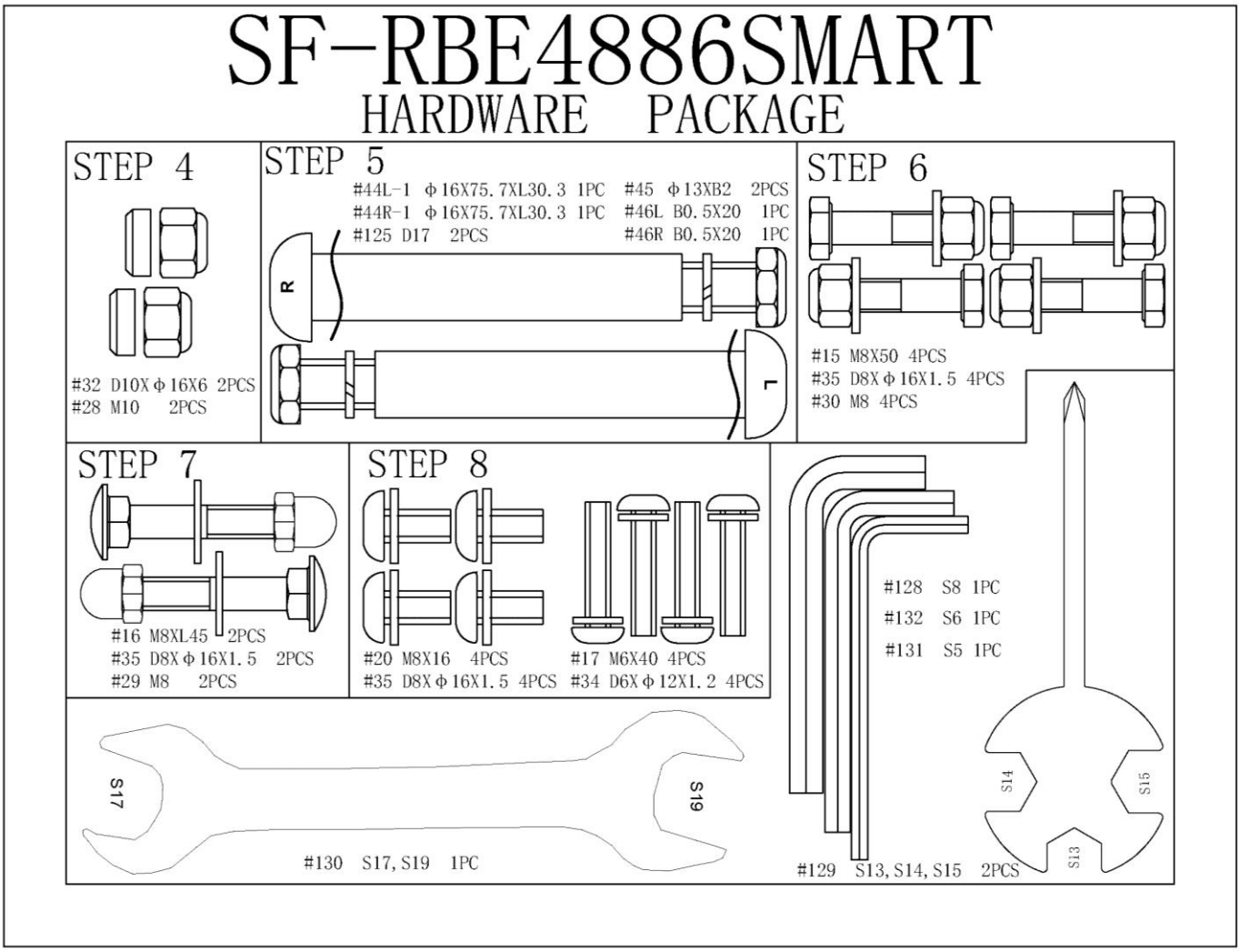
Prima di iniziare l'assemblaggio, accertarsi che tutti i componenti siano inclusi.



n.	Descrizione	Spec.	Qtà.
1	Telaio Principale		1
2L-1	Tubo di Supporto del Pedale Sinistro		1
2R-1	Tubo di Supporto del Pedale Destro		1
4	Posto Manubrio		1
7	Guida del Sedile		1
8	Supporto del Sedile		1
10	Stabilizzatore Anteriore		1
11	Stabilizzatore Posteriore		1
12	Manubrio Posteriore		1
13	Maniglia Regolabile		1
14	Misuratore	TZ-4113P	1
19L	Barra Oscillante Sinistro		1
19R	Barra Oscillante Destro		1
39	Portabottiglie		1
40	Asse Lungo	Φ19.5x410	1

n.	Descrizione	Spec.	Qtà.
48	Copertura della Guida del Sedile		2
49L	Pedale Sinistro		1
49R	Pedale Destro		1
50	Cappuccio	S13	2
51a-1	Coperture Protettive A		2
51b-1	Coperture Protettive B		2
52	Sedile	KX4850	1
53	Schienale	QT-188D	1
54	Copertura dello Schienale		1
73	Cuscinetto Regolabile	M10x30	1
84	Adattatore		1
A	Pacchetto Hardware		1
B	Manuale		1
C	Biglietto di Ringraziamento		1

PACCHETTO HARDWARE



Ordinazione di parti di ricambio (solo per clienti statunitensi e canadesi)

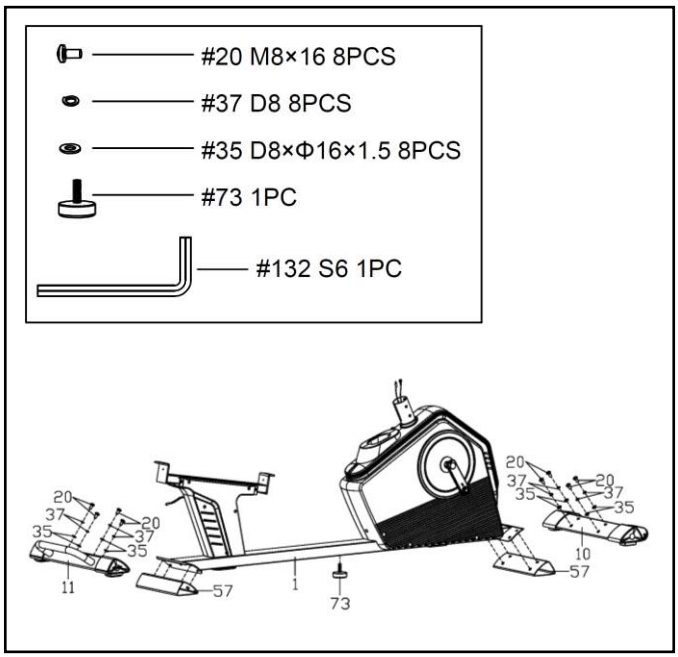
Si prega di fornire le seguenti informazioni per consentirci di identificare con precisione i pezzi di ricambio necessari:

- ✓ Il numero del modello (riportato sulla copertina del manuale)
- ✓ Il nome del prodotto (riportato sulla copertina del manuale)
- ✓ Il numero di parte che si trova nello "SCHEMA ESPLICITO" (pagina 108) e nell "ELENCO PARTI" (pagine 106-107).

Contattare support@sunnyhealthfitness.com o 1-877-90SUNNY (877-907-8669).

ISTRUZIONI DI MONTAGGIO

Teniamo molto alla vostra esperienza con i prodotti Sunny Health and Fitness. Per assistenza sui ricambi o per la risoluzione dei problemi, contattateci all'indirizzo support@sunnyhealthfitness.com o al numero 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



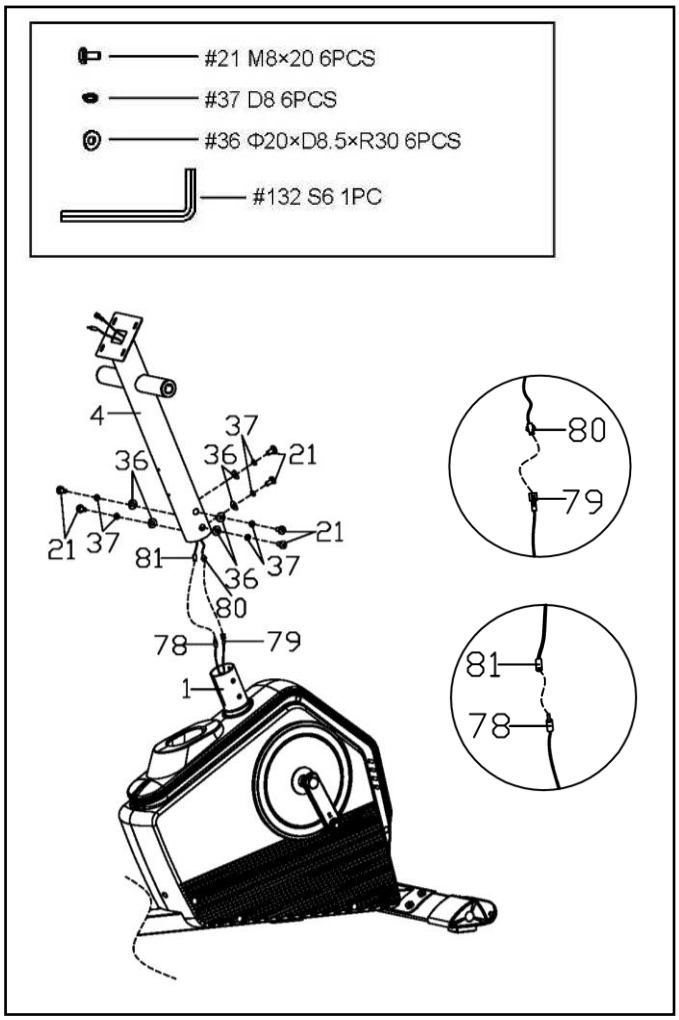
FASE 1:

Rimuovere i 2 **Tubi di Spedizione (n. 57)**, le 8 **Viti (n. 20)**, le 8 **Rondelle Elastiche (n. 37)** e le 8 **Rondelle Piatte (n. 35)** dal **Telaio Principale (n. 1)** utilizzando la **Chiave a Brugola (n. 132).**

NOTA: è possibile gettare i 2 **Tubi di Spedizione (n. 57)** o conservarli per imballare nuovamente l'articolo in futuro.

