



UK: RFE EUROPA LTD., 8 CLARENDON DRIVE, WYMBUSH,
MILTON KEYNES, MK8 8ED

TECHSUPPORT@RFEINTERNATIONAL.COM
+44 (0)800 440 2459

EUROPE: RFE EUROPA BV, SARPHARTI PLAZA,
RHIJNSPOORPLEIN 10 - 38, AMSTERDAM, 1018 TX,
NETHERLANDS

TECHSUPPORTEU@RFEINTERNATIONAL.COM

ES: SERVICIOTECNICO@RFEINTERNATIONAL.COM
+34 800 600 816

DE: TECHSUPPORTEU@RFEINTERNATIONAL.COM
+49 (0)89 189 39 700

APAC: R.F.E ASIA PACIFIC LTD, ROOM W22, 13F, LIBERAL
FACTORY BUILDING, 3 WING MING STREET, CHEUNG
SHA WAN, HONG KONG

TECHSUPPORTAPAC@RFEINTERNATIONAL.COM

AUSTRALIA: TECHSUPPORTAUSTRALIA@RFEINTERNATIONAL.COM

CHINA: 中国: 迪步体育用品 (上海) 有限公司, 上海市宝山区蕙川路
512号4幢3层C座

TECHSUPPORTCHINA@RFEINTERNATIONAL.COM
021-64209505

USA: RFE SPORTING GOODS INC., 445 PLASAMOUR DRIVE, SUITE 1,
ATLANTA, GA 30324, USA

TECHSUPPORTUSA@RFEINTERNATIONAL.COM
+1 (800) 215 6216

REEBOK i-BIKE



RVIR-10300

REEBOKFITNESS.INFO



V1_07.2025



ASSEMBLY
VIDEO

(EN) WARNINGS

- The equipment is intended for home use only **(H)**. Do not use the equipment in any commercial, rental, or institutional setting
- Use the equipment only as described in this manual. Consult your doctor before performing any exercise program
- Keep children and pets away from the device at all times.
- Ensure the equipment is on a flat, stable and level surface with at least 0.6 m of clear area surrounding the equipment
- Always wear appropriate exercise clothing and training shoes
- The safety level of the equipment can only be maintained if it is examined regularly for damage and wear. Replace defective components immediately and/or keep the equipment out of use until repaired. Pay special attention to components most susceptible to wear. All warnings and instructions must be read and followed prior to use
- Keep hair, body, and clothing free and clear of all moving parts
- If at any time during exercise you feel faint, dizzy, or experience pain, stop exercising immediately and consult your physician
- Over exercising may result in serious injury or death
- Keep the equipment indoors, away from moisture and dust. Do not put the equipment in a garage or covered patio, or near water
- If any of the adjustment devices are left projecting, they could interfere with the user's movement
- The equipment should be used only by persons weighing **110kg/243lb** or less
- Heart rate monitoring system may be inaccurate. Excessive exercise can lead to serious injury or death. Stop exercising immediately
- This equipment is for consumer use only
- The braking system is speed independent
- This appliance can be used by children aged from 14 years and above and persons with reduced physical, sensory or mental capabilities or lack of experience and knowledge if they have been given supervision or instruction concerning use of the appliance in a safe way and understand the hazards involved
- The instructions for appliances having a part of class III construction supplied from a detachable power supply part shall state that the appliance is only to be used with the power supply unit provided with the appliance
- Cleaning and user maintenance shall not be made by children under the age of 14 years
- Only manufacturer-supplied components shall be used to maintain/repair the equipment
- This product is warranted to the original purchaser for two years against possible defects in material and workmanship and will only be covered in the country of purchase. Please retain your receipt as proof of purchase. Further details can be found at: <https://www.reebokfitness.info/bike-warranty>
- Please warm up prior to exercising

CAUTION: The user is cautioned that changes or modifications not expressly approved by the party responsible for compliance could void the user's authority to operate the equipment.

This device complies with Part 15 of the FCC Rules and Industry Canada licence-exempt RSS standard(s). Operation is subject to the following two conditions:

- (1) this device may not cause harmful interference, and
- (2) this device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation.

NOTE: This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to Part 15 of the FCC Rules. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation. This equipment generates, uses and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the instructions, may cause harmful interference to radio communications. However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation.

If this equipment does cause harmful interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one or more of the following measures:

- Reorient or relocate the receiving antenna
- Increase the separation between the equipment and receiver
- Connect the equipment into an outlet on a circuit different from that to which the receiver is connected
- Consult the dealer or an experienced radio/TV technician for help

CAN ICES-3(B) / NMB-3(B)

FCC & IC Radiation Exposure Statement:

This equipment complies with FCC and Canada radiation exposure limits set forth for an uncontrolled environment.

This equipment should be installed and operated with a minimum distance of 20cm between the radiator and your body.

This transmitter must not be co-located or operating in conjunction with any other antenna or transmitter.

FCC ID: 2AMDBBLE006
IC ID: 22882-BLE006

IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS

When using an electrical appliance, basic precautions should always be followed, including the following: Read all instructions before using (this appliance).

DANGER

- To reduce the risk of electric shock and the injury from moving parts: Always unplug this appliance from the electrical outlet immediately after using and before cleaning or servicing.

WARNING

- To reduce the risk of burns, fire, electric shock, or injury to persons:

1. This appliance is not intended for use by persons with reduced physical, sensory or mental capabilities, or lack of experience and knowledge, unless they have been given supervision or instruction concerning use of the appliance by a person responsible for their safety. Keep children under the age of 13 away from this machine.
2. Use this appliance only for its intended use as described in this manual. Do not use attachments not recommended by the manufacturer.
3. Never operate the appliance with the air openings blocked. Keep the air openings free of lint, hair, and the like.
4. Never drop or insert any object into any opening.
5. Do not use outdoors. Household use only.
6. Do not operate where aerosol (spray) products are being used or where oxygen is being administered.
7. An appliance should never be left unattended when plugged in. Unplug from outlet when not in use, and before putting on or taking off parts.
8. Never operate this appliance if it has a damaged cord or plug, if it is not working properly, if it has been dropped or damaged, or dropped into water. Return the appliance to a service center for examination and repair.
9. Keep the cord away from heated surfaces.
10. To disconnect, turn all controls to the off position, then remove plug from outlet.

SAVE THESE INSTRUCTIONS.

(FR) MISE EN GARDE

- Cet équipement est conçu pour un usage domestique uniquement (**classe H**). N'utilisez pas cet équipement dans un environnement commercial, locatif ou institutionnel
- Conformez-vous aux instructions d'utilisation de ce manuel. Consultez votre médecin avant de commencer un programme d'entraînement
- Tenez les enfants et les animaux domestiques éloignés de l'appareil à tout moment
- Veiller à installer l'équipement sur une surface plane et stable en laissant au moins 0,6 m d'espace dégagé autour de l'appareil
- Portez toujours des vêtements et chaussures de sport appropriés
- Le niveau de sécurité de l'équipement ne peut être maintenu que si une inspection régulière est effectuée pour détecter les dommages et l'usure. Remplacez immédiatement les pièces défectueuses et/ou arrêtez d'utiliser l'équipement tant qu'il n'a pas été réparé. Accordez une attention particulière aux pièces les plus sujettes à l'usure. Tous les avertissements et instructions doivent être lus et suivis avant l'utilisation
- Gardez les cheveux, le corps et les vêtements à l'écart de toute pièce mobile
- Si pendant la séance vous ressentez une faiblesse, un étourdissement ou une douleur, cessez immédiatement tout effort et consultez votre médecin
- Un entraînement excessif peut provoquer des blessures graves, voire mortelles
- Installez la machine à l'intérieur, à l'abri de l'humidité et de la poussière. Ne l'installez pas dans un garage, sur une terrasse couverte ou à proximité de l'eau
- Si l'un des dispositifs d'ajustement est laissé saillant, il pourrait entraver les mouvements de l'utilisateur
- La machine ne doit être utilisée que par des personnes pesant **110kg/243lb** ou moins
- Le système de cardiofréquencemètre peut être erroné. Un entraînement excessif peut entraîner des blessures graves, voire la mort. Cessez immédiatement tout effort
- Cet équipement est destiné à une utilisation par le consommateur seulement
- Le système de freinage ne dépend pas de la vitesse
- Cet appareil peut être utilisé par des enfants à partir de 14 ans et des personnes ayant des capacités physiques, sensorielles ou mentales réduites ou ayant un manque d'expérience et de connaissances s'ils ont été supervisés ou ont reçu des instructions concernant l'utilisation de l'appareil en toute sécurité et s'ils comprennent les dangers encourus
- Les instructions relatives aux appareils dont une partie de la construction relève de la classe III et qui sont alimentés par une partie amovible du bloc d'alimentation doivent indiquer que l'appareil ne doit être utilisé qu'avec le bloc d'alimentation fourni avec l'appareil
- Le nettoyage et l'entretien par l'utilisateur ne doivent pas être effectués par des enfants de moins de 14 ans
- Seuls les composants fournis par le fabricant doivent être utilisés pour entretenir/réparer l'équipement
- Ce produit est garanti à l'acheteur d'origine pendant deux ans contre d'éventuels défauts de matériaux et de fabrication et ne sera couvert que dans le pays d'achat. Veuillez conserver votre reçu comme preuve d'achat. De plus amples informations sont disponibles à l'adresse suivante: <https://www.reebokfitness.info/bike-warranty>

- MISE EN GARDE:** L'utilisateur est avisé que tout changement ou modification non expressément autorisés par la partie responsable de la conformité pourraient faire perdre à l'utilisateur son droit d'utiliser cet appareil.
- Le présent appareil est conforme aux CNR d'Industrie Canada applicables aux appareils radio exempts de licence. L'exploitation est autorisée aux deux conditions suivantes :
- (1) l'appareil ne doit pas produire de brouillage préjudiciable, et
 - (2) l'appareil doit accepter tout brouillage radioélectrique subi, même si le brouillage est susceptible d'en compromettre le fonctionnement.

REMARQUE: Cet appareil a été testé et respecte les limites imposées aux appareils numériques de classe B, conformément à la partie 15 de la réglementation de la FCC. Ces limites sont conçues pour assurer une protection suffisante contre le brouillage préjudiciable dans les installations résidentielles. Cet appareil génère, utilise et peut émettre de l'énergie radiofréquence et, s'il n'est pas installé et utilisé conformément aux instructions, peut causer un brouillage préjudiciable aux communications radio. Cependant, rien ne garantit qu'une installation donnée ne produira aucun brouillage.

Si cet appareil entraîne un brouillage préjudiciable à la réception des signaux radio ou de télévision, ce qui peut être vérifié en éteignant et en rallumant l'appareil, l'utilisateur est invité à tenter de résoudre ce problème en appliquant l'une ou plusieurs des mesures suivantes :

- Réorienter ou déplacer l'antenne réceptrice
- Augmenter la distance séparant l'appareil du récepteur
- Brancher l'appareil dans un circuit électrique différent de celui du récepteur
- Communiquer avec le détaillant ou un technicien radio/télévision d'expérience pour obtenir de l'aide

CAN ICES-3(B) / NMB-3(B)

Déclaration d'ic sur l'exposition aux radiations:

Cet équipement doit être installé et utilisé de manière à laisser une distance de 20 cm entre le radiateur et votre corps.

Cet émetteur ne doit pas être installé au même endroit qu'une autre antenne ou qu'un autre émetteur ni être utilisé conjointement avec une autre antenne ou un autre émetteur.

FCC ID: 2AMDBBLE006
ICC ID: 22882-BLE006

CONSIGNES DE SÉCURITÉ IMPORTANTES

Lors de l'utilisation d'un appareil électronique, il faut toujours prendre des précautions de base, comme celles-ci: Lire toutes les consignes avant l'utilisation (de cet appareil).

DANGER

– Pour réduire le risque de choc électrique et de blessure par des pièces mobiles : Toujours débrancher l'appareil de la prise électrique immédiatement après utilisation et avant le nettoyage ou le service.

AVERTISSEMENT

- Pour diminuer le risque de brûlures, d'incendie, de décharge électrique ou de blessure au corps:
- 1. Cet appareil n'est pas destiné à être utilisé par des personnes dont les capacités physiques, sensorielles ou mentales sont réduites, ou qui manquent d'expérience et de connaissances, à moins qu'elles ne soient surveillées et qu'elles reçoivent des instructions concernant l'utilisation de l'appareil par une personne responsable de leur sécurité. Garder les enfants de moins de 13 ans loin de cette machine.
- 2. Utiliser cet appareil uniquement selon l'usage prévu décrit dans ce manuel. Ne pas utiliser d'accessoires non recommandés par le fabricant.
- 3. Ne jamais utiliser cet appareil si les ouvertures d'air sont obstruées. Garder les ouvertures d'air libre de poussières, de cheveux et d'autres débris.
- 4. Ne pas laisser tomber ni insérer d'objets dans toute ouverture.
- 5. Ne pas utiliser à l'extérieur. Usage domestique seulement.
- 6. Ne pas faire fonctionner où des produits en aérosol sont utilisés ou là où de l'oxygène est administré.
- 7. Un appareil ne doit jamais être laissé sans surveillance lorsqu'il est branché. Débrancher la prise lorsqu'elle n'est pas utilisée, et avant de mettre ou d'enlever des pièces.
- 8. Ne jamais utiliser cet appareil si le cordon ou la fiche sont endommagés, si l'appareil ne fonctionne pas correctement, s'il est tombé ou est abîmé, ou s'il est tombé dans l'eau. Retourner l'appareil à un centre de service pour examen et réparation.
- 9. Maintenir le cordon à l'écart des surfaces chauffées.
- 10. Pour débrancher, mettre toutes les commandes en position d'arrêt, puis retirer la fiche de la prise.

