

*LifeFitness***HERSTELLER:**

Indoorcycling Group GmbH
Happurger Str. 86
90482 Nuremberg | Germany
info@indoorcycling.com
www.indoorcycling.com
Phone: +49(0)911 / 54 44 50

IC2

MODELL NR:IC-LFIC2B1-01

WICHTIGER HINWEIS!

BITTE LESEN SIE VOR DER INBETRIEBNAHME DES BIKES DIESES HANDBUCH VOLLSTÄNDIG UND BEFOLGEN SIE ALLE DARIN BESCHRIEBENEN ANLEITUNGEN ZU MONTAGE, WARTUNG UND BETRIEB DES GERÄTES NICHT ORDNUNGSGEMÄSSE HANDHABUNG ODER UNZUREICHENDE WARTUNG FÜHRT ZUM ERLÖSCHEN DER GARANTIE!



INHALTSVERZEICHNIS

WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE P.3
EINFÜHRUNG P.4
MONTAGE UND ZUSAMMENBAU P.5-7
INSTALLATION, AUFBAU P.8-9
RICHTIGE RADEINSTELLUNG P.10-12
WIDERSTANDSEINSTELLUNG P.13
AUFSTELLEN UND BEWEGEN DES RADES P.13
REGELMÄSSIGE WARTUNGS- UND PFLEGEMASSNAHMEN P.14-17
RIEMENSPIANNUNG PRÜFEN UND EINSTELLEN P.18
WARTUNGS- UND PFLEGEPLAN P.19
ERSATZTEILE P.20
GARANTIE P.21-22

TECHNISCHE DATEN:

Das Life Fitness IC2 Bike entspricht nach EN 957 der Benutzerklasse S und ist für die Verwendung in kontrollierter Umgebung wie z.B. Sportstätten und Fitnesseinrichtungen unter Beaufsichtigung eines Trainers klassifiziert.

GEWICHT DES BIKES:	48 KG
MAXIMALES BENUTZERGEWICHT:	130 KG
BENUTZERGRÖSSE:	GEEIGNET FÜR KÖRPERGRÖSSEN VON 150 – 205 CM
BENÖTIGTE STANDFLÄCHE:	53 X 115 CM
MAX. SATTEL UND LENKERHÖHE:	CA. 116 CM / 119 CM

WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE

1. Es liegt in der alleinigen Verantwortung des Eigentümers, alle Nutzer über die sachgerechte und ordnungsgemäße Verwendung zu informieren und erst nach erfolgter Einweisung durch einen qualifizierten Trainer oder Instruktor die eigenständige Nutzung des Bikes zu autorisieren (siehe Seite 10-13).
2. Benutzen Sie das Bike erst nach ordnungsgemäßer Montage und deren Überprüfung wie auf den Seiten 5-9 beschrieben.
3. Verwenden Sie das Bike nicht im Freien und setzen Sie es nach Möglichkeit keiner feuchten und/oder staubigen Umgebung aus. Das Gerät wurde für die Verwendung in geschlossenen Räumen konzipiert.
4. Platzieren Sie das Bike immer auf einem standsicheren, ebenen und zugleich horizontalen Untergrund. Falls Sie das Bike auf Teppich- oder Parkettböden platzieren, empfiehlt es sich eine Unterlegmatte zu verwenden, um eventuellen Beschädigungen des Bodenbelags vorzubeugen.
5. Bitte führen Sie alle in diesem Handbuch beschriebenen Pflege-, Wartungs- und Servicearbeiten regelmäßig durch. Defekte Teile sind umgehend zu ersetzen und das Gerät bis zur erfolgten Instandsetzung nicht mehr zu benutzen. Verwenden Sie ausschließlich Ersatzteile des Herstellers.
6. Kindern unter 14 Jahren ist es nicht erlaubt, das Bike ohne Aufsicht durch einen dazu qualifizierten Instruktor oder Trainer zu verwenden.
7. Das Bike ist für ein maximales Benutzergewicht von 130 kg ausgelegt. Das Bike sollte nicht von Personen benutzt werden, die dieses max. zulässige Benutzergewicht überschreiten.
8. Es ist darauf zu achten, nur mit eng anliegender Rad- oder Sportbekleidung zu fahren und festes Schuhwerk, vorzugsweise Radschuhe, zu tragen. Lose Schnürsenkel können sich im Antriebssystem verfangen und zu Verletzungen führen. Verstellvorrichtungen sollten nicht hervorstehen, um die Bewegungsfreiheit des Nutzers nicht zu behindern.
9. Das Bike verfügt über keinen Freilauf. Die Pedale sind über den Antrieb direkt mit dem Schwungrad verbunden. Die Bewegung kann nur durch Betätigen der Notbremse oder durch kontrolliertes Reduzieren der Trittfrequenz gestoppt werden.
10. Aus Gründen der Benutzersicherheit sollte niemals komplett ohne Bremswiderstand gefahren werden.
11. Bei Schwindelgefühl oder Übelkeit sollte das Training sofort unterbrochen werden. Es empfiehlt sich einen Arzt zu konsultieren, falls sich dieses Unwohlsein nicht kurzfristig bessert.

WARNUNG!

Um einem Sicherheitsrisiko durch unsachgemäße Handhabung des Gerätes vorzubeugen ist es erforderlich, die nachfolgenden Sicherheitshinweise und Informationen vor der Inbetriebnahme des Gerätes im Detail zu lesen und zu beachten!

WICHTIGER HINWEIS:

Falls Sie gesundheitliche Probleme haben oder vorbelastet sind, empfiehlt es sich einen Arzt zu konsultieren, um die für Sie am besten geeignete Trainingsmethode zu finden. Zu hohe Trainingsbelastung oder Intensität sowie die unsachgemäße Nutzung des Bikes kann zu gesundheitlichen Schäden und ernsthaften Verletzungen führen.

Der Hersteller übernimmt ausdrücklich keine Verantwortung für gesundheitliche Risiken, Schäden oder Folgeschäden die durch die Benutzung dieses Gerätes entstehen können insofern es sich hierbei nicht um Folgeerscheinungen handelt, die auf Material- und/oder Herstellungsmängel zurückzuführen sind und in der Verantwortung des Herstellers liegen.

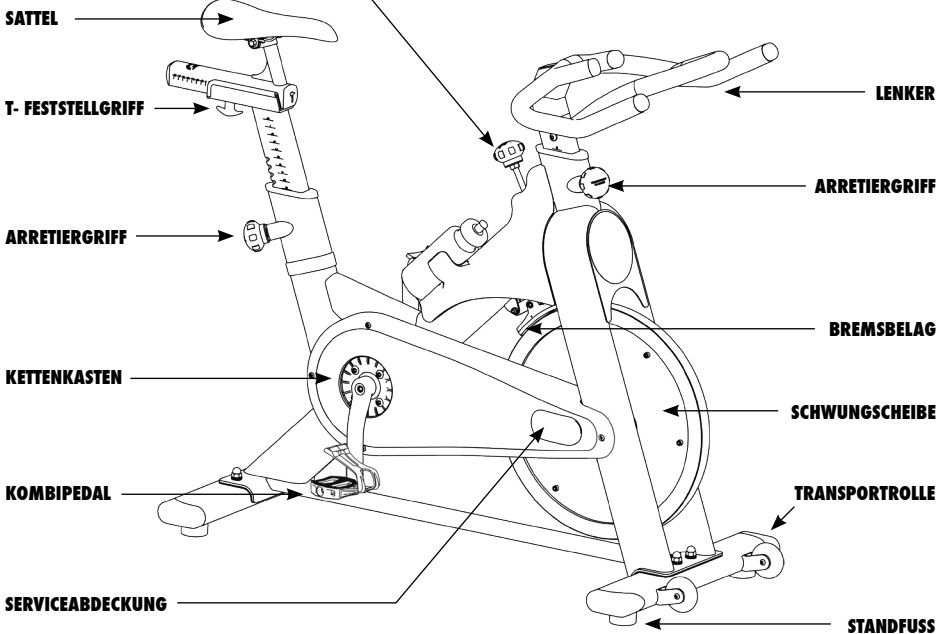
EINFÜHRUNG

SEHR GEEHRTER KUNDE,

wir möchten uns für Ihr Vertrauen und Ihre Kaufentscheidung bedanken. Mit dem Life Fitness Indoor Cycle haben Sie sich für ein Qualitätsprodukt entschieden, das nach den neuesten technischen Erkenntnissen entwickelt und somit auf höchste Beanspruchung und Zuverlässigkeit ausgelegt wurde.