Fissare lo **Stabilizzatore Anteriore (n. 10)** e lo **Stabilizzatore Posteriore (n. 11)** al **Telaio Principale (n. 1)** con le 8 **Viti (n. 20)**, le 8 **Rondelle Elastiche (n. 37)** e le 8 **Rondelle Piatte (n. 35)** appena rimosse. Serrare e fissare con la **Chiave a Brugola (n. 132).**

Fissare il **Cuscinetto Regolabile (n. 73)** al **Telaio Principale (n. 1).**



FASE 2:

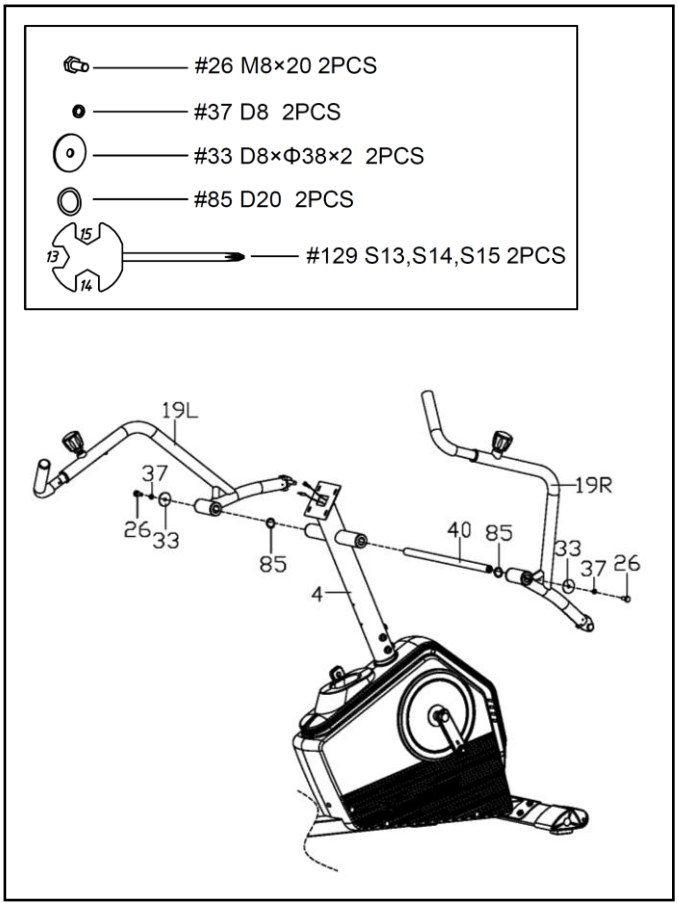
Rimuovere 6 **Viti (n. 21),** 6 **Rondelle Elastiche (n. 37)** e 6 **Rondelle ad Arco (n. 36)** dal **Telaio Principale (n. 1)** utilizzando la **Chiave a Brugola (n. 132).**

Collegare la **Filo di Prolunga del Sensore 2 (n. 80)** con la **Filo di Prolunga del Sensore 1 (n. 79)** e collegare la **Filo di Prolunga per Impulsi 2 (n. 81)** con la **Filo di Prolunga per Impulsi 1 (n. 78).**

Fissare il **Posto Manubrio (n. 4)** al **Telaio Principale (n. 1)** con 6 **Viti (n. 21)**, 6 **Rondelle Elastiche (n. 37)** e 6 **Rondelle ad Arco (n. 36)** appena rimosse. Serrare e fissare con la **Chiave a Brugola (n. 132).**

NOTA: non tagliare o pizzicare i fili quando si fissa il **Posto Manubrio (n. 4).**

Teniamo molto alla vostra esperienza con i prodotti Sunny Health and Fitness. Per assistenza sui ricambi o per la risoluzione dei problemi, contattateci all'indirizzo support@sunnyhealthfitness.com o al numero 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



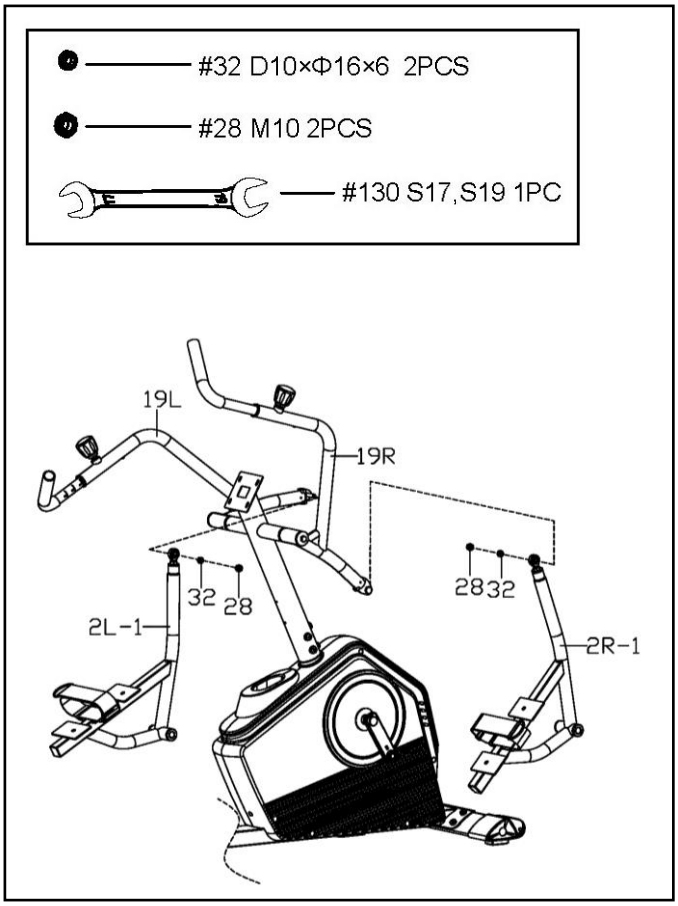
FASE 3:

Rimuovere 2 **Viti Esagonali (n. 26)**, 2 **Rondelle Elastiche (n. 37)**, 2 **Rondelle Piatte (n. 33)** e 2 **Rondella d'Onda (n. 85) dall'Asse Lungo (n. 40)** con 2 **Chiavi Inglesi (n. 129).**

Inserire **l'Asse Lungo (n. 40)** nel **Posto Manubrio (n. 4)**, quindi applicare le 2 **Rondella d'Onda (n. 85)** appena rimosse su entrambi i lati **dell'Asse Lungo (n. 40).** Fissare le **Barre Oscillanti Sinistro & Destro (n. 19L & n. 19R)** su entrambi i lati **dell'Asse Lungo (n. 40)** utilizzando 2 **Rondelle Piatte (n. 33)**, 2 **Rondelle Elastiche (n. 37)** e 2 **Viti Esagonali (n. 26),** appena rimosse. Fissare preventivamente con 2 **Chiavi Inglesi (n. 129).**

NOTA: In caso di difficoltà nell'inserimento manuale **dell'Asse Lungo (n. 40)** nel **Posto Manubrio (n. 4),** si consiglia di utilizzare un martello per battere delicatamente **l'Asse Lungo (n. 40)** nel **Posto Manubrio (n. 4).**

NOTA: non serrare ancora completamente le **Viti Esagonali (n. 26).**

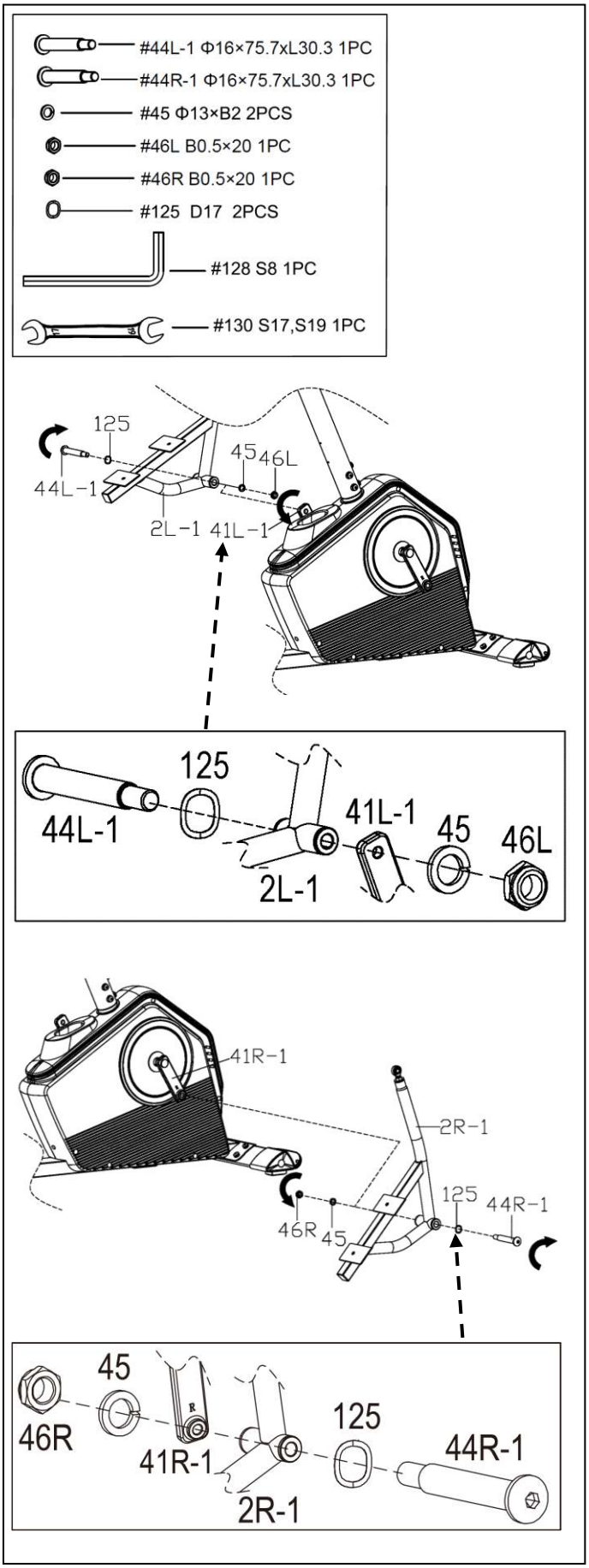


FASE 4:

Fissare le **Barre Oscillanti Sinistro & Destro (n. 19L & n. 19R)** ai **Tubi di Supporto del Pedali Sinistro & Destro (n. 2L-1 & n. 2R-1)** con 2 **Distanziali (n. 32)** e 2 **Dadi in Nylon (n. 28)** utilizzando la **Chiave Aperta (n. 130).**

NOTA: non serrare ancora completamente le **Dadi in Nylon (n. 28).**

Teniamo molto alla vostra esperienza con i prodotti Sunny Health and Fitness. Per assistenza sui ricambi o per la risoluzione dei problemi, contattateci all'indirizzo support@sunnyhealthfitness.com o al numero 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



FASE 5:

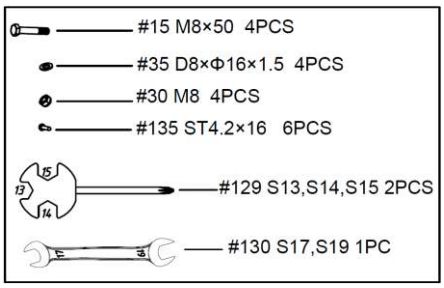
Fissare il **Tubo di Supporto del Pedale Sinistro (n. 2L-1)** alla **Manovella Sinistro (n. 41L-1)** con 1 **Bullone Cerniera Sinistro (n. 44L-1)** e 1 **Rondella d'Onda (n. 125).** Ruotare il **Bullone Cerniera Sinistro (n. 44L-1)** *in senso antiorario* con la mano. Quindi fissare 1 **Rondella Elastica (n. 45)** e 1 **Dado in Nylon Sinistro (n. 46L)** NERO all'estremità del **Bullone Cerniera Sinistro (n. 44L-1)** e ruotare il **Dado in Nylon Sinistro (n. 46L)** NERO *in senso orario*. Fissare preventivamente il tutto con la **Chiave a Brugola (n. 128)** e la **Chiave Aperta (n. 130).**