CONSERVER SES CONSIGNES.

(ES) PRECAUCIÓN

- Este equipo está diseñado únicamente para ser utilizado en el hogar **(uso doméstico)**. No utilice el equipo en ningún entorno comercial, institucional ni de alquiler
- Utilice el equipo solo como se describe en este manual. Consulte con su médico antes de realizar cualquier programa de ejercicios
- Mantenga a los niños y mascotas alejados del dispositivo en todo momento
- Asegúrese de que el equipo quede ubicado sobre una superficie plana, estable y nivelada, manteniendo despejada la zona alrededor del mismo en un radio de al menos 0.6 m
- Utilice siempre zapatillas de deporte y ropa de entrenamiento adecuadas
- Puede mantenerse el nivel de seguridad del equipo únicamente si se revisa de forma periódica en cuanto a daños y desgaste. Sustituya de inmediato los componentes defectuosos o mantenga el equipo fuera de servicio hasta que sea reparado. Preste especial atención a los componentes más propensos al desgaste. Se deben leer y seguir todas las advertencias e instrucciones antes de su uso
- Mantenga el pelo, el cuerpo y la ropa libres y despejados de todas las partes móviles
- Si en cualquier momento al hacer ejercicio se siente débil, mareado o siente dolor, deje de hacer ejercicio de inmediato y consulte con su médico
- Hacer ejercicio en exceso puede provocar lesiones graves o la muerte.
- Mantenga el equipo en interiores, lejos de la humedad y del polvo. No coloque el equipo en un garaje o patio techado ni cerca del agua
- Si se deja sobresaliendo cualquiera de los dispositivos de ajuste, estos podrían interferir con el movimiento del usuario
- El equipo solo debería ser utilizado por personas con un peso igual o inferior a **110kg/243lb**
- El sistema de monitorización de la frecuencia cardíaca puede ser inexacto. El ejercicio excesivo puede provocar lesiones graves o la muerte. Interrumpa el ejercicio inmediatamente
- Este equipo es de uso exclusivo para el consumidor
- El sistema de frenado no depende de la velocidad
- Este aparato puede ser utilizado por niños a partir de los 14 años y personas con capacidades físicas, sensoriales o mentales reducidas o con falta de experiencia y conocimiento si han recibido supervisión o instrucciones sobre el uso del aparato de forma segura y comprenden los peligros que conlleva
- Las instrucciones de los aparatos que tengan una parte de construcción de clase III alimentada por una pieza de fuente de alimentación desmontable indicarán que el aparato solo debe utilizarse con la unidad de alimentación suministrada con el aparato
- Los menores de 14 años no deben realizar tareas de limpieza y mantenimiento del usuario
- Para el mantenimiento/repación del equipo sólo se utilizarán componentes suministrados por el fabricante
- Este producto tiene una garantía de dos años para el comprador original contra posibles defectos en los materiales y la fabricación, y solo estará cubierta en el país de compra. Conserve su recibo como prueba de compra. Encontrará más información en: <https://www.reebokfitness.info/bike-warranty>

PRECAUCIÓN: Se advierte al usuario de que los cambios o modificaciones no aprobados expresamente por la parte responsable del cumplimiento normativo podrían invalidar la autoridad del usuario para utilizar el equipo.

Este equipo cumple con la Parte 15 de las normas de la FCC y con el(los) estándar(es) RSS [Radio Standards Specification] exento(s) de licencia del Ministerio de Industria de Canadá. La utilización está sujeta a las dos condiciones siguientes:

- (1) este dispositivo no podrá ocasionar interferencias perjudiciales, y
- (2) este dispositivo deberá admitir cualquier interferencia recibida, incluidas aquellas que puedan provocar un funcionamiento no deseado.

NOTA: Este equipo se ha sometido a pruebas y se ha determinado que cumple los límites establecidos para los dispositivos digitales de clase B, de conformidad con el apartado 15 de las normas de la FCC [Comisión Federal de Comunicaciones de EE. UU.]. Estos límites están diseñados para proporcionar una protección razonable contra interferencias perjudiciales en una instalación residencial. Este equipo genera, utiliza y puede irradiar energía de radiofrecuencia y, si no se instala y se usa como se indica en las instrucciones, podría ocasionar interferencias perjudiciales en las comunicaciones por radio. Sin embargo, no se puede garantizar que no se produzcan interferencias en una instalación en particular.

Si este equipo causa interferencias perjudiciales en la recepción de señales de radio o televisión (lo cual puede determinarse apagando y encendiendo el dispositivo), recomendamos al usuario que intente corregir dichas interferencias adoptando una o varias de las siguientes medidas:

- Cambie la orientación o la ubicación de la antena receptora
- Aumente la distancia entre el equipo y el receptor
- Conecte el equipo a una toma ubicada en un circuito diferente al del receptor
- Consulte al distribuidor o a un técnico de radio/televisión experimentado para obtener ayuda

CAN ICES-3(B) / NMB-3(B)

Declaración de exposición a la radiación de la FCC e IC [Ministerio de Industria de Canadá]:

Este equipo cumple con los límites de exposición a la radiación de Canadá y FCC establecidos para un entorno no controlado.

Este equipo debe instalarse y manejarse con una distancia mínima de 20 cm entre el radiador y el cuerpo de la persona.

Este transmisor no deberá ser colocado ni funcionar en combinación con ninguna otra antena o transmisor.

FCC ID: 2AMDBBLE006
IC ID: 22882-BLE006

ESPECIFICACIONES ELÉCTRICAS 12V

INSTRUCCIONES IMPORTANTES DE SEGURIDAD

Cuando se utiliza un aparato eléctrico, siempre deben seguirse las precauciones básicas, entre las que se incluyen las siguientes: Lee todas las instrucciones antes de utilizar (este aparato).

PELIGRO

– Para reducir el riesgo de descarga eléctrica y lesiones por piezas móviles: Siempre desenchufe el aparato de la toma de corriente inmediatamente después de utilizarlo y antes de limpiarlo o realizarle una reparación.

ADVERTENCIA

– A fin de disminuir el riesgo de que las personas sufran quemaduras, incendios, descargas eléctricas o lesiones se debe hacer lo siguiente:

1. Este aparato no está diseñado para que lo utilicen personas con capacidades físicas, sensoriales o mentales reducidas, o con falta de experiencia y conocimientos, a menos que las supervise o instruya una persona responsable de su seguridad. Se debe mantener a los niños menores de 13 años alejados de esta máquina.
2. Este aparato solo se debe utilizar para el uso previsto, tal y como se describe en este manual. No se deben usar accesorios no recomendados por el fabricante.
3. No se debe poner en marcha el aparato si las salidas de aire están bloqueadas. Estas se deben mantener sin pelusas, pelos u elementos obstructores similares.
4. No se debe dejar caer ni introducir ningún objeto en ninguna abertura.
5. No se debe utilizar en ambientes al aire libre. Está destinado únicamente al uso doméstico.
6. No se debe operar donde se utilicen productos en aerosol (espray) o donde se administre oxígeno.
7. Nunca debe dejar el aparato desatendido cuando está enchufado. Desenchúfelo de la toma de corriente cuando no lo utilice y antes de agregarle o quitarle piezas.
8. Nunca utilice el aparato si el cable o el enchufe están dañados, si no funciona correctamente, si se ha caído o averiado, o si se ha caído al agua. Lleve el aparato a un centro de servicio para que puedan examinarlo y repararlo.
9. Mantenga el cable alejado de las superficies calientes.
10. Para desconectar el aparato, gire todos los controles a la posición de apagado y, a continuación, desconecte el enchufe de la toma de corriente.

SE DEBEN GUARDAR ESTAS INSTRUCCIONES.

(DE) ACHTUNG

- Das Gerät ist nur für den Heimgebrauch geeignet (**Verwendungsklasse H**). Verwenden Sie das Gerät nicht zu gewerblichen, Vermietungs- oder institutionellen Zwecken
- Verwenden Sie das Gerät nur wie in dieser Anleitung beschrieben. Wenden Sie sich an Ihren Arzt, bevor Sie ein Trainingsprogramm durchführen
- Bewahren Sie das Gerät stets außerhalb der Reichweite von Kindern und Haustieren auf
- Stellen Sie sicher, dass sich das Gerät auf einer flachen, stabilen und geraden Oberfläche befindet und ein Mindestabstand von 0.6 m um das Gerät eingehalten wird
- Tragen Sie stets angemessene Sportbekleidung und Trainingsschuhe
- Das Sicherheitsniveau des Geräts kann nur gewährleistet werden, wenn es regelmäßig auf Beschädigungen und Verschleiß geprüft wird. Tauschen Sie defekte Teile umgehend aus bzw. benutzen Sie das Gerät erst wieder, wenn es repariert wurde. Achten Sie insbesondere auf verschleißanfällige Teile. Alle Warnungen und Anweisungen müssen vor dem Gebrauch gelesen und berücksichtigt werden
- Halten Sie Haare, Körper und Bekleidung von sämtlichen beweglichen Geräteteilen fern
- Sollten Sie sich zu einem beliebigen Zeitpunkt während Ihres Workout schwach fühlen, Ihnen schwindelig sein oder Sie Schmerzen verspüren, brechen Sie das Training umgehend ab und konsultieren Sie einen Arzt
- Übermäßiges Training kann zu ernsthaften Verletzungen oder zum Tod führen
- Stellen Sie das Gerät im Innenbereich an einem trockenen und staubfreien Ort auf. Stellen Sie es nicht in einer Garage, auf einer überdachten Veranda oder in der Nähe von Wasser auf
- Ragen Einstellgeräte aus dem Gerät heraus, können sie sich dadurch im Bewegungsbereich des Nutzers befinden
- Das Gerät sollte nur von Personen verwendet werden, die max. **110kg** wiegen
- Der Herzfrequenzmesser kann ungenaue Werte liefern
- Übermäßiges Training kann zu ernsthaften Verletzungen oder zum Tod führen. Beenden Sie das Training umgehend
- Das Bremssystem ist nicht von der Geschwindigkeit abhängig
- Dieses Gerät kann von Kindern ab 14 Jahren und Personen mit eingeschränkten physischen, sensorischen oder mentalen Fähigkeiten oder mit mangelnder Erfahrung bzw. Mangelndem wissen verwendet werden, wenn sie beaufsichtigt werden oder in die sichere Verwendung des Geräts eingewiesen wurden und die damit verbundenen Gefahren verstehen
- In der Gebrauchsanweisung für Geräte mit einem Bauteil der Klasse III, die über ein abnehmbares Netzteil versorgt werden, muss angegeben werden, dass das Gerät nur mit dem mitgelieferten Netzteil verwendet werden darf
- Reinigung und Wartung sollten nicht von Kindern unter 14 Jahren durchgeführt werden
- Für dieses Produkt wird dem Erstkäufer eine Garantie von zwei Jahren gegen mögliche Material- und Verarbeitungsfehler gewährt, die nur im Land des Kaufs gilt. Bitte bewahren Sie Ihre Quittung als Kaufnachweis auf. Weitere Informationen finden Sie unter: <https://www.reebokfitness.info/bike-warranty>

Achtung: Der Benutzer wird davor gewarnt, dass Änderungen bzw. Modifikationen, die nicht ausdrücklich von der für die Einhaltung der Vorschriften verantwortlichen Partei genehmigt wurden, dazu führen können, dass der Benutzer die Berechtigung zum Betrieb des Geräts verliert.