Dieses Höchstmaß an Zuverlässigkeit lässt sich jedoch nur über eine regelmäßige Pflege und Wartung sicherstellen. Bei entsprechender Einhaltung der in diesem Handbuch beschriebenen Maßnahmen, wird eine maximale Standfestigkeit und Lebensdauer bei minimalem Wartungsaufwand an den Tag gelegt und garantiert Ihnen einen langjährigen, störungsfreien Betrieb.

NOTBREMSGRIFF & WIDERSTANDSEINSTELLUNG

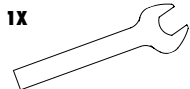


DEN PRODUKTIONS-CODE FINDEN SIE AUF DER LINKEN SEITE DES INDOOR CYCLES IM UNTEREN BEREICH DES RAHMENS.

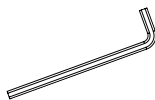
MONTAGE UND ZUSAMMENBAU



X2 17MM
X1 13MM



1X
15MM
PEDALSCHLÜSSEL

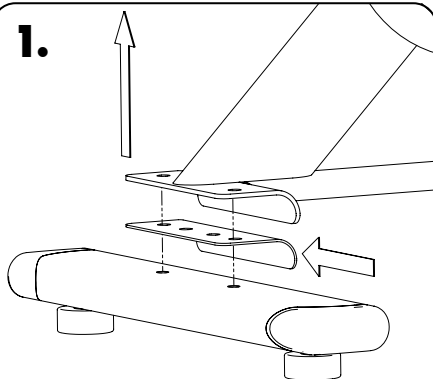


5MM



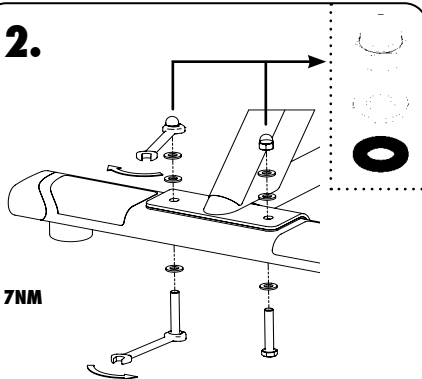
2
PERSONEN

1.



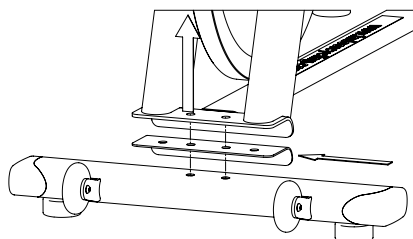
BITTE STELLEN SICH SICHER, DASS DIE PLASTIKDICHTUNG ZWISCHEN DEM STABILISATOR UND DEM RAHMENTRÄGER PLATZIERT IST.

2.



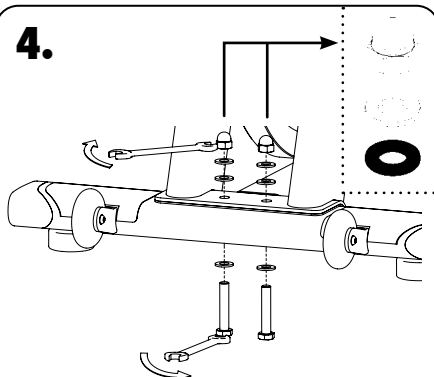
DIE SCHWARZE KUNSTSTOFFBEILAGSCHEIBE MUSS ZWISCHEN DEM RAHMENTRÄGER UND DER EDELSTAHLBEILAGSCHEIBE PLATZIERT SEIN.

3.



BITTE STELLEN SICH SICHER, DASS DIE PLASTIKDICHTUNG ZWISCHEN DEM STABILISATOR UND DEM RAHMENTRÄGER PLATZIERT IST.

4.

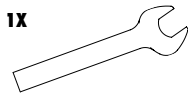


DIE SCHWARZE KUNSTSTOFFBEILAGSCHEIBE MUSS ZWISCHEN DEM RAHMENTRÄGER UND DER EDELSTAHLBEILAGSCHEIBE PLATZIERT SEIN.

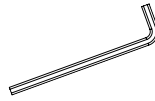
MONTAGE UND ZUSAMMENBAU



X2 17MM
X1 13MM



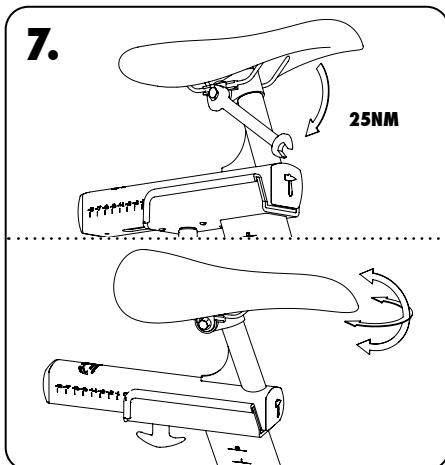
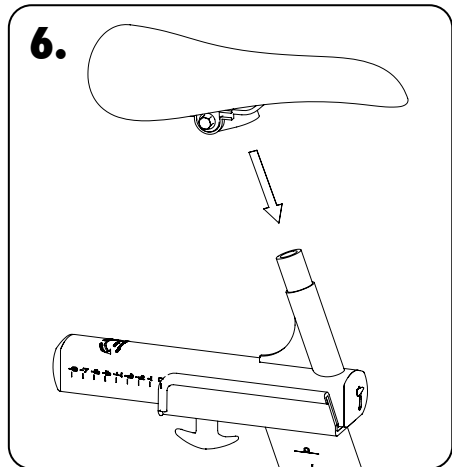
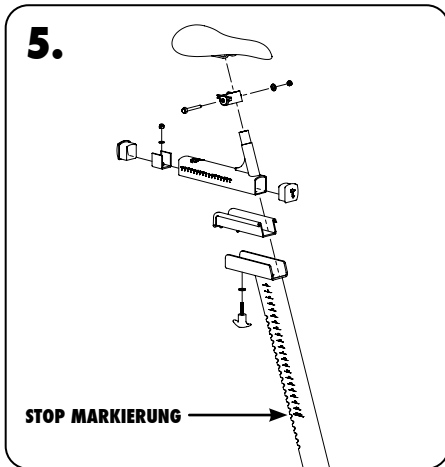
1X
15MM
PEDALSCHLÜSSEL



5MM



2
PERSONEN



WICHTIG!

Sattel in vertikaler und horizontaler Position ausrichten!
13mm Mutter der Sattelklemme ausreichend fest von beiden Seiten aus anziehen!

