

91014

CASALL XTR700 Racing INDOOR BIKE



ANVÄNDARHANDBOK

BRUKSANVISNING

- 1) Modellen XTR700 är avsedd att användas som gruppträningscykel på motionsanläggningar och gym, eller för hemmabruk. Den har ett fast, hjuldrivet svänghjul och bör endast användas under professionell ledning. Du kan också rådfråga leverantören innan du använder den.
- 2) Installation: Det är viktigt att cykeln XTR700 monteras på rätt sätt. Vi rekommenderar att installation och montering utförs av kvalificerad personal.
- 3) Justering av styre och sadel: Det är viktigt att styret och sadeln ställs in så att de passar din kropp. Be instruktören om hjälp. Justera styret till önskad höjd och se till att låsspaken är ordentligt åtdragen och att det inte rör sig i höjd- eller sidled. Lossa snabbreglaget som sitter på huvudramens framsida. Dra styrstolpen uppåt eller nedåt till önskad höjd och dra sedan åt.

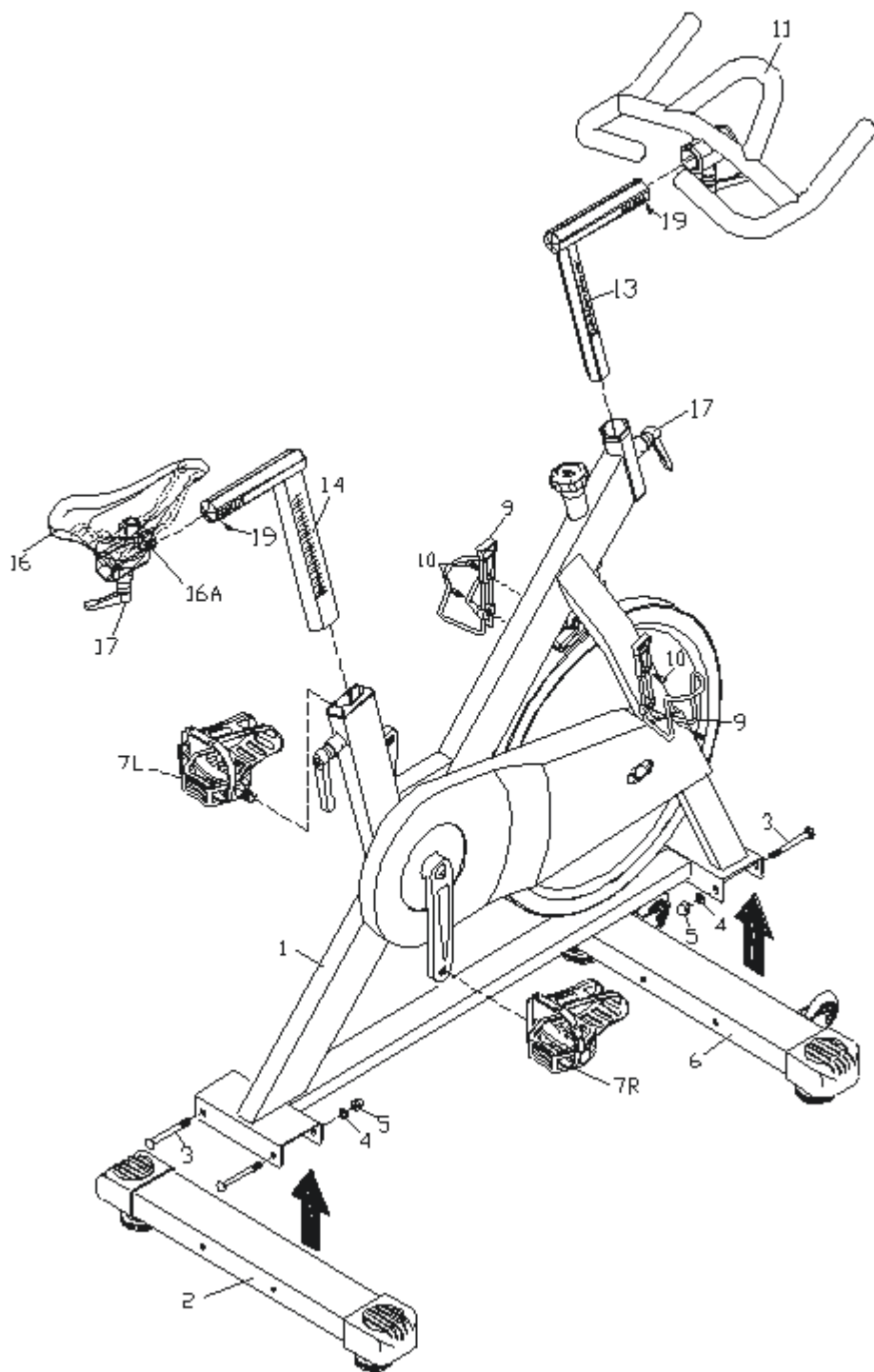
Styrets/styrstolpens position kan också justeras horisontellt. Lossa snabbreglaget som sitter på justerskenans undersida. Dra styret framåt eller bakåt till önskad position. Dra sedan åt låsspaken ordentligt.

