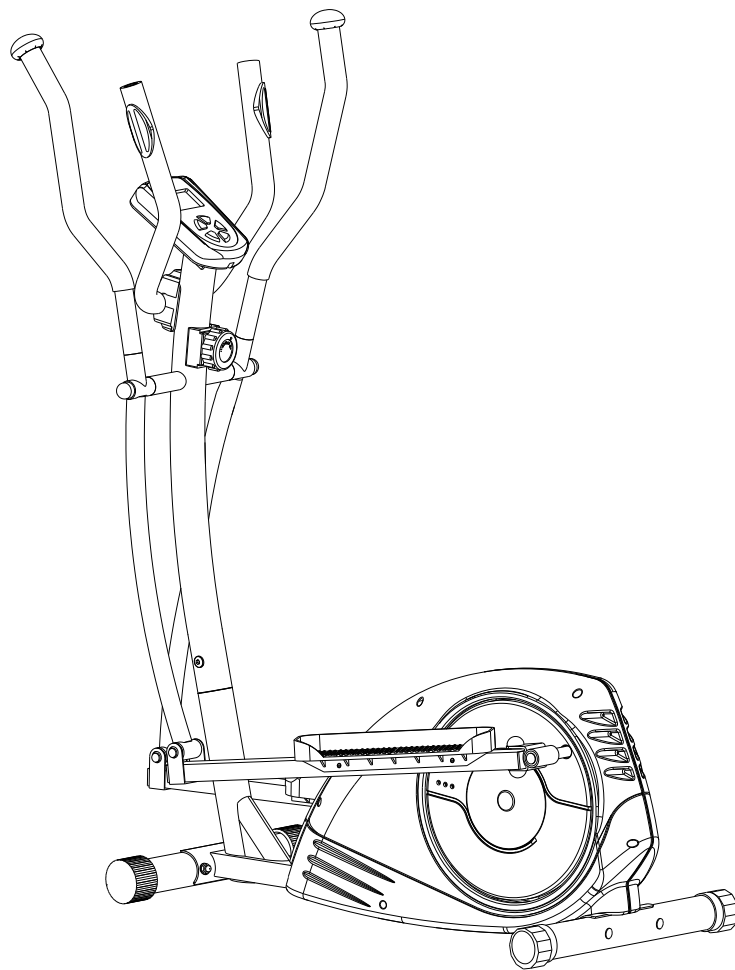


EXERFIT

BRUKSANVISNING för Exerfit 520

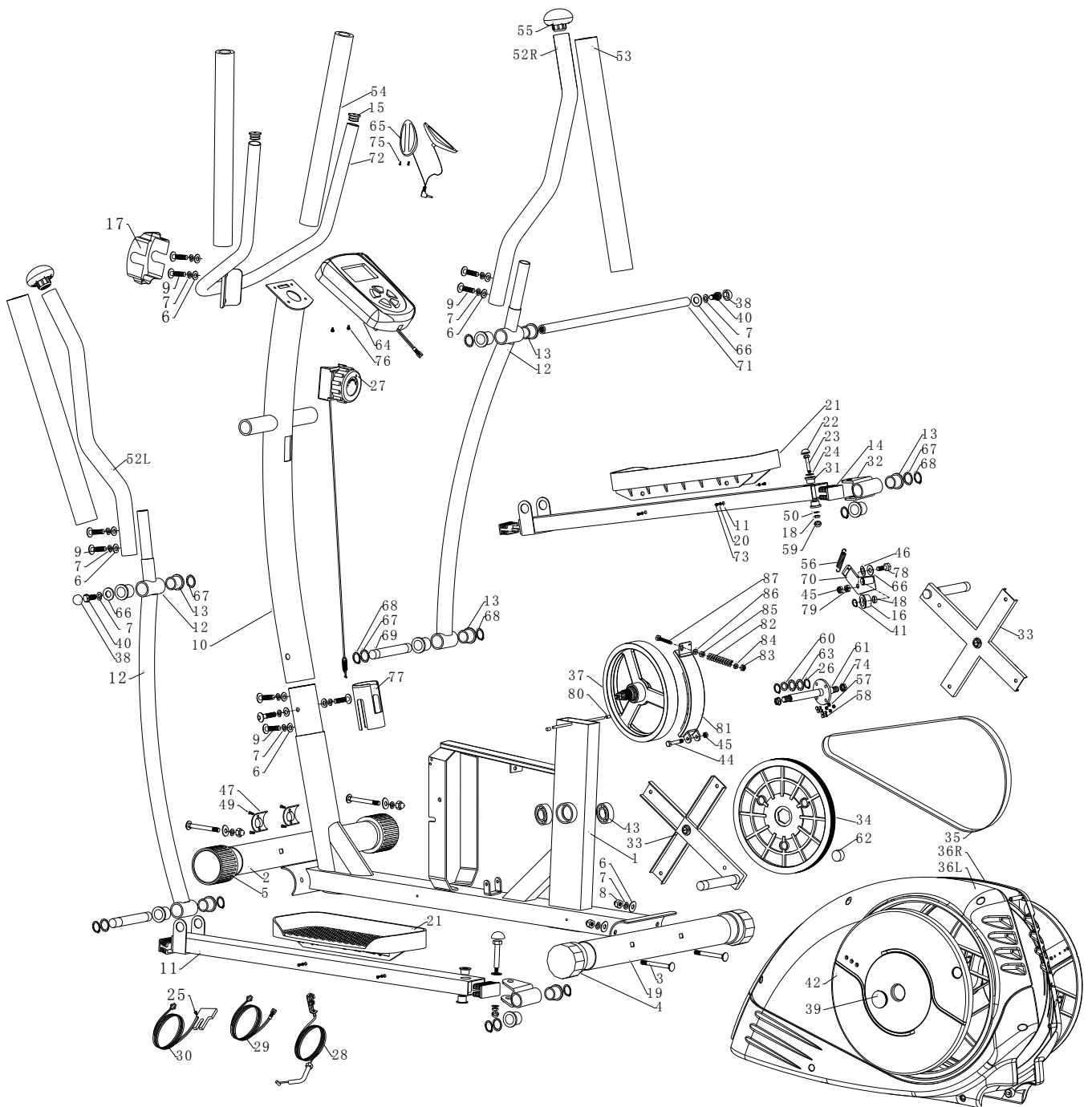


BUILT FOR HEALTH

INNEHÅLL

Översiktsdiagram	3
Lista över delar	4
Montering	5
VIKTIGT BETRÄFFANDE SERVICE	13
BESTÄLLNING AV RESERVDELAR:	13

