

*LifeFitness***FREMSTILLET AF:**

Indoor Cycling Group GmbH
Happurger Str. 86.
90482 NÜRNBERG | Tyskland
info@indoorcycling.com
www.indoorcycling.com
Telefon +49(0)911 / 54 44 50

IC4

MODEL NO:IC-LFIC4B1-01**FORSIGTIG!**

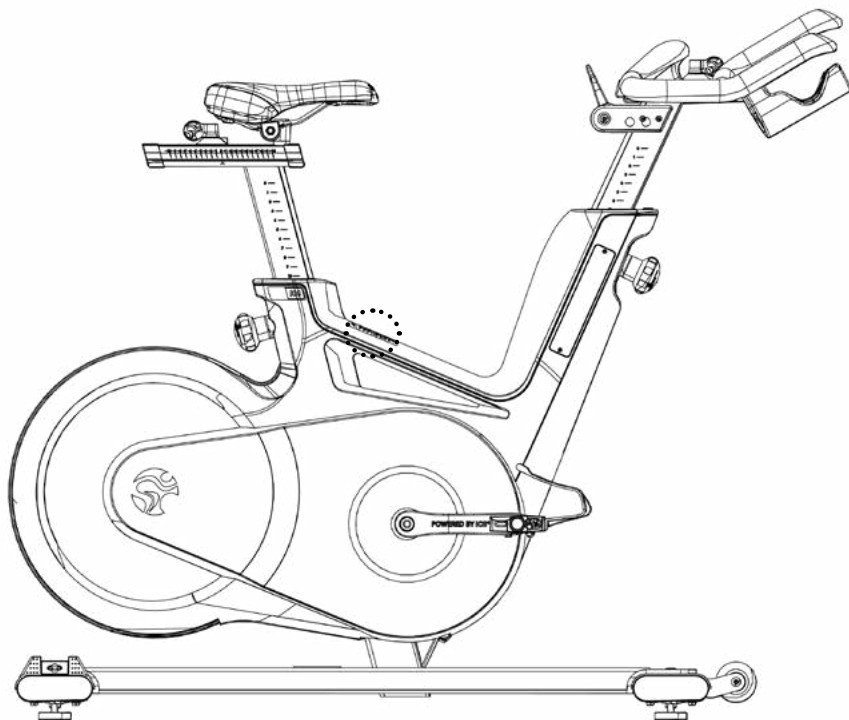
LÆS ALLE FORHOLDSREGLER OG VEJLEDNINGER I DENNE MANUAL INDEN DU BEGYNDER AT BRUGE UDSTYRET. VEJLEDNINGEN SKAL OPBEVARES TIL FREMTIDIG BRUG. MANGELFULD SAMLING, BRUG ELLER VEDLIGEHOLDELSE KAN MEDFØRE AT GARANTIEEN BORTFALDER.

YDERLIGERE SPROG KAN DOWNLOADES PÅ WWW.INDOORCYCLING.COM

Version 1.0 2017 IC-LFIC4B1-01 Copyright by Indoor Cycling Group GmbH 2017 | www.indoorcycling.com



BEMÆRK



Under monteringsprocessen skal advarselsetiketten på cyklen udskiftes med en advarselsetiket på det lokale sprog i det land, hvor motionscyklen anvendes.



BEMÆRK



EN

To download the owners manual in your language, visit the IC4 support section at: www.teamicg.com



DE

Um das Handbuch in Ihrer Sprache herunterzuladen, besuchen Sie bitte den IC4 Support Bereich auf unserer Webseite unter www.teamicg.com



FR

Pour télécharger le manuel d'utilisation dans votre langue, consultez la section Assistance IC4 sur: www.teamicg.com



IT

Per scaricare il manuale nella vostra lingua, visitate la sezione del supporto per IC4 su: www.teamicg.com



NL

Ga om de gebruiksaanwijzing in uw taal te downloaden naar het IC4 supportgedeelte onder: www.teamicg.com



ES

Para descargarse el manual de usuario en su idioma, por favor acceda a la sección de soporte técnico de la bici IC4 en: www.teamicg.com



PT

Para transferir o manual de utilizador no seu idioma, visite a secção „Suporte“ da IC4 em: www.teamicg.com



DK

Besøg IC4 supportafsnittet www.teamicg.com for at downloade brugermanualen på dit sprog



FI

Lataa omistajan käsikirja omalla kielelläsi IC4-ohjeosioista sivustolta: www.teamicg.com



NO

Du kan laste ned bruksanvisningen på ditt eget språk ved å gå til IC4 støttesiden på: www.teamicg.com



SE

Du kan hämta bruksanvisningen på ditt språk under IC4-support på www.teamicg.com



PL

Aby pobrać podręcznik użytkownika w swoim języku, należy wejść na zakładkę IC4 support na stronie: www.teamicg.com



TR

Kullanıcı kılavuzunu kendi dilinizde indirmek için www.teamicg.com sayfasının IC4 deste bölümünü ziyaret edebilirsiniz



CN

在IC4的客户服务网站，您可以下载各种语言的用户手册 www.teamicg.com



JP

オーナーズマニュアルの各言語版は、以下サイトの IC4 サポートページからダウンロードいただけます。 www.teamicg.com



KR

IC4 지원 센터(www.teamicg.com)에서 해당 언어 버전의 사용설명서를 다운로드할 수 있습니다..

INDHOLDSFORTEGNELSE

VIGTIGE FORHOLDSREGLER S. 5

KOM I GANG P.6

SAMLING AF MOTIONSCYKLEN S. 7-11

INSTALLATION OG OPSÆTNING S. 12

JUSTERING AF MOTIONSCYKLEN S. 13-15

BRUG AF MOTIONSCYKLEN S. 16-18

FOREBYGGENDE VEDLIGEHOLDELSE S. 19-22

VEDLIGEHOLDELSESHANDLINGER OG -INTERVALLER S. 23-24

RESERVEDELE S. 25

GARANTI S. 26

TEKNISKE SPECIFIKATIONER:

LIFE FITNESS IC4-cyklen er, iht. EN ISO 20957 (1 & 10), et klasse S-produkt til brug i kontrollerede omgivelser som f.eks. sports- eller fitnesslokaler under opsyn af en instruktør

CYKLENS VÆGT	50 KG
MAKS. BRUGERVÆGT	150 KG
BRUGERENS KROPSHØJDE:	PASSER TIL BRUGERE MELLEM CA.. 155 OG 215 CM
NØDVENDIG GULVPLADS:	CA. 132 X 52 CM
MAKS. SADDL- & STYRHØJDE:	CA. 120 CM

VIGTIGE FORHOLDSREGLER

ADVARSEL!

For at mindske risikoen for alvorlig tilskadekomst pga. forkert brug af udstyret skal følgende vigtige forholdsregler og oplysninger følges nøje, inden motionscyklen tages i brug.