(NL) WAARSCHUWINGEN

- De apparatuur is alleen bedoeld voor thuisgebruik (**H**). De apparatuur niet gebruiken in een commerciële, verhuur- of institutionele setting
- Gebruik de apparatuur uitsluitend zoals beschreven in deze handleiding. Raadpleeg uw arts voordat u een trainingsprogramma uitvoert
- Kinderen en huisdieren uit de buurt van het toestel houden
- Zorg ervoor dat de apparatuur op een vlak, stabiel en effen oppervlak staat met ten minste 0,6 m vrije ruimte rond de apparatuur
- Draag altijd geschikte trainingskleding en trainingsschoenen
- Het veiligheidsniveau van de apparatuur kan alleen worden gehandhaafd als het regelmatig wordt gecontroleerd op schade en slijtage. Defecte onderdelen onmiddellijk vervangen en/of de apparatuur buiten gebruik houden tot het is gerepareerd. Let speciaal op onderdelen die het meest gevoelig zijn voor slijtage. Alle waarschuwingen en instructies moeten worden gelezen en gevolgd voorafgaand aan het gebruik
- Haar, lichaam en kleding vrijen uit de buurt van alle bewegende delen houden
- Als u op enig moment tijdens de training zwakte, duizeligheid of pijn ervaart, stop dan onmiddellijk met trainen en raadpleeg uw arts
- Overtraining kan leiden tot ernstig letsel of overlijden.
- Houd de apparatuur binnenshuis, uit de buurt van vocht en stof. Plaats de apparatuur niet in een garage of overdekte patio, of in de buurt van water
- Als er verstelsystemen blijven uitsteken, kunnen ze de beweging van de gebruiker belemmeren
- De apparatuur mag alleen worden gebruikt door personen die **110kg** of minder wegen
- Het hartslagmetersysteem kan onnauwkeurig zijn
- Overmatige training kan leiden tot ernstig letsel of overlijden. Stop onmiddellijk met trainen
- Deze apparatuur is alleen voor consumentengebruik
- Het remsysteem is snelheidsonafhankelijk
- Dit apparaat kan worden gebruikt door kinderen van 14 jaar en ouder en personen met verminderde lichamelijke, zintuiglijke of geestelijke vermogens of gebrek aan ervaring en kennis als ze toezicht of instructie hebben gekregen met betrekking tot het veilig gebruik van het apparaat en de betrokken risico's begrijpen
- Dit apparaat mag alleen worden gebruikt met de stroomvoorzieningseenheid die is meegeleverd met het apparaat.
- Reiniging en gebruikersonderhoud mag niet worden gedaan door kinderen jonger dan 14 jaar
- Er mogen alleen door de fabrikant geleverde onderdelen worden gebruikt om de uitrusting te onderhouden/repareren
- Dit product wordt gegarandeerd aan de oorspronkelijke koper gedurende twee jaar tegen mogelijke defecten in materiaal en afwerking en wordt alleen gedekt in het land van aankoop. Bewaar uw betalingsbewijs als bewijs van aankoop. Meer informatie is te vinden op: <https://www.reebokfitness.info/bike-warranty>
- Doe een warming-up voordat u gaat trainen

Attentie: De gebruiker wordt erop geattendeerd dat veranderingen of wijzigingen die niet uitdrukkelijk zijn goedgekeurd door de partij die verantwoordelijk is voor de naleving, de autoriteit van de gebruiker om de apparatuur te bedienen ongeldig kan maken.

(IT) AVVERTENZA!

- L'attrezzo deve essere utilizzato esclusivamente in ambiente domestico (**H**). Non può essere noleggiato, né essere utilizzato per scopi commerciali o presso sedi istituzionali
- Per l'utilizzo è necessario attenersi alle istruzioni riportate nel presente manuale. Consulta il tuo medico prima di svolgere qualunque programma di esercizi
- Tieni sempre lontani bambini e animali domestici
- L'attrezzo può essere usato da ragazzi con un'età minima di 14 anni e da persone con ridotte capacità fisiche, sensoriali o mentali o senza esperienza e conoscenza, soltanto previa supervisione e istruzione sull'uso dell'apparecchio in sicurezza e comprensione dei potenziali rischi
- Gli interventi di pulizia e manutenzione devono essere effettuati da persone di età superiore ai 14 anni
- Assicurati che l'attrezzo sia collocato su una superficie piana, stabile e livellata, prevedendo intorno ad esso uno spazio minimo di 0,6 m
- Per i tuoi allenamenti indossa sempre indumenti appropriati e scarpe da ginnastica
- Il livello di sicurezza dell'attrezzo può essere assicurato solo se viene regolarmente controllato per verificarne eventuali danneggiamenti o usura. Sostituisci immediatamente i componenti difettosi e non consentire l'accesso all'attrezzo fino ad avvenuta riparazione. I componenti maggiormente soggetti ad usura devono essere controllati con maggiore attenzione. Prima dell'utilizzo leggi con attenzione e segui tutte le avvertenze e istruzioni.
- Prima dell'utilizzo, fai attenzione che i capelli, le parti del corpo e gli indumenti non restino impigliati in parti in movimento
- Se durante la sessione dovessi avere vertigini, un mancamento o avvertire dolore, interrompi subito l'allenamento e chiama il tuo medico
- Esagerare nell'allenamento può causare serie lesioni o morte
- Tieni l'attrezzo in un locale chiuso, lontano dall'umidità e dalla polvere. Non posizionare l'attrezzo in garage, all'aperto anche se al coperto, o vicino all'acqua
- Se viene lasciato sporgere qualche dispositivo di regolazione potrebbe interferire con il movimento dell'utente.
- Il peso massimo consentito dell'utilizzatore è di **110kg**
- La frequenza cardiaca può non essere sempre monitorata con la necessaria precisione
- Sforzi eccessivi possono portare a gravi lesioni o anche alla morte. Interrompi subito l'allenamento
- L'attrezzo è destinato esclusivamente all'uso privato
- Il sistema di frenata non agisce in funzione della velocità
- Usare l'attrezzo solo con l'alimentatore in dotazione
- Per la manutenzione / riparazione dell'attrezzo usare esclusivamente componenti forniti dal produttore
- Il prodotto è coperto per due anni da garanzia contro eventuali difetti di materiale e lavorazione per l'acquirente originale ed esclusivamente nel paese di acquisto. Conservare la ricevuta a riprova dell'avvenuto acquisto. Per ulteriori informazioni, consultare il sito: <https://www.reebokfitness.info/treadmill-warranty>

Attenzione: Si avverte l'utente che eventuali cambiamenti o modifiche non espressamente approvati dal responsabile della conformità possono invalidare la facoltà dell'utente a utilizzare l'apparecchiatura.

(PT) ATENÇÃO

- O equipamento destina-se exclusivamente a utilização doméstica (**Utilização doméstica**). Não utilize o equipamento em qualquer ambiente comercial, de aluguer ou institucional
- Utilize o equipamento apenas conforme descrito neste manual. Consulte o seu médico antes de realizar qualquer programa de exercícios
- Mantenha sempre as crianças e os animais de estimação afastados do equipamento
- Certifique-se de que o equipamento é colocado numa superfície plana, estável e nivelada, com pelo menos 0.6 m de área livre à volta do mesmo
- Use sempre roupa e calçado de desporto adequados
- O nível de segurança do equipamento apenas pode ser garantido se este for regularmente inspecionado quanto a danos e desgaste. Substitua imediatamente componentes com defeito e/ou não use o equipamento enquanto não for reparado. Preste especial atenção aos componentes mais suscetíveis a desgaste. Todos os avisos e instruções têm que ser lidos e respeitados antes de qualquer utilização
- Mantenha o cabelo, o corpo e a roupa afastados de todas as peças móveis
- Se a qualquer momento durante a prática de exercício sentir sensação de desmaio, tonturas ou dores, interrompa imediatamente e consulte o seu médico
- O excesso de exercício pode resultar em lesões graves ou morte
- Mantenha o equipamento no interior, num local sem humidade nem poeira. Não coloque o equipamento numa garagem ou pátio coberto, nem perto de água
- Se algum dos mecanismos de ajuste ficar saliente, poderá interferir com os movimentos do utilizador
- O equipamento deve ser utilizado apenas por pessoas com um peso igual ou inferior a **110kg/243lb**
- O sistema de monitorização do ritmo cardíaco pode não ser exato
- O excesso de exercício pode resultar em lesões graves ou morte. Interrompa imediatamente a prática de exercício
- O sistema de travagem não depende da velocidade
- Este equipamento pode ser usado por crianças com 14 anos ou mais e por pessoas com capacidades físicas, sensoriais ou mentais reduzidas ou sem experiência nem conhecimentos se forem supervisionadas ou instruídas relativamente à sua utilização segura e compreenderem os perigos envolvidos
- As instruções dos aparelhos que contenham peças com construção de classe III alimentadas a partir de uma fonte de alimentação separada deverão indicar que o aparelho apenas deve ser usado com a unidade de fonte de alimentação fornecida juntamente com o aparelho
- A limpeza e a manutenção por parte do utilizador não devem ser realizadas por crianças com menos de 14 anos
- Este produto inclui uma garantia de dois anos para o comprador original contra possíveis defeitos materiais e de fabrico apenas aplicável no país onde a compra foi efetuada. Guarde a fatura como comprovativo de compra. Pode encontrar mais informações em: <https://www.reebokfitness.info/bike-warranty>

Atenção: adverte-se o utilizador para o facto de que quaisquer alterações ou modificações não expressamente aprovadas pela parte responsável pela conformidade poderão anular a autoridade do utilizador para operar o equipamento.

i-BIKE

(ZH) 警告

- 该设备仅供家庭使用 **(H)**。请勿在任何商业、租赁或机构场所使用本设备

- 请按照本使用说明书的描述使用设备,在进行任何运动之前, 请咨询您的医生

- 务必让儿童和宠物远离设备

- 确保设备在一个平坦、稳定和水平的表面上, 设备周围应至少留有 0.6m的空间

- 使用设备时务必穿着合适的运动服和训练鞋

- 只有定期检查设备的损坏和磨损情况, 才能保持设备的安全水平。立即更换有缺陷的部件和/或使设备停止使用直至修理。特别注意易磨损的部件。在使用前必须阅读并遵循所有警告和说明

- 务必使头发、身体和衣服远离活动部件

- 如果在运动过程中你感到疲劳、头晕或疼痛, 立即停止运动并咨询医生

- 过度运动可能导致严重的伤害或死亡

- 请将设备放置在室内, 远离湿气、灰尘。不要把设备放在车库或有盖的天井, 或靠近水

- 如果任何设备调整装置是突出的, 它们可能会干扰用户的移动

- 设备只能由体重在 **110 公斤 /243lb** 磅以下的人员使用

- 心率监测系统只能作为运动辅助工具

- 用于确定心率的大体趋势, 读数可能不是很精确, 过度运动可导致严重的伤害或死亡, 请立即停止运动

- 非速度关联训练设备 (制动系统与速度无关)

- 本产品旨在由成人用来进行体育锻炼, 本产品不宜14岁以下的人使用

- 残障人士不得在没有合格人员协助的情况下使用设备

- 请使用包装内提供的电源适配器

- 针对材料和工艺方面可能存在的缺陷, 本产品对原始购买者提供两年质保, 并且仅在购买国境内提供质保。请保留您的收据作为购买凭证。更多详情请访问: https://www.reebokfitness.info/bike-warranty

- 运动前请充分热身

警告:警告用户, 未经遵守责任方明确批准的更改或修改可能使用户操作设备的权限失效。

(JA) 注意

- 機器は家庭用として **(H)** の意図されています。機器を営利的な、レンタル、あるいは施設の設定で使用しないでください

- 機器を本マニュアルの中で記述されているようにのみ使用してください。何らかの運動プログラムを行う前に、医者にご相談してください

- いつでも、子供とペットを装置に近づけないでください

- 機器を必ず、平らな、安定した水準面の上に、機器の周りのエリアから最低、0.6m 離して置いてください

- いつも適切な運動用衣服を着、トレーニング用靴を履いてください

- 機器の安全レベルは、損傷や摩耗がないかどうかを定期的に検査する場合のみ、維持することができます。欠陥があるコンポーネントは即座に交換し、および/あるいは、機器が修理されるまで使用しないでください。接続点など、最も摩耗しやすいコンポーネントに特に注意を払ってください。ご使用前に、すべての警告と使用説明を読み、従ってください

- 髪、身体、衣服がすべての可動部分に巻き込まれないように、注意してください

- 運動中にめまいがしたり、フラフラしたり、あるいは痛みを感じるときはいつでも即座に運動をやめ、医師にみてもらってください

- 過剰な運動をすると、大怪我や死をもたらす可能性があります

- 機器を常に屋内に置き、湿気や埃から守ってください。機器をガレージや、屋根のある中庭、あるいは水のそばで使用しないでください

- 調節デバイスのどれかが突き出たままになっていると、ユーザーの動きと干渉する可能性があります

- 機器は体重が**110kg/243lb** 以下の人しか使用するべきではありません

- 心拍数監視システムは不正確かもしれません

- 過剰な運動をすると、大怪我や死をもたらす可能性があります。即座に運動をやめてください

- ブレーキシステムは速度に依存しません

- この装置は、装置の安全な使用に関する監督または説明を受け、関係する危険を理解している14歳以上の子供や、身体能力、感覚能力、あるいは精神能力が劣った人、あるいは経験や知識がない人が使用することができます

- 取り外し可能な電源から電力を供給されるクラス III の構造の一部をもつ装置の使用説明は、この装置にはそれとともに提供される電源ユニット以外は使用してはならないことを示しています

- クリーニングやユーザーメンテナンスは、14歳未満の子供が行ってはいけません

- この製品は当初の購入者に対して、2年間、材料と細工におけるあるかもしれない欠陥に対して保証されており、購入された国でのみカバーされます。購入の証明として、レシートをとっておいてください。詳細は次をご覧ください: https://www.reebokfitness.info/bike-warranty

