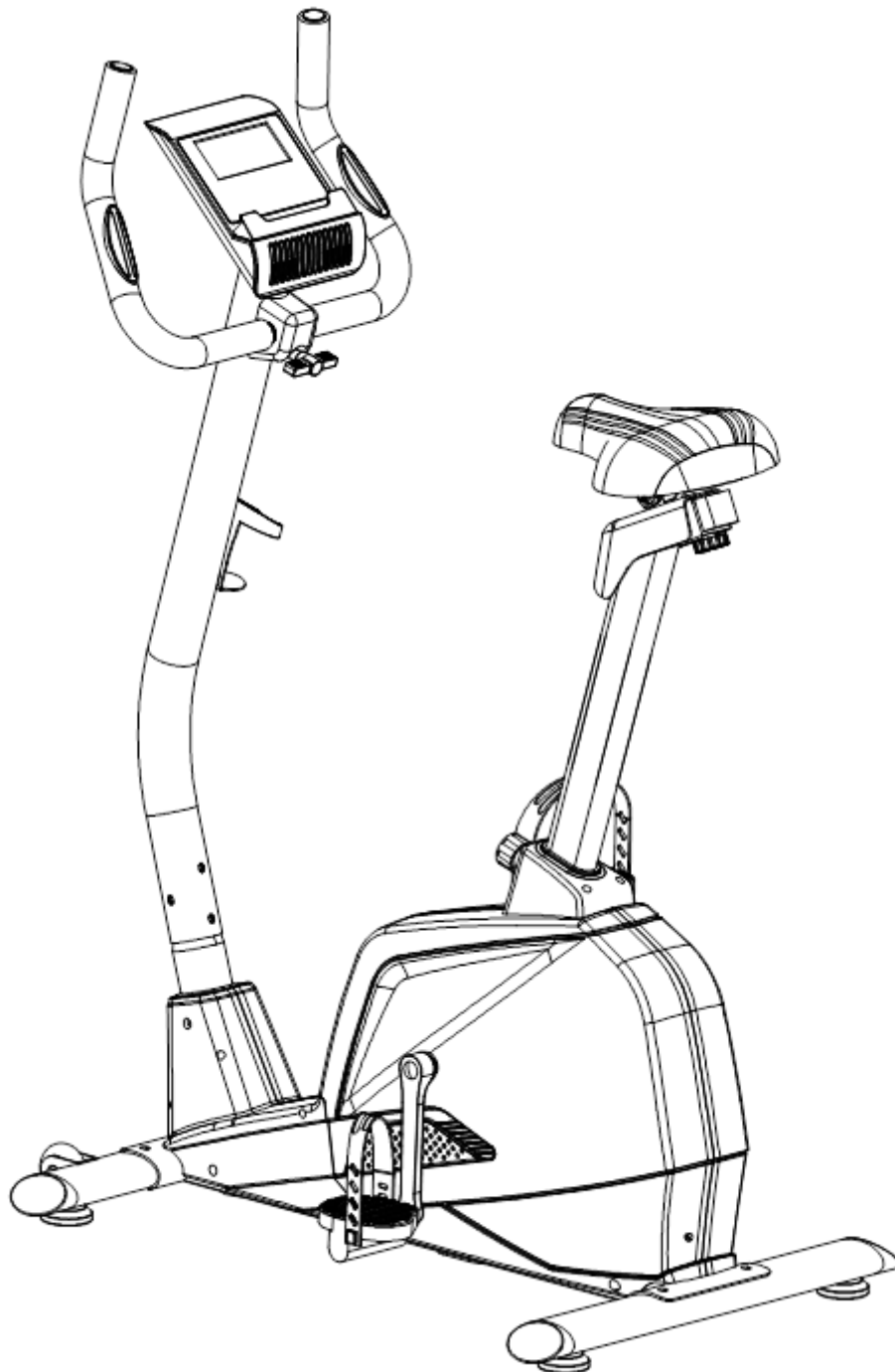




XB 2.0 Norsk



INNHold

INNHold-----2

VIKTIGE FORHOLDSREGLER-----

MONTERING-----

DRIFT -----

OPPSTART -----

VEDLIKEHOLD -----

OVERSIKTSDIAGRAM-----

DELELISTE-----

FEILKODER -----

KONTAKTINFORMASJON-----

VIKTIG INFORMASJON

Bruksområdet for dette treningsapparatet er kun hjemmetrening og privat bruk, eventuelle garantier bortfaller ved bruk av apparatet i kommersielle eller flerbruker miljøer som for eksempel idrettslag, borettslag eller bedrifter. Det eksisterer egne modeller som er egnet for kommersiell og flerbrukermiljøer.

Apparatet skal kun brukes som beskrevet i denne bruksanvisningen.

Eieren av apparatet er ansvarlig for at alle brukere er kjent med disse sikkerhetsreglene.

Under montering; sørg for at alle skruer og muttere sitter på rett plass og at de entrer skikkelig, før du begynner å stramme noen av dem.

Plasser apparatet på et flatt og jevnt underlag.

Apparatet må ikke brukes eller oppbevares utendørs, eller i rom med unormalt høy luftfuktighet. Det er ikke anbefalt å bruke apparatet i garasje, carport eller på overbygget terrasse. Apparatet bør ikke stå plassert der den utsettes for direkte sollys. Produktet er ment å stå plassert i rom med normal romtemperatur (over 16 grader). Apparatet skal oppbevares tørt og frostfritt.

Det anbefales å benytte en underlagsmatte, for å eliminere sjansene for at gulv eller gulvbelegg tar skade ifm. bruk av apparatet. Forsikre deg om at produktets transporthjul ikke skader gulvet før du flytter på det, eventuelle skader dekkes ikke.

Før hver bruk; påse at alle skruer og muttere er godt strammet til. Dersom det oppdages løse eller defekte deler; sørg for at ingen benytter seg av apparatet før den er i tilfredsstillende stand igjen.

Bruk egnede sko ved bruk av apparatet. Bruk av sko med grovt mønster bør ikke brukes pga. slitasje.

Apparatet skal kun benyttes av en person av gangen.

Ved justeringer; se til at justeringsskruer er godt strammet før du tar apparatet i bruk. Løse justeringsskruer fører til mer bevegelse og raskere slitasje enn nødvendig.