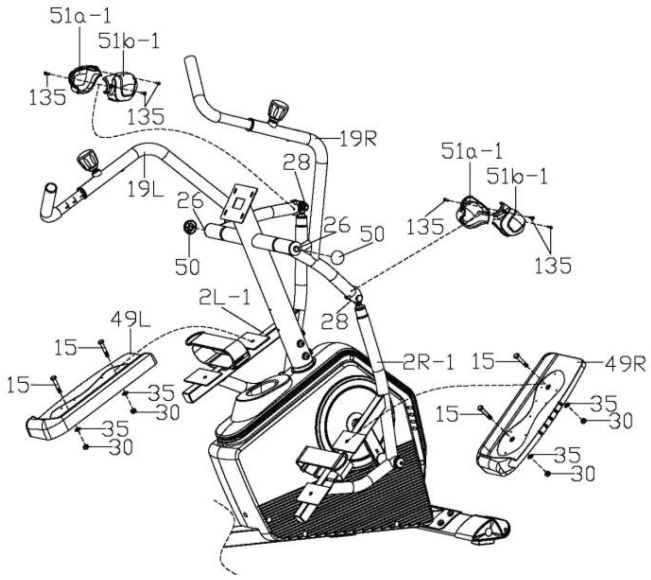
Fissare il **Tubo di Supporto del Pedale Destro (n. 2R-1)** alla **Manovella Destro (n. 41R-1)** con 1 **Bullone Cerniera Destro (n. 44R-1)** e 1 **Rondella d'Onda (n. 125).** Ruotare il **Bullone Cerniera Destro (n. 44R-1)** *in senso orario* con la mano. Quindi fissare 1 **Rondella Elastica (n. 45)** e 1 **Dado in Nylon Destro (n. 46R)** BIANCO all'estremità del **Bullone Cerniera Destro (n. 44R-1)** e ruotare il **Dado in Nylon Destro (n. 46R)** BIANCO *in senso antiorario*. Pre-fissare con la **Chiave a Brugola (n. 128)** e la **Chiave Aperta (n. 130).**

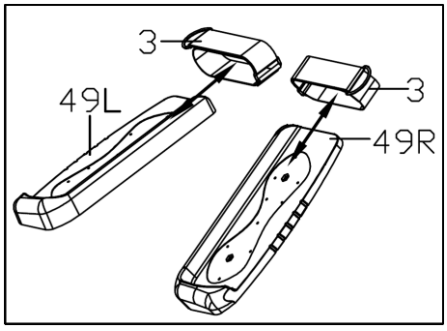
NOTA: il **Bullone Cerniera Sinistro (n. 44L-1)** è contrassegnato dalla lettera L, mentre il **Bullone Cerniera Destro (n. 44R-1)** è contrassegnato dalla lettera R.

NOTA: Assicurarsi che tutti i bulloni e le rondelle siano in posizione e parzialmente filettati prima di serrarli completamente.

Teniamo molto alla vostra esperienza con i prodotti Sunny Health and Fitness. Per assistenza sui ricambi o per la risoluzione dei problemi, contattateci all'indirizzo support@sunnyhealthfitness.com o al numero 1-877-90SUNNY (877-907-8669).







FASE 6:

In primo luogo, fissare 2 **Viti Esagonali (n. 26)** dalla FASE 3 utilizzando 2 **Chiavi Inglesi (n. 129).** Coprire con 2 **Cappucci (n. 50)**

In secondo luogo, fissare 2 **Dadi in Nylon (n. 28)** dalla FASE 4 utilizzando **Chiave Aperta (n. 130).**

NOTA: Assicurarsi che tutti i bulloni e le rondelle siano in posizione e parzialmente filettati prima di serrarli completamente.

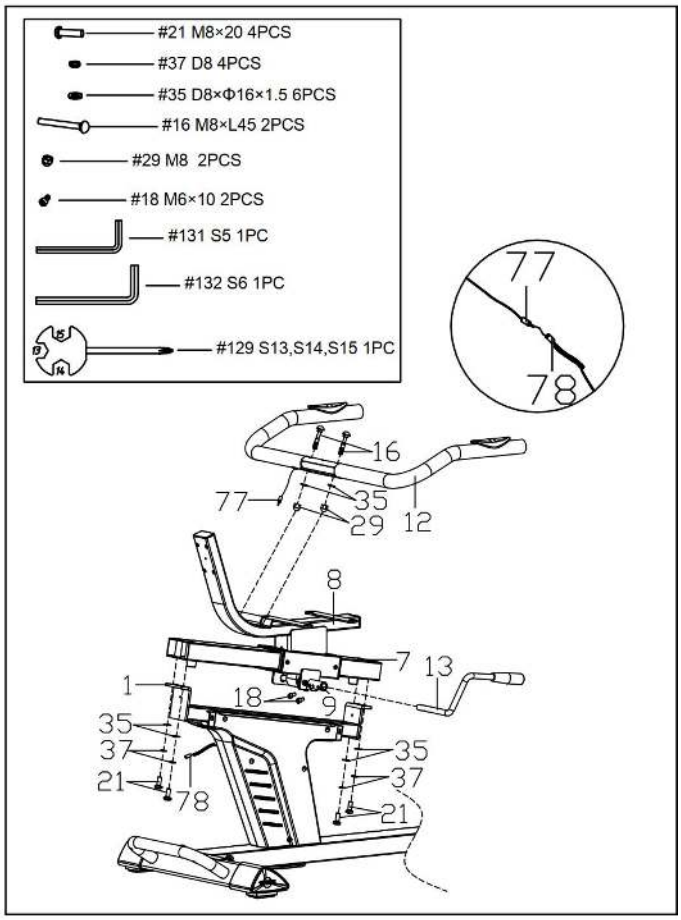
Rimuovere 4 **Viti (n. 135)** da **Barre Oscillanti Sinistro & Destro (n. 19L & n. 19R)** e rimuovere 2 **Viti (n. 135)** da 2 **Coperturi Protettivi A (n. 51a-1)** e 2 **Coperturi Protettivi B (n. 51b-1)** utilizzando la **Chiave Inglese (n. 129).**

Fissare le 2 **Coperturi Protettivi A (n. 51a-1)** e 2 **Coperturi Protettivi B (n. 51b-1)** alle 2 giunzioni delle **Barre Oscillanti Sinistro & Destro (n. 19L & n. 19R)** e dei **Tubi di Supporto del Pedali Sinistro & Destro (n. 2L-1 & n. 2R-1)** con 6 **Viti (n. 135)**, appena rimosse, utilizzando la **Chiave Inglese (n. 129).**

Inserire i **Pedali Sinistro & Destro (n. 49L & n. 49R)** attraverso i 2 **Cinghie Pedali (n. 3)**, fissare i **Pedali Sinistro & Destro (n. 49L & n. 49R)** ai **Tubi di Supporto del Pedali Sinistro & Destro (n. 2L-1 & n. 2R-1)** con 4 **Bulloni Esagonali (n. 15)**, 4 **Rondelle Piatte (n. 35)** e 4 **Dadi in Nylon (n. 30)** utilizzando la **Chiave Inglese (n. 129).**

NOTA: Il **Pedale Sinistro (n. 49L)** è contrassegnato con la lettera L, mentre il **Pedale Destro (n. 49R)** con la lettera R.

Teniamo molto alla vostra esperienza con i prodotti Sunny Health and Fitness. Per assistenza sui ricambi o per la risoluzione dei problemi, contattateci all'indirizzo support@sunnyhealthfitness.com o al numero 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



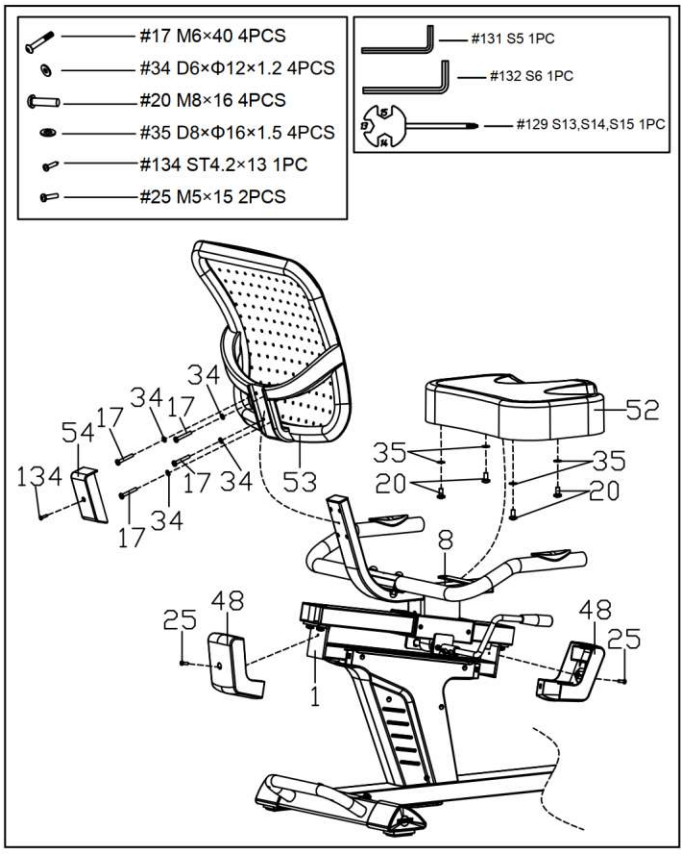
FASE 7:

Rimuovere 4 **Viti (n. 21)**, 4 **Rondelle Elastiche (n. 37)** e 4 **Rondelle Piatte (n. 35)** dalla **Guida del Sedile (n. 7)** con la **Chiave a Brugola (n. 132).** Fissare quindi la **Guida del Sedile (n. 7)** al **Telaio Principale (n. 1)** con 4 **Viti (n. 21),** 4 **Rondelle Elastiche (n. 37)** e 4 **Rondelle Piatte (n. 35)** appena rimosse con la **Chiave a Brugola (n. 132).**

Rimuovere le 2 **Viti (n. 18)** dalla **Maniglia Regolabile (n. 13)** utilizzando la **Chiave a Brugola (n. 131).** Fissare quindi la **Maniglia Regolabile (n. 13**) **all'Asse (n. 9)** con le 2 **Viti (n. 18)** appena rimosse utilizzando la **Chiave a Brugola (n. 131).**

Fissare il **Manubrio Posteriore (n. 12)** al **Supporto del Sedile (n. 8)** con 2 **Bulloni a Carrello (n. 16)**, 2 **Rondelle Piatte (n. 35)** e 2 **Dadi a Cappucci (n. 29)** utilizzando la **Chiave Inglese (n. 129).**