注意: 準拠に対して責任のある当事者によつてはつきりと承認されていない変更、または修正を行うと、機器を運転するユーザーの資格が無効になるかもしれないことに注意してください。

(KO) 주의

- 본 장비는 가정용으로 제작되었습니다 (가정용 H). 업체나 대여 서비스, 공공장소 등에서 사용해서는 안 됩니다

- 매뉴얼에 명시된 방식으로만 장비를 활용해야 합니다. 운동 프로그램을 시작하기 전, 의사에게 문의하시기 바랍니다

- 어린이와 애완동물이 절대 기기 가까이 오지 않도록 합니다

- 기울어지지 않은 편평하고 안정적인 표면에 기기를 두되, 주변에 최소 0.6 m의 여유 공간을 둡니다

- 항상 적합한 운동복과 운동용 신발을 착용하시기 바랍니다

- 손상이나 마모된 부분이 있는지 정기적으로 검사를 받은 경우에만 기계의 안전이 보장됩니다. 하자가 발견된 부품은 즉각 교체하거나 수리가 완료될 때까지 기계 사용을 중단합니다. 소모가 많이 되는 부품에 특히 주의를 기울이십시오. 경고사항과 안내문을 모두 읽고 숙지한 후 제품을 사용하시기 바랍니다

- 머리카락과 신체, 옷이 작동 중인 제품에 가까이 닿지 않도록 합니다

- 운동 도중 현기증을 느끼거나 통증 발생 시 운동을 즉각 중단하고 의사의 진찰을 받으시기 바랍니다

- 과도한 운동으로 증상을 입거나 사망에 이를 수 있습니다

- 습기와 먼지가 없는 실내에서 장비를 보관합니다. 차고나 정원 파티오, 물 근처에서 장비를 보관하지 마십시오

- 조절 장치 중 어느 한가지라도 돌출된 상태로 내버려두면, 운동에 방해가 될 수 있습니다

- 본 장비는 체중이 **110kg** 이하인 사람만 사용 가능합니다

- 심장박동수 모니터링 기기의 수치가 정확하지 않을 수 있습니다

- 과도한 운동으로 증상을 입거나 사망에 이를 수 있습니다. 운동을 즉각 중단하십시오

- 브레이크 시스템은 속도에 영향을 받지 않습니다

- 본 기기 사용으로 수반될 수 있는 위험을 이해하고 안전하게 기기를 사용할 수 있도록 감시하거나 설명해줄 수 있는 환경이 사용자에게 주어진다는 조건 하에서, 본 기기는 14세 이상의 어린이는 물론 신체나 감각, 정신적 능력이 저하되었거나 경험, 지식이 부족한 사람도 이용 가능합니다

- 분리 가능한 전원 공급 장치를 통해 전원을 공급 받는 클래스 III 구조를 지닌 전자제품에 대한 설명서에 따르면 본 제품은 판매 시 제공된 전원 공급 장치만을 사용해야 합니다

- 14세 미만의 어린이가 기기를 청소하고 유지보수에 참여해서는 안 됩니다

- 본 제품의 소재와 제조 공정상의 결함이 있는 경우 최초 구매자에 한해 2년간 품질 보증을 해드리며 구매 국가에서만 적용 가능합니다. 영수증을 구매 증거 자료로 보관해 주시기 바랍니다. 자세한 정보는 여기에서 참조하세요: https://www.reebokfitness.info/bike-warranty

주의: 제품의 규정을 담당하는 당국이 명확히 승인한 방식이 아님에도 제품을 변경 혹은 개조하는 경우 본 장비의 정당한 사용자 자격이 박탈될 수 있습니다.

(AR) تنبيه

- الجهاز مخصص للاستخدام المنزلي فقط **(H)**. يُحظر استخدام الجهاز في أي بيئة تجارية أو إيجارية أو مؤسسية

- لا تستخدم الجهاز إلا على النحو الموضح في هذا الدليل. استشر طبيبك قبل أداء أي برنامج تدريبي

- احرص على إبعاد الأطفال والحيوانات الأليفة عن الجهاز طوال الوقت

- احرص على وضع الجهاز على سطح مسطح ومستقر مع توفير مساحة خالية محيطة بالجهاز مقدارها 0.6متر على الأقل

- ارتدِ ملابس وأحذية التدريب المناسبة دومًا

- يمكن الحفاظ على مستوى سلامة الجهاز إذا تم فحصه بانتظام للتحقق من عدم وجود تلف أو اهتراء. استبدل المكونات التالفة على الفور و/أو لا تستخدم الجهاز حتى يتم تصليحه. يُرجى الانتباه الشديد للمكونات سريعة التآكل. لا بد من قراءة كل التحذيرات والتعليمات واتباعها قبل الشروع في الاستخدام

- أبقِ الشعر والجسم والملابس بعيدة عن كل الأجزاء المتحركة

- إذا شعرت خلال التدريب بالإغماء أو الدوخة أو الألم، فتوقّف عن ممارسة التدريب فورًا واستشر طبيبك

- قد يؤدي الإفراط في التدريب إلى إصابات خطيرة أو الموت

- أبقِ الجهاز داخل المنزل، بعيدًا عن الرطوبة والتراب. لا تضع الجهاز في مرآب أو فناء مغطى، أو بالقرب من الماء

- إذا تركت أي من معدات الضبط بارزة، فقد تتداخل مع حركة المستخدم

- ينبغي ألا يستخدم الجهاز سوى الأشخاص الذين لا يتجاوز وزنهم 110 كجم / 243 رطلاً

- قد يكون نظام مراقبة سرعة القلب غير دقيق

- يمكن للإفراط في التدريب أن يسبب إصابة بالغة أو الوفاة. أوقف التدريب على الفور

- لا يعتمد نظام الكبح على السرعة

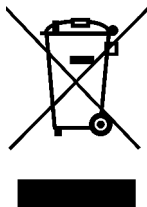
- يمكن للأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 14 عامًا فما فوق والأشخاص الذين يعانون من ضعف القدرات الجسدية، أو الحسية، أو العقلية أو من نقص الخبرة والمعرفة، استخدام هذا الجهاز، إذا كانوا تحت الإشراف أو إذا حصلوا على توجيهات تتعلق باستخدام الجهاز بطريقة آمنة، وإذا كانوا على علم بالمخاطر الموجودة

- يجب أن تنص إرشادات الأجهزة التي تتضمن جزءًا من تفسير الفئة III المقتبس من الجزء الخاص بوحدة الإمداد بالطاقة القابلة للفصل على أنه لا يجوز استخدام الجهاز إلا مع وحدة الإمداد بالطاقة المرفقة بالجهاز.

- يُحظر على الأطفال دون عمر 14 عامًا تولي أعمال التنظيف والصيانة المقتصرة على المستخدم

- يأتي هذا المنتج بضمان للمشتري الأصلي لمدة عامين ضد العيوب المحتملة في الخامات والصناعة، ولن يغطيه الضمان إلا في بلد الشراء. يُرجى الاحتفاظ بالإيصال كدليل على الشراء. يمكن العثور على مزيد من التفاصيل في: https://www.reebokfitness.info/bike-warranty

تنبيه: ننبه المستخدم إلى أن إجراء أي تغييرات أو تعديلات غير معتمدة صراحة من الطرف المسؤول عن الامتثال يمكن أن يؤدي إلى إلغاء تفويض المستخدم بتشغيل الجهاز.



(EN) WEEE logo this symbol on a product means that the product is covered by European Directive 2012/19/EU.

The Bluetooth® word mark and logos are registered trademarks owned by Bluetooth SIG, Inc. and any use of such marks by RFE International is under license.

Operation frequency of dongle = 10 MHz to 300 GHz and Max. transmitted RF power = 0.632 mW

Hereby, R.F.E International Ltd declares that the radio equipment type “Motorized Treadmill” is in compliance with Directive 2014/53/EU. The full text of the EU declaration of conformity is available at the following internet address: https://library.rfeinternational.com/RVIR-10300_AVUS-10110_EU_RED_DOC.docx

(FR) Logo DEEE. Ce symbole sur un produit signifie que le produit est couvert par la directive européenne 2012/19/UE.

La marque verbale et les logos Bluetooth sont des marques déposées appartenant à Bluetooth SIG, Inc. et toute utilisation de ces marques par RFE International se fait sous licence.

Fréquence de fonctionnement du dongle = 10 MHz à 300 GHz et puissance RF maximale transmise = 0,632 mW

Par la présente, RFE International Ltd, déclare que l'équipement radio du type « Tapis roulant motorisé » est conforme à la directive 2014/53/UE. Le texte complet de la déclaration UE de conformité est disponible à l'adresse internet suivante: https://library.rfeinternational.com/RVIR-10300_AVUS-10110_EU_RED_DOC.docx

(ES) Logotipo WEEE [o «RAEE»: residuos de aparatos eléctricos y electrónicos]. Cuando este símbolo aparece en un producto significa que el producto se rige por la Directiva Europea 2012/19/UE.

Los logotipos y marca denominativa Bluetooth® son marcas registradas propiedad de Bluetooth SIG, Inc. y cualquier uso de tales marcas por parte de RFE International se efectúa bajo licencia.

Frecuencia operativa del dongle (dispositivo de bluetooth) = 10 MHz a 300 GHz y máxima potencia de RF transmitida = 0,632 mW

Por la presente, R.F.E International Ltd declara que el tipo de equipo de radio ""Cinta de correr motorizada"" cumple con la Directiva 2014/53/UE. El texto completo de la declaración UE de conformidad está disponible en la dirección de Internet siguiente: https://library.rfeinternational.com/RVIR-10300_AVUS-10110_EU_RED_DOC.docx

(DE) WEEE-Etikett: Diese Kennzeichnung bedeutet, dass das Produkt unter die EU-Richtlinie 2012/19/EU fällt.

Die Bluetooth®-Wortmarke und -Logos sind eingetragene Markenzeichen im Eigentum von Bluetooth SIG, Inc. und jegliche Verwendung dieser Markenzeichen von RFE International erfolgt unter Lizenz.

Betriebsfrequenz des Dongles = 10 MHz bis 300 GHz und max. übermittelte Sendeleistung = 0,632 Mw

Hiermit erklärt, R.F.E International Ltd, dass der Funkanlagetyp „Motorisiertes Laufband“ der Richtlinie 2014/53/EU entspricht. Der vollständige Text der EU-Konformitätserklärung ist unter der folgenden Internetadresse verfügbar: https://library.rfeinternational.com/RVIR-10300_AVUS-10110_EU_RED_DOC.docx

(NL) AEEA-logo dit symbool op een product betekent dat het product valt onder de Europese richtlijn 2012/19/EU.

De Bluetooth® woordmarkering en logo's zijn geregistreerde handelsmerken in eigendom van Bluetooth SIG, Inc. en ieder gebruik van deze markeringen door RFE International is onder licentie.

Bedrijfsfrequentie van dongle = 10 MHz tot 300 GHz en Max. uitgezonden RF-vermogen = 0,632 mW

Hierbij verklaart R.F.E International Ltd dat de radio-apparatuur type “gemotoriseerde loopband” in naleving is van Richtlijn 2014/53/EU. De volledige tekst van de EU-conformiteitsverklaring is beschikbaar op het onderstaande internetadres: https://library.rfeinternational.com/RVIR-10300_AVUS-10110_EU_RED_DOC.docx

(IT) Logo RAEE Questo simbolo apposto su un prodotto indica che il prodotto è conforme alla Direttiva europea 2012/19/UE.

Il marchio e i loghi Bluetooth® sono marchi registrati di proprietà Bluetooth SIG, Inc. e ogni uso di tali marchi da parte di RFE International è concesso su licenza.

Frequenza di funzionamento dongle = da 10 MHz a 300 GHz e potenza RF massima trasmessa = 0,632 mW

R.F.E International Ltd dichiara qui che l'apparecchiatura radio tipo "Tapis roulant motorizzato" è conforme alla direttiva 2014/53/UE. Il testo completo della Dichiarazione di conformità UE è disponibile al seguente indirizzo internet: https://library.rfeinternational.com/RVIR-10300_AVUS-10110_EU_RED_DOC.docx



(PT) Logótipo WEEE (REEE –resíduos de equipamentos elétricos e eletrónicos). Este símbolo num produto significa que o produto é abrangido pela Diretiva Europeia 2012/19/UE.

A marca nominativa e os logótipos Bluetooth® são marcas registadas detidas pela Bluetooth SIG, Inc. e qualquer utilização dessas marcas pela RFE International está sujeita a licença.

