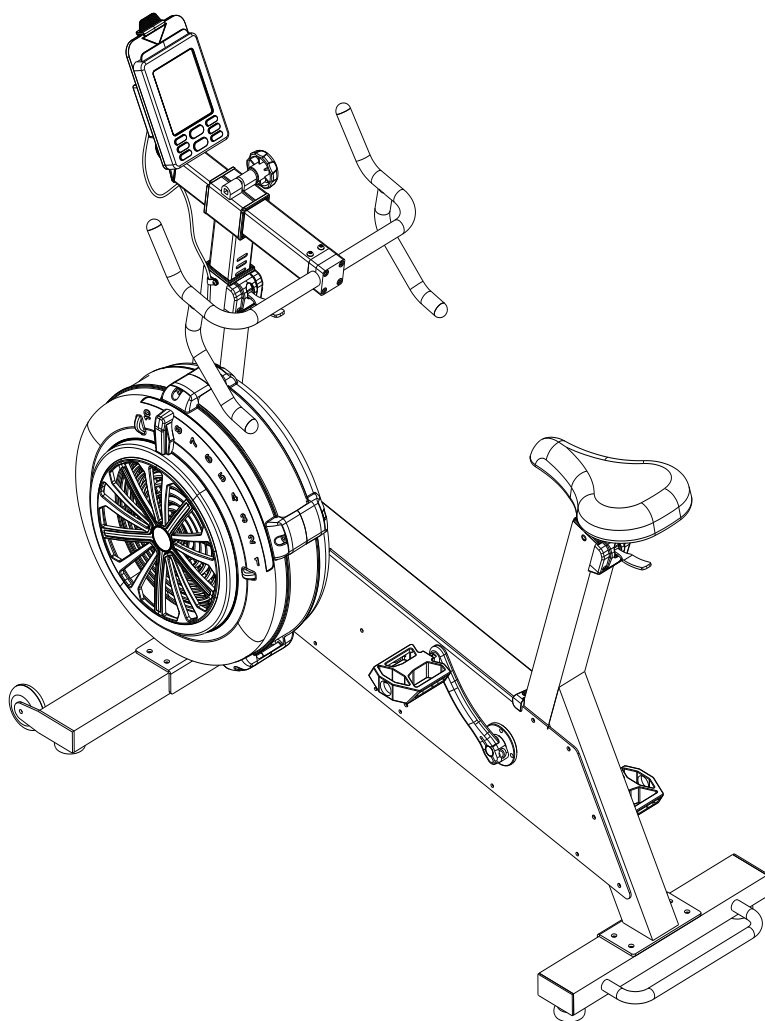


MASTER

FAN BIKE XB615 BRUKSANVISNING



**GENERALAGENT: VARTEX AB
BATTERIVÄGEN 14 432 34 VARBERG SVERIGE**

info@masterfitness.se

INNEHÅLL

Säkerhetsinstruktioner	1
Innan du börjar	2
Produktens delar	3
Monteringsanvisningar	5
Datorinstruktioner	10
Användningsinstruktioner	17
Underhåll	18

Sprängskiss	20
Komponentförteckning	21

SÄKERHETSINSTRUKTIONER

1. För att minska risken för allvarliga skador bör du läsa igenom följande säkerhetsinstruktioner innan du använder **FAN BIKE**.
2. Spara denna bruksanvisning och se till att andra användare läser igenom den innan de använder **FAN BIKE** första gången.
3. Läs alla varningar och försiktighetsanvisningar på **FAN BIKE**.
4. **FAN BIKE** bör endast användas efter noggrann genomgång av bruksanvisningen. Kontrollera att cykeln är korrekt monterad och att alla skruvar är åtdragna före användning.
5. Vi rekommenderar att monteringen av den här produkten utförs av två personer.
6. Håll barn borta från **FAN BIKE**. Låt inte barn använda eller leka på **FAN BIKE**. Se till att inga barn eller husdjur uppehåller sig i närheten av **FAN BIKE** när den används.
7. Vi rekommenderar att du placerar det här träningsredskapet på en redskapsmatta.
8. Placera och använd **FAN BIKE** på ett jämnt och stadigt underlag. Ställ inte **FAN BIKE** på lösa mattor eller ojämna underlag.
9. Se till att det finns tillräckligt med utrymme runt **FAN BIKE**.
10. Kontrollera **FAN BIKE** före användning avseende slitna eller lösa delar, och dra åt eller byt eventuella slitna eller lösa delar före användning.
11. Rådgör med en läkare innan du påbörjar ett träningsprogram och följ hens rekommendationer när du utformar ditt träningsprogram. Om du känner dig svimfärdig eller yr eller får ont under träningen ska du avbryta träningen och rådgöra med din läkare. Om varningar eller anvisningar inte följs kan det leda till allvarliga skador eller dödsfall.
12. Välj alltid det träningspass som passar bäst för din fysiska kapacitet och rörlighet. Ta reda på var dina gränser går och överskrid dem inte. Använd alltid sunt förnuft när du tränar.
13. Bär inte löst sittande kläder när du använder **FAN BIKE**.
14. Träna aldrig barfota eller i strumplåsten, utan använd lämpliga skor, t.ex. löpar-, promenad- eller crosstraining-skor som sitter bra, ger stöd åt foten och har halkfria gummisulor.
15. Se till att du håller balansen när du använder, monterar eller demonterar **FAN BIKE**. Om du tappar balansen kan du ramla och skada dig.
16. Använd inte SITTDYNAN (67) för att flytta **FAN BIKE**. SITTDYNAN (67) kommer att röra sig och SADELJUSTERINGSTOLPEN (6) kan klämma handen eller fingrarna. Se till att alla barn håller sig undan och håll händerna borta från alla ställen där de kan komma i kläm när du monterar eller tar isär maskinen.
17. **FAN BIKE** får inte användas av personer som väger mer än 160 kg.
18. **FAN BIKE** får endast användas av en person åt gången.