1. Det er brugerens ansvar at sikre at alle brugere kender alle advarsler og forholdsregler for korrekt brug og ved at de kun må anvende cyklen uden opsyn efter at de i forvejen er blevet gjort bekendt med den af en kvalificeret instruktør.
2. Cyklen må først bruges efter at den er samlet korrekt og inspiceret som beskrevet i denne manual.
3. Brug Indoor Cycle indendørs, beskyttet mod fugt og støv. Placér ikke Indoor Cycle udendørs i en garage eller en overdækket terrasse eller i nærheden af vand eller svømmebassiner. Indoor Cycles driftstemperatur skal ligge mellem 15°C ~ 40°C celsius (59°~104°F) ved en maks. fugtighed på 65%.
4. Placér altid cyklen på en stabil, plan overflade. Hvis cyklen skal placeres på et trægulv eller en gulvtæppe, anbefales det at lægge en gulvmåtte under cyklen for at beskytte gulvet mod at blive beskadiget.
5. Motionscyklens sikkerhedsniveau kan kun garanteres, hvis den kontrolleres regelmæssigt for mulige skader og slitage (f.eks. fikseringspunkter, e-bremse, pedaler, tåstroppe osv.). Kontakt en autoriseret serviceudbyder eller producenten direkte for at sikre de regulære inspektioner er udført korrekt.
6. Udfør alle vedligeholdelses-, pleje- og serviceprocedurer regelmæssigt som beskrevet i denne manual. Defekte dele skal udskiftes straks, og cyklen må ikke anvendes før reparationer er udført. Brug kun originale dele fra producenten. Reparationer må kun udføres af serviceteknikere, der er autoriseret af producenten.
7. Børn uden opsyn må ikke komme for tæt på træningsenheden.
8. Motionscyklen må kun benyttes af børn under 14 år med forældrenes samtykke og under opsyn af en kvalificeret instruktør. Personer over 14 år må kun bruge cyklen, hvis de i forvejen er blevet instrueret af en kvalificeret instruktør.
9. Motionscyklen må ikke benyttes af personer med en vægt over 330 lbs/150 kg.
10. Bær altid passende tætsiddende cykel- eller sportstøj og faste sko, helst cykelsko, når du bruger cyklen. Ikke fastgjorte skoremmen kan fanges i drivsystemet og medføre kvæstelser.
11. Cyklen har ikke et uafhængigt drejende svinghjul. Pedalerne fortsætter med at bevæge sig sammen med svinghjulet til frihjulet stopper. Bevægelsen kan kun stoppes med nødbremsen eller ved at reducere pedalfrekvensen på en kontrolleret måde. Kør altid med en vis modstand for at sikre at pedalernes bevægelse er under kontrol. Styret eller sadlen må ikke justeres under brugen. Træd ikke baglæns.
12. Stands straks øvelsen, hvis du føler dig utilpas. Det anbefales at søge læge hvis ikke smerten holder op efter kort tid.

ADVARSEL!

Hvis du har et eksisterende sundhedsproblem eller et handicap, anbefales det, at du konsulterer din læge for at finde den træningsmetode, der passer bedst til dig. Forkert eller for hård træning kan medføre alvorlige sundhedsfare.

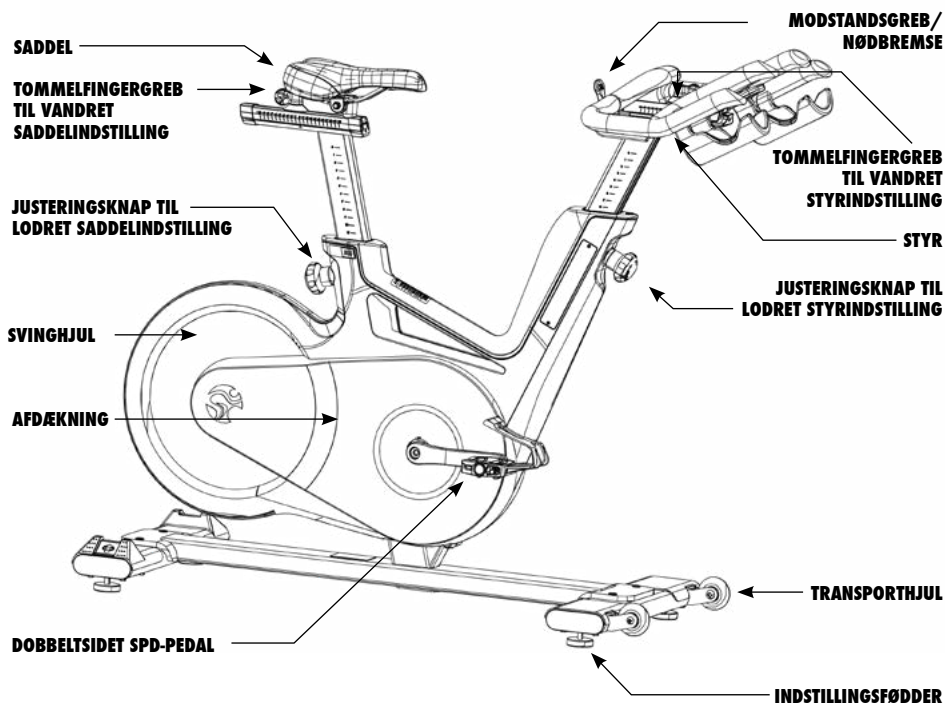
Producenten afviser udtrykkeligt ethvert ansvar for sundhedsfare, person- eller materielle skader eller følgeskader, forårsaget af eller gennem brugen af denne enhed, medmindre der er tale om en følges, der kan tilbageføres til materiale- eller produktionsfejl og som fer dækket af producentens produktansvar.

KOM GODT I GANG

KÆRE KUNDE

mange tak for din tillid og dit køb. Med LIFE FITNESS-motionscyklen har du valgt et produkt af høj kvalitet, der er designet efter den seneste tekniske udvikling og derfor opfylder de højeste standarder for kvalitet og pålidelighed.

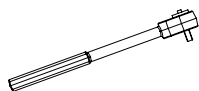
Den høje grad af pålidelighed kan dog kun sikres, hvis cyklen plejes og vedligeholdes regelmæssigt. Overholdelsen af de vedligeholdelsesprocedurer, der er beskrevet i denne manual, sikrer maksimal stabilitet og holdbarhed ved minimal vedligeholdelse. Dette garanterer en lang levetid uden afbrydelser.



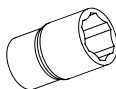
ADVARSEL!

Produktionskoden for Life Fitness IC4-cyklen findes på det metalskilt, der sidder over motionscyklens laterale rammerør. Aflæs produktionskoden, og skriv den på pleje- og vedligeholdelseslisterne. Oplysning af produktionskoden er en forudsætning for alle garantikrav.