WICHTIG!

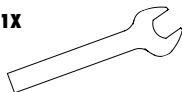
Das mit **R** markierte Pedal am rechten Kurbelarm montieren und in Uhrzeigerrichtung festziehen (standard Rechtsgewinde). Das mit **L** markierte Pedal am linken Kurbelarm montieren und gegen die Uhrzeigerrichtung festziehen (Linksgewinde). Bitte darauf achten, dass beide Pedale mit ausreichender Festigkeit montiert werden um einem Lösen der Schraubverbindung während des Betriebes vorzubeugen.

MONTAGE UND ZUSAMMENBAU

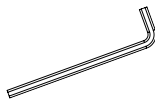


X2 17MM
X1 13MM

1X



15MM
PEDALSCHLÜSSEL

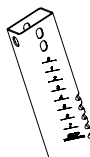
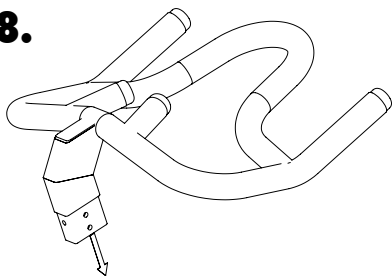


5MM



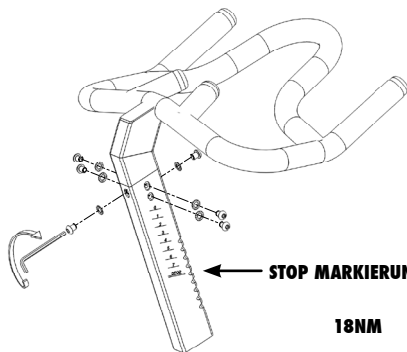
2
PERSONEN

8.



STOP MARKIERUNG

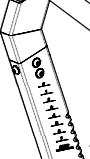
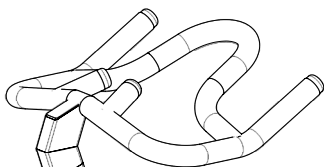
9.



STOP MARKIERUNG

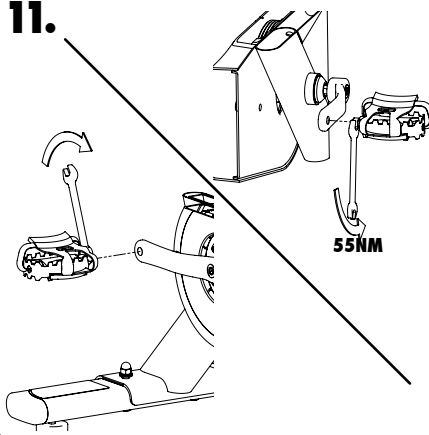
18NM

10.



STOP MARKIERUNG

11.



55NM

INSTALLATION, AUFBAU LIFE FITNESS BIKES

Die Einstellungen müssen bei der Erstinstallation der LIFE FITNESS Bikes vorgenommen werden, um eine optimale Leistung und lange Lebensdauer zu gewährleisten. Bitte lesen und befolgen Sie die folgenden Anleitungen genau. Wenn die Bikes nicht wie beschrieben installiert und eingestellt werden, können die Komponenten einem übermäßigen Verschleiß ausgesetzt sein und die Bikes beschädigt werden. Bei Fragen zur Installation wenden Sie sich bitte an service@indoorcycling.com.

Hinweis: Für manche Wartungsverfahren werden Schmierstoffe benötigt. Bitte verwenden sie ausschließlich einen **lösungsmittel-, silikon- und säurefreien Sprühschmierstoff** (z.B. Brunox) und weißes Lithiumfett.

- 1.** Bitte sicherstellen, dass die Bikes gerade stehen. Wenn das LIFE FITNESS Bike wackelig auf dem Boden steht, drehen Sie die verstellbaren Füße unter dem vorderen und/oder hinteren Stabilisator solange, bis die Schaukelbewegung aufhört. Stellen Sie sicher, dass die Standfüße nicht weiter als 10mm herausgedreht sind.
- 2.** Überprüfen Sie die Notbremsfunktion auf korrekte Funktionsweise.
- 3.** Kalibrierung des Bremssystems: Drehen Sie den Widerstandsknopf so weit wie möglich gegen den Uhrzeigersinn (Mindestbremswirkung) und stellen Sie sicher, dass ein leichter Abstand zwischen Bremsklotz und Schwungrad besteht. Der Bremsklotz sollte das Schwungrad ganz leicht berühren, wenn der Widerstandsknopf so weit wie möglich gegen den Uhrzeigersinn gedreht ist.
- 4.** Unbedingt den Sprühschmierstoff üppig auf den Bremsklotz auftragen. Verwenden Sie dafür die Schmierlöcher auf der Kunststoffhalterung des Bremsbelags oder sprühen Sie direkt von außen auf den Filzbelag. Stellen Sie sicher, dass der Bremsklotz rundherum gut mit Sprühschmierstoff getränkt ist. Anschließend überschüssige Rückstände vom Schwungrad abwischen. Tipp: Benutzen Sie eine wiederauffüllbare Sprühflasche und füllen diese mit treibmittel- und säurefreien Schmierstoff um die Umwelt nicht unnötig zu belasten.
- 5.** Lithiumfett auf die Metallgewinde am unteren Ende der Bremszugstange geben. Hierfür zuerst den Widerstandsknopf im Uhrzeigersinn drehen, bis er stoppt. Lithiumfett in geringer Menge auf die Gewinde an der Bremszugstange oberhalb der beiden Nutmuttern geben. Dann den Widerstandsknopf gegen den Uhrzeigersinn drehen, bis er stoppt.

INSTALLATION, AUFBAU LIFE FITNESS BIKES

- 6.** Lithiumfett auf die Metallgewinde aller Justierknöpfe geben.
- 7.** Überprüfen Sie die vier (4) Inbusmuttern auf der Riemenscheibe auf festen Sitz. Sind sie locker, Gewindekleber LocTite Threadlocker Blue-243 auftragen und wieder fest anziehen.
- 8.** Überprüfen Sie die die beiden Inbusschrauben, mit welchen die Tretkurbeln (an der rechten und linken Seite des Tretlagers) befestigt sind, auf festen Sitz. Sollten diese locker sein, Gewindekleber LocTite Threadlocker Blue-243 auf die Schraubengewinde leicht auftragen und wieder fest anziehen.
- 9.** Überprüfen Sie die Riemenspannung. Prüfen Sie, ob der Riemenantrieb fest angezogen ist und beim Fahren unter Belastungswiderstand nicht verrutscht. Verrutscht der Riemen, müssen die Justieranweisungen durchgeführt werden, die auf Seite 18 beschrieben ist.
- 10.** Lappen mit Sprühschmierstoff befeuchten und Rahmen abwischen.
- 11.** Einige Teile des Bikes können sich während des Transportes lösen. Überprüfen Sie die Kurbelscheibe und alle sichtbaren Schrauben, Bolzen und Muttern. Stellen Sie sicher, dass sie diese festsitzen und angezogen sind.

KUNDENDIENST

- 1.** Geben Sie dem Kunden die Anleitungen für die Grundwartung und verweisen Sie ihn auf die ausführlichen Wartungsanleitungen (Seite 14-19).
- 2.** Zeichnen Sie das Blatt ab, das dem Kunden übergeben wurde, um die Erklärung der Wartungsverfahren/Handbuch und Zustandsüberprüfung der Bikes zu bestätigen.