Barn må ikke benytte apparatet uten tilsyn, og bør heller ikke være i nærheten når apparatet er i bruk av andre.

Apparatet bør ikke benyttes av personer med vekt over 120 kg.

Apparatet bør ikke brukes ifm. medisinsk eller fysikalsk behandling, med mindre det er spesielt anbefalt av lege eller fysioterapeut.

Pulsfunksjonen på produktet er ikke en medisinsk innretning, den vil også avvike fra målinger med pulsklokke og andre apparater som måler puls. Hensikten er å gi en indikasjon på den faktiske pulsen til brukeren. Ved behov for mer nøyaktig pulsmåling anbefales pulsbelt eller pulsklokke.

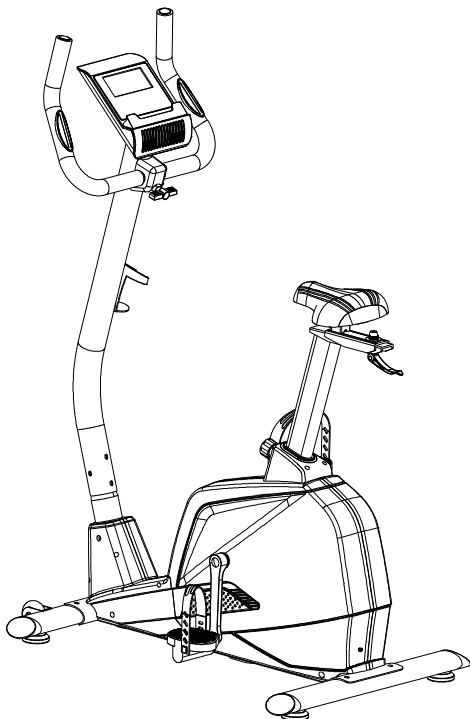
Verdier som hastighet, distanse og kalorier etc.vil avvike.

Les instruksene i brukerveiledningen vedr. rengjøring og vedlikehold nøye. Å følge disse instruksene kan være avgjørende for den totale livslengden for både enkeltkomponenter og produktet i sin helhet. Dersom vedlikehold som beskrevet i denne manualen ikke er utført kan det medføre til at garanti bortfaller.

Apparatet består av deler som er slitedeler, utskiftbare deler og deler som skal vare ut produktets levetid forutsatt at produktet benyttes på normal måte. Slitedeler har en garanti på 1 år. Slitedeler må kunne regnes med å skiftes i løpet av 1-2 år fra produktet tas i bruk relatert til mengden produktet benyttes. Utskiftbare deler har en garanti på 2 år.

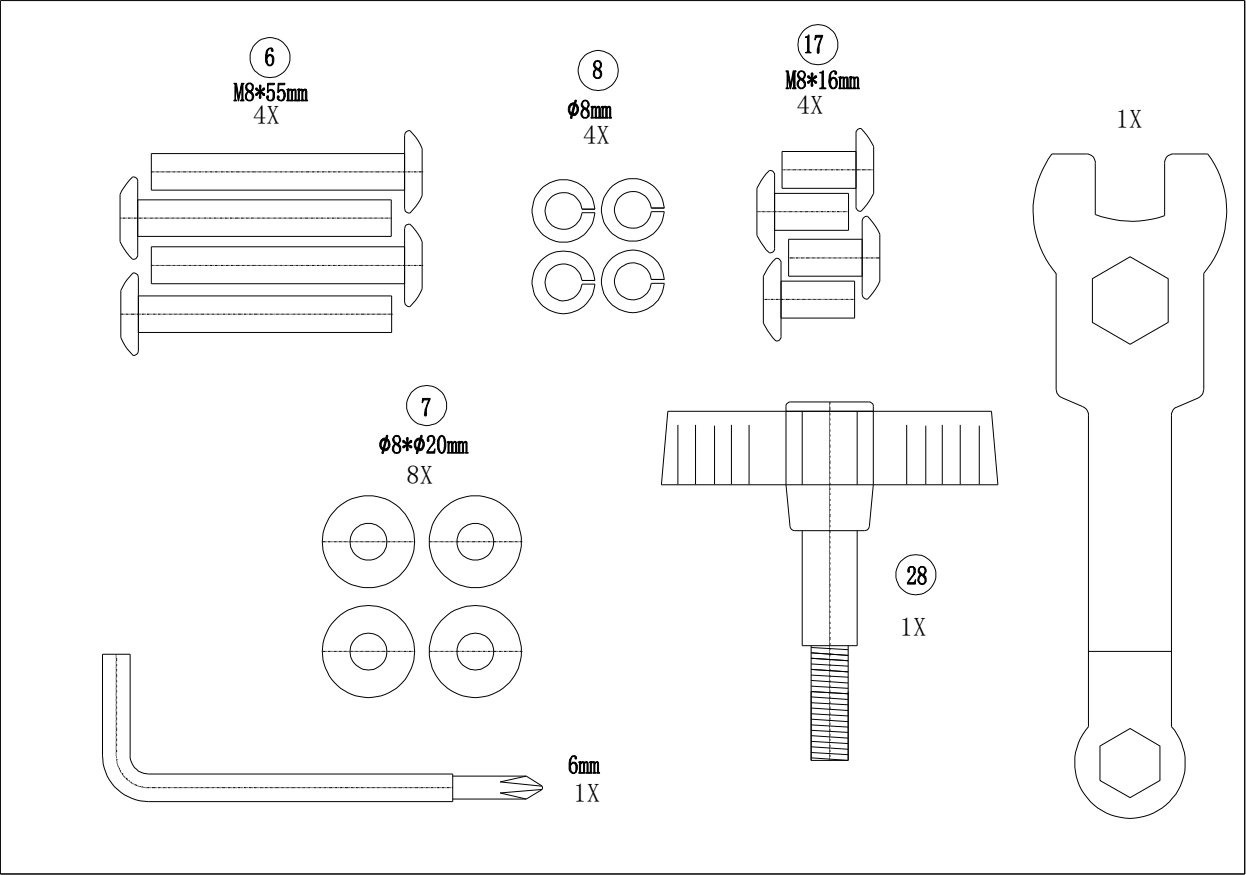
Det tas forbehold om trykkfeil i manualen.