SAMLING AF MOTIONSCYKLEN



MOMENTNØGLE



17MM

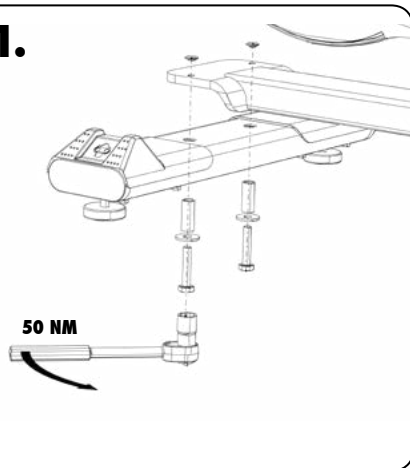


**2
PEOPLE**

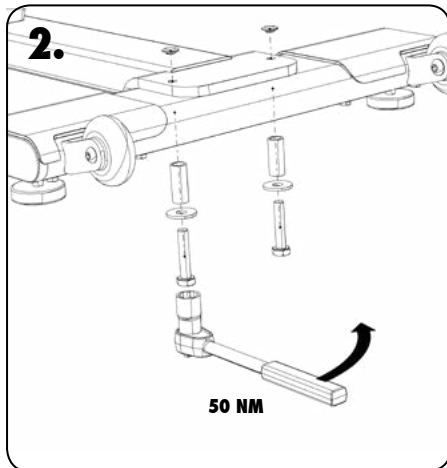
ADVARSEL!

Undgå store temperaturudsving under transport af cyklen fra opbevarings- til installationsstedet. Kan store temperaturudsving ikke undgås, skal cyklen have tid til at tilpasse sig den nye omgivelsestemperatur, inden den samles.

1.



2.



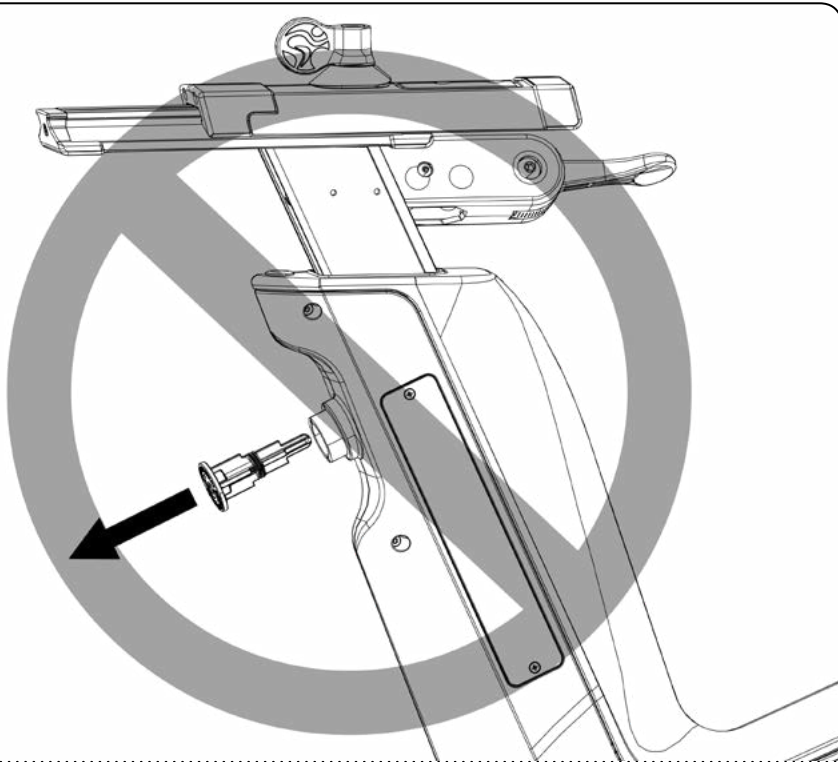
ADVARSEL!

Kontrollér, at alle bolte er tilspændt tilstrækkeligt efter forskrifterne, for at forhindre, at de løsner sig under driften. Hvis boltene har løsnet sig efter første montering, anbefaler vi mellemstyrke-LOCTITE® 243, når cyklen samles igen.

SAMLING AF MOTIONSCYKLEN

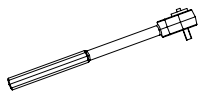
FARE FOR PERSONSKADE!

**FJERN IKKE SIKKERHEDSSTIFTEN, FØR STYRET
ER MONTERET PÅ DEN ØVERSTE, VANDRETTE
GLIDESKINNE TIL STYRET.**

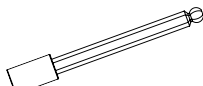


MOTIONSCYKLENS LODRETTE STYRSTANG ER FJEDERBELASTET OG FORLÆNGES HURTIGT, MEDMINDRE STYRET ER MONTERET PÅ GLIDESKINNEN. FORLÆNGELSE AF STANGEN UDEN MONTERET STYR KAN FORÅRSAGE PERSONSKADE ELLER/OG BESKADIGELSE AF MOTIONSCYKLEN.

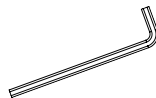
SAMLING AF MOTIONSCYKLEN



MOMENTNØGLE



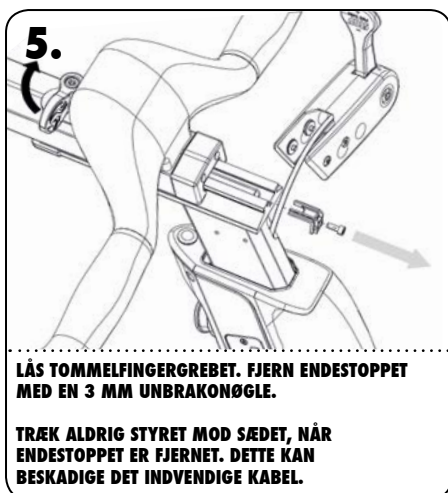
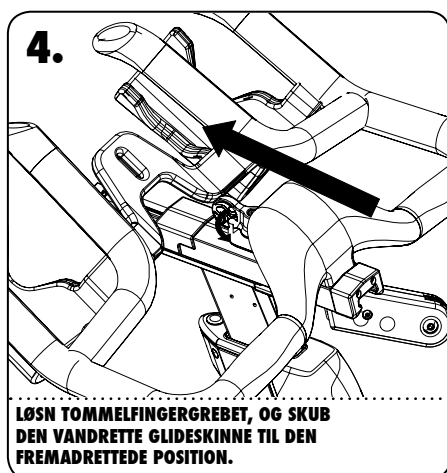
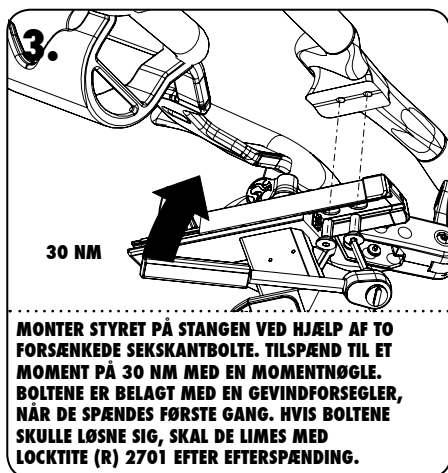
**6 MM INDVENDIG KUG-
LESEKSKANT**