Frequência de operação do dongle de bluetooth = 10 MHz to 300 GHz e potência máxima de RF transmitida= 0.632 mW

Por este meio, a R.F.E International Ltd declara que o presente tipo de equipamento de rádio “Passadeira Motorizada” está em conformidade com a Diretiva 2014/53/UE. O texto completo da declaração de conformidade da UE está disponível no seguinte endereço de Internet: https://library.rfeinternational.com/RVIR-10300_AVUS-10110_EU_RED_DOC.docx

(ZH) 产品上的WEEE标志表示该产品符合欧盟指令2012/19/EU。

蓝牙®文字标志和徽标是由蓝牙SIG, Inc.拥有的注册商标, RFE International对这些 标志的任何使用都是经过许可的。

在此, RFE international声明本产品符合指令2014/53/EU的基本要求和其他相关规定。

(JA) WEEE ロゴ。製品上のこのシンボルは製品が欧州指令 2012/19/EU によってカバーされていることを意味します。

Bluetooth® ワードマークとロゴは、Bluetooth SIG, Inc. が所有する登録商標であり、RFE インターナショナルによるそのようなマークのどんな使用も許可を得ています。

この結果、RFE インターナショナルが、この製品が指令 2014/53/EU の本質的な必要条件と他の関連する規定に準拠していることを宣言しています。

(KO) WEEE 로고- 제품에 본 표시가 붙은 것은 해당 제품이 유럽 지침 2012/19/EU를 준수하고 있음을 뜻합니다.

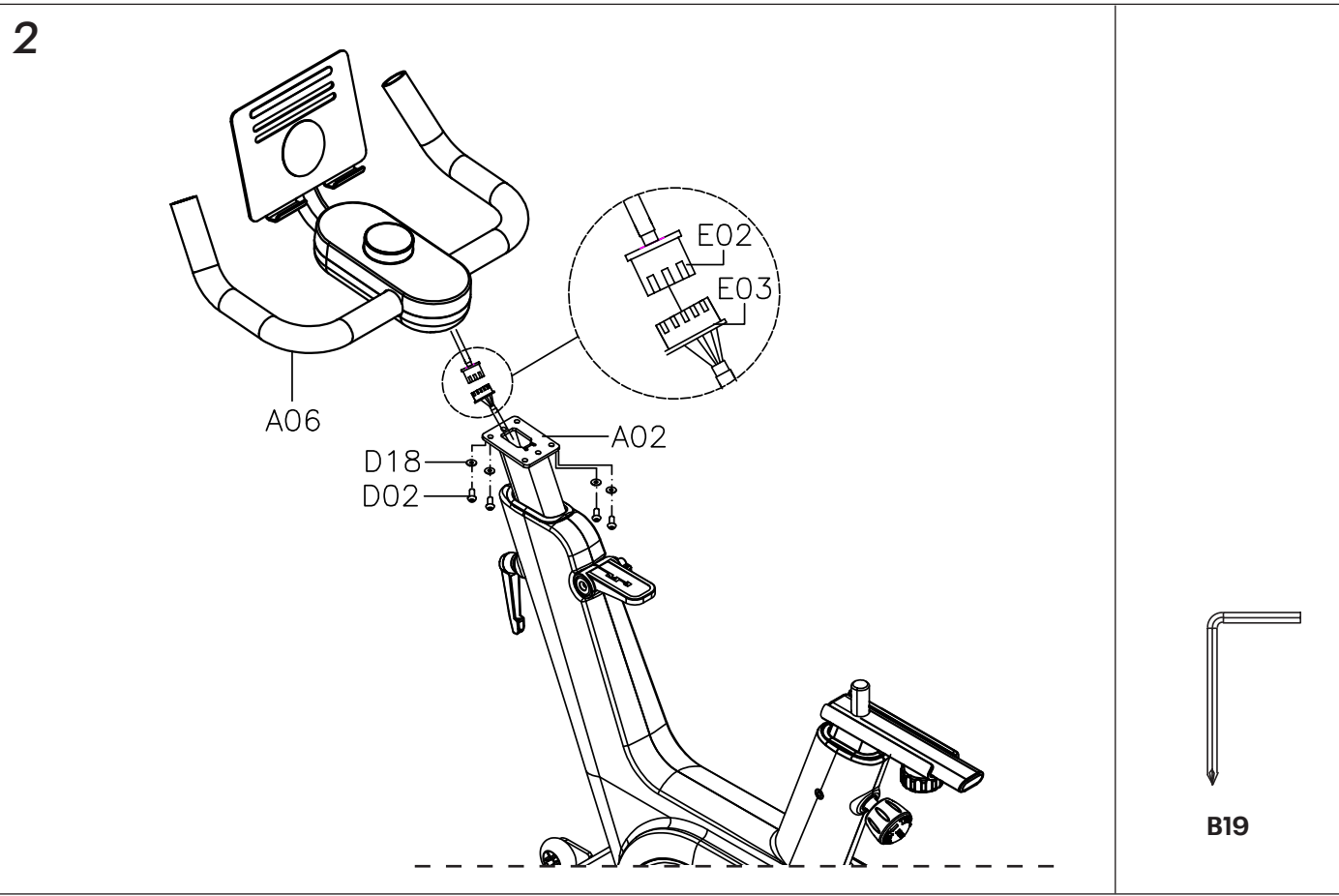
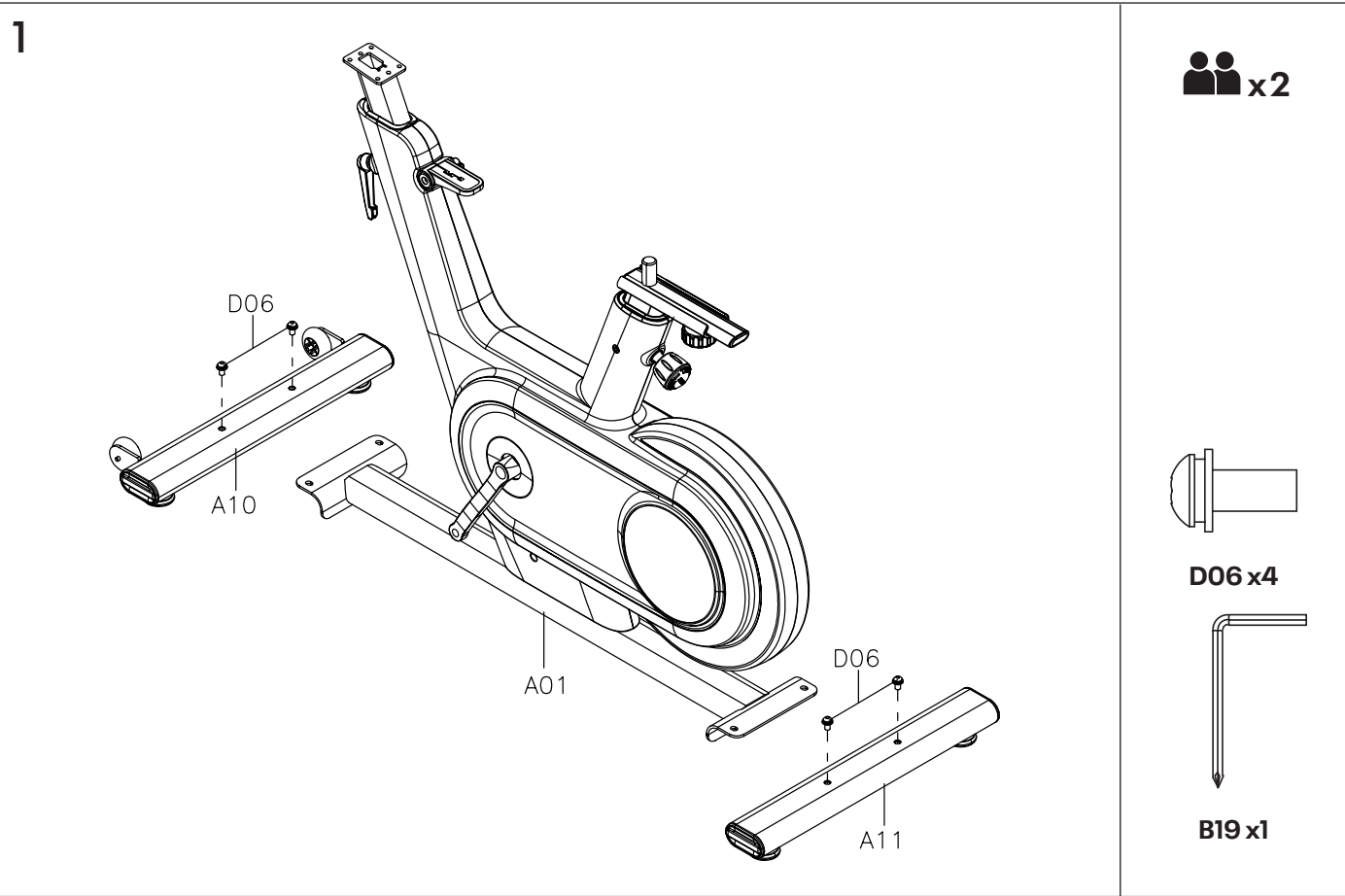
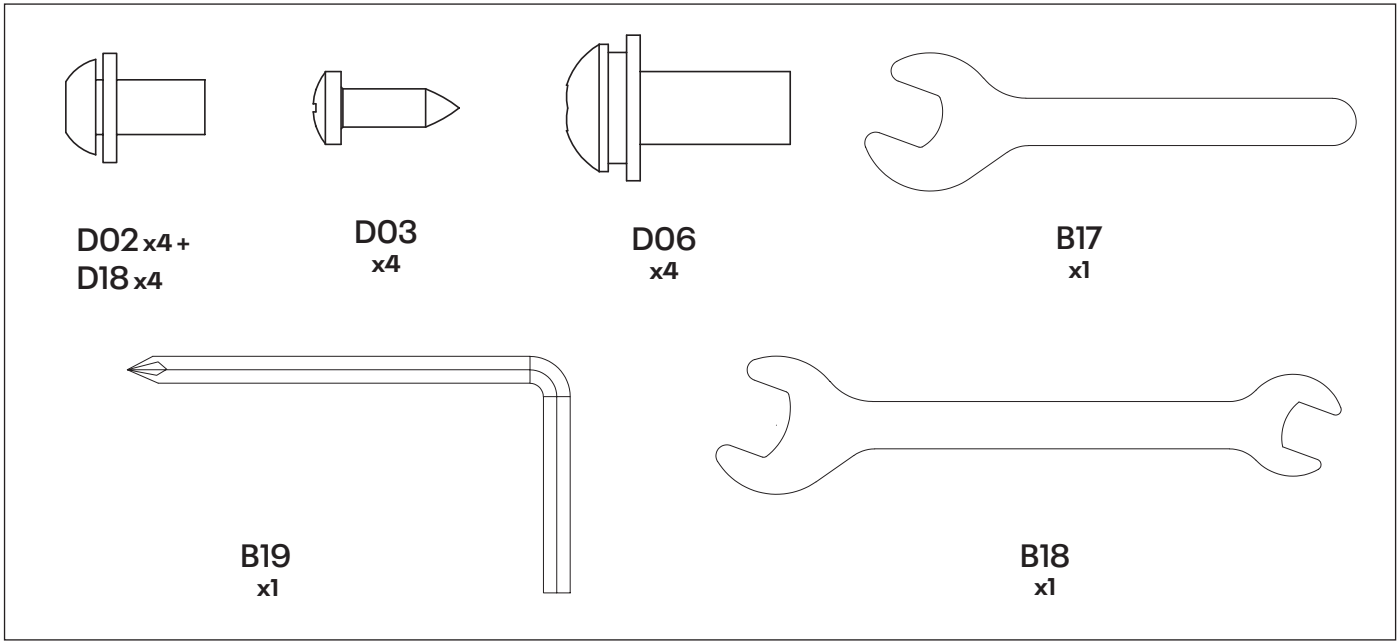
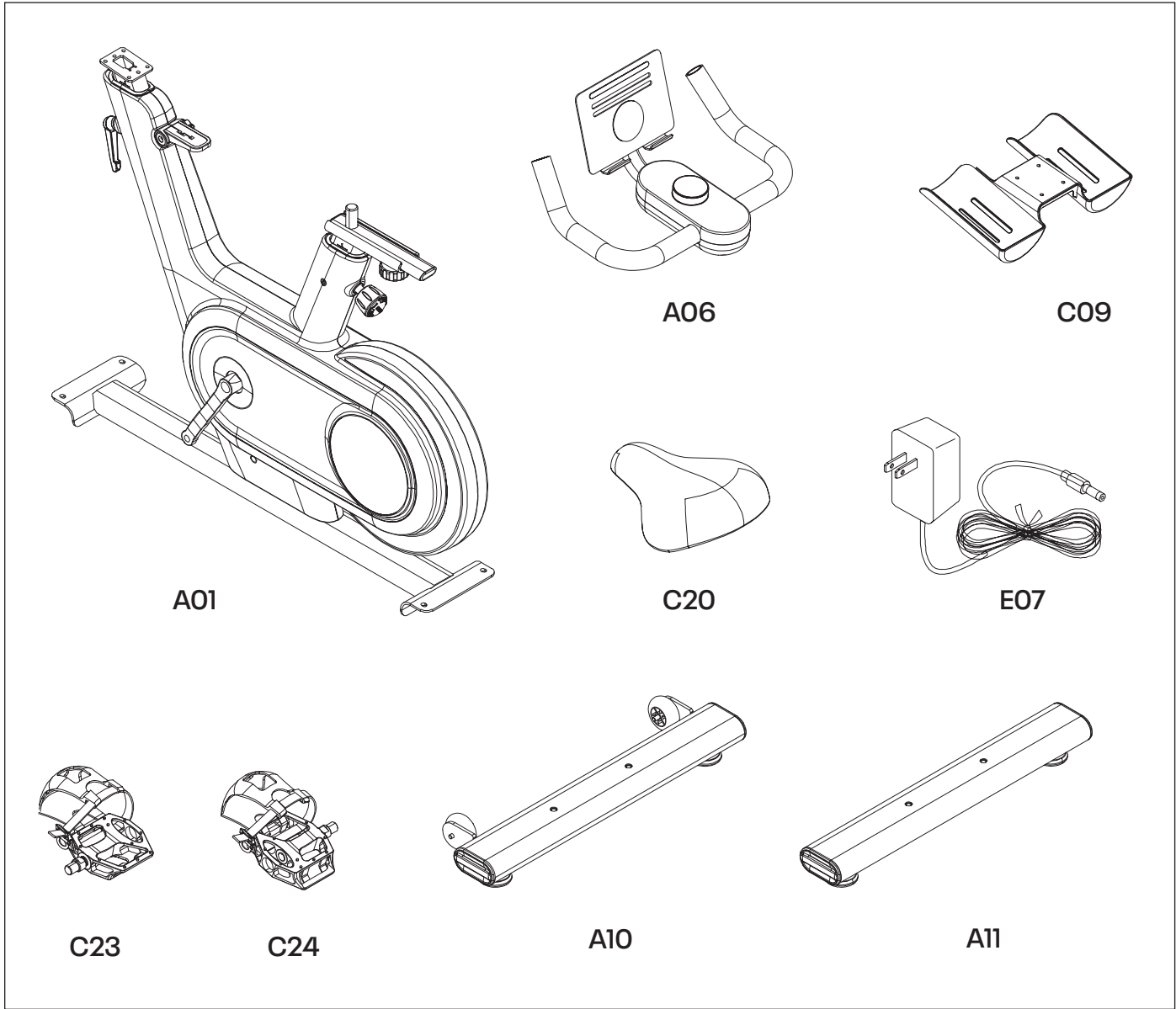
Bluetooth® 글자 마크와 로고는 Bluetooth SIG, Inc. 소유 등록상표이며 RFE 인터내셔널은 라이선스 계약에 따라 해당 마크를 사용합니다.

