

CARE

FITNESS



NOTICE DE MONTAGE

FR

ASSEMBLY INSTRUCTIONS

EN

MONTAGEHANDLEIDING

NL

MONTAGEANLEITUNG

DE

INSTRUCCIONES DE MONTAJE

ES

ISTRUZIONI DI MONTAGGIO

IT

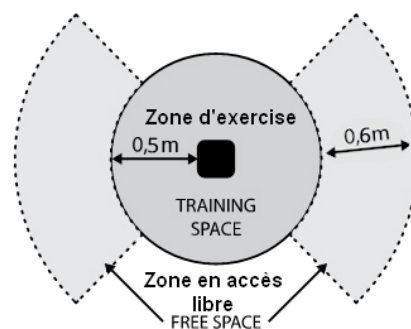
460260

COMPETITOR

AVERTISSEMENTS :

Sécurité

- Lisez et conservez avec précaution ce manuel de l'utilisateur. N'utilisez ce produit que de la manière indiquée.
- Cet appareil doit être assemblé et utilisé par des adultes.
- Votre appareil est conforme à la norme **EN-957 classe S** pour une utilisation à domicile, dans une salle de sport ou tout autre lieu public, associatif ou locatif.
- Pour une utilisation en toute sécurité une surface stable et plane est nécessaire. Protégez votre revêtement de sol par un tapis. Ne pas utiliser cet appareil dans un endroit humide (piscine, sauna, etc.).
- Assurez-vous que la base d'installation est de niveau et stable. Assurez-vous qu'il y a 0,6 m d'espace libre autour de la machine (voir l'image ci-dessous - le cercle plein indique le rayon de la zone d'entraînement et au moins 0,5 m d'espace libre de chaque côté de la machine (voir l'image ci-dessous - la ligne pointillée indique un espace libre supplémentaire).



- Ne pas laisser jouer les enfants avec l'appareil. La société CARE décline toute responsabilité quant aux dommages qu'ils pourraient subir. Ne pas laisser les enfants à proximité de l'appareil pendant votre entraînement.
- CARE décline toute responsabilité en cas de modifications techniques faites par l'utilisateur sur l'un de nos produits.
- **Poids maximum de l'utilisateur : 180 kg.**

Avant de commencer votre entraînement il est primordial de consulter votre médecin pour déterminer le niveau d'intensité de votre programme. Un entraînement excessif ou mal programmé peut nuire à la santé.

- Gardez le dos droit lors des exercices.
- Il est fortement recommandé de porter une tenue et des chaussures appropriées.
- Tenez compte pour les parties réglables des positions maximales.

ATTENTION : Les systèmes de contrôle de la fréquence cardiaque peuvent être erronés. Des exercices excessifs peuvent causer des blessures graves ou entraîner la mort. Si vous ressentez un malaise, arrêtez immédiatement les exercices.

Entretien

- Vérifier régulièrement le serrage des éléments de fixation avec les vis et les écrous. Pour garder son niveau de sécurité, votre appareil doit être examiné régulièrement. Il est impératif de remplacer toute pièce défectueuse et de ne plus l'utiliser jusqu'à sa complète réparation. Penser au graissage régulier des pièces mobiles.
- La sueur étant très corrosive ne pas laisser celle-ci entrer en contact avec les parties émaillées ou chromées de l'appareil, et particulièrement l'ordinateur, essuyer immédiatement votre appareil après entraînement. Le nettoyage des parties émaillées se fait à l'aide d'une éponge imprégnée d'eau. Tous produits agressifs ou corrosifs sont à proscrire.
- Poids unitaire : 50.3 kg
- Dimensions : 108 × 58 × 141 cm (0.63 m³)
- Le système de freinage est indépendant de la vitesse
- Cet appareil d'entraînement à classe C n'est pas adapté pour les exercices de haute précision

Garantie : Le châssis est garanti 5 ans. Les pièces d'usures sont garanties 2 ans. La garantie s'applique en utilisation normale par un particulier à domicile. Activer la garantie de votre produit en ligne sur : www.carefitness.com

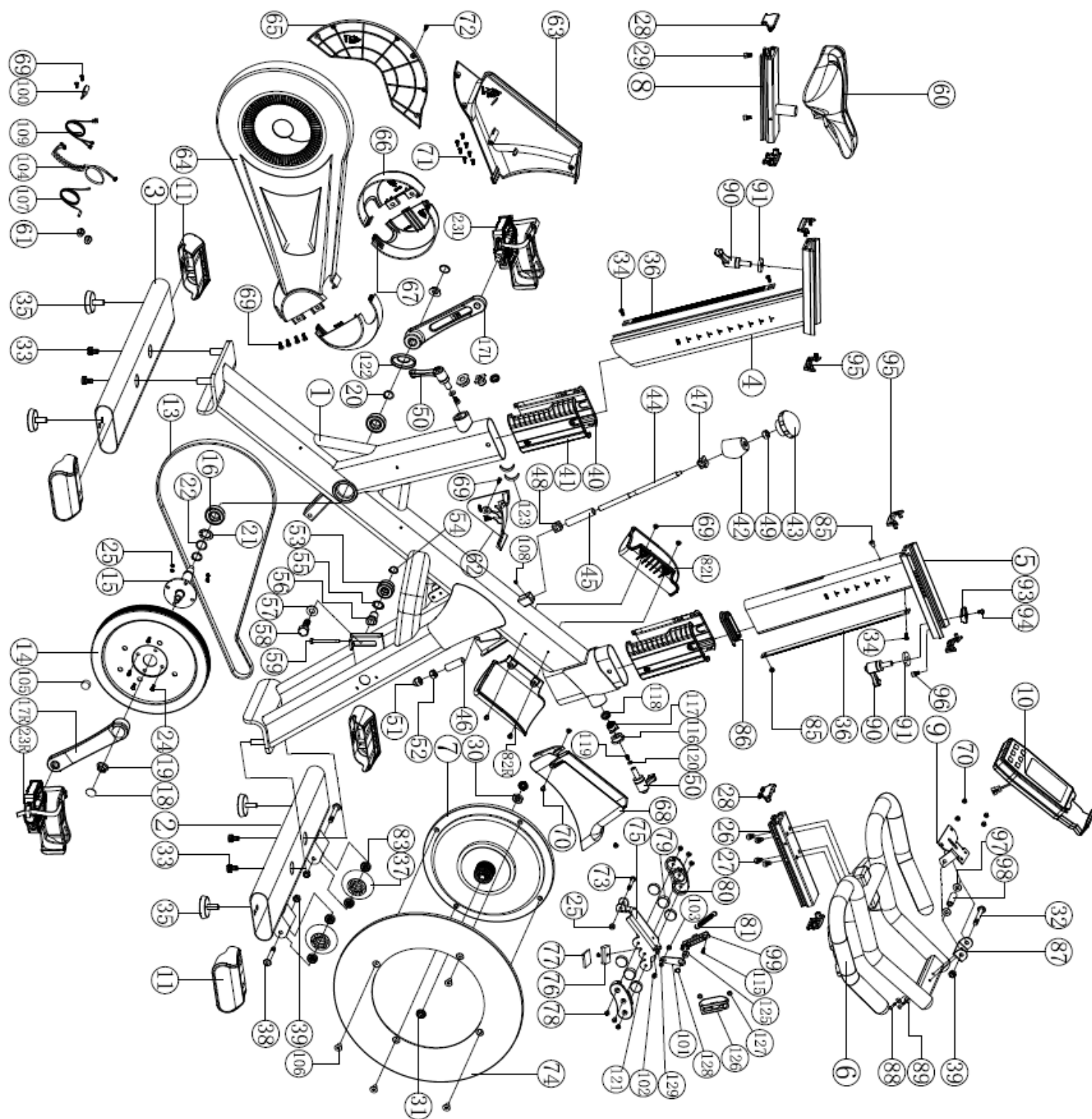
Recyclage



Le symbole « poubelle barrée » signifie que ce produit et les piles qu'il peut contenir ne peuvent être jetés avec les déchets domestiques. Ils font l'objet d'un tri sélectif spécifique. Déposez les batteries ainsi que votre produit électronique en fin de vie dans un espace de collecte autorisé afin de les recycler. Cette valorisation de vos déchets électroniques permettra la protection de l'environnement et de votre santé.

VUE ÉCLATÉE

FR



LISTE DES PIÈCES DETACHÉES

FR

N°	Description	Quantités
1	Cadre principal	1
2	Stabilisateur avant	1
3	Stabilisateur arrière	1
4	Selle	1
5	Tube avant	1
6	Guidon	1
7	Roue d'inertie	1
8	Selle adjustable tube	1
9	Compteur fixing plate	1
10	Compteur	1
11	Bouchon de tube ovale	4
13	Courroie	1
14	Poulie	1
15	Axe de pédalier	1
16	Roulement #6004	2
17l	Manivelle gauche	1
17r	Manivelle droite	1
18	Boulon carter	2
19	Ecrou autobloquant m10*1.25*10t	2
20	Circlip	2
21	Rondelle ondulée d27*d20.3*0.5t	1
22	Rondelle plate d26*d21*1.5t	1
23l/23r	Jeu de pédales(droite&gauche)	1
24	Boulon allen m6*1.0*12l	4
25	Ecrou nylon m6*1.0*6t	5
26	Guidon adjustment tube	1
27	Boulon m8*1.25*20l	4
28	Bouchon(1)	4
29	Vis m6*1.0*10l	2
30	Ecrou hexagonal d9.5*8t	1
31	Ecrou autobloquant	2
32	Boulon m8*1.25*60l	1
33	Boulon allen m8*1.25*20l	4
34	Vis fraisée conique m5*0.8*10l	3
35	Roulette réglable	4
36	Selle tube limiter	2
37	Roulette de déplacements	2
38	Boulon allen m8*1.25*40l	2

39	Ecrou nylon m8*1.25*8t	3
40	Tube interne	2
41	Tube interne2	2
42	Carter de frein	1
43	Bouton de réglage	1
44	Vis stem	1
45	Tube fixe	1
46	Tube entretoise	1
47	Plaque de maintien	1
48	Bloc de positionnement	1
49	Ecrou allen m8*1.25*6t	1
50	Poignée en l	2
51	Ecrou borgne court m10*1.5*18l	1
52	Ecrou allen m10*1.5*5t	1
53	Roulement #6203-2rs	2
54	Circlip s-16(1t)	1
55	Rondelle ondulée d21*d16*0.3t	1
56	Axe de la roue libre	1
57	Rondelle plate d20*d11*3t	1
58	Boulon m10*1.5*20l	1
59	Tige filetée réglable	1
60	Selle	1
61	Connecteur électrique	4
62	Carter supérieur décoratif	1
63	Carter gauche	1
64	Carter droit	1
65	Cache trou du carter	1
66	Carter avant gauche	1
67	Carter avant droit	2
68	Roue d'inertie carter	1
69	Vis st4.2*15l	12
70	Vis m5*0.8*15l	2
71	Boulon cruciforme rond st3.5*1.41*12l	7
72	Vis m4*0.7*8l	1
73	Boulon m6*1*45l	1
74	Roue d'inertie(2)	1
75	Support de fixation aimant	1
76	Patin de frein	1
77	Cuir naturel	1
78	Vis m5*0.8*8l	7
79	Aimant	2

80	Aimant carter	2
81	Ressort	1
82l	Porte-bouteille (gauche)	1
82r	Porte-bouteille (droit)	1
83	Douille	4
85	Boulon m5*0.8*10l	2
86	Bouchon de tube (d type)	1
87	Compteur fixing plate	1
88	Boulon m5*0.8*30l	2
89	Rondelle plate d15*d5.2*3t	2
90	Poignée en l	2
91	Rondelle plate d25*d10*2.0t	2
92	Bande de protection	3
93	Plaque de maintien	2
94	Boulon m5*0.8*12l	2
95	Embout	4
96	Boulon m6*1.0*20l	1
97	Rondelle plate d18*d8.5*1.0t	2
98	Douille	1
99	Régulateur vr	1
100	Support capteur	1
101	Tige réglable	1
102	Boulon cruciforme rond	1
103	Ecrou nylon m5*0.8*5t	1
104	Câble supérieur du compteur	1
105	Aimant	1
106	Vis m8*1.25*15l	4
107	Câble capteur	1
108	Vis cruciforme st3*6l	1
109	Câble inférieur du compteur	1
115	Vis st4.2*10l	2
116	Cache écrou	2
117	Colonne de serrage	2
118	Ressort	2
119	Vis m6*1*10l	2
120	Rondelle plate d13*d6.5*1.0t	2
121	Aimant	4
122	Carter de manivelle	1
123	Amortisseur (1)	2
125	Douille guide coulissante	1
126	Rainure guide	1

INSTRUCTIONS D'ASSEMBLAGE

FR



Temps de montage
30 min



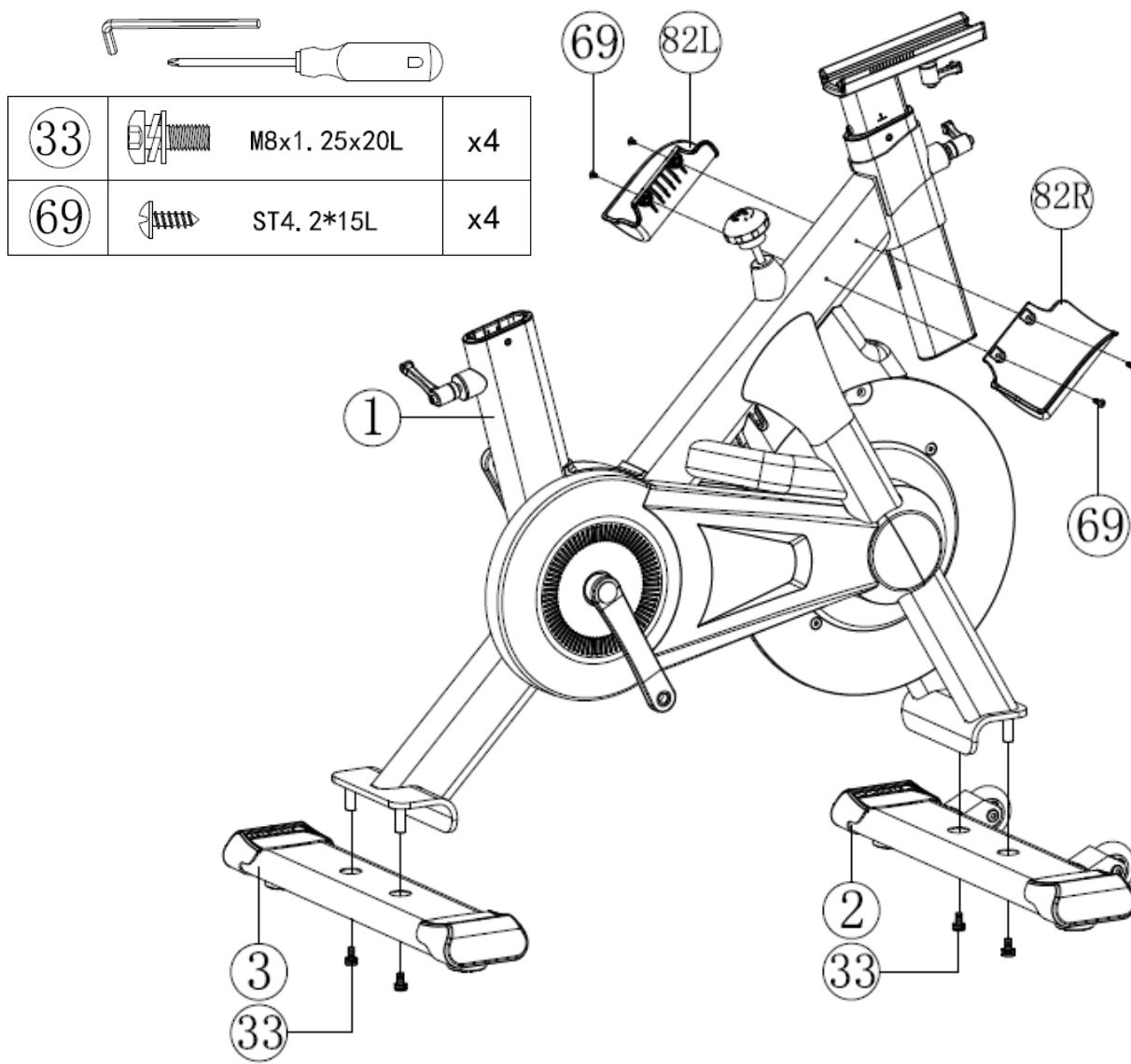
Outils
inclus



Difficultés
Simple

ÉTAPE 1 : Assemblage des stabilisateurs et des porte-bidons

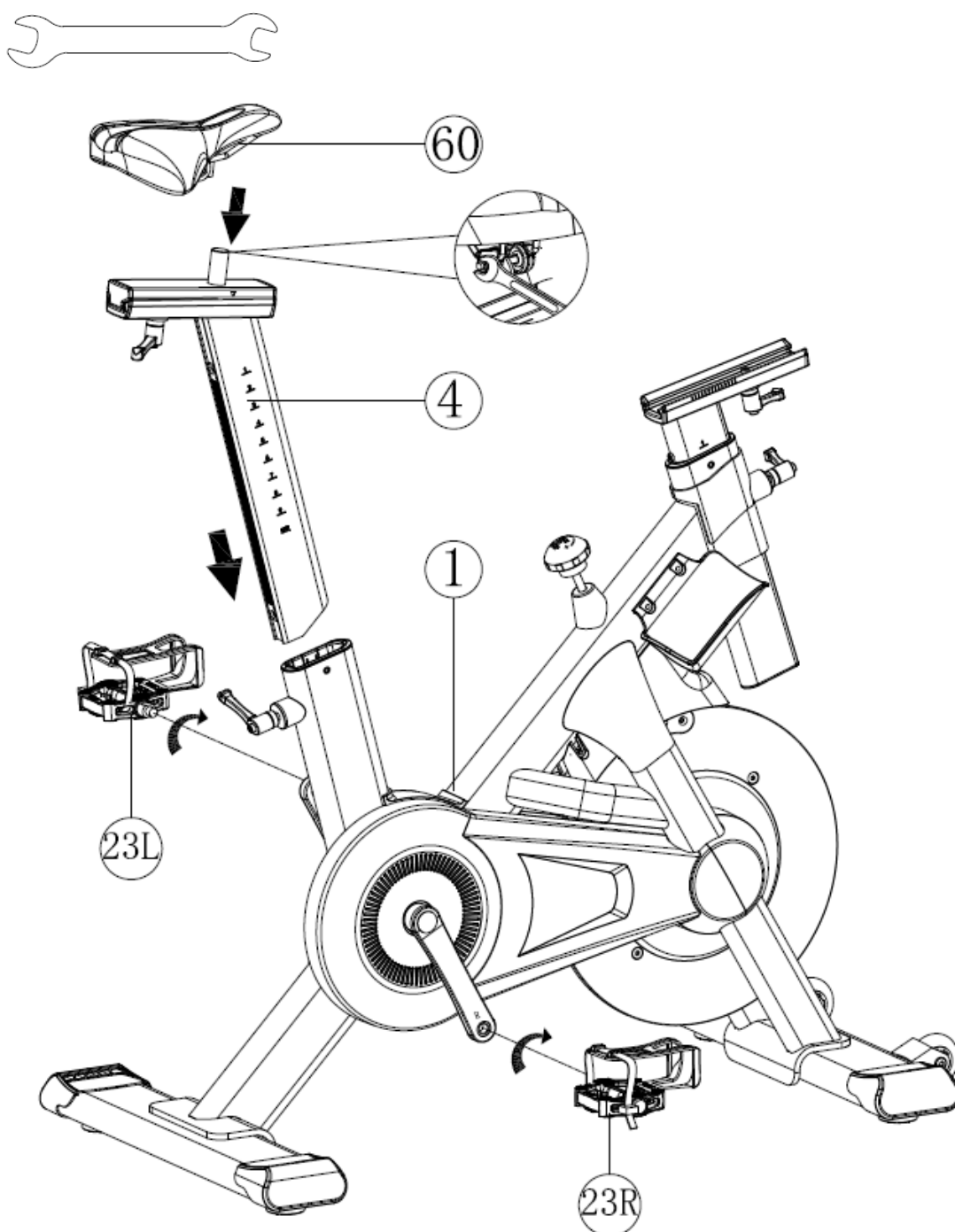
1. **Assembler le stabilisateur avant** (2) sur le cadre principal (1) en utilisant les boulons Allen (33).
2. **Assembler le stabilisateur arrière** (3) sur le cadre principal (1) en utilisant les boulons Allen (33).
3. **Fixer les porte-bidons gauche et droit** (82L/82R) sur le cadre principal avec 2 vis (69) chacun.
Se référer à la figure ci-dessus.



ÉTAPE 2 : Assemblage de la tige de selle, de la selle et des pédales

1. **Dévisser et tirer** la poignée en L (50).
2. **Insérer la tige de selle** (4) dans le cadre principal (1).
ATTENTION : Vérifier que la poignée en L (50) s'enclenche de manière audible dans une des rainures de réglage de la tige de selle (4).
3. **Desserrer légèrement les deux écrous** sous la selle (60).
4. **Fixer la selle** (60) à la tige de selle (4) et resserrer les écrous avec la clé.
5. **Fixer la pédale droite** (23R) à la manivelle droite avec la clé en tournant dans le sens horaire.
6. **Fixer la pédale gauche** (23L) à la manivelle gauche avec la clé en tournant dans le sens antihoraire.

ATTENTION : S'assurer de visser complètement les pédales.



ÉTAPE 3 : Assemblage du guidon

1. **Fixer le guidon (6)** au tube avant (5) avec la poignée en L (90). Se référer à la figure A.

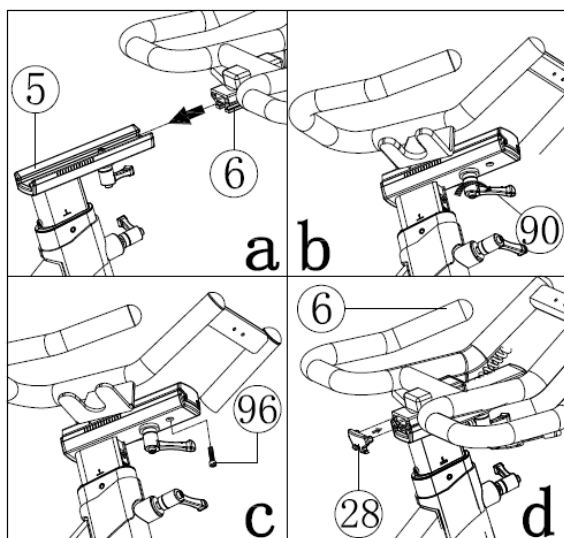
REMARQUE : La poignée en L (90) se trouve sous le tube avant (5).

2. **Tourner la poignée en L (90)** dans le sens horaire. Se référer à la figure B.

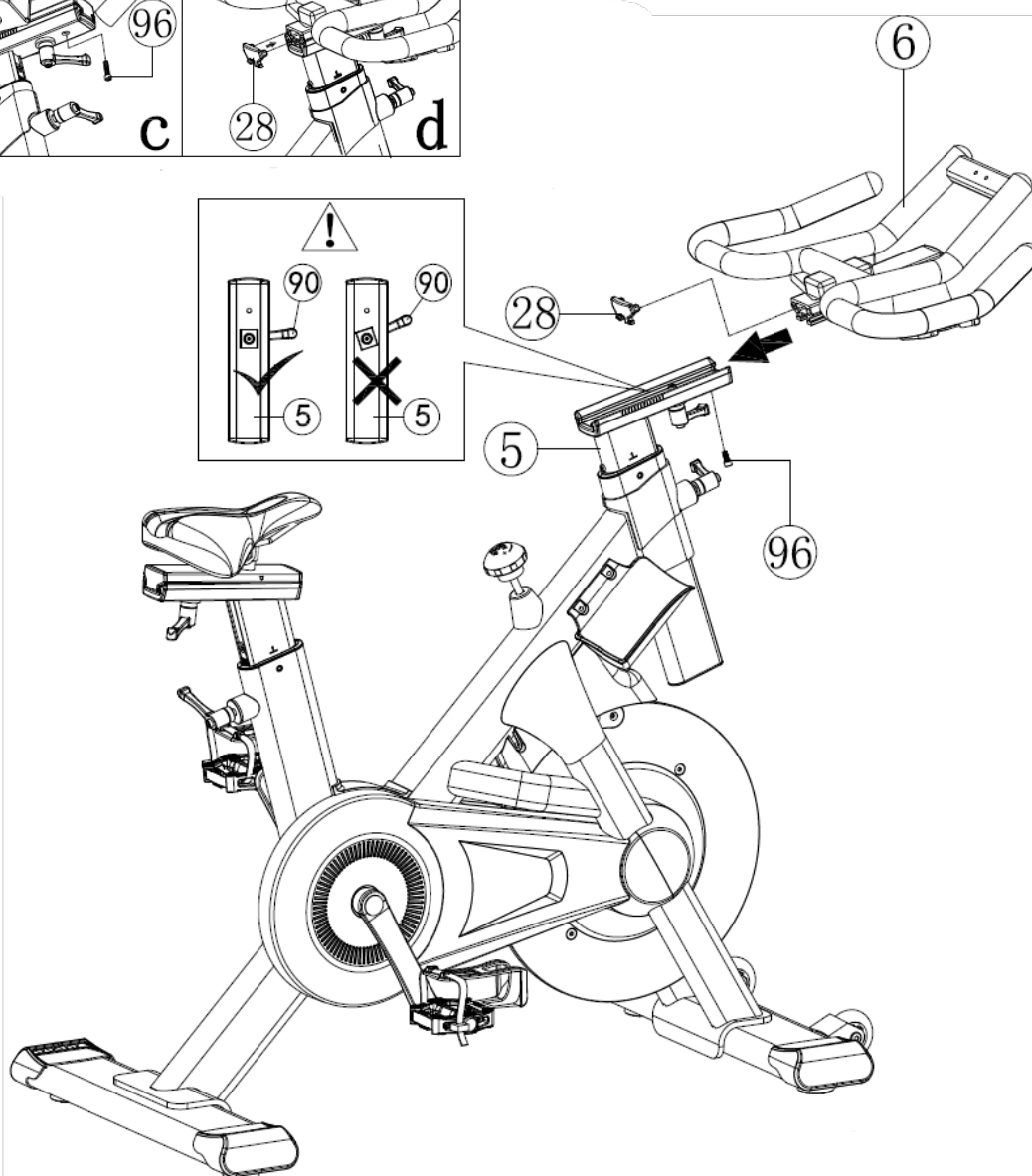
3. **Visser le boulon (96)**. Se référer à la figure C.

4. **Insérer le bouchon (28)** sur le guidon (6). Se référer à la figure D.

ATTENTION : Vérifier que la poignée en L (90) est bien droite.



96	 M6*1.0*20L	X1
28	 55.7*29.4	X1



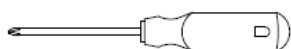
ÉTAPE 4 : Assemblage de la plaque de fixation du compteur avec son support

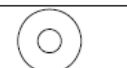
FR

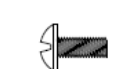
1. **Assembler la plaque de fixation du compteur** (9) au guidon (6) avec 2 rondelles plates (89) et 2 boulons (88). Se référer à la figure A.

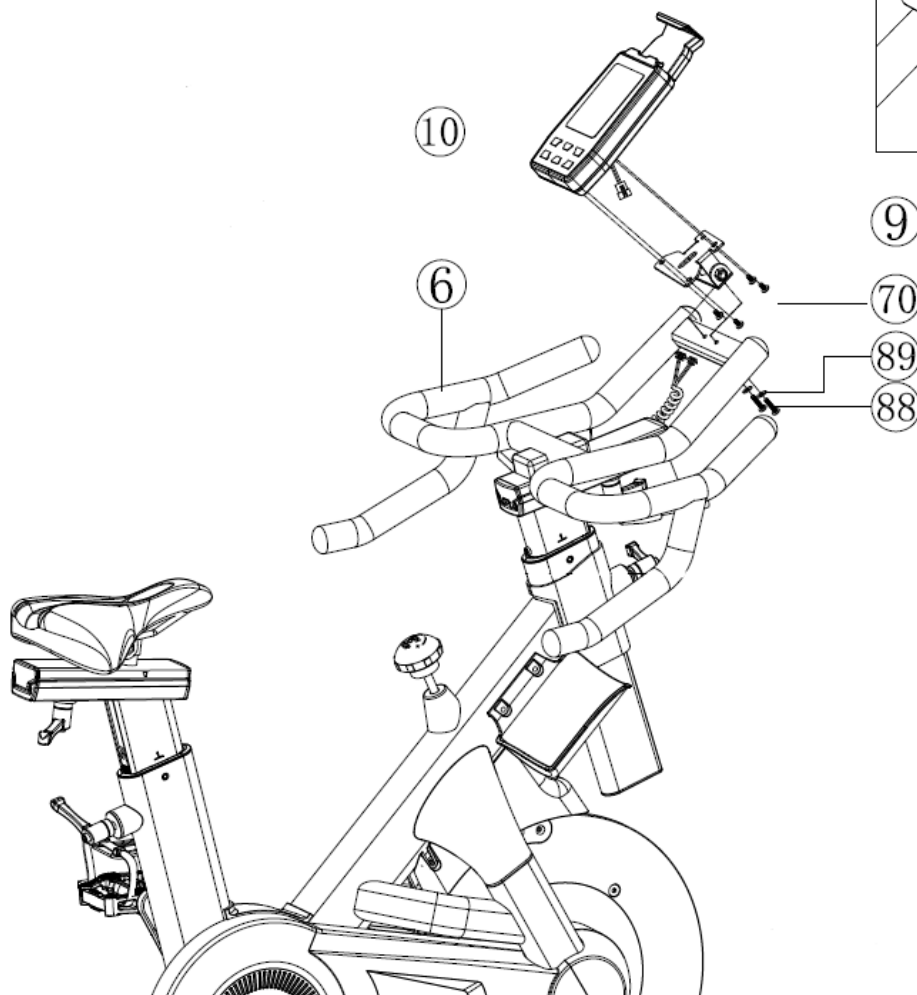
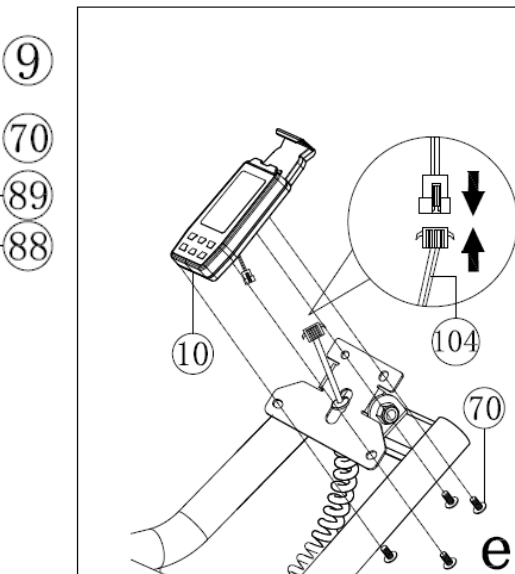
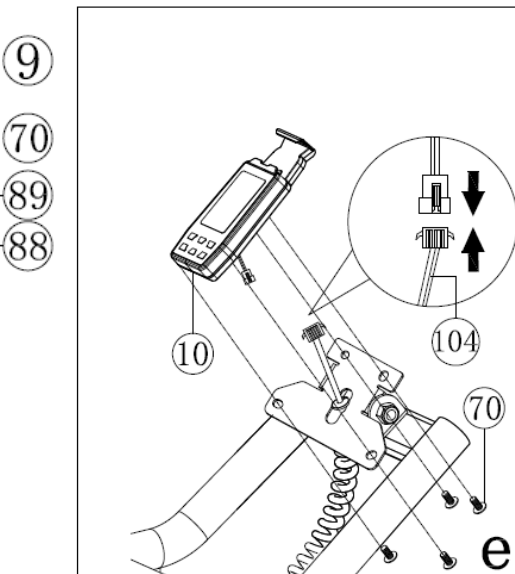
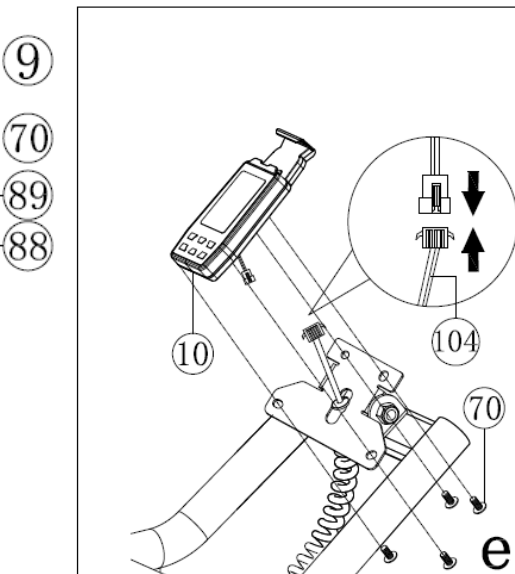
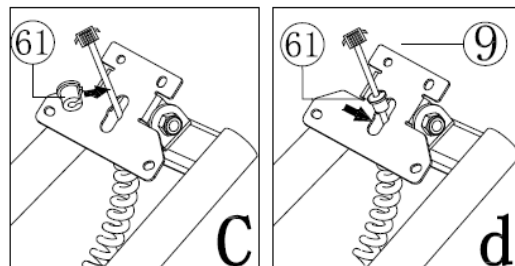
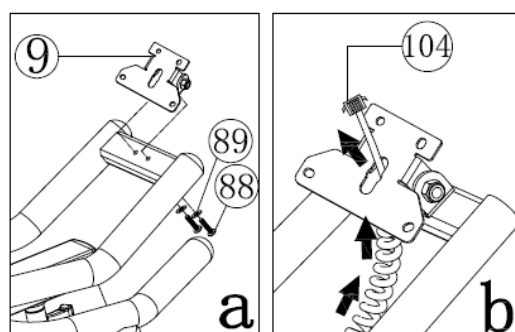
ATTENTION : Faire attention à ne pas coincer les câbles pendant les étapes suivantes.

2. **Passer le câble supérieur du compteur** (104) par l'ouverture de la plaque de fixation du compteur (9). Se référer à la figure B.
3. **Insérer le connecteur électrique** (61) au câble supérieur du compteur (104) et le clipser dans l'ouverture de la plaque de fixation du compteur (9). Se référer à la figure C et D.
4. **Connecter le compteur avec son câble** et le câble supérieur du compteur (104).
5. **Serrer la console sur la plaque de fixation du compteur** (9) avec la vis (70) pré monté. Se référer à la figure E.



(88)		M5*0.8*30L	X2
(89)		D15*D5.2*3T	X2
(61)		D4*D12*13	X1

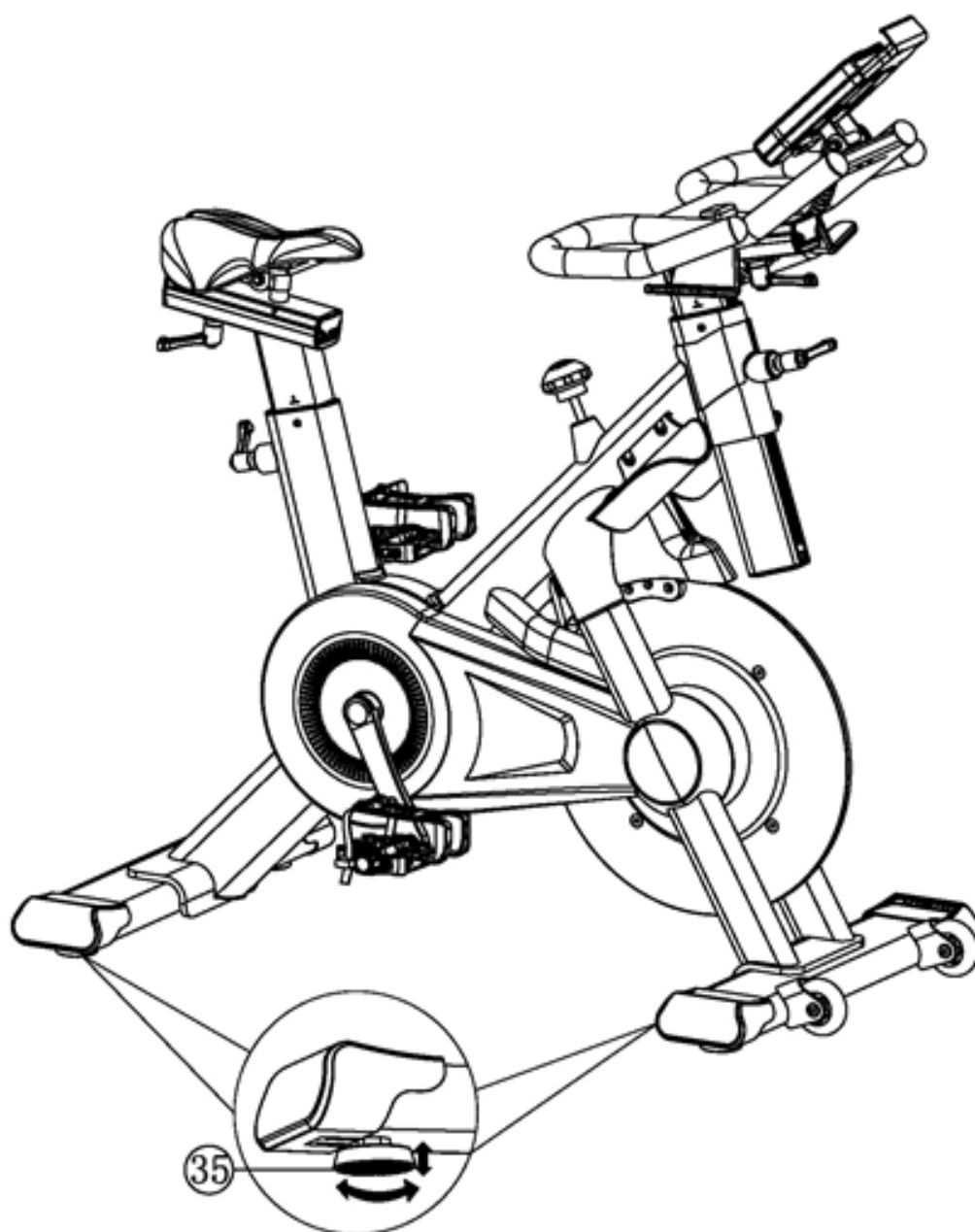
(70)		M5*0.8*15L	X4
------	---	------------	----



ÉTAPE 5 : Alignement des pieds

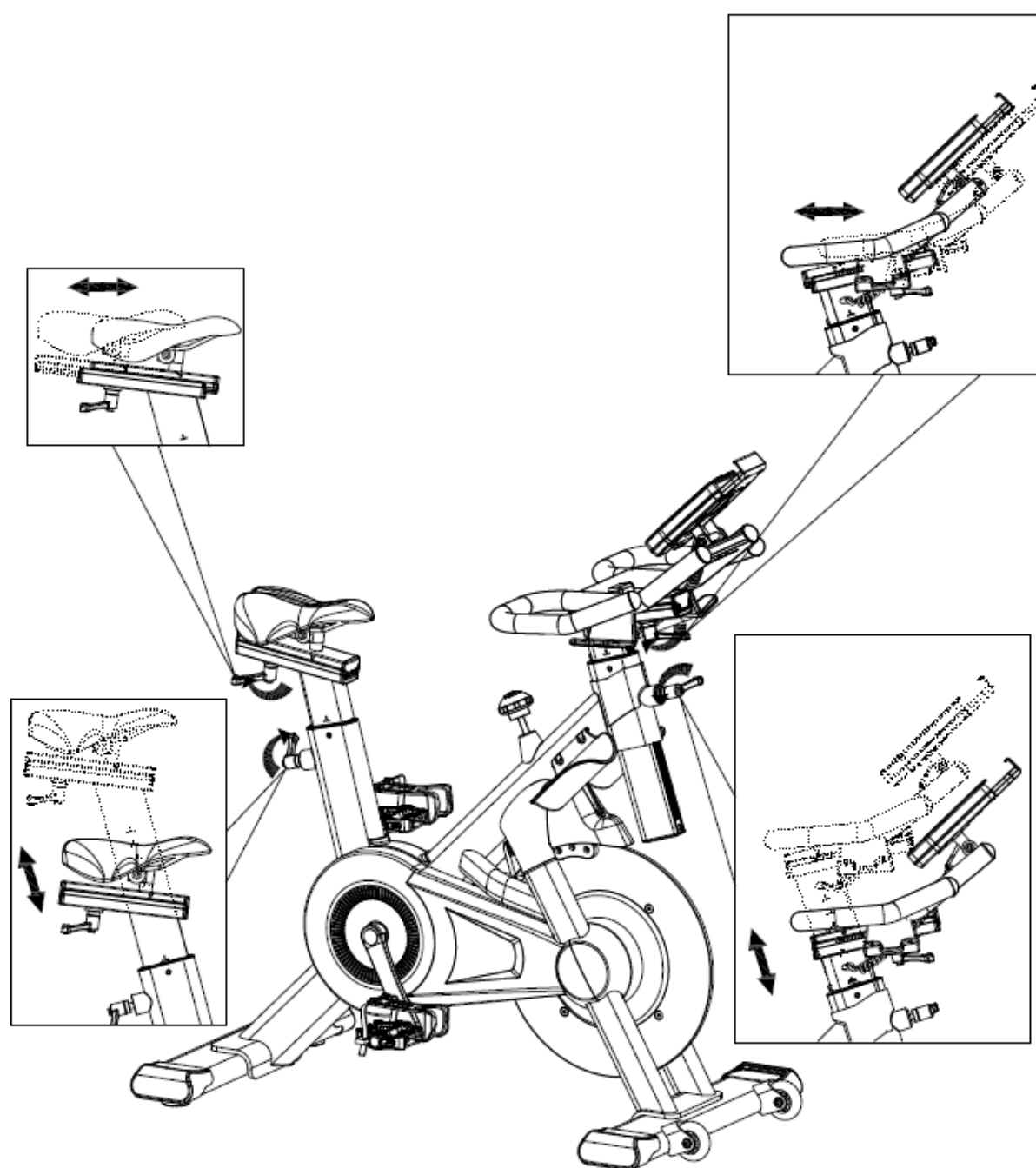
Si le sol est irrégulier, vous pouvez stabiliser l'appareil en tournant les roulettes réglables (35) sous le cadre principal.

