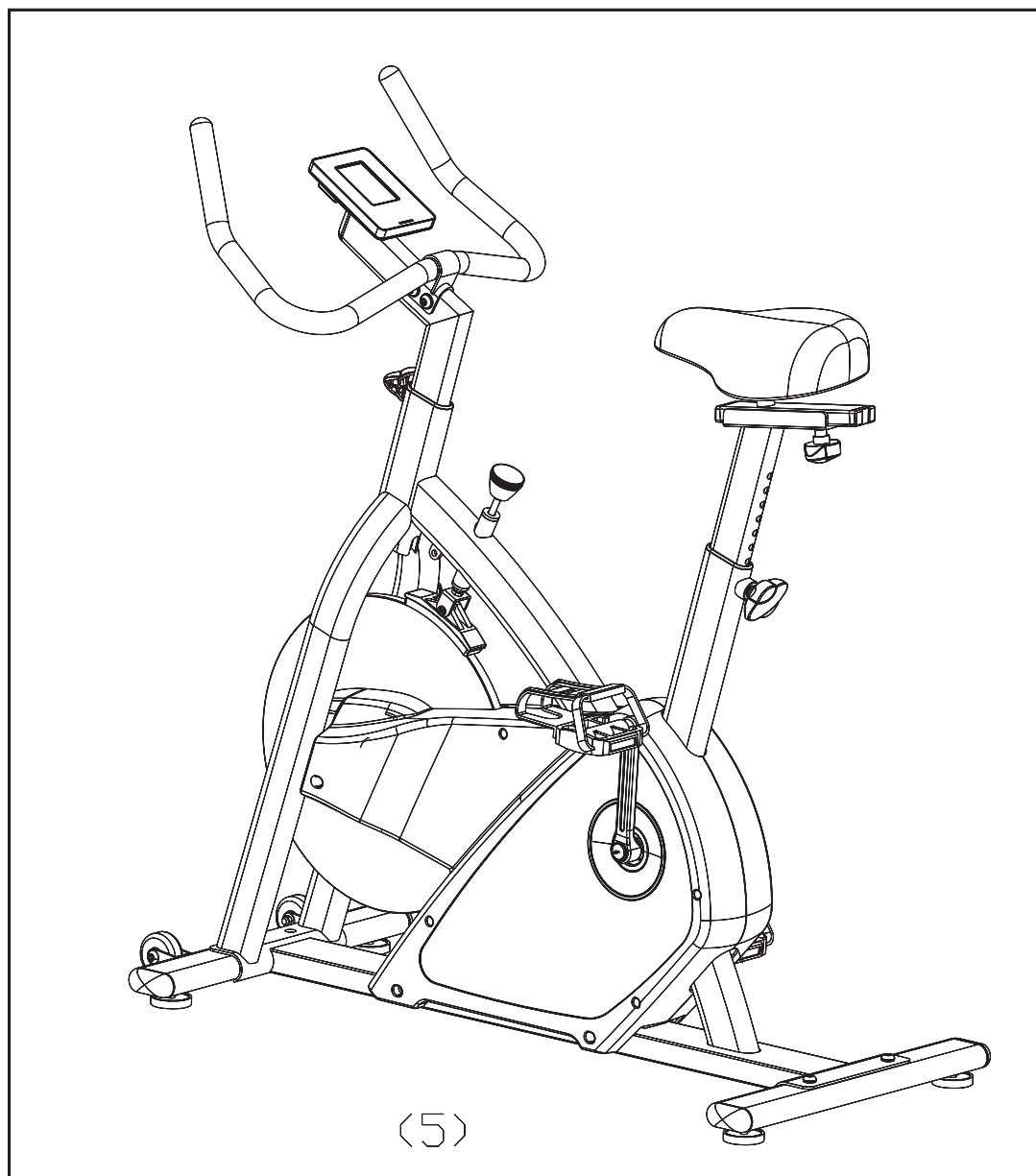


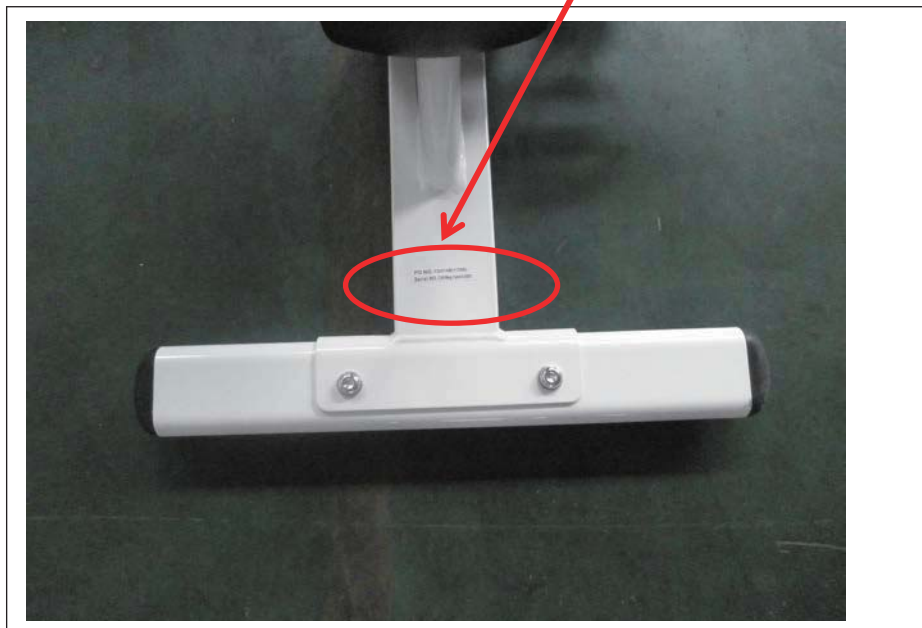
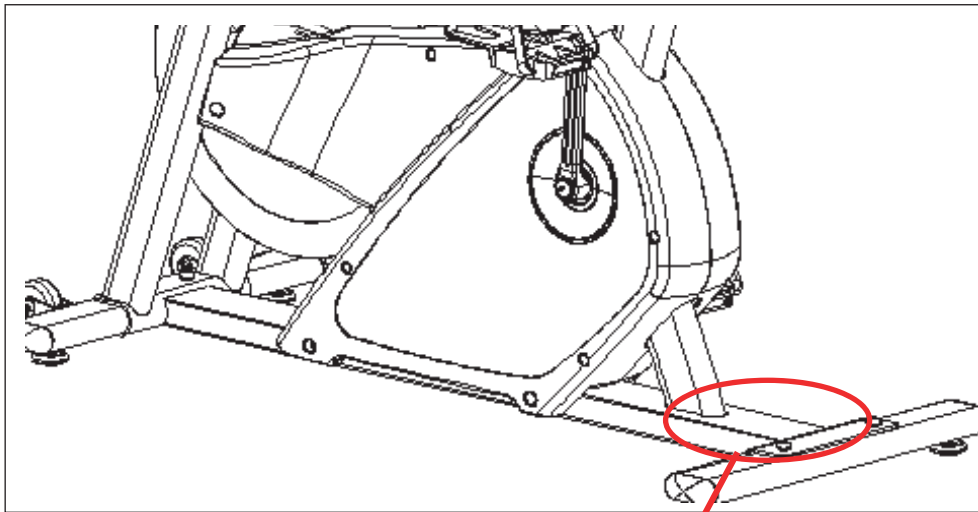
CASALL MAG HYBRID 2.2