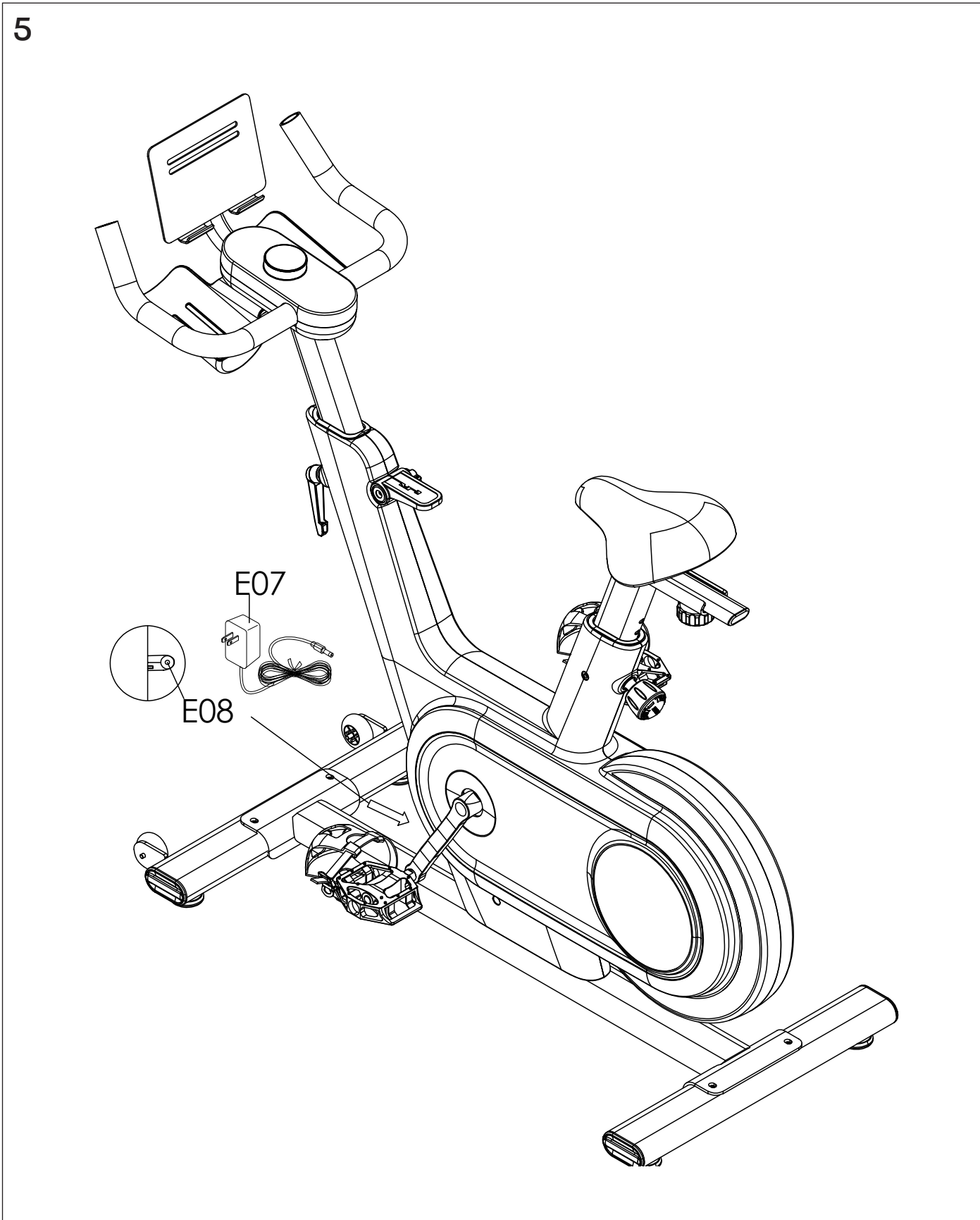
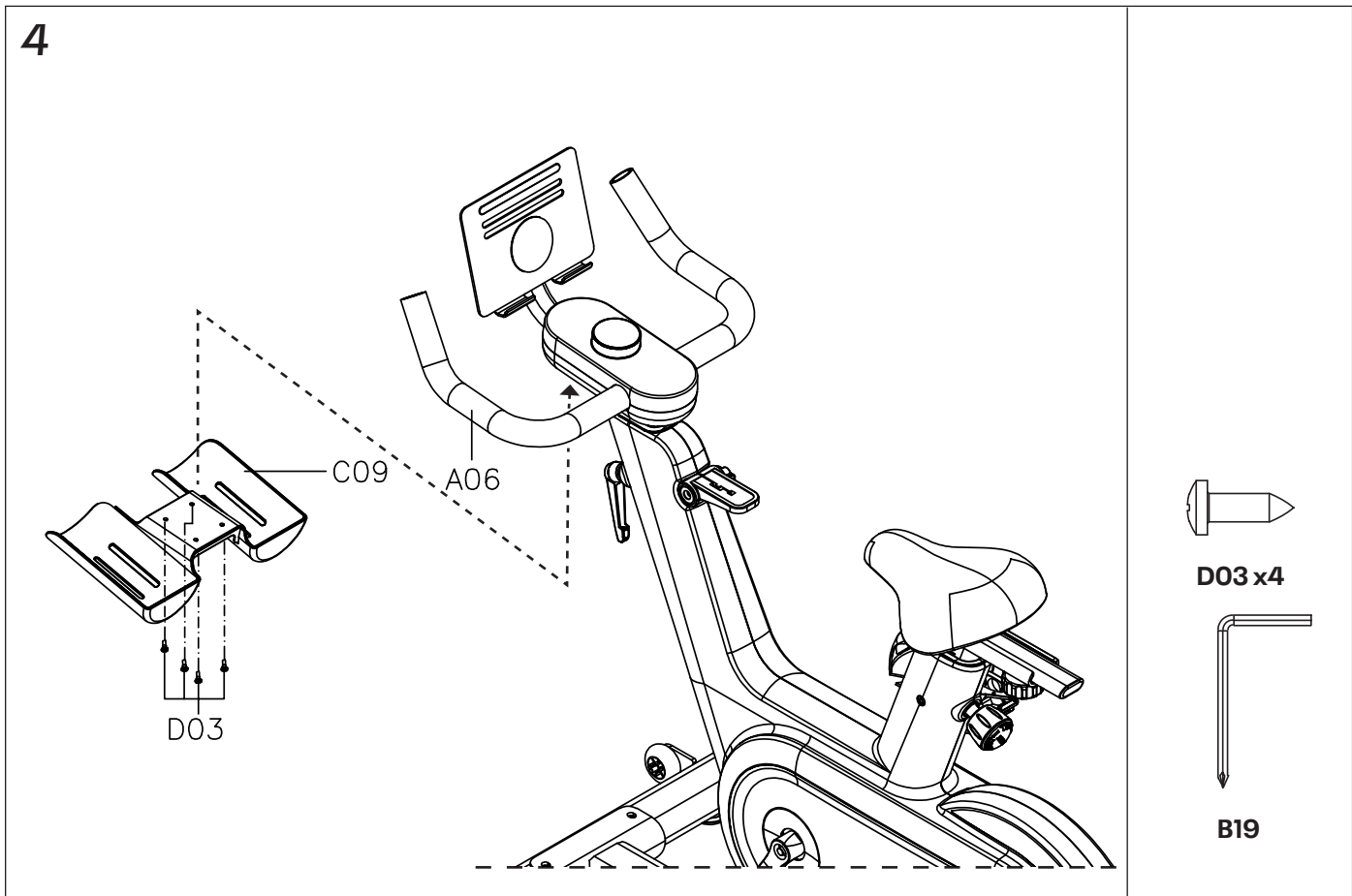
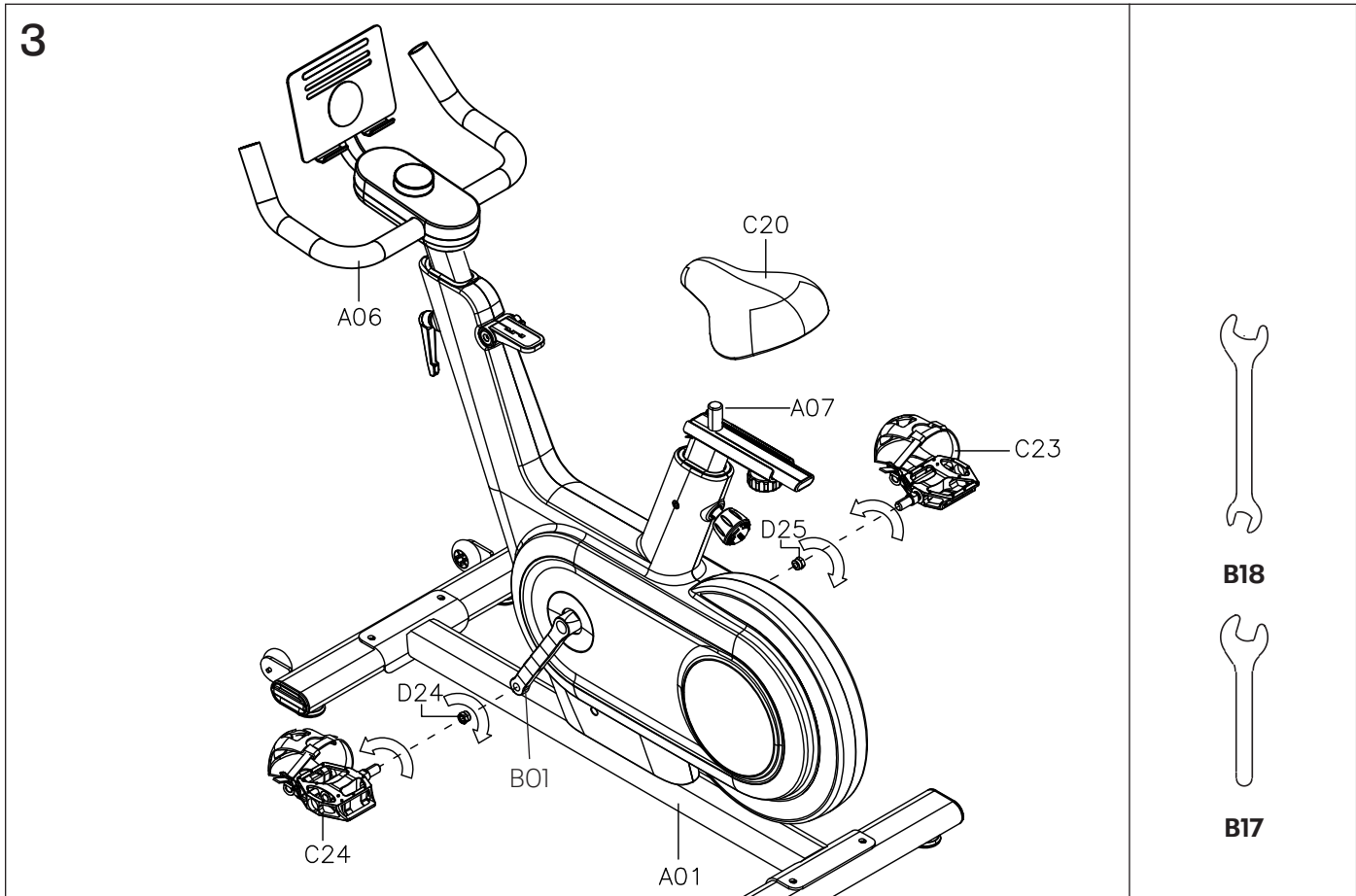
이에 따라 RFE 인터내셔널은 본 제품이 지침 2014/53/EU의 핵심 조건은 물론 기타 관련 조항을 준수함을 선포합니다.

