

Cybex - R Series upprätt cykel

Monteringsanvisningar



Artikelnummer
1008126-0014 AC

CYBEX®

Huvudkontor

10601 W Belmont Ave, Franklin Park, IL 60131 • U.S.A.

847.288.3300 • FAX: 847.288.3703

Service telefonnummer: 800.351.3737 (toll-free inom U.S.A., Canada)

Global webbplats: www.cybexintl.com

Internationella Kontor

AMERICAS

Nordamerika

Cybex International Inc.

10601 W Belmont Ave
Franklin Park, IL 60131 U.S.A.
Telefon: (847) 288 3300
Kundtjänst: customersupport@lifefitness.com
Försäljning/Marknadsföring Email:
commercialsales@lifefitness.com

Brasilien

Life Fitness Brasil

Av. Rebouças, 2315
Pinheiros
São Paulo, SP 05401-300
BRAZIL
SAC: 0800 773 8282 alternativ 2
Telefon: +55 (11) 3095 5200 option 2
E-post service: suportebr@lifefitness.com
E-post försäljning/marknadsföring:
vendasbr@lifefitness.com

Latinamerika och Karibien*

Life Fitness, LLC

10601 W Belmont Ave
Franklin Park, IL 60131 U.S.A.
Telefon: (847) 288 3300
Kundtjänst: customersupport@lifefitness.com
Försäljning/Marknadsföring Email:
commercialsales@lifefitness.com

EUROPA, MELLANÖSTERN OCH AFRIKA (EMEA)

Nederländerna & Luxemburg

Life Fitness Atlantic BV

Bijdorplein 25-31
2992 LB Barendrecht
THE NETHERLANDS
Telefon: (+31) 180 646 666
Kundtjänst: service.benelux@lifefitness.com
Försäljning/Marknadsföring:
marketing.benelux@lifefitness.com

Storbritannien

Life Fitness UK LTD

Queen Adelaide
Ely, Cambs, CB7 4UB
Telefon: General Office (+44) 1353.666017
Kundtjänst (+44) 1353.665507
Service Email: uk.support@lifefitness.com
Försäljning/Marknadsföring Email: life@lifefitness.com

Tyskland, Österrike och Schweiz

Life Fitness Europe GMBH

Neuhofweg 9
85716 Unterschleißheim
GERMANY
Telefon:
+49 (0) 89 / 31775166 Tyskland
+43 (0) 1 / 6157198 Österrike
+41 (0) 848 / 000901 Schweiz
Kundtjänst: kundendienst@lifefitness.com
E-post försäljning/marknad: vertrieb@lifefitness.com

Spanien

Life Fitness IBERIA

C/Frederic Mompou 5,1ªª
08960 Sant Just Desvern Barcelona
SPAIN
Telefon: (+34) 93.672.4660
Service Email: servicio.tecnico@lifefitness.com
Försäljning/Marknadsföring Email:
info.iberia@lifefitness.com

Belgien

Life Fitness Benelux NV

Parc Industriel de Petit-Rechain
4800 Verviers
BELGIUM
Telefon: (+32) 87 300 942
Kundtjänst: service.benelux@lifefitness.com
Försäljning/Marknadsföring:
marketing.benelux@lifefitness.com

Alla andra EMEA-länder och distributörer av företags-EMEA*

Life Fitness Atlantic BV

Bijdorplein 25-31
2992 LB Barendrecht
THE NETHERLANDS
Telefon: (+31) 180 646 644
E-post service: EMEAServiceSupport@lifefitness.com

ASIEN/STILLHAVSOMRÅDET

Japan

Life Fitness Japan, Ltd

4-17-33 Minami Aoyama 1F/B1F
Minato-ku - Tokyo 107-0062
Japan
Telefon: (+81) 0120.114.482
Fax: (+81) 03-5770-5059
E-post service: service.lfj@lifefitness.com
Försäljning/Marknadsföring Email:
sales@lifefitnessjapan.com

Hong Kong

Life Fitness Asia Pacific LTD

26/F, Global Trade Square
21 Wong Chuk Hang Road
Wong Chuk Hang
Hong Kong
Tel. nr: (+852) 25756262
Fax: (+852) 25756894
Kundtjänst: service.hk@lifefitness.com
E-post försäljning/marknadsföring:
hongkong.sales@lifefitness.com

Alla övriga Asien-/Stilla havsområdet-länder och distributörer*

Life Fitness Asia Pacific LTD

26/F, Global Trade Square
21 Wong Chuk Hang Road
Wong Chuk Hang
Hong Kong
Tel. nr: (+852) 25756262
Fax: (+852) 25756894
Kundtjänst: service.hk@lifefitness.com
E-post försäljning/marknadsföring:
hongkong.sales@lifefitness.com

*Se även www.cybexintl.com för lokal representation eller distributör/återförsäljare

Länkar till användar- och servicedokumentation

<https://lifefitness9512.zendesk.com/hc/en-us>

<https://lfworld.lifefitness.com>

Additional information is available online using the links above.

تتوفر معلومات إضافية على الإنترنت باستخدام الرابط أعلاه.

点击上面的链接可在线获取更多信息。

Flere oplysninger er tilgængelige online gennem linket ovenfor.

Bijkomende informatie is online beschikbaar via bovenstaande link.

Vous trouverez plus d'informations en ligne à l'aide du lien ci-dessus.

Zusätzliche Informationen finden Sie online über den oben angegebenen Link.

Ulteriori informazioni sono disponibili online utilizzando il link sopra riportato.

追加情報は上記リンクを使用してオンラインで利用可能です。

상기 링크를 통해 온라인에서 추가 정보를 볼 수 있습니다.

Informações adicionais estão disponíveis on-line, através do link acima.

Дополнительная информация доступна в интернете по ссылке, указанной выше.

Mediante el enlace anterior podrá acceder a información adicional en línea.

Ytterligare information finns online genom att använda länken ovan.

İnternet üzerinden daha fazla bilgi edinmek için yukarıdaki bağlantıyı kullanabilirsiniz.

هناك معلومات إضافية متاحة على الإنترنت باستخدام الرابط أعلاه.

Informazio osagarria eskuragarri dago goiko estekaren bidez.

Допълнителна информация можете да намерите онлайн, като използвате връзката по-горе.

Mitjançant l'enllaç anterior podreu accedir a informació addicional en línia.

使用上面的連結線上提供額外資訊。

Dodatne informacije možete pronaći na internetu sljedeći vezu iznad.

ከላይ የተቀመጠውን አገናኝ(ሊንክ) በመጠቀም መረጃዎች አንላይን ያገኛሉ።

Lisätietoja on saatavissa verkosta käyttämällä yllä olevaa linkkiä.

Wubetumi anya nsem afoforo aka ho wo websait so denam asem a ewo atifi ho a wubemia so so.

Πρόσθετες πληροφορίες είναι διαθέσιμες online χρησιμοποιώντας το σύνδεσμο παραπάνω.

מידע נוסף זמין באופן מקוון באמצעות הקישור לעיל.

További információ elérhető online, a fenti hivatkozás segítségével.

Viðbótarupplýsingar eru fáanlegar á netinu með því að smella á tengilinn hér fyrir ofan.

Plus indicium per superum situm potes invenire.

മുകളിലുള്ള ലിങ്ക് ഉപയോഗിച്ച് ഓൺലൈനിൽ കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾ ലഭ്യമാണ്.