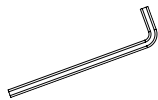
3 MM



**2
PEOPLE**



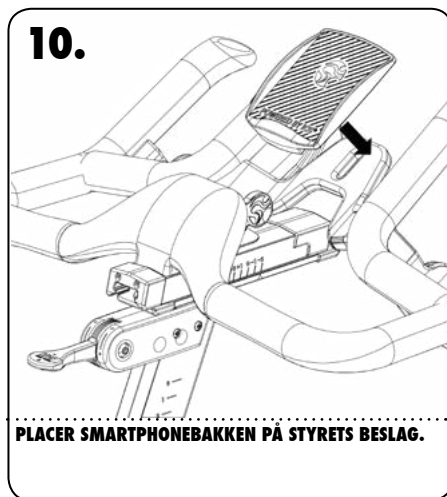
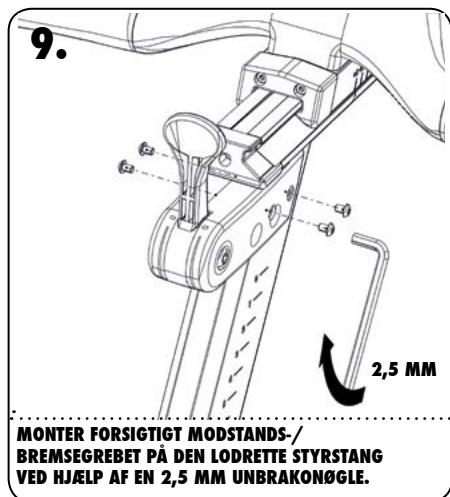
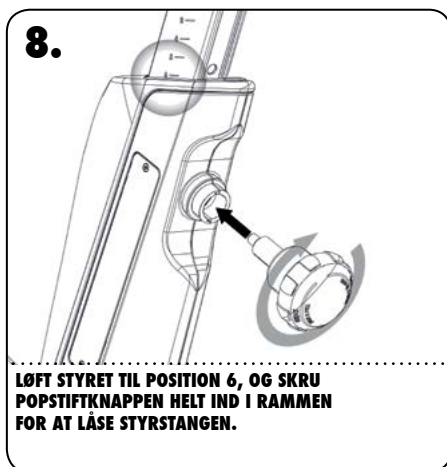
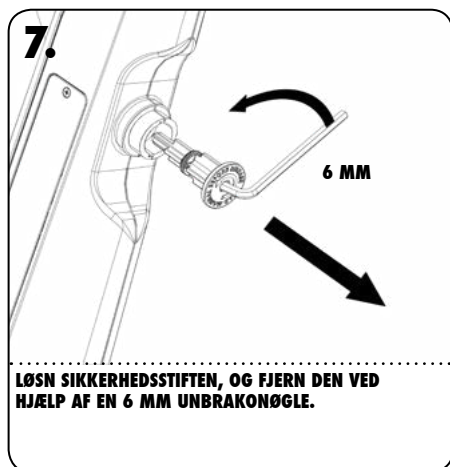
SAMLING AF MOTIONSCYKLEN



2,5 OG 6 MM



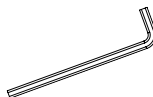
2
PEOPLE



SAMLING AF MOTIONSCYKLEN



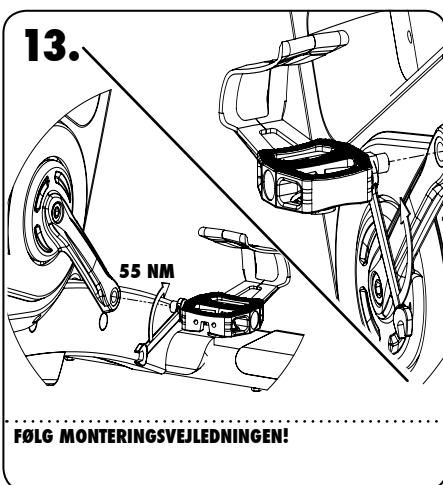
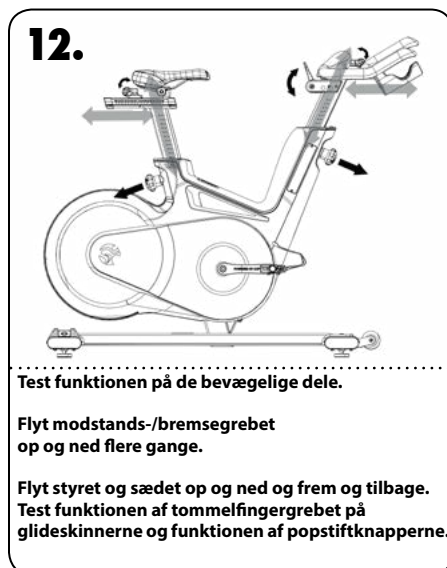
**15 MM
PEDALNØGLE**



3 MM



**2
PEOPLE**



ADVARSEL!

Monter den pedal, der er markeret med et **R**, på højre krumtap, og spænd den ved at dreje med uret (standard højregvind). Monter den pedal, der er markeret med et **L**, på venstre krumtap, og spænd den ved at dreje mod uret (venstregevind). Kontroller at begge pedaler sidder korrekt fast med det nødvendige spændemoment (55 Nm) for at sikre, at bolten ikke løsner sig under brug.

Gevindene er på fabrikken blevet belagt med TufLok® for at forhindre, at de løsner sig under brug. Hvis boltene har løsnet sig efter første montering, anbefaler vi mellemstyrke-LOCTITE® 243, når cyklen samles igen.

INSTALLATION OG OPSÆTNING

De i denne manual beskrevne handlinger skal udføres under første installation af LIFE FITNESS-motionscyklen for at sikre en optimal drift og en lang holdbarhed. Læs og følg vejledningen omhyggeligt. Hvis motionscyklen ikke installeres og konfigureres som beskrevet, kan komponenterne slides meget hurtigt og cyklen kan tage skade. Ved spørgsmål kontakt venligst service@indoorcycling.com

Bemærk: Der kræves smøremidler til nogle vedligeholdelsesopgaver. Der må kun bruges et **syre- og opløsningsmiddelfrit sprøjtesmøremiddel** og hvidt litiumfedt.

1. Forvis dig om at cyklen er i vater. Hvis cyklen vipper på gulvet, indstilles indstillingsfoden på den forreste eller bageste stabilisator til cyklen står fast. Sørg for at indstillingsfodderne ikke skrues mere end 10 cm ud.

2. Kontrollér bremsens funktion for at sikre at den arbejder korrekt.

3. Kontrollér, at sekskantboltene på krumtappen, som fastgør krumtapperne (på højre og venstre side af bundbeslaget), er korrekt fastgjorte (spændemoment 60 Nm). Boltene er på fabrikken blevet behandlet med TufLok® for at forhindre at de løsner sig under brugen.

Hvis boltene løsner sig, anbefaler vi mellemstyrke-LOCTITE® 243 og at genspænde krumtappens fikseringsbolte med et spændemoment på 60 Nm.

4. Tør cyklens ramme af med en klud vædet med syre- og opløsningsmiddelfrit sprøjtesmøremiddel.

5. Nogle dele kan løsne sig under forsendelsen. Kontroller krumtaparmene og alle udsatte skruer, bolte og møtrikker for at sikre at de alle er sikre og korrekt spændte.

