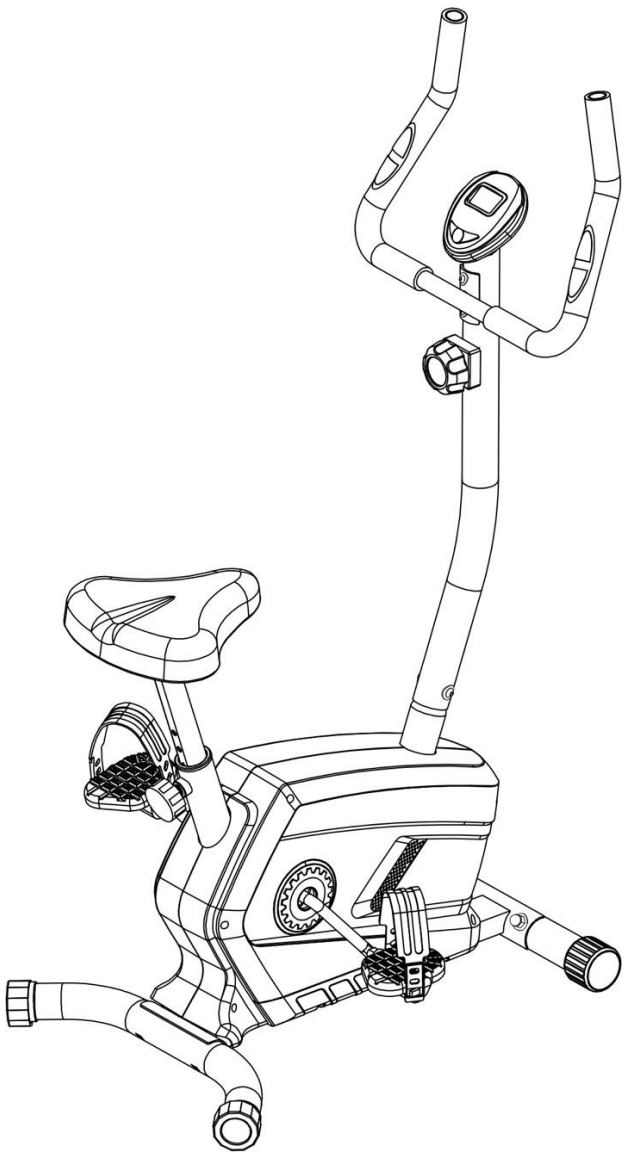
Manuel d’utilisation
Vélo d'appartement – Modèle Discovery Edition 2024 Référence : SNT160



IMPORTANT: Merci de prendre connaissance de ce manuel avant toute utilisation.