Ytterligere informasjon er tilgjengelig på nettet via linken ovenfor.

Dodatkowe informacje są dostępne online pod powyższym odnośnikiem.

Informações adicionais estão disponíveis online a usar o link acima.

Informații suplimentare sunt disponibile online, utilizând link-ul de mai sus.

Dodatne informacije dostupne su na mreži putem gornjeg linka.

Ďalšie informácie sú dostupné online na vyššie uvedenom odkaze.

Innehållsförteckning

Säkerhet

Säkerhetsanvisningar.....	4
---------------------------	---

Komma igång

Var man borde placera och hur man stabiliserar upprättstående cykel.....	6
Elektriska strömkrav (gäller för enheter som använder externt nätaggregat).....	7
Fakultativ extern strömförsörjning.....	7
Kontrollera ström till konsoler – 50L-konsol.....	8
Specifikationer.....	8

översikt

Produktfunktioner.....	9
Förbindningarna.....	9
Hur man justerar pedalremmar.....	10
Hur man ställer in sadeln.....	11

Service and teknisk data

Förebyggande underhåll.....	12
Tips förebyggande underhåll.....	12
Godkänd och kompatibel med rengöring.....	12
Felsökning hos Polar® Hjärtfrekvensbröstbälte.....	13
Felsökning hos Lifepulse™ sensorerna.....	14
Så här får du produktservice.....	14
Återvinning batteriet.....	14

Sammanställning

Hårdvara och verktyg som krävs.....	15
Innan du börjar.....	16
Fäst monokolumn till bas.....	17
Befäst vänstra monokolumnstolpe till monokolumn.....	17
Fäst högra monokolumnstolpe till vänstra monokolumnstolpe.....	18
Fäst styrkåpor.....	19
Bas till konsolkabelanslutningar - 50 L.....	20
Bas till konsolkabelanslutningar - 70T.....	20
Fäst konsol och konsolens bakre omslag.....	20

Cyber® och Cybex logotyp är registrerade varumärken som tillhör Cybex International, Inc.

FRISKRIVNINGSKLAUSUL: Cybex International, Inc. avger ingen framställan eller garanti avseende innehållet i denna handbok. Vi reserverar oss rätten att när som helst revidera detta dokument eller göra ändringar i produkten som beskrivs i det, utan meddelande eller skyldighet att meddela någon om sådana revisioner eller ändringar.

© Copyright 2022, Life Fitness, LLC. All Rights Reserved. Life Fitness, Hammer Strength, Cybex, ICG and SCIFIT are registered trademarks of Life Fitness, LLC and its affiliated companies and subsidiaries. Disclaimer: Images and specifications are current as of the date of publication and are subject to change.

10601 W Belmont Ave, Franklin Park, IL 60131 • 800-351-3737 • 847-288-3700 •


www.cybexintl.com • 1008126-0014 AC • 2022


Säkerhet


Säkerhetsanvisningar

 Läs alla instruktioner före användning.

 **VARNING - RISK FÖR PERSONSKADA:** Varje ändring och modifiering av denna utrustning kan upphäva produktgarantin.

 **VARNING - RISK FÖR MASKINSKADA:** Hälsorelaterade skador kan uppstå vid felaktig eller överdriven användning av träningsutrustning. Life Fitness Family of Brands Det rekommenderas STARKT att se en läkare för en komplett undersökning innan man påbörjar ett träningsprogram, särskilt om det finns högt blodtryck och hjärtproblem i användarens familjehistorik, är över 45 år, röker, har högt kolesterol, är överviktig eller inte har tränat regelbundet det senaste året. Om användare när som helst under träningen känner att yrsel, smärta eller får svårt att andas ska han/hon sluta omedelbart.

 **VARNING - RISK FÖR MASKINSKADA:** För att förebygga risken för brännskador, brand, elchock eller skador, så måste varje produkt anslutas till ett korrekt jordat eluttag.


 **VARNING - RISK FÖR MASKINSKADA:** Pulsövervakningssystem kan vara mindre exakta. Överträning kan orsaka allvarliga skador eller dödsfall. Om du känner dig svimfärdig, avbryt träningen genast.

 **VARNING - RISK FÖR MASKINSKADA:** Använd inte för stretchning och fäst inga remmar eller andra anordningar.

 **VARNING - RISK FÖR MASKINSKADA:** Håll batterier oåtkomliga för barn.

Vissa bröstremmar kan innehålla löstagbara batterier.

- Att svälja dem kan leda till allvarliga skador på så kort tid som 2 timmar eller till döden beroende på kemisk brännskada och eventuell perforering av matstrupe.
- Om du misstänker att ditt barn har svält ett batteri, ring omedelbart till din lokala giftinformationscentral för snabba expert råd.
- Kontrollera utrustningen och se till att batterifacket är korrekt säkrat, t.ex. att skruven eller andra mekaniska fästen är åtskruvade. Använd inte om facket inte är säkrat.
- Gör dig av med använda knappbatterier omedelbart och säkert. Platta batterier kan vara fortfarande vara farliga.
- Berätta för andra om risken associerad med knappbatterier och hur de håller barn sina säkra.

 **VARNING - RISK FÖR MASKINSKADA:** Lämna ett avstånd på 41 cm (16 tum) mellan cykelns bredaste punkt och andra föremål på båda sidor. Lämna minst 0,9 m (3 ft.) mellan den främre och bakre delen av cykeln och andra föremål och 0,6 m (2 ft.) i den riktning som man stiger på utrustningen.

 **VARNING - LIVSFARA:** För att förbygga risken för elchocker eller skador från rörliga delar, ska man alltid dra ur kontakten till produkten före rengöring eller underhållsåtgärder.

- Använd aldrig produkten om den har en skadad nätkabel eller stickpropp eller om den har tappats, skadats eller om den delvis har sänkts ned i vatten. Kontakta kundtjänst.
- Placera produkten så att nätkabeln i väggen är tillgänglig för användaren. Se till att nätkabeln inte är knuten eller har trasslat sig och att den inte är klämd under någon utrustning eller andra föremål.
- Om nätkabeln är skadad måste den bytas ut av tillverkaren, en auktoriserad reparatör eller liknande kvalificerad person, för att undvika fara.
- Följ alltid konsolinstruktionerna för korrekt drift.
- Denna produkt är inte avsedd att användas av personer (inklusive barn) med reducerad fysisk, sensorisk eller mental förmåga eller som saknar erfarenhet eller kunskap, om de inte övervakas eller har fått instruktioner av en person som ansvarar för deras säkerhet.
- Använd inte den här produkten utomhus, nära simbassänger eller inom områden med hög fuktighet.
- Använd aldrig produkten med blockerade luftöppningar. Håll luftöppningarna fria från ludd, hår eller något annat hindrande material.
- För aldrig in föremål i någon öppning i dessa produkter. Om ett föremål skulle falla in, stäng av strömmen, dra ur nätkabeln från uttaget och hämta försiktigt föremålet. Om föremålet inte kan nås, kontakta kundtjänst.
- Placera aldrig vätskor av något slag direkt på enheten, förutom i ett tillbehörsfack eller hållare. Behållare med lock rekommenderas.
- Använd inte dessa produkter barfota. Använd alltid skor. Använd skor med gummisula eller annan sula med bra grepp. Använd inte skor som har klackar, lädersulor, klackjärn eller spikar. Se till att inget grus sitter fast i sulan.
- Håll alla lössittande kläder, skosnören och handdukar borta från rörliga delar.
- Sträck dig inte in/under enheten och luta inte enheten på sidan under drift.