KUNDESERVICE

1. Forsyn kunderne med grundlæggende serviceinstruktioner og vejled dem med henblik på detaljerede serviceinstruktioner.

2. Få kvitteringsformularen for manualen, forklaringerne af vedligeholdelsesprocedurerne og verificering af cyklernes fejlfrie tilstand bekræftet af kunden, når produkterne overgives til kunden. En kopi af denne formular med din underskrift udleveres til kunden.

3. Reparationer udføres må kun udføres af serviceteknikere, der er autoriseret af producenten.

JUSTERING AF MOTIONSCYKLEN

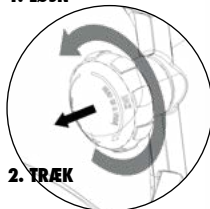
Life Fitness motionscyklen kan meget let justeres, afhængig af de forskellige brugergrupperes krav. Dette gør at den maksimale komfort kan sikres samtidigt med at der opnås optimale resultater. De konfigurationer, er beskrevet i nedenstående afsnit viser kun få af den oftest anvendte justeringsvarianter, motionscyklen kan anvendes til. Nu er det op til brugerne at justere Indoor Cycle til en siddeposition, der passer bedst til deres behov.

JUSTERING AF SÆDEHØJDEN:

Sæt dig på sadlen og sørg for at din hofte ikke er hældt il en side, når pedalen har indtaget den position som vist på billedet. Placer skoene i tåclipsene (burene) på pedalerne eller i SPD-bøjlerne, hvis du bruger cykelsko.

LODRET SADDELJUSTERING

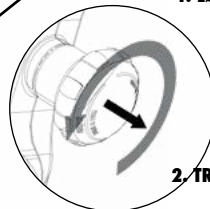
1. LØSN



2. TRÆK

LODRET JUSTERING AF STYRET

1. LØSN



2. TRÆK

ADVARSEL!

Sæde og styr må ikke indstilles under træning. Kontrollér, at popstiftknapperne, der bruges til højdejustering af styret og sædet, er korrekt tilspændt, og at tommelfingergrebene til vandret justering er lukkede, inden du sætter dig på cyklen. Stig altid af cyklen, inden du foretager justeringer ved styret og/eller sadlen.

Start langsomt med at træde på pedalerne, indtil pedalen har nået den position, der vises på billedet. Sadelhøjden skal justeres således, at dine knæ altid er let bøjede, når pedalen er i den laveste position, uden at du skubber hoften ud til siden. Tommelfingerregel: Når du står ved siden af sadlen, skal sadlens overkant være en håndsbredde/fire fingre under hoftekammen. Undgå at cykle med helt strakte knæ eller hoften bøjet til en side.

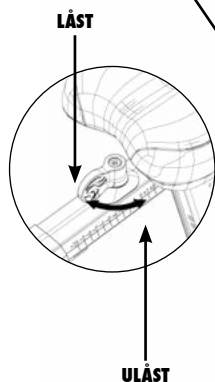
JUSTERING AF MOTIONSCYKLEN

VANDRET JUSTERING AF SADLEN:

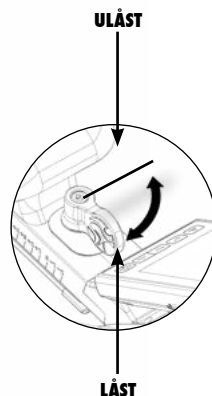
En korrekt horisontal placering af sadlen er meget vigtig for at forhindre knæskader. Sid på sadlen og flyt pedalerne til krumtapperne er i horisontal position.

Knæet på det ben, der peger fremad, skal placeres direkte over pedalens midte. Hvis dette ikke svarer til din indstilling af cyklen, justeres den vandrette sadeljustering ift. front eller bag for at opnå denne sædeposition.

HORISONTAL SADDELJUSTERING



HORISONTAL JUSTERING AF STYRET



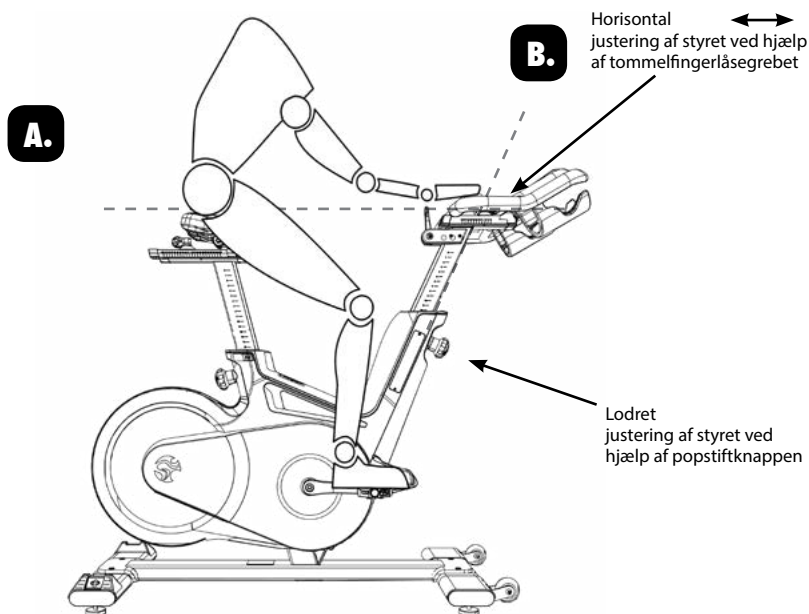
ADVARSEL!

Kontrollér, at popstiftknapperne, der bruges til højdejustering af styret og sædet, er korrekt tilspændt, og at tommelfingergrebene til vandret justering er lukkede, inden du sætter dig på cyklen. Stig altid af cyklen, inden du foretager justeringer ved styret og/eller sadlen.

JUSTERING AF MOTIONSCYKLEN

STYRETS JUSTERING:

Begynd med med toppen af styret på ca. samme højde som sadlen (**stiplet horizontal linje A på nedenstående tegning**) for uøvede brugere indstillet til "0"-markeringen (**se stiplet vertikal linje B på nedenstående tegning**). Hvis dine knæ berører styret, eller hvis stillingen føres ubehageligt for ryggen hvis der trædes i pedalerne i længere tid, bør styret indstilles lidt højere.



Næste skridt er justering af styrets vandrette position så nøjagtigt som muligt i forhold til din kropshøjde. Som uerfaren bruger opnår du en ideel og behagelig siddeplads, når din ryg er i en hældningsvinkel på 45° i forhold til den vandrette linje (A).

Styret har mange forskellige potentielle håndstillinger og justeringer, der giver den øvede bruger alle muligheder for at finde den bedste sidde- og håndstilling.

Det anbefales at ændre håndstillingerne ofte under lang træning for at minimere ensidede og monotone belastninger af dine muskler, ledbånd og led.