1. **Soulever l'appareil du cote désire** et tourner les roulettes réglables.
2. **Tourner les roulettes** dans le sens horaire pour les sortir et surélever l'appareil.
3. **Les tourner dans le sens antihoraire** pour abaisser l'appareil.



ÉTAPE 6 : Réglage de la position de la selle et du guidon

FR



RÉGLAGE DE LA POSITION DE LA SELLE

Réglage en hauteur

ATTENTION : La tige de selle comporte un marquage "STOP" indiquant la hauteur maximale d'insertion. Ne pas dépasser cette limite.

1. **Desserrer et tirer la poignée en L (50)** pour ajuster la hauteur de la tige de selle.

ATTENTION : Dans l'étape suivante, vérifier que la poignée en L (50) s'enclenche de manière audible dans les rainures de réglage.

2. **Resserrer la poignée en L (50).**

Réglage horizontal

1. **Desserrer et tirer la poignée en L (90)** sous la selle jusqu'à pouvoir la faire coulisser d'avant en arrière.

2. **Placer la selle à la position souhaitée.**

ATTENTION : Vérifier que la poignée en L (50) s'enclenche correctement.

3. **Resserrer la poignée en L (90).**

Réglage de la position du guidon

Réglage en hauteur

ATTENTION : Le tube avant est marqué "STOP" pour indiquer la hauteur maximale d'insertion. Ne pas dépasser cette limite.

1. **Desserrer et tirer la poignée en L (50)** pour régler la hauteur du tube avant.

ATTENTION : Vérifier que la poignée s'enclenche correctement dans une des rainures.

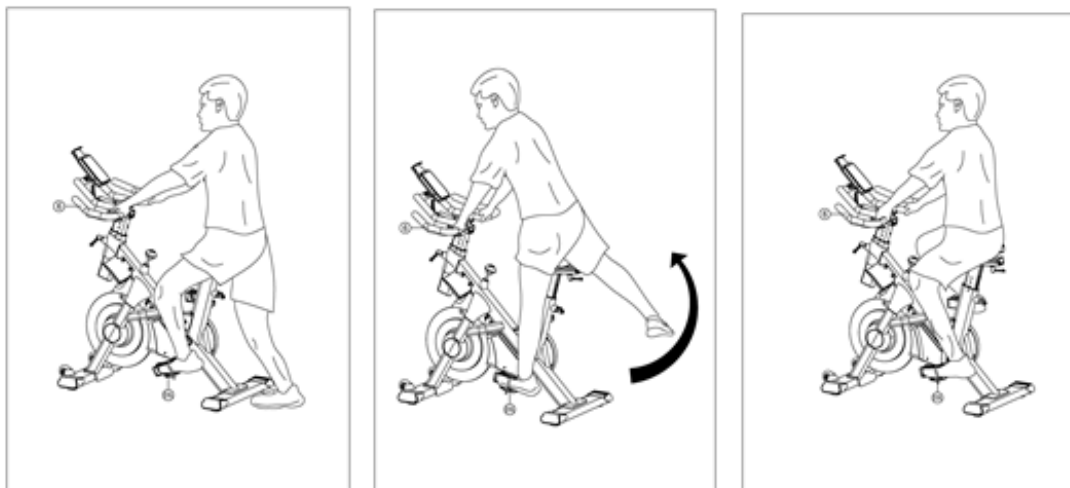
2. **Resserrer la poignée en L (50).**

Réglage horizontal

1. **Tourner la poignée en L (90)** vers la gauche jusqu'à ce que le guidon puisse bouger.
2. **Régler le guidon** à la position souhaitée.
3. **Resserrer la poignée en L (90)** en la tournant vers la droite.

MONTER ET DESCENDRE CORRECTEMENT DE L'APPAREIL

1. **Pour monter, tenir les poignées des deux mains**, poser un pied sur la pédale gauche ou droite, puis poser l'autre pied sur l'autre pédale.
2. **Pour descendre, tenir les poignées des deux mains**, poser un pied au sol puis l'autre.

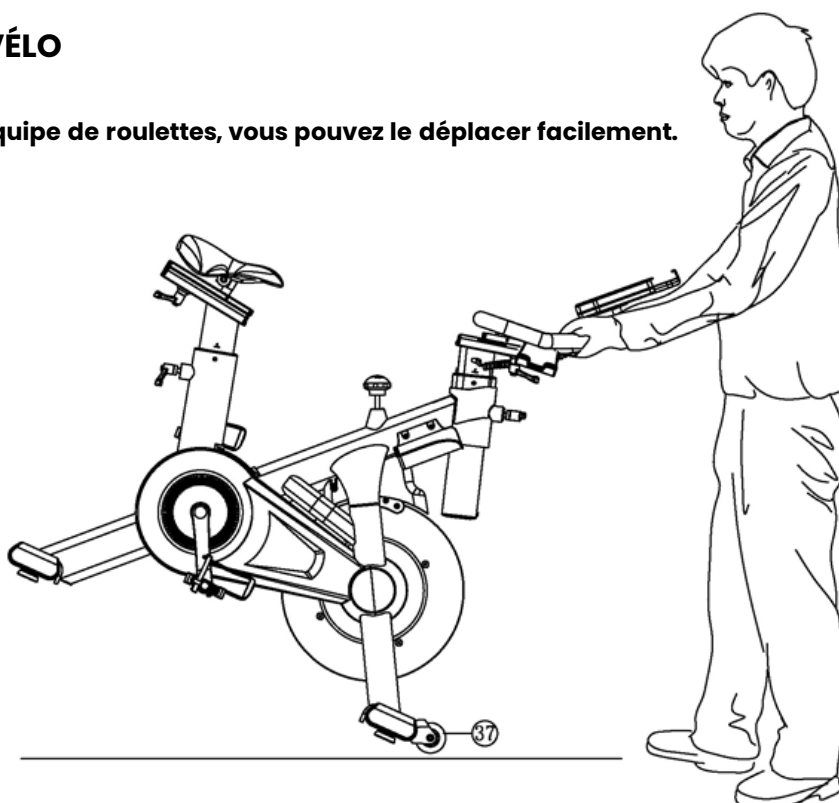


REMARQUE :

Familiarisez-vous avec toutes les fonctions et options de réglage de l'appareil avant de commencer l'entraînement. Faites-vous expliquer le bon usage du produit par un spécialiste. Commencez toujours votre entraînement avec une intensité faible et augmentez-la progressivement. Terminez votre séance par une phase de retour au calme. En cas de doute, consultez votre médecin.

DÉPLACER LE VÉLO

L'appareil étant équipé de roulettes, vous pouvez le déplacer facilement.





1. Liste des fonctions

A. Fonctions :

- **Mode MANUEL** (démarrage automatique sur RPM)
- **Mode RECOVERY** (test de récupération de la fréquence cardiaque)
- **Connexion sans fil à l'application** et connexion sans fil pour la fréquence cardiaque
- **Indicateur de batterie faible**

B. Fonctions matérielles :

- **Réglage manuel de la résistance**
- **Bouton d'activation de la connexion sans fil**

2. Description des fonctions d'affichage

FR

No	Élément	Plage d'affichage	Plage de réglage	Explication
1	TIME	0:00~99:59	± 1:00	1. Décompte sans réglage. 2. Compte à rebours si réglé, avec alarme sonore (BIP 8 fois) à 0, puis passe en fonction de comptage. 3. Affiche « P » si aucun signal reçu sous 4 sec.
2	KM/H	0.0~99.9	Non	1. Affiche "0" si aucun signal en 4 sec. 2. Affiche "99.9" si la limite est dépassée.
3	RPM	0~188	Non	1. Affiche la valeur si signal présent. 2. Revient à 0 si aucun capteur en 4 sec. 3. Affiche "188" si dépassement.
4	DIST	0~99.99	±0.5	1. Décompte sans réglage. 2. Si réglage, compte à rebours jusqu'à 0 avec alarme BIP 8 fois.
5	KCAL	0~9999	±10	1. Décompte sans réglage. 2. Si réglage, compte à rebours jusqu'à 0 avec alarme BIP 8 fois.
6	BPM	30~0~230	±1	1. Affiche après 4 sec avec signal. 2. Affiche "P" si aucun signal en 4 sec. 3. BIP si fréquence cardiaque dépasse la limite définie.
7	LOAD	1~99	1~99	Réglage par segments.
8	WATT	0~999	Non	Affiche la valeur selon le tableau des WATT.

3. Description des boutons

A. MODE

- **Chaque pression passe au mode suivant.** En mode SCAN, la fonction actuelle est verrouillée.
- **Chaque pression émet un signal sonore « BIP ».**
- **Appuyer 2 sec :** réinitialisation des valeurs et redémarrage du compteur.

B. UP (Utilisable seulement 4 sec après l'arrêt)

1. **Une pression = +1. Appui long = augmentation rapide.**

2. Plages de réglage :

- **TIME :** 0:00 ~ 99:00 (+1:00 par pression)
- **DIST :** 0.0 ~ 99.50 (+0.5 par pression)
- **KCAL :** 0 ~ 9990 (+10 par pression)
- **BPM :** 30 ~ 230 (+1 par pression)

C. DOWN (Utilisable seulement 4 sec après l'arrêt)

1. **Une pression = +1. Appui long = augmentation rapide.**

2. Plages de réglage :

- **TIME :** 0:00 ~ 99:00 (+1:00 par pression)
- **DIST :** 0.0 ~ 99.50 (+0.5 par pression)
- **KCAL :** 0 ~ 9990 (+10 par pression)
- **BPM :** 30 ~ 230 (+1 par pression)

D. RESET (Utilisable seulement 4 sec après l'arrêt)

- **En MODE « UP » :** une pression efface la donnée actuelle.
- **Appui long 2 sec :** réinitialisation totale

E. RECOVERY

- **Après affichage du rythme cardiaque,** appuyer pour entrer en mode test RECOVERY.
- **Compte à rebours de 60 sec** (le signal doit rester actif).
- **Affiche les valeurs F1 à F6** après 60 sec.

FX	F1	F2	F3	F4	F5	F6
RESULTAT	EXCEPTIONNEL	EXCELLENT	BON	JUSTE	MAUVAIS	MEDIOCRE

F. CONNEXION SANS FIL ON/OFF (KINOMAP)

- **Une pression active** la diffusion sans fil.
- **Une autre pression** coupe la diffusion sans fil.
- **Connexion possible aux appareils compatibles** après démarrage.
- **Copier le lien ci-dessous dans votre navigateur** (Edge, Firefox, Chrome, Safari etc) et suivre les instructions détaillées : <https://cloud.carefitness.com/index.php/s/E2WD22KMNBQzERL>

G. SIGNAL SONORE

- **Un BIP au démarrage.**
- **Un BIP par pression** (sauf appui long).
- **Lorsqu'un réglage TIME, DIST ou KCAL atteint 0, alarme « BIP »** (si le son est activé).

Une pression arrête le son mais n'exécute pas d'autre fonction.

4. Fonctionnement

1. Mise sous tension

- **À l'allumage, affichage complet de l'écran LCD pendant 1 sec + alarme longue « BIP »** (si activé), puis passage en mode veille.
- **Sans signal reçu sous 4 sec**, le temps s'arrête et le compteur se met en veille.
- **Fonctionne avec 2 piles AA LR6**

2. Veille

- **Sans signal RPM**, le chronomètre se met en pause automatique.

3. Fonctionnement par mode :

- **TIME :**
 - **Sans réglage** : la fonction temps commence.
 - **Avec UP/DOWN** : réglage de 1 min par 1 min. Le compte à rebours commence, puis Bip 8x pour annoncer la fin, puis repasse en mode sans réglage.
- **KMI/H : Valeur affichée** uniquement si signal présent.
- **RPM : Valeur affichée** uniquement si signal présent.
- **DIST :**
 - **Sans réglage** : la fonction distance commence.
 - **Avec UP/DOWN** : réglage max 99.50, pas de 0.5. Le compte à rebours commence, puis Bip 8x pour annoncer la fin, puis repasse en mode sans réglage.
- **KCAL :**
 - **Sans réglage** : la fonction calorie commence.
 - **Avec UP/DOWN** : réglage max 9990, pas de 10. Le compte à rebours commence, puis Bip 8x pour annoncer la fin, puis repasse en mode sans réglage.
- **BPM :**
 - **Sans réglage** : la fonction fréquence cardiaque commence.
 - **Avec UP/DOWN** : plage 30-230, pas de 1. Alarme BIP si la fréquence réelle dépasse la valeur réglée.
 - **Valeur initiale affichée : 72.**
- **LOAD : Réglez à l'aide du bouton (99)** situé sur le vélo.
- **WATT : Affiche la valeur WATT.**

4. Mode veille prolongée

- **Si aucun signal sous 4 min** : passage en veille prolongée.
- **Une pression de touche ou un signal** relance le compteur.

5. Connexion sans fil (opt011 careconnect ceinture thoracique)

En cas d'appairage réussi avec l'application, le symbole connexion sans fil s'affiche, les autres icônes sont masquées. Deux BIP indiquent une connexion réussie.

POUR COMMANDER DES PIECES DETACHEES

Dans un souci d'efficacité munissez-vous des éléments suivants avant de contacter **notre Service Après-Vente** :

- **Le nom ou la référence du produit.**
- **Le numéro de fabrication** indiqué sur le châssis principal et sur le carton d'emballage.
- **Le numéro de la pièce manquante ou défectueuse** indiqué sur la vue éclatée du produit présente dans cette notice.
- Contacter **du lundi au vendredi de 10H00 à 12H00 et de 14H00 à 17H00 (sauf jour fériés).**

CARE Service Après-Vente

18 / 22 rue Bernard – Z.I. les Vignes
93012 BOBIGNY Cedex

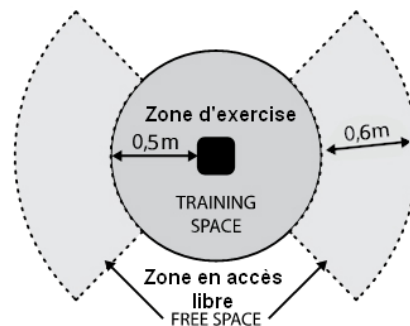
Tél. : + 33 (0)1 48 43 67 20

E-mail : <https://www.carefitness.com/sav>

WARNINGS :

Safety

- Read and keep this user manual carefully. Use this product only as described in the instructions.
- This equipment must be **assembled and used by adults only**.
- Your equipment complies with **EN-957 Class S standards**, suitable for home use, gyms, or **any other public, club, or rental facilities**.
- For safe use, place the machine on a stable and level surface. Protect your floor with a mat. **Do not use this equipment in damp areas** (such as swimming pools, saunas, etc.).
- Ensure that the installation area is **flat and stable**.
- Keep **0.6 m (2 ft)** of free space around the equipment (see illustration below – the solid circle shows the workout area, and the dotted lines indicate at least **0.5 m (1.6 ft)** of additional free space on each side).



- **Do not allow children to play with the equipment.** CARE declines any responsibility for injuries they may sustain. Keep children away during training.
- CARE is not responsible for **any technical modifications** made by the user to our products.
- **Maximum user weight: 180 kg (397 lbs)**

Before starting any exercise, consult your physician to determine the appropriate level of training intensity. Overtraining or improper workouts can be harmful to your health.

- Keep your **back straight** during exercises.
- It is strongly recommended to **wear appropriate sports clothing and shoes**.
- Respect the **maximum adjustment positions** of all adjustable parts.

CAUTION: Heart rate monitoring systems may be inaccurate. Excessive exercise can cause serious injury or death. If you feel unwell, stop exercising immediately.

Maintenance

- Regularly check that all **fastening parts**, such as screws and nuts, are properly tightened. To maintain safety, your equipment must be inspected periodically. **Replace any defective part immediately** and do not use the machine again until it has been completely repaired. Remember to **lubricate all moving parts regularly**.
- **Sweat is highly corrosive:** avoid contact with the **painted or chrome-plated parts** of the equipment, especially with **the computer**. Wipe the equipment clean immediately after each workout. Painted parts can be cleaned with **a sponge dampened with water**. **Do not use abrasive or corrosive cleaning products.**
- **Unit weight:** 50.3 kg
- **Dimensions:** 108 × 58 × 141 cm (0.63 m³)
- **The braking system operates independently of the speed.**
- This **crank-operated class C training device is not suitable for precision exercises.**

Warranty : The frame is covered by a 5-year warranty. Wear parts are covered by a 2-year warranty. The warranty applies only to normal use by a private individual at home. Activate your product warranty online at : www.carefitness.com

Recyclage

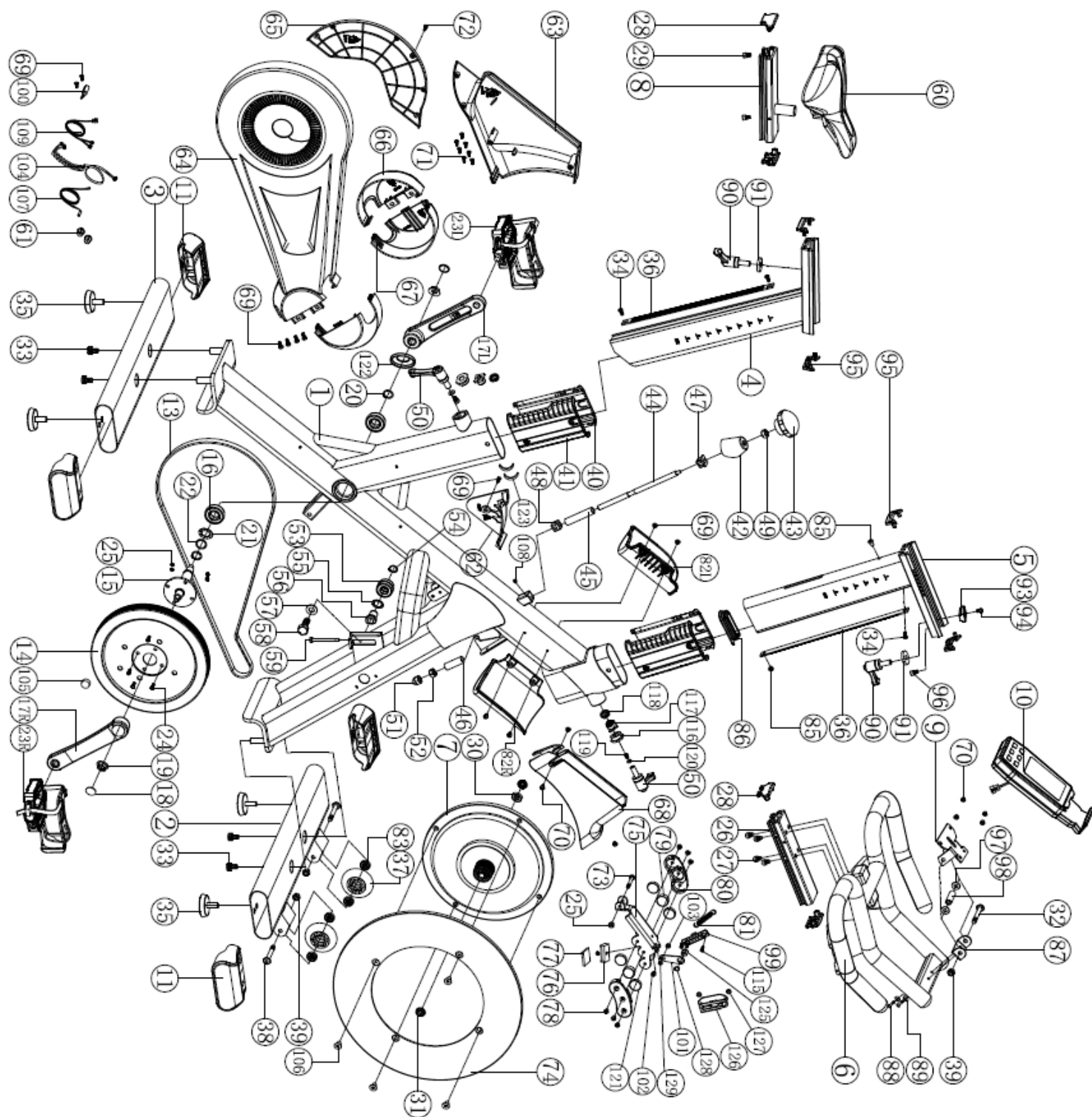


The crossed-out wheeled bin symbol indicates that this product and any batteries it contains must not be disposed of with household waste. They are subject to specific separate collection and recycling processes. Please take the batteries and your end-of-life electronic product to an authorized collection point for proper recycling. This recycling process helps protect the environment and your health.

*The parts most subject to wear are the grip foam and the end caps.

EXPLOSIETEKENING

EN



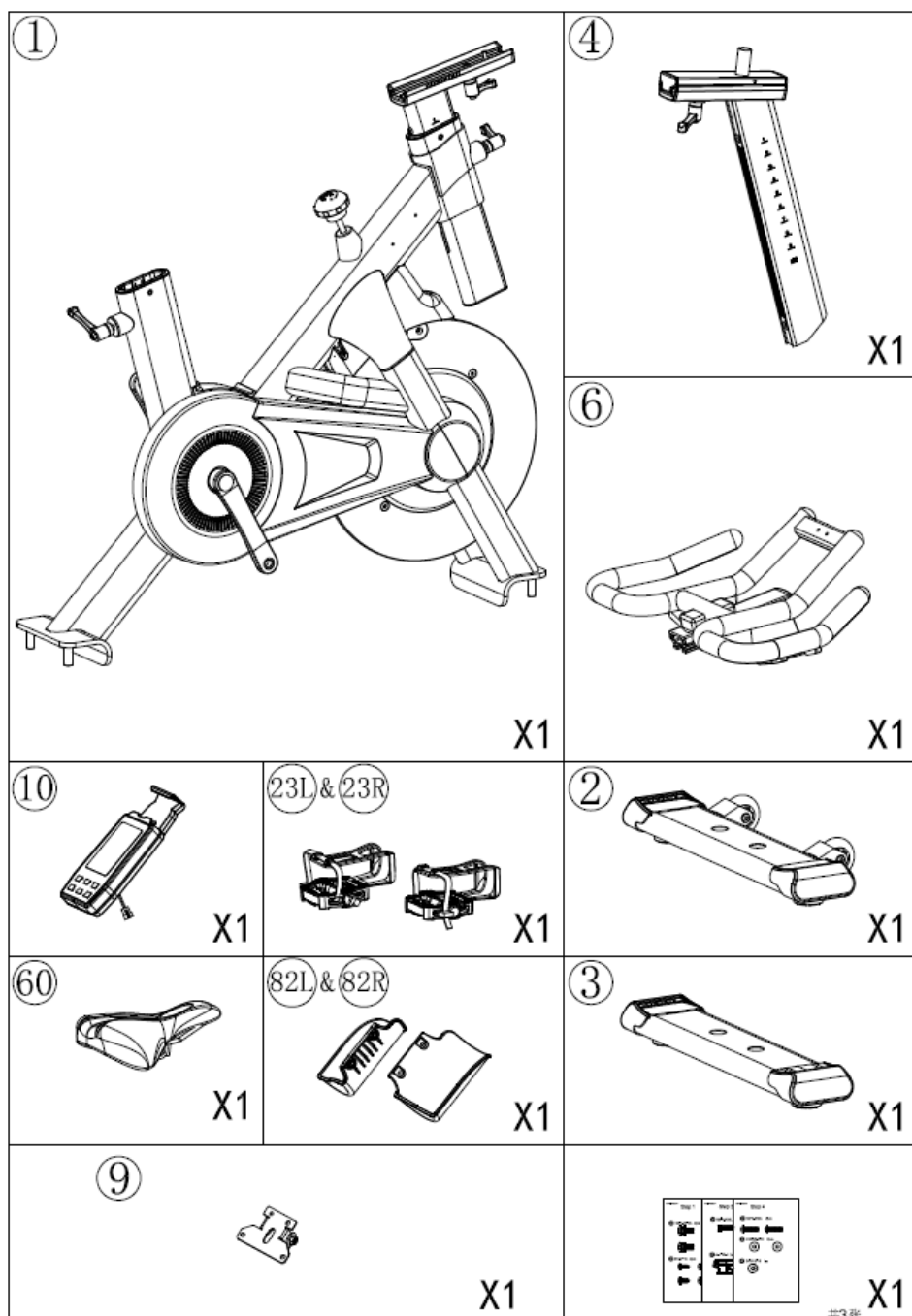
LIJST VAN RESERVEONDERDELEN

EN

No.	Description	Qty	No.	Description	Qty
1	Main frame	1	65	Cover hole cap	1
2	Front stabilizer	1	66	Front left cover	1
3	Rear stabilizer	1	67	Front right cover	2
4	Seat	1	68	Flywheel cover	1
5	Front tube	1	69	Screw ST4.2×15L	12
6	Handlebar	1	70	Screw M5×0.8×15L	2
7	Flywheel	1	71	Round Phillips screw ST3.5×1.41×12L	7
8	Adjustable seat tube	1	72	Screw M4×0.7×8L	1
9	Computer fixing plate	1	73	Bolt M6×1×45L	1
10	Computer	1	74	Flywheel (2)	1
11	Oval tube end cap	4	75	Magnet support	1
13	Belt	1	76	Brake pad	1
14	Pulley	1	77	Natural leather	1
15	Crank axle	1	78	Screw M5×0.8×8L	7
16	Bearing #6004	2	79	Magnet	2
17L	Left crank	1	80	Magnet for cover	2
17R	Right crank	1	81	Spring	1
18	Cover bolt	2	82L	Bottle holder (left)	1
19	Self-locking nut M10×1.25×10T	2	82R	Bottle holder (right)	1
20	Circlip	2	83	Bushing	4
21	Wave washer D27×D20.3×0.5T	1	85	Bolt M5×0.8×10L	2
22	Flat washer D26×D21×1.5T	1	86	Tube cap (type D)	1
23L/23R	Pedal set (left & right)	1	87	Computer fixing plate	1
24	Allen bolt M6×1.0×12L	4	88	Bolt M5×0.8×30L	2
25	Nylon nut M6×1.0×6T	5	89	Flat washer D15×D5.2×3T	2
26	Handlebar adjustment tube	1	90	L-handle	2
27	Bolt M8×1.25×20L	4	91	Flat washer D25×D10×2T	2
28	Cap (1)	4	92	Protective strip	3
29	Screw M6×1.0×10L	2	93	Support plate	2
30	Hex nut D9.5×8T	1	94	Bolt M5×0.8×12L	2
31	Self-locking nut	2	95	End cap	4
32	Bolt M8×1.25×60L	1	96	Bolt M6×1.0×20L	1
33	Allen bolt M8×1.25×20L	4	97	Flat washer D18×D8.5×1.0T	2
34	Countersunk screw M5×0.8×10L	3	98	Bushing	1
35	Adjustable wheel	4	99	VR regulator	1
36	Seat tube limiter	2	100	Sensor bracket	1
37	Transport wheels	2	101	Adjustable rod	1
38	Allen bolt M8×1.25×40L	2	102	Round Phillips screw	1
39	Nylon nut M8×1.25×8T	3	103	Nylon nut M5×0.8×5T	1
40	Inner tube 1	2	104	Upper computer cable	1
41	Inner tube 2	2	105	Magnet	1
42	Brake cover	1	106	Screw M8×1.25×15L	4
43	Adjustment knob	1	107	Sensor cable	1
44	Stem screw	1	108	Phillips screw ST3×6L	1
45	Fixed tube	1	109	Lower computer cable	1
46	Spacer tube	1	115	Screw ST4.2×10L	2
47	Support plate	1	116	Nut cover	2
48	Positioning block	1	117	Clamping column	2
49	Allen nut M8×1.25×6T	1	118	Spring	2
50	L-handle	2	119	Screw M6×1×10L	2
51	Short cap nut M10×1.5×18L	1	120	Flat washer D13×D6.5×1.0T	2

52	Allen nut M10×1.5×5T	1	121	Magnet	4
53	Bearing #6203-2RS	2	122	Crank cover	1
54	Circlip S-16 (1T)	1	123	Shock absorber (1)	2
55	Wave washer D21×D16×0.3T	1	125	Sliding guide bushing	1
56	Freewheel axle	1	126	Guide groove	1
57	Flat washer D20×D11×3T	1	127	Fixing ring	2
58	Bolt M10×1.5×20L	1	128	C-ring	1
59	Adjustable threaded rod	1	129	Spacer	1
60	Seat	1	—	Allen wrench (cross type)	1
61	Electrical connector	4	—	Open-end wrench	1
62	Decorative upper cover	1	—	Phillips screwdriver	1
63	Left cover	1	—	Allen wrench (cross type)	1
64	Right cover	1	—	Screw kit	1

LIST OF PARTS



ASSEMBLY INSTRUCTIONS

EN



Assembly time
30 min



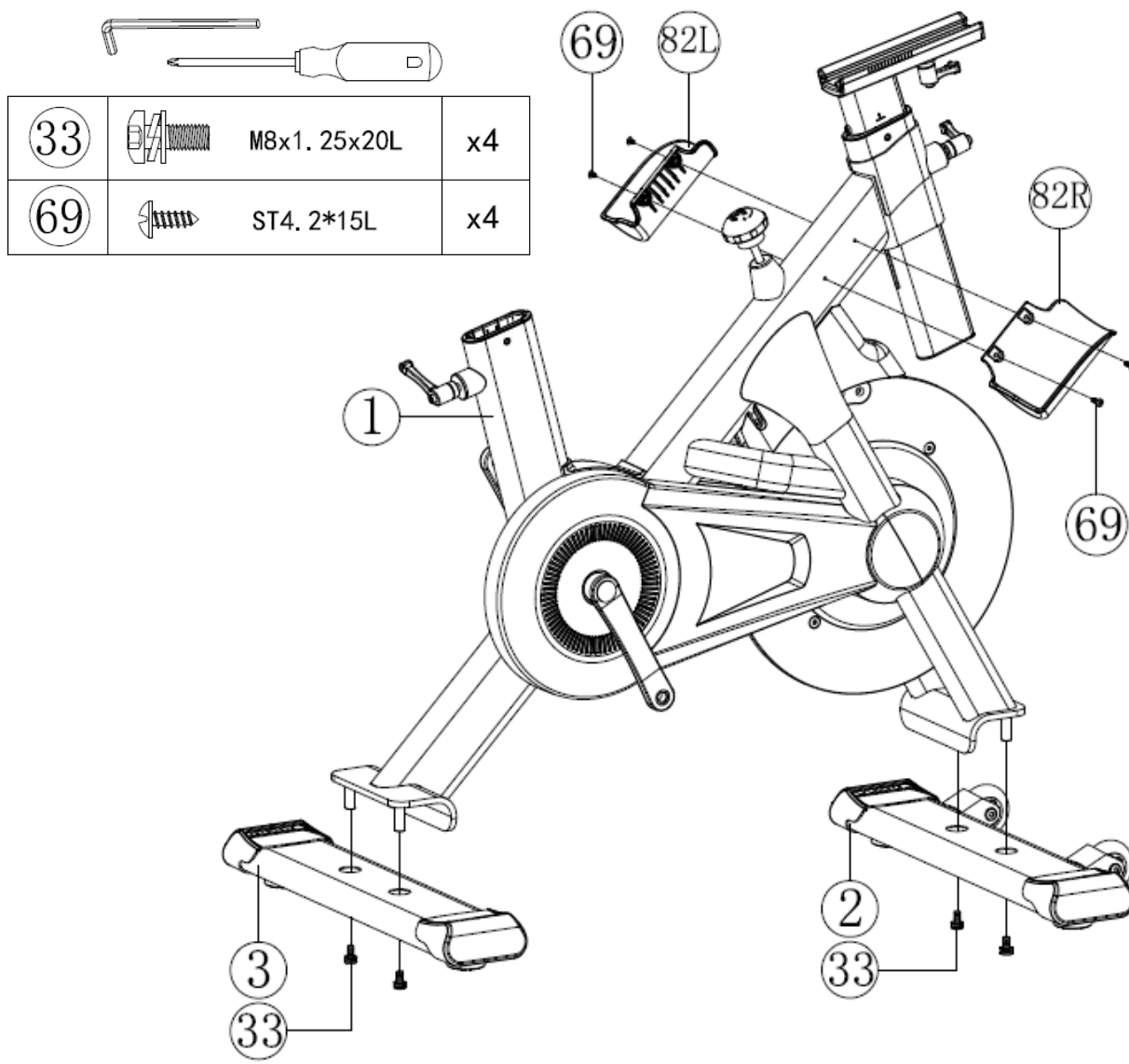
Tools
included



Difficulties
Easy

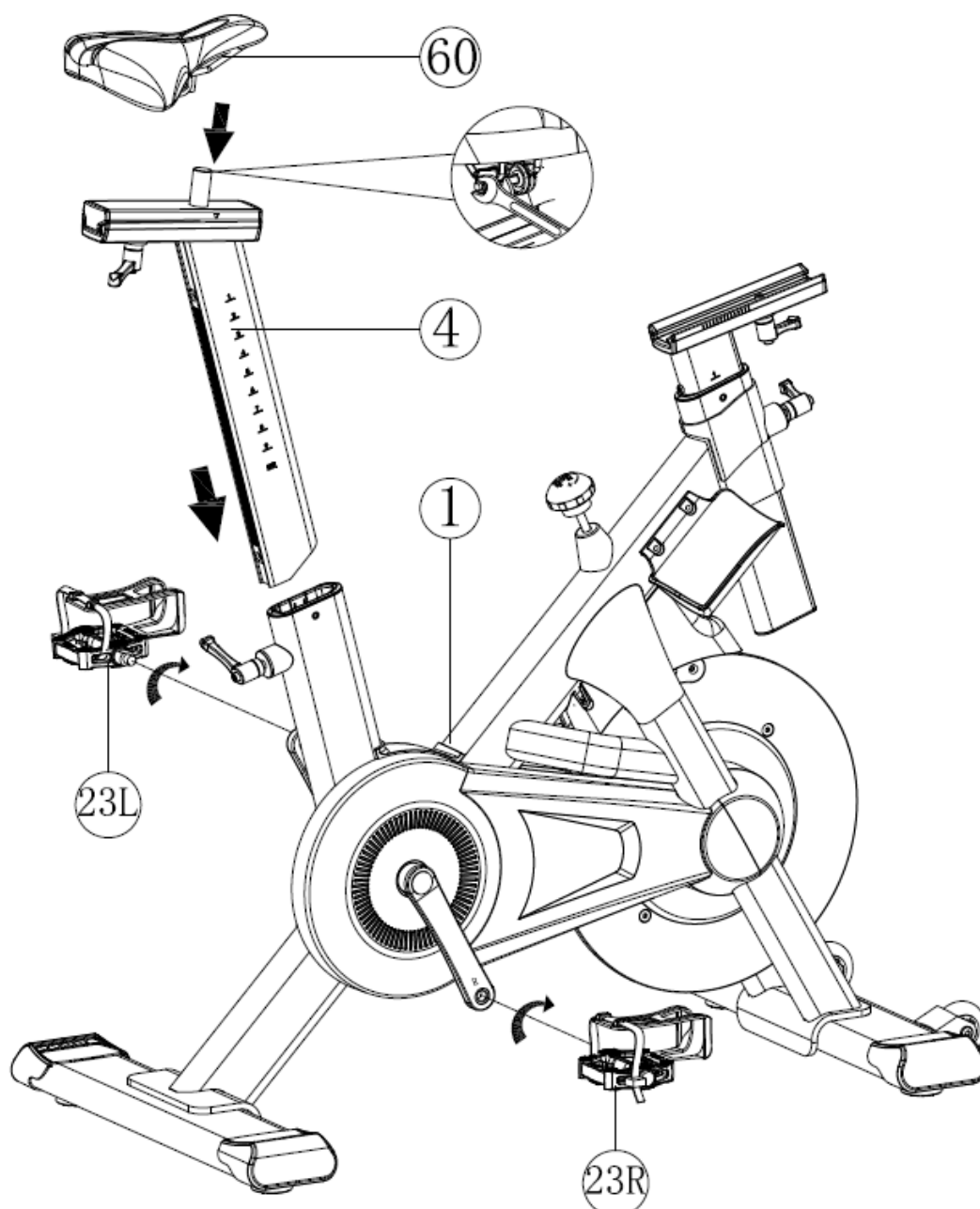
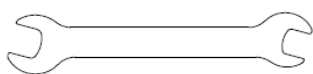
STEP 1: Assembling the stabilizers and bottle holders

1. **Attach the front stabilizer (2)** to the main frame (1) using the Allen bolts (33).
2. **Attach the rear stabilizer (3)** to the main frame (1) using the Allen bolts (33).
3. **Fix the left and right bottle holders (82L/82R)** to the main frame with 2 screws (69) each.
Refer to the illustration above.



STEP 2 : Assembling the seat post, seat, and pedals

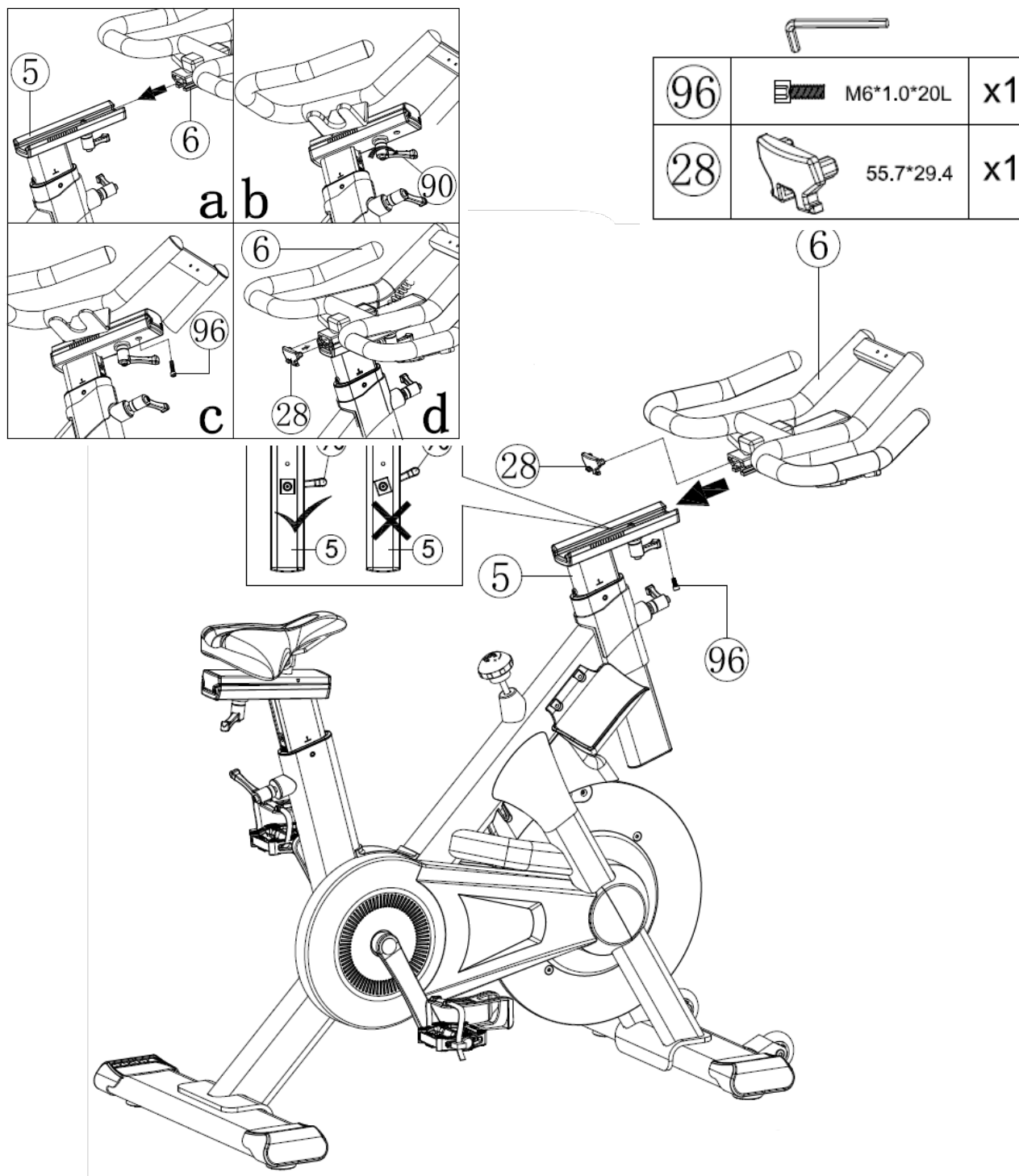
1. **Loosen and pull out the L-handle** (50).
2. **Insert the seat post** (4) into the main frame (1).
CAUTION: Make sure the L-handle (50) audibly locks into one of the adjustment notches of the seat post (4).
3. **Loosen slightly** the two nuts located under the seat (60).
4. **Fix the seat** (60) to the seat post (4) and tighten the nuts using the wrench.
5. **Attach the right pedal** (23R) to the right crank, turning clockwise.
6. **Attach the left pedal** (23L) to the left crank, turning counterclockwise.
CAUTION: Ensure both pedals are completely tightened.



STEP 3 : Assembling the handlebar

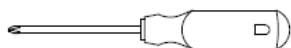
1. **Fix the handlebar** (6) to the front tube (5) using the L-handle (90).
2. **See figure (a)**. Note: The L-handle (90) is located under the front tube (5).
3. **Turn the L-handle** (90) clockwise (see figure b).
4. **Tighten the bolt** (96) (see figure c).
5. **Insert the cap** (28) on the handlebar (6) (see figure d).

