

## 2031001000 PEDALIER STANDARD JOLETI

Avertissements de sécurité importants :

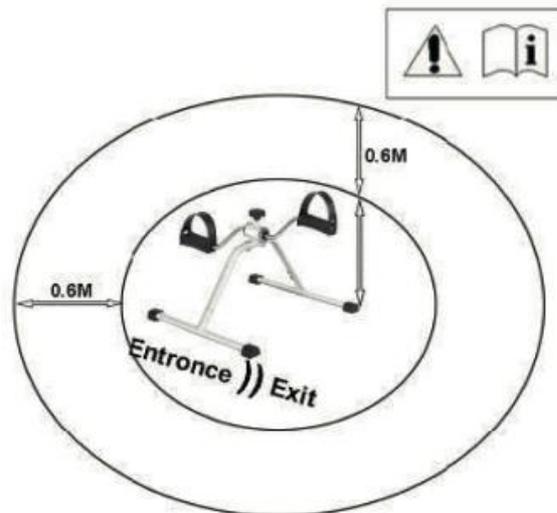
- Lisez toutes les instructions de ce manuel avant d'utiliser le produit. Suivez tous les avertissements et instructions d'utilisation avant utilisation.

Conservez ce manuel pendant toute la durée de vie du produit.

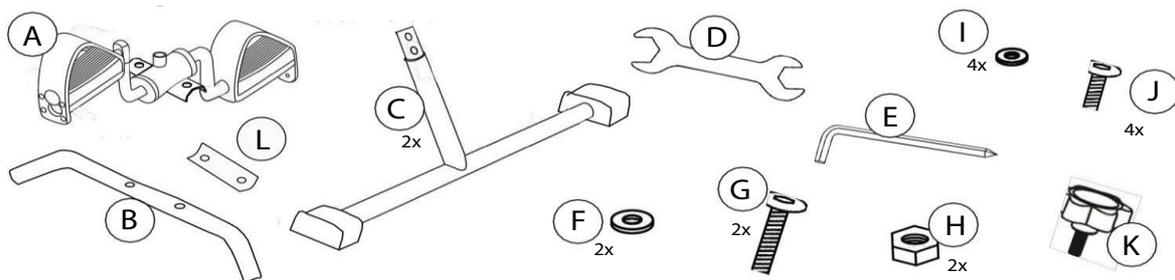
- Ce produit est destiné à un usage domestique et intérieur uniquement.
- N'utilisez cet équipement qu'aux fins spécifiées dans ce manuel d'utilisation.
- Ce produit n'est pas un jouet et ne peut être utilisé qu'aux fins spécifiées dans ce manuel d'utilisation.
- Nous suggérons aux personnes handicapées d'utiliser ce produit uniquement sous la surveillance d'un personnel qualifié.
- Ne laissez pas les enfants sur ou autour du produit. Gardez les enfants et les animaux domestiques à l'écart du produit
- Le produit ne doit pas être utilisé par des personnes pesant plus de 100 kg.
  - Assurez-vous que le produit est correctement installé avant de commencer à l'utiliser. Assurez-vous que toutes les vis, boulons et écrous sont montés et serrés correctement. Utilisez uniquement les accessoires fournis avec le produit.
- N'utilisez pas d'accessoires endommagés ou cassés.
- Le produit doit être contrôlé régulièrement afin d'éviter les blessures. Vous devez vérifier régulièrement si les vis et les écrous sont bien serrés, ou s'il y a des craquelures ou des arêtes vives, ce qui pourrait entraîner des blessures physiques.
- Placez l'équipement sur une surface stable, plane et nivelée. Assurez-vous qu'un espace de 1 mètre est laissé de chaque côté du produit afin de vous entraîner sans encombre.
- Ne placez pas le produit près d'un foyer ouvert ou d'une source de chaleur similaire.
  - Nous suggérons de placer une base antidérapante, comme un tapis en caoutchouc, sous l'équipement d'entraînement afin d'éviter d'éventuels dommages au sol.
- Portez toujours des vêtements protecteurs et confortables lorsque vous utilisez l'équipement d'entraînement.

Portez de préférence des chaussures adaptés à la pratique sportive. NE PAS porter de vêtements amples, car ils pourraient se coincer dans le produit.
- Gardez les mains, les pieds et les accessoires lâches éloignés des pièces mobiles.
- Ne montez pas sur les pédales. Les pédales n'ont pas été conçues pour être utilisées debout.
- Gardez toujours le dos droit pendant l'utilisation, ne vous penchez pas en avant.
  - Faites attention à la façon dont votre corps réagit à l'entraînement. Si vous ressentez une douleur ou si vous avez des vertiges pendant faire de l'exercice, arrêtez-vous immédiatement, reposez-vous et consultez un médecin.
- Ne rangez pas le produit dans un endroit où il sera en contact direct avec la lumière du soleil ou où il sera exposés à des températures élevées ou à une humidité excessive.

- Évitez les contraintes excessives sur votre corps. Ne pas utiliser si vous vous sentez fatigué ou épuisé. Commencez l'utilisation à vitesse réduite et sur de courtes périodes si vous n'êtes pas habitué à l'activité physique.
- Il est déconseillé de manger 30 minutes avant ou après des entraînements intensifs.
- Notez que cet équipement de formation n'est pas adapté à des fins de haute précision.



## MONTAGE



1. Retirez toutes les pièces de l'emballage et vérifiez si toutes les pièces sont présentes comme indiqué dans l'aperçu
2. Placez les pédales (A) sur l'arche (B) et placez la pince (L) sur l'arche (B). Faites glisser les rondelles (F) sur les boulons (G) et placez les boulons dans les trous appropriés de la pièce (B). Serrez les écrous (H) avec la clé à fourche fournie (D). Il est recommandé d'insérer la clé Allen (E) dans les boulons pour fournir une force suffisante lors du serrage des écrous.
3. Faites glisser la première partie du vélo d'exercice (A + B+L) sur le tube vertical de l'un des supports en forme de T (C), en vous assurant que les trous du tube vertical sont au même niveau que les trous du pédalier.

4. Faites glisser les rondelles (I) sur les boulons (J) et placez les boulons dans les trous appropriés de la base. Serrez les boulons à l'aide de la clé Allen fournie (E).
5. Répétez les étapes 3 et 4 pour l'autre côté de l'entraîneur de mobilité.
6. Vissez la vis de réglage (K) dans la partie supérieure du support inférieur.

Remarque : Ne forcez pas la vis de réglage !

#### 7. Informations générales

- La sangle de la pédale est réglable en fonction de la taille de votre pied. Relâchez la sangle et choisissez la taille souhaitée et rattachiez la sangle à la pédale.
- Pendant l'exercice, tournez le bouton de résistance sur l'axe à la main pour régler le niveau de résistance. Rotation dans le sens des aiguilles d'une montre = plus de résistance pendant le cyclisme. Rotation dans le sens inverse des aiguilles d'une montre = moins de résistance pendant le cycle.

Caractéristiques :

Numéro de modèle : 348131

Dimensions (HxLxP) : L520xL405xH275mm Poids : 2,2kg Classe : Utilisation en intérieur

Masse corporelle: Max. 100kg

