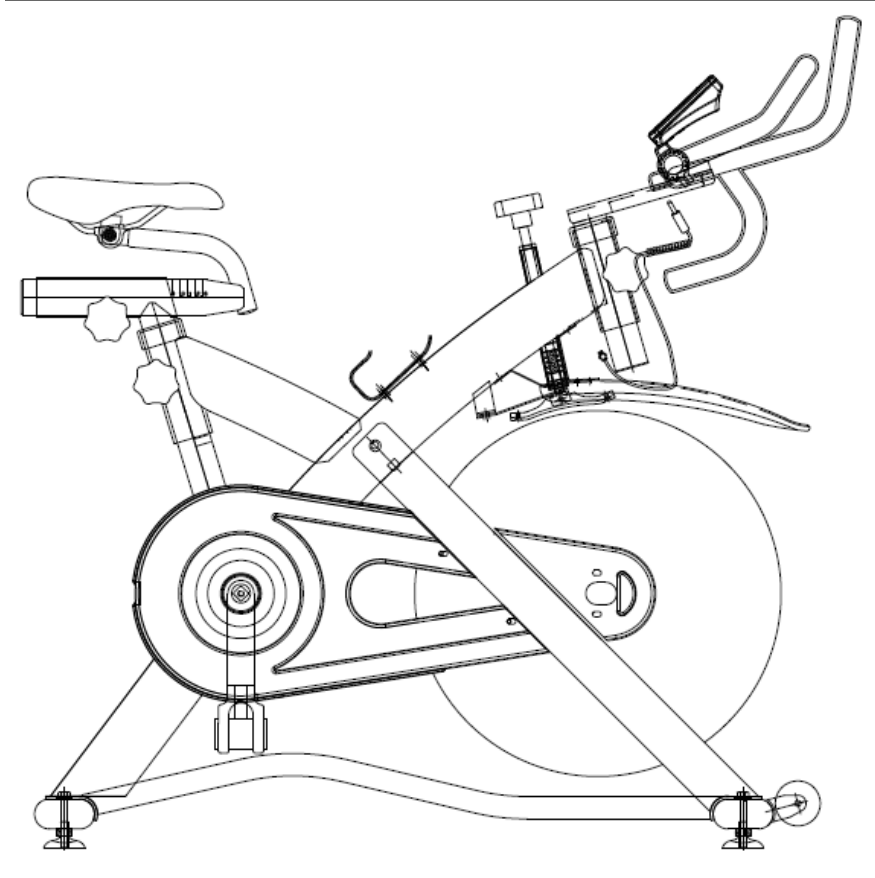


H918A-1



操作说明书

安全注意事项

在使用本车台前，务请仔细阅读下述安全注意事项。务请将本用户

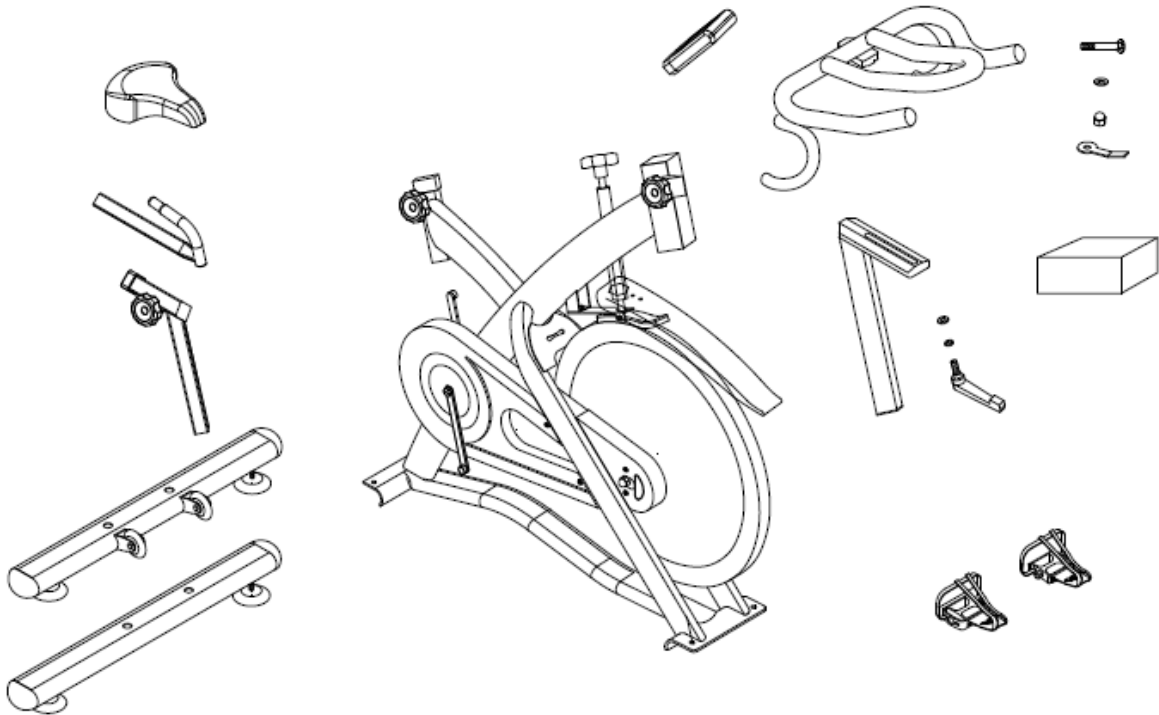
说明书存放在易于取阅的地方以便日后随时查用。

- * 在开始任何运动课程之前，须先向医生咨询最佳的训练建议。
- * 警告：不正确 / 过度训练会导致健康损害。在家训练时，若感到不适请立即停止。
- * 请遵守训练介绍里的正确训练详细说明。
- * 须确保车台正确组装、调整 and 检查后才可开始进行训练。
- * 须做伸展运动，热身后才可开始进行。
- * 如果您感到头晕、恶心、胸痛或其他症状请停止训练，并立即寻求医疗协助。