Produktdeler



Montering

Følgende deler følger med i pakningen (engelsk):

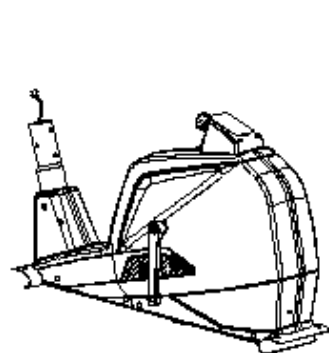


Nr.	Engelsk navn	Ant.	Illustrasjon
27	Cover for clamp	1	

Merk:

Dekselklemmen (27) er ikke inkludert i blisterpakningen, og kan i stedet finnes i en egen pose.

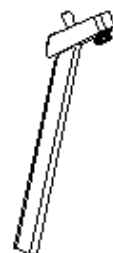
SJEKKLISTE



NO. 1



NO. 22



NO. 15



NO. 31



NO. 9/10



NO. 50



NO. 18



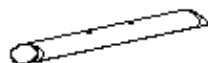
NO. 19



NO. 3



NO. 20



NO. 2



NO. 16

NR.	ENGELSK NAVN	ANT.
1	Main frame	1
2	Rear stabilizer	1
3	Front stabilizer	1
9/10	Pedal L/R	1
15	Seat post	1
16	Seat	1
18	Computer	1
19	Handlebar	1
20	Bottle holder	1
22	Front post	1
31	Decoration cap for seat tube	1
50	Leveling pad	1

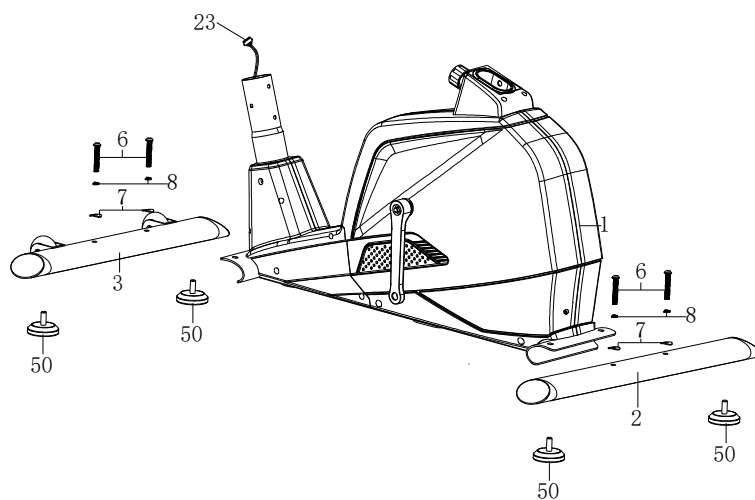
Monteringsinstruksjoner

STEG 1

Fest justeringsføtter (50) til stabilisatorene (2, 3).

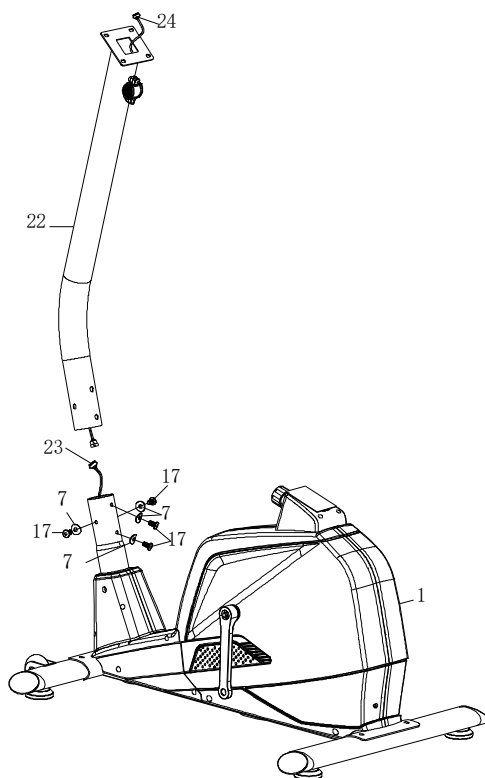
Fest fremre stabilisator (3) til hoveddrumma (1) med to sett unbrakoskruer (6), springskiver (8) og kurvede skiver (7).

Fest bakre stabilisator (2) til hoveddrumma (1) med to sett unbrakoskruer (6), springskiver (8) og kurvede skiver (7).



STEG 2

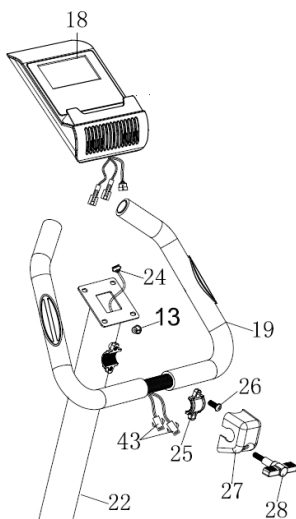
Koble øvre computerledning (24) til nedre computerledning (23). Før deretter fremre stolpe (22) inn i hoveddrumma (1), og fest med fire sett unbrakoskruer (17) og kurvede skiver (7).



STEG 3

Fjern klemma (25) og unbrakoskruen (26) fra fremre stolpe (22). Fest håndtaket (19) til fremre stolpe med klemma, unbrakoskrue (26), klemmedeksel (27) og T-skrue (28).

Før håndpulsledningene (43) inn i malja (13) og dra ut gjennom øvre brakett. Fest håndpulsledningene (43) og øvre computerledning (24) til baksiden av computeren (18). Fest computeren med de fire skruene (29) som er forhåndsmontert til baksiden.