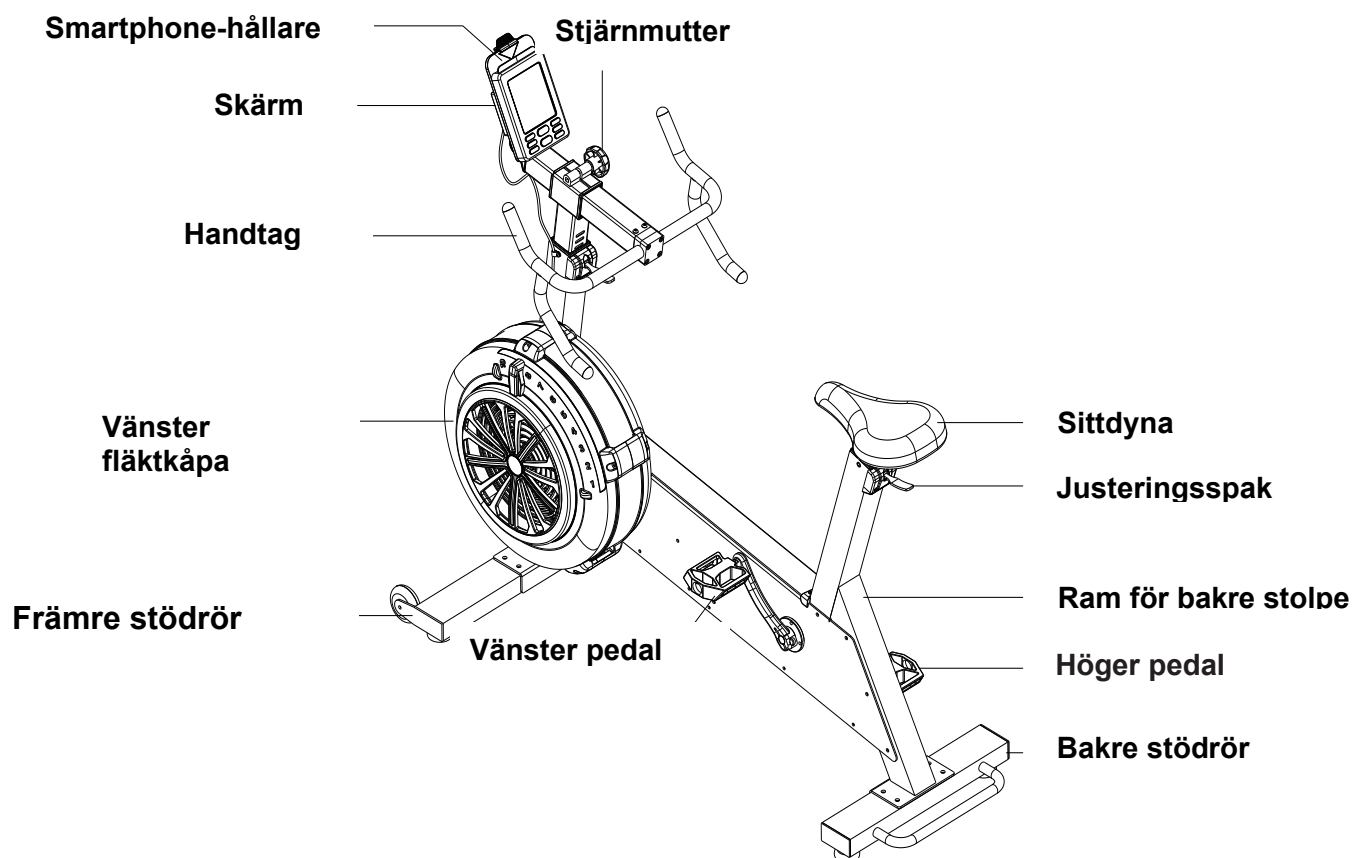
INNAN DU BÖRJAR

Tack för att du valt vår **FAN BIKE**. Vi är mycket stolta över att tillverka denna kvalitetsprodukt och hoppas att den kommer att ge dig många timmars träning av hög kvalitet som får dig att må bättre, se bättre ut och njuta av livet till fullo.

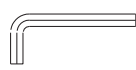
Det är ett bevisat faktum att regelbunden träning kan förbättra din fysiska och psykiska hälsa. Alltför ofta innebär vår hektiska livsstil att tiden och möjligheterna att träna begränsas. Med denna **FAN BIKE** kan du på ett enkelt och smidigt sätt påbörja din resa mot att komma i form och skapa en bättre och mer hälsosam livsstil.

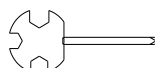
Innan du läser vidare bör du titta på skissen nedan och bekanta dig med de namngivna delarna.

Läs denna bruksanvisning noggrant innan du använder **FAN BIKE**.



FÖLJANDE VERKTYG MEDFÖLJER FÖR MONTERING:

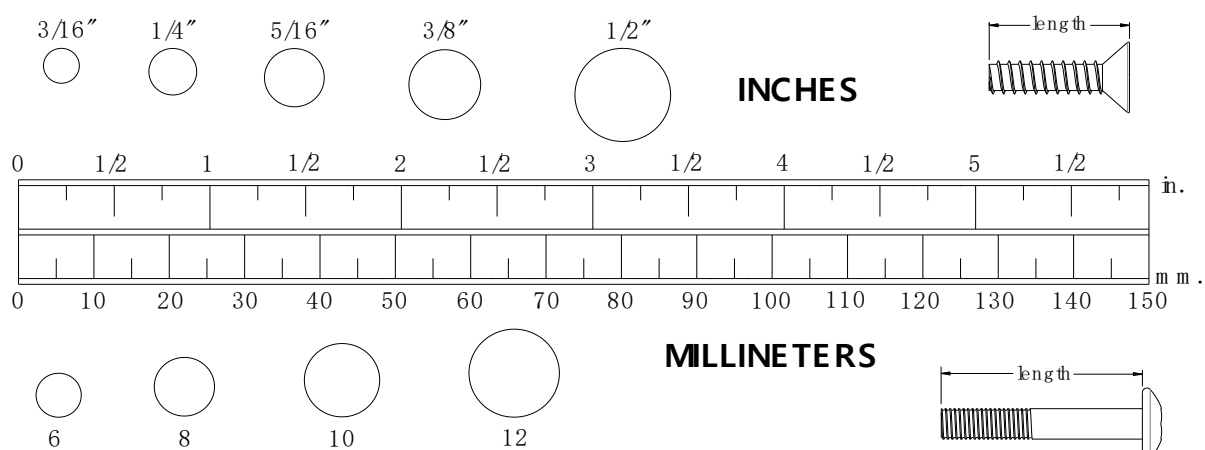
 Insexnyckel 4 mm
Insexnyckel 6 mm

 Nyckel

PRODUKTENS DELAR

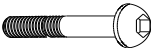
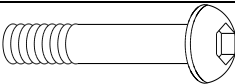
Den här ritningen hjälper dig att identifiera de fästelement som används under monteringen. Placera brickorna eller bultarnas eller skruvarnas ändar på cirklarna för att kontrollera att de har rätt diameter. Använd den lilla skalan för att kontrollera bultarnas och skruvarnas längd.

OBS!Längden på alla bultar och skruvar, utom de med platt huvud, mäts från huvudets undersida till bultens eller skruvens ände. Bultar och skruvar med platt huvud mäts från toppen av huvudet till bultens eller skruvens ände.



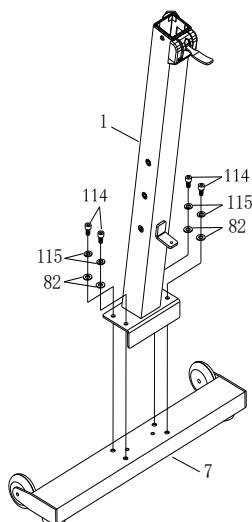
PRODUKTENS DELAR

När du har packat upp maskinen öppnar du påsen med monteringsmaterial och kontrollerar att samtliga fästelement nedan finns med. Vissa fästelement kan redan vara fastsatta på delarna.

Ritningar	Komponentnr	Komponentbeskrivning	ANTAL
	84	Skrub med runt huvud, M6x12 mm	9
	102	Skrub med runt huvud, M6x70 mm	3
	114	Insexskrub, M8x15 mm	8
	115	Fjäderbricka, M8	8
	82	Plan bricka, M8	9
	92	Självgängande krysspårskrub med rundat huvud, ST4,2x6mm	1
	93	Kabelstift	2
	96	Självgängande krysspårskrub med rundat huvud, ST4,2x16mm	4
	81	Skrub med runt huvud, M8x75mm	1
	83	Plastmutter, M8	1
	162	Insexskrub, M8x12 mm	1
	163	Fjäderbricka, M8	1
	164	Insexskrub, M5x8 mm	1

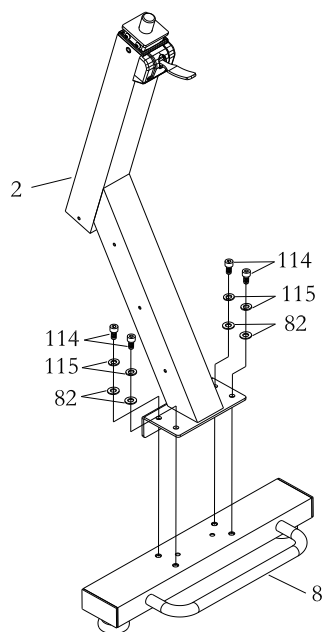
STEG 1

Dra åt den **främre stolpramen (1)** på det **främre stödröret (7)** med hjälp av: **M8x15 mm insexskruv (114)**, **M8 fjäderbricka (115)**, och **M8 plan bricka (82)**.