Collegare il **Filo a Impulsi (n. 77)** con la **Filo di Prolunga per Impulsi 1 (n. 78).**



FASE 8:

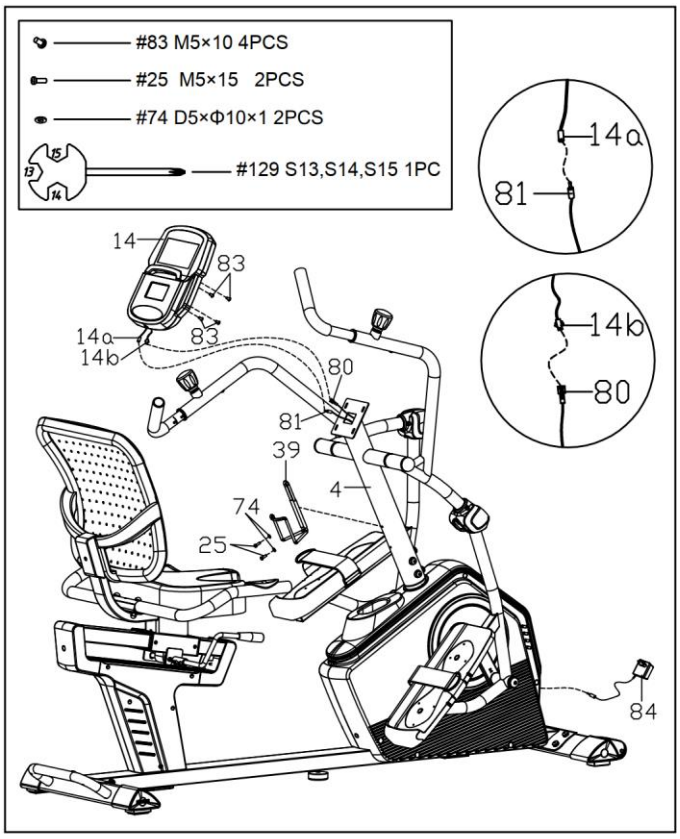
Rimuovere le 2 **Viti (n. 25)** dal **Telaio Principale (n. 1)** utilizzando la **Chiave Inglese (n. 129)**. Fissare quindi i 2 **Coperture della Guida del Sedile (n. 48)** al **Telaio Principale (n. 1)** con le 2 **Viti (n. 25)** appena rimosse utilizzando la **Chiave Inglese (n. 129).**

Fissare il **Sedile (n. 52)** al **Supporto del Sedile (n. 8)** con 4 **Viti (n. 20)** e 4 **Rondelle Piatte (n. 35)** utilizzando la **Chiave a Brugola (n. 132)**.

Fissare lo **Schienale (n. 53)** al **Supporto del Sedile (n. 8)** con 4 **Bulloni (n. 17)** e 4 **Rondelle Piatte (n. 34)**. Serrare e fissare con la **Chiave a Brugola (n. 131).**

Rimuovere le **Vite (n. 134)** dal **Supporto del Sedile (n. 8)** utilizzando la **Chiave Inglese (n. 129)**. Fissare il **Copertura dello Schienale (n. 54)** al **Supporto del Sedile (n. 8)** con la **Vite (n. 134)**. Serrare e fissare con la **Chiave Inglese (n. 129)**.

Teniamo molto alla vostra esperienza con i prodotti Sunny Health and Fitness. Per assistenza sui ricambi o per la risoluzione dei problemi, contattateci all'indirizzo support@sunnyhealthfitness.com o al numero 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



FASE 9:

Rimuovere le 4 **Viti (n. 83)** dal **Misuratore (n. 14)** con la **Chiave Inglese (n. 129).**

Collegare il **Filo di Prolunga per Impulsi 2 (n. 81)** con il **Filo del Misuratore A (n. 14a)** e il **Filo di Prolunga del Sensore 2 (n. 80)** con il **Filo del Misuratore B (n. 14b)**. Inserire tutti i fili nel tubo del **Posto Manubrio (n. 4)**. Fissare quindi il **Misuratore (n. 14)** alla staffa del **Posto Manubrio (n. 4)** con le 4 **Viti (n. 83)** appena rimosse. Serrare e fissare con la **Chiave Inglese (n. 129).**

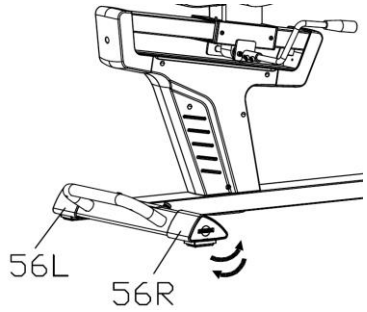
NOTA: non tagliare o pizzicare i fili quando si fissa il **Misuratore (n. 14).**

Rimuovere le 2 **Viti (n. 25)** e le 2 **Rondelle Piatte (n. 74)** dal **Posto Manubrio (n. 4)** utilizzando la **Chiave Inglese (n. 129).** Fissare quindi il **Portabottiglie (n. 39)** al **Posto Manubrio (n. 4)** con le 2 **Viti (n. 25)** e le 2 **Rondelle Piatte (n. 74)** appena rimosse. Serrare e fissare con la **Chiave Inglese (n. 129).**

Inserire il jack **dell'Adattatore (n. 84)** nell'ingresso dell'adattatore sulla parte anteriore del **Telaio Principale (n. 1),** quindi collegare **l'Adattatore (n. 84)** a una presa di corrente.

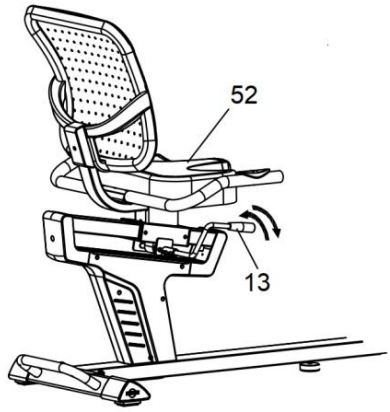
Il montaggio è ora completo!

GUIDA ALLA REGOLAZIONE



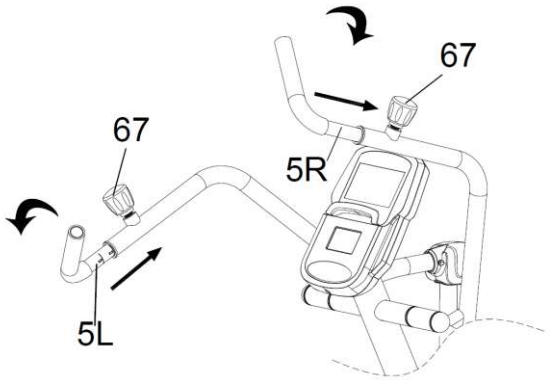
REGOLAZIONE DEL LIVELLO

Se la bicicletta reclinabile non è in piano, ruotare le manopole sui **Tappi Posteriori Sinistro & Destro (n. 56L & n. 56R)** per regolarla. Ruotare *in senso antiorario* per alzare e *in senso orario* per abbassare.



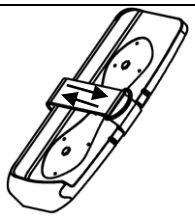
REGOLAZIONE DEL SEDILE

Per spostare il **Sedile (n. 52)** in avanti o indietro, mentre si è seduti sulla recumbent bike, appoggiare i piedi sul pavimento. Spostare la **Maniglia Regolabile (n. 13)** verso il basso per allentarla. Regolare il **Sedile (n. 52)** nella posizione desiderata, quindi spostare la **Maniglia Regolabile (n. 13)** verso l'alto per fissarlo.



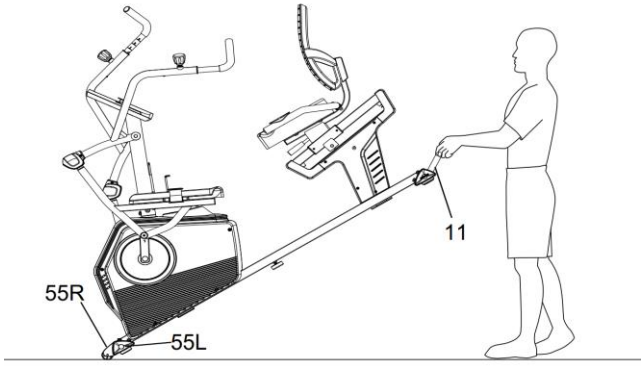
REGOLAZIONE DEL MANUBRIO

Per regolare i **Manubri Sinistro & Destro (n. 5L &n. 5R)** in diverse direzioni e lunghezze, allentare e tirare le **Manopole (n. 67)** verso l'esterno, quindi far scorrere i **Manubri Sinistro & Destro (n. 5L &n. 5R)** nella direzione o nella lunghezza desiderata. Una volta posizionate, reinserire e stringere le **Manopole (n. 67)** per fissare le **Manubri Sinistro & Destro (n. 5L &n. 5R)** in posizione.



REGOLAZIONE DELLE CINGHIE DEI PEDALI

Le cinghie dei pedali sono regolabili e possonoessere adattate alle dimensioni del piededell'utente.



SPOSTAMENTO DELLA BICICLETTA RECLINABILE

Le ruote di trasporto si trovano sui **Tappi Anteriori Sinistro & Destro (n. 55L & n. 55R)**. Tenere il manubrio sullo **Stabilizzatore Posteriore (n. 11)** e tirare in avanti per sollevare la parte posteriore della recumbent bike dal pavimento. Ora è possibile spostare la bicicletta reclinabile.

INFORMAZIONI IMPORTANTI SULLA RECUMBENT BIKE

AVVERTENZA: questa recumbent bike richiede una fonte di alimentazione di **1 amp (100-240V)** per funzionare correttamente. Per la vostra sicurezza e per quella degli altri, verificate che la fonte di alimentazione sia corretta prima di collegare l'apparecchiatura. Qualsiasi fonte di alimentazione superiore o inferiore a questo livello potrebbe causare danni significativi all'apparecchiatura e all'utente.

ISTRUZIONI PER L'USO



Collegare l'adattatore alla bicicletta reclinabile e alla presa di corrente.
Il misuratore si accende.
Il misuratore si spegne se non si verifica alcuna attività per 4 minuti quando il Bluetooth non è collegato. Premere un pulsante qualsiasi del misuratore per riaccenderlo.

NOTA: è ancora possibile utilizzare la recumbent bike quando non è collegata alla presa di corrente.Tuttavia, il misuratore non funziona e non è possibile regolare il livello di resistenza o utilizzare le funzioni.