TRIMSYKKEL



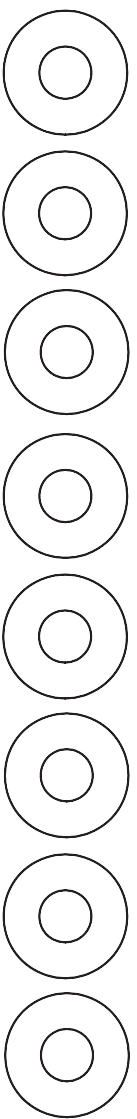
Instruksjoner for montering og bruk

Før du fortsetter må du finne serienummer.

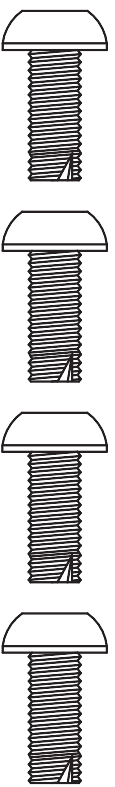


Serienummer:

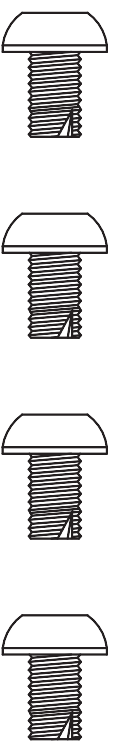
MAG HYBRID



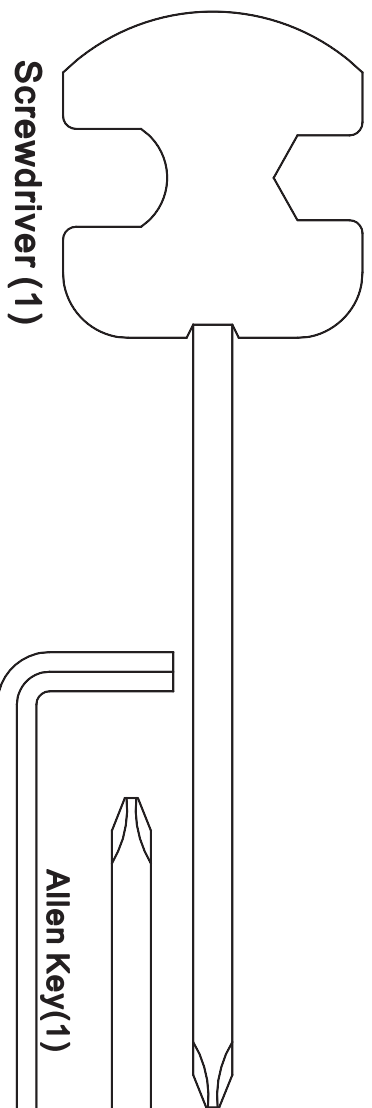
N-1: Flat Washer $\phi 8 * \phi 19 * 2T$ (8)



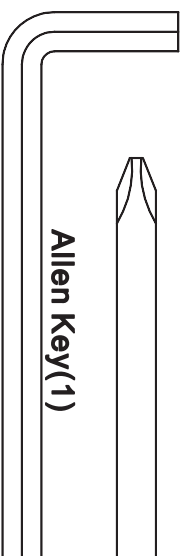
N-3: Allen Bolt M8 * P1.25 * 20 mm (4)



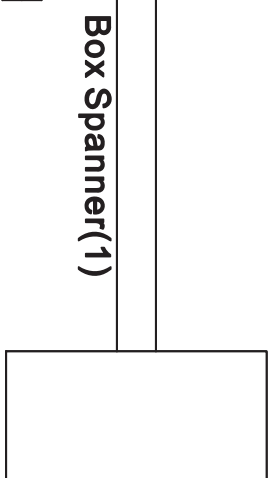
N-2: Allen Bolt M8 * P1.25 * 12 mm (4)



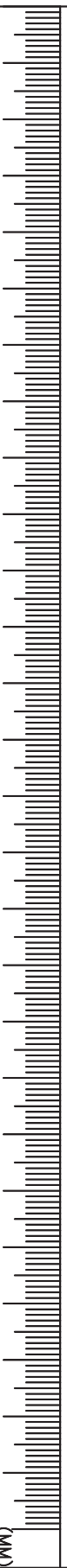
Screwdriver (1)



Allen Key(1)