STEG2

Dra åt den **bakre stolpramen (2)** på det **bakre stödröret (8)** med hjälp av: **M8x15 mm insexskruv (114)**, **M8 fjäderbricka (115)**, och **M8 plan bricka (82)**.

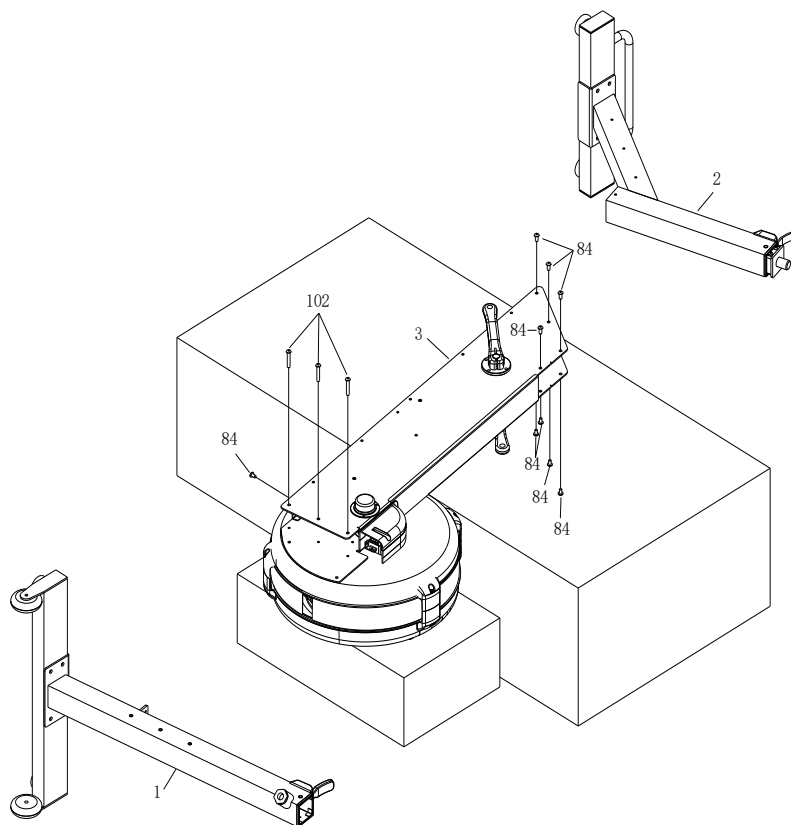


STEG3

Ta ut den **lilla och stora kartongen** ur kartongförpackningen och placera **huvudramen (3)** enligt bilden. **Vänster flätkåpa (50)** ska placeras i spåret på **den lilla kartongen**, och den andra änden av **huvudramen (3)** ska placeras på den **stora kartongen**.

Dra åt den **främre stolpramen (1)** på **huvudramen (3)** med hjälp av: 3 st **M6x70 mm skruv med runt huvud (102)** och 1 st **M6x12 mm skruv med runt huvud (84)**.

Fortsätt sedan att dra åt den **bakre stolpramen (2)** på **huvudramen (3)** med hjälp av: 8 st **M6x12 mm skruv med runt huvud (84)**.



STEG

4

Tryck in **skärmkabeln (16)** i **kabelstiftet (93)**, och dra sedan fast den på den **främre stolpramen (1)**, med hjälp av 1 st **självgående krysspårskruv med rundat huvud ST4.2x6 mm (92)**.

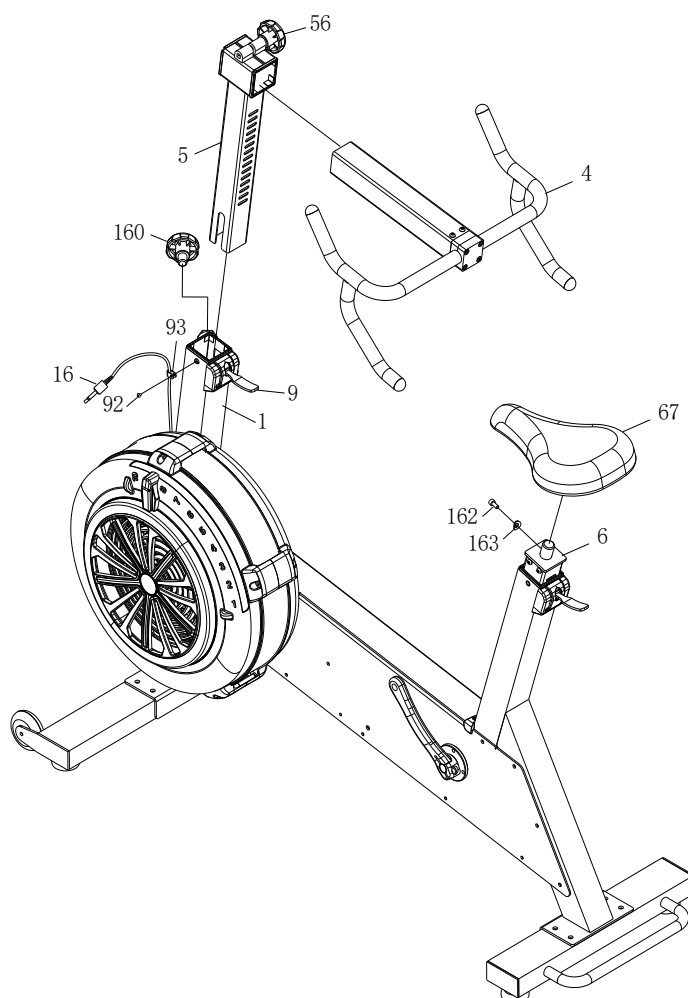
STEG

5

För in **styrets justeringsstolpe (5)** i den **främre stolpramen (1)** samtidigt som du trycker in och håller kvar **justeringsspaken (9)**. Montera **ratten för den främre stolpramen (160)** på den **främre stolpramen (1)** och dra åt.

Lossa **stjärnmuttern (56)** något och för in **styret (4)** i **styrets justeringsstolpe (5)**, och dra sedan åt **stjärnmuttern (56)**.

Montera **sittdynan (67)** på **sadeljusteringsstolpen (6)** med hjälp av: 1 st **M8x12 mm insexskruv (162)** och **M8 fjäderbricka (163)**.