MISURATORE DI ESERCIZIO

FUNZIONI CHIAVE:

PULSANTE	FUNZIONE
START/STOP	Avviare e mettere in pausa gli allenamenti. Avviare la misurazione del grasso corporeo.
DOWN	Abbassare il livello di resistenza durante l'allenamento. Diminuire il valore del parametro selezionato.
UP	Aumenta il livello di resistenza durante l'allenamento. Aumentare il valore del parametro selezionato.
ENTER	Immettere il valore o la modalità.
RECOVERY	Entrare nella funzione di recupero quando il misuratore visualizza il valore della frequenza cardiaca. Visualizzazioni di recupero F1-F6. F1 è una frequenza cardiaca di recupero eccellente. F6 è la frequenza cardiaca di recupero scarsa.
MODE	Durante l'allenamento, cambiare il display da RPM a SPEED (VELOCITÀ), da ODO (CONTACHILOMETRI) a DIST (DISTANZA) e da WATT a CAL (CALORIE). Tenere premuto per 3 secondi per azzerare tutti i valori delle funzioni, tranne ODO (CONTACHILOMETRI).

SELEZIONE DELL'ALLENAMENTO:

Dopo aver acceso il misuratore collegando l'adattatore o, se già collegato, premendo un pulsante qualsiasi del misuratore, utilizzare il pulsante UP o DOWN per effettuare una selezione. Quindi premere il pulsante ENTER per scegliere la modalità desiderata.
Esistono 7 modalità di allenamento di base:
Programma Manuale, Programmi Preimpostati, Programma di Controllo dei Watt, Programma Grasso Corporeo, Programma Frequenza Cardiaca Target, Programmi di Controllo della Frequenza Cardiaca e Programmi Utente.

FUNZIONI:

SPEED (VELOCITÀ): Visualizza la velocità di allenamento corrente. La velocità massima è di 99,9 MPH.
RPM: Visualizza l'attuale rotazione al minuto.
TIME (TEMPO): Accumula il tempo di allenamento da 0:00 a 99:59. Gli utenti possono preimpostare il tempo target desiderato.

DIST (DISTANZA): Accumula la distanza dell'allenamento da 0,00 a 999,9 miglia. L'utente può impostare la distanza target che desidera raggiungere.
ODO (CONTACHILOMETRI): Visualizza la distanza totale accumulata da 0 a 9999 miglia.
CAL (CALORIE): Accumula le calorie bruciate da 0 a 9999. Gli utenti possono preimpostare l'obiettivo di calorie da bruciare.
WATT: Visualizza i watt attuali.
HEART RATE (FREQUENZA CARDIACA): Visualizza la frequenza cardiaca corrente in battiti al minuto.
TARGET HR. (FREQUENZA CARDIACA TARGET): Gli utenti possono preimpostare la propria frequenza cardiaca target.
PROGRAM (PROGRAMMA): Sono disponibili 24 programmi diversi da scegliere per l'allenamento.
LEVEL (LIVELLO): Il programma presenta 10 colonne di barre e 8 barre in ogni colonna. Ogni colonna rappresenta un allenamento di 1 minuto e ogni barra rappresenta 2 livelli di resistenza.

PARAMETRI DI ALLENAMENTO:

TIME (TEMPO) / DIST (DISTANZA) / CAL (CALORIE) / AGE (ETÀ) / WATT / TARGET HR. (FREQUENZA CARDIACA TARGET)

IMPOSTAZIONE DEI PARAMETRI DI ALLENAMENTO

Dopo aver selezionato la modalità di allenamento desiderata: Programma Manuale, Programmi Preimpostati, Programma di Controllo dei Watt, Programma Grasso Corporeo, Programma Frequenza Cardiaca Target, Programmi di Controllo della Frequenza Cardiaca e Programmi Utente. È possibile preimpostare diversi parametri di allenamento per ottenere i risultati desiderati.

NOTA: alcuni parametri non sono regolabili in determinati programmi. Il TIME (TEMPO) e la DIST (DISTANZA) non possono essere impostati contemporaneamente.

Una volta selezionato un programma, premere il pulsante ENTER e il TIME (TEMPO) lampeggerà.
Utilizzando i pulsanti UP o DOWN, è possibile selezionare il valore di tempo desiderato. Premere il tasto ENTER per inserire i valori. Il messaggio lampeggiante passa al parametro successivo. Continuare a utilizzare i pulsanti UP o DOWN. Premere il pulsante START/STOP per iniziare l'allenamento.

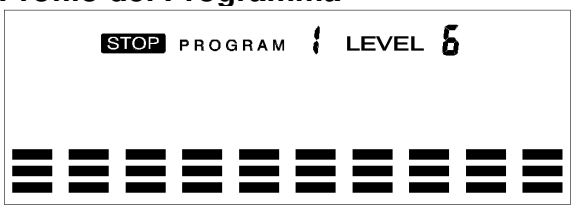
Ulteriori Informazioni sull'Impostazione dei Parametri di Allenamento

Campo	Impostazione Intervallo	Valore Predefinito	Incremento/ Decremento	Descrizione
TIME (TEMPO)	0:00~99:00	0:00	±1:00	1. Quando il display è impostato su 0:00, il TIME (TEMPO) conta alla rovescia. 2. Quando l'ora è impostata su 1:00-99:00, il conto alla rovescia viene portato a 0,00.
DIST (DISTANZA)	0.00~999.0	0.00	±1.00	1. Quando il display è impostato su 0,00, il conteggio della DIST (DISTANZA) aumenta. 2. Quando la DIST (DISTANZA) è impostata su 1.00~999.0, il conto alla rovescia passa a 0.00.
CAL (CALORIE)	0.00~9995	0.00	±5.00	1. Quando il display è impostato su 0,00, il conteggio delle CAL (CALORIE) aumenta. 2. Quando CAL (CALORIE) è impostato su 5,00~9995, il conto alla rovescia passa a 0,00.
WATT	50~250	100	±5	L'utente può impostare il valore in watt solo nel Programma di Controllo dei Watt.

AGE (ETÀ)	10~99	30	±1	La FC Target si basa sull'età. Quando la Frequenza Cardiaca supera la FC Target, il numero della Frequenza Cardiaca lampeggia.
TARGET HR. (FREQUENZA CARDIACA TARGET)	60~220	60	±1	Impostazione dei parametri per la Frequenza Cardiaca Target.

FUNZIONAMENTO DEL PROGRAMMA:
PROGRAMMA MANUALE (PROGRAM 1)

Profilo del Programma

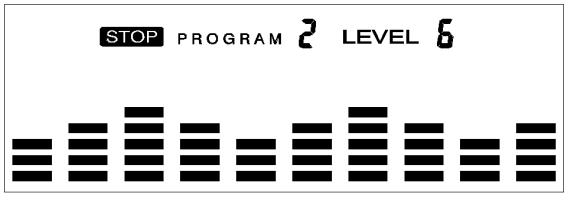


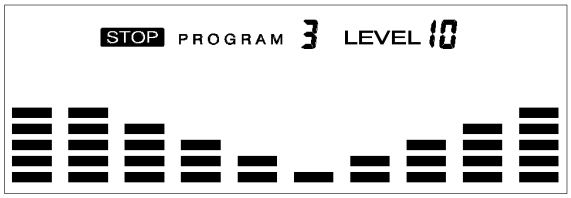
IMPOSTAZIONE DEI PARAMETRI PER IL PROGRAMMA MANUALE

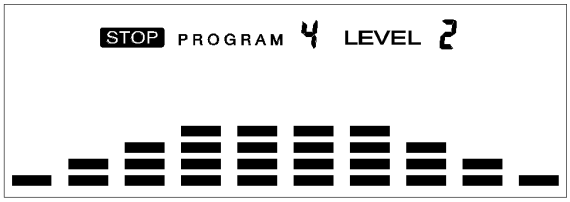
1. Selezionare **Programma Manuale (PROGRAM 1)** con i tasti UP o DOWN, quindi premere il tasto ENTER.
2. Il TIME (TEMPO) lampeggia e il valore può essere regolato con i tasti UP o DOWN.
3. Premere il tasto ENTER per salvare il valore e passare al parametro successivo da regolare.
   NOTA: se si imposta il tempo target per l'allenamento, non è possibile regolare il parametro successivo DIST (DISTANZA).
4. Continuare con tutti i parametri desiderati e premere il pulsante START/STOP per iniziare l'allenamento.
   NOTA: una volta che il parametro dell'allenamento è arrivato a zero, il sistema emette un segnale acustico e interrompe automaticamente l'allenamento. Premere il pulsante START/STOP per continuare l'allenamento e raggiungere il parametro di allenamento non ancora terminato.

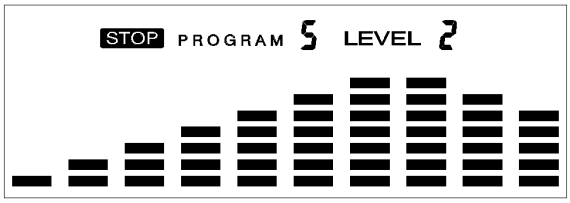
PROGRAMMI PREIMPOSTATI (PROGRAM 2~ PROGRAM 13)

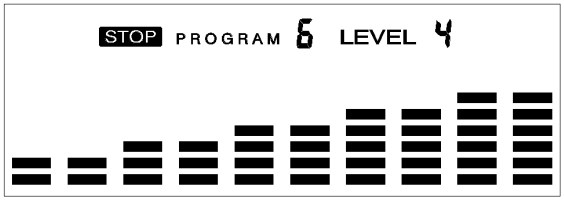
Profilo del Programma

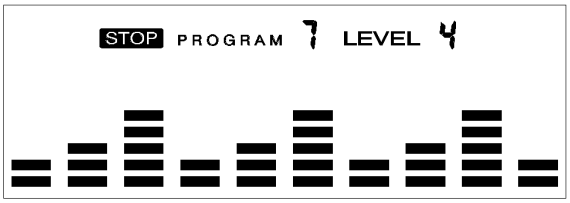


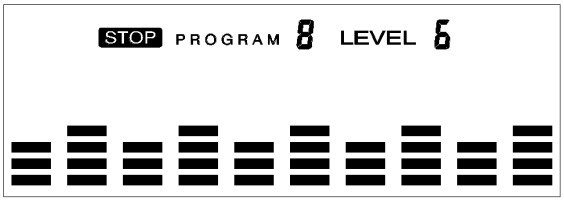


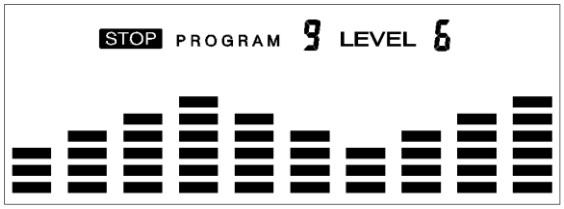


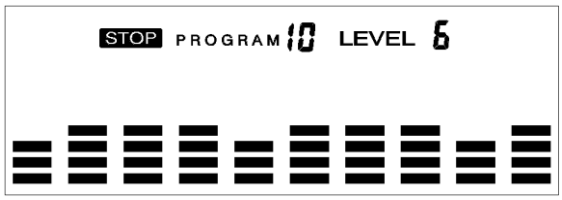


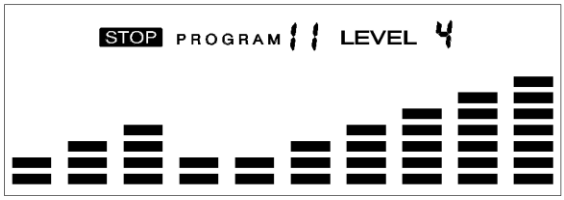


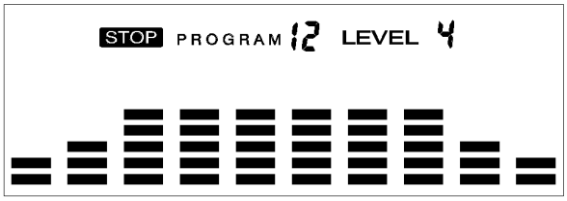


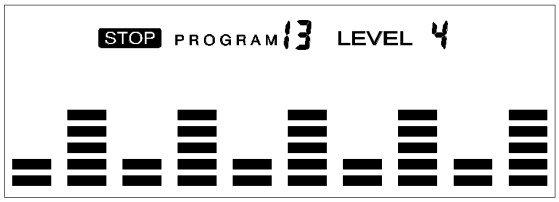












Sono disponibili 12 programmi preimpostati pronti all'uso. Tutti i profili di programma hanno 16 livelli di resistenza.