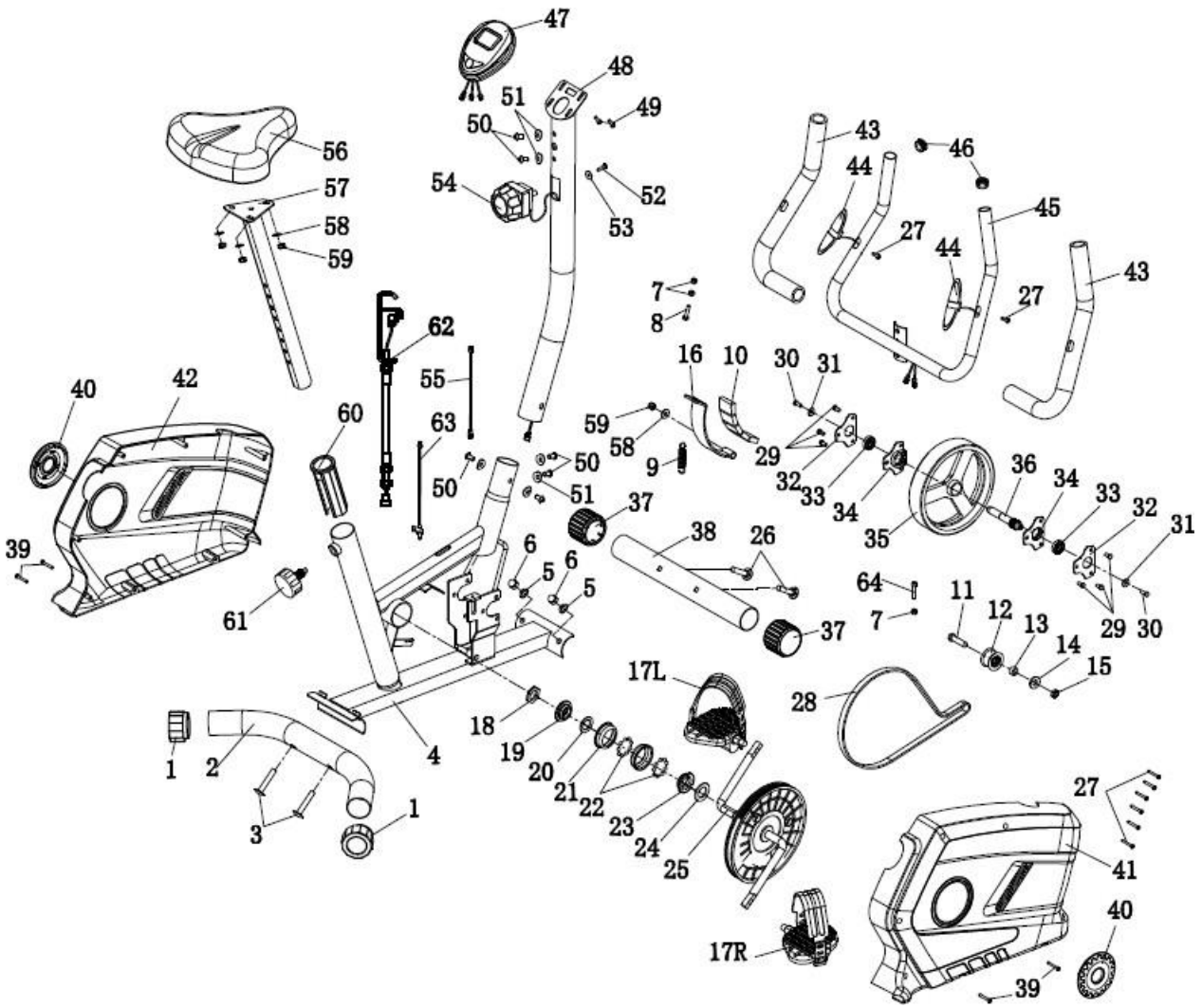
INFORMATIONS DE SÉCURITÉ IMPORTANTES

- Merci d'avoir choisi notre produit. Veuillez l'utiliser correctement pour assurer votre sécurité et votre santé. Veuillez lire attentivement ce manuel avant d'assembler et d'utiliser l'équipement. Nous vous conseillons d'entretenir et d'utiliser l'équipement correctement pour une utilisation sûre et efficace. Il est de votre responsabilité de vous assurer que tous les utilisateurs de l'équipement sont informés de tous les avertissements et précautions indiqués dans ce manuel.
- Veuillez consulter votre médecin avant de commencer un programme d'exercices pour déterminer si vous souffrez de problèmes médicaux ou physiques qui pourraient mettre votre santé et votre sécurité en danger ou vous empêcher d'utiliser l'équipement correctement. Les conseils de votre médecin sont essentiels si vous prenez des médicaments susceptibles d'affecter votre fréquence cardiaque, votre pression artérielle ou votre taux de cholestérol.
- Soyez conscient des 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, sensation d'oppression dans la poitrine, rythme cardiaque irrégulier, essoufflement, sensation, étourdissement ou sensation de nausée. Si vous rencontrez l'une de ces conditions, il faut consulter votre médecin avant de poursuivre votre programme d'exercices.
- Tenez les enfants et les animaux domestiques éloignés de l'équipement. L'équipement n'est conçu que pour un usage par un adulte.

- Utilisez l'équipement sur une surface plane et solide avec une housse de protection pour votre sol ou votre moquette. L'équipement doit avoir au moins 1.20 mètre d'espace libre tout autour pour assurer la sécurité.
- Assurez-vous que tous les écrous et 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 déceler tout dommage et/ou usure.
- Il est recommandé de lubrifier toutes les pièces mobiles tous les mois.
- Il faut toujours utiliser l'équipement comme indiqué. Si vous constatez des composants défectueux lors du montage ou de la vérification de l'équipement, ou si vous entendez des bruits inhabituels provenant de l'équipement au cours de l'exercice, arrêtez immédiatement d'utiliser l'équipement et n'utilisez pas l'équipement tant que le problème n'a pas été corrigé.
- Veuillez porter des vêtements appropriés lors de l'utilisation de l'équipement. Évitez de porter des vêtements amples qui pourraient s'emmêler dans l'équipement.
- Ne pas mettre les doigts ou des objets dans les pièces mobiles de l'équipement.
- La capacité de poids maximum de cette unité est de 130 kilos.
- Cet équipement ne convient pas à un usage thérapeutique.