CAUTION: Ensure the L-handle (90) is properly aligned.



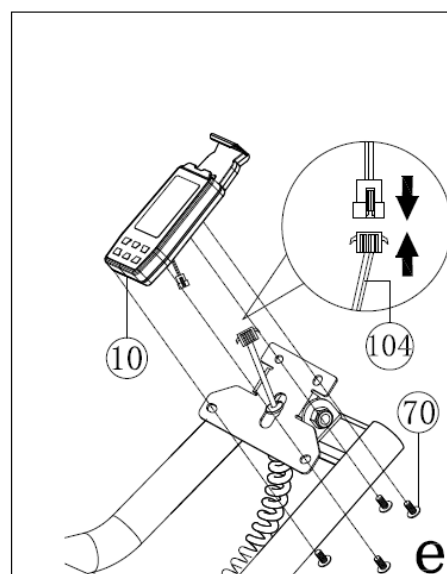
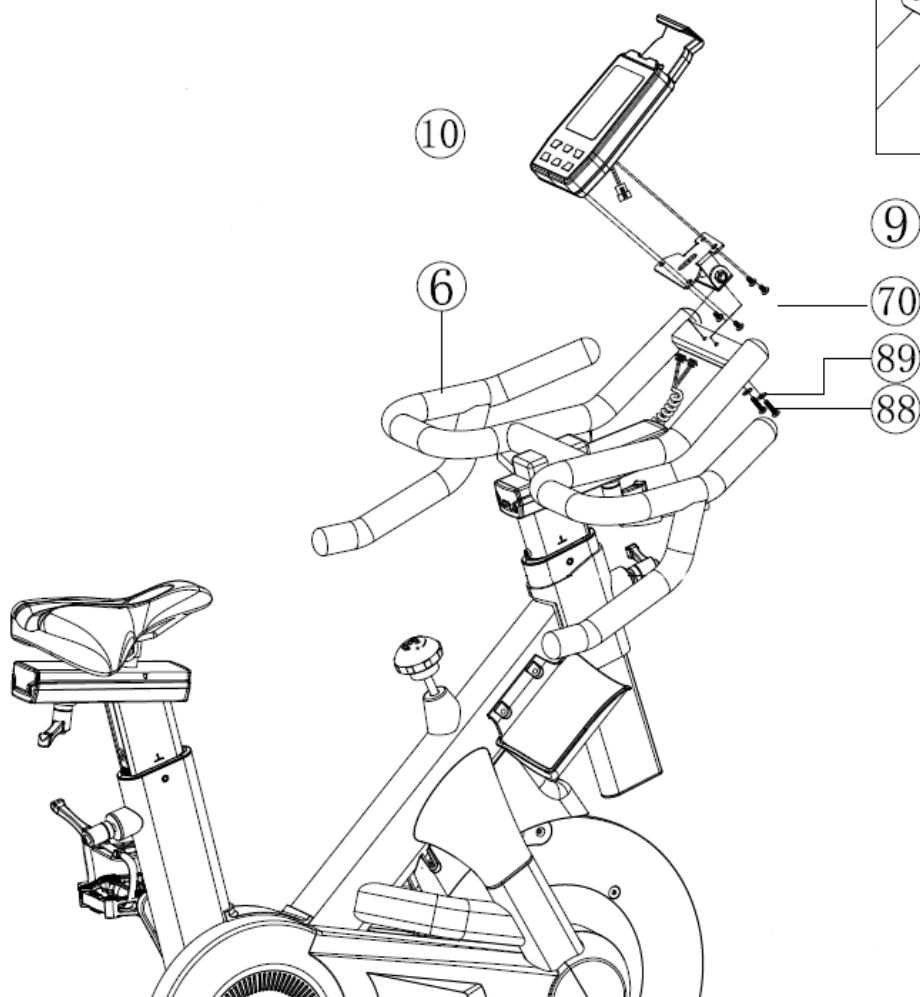
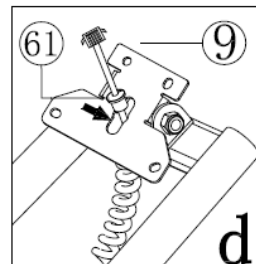
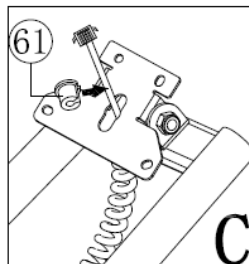
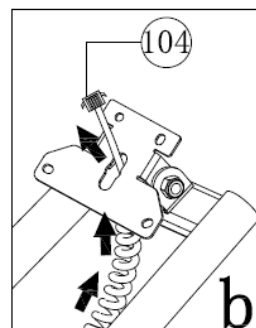
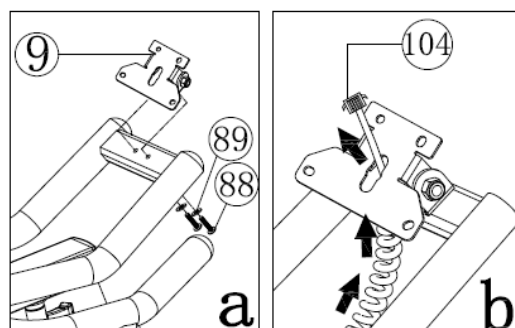
STEP 4 : Assembling the computer fixing plate with its support

1. **Attach the computer fixing plate (9)** to the handlebar (6) using 2 flat washers (89) and 2 bolts (88). See figure (a).
- CAUTION:** Be careful not to pinch the cables during the following steps.
2. **Pass the upper computer cable (104)** through the opening of the computer fixing plate (9) (see figure b).
 3. **Insert the electrical connector (61)** into the upper computer cable (104) and clip it into the plate opening (see figures c and d).
 4. **Connect the computer** with its cable and the upper computer cable (104).
 5. **Secure the console** onto the computer fixing plate (9) using the pre-mounted screw (70) (see figure e).



88		M5*0.8*30L	X2
89		D15*D5.2*3T	X2
61		D4*D12*13	X1

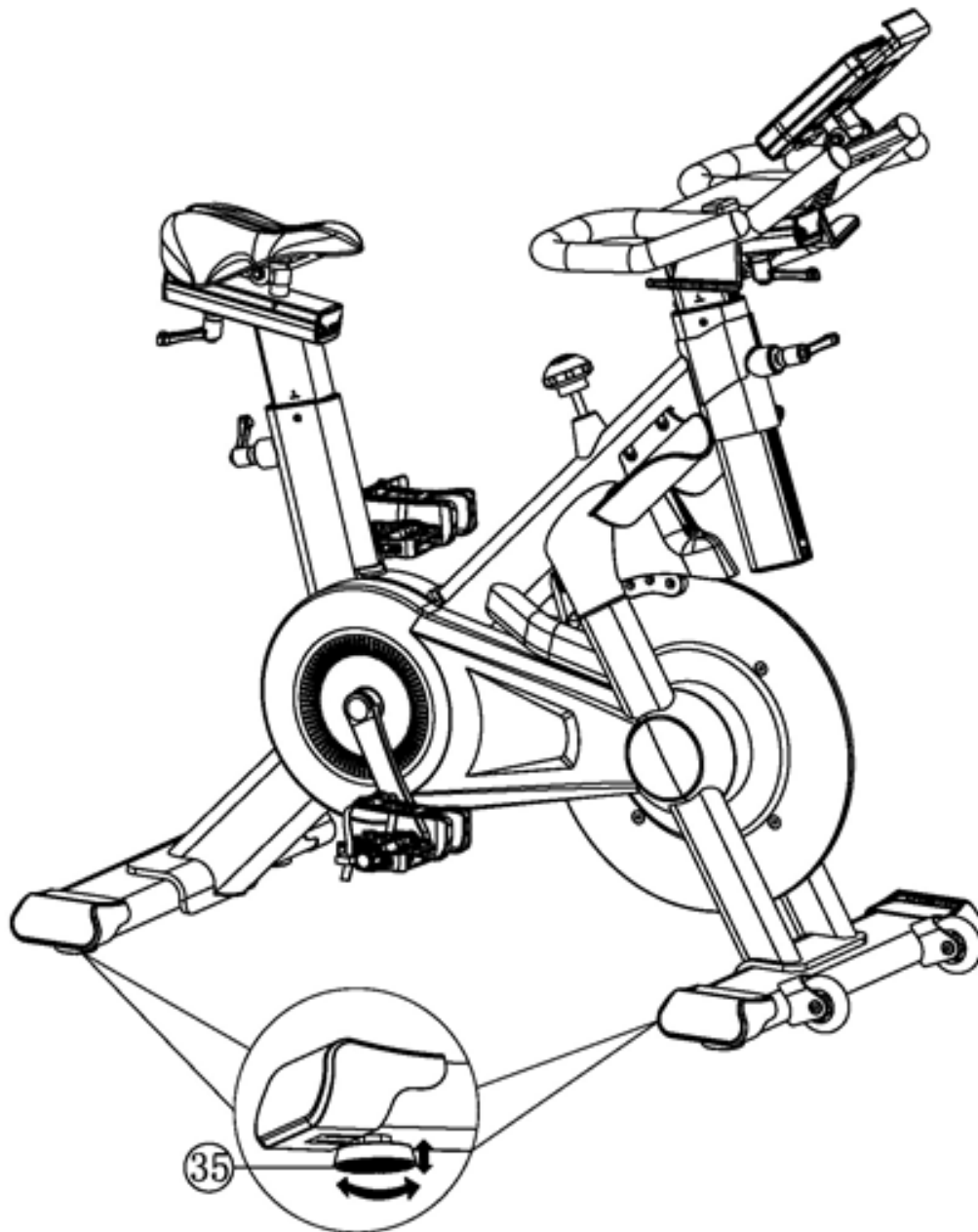
70		M5*0.8*15L	X4
----	---	------------	----



STEP 5 : Levelling the feet

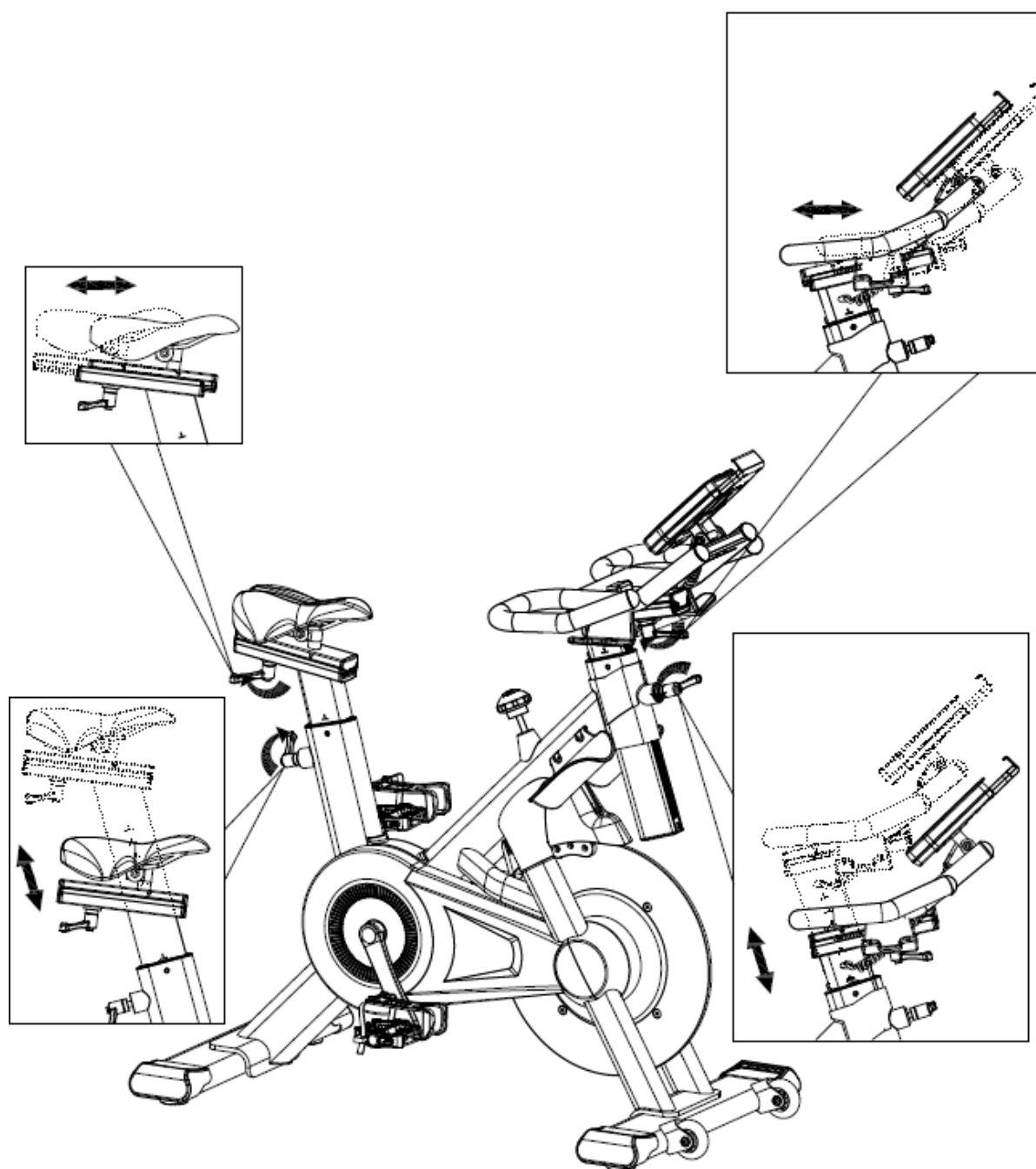
If the floor is uneven, you can stabilize the equipment by adjusting the adjustable wheels (35) located under the main frame.

1. Lift the machine slightly on the desired side and turn the **adjustable wheels**.
2. Turn them **clockwise** to extend them and raise the equipment.
3. Turn them **counterclockwise** to lower the equipment.



STEP 6 : Adjusting the seat and handlebar positions

EN



ADJUSTING THE SEAT

Height adjustment

Caution : The seat post has a "STOP" marking indicating the maximum insertion height.

Do not exceed this limit.

1. **Loosen and pull the L-handle (50)** to adjust the seat post height.

Caution : Ensure the L-handle (50) audibly locks into one of the adjustment notches.

2. **Tighten the L-handle (50)** again.

Horizontal adjustment

1. **Loosen and pull the L-handle (90)** located under the seat to slide it forward or backward.

2. **Set the seat to the desired position.**

Caution : Ensure the L-handle (50) locks properly.

3. **Tighten the L-handle (90)** again.

Adjusting the handlebar

Height adjustment

Caution : The front tube is marked with "STOP" to indicate the maximum insertion height.

Do not exceed this limit.

1. **Loosen and pull the L-handle (50)** to adjust the height of the front tube.

Caution : Make sure the handle locks properly into one of the grooves.

2. **Tighten the L-handle (50).**

Horizontal adjustment

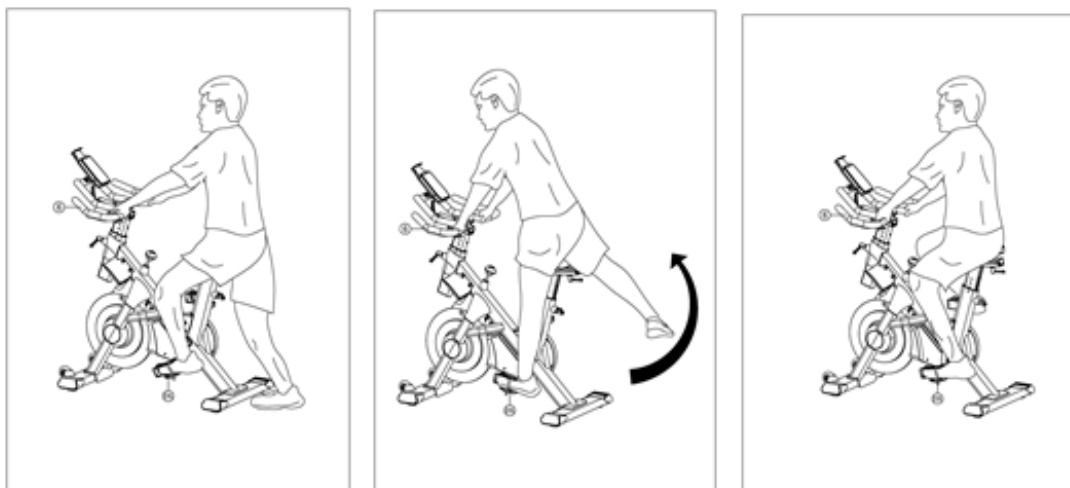
1. **Turn the L-handle (90)** to the left until the handlebar can move.

2. **Adjust the handlebar** to the desired position.

3. **Turn the L-handle (90)** to the right to tighten it.

MOUNTING AND DISMOUNTING THE MACHINE

1. **To mount, hold the handles with both hands**, place one foot on a pedal (left or right), then place the other foot on the opposite pedal.
2. **To dismount, hold the handles with both hands**, place one foot on the ground, then the other.

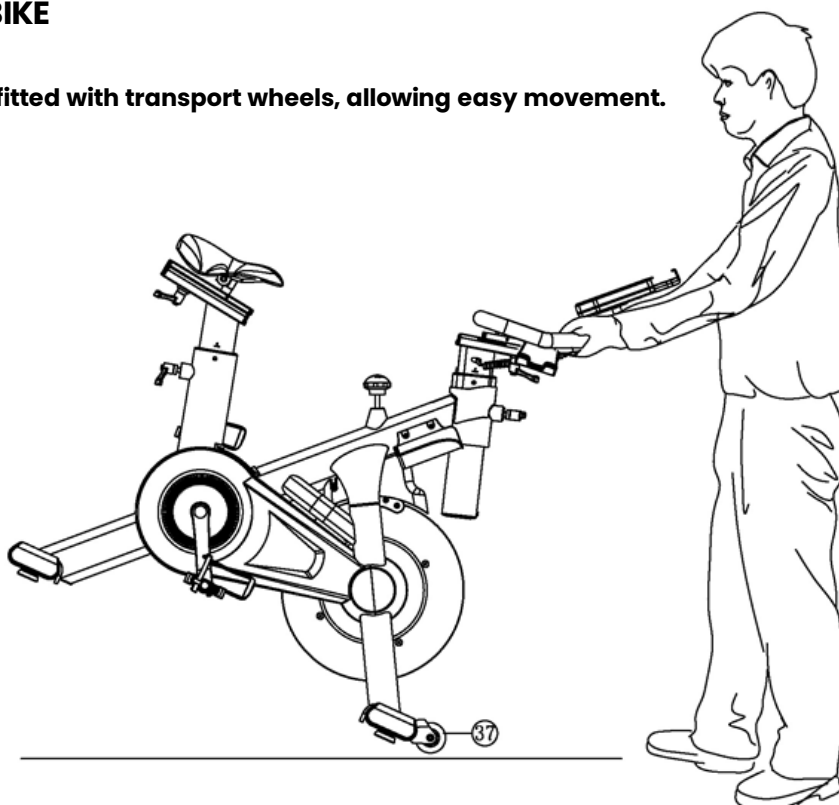


NOTE :

Familiarize yourself with all functions and adjustment options before starting your workout. If necessary, ask a specialist to explain the correct use of the product. Always start your workout with low intensity and increase it gradually. End your session with a cool-down phase. If in doubt, consult your physician.

MOVING THE BIKE

The equipment is fitted with transport wheels, allowing easy movement.





1. Function List

A. Functions:

- **MANUAL mode** (automatic start with RPM)
- **RECOVERY mode** (heart rate recovery test)
- **Wireless connection to the app** and wireless heart rate connection
- **Low battery indicator**

B. Hardware Functions:

- **Manual resistance adjustment**
- **Wireless connection activation button**

2. Display Function Description

No.	Item	Display Range	Setting Range	Explanation
1	TIME	0:00 ~ 99:59	± 1:00	1. Counts down without setting. 2. Counts down when set, with alarm (BIP 8 times) at 0, then switches to count up. 3. Displays "P" if no signal is received within 4 sec.
2	KM/H	0.0 ~ 99.9	No	1. Displays "0" if no signal within 4 sec. 2. Displays "99.9" if range exceeded.
3	RPM	0 ~ 188	No	1. Displays value when signal present. 2. Returns to 0 if no sensor signal within 4 sec. 3. Displays "188" if range exceeded.
4	DIST	0 ~ 99.99	± 0.5	1. Counts down without setting. 2. When set, counts down to 0 with alarm BIP 8 times.
5	KCAL	0 ~ 9999	± 10	1. Counts down without setting. 2. When set, counts down to 0 with alarm BIP 8 times.
6	BPM	30 ~ 230	± 1	1. With signal, displays after 4 sec. 2. Displays "P" if no signal after 4 sec. 3. BIP if heart rate exceeds set value.
7	LOAD	1 ~ 99	1 ~ 99	Segment adjustment.
8	WATT	0 ~ 999	No	Displays the WATT value.

3. Button Function Description

A. MODE

- **Each press switches to the next mode.** In SCAN mode, the current function is locked.
- **Each press makes a “BIP” sound.**
- **Press for 2 sec:** reset values and restart the computer.

B. UP (Operable only 4 sec after stop)

1. **One press = +1. Long press = fast increase.**
2. Setting ranges:
 - **TIME** : 0:00 ~ 99:00 (+1:00 per press)
 - **DIST** : 0.0 ~ 99.50 (+0.5 per press)
 - **KCAL** : 0 ~ 9990 (+10 per press)
 - **BPM** : 30 ~ 230 (+1 per press)

C. DOWN (Operable only 4 sec after stop)

1. **One press = -1. Long press = fast decrease.**
2. Setting ranges:
 - **TIME** : 0:00 ~ 99:00 (+1:00 per press)
 - **DIST** : 0.0 ~ 99.50 (+0.5 per press)
 - **KCAL** : 0 ~ 9990 (+10 per press)
 - **BPM** : 30 ~ 230 (+1 per press)

D. RESET (Operable only 4 sec after stop)

- **In MODE/UP:** one press clears the current value.
- **Long press (2 sec):** total reset.

E. RECOVERY

- **After displaying heart rate,** press to enter RECOVERY test mode.
- **Countdown of 60 sec** (heart rate signal must remain).
- **Displays values F1 to F6** after 60 sec.

FX	F1	F2	F3	F4	F5	F6
RESULTS	EXCEPTIONNEL	VERY GOOD	GOOD	FAIR	POOR	VERY POOR

F. Wireless Connection On/Off (KINOMAP)

- **One press activates** wireless transmission.
- **Another press** turns it off.
- **Can connect to compatible devices** after startup.
- **Copy the following link** into your browser and follow the instructions:
<https://cloud.carefitness.com/index.php/s/E2WD22KMNBOzERL>

G. Sound Signal

- **One BIP when powered on.**
- **One BIP per press** (except long press).
- **When TIME, DIST or KCAL reach 0, alarm (BIP if sound active).**

One press stops the sound without other functions.

4. Operation

1. Power On

- **At power on, the LCD displays all segments for 1 sec + long BIP** (if active), then enters standby mode.
- **Without signal within 4 sec**, time stops, device enters standby.
- **Powered by 2 × AA LR6 batteries**

2. Standby

- **Without RPM signal**, the stopwatch pauses automatically.

3. Operation by mode:

- **TIME :**
 - **Without setting, counts up;** with setting, countdown in steps of 1 min.
 - **With UP/DOWN:** adjustment by 1 minute increments. The countdown starts, then beeps 8 times to signal the end, and returns to standby mode.
- **KMI/H : Displays value only** when signal present.
- **RPM : Displays value** only when signal present.
- **DIST :**
 - **Without setting:** the distance function starts.
 - **With UP/DOWN:** maximum setting 99.50, step of 0.5. The countdown starts, then beeps 8 times to signal the end, and returns to standby mode.
- **KCAL :**
 - **Without setting:** counts up.
 - **with setting** (max. 9990, step 10), countdown, at 0 → 8× BIP, then returns to count up.
- **BPM :**
 - **Without setting,** displays heart rate.
 - **with setting (30–230, step 1),** alarm when exceeded.
 - **Initial value = 72.**
- **LOAD : Adjust using knob (99)** on the bike.
- **WATT : Displays according to WATT table.**

4. Sleep Mode

- **No signal within 4 min** → sleep mode.
- **Button press** or signal wakes up the computer.

5. Wireless Connection (option: CareConnect chest strap)

When paired successfully with the app, the wireless connection symbol is displayed, others hidden. Two BIPs confirm the connection.

POUR TO ORDER SPARE PARTS

For efficiency, please have the following information ready before **contacting our After-Sales Service**:

- **The name or reference number of the product.**
- **The serial number found** on the main frame and on the packaging box.
- **The number of the missing or defective** part as shown in the exploded view in this manual.
-

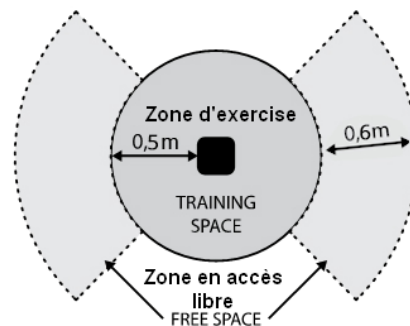
After-Sales Service

Email : service-uk@carefitness.com

WAARSCHUWINGEN :

Veiligheid

- Lees en bewaar deze handleiding zorgvuldig. Gebruik dit product uitsluitend volgens de aangegeven instructies.
- Dit toestel moet door volwassenen worden gemonteerd en gebruikt.
- Dit toestel voldoet aan de **EN-957 klasse S-norm**, geschikt voor thuisgebruik, sportscholen of andere openbare, verenigings- of verhuurlocaties.
- Voor veilig gebruik is een stabiele en vlakke ondergrond vereist. Bescherm uw vloer met een mat. Gebruik het toestel niet in vochtige ruimtes (zoals een zwembad of sauna).
- Zorg ervoor dat de ondergrond vlak en stabiel is.
- Houd 0,6 m vrije ruimte rondom het toestel (zie afbeelding hieronder – de volle cirkel geeft de trainingszone aan en de stippellijnen geven minstens 0,5 m extra vrije ruimte aan elke zijde weer).



- Laat kinderen niet met het toestel spelen. CARE is niet verantwoordelijk voor schade die zij kunnen oplopen. Houd kinderen tijdens het gebruik uit de buurt van het toestel.
- CARE is niet aansprakelijk voor technische wijzigingen die door de gebruiker aan één van onze producten worden aangebracht.
- **Maximaal gebruikersgewicht: 180 kg.**

Raadpleeg uw arts vóór u met de training begint, om de juiste trainingsintensiteit te bepalen. Overmatige of verkeerd geplande training kan schadelijk zijn voor uw gezondheid.

- Houd uw rug recht tijdens de oefeningen.
- Het wordt sterk aanbevolen om geschikte kleding en sportschoenen te dragen.
- Houd rekening met de maximale posities van de verstelbare onderdelen.

LET OP: Hartslagmeetsystemen kunnen onnauwkeurig zijn.

Overmatige inspanning kan ernstig letsel of de dood veroorzaken.

Stop onmiddellijk met trainen als u zich onwel voelt.

Onderhoud

- Controleer regelmatig het aandraaien van alle bevestigingsonderdelen, zoals bouten en moeren.
- Om de veiligheid te garanderen, moet het toestel regelmatig worden geïnspecteerd.
- Vervang onmiddellijk elk defect onderdeel en gebruik het toestel niet opnieuw voordat het volledig is hersteld. Vergeet niet om de bewegende delen regelmatig te smeren.
- Zweet is zeer corrosief: vermijd contact met de gelakte of verchroomde onderdelen van het toestel, vooral met de computer.
- Veeg het toestel onmiddellijk na de training schoon.
- Gelakte onderdelen kunnen worden gereinigd met een vochtige spons en water.
- Gebruik geen agressieve of bijtende schoonmaakmiddelen.
- Gewicht van het toestel: 50,3 kg
- Afmetingen: 108 × 58 × 141 cm (0,63 m³)
- Het remsysteem is onafhankelijk van de snelheid.
- Dit trainingsapparaat met handaandrijving van klasse C is niet geschikt voor precisieoefeningen.

Garantie : Het frame heeft een garantie van 5 jaar. De slijtageonderdelen hebben een garantie van 2 jaar. De garantie is enkel geldig bij normaal gebruik door een particulier in huiselijke omgeving. Activeer de garantie van uw product online op: www.carefitness.com

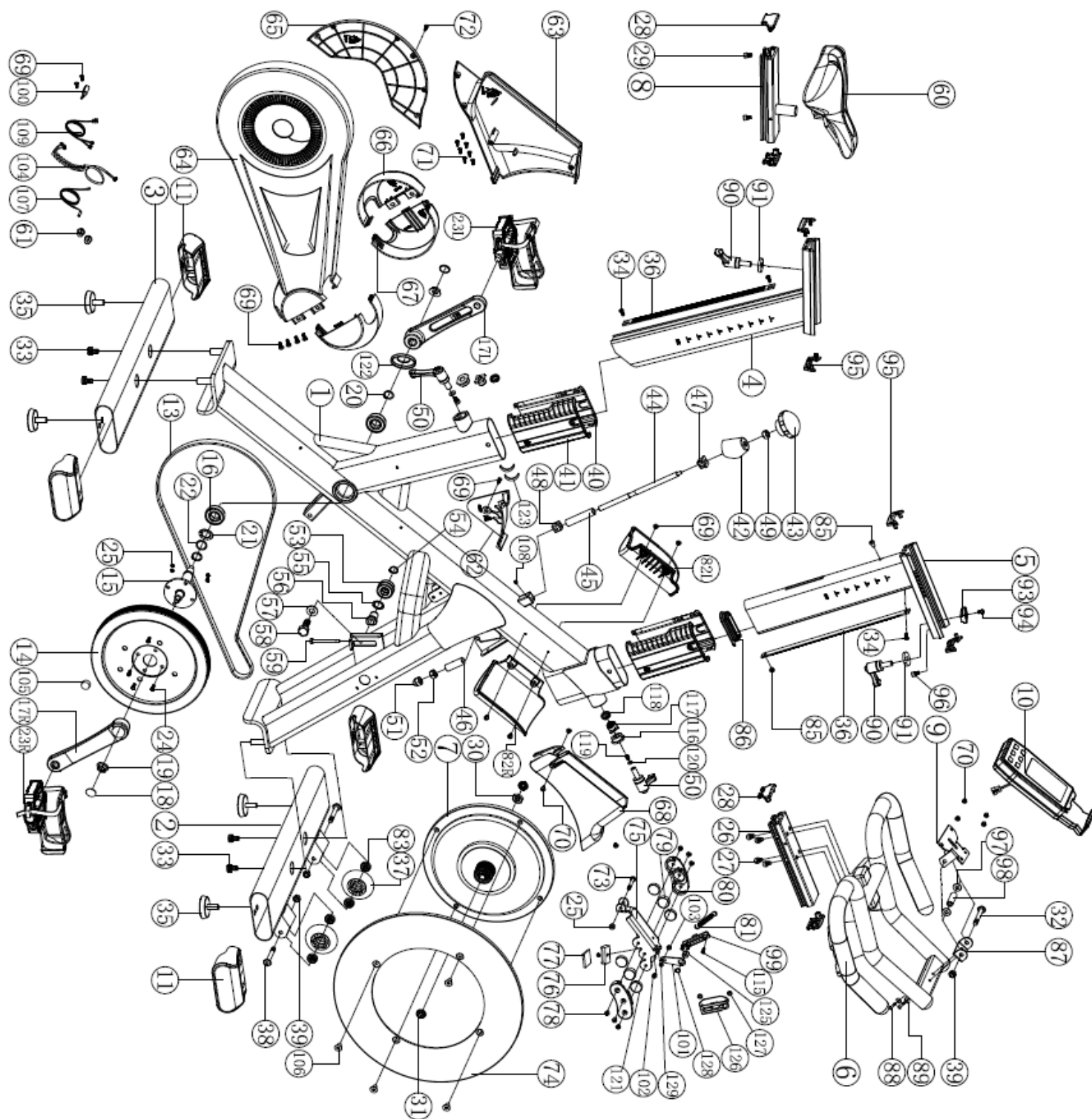
Recyclage



Het symbool van de doorgestreepte vuilnisbak betekent dat dit product en de batterijen die het bevat niet met het huishoudelijk afval mogen worden weggegooid. Ze moeten worden afgevoerd naar een gescheiden inzamelpunt. Breng de batterijen en het elektronische product aan het einde van de levensduur naar een erkend inzamelpunt om ze te laten recyclen. Deze recyclage van elektronische afvalstoffen draagt bij tot de bescherming van het milieu en uw gezondheid.

EXPLOSIETEKENING

NL



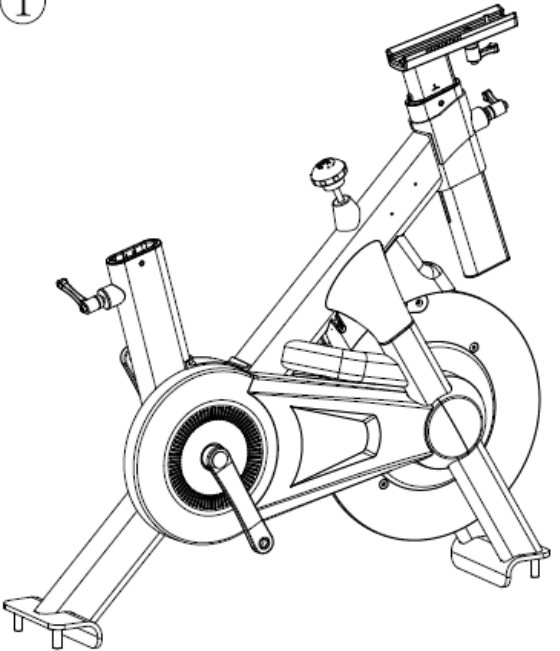
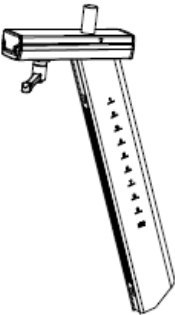
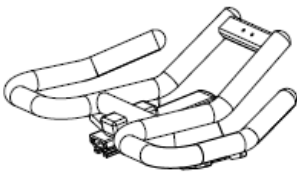
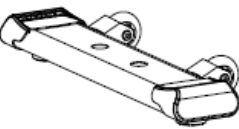
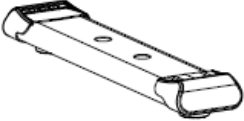
LIJST VAN RESERVEONDERDELEN

Nr.	Beschrijving	Aantal	Nr.	Beschrijving	Aantal
1	Hoofdframe	1	65	Afdekdop van de behuizing	1
2	Voorste stabilisator	1	66	Linker voorbehuizing	1
3	Achterste stabilisator	1	67	Rechter voorbehuizing	2
4	Zadel	1	68	Behuizing van het vliegwiel	1
5	Voorbuis	1	69	Schroef ST4.2×15L	12
6	Stuur	1	70	Schroef M5×0.8×15L	2
7	Vliegwiel	1	71	Ronde kruiskopschroef ST3.5×1.41×12L	7
8	Verstelbare zadelbuis	1	72	Schroef M4×0.7×8L	1
9	Bevestigingsplaat van de computer	1	73	Bout M6×1×45L	1
10	Computer	1	74	Vliegwiel (2)	1
11	Afdekdop voor ovale buis	4	75	Magneetsteun	1
13	Riem	1	76	Remblok	1
14	Poelie	1	77	Natuurlijk leer	1
15	Trapas-as	1	78	Schroef M5×0.8×8L	7
16	Lager #6004	2	79	Magneet	2
17L	Linker crank	1	80	Magneet voor de behuizing	2
17R	Rechter crank	1	81	Veer	1
18	Behuizingsbout (carterbout)	2	82L	Fleshouder (links)	1
19	Zelfborgende moer M10×1.25×10T	2	82R	Fleshouder (rechts)	1
20	Borgclip (circlip)	2	83	Bus / lagerbus	4

21	Golfring D27×D20.3×0.5T	1	85	Bout M5×0.8×10L	2
22	Platte ring D26×D21×1.5T	1	86	Afdekdop type D	1
23L/23R	Set pedalen (links & rechts)	1	87	Bevestigingsplaat van de computer	1
24	Inbusbout M6×1.0×12L	4	88	Bout M5×0.8×30L	2
25	Nylonmoer M6×1.0×6T	5	89	Platte ring D15×D5.2×3T	2
26	Stuurverstelbuis	1	90	L-handgreep	2
27	Bout M8×1.25×20L	4	91	Platte ring D25×D10×2T	2
28	Afdekdop (1)	4	92	Beschermstrip	3
29	Schroef M6×1.0×10L	2	93	Bevestigingsplaat	2
30	Zeskantmoer D9.5×8T	1	94	Bout M5×0.8×12L	2
31	Zelfborgende moer	2	95	Eindkap	4
32	Bout M8×1.25×60L	1	96	Bout M6×1.0×20L	1
33	Inbusbout M8×1.25×20L	4	97	Platte ring D18×D8.5×1.0T	2
34	Verzonken schroef M5×0.8×10L	3	98	Bus / lagerbus	1
35	Verstelbare voet / rol	4	99	VR-regelaar	1
36	Begrenzer van de zadelbuis	2	100	Sensorhouder	1
37	Transportwielen	2	101	Verstelbare staaf	1
38	Inbusbout M8×1.25×40L	2	102	Ronde kruiskopschroef	1
39	Nylonmoer M8×1.25×8T	3	103	Nylonmoer M5×0.8×5T	1
40	Binnenbuis 1	2	104	Bovensnoer van de computer	1
41	Binnenbuis 2	2	105	Magneet	1
42	Rembehuizing (carter)	1	106	Schroef M8×1.25×15L	4
43	Stelknop	1	107	Sensorsnoer	1

44	Stelschroef (stem screw)	1	108	Kruiskopschroef ST3×6L	1
45	Vaste buis	1	109	Onderdraad van de computer	1
46	Afstandsbuis (spacer)	1	115	Schroef ST4.2×10L	2
47	Bevestigingsplaat	1	116	Moerkap	2
48	Positioneringsblok	1	117	Klembuis	2
49	Inbusmoer M8×1.25×6T	1	118	Veer	2
50	L-handgreep	2	119	Schroef M6×1×10L	2
51	Korte borgmoer M10×1.5×18L	1	120	Platte ring D13×D6.5×1.0T	2
52	Inbusmoer M10×1.5×5T	1	121	Magneet	4
53	Lager #6203-2RS	2	122	Crankbehuizing (carter)	1
54	Borgclip S-16 (1T)	1	123	Schokdemper (1)	2
55	Golfkring D21×D16×0.3T	1	125	Geleidingsbus	1
56	As van het vrijloopwiel	1	126	Gleufgeleider	1
57	Platte ring D20×D11×3T	1	127	Bevestigingsring	2
58	Bout M10×1.5×20L	1	128	C-ring	1
59	Verstelbare draadstang	1	129	Afstandsstuk	1
60	Zadel	1	–	Inbussleutel (kruisvormig)	1
61	Elektrische connector	4	–	Steeksleutel	1
62	Decoratieve bovenkap	1	–	Kruiskopschroevendraaier	1
63	Linker behuizing	1	–	Inbussleutel (kruisvormig)	1
64	Rechter behuizing	1	–	Schroevenset	1

ONDERDELENLIJST

①  X1	④  X1 ⑥  X1
⑩  X1	②③L & ②③R  X1 ②  X1
⑥①  X1	⑧②L & ⑧②R  X1 ③  X1
⑨  X1	⑤  X1

共3张

MONTAGE-INSTRUCTIES

NL



Montagetijd
30 min



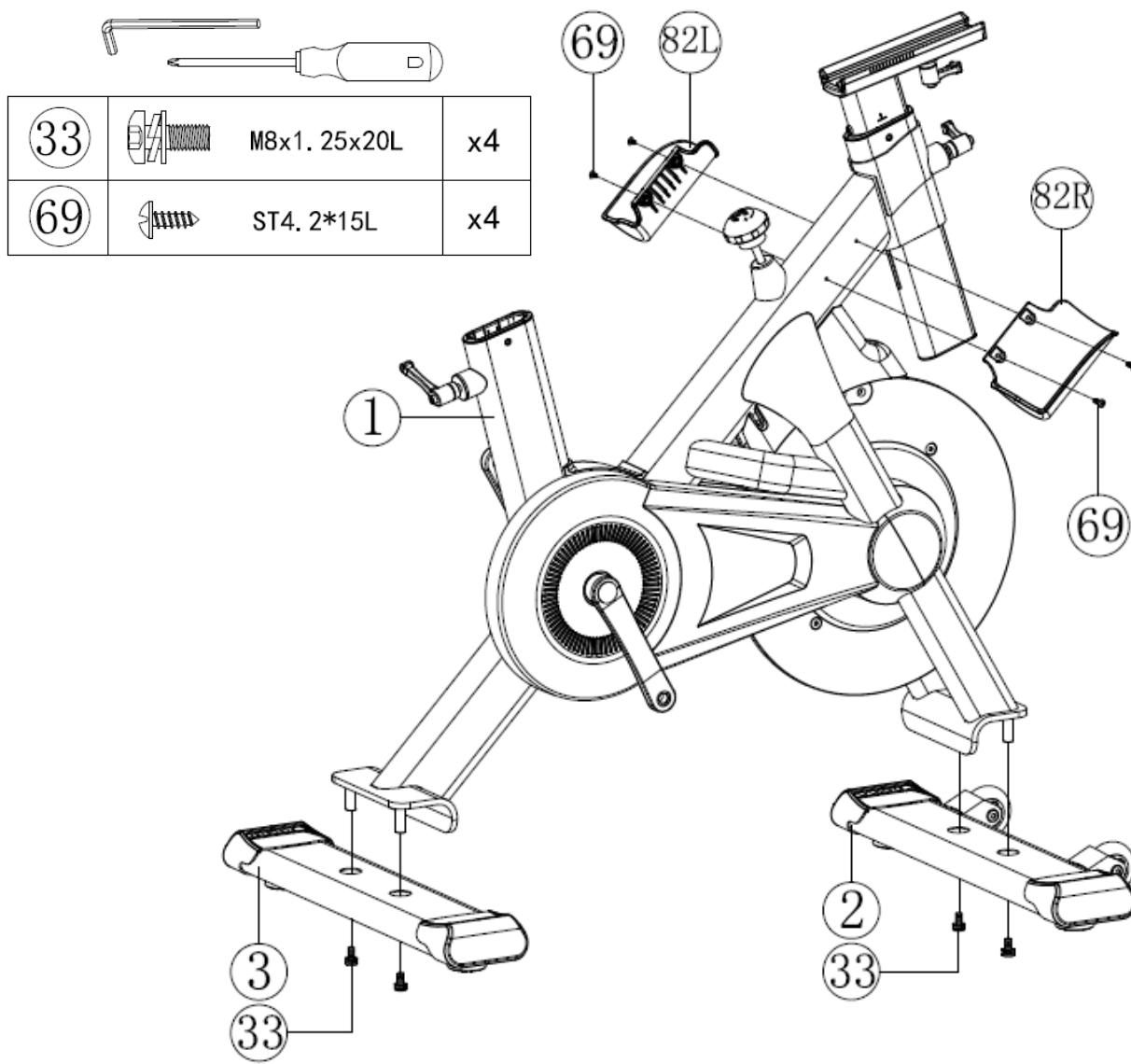
Gereedschap
inbegrepen



Moeilijkheidsgraad
eenvoudig

STAP 1: Montage van de stabilisatoren en de flessenhouders

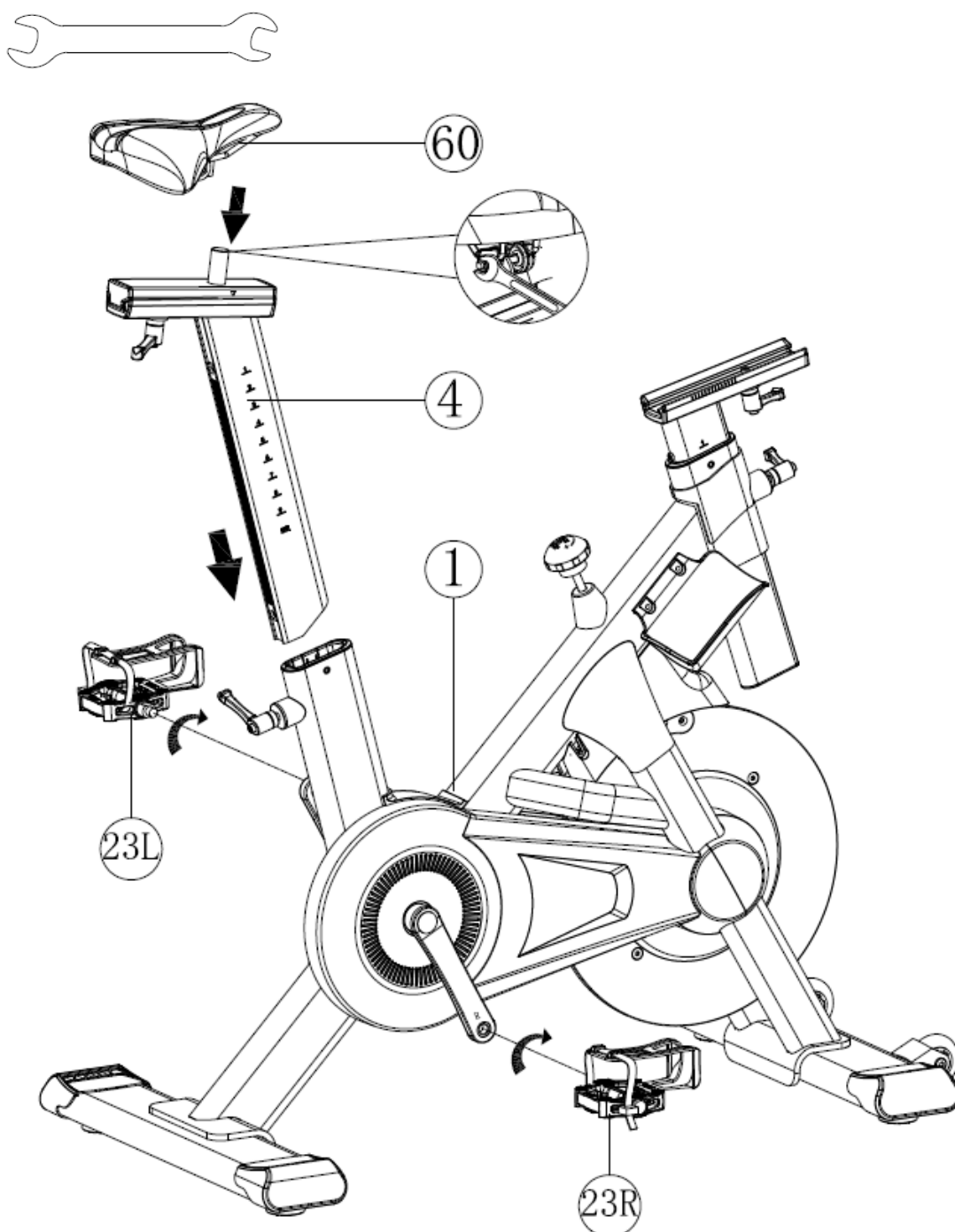
1. **Monteer de voorste stabilisator** (2) op het hoofdframe (1) met behulp van de inbusbouten (33).
2. **Monteer de achterste stabilisator** (3) eveneens op het hoofdframe (1) met de inbusbouten (33).
3. **Bevestig de linker en rechter flessenhouder** (82L/82R) aan het hoofdframe met telkens 2 schroeven (69). Zie de afbeelding hierboven.