RICHTIGE RADEINSTELLUNG

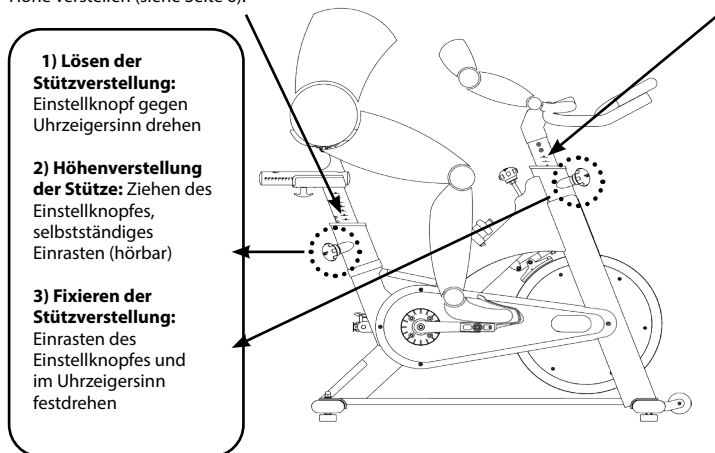
Das Life Fitness Bike kann sehr variabel, entsprechend den Bedürfnissen verschiedener Benutzergruppen, eingestellt werden. Dadurch wird optimaler Fahrkomfort unter Berücksichtigung einer für diesen Zweck idealen Körperhaltung gewährleistet. Somit können optimale Trainingsergebnisse erzielt werden. Die nachfolgend beschriebenen Möglichkeiten zeigen nur einige der meist verwendeten Einstellvarianten des Bikes. Es obliegt dem Benutzer, eine für ihn ideale Fahrposition einzustellen.

SITZHÖHEEINSTELLUNG:

Setzen Sie sich auf den Sattel und stellen Sie sicher, dass Ihr Becken nicht nach einer Seite gekippt ist wenn das Pedal die im Bild gezeigte Stellung eingenommen hat. Platzieren Sie Ihre Schuhe in den Schuhkörben der Pedale oder bei Verwendung von Radschuhen im Bindungssystem, falls Ihr Bike mit einem Kombipedalsystem ausgerüstet ist.

Vertikale Sattelverstellung nicht über die STOP-Markierung hinaus in der Höhe verstellen (siehe Seite 6).

Vertikale Lenkerverstellung nicht über die STOP-Markierung hinaus in der Höhe verstellen (siehe Seite 7).



WICHTIG!

Bitte sicherstellen, dass der Sicherheitsrastbolzen der Arretiergriffe eingerastet ist. Den Arretiergriff handfest anziehen um ein Wackeln der vertikalen Sattel- und Lenkerverstellung im Rahmen zu verhindern. Zu festes Anziehen der Arretiergriffe ist zu vermeiden und kann zu Beschädigungen an den Aluminiumteilen der vertikalen Lenker und Sattelrohre führen.

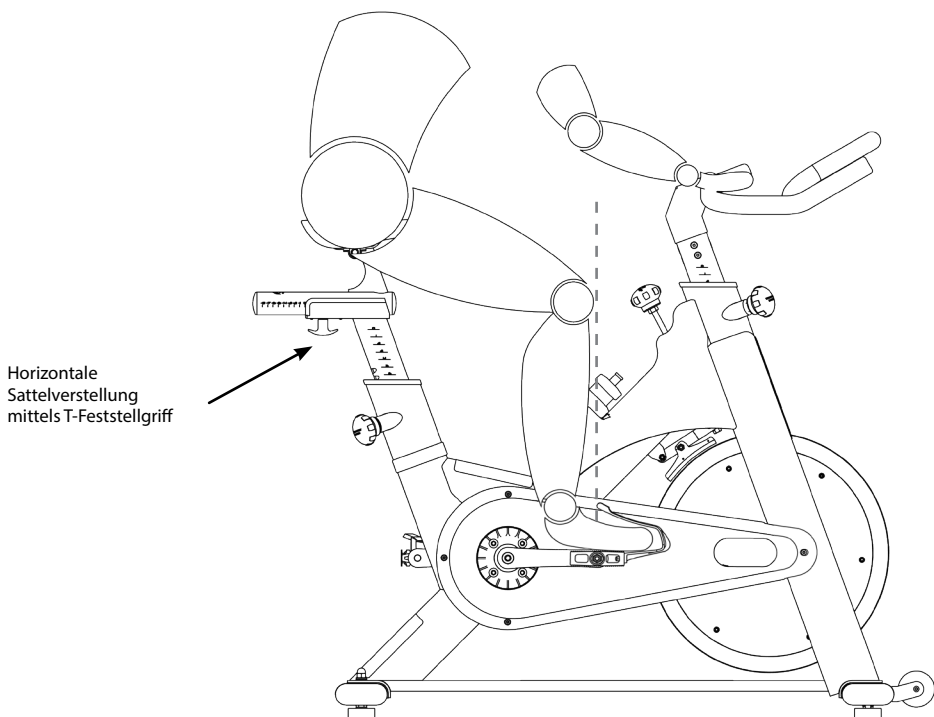
Fangen Sie langsam an zu treten, bis das Pedal die im Bild gezeigte Position erreicht hat. Die vertikale Sattelstütze sollte jetzt so eingestellt sein, dass die Knie immer beim Erreichen dieser Pedalstellung leicht abgewinkelt sind, ohne dass das Becken nach einer Seite kippt. Als Faustregel gilt wenn Sie neben dem Bike stehen: Eine Handbreite oder 4 Finger unterhalb des Beckenkamms. Bitte vermeiden Sie, mit durchgestreckten Knien oder kippendem Becken zu fahren.

RICHTIGE RADEINSTELLUNG

HORIZONTALE SATTELEINSTELLUNG:

Die horizontale Positionierung des Sattels ist sehr wichtig, um Verletzungen an den Kniegelenken vorzubeugen. Setzen Sie sich auf den Sattel und bringen Sie die Kurbelarme in die horizontale Position.

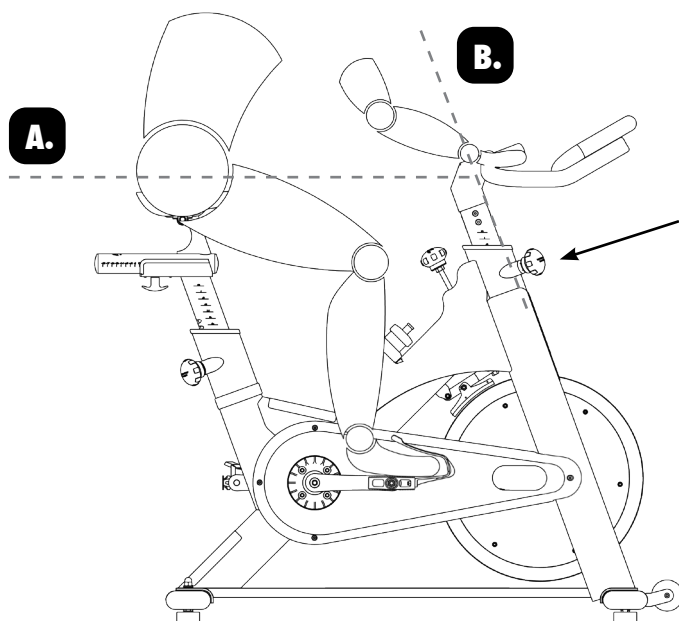
Das Kniegelenk am nach vorne gerichteten Bein sollte sich direkt über der Achse des Pedals befinden. Falls dies nicht der Einstellung Ihres Bikes entspricht, justieren Sie bitte die horizontale Sattelverstellung nach vorne oder hinten um diese Sitzposition zu erreichen.