Översiktsdiagram



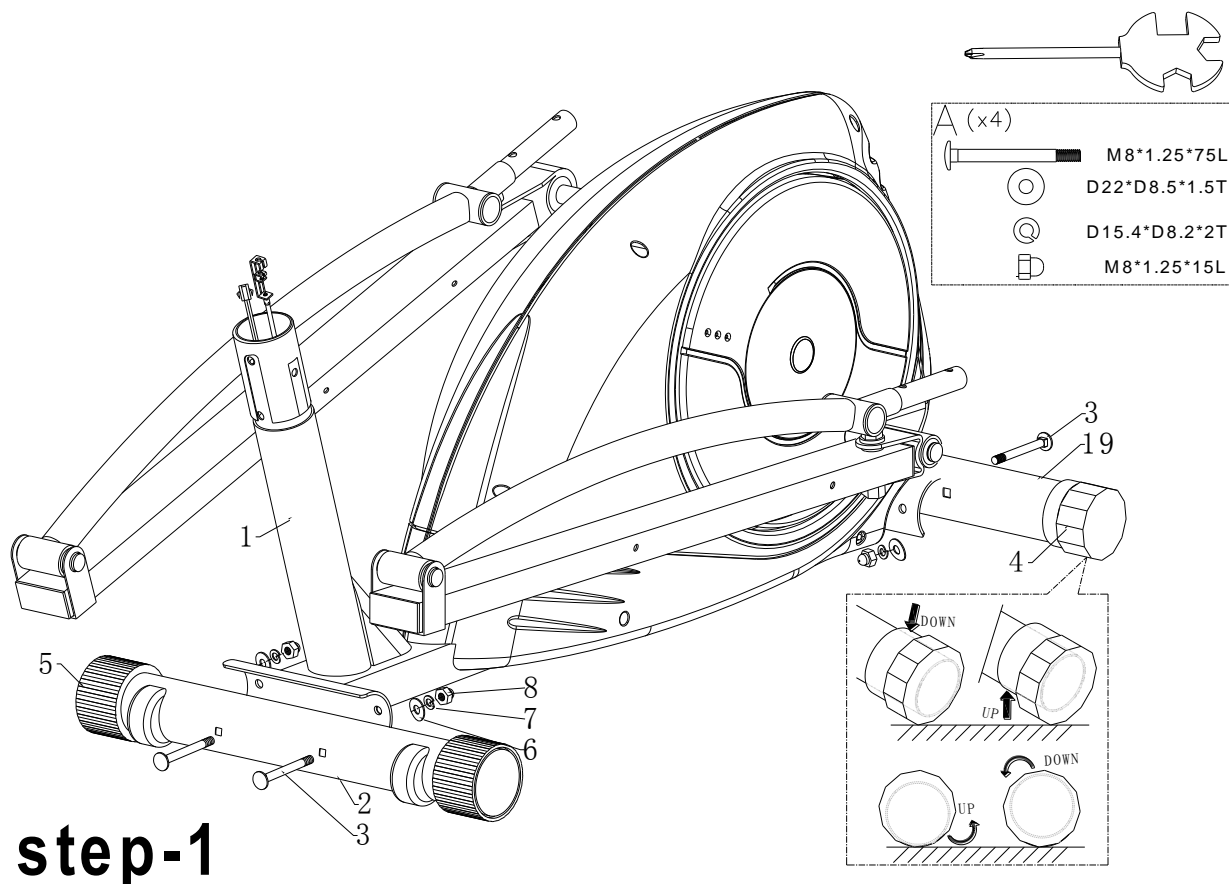
Lista över delar

Nr.	Beskrivning	Specifikationer	Antal
1	Huvudram		1
2	Stabilisator, främre	D60x1,5Tx480L	1
3	Låsbult		4
4	Fothätta, bakre	D60xD75x50L	2
5	Fothätta, främre	D60xD67x43	2
6	Böjd bricka	D22xD8.5x1.5T	14
7	Fjäderbricka	D15.4xD8.2x2T	16
8	Kupolmutter	M8x1.25x15L,	4
9	Bult	M8x1.25x20L	10
10	Styrstång		1
11	Pedalenhet		2
12	Svängstång		2
13	Bussning	D19.15x(D25.6x32)xL(17+3)	12
14	Ändhätta, kvadratisk	30x60x15	4
15	Ändhätta, rund	D1"x17,5L	2
16	Frihjul	D23,8xD38x24	1
17	Skydd	114*76*43	1
18	Mutter, nylon	M10*1,5*10T	2
19	Stabilisator, bakre	D60x500Lx1,5T	1
20	Bricka, plan	D14xD6.5x0,8T	4
21L&R	Pedalenhet	395*120*70	1 enhet
22	Skydd, bult	D30*17(M12)	2
23	Stegbult	M10*1,5*58L	2
24	Bricka, plan	D24*D13,5*2,5T	2
25	Kryssbult	M5*0,8*10L	1
26	C-ring	S-17(1T)	2
27	Övre kontrollvajer, motstånd	560L	1
28	Nedre kontrollvajer, motstånd	1200L	1
29	Datorvajer, övre	900L	1
30	Datorvajer, nedre	1200L	1
31	Bussning	D29*D11,9*9T	4
32	Pedallager, gjutet		2
33	Vevstångsenhet		2
34	Remskiva	D240x21	1
35	Rem	1016J5	1
36L	Skydd, vänster	765x70x360	1
36R	Skydd, höger	765x70x360	1
37	Svänghjul		1
38	Skydd, bult	D29*21(M8)	2
39	Sidoskydd	D36x14	2
40	Bult	M8x1,25x25	2
41	C-ring	S-10(1T)	1
42	Skydd, runt	D343x25x3T	2