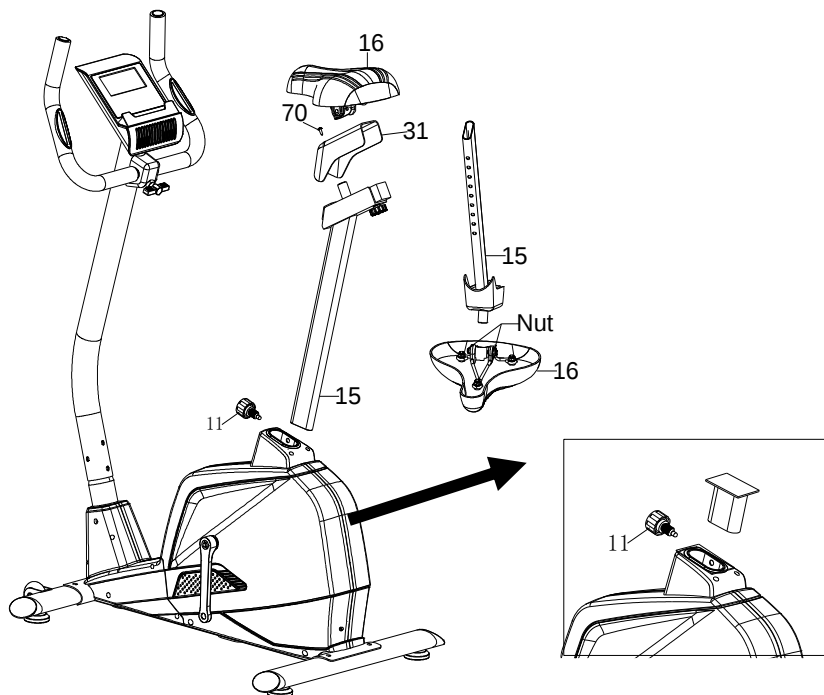


STEG 4

Fest setet (16) til setestammen (15) med en mutter (31), stor skive (32), en hylse (33) og en L-skrue (34). Alle disse delene er forhåndsmontert til setestammen (15).

Før setestammen (15) inn i hovedrammen gjennom dekslet til setestammen (5). Juster hullene med hverandre, og fes setestammen med justeringsskruen (11). Setehøyden kan justeres etter at apparatet er ferdig montert.

Fjern de to skruene (70) fra fremre stolpe, og bruk dem til å feste en flaskeholder (20)



STEG 5

Venstre (9) og høyre (10) pedal er markert med henholdsvis «L» og «R».

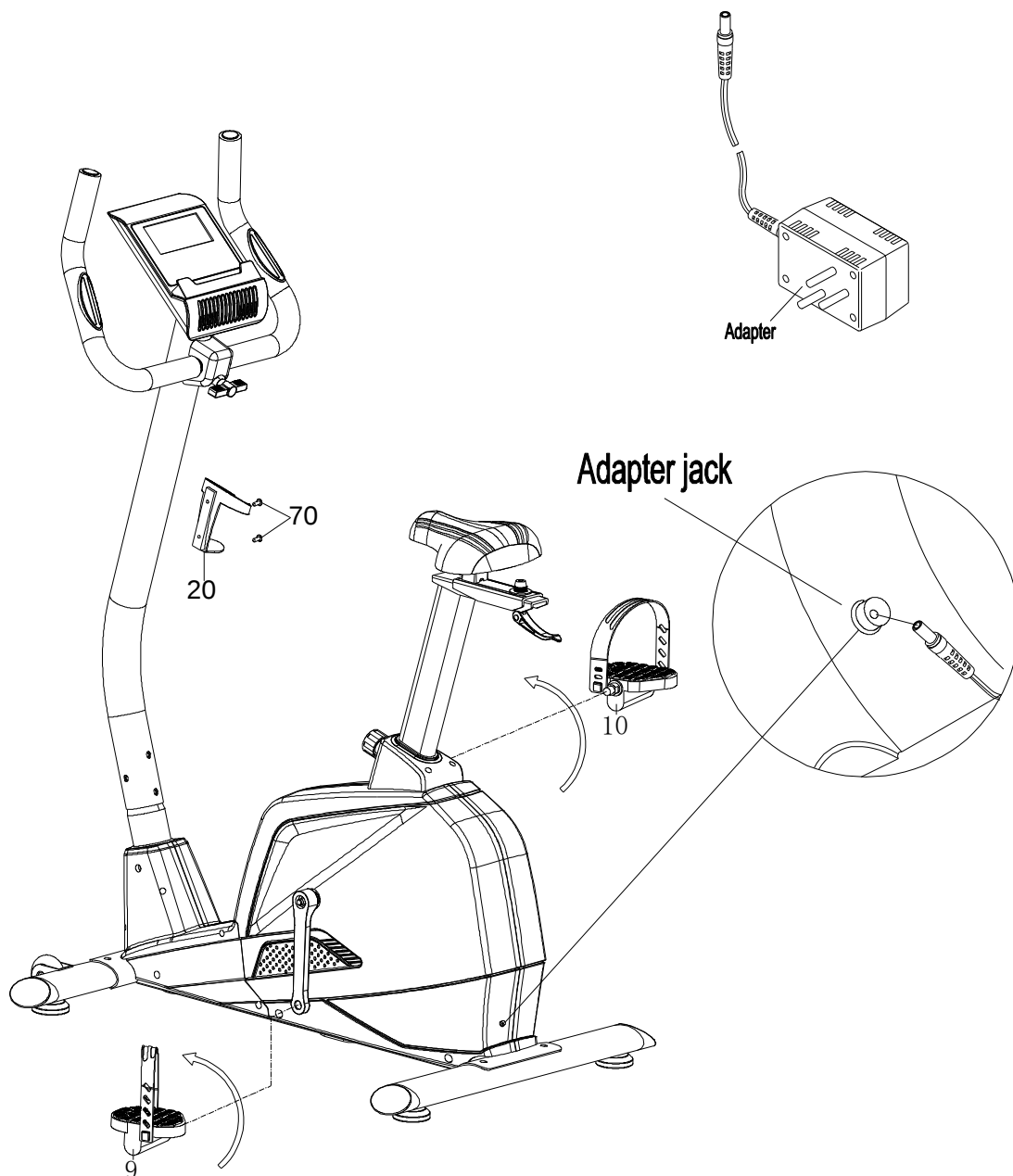
Koble dem til sine respektive krankarmer (79). Høyre pedal skal på høyre side i henhold til hvordan du sitter på sykkel.

Merk at venstre pedal skal skrus på kranken i retning **mot** klokka, og høyre pedal skal skrus i retning **med** klokka.