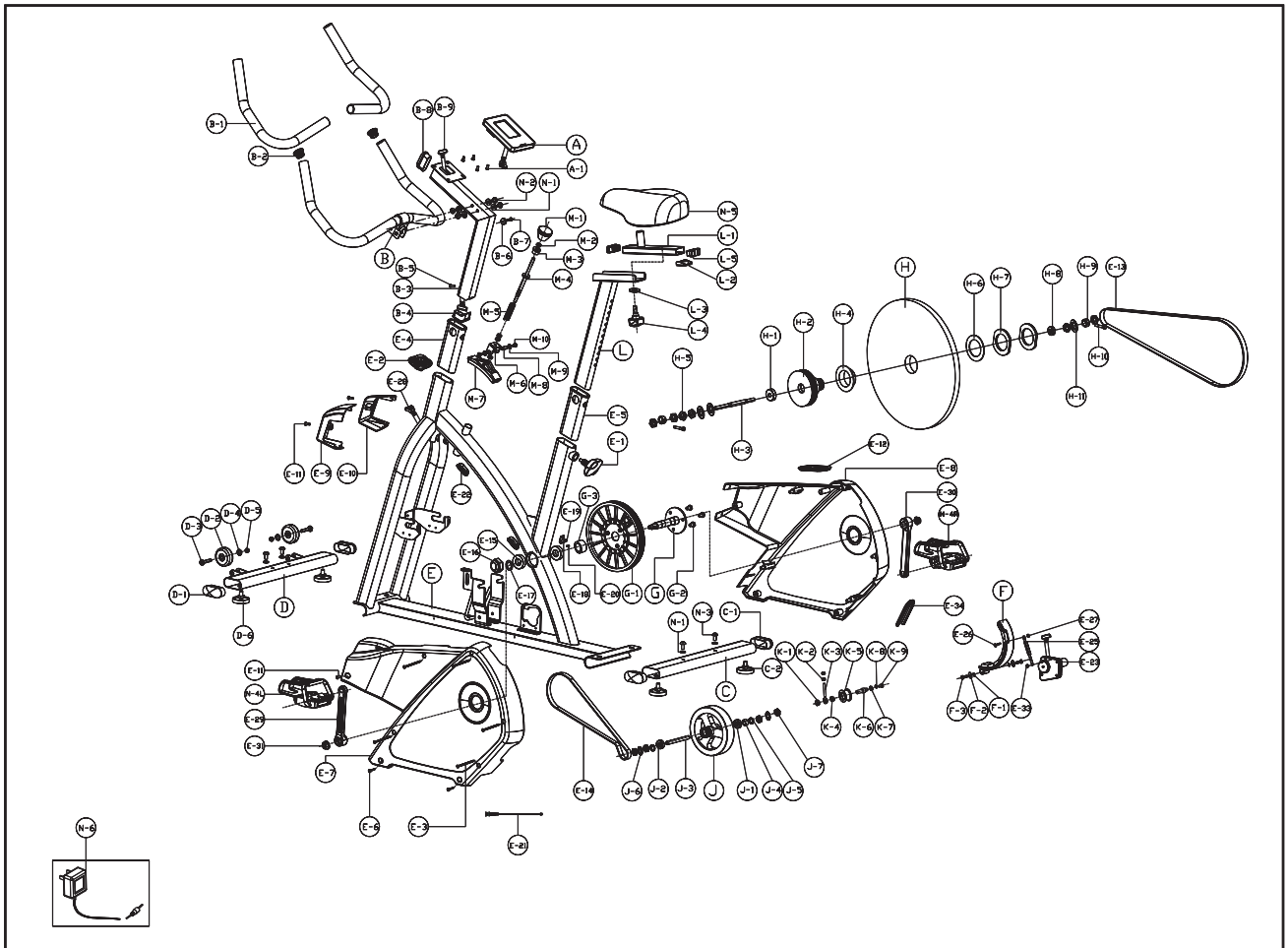
Box Spanner(1)



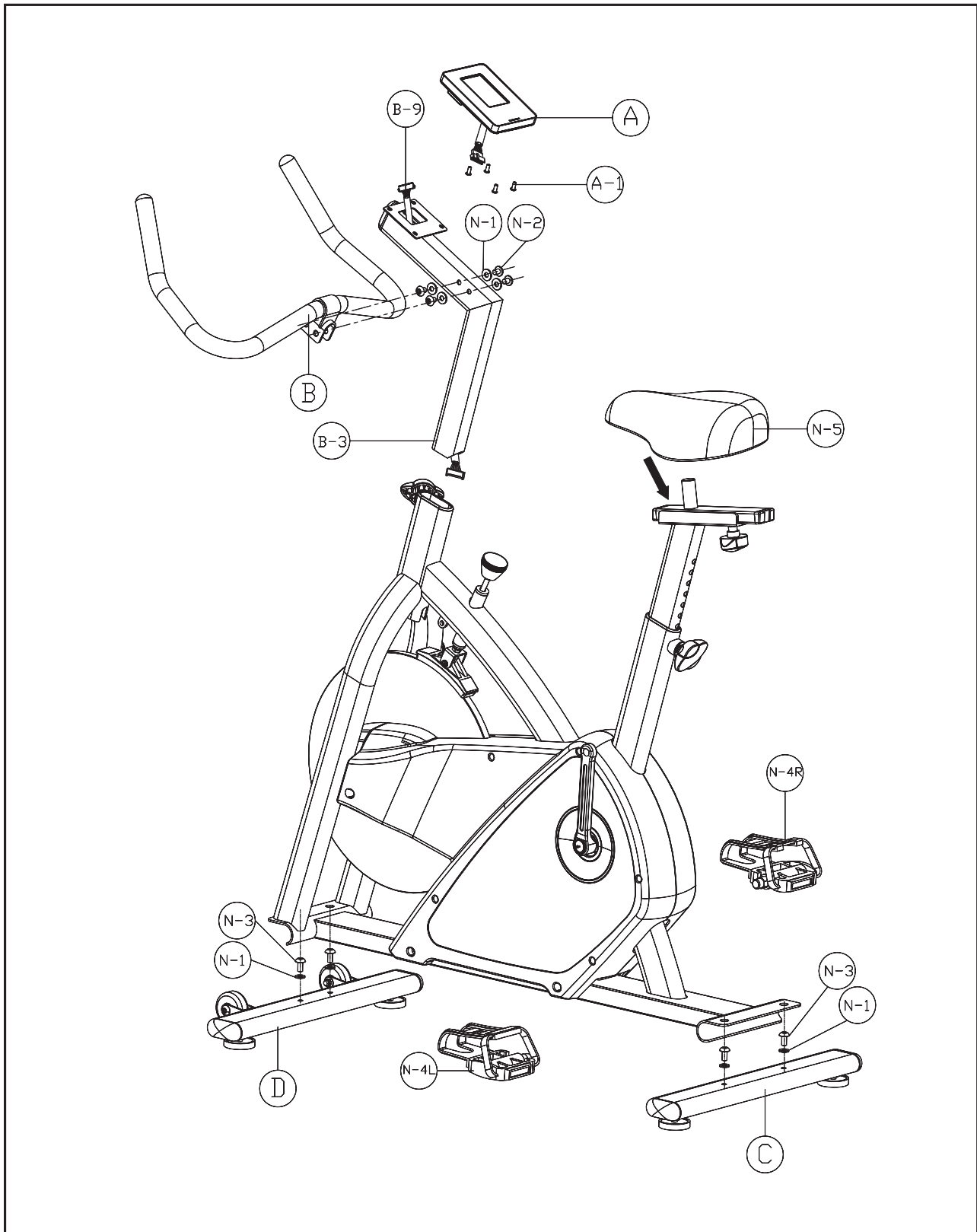
(MM)