RICHTIGE RADEINSTELLUNG

LENKERPOSITIONIERUNG:

Zu Beginn der Einstellung sollte bei ungeübten Benutzern der Lenker in gleicher Höhe mit dem Sattel eingestellt sein (**Linie A**) und sich auf der „0“ Markierung (**Linie B**) befinden. Wenn die Knie beim stehenden Fahren den Lenker berühren oder diese Sitzposition bei längerem Fahren unbequem ist, sollte zunächst der Lenker etwas höher eingestellt werden. Lenker in der Vertikalen niemals über die STOP-Markierung hinaus in der Höhe verstellen.



Verstellknopf zur Höhenverstellung des Lenkers. Zur Handhabung des Knopfes lesen Sie bitte unbedingt Seite 10!

Als Nächstes sollte die Position des Lenkers möglichst genau auf Ihre Körpergröße eingestellt werden. Hierzu winkeln Sie bitte Ihren Arm an und berühren mit dem Ellenbogen das vordere Ende des Sattels. Bei ausgestrecktem Unterarm sollte nun die Spitze Ihres Mittelfingers den Mittelpunkt des Lenkers berühren. Eine für ungeübte Fahrer ideale und schonende Sitzposition ist erreicht, wenn Ihr Rücken eine Neigung in einem Winkel von 45° hat.

Der Lenker offeriert vielfältige Handpositionen und Einstellmöglichkeiten, die es dem geübten Fahrer leicht machen, seine ideale Sitz- und Handpositionierung zu finden. Es wird empfohlen während längerer Trainingseinheiten die Handposition regelmäßig zu wechseln, um einseitige und monotone Belastungen der Muskeln, Bänder und Gelenke zu vermeiden.

RICHTIGE HANDHABUNG DES BIKES

EINSTELLUNG DES WIDERSTANDES:

Der individuell angestrebte Bremswiderstand kann mit Hilfe des Bremsverstellknopfes fein und stufenlos eingestellt werden. Um den Bremswiderstand zu erhöhen, wird der Bremsverstellknopfes im Uhrzeigersinn gedreht. Um den Bremswiderstand zu verringern wird gegen den Uhrzeigersinn gedreht.

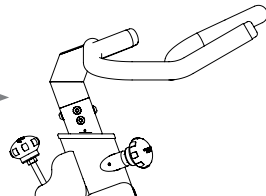
Bitte niemals unter Widerstandsbelastung rückwärts fahren, da sich die Schraubverbindung der Pedale zum Kurbelarm lockern kann und ein Lösen der Verbindung nicht auszuschließen ist. Um die Schwungscheibe während des Betriebs zu stoppen muss der Bremsknopf gedrückt werden. Während des Trainings ist darauf zu achten dass die Schuhe in den dafür vorgesehenen Fußkörben platziert oder bei Verwendung von Radschuhen mit dem Bindungssystem verbunden sind.

Das Indoor Bike verfügt über keinen Freilauf. Die Schwungscheibe ist fest mit den Pedalen verbunden und stoppt nicht selbstständig, wenn der Benutzer die Tretbewegung unterbricht. Bitte kontrollieren Sie immer Ihre Bewegungen und verlangsamen Sie diese kontrolliert um anzuhalten oder drücken Sie den roten Notbremsknopf einfach nach unten um die Bewegung schnell zu verlangsamen, damit die Schwungscheibe zum Stehen kommt, um das Training zu unterbrechen. **NOTBREMSE = BREMSKNOPF NACH UNTEN DRÜCKEN.**

NOTBREMSSYSTEM: ROTEN BREMSKNOPF DRÜCKEN

WIDERSTANDSREGLER: ROTEN BREMSVERSTELLKNOPF DREHEN

Aus Sicherheitsgründen ist darauf zu achten immer unter kontrollierter Bewegung zu fahren und die Trittfrequenz dem fahrerischen Fähigkeiten anzupassen.



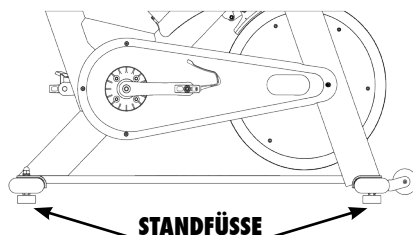
AUFSTELLEN DES INDOOR CYCLES:

Es empfiehlt sich, das Indoor Cycle mit zwei Personen zu bewegen. Um Unfällen vorzubeugen und Beschädigungen an den Einschubbuchsen des Lenkers zu vermeiden ist es notwendig, dass die vertikale Lenkerverstellung fest fixiert wurde, bevor Sie das Rad kippen. Bitte seien Sie besonders vorsichtig wenn Sie das Indoor Cycle über einen unebenen Boden bewegen. Hier empfiehlt sich eine 2. Person, die das eventuelle Kippen zur Seite verhindert. **Weiterhin ist darauf zu achten einen Sicherheitsabstand von mindestens 50 cm zu anderen Geräten einzuhalten.**

Überprüfen Sie die Standsicherheit des Indoor Cycles am Einsatzort und justieren Sie ggf. die niveauregulierbaren Stellfüße auf der Unterseite der Stabilisatoren, um die gewünschte Standsicherheit zu gewährleisten.

WICHTIG!

Die Standfüße sollten immer möglichst weit hinein gedreht werden. Nicht mehr als ca. 1cm herausdrehen!



REGELMÄSSIGE PFLEGE UND WARTUNG

WARNUNG!

Die nachfolgenden Wartungs- und Pflegemaßnahmen müssen in der beschriebenen Regelmäßigkeit durchgeführt werden, um ein Höchstmaß an Betriebssicherheit und Lebensdauer zu gewährleisten. Bitte befolgen Sie die nachfolgenden Anweisungen gewissenhaft. Nicht regelmäßig durchgeführte Wartungs- und Pflegearbeiten führen zu erhöhtem Verschleiß am Produkt und zum Erlöschen der Garantieleistungen. Falls Sie weitere Fragen zu diesem Thema haben, wenden Sie sich bitte an unseren technischen Support.

Bitte verwenden Sie ausschließlich die von uns empfohlenen Lösungsmittel-, silikon- und säurefreien Wartungs- und Pflegemittel (z.B. Brunox), um Beschädigungen an den Komponenten des Indoor Cycles vorzubeugen.

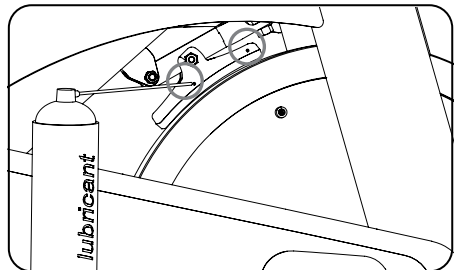
TÄGLICHE MASSNAHMEN:

1. Prüfen des Indoor Cycles auf Standsicherheit. Ggf. wie auf S.13 beschrieben justieren.
2. Das regelmäßige Reinigen des Indoor Cycles muss aus hygienischen Gründen nach jeder Benutzung durchgeführt werden. Sorgen Sie auch dafür, dass ausreichend weiche Lappen oder Zellstofftücher sowie Wartungs- und Desinfektionsmittel bereit stehen. Desinfizieren Sie zuerst den Sattel und Lenker mit einem dafür geeigneten Mittel und reinigen Sie danach das gesamte Indoor Cycle von Körperschweißrückständen.