Justering av sadelhöjd: se ovan.

OBS! En säkerhetsmarkering finns ingraverad på sadelstolpen. Sadelstolpen bör inte under några omständigheter höjas ovanför denna markering.

- 4) Pedaler och fotremmar: Dina fötter ska vara ordentligt fastsatta i fotremmarna när du tränar. Sätt foten så långt fram i tåclipset som möjligt och dra åt remmen.
- 5) Motståndssystem: Cykeln XTR700 är direktdriven och har en slitstark kedja. Du reglerar träningsmotståndet genom att lossa eller skruva åt motståndsvredet. Om du vill stanna hjulet trycker du ned bromsen.
- 6) Cykeln ska vara placerad på ett jämnt underlag och inte flytta sig i sidled. På undersidan av det bakre stödbenet finns två vred för höjjustering. Skruva dessa vred med- eller motsols tills cykeln står helt stabilt på underlaget.
- 7) Underhåll: Liksom alla andra cyklar måste XTR700 genomgå regelbunden service.

Monteringsritning



Montering

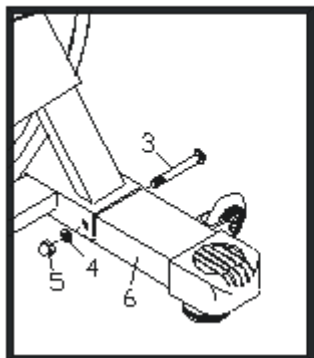
Steg 1 (stödben)

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

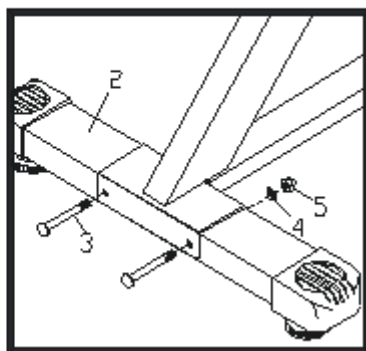
Steg 2 (stödben)

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

STEP 1



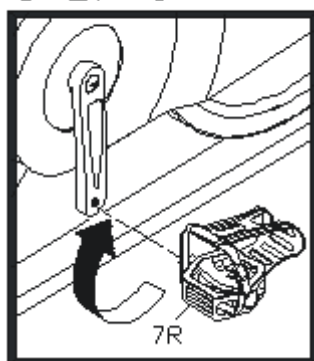
STEP 2



Steg 3 (pedaler)

Fäst pedalerna (7R/7L) i vevarmarna (62R/62L). Pedalerna är märkta med R (höger) respektive L (vänster) vilket anger på vilken sida av cykeln de ska sitta. OBS! Höger vevarm sitter på samma sida som kedjeskyddet (71). Se till att passa in gängorna rätt så att de inte skadas. Med lite fett på gängorna blir det lättare att skruva på pedalerna. Dra åt med en 15 mm skruvnyckel. Båda pedalerna är gängade i riktning mot cykelns främre del.