Fjern de to skruene (70) fra fremre stolpe, og bruk dem til å feste en flaskeholder (20)

Koble adapteren til mottaket.

MERK: Koble adapteren til apparatet før du kobler det til en stikkontakt.



INSPISER AT ALLE SKRUER OG BOLTER ER FESTET RIKTIG.

COMPUTER



1. BLUETOOTH-FUNKSJONER:

1.1 Driftsfrekvens: Denne computeren benytter seg av Bluetooth 4.0 med driftsfrekvens på 2.4GHZ.

1.2 For å være sikker på at all informasjon er korrekt, vil computeren kun registrere og sende data til mobil-appen når både computeren og smarttelefonen er koblet til. Du må først koble appen til computeren, og deretter starte apparatet.

1.3 Computeren vil gå i dvalemodus dersom den ikke mottar signaler på fire minutter. I dvalemodus vil ikke computeren være synlig for smarttelefonen. Vekk computeren ved å benytte deg av sportsapparatet dersom du ønsker å gjenoppta tilkoblingen.

NB: KINOMAP krever at du har et abonnement

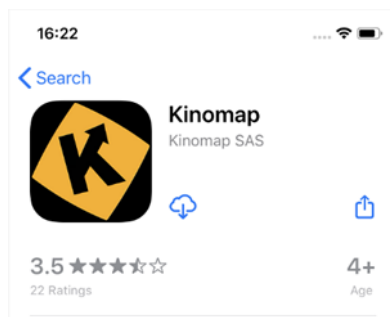
2. Beskrivelse av KINOMAP-XCX-tilkobling:

2.1 Krav til APP-installasjon av mobiltelefon:

2.1.1 IOS-mobiltelefonsystemet bør ikke være lavere enn 7.1-versjonen og støtter Bluetooth 4.0, iPhone 4s og utover.

2.1.2 For Android kreves et system ikke lavere enn 4.3, og mobiltelefonen skal støtte Bluetooth 4.0.

2.2 Søk etter "KINOMAP" i mobilappbutikken for å laste ned appen:



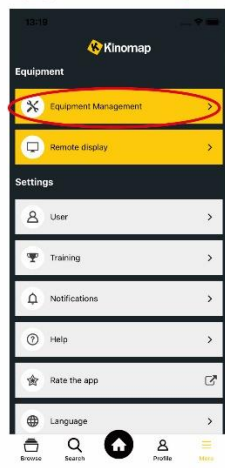
2.3 Etter at nedlastingen er fullført, åpner du appen og registrerer personlig informasjon. Slå på Bluetooth på mobiltelefonen for å sikre at datamaskinen er slått på og i våken tilstand.

2.3.1 Når datamaskinen er koblet til appen, slår datamaskinen seg av skjermen, og alle dataene vises i appen.

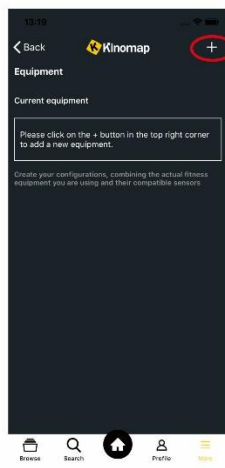
2.3.2 Hvis du trenger å bruke datamaskinen etter at du har koblet til appen, må du avslutte appen og slå av Bluetooth på mobiltelefonen.

2.3.3 Legg til sportsutstyr som følger:

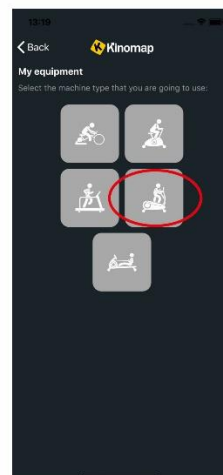
1. "Equipment management"



2. "+"



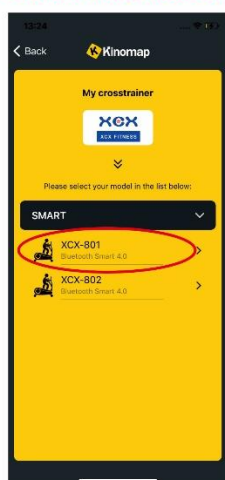
3. "Crosstrainer"



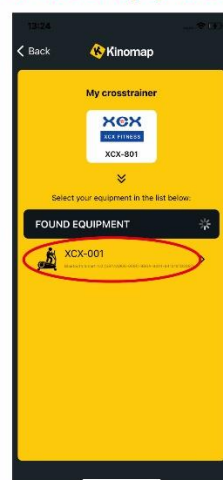
4. "XCX"



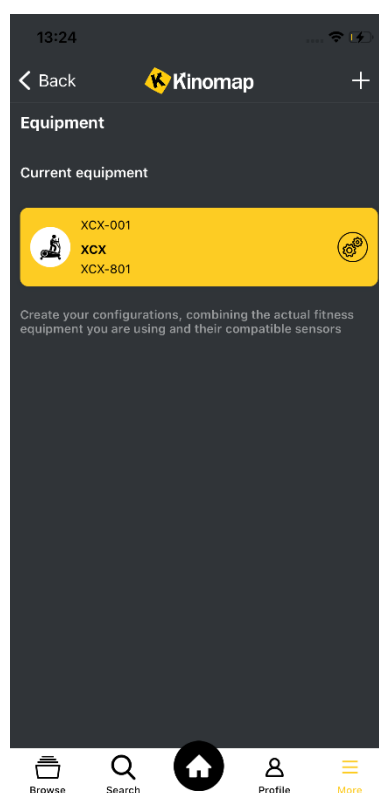
5. "Select model XCX-801"



6. "Select equipment"



2.4 Legg til produkt og start din treningsøkt.



3.COMPUTER-DRIFT:

Knappefunksjoner

START/STOP:

1. Starter og pauser treningsøker.
2. Starter kroppsfett-avmåling og avslutter kroppsfettprogram.
3. Hold knappen inne i tre sekunder for å nullstille alle funksjoner med unntak av ODO.

DOWN (ned): Reduserer verdier i treningsparametre (TIME, DISTANCE, osv). Under en treningsøkt vil denne knappen redusere motstanden.