STAP 2 : Montage van de zadelbuis, het zadel en de pedalen

1. **Draai de L-handgreep (50)** los en trek deze eruit.
2. **Plaats de zadelbuis (4)** in het hoofdframe (1).
- LET OP:** Controleer of de L-handgreep (50) hoorbaar vastklikt in een van de verstelsleuven van de zadelbuis (4).
3. **Draai de twee moeren onder het zadel (60)** een beetje los.
4. **Bevestig het zadel (60) op de zadelbuis (4)** en draai de moeren weer vast met de sleutel.
5. **Monteer het rechter pedaal (23R)** op de rechter crank, door met de klok mee te draaien.
6. **Monteer het linker pedaal (23L)** op de linker crank, door tegen de klok in te draaien.

LET OP: Zorg ervoor dat beide pedalen volledig zijn vastgedraaid.



STAP 3 : Montage van het stuur

NL

1. **Bevestig het stuur (6)** aan de voorbuis (5) met behulp van de L-handgreep (90).

2. **Zie afbeelding (a).**

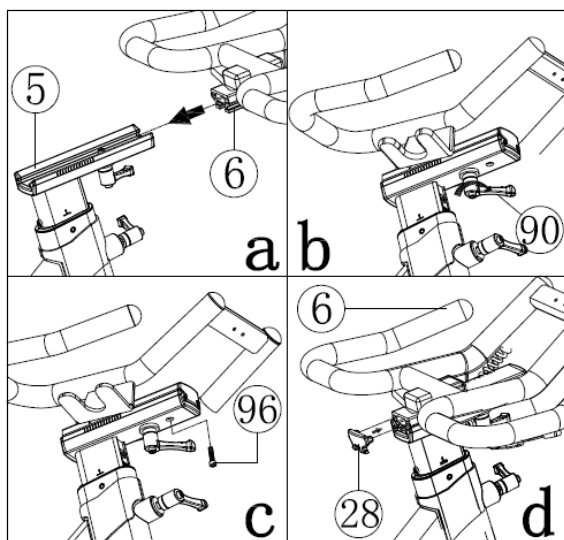
Opmerking: De L-handgreep (90) bevindt zich onder de voorbuis (5).

3. **Draai de L-handgreep (90)** met de klok mee (afbeelding b).

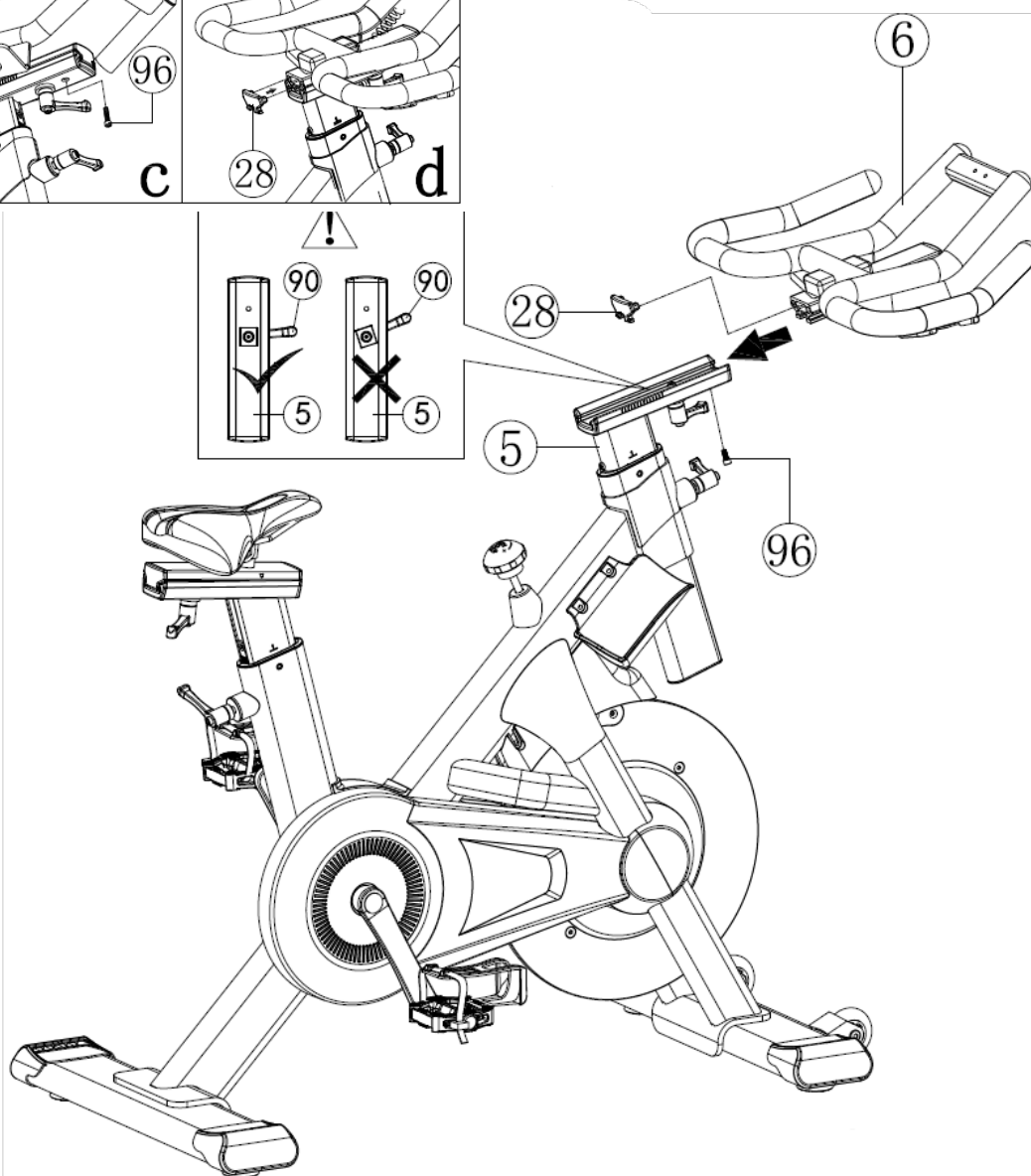
4. **Draai de bout (96)** stevig vast (afbeelding c).

5. **Plaats de afdekdop (28)** op het stuur (6) (afbeelding d).

LET OP: Controleer of de L-handgreep (90) recht en goed vastzit.



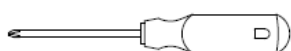
96		M6*1.0*20L	x1
28		55.7*29.4	x1

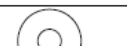


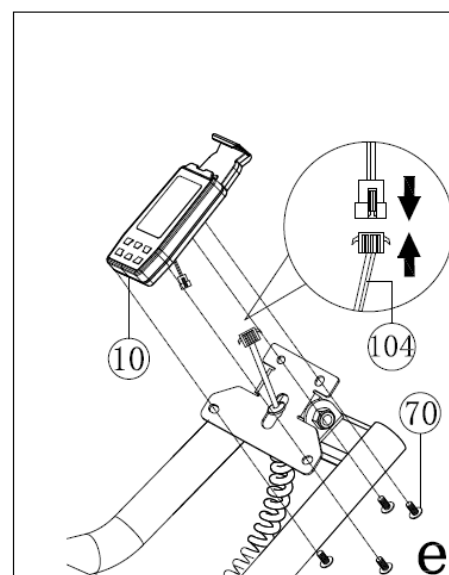
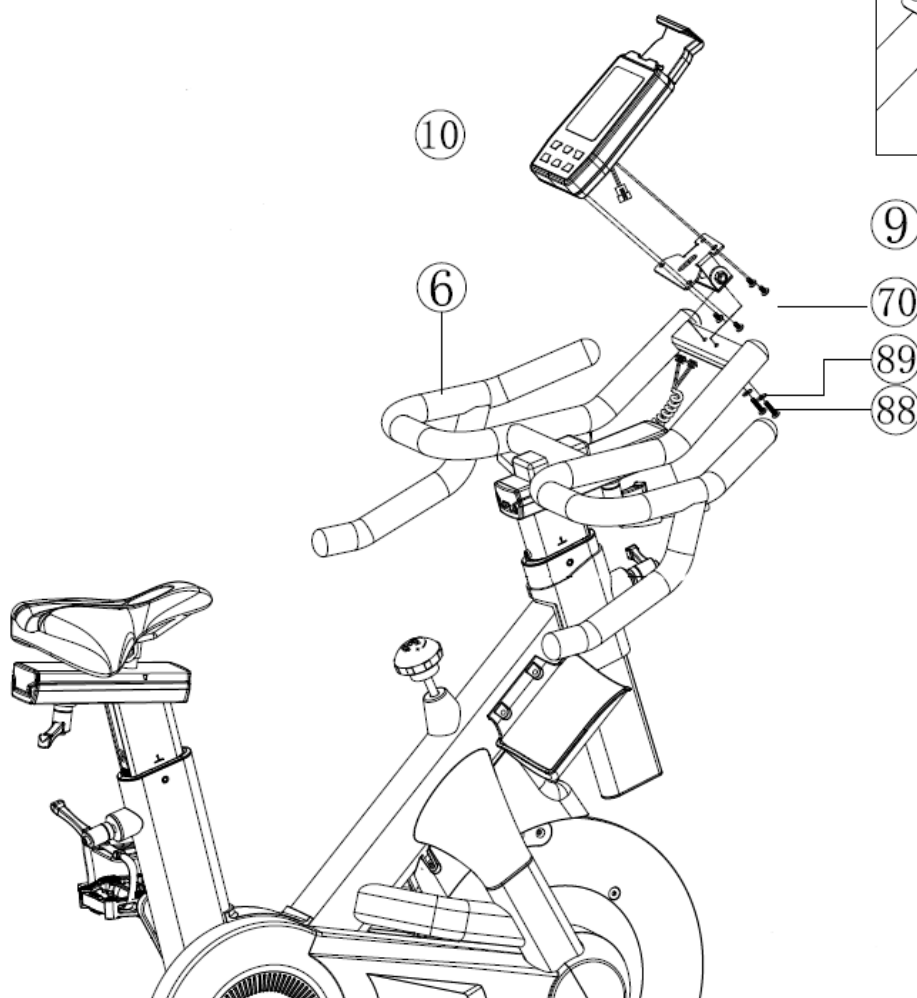
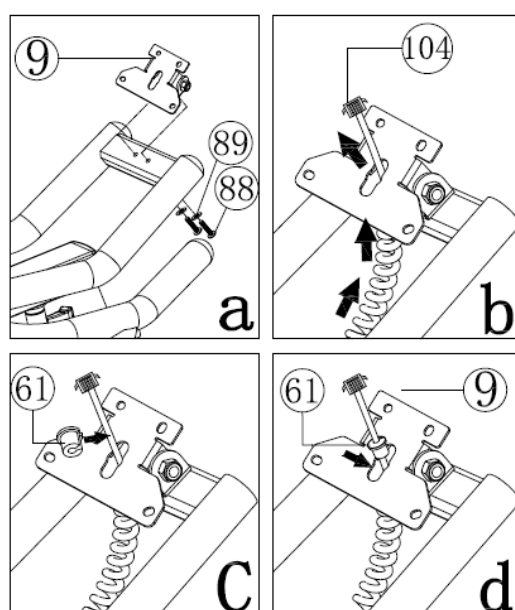
STAP 4 : Montage van de computerbevestiging met steunplaat

NL

1. **Monteer de bevestigingsplaat van de computer (9)** op het stuur (6) met 2 platte ringen (89) en 2 bouten (88). Zie afbeelding (a).
2. **Leid de bovenste computerdraad (104)** door de opening in de bevestigingsplaat (9) (afbeelding b).
3. **Sluit de elektrische connector (61)** aan op de bovenste computerdraad (104) en klik deze in de opening van de plaat (afbeelding c en d).
4. **Verbind de computer** met de kabel en de bovenste computerdraad (104).
5. **Bevestig de console op de bevestigingsplaat** van de computer (9) met de vooraf gemonteerde schroef (70) (afbeelding e).



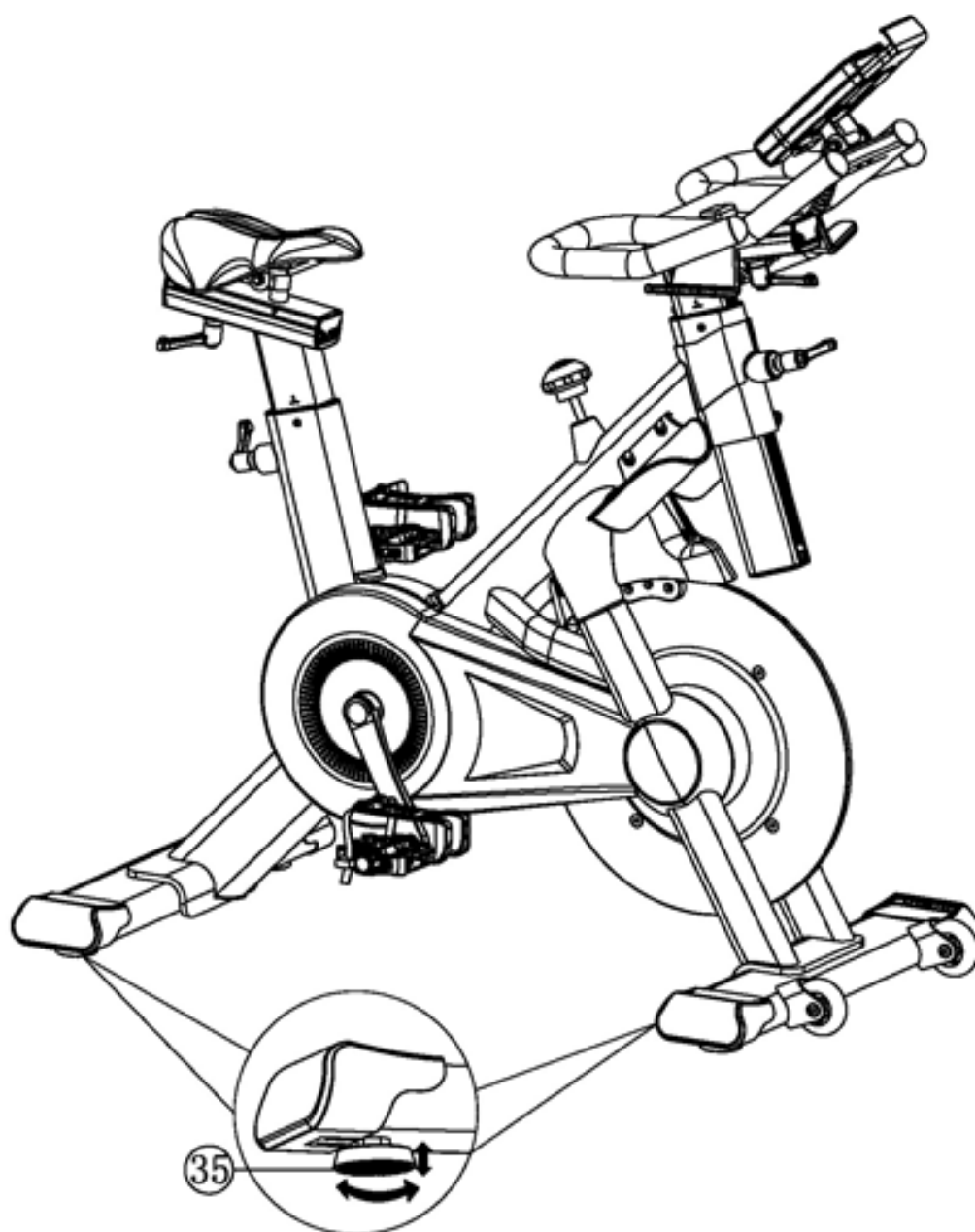
(88)		M5*0.8*30L	X2
(89)		D15*D5.2*3T	X2
(61)		D4*D12*13	X1
(70)		M5*0.8*15L	X4



STAP 5 : Nivellering van de poten

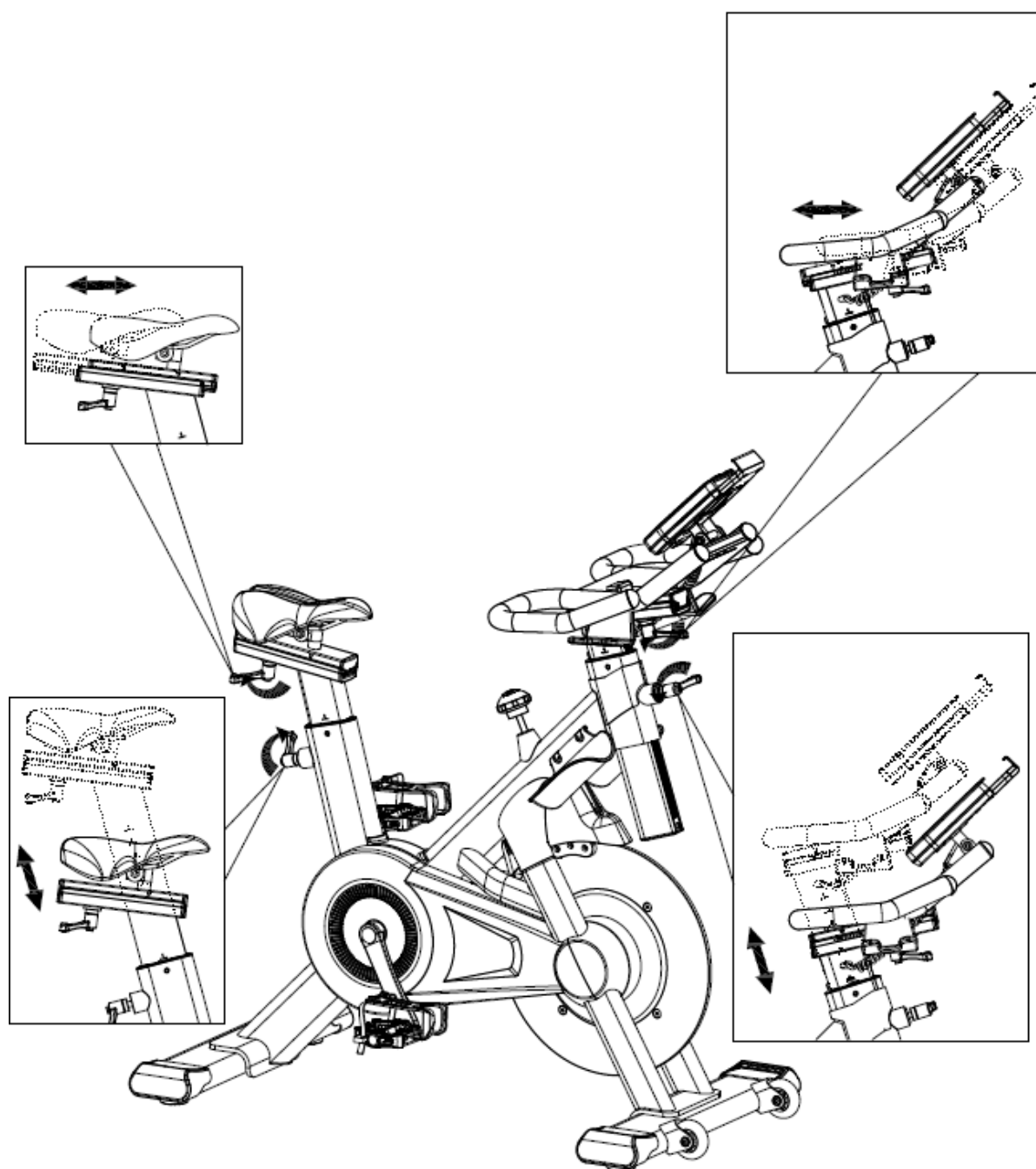
Wanneer de vloer oneffen is, kunt u het toestel stabiliseren door de verstelbare voetrollen (35) onder het hoofdframe te draaien.

1. **Til het toestel aan de gewenste zijde een beetje** op en draai de verstelbare rollen.
2. **Draai met** de klok mee om het toestel iets op te heffen.
3. **Draai tegen** de klok in om het toestel te verlagen.



STAP 6 : Afstelling van het zadel en het stuur

NL



SATTEINSTELLUNG

Afstelling van het zadel

LET OP: De zadelbuis is gemarkeerd met "STOP", wat de maximale insteekhoogte aangeeft. Overschrijd deze limiet niet.

1. **Draai de L-handgreep (50)** los en trek deze eruit om de hoogte van de zadelbuis aan te passen. Controleer of de L-handgreep (50) hoorbaar vastklikt in een van de sleuven.
2. **Draai de L-handgreep (50)** weer stevig vast.

Horizontale verstelling

1. **Draai de L-handgreep (90)** onder het zadel los om het zadel naar voren of naar achteren te schuiven.
2. **Stel het zadel** in op de gewenste positie.
Controleer of de L-handgreep (50) goed vastklikt.
3. **Draai de L-handgreep (90)** weer stevig vast.

Réglage de la position du guidon

Hoogteverstelling

LET OP: De voorbuis is gemarkeerd met "STOP", wat de maximale insteekhoogte aangeeft. Overschrijd deze limiet niet.

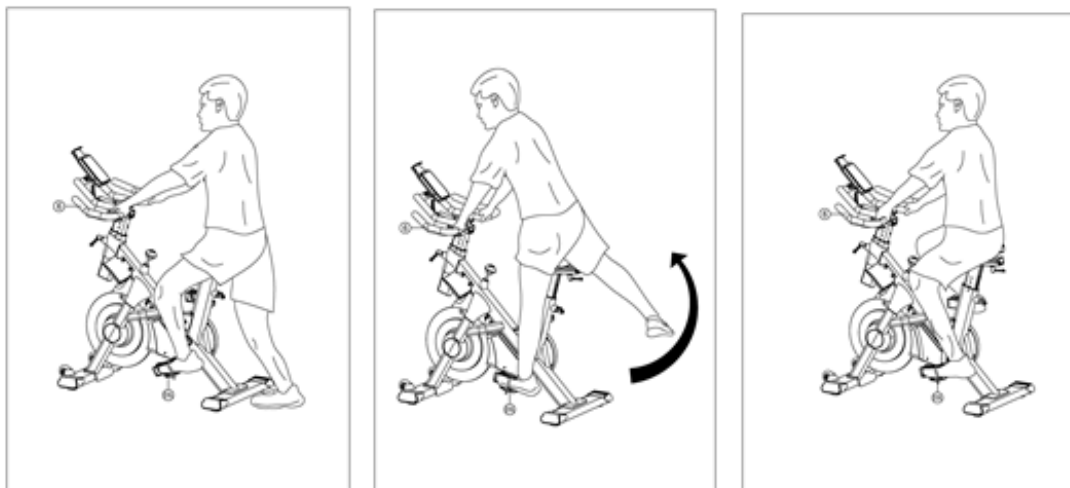
1. **Draai de L-handgreep (50)** los en trek deze eruit om de hoogte van de voorbuis aan te passen. **Controleer of de handgreep** correct vastklikt in een van de sleuven.
2. **Draai de L-handgreep (50)** weer stevig vast.

Horizontale verstelling

1. **Draai de L-handgreep (90)** naar links tot het stuur kan bewegen.
2. **Stel het stuur** in op de gewenste positie.
3. **Draai de L-handgreep (90)** naar rechts om het stuur te vergrendelen.

OP- EN AFSTAPPEN VAN HET TOESTEL

1. **Opstappen:** houd de handgrepen met beide handen vast, plaats één voet op een pedaal (links of rechts) en daarna de andere voet op het tweede pedaal.
2. **Afstappen:** houd de handgrepen vast, plaats één voet op de grond en daarna de andere.

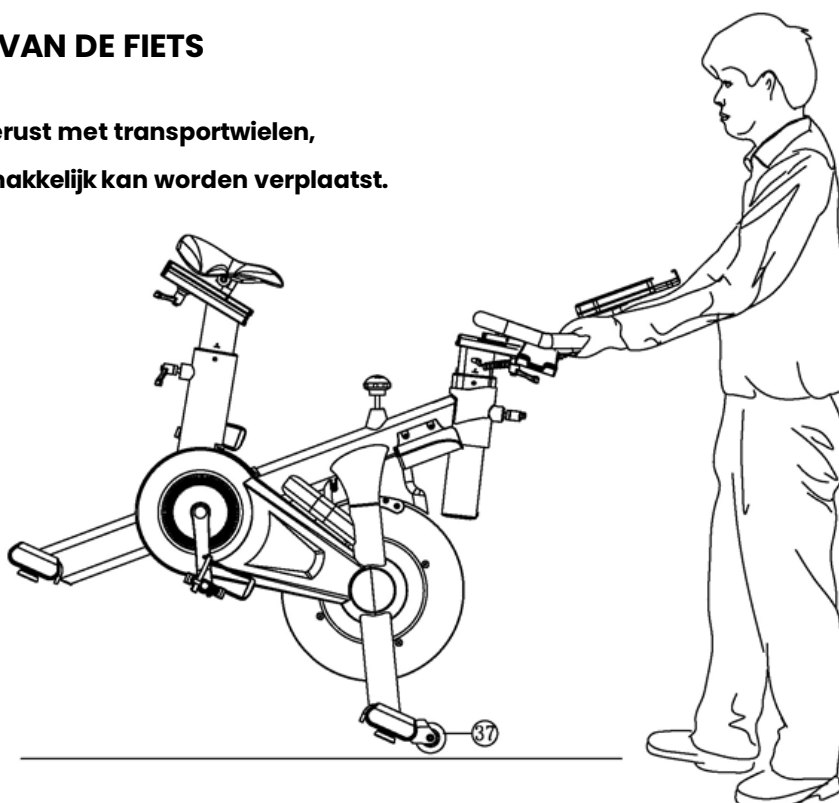


Opmerking:

Maak uzelf vertrouwd met alle functies en verstelmogelijkheden van het toestel voordat u met trainen begint. Laat u indien nodig adviseren door een specialist over het juiste gebruik van het product. Begin altijd met lage intensiteit en verhoog deze geleidelijk. Sluit uw training af met een herstel- of afkoelfase. Raadpleeg bij twijfel uw arts.

VERPLAATSEN VAN DE FIETS

Het toestel is uitgerust met transportwielen, waardoor het gemakkelijk kan worden verplaatst.





1. Functielijst

A. Functies :

- **MANUELE modus** (automatisch starten met RPM)
- **RECOVERY modus** (hersteltest van de hartslag)
- **Draadloze verbinding met de app** en draadloze verbinding voor de hartslag
- **Indicator voor lage batterij**

B. Hardwarefuncties:

- **Handmatige weerstandinstelling**
- **Knop om de draadloze verbinding te activeren**

2. Beschrijving van de weergavefuncties

Nr.	Element	Weergavebereik	Instelbereik	Uitleg
1	TIME	0:00 ~ 99:59	± 1:00	1. Telt af zonder instelling. 2. Telt af indien ingesteld, alarm (BIP 8 keer) bij 0, daarna terug naar optellen. 3. Toont «P» indien geen signaal binnen 4 sec.
2	KM/H	0.0 ~ 99.9	Nee	1. Toont «0» indien geen signaal binnen 4 sec. 2. Toont «99.9» indien de limiet wordt overschreden.
3	RPM	0 ~ 188	Nee	1. Toont waarde wanneer signaal aanwezig. 2. Keert terug naar 0 indien geen signaal binnen 4 sec. 3. Toont «188» indien bereik overschreden.
4	DIST	0 ~ 99.99	± 0.5	1. Telt af zonder instelling. 2. Bij instelling: aftellen tot 0 met 8× BIP.
5	KCAL	0 ~ 9999	± 10	1. Telt af zonder instelling. 2. Bij instelling: aftellen tot 0 met 8× BIP.
6	BPM	30 ~ 230	± 1	1. Met signaal: weergave na 4 sec. 2. Toont «P» indien geen signaal na 4 sec. 3. BIP indien hartslag de ingestelde waarde overschrijdt.
7	LOAD	1 ~ 99	1 ~ 99	Instelling per segment.
8	WATT	0 ~ 999	Nee	Toont de WATT-waarde.

3. Beschrijving van de knoppen

A. MODE

- **Elke druk schakelt naar de volgende modus.** In SCAN-modus is de huidige functie vergrendeld.
- **Elke druk geeft een signaal «BIP».**
- **2 sec drukken:** reset de waarden en start de computer opnieuw.

B. UP (Alleen te gebruiken 4 sec na stop)

1. **Eén druk = +1. Lange druk = snelle verhoging.**
2. Plages de réglage :
 - **TIME** : 0:00 ~ 99:00 (+1:00 par pression)
 - **DIST** : 0.0 ~ 99.50 (+0.5 par pression)
 - **KCAL** : 0 ~ 9990 (+10 par pression)
 - **BPM** : 30 ~ 230 (+1 par pression)

C. DOWN (Alleen te gebruiken 4 sec na stop)

1. **Eén druk = -1. Lange druk = snelle verlaging..**
2. Instelbereiken:
 - **TIME** : 0:00 ~ 99:00 (+1:00 per drunk)
 - **DIST** : 0.0 ~ 99.50 (+0.5 per drunk)
 - **KCAL** : 0 ~ 9990 (+10 per drunk)
 - **BPM** : 30 ~ 230 (+1 per drunk)

D. RESET (Alleen te gebruiken 4 sec na stop)

- **In MODE/UP:** één druk wist de huidige waarde.
- **Lange druk (2 sec):** TOTALE RESET

E. RECOVERY

- **- Na weergave van de hartslag,** druk om naar RECOVERY-testmodus te gaan.
- **- Countdown van 60 sec** (hartslagsignaal moet blijven).
- **- Toont waarden F1 t/m F6 na 60 sec.**

FX	F1	F2	F3	F4	F5	F6
RESULTAREN	UITSTEKEND	ZEER GOED	GOED	VOLDOENDE	SLECHT	ZEER SLECHT

F. DRAADLOZE VERBINDING AAN/UIT (KINOMAP)

- **Eén druk activeert** de draadloze uitzending.
- **Nog een druk schakelt** deze uit.
- **Verbinding met compatibele** apparaten mogelijk na opstart.
- **Kopieer de volgende link** in uw browser en volg de instructies:
<https://cloud.carefitness.com/index.php/s/E2WD22KMNBQzERL>

G. SIGNAALTOON

- **Eén BIP bij inschakelen.**
- **Eén BIP per druk** (behalve lange druk).
- **Wanneer TIME, DIST of KCAL 0 bereiken, alarm** (BIP indien geluid actief).
Eén druk stopt het geluid zonder andere functies.

4. Gebruik

1. Inschakelen

- **Bij inschakelen toont het LCD 1 sec alle segmenten + lang signaal (BIP indien actief),** daarna standby.
- **Geen signaal binnen 4 sec:** tijd stopt, toestel gaat naar standby.
- **Werkt met 2 × AA LR6 batterijen.**

2. Standby

- **Zonder RPM-signaal** pauzeert de stopwatch automatisch.

3. Gebruik per modus:

- **TIME :**
 - **Zonder instelling telt de tijd op;** met instelling countdown (stappen van 1 min).
 - **Bij 0 → 8× BIP,** daarna terug naar optellen.
- **KMI/H : Weergave** alleen met signaal
- **RPM : Weergave** alleen met signaal.
- **DIST :**
 - **Zonder instelling telt afstand op;** met instelling (max. 99.50, stappen van 0.5) countdown.
 - **bij 0 → 8× BIP,** daarna terug naar optellen.
- **KCAL :**
 - **Zonder instelling telt calorieën op;** met instelling (max. 9990, stappen van 10) countdown.
 - **bij 0 → 8× BIP,** daarna terug naar optellen.
- **BPM :**
 - **Zonder instelling:** hartslagweergave; met instelling (30–230, stappen van 1) alarm bij overschrijding.
 - **Startwaarde: 72.**
- **LOAD : Instellen met draaiknop (99)** op de fiets.
- **WATT : Weergave volgens WATT-tabel.**

4. Slaapmodus

- **Geen signaal binnen 4 min** → slaapmodus.
- **Druk op een toets** of signaal wekt de computer.

5. Draadloze verbinding (optie: CareConnect-borstband)

Bij succesvolle koppeling met de app verschijnt het symbool voor draadloze verbinding op het scherm, andere iconen worden verborgen. Twee BIP's bevestigen de verbinding.

POU RESERVEONDERDELEN BESTELLEN

Voor een optimale efficiëntie raden wij u aan de volgende zaken bij de hand te hebben voordat u contact opneemt met onze klantenservice:

- De naam of referentie van het product.
- Het productienummer staat vermeld op het hoofdchassis en op de verpakking.
- Het nummer van het ontbrekende of defecte onderdeel dat op de exploded view van het product in deze handleiding staat vermeld

C.A.R.E. Klantendienst

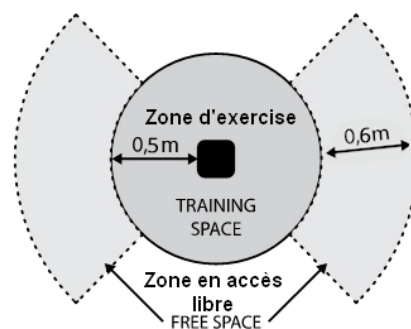
E-mail: service-nl@carefitness.com

WARNHINWEISE :

DE

Sicherheit

- Lesen und bewahren Sie diese Bedienungsanleitung sorgfältig auf. Verwenden Sie dieses Produkt nur gemäß den angegebenen Anweisungen.
- Dieses Gerät darf nur von Erwachsenen montiert und benutzt werden.
- Ihr Gerät entspricht der Norm **EN-957 Klasse S**, geeignet für den Hausgebrauch, Fitnessstudios oder andere öffentliche, gemeinschaftliche oder vermietete Einrichtungen.
- Für eine sichere Nutzung ist eine stabile und ebene Fläche erforderlich. Schützen Sie Ihren Boden mit einer Matte. Verwenden Sie das Gerät nicht in feuchten Räumen (z. B. Schwimmbad, Sauna usw.).
- Stellen Sie sicher, dass die Aufstellfläche eben und stabil ist.
- Halten Sie 0,6 m Freiraum um das Gerät herum (siehe Abbildung unten – der volle Kreis zeigt den Trainingsradius, die gestrichelten Linien zeigen mindestens 0,5 m zusätzlichen Freiraum auf jeder Seite an).



- Lassen Sie Kinder nicht mit dem Gerät spielen. CARE übernimmt keine Haftung für eventuelle Schäden. Halten Sie Kinder während des Trainings vom Gerät fern.
- CARE übernimmt keine Verantwortung für technische Änderungen, die vom Benutzer an einem unserer Produkte vorgenommen wurden.
- **Maximales Benutzergewicht: 180 kg**

Bevor Sie mit dem Training beginnen, konsultieren Sie bitte Ihren Arzt, um die geeignete Trainingsintensität festzulegen. Ein übermäßiges oder falsch geplantes Training kann Ihrer Gesundheit schaden.

- Halten Sie während der Übungen den Rücken gerade.
- Es wird dringend empfohlen, geeignete Kleidung und Sportschuhe zu tragen.
- Beachten Sie die maximalen Einstellpositionen der verstellbaren Teile.

ACHTUNG : Herzfrequenzmesssysteme können ungenaue Werte liefern. Ein zu intensives Training kann schwere Verletzungen oder den Tod verursachen. Wenn Sie sich unwohl fühlen, brechen Sie das Training sofort ab.

Wartung

Überprüfen Sie regelmäßig den Sitz aller Befestigungselemente, wie Schrauben und Muttern.

Um die Sicherheit zu gewährleisten, muss das Gerät regelmäßig überprüft werden.

Defekte Teile müssen unbedingt ersetzt werden, und das Gerät darf erst nach vollständiger Reparatur wieder benutzt werden. Denken Sie außerdem daran, die beweglichen Teile regelmäßig zu schmieren.

- Überprüfen Sie regelmäßig den Sitz aller Befestigungselemente, wie Schrauben und Muttern. Um die Sicherheit zu gewährleisten, muss das Gerät regelmäßig überprüft werden. Defekte Teile müssen unbedingt ersetzt werden, und das Gerät darf erst nach vollständiger Reparatur wieder benutzt werden. Denken Sie außerdem daran, die beweglichen Teile regelmäßig zu schmieren. Schweiß ist sehr korrosiv: vermeiden Sie den Kontakt mit den lackierten oder verchromten Teilen des Geräts, insbesondere mit dem Computer. Wischen Sie das Gerät sofort nach dem Training ab. Lackierte Teile können mit einem feuchten Schwamm und Wasser gereinigt werden. Aggressive oder korrosive Reinigungsmittel dürfen nicht verwendet werden.
- Gerätegewicht: 50,3 kg
- Abmessungen: 108 × 58 × 141 cm (0,63 m³)
- Das Bremssystem arbeitet unabhängig von der Geschwindigkeit.
- Dieses Trainingsgerät mit Kurbelantrieb der Klasse C ist nicht für Präzisionsübungen geeignet.