BRUG AF MOTIONSCYKLEN

JUSTERING AF MODSTAND:

Justering af modstanden kan indstilles præcist og reguleres i små stigninger i overensstemmelse med brugerens behov ved at flytte modstands-/nødgrebet op eller ned. Justeringsgrebet har 110 ° bevægelighed. Når grebet er oppe, er modstanden 0 %, og når det er sænket, er den 100 %. Hvis 100 % overstiges, aktiveres bremsen. Den nøjagtige træningsmodstand vises på motionscyklens computer. Denne motionscykel er udstyret med et magnetbremsesystem, og derfor øges modstanden i takt med den frekvens, der trædes i pedalerne med.

Træd aldrig baglæns med modstand på, da dette kan løsne skrueerne, der forbinder pedalerne og krumtapstangen, og de to kan i værste fald løsne sig fra hinanden. For at stoppe svinghjulet under brug skal modstands-/nødbremsegrebet trykkes ned. Sørg for at placere skoene i tåclipsene (burene) under træningen, eller, såfremt du bruger cykelsko, at disse er forbundet med SPD-bøjlerne.

Motionscyklen har ikke et uafhængigt drejendesvinghjul. Svinghjulet er fast forbundet med pedalerne og stopper ikke automatisk, når brugeren ikke længere træder i pedalerne. Sørg for altid at have kontrol over dine bevægelser, og reducer hastigheden på en kontrolleret måde for at standse, eller tryk det røde modstands-/nødbremsegreb ned for hurtigt at reducere hastigheden og dermed bringe svinghjulet til standsning og afslutte træningen.

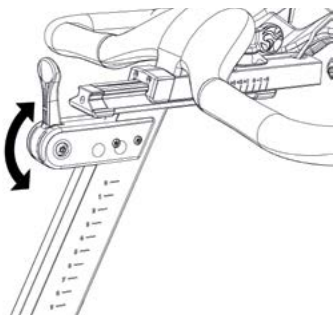
Nødbremse = tryk ned på det røde modstands-/nødbremsegreb.

ADVARSEL!

Motionscyklen må kun køre med fremadrettet pedalbevægelse. Nødbremsens funktion er begrænset, hvis der trædes baglæns. Sadlen og styret må ikke indstilles i vertikal eller horisontal retning mens en person sidder i sadlen eller kører.

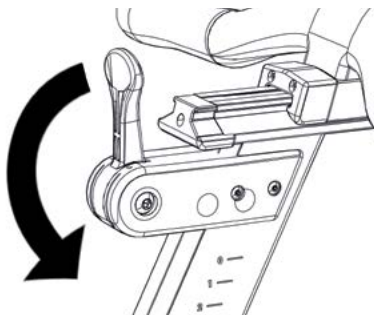
BRUG AF MOTIONSCYKLEN

GREB TIL JUSTERING AF MODSTAND



NØDBREMSE

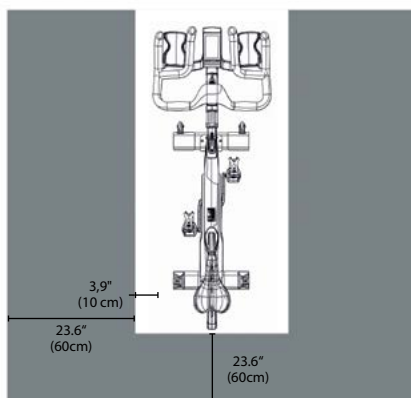
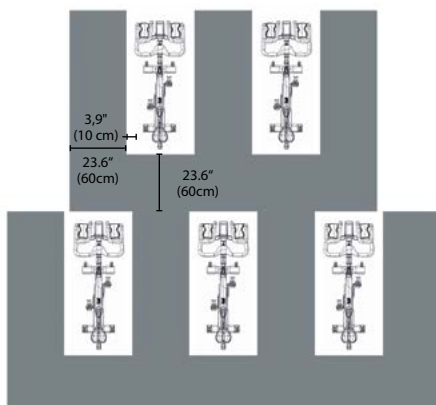
(SKUB GREBET TIL JUSTERING AF MODSTAND NED)



For din egen sikkerheds skyld bør du altid træde kontrolleret i pedalerne og tilpasse pedalhastigheden til dine egne evner.

MOTIONSCYKLENS FLYTNING:

Det anbefales at være to personer til at flytte motionscyklen. For at forhindre ulykker og skader på styrets forbindelser er det nødvendigt at fastgøre den lodrette del af styret godt, inden hjulet vippe. Vær særlig omhyggelig når Indoor Cycle flyttes hen over ujævne gulve. Her bør man være to personer for at forhindre at cyklen vælter til en side. **Overhold en min. sikkerhedsafstand til det nærmeste udstyr, objekter eller væge, som vist nedenstående.**

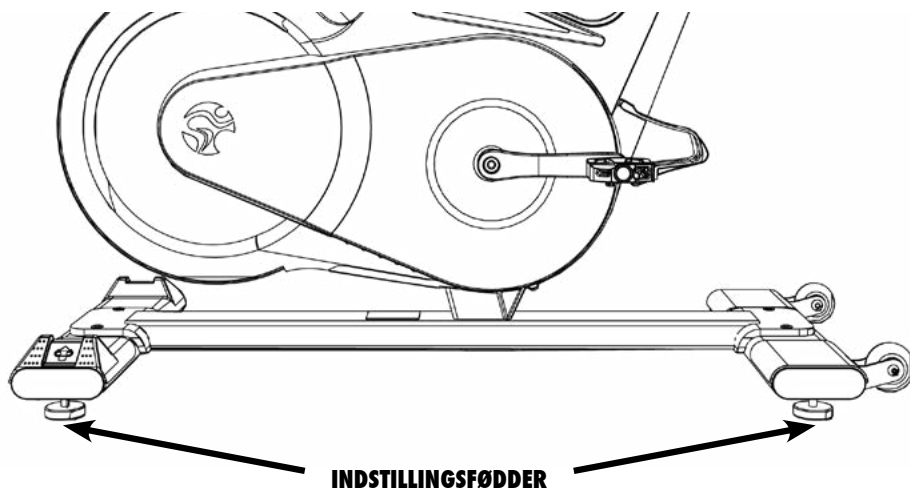


BRUG AF MOTIONSCYKLEN

Kontrollér motionscyklens stabilitet på steder, hvor den skal bruges, og juster om nødvendigt indstillingsknappen under de forreste eller bageste stabilisatorer for at sikre den krævede stabilitet.

VIGTIGT!

Indstillingsfoden må ikke løsnes mere end 1 cm! En fritstående Indoor Cycle må kun installeres og bruges på et stabilt, plant gulv.



FOREBYGGENDE VEDLIGEHOLDELSE

ADVARSEL!

De nedenstående vejledninger skal følges nøje. Vedligeholdelses- og plejearbejder skal udføres regelmæssigt for at sikre den højeste driftssikkerhed og længste holdbarhed. Uregelmæssig vedligeholdelse og pleje vil medføre øget slitage på cyklen og medføre at garantien bortfalder. Kontakt venligst vores tekniske support, hvis du har yderligere spørgsmål til dette punkt.