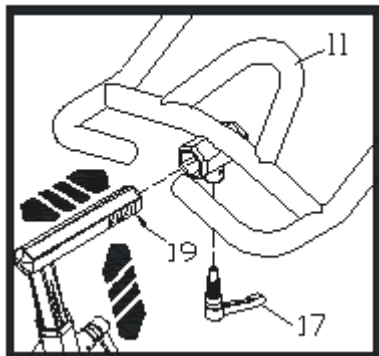
STEP 3



Steg 4 (styre och styrstolpe)

Sätt fast styret (11) i styrstolpen (19). Dra styret (11) till önskad position. Dra åt med låsspaken (17). För in styrstolpen i det främre ramröret. Justera till önskad position och dra åt med låsspaken. OBS! Dra inte upp styrstolpen högre än vad säkerhetsmarkeringen visar.

STEP 4



Steg 5 (sadel och sadelstolpe)

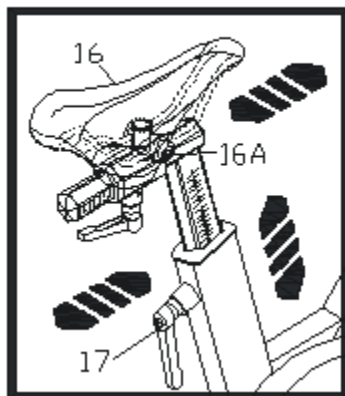
För in sadelstolpen (14) i sadelröret. Fäst sadeln (16) vid sadelfästet (16A). Justera justerskenan framåt eller bakåt och dra åt med låsspaken (17).

Dra justerskenan framåt eller bakåt med hjälp av låsspaken (17).

Dra åt i önskad position. Justera sadelstolpen (14) med låsspaken (17) och dra åt i önskad position.

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

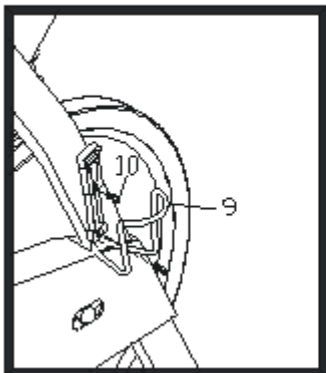
STEP 5



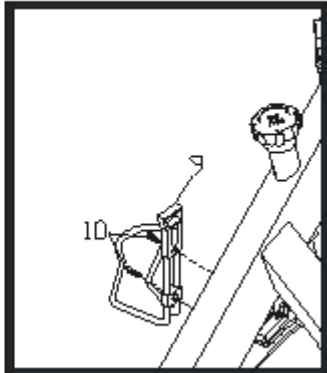
Steg 6 och 7 (flaskhållare)