43	Lager	#6003ZZ	2
44	Bult	M8*52L	1

Nr.	Beskrivning	Specifikationer	Antal
45	Mutter, nylon	M8*1,25*8T	2
46	Plan bricka, plast	D10*D24*0,4T	1
47	Fothätta, halvrund	D60x54,5L	2
48	Ring, låst	D13*D10*1,9T	1
49	Krysskruv, rund	M4x0,7x10L	4
50	Plan bricka	D20*D11*2,0T	2
51	-	-	-
52L	Handtag, vänster	D31,8*560*143,2*1,5T	1
52R	Handtag, höger	D31,8*560*143,2*1,5T	1
53	Skumgummidyna	D30*4T*440L	2
54	Skumgummidyna	D23x4Tx480L	2
55	Hätta, svampformad	D1 1/4**45L	2
56	Fjäder	D2,2*D14*65	1
57	Mutter, nylon	M6x1,0x6T	4
58	Bult	M6*1,0*15L	4
59	Skydd, bult	D28*17(M10)	2
60	Bricka, plan	D23*D17,2*1,5T	1
61	Axel, vevstång		1
62	Magnet, rund	S10042	1
63	Bricka, böjd	D17*D22*0,3T	2
64	Dator	B11092	1
65	Handpuls	S1001	2
	Pulsvajer	600L	1
66	Bricka, plan	D25xD8,5x2T	3
67	Bricka, böjd	D26*D19,5*0,3T	6
68	C-ring	D21,5xD17,5x1,2T	8
69	Pedalaxel, främre	D19x72L	2
70	Låsplatta, frihjul		1
71	Svängaxel	D19x374,5(M8x1,25)	1
72	Handtag		1
73	Låsbult	M6*1*45L	4
74	Mutter, antilosning	M10*1,25*10T	2
75	Krysskruv	ST4,2x1,4x20L	2
76	Justeringskruv	D40*M6*12	4
77	Plugg	D56*97	1
78	Bult	M8x1,25x25L	1
79	Mutter	M8*1,25*8T	1
80	Buffert	D9*D5,8*13	2
81	Magnetlåsfäste		1
82	Fjäder	D1,0*42L	1
83	Mutter, nylon	M6*1*6T	1
84	Bricka, nylon	D6*D19*1,5T	1
85	Mutter	M6*1*6T	1
86	Bricka, plan	D13*D6,5*1,0T	1
87	Bult	M6*65L	1