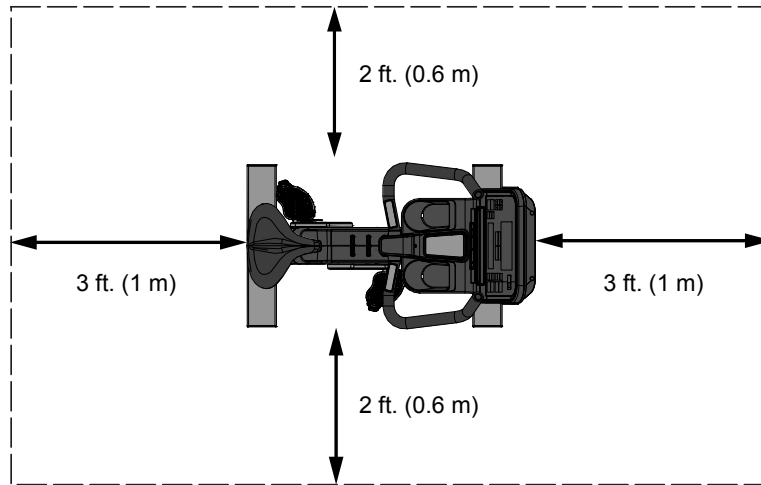
- Den här utrustningen är inte avsedd att användas av barn. Håll barn som är under 14 år borta från den här maskinen.
- Låt ingen störa eller på något sätt hindra användaren eller utrustningen under ett träningspass.
- Tillåt LCD konsoler att "vänja sig" till temperaturen i en timme innan du kopplar in enheten och börjar använda den.
- När produkten inte används, rekommenderar Life Fitness att du kopplar ur produkten. Koppla ur eluttaget när den inte används och innan du sätter på eller tar bort delar.
- Använda dessa produkter i enlighet med deras avsedda syfte som beskrivs i bruksanvisningen. Använd inga tillbehör som inte har rekommenderas av tillverkaren.
- Fritt stående utrustning ska installeras på en stabil och plan yta.
- Stå eller sitt inte på plasthöljerna.
- Var försiktig när du kliver på eller av cykeln. Använd det fasta handräcket för större stabilitet vid behov.
- Läs igenom alla varningar för varje produkt innan du påbörjar ett träningspass.
- Om varningar saknas eller är skadade, kontakta kundtjänst omedelbart för nya varningsetiketter. Varningsetiketter skickas med varje produkt och ska installeras innan produkten används. Life Fitness Family of Brands ansvarar inte för saknade eller skadade varningsetiketter.

Komma igång

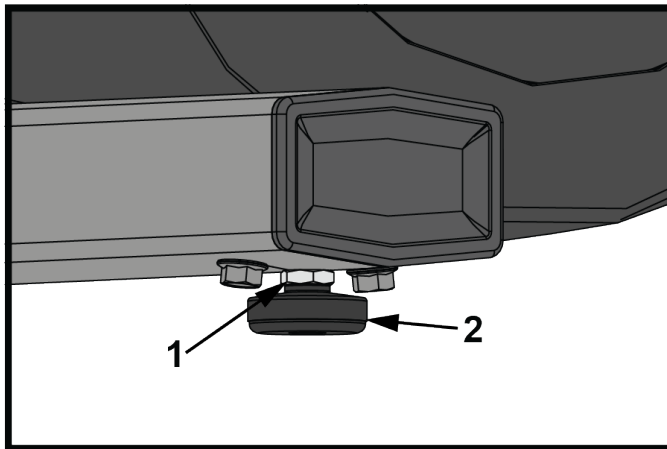
Var man borde placera och hur man stabiliserar upprättstående cykel

Läs hela manualen innan man ställer in cykeln. Följ alla säkerhetsinstruktioner, flytta cykeln till platsen där den ska användas. Tillåt ett avstånd på 0,6 m (2 ft.) i de riktningarna där cykeln står och 1 m (3 ft.) mellan fram och bak på cykeln eller andra föremål.

Fritt utrymme



Efter ha placerat enheten, kontrollera dess stabilitet genom att försöka skaka på den från sida till sida. Varje eventuell liten svängning indikerar på att enheten behöver bli nivåjusteras. Bestäm vilken fot som inte är helt på golvet. Lossa låsmutter med en M17-nyckel med öppen ände och vrid den stabiliserande foten för att sänka den. Kontrollera om cykeln är stabil och repetera justeringen vid behov tills enheten inte längre rörs. Lås justeringen genom att dra fast låsmutter mot stabiliseringsstången.



Artikel	Beskrivning	Antal
1	Låsmutter	4
2	Stabiliseringsben	4

Elektriska strömkrav (gäller för enheter som använder externt nätaggregat)

- Enheter som endast är utrustade med 50L-konsolen är självdrivna.
- Enheter med 50L-konsolen kan använda ett alternativt 12 V extern nätaggregat Om en anslutningsbar tv ska användas krävs en extern 12 V strömförsörjning.
- Enheter med 70T-konsolen kräver en extern 24 V strömförsörjning.



VARNING - RISK FÖR MASKINSKADA: Använd endast det medföljande nätaggregatet och nätsladden. Använd inga modifieringar för att anslut till ett 2-poligt uttag. Produkten måste anslutas till ett korrekt märkt 3-poligt uttag.

Konsol	Tillförd spänning	Frekvens	Utgående spänning	Utgående ström
50L	95 - 264 VAC	47 - 63 Hz	12 VDC	3 A
50L med anslutningsbar tv	95 - 264 VAC	47 - 63 Hz	12 VDC	5 A
70T	95 - 264 VAC	47 - 63 Hz	24 VDC	3,5 A

Utgående spänning	Kommersiella enheters uttag och brytare (Amps)
120 VAC	20 (inte fler än 10 cyklar per brytare)
230 VAC	12 (inte fler än 10 cyklar per brytare)

ANM: Modifiera inte kontakten som medföljer den här produkten. Om kontakten inte passar i det tillgängliga eluttaget, ha ett lämpligt uttag installerat av en kvalificerad elektriker.

ANM: Säkerställ att nätaggregatets nätsladd sitter säkert ansluten till basenheten. En lös anslutning kan leda till att enheten inte får ström från extern strömkälla.

Fakultativ extern strömförsörjning

Cykelns fakultativa externa matningsfunktioner gör det möjligt för konsolen att drivas av en extern elektrisk källa. Detta eliminerar behovet pedalrörelser med minimal hastighet för att leverera konstant ström till konsolen. Med det här alternativet kan användarna, som gör rehabiliterande träning på cykeln, trampa till hastighet under miniminivån utan att förlora konsolens ström.

1. Anslut strömmen till en extern strömkontakt på framsidan av cykeln.
2. Dra åt kontaktdon till enheten tills den är ordentligt på plats.
3. Sätt in nätsladden i ett AC uttag.

Använd endast extern nätaggregat som medföljer *Cybox* för att försäkra en säker drift.