- * 仅可使用原厂商提供的原厂零件(见附页列表)。
- * 须按照组装说明的步骤组装。
- * 仅可使用合适的工具组装，若必要的话可寻求协助。
- * 车台仅可放置在平坦、防滑的表面使用。
- * 所有可调整的配件，皆有标示调整的安全标线，须确实依循指示标。
- * 所有可调整的配件，须确实锁紧，避免使用中突然滑动。
- * 该产品是专门设计给成人使用。
- * 使您的双手远离任何活动的零件。
- * 可依个人喜好调整阻力程度。
- * 使用该车台时须穿合适的衣服及鞋子，不可穿宽松的衣服或鞋子，可能会有

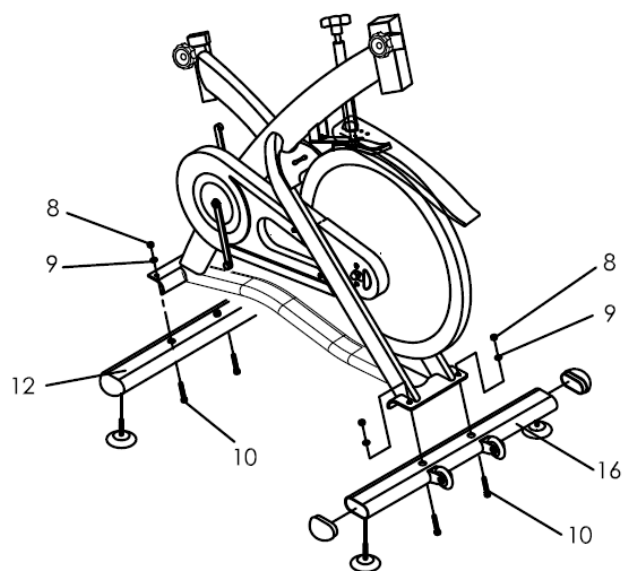
卷入转动零件的危险.

- * 使用该车台时须确保有足够的空间.
- * 安装或拆卸车台时, 须注意非固定或移动式的零件.