WÖCHENTLICHE MASSNAHMEN:

1. Reinigung: Je nach Nutzung des Gerätes ist es erforderlich, mindestens einmal pro Woche eine detaillierte Reinigung des Indoor Cycles durchzuführen. Hierzu sprühen Sie bitte Wartungsspray auf einen weichen Lappen und reinigen Sie alle Plastikteile, die komplette Schwungscheibe und den kompletten Rahmen.

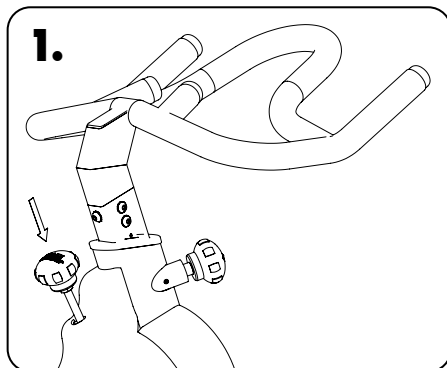
2. Bremsbelag: Um eine optimale Funktion aufrecht zu erhalten und den Verschleiß der Bremsbeläge zu minimieren, muss der Bremsbelag mit Wartungsspray behandelt werden. Hierzu sprühen Sie das Wartungsspray in die dafür vorgesehenen Löcher, bis sich der Bremsbelag vollgesogen hat. Fuschelige Bremsbeläge oder ungleichmäßiger Widerstand sind eindeutige Zeichen für zu trockene Bremsbeläge.



REGELMÄSSIGE PFLEGE UND WARTUNG

14-TÄGIGE MASSNAHMEN:

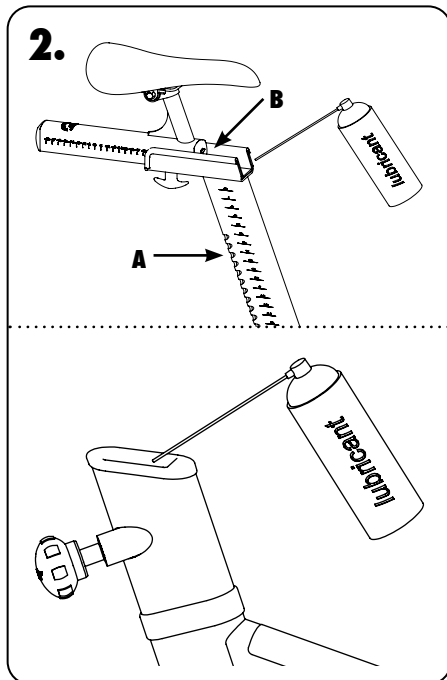
1. Notbremse: Aus Gründen der Betriebssicherheit muss die Notbremse regelmäßig auf ihre Funktion überprüft werden. Hierzu drücken Sie während des Fahrens den roten Notbremsknopf nach unten. Bei optimaler Funktion sollte es zu einer sofortigen Bremswirkung bis hin zum vollständigen Stillstand der Schwungscheibe kommen.



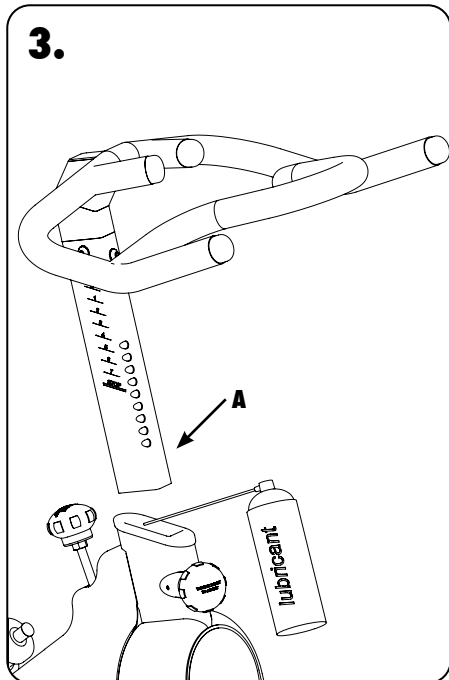
2. Sattelverstellungen: Um die Leichtgängigkeit zu gewährleisten, muß die vertikale und horizontale Sattelstütze regelmäßig gereinigt und eingefettet werden. Hierzu nehmen Sie die komplette vertikale Sattelstütze (A) aus ihrer Führung, sprühen diese mit Wartungsspray ein und reiben die gesamten Außenflächen inklusive der horizontalen Verstellung mit einem weichen Lappen ab.

Bevor Sie diese wieder in das Rahmenrohr einsetzen, sprühen Sie ausreichend Wartungsspray gleichmäßig in die Kunststoffführungsbuchsen um die Leichtgängigkeit der vertikalen Verstellung zu gewährleisten.

Reinigen Sie die Kontaktflächen (B) der horizontalen Sattelverstellung vorher von Schweißrückständen und sprühen Sie diese ebenfalls gleichmäßig mit Wartungsspray ein.

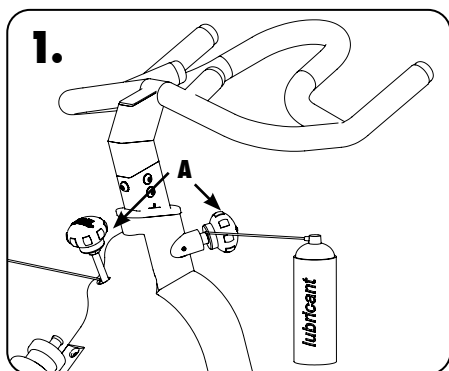


REGELMÄSSIGE PFLEGE UND WARTUNG



3. Lenker: Um die Leichtgängigkeit der Lenkerverstellung zu gewährleisten, muss die vertikale und - falls vorhanden - die horizontale Lenkerverstellung (optionales Zubehör horizontal verstellbarer Lenker) regelmäßig gereinigt und eingefettet werden. Hierzu nehmen Sie den kompletten Lenker (A) aus seiner Führung, sprühen diesen mit Wartungsspray ein und reiben die gesamten Außenflächen inklusive der horizontalen Verstellung mit einem weichen Lappen ab.

Bevor Sie den Lenker wieder in das Rahmenrohr einsetzen, sprühen Sie ausreichend Wartungsspray gleichmäßig in die Kunststoffführungsbuchsen, um die Leichtgängigkeit der vertikalen Verstellung zu gewährleisten.

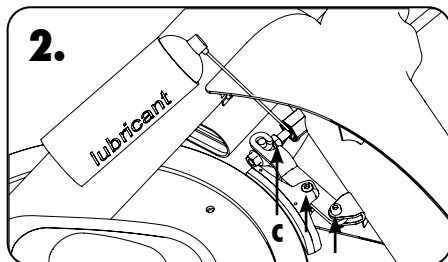


MONATLICHE MASSNAHMEN:

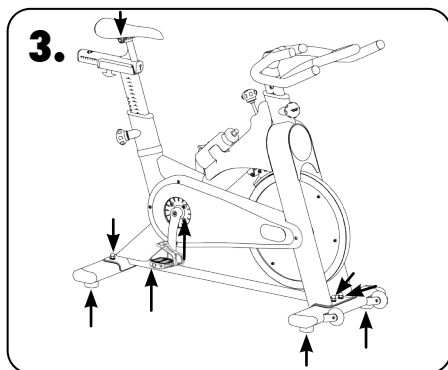
1. Arretier- und Feststellgriffe: Um die einwandfreie Funktion für die horizontale und vertikale Sattel- und Lenkereinstellung (A) in vollem Umfang zu gewährleisten, müssen die Gewinde sowie die Gewindeeinsätze mit Wartungsspray eingesprüht werden.