ANM: Modeller med 50L-konsoler kopplas med 12 V nätaggregat. 70T-konsolen kopplas med 24 V nätaggregat. Baseelektroniken har utformats för att identifiera konsoltypen innan strömmen kopplas in till konsolen och kommer inte att använda en felaktig spänning till konsolen.



VARNING - RISK FÖR PERSONSKADA: Anslutningarna bör lätt passa i uttagen. Genom att tvinga in en anslutning kan detta leda till skador på kontakten och/eller uttaget och kan upphäva produktgarantin. Om nätaggregatets anslutning inte passar i uttaget, används fel nätaggregat.

Det här alternativet kräver en optional utrustning. Kontakta kundtjänst för att beställa en utrustning.

Kontrollera ström till konsoler – 50L-konsol

50L-konsolen drivs av ett laddningsbart 6 volts batteri eller ett alternativt 12 v nätenhet. 70T-konsolen pluggas in med en 24 V nätenhet.

Kontrollera batteriet genom att trycka på knappen **Go / Grön pil**. Konsolen bör avge en pipsignal och lysa upp. Om en signal inte visas, montera enheten och börja träna. Konsolen ska lysa upp och det ska vara möjligt att programmera ett träningspass. Trampa 10 - 20 minuter vid 50 varv/min eller snabbare under träningspasset för optimal batteriladdning. Pedalrörelser under ett träningspass håller batteriet laddat. Extern strömförsörjning kan användas som tillval. Om enheten matas med extern strömförsörjning sker underhållet av batteriet automatiskt och pedalrörelser behövs då inte. Använd endast nätaggregatet som tillhandahållits av *Cybox* för att garantera att driften är säker.

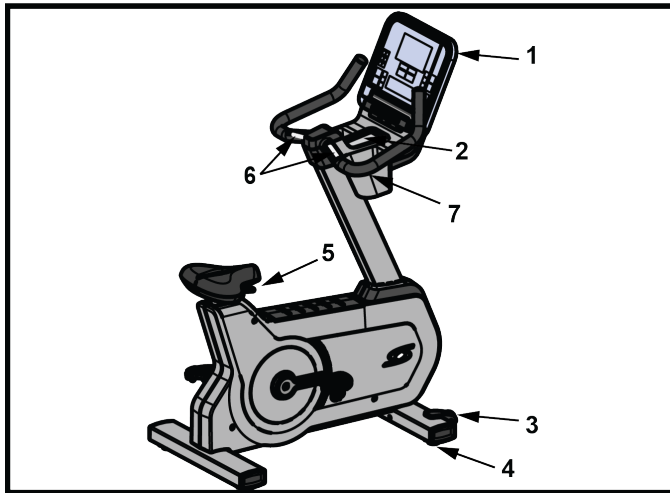
Specifikationer

Rekommenderad användning	Tung / Kommersiell EN ISO 20957 Klass SA
Maximal vikt för en användare	400 lbs. / 181 kg
Pedalens storlek	12,7 cm x 14 cm / 5 in. x 5,5 in.
Drifttyp	Rem
Energikrav	<ul style="list-style-type: none">• Enheter som endast är utrustade med 50L-konsolen är självdrivna.• Enheter med 50L-konsolen kan använda ett alternativt 12 V extern nätaggregat Om en anslutningsbar tv ska användas krävs en extern 12 V strömförsörjning.• Enheter med 70T-konsolen kräver en extern 24 V strömförsörjning.
Pulsövervakningssystem	Patenterad Lifepulse™™ digital kontakt hjärtfrekvens och Polar® telemetri-kompatibelt hjärtfrekvensövervakningssystem

	Fysiska dimensioner (med konsol)	Leveransmått (utan konsol)
Längd	41.7 in. / 106 cm	48 in. / 122 cm
Bredd	24 in. / 61 cm	27.5 in. / 70 cm
Höjd	59.5 in. / 151.3 cm	52 in. / 132 cm
Vikt	78,9 kg / 174 lbs. (utan konsol)	88 kg / 194 lbs.

översikt

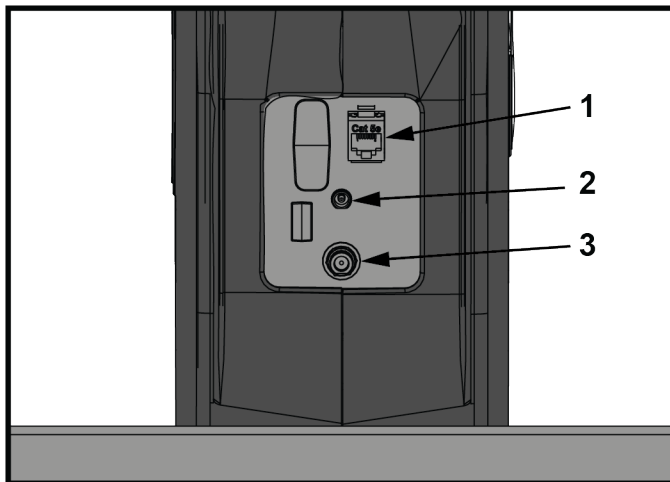
Produktfunktioner



Artikel	Beskrivning	Antal
1	Konsol	1
2	Tillbehörsfack	1
3	Hjul	2
4	Benets jämlighetsivrare	4
5	Sitsjusteringsspak	1
6	Sensorer för kontaktpulsmätning	2
7	Mugghållare	2

Förbindningarna.

Följande anslutningsbehållare finns på framsidan av cykeln.

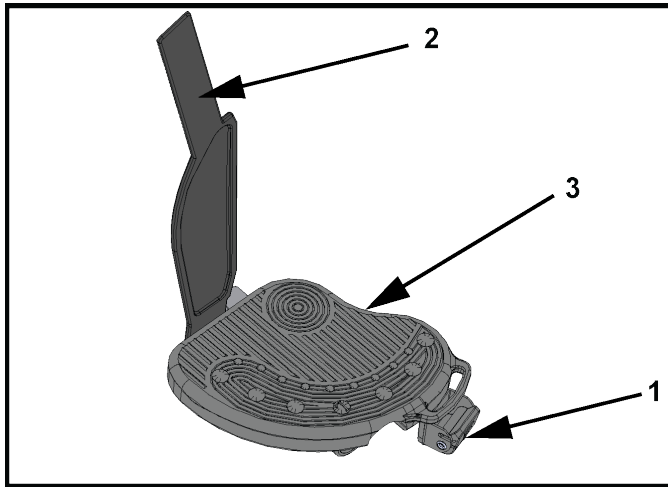


Artikel	Beskrivning	Antal
1	CAT5e-nätverk / Ethernet (endast 70T-konsol)	1
2	Strömsingång	1
3	Koaxial anslutning	1

Hur man justerar pedalremmar

Cykelpedalremmarna håller användarens skor på pedaler under träning. Remmarna ska passa bekvämt men tillräckligt tätt för att förhindra att skor glider när som helst vid pedalrotationen. En användare ska testa och justera remmens täthet innan man börjar träna.

Använd en hand för att trycka låsremmen uppåt för att lossa ribbremmen. Använd den andra handen för att dra ribbensremmen ut från under remspärren. Sätta foten på pedalen. Vik ribban bandet på foten för att justera önskad längd. Skjut låsremmen uppåt och tränga ribbstroppen genom remspärren för att välja rätt spår. Lossa remspärren för att säkra positionen.