- ◎ 车台下方须放置垫子, 以保护地毯或地板, 避免损坏.
- ◎ 避免在湿度高、多灰尘的地方或室外使用及存放车台。注意切勿将车台放置在容易触水受潮的地方、高湿度、多灰尘的环境或室外。
- ◎ 确保车台至少有 2000 X 1000mm, 不受任何干扰的区域.
- ◎ 本公司对于任何人因购买或使用这些产品所导致的或相关的任何特殊的、间接的、偶然的, 或结果性的损失一概不负责任。

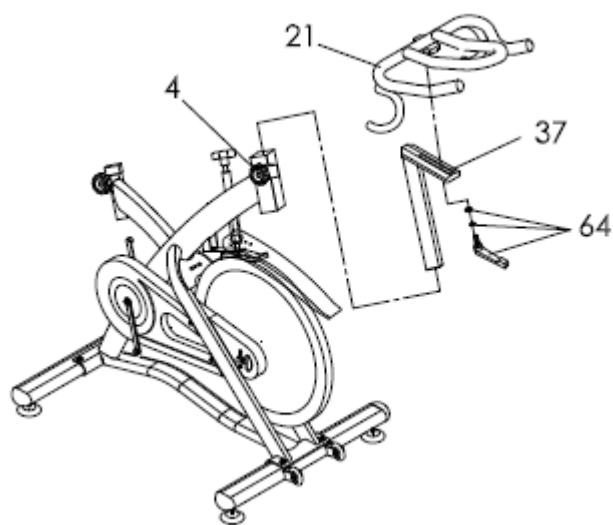


安装说明



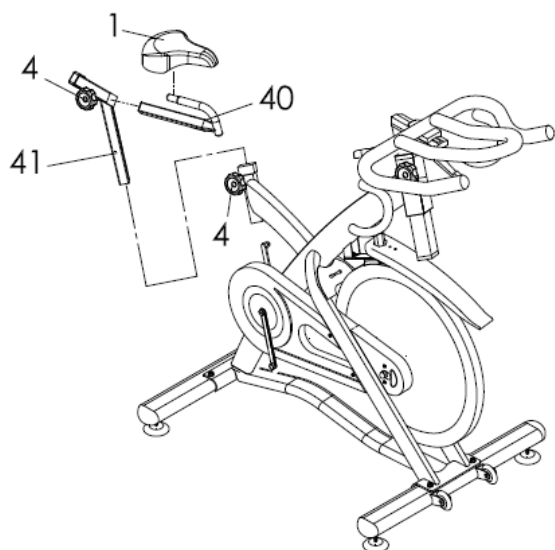
步骤 1

使用螺丝(10)、华司(9)及螺帽(8), 将前脚管(16)及后脚管(12)锁紧固定于车台上.



步骤 2

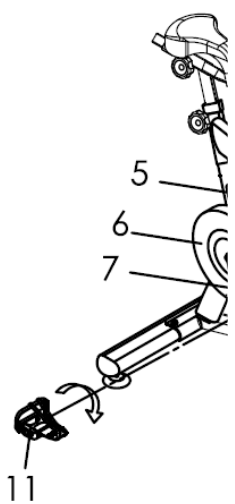
将竖管(37)插入车台的头管里. 上下调整至适当高度并确实锁紧旋钮(4). 再将把手(21)组装于竖管(37)上, 前后调整至适当位置并用可调式把手(64)锁紧固定.



步骤 3

将上下活动座管(41)插入车台的中管,, 把座垫(1)组装于前后活动座管(40)上, 再把前后活动管(40)置入上下活动管(41), 可前后、上下移动至适当位置再确实用旋钮(4)锁紧固定.

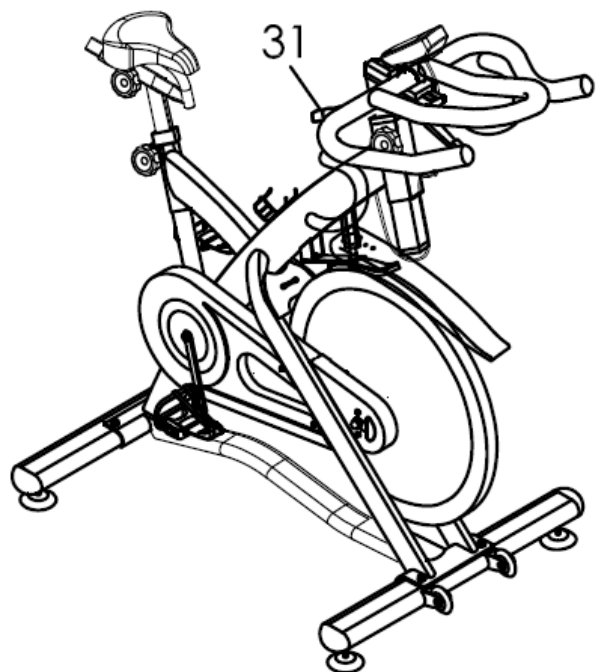
步骤 4



将脚踏(11)锁于曲柄(5)(7)上, 脚踏上有标示 L (左) 或 R (右)以示区别, 注意 - 右曲柄(7)与外侧皮带防护盖(6)是在同一侧, 螺纹须正确对准锁入避免损坏, 于螺纹上沾点油可帮助正确的、轻易的锁入. 使用 15MM 的扳手锁紧, 两侧脚踏往车台的前方旋紧.