STEG

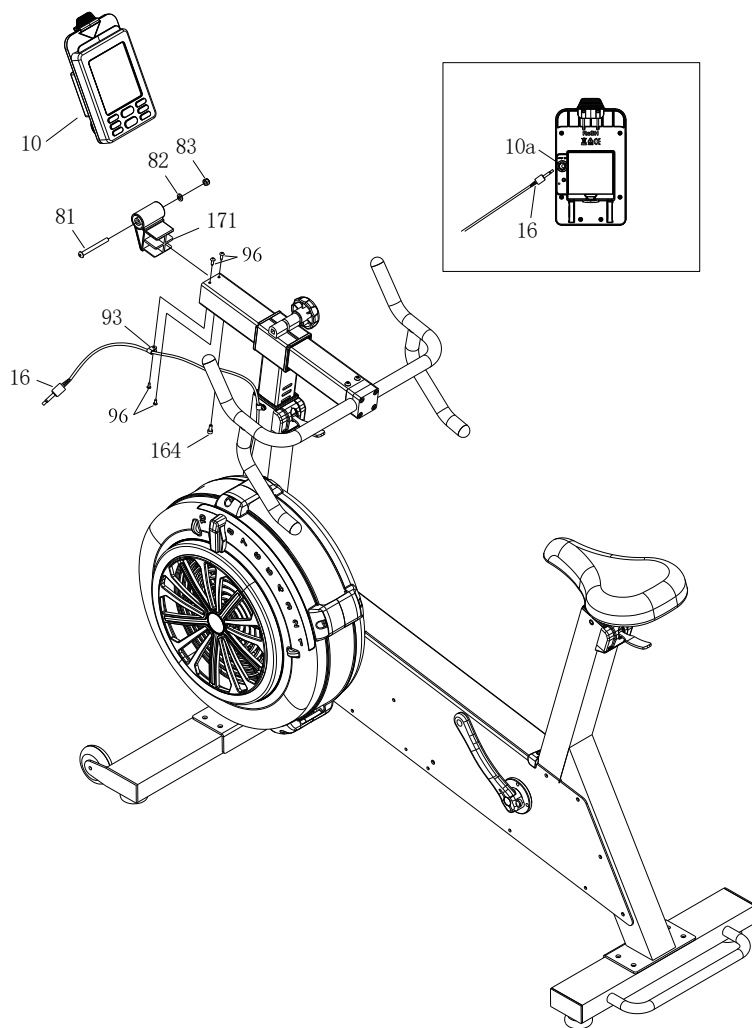
6

Fäst **skärmhållaren (171)** på **styret (4)**, och dra åt **skärmhållaren (171)** och skärmkabeln (**16**) på **styret (4)** tillsammans med: 1 st **kabelstift (93)** och 4 st **ST4.2x16 mm självgående krysspårskruv med rundat huvud (96)**.

Fäst **skärmen (10)** på **skärmhållaren (171)** med hjälp av: 1 st **M8x75 mm skruv med runt huvud (81)**, **M8 plan bricka (82)**, och **M8 nylonmutter (83)**.

Dra sedan åt 1 st **M5x8 mm insexskruv (164)** på **styret (4)**.

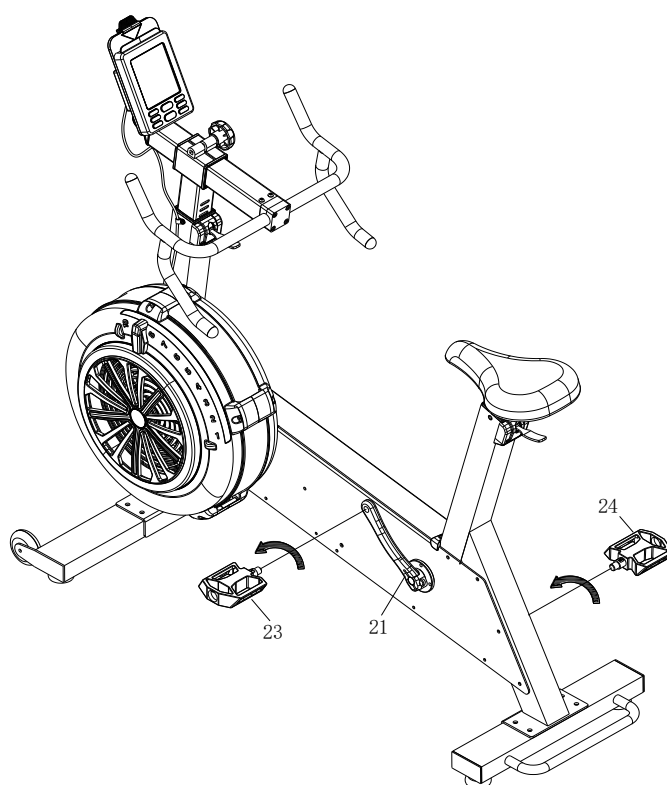
Anslut slutligen **skärmkabeln (16)** till **skärmen (10a)** enligt bilden.



STEG

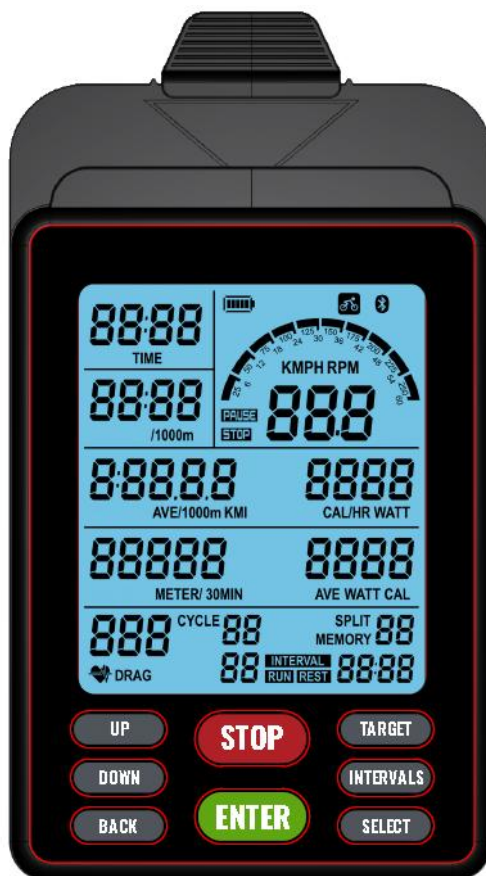
7

Dra åt **vänster pedal (23)** till **vänster vev (21)**, och fäst **höger pedal (24)** på **höger vev (22)**.



DATORINSTRUKTIONER

FAN BIKE använder sig av ett fläktsystem för att skapa motstånd under träningen. Vi rekommenderar att du använder datorskärmen för att variera din träning från pass till pass och följa framstegen mot dina träningsmål. Om du regelbundet använder datorskärmen på det här sättet kan den bli en viktig motivationskälla som hjälper dig att nå kontinuitet och följa planen.



I. FÖRSTA KONFIGURERING

START:

- Börja trampa för att gå in i snabbstartsprogrammet.
- Tryck på valfri knapp för att gå till viloläge (IDLE).

AVSTÄNGNING:

- I viloläget stängs datorn automatiskt av efter 1 minuts inaktivitet.
- I alla andra program stängs den av automatiskt efter 2 minuters inaktivitet.

INSTALLATION AV BATTERIER:

- Konsolen drivs med 2 batterier av storlek D. Batterifacket sitter på konsolens baksida. Batterierna ingår i leveransen.
- Om batterierna inte är installerade kan konsolen fortfarande användas i snabbstartsläge.

II. FUNKTIONSKNAPPAR

(UP-KNAPPEN):

- I nedräkningsprogram, tryck för att öka förinställda värden. Håll in i 2 sekunder för att justera snabbare.

(DOWN-KNAPPEN):

- I nedräkningsprogram, tryck för att minska förinställda värden. Håll in i 2 sekunder för att justera snabbare.

BACK-KNAPPEN:

- Återgår till föregående program eller steg.
- Vid slutet av ett program växlar den till viloläge (IDLE).

STOP-KNAPPEN:

- Första gången du trycker på den här knappen under ett träningspass tänds bakgrundsbelysningen om den är avstängd. Om du trycker en gång till avbryts träningspasset. Registreringen av alla värden avbryts. Om du trycker på knappen en tredje gång visas sidan SUMMARY, där du kan se dina träningsresultat.
- Håll in i 3 sekunder för att starta om konsolen.

ENTER-KNAPPEN:

- Bekräftar val och går vidare till nästa steg i inställningarna.

TARGET-KNAPPEN:

- Cyklar genom nedräkningsprogrammen: Sträcka, kalorier och tid.

INTERVALS-KNAPPEN:

- Cyklar genom intervallprogram: Sträcka, kalorier och tid.

SELECT-KNAPPEN:

- I alla program kan du trycka på den här knappen för att ändra vilka värden som visas på skärmen. Tryck en gång för att visa de olika värdena. Tryck en gång till för att ändra värdena var 5:e sekund. Två pip ljud avges andra gången du trycker på knappen.

III. KONSOLSKÄRMEN

RPM (varvtal):

- Visar aktuellt antal varv per minut under träningspasset.

TIME (tid):

- Visningsområde: 00:00–99:59 (minuter: sekunder). Siffrorna startar från 00:00 igen om maxtiden nås.