REGELMÄSSIGE PFLEGE UND WARTUNG

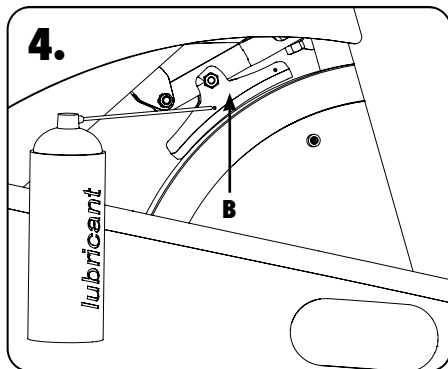
2. Bremssystem: Um eine dauerhaft einwandfreie und optimale Funktion sicher zu stellen, ist es erforderlich, die gesamte Bremsmechanik (C), welche sich unterhalb des Schwitzschutzes und teilweise innerhalb des Rahmens befindet, mit Gewindefett oder Wartungsspray zu behandeln. Es ist vor allem darauf zu achten, dass die Gewinde über die gesamte Länge nicht trocken laufen, da dies zu extremem Verschleiß führen kann.



3. Verbindungselemente: Im Rahmen der regelmäßigen Wartungs- und Pflegemaßnahmen sollten alle Schrauben, Muttern u.s.w. am Indoor Cycle auf festen Sitz und Funktion überprüft werden und Teile die Verschleiß, Abnutzung oder Beschädigung zeigen (Bremsbeläge, Sattel, Pedalriemen, Pedale, SPD System) ersetzt werden.



4. Bremsbelag: Abhängig von der regelmäßigen und ordnungsgemäßen Durchführung der Pflegemaßnahmen wird der Bremsbelag früher oder später Verschleißerscheinungen aufzeigen und muss ersetzt werden. Das Indoor Cycle sollte nicht benutzt werden, wenn die Notbremsfunktion (siehe Seite 13/15) nicht mehr 100%ig gewährleistet ist. Ist dies der Fall, kann das Bremssystem entsprechend neu kalibriert werden. Bitte wenden Sie sich für detaillierte Informationen und Auskünfte an unseren technischen Support. Wenn die Bremsbeläge erste Anzeichen von erhöhtem Verschleiß (Fusseln) zeigen ist das ein eindeutiges Zeichen, dass diese nicht ausreichend mit Wartungsspray behandelt wurden. Warten Sie die Bremsbeläge, indem Sie Wartungsspray in die dafür vorgesehenen Wartungsöffnungen (B) am Bremsbelag sprühen (Seite 14).



RIEMENSPIANNUNG PRUFEN UND EINSTELLEN

WICHTIG!

Der Riemenantrieb darf aus Sicherheitsgründen unter normalen Nutzungsbedingungen nicht durchrutschen. Es ist darauf zu achten, dass die Riemenspannung gemäß den Herstellervorgaben akkurat eingehalten wird. Zu hohe Riemenspannung führt zu einem erhöhten Verschleiß an den Schwungscheiben und Tretlagern, was die Lebensdauer negativ beeinflusst. Der Hersteller empfiehlt die Verwendung eines Ultraschall Spannungsmessgerätes sowie die Einhaltung einer Eigenfrequenz des Riemens von 103 Hz +/- 3 Hz. Kugellagerschäden aufgrund falsch eingestellter Riemenspannung sind von der Garantieleistung ausgeschlossen.

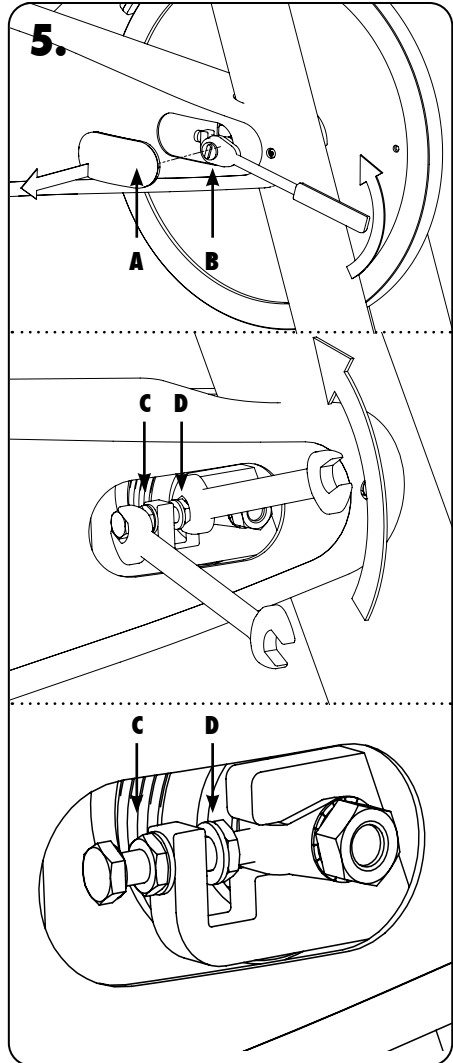
Ein zu loser Riemen kann beim Fahren durchrutschen und zu erheblichen Verletzungen des Fahrers führen.

Zum Überprüfen der Riemenspannung bringen Sie die Pedalarms in eine waagerechte Position. Betätigen Sie das Notbremssystem und wippen Sie (stehend auf den Pedalen) vor und zurück. Die Pedale sollten bei korrekter Riemenspannung kein Spiel zeigen.

Falls der Riemen durchrutschen sollte, verfahren Sie wie folgt, um die Riemenspannung entsprechend zu justieren.

Entfernen Sie die Abdeckkappen (A) und lockern Sie die Achsmuttern (B) (17mm) auf beiden Seiten der Schwungscheibe. Als nächstes lösen Sie bitte die Sicherungsmuttern (C) auf beiden Seiten der Achsaufnahme. Zum gleichmäßigen spannen des Riemens ist darauf zu achten, dass die Justiermutter (D) auf beiden Seiten der Achsaufnahme gleichmäßig festgezogen werden. Meist genügt schon eine 1/2 Umdrehung um den gewünschten Effekt zu erzielen. Ungleichmäßiges Anziehen der Justierschrauben führt zur Fehlausrichtung der Schwungscheibe und macht sich durch einen erhöhten Verschleiß der Schwungscheibenlager bemerkbar.

Nach erfolgter Einstellung der Riemenspannung ziehen Sie die beiden Sicherungsmuttern fest und stellen Sie sicher, dass die Achsmuttern festgezogen sind.



DIE DARSTELLUNG IN DEN PIKTOGRAMMEN ZEIGEN DIE RECHTE SEITE DES BIKES IN FAHRTRICHTUNG.

WARTUNGS- UND PFLEGEPLAN

CHECKLISTE UND ZEITPLANUNG FÜR PFLEGE- UND WARTUNGSMASSNAHMEN

TÄTIGKEIT	TURNUS	DETAILS
REINIGUNG UND DESINFEKTION SOWIE STANDSICHERHEIT DES BIKES PRÜFEN	TÄGLICH	SEITE 14
WARTUNG DER BREMSBELÄGE UND DETAILREINIGUNG DES GESAMTEN BIKES	WÖCHENTLICH	SEITE 14
NOTBREMSFUNKTION TESTEN	14-TÄGIG	SEITE 15
REINIGUNG UND PFLEGE DER SATTELSTÜTZE UND DES LENKERS	14-TÄGIG	SEITE 15+16
WARTUNG DER VERSTELLKNÖPFE	MONATLICH	SEITE 16
ÜBERPRÜFUNG UND WARTUNG DES BREMSSYSTEMS	MONATLICH	SEITE 17
ÜBERPRÜFUNG DER VERBINDUNGSELEMENTE	MONATLICH	SEITE 17
ÜBERPRÜFUNG DER BREMSE AUF VERSCHLEISS	MONATLICH	SEITE 14+17

BEISPIEL FÜR EINEN WARTUNGSPLAN BEI DURCHFÜHRUNG DER ARBEITEN DURCH DRITTE.