Garantie : Der Rahmen hat eine Garantie von 5 Jahren. Die Verschleißteile sind 2 Jahre lang garantiert. Die Garantie gilt nur bei normalem Gebrauch durch Privatpersonen im häuslichen Bereich. Aktivieren Sie die Garantie Ihres Produkts online unter: www.carefitness.com

Reciclaje

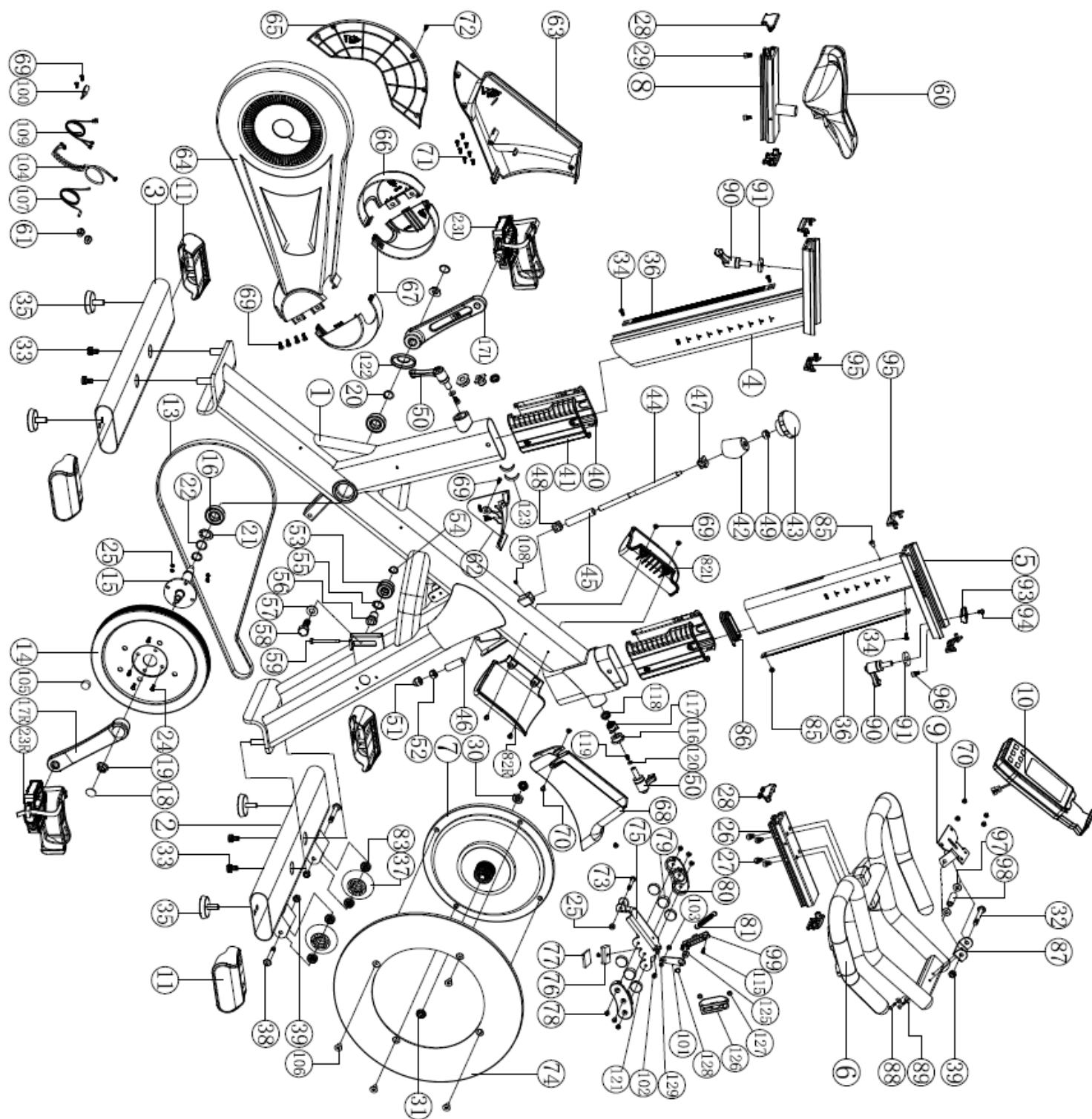


Das Symbol der durchgestrichenen Mülltonne bedeutet, dass dieses Produkt und die enthaltenen Batterien nicht mit dem Hausmüll entsorgt werden dürfen. Sie müssen einer gesonderten Sammelstelle zugeführt werden. Geben Sie die Batterien sowie das elektronische Produkt am Ende seiner Lebensdauer in einer autorisierten Sammelstelle ab, um es zu recyceln. Diese Wiederverwertung Ihrer elektronischen Abfälle trägt zum Schutz der Umwelt und Ihrer Gesundheit bei.

*Die am stärksten beanspruchten Teile sind der Griffschaumstoff und die Endkappe.

EXPLOSIONSZEICHNUNG

DE



ERSATZTEILLISTE

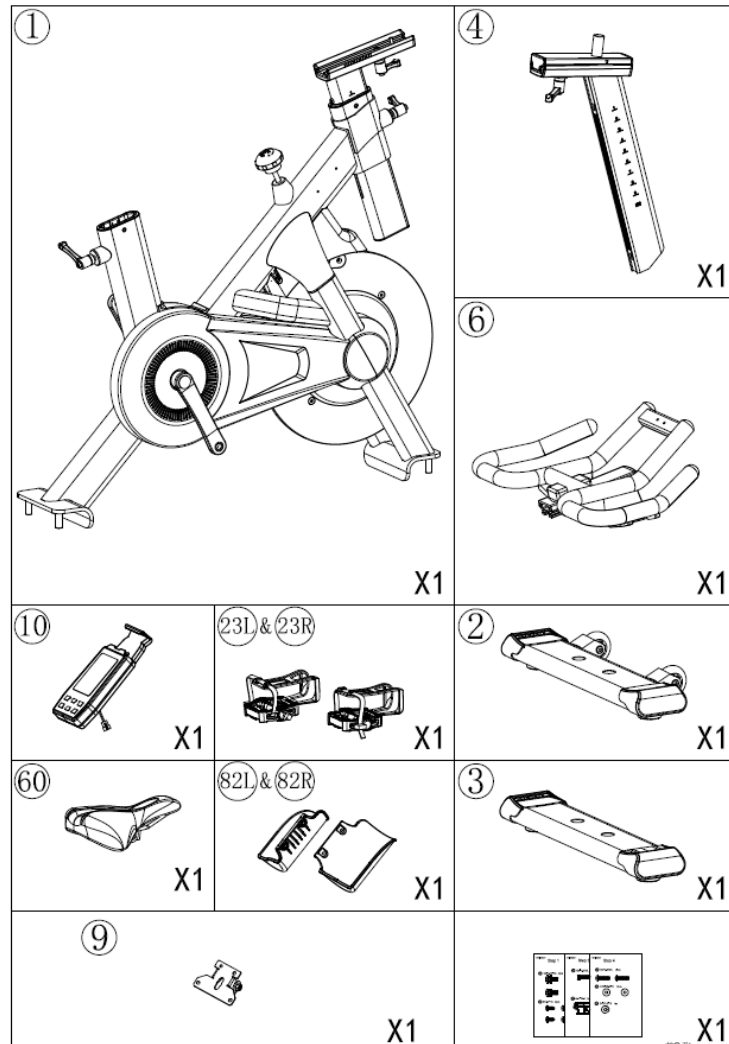
DE

Nr.	Beschreibung	Menge	Nr.	Beschreibung	Menge
1	Hauptrahmen	1	65	Abdeckstopfen der Abdeckung	1
2	Vorderer Stabilisator	1	66	Vordere linke Abdeckung	1
3	Hinterer Stabilisator	1	67	Vordere rechte Abdeckung	2
4	Sattel	1	68	Abdeckung des Schwungrads	1
5	Vorderes Rohr	1	69	Schraube ST4.2×15L	12
6	Lenker	1	70	Schraube M5×0.8×15L	2
7	Schwungrad	1	71	Rundkopfschraube Phillips ST3.5×1.41×12L	7
8	Verstellrohr des Sattels	1	72	Schraube M4×0.7×8L	1
9	Halterungsplatte des Computers	1	73	Schraube M6×1×45L	1
10	Computer	1	74	Schwungrad (2)	1
11	Kappen für ovales Rohr	4	75	Magnethalterung	1
13	Riemen	1	76	Bremspad	1
14	Riemenscheibe (Rolle)	1	77	Naturleder	1
15	Tretlagerachse	1	78	Schraube M5×0.8×8L	7
16	Kugellager #6004	2	79	Magnet	2
17L	Linke Kurbel	1	80	Magnet für Abdeckung	2
17R	Rechte Kurbel	1	81	Feder	1
18	Schraube des Gehäuses (Carter)	2	82L	Flaschenhalter (links)	1
19	Selbstsichernde Mutter M10×1.25×10T	2	82R	Flaschenhalter (rechts)	1
20	Sicherungsring (Seegerring)	2	83	Buchse	4
21	Wellenfeder D27×D20.3×0.5T	1	85	Schraube M5×0.8×10L	2
22	Flache Unterlegscheibe D26×D21×1.5T	1	86	Tappo für Rohrtyp D	1
23L/23R	Pedalset (links & rechts)	1	87	Platte zur Befestigung des Computers	1
24	Inbusschraube M6×1.0×12L	4	88	Schraube M5×0.8×30L	2

25	Nylonmutter M6×1.0×6T	5	89	Flache Unterlegscheibe D15×D5.2×3T	2
26	Lenker-Einstellrohr	1	90	L-Griff	2
27	Schraube M8×1.25×20L	4	91	Flache Unterlegscheibe D25×D10×2T	2
28	Kappe (1)	4	92	Schutzstreifen	3
29	Schraube M6×1.0×10L	2	93	Halterungsplatte	2
30	Sechskantmutter D9.5×8T	1	94	Schraube M5×0.8×12L	2
31	Selbstsichernde Mutter	2	95	Endkappe	4
32	Schraube M8×1.25×60L	1	96	Schraube M6×1.0×20L	1
33	Inbusschraube M8×1.25×20L	4	97	Flache Unterlegscheibe D18×D8.5×1.0T	2
34	Senkschraube M5×0.8×10L	3	98	Buchse	1
35	Verstellbare Rolle	4	99	Regler VR	1
36	Begrenzer für Sattelrohr	2	100	Sensorhalterung	1
37	Transportrollen	2	101	Verstellstange	1
38	Inbusschraube M8×1.25×40L	2	102	Rundkopfschraube Phillips	1
39	Nylonmutter M8×1.25×8T	3	103	Nylonmutter M5×0.8×5T	1
40	Innenrohr 1	2	104	Oberes Computerkabel	1
41	Innenrohr 2	2	105	Magnet	1
42	Bremsschutzabdeckung (Carter)	1	106	Schraube M8×1.25×15L	4
43	Einstellknopf	1	107	Sensorkabel	1
44	Stangenschraube (Stem Screw)	1	108	Phillips-Schraube ST3×6L	1
45	Festes Rohr	1	109	Unteres Computerkabel	1
46	Distanzrohr (Spacer)	1	115	Schraube ST4.2×10L	2
47	Halterungsplatte	1	116	Mutternabdeckung	2
48	Positionierungsblock	1	117	Klemmspalte / Klemmrohr	2
49	Inbusschraube M8×1.25×6T	1	118	Feder	2
50	L-Griff	2	119	Schraube M6×1×10L	2
51	Kurze Hutmutter M10×1.5×18L	1	120	Flache Unterlegscheibe D13×D6.5×1.0T	2
52	Inbusschraube M10×1.5×5T	1	121	Magnet	4

53	Kugellager #6203-2RS	2	122	Kurbelabdeckung (Carter)	1
54	Sicherungsring S-16 (1T)	1	123	Stoßdämpfer (1)	2
55	Wellenfeder D21×D16×0.3T	1	125	Gleitbuchse	1
56	Achse des Freilaufs	1	126	Führungsschiene	1
57	Flache Unterlegscheibe D20×D11×3T	1	127	Befestigungsring	2
58	Schraube M10×1.5×20L	1	128	C-Ring	1
59	Verstellbare Gewindestange	1	129	Distanzstück	1
60	Sattel	1	–	Inbusschlüssel (Kreuzform)	1
61	Elektrischer Stecker	4	–	Maulschlüssel	1
62	Dekorative obere Abdeckung	1	–	Kreuzschlitzschraubendreher	1
63	Linke Abdeckung	1	–	Inbusschlüssel (Kreuzform)	1
64	Rechte Abdeckung	1	–	Schraubenset	1

ERSATZTEILLISTE



MONTAGEANLEITUNG

DE



Montagezeit
30 min



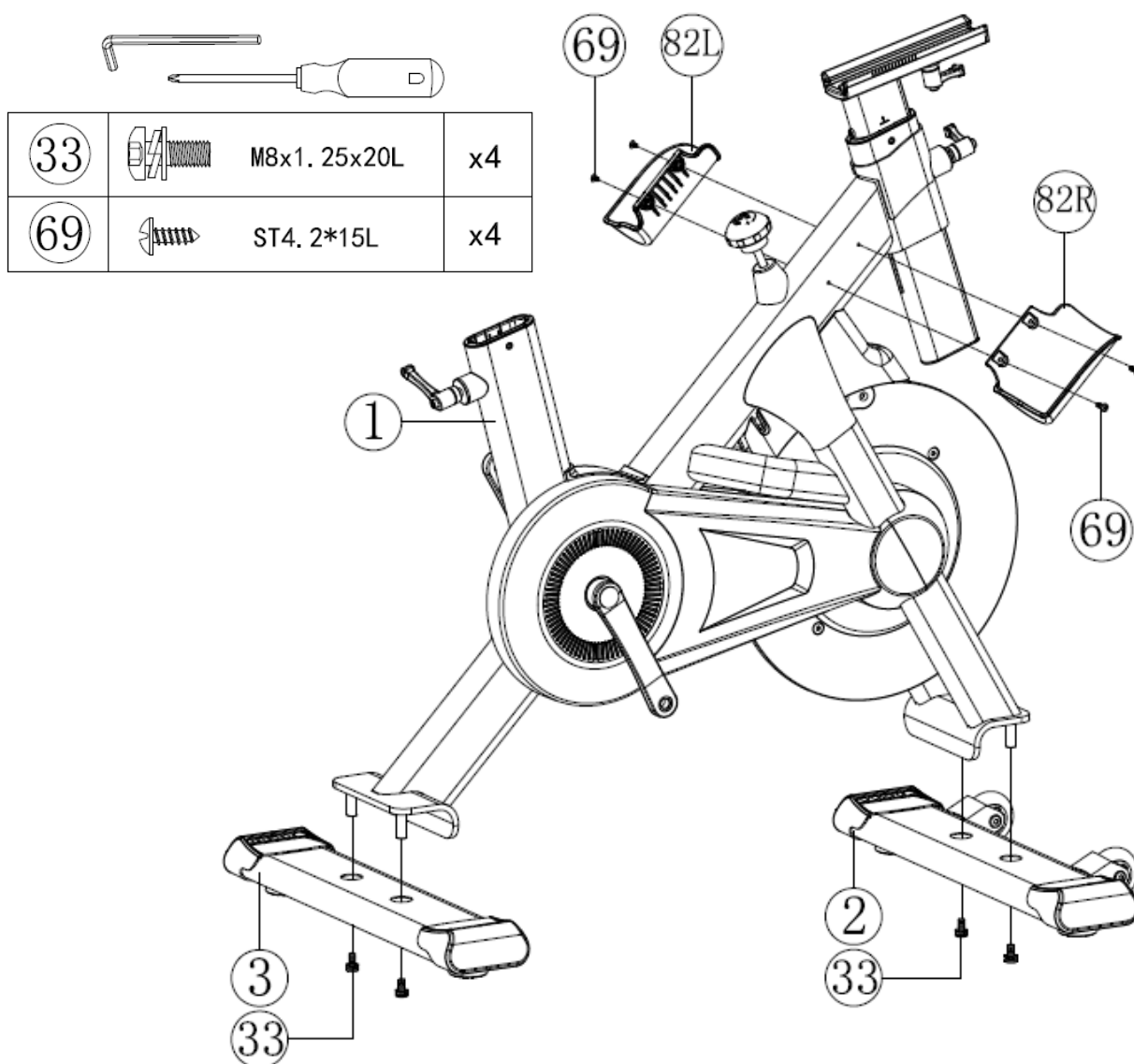
Werkzeuge
enthalten



Schwierigkeitsgrad
Einfach

SCHRITT 1: Montage der Stabilisatoren und der Flaschenhalter

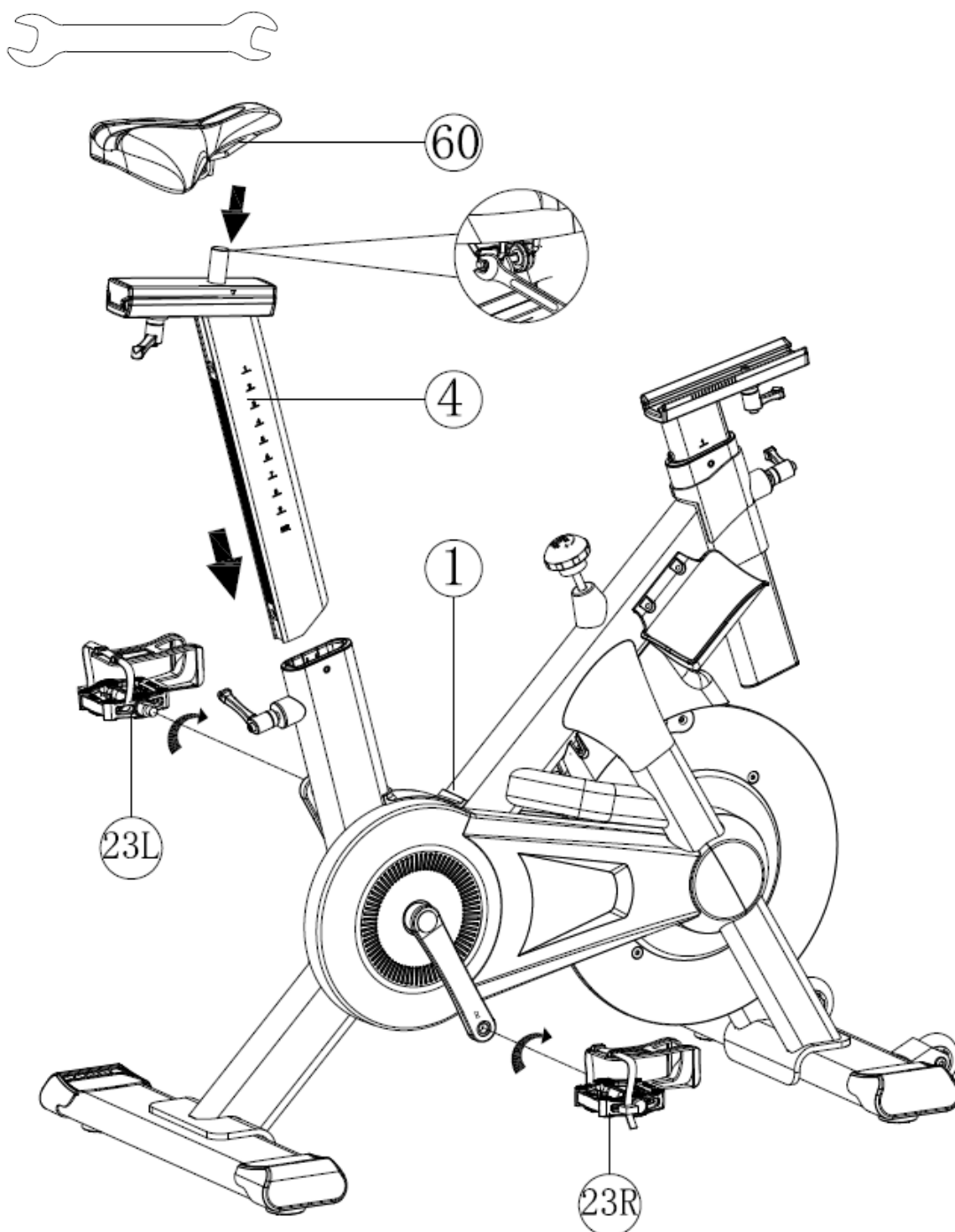
1. **Befestigen Sie den vorderen Stabilisator** (2) am Hauptrahmen (1) mit den Inbusschrauben (33).
2. **Befestigen Sie den hinteren Stabilisator** (3) am Hauptrahmen (1) ebenfalls mit den Inbusschrauben (33).
3. **Montieren Sie die linke** und rechte Flaschenhalterung (82L/82R) am Hauptrahmen, jeweils mit 2 Schrauben (69). Siehe Abbildung oben.



SCHRITT 2 : Montage der Sattelstütze, des Sattels und der Pedale

1. **Lösen und ziehen Sie den L-Griff (50) heraus.**
2. **Führen Sie die Sattelstütze (4) in den Hauptrahmen (1) ein.**
ACHTUNG: Stellen Sie sicher, dass der L-Griff (50) hörbar in eine der Einstellkerben der Sattelstütze (4) einrastet.
3. **Lösen Sie leicht die beiden Muttern unter dem Sattel (60).**
4. **Befestigen Sie den Sattel (60) an der Sattelstütze (4) und ziehen Sie die Muttern mit dem Schlüssel fest.**
5. **Schrauben Sie das rechte Pedal (23R) im Uhrzeigersinn auf die rechte Kurbel.**
6. **Schrauben Sie das linke Pedal (23L) im Gegenuhrzeigersinn auf die linke Kurbel.**

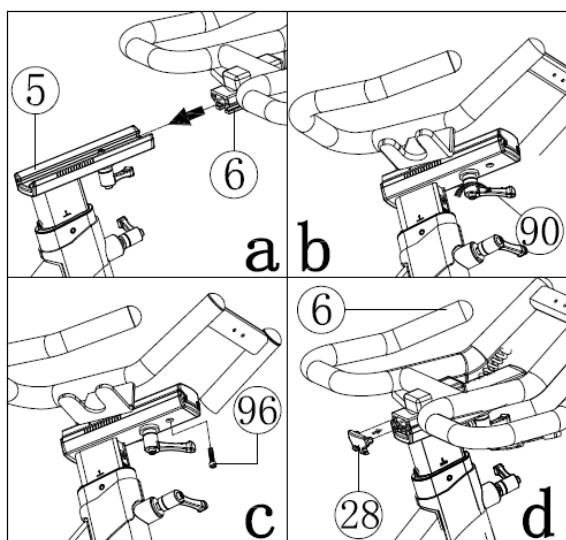
ACHTUNG: Achten Sie darauf, dass die Pedale vollständig festgeschraubt sind.



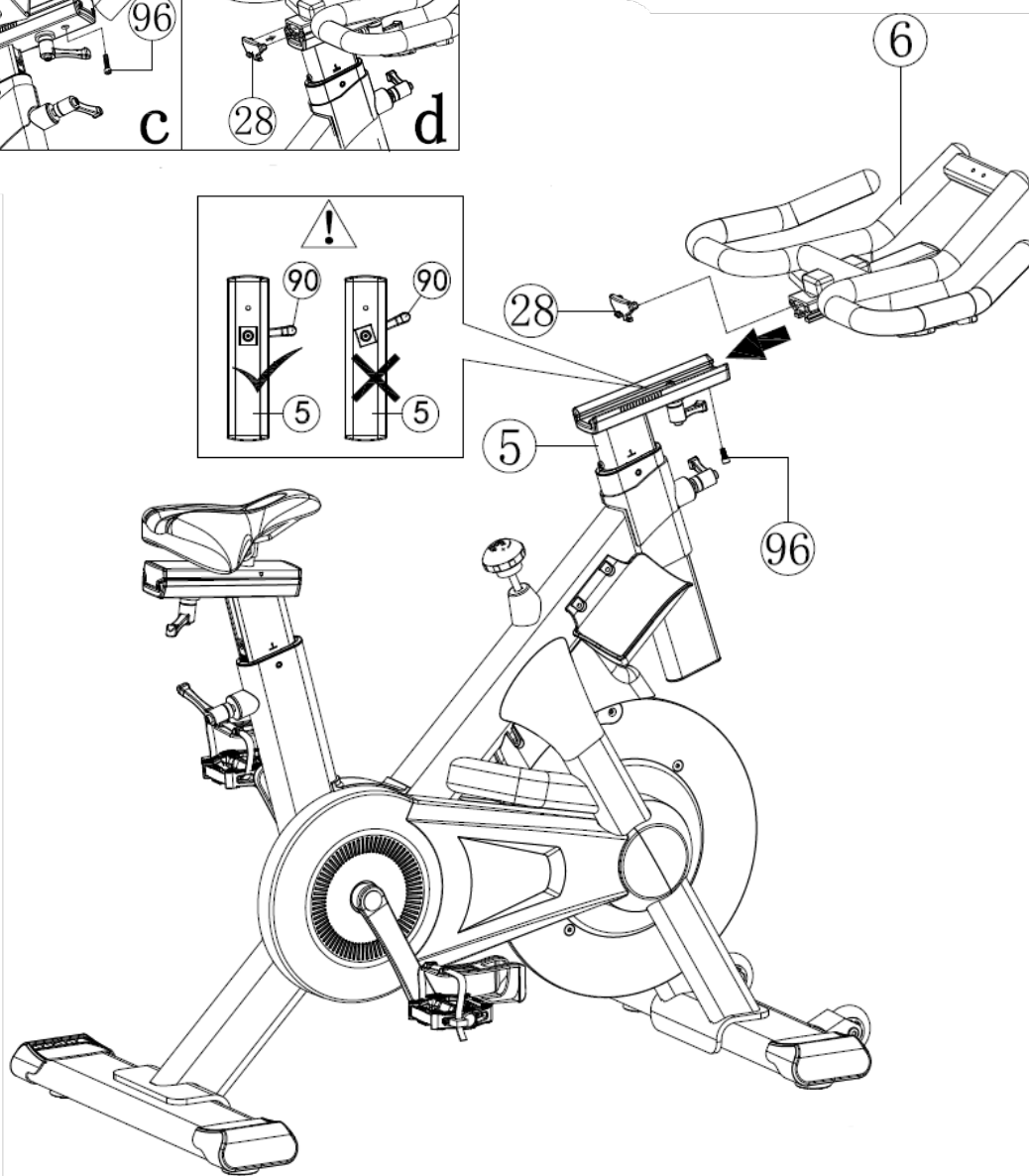
SCHRITT 3 : Montage des Lenkers

1. **Befestigen Sie den Lenker (6)** am vorderen Rohr (5) mit dem L-Griff (90).
2. **Siehe Abbildung (a)**. Hinweis: Der L-Griff (90) befindet sich unter dem vorderen Rohr (5).
3. **Drehen Sie den L-Griff (90)** im Uhrzeigersinn (Abbildung b).
4. **Ziehen Sie die Schraube (96)** fest (Abbildung c).
5. **Setzen Sie die Kappe (28)** auf den Lenker (6) (Abbildung d).

ACHTUNG: Stellen Sie sicher, dass der L-Griff (90) gerade ausgerichtet ist.



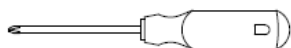
96	 M6*1.0*20L	x1
28	 55.7*29.4	x1



SCHRITT 4 : Montage der Computerhalterung mit Befestigungsplatte

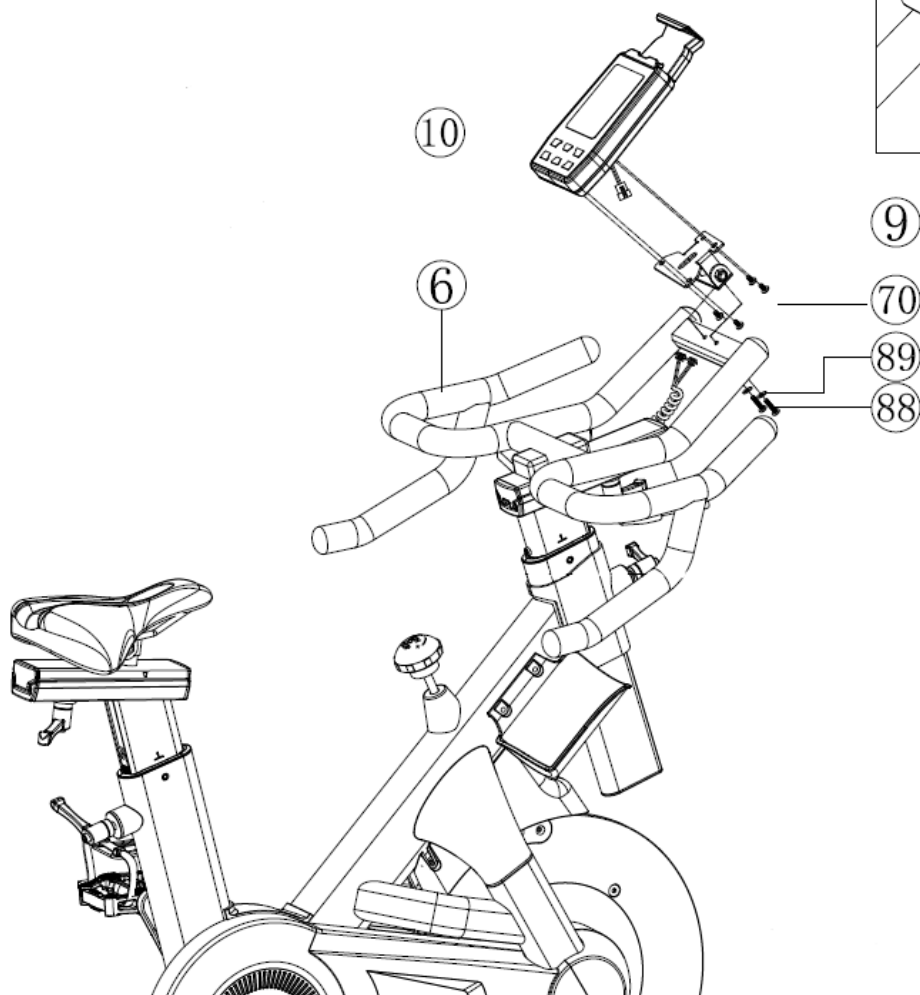
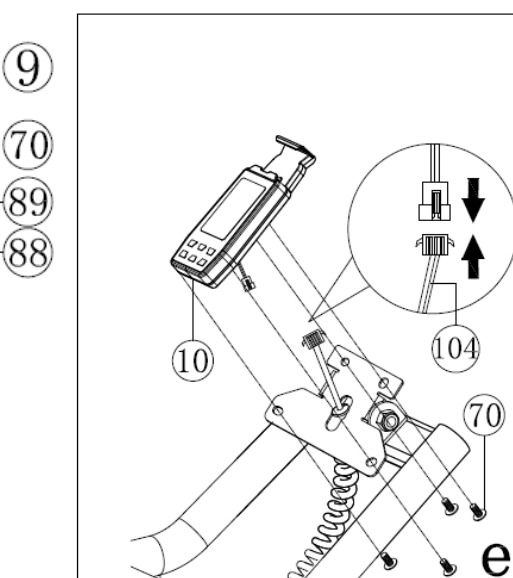
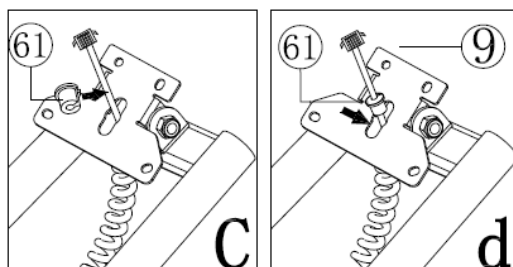
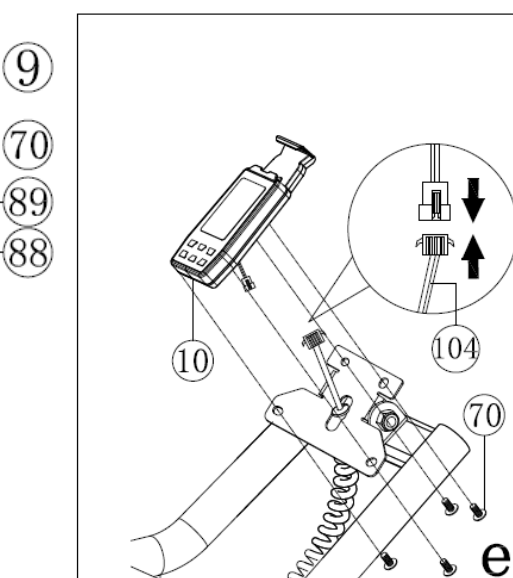
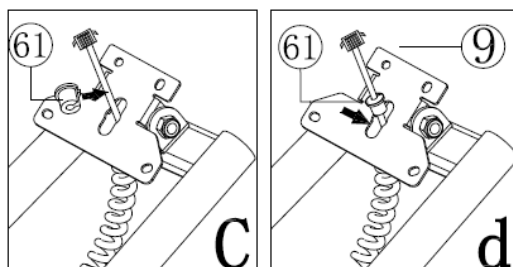
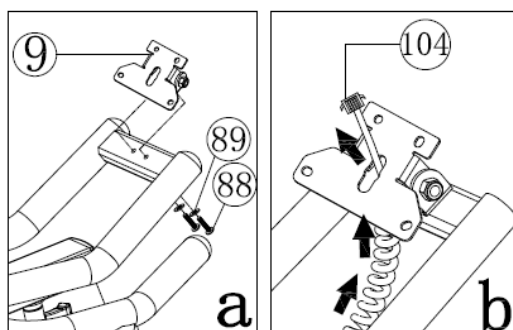
DE

1. **Befestigen Sie die Befestigungsplatte des Computers (9)** am Lenker (6) mit 2 flachen Unterlegscheiben (89) und 2 Schrauben (88). Siehe Abbildung (a).
ACHTUNG: Achten Sie darauf, die Kabel während der folgenden Schritte nicht einzuklemmen.
2. **Führen Sie das obere Computerkabel (104)** durch die Öffnung der Befestigungsplatte (9) (Abbildung b).
3. **Stecken Sie den elektrischen Stecker (61)** an das obere Computerkabel (104) und rasten Sie ihn in der Öffnung der Platte ein (Abbildungen c und d).
4. **Verbinden Sie den Computer** mit seinem Kabel und dem oberen Computerkabel (104).
5. **Befestigen Sie die Konsole an der Befestigungsplatte (9)** mit der vorgefertigten Schraube (70) (Abbildung e).



88		M5*0.8*30L	X2
89		D15*D5.2*3T	X2
61		D4*D12*13	X1

70		M5*0.8*15L	X4
----	---	------------	----

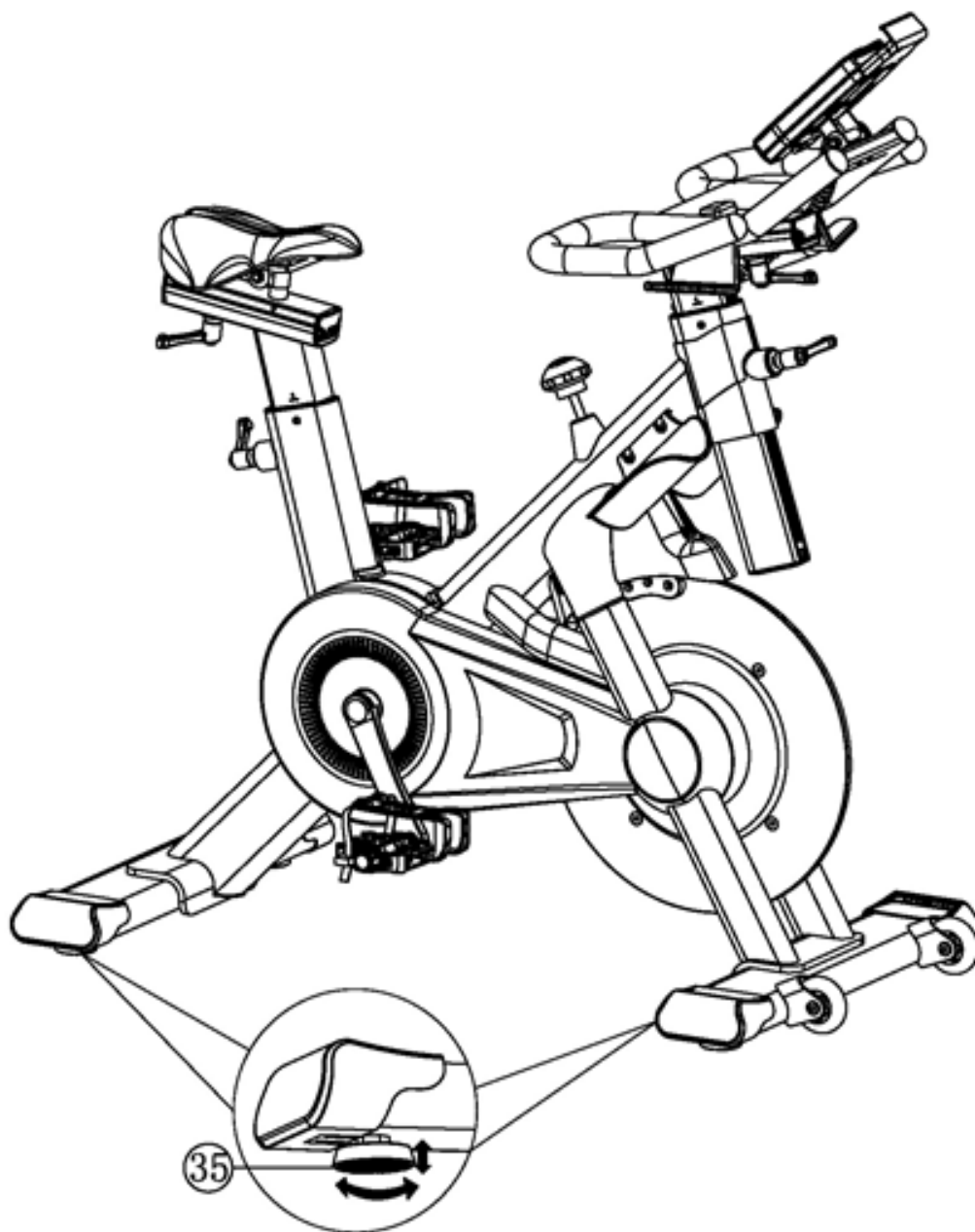


SCHRITT 5 : Ausrichten der Standfüße

Wenn der Boden uneben ist, können Sie das Gerät durch Drehen der verstellbaren Rollen (35) unter dem Hauptrahmen stabilisieren.

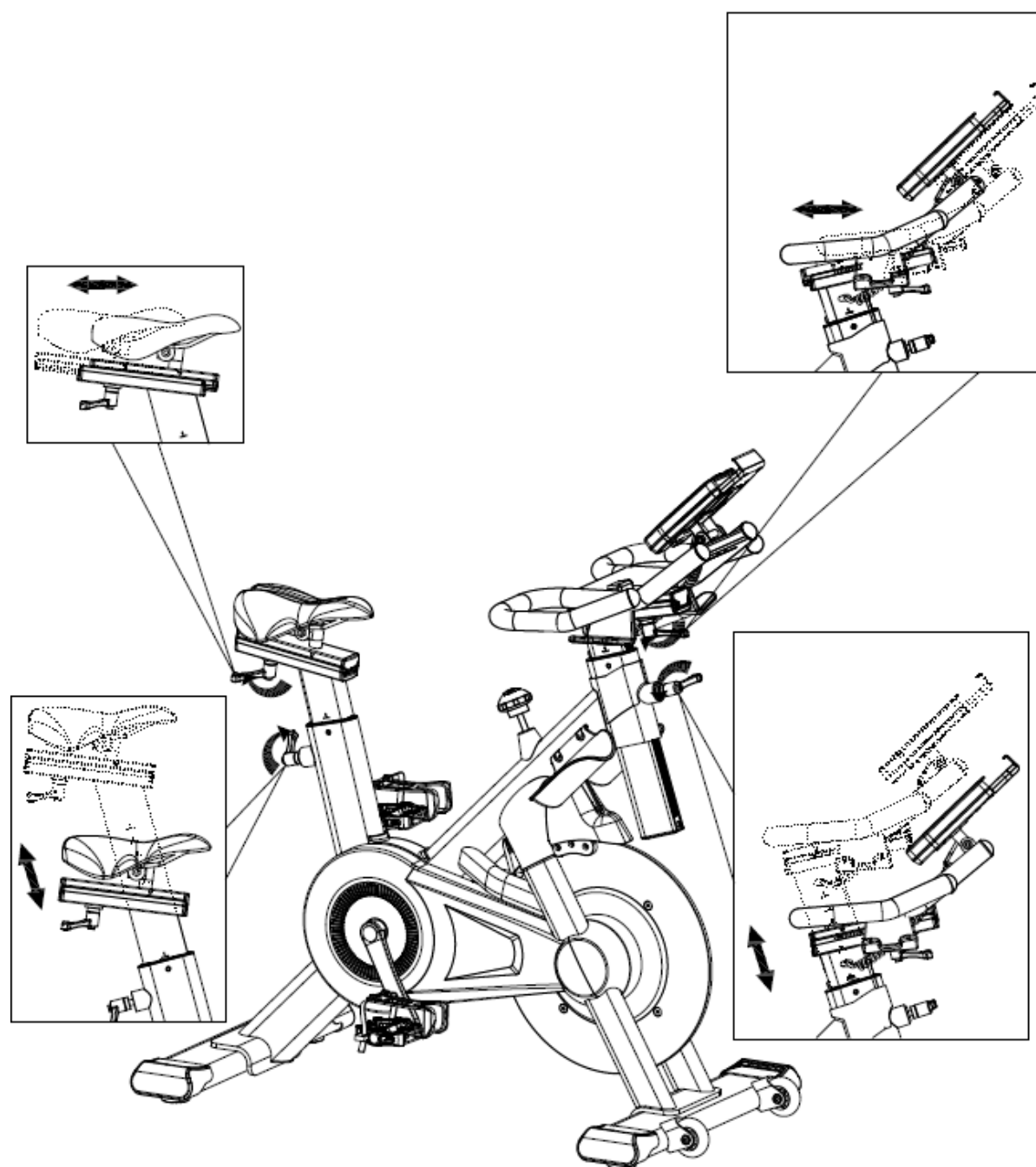
DE

1. **Heben Sie das Gerät auf der gewünschten Seite leicht an und drehen Sie die verstellbaren Rollen.**
2. **Drehen Sie sie im Uhrzeigersinn**, um das Gerät anzuheben.
3. **Drehen Sie sie gegen den Uhrzeigersinn**, um das Gerät abzusenken.