PARAMETRI DI IMPOSTAZIONE DEI PROGRAMMI PREIMPOSTATI

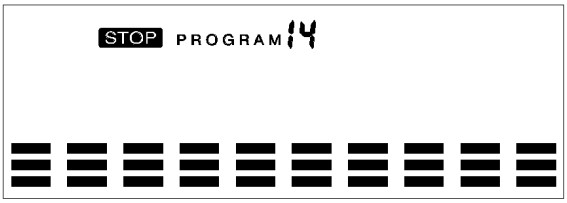
1. Selezionare uno dei **Programmi Preimpostati** con i tasti UP o DOWN, quindi premere il tasto ENTER. Il TIME (TEMPO) lampeggia e il valore può essere regolato con i tasti UP o DOWN.
2. Premere il tasto ENTER per salvare il valore e passare al parametro successivo da regolare. Continuare con tutti i parametri desiderati e premere il pulsante START/STOP per iniziare l'allenamento.

ALLENAMENTO IN QUALSIASI PROGRAMMA PREIMPOSTATO

È possibile regolare il livello di resistenza premendo il pulsante UP o DOWN durante l'allenamento.
NOTA: se si imposta il tempo target per l'allenamento, non è possibile regolare il parametro successivo della DIST (DISTANZA). Una volta che il parametro dell'allenamento è arrivato a zero, il sistema emette un segnale acustico e interrompe automaticamente l'allenamento. Premere il pulsante START/STOP per continuare il parametro non completato.

PROGRAMMA DI CONTROLLO DEI WATT (PROGRAM 14)

Profilo del Programma

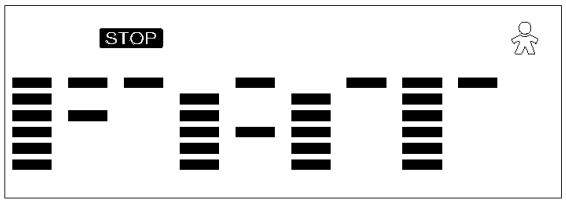


IMPOSTAZIONE DEI PARAMETRI PER IL PROGRAMMA DI CONTROLLO DEI WATT

1. Selezionare il **Programma di Controllo dei Watt (PROGRAM 14)** con i tasti UP o DOWN, quindi premere il tasto ENTER.
2. Il TIME (TEMPO) lampeggia e il valore può essere regolato con il pulsante UP o DOWN.
3. Premere il tasto ENTER per salvare il valore e passare al parametro successivo da regolare.
   NOTA: se si imposta il tempo target per l'allenamento, non è possibile regolare il parametro successivo DIST (DISTANZA).
4. Continuare con tutti i parametri desiderati e premere il pulsante START/STOP per avviare l'allenamento.
   NOTA: una volta che i parametri dell'allenamento sono scesi a zero, il sistema emette un segnale acustico e interrompe automaticamente l'allenamento.
5. Premere il pulsante START/STOP per continuare l'allenamento e raggiungere il parametro di allenamento non ancora completato.
   Il misuratore regolerà automaticamente il carico di resistenza in base alla velocità per mantenere costante il valore in watt. È possibile utilizzare il pulsante UP o DOWN per regolare il valore in watt durante l'allenamento.

PROGRAMMA GRASSO CORPOREO (PROGRAM 15)

Profilo del Programma



IMPOSTAZIONE DEI DATI PER IL GRASSO CORPOREO

Selezionare il **Programma Grasso Corporeo (PROGRAM 15)** con il pulsante UP o DOWN, quindi premere il pulsante ENTER. "MASCHIO" lampeggia e il genere può essere regolato con il pulsante UP o DOWN. Premere il tasto ENTER per salvare il genere e passare al dato successivo.

L'altezza "5'8 (pollici)" lampeggia, quindi è possibile regolare l'altezza con il pulsante UP o DOWN. Premere il tasto ENTER per salvare il valore e passare al dato successivo.

Il peso "154 (lbs)" lampeggia e il peso può essere regolato con il pulsante UP o DOWN. Premere il tasto ENTER per salvare il valore e passare al dato successivo.

"30" di Età lampeggia, per cui l'età può essere regolata con il pulsante UP o DOWN. Premere il tasto ENTER per salvare il valore.

Premere il pulsante START/STOP per avviare la misurazione. Ricordarsi di afferrare i sensori del polso della mano. Dopo 15 secondi il display mostrerà la Percentuale di Grasso Corporeo, il BMR, il BMI e il TIPO DI CORPO.

Tipi di Corpo:

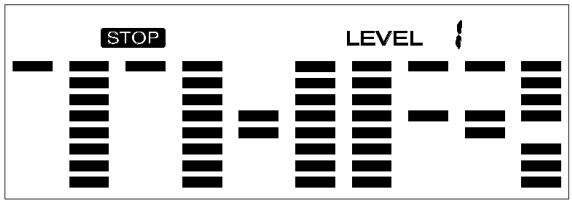
Esistono 9 tipi di corpo suddivisi in base alla Percentuale di Grasso alcolata.

Tipo di Corpo	GRASSO%	Tipo di Corpo	GRASSO%	Tipo di Corpo	GRASSO%
Tipo 1	5% - 9%	Tipo 4	20% - 24%	Tipo 7	35% - 39%
Tipo 2	10% - 14%	Tipo 5	25% - 29%	Tipo 8	40% - 44%
Tipo 3	15% - 19%	Tipo 6	30% - 34%	Tipo 9	45% - 50%

BMR: Rapporto di Metabolismo Basale
BMI: Indice di Massa Corporea
Premere il pulsante START/STOP per tornare alla visualizzazione principale.

PROGRAMMA FREQUENZA CARDIACA TARGET (PROGRAM 16)

Profilo del Programma

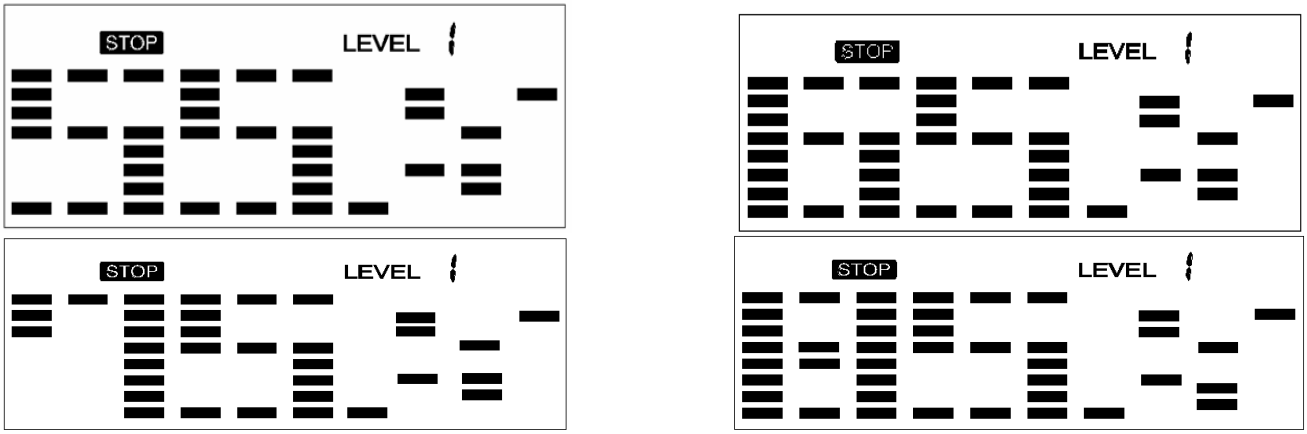


IMPOSTAZIONE DEI PARAMETRI PER IL PROGRAMMA FREQUENZA CARDIACA TARGET

1. Selezionare la **Programma Frequenza Cardiaca Target (PROGRAM 16)** utilizzando il pulsante UP o DOWN, quindi premere il pulsante ENTER.
2. Il TIME (TEMPO) lampeggia. Il valore può essere regolato con il pulsante UP o DOWN.
3. Premere il pulsante ENTER per salvare il valore e passare al parametro successivo da regolare.
   NOTA: se si imposta il tempo target per l'allenamento, non è possibile regolare il parametro successivo DIST (DISTANZA).
4. Continuare con tutti i parametri desiderati e premere il pulsante START/STOP per avviare l'allenamento.
   NOTA: se la frequenza cardiaca è superiore alla TARGET HR. (FREQUENZA CARDIACA TARGET) impostata, il valore Pulse lampeggia per ricordarlo all'utente.