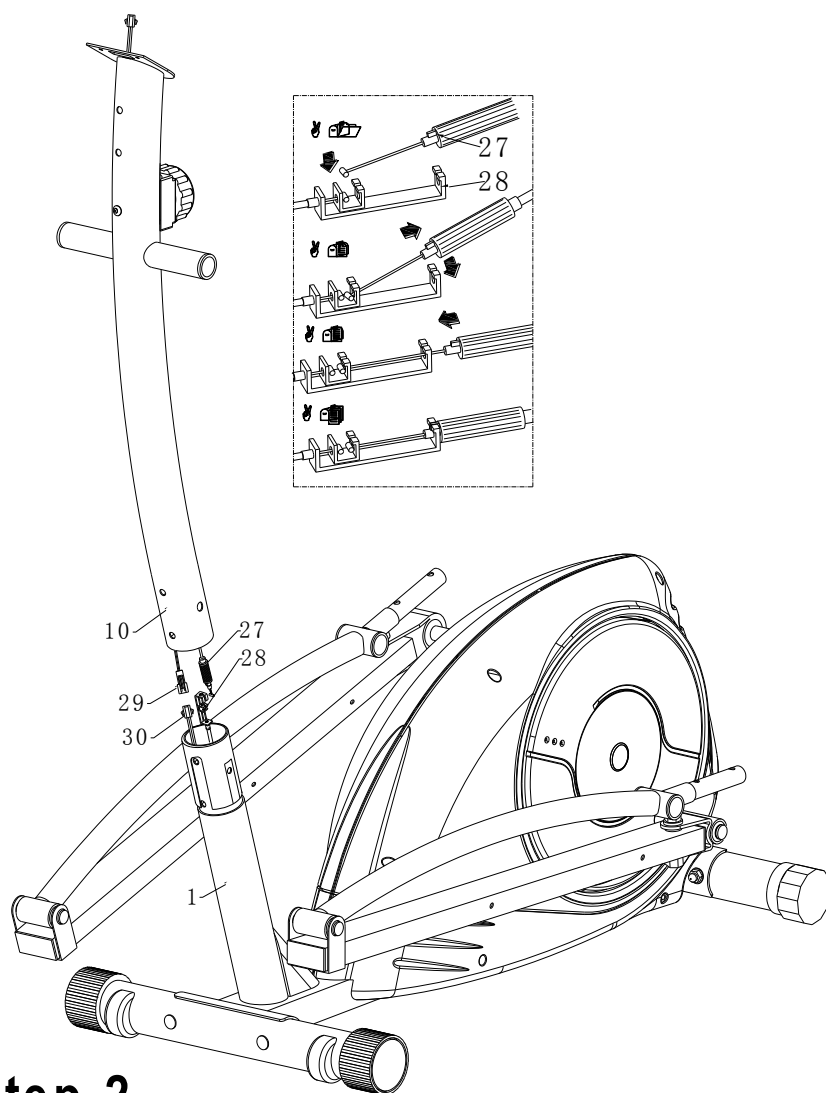
Montering

STEG 1



- (1) Montera den främre stabilisatorn (2) och den bakre stabilisatorn (19) på huvudramen (1) med hjälp av låsbult (3), böjd bricka (6), fjäderbricka (7) och kupolmutter (8).
- (2) Justera till rätt höjd genom att skruva på hjulet på den bakre fothättan (4)