TIME/1000M:

- Visar den beräknade tiden för att nå 1 000 meter. Visningsområde: 00:00–99:59.

DATORINSTRUKTIONER

GENOMSNITTLIG TID/1000M & M:

- Visar den beräknade genomsnittliga tiden för att nå 1 000 meter. Visningsområde: 00:00–99:59.
- M visar den totala sträcka du har stakat under träningspasset. Visningsområde: 0–99 999.

CAL/HR & WATT (kalorier/puls & watt):

- CAL/HR visar den beräknade kaloriförbränningen under en timme. Visningsområde: 0–9 999.
- WATT visar aktuell effekt (i watt) under träningspasset. Visningsområde: 0–9 999.

METER/30MIN:

- METER/30MIN visar det beräknade avståndet efter 30 minuters träning baserat på den aktuella hastigheten. Visningsområde: 0–99 999.

AVE WATT & CAL (genomsnittlig effekt och kaloriförbränning):

- AVE WATT visar den genomsnittliga effekten (i watt) under träningspasset. Visningsområde: 0–9 999.
- CAL visar den totala kaloriförbränningen under träningspasset. Visningsområde: 0–9 999.

♥ PULSE & DRAG (puls & motstånd)

- Visar pulsen från 40 till 220 slag per minut under träningspasset. För att kunna använda den här funktionen måste du bära ett pulsband med en frekvens på 5,3K Hz.
- Visar drag-faktorn. När ingen hjärtfrekvens registreras visas endast detta värde.

CYKEL

- Visas endast i intervallprogrammen. Den visar vilken intervallcykel du befinner dig på.

INTERVAL (intervall)

- Visas endast i intervallprogrammen. Den ackumulerar det totala antalet tränings- och vilocykler och stannar automatiskt efter att de förinställda cyklerna har slutförts.

RUN & REST (träning & vila):

- RUN och REST visas endast i intervallprogrammen.
- I programmet Time Interval (tidsbaserade intervaller) visar RUN den återstående träningstiden. Visningsområde: 00:20–99:00.
- I programmen Distance Interval (intervaller baserade på sträcka) och Calorie Interval (intervaller baserade på kaloriförbränning) visar RUN den ackumulerade träningstiden. Visningsområde: 0:20–99:59.
- REST visar den återstående vilotiden i intervallprogrammen. Visningsområde: 00:01–99:59.

SPLIT & MEMORY & LEVEL (split och minne och nivå):

- MEMORY visar träningshistoriken. Tryck på SELECT-knappen när du inte tränar för att komma in.
- SPLIT visas inte under träningspasset, utan bara i sammanfattningen och minnesprogrammet.
- SPLIT XX anger vilket rörelsesegment. Visningsområde: 0–99.
- LEVEL visar den aktuella motståndsnivån under träningen. Visningsområde: 1~10.

IV. PROGRAM

Skärmkonsolen har åtta program: QUICK START (snabbstart), DISTANCE (nedräkning av sträcka) TIME (nedräkning av tid), CALORIES (nedräkning av kaloriförbränning),

DATORINSTRUKTIONER

INTERVALLPROGRAM baserade på tid, sträcka och kaloriförbränning samt MEMORY-läge (minne).

Tryck på **INTERVAL**-knappen för att gå till intervallprogrammen. Tryck flera gånger för att bläddra igenom programmen för sträcka, kaloriförbränning och tid.

Tryck på **TARGET**-knappen (mål) för att gå till nedräkningsprogrammen. Tryck flera gånger för att bläddra igenom programmen för nedräkning av sträcka, kaloriförbränning och tid.

För snabbstartsprogrammet och alla andra program trycker du på **DISPLAY**-knappen för att välja vilka data som ska visas i samma fönster. Du kan också låta den växla var 5:e sekund.

Tryck på **STOP**-knappen en gång för att avbryta registreringen. Kalori- och watt-värdena visas då som 0.

Om du trycker på **STOP**-knappen en gång till visas en sammanfattning av ditt träningspass.

Tryck på knappen **STOP**-knappen igen i sammanfattningen för att spara träningspasset i minnet och återgå till viloläget.

Obs! Träningspass i snabbstartsläget sparas inte i minnet.

SNABBSTARTSPROGRAMMET

- För att snabbstarta programmet, börja trampa. Alla funktionsvärden börjar räknas upp på skärmkonsolen. Du kan starta snabbstartsläget från både avstängt läge (OFF) och viloläget (IDLE) genom att bara börja ro.
- I snabbstartsläget visas en sammanfattning av träningspasset när du trycker på STOP-knappen, men den sparas inte i minnet.

DISTANCE-PROGRAMMET (nedräkning av sträcka)

- I det här programmet räknas sträckan ner från det förinställda värdet.
- Inställningsområde för träningsvärde: 100–99 900 m. Standardinställningen är 500 m.
- Programmet startar när användaren börjar trampa. När programmet har avslutats visas en träningssammanfattning på skärmen. Tryck på **STOP**-knappen om du vill spara den i minnet och återgå till viloläget.

TIME-PROGRAMMET (nedräkning av tid)

- I det här programmet räknas tiden ner från det förinställda värdet.
- Inställningsområde för träningsvärde: 01:00–99:00. Standardinställningen är 20:00.
- Programmet startar när användaren börjar trampa. När programmet har avslutats visas en träningssammanfattning på skärmen. Tryck på **STOP**-knappen om du vill spara den i minnet och återgå till viloläget.

CALORIES-PROGRAMMET (nedräkning av kaloriförbränning)

- I det här programmet räknas kaloriförbränningen ner från det förinställda värdet.

- Inställningsområde för träningsvärde: 10–9 990 kalorier. Standardinställningen är 20 kalorier.
- Programmet startar när användaren börjar trampa. När programmet har avslutats visas en träningssammanfattning på skärmen. Tryck på **STOP**-knappen om du vill spara den i minnet och återgå till viloläget.

DATORINSTRUKTIONER

TIME INTERVAL-PROGRAMMET (tidsbaserade intervaller)

- När du väljer programmet "**TIME INTERVAL**" börjar tidsinställningen att blinka.
- Ställ först in önskad träningstid för varje intervall. När det är klart trycker du på **ENTER**-knappen för att ställa in vilotiden mellan varje intervall. Tryck på **ENTER** en gång till för att ställa in antal repetitioner.
- När du är klar med alla inställningar trycker du på **ENTER** för att starta träningspasset.
- Inställningsområde för träningstid: 00:20–99:00. Standardinställningen är 30 sekunder.
- Inställningsområde för vilotid: 00:10–30:00. Standardinställningen är 30 sekunder.
- Inställningsområde för antal repetitioner: 1–99. Standardinställningen är 1.

DISTANCE INTERVAL-PROGRAMMET (intervaller baserade på sträcka)

- När du väljer programmet "**DISTANCE INTERVAL**" börjar M blinka.
- Ställ först in antal meter för varje intervall. När det är klart trycker du på **ENTER**-knappen för att ställa in vilotiden mellan varje intervall. Tryck på **ENTER** en gång till för att ställa in antal repetitioner.
- När du är klar med alla inställningar trycker du på **ENTER** för att starta träningspasset.
- Inställningsområde för träningsvärde: 100–50 000. Standardinställningen är 500 m.
- Inställningsområde för vilotid: 00:10–30:00. Standardinställningen är 30 sekunder.
- Inställningsområde för antal repetitioner: 1–99. Standardinställningen är 1.