PROGRAMMI DI CONTROLLO DELLA FREQUENZA CARDIACA (PROGRAM 17~PROGRAM 20)

Profilo del Programma



Sono disponibili 4 selezioni per le Pulsazioni Target (FC):

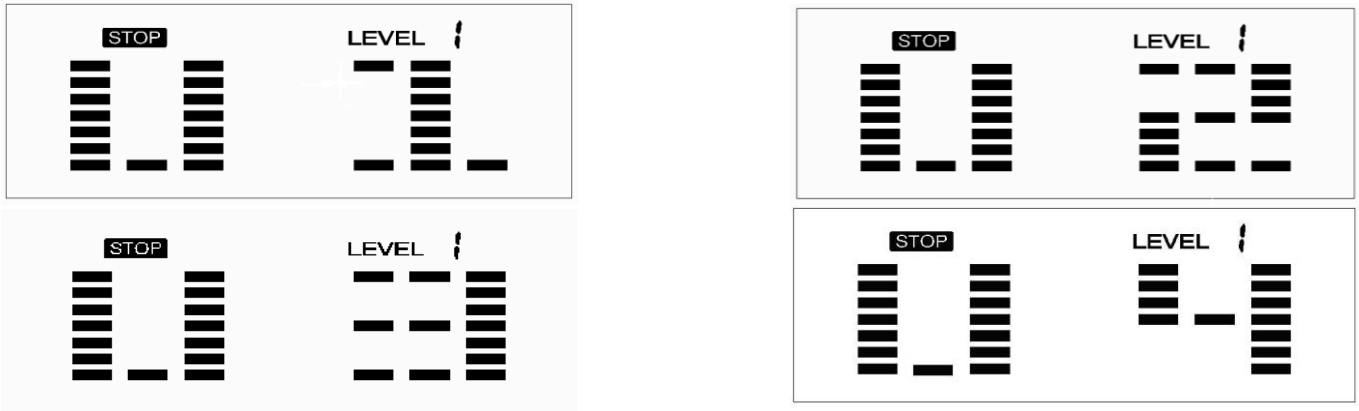
HRC - 55% FC TARGET= 55% of (220- ETÀ)
HRC - 65% FC TARGET= 65% of (220- ETÀ)
HRC - 75% FC TARGET= 75% of (220- ETÀ)
HRC - 85% FC TARGET= 85% of (220- ETÀ)

IMPOSTAZIONE DEI PARAMETRI PER IL CONTROLLO DELLA FREQUENZA CARDIACA

1. Selezionare uno dei **Programmi di Controllo della Frequenza Cardiaca** utilizzando il pulsante UP o DOWN, quindi premere il pulsante ENTER.
2. Il TIME (TEMPO) lampeggia. Il valore può essere regolato con il pulsante UP o DOWN.
3. Premere il pulsante ENTER per salvare il valore e passare al parametro successivo da regolare.
   NOTA: se si imposta il tempo target per l'allenamento, non è possibile regolare il parametro successivo DIST (DISTANZA).
4. Continuare con tutti i parametri desiderati e premere il pulsante START/STOP per avviare l'allenamento.
   NOTA: se la frequenza cardiaca è superiore o inferiore (± 5) alla TARGET HR. (FREQUENZA CARDIACA TARGET), il misuratore regolerà automaticamente il carico di resistenza. Ogni 20 secondi circa, il misuratore controllerà l'aumento o la diminuzione del carico di resistenza (NOTA: ogni carico di resistenza rappresenta 2 livelli di carico). Se uno dei parametri di allenamento scende a zero, il misuratore emette un segnale acustico e interrompe automaticamente l'allenamento. Premere il pulsante START/STOP per continuare l'allenamento e raggiungere il parametro di allenamento non completato.

PROGRAMMA UTENTE (PROGRAM 21~PROGRAM 24)

Profilo del Programma



I 4 programmi utente consentono all'utente di impostare il proprio programma che può essere utilizzato immediatamente.

IMPOSTAZIONE DEI PARAMETRI PER IL PROGRAMMA UTENTE

1. Selezionare il **Programma Utente** con i tasti UP o DOWN e premere il tasto ENTER.
2. Il TIME (TEMPO) lampeggia e il valore può essere regolato con i tasti UP o DOWN.
3. Premere il tasto ENTER per salvare i valori e passare al parametro successivo da regolare.
   NOTA: se si imposta il tempo target per l'allenamento, non è possibile regolare il parametro successivo DIST (DISTANZA).
4. Continuare con tutti i parametri desiderati.
5. Al termine dell'impostazione dei parametri desiderati, il livello 1 lampeggia. Utilizzare il pulsante UP o DOWN per regolare, quindi premere il pulsante ENTER fino al termine. (Il totale è di 10 volte). Premere il pulsante START/STOP per iniziare l'allenamento.
   NOTA: quando il parametro dell'allenamento arriva a zero, il sistema emette un segnale acustico e interrompe automaticamente l'allenamento. Premere il pulsante START/STOP per continuare l'allenamento e raggiungere il parametro di allenamento non ancora terminato.

DATI TECNICI

Connettività: Bluetooth LE
Gamma di frequenza: 2400~2483.5 Mhz
Potenza di trasmissione: 0 dBm

CONNESSIONE ALL'APP:

Collegare Smart Equipment a SunnyFit App:

1. Scansionare per scaricare SunnyFit dall'app store:



2. Assicurarsi che la funzione Bluetooth sia attivata dal dispositivo mobile.
3. Se è la prima volta che si utilizza l'app SunnyFit, seguire le istruzioni in-app per registrare il proprio account SunnyFit gratuito e accedere.
4. Iniziare un'attività di allenamento che corrisponda al proprio smart equipment, quindi seguire le indicazioni sullo schermo per cercare e connettersi allo smart equipment.
5. Una volta connessi, le statistiche e i record verranno visualizzati alla fine del corso/sessione e registrati nel profilo dell'account!

Risoluzione dei problemi:

- Se si riscontrano problemi nel collegare l'apparecchiatura smart, visitare il sito www.sunnyfit.com/guide o scansionare il codice QR qui sotto:



- Se avete bisogno di ulteriore assistenza, contattate support@sunnyfit.com.

RISOLUZIONE DEI PROBLEMI

PROBLEMA	POSSIBILE CAUSA	CONTROLLO	SOLUZIONE
E1-1	Il motore non è riuscito a trovare il punto di avvio.	Controllare se tutti i cavi sono ben collegati o se i pin dei cavi sono inseriti in modo errato. Oppure verificare che il motore sia ben collegato.	Collegare nuovamente i cavi e accendere, quindi premere contemporaneamente i pulsanti MODE e ENTER per accedere alla modalità di correzione degli errori.
E1-2	Il segnale del motore è privo di induzione.	Controllare se tutti i cavi sono ben collegati o se i pin dei cavi sono inseriti in modo errato. Oppure verificare se il motore è bloccato.	Ricollegare i cavi o sostituire il motore.
E1-3	Il motore ha superato il livello massimo di resistenza.	Controllare se tutti i cavi sono ben inseriti o se i pin dei cavi sono inseriti in modo errato.	Collegare di nuovo i cavi e accendere, 1 secondo dopo scollegare i cavi e ricollegare i cavi e accendere di nuovo, attendere circa 6 secondi che il motore torni al punto di partenza, quindi premere contemporaneamente i pulsanti MODE e ENTER per entrare nella modalità di correzione degli errori.
E2	Non sono stati letti dati EEPROM.		Ricollegare lo strumento.
	Errore di lettura dei dati EEPROM.		Riaccendere lo strumento per rileggere i dati.
E4	Le mani non vengono posizionate sui due impulsi dell'impugnatura subito dopo aver premuto il pulsante START/STOP.		Mettere le mani sui due impulsi dell'impugnatura subito dopo aver premuto il pulsante START/STOP.
	La funzione Grasso corporeo non può ricevere il segnale di impulso.	Controllare se i fili dell'impulso della maniglia sono ben collegati.	Ricollegare i fili degli impulsi dell'impugnatura o cambiare i fili degli impulsi dell'impugnatura.
		Controllare se l'impulso funziona quando non è attivo il Programma Grasso Corporeo.	Cambiare il misuratore.

NOTA: se non si riesce a risolvere un problema utilizzando la guida alla risoluzione dei problemi sopra riportata, contattare il Servizio clienti all'indirizzo support@sunnyhealthfitness.com.