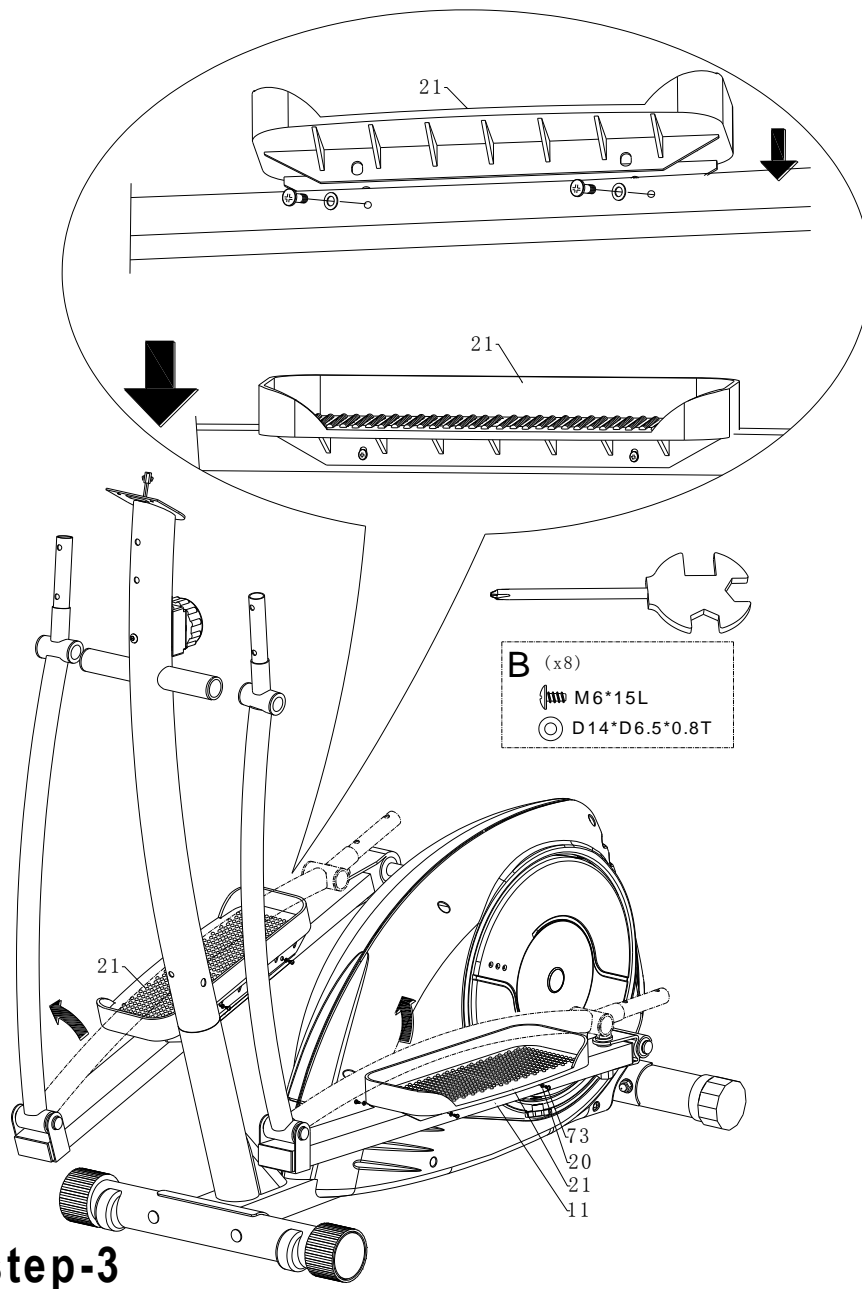
STEG 2



step-2

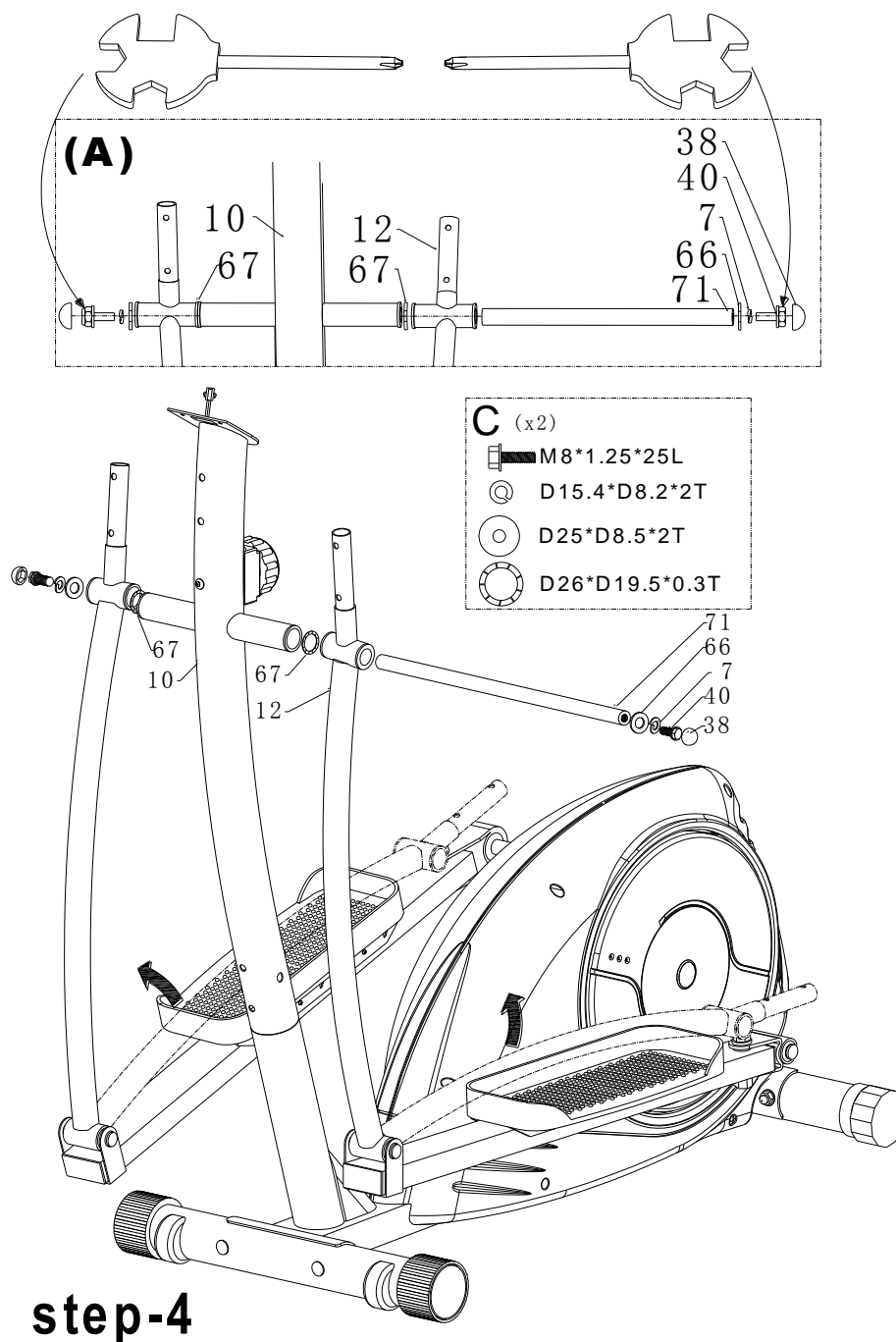
Anslut övre motståndsvajer (27) och nedre motståndsvajer (28) till varandra. Anslut därefter övre datorvajer (29) och nedre datorvajer (30) till varandra.