For at forebygge skader på motionscyklens komponenter må der kun anvendes syre- og opløsningsmiddelfrie rengørings- og plejemidler (f.eks. Brunox), der er anbefalet af os.

DAGLIG VEDLIGEHOLDELSE:

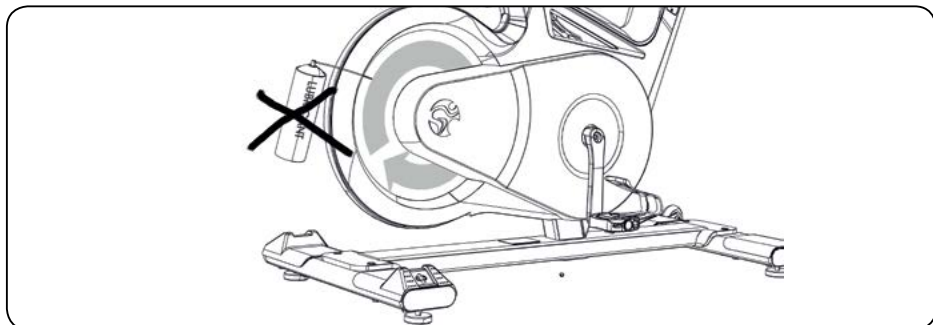
1. Sørg for at motionscyklen ser i vater og ikke vipper.
(om nødvendigt justeres som beskrevet på side 18).

2. Rengøring: Motionscyklen skal af hygiejneårsager rengøres regelmæssigt hver gang efter brug. Sørg for at der står en tilstrækkelig mængde bløde klude eller papirhåndklæder og desinfektionsmiddel til rådighed. Desinficér først sadlen og styret med et passende middel og tør derefter alle rester af hele motionscyklen.

UGENTLIG VEDLIGEHOLDELSE

1. Rengøring: Afhængig af hvor ofte motionscyklen er i brug, skal det rengøres helt i bund en gang om ugen. For at gøre dette sprøjtes vedligeholdelsesspray på en blød klud, og alle plastdele, hele svinghjulet, udsatte dele af rammen inklusive stabilisatorer og plastafdækningen rengøres.

Sprøjt aldrig vedligeholdelsesspray eller andet direkte på svinghjulet eller pedalerne for at lette rengøringen, da dette kan medføre, at drivremmen glider under brug, at bremseevnen reduceres, eller at indvendige komponenter beskadiges.



FOREBYGGENDE VEDLIGEHOELDELSE

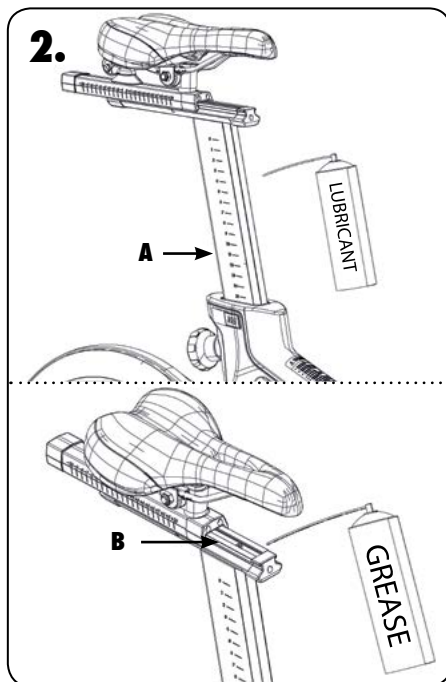
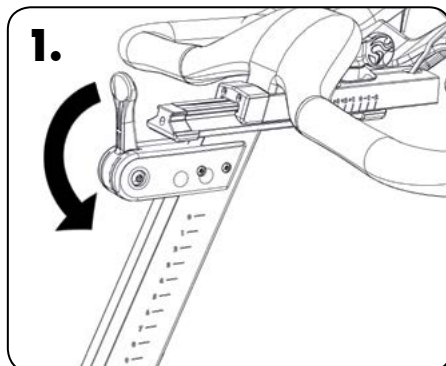
VEDLIGEHOELDELSE 14. DAG:

1. Nødbremse: For at sikre driftssikkerheden skal nødbremsen kontrolleres jævnligt for at sikre at den arbejder korrekt. Det gøres ved at trykke modstands-/bremsegrebet helt ned, imens der trædes i pedalerne. Hvis bremsen virker korrekt, bør den udløse en omgående bremseeffekt og bringe svinghjulet til komplet tilstand.

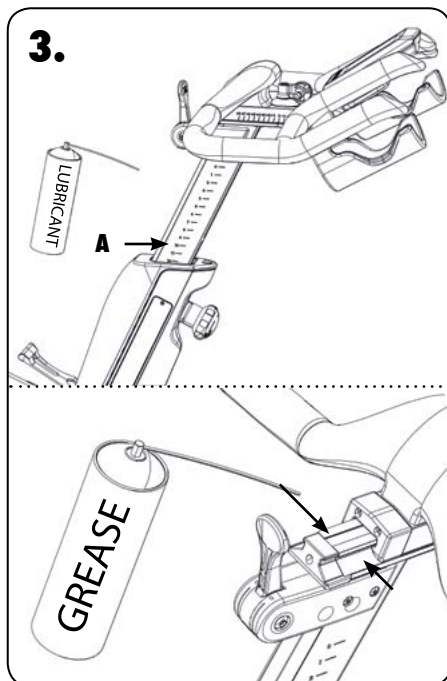
Svinghjulet frigives først igen af nødbremsefunktionen efter en komplet stilstand og når der ikke længere trædes på pedalerne.

2. Sadeljusteringer: For at opretholde en nem justering, skal de vertikale og horisontale sadel-glideskinner rengøres og smøres jævnligt. For at gøre dette placeres den vertikale sadel-glideskinne (A) i øverste position, der sprøjtes med vedligeholdelsesspray og sprayet gnides med en blød klud ned ad alle udvendige overflader inklusive de horisontale skinner

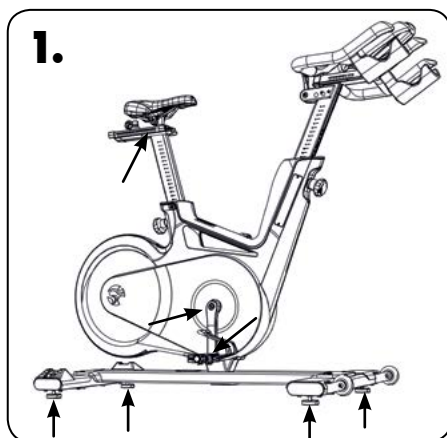
Rens først alle svedrester af alle kontaktflader (B) på den vandrette sadelskinne, og smør om nødvendigt med lidt litiumfedt.



FOREBYGGENDE VEDLIGEHOELDELSE



3. Styr For at opretholde en nem justering af styrets glideskiner, skal de vertikale og horisontale styr-glideskiner rengøres og smøres jævnlgt. For at gøre dette placeres den vertikale styr-glideskinne (A) i øverste position, styr-glideskinne sprøjtes med vedligeholdelsesspray og sprayet gnides med en blød klud ned ad alle udvendige overflader inklusive de horisontale skinner. Rens først alle svedrester af alle kontaktflader (B) på den vandrette styrskinne, og smør om nødvendigt med lidt litiumfedt.