UP (opp): Øker verdier i treningsparametre (TIME, DISTANCE, osv). Under en treningsøkt vil denne knappen øke motstanden.

ENTER: For å bekrefte ønsket verdi eller treningsmodus.

TEST(rekonvalesens): Åpner rekonvalesens-funksjonen når computeren kan lese av pulsverdier. Testen varer i 60 sekunder, og vil gi deg en karakter der F1 er best og F6 er verst.

1.0	BEST
$1.0 < F < 2.0$	VELDIG BRA
$2.0 \leq F \leq 2.9$	BRA
$3.0 \leq F \leq 3.9$	OK
$4.0 \leq F \leq 5.9$	UNDER GJENNOMSNIITTET
6.0	DÅRLIG

MODE (modus): Velger funksjoner.

Treningsvalg

Etter at computeren er skrudd på trykker du (+) eller (-) for å velge treningsmodus, fulgt av ENTER for å bekrefte.

Innstilling av treningsparametere

Etter å ha valgt ønsket treningsprogram, kan du forhåndsinnstille diverse treningsparametre etter ønske.

TRENINGSPARAMETRE:

TIME (tid) – SPEED (hastighet) – DISTANCE (distanse) – CALORIES (kalorier) – AGE (alder) – PULSE (puls) – RPM (rotasjoner pr minutt) – ODO (odometer) – WATT (intensitet) – TARGET HR (målpus)

Etter å ha valgt et program, trykk ENTER for å bekrefte. TIME vil nå blinke på skjermen. Trykk (+) eller (-) for å velge ønsket treningstid, og trykk ENTER for å bekrefte. Det neste parameteret vil nå blinke på skjermen. Bruk (+), (-) og ENTER for å fortsette å stille inn parametere. Trykk deretter START/STOP for å starte treningsøkten.

Skalaer og informasjon

Parameter	Skala	Standard-verdi	Steg	Beskrivelse
Time (tid)	1:00~ 99:00	0:00	± 1:00	1.Klokka vil telle opp fra 0:00. 2.Dersom starttiden er mellom 1:00 og 99:00, vil klokka telle ned til 0.
Distance (distanse)	0.10~99.90	0.00	±0.10	1.Distansen kan telle opp fra 0.00. 2.Dersom startdistansen er mellom 0.10 og 99.90, vil distansen telle ned til 0.
Calories (kalorier)	1.0~999.0	0.0	±1.0	1.Kalorier kan telles opp fra 0.0. 2.Dersom målverdien er mellom 1.0 og 999.0, vil kaloriene telles ned til 0.
Watt (intensitet)	20.0~300.0	100.0	±10.0	Brukeren kan kun stille inn watt-verdi i Watt-programmet.
Age (alder)	10~99	30	±1	Målverdi for puls er basert på brukerens alder. Dersom pulsen overstiger målverdien vil pulsverdien blinke på skjermen.

Programmer

Manuelt program(P1)

Velg MANUAL ved hjelp av (+)(-) og trykk ENTER for å bekrefte. TIME vil nå blinke på skjermen. Juster ønsket treningstid med (+)(-). Trykk ENTER for å lagre og gå videre til neste parameter. Når du har justert alle ønskede parametre, trykk START/STOP for å starte treningsøkten.

MERK: Straks ett av parameterne når null, vil computeren lydindikere og programmet vil avsluttes. Trykk START dersom du ønsker å fortsette videre til neste uferdige parameter.

Forhåndsinnstilte programmer (P2-P9)

Computeren inkluderer åtte forhåndsinnstilte programmer klare til bruk. Alle programmene har motstand bestående av 24 forskjellige nivåer.

Parametre for forhåndsinnstilte programmer

Bruk (+)(-) fulgt av ENTER for å velge et av de forhåndsinnstilte programmene. TIME vil nå blinke på skjermen. Juster ønsket treningstid med (+)(-). Trykk ENTER for å lagre og gå videre til neste parameter. Når du har justert alle ønskede parametre, trykk START/STOP for å starte treningsøkten.

MERK: Straks ett av parameterne når null, vil computeren lydindikere og programmet vil avsluttes. Trykk START dersom du ønsker å fortsette videre til neste uferdige parameter.

Watt-program(P10)

Bruk (+)(-) fulgt av ENTER for å velge Watt-programmet. TIME vil nå blinke på skjermen. Juster ønsket treningstid med (+)(-). Trykk ENTER for å lagre og gå videre til neste parameter. Når du har justert alle ønskede parametre, trykk START/STOP for å starte treningsøkten.

MERK: Straks ett av parameterne når null, vil computeren lydindikere og programmet vil avsluttes. Trykk START dersom du ønsker å fortsette videre til neste uferdige parameter. Computeren vil justere motstanden automatisk avhengig av hastighet for å opprettholde et konstant intensitetsnivå. Brukeren kan bruk (+)(-) for å justere watt-verdien under treningsøkten.

KROPPSFETT-PROGRAM(P11)

Innstillinger for kroppsfett-program

Bruk (+)(-) fulgt av ENTER for å velge kroppsfett-programmet.

MALE vil blinke på skjermen. Trykk (+)(-) for å velge kjønn, fulgt av ENTER for å bekrefte.

175 vil nå blinke på skjermen. Trykk (+)(-) for å velge høyde, fulgt av ENTER for å bekrefte.

70 vil nå blinke på skjermen. Trykk (+)(-) for å velge vekt, fulgt av ENTER for å bekrefte.

30 vil nå blinke på skjermen. Trykk (+)(-) for å velge alder, fulgt av ENTER for å bekrefte.

Trykk START/STOP for å starte avmålingen, og hold rundt håndpulssensorene.

Etter ti sekunder vil skjermen vise BODY FAT %, BMR, BMI og BODY TYPE.

Merk:

Press START/STOP to start measurement, please also grasp hand pulse grips.

After 10 seconds the display will show out Body Fat %, BMR, BMI & BODY TYPE.

MERK: Det er seks kroppstyper i henhold til beregnet fettprosent.

Menn, type 1: 7% - 9.9%.