STEG 3



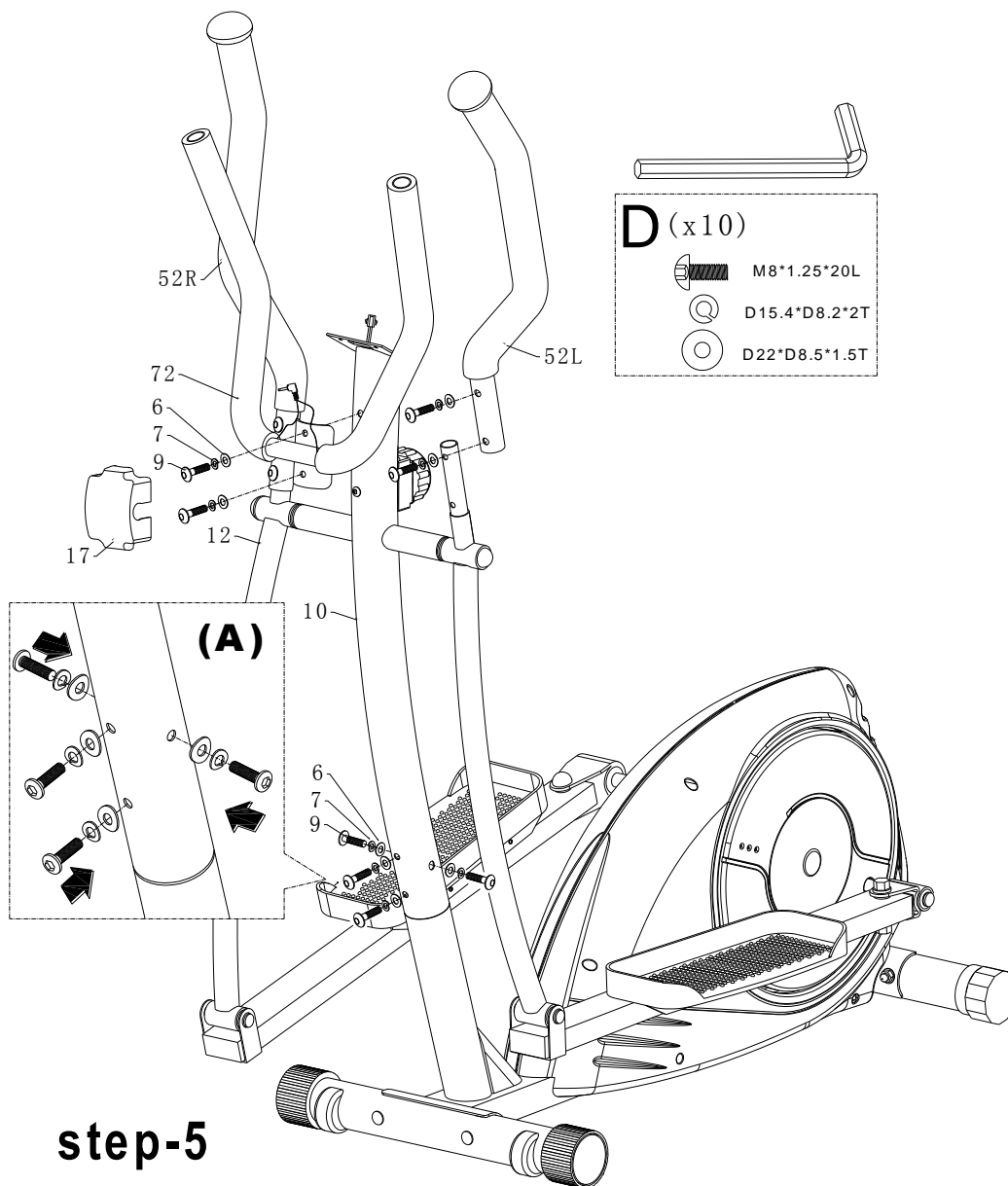
Montera pedalerna (21) till pedalenheten (11) med hjälp av plan bricka (20) och bult (73).