- Déplacez-vous avec précaution lorsque vous soulevez et déplacez l'équipement. Il faut toujours utiliser la technique de levage appropriée et demander de l'aide si nécessaire.
- Votre produit est conçu pour une utilisation dans des conditions fraîches et sèches. Évitez de le stocker dans des endroits extrêmement froids, chauds ou humides, car cela pourrait entraîner de la corrosion et d'autres problèmes connexes.
- Cet équipement est conçu pour une utilisation en intérieur uniquement! Il n'est pas destiné à un usage commercial!

INSTRUCTIONS D'ASSEMBLAGE



Dessin éclaté

- Liste des pièces :

No	Nom	Quantité	Remarque
1	Manchon de tube Avant	2	
2	Manchon de tube arrière	1	
3	Boulon à tête hexagonale M10*60	2	
4	Cadre principal	1	
5	Coussin courbé ϕ10	4	
6	Écrou M10	4	
7	Écrou hexagonal M6	3	
8	Boulon hexagonal M6*40	1	
9	Ressort	1	
10	Aimant	5	
11	Boulon hexagonal M10*40	1	
12	Roue libre	1	
13	Poussant	1	
14	Rondelle ϕ10	1	
15	Écrou en nylon M10 M10	1	
16	Pièce magnifique	1	
17L	Pédale de gauche	1	
17R	Pédale de droite	1	
18	Écrou hexagonal	1	
19	Écrou	1	
20	Rondelle	1	
21	Douille	2	
22	Roulement à billes	2	
23	Écrou	1	
24	Rondelle	1	
25	Manivelle	1	
26	Boulon	2	
27	Boulon transversal	8	
28	Courroie	1	
29	Boulon hexagonal M6*9	6	
30	Boulon hexagonal M6*15	2	
31	Rondelle ϕ6	2	
32	Bloc de roulement	2	
33	Palier 6001RS	2	
34	Siège de palier	2	
35	Roue d’inertie	1	

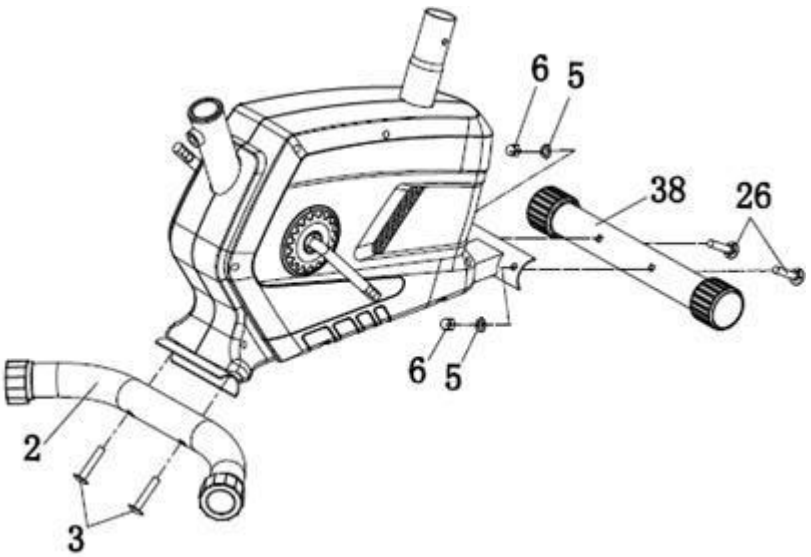
36	Essieu	1	
37	Bouchon rotatif	2	
38	Stabilisateur avant	1	
39	Vis autotaraudeuse à tête cruciforme	4	
40	Joint de manivelle	2	
41	Cache-chaîne (droit) (droit)	1	
42	Cache-chaîne (gauche) (gauche)	1	
43	Poignée	2	
44	Capteur de pulsations	2	
45	Barre de maintien	1	
46	Capuchon circulaire	2	
47	Moniteur	1	
48	Tube central	1	
49	Boulon à tête cylindrique bombée M5*10	2	
50	Boulon à tête cylindrique hexagonale M8*15	5	
51	Rondelle incurvée ϕ8	6	
52	Boulon M5*40	1	
53	Coussin incurve ϕ5	1	
54	Contrôleur de tension	1	
55	Fil de contrôle central	1	
56	Selle	1	
57	Tube de selle	1	
58	Coussin ϕ8	3	
59	Écrou en nylon M8	3	
60	Tube de selle	1	
61	Pièce d’ajustement hauteur siège	1	
62	Câble de contrôle tension	1	
63	Capteur sensoriel	1	
64	Boulon à tête cylindrique hexagonale M6* 30	1	