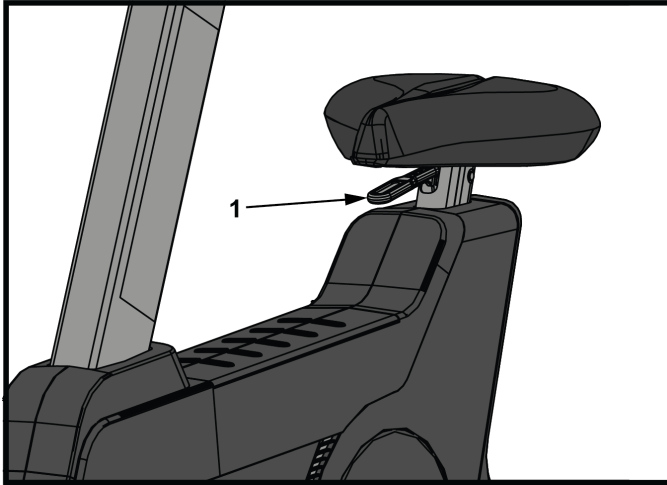
Artikel	Beskrivning	Antal
1	Låsrem	2
2	Rem	2
3	Pedal	2

Hur man ställer in sadeln

En korrekt justerad sadel är viktigt i alla cykelorienterade träningsaktiviteter. Om sadel är för nära, läggs för stor belastning på knäna och quadriceps muskler. Om sadel är för långt, blir effekten att fötterna, anklarna, höfterna och knäna irriteras.

Sitt på sadeln och placera fotbollarna på pedaler. En optimal position möjliggör rörelse genom botten av streck utan att låsa knäna, förskjutande på sadeln eller kraftigt sträckning av höfterna. Knäna borde ha en liten böjning vid fullaste bensträck.

Om sadeln behöver justeras lägre, lyft det fjäderbelastade justeringshandtaget som ligger under näsan på sadeln. Håll både handtag och näsa av sadeln med en hand och använd andra handen för att få tag i bak- på sadeln. Skjut handtaget och sadeln ner till ett rätt läge. Släpp handtaget för att slutföra aktiviteten. Skjut sätet försiktigt upp och ner med ett litet avstånd för att tillse om den låses på plats. Kontrollera sadelns avstånd och justera om det behövs.



Artikel	Beskrivning	Antal
1	Sitsjusteringsspak	1

Om sadeln behöver justeras högre, ta sadeln och skjut det upp till ett rätt läge. Vid inställning av sadeln till ett högre läge, behöver användaren inte lyfta justeringshandtaget.

 **VARNING - RISK FÖR PERSONSKADA:** Försök inte att justera sadeln medan du trampar eller sitter på cykeln. Personskada kan uppstå eller resultera i ett obekvämt träningspass.

Service and teknisk data

Förebyggande underhåll

Artikel	Varje vecka	Varje månad	Varje halvår
Konsolens överdelar	Rengör		Inspektera
Flaskhållare / tillbehörsbrickor	Rengör	Inspektera	
Konsolens monteringsbultar			Inspektera
Hårdvara			Inspektera
Ram / Sadelstolpe	Rengör		Inspektera
Plasthöljen	Rengör	Inspektera	
Lifepulse sensorerna	Rengör / inspektera		
Inställbara stödben		Inspektera / justera	
Pedaler / remmar	Rengör	Inspektera	

Tips förebyggande underhåll

ANM: Utrustningens säkerhet kan endast upprätthållas om utrustningen regelbundet inspekteras för skador eller slitage. Håll utrustningen ur bruk tills det att defekta delar har reparerats eller bytts ut. Var särskilt uppmärksam på delar som är föremål för slitage, som beskrivs nedan.

Följande förebyggande underhåll kommer göra att produkten fungerar på toppnivå:

- Placera produkten på en sval, torr plats.
- Rengör displaykonsolen och alla externa ytor med en godkänd och kompatibel rengöring (se godkänt och kompatibelt rengöringsmedel) och en mikrofiberduk.
- Långa naglar kan skada eller rispa ytan på konsolen; använd fingertoppar för att trycka på knapparna på konsolen.
- Rengör regelbundet ytan på pedaler.

ANM: Vid rengöring av enhetens utsida rekommenderas starkt ett icke-slipande rengöringsmedel och mjukt bomullstyg. Rengöringsmedel får aldrig appliceras direkt på någon av utrustningens delar.

Godkänd och kompatibel med rengöring

Två föredragna rengöringsmedel har blivit godkända av tillförlitliga experter: PureGreen 24 och Gym Wipes. Båda rengöringsmedlen tar säkert och effektivt bort smuts och svett från maskinen. PureGreen 24 och den antibakteriella formulan i Gym Wipes är båda desinficerande som är effektiv mot MRSA and H1N1.

PureGreen 24 finns tillgängligt i spray, vilket är bekvämt för gympersonal att använda. Spraya på en mikrofiberduk och torka av maskinen. Använd PureGreen 24 på maskinen i minst 2 minuter för generell desinfektion och minst 10 minuter för svamp och virus.

Gym Wipes är stora, hållbara våtservetter som används på maskinen innan och efter träning. Använd Gym Wipes på maskinen i minst 2 minuter för generell desinfektion.

Kontakta kundsupport tjänster för att beställa dessa rengöringsmedel (1-800-351-3737 or email: customersupport@lifefitness.com).

Mild tvål och vatten eller en mild icke slipande rengöring kan också användas för att göra rent display och alla externa ytor. Använd endast en mjuk mikrofiberduk. Applicera rengöringen på mikrofiberduken innan rengöring. Använd INTE ammoniak eller syrabaserade rengöringsmedel. Använd INTE slipmedel eller starkt alkaliska rengöringsmedel. Använd INTE pappershanddukar Applicera INTE rengöringsmedel direkt på maskinens yta.

Felsökning hos Polar® Hjärtfrekvensbröstmärke

Läsning av hjärtfrekvens är oregelbunden eller frånvarande helt

Trolig orsak	Korrigerande åtgärder
Bältes sändarelektroder är inte tillräckligt våta för att samla korrekta hjärtfrekvensavläsningar.	Blöt bältets sändarelektroder.
Bältets sändarelektroder ligger inte platt mot huden.	Se till om bältets sändarelektroder ligger platt mot huden.
Bältes sändaren behöver rengöras.	Tvätta bältets sändare med en mild tvål och vatten.
Bältets sändare är inte korrekt inställd.	Uppställningen av bältets sändare åstadkommes genom att börja träna och trycka med mottagarens 1 fot. Mottagaren är på konsolen. Efter hjärtfrekvensen visas på konsolen, förlängs intervallet till 3 fötter.
Bröstmärkets batteri uttömts.	Kontakta Kundtjänst för instruktioner om hur man kan ersätta bröstmärket.

Abnormt förhöjda läsningar av hjärtfrekvens

Trolig orsak	Korrigerande åtgärder
Elektromagnetisk störning från televisionsapparater och / eller antenner.	Flytta träningsutrustningen några centimeter bort från den troliga orsaken, eller flytta den troliga orsaken några centimeter från träningsutrustningen tills läsning av hjärtfrekvens är korrekt.
Elektromagnetisk störning från mobiltelefoner.	
Elektromagnetisk störning från datorer.	
Elektromagnetisk störning från bilar.	
Elektromagnetisk störning från högspänningsledning.	
Elektromagnetisk störning från motordriven träningsutrustning.	