将水壶架(29)固定于车台上.

将电子表固定座锁在电子表(28)上, 并将电子表固定座锁固于把手上即可, 并将线材接于表上.



步骤 5

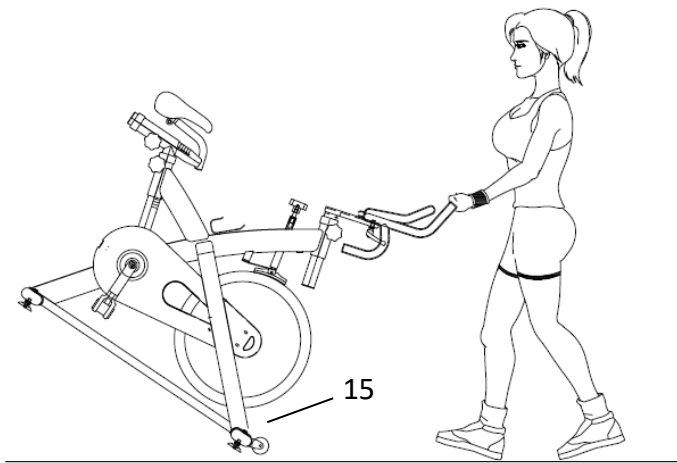
阻力调整

于组装完成的车台上, 使用刹车阻力系统(31)的旋钮来调整阻力, 只须放松 (-) 或 加重(+)即可调整阻力.

当阻力完全放松(-)时, 飞轮的旋转应无阻力. 较有经验的骑者, 会循序渐进的调整组力至最紧(+).

紧急刹车

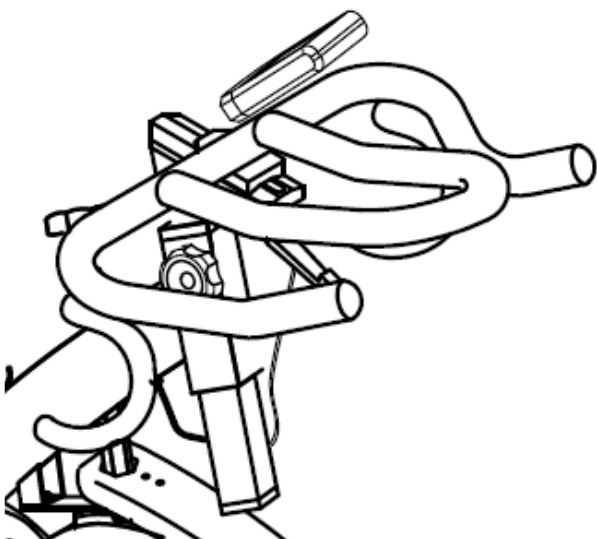
下压刹车阻力系统(31)的旋钮, 可紧急停止.



车台移动

该车台备有移动轮(15), 以方便移动.
移动轮(15)位于车台脚管的前方, 可简单的
将车台移置任何您想要的位置, 只须将车
台后方抬高并推动车台.

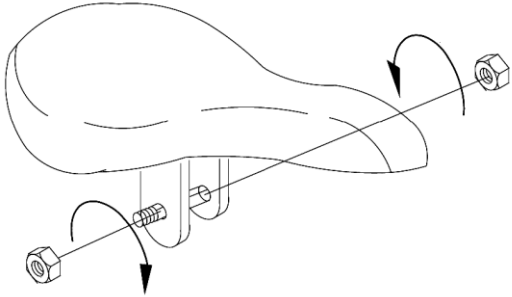
调整说明



把手及竖管:

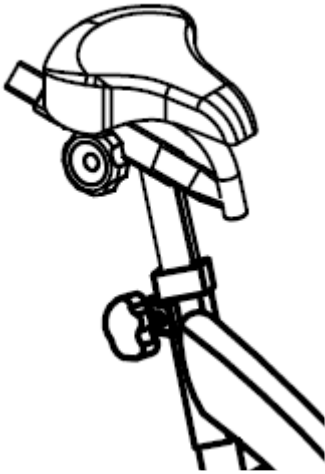
上下及前后移动的可调整范围, 请参考雷
雕标示. 调整至适当位置时, 须确实锁紧
旋钮.