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

STEP 6



STEP 7

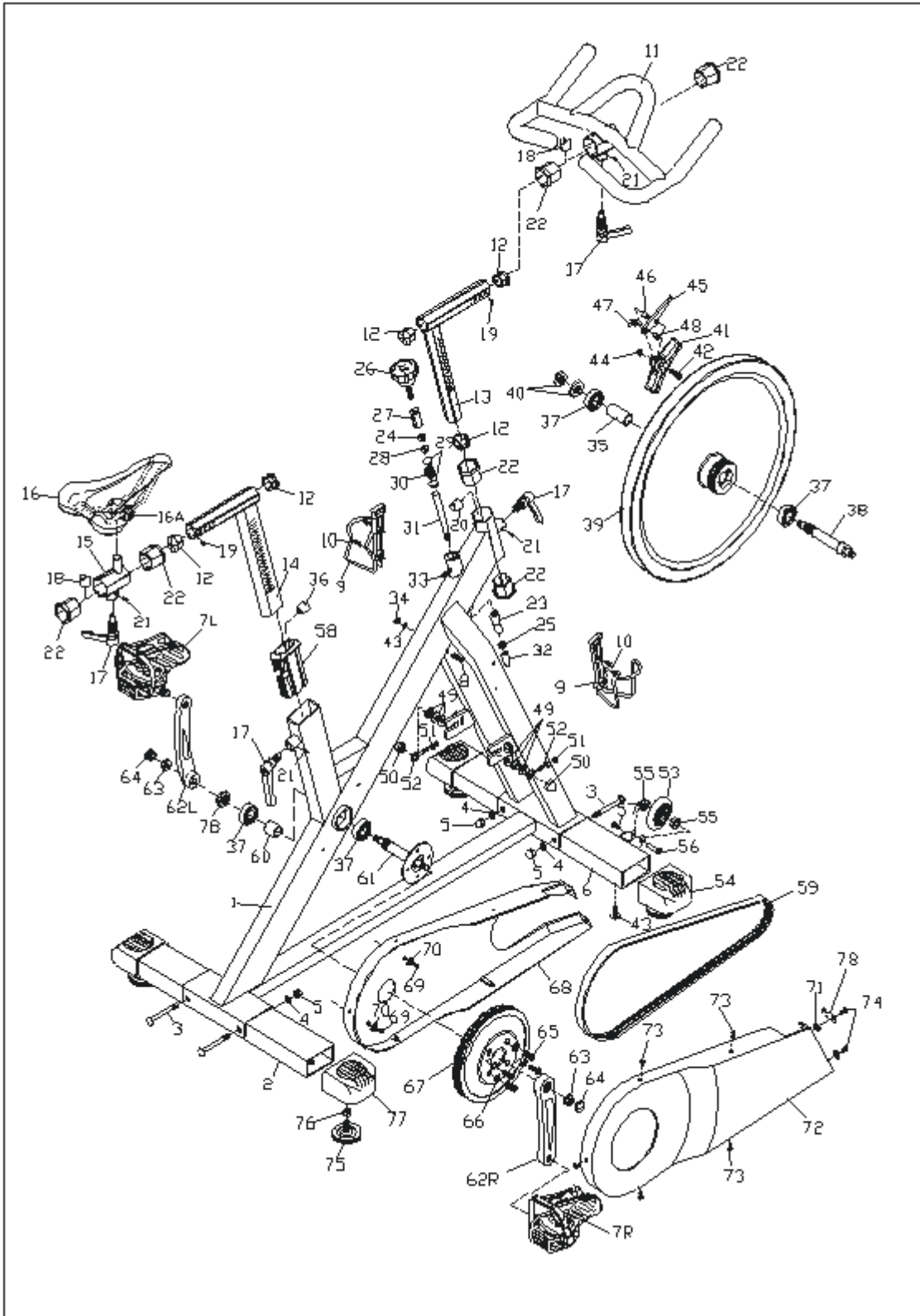


Underhåll

En indoor bike är mycket lättare att sköta än en vanlig cykel. Dock är en indoor bike inte underhållsfri, den måste hållas ren för att säkerställa bästa träningen och ett långt liv för din utrustning.

1. Håll din indoor bike ren genom att torka av den med trasor och mild tvål lösning efter varje träningspass. Detta är den viktigaste delen av förebyggande underhåll. Svetten droppar direkt ner på cykeln, där saltet kan korrodera komponenter och med tiden få rostangrepp samt bryta ner smörjmedel och bussningar.
2. Släpp spänningen på bromsklossarna efter varje användning. Detta gör att eventuell svett som har hamnat mellan bromsklossarna och svänghjulet kan torka. Torka av svänghjulet.

	BESKRIVNING	Dagligen	Varje vecka	Varje månad	Kvartalsvis	Årligen
1.	Torka av cykeln	X				
2.	Spreja ramen med WD40 eller ett liknande smörjmedel	X				
3.	Visuell kontroll	X				
4.	Kontrollera att det främre ramröret och sadelstolpen är ordentligt fastsatta	X				
5.	Kontrollera sadeln	X				
6.	Ta bort styret och sadel och rengör rören		X			
7.	Försäkra att alla bultar är ordentligt åtdragna		X			
8.	Kontrollera bromsbeläggen med avseende på slitage och justera dem		X			
9.	Se till att pedalerna är ordentligt fastskruvade		X			
10.	Smörj svänghjulet med rostskyddsmedel			X		
11.						