Felsökning hos Lifepulse™ sensorerna

Om läsning av hjärtfrekvens är ojämn eller saknas, gör på följande sätt:

- Torka händerna för att förhindra glidning.
- Lägg händerna på de sensorerna som sätts på handtag.
- Håll sensorerna ordentligt.
- Lägg konstant nedpressning på sensorerna.

Så här får du produktservice

1. Kontrollera symptomen och läs igenom bruksanvisningen. Problemet kan vara oförenligt med produkten och dess egenskaper och träningspass.
2. Hitta och skriv ner enhetens serienummer som finns längst upp till höger på den främre stabilisatorn.
3. Kontakta kundtjänst på <http://www.lifefitness.com>.

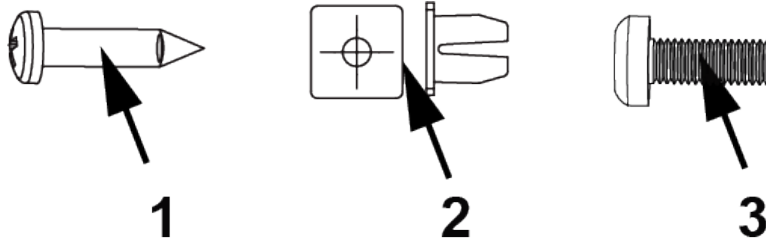
Återvinning batteriet

Ta bort och återvinn det uppladdningsbara batteriet innan man kasserar den här produkten vid slutet av dess livslängd. Koppla bort strömkällan (*om tillämpligt*) innan du tar bort batteriet. För att komma åt batteriet, skall man ta bort användarens högra kåpa, monokolumnstolpe och användarens högra huvud stolpe. För att ta bort batteriet, koppla loss kabeln och ta bort de två skruvarna som håller batteriet.

Sammansättning

Hårdvara och verktyg som krävs

Hårdvara



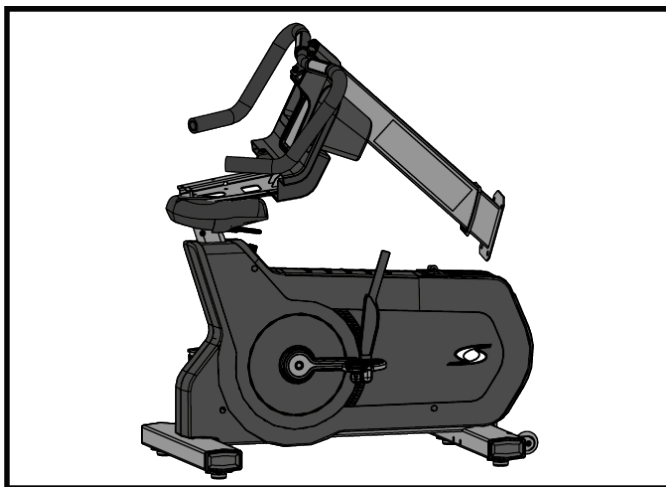
Artikel	Beskrivning	Antal
1	M4.2 X 19 Phillips Pan huvudskruv	3
2	Genomföringshylsa	2
3	M5 X 14 Phillips Pan huvudskruv	5

Verktyg som krävs:

- 13 mm Eluttag
- Phillips Skruvmejsel

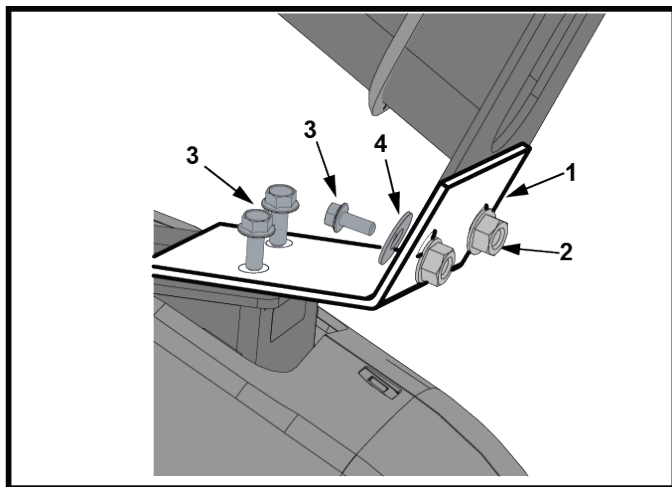
Innan du börjar

Monokolumnen är placerad med baksidan av konsolens stödsvets liggande på cykelsätet. Sitsen är inställd i det lägsta läget.



1. Ta bort och kassera metallfästet som håller monokolumnen mot basen. Använd en 13 mm hylsa för att ta bort de fyra M8-skruvarna, två plastbrickor och två M8 sexkantsmuttrar som håller fast monokolumnen i fästet. Använd 13 mm hylsnyckeln för att också ta bort M8 sexkantsmuttrarna som håller fast metallfästet på basen.

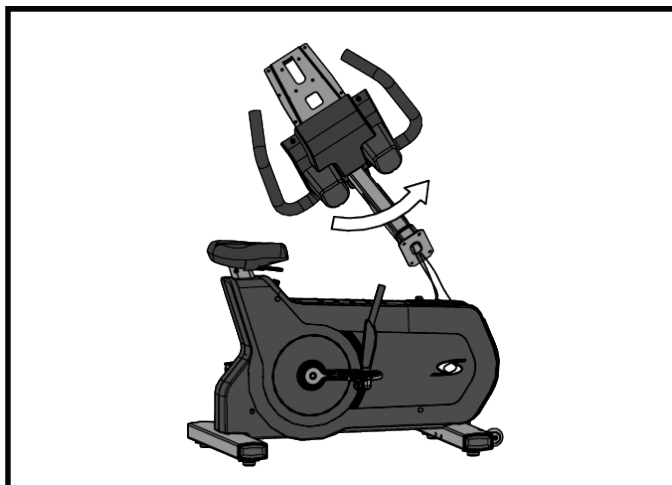
ANM: Kassera de fyra M8 sexkantsmuttrarna och två plastbrickor. Behåll M8-skruvarna för återanvändning.



Artikel	Beskrivning	Antal
1	Metallfäste Kassera	1
2	M8 sexkantslåsmutter Kassera	2
3	M8 Skruv	4
4	Plastbricka Kassera	2

2. Ta tag i styret. Lyft upp monopolen och vrid MOTURS.

ANM: Vrid INTE monokolumnen medurs! Kablar kan bli vridna som ett resultat.



Fäst monokolumn till bas

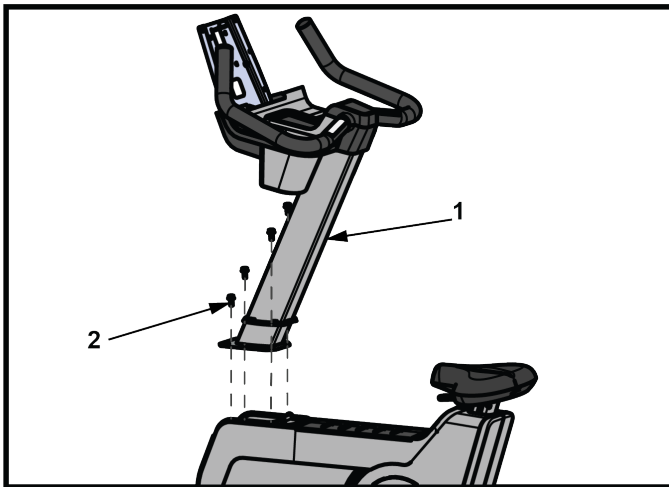


VARNING - RISK FÖR PERSONSKADA: Avlägsna all skyddsplast/tejp från pelaren och konsolens stödsvetsning före sammankoppling med basen! Underlåtenhet att avlägsna skyddsplasten kan orsaka inkorrekt jordning!