调整时不可超过标示“MIN INSERT”的安全
标示.



座垫:

可上下及前后做微调, 调整至适当位置后, 顺时针方向锁紧两侧螺丝, 须确实锁紧避免危险.



前后活动座管及上下活动座管:

前后、上下移动的可调整范围, 请参考雷雕标示.

调整至适当位置时, 须确实锁紧旋钮.

调整时不可超过标示“MIN INSERT”的安全标示.

零件列表

编号	名称	编号	名称
1	座垫	35	弹簧片的螺丝及华司
2	左、右束夹	36	皮带
3	旋钮弹簧	37	把手竖管
4	旋钮(含华司)	38	橡胶套
5,7	曲柄组	39	端塞
6	外侧皮带防护盖	40	前后活动座管
8	脚管螺帽	41	上下活动座管
9	脚管华司	42	外侧皮带防护盖螺丝(M5)
10	脚管螺丝	43	飞轮组
11	脚踏	44	飞轮调整螺丝
12	后脚管(整组)	45	内侧皮带防护盖螺丝(M5)
13	脚管调整脚垫	45-1	内侧皮带防护盖华司
14	脚管端塞	46	传感器固定座螺丝
15	移动轮	47	配线固定钮
15-1	移动轮等距螺丝	48	配线固定钮螺丝
16	前脚管(整组)	49	旋钮固定螺丝
17	牛皮煞车片	50	旋钮塑料华司
17-1	煞车片螺丝	51	旋钮华司
18	铝煞车片	52	大皮带轮及螺丝
19	螺丝及螺帽	53	飞轮华司
20	弹簧片	54	左侧防护盖
21	把手及上滑块	55	飞轮心轴套管(L)
22	曲柄螺丝	56	飞轮华司(T10.5)
23	曲柄心轴培林	57	土除后支撑架
24	曲柄心轴及平板	58	土除支撑架
25	飞轮螺帽	59	支撑架螺丝(含华司)
26	飞轮心轴	60	支撑架螺丝
27	飞轮心轴及培林	61	白铁华司
28	电子表	62	土除
29	水壶架	63	土除白铁螺帽
30	水壶架螺丝	64	可调式把手(含华司)
31	刹车阻力系统组	65	I-PAD 支撑架
32	外侧皮带防护盖螺丝(M6)		
33	前皮带防护盖		
34	水壶	90	感应棒及线材

维修表及注意事项

注意!

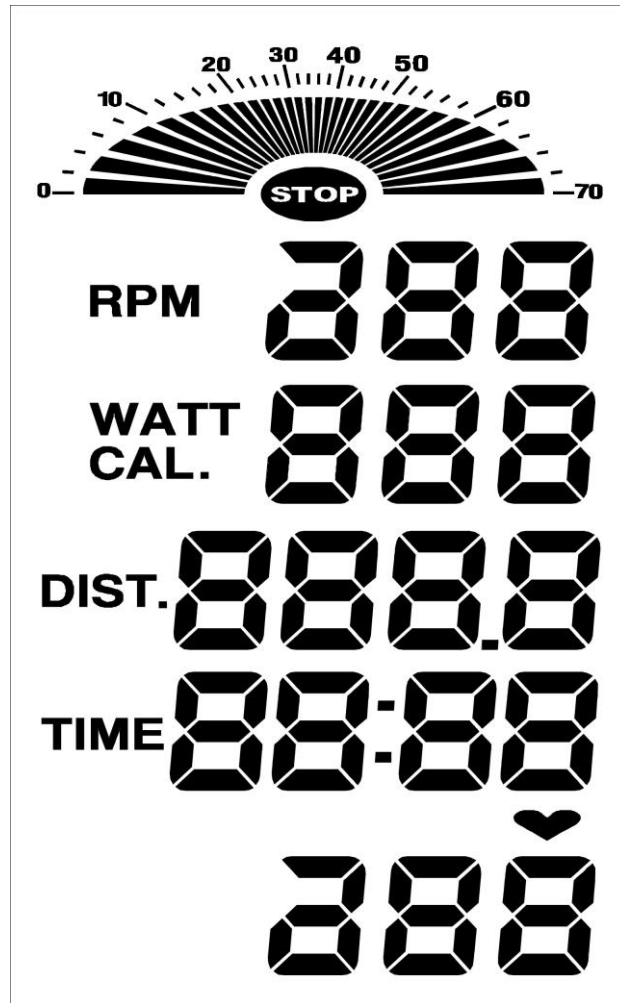
* 为了延长车台零件使用寿命及故障产生, 请于每次使用完后, 确实将车台、活动零件及飞轮上的汗水、脏污, 用干净的软布擦拭干净, 擦拭后须再擦上一层防锈油, 以达防护效果.