SP209M

UTVIDET TEGNING



FULLSTENDIG SYKKELMONTERING



DELELISTE

| DEL NR. | BESKRIVELSE | ANT. |
|---------|--|--------|
| A, A-1 | Computer og skrue | 1 STK. |
| B | Styre | 1 STK. |
| B-1 | Skumgrep til styre | 2 STK. |
| B-2 | Hette til styre | 2 STK. |
| B-3 | Styrestolpe | 1 STK. |
| B-4 | Endedeksel for styrepinne | 1 STK. |
| B-5 | Skrue M3*14 | 1 STK. |
| B-6 | Stopper til styre | 1 STK. |
| B-7 | Skrue M5*12 | 1 STK. |
| B-8 | Øvre deksel for styrepinne | 1 STK. |
| B-9 | Øver kabel til computer | 1 STK. |
| C | Bakre stabilisator | 1 STK. |
| C-1 | Endehette til bakre stabilisator | 2 STK. |
| C-2 | Justeringspute til bakre stabilisator | 2 STK. |
| D | Fremre stabilisator | 1 STK. |
| D-1 | Endedeksel til fremre stabilisator | 2 STK. |
| D-2 | Transporthjul til fremre stabilisator | 2 STK. |
| D-3 | Skrue M8xP1,25x40L | 2 STK. |
| D-4 | Flat skive $\varnothing 8 \times \varnothing 19 \times 2t$ | 2 STK. |
| D-5 | Nylonmutter M8 | 2 STK. |
| D-6 | Justeringspute til fremre stabilisator | 2 STK. |
| E | Hovedramme | 1 SETT |
| E-1 | Justeringsvrider til setestolpe | 1 STK. |
| E-2 | Justeringsvrider til styrepinne | 1 STK. |
| E-3 | Skrue M4x50L | 5 STK. |
| E-4 | Mansjett til styrepinneholder | 1 STK. |
| E-5 | Mansjett til setepinneholder | 1 STK. |
| E-6 | Skrue M5x16L | 4 STK. |
| E-7 | Venstre kjedekasse | 1 STK. |
| E-8 | Høyre kjedekasse | 1 STK. |
| E-9 | Fremre deksel – venstre | 1 STK. |
| E-10 | Fremre deksel – høyre | 1 STK. |

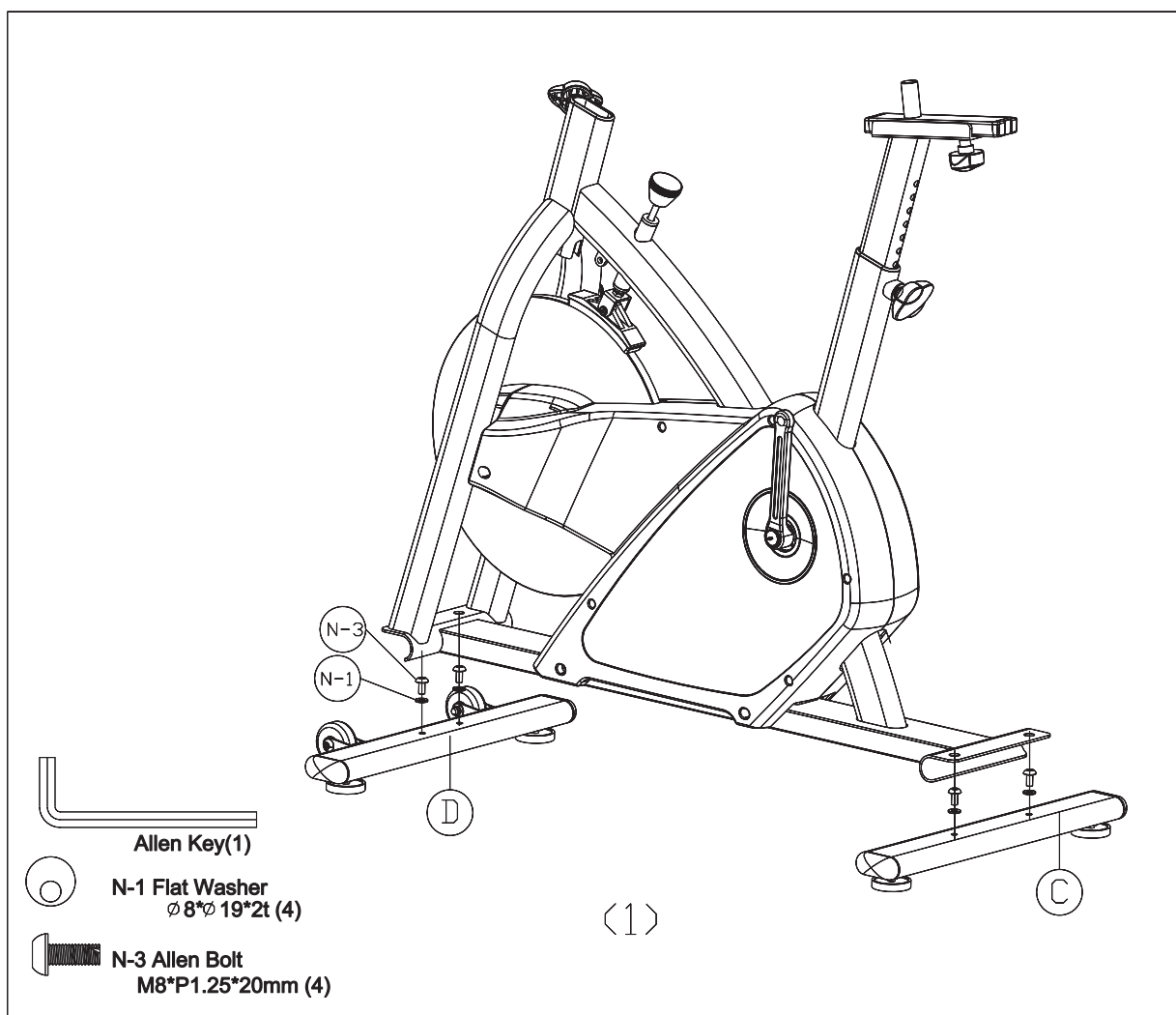
| | | |
|-----------|---|--------|
| E-11 | Skrue M5x14L | 4 STK. |
| E-12 | Foring til kjededeksel | 1 STK. |
| E-13 | Reimer 1320 m/m | 1 STK. |
| E-14 | Reimer 813 m/m | 1 STK. |
| E-15 | Lager 6004RS | 2 STK. |
| E-16 | Mutter M20*P1,0 | 1 STK. |
| E-17 | Flat skive $\varnothing 20,3 \times \varnothing 30 \times 1t$ | 1 STK. |
| E-18 | Sensorholder | 1 STK. |
| E-19 | Sensorboks | 1 STK. |
| E-20 | Skrue M4x10L til sensorholder | 1 STK. |
| E-21 | DC-kabel | 1 STK. |
| E-22 | Deksel for håndpinneholder | 1 STK. |
| E-23,E-28 | Girkassesett | 1 SETT |
| E-25 | Støttebjelke for girkasse | 1 STK. |
| E-26 | Skrue M4x12L | 1 STK. |
| E-27 | Sekskantskrue M4 | 1 STK. |
| E-29 | Venstre krank | 1 STK. |
| E-30 | Høyre krank | 1 STK. |
| E-31 | Mutter M10xP1,25x10T | 2 STK. |
| E-33 | Sekskantmutter M3 | 1 STK. |
| E-34 | Foring til kjededeksel | 1 STK. |
| F~F-3 | Magnetsett | 1 SETT |
| G | Aksel | 1 STK. |
| G-1 | Stor remskive | 1 STK. |
| G-2 | Sekskantskrue M8xP1.25*12L | 3 STK. |
| G-3 | Foring $\varnothing 20 * \varnothing 28 * 9,5L$ | 1 STK. |
| H~H-11 | Glass svinghjulsett | 1 SETT |
| J~J-7 | Lite svinghjulsett | 1 SETT |
| K~K-9 | Frihjulsett | 1 SETT |
| L | Setestolpe | 1 STK. |
| L-1~L-5 | Glildesett til setestolpe | 1 SETT |
| M-1 | Bremsevrider for bremse | 1 STK. |
| M-2 | Sekskantskrue M8 til bremse | 1 STK. |
| M-3 | Plastforing $\varnothing 10 \times \varnothing 22,2 \times 15t$ | 1 STK. |
| M-4 | Bremsestang til bremse | 1 STK. |