CALORIES INTERVAL-PROGRAMMET (intervaller baserade på kaloriförbränning)

- När du väljer programmet "**CALORIES INTERVAL**" börjar CAL (kaloriinställning) blinka.
- Ställ först in önskad kaloriförbränning för varje intervall. När det är klart trycker du på **ENTER**-knappen för att ställa in vilotiden mellan varje intervall. Tryck på **ENTER** en gång till för att ställa in antal repetitioner.
- När du är klar med alla inställningar trycker du på **ENTER** för att starta träningspasset.
- Inställningsområde för träningsvärde: 10–9 990. Standardinställningen är 20.
- Inställningsområde för vilotid: 00:10–30:00. Standardinställningen är 30.
- Inställningsområde för antal repetitioner: 1–99. Standardinställningen är 1.

MEMORY (minnet)

- Tryck på **SELECT**-knappen i viloläget för att gå till minnet ("MEMORY"). Tryck på **ENTER** för att bekräfta.
- Tryck på upp- och nedknapparna för att visa de olika sammanfattningarna i historiken. Maxantalet är 99.
- Datorns minne kan spara högst 99 datauppsättningar eller 99 datasplits.
- Ju lägre siffra i minnet, desto nyare är träningspasset.
- Du kan trycka på **SELECT**-knappen för att växla mellan olika visningslägen.
- På nästa sida ser du hur datorn bestämmer sig för att dela upp data i

DATORINSTRUKTIONER

Tidsläget (nedräkning)

Regel	Splitstorlek
10 timmar > TID > 5 timmar	30 min
5 timmar >= TID > 200 min	15 min
200 min >= TID > 100 min	10 min
100 min >= TID > 60 min	5 min
60 min >= TID > 20 min	3 min
20 min >= TID > 5 min	1 min
5 min >= TID > 1 min	30 s
1 min >= TID	20 s

Kaloriläget (nedräkning)

Regel	Splitstorlek
5 000 >= Kalorier > 4 000	250 kcal
4 000 >= Kalorier > 3 000	200 kcal
3 000 >= Kalorier > 2 000	150 kcal
2 000 >= Kalorier > 1 000	100 kcal
1 000 >= Kalorier > 500	50 kcal
500 >= Kalorier > 100	20 kcal
100 >= Kalorier	10 kcal

Intervallprogramlägen

Regel	Splitstorlek
1 repetition = 1 split	Upp till 35

Sträcka (läge för nedräkning av sträcka)

Regel	Splitstorlek
500 >= Sträcka > 250	20 kilometer
250 >= Sträcka > 100	10 km
100 >= Sträcka > 50	5 km
50 >= Sträcka > 20	2 km
20 >= Sträcka	1 km

Obs! Om du anger ett träningsvärde som inte är en multipel av splitdata visas inte den sista spliten när du tittar på dina splits. Den räknas dock med i split "00", som gäller träningspasset som helhet.

Exempel: Om du ställer in sträckan till 1 200 m och genomför träningspasset anger split "00" det totala genomsnittet för 1 200 m, men när du tittar på splitarna visas bara 2 st 500 m-splitar och inte en 3:e split på 200 m. Det blir samma sak om du avbryter träningen halvvägs in i passet.

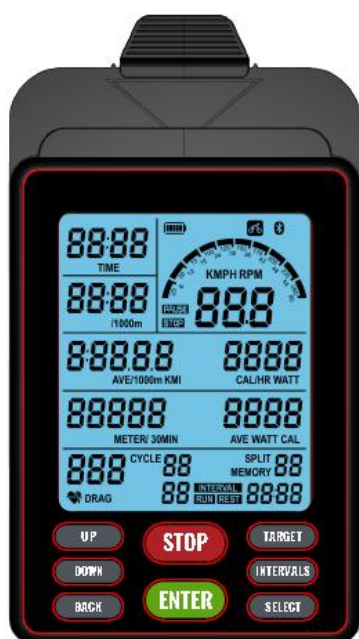
V. BLUETOOTH-ANSLUTNING

✱ FTMS-PROTOKOLL

Se till att konsolen är aktiverad så att du kan ansluta din smartphone eller surfplatta via Bluetooth.

*Bluetooth-ikonen visas högst upp på skärmen när den är ansluten till en app.

TILLGÄNGLIGA APPAR



Kinomap



D-Fit



Zwift

*Gå till inställningarna på din enhet och ge apparna tillstånd att använda Bluetooth-anslutning.

SKANNA FÖR ATT LADDA NER



ANDROID

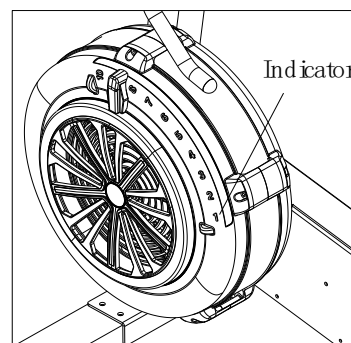


iOS

ANVÄNDNINGSSINSTRUKTIONER

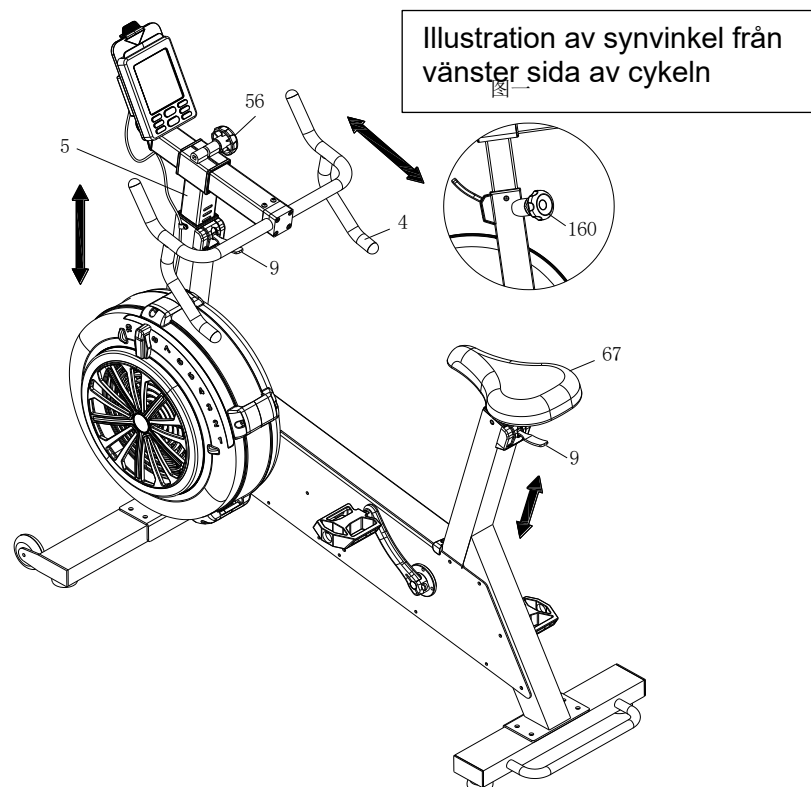
I. JUSTERING AV MOTSTÅND

Det finns ett **spjäll (49)** inbyggt i vänster **flätkåpa (50)**. Justera motståndet genom att flytta indikatorn på **spjället (49)** så att den pekar på siffrorna på den **vänstra flätkåpan (50)**. Motståndet kan ställas in på mellan 1 och 10. Inställning 1 motsvarar det lägsta motståndet. Inställning 10 motsvarar det högsta motståndet.



II. HANDTAGETS OCH SADELNS POSITION

- Justera höjden för **sittdyna (67)** genom att trycka ned **justeringsspaken (9)** när benen är för nära eller för långt från pedalerna.
- Justera höjden för **styret (4)** genom att lossa **ratten för den främre stolpen (160)** och sedan trycka ned **justeringsspaken (9)** för att justera höjden på **styrets justeringsstolpe (5)** när armarna är för nära eller för långt från styret. Kom ihåg att dra åt **ratten för den främre stolpen (160)** efter justeringen.
- Justera **styret (4)** framåt eller bakåt genom att lossa **stjärnmuttern (56)** något när kroppen är för nära eller för långt från styrstången. Kom ihåg att dra åt **stjärnmuttern (56)** efter justeringen.