SCHRITT 6 : Einstellung von Sattel- und Lenkerposition

DE



Satteinstellung

Höhenverstellung

ACHTUNG: Die Sattelstütze ist mit der Markierung „STOP“ versehen, die die maximale Einschubhöhe angibt. Überschreiten Sie diese Grenze nicht.

1. **Lösen und ziehen Sie den L-Griff (50)** heraus, um die Höhe der Sattelstütze einzustellen.
Achten Sie darauf, dass der L-Griff (50) hörbar in eine der Rastkerben einrastet.
2. **Ziehen Sie den L-Griff (50)** wieder fest.

Horizontale Einstellung

1. **Lösen und ziehen Sie den L-Griff (90)** unter dem Sattel heraus, um ihn nach vorne oder hinten zu verschieben.
2. **Positionieren Sie den Sattel in der gewünschten Position.** Achten Sie darauf, dass der L-Griff (50) korrekt einrastet.
3. **Ziehen Sie den L-Griff (90)** wieder fest.

Lenkereinstellung

Höhenverstellung

ACHTUNG: Das vordere Rohr ist mit der Markierung „STOP“ versehen, die die maximale Einschubhöhe angibt. Überschreiten Sie diese Grenze nicht.

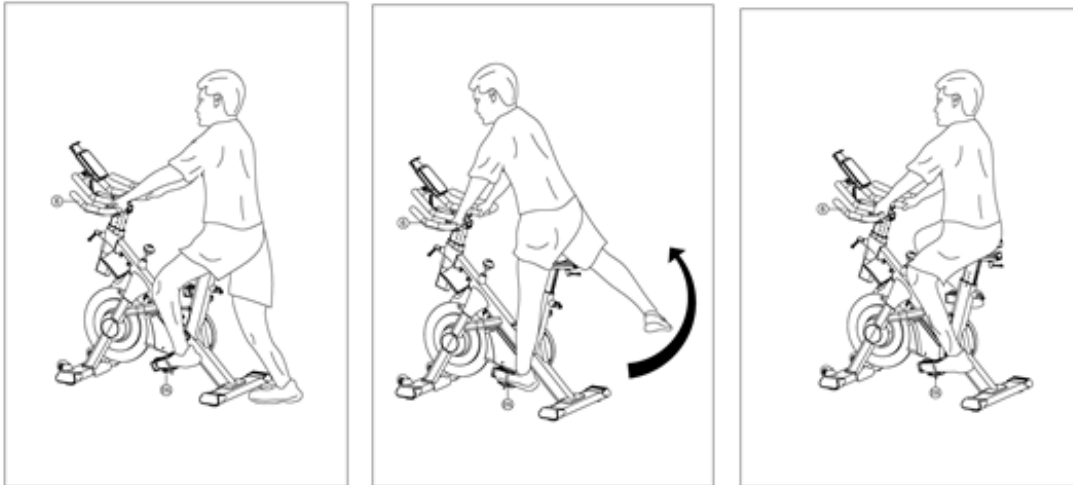
1. **Lösen und ziehen Sie den L-Griff (50)** heraus, um die Höhe des vorderen Rohrs einzustellen.
Stellen Sie sicher, dass der Griff korrekt in einer der Kerben einrastet.
2. **Ziehen Sie den L-Griff (50)** fest.

Horizontale Einstellung

1. **Drehen Sie den L-Griff (90)** nach links, bis sich der Lenker bewegen lässt.
2. **Stellen Sie den Lenker** in die gewünschte Position.
3. **Drehen Sie den L-Griff (90)** nach rechts, um ihn zu fixieren.

AUF- UND ABSTEIGEN VOM GERÄT

1. **Zum Aufsteigen: Halten Sie die Griffe mit beiden Händen fest**, stellen Sie einen Fuß auf ein Pedal (links oder rechts), dann den anderen Fuß auf das zweite Pedal.
2. **Zum Absteigen: Halten Sie die Griffe mit beiden Händen fest**, setzen Sie einen Fuß auf den Boden und danach den anderen.

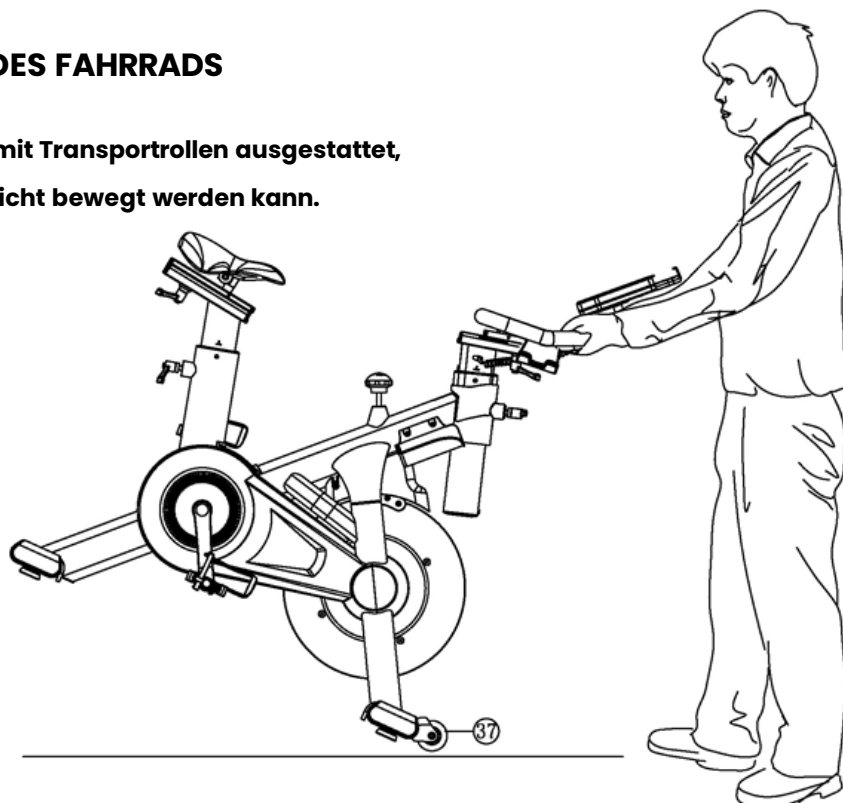


Hinweis:

Machen Sie sich vor dem Training mit allen Funktionen und Einstellmöglichkeiten des Geräts vertraut. Lassen Sie sich gegebenenfalls von einem Fachmann die richtige Verwendung des Produkts erklären. Beginnen Sie Ihr Training immer mit geringer Intensität und steigern Sie diese schrittweise. Beenden Sie Ihr Training mit einer Abkühlphase. Im Zweifelsfall konsultieren Sie Ihren Arzt.

BEWEGEN DES FAHRRADS

Das Gerät ist mit Transportrollen ausgestattet, wodurch es leicht bewegt werden kann.





1. Funktionsliste

A. Funktionen:

- **MANUELL-Modus** (automatischer Start mit RPM)
- **RECOVERY-Modus** (Erholungstest der Herzfrequenz)
- **Drahtlose Verbindung zur App** und drahtlose Verbindung für die Herzfrequenz
- **Anzeige bei niedrigem Batteriestand**

B. Hardware-Funktionen:

- **Manuelle Widerstandseinstellung**
- **Taste zur Aktivierung der drahtlosen Verbindung**

2. Beschreibung der Anzeige-Funktionen

Nr.	Element	Anzeigebereich	Einstellbereich	Erklärung
1	TIME	0:00 ~ 99:59	$\pm 1:00$	1. Zählt rückwärts ohne Einstellung. 2. Zählt rückwärts bei Einstellung, Alarm (BIP 8 Mal) bei 0, dann Umschaltung auf Hochzählen. 3. Zeigt «P», wenn kein Signal innerhalb von 4 Sek.
2	KM/H	0.0 ~ 99.9	Nein	1. Zeigt «0», wenn kein Signal innerhalb von 4 Sek. 2. Zeigt «99.9», wenn Bereich überschritten.
3	RPM	0 ~ 188	Nein	1. Zeigt Wert, wenn Signal vorhanden. 2. Rückkehr zu 0, wenn kein Signal innerhalb von 4 Sek. 3. Zeigt «188», wenn Bereich überschritten.
4	DIST	0 ~ 99.99	± 0.5	1. Zählt rückwärts ohne Einstellung. 2. Bei Einstellung: zählt rückwärts bis 0 mit 8× BIP.
5	KCAL	0 ~ 9999	± 10	1. Zählt rückwärts ohne Einstellung. 2. Bei Einstellung: zählt rückwärts bis 0 mit 8× BIP.
6	BPM	30 ~ 230	± 1	1. Anzeige nach 4 Sek. mit Signal. 2. Zeigt «P», wenn kein Signal nach 4 Sek. 3. BIP, wenn Herzfrequenz den eingestellten Wert überschreitet.
7	LOAD	1 ~ 99	1 ~ 99	Einstellung nach Segmenten.
8	WATT	0 ~ 999	Nein	Zeigt den WATT-Wert an.

3. Beschreibung der Tasten

A. MODE

- **Jeder Tastendruck wechselt zum nächsten Modus.** Im SCAN-Modus ist die aktuelle Funktion gesperrt.
- **Jeder Tastendruck erzeugt** ein Signal «BIP».
- **2 Sek. drücken:** setzt Werte zurück und startet den Computer neu.

B. UP (Benutzbar erst 4 Sek. nach Stopp)

1. **Ein Druck = +1. Langes Drücken = schnelle Erhöhung.**

2. Einstellbereiche:

- **TIME** : 0:00 ~ 99:00 (+1:00 pro Druck)
- **DIST** : 0.0 ~ 99.50 (+0.5 pro Druck)
- **KCAL** : 0 ~ 9990 (+10 pro Druck)
- **BPM** : 30 ~ 230 (+1 pro Druck)

C. DOWN (Benutzbar erst 4 Sek. nach Stopp)

1. **Ein Druck = -1. Langes Drücken = schnelle Verringerung.**

2. Einstellbereiche:

- **TIME** : 0:00 ~ 99:00 (+1:00 pro Druck)
- **DIST** : 0.0 ~ 99.50 (+0.5 pro Druck)
- **KCAL** : 0 ~ 9990 (+10 pro Druck)
- **BPM** : 30 ~ 230 (+1 pro Druck)

D. RESET (Benutzbar erst 4 Sek. nach Stopp)

- **Im MODE/UP:** ein Druck löscht den aktuellen Wert.
- **Langes Drücken (2 Sek.):** Gesamtrückstellung (TOTAL RESET).

E. RECOVERY

- **Nach Anzeige der Herzfrequenz Taste drücken**, um in den RECOVERY-Testmodus zu wechseln.
- **Countdown von 60 Sek.** (Herzfrequenzsignal muss bestehen bleiben).
- **Nach 60 Sek.** werden Werte F1 bis F6 angezeigt..

FX	F1	F2	F3	F4	F5	F6
GEBNISSE	HERVORRAGEND	AUSGEZEICHNET	GUT	BEFRIEDIGEND	SCHLECHT	SEHR SCHLECHT

F. DRAHTLOSE VERBINDUNG EIN/AUS (KINOMAP)

- **Ein Tastendruck aktiviert** die drahtlose Übertragung.
- **Ein weiterer Tastendruck** deaktiviert die drahtlose Übertragung.
- **Verbindung zu kompatiblen Geräten** nach Start möglich.
- **Link im Browser öffnen** und den Anweisungen folgen:
<https://cloud.carefitness.com/index.php/s/E2WD22KMNBQzERL>

G. SIGNALTON

- **Ein BIP beim Einschalten.**
- **Ein BIP pro Tastendruck** (außer bei langem Druck).
- **Wenn TIME, DIST oder KCAL auf 0 fallen, ertönt ein Alarm** (BIP, wenn aktiviert).
Ein Tastendruck stoppt den Ton, ohne weitere Funktionen auszuführen.

4. Betrieb

1. Einschalten

- **Beim Einschalten zeigt das LCD 1 Sekunde lang** alle Segmente an + langes Signal (BIP, falls aktiviert), dann Wechsel in den Standby-Modus.
- **Ohne Signal innerhalb 4 Sek.** stoppt die Zeit und das Gerät geht in Standby.
- **Betrieb mit 2 × AA LR6-Batterien**

2. Standby

- **Ohne RPM-Signal pausiert** die Stoppuhr automatisch.

3. Betrieb nach Modus:

- **TIME :**
 - **Ohne Einstellung läuft die Zeit hoch;** mit Einstellung läuft ein Countdown (Schritte: 1 Min).
 - **Bei 0 → 8× BIP,** danach Rückkehr zum Hochzählen.
- **KMI/H : Anzeige** nur mit Signal.
- **RPM : Anzeige** nur mit Signal.
- **DIST :**
 - **Ohne Einstellung läuft Distanz hoch;** mit Einstellung (max. 99.50, Schritte: 0.5) Countdown.
 - **Bei 0 → 8× BIP,** danach Rückkehr zum Hochzählen.
- **KCAL :**
 - **Ohne Einstellung läuft Kalorienanzeige hoch;** mit Einstellung (max. 9990, Schritte: 10) Countdown.
 - **Bei 0 → 8× BIP,** danach Rückkehr zum Hochzählen.
- **BPM :**
 - **Ohne Einstellung Anzeige der Herzfrequenz;** mit Einstellung (30–230, Schritte: 1) Alarm bei Überschreiten.
 - **Startwert = 72.**
- **LOAD : Einstellung mit Drehknopf (99)** am Fahrrad.
- **WATT : Anzeige gemäß WATT-Tabelle.**

4. Schlafmodus

- **Kein Signal innerhalb 4 Min → Schlafmodus.**
- **Tastendruck oder Signal** weckt den Computer.

5. Drahtlose Verbindung (Option: CareConnect-Brustgurt)

Bei erfolgreichem Pairing mit der App wird das Symbol für drahtlose Verbindung angezeigt, andere Symbole werden ausgeblendet. Zwei BIP-Signale bestätigen die Verbindung.

ERSATZTEILE BESTELLEN

Aus Effizienzgründen halten Sie bitte die folgenden Gegenstände bereit, bevor **Sie unseren Kundendienst kontaktieren:**

- **Der Name** oder **die Referenz des Produkts.**
- **Die Herstellungsnummer ist** auf dem Hauptgehäuse und auf dem Verpackungskarton angegeben.
- **Die Nummer des fehlenden oder defekten** Teils ist auf der Explosionszeichnung des Produkts in diesem Handbuch angegeben.

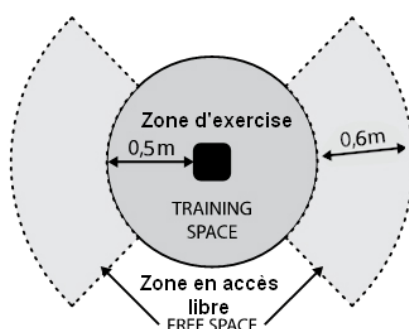
Service Après Vente (Kundendienst)

E mail : service-de@carefitness.com

ADVERTENCIAS :

Seguridad

- Lea y conserve cuidadosamente este manual del usuario. Utilice este producto únicamente según las indicaciones.
- Este aparato debe ser montado y utilizado por adultos.
- Este aparato cumple con la **norma EN-957 clase S**, apta para uso doméstico, en gimnasios o en cualquier otro lugar público, asociativo o de alquiler.
- Para un uso seguro, coloque el aparato sobre una superficie estable y plana. Proteja el suelo con una alfombra. No utilice este aparato en lugares húmedos (piscina, sauna, etc.).
- Asegúrese de que la base de instalación esté nivelada y estable. Mantenga 0,6 m de espacio libre alrededor del aparato (ver la imagen más abajo: el círculo lleno indica el radio de la zona de entrenamiento y las líneas discontinuas muestran 0,5 m de espacio libre adicional a cada lado de la máquina).



- No permita que los niños jueguen con el aparato. CARE no se hace responsable de los daños que puedan sufrir. Mantenga a los niños alejados del aparato durante el entrenamiento.
- CARE declina toda responsabilidad en caso de modificaciones técnicas realizadas por el usuario en cualquiera de nuestros productos.
- **Peso máximo del usuario: 180 kg.**

Antes de comenzar su entrenamiento, consulte a su médico para determinar el nivel de intensidad adecuado para su programa. Un entrenamiento excesivo o mal planificado puede ser perjudicial para su salud.

- Mantenga la espalda recta durante los ejercicios.
- Se recomienda encarecidamente usar ropa y calzado adecuados.
- Respete las posiciones máximas de las piezas ajustables.

ATENCIÓN: Los sistemas de control de la frecuencia cardíaca pueden ser inexactos. Un ejercicio excesivo puede provocar lesiones graves o incluso la muerte. Si siente malestar, detenga el ejercicio inmediatamente.

Mantenimiento

Verifique regularmente el apriete de los elementos de fijación, como tornillos y tuercas.

Para mantener el nivel de seguridad, el aparato debe ser inspeccionado de manera periódica.

Es imprescindible sustituir cualquier pieza defectuosa y no utilizar el aparato hasta su completa reparación. Piense también en lubricar regularmente las piezas móviles.

- El sudor es muy corrosivo: evite el contacto con las partes esmaltadas o cromadas del aparato, especialmente con el contador. Limpie el aparato inmediatamente después del entrenamiento.
- Las partes esmaltadas pueden limpiarse con una esponja humedecida en agua. No utilice productos agresivos ni corrosivos.
- Peso del aparato: 50,3 kg
- Dimensiones: 108 × 58 × 141 cm (0,63 m³)
- El sistema de frenado es independiente de la velocidad.
- Este aparato de entrenamiento con manivela de clase C no es adecuado para ejercicios de alta precisión.

Garantía : El chasis está garantizado durante 5 años. Las piezas de desgaste están garantizadas durante 2 años. La garantía se aplica únicamente en caso de uso normal por un particular en el hogar. Active la garantía de su producto en línea en: www.carefitness.com

Reciclaje

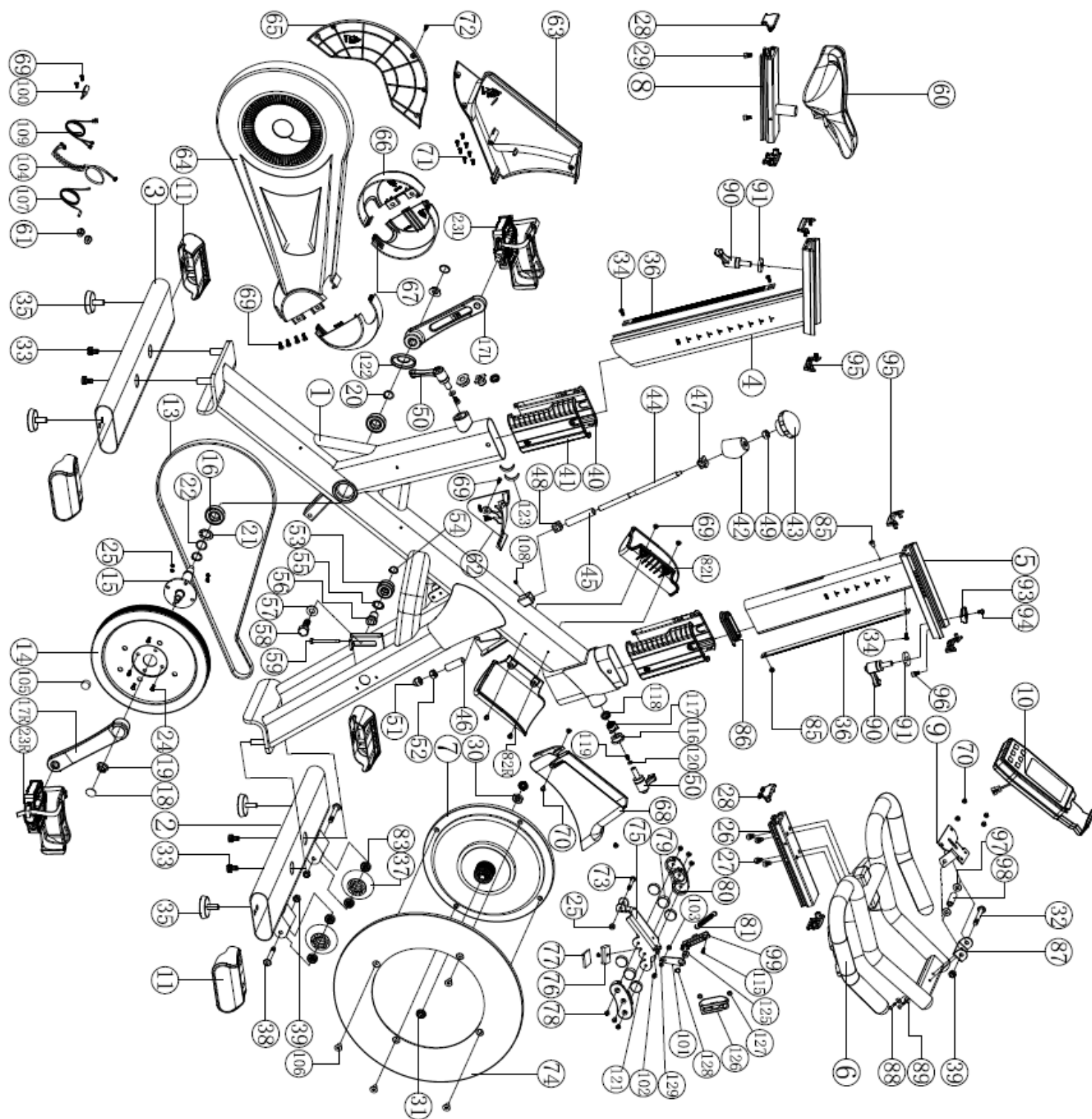


El símbolo del contenedor tachado indica que este producto y las pilas que pueda contener no deben eliminarse con los residuos domésticos. Deben ser objeto de una recogida selectiva específica. Deposite las pilas y su producto electrónico al final de su vida útil en un punto de recogida autorizado para su reciclaje. Esta valorización de los residuos electrónicos contribuye a la protección del medio ambiente y de su salud.

*Las piezas más propensas al desgaste son la espuma de agarre y el tapón de extremo.

VISTA EXPLODIDA

ES



LISTA DE PIEZAS DE REPUESTO

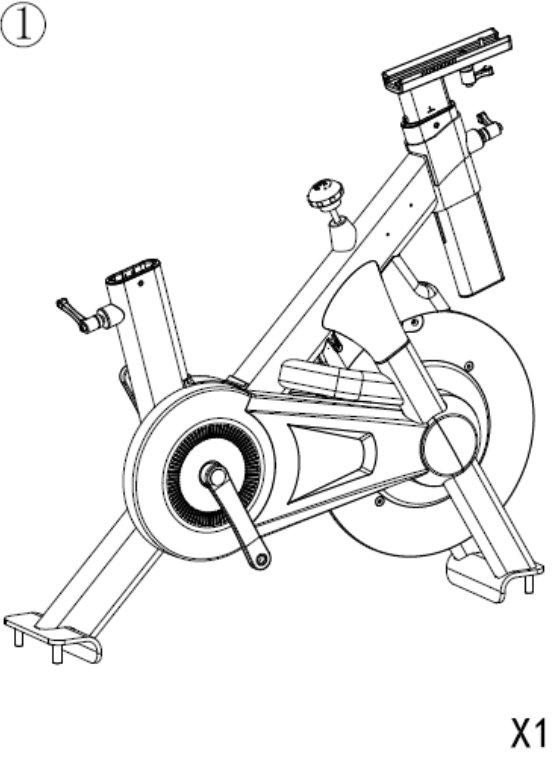
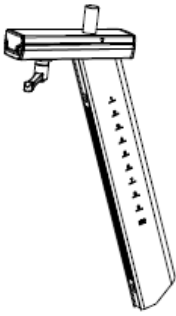
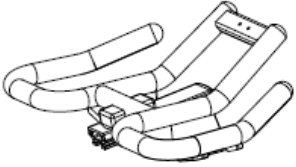
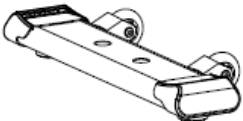
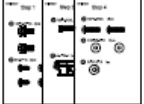
ES

Nº	Descripción	Cantidad	Nº	Descripción	Cantidad
1	Cuadro principal	1	65	Tapón del carter	1
2	Estabilizador delantero	1	66	Carter delantero izquierdo	1
3	Estabilizador trasero	1	67	Carter delantero derecho	2
4	Sillín	1	68	Carter de la rueda de inercia	1
5	Tubo delantero	1	69	Tornillo ST4.2×15L	12
6	Manillar	1	70	Tornillo M5×0.8×15L	2
7	Rueda de inercia	1	71	Tornillo redondo Phillips ST3.5×1.41×12L	7
8	Tubo ajustable del sillín	1	72	Tornillo M4×0.7×8L	1
9	Placa de fijación del contador	1	73	Perno M6×1×45L	1
10	Contador	1	74	Rueda de inercia (2)	1
11	Tapón de tubo ovalado	4	75	Soporte del imán	1
13	Correa	1	76	Zapato de freno	1
14	Polea	1	77	Cuero natural	1
15	Eje del pedalier	1	78	Tornillo M5×0.8×8L	7
16	Rodamiento #6004	2	79	Imán	2
17L	Biela izquierda	1	80	Imán del carter	2
17R	Biela derecha	1	81	Resorte (muelle)	1
18	Perno del carter	2	82L	Portabotellas (izquierdo)	1
19	Tuerca autoblocante M10×1.25×10T	2	82R	Portabotellas (derecho)	1
20	Anillo elástico (circlip)	2	83	Casquillo (bujе)	4
21	Arandela ondulada D27×D20.3×0.5T	1	85	Perno M5×0.8×10L	2

22	Arandela plana D26×D21×1.5T	1	86	Tapón de tubo tipo D	1
23L/23R	Juego de pedales (izq. y der.)	1	87	Placa de fijación del contador	1
24	Perno Allen M6×1.0×12L	4	88	Perno M5×0.8×30L	2
25	Tuerca de nailon M6×1.0×6T	5	89	Arandela plana D15×D5.2×3T	2
26	Tubo de ajuste del manillar	1	90	Palanca en L (maneta en L)	2
27	Perno M8×1.25×20L	4	91	Arandela plana D25×D10×2T	2
28	Tapón (1)	4	92	Banda protectora	3
29	Tornillo M6×1.0×10L	2	93	Placa de soporte	2
30	Tuerca hexagonal D9.5×8T	1	94	Perno M5×0.8×12L	2
31	Tuerca autoblocante	2	95	Tapón terminal	4
32	Perno M8×1.25×60L	1	96	Perno M6×1.0×20L	1
33	Perno Allen M8×1.25×20L	4	97	Arandela plana D18×D8.5×1.0T	2
34	Tornillo avellanado cónico M5×0.8×10L	3	98	Casquillo	1
35	Rueda regulable	4	99	Regulador VR	1
36	Limitador del tubo del sillín	2	100	Soporte del sensor	1
37	Ruedas de desplazamiento	2	101	Varilla ajustable	1
38	Perno Allen M8×1.25×40L	2	102	Tornillo redondo Phillips	1
39	Tuerca de nailon M8×1.25×8T	3	103	Tuerca de nailon M5×0.8×5T	1
40	Tubo interior 1	2	104	Cable superior del contador	1
41	Tubo interior 2	2	105	Imán	1
42	Carter del freno	1	106	Tornillo M8×1.25×15L	4
43	Botón de ajuste	1	107	Cable del sensor	1
44	Tornillo del tubo (stem screw)	1	108	Tornillo Phillips ST3×6L	1

45	Tubo fijo	1	109	Cable inferior del contador	1
46	Espaciador (tubo separador)	1	115	Tornillo ST4.2×10L	2
47	Placa de soporte	1	116	Tapón de tuerca	2
48	Bloque de posicionamiento	1	117	Columna de sujeción	2
49	Tuerca Allen M8×1.25×6T	1	118	Resorte (muelle)	2
50	Palanca en forma de L (maneta en L)	2	119	Tornillo M6×1×10L	2
51	Tuerca ciega corta M10×1.5×18L	1	120	Arandela plana D13×D6.5×1.0T	2
52	Tuerca Allen M10×1.5×5T	1	121	Imán	4
53	Rodamiento #6203-2RS	2	122	Carter de la biela	1
54	Anillo elástico S-16 (1T)	1	123	Amortiguador (1)	2
55	Arandela ondulada D21×D16×0.3T	1	125	Casquillo guía deslizante	1
56	Eje de la rueda libre	1	126	Ranura guía	1
57	Arandela plana D20×D11×3T	1	127	Anillo de fijación	2
58	Perno M10×1.5×20L	1	128	Anillo C	1
59	Varilla roscada ajustable	1	129	Espaciador	1
60	Sillín	1	—	Llave Allen Phillips	1
61	Conector eléctrico	4	—	Llave plana	1
62	Carter decorativo superior	1	—	Destornillador Phillips	1
63	Carter izquierdo	1	—	Llave Allen Phillips	1
64	Carter derecho	1	—	Bolsa de tornillos	1

LISTA DE PIEZAS

①  X1		④  X1
		⑥  X1
⑩  X1	②3L & ②3R  X1	②  X1
⑥0  X1	⑧2L & ⑧2R  X1	③  X1
⑨  X1		 X1

共3张

INSTRUCCIONES DE MONTAJE

ES



Tiempo de montaje
30 min



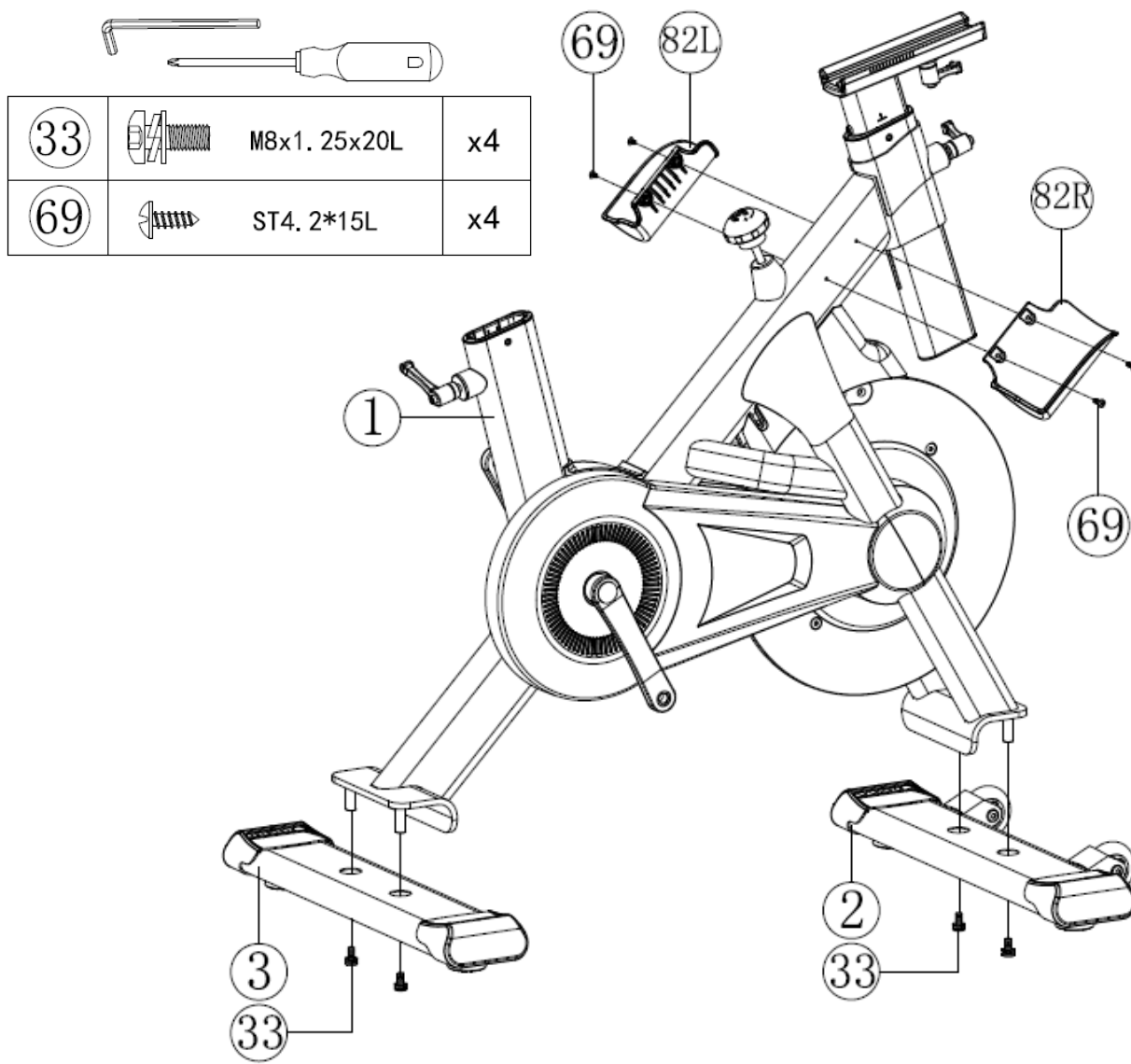
Herramientas
incluidas



Dificultad
Sencillo

PASO 1: Montaje de los estabilizadores y de los portabotellas

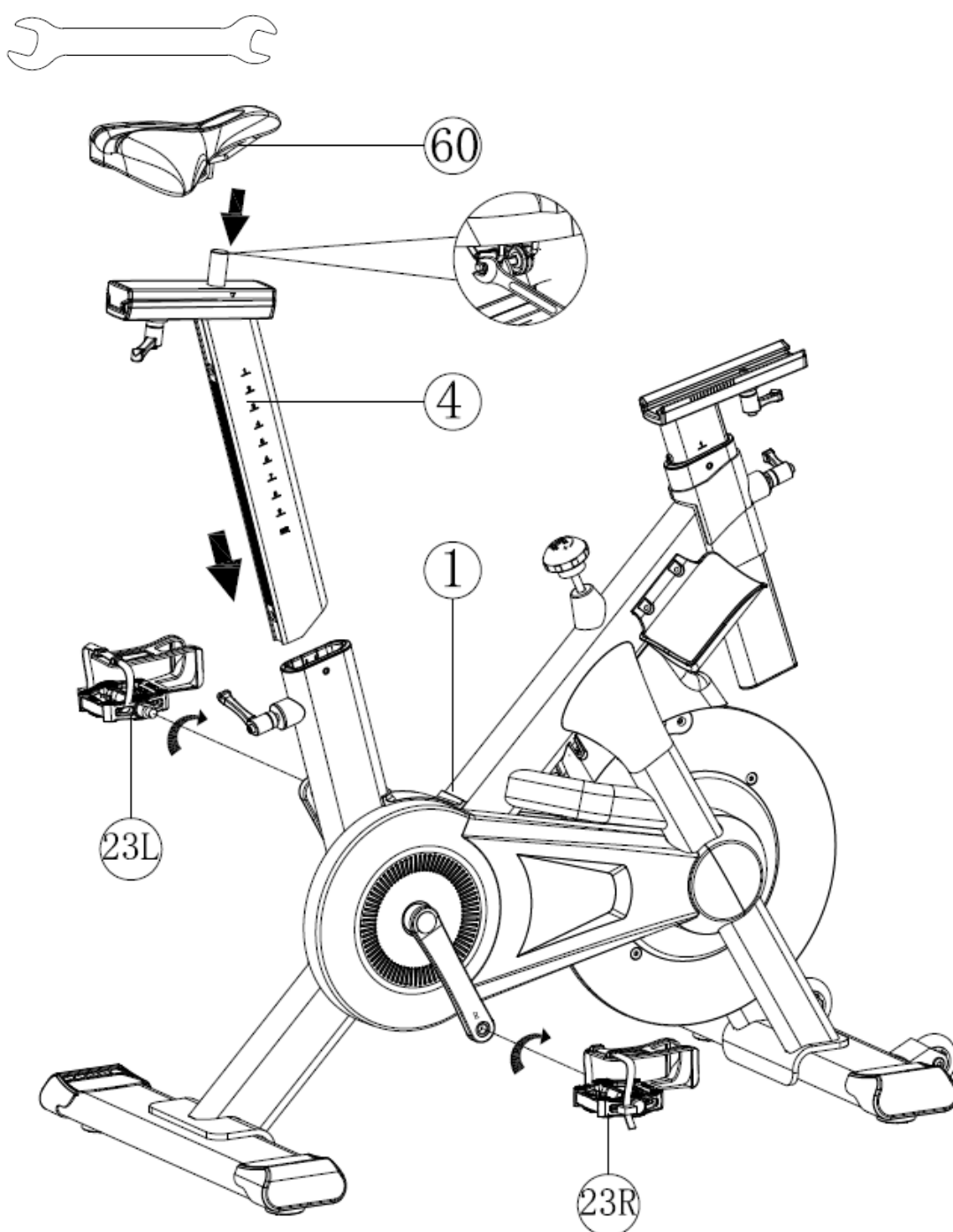
1. **Monte el estabilizador delantero** (2) en el cuadro principal (1) utilizando los pernos Allen (33).
2. **Monte el estabilizador trasero** (3) en el cuadro principal (1) utilizando también los pernos Allen (33).
3. **Fije los portabotellas izquierdo y derecho** (82L/82R) en el cuadro principal con 2 tornillos (69) cada uno. Véase la figura anterior.



PASO 2 : Montaje de la tija del sillín, del sillín y de los pedales

1. **Desenrosque y tire de la palanca en L (50).**
2. **Inserte la tija del sillín (4)** en el cuadro principal (1).
- ATENCIÓN:** Verifique que la palanca en L (50) encaje de manera audible en una de las ranuras de ajuste de la tija del sillín (4).
3. **Afloje ligeramente las dos tuercas situadas bajo el sillín (60).**
4. **Fije el sillín (60)** a la tija del sillín (4) y apriete las tuercas con la llave.
5. **Fije el pedal derecho (23R)** a la biela derecha girando en sentido horario con la llave.
6. **Fije el pedal izquierdo (23L)** a la biela izquierda girando en sentido antihorario con la llave.

ATENCIÓN: Asegúrese de apretar completamente los pedales.



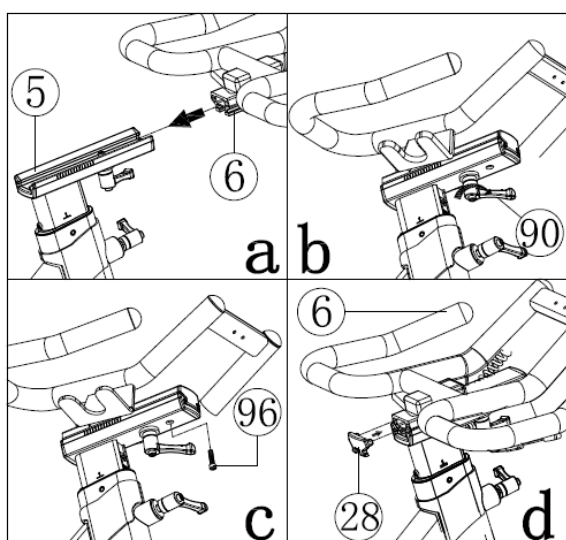
PASO 3 : Montaje del manillar

1. **Fije el manillar (6) al tubo delantero (5) con la palanca en L (90).** Véase la figura (a).