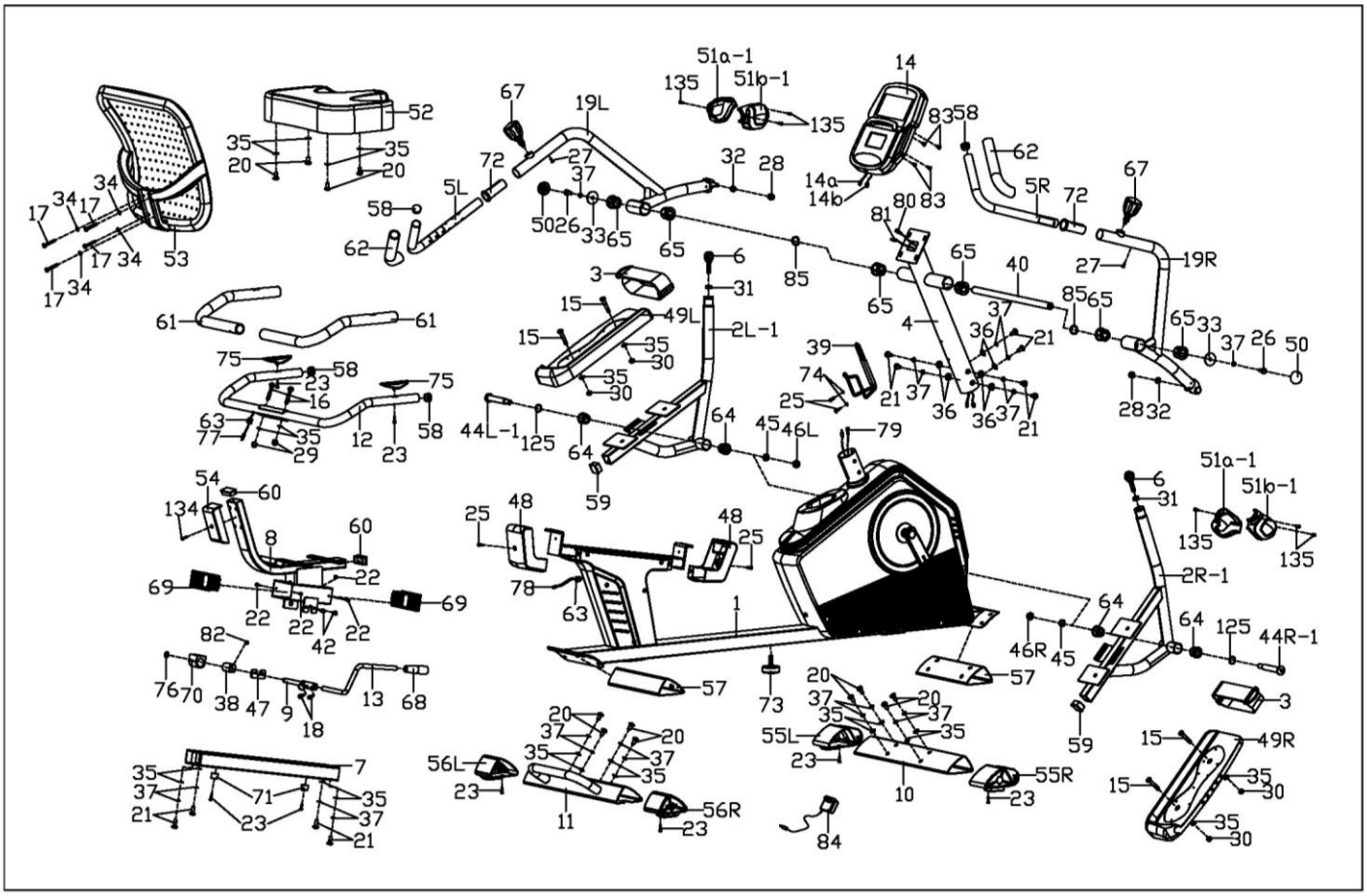
ELENCO PARTI

n.	Descrizione	Spec.	Qtà.
1	Telaio Principale		1
2L-1	Tubo di Supporto del Pedale Sinistro		1
2R-1	Tubo di Supporto del Pedale Destro		1
3	Cinghia Pedale	T1.5x50x750	2
4	Posto Manubrio		1
5L	Manubrio Sinistro		1
5R	Manubrio Destro		1
6	Giunto Cardanico	M10x30	2
7	Guida del Sedile		1
8	Supporto del Sedile		1
9	Asse		1
10	Stabilizzatore Anteriore		1
11	Stabilizzatore Posteriore		1
12	Manubrio Posteriore		1
13	Maniglia Regolabile		1
14	Misuratore	TZ-4113P	1
14a	Filo del Misuratore A	100 mm	1
14b	Filo del Misuratore B	100 mm	1
15	Bullone Esagonale	M8x50	4
16	Bullone a Carrello	M8xL45	2
17	Bullone	M6x40	4
18	Vite	M6x10	2
19L	Barra Oscillante Sinistro		1
19R	Barra Oscillante Destro		1
20	Vite	M8x16	12
21	Vite	M8x20	10
22	Vite	ST3.5x8	4
23	Vite	ST4.2x18	33
24	N/A		-
25	Vite	M5x15	4
26	Vite Esagonale	M8x20	2
27	Vite	M4x10	2
28	Dado in Nylon	M10	2
29	Dado a Cappuccio	M8	2
30	Dado in Nylon	M8	5
31	Dado Esagonale	M10	2
32	Distanziale	D10xΦ16x6	2
33	Rondella Piatta	D8xΦ38x2	2
34	Rondella Piatta	D6xΦ12x1.2	6
35	Rondella Piatta	D8xΦ16x1.5	23
36	Rondella ad Arco	Φ20xD8.5xR 30	6
37	Rondella Elastica	D8	20
38	Ruota Eccentrica	Φ25x38	1
39	Portabottiglie		1
40	Asse Lungo	Φ19.5x410	1
41L-1	Manovella Sinistro	151x38x20, 1/2"x20	1
41R-1	Manovella Destro	151x38x20, 1/2"x20	1
42	Vite	M6x16	2
43	Vite a Croce	M6x10	4
44L-1	Bullone Cerniera Sinistro	Φ16x75.7xL30.3	1
44R-1	Bullone Cerniera Destro	Φ16x75.7xL30.3	1
45	Rondella Elastica	Φ13xB2	2
46L	Dado in Nylon Sinistro	B0.5x20	1
46R	Dado in Nylon Destro	B0.5x20	1
47	Maniglia Piastra Fissa	50x25x4	1
48	Copertura della Guida del Sedile		2
49L	Pedale Sinistro		1
49R	Pedale Destro		1
50	Cappuccio	S13	2
51a-1	Coperture Protettive A		2
51b-1	Coperture Protettive B		2
52	Sedile	KX4850	1
53	Schienale	QT-188D	1
54	Copertura dello Schienale		1
55L	Tappo Anteriore Sinistro		1
55R	Tappo Anteriore Destro		1
56L	Tappo Posteriore Sinistro		1
56R	Tappo Posteriore Destro		1
57	Tubo di Spedizione		2
58	Tappo Rotondo	Φ25x1.5	4
59	Tappo Quadrato 1	30x30x1.5	2
60	Tappo Quadrato 2	50x25x1.5	2
61	Impugnatura in Schiuma	ΦxΦ24x550	2
62	Impugnatura in Schiuma	ΦxΦ24x220	2
63	Tappo	Φ12.5	2
64	Boccola in Plastica	Φ16xΦ31x23	4
65	Boccola in Plastica	Φ38xΦ19.5x26	6
66	Filo del Sensore	200 mm	1
67	Manopola	M16x1.5x22	2
68	Impugnatura	Black	1
69	Boccola Quadrata	100x50x2	2
70	Blocco Superiore	38x34x36.2	1
71	Cuscino	Φ22xΦ12x16	2
72	Boccola Rotonda	Φ28.5x25.4x84	2

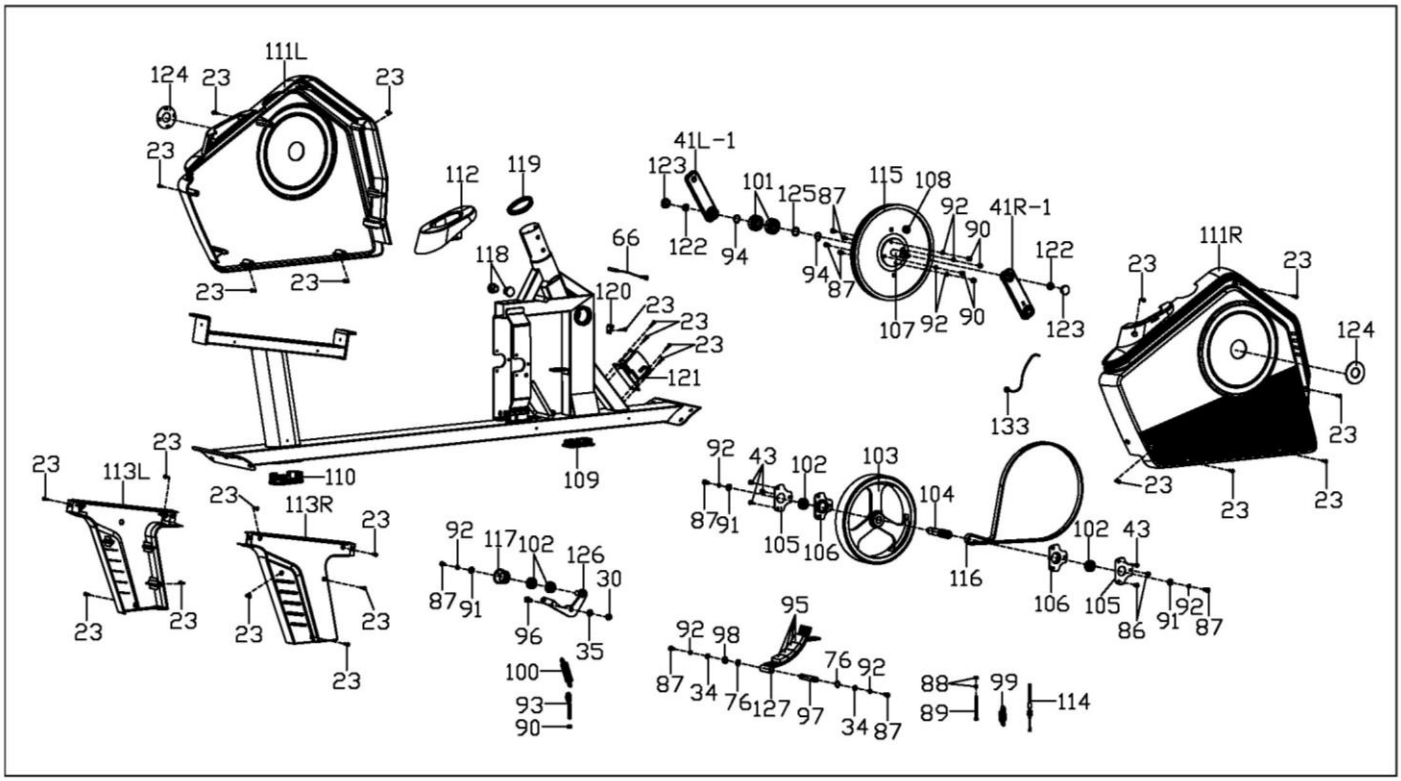
n.	Descrizione	Spec.	Qtà.
73	Cuscinetto Regolabile	M10x30	1
74	Rondella Piatta	D5xΦ10x1	2
75	Sensore di Impulso		2
76	Rondella Elastica dell'Asse	D12	3
77	Filo a Impulsi	850 mm	1
78	Filo di Prolunga per Impulsi 1	2000 mm	1
79	Filo di Prolunga del Sensore 1	600 mm	1
80	Filo di Prolunga del Sensore 2	700 mm	1
81	Filo di Prolunga per Impulsi 2	700 mm	1
82	Vite	M8x10	1
83	Vite	M5x10	4
84	Adattatore		1
85	Rondella d'Onda	D20	2
86	Vite	M6x8	2
87	Vite Esagonale	M6x15	9
88	Dado Esagonale	M5	2
89	Bullone Esagonale	M5x60	1
90	Dado in Nylon	M6	5
91	Rondella Piatta	D6xΦ16x1.5	3
92	Rondella Elastica	D6	9
93	Bullone	M6x50	1
94	Rondella Elastica dell'Asse	D17	2
95	Magnete	40x25x10	4
96	Vite dell'Asse	Φ14xΦ10x M8x20.5	1
97	Asse della Lavagna Magnetica	Φ12x73	1
98	Rondella d'onda	Φ12xΦ15.5 x0.3	1
99	Molla di Tensione	Φ1.6xΦ15x L47.2	1
100	Molla di Tensione	Φ18xΦ3xL6 7.5	1
101	Cuscinetto	6203	2
102	Cuscinetto	6001	4
103	Volano	Φ240x40	1
104	Asse del Volano	Φ24x103	1
105	Cuscinetto Piastra Fissa	72x56x1.5	2

n.	Descrizione	Spec.	Qtà.
106	Staffa Cuscinetto	72x56x11	2
107	Asse Centrale	Φ17x218	1
108	Magnete del Sensore		1
109	Tappo Quadrato 3	80x40x1.5	1
110	Tappo Obliquo	100x50x2	1
111L	Coperchio della Cintura Sinistro		1
111R	Coperchio della Cintura Destro		1
112	Scatola Portaoggetti		1
113L	Coperchio della Staffa del Sedile Sinistro		1
113R	Coperchio della Staffa del Sedile Destro		1
114	Cavo di Tensione	500 mm	1
115	Puleggia della Cintura	Φ260	1
116	Cintura	405 PJ6	1
117	Ruota Folle	Φ39x24	1
118	Tappo del Tubo	Φ25x22	2
119	Anello di Tenuta	Φ60	1
120	Sedile con Sensore		1
121	Motore		1
122	Dado della Flangia	M10x1.25	2
123	Tappo della Manovella	Φ22	2
124	Coperchio della Manovella	Φ60xΦ25	2
125	Rondella d'Onda	D17	3
126	Tirante della Ruota Folle		1
127	Tavola Magnetica		1
128	Chiave a Brugola	S8	1
129	Chiave Inglese	S13,S14,S15	2
130	Chiave Aperta	S17,S19	1
131	Chiave a Brugola	S5	1
132	Chiave a Brugola	S6	1
133	Cavo DC	1000 mm	1
134	Vite	ST4.2x13	1
135	Vite	ST4.2x16	6

EXPLODED DIAGRAM 1



EXPLODED DIAGRAM 2



VERSION: 4.1

CONNECT with us

DOWNLOAD

Track your fitness progress & join
FREE workout courses!

Download SUNNYFIT® today!

GET IT ON Google Play

Download on the App Store

FOLLOW

Find us on social media @sunnyhealthfitness

@sunnyhealthfitness

@sunnyhealthandfitness

@sunnyhealthfit

/sunnyhealthfitness

/sunnyhealthfitness

/sunnyhealthandfitness

www.sunnyhealthfitness.com