Kvinner, type 1: 14% - 16.9%

Menn, type 2: 10% - 12.9%

Kvinner, type 2: 17% - 19.9%

Menn, type 3: 13% - 16.9%

Kvinner, type 3: 20% - 23.9%

Menn, type 4: 17% - 19.9%

Kvinner, type 4: 24% - 27.9%

Menn, type 5: 20% - 24.9%

Kvinner, type 5: 28% - 29.9%

Menn, type 6: 25% <

Kvinner, type 6: 30% <

Trykk START/STOP KEY for å gå tilbake til hovedmenyen.

Målpuls-program(P12)

Parametre for målpulsprogram

Bruk (+)(-) fulgt av ENTER for å velge TARGET H.R. TIME vil nå blinke på skjermen. Juster ønsket treningstid med (+)(-). Trykk ENTER for å lagre og gå videre til neste parameter. Når du har justert alle ønskede parametre, trykk START/STOP for å starte treningsøkten.

MERK: Dersom den faktiske pulsen er under eller over (± 1) av målpulsen, vil computeren automatisk endre motstanden for å bringe pulsen nærmere målverdien Computeren vil sjekke pulsen med 20 sekunders mellomrom. Straks ett av parameterne når null, vil computeren lydindikere og programmet vil avsluttes. Trykk START dersom du ønsker å fortsette videre til neste uferdige parameter.

Målpuls-Program(P13-P15)

De tre målpulsprogrammene bruker følgende formel for å bestemme målpuls:

P13- 60% MÅLPULS= 60% av (220 – alder)

P14- 75% MÅLPULS = 75% av (220 – alder)

P15- 85% MÅLPULS = 85% av (220 – alder)

Parametre for målpulsprogrammer

Bruk (+)(-) fulgt av ENTER for å velge ONE OF HEART RATE CONTROL PROGRAM. TIME vil nå blinke på skjermen. Juster ønsket treningstid med (+)(-). Trykk ENTER for å lagre og gå videre til neste parameter. Når du har justert alle ønskede parametre, trykk START/STOP for å starte treningsøkten.

MERK: Dersom den faktiske pulsen er under eller over (± 1) av målpulsen, vil computeren automatisk endre motstanden for å bringe pulsen nærmere målverdien Computeren vil sjekke pulsen med 20 sekunders mellomrom. Straks ett av parameterne når null, vil computeren lydindikere og programmet vil avsluttes. Trykk START dersom du ønsker å fortsette videre til neste uferdige parameter.

Brukerprogrammer(P16-P19)

Brukeren kan selv stille inn programmene U1 til U4.

Parametre for brukerprogrammer

Bruk (+)(-) fulgt av ENTER for å velge brukerprogram. TIME vil nå blinke på skjermen. Juster ønsket treningstid med (+)(-). Trykk ENTER for å lagre og gå videre til neste parameter. Når du har justert alle ønskede parametre vil LEVEL 1 blinke. Bruk (+)(-) for å justere motstand, og trykk ENTER for å bekrefte. Gjenta dette med alle de ti nivåene. Trykk deretter START/STOP for å starte treningsøkten.

MERK: Straks ett av parameterne når null, vil computeren lydindikere og programmet vil avsluttes. Trykk START dersom du ønsker å fortsette videre til neste uferdige parameter.

Vedlikehold

Treningssykler trenger vedlikehold som alle andre maskiner.

Vedlikehold av treningssykler innebærer:

1. Rengjør sykkelen
2. Rengjør rommet
3. Inspiser
4. Sete- og fotstropper
5. Justeringsskruer
6. Drivbelte
7. Pedaler og krankarmer

1. Rengjør sykkelen

Start med å rengjøre sykkelen. For hver trening vil du svette, og noe av den svetten kan havne på sykkelen. Svette er mer etsende enn bare vann. Hvis du lar det stå på metall for lenge, kan det forårsake skade, spesielt over tid.

Den beste måten å rengjøre enkelt etter en treningsøkt er å bruke antibakterielle kluter. Ha en boks i nærheten av sykkelen din, og det gjør det mye mer sannsynlig at du faktisk rengjør den enn om du må skaffe deg en bøtte med vann.

Tørk av alle sykkelens overflater. Spesielt de stedene du berører og hvor svetten lander. Hvis du har en sykkel der deler er justerbare, må du rengjøre disse delene, siden de er spesielt utsatt for svette.

Ikke glem de nedre delene på sykkelen. De nedre delene er der svetten har en tendens til å gå på grunn av tyngdekraften. Rengjør spesielt sveisene siden det er det siste stedet du vil få korrosjon. Bruk en bøtte med lunkent vann med mildt vaskemiddel og et fuktig, lofritt håndkle. Tørk av hele maskinen, men vær forsiktig så du ikke bruker for mye vann. Vann kan komme inn i maskinen og forårsake elektriske problemer og korrosjon.

En magnetisk motstandssykkel har flere plastskjermer rundt seg, og det er verdt det å ta dem av omtrent en gang i året og rengjøre lokkene og innsiden av sykkelen.

2. Rengjør området rundt sykkelen

Ikke glem å rengjøre plassen rundt sykkelen. Hvis det er mye støv og smuss i rommet rundt sykkelen, vil dette kunne komme inn i sykkelen. Opphopning av støv kan forårsake mange problemer, spesielt hvis det kommer inn i de bevegelige delene.

Bare støvsuging rundt den vil bidra til å forhindre at mye støv kommer til maskinen.

Vurder også å plassere treningssykkelen på en gummimatte. En gummimatte vil bety at mye mindre støv kommer på sykkelen siden tepper og andre underlag kan inneholde mye støv.

3. Inspiser

Før du gjør noe annet bør du inspisere sykkelen for synlig skade og slitasje.

Kontroller følgende:

- Sete
- Alle regulatorer
- Muttere, bolter og fester
- Fotstropper
- Pedaler
- Svinghjulbevegelse
- Drivreim

4. Sete- og fotstropper

Den første og enkleste kontrollen er sete- og fotstropper. Sjekk for sprekker og slitasje. Å holde dem rene kan forlenge levetiden. Fotstroppene holder føttene nær pedalene for optimal kraftoverføring.

5. Justeringsskruer

De fleste stasjonære sykler har noen justeringer, slik at du kan justere etter eget ønske.