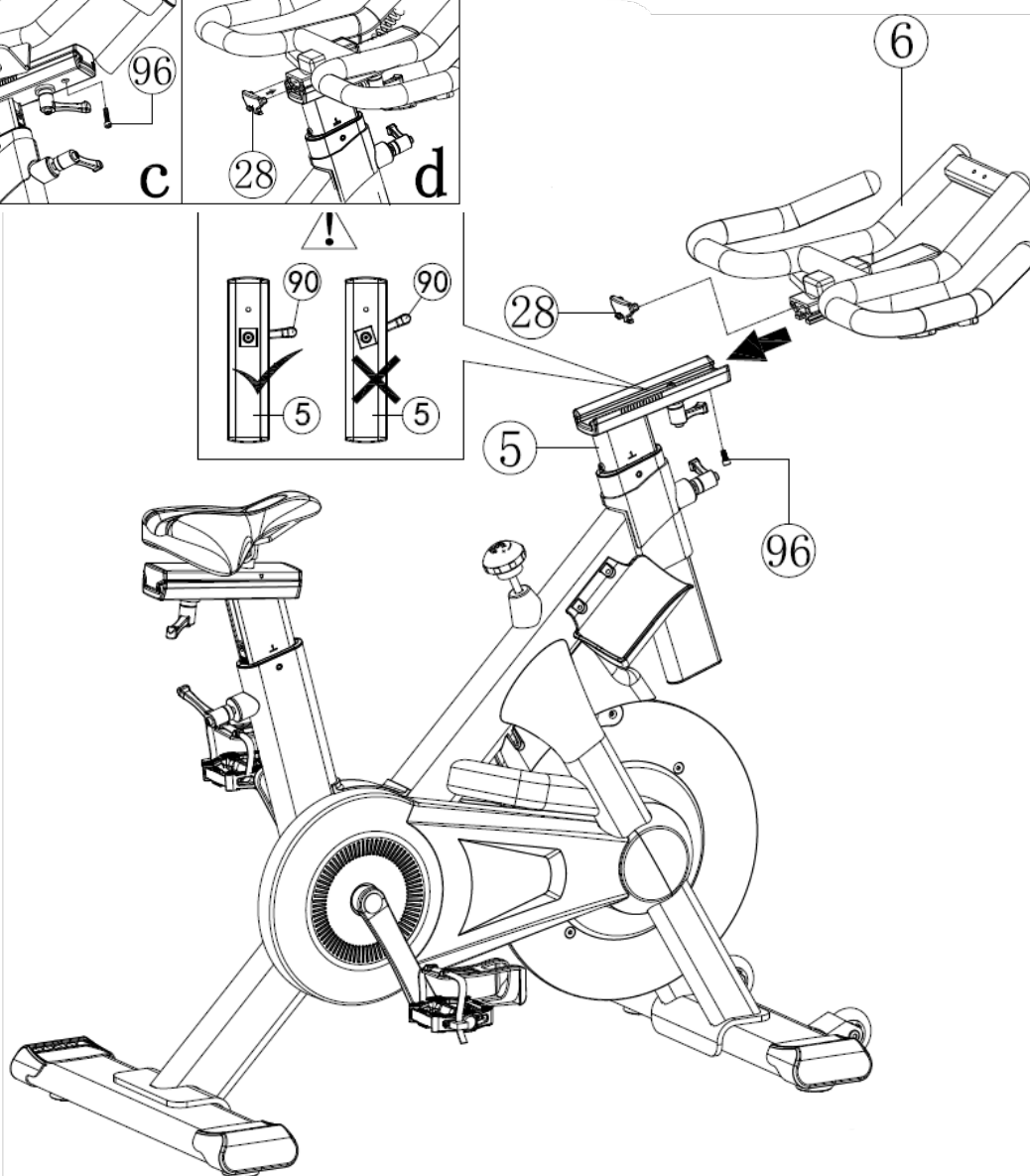
Nota: La palanca en L (90) se encuentra debajo del tubo delantero (5).

2. **Gire la palanca en L (90) en sentido horario (figura b).**
3. **Atornille el perno (96) (figura c).**
4. **Coloque el tapón (28) en el manillar (6) (figura d).**

ATENCIÓN: Verifique que la palanca en L (90) quede bien alineada.

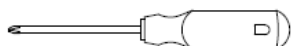


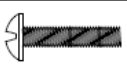
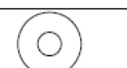
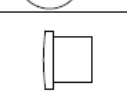
96	 M6*1.0*20L	x1
28	 55.7*29.4	x1

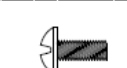


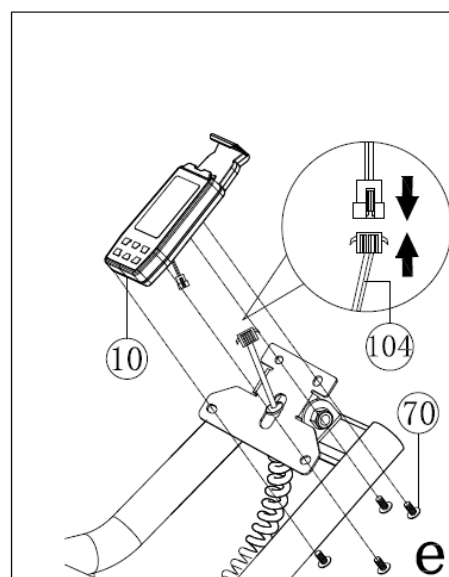
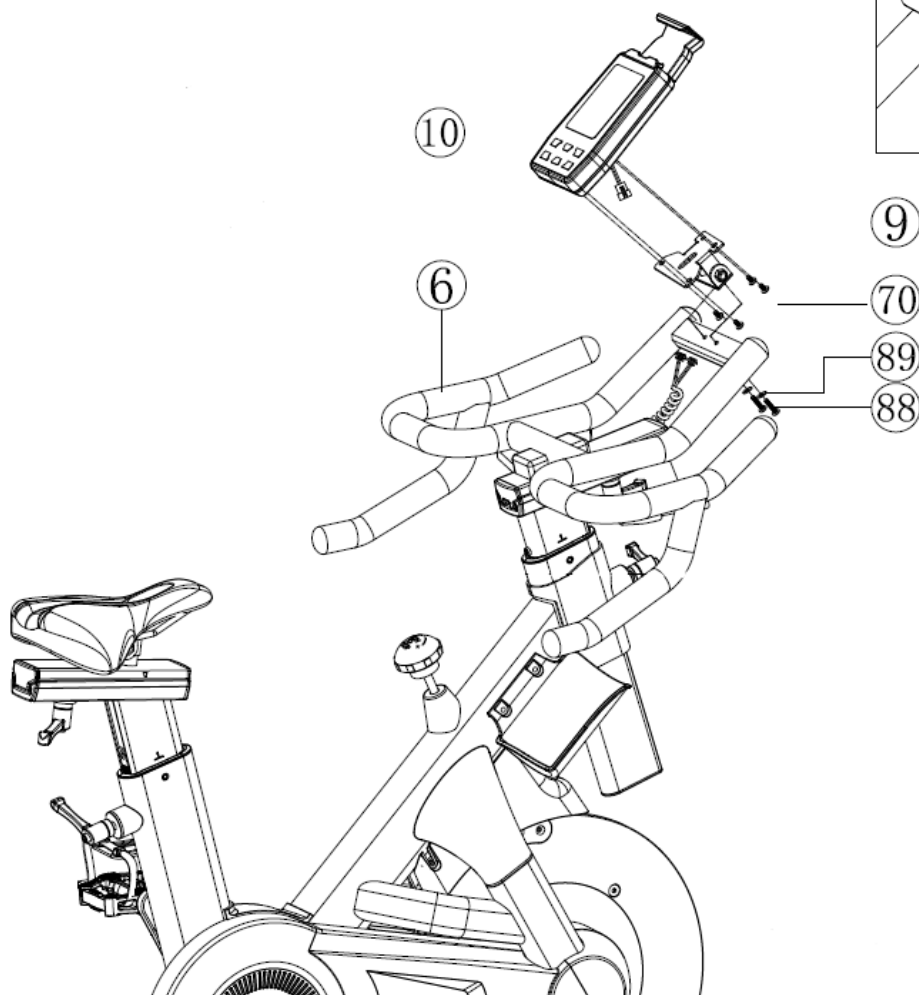
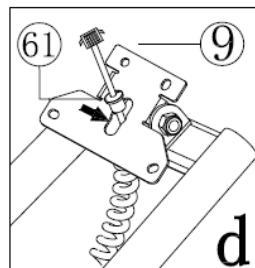
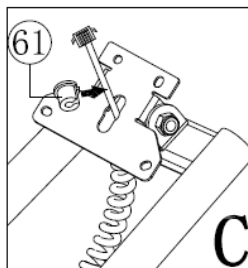
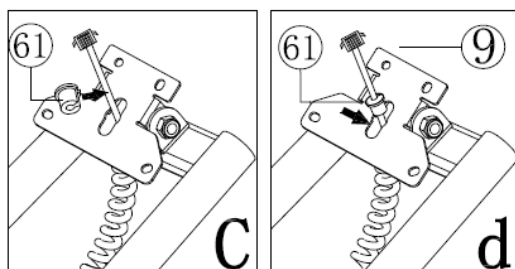
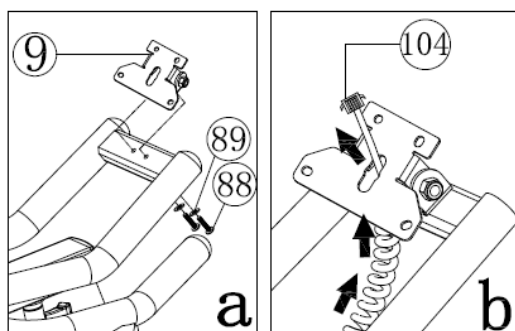
PASO 4 : Montaje de la placa de fijación del contador con su soporte

1. **Fije la placa de fijación del contador (9)** al manillar (6) con 2 arandelas planas (89) y 2 pernos (88). Véase la figura (a).
2. **Pase el cable superior del contador (104)** por la abertura de la placa de fijación (9) (figura b).
3. **Inserte el conector eléctrico (61)** al cable superior del contador (104) y encájelo en la abertura de la placa (figuras c y d).
4. **Conecte el contador con su cable** y el cable superior del contador (104).
5. **Fije la consola sobre la placa de fijación del contador (9)** con el tornillo (70) premontado (figura e).



(88)		M5*0.8*30L	X2
(89)		D15*D5.2*3T	X2
(61)		D4*D12*13	X1

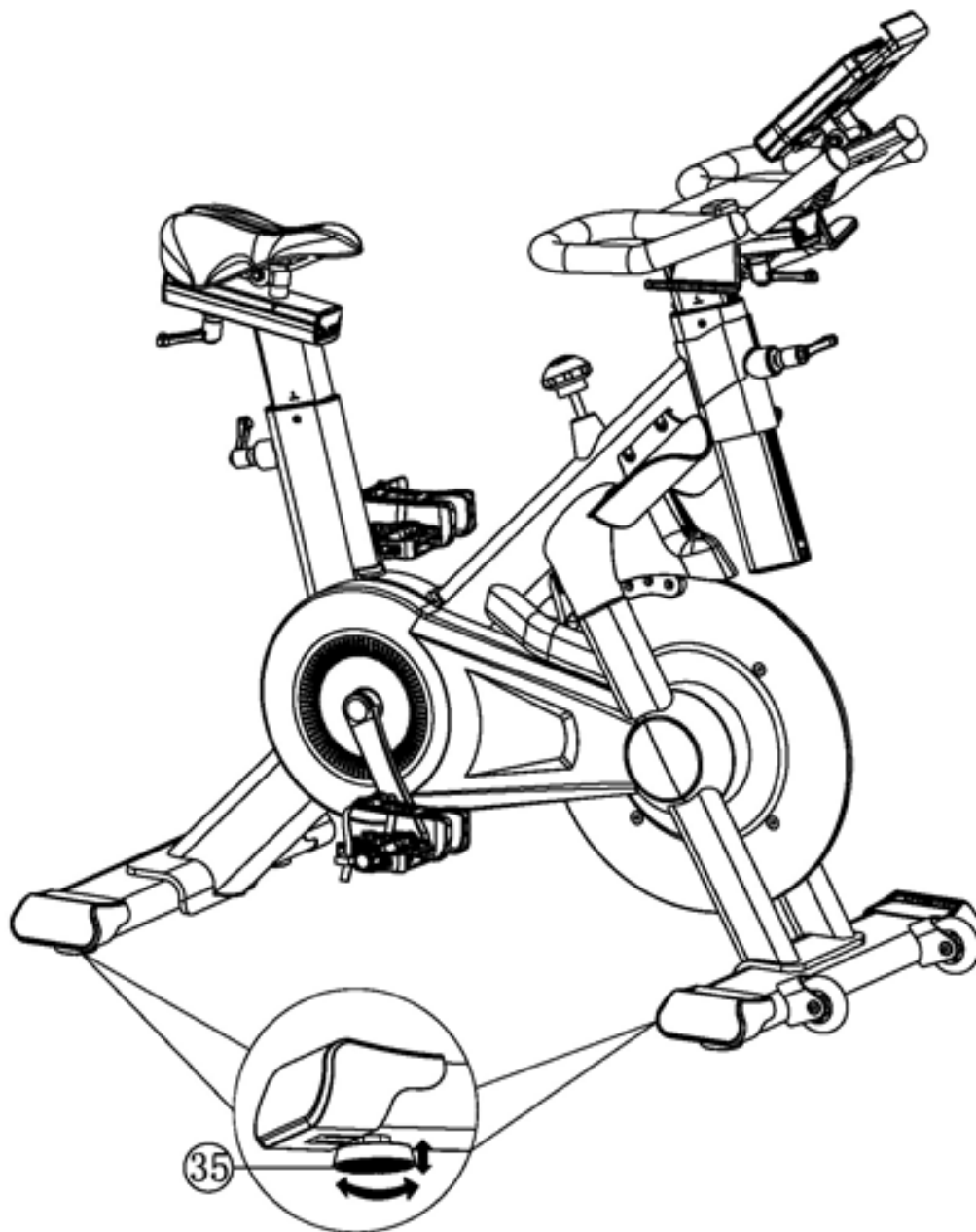
(70)		M5*0.8*15L	X4
------	---	------------	----



PASO 5 : Alineación de los pies

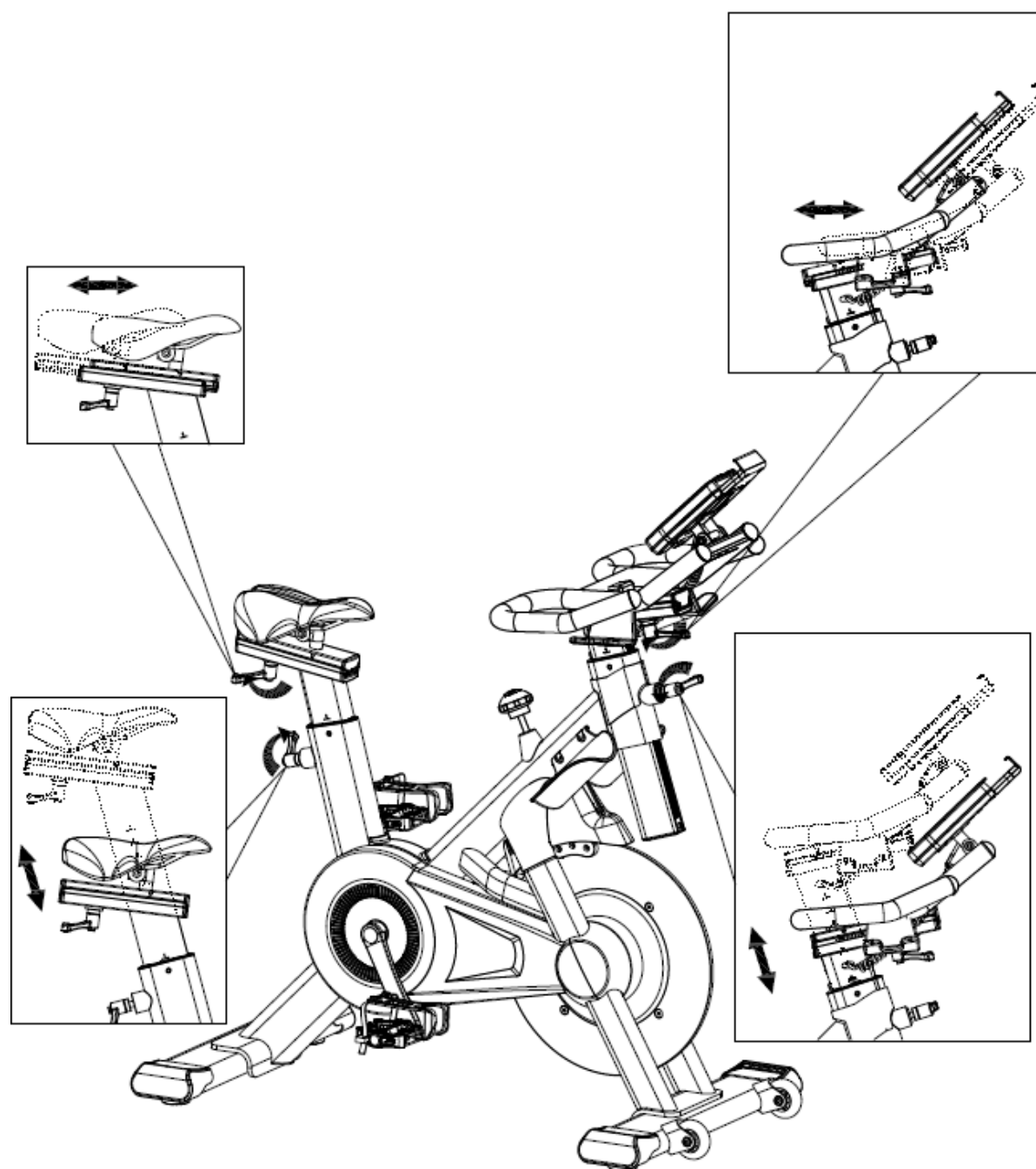
Si el suelo es irregular, puede estabilizar el aparato girando las ruedas regulables (35) situadas bajo el cuadro principal.

1. **Levante el aparato del lado deseado** y gire las ruedas regulables.
2. **Gírelas en sentido horario para sacarlas** y elevar el aparato.
3. **Gírelas en sentido antihorario para bajarlo.**



PASO 6 : Ajuste de la posición del sillín y del manillar

ES



AJUSTE DEL SILLIN

Altura

ATENCIÓN: La tija del sillín está marcada con la inscripción "STOP", que indica la altura máxima de inserción. No sobrepase este límite.

1. **Afloje y tire de la palanca en L (50)** para ajustar la altura de la tija del sillín.

ATENCIÓN: Verifique que la palanca en L (50) encaje correctamente en una de las ranuras.

2. **Vuelva a apretar la palanca en L (50).**

Ajuste horizontal

1. **Afloje y tire de la palanca en L (90)** situada debajo del sillín hasta poder deslizarlo hacia adelante o hacia atrás.

2. **Coloque el sillín en la posición deseada.**

ATENCIÓN: Verifique que la palanca en L (50) encaje correctamente.

3. **Apriete nuevamente la palanca en L (90).**

AJUSTE DEL MANILLAR

Altura

ATENCIÓN: El tubo delantero está marcado con la inscripción "STOP", que indica la altura máxima de inserción. No sobrepase este límite.

1. **Afloje y tire de la palanca en L (50)** para ajustar la altura del tubo delantero.

ATENCIÓN: Asegúrese de que la palanca encaje correctamente en una de las ranuras.

2. **Apriete la palanca en L (50).**

Ajuste horizontal

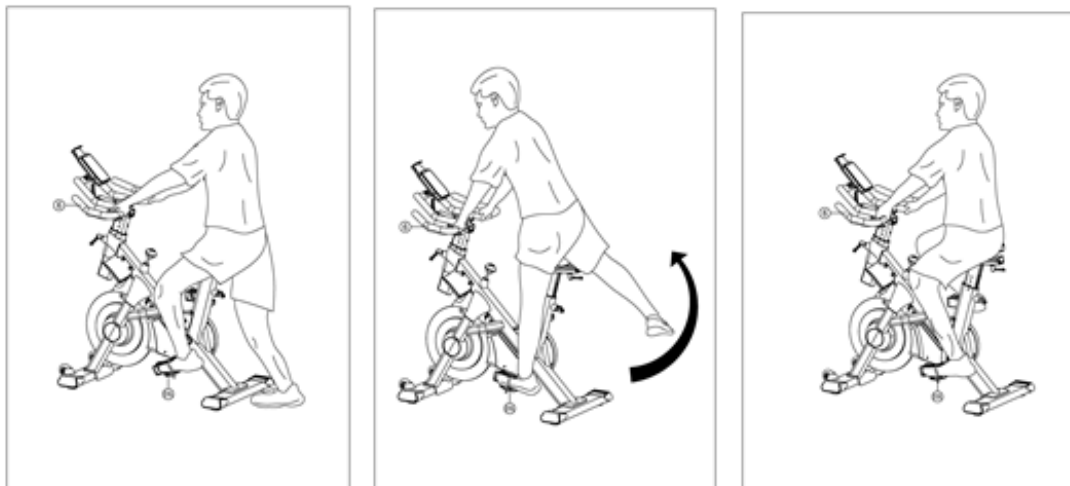
1. **Gire la palanca en L (90)** hacia la izquierda hasta que el manillar pueda moverse.

2. **Ajuste el manillar en la posición deseada.**

3. **Gire la palanca en L (90)** hacia la derecha para apretarla.

SUBIR Y BAJAR DEL APARATO

1. **Para subir, sujete las manijas con ambas manos**, coloque un pie sobre un pedal (izquierdo o derecho) y luego el otro pie sobre el pedal opuesto.
2. **Para bajar, sujete las manijas con ambas manos**, coloque un pie en el suelo y luego el otro.



NOTA:

Familiarícese con todas las funciones y opciones de ajuste del aparato antes de comenzar el entrenamiento. De ser posible, pida a un especialista que le explique el uso adecuado del producto. Comience siempre con una intensidad baja e increméntela progresivamente. Finalice la sesión con una fase de recuperación. En caso de duda, consulte a su médico.

DESPLAZAMIENTO DE LA BICICLETA

El aparato está equipado con ruedas de desplazamiento, lo que permite moverlo fácilmente.





1. Lista de funciones

A. Funciones:

- **Modo MANUEL** (inicio automático con RPM)
- **Modo RECOVERY** (prueba de recuperación de la frecuencia cardíaca)
- **Conexión inalámbrica con la aplicación** y conexión inalámbrica para la frecuencia cardíaca
- **Indicador de batería baja**

B. Funciones de hardware:

- **Ajuste manual de la resistencia**
- **Botón de activación de la conexión inalámbrica**

2. Descripción de las funciones de visualización

Nº	Elemento	Rango de visualización	Rango de ajuste	Explicación
1	TIME	0:00 ~ 99:59	$\pm 1:00$	1. Cuenta regresiva sin ajuste. 2. Cuenta regresiva si se ajusta, con alarma sonora (BIP 8 veces) al llegar a 0, luego pasa a la función de conteo. 3. Muestra «P» si no hay señal recibida en 4 seg.
2	KM/H	0.0 ~ 99.9	No	1. Muestra «0» si no hay señal en 4 seg. 2. Muestra «99.9» si se supera el límite.
3	RPM	0 ~ 188	No	1. Muestra el valor cuando hay señal. 2. Vuelve a 0 si no hay señal del sensor en 4 seg. 3. Muestra «188» si se supera el rango.
4	DIST	0 ~ 99.99	± 0.5	1. Cuenta regresiva sin ajuste. 2. Con ajuste, cuenta regresiva hasta 0 con alarma BIP 8 veces.
5	KCAL	0 ~ 9999	± 10	1. Cuenta regresiva sin ajuste. 2. Con ajuste, cuenta regresiva hasta 0 con alarma BIP 8 veces.
6	BPM	30 ~ 230	± 1	1. Con señal, aparece tras 4 seg. 2. Muestra «P» si no hay señal en 4 seg. 3. Alarma BIP si la frecuencia cardíaca supera el valor establecido.
7	LOAD	1 ~ 99	1 ~ 99	Ajuste por segmentos.
8	WATT	0 ~ 999	No	Muestra el valor WATT

3. Descripción de los botones

A. MODE

- Cada pulsación cambia al modo siguiente. En modo SCAN, la función actual se bloquea.
- Cada pulsación emite una señal sonora «BIP».
- Pulsar 2 seg: reinicia los valores y el contador.

B. UP (Utilizable solo 4 seg después de la detención)

1. Una pulsación = +1. Pulsación larga = aumento rápido.
2. Rangos de ajuste:
 - TIME : 0:00 ~ 99:00 (+1:00 por pulsación)
 - DIST : 0.0 ~ 99.50 (+0.5 por pulsación)
 - KCAL : 0 ~ 9990 (+10 por pulsación)
 - BPM : 30 ~ 230 (+1 por pulsación)

C. DOWN (Utilizable solo 4 seg después de la detención)

1. Una pulsación = +1. Pulsación larga = disminución rápida.
2. Rangos de ajuste:
 - TIME : 0:00 ~ 99:00 (+1:00 por pulsación)
 - DIST : 0.0 ~ 99.50 (+0.5 por pulsación)
 - KCAL : 0 ~ 9990 (+10 por pulsación)
 - BPM : 30 ~ 230 (+1 por pulsación)

D. RESET (Utilizable solo 4 seg después de la detención)

- En MODE « UP » : una pulsación borra el dato actual.
- Pulsación larga 2 seg : RESET TOTAL

E. RECOVERY

- Tras mostrar el ritmo cardíaco, pulsar para entrar en el modo de prueba RECOVERY.
- Cuenta regresiva de 60 seg (la señal de frecuencia cardíaca debe mantenerse).
- Muestra valores F1 a F6 después de 60 seg.

FX	F1	F2	F3	F4	F5	F6
RESULTADOS	EXCEPCIONAL	EXCELENTE	BUENO	REGULAR	MALO	MUY DEFICIENTE

F. Conexión inalámbrica On/Off (KINOMAP)

- Una pulsación activa la transmisión inalámbrica.
- Otra pulsación la desactiva.
- Conexión posible a dispositivos compatibles tras el arranque.
- Copie el siguiente enlace en su navegador (Edge, Firefox, Chrome, Safari, etc.) y siga las instrucciones detalladas : <https://cloud.carefitness.com/index.php/s/E2WD22KMNBQzERL>

G. SEÑAL SONORA

- **Un BIP al encender.**
- **Un BIP por pulsación** (excepto pulsación larga).
- **Cuando un ajuste de TIME, DIST o KCAL llega a 0, alarma BIP** (si está activado el sonido).
Una pulsación detiene el sonido pero no ejecuta otra función.

4. Funcionamiento

1. Encendido

- **Al encender, la pantalla LCD se ilumina completamente** durante 1 seg + una señal larga BIP (si está activado), luego entra en modo espera.
- **Si no recibe señal en 4 seg, el tiempo se detiene** y el contador pasa a modo espera.
- **Funciona con 2 pilas AA LR6.**

2. Espera

- **Sin señal de RPM**, el cronómetro se pausa automáticamente.

3. Funcionamiento por modo:

- **TIME :**
 - **Sin ajuste**, conteo ascendente; con ajuste, cuenta regresiva de 1 min en 1 min.
 - **Luego BIP 8 veces al final.**
- **KMI/H : Valor mostrado** solo con señal.
- **RPM : Valor mostrado** solo con señal.
- **DIST :**
 - **Sin ajuste, conteo**; con ajuste (máx 99.50, pasos de 0.5), cuenta regresiva.
 - **Luego BIP 8 veces** y vuelve a modo libre.
- **KCAL :**
 - **Sin ajuste**, conteo; con ajuste (máx 9990, pasos de 10), cuenta regresiva.
 - **Luego BIP 8 veces** y vuelve a modo libre.
- **BPM :**
 - **Sin ajuste**, muestra frecuencia cardíaca.
 - **Ajuste (30-230)**, alarma si se supera.
 - **Valor inicial 72.**
- **LOAD : ajuste con botón** (99) de la bicicleta.
- **WATT : Muestra valores según tabla WATT**

4. Modo de reposo prolongado

- **Si no hay señal en 4 min:** entra en reposo.
- **Una pulsación** o señal reanuda el contador.

5. Conexión inalámbrica (opción: correa torácica CareConnect)

Si el emparejamiento con la aplicación tiene éxito, el símbolo de conexión inalámbrica aparece en pantalla y los demás iconos se ocultan. Dos BIP indican conexión correcta.

PARA PEDIR PIEZAS DE REPUESTO

Para mayor eficiencia, tenga los siguientes elementos listos antes de comunicarse con nuestro Servicio Posventa:

- **El nombre o referencia del producto.**
- **El número de fabricación** indicado en el chasis principal y en la caja de embalaje.
- **El número de la pieza faltante o defectuosa** que se indica en la vista ampliada del producto en este manual.

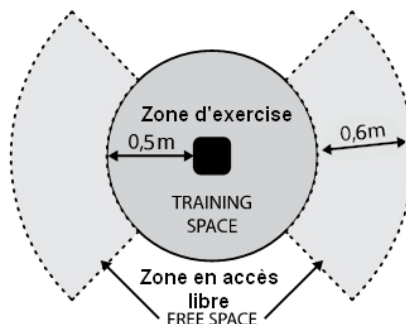
Servicio Posventa

Correo electrónico: service-es@carefitness.com

AVVERTENZE :

Sicurezza

- Leggere e conservare con cura questo manuale d'uso. Utilizzare il prodotto solo secondo le istruzioni.
- Questo apparecchio deve essere assemblato e utilizzato da adulti.
- L'apparecchio è conforme alla norma **EN-957 classe S**, adatto per uso domestico, in palestra o in qualsiasi altro luogo pubblico, associativo o a noleggio.
- Per un utilizzo sicuro è necessaria una superficie stabile e piana. Proteggete il pavimento con un tappetino. Non utilizzare l'apparecchio in ambienti umidi (piscina, sauna, ecc.).
- Assicurarsi che la base d'installazione sia in piano e stabile. Mantenere 0,6 m di spazio libero intorno alla macchina (vedere l'immagine sotto: il cerchio pieno indica il raggio dell'area di allenamento e le linee tratteggiate indicano almeno 0,5 m di spazio libero aggiuntivo su ciascun lato).



- **Non lasciare che i bambini giochino con l'apparecchio.** CARE declina ogni responsabilità per eventuali danni subiti. Tenere i bambini lontani durante l'allenamento.
- CARE declina ogni responsabilità per modifiche tecniche apportate dall'utente su uno dei nostri prodotti.
- **Peso massimo dell'utente: 180 kg.**

Prima di iniziare l'allenamento, è fondamentale consultare il proprio medico per determinare il livello di intensità più adatto. Un allenamento eccessivo o mal programmato può nuocere alla salute.

- Tenere la schiena dritta durante gli esercizi.
- Si raccomanda vivamente di indossare abbigliamento e calzature adeguati.
- Rispettare le posizioni massime delle parti regolabili.

ATTENZIONE : I sistemi di controllo della frequenza cardiaca possono essere imprecisi. Un esercizio eccessivo può causare gravi lesioni o persino la morte. Se si avverte un malessere, interrompere immediatamente l'attività.

Manutenzione

- Verificare regolarmente il serraggio degli elementi di fissaggio, come viti e dadi.
- Per mantenere il livello di sicurezza, l'apparecchio deve essere controllato periodicamente.
- È obbligatorio sostituire qualsiasi pezzo difettoso e non utilizzare l'apparecchio finché non sia stato completamente riparato.
- Ricordarsi di lubrificare regolarmente le parti mobili.
- Il sudore è molto corrosivo: evitare il contatto con le parti smaltate o cromate dell'apparecchio, in particolare con il contatore.
- Pulire l'apparecchio subito dopo l'allenamento.
- Le parti smaltate si puliscono con una spugna inumidita con acqua.
- Non utilizzare prodotti aggressivi o corrosivi.
- Peso dell'apparecchio: 50,3 kg
- Dimensioni: 108 × 58 × 141 cm (0,63 m³)
- Il sistema di frenaggio è indipendente dalla velocità.
- Questo apparecchio di allenamento a manovella di classe C non è adatto per esercizi di alta precisione

Garanzia : Il telaio è garantito per 5 anni. Le parti soggette a usura sono garantite per 2 anni. La garanzia è valida solo in caso di uso domestico da parte di un privato. Attivare la garanzia del prodotto online su: www.carefitness.com

Riciclaggio

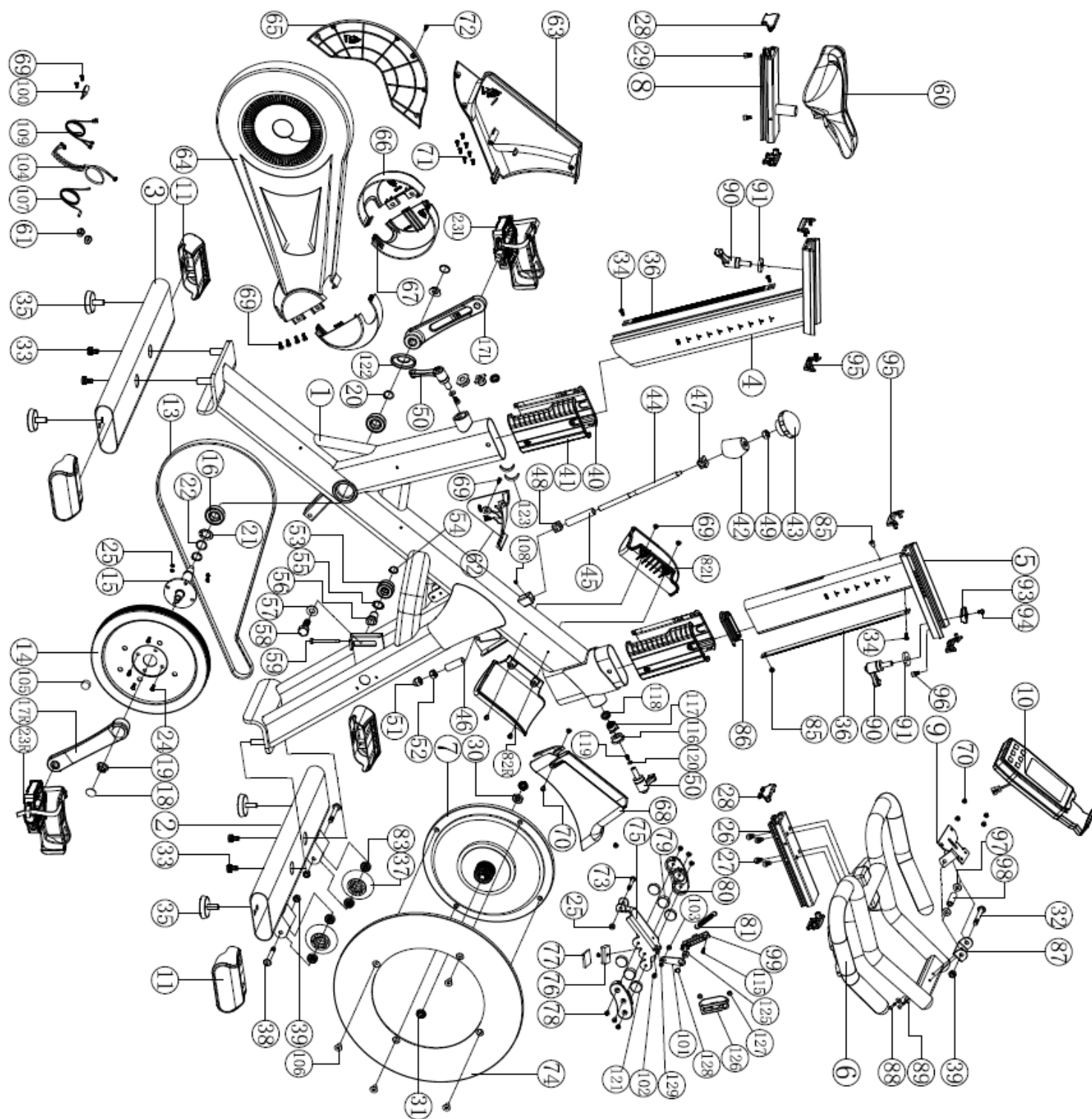


Il simbolo del cassonetto barrato indica che questo prodotto e le batterie in esso contenute non devono essere smaltiti con i rifiuti domestici. Devono essere oggetto di una raccolta differenziata specifica. Conferire le batterie e il prodotto elettronico a fine vita in un centro di raccolta autorizzato per consentirne il riciclaggio. Questo processo di valorizzazione dei rifiuti elettronici contribuisce alla protezione dell'ambiente e della salute.

*Le parti soggette a maggiore usura sono la schiuma di presa e il tappo terminale.

VISTA ESPLOSA

IT



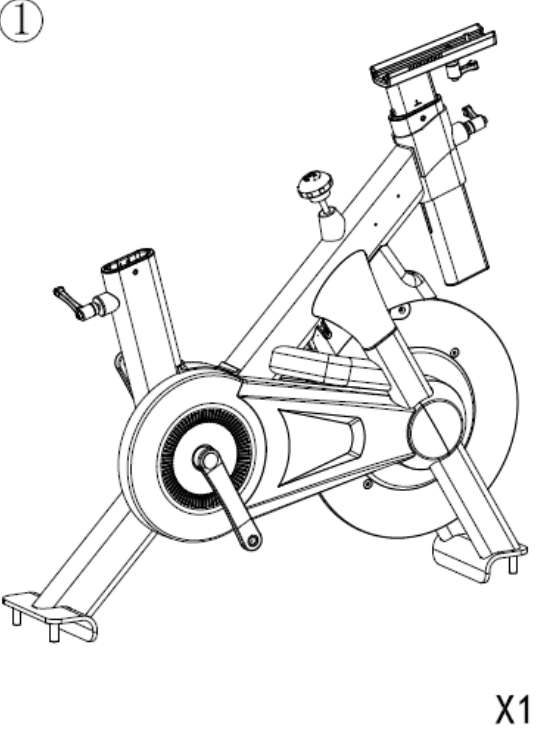
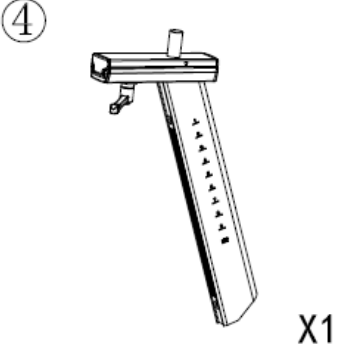
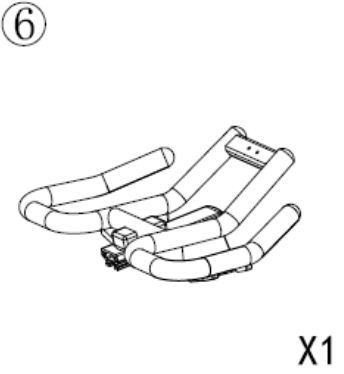
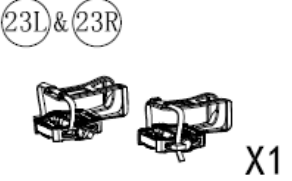
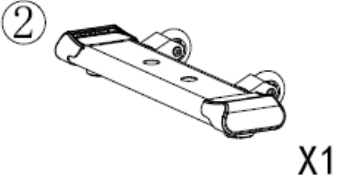
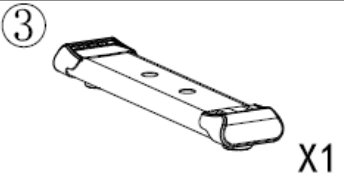
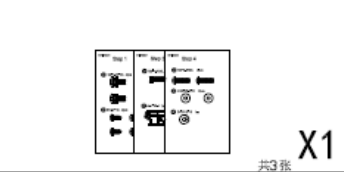
ELENCO DEI PEZZI DI RICAMBIO

N°	Descrizione	Quantità	N°	Descrizione	Quantità
1	Telaio principale	1	65	Coperchio del carter	1
2	Stabilizzatore anteriore	1	66	Carter anteriore sinistro	1
3	Stabilizzatore posteriore	1	67	Carter anteriore destro	2
4	Sella	1	68	Carter del volano	1
5	Tubo anteriore	1	69	Vite ST4.2×15L	12
6	Manubrio	1	70	Vite M5×0.8×15L	2
7	Volano (ruota d'inerzia)	1	71	Vite tonda Phillips ST3.5×1.41×12L	7
8	Tubo regolabile della sella	1	72	Vite M4×0.7×8L	1
9	Piastra di fissaggio del contatore	1	73	Bullone M6×1×45L	1
10	Contatore	1	74	Volano (2)	1
11	Tappo del tubo ovale	4	75	Supporto del magnete	1
13	Cinghia	1	76	Pattino del freno	1
14	Puleggia	1	77	Cuoio naturale	1
15	Asse del movimento centrale	1	78	Vite M5×0.8×8L	7
16	Cuscinetto #6004	2	79	Magnete	2
17L	Pedivella sinistra	1	80	Magnete del carter	2
17R	Pedivella destra	1	81	Molla	1
18	Bullone del carter	2	82L	Portaborraccia (sinistro)	1
19	Dado autobloccante M10×1.25×10T	2	82R	Portaborraccia (destro)	1
20	Anello elastico (seeger)	2	83	Boccola	4
21	Rondella ondulata D27×D20.3×0.5T	1	85	Bullone M5×0.8×10L	2
22	Rondella piatta D26×D21×1.5T	1	86	Tappo del tubo tipo D	1

23L/23R	Set pedali (sinistro e destro)	1	87	Piastra di fissaggio del contatore	1
24	Bullone Allen M6×1.0×12L	4	88	Bullone M5×0.8×30L	2
25	Dado in nylon M6×1.0×6T	5	89	Rondella piatta D15×D5.2×3T	2
26	Tubo di regolazione del manubrio	1	90	Leva a L	2
27	Bullone M8×1.25×20L	4	91	Rondella piatta D25×D10×2T	2
28	Tappo (1)	4	92	Fascia protettiva	3
29	Vite M6×1.0×10L	2	93	Piastra di supporto	2
30	Dado esagonale D9.5×8T	1	94	Bullone M5×0.8×12L	2
31	Dado autobloccante	2	95	Tappo terminale	4
32	Bullone M8×1.25×60L	1	96	Bullone M6×1.0×20L	1
33	Bullone Allen M8×1.25×20L	4	97	Rondella piatta D18×D8.5×1.0T	2
34	Vite svasata conica M5×0.8×10L	3	98	Boccola	1
35	Ruota regolabile	4	99	Regolatore VR	1
36	Limitatore del tubo della sella	2	100	Supporto del sensore	1
37	Ruote di spostamento	2	101	Barra regolabile	1
38	Bullone Allen M8×1.25×40L	2	102	Vite tonda Phillips	1
39	Dado in nylon M8×1.25×8T	3	103	Dado in nylon M5×0.8×5T	1
40	Tubo interno 1	2	104	Cavo superiore del contatore	1
41	Tubo interno 2	2	105	Magnete	1
42	Carter del freno	1	106	Vite M8×1.25×15L	4
43	Manopola di regolazione	1	107	Cavo del sensore	1
44	Vite dello stelo (stem screw)	1	108	Vite Phillips ST3×6L	1
45	Tubo fisso	1	109	Cavo inferiore del contatore	1
46	Distanziale (spaziatore)	1	115	Vite ST4.2×10L	2