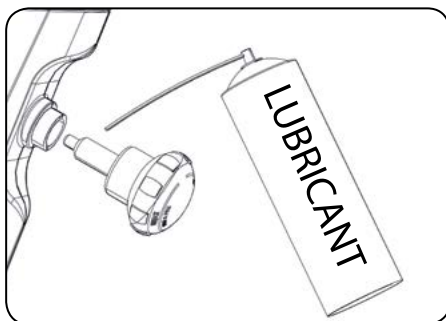
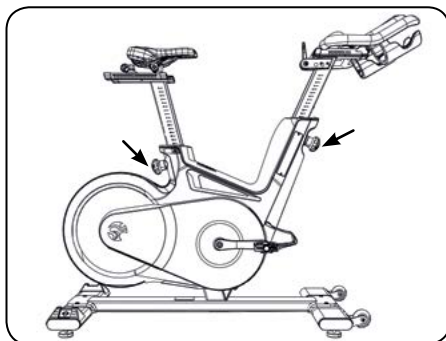
MÅNEDLIG VEDLIGEHOELDELSE:

1. Forbindelselelementer: Under den regelmæssige vedligeholdelse og pleje skal alle bolte, møtrikker osv. på motionscyklen kontrolleres for fast spænding og funktion, og dele, der viser tegn på slitage eller skader (saddel, pedaltænder, pedaler, SPD-system) skal udskiftes.

FOREBYGGENDE VEDLIGEHOLDELSE

2. Lodret justering af styr og sadde:

For at sikre nem justering af det lodrette styr og saddestolperne skal gevindet på popstiftknappen smøres. Vi anbefaler litiumfedt.



VEDLIGEHODELSESHANDLINGER OG -INTERVALLER

HANDLING	FREKVENNS	DETALJER
FODINDSTILLING, DESINFEKTION OG RENGØRING AF CYKLEN	DAGLIGT	S. 19
GRUNDIG RENGØRING AF HELE CYKLEN	UGENTLIGT	S. 19
KONTROL AF NØDBREMSEFUNKTIONEN	HVER 14. DAG	S. 20
RENGØRING OG SMØRING AF SADDEL OG STYRETS GLIDESKINNER/STÆNGER	HVER 14. DAG	S. 20
KONTROLLER ALLE FORBINDELSER OG FIKSERINGER	MÅNEDLIGT	S. 21
LODRET JUSTERING AF STYR OG SADDEL	MÅNEDLIGT	S. 22

EKSEMPLER PÅ VEDLIGEHODELSESPLEANER TIL INTERNE TEKNIKERE:

VEDLIGEHODELSE HVER UGE, TJEKLISTE					
CYKELNR.	PRODUKTIONSKODE	IAGTTAGELSER	UDFØRT HANDLING	RESULTAT	NAVN/DATO

VEDLIGEHOELDESESHANDLINGER OG -INTERVALLER

VEDLIGEHOELSE HVER 14. DAG, TJEKLISTE					
CYKEL NR.	PRODUKTIONSKODE	IAGTTAGELSER	UDFØRT HANDLING	RESULTAT	NAVN / DATO

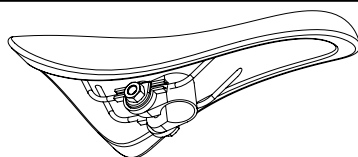
VEDLIGEHOELSE HVER MÅNED, TJEKLISTE					
CYKEL NR.	PRODUKTIONSKODE	IAGTTAGELSER	UDFØRT HANDLING	RESULTAT	NAVN / DATO

RESERVEDELE

Reservedelsordrenumre og -specifikationer kan ændres pga. revisioner.
Du kan få nærmere oplysninger ved at kontakte din lokale distributør
eller besøge www.indoorcycling.com.

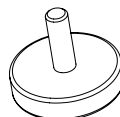
120-01-00015-02

**SPORTSADDEL
SORT OG RØD INKL. SADDELKLEMME**



900-10-00003-01

INDSTILLINGSFØDDER I GUMMI, 75 ° STIVER



150-01-00005-03

**KOMBINERET PEDALSÆT,
SPD KOMPATIBEL**



150-03-00048-01

TÅSTROPSÆT



GARANTI

ICG garanterer, at alt nyt udstyr er fri for produktionsfejl ved det udførte arbejde og materialer, gældende fra datoen for den originale montering på fabrikken. Under garantiordningen reparerede eller uskiftede dele er kun omfattet af garantien i den oprindelige garantiperiode. ICG er kun bundet af garantien, såfremt produktet anvendes til det formål og i de omgivelser, det er beregnet til: et temperaturområde mellem 15 °C~40 °C (59 °F~104 °F) og maks. 65 % fugtighed (ikke i nærheden af svømmebassiner eller udendørs). Defekter, der opstår pga. synlig mekanisk påvirkning, ikke-formålmæssig brug eller forkert håndtering med produktet kan medføre at producentens garanti bortfalder. For at opretholder producentens garanti, skal kunden (fitness-studiet) vedligeholde og pleje produktet som angivet i producentens specifikationer i driftsvejledningen til hvert produkt.

5 ÅRS GARANTI:

3 ÅRS GARANTI

RAMMEKONSTRUKTION OG SVEJSNING

PULVERLAKERING (LAKREVNER, KORROSION)

STYR- OG SÆDESKINNEHED

(ALUMINUMDELE OG PVC-OVERFLADEBEHANDLING)

REMDRIVSYSTEM

STRØMSENSOR

NEDERSTE BESLAGENHED

SVINGHJUL- OG NAVENHED

KRUMTAPPER

PEDALER (EKSKL. BINDESYSTEM OG STROPPER)

INDSATSER FOR STYR OG SÆDESKINNER

BOWDENKABLER (BREMSEJUSTERING)

BREMSESYSTEM

GASFJEDER

INDSTILLINGSFØDDER

AFDÆKNING OG TOPAFDÆKNINGERNE

1 ÅRS GARANTI:

SADDELKONSTRUKTION (EKSKL. SYNINGER OG SADDELOVERFLADE)

FØLGENDE SLIDDELE ER UDELUKKET FRA GARANTIE:

Pedalstropper, pedalinde systemer, saddecoverflade.

FORSIGTIG.

LÆS ALLE FORHOLDSREGLER OG
INSTRUKTIONER I DENNE MANUAL
DU BEGYNDER AT BRUGE Udstyret OPBEVAR
MANUALEN TIL SENERE BRUG VED MANGELFULD SAMLING
OPSTILLING OG VEDLIGEHOLDELSE BORTFALDER GARANTIE

LifeFitness

E-MAIL: INFO@INDOORCYCLING.COM
WEBSITE: WWW.INDOORCYCLING.COM

© 2017 Indoor Cycling Group

Fremstillet af: Indoor Cycling Group GmbH
Happurger Str. 86 90482 Nürnberg Tyskland