Komponentlista

Nr	Beskrivning	Enhet	Nr	Beskrivning	Enhet
1	Huvudram, målad	1	41	Bromsbelägg	1
2	Bakre stödben, 40 x 80 x 2 x 545 mm	1	42	Skruv M 6 x 1,0 x 20 mm, UCP	1
3	M 8 x 1,25 x 100 x 15 mm (gängad), CP	4	43	Bricka 13 x 6 x 1,5 mm, UCP	1
4	Bricka 16 x 8,5 x 1,5 mm, CP	4	44	Mutter M 6 x 1,0 mm, UCP	1
5	Kapselmutter M 8 x 1,25 mm, CP	4	45	Bromsarm, stål, 5 mm, CP	1
6	Främre stödben, 40 x 80 x 2 x 545 mm	1	46	Hylsa 10 YD x 6,2 D x 6,2 mm	1
7	Pedal 9/16", Cr/Mo-axel	1	47	Fjäder 1,5 D x 4,5 mm, U-typ	1
8	Vagnsbult M 6 x 1,0 x 30 mm	1	48	Hylsa 14 D x 14,9 mm, CP	1
9	Flaskhållare	2	49	Bricka 22 x 10 x 3 mm	6
10	Skruv till flaskhållare	4	50	Kapselmutter 3/8" x 26 mm, UCP	2
11	Styre, metall med plastöverdrag	1	51	Mutter M 6 x 1,0 mm, UCP	4
12	Ändplugg till justerskena, 38 mm, plast	5	52	Bandspänningsreglage, 6 x 35 mm	2
13	Styrstolpe, sandblästrat stål	1	53	Transporthjul, 65 mm, svart	2
14	Sadelstolpe, sandblästrat stål, CP	1	54	Ändplugg till främre stödben, 40 x 80 mm	2
15	Justerskena för sadel	1	55	Lager, 608ZZ	4
16	Sadel	1	56	Mutter 8 x 30 mm/M6 x 1,0 mm	2
16A	Sadelfäste	1	57	Vagnsbult M 6 x 1,0 x 12 mm	2
17	Låsspak M16 x 1,75 x 815 mm	4	58	Bussning till sadelrör, 40 x 80/30 x 60 mm	1
18	Låsblock "V" till justerskena, 23 x 23 mm	2	59	Band, 8 PJ, 1 220 mm	1
19	Säkerhetsskruv till justerskena, CP	2	60	Hylsa till vevlager, 24 YD x 20,1 D x 27 mm	1
20	Låsblock "V" till främre ramrör	1	61	Axel till vevlager, 25 x 20 x 116 mm	1
21	Fästskruv till V-block, M 6 x 1,0 x 8 mm	4	62R	Höger vevarm, HA 130, 170 mm	1
22	Plastbussning, 50 x 38 mm, svart	6	62L	Vänster vevarm, HA 130, 170 mm	1
23	Stopplugg i plast	1	63	Flänsmutter	2
24	Mutter 3/8" x 16 TPI, UCP	1	64	Dammskydd	2
25	Fast mutter	1	65	Vagnsbult M 8 x 1,25 x 15 mm	4
26	Motståndsvred	1	66	Fjäderbricka, 13 x 8,5 x 1,5 mm, CP	4
27	Rörig del, 20 x 34 mm, stål, UCP	1	67	Drev, 195 D x 8 PJ, ED, svart	1
28	Mutter M 8 x 1,25 mm, UCP	1	68	Inre kedjeskydd i plast, svart	1
29	Rund platta, 20 x 3 mm, UCP	2	69	Skruv M 5 x 0,8 x 10 mm	2
30	Fjäder, 19 x 2,3 x 20 mm	1	70	Bricka 10 x 5 x 1 mm	2
31	Övre stift, 12,7 D x 92 mm, CP	1	71	Bricka 16 x 6 x 2 mm	2
32	Nedre stift, 12,7 D x 28 mm, CP	1	72	Yttre kedjeskydd i plast, svart	1
33	Ledskruv M 8 x 1,25 x 8 mm	1	73	Skruv M 5 x 0,8 x 10 mm	5
34	Mutter M 6 x 1,0 mm, stål, UCP	1	74	Skruv M 5 x 0,8 x 15 mm	2
35	Distanshylsa, 24 YD x 20,1 ID x 51 mm, UCP	1	75	Höjdreplage för stödben	2
36	Låsblock "V", 23–37,5 mm, CP	1	76	Låsmutter	2

37	Axellager till vevarm, nr 6004	2	77	Ändplugg till bakre stödben	2
38	Svänghjulsaxel, 25 x 20 x 151 mm	1	78	Fästmutter till vevlageraxel	1
39	Svänghjul, gjutjärn, 450 D	1			
40	Mutter till svänghjul	2			