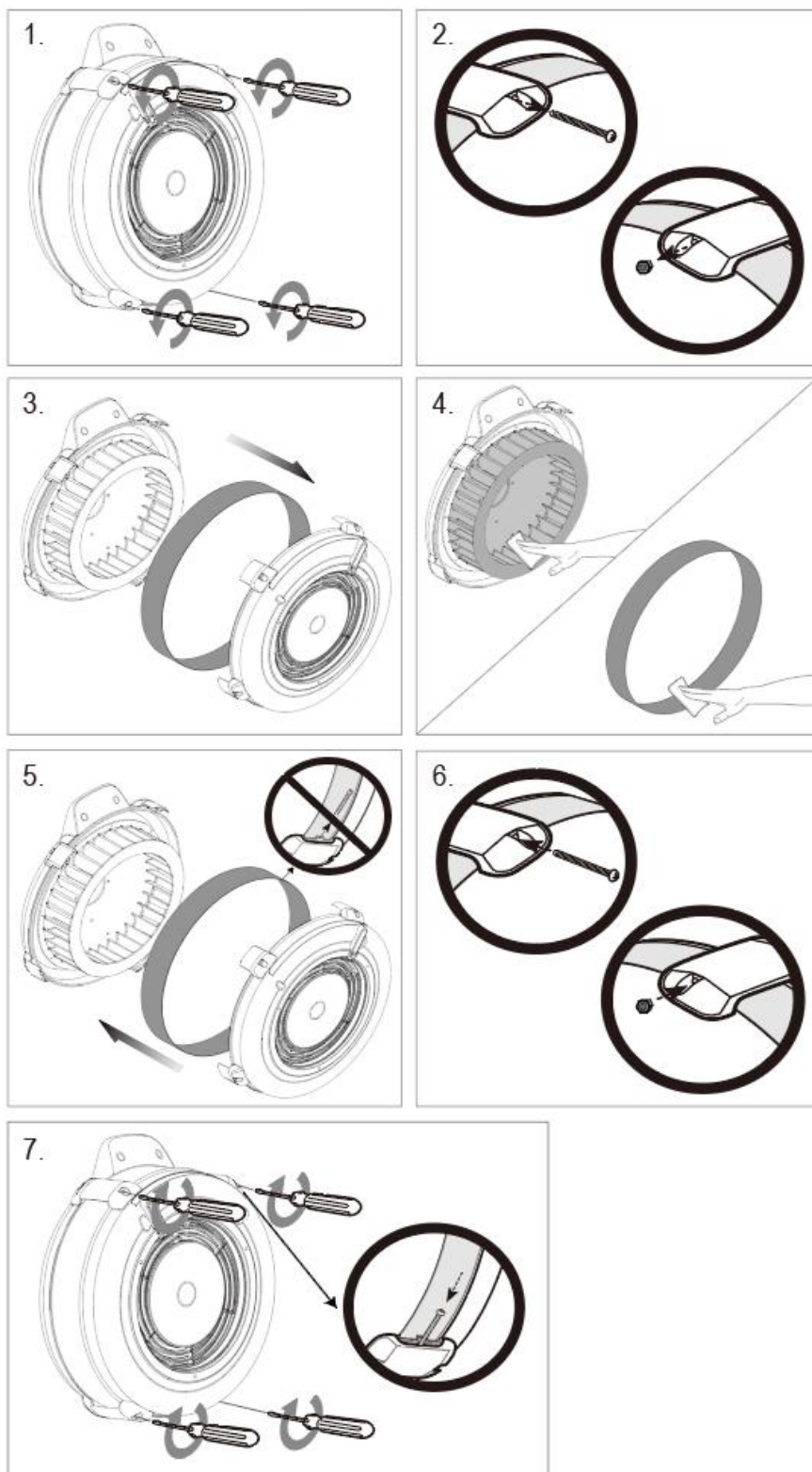
UNDERHÅLL

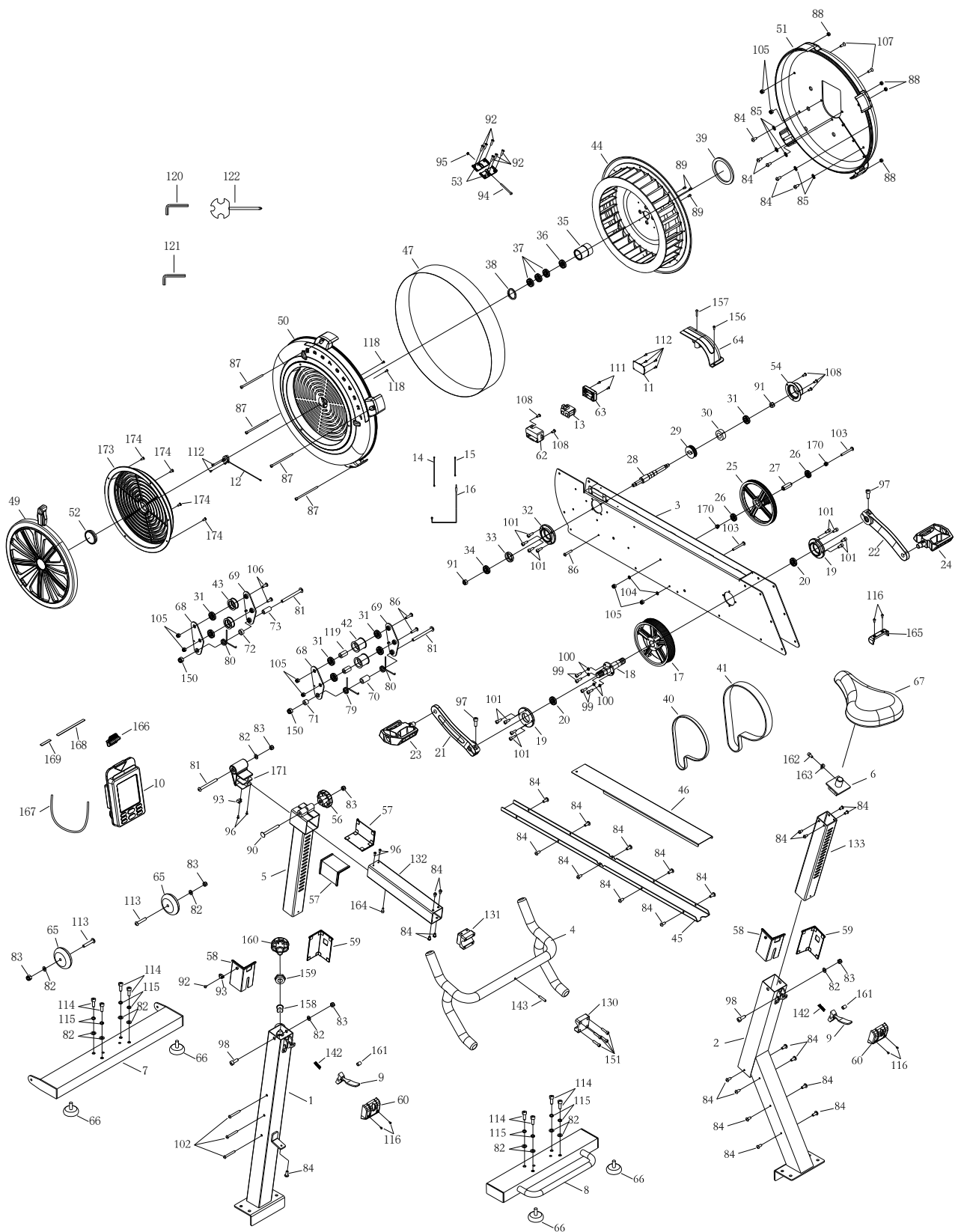
För att den inbyggda säkerheten och fullständigheten hos **FAN BIKE** ska kunna upprätthållas måste den regelbundet kontrolleras avseende skador och slitage. Kontrollera särskilt följande:

1. Trampa på **vänster och höger pedaler (23 och 24)** och kontrollera att magnetsystemet ger spänning.
2. Rengör mellanrummen i **styrets inställningsstolpe (5)** och **sadelns inställningsstolpe (6)** med en absorberande trasa.
3. Kontrollera att alla muttrar och skruvar sitter som de ska och är ordentligt åtdragna. Ersätt eventuella muttrar och skruvar som saknas. Dra åt lösa muttrar och skruvar.
4. Användaren/ägaren ansvarar för att det regelbundna underhållet utförs.
5. Slitna eller skadade komponenter ska omedelbart bytas, eller så ska **FAN BIKE** tas ur bruk tills den har reparerats.
6. För underhåll/reparationer av denna **FAN BIKE** får endast medföljande komponenter användas.
7. Håll **FAN BIKE** ren genom att torka av den med en absorberande trasa efter användning.