Avant de commencer le montage:

- Assurez-vous qu'il y a assez d'espace autour de la machine avant de l'assembler.
- Utilisez les outils fournis (recommandé) ou vos propres outils.
- Vérifiez les pièces et le matériel.

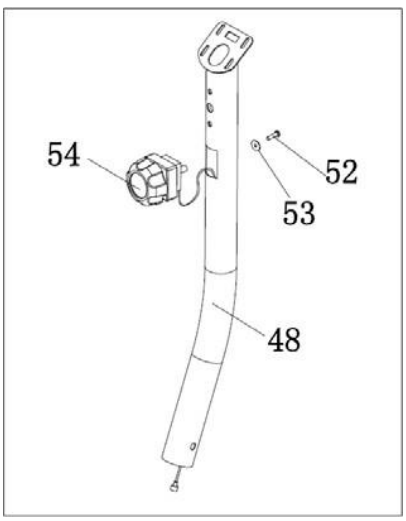
Étape 1:

Tout d’abord, verrouillez le Stabilisateur Avant (38) sur le Cadre Principal (4) avec le Boulon (26), du Coussin Courbé (5) et de l'Écrou (6). Ensuite, verrouillez le Stabilisateur Arrière sur le Cadre Principal avec le boulon hexagonal (3).



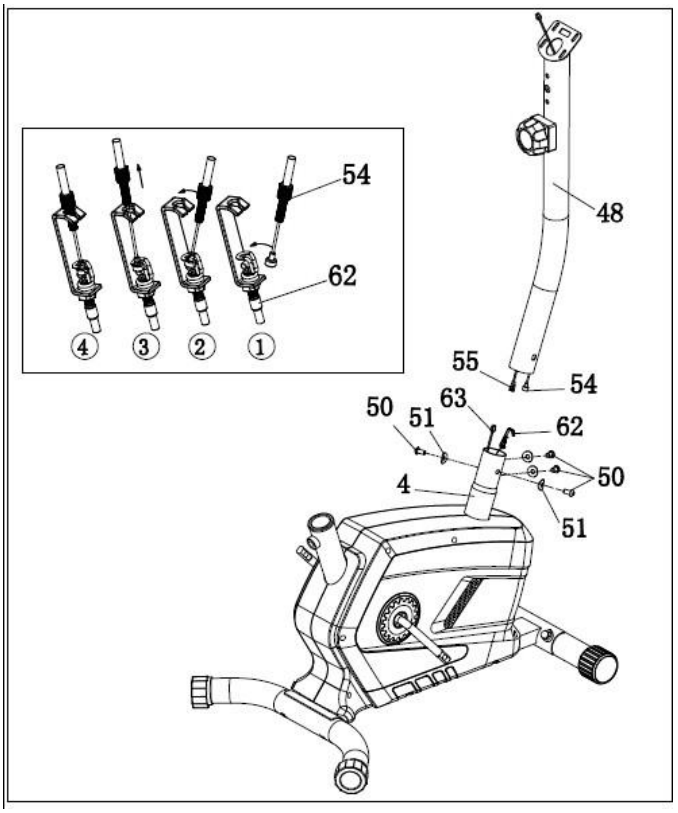
Étape 2:

Faites passer le fil de contrôle de tension par le Tube Central (48); Verrouillez ensuite à l'aide du Boulon cruciforme à tête cylindrique (52) et du coussin (53).