| | | |
|---------|--|--------|
| M-5 | Trykkfjær for bremse | 1 STK. |
| M-6 | U-holder for bremse | 1 STK. |
| M-7 | Bremsedel for bremse | 1 STK. |
| M-8 | Foring $\varnothing 9 \times 18L$ for bremse | 1 STK. |
| M-9 | Flat skive $\varnothing 10 \times \varnothing 14 \times 1t$ for bremse | 2 STK. |
| M-10 | Skrue M5x8 for bremse | 2 STK. |
| N-1~N-3 | Skrue- og mutterpakke | 1 SETT |
| N-4 | Pedal | 1 SETT |
| N-5 | Sete | 1 STK. |
| N-6 | Adapter | 1 STK. |

TRINN 1

1. Fest fremre stabilisator (D) til hovedrammen (E) ved hjelp av to flate skiver (N-1) og Unbrakoskrue (N-3).
2. Fest bakre stabilisator (D) til hovedrammen (E) ved hjelp av to flate skiver (N-1) og Unbrakoskrue (N-3).

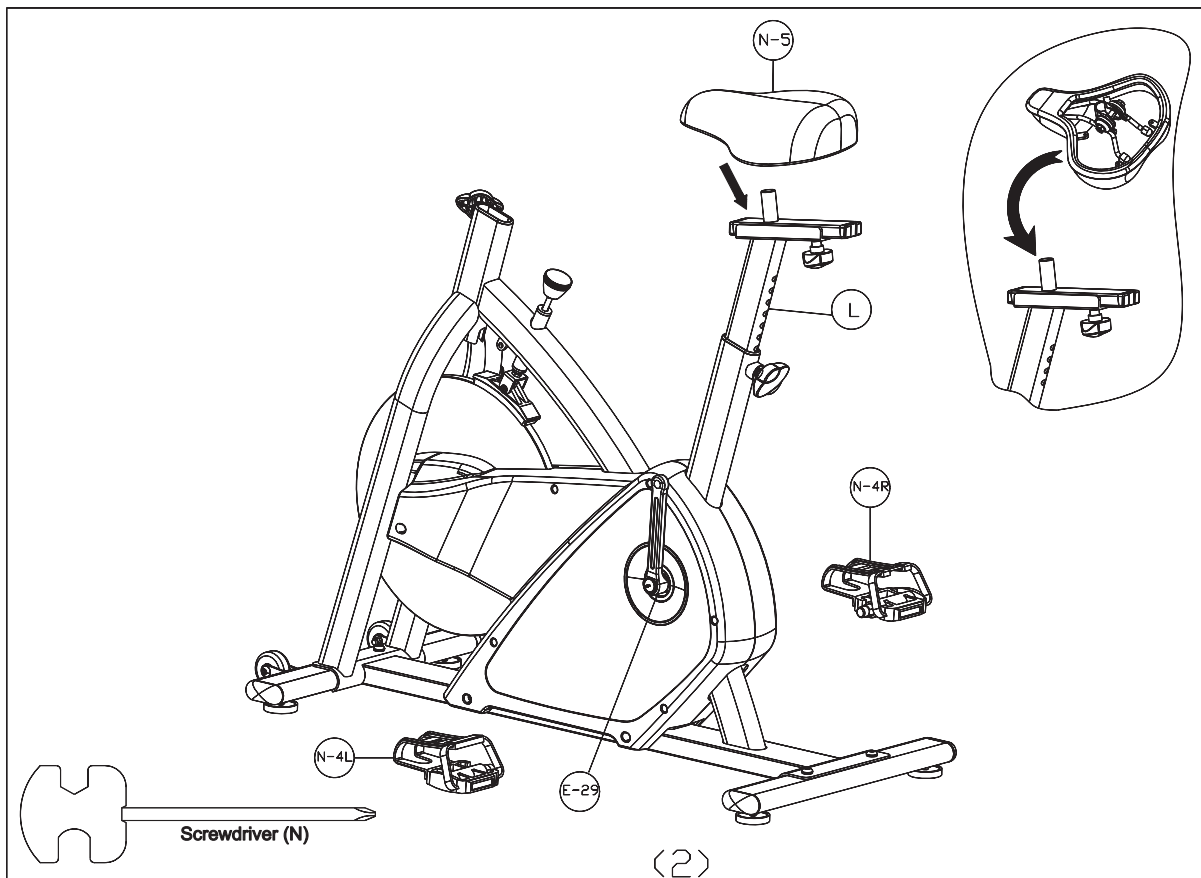
Etter montering kan sykkelen justeres hvis underlaget er ujevnt. Det gjøres ved å justere høyden på fotdekslene foran og bak. De forhåndsmonterte transporthjulene foran gjør det enkelt å flytte sykkelen. Derfor må de peke forover (45°) under montering.