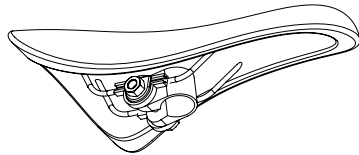
WÖCHENTLICHE CHECKLISTE					
BIKE NO.	PRODUKTIONSCODE	ANMERKUNGEN	HANDLUNG	RESULTAT	NAME/DATUM

ERSATZTEILE

Ersatzteile und deren Artikelnummern können Änderungen unterliegen.
Für weitere Informationen bitten wir Sie mit Ihrem Händler in Kontakt zu treten oder die Webseite www.indoorcycling.com zu besuchen.

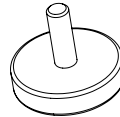
120-01-00015-02

**SPORT SATTEL SCHWARZ & ROT INKL.
SATTELKLOBEN**



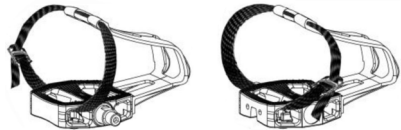
900-10-00003-01

GUMMISTANDFUSS, 75° SHORE



150-01-00005-03

**KOMBIPEDAL SET,
SPD KOMPATIBEL**



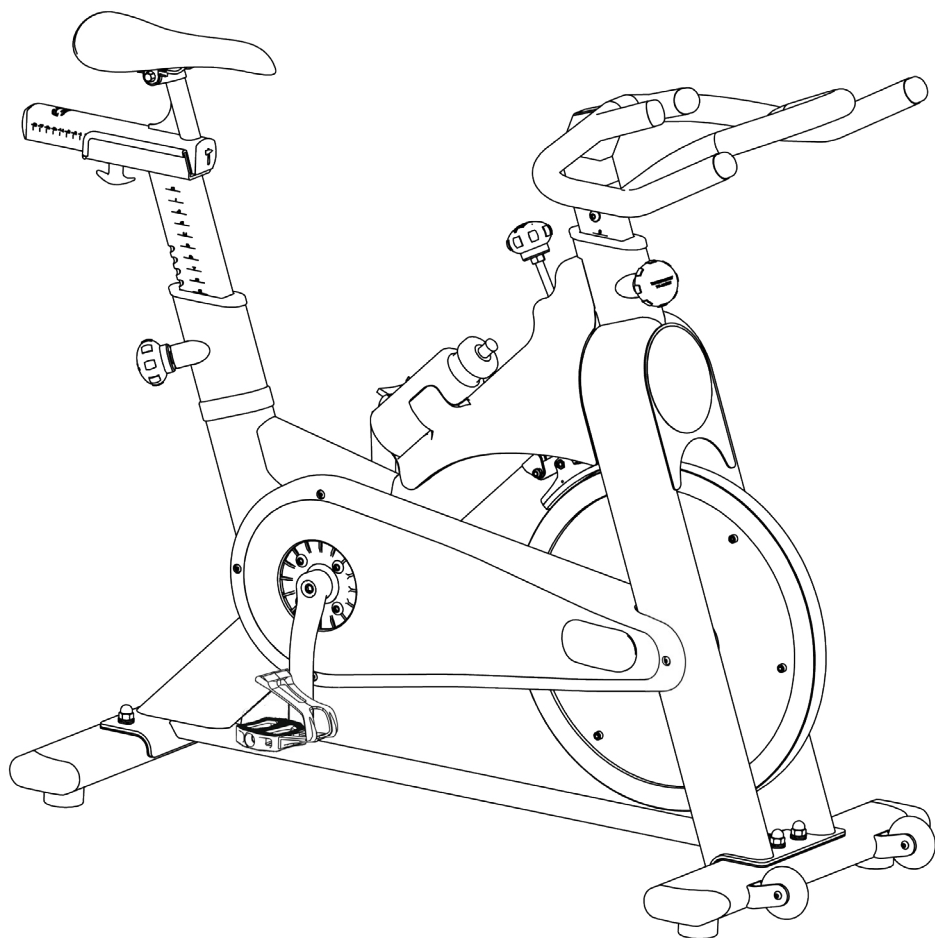
150-03-00048-01

PEDALRIEMEN SET



GARANTIE

Die Indoorcycling Group GmbH garantiert, dass alle neuen Produkte am Tag der Lieferung zum Kunden frei von Fertigungs- und Materialfehlern sind. Nachfolgend sind die unterschiedlichen Garantiezeiten für die an den LIFE FITNESS IC2 Bikes verwendeten Komponenten und Baugruppen aufgelistet. Detaillierte Informationen zu unseren Garantie- und Geschäftsbedingungen finden Sie im Internet unter www.indoorcycling.com.



GARANTIE

5 JAHRE GARANTIE:

BRUCH DER RAHMENKONSTRUKTION, SCHWEISSFEHLER

3 JAHRE GARANTIE:

**LENKER UND SATTELVERBINDUNG,
BREMSSYSTEM (AUSGENOMMEN BREMSBELÄGE),
HEBEL & GRIFFE UND EINSTELLKNÖPFE,
KURBELN, RIEMENANTRIEBSSYSTEM,
SCHWUNGRAD UND NABENVERBINDUNG,
PULVERLACKBESCHICHTUNG**

2 JAHRE GARANTIE:

**KOMBIPEDALE
(AUSGENOMMEN SCHUHBINDUNGSSYSTEM),
EINSCHUBBUCHSE / KLEMMUNG DER LENKER- UND
SATTELSTANGE, AUSGLEICHFUSS**

1 JAHRE GARANTIE:

SATTELKONSTRUKTION

NACHFOLGENDE VERSCHLEISSTEILE SIND NICHT BESTANDTEIL DER GARANTIE:

Pedalriemen, Bremsbeläge, SPD-Bindungssystem, Fußkörbe, Satteldecke, Flaschenhalter.

ACHTUNG.

MACHEN SIE SICH MIT ALLEN SICHERHEITSMASSNAHMEN UND -ANWEISUNGEN, DIE IN DIESER BEDIENUNGSANLEITUNG BESCHRIEBEN SIND, VERTRAUT, BEVOR SIE DAS GERÄT IN BETRIEB NEHMEN. BEWAHREN SIE DIESE ANLEITUNG SORGFÄLTIG AUF. BEI UNSACHGEMÄSSEM ZUSAMMEN- UND AUFBAU, UNSACHGEMÄSSER WARTUNG UND PFLEGE, SOWIE UNSACHGEMÄSSEM GEBRAUCH, KÖNNEN DIE GARANTIEBESTIMMUNGEN ERLÖSCHEN.

LifeFitness

EMAIL: INFO@INDOORCYCLING.COM
WEBSITE: WWW.INDOORCYCLING.COM

© 2017 Indoorcycling Group

Manufactured by: Indoorcycling Group* GmbH
Happurger Str. 86 90482 Nuremberg Germany