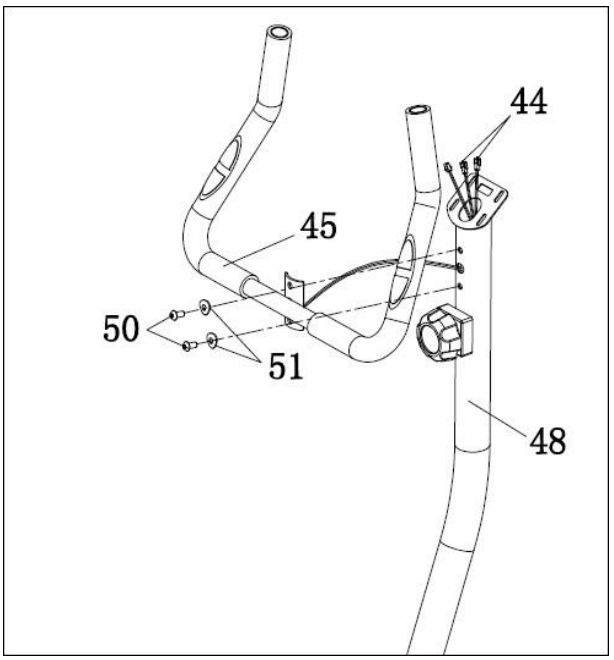
Étape 3:

Connectez le capteur d'aiguille et le fil du moniteur central (55), puis connectez les câbles de contrôle de tension pour verrouiller le montant central (48) au cadre principal (4) à l'aide du boulon à tête hexagonale (50) et du coussin courbe (51).

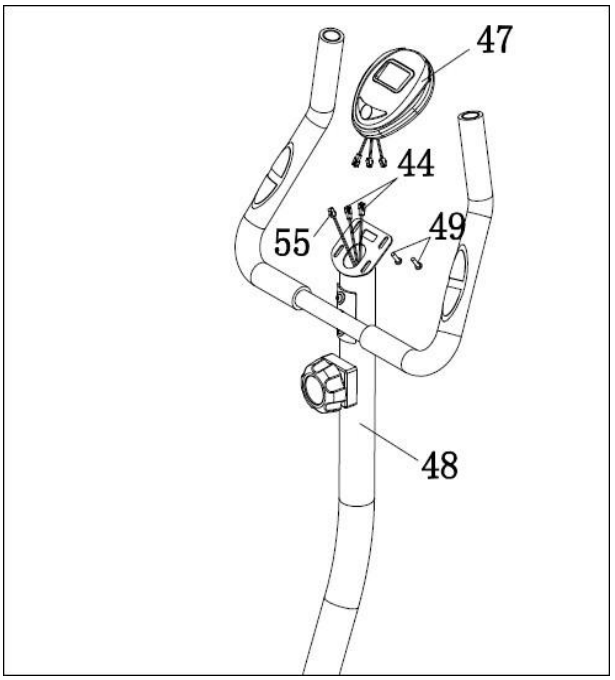


Étape 4:

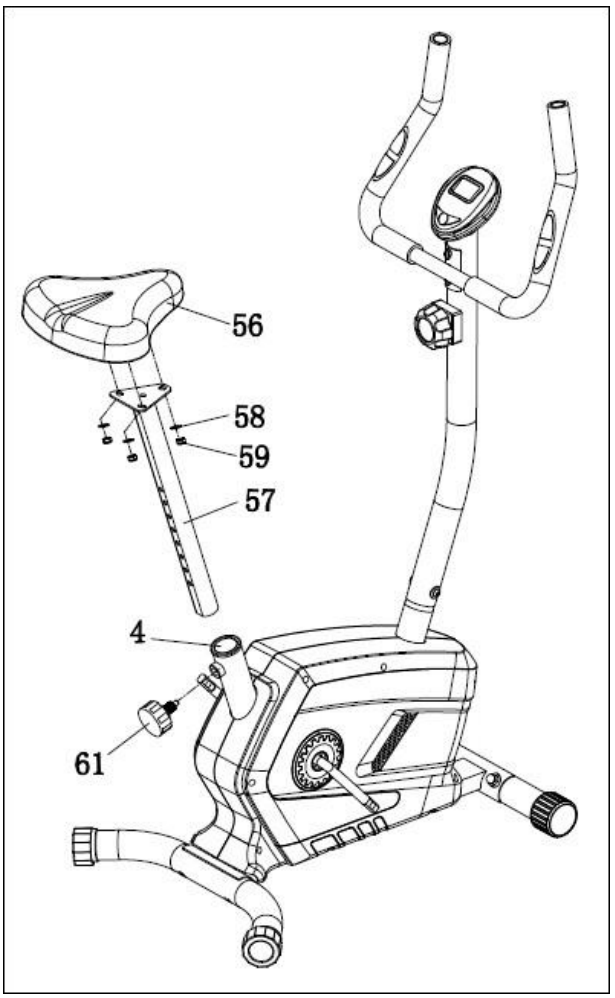
Faites glisser l'impulsion manuelle (44) à travers le poteau central (48) et sortir à travers le trou du panneau de contrôle, puis verrouiller la barre de poignée (45) au poteau central (48) avec un boulon à tête à six pans creux (50) et un coussin courbe (51).