TRINN 2

1. Monter venstre pedal (N-4L) til venstre krank (E-29) og høyre pedal (N-4R) til høyre krank (E-30).
2. Monter setet (N-5) på setepinnen (L).
3. Velg ønsket stilling, og stram vrideren (E-1). Sørg for at vrideren alltid er strammet til.

Merk: Når du har valgt ønsket stilling, strammer du setepinnevrideren til du hører et "klikk".



TRINN 3

3.1 : Fjern justeringsvrideren (E-2) fra hovedrammen (E).

3.2 : Løsne skruen fra nedre mansjett. Fjern mansjetten fra styrepinnen, men ikke fra den nedre kabelen.

3.3 : Før styrepinnen (B-3) inn i hovedrammen (E), velg ønsket posisjon og stram justeringsvrideren (E-2). Sørg for at vrideren alltid er strammet til.

3.4 : Fest styret (B) til styrepinnen (B-3) ved hjelp av fire flate skiver (N-1) og fire Unbrakoskruer (N-2) på hver side.

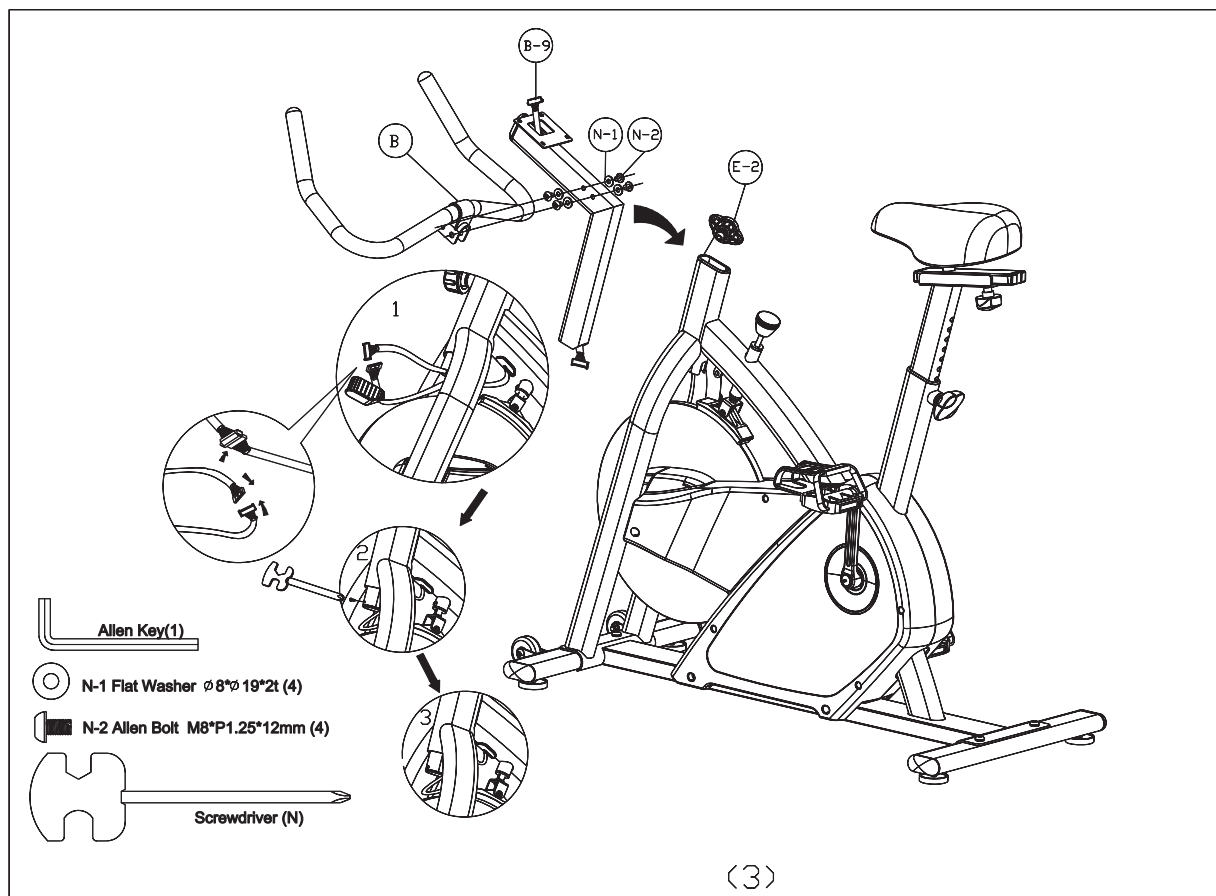
3.5 : Monter den nedre kabelen (E-28) og den øvre kabelen (B-9) i styrepinnen.

3.6 : Dobbeltsjekk at kablene er klare for tilkobling.