STEG 4



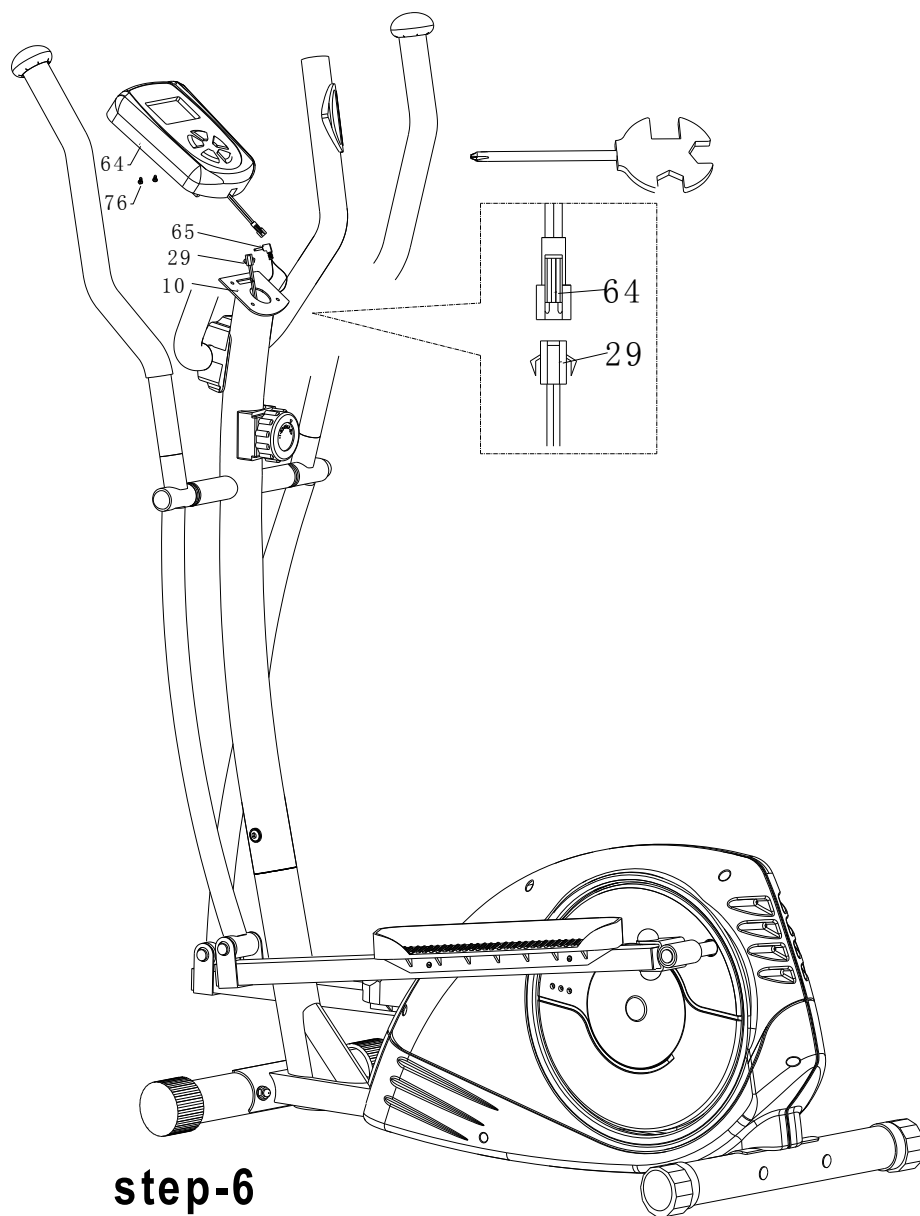
- 1) För svängaxeln (71) genom två svängstänger (12) och styrstången (10) med hjälp av böjd bricka (67), plan bricka (66), fjäderbricka (7) och bult (40).
- 2) Sätt en bulthätta (38) på bulten (40).

STEG 5



- 1) Fäst styrstången (10) med en böjd bricka (6), fjäderbricka (7) och bult (9).
- 2) Montera handtaget (52L + 52R) på svängstången (12) med hjälp av bult (9), fjäderbricka (7) och böjd bricka (6)
- 3) Montera låshandtaget (72) på styrstången (10) med hjälp av bult (9), fjäderbricka (7) och böjd bricka (6) Sätt därefter på skyddet (17) på det låsta handtaget.

STEG 6

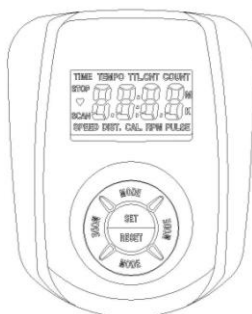


step-6

- 1) Anslut övre datorvajer (29) till datorn (64).
- 2) Sätt fast datorn (64) på låsplattan med hjälp av skruv (76).