* 当车台零件遗失或飞轮发出杂音, 使用上可能不安全, 请与您的供货商联系.

* 跟其他健身设备一样, 此车台应定期做维修保养.

No	描述	天	周	月	季	年
1	车台完整擦拭	X				
2	视觉检查	X				
3	检查把手组及座管组的安全性	X				
4	检查座垫的安全性	X				
5	确实于活动零件及飞轮外缘擦拭防锈油	X				
6	拿开把手组并清理管内		X			
7	拿开座管组并清理管内		X			
8	检查刹车片组是否对齐飞轮		X			
9	检查刹车阻力系统		X			
10	检查所有旋钮组的安全性		X			
11	检查脚踏束带的磨损程度		X			
12	检查三层螺丝并重新锁紧		X			
13	检查脚踏有确实锁紧		X			
14	检查皮带			X		
15	检查曲柄心轴				X	
16	检查飞轮培林				X	
17	车台全检					X

电子表说明



一. 主题说明 / General:

此电子表为 LCD 窗口(无背光模块), 其显示共有 7 种模式: RPM, CALORIES, DISTANCE, TIME, PULSE (有搭配 HR receiver 的才有)。

This console has non-backlit LCD which displays Speed, RPM, Calories, Distance, Time and Pulse, optional.

二. 开机/关机显示 Power On / Off:

当踏板运转后电子表 LCD 窗口会全显示, 2 秒后进入待机模式, 当踏板停止运转后, 电子表 LCD 窗口会显示停止前的数据, 45 秒后关机。

The display will be active to show all data upon pedaling. Once pedaling stops, LCD will remain blinking displaying latest data before pedaling stopped. The display will switch off if pedal stopped over 45 seconds.

三. 显示窗口说明 / Display data:

a. SPEED:

为一正数，其计数设定为 0，在窗口最上方，显示当下速度，以指针显示。

Start from 0 and plus. On Top of the LCD display showing current speed with pointer.

b. TIME:

为一正数，其计数设定为 0，时间窗口显示程序运作的总时间。时间由 00: 00 往上正数至最大值 99: 59，每次增加 1 秒。

Start from 0 and plus showing total time of this workout. Range: 00:00~99:59

c. RPM:

显示机台每分钟运转次数或周期，显示范围 0~140。若 RPM 超过 140，基于安全因素电子表显示 STOP。

Rotation Per Minute. Range: 0~140. If RPM exceeds 140, LCD will show STOP for safety reason.

d.DISANCE:

为一正数，其距离计数设定为 0，距离由 000.0 向上正数至 999.9，每次增加 0.1 公里(英里)。

Start from 0 and plus. Range: 000.0~999.9 ; Increase: 0.1 KM(ML)

e.CALORIES:

为一正数，其卡路里计数设定为 0，显示用户所消耗的卡路里。卡路里由 0 向上正数至 999，每次增加 1 卡路里。

Start from 0 and plus showing calories consuming of this workout. Range:
000.0~999.9

f. PULSE:

当使用者用无线心跳发射器时，可显示用户心跳值，显示范围 60~240BPM。

(需搭配 5K 的胸带, 与 Polar 系统兼容)

For console with HR built-in receiver, bottom of the LCD showing HR. Range:

60~ 240 BPM. The chest belt must be 5K and receiver is compatible to polar.

g.Replace the battery / 更换电池

Backside up.

Take the battery cover apart.

Be noted both batteries are positive end downward. Put the batteries on and cover the back cover.



BH 钜勋健身器材（上海）有限公司

邮寄地址：上海市青浦区重固镇赵重公路2318号A幢

邮 编：201706

电 话：+86 21 5284 6694

售后电话：+86 21 3633 1600

传 真：+86 21 5284 6814

网 址：www.jbh.cn