3.7 : Plasser mansjetten på styrepinnen

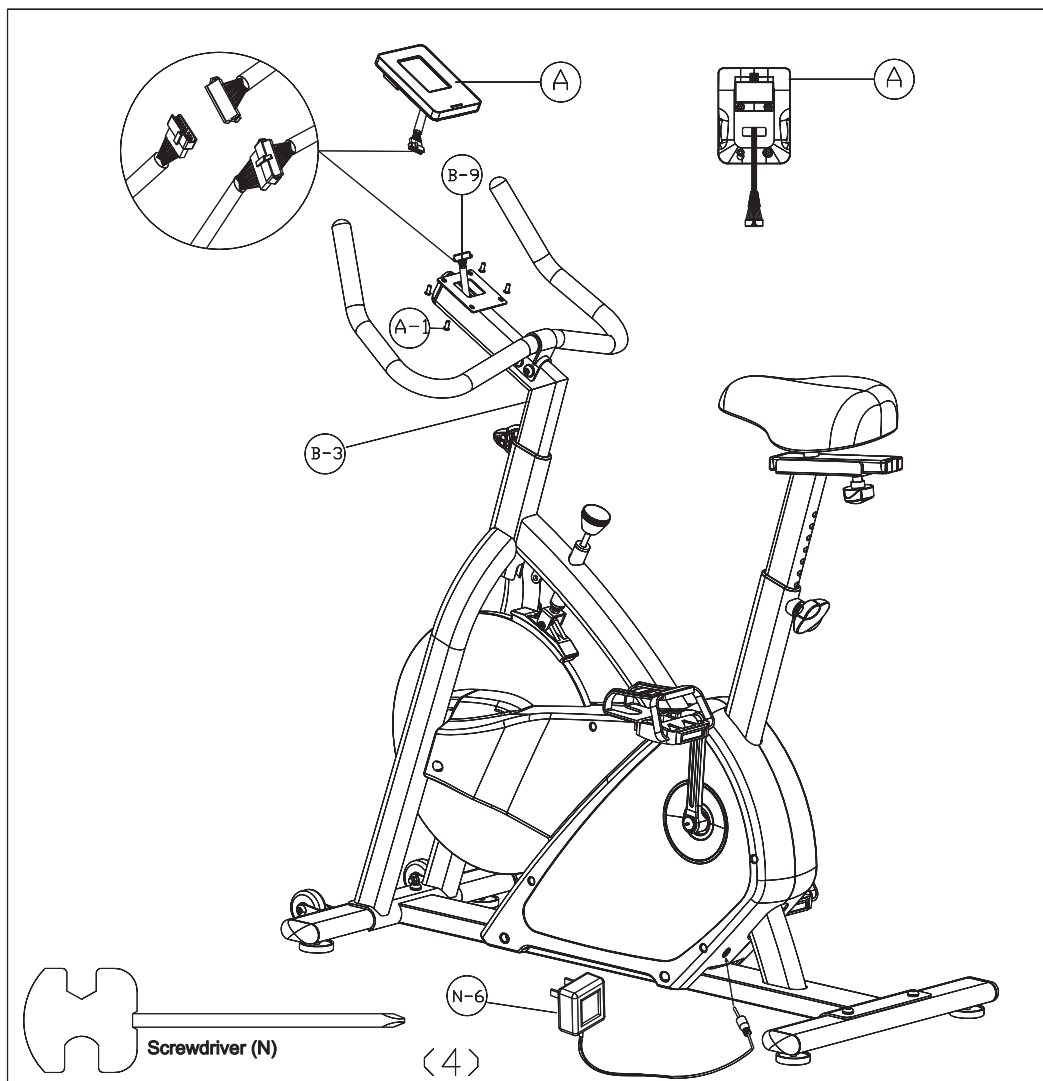
3.8 : Plasser mansjettskruen

Merk: Når du har valgt ønsket stilling, strammer du styrepinnevrideren til du hører et "klikk".



TRINN 4

1. Koble til øvre kabler (B-9), og fest computeren (A) til computerfestet ved hjelp av de medfølgende skruene (A-1)
2. Koble adapteren (N-6) til DC hullet (finnes på baksiden av kjedekasse).



Merk:

1. Vær oppmerksom på at svinghjulet i glass lett kan ødelegges når du tar det ut av esken. Det er skjørt og må håndteres forsiktig.
2. Sørg for å bruke og lagre sykkelen i et ryddig og romslig område for å unngå å knuse svinghjulet i glass.
3. Ikke slå på svinghjulet i glass med harde gjenstander.

INSTRUKSJONSHÅNDBOK FOR SM7221 KONSOLL



SKJERMFUNKSJON:

| ELEMENT | BESKRIVELSE |
|---------------------|---|
| TIME (tid) | .Treningstid under trening. .Område 00:00 ~ 99:59 |
| SPEED (hastighet) | .Treningshastighet under trening. .Område 0,0~99,9 km/t |
| DISTANCE (distanse) | .Treningsdistanse under trening. .Område 0,0 ~ 99,9 KM |
| CALORIES (kalorier) | .Forbrente kalorier under trening. .Område 0 ~ 999 kal. * Kaloritelleren på displayet er bare en rettesnor. Kontakt en lege eller en kostholdsekspert for detaljert informasjon om kaloriforbruk. |
| PULS | .Puls under trening. .Pulsalarm når gjeldende treningspuls er over målpulsverdien. |
| RPM | .Rotasjon per minutt .Område 0 ~ 999 |
| WATT | .Treningsens effektforbruk .Område 0 ~ 350 |
| MANUAL (MANUELL) | .Manuell treningsmodus. |
| PROGRAM | .12 PROGRAM-valg. |
| USER (BRUKER) | .Bruker oppretter profil for motstandsnivå. |
| H.R.C. | .Treningsmodus for målpuls. |

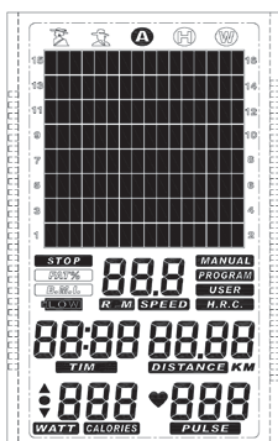
KNAPPEFUNKSJON:

| ELEMENT | BESKRIVELSE |
|---------------------------|---|
| RESET (nullstill) | Trykk på knappen i stoppmodus for å gå tilbake til hovedmenyen. |
| UP | Velg treningsmodus og øk verdien i forskjellige modi. |
| DOWN | Velg treningsmodus og reduser verdien i forskjellige modi. |
| MODE (modus) | I stoppmodus bekrefter dette alle treningsdatainnstillinger og går inn i programmet som er valgt. |
| START/STOP | Starter eller avslutter treningen. |
| RECOVERY (restitusjon) | . Tester pulsens restitusjonsstatus. |

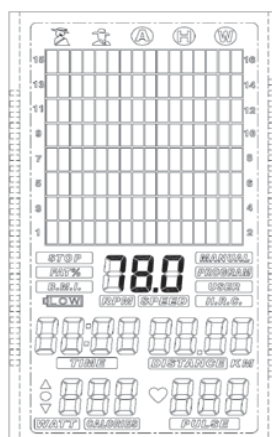
【BRUKSPROSEDYRE】

(1) SLÅ PÅ STRØMMEN

Plugg strømledningen i konsollen. Computeren starter med en lang bipelyd, og alle segmenter vises på LCD-skjermen (tegning A) i 2 sekunder, sammen med «78», som er hjuldiameteren (tegning B).