Svensk bruksanvisning för B11092

Översikt, display:



Värt att veta före träning

VILOLÄGE:

Displayen försätts i viloläge om enheten inte får någon signal från vare sig pedaler eller displayknappar på fyra minuter.

Funktioner

SCAN (sökning): I träningsläge kan du trycka på knappen MODE tills ordet SCAN visas på skärmen. Sedan visar displayen följande information med sex sekunders intervall.

TIME (tid) - SPEED (hastighet) –DISTANCE (sträcka) – CALORIE (kaloriförbränning) –RPM (varv per minut) PULSE (puls)

1. TIME (tid): Visar förfluten tid i minuter och sekunder. Displayen räknar automatiskt upp från 0 till 99:59 med en sekunds intervall. Du kan även programmera datorn att räkna ner från ett inställt värde genom att trycka på UPP/NER-knapparna från 0 till 99:00. Om du fortsätter att träna efter det att nedräkningen är slutförd, avger datorn en ljudsignal innan den börjar räkna upp från 0.
2. SPEED (hastighet): Visar träningshastigheten i kilometer eller engelska mil per timme från 0 till 99,9.
3. DISTANCE (sträcka): Visar den totala sträcka du har gått eller sprungit varje träningspass, upp till max. 99,99 km/mil.
4. CALORIES (kalorier): Datorn räknar ut ungefär hur många kalorier du har förbränt under träningen.
5. PULSE (puls): Datorn visar din hjärtrytm i slag per minut under träningspasset. Om datorn inte tar emot någon pulssignal, visar skärmen värdet 0.
6. RPM (varv/min.): Pedalrotationer per minut.

Huvudfunktioner:

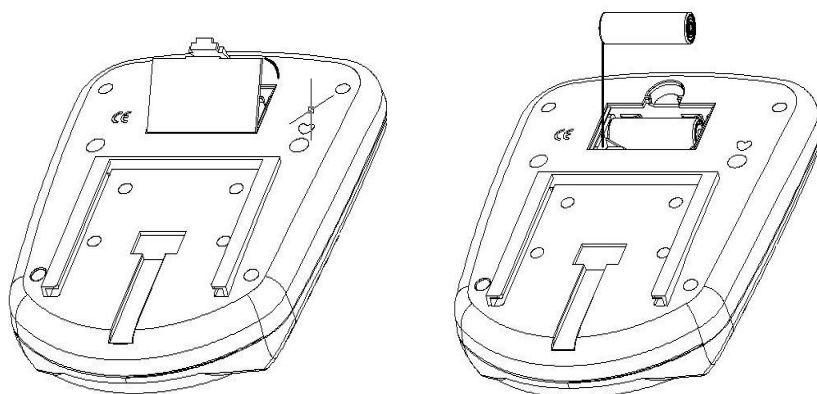
Det finns tre knappar på displayen:

1. SET (inställning): I STOPP-läge, tryck på denna knapp för att öka värdena för TID, STRÄCKA och KALORIER.
2. RESET (återställ): I STOPP-läge, tryck på denna knapp för att nollställa träningsvärden eller för att nollställa inställningsvärden.
3. MODE (läge):
 - a. Tryck på denna knapp för att bekräfta val av värden för TID, STRÄCKA och KALORIER.
 - b. I STOPP-läge kan du hålla in denna knapp i minst två sekunder för att starta om datorn.
 - c. I träningsläge kan du trycka på denna knapp för att kontrollera följande funktioner:

SCAN-TIME-SPEED-DIST-CAL-RPM-PULSE

Byta batterier:

Ta av batteriskyddet nertill på datorn och byt batterier enligt bild.



VIKTIGT BETRÄFFANDE SERVICE

Om det skulle uppstå andra problem av något slag, ber vi dig kontakta NF:s servicecenter. Här sitter det konsulter med speciell kompetens för att hjälpa dig med frågor som rör produkten, montering eller fel och brister. Du kan även gå till hemsidan www.exerfit.se. Här kommer det att finnas mycket information om produkterna.

VI VILL HELST ATT DU KONTAKTAR OSS INNAN DU EVENTUELLT GÅR TILLBAKA TILL BUTIKEN MED PRODUKTEN:

Kundtjänst: 036-452 53

När du kontaktar oss bör du ha denna bruksanvisning samt originalbruksanvisningen ("USER'S MANUAL") tillhands.

BESTÄLLNING AV RESERVDELAR:

Ring eller e-posta till:

Kundtjänst: 036-452 53

E-post: service@exerfit.se

När du beställer reservdelar är det viktigt att du uppger följande information:

- Träningsredskapets modellnummer
- Produktens namn
- Produktens serienummer
- Reservdelsnummer (finns i "USER'S MANUAL")
- Beskrivning av önskad reservdel, se sprängskissen i originalbruksanvisningen (Exploded Drawing i "USER'S MANUAL").