1. Tryck tillbaka överskottssele tillbaka in i monokolumnröret.

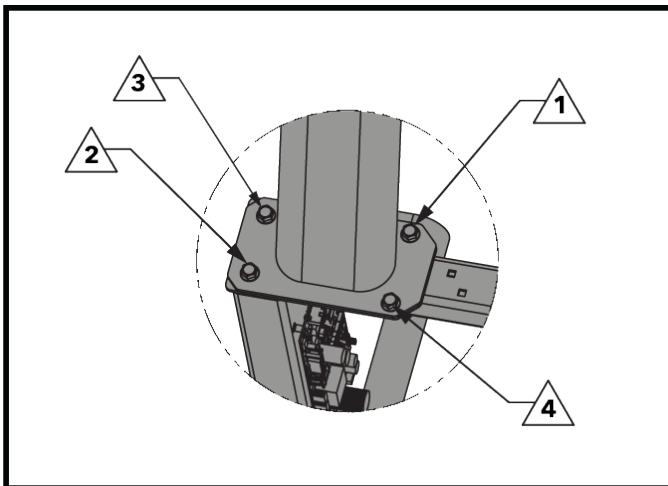
ANM: Undvik att klämma selen vid fastsättning.

2. Installera monokolumn till basen med fyra skruvar.

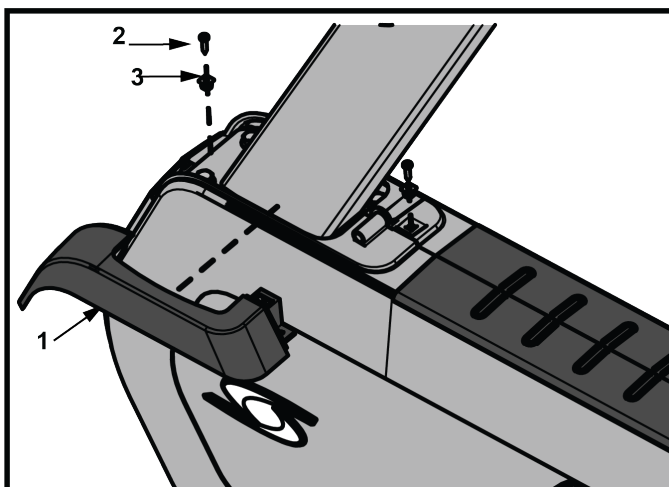



Artikel	Beskrivning	Antal
1	Monokolumn	1
2	M8 X 20 Fläns huvud skruv <i>Återanvänd de tidigare borttagna skruvarna.</i>	4

3. Gänga skruvarna i en numerisk ordning. Vridmoment till 37 Nm (27 ft. lbs.)



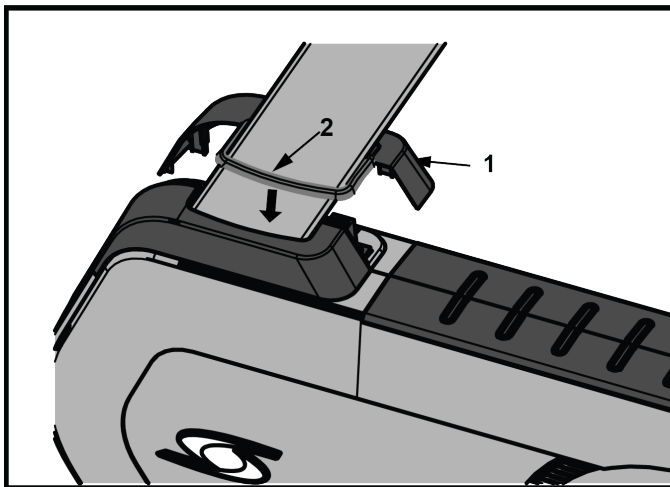
Befäst vänstra monokolumnstolpe till monokolumn



Artikel	Beskrivning	Antal
1	Monokolumnstolpe, vänster	1
2	M4.2 X 19 Phillips Pan huvudskruv	2
3	Genomföringshylsa	2
	1,5 Nm (1,1 ft. lbs.)	

Fäst högra monokolumnstolpe till vänstra monokolumnstolpe

Säkra klämmorna på högra monokolumnstolpe till positionen på vänstra monokolumnstolpe.

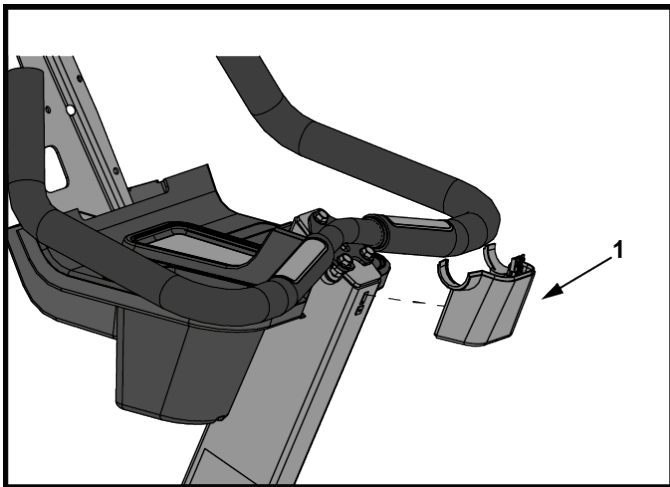


ANM: Skjut packningen ner till stolpar.

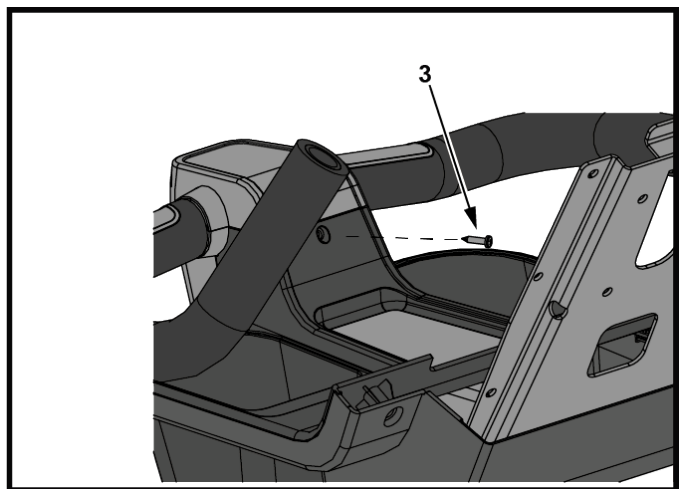
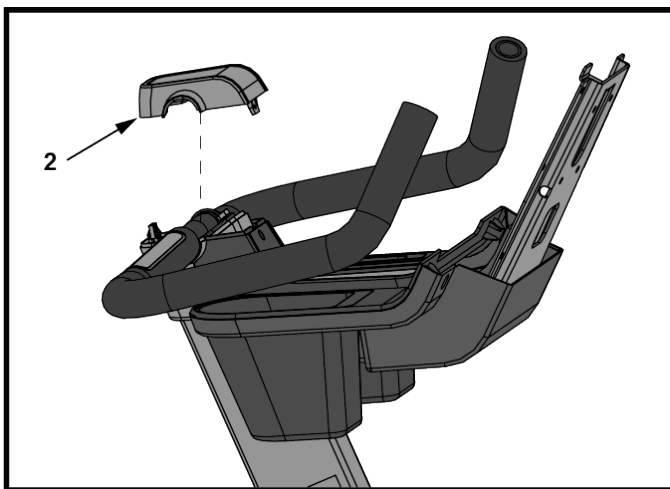
Artikel	Beskrivning	Antal
1	Monokolumnstolpe, höger	1
2	Packning (fäst vid monokolumn)	1