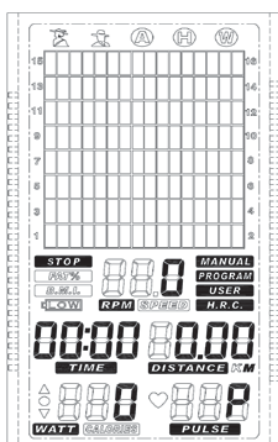
Tegning A



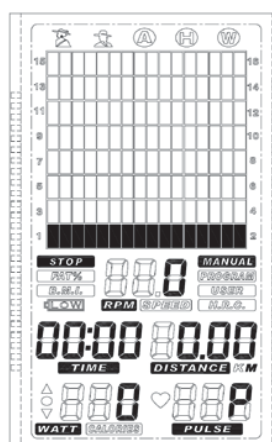
Tegning B

(2) Manuell modus:

I hovedmenyen (tegning C), kan brukeren trykke UP eller DOWN for å velge MANUAL →PROGRAM →USER →TARGET H.R. →WATT (tegning D)



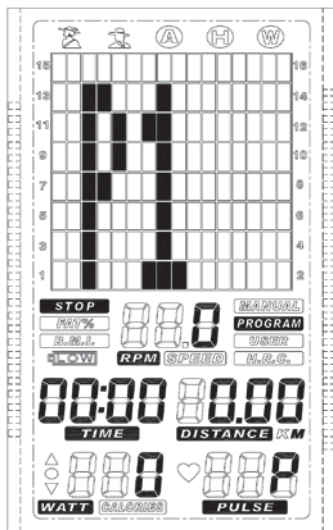
Tegning C



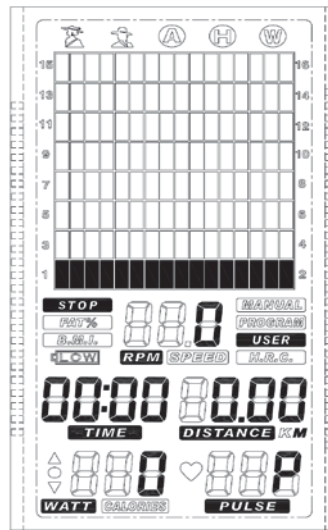
Tegning D

(3) Program-modus

Brukeren kan, før han/hun trener i Program-modus, stille inn mål for TIME.
Trykk UP og DOWN for å velge fra 12 programmer og trykk MODE for å bekrefte.
(Tegning E)
Nivået kan endres under trening ved å trykke på UP eller DOWN. (Tegning F)



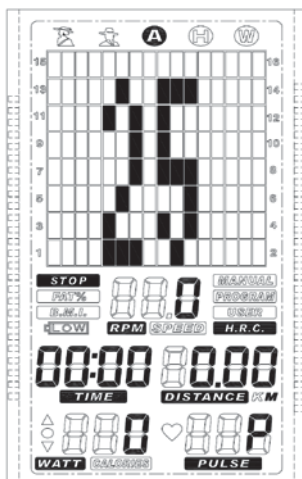
Tegning E



Tegning F

(4) Målpuls-modus:

Brukeren kan, før han/hun trener i Målpuls-modus, velge alder og så trykke MODE
(Tegning G)
Så kan brukeren velge 55 %, 75 %, 90 % eller målpuls (tegning H).
Computeren foretar en beregning automatisk ut fra brukerens alder og foreslår målpuls.
Brukeren kan velge treningstiden og trykke START/STOP for å starte treningen.



Tegning G



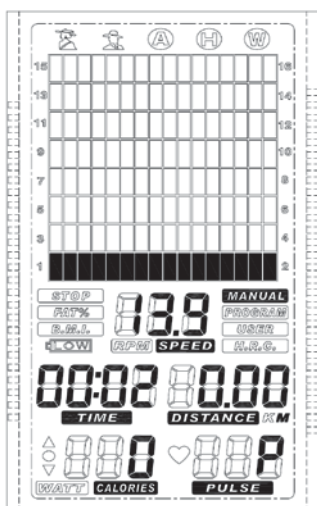
Tegning H

(5) Manuell modus

Brukeren kan trykke START/STOP i hovedmenyen for å starte treningen i manuell modus. Alle treningsverdier (TID/HASTIGHET/DISTANSE/KALORIER) telles opp fra null, og nivået kan justeres under trening.

Manuell:

Før trening i manuell modus kan brukeren angi målverdier for NIVÅ, TID, DISTANSE, KALORIER og PULS ved å trykke UP eller DOWN for å øke eller redusere verdien.
(Tegning I)



Tegning I

(6) RECOVERY (restitusjon):

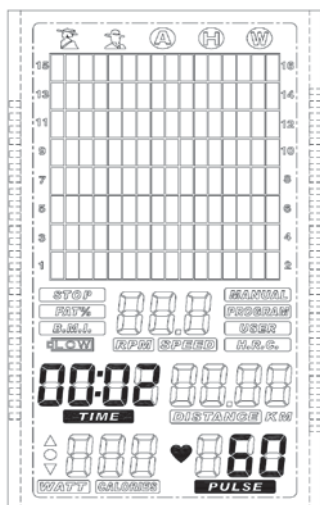
Etter å ha trent med brystbelte i en periode, kan du trykke «RECOVERY».

All knappe- og funksjonsvisning stopper, bortsett fra «TID». Nedtellingen fra 00:60 til 00:00 begynner. (Tegning J)

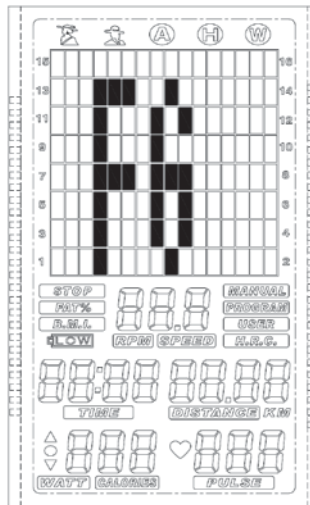
Skjermen viser pulsens restitusjonsstatus fra F1 til F6. F1 er best, F6 er dårligst (se diagrammet under for å finne restitusjonsnivået).

Merk: Konsekvent trening vil bedre restitusjonsnivået over tid.

(Trykk på knappen RECOVERY igjen for å gå tilbake til hovedskjermen.) (Tegning K)



Tegning J



Tegning K

| | |
|---------------|---------------|
| 1.0 | OUTSTANDING |
| 1.0 < F < 2.0 | EXCELLENT |
| 2.0 < F < 2.9 | GOOD |
| 3.0 < F < 3.9 | FAIR |
| 4.0 < F < 5.9 | BELOW AVERAGE |
| 6.0 | POOR |

【MERK】

1 : Denne computeren krever en 9 V, 500 mA adapter.

2 : Hvis brukeren slutter å tråkke i 2 minutter, går computeren over i strømsparingsmodus, og alle innstillinger og treningsdata lagres inntil brukeren begynner å trene igjen. Hvis computeren oppfører seg unormalt, må du trekke ut adapteren og plugge den inn igjen.