47	Piastra di supporto	1	116	Copertura del dado	2
48	Blocco di posizionamento	1	117	Colonna di serraggio	2
49	Dado Allen M8×1.25×6T	1	118	Molla	2
50	Leva a L	2	119	Vite M6×1×10L	2
51	Dado cieco corto M10×1.5×18L	1	120	Rondella piatta D13×D6.5×1.0T	2
52	Dado Allen M10×1.5×5T	1	121	Magnete	4
53	Cuscinetto #6203-2RS	2	122	Carter della pedivella	1
54	Anello elastico S-16 (IT)	1	123	Ammortizzatore (1)	2
55	Rondella ondulata D21×D16×0.3T	1	125	Boccola guida scorrevole	1
56	Asse della ruota libera	1	126	Scanalatura guida	1
57	Rondella piatta D20×D11×3T	1	127	Anello di fissaggio	2
58	Bullone M10×1.5×20L	1	128	Anello C	1
59	Barra filettata regolabile	1	129	Distanziale	1
60	Sella	1	—	Chiave Allen Phillips	1
61	Connettore elettrico	4	—	Chiave fissa	1
62	Carter decorativo superiore	1	—	Cacciavite Phillips	1
63	Carter sinistro	1	—	Chiave Allen Phillips	1
64	Carter destro	1	—	Sacchetto viti	1

ELENCO DELLE PARTI

①  X1		④  X1
		⑥  X1
⑩  X1	②③L & ②③R  X1	②  X1
⑥①  X1	⑧②L & ⑧②R  X1	③  X1
⑨  X1		 X1

ISTRUZIONI DI MONTAGGIO

IT



Tempo di montaggio
30 min



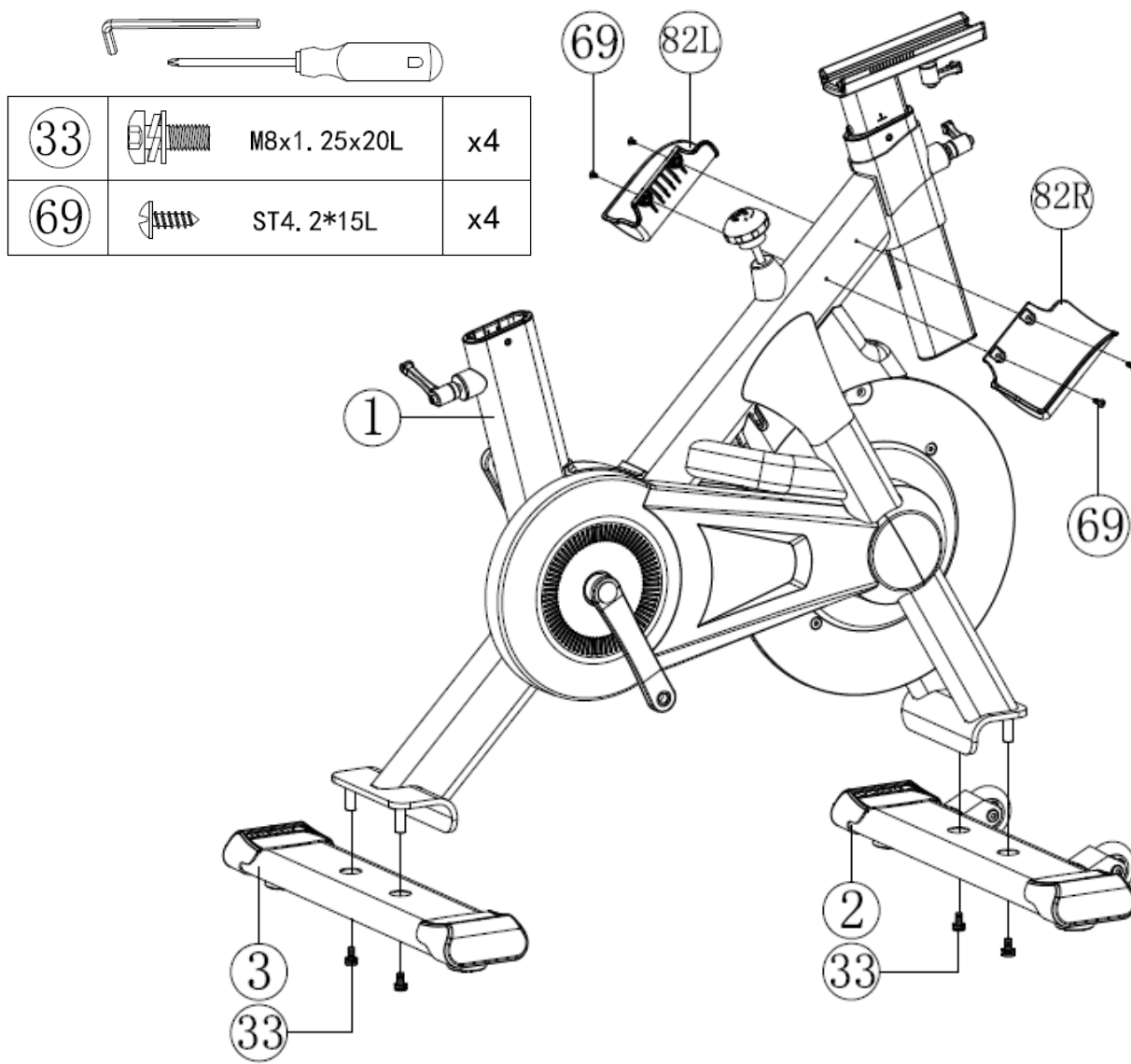
Attrezzi
inclusi



Difficoltà
Semplice

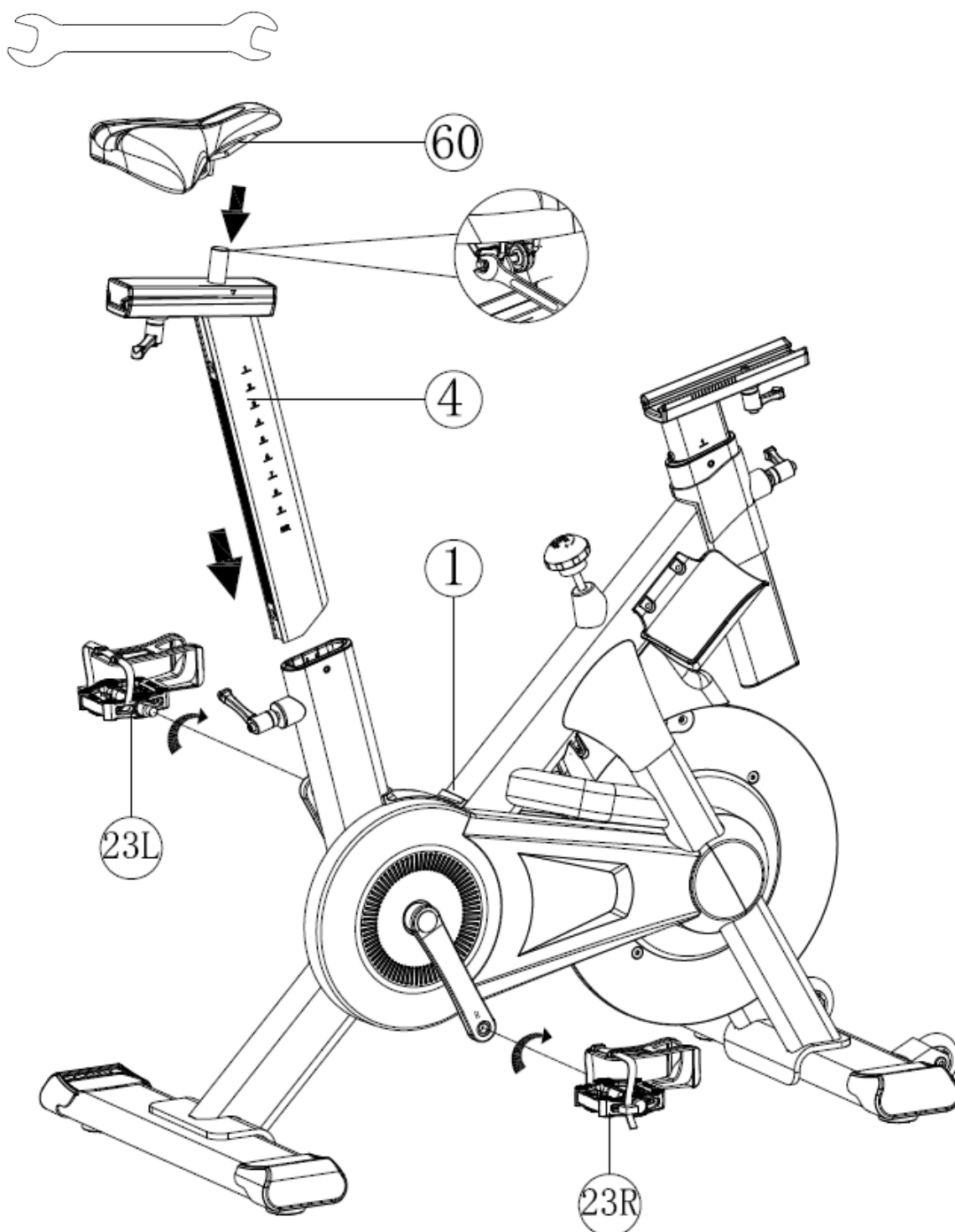
PASSAGGIO 1: Montaggio degli stabilizzatori e dei portaborraccia

1. **Montare lo stabilizzatore anteriore** (2) sul telaio principale (1) utilizzando i bulloni Allen (33).
2. **Montare lo stabilizzatore posteriore** (3) sul telaio principale (1) utilizzando i bulloni Allen (33).
3. **Fissare i portaborraccia sinistro e destro** (82L/82R) al telaio principale con 2 viti (69) ciascuno.
Fare riferimento alla figura qui sopra.



PASSAGGIO 2 : Montaggio del tubo della sella, della sella e dei pedali

1. **Svitare e tirare la leva a L** (50).
 2. **Inserire il tubo della sella** (4) nel telaio principale (1).
ATTENZIONE: assicurarsi che la leva a L (50) si inserisca chiaramente in uno degli scatti di regolazione del tubo della sella (4).
 3. **Allentare leggermente i due dadi sotto la sella** (60).
 4. **Fissare la sella** (60) al tubo della sella (4) e serrare i dadi con la chiave.
 5. **Fissare il pedale destro** (23R) alla pedivella destra, ruotando in senso orario con la chiave.
 6. **Fissare il pedale sinistro** (23L) alla pedivella sinistra, ruotando in senso antiorario con la chiave.
- ATTENZIONE:** assicurarsi di avvitare completamente i pedali.



PASSAGGIO 3 : Montaggio del manubrio

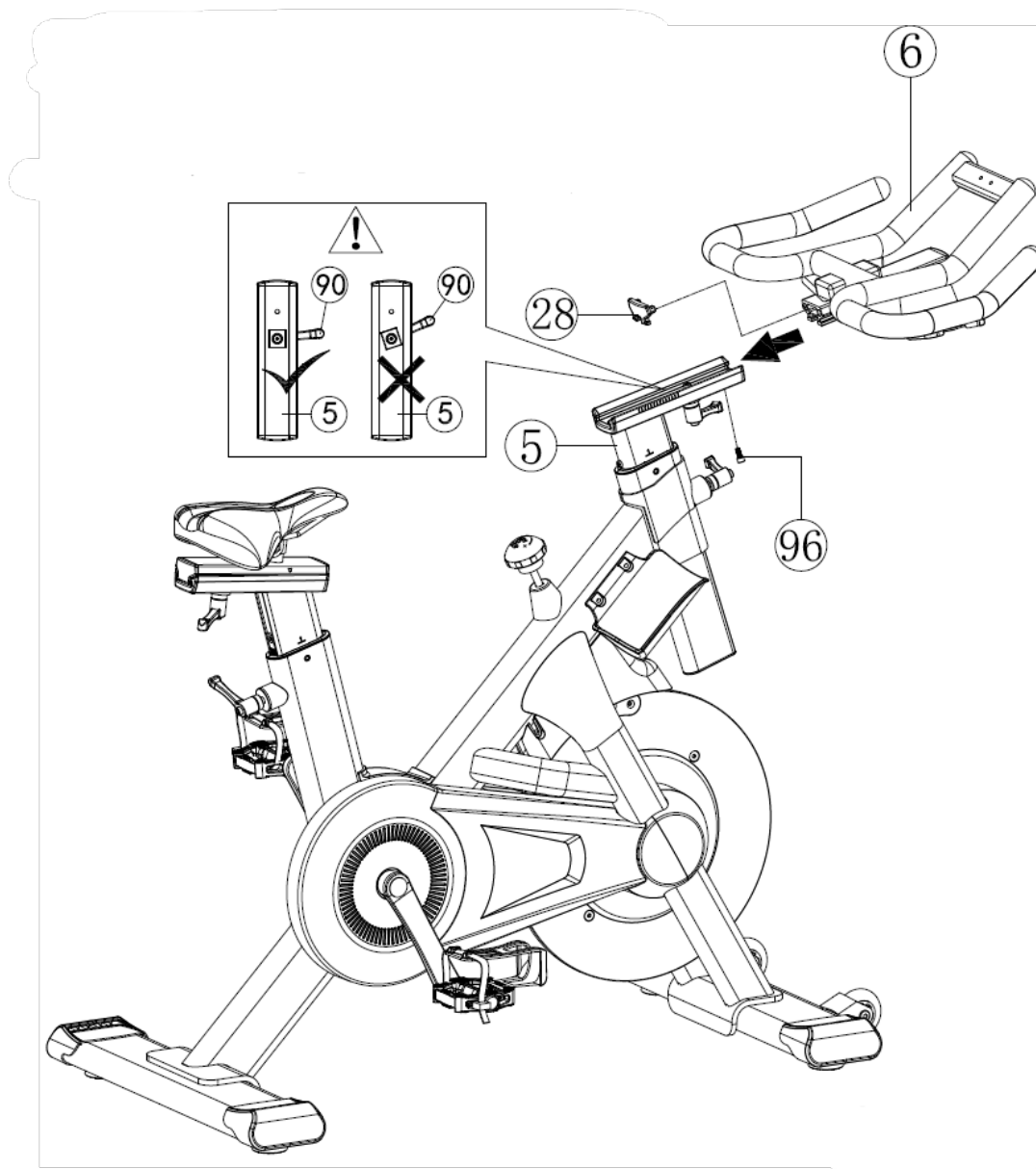
1. **Fixer Fissare il manubrio** (6) al tubo anteriore (5) con la leva a L (90).

Fare riferimento alla figura (a).

Nota: la leva a L (90) si trova sotto il tubo anteriore (5).

2. **Ruotare la leva a L** (90) in senso orario (figura b).
3. **Avvitare il bullone** (96) (figura c).
4. **Inserire il tappo** (28) sul manubrio (6) (figura d).

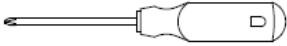
ATTENZIONE: verificare che la leva a L (90) sia ben allineata.



PASSAGGIO 4 : Montaggio della piastra di fissaggio del contatore

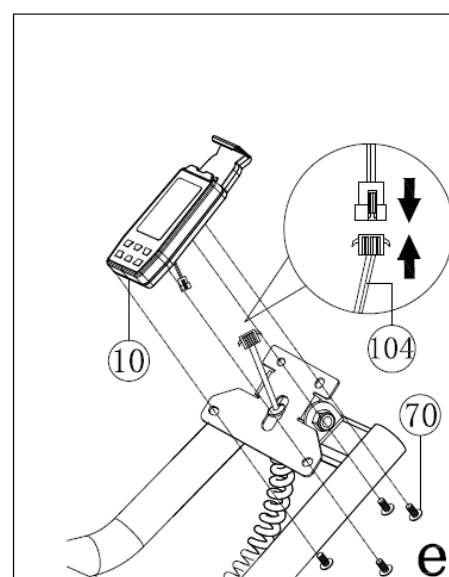
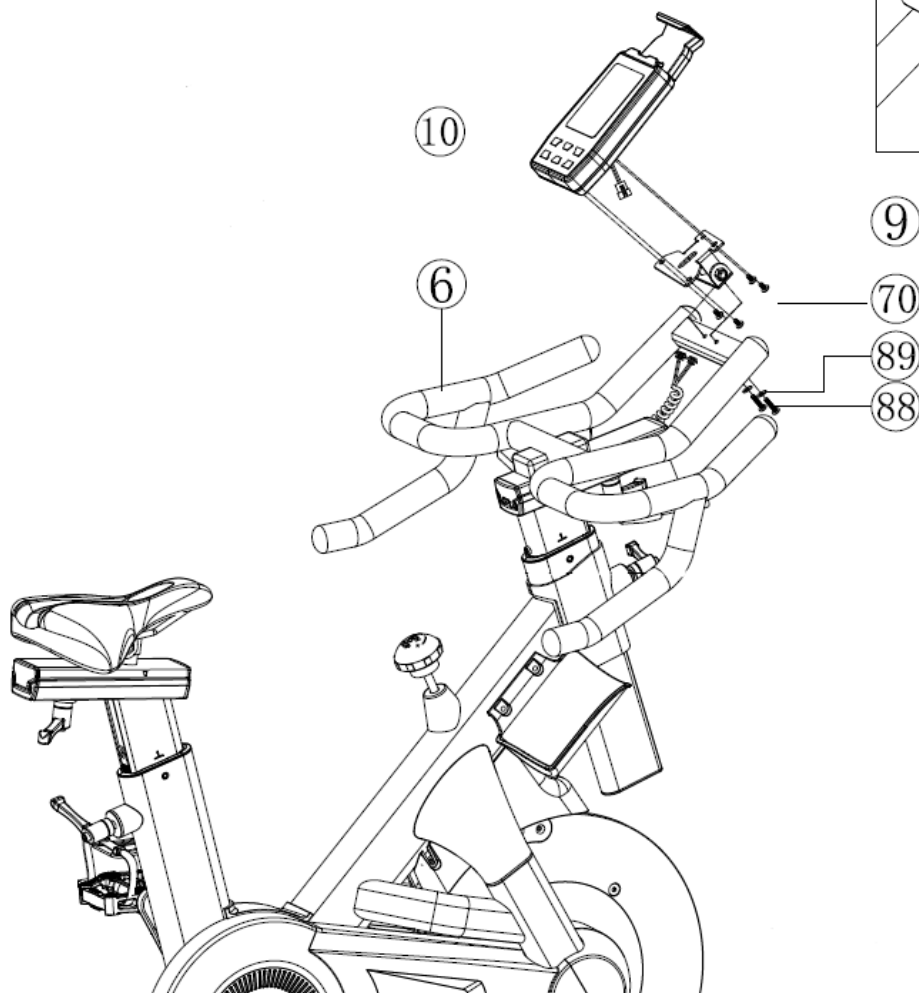
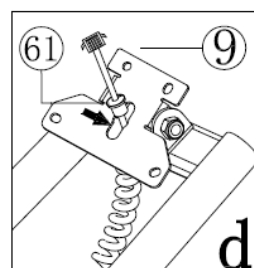
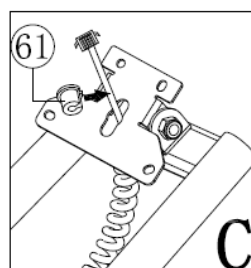
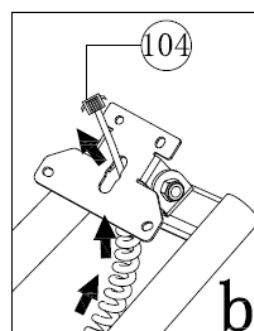
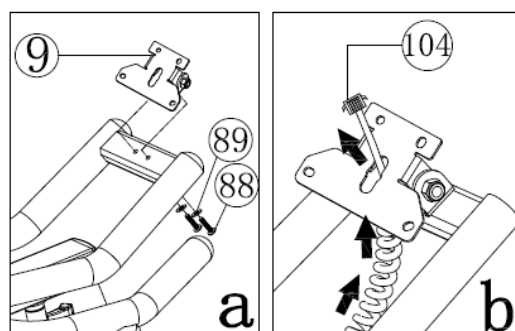
con il suo supporto

1. **Fissare la piastra di fissaggio del contatore** (9) al manubrio (6) con 2 rondelle piatte (89) e 2 bulloni (88). Fare riferimento alla figura (a).
2. **Far passare il cavo superiore del contatore** (104) attraverso l'apertura della piastra di fissaggio del contatore (9) (figura b).
3. **Collegare il connettore elettrico** (61) al cavo superiore del contatore (104) e inserirlo nell'apertura della piastra (figure c e d).
4. **Collegare il contatore con il suo cavo** e il cavo superiore del contatore (104).
5. **Fissare la console sulla piastra di fissaggio del contatore** (9) con la vite (70) premontata (figura e).



(88)		M5*0.8*30L	X2
(89)		D15*D5.2*3T	X2
(61)		D4*D12*13	X1

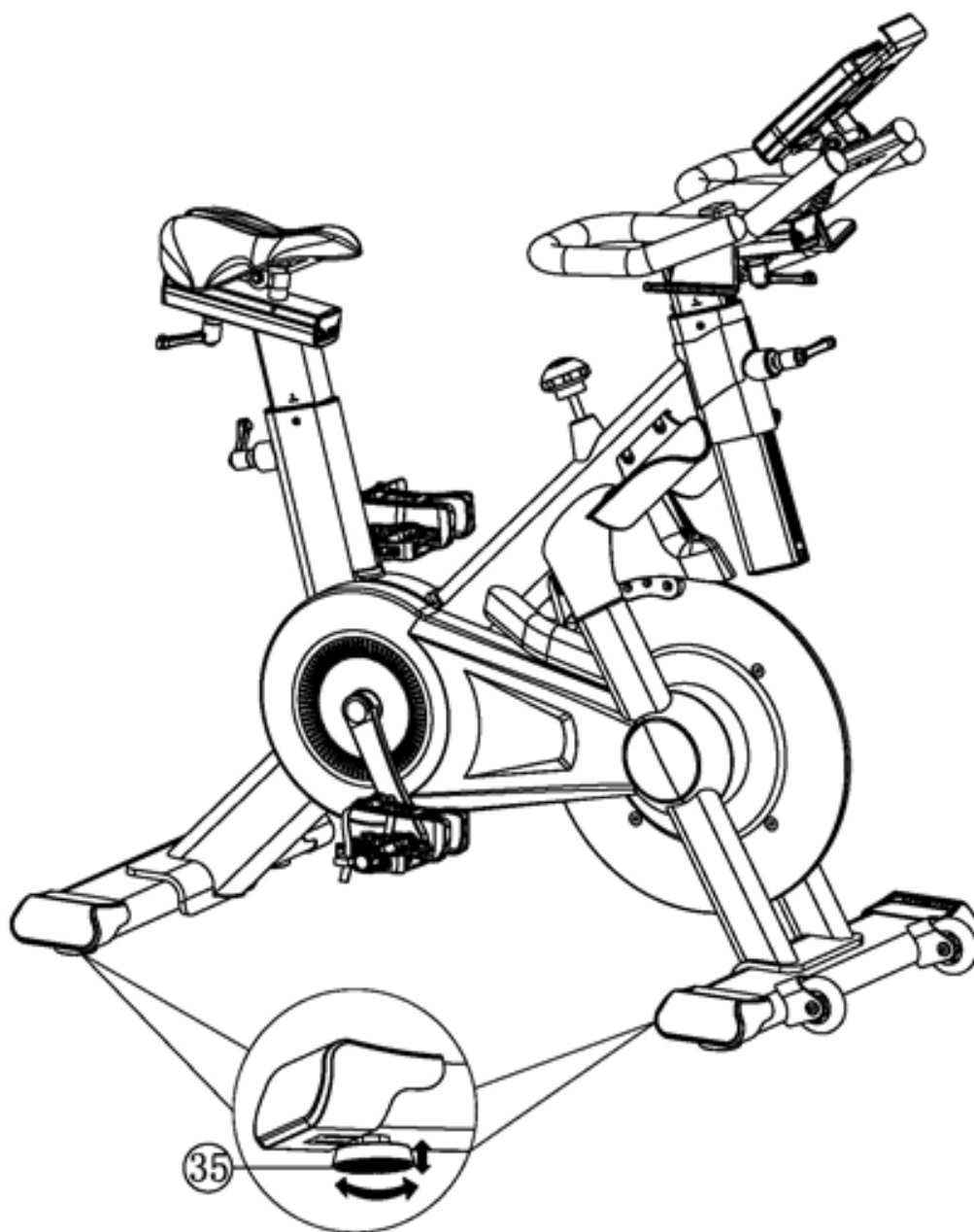
(70)		M5*0.8*15L	X4
------	---	------------	----



PASSAGGIO 5 : Allineamento dei piedini

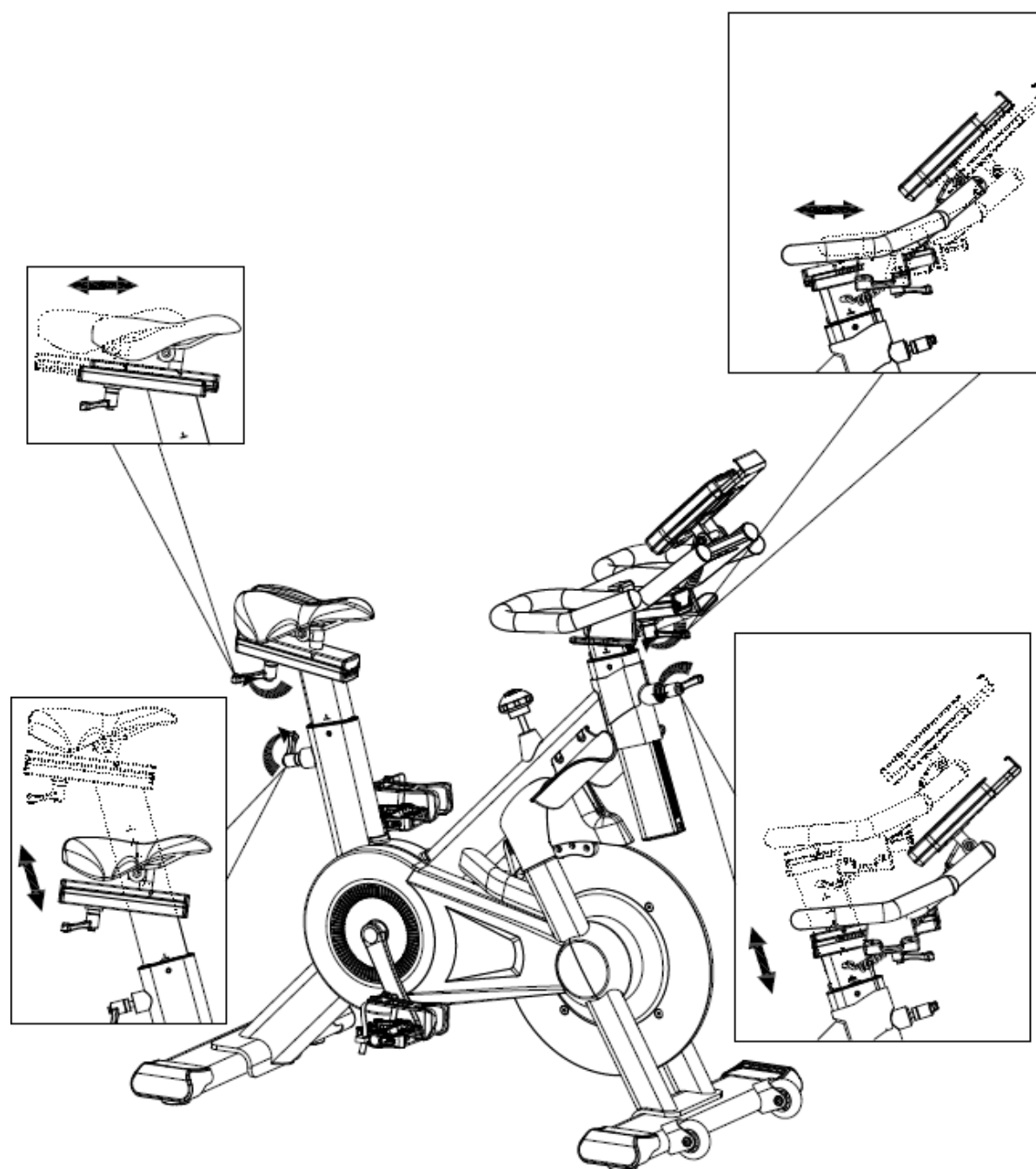
Se il pavimento è irregolare, è possibile stabilizzare l'apparecchio ruotando le ruote regolabili (35) poste sotto il telaio principale.

1. **Sollevare l'apparecchio dal lato desiderato** e ruotare le ruote regolabili.
2. **Ruotarle in senso orario per estrarle** e sollevare l'apparecchio.
3. **Ruotarle in senso antiorario** per abbassarlo.



PASSAGGIO 6 : Regolazione della posizione della sella e del manubrio

IT



REGOLAZIONE DELLA SELLA

Regolazione in altezza

ATTENZIONE: Il tubo della sella presenta la marcatura "STOP", che indica l'altezza massima di inserimento. Non superare questo limite.

1. **Allentare e tirare la leva a L (50)** per regolare l'altezza del tubo della sella.
Verificare che la leva a L (50) si inserisca correttamente in una delle scanalature.
2. **Serrare nuovamente la leva a L (50).**

Regolazione orizzontale

1. **Allentare e tirare la leva a L (90)** posta sotto la sella per poterla far scorrere avanti o indietro.
2. **Posizionare la sella** nella posizione desiderata.
Verificare che la leva a L (50) si inserisca correttamente.
3. **Serrare la leva a L (90).**

REGOLAZIONE DEL MANUBRIO

Regolazione in altezza

ATTENZIONE: Il tubo anteriore è contrassegnato dalla scritta "STOP", che indica l'altezza massima di inserimento. Non superare questo limite.

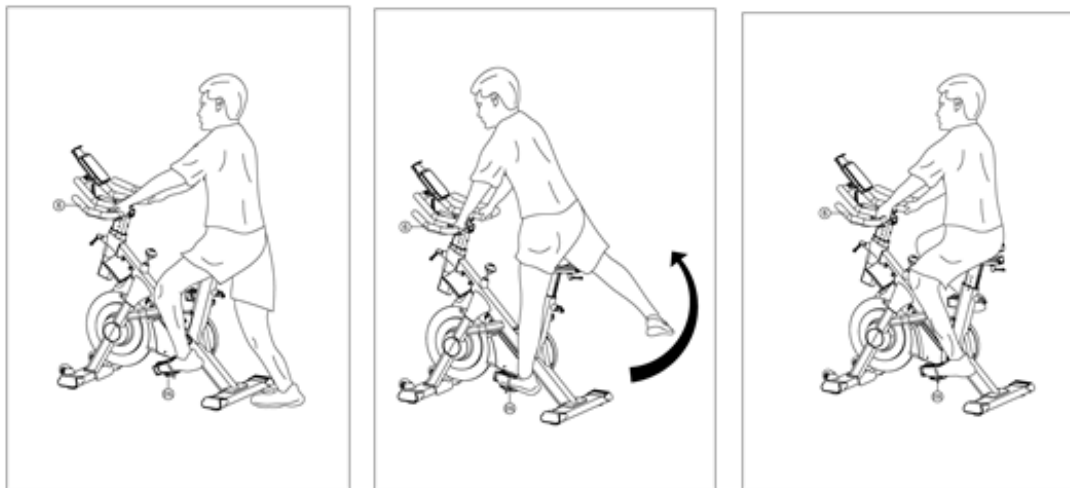
1. **Allentare e tirare la leva a L (50)** per regolare l'altezza del tubo anteriore.
Verificare che la leva si inserisca correttamente in una delle scanalature.
2. **Serrare la leva a L (50).**

Regolazione orizzontale

1. **Ruotare la leva a L (90)** verso sinistra finché il manubrio può muoversi.
2. **Regolare il manubrio** nella posizione desiderata.
3. **Ruotare la leva a L (90)** verso destra per serrarla.

SALIRE E SCENDERE DALL'APPARECCHIO

1. **Per salire, afferrare le impugnature con entrambe le mani**, appoggiare un piede su un pedale (sinistro o destro), quindi l'altro sull'altro pedale.
2. **Per scendere, afferrare le impugnature con entrambe le mani**, poggiare un piede a terra e poi l'altro.

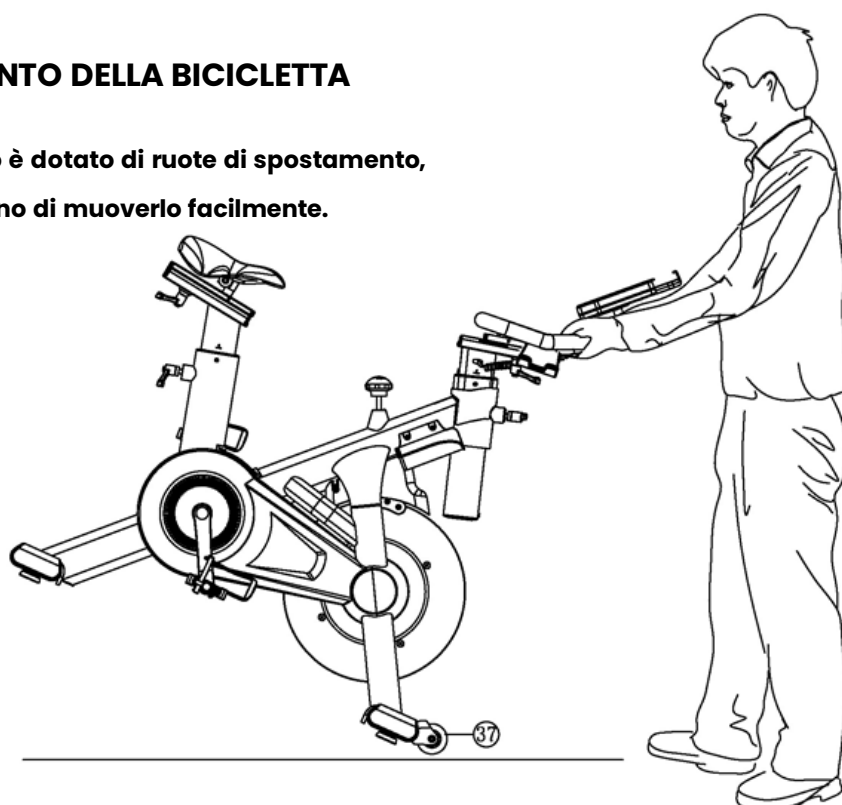


NOTA:

Familiarizzarsi con tutte le funzioni e le opzioni di regolazione dell'apparecchio prima di iniziare l'allenamento. Farsi spiegare da uno specialista il corretto utilizzo del prodotto. Iniziare sempre con un'intensità bassa e aumentarla progressivamente. Terminare la sessione con una fase di defaticamento. In caso di dubbio, consultare il medico.

SPOSTAMENTO DELLA BICICLETTA

L'apparecchio è dotato di ruote di spostamento, che consentono di muoverlo facilmente.





1. Elenco delle funzioni

A. Funzioni:

- **Modalità MANUEL** (avvio automatico con RPM)
- **Modalità RECOVERY** (test di recupero della frequenza cardiaca)
- **Connessione wireless all'app** e connessione wireless per la frequenza cardiaca
- **Indicatore di batteria scarica**

B. Funzioni hardware:

- **Regolazione manuale della resistenza**
- **Pulsante di attivazione della connessione wireless**

2. Descrizione delle funzioni di visualizzazione

N°	Elemento	Intervallo di visualizzazione	Intervallo di regolazione	Spiegazione
1	TIME	0:00 ~ 99:59	± 1:00	1. Conto alla rovescia senza regolazione. 2. Conta alla rovescia se impostato, con allarme sonoro (BIP 8 volte) allo 0, poi passa alla funzione conteggio. 3. Mostra «P» se nessun segnale ricevuto entro 4 sec.
2	KM/H	0.0 ~ 99.9	No	1. Mostra «0» se nessun segnale entro 4 sec. 2. Mostra «99.9» se il limite viene superato.
3	RPM	0 ~ 188	No	1. Mostra il valore quando c'è segnale. 2. Torna a 0 se nessun segnale dal sensore entro 4 sec. 3. Mostra «188» se il limite viene superato.
4	DIST	0 ~ 99.99	± 0.5	1. Conto alla rovescia senza regolazione. 2. Con impostazione, conta alla rovescia fino a 0 con allarme BIP 8 volte.
5	KCAL	0 ~ 9999	± 10	1. Conto alla rovescia senza regolazione. 2. Con impostazione, conta alla rovescia fino a 0 con allarme BIP 8 volte.
6	BPM	30 ~ 230	± 1	1. Con segnale, visualizza dopo 4 sec. 2. Mostra «P» se nessun segnale entro 4 sec. 3. Allarme BIP se la frequenza cardiaca supera il valore impostato.
7	LOAD	1 ~ 99	1 ~ 99	Regolazione a segmenti.
8	WATT	0 ~ 999	No	Mostra il valore WATT.

3. Descrizione dei pulsanti

A. **MODE**

- **Ogni pressione passa alla modalità successiva.** In modalità SCAN, la funzione attuale è bloccata.
- **Ogni pressione emette un segnale sonoro «BIP».**
- **Premere 2 sec:** azzerà i valori e riavvia il contatore.

UP (Utilizzabile solo 4 sec dopo l'arresto)

1. **Una pressione = +1. Pressione lunga = aumento rapido.**
2. Intervalli di regolazione:
 - **TIME** : 0:00 ~ 99:00 (+1:00 per pressione)
 - **DIST** : 0.0 ~ 99.50 (+0.5 per pressione)
 - **KCAL** : 0 ~ 9990 (+10 per pressione)
 - **BPM** : 30 ~ 230 (+1 per pressione)

B. DOWN (Utilizzabile solo 4 sec dopo l'arresto)

1. **Una pressione = -1. Pressione lunga = diminuzione rapida.**
2. Intervalli di regolazione:
 - **TIME** : 0:00 ~ 99:00 (+1:00 per pressione)
 - **DIST** : 0.0 ~ 99.50 (+0.5 per pressione)
 - **KCAL** : 0 ~ 9990 (+10 per pressione)
 - **BPM** : 30 ~ 230 (+1 per pressione)

C. RESET (Utilizzabile solo 4 sec dopo l'arresto)

- **In MODE « UP »** : una pressione cancella il dato attuale.
- **Pressione lunga di 2 sec:** RESET TOTALE

D. RECOVERY

- **Dopo la visualizzazione della frequenza cardiaca,** premere per entrare nella modalità di test RECOVERY.
- **Conteggio alla rovescia di 60 sec** (il segnale cardiaco deve restare attivo).
- **Mostra valori F1 a F6 dopo 60 sec.**

FX	F1	F2	F3	F4	F5	F6
RISULTATI	ECCEZIONALE	ECCELLENTE	BUONO	SUFFICIENTE	SCARSO	MEDIOCRE

E. CONNESSIONE WIRELESS ON/OFF (KINOMAP)

- **Una pressione attiva la trasmissione wireless.**
- **Un'altra pressione la disattiva.**
- **Connessione possibile ai dispositivi compatibili dopo l'avvio.**
- **Copiare il seguente link nel browser** (Edge, Firefox, Chrome, Safari, ecc.) e seguire le istruzioni:
<https://cloud.carefitness.com/index.php/s/E2WD22KMNBQzERL>

F. SEGNALE SONORO

- **Un BIP all'accensione.**
- **Un BIP per pressione** (eccetto pressione lunga).
- **Quando TIME, DIST o KCAL arrivano a 0, allarme BIP** (se il suono è attivo).

Una pressione ferma il suono ma non esegue altre funzioni..

4. Funzionamento

1. Accensione :

- **All'accensione, lo schermo LCD** si illumina completamente per 1 sec + un lungo BIP (se attivato), poi passa in modalità standby.
- **Se non riceve segnale entro 4 sec**, il tempo si ferma e il contatore passa in standby.
- **Funziona con 2 batterie AA LR6**

2. Standby :

- **Senza segnale RPM**, il cronometro si mette in pausa automaticamente.

3. Funzionamento per modalità :

- **TIME :**
 - **Senza impostazione, conteggio progressivo;**
 - Con impostazione, conto alla rovescia di 1 min per volta. **Poi 8 BIP alla fine.**
- **KMI/H : Valore mostrato solo** con segnale.
- **RPM : Valore mostrato solo** con segnale.
- **DIST :**
 - **Senza impostazione, conteggio.**
 - **Con impostazione (max 99.50, passi di 0.5),** conto alla rovescia, poi 8 BIP alla fine.
- **KCAL :**
 - **Senza impostazione, conteggio.**
 - **Con impostazione (max 9990, passi di 10),** conto alla rovescia, poi 8 BIP alla fine.
- **BPM :**
 - **Senza impostazione, mostra la frequenza cardiaca.**
 - **Con impostazione (30 ~ 230, passi di 1),** allarme BIP se supera il valore fissato.
 - **Valore iniziale: 72.**
- **LOAD : Regolare tramite il pulsante (99)** situato sulla bici.
- **WATT : Mostra il valore secondo la tabella WATT.**

4. Modalità riposo prolungato

- **Se nessun segnale entro 4 min:** passa in riposo.
- **Una pressione** o segnale riattiva il contatore.

5. Connessione wireless (opzione: fascia toracica CareConnect)

Se l'abbinamento con l'app è riuscito, il simbolo di connessione wireless appare sullo schermo e le altre icone vengono nascoste. Due BIP indicano connessione riuscita.

PER ORDINARE RICAMBI

Per una maggiore efficienza, prima di contattare il nostro servizio post-vendita, ti preghiamo di tenere a portata di mano i seguenti elementi:

- **Il nome o il riferimento del prodotto.**
- **Il numero di fabbricazione** è indicato sul telaio principale e sulla scatola di imballaggio.
- **Il numero della parte mancante o difettosa** è indicato nella vista esplosa del prodotto nel presente manuale.

Servizio post-vendita

E mail : service-it@carefitness.com



FR

**Cet appareil
se recycle**

A DEPOSER
EN MAGASIN



OU

A DEPOSER
EN DÉCHÈTE



Points de collecte sur www.quefairedemesdechets.fr
Privilégiez la réparation ou le don de votre appareil !