Fäst styrkåpor

1. Fäst fjäderklämman på det bakre styrkåpan på monokolumnen.

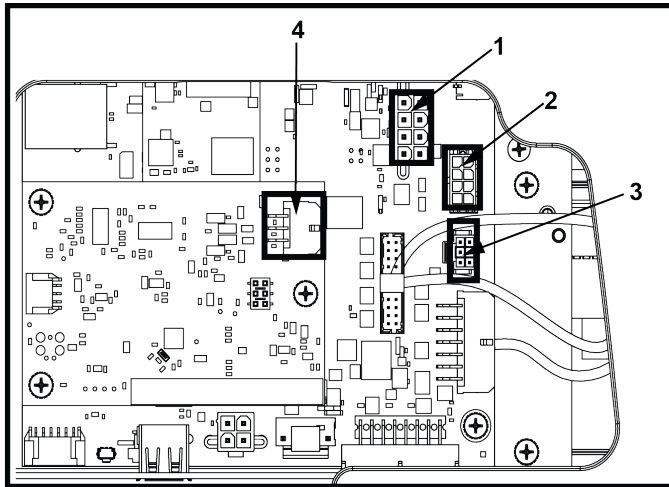


2. Snäpp fast det övre styrkåpan mot det bakre styrkåpan.
3. Använd en skruv för att fästa den övre styrkåpan till monokolumnen.



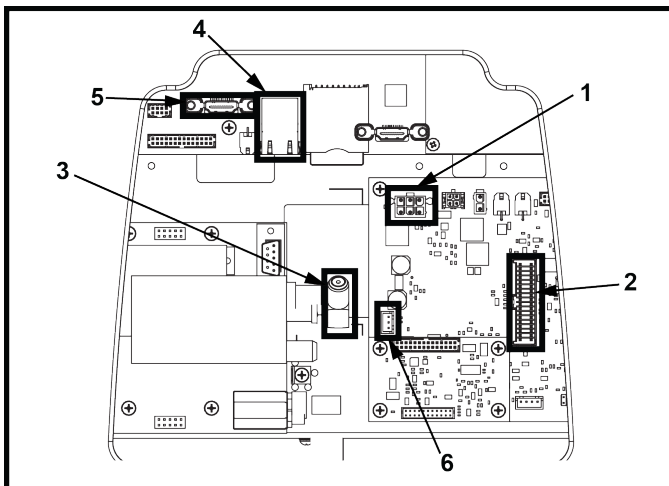
Artikel	Beskrivning	Antal
1	Styrkåpa, bak	1
2	Styrkåpa, top	1
3	M4.2 X 19 Phillips Pan huvudskruv	1
	1,5 Nm (1,1 ft. lbs.)	

Bas till konsolkabelanslutningar - 50 L



Artikel	Beskrivning	Antal
1	Konsol till Bas Ström	1
2	Bassignal	1
3	Handtagsknappsatsbrytare (motstånd)	1
4	Lifepulse	1

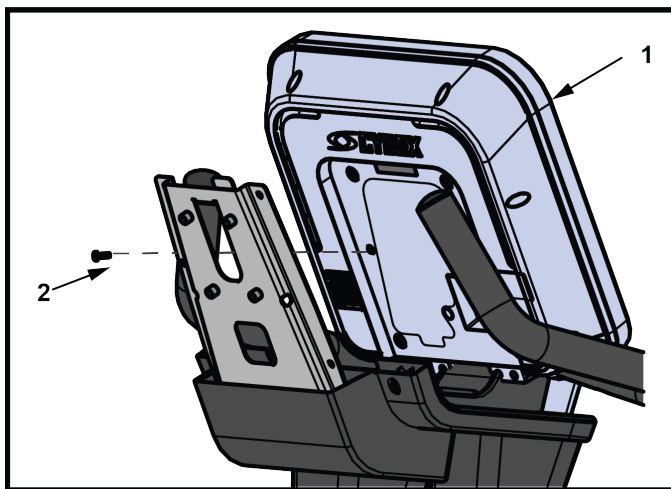
Bas till konsolkabelanslutningar - 70T




Artikel	Beskrivning	Antal
1	Extern strömkabel	1
2	PCB till konsolkabel	1
3	Koaxialkabel	1
4	CAT5e	1
5	HDMI (tillval)	1
6	IR (tillval)	1

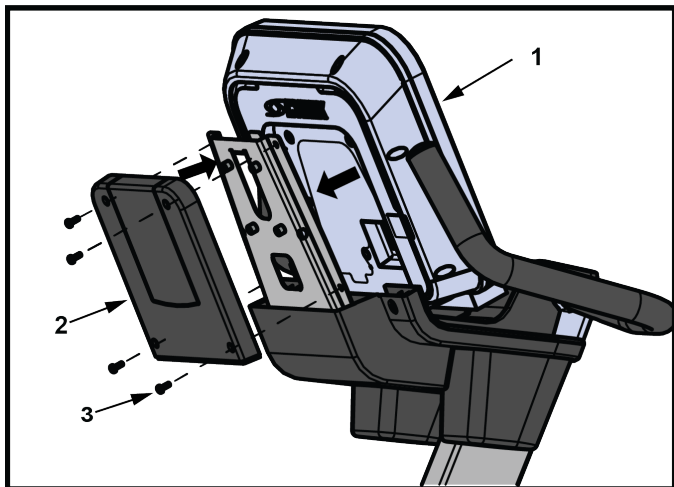
Fäst konsol och konsolens bakre omslag


1. Befäst jordskruv (M5 X 14 Phillips Pan huvudskruv) på konsolen.



Artikel	Beskrivning	Antal
1	Konsol	1
2	M5 X 14 Phillips Pan huvudskruv	1
	1,5 Nm (1,1 ft. lbs.)	

2. Använd de återstående fyra M5 X 14 Phillips Pan huvudskruvarna för att befästa både konsolen och den bakre konsolhöljet till konsolens beslag.



Artikel	Beskrivning	Antal
1	Konsol	1
2	Bakre konsolhölje	1
3	M5 X 14 Phillips Pan huvudskruv	4
	1,5 Nm (1,1 ft. lbs.)	



10601 W Belmont Ave, Franklin Park, IL 60131 • 800-351-3737 • 847-288-3700 •

www.cybexintl.com