(AR) الموجود على المنتج أن المنتج خاضع للتوجيه الأوروبي WEEE يُقصد بالشعار" 2012/19/EU.

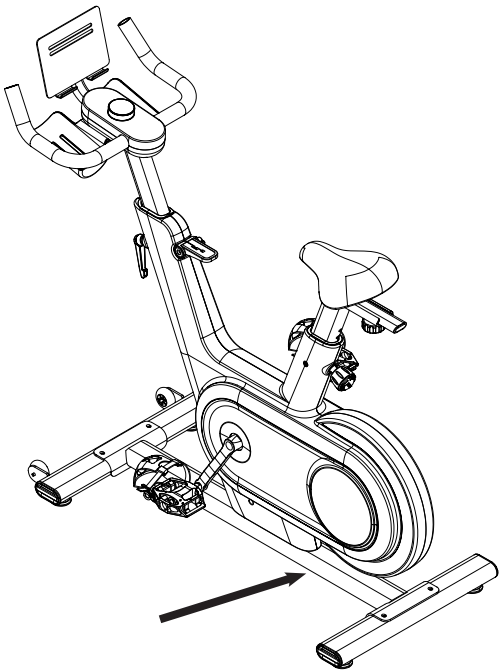
وشعاراتها علامات تجارية مُسجَّلة مملوكة لشركة Bluetooth® العلامة المكتوبة RFE وأي استخدام لهذه العلامات من طرف شركة Bluetooth SIG, Inc. يجب أن يكون بموجب ترخيص منها International

العالمية أن هذا المنتج مطابق للمتطلبات الأساسية RFE وبناء عليه، تشرح شركة RFE/UE."وغيرها من الشروط ذات الصلة بالتوجيه 2014/53

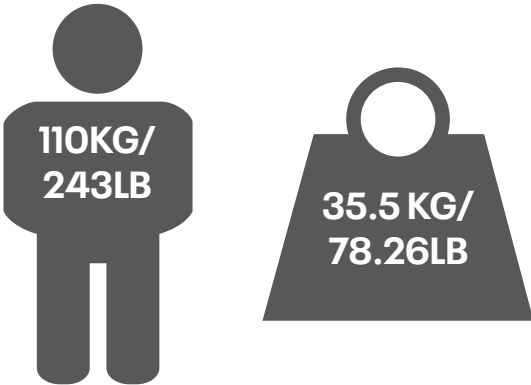


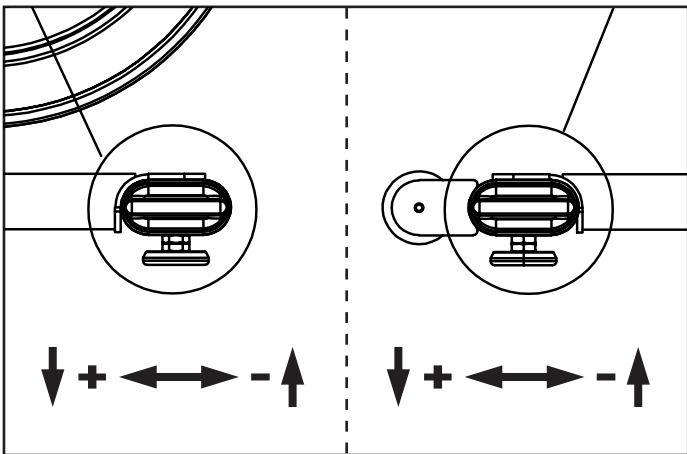


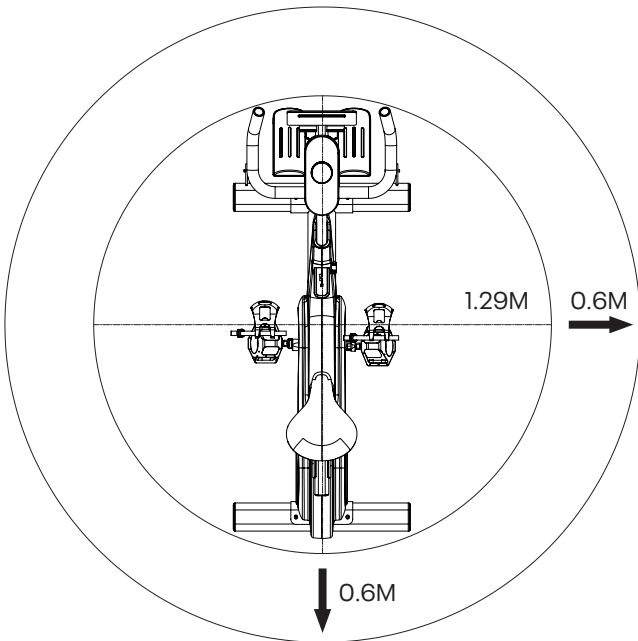
PRODUCT DISASSEMBLY INSTRUCTIONS: PLEASE DISASSEMBLE ACCORDING TO THE REVERSE STEPS OF PRODUCT ASSEMBLY
产品拆卸说明: 请按照产品组装相反步骤进行拆卸。



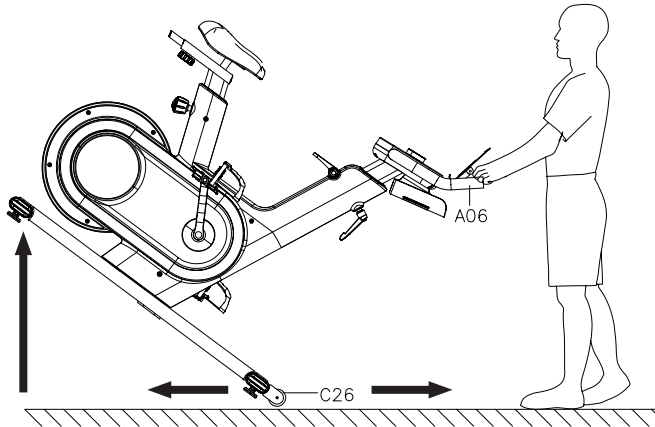
Serial number/Numéro de série/Número de serie/Seriennummer/
Numero di serie/Número de série/产品序列号/シリアル番号/일련
번호/Número de serie/الرقم التسلسلي
RVIR-10300/0001/000001

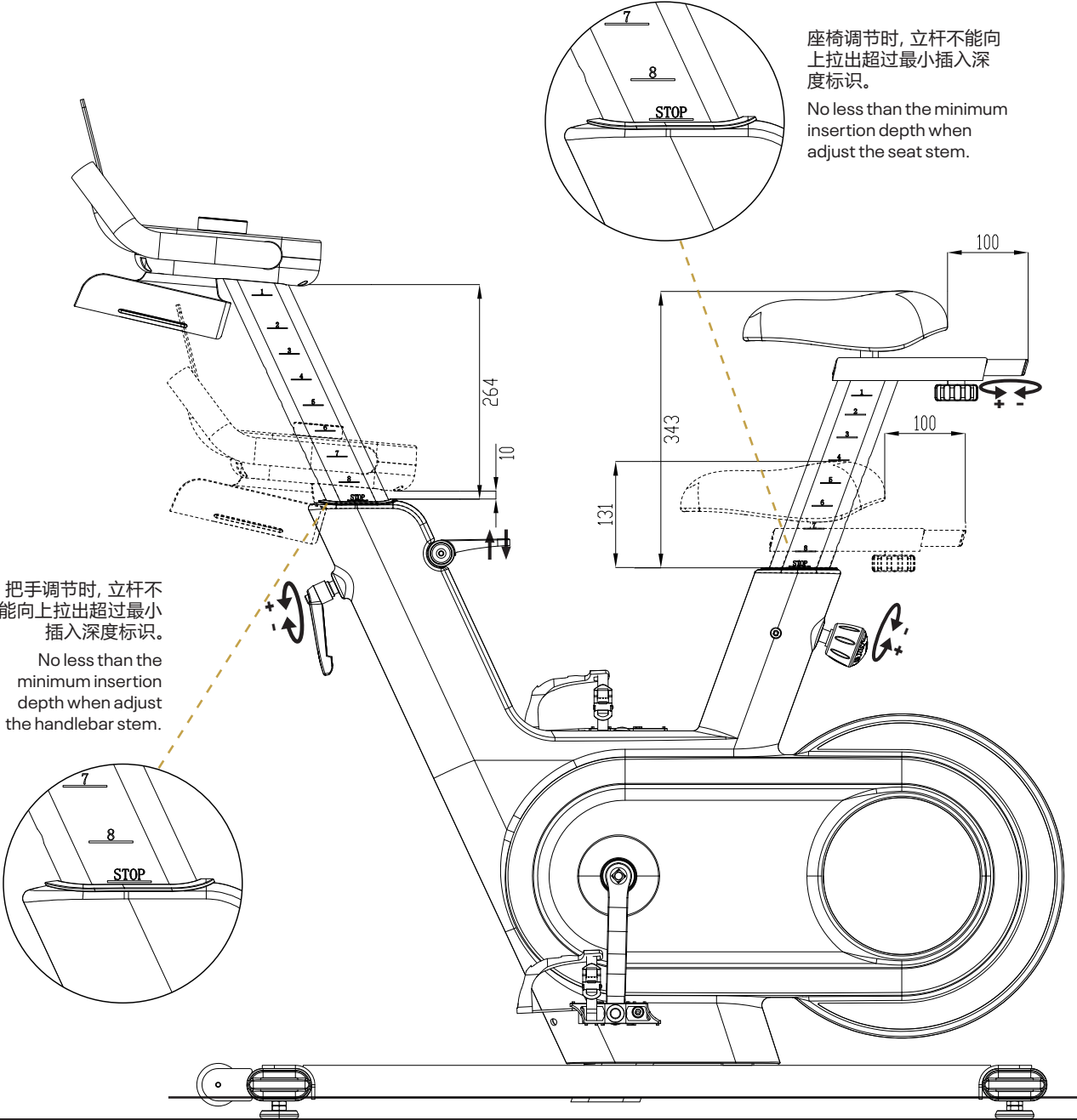






131 (L) X 51 (W) X 102 (H) CM/
51.57" (L) X 20.08" (W) X 40.16" (H)





把手调节时，立杆不能向上拉出超过最小插入深度标识。
No less than the minimum insertion depth when adjust the handlebar stem.