Étape 5:
Connectez le Capteur de pulsations (44), le câble du moniteur central (55) et le moniteur (47), puis verrouillez le moniteur (47) sur le montant central à l'aide du boulon à tête plate.



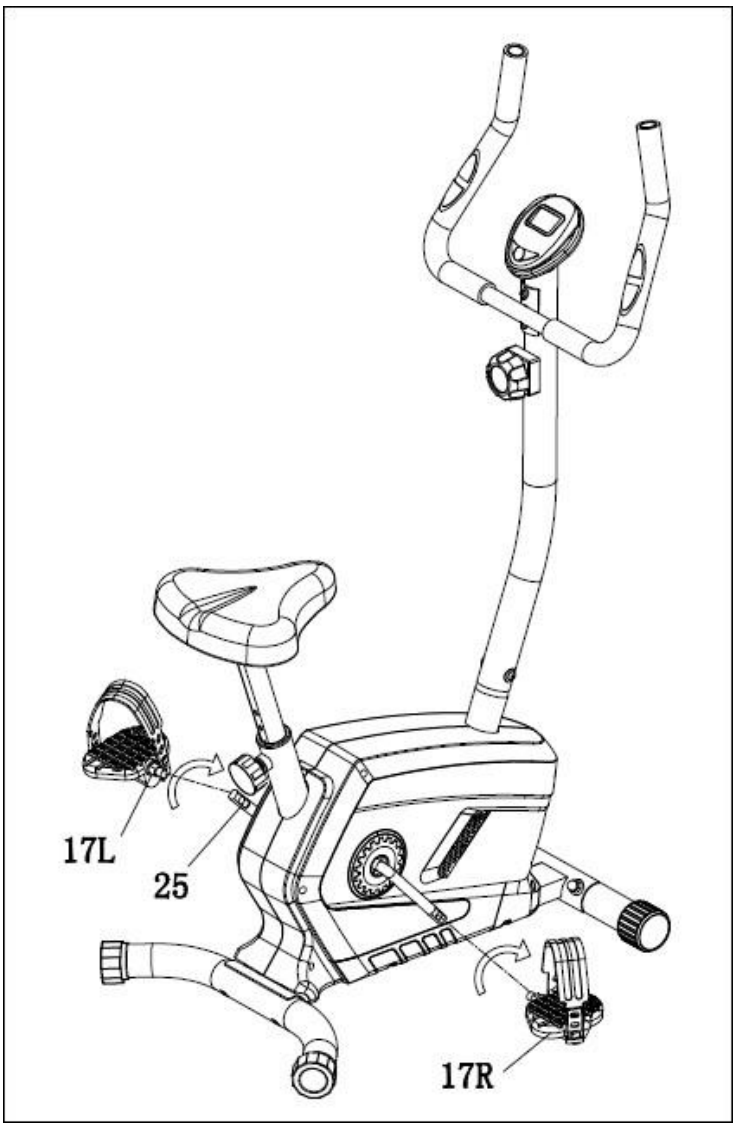
Étape 6:
Verrouillez la selle (56) sur le tube (57) à l'aide du coussin (58) et de l'écrou en nylon (59), puis insérez le tube (57) dans le cadre principal (4).



Étape 7:

Accrochez les pédales (L et R) à la manivelle (25).

Attention: Il faut verrouiller la pédale droite dans le sens des aiguilles d’une montre et celle de gauche dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. Assurez-vous également que les pédales soient bien verrouillées avant d’utiliser l’appareil.



Copyright Synerfit©. All Rights Reserved.
ILAN DIFFUSION | 38110 DOLOMIEU | FRANCE
www.synerfit.eu

Synerfit est une marque enregistrée par ILAN DIFFUSION SARL.
Produitsimportés par ILAN DIFFUSION SARL. Fabriqué en Chine.
Synerfit is registered by ILAN DIFFUSION SARL.
Imported by ILAN DIFFUSION SARL.
Made in China.

Merci de recycler cetemballage !
Please recycle the package. Thanks !