Justeringsskruer og håndtak må sitte godt, men likevel bevege seg. Hvis trekkstiften ikke beveger seg jevnt, trekker du den ut og sprayer litt smøremiddel på tappen. Det burde løse problemet.

Ta også ut alle justeringsskruer og håndtak innimellom, og fjern støv og smuss. Påfør smøremiddel som for eksempel WD-40 eller tilsvarende.

6. Drivbelte

Beltedrift er en gummi rem som forbinder pedalene med svinghjulet. Drivreimen trenger litt vedlikehold, men ikke mye. Rengjør støv og smuss som samler seg over tid. Stram drivreimen ved behov dersom det er justeringsmuligheter, og se til at den ligger riktig på hjulene den går på.

7. Pedaler og krankarmer

Pedaler må festes sikkert og bevege seg fritt.

Det er ikke veldig vanlig at noe går galt med pedalene, men fordi de er en så viktig del av sykkel, er det viktig å vedlikeholde de.

Bare gå på sykkel og kjenn etter at alt føles stramt og glatt. Hvis det oppdages vibrasjoner gjennom pedalene, kan det være nødvendig å stramme dem. For å gjøre dette trenger du en skiftenøkkel.

Tørk av krank armen og pedalgjengene med en klut.

Rengjør pedalen. Prøv å rense innsiden så mye som mulig

Legg en god mengde fett på pedalgjengene. Fettet sprer seg når du setter på pedalen igjen og brukes litt. Sørg for å bruke fett og ikke smøremiddel. Litiumfett er bra for pedaler.

Dersom du har problemer med at pedalen skruer seg løs kan du benytte Loctite på gjengene på pedalene.

For å montere av krankarmer på sykler med delt krank må du benytte en pedalarm avdrager, dette kan kjøpes hos din lokale sykkel forhandler eller ved å kontakte vårt servicesenter.

Del	Anbefalt vedlikehold	Hvor ofte?	Rens	Smøremiddel
Pedaler	Forsikre deg om at pedalene sitter stramt i krankarmene, at alle skruene på pedalene er stramme, og at pedalstroppene ikke er skadet.	Før bruk	Nei	Nei
Ramme	Rens med en myk, ren og fuktig klut.	Etter bruk	Vann	Nei
Computer	Rens med en myk, ren og fuktig klut.	Etter bruk	Nei	Nei
Bolter, muttre etc.	Alle bolter, muttre og skruer inspiseres og etterstrammes ved behov.	Månedlig	Nei	Nei
Drivreim	Inspiser om drivrem er tilstrekkelig stram, sjekk eventuell slitasje og at den ligger i riktig posisjon.	Årlig	Nei	Nei

This exploded view diagram illustrates the assembly of a stationary bike. The main frame (1) is the central component, with the seat (2) and pedals (3) attached to it. The handlebars (4) are connected to the frame via a long tube (5). The rear wheel (6) is mounted on the frame, and the front wheel (7) is attached to the handlebars. The diagram includes numerous numbered parts (1-70) and arrows indicating the assembly direction for each component.

DELELISTE (ENGELSK)

Part No.	Description	Qty.
1	Main frame	1
2	Rear stabilizer	1
3	Front stabilizer	1
4	End cap for stabilizer	4
5	Cover for seat post	1
6	Allen screw M8*55	4
7	Curved washer $\Phi 8 \times 20$	8
8	Spring washer $\Phi 8$	4
9	Left pedal	1
10	Right pedal	1
11	Quick release knob	1
12	Washer $\Phi 17 \times \Phi 8$	2
13	Grommet	1
14	Nylon nut M8	4
15	Seat post	1
16	Seat	1
17	Allen screw M8*16	4
18	Computer	1
19	Handlebar	1
20	Bottle holder	1
21	Motor wire	1
22	Front post	1
23	Lower computer wire	1
24	Upper computer wire	1
25	Clamp	1
26	Allen screw M8*20	2
27	Cover for clamp	1
28	T-type knob	1
29	Screw M5*12	4
30	Sliding tube	1
31	Decoration cap for seat tube	1
32	End cap	1
33	U type adjust knob	1
34	Club knob	1
35	End cap for handlebar $\Phi 25, 4$	2
36	Foam for handlebar	2
37	Hand pulse sensor	2
38	Washer	2
39	Screw	2
40	Seat post bushing	1
41	Transportation wheels	2

42	Bearing 608	4
43	Hand pulse wire	2
44	Axle for flywheel	1
45	C-clip	2
46	Bearing 6001	2
47	End cap for crank	2
48	Decorating ring for seat post	1
49	Allen screw M8*40	2
50	Leveling pad	4
51	Flange nut	4
52	Allen screw M8*105	1
53	Axle for pulley	1
54	Bearing 6203	2
55	Belt pulley	1
56	Flywheel	1
57	Idler wheel assembly	1
58	Belt	1
59	Magnet assembly	1
60	Bushing	2
61	Adjusting bolt M8*45	1
62	Hex head nut M8	1
63	Spring for idler wheel	1
64	Powder spacer	1
65	Spring for Magnetic	1
66	Hex head bolt M6*25	1
67	Hex head nut M6	2
68	Sensor bracket	1
69	Decorating ring for front post	1
70	Self-tapping screw	17
71	Self-tapping screw ST5*15	13
72	Chain cover R	1
73	Chain cover L	1
74 L/R	Front Chain cover L/R	1/1
75	C-clip	2
76	Nylon nut M6	4
77	Allen screw M6*15	4
78	Motor	1
79 L/R	Crank L/R	1/1
80	Sensor wire	1
81	Power wire	1

VIKTIG VEDRØRENDE SERVICE

Om det skulle oppstå problemer av noe slag, ber vi deg om å kontakte Mylna Service. Vi vil gjerne at du kontakter oss før du kontakter butikken slik at vi kan tilby deg best mulig hjelp.

Besøk vår hjemmeside www.mylhasport.no – her vil du finne informasjon om produktene, brukermanualer, ett kontaktskjema for å komme i kontakt med oss og mulighet for å bestille reservedeler. Ved å fylle ut kontaktskjema gir du oss den informasjonen vi trenger for å kunne hjelpe deg så effektivt som mulig.