VAR 250:e användningstimme (varje månad vid kommersiell användning)**Rengör svänghjulet**

Med tiden kan damm och ludd samlas inuti svänghjulet och på det rostfria nätet. Detta begränsar luftflödet och minskar motståndet i fläkten. Det är viktigt att alltid hålla svänghjul och nät rena. Svänghjul och nät kan rengöras genom att följa instruktionerna nedan.





PART#	DESCRIPTION	QTY
1	Front Post Frame	1
2	Rear Post Frame	1
3	Main Frame	1
4	Handlebar	1
5	Handlebar Adjustment Post	1
6	Seat Adjustment Post	1
7	Front Stabilizer Tube	1
8	Rear Stabilizer Tube	1
9	Adjustment Lever	2
10	Monitor	1
11	Adaptor Board	1
12	VR	1
13	Generator	1
14	VR Wire	1
15	Generator Wire	1
16	Monitor Wire	1
17	Large Single Belt Pulley	1
18	Pulley Bearing	1
19	Bearing Holder 6004	2
20	Ball Bearing 6004ZZ	2
21	Left Crank	1
22	Right Crank	1
23	Left Pedal	1
24	Right Pedal	1
25	Double Belt Pulley	1
26	Ball Bearing 6000ZZ	2
27	Pulley Spacer $\Phi 14 \times \Phi 10 \times 39.5 \text{mm}$	1
28	Fan Axle	1
29	Single Belt Pulley	1
30	Rubber Bushing 6001	1

31	Ball Bearing 6001ZZ	7
32	Bearing 6003RS	1
33	Bearing Holder 6003	1
34	Ball Bearing 6003ZZ	1
35	Bearing Spacer $\Phi 40.2 \times \Phi 38 \times 54.2 \text{mm}$	1
36	One-way Bearing	1
37	Ball bearing 6201RS	3
38	C Ring $\Phi 32$	1
39	Magnet	1
40	Drive Belt 380J4	1
41	Drive Belt 400J11	1
42	Long Pinch Roller $\Phi 38 \times \Phi 24 \times 34.5 \text{mm}$	2
43	Short Pinch Roller $\Phi 38 \times \Phi 26.4 \times 14 \text{mm}$	2
44	Flywheel	1
45	Bottom Cover	1
46	Stainless Steel Upper Cover	1
47	Stainless Steel Mesh	1
49	Damper	1
50	Left Fan Shroud	1
51	Right Fan Shroud	1
52	Damper Cap	1
53	Steel Plate	2
54	Axle Cover	1
56	Star Nut	1
57	Handlebar Post Bushing	2
58	Post Frame Pushing A	2
59	Post Frame Pushing B	2
60	Protection Cover for Seat Post Lever	2
62	Generator Base	1
63	Generator Cover	1
64	Protection Cover	1
65	Transport Wheel	2
66	Stabilizer Feet Pad	4

67	Seat Cushion	1
68	Left Pinch Roller Bracket	2
69	Right Pinch Roller Bracket	2
70	Large Spacer for Long Pinch Roller $\Phi 18 \times \Phi 12 \times 29.5 \text{mm}$	1
71	Small Spacer for Long Pinch Roller $\Phi 10 \times \Phi 6. \times 9.5 \text{mm}$	1
72	Large Spacer for Short Pinch Roller $\Phi 18 \times \Phi 12 \times 8 \text{mm}$	1
73	Small Spacer for Short Pinch Roller $\Phi 10 \times \Phi 6 \times 31 \text{mm}$	1
79	Left Torsion Spring	1
80	Right Torsion Spring	2
81	Button Head Cap Screw, M8x75mm	3
82	Flat Washer, M8	13
83	Nylon Nut, M8	6
84	Button Head Cap Screw, M6x12mm	31
85	Inner Star Washer, M6	5
86	Button Head Cap Screw, M6x43mm	3
87	Socket Head Cap Screw, M5x92mm	4
88	Socket Nut, M5	4
89	Socket Head Cap Screw, M4x12mm	3
90	Carriage Bolt, M8x75mm	1
91	Nylon Nut, M10	2
92	Phillips Pan Head Self-Tapping Screw, ST4.2x6mm	7
93	Wire Pin	2
94	Phillips Pan Head Screw, M4x45mm	1
95	Socket Nut, M4	1
96	Phillips Pan Head Self-Tapping Screw, ST4.2x16mm	4
97	Socket Head Cap Screw, M8x25mm	2
98	Socket Head Cap Screw, M8x35mm	2
99	Socket Head Cap Screw, M6x20mm	4
100	Spring Washer, M6	4
101	Socket Head Cap Screw, M6x15mm	12
102	Button Head Cap Screw, M6x70mm	3
103	Button Head Cap Screw, M6x75mm	2
104	Flat Washer, M6	2

105	Nylon Nut, M6	8
106	Button Head Cap Screw, M6x22mm	2
107	Hex Head Cap Screw, M6x12mm	2
108	Phillips Rounded Washer Head Screw, M4x10mm	5
111	Phillips Pan Head Self-Tapping Screw, ST3.0x20mm	2
112	Phillips Pan Head Self-Tapping Screw, ST3.0x8mm	6
113	Button Head Cap Screw, M8x40mm	2
114	Socket Head Cap Screw, M8x15mm	8
115	Spring Washer, M8	8
116	Phillips Pan Head Screw, M5x12mm	6
118	Phillips Pan Head Self-Tapping Screw, ST4.2x25mm	2
119	Bearing Spacer $\Phi 16 \times \Phi 8.1 \times 20.5 \text{mm}$	2
120	Allen Wrench, 4mm	1
121	Allen Wrench, 6mm	1
122	Wrench, 13mm/ 15mm/ 17mm	1
130	Back Handlebar Holder	1
131	Front Handlebar Holder	1
132	Horizontal Handlebar Adjustment Post	1
133	Seat Adjustment Post	1
142	Compression Spring	2
143	Handlebar Pin	1
150	Nylon Nut, M8 (Thin)	2
151	Socket Head Cap Screw, M6x25mm	4
156	Phillips Pan Head Screw, M5x10mm	1
157	Phillips Pan Head Screw, M5x30mm	1
158	V shaped stopper	1
159	Spacer Nut	1
160	Front Post Knob	1
161	Spacer	2
162	Socket Head Cap Screw, M8x12mm	1
163	Arc Washer, M8	1
164	Socket Head Cap Screw, M5x8mm	1
165	Sweat Stopper	1

166	Smartphone Holder	1
167	Bungee for Phone Holder	1
168	EVA Pad on Monitor	1
169	EVA Pad on Phone Holder	1
170	Aluminum Bushing	2
171	Monitor Holder (Wider Version)	1
173	Airflow Disc	1
174	Phillips Pan Head Self-Tapping Screw, ST4.2x10mm	4