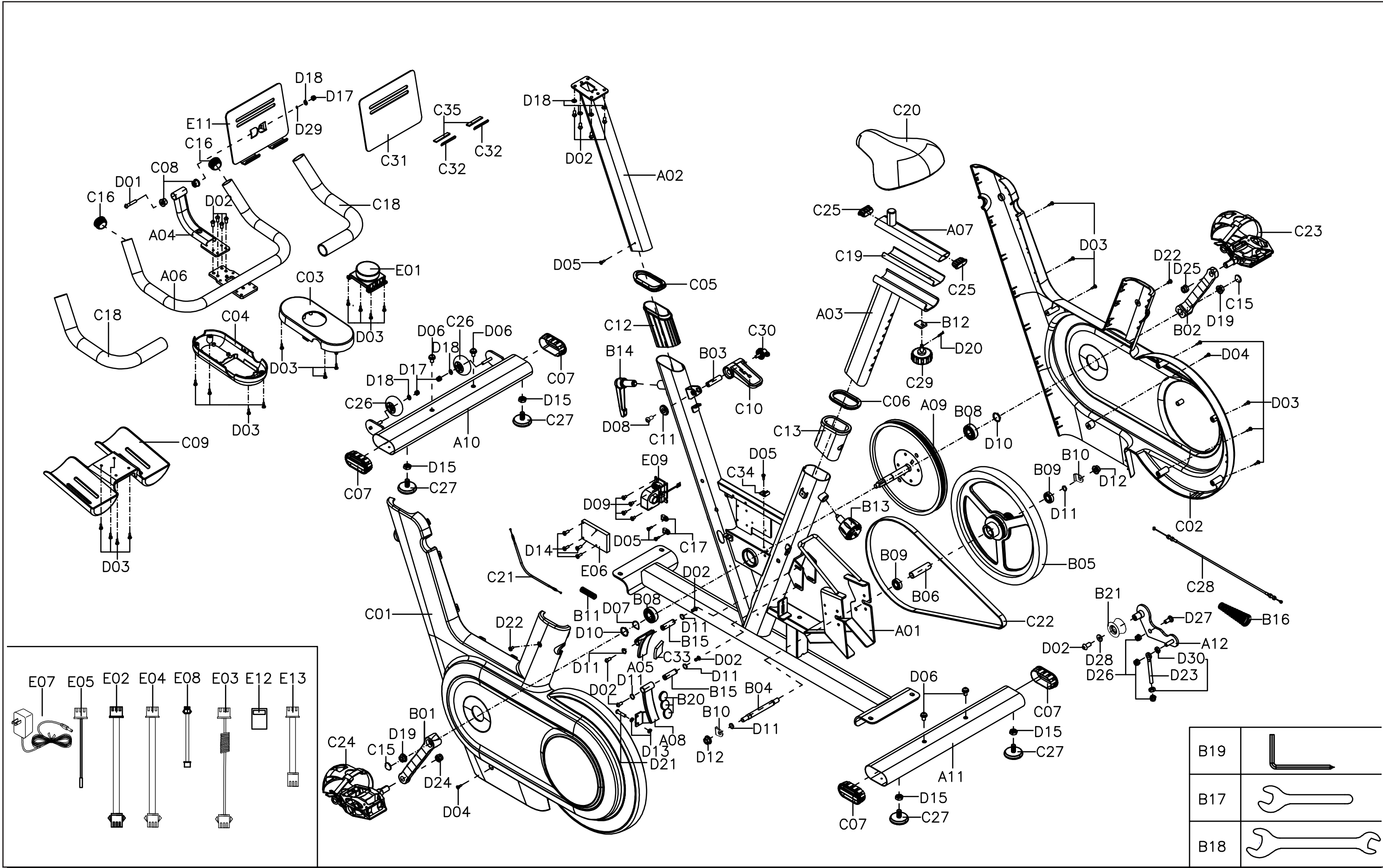
座椅调节时，立杆不能向上拉出超过最小插入深度标识。
No less than the minimum insertion depth when adjust the seat stem.

(EN) PRODUCT REGISTRATION AND SUPPORT
(FR) ENREGISTREMENT DU PRODUIT ET SOUTIEN
(ES) REGISTRO DE PRODUCTOS Y SOPORTE
(DE) BENUTZERINFORMATION
(NL) PRODUCTREGISTRATIE EN SUPPORT
(IT) REGISTRAZIONE E ASSISTENZA PRODOTTO
(PT) REGISTO E APOIO AO PRODUTO

(ZH) 产品注册和支持
(JA) 製品登録とサポート
(KO) 제품 등록 및 지원
(AR) تسجيل المنتج ودعمه



WWW.REEBOKFITNESS.INFO/PRODUCT-SUPPORT

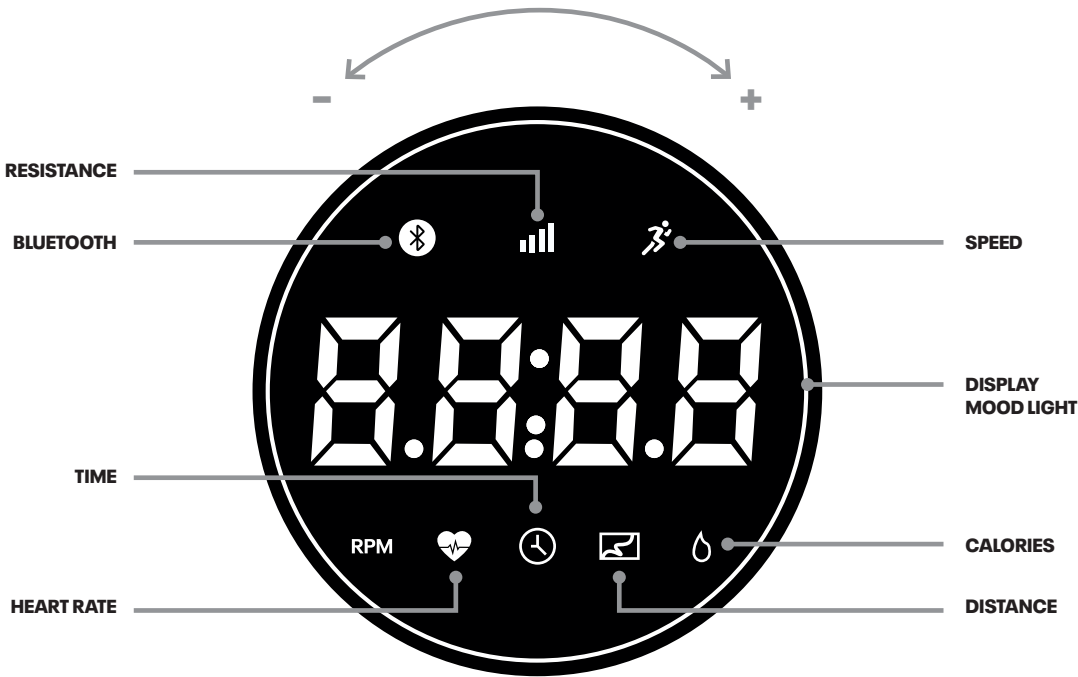


				QTY./CANT.
A01	Main frame	Estructura principal		1
A02	Upright tube	Tubo vertical		1
A03	Seat post	Columna de asiento		1
A04	Support tube frame	Bastidor de tubos de soporte		1
A05	Brake plate	Placa de freno		1
A06	Handlebar	Manillar		1
A07	Seat slider tube	Tubo deslizador del asiento		1
A08	Magnetic plate	Placa magnética		1
A09	Belt pulley	Polea de correa		1
A10	Front Stabilizer	Estabilizador anterior		1
A11	Rear Stabilizer	Estabilizador posterior		1
A12	Pressure roller tube	Tubo del rodillo de presión		1
B01	Left crank	Biela izquierda		1
B02	Right crank	Biela derecha		1
B03	D-shape fixed axis	Eje fijo en forma de D		1
B04	Flywheel spindle	Eje del volante		1
B05	Flywheel	Volante de inercia		1
B06	Bearing sleeve	Manguito de rodamiento		1
B08	Bearing	Rodamiento	6203-ZZ	2
B09	Bearing	Rodamiento	6001-2RS	2
B10	L-shaped limit plate	Placa de fin de carrera en forma de L	Ø3.0	2
B11	Brake spring	Resorte de freno		1
B12	Seat slider plate	Placa deslizador del asiento		1
B13	Knob handle	Pomo		1
B14	Pin handle	Empuñadura		1
B15	Magnetic plate shaft	Eje de la placa magnética		2
B16	Motor spring	Resorte de motor		1
B17	Spanner	Llave	S15 L=135	1
B18	Spanner	Llave	S19 L=170	1
B19	5# Allen wrench	Llave Allen 5#		1
B20	Round magnet	Imán redondo		3
B21	Idler wheel	Rueda del piñón		1
C01	Left chain cover	Cubierta de cadena izquierda		1
C02	Right chain cover	Cubierta de cadena derecha		1
C03	Console top cover	Cubierta superior de la consola		1
C04	Console bottom cover	Cubierta inferior de la consola		1
C05	Upright tube seal ring	Anillo de sellado del tubo vertical		1
C06	Seat slider tube seal ring	Anillo de sellado del tubo deslizante del asiento		1
C07	Stabilizer end cap	Tapa del extremo del estabilizador		4
C08	Sleeve	Collar		2
C09	Bottle holder	Portabotellas		1

				QTY./CANT.
C10	Brake handle	Manillar de freno		1
C11	Brake handle cover	Cubierta manillar de freno		1
C12	Sleeve	Collar		1
C13	Sleeve	Collar		1
C15	Crank cover	Cubierta biela		2
C16	Plug	Tapón		2
C17	R-shaped clip	Clip en forma de R		2
C18	Foam	Espuma		2
C19	Seat sleeve	Placa deslizante del asiento		1
C20	Seat	Asiento		1
C21	Brake cable	Cable de freno		1
C22	Motor belt	Correa del motor		1
C23	Right pedal	Pedal derecho		1
C24	Left pedal	Pedal izquierdo		1
C25	Oval plug	Tapón oval		2
C26	Transport wheel	Rueda de transporte		2
C27	Foot pad	Almohadilla para pies plana		4
C28	Motor cable	Cable del motor	L 428	1
C29	Seat knob	Pomo del asiento		1
C30	T-shape knob	Pomo en forma de T		1
C31	Eva pad	Almohadilla EVA		1
C32	Eva pad 2	Almohadilla EVA 2		2
C33	Wolly felt	Fieltro		1
C34	Sensor base	Base del sensor		1
C35	Eva pad 1	Almohadilla EVA 2		2
D01	Bolt	Perno	M6*60*S5	1
D02	Bolt	Perno	M6*12	13
D03	Screw	Tornillo	ST4.2*13	22
D04	Screw	Tornillo	ST4.2*19	2
D05	Screw	Tornillo	ST4.2*12	4
D06	Bolt	Perno	M8*20	4
D07	Wave spring washer	Arandela de onda elástica	Φ21*Φ17.5*0.3	1
D08	Bolt	Perno	M6*12*S4	1
D09	Bolt	Perno	M5*8	4
D10	Tension spring	Resorte tensor	Φ17	2
D11	Tension spring	Resorte tensor	Φ12	6
D12	Bolt	Perno	M10*1.0	2
D13	Nut	Tuerca	M6	2
D14	Bolt	Perno	M4*15	4
D15	Nut	Tuerca	M10	4
D17	Nut	Tuerca	M6	3

				QTY./CANT.
D18	Flat washer	Arandela plana	Φ6*Φ12*1.5	7
D19	Bolt	Perno	M10*1.25	2
D20	Pin	Alfiler	1.2*20	1
D21	Bolt	Perno	M6*65*S5	1
D22	Bolt	Perno	M5*6	2
D23	Bolt	Perno	M8*65	1
D24	Nut	Tuerca	9/16	1
D25	Nut	Tuerca	9/16	1
D26	Nut	Tuerca	M8	3
D27	Bolt	Perno	φ10*5*M8*14	1
D28	Big flat washer	Arandela plana grande	Φ6*Φ18*1.5	1
D29	Spring washer	Arandela elástica	Φ6	1
D30	Nut	Tuerca	M8	2
E01	Console	Consola		1
E02	Top signal wire	Cable de señal superior	L=150	1
E03	Middle signal wire	Cable de señal central	L=750	1
E04	Bottom signal wire	Cable de señal inferior	L=260	1
E05	Sensor	Sensor	L=200	1
E06	Control board	Tablero de control		1
E07	Adapter	Adaptador		1
E08	Power connecting wire	Cable de conexión a la red eléctrica	L=550	1
E09	Motor	Motor	L=250	1
E11	Tablet holder plate	Soporte tableta		1
E12	Bluetooth module	Módulo bluetooth		1
E13	Bluetooth module wire	Cable del módulo bluetooth		1

(EN) CONSOLE



BLUETOOTH HEART RATE

This product is compatible with wearable heart rate detector, to receive an accurate reading, the chest strap needs to be in direct contact with your skin. After you put on the chest strap, face the display console for a minimum of 15 seconds. This allows the receiver in the console to recognize the signal from the chest strap. The heart rate monitor is a guide for reference only and not for medical use or monitoring.

RESISTANCE

Level: 1 – 32

CALORIES

TIME

00:00-99:59

RPM

0-200

BLUETOOTH

Lights up when connected to APP.

SPEED

0.0 – 72.0 KPH/0.0 – 45.0 MPH

DISTANCE

0.0 – 99.9 KM/0.0 – 62.0 ML

DIAL FUNCTIONS

RESISTANCE

In running mode: Rotate DIAL counter clockwise to decrease the RESISTANCE. Rotate DIAL clockwise to increase the RESISTANCE

START/PAUSE/STOP

Press DIAL once to start workout. Press once again to pause workout. Press and hold Dial for 3 seconds to STOP and RESET to Standby Mode.

DISPLAY MOOD LIGHT

1. Under Standby/Pause mode, display mood light is green;
2. Resistance 1-15, display mood light is green;
3. Resistance 16-24, display mood light is yellow;
4. Resistance 26-32, display mood light is red;

(EN) COMPUTER PROGRAMS

POWER UP

When the power supply is connected to the machine, the console will power on with a long beep sound. All segments of the LED display will light up for 2 seconds (Image 1), "U.*" will be displayed (Image 2), then it will enter Standby Mode (Image 3).



1. 2. 3.

QUICK START

In Standby Mode (Image 3) the workout can be started directly by pressing the DIAL 1 time. All workout values will automatically cyclically display.



4. TIME 5. DISTANCE 6. SPEED 7. RESISTANCE



8. HEART RATE 9. RPM 10. CALORIES

PRESET PROGRAMS (P01 – P12)

- In Standby Mode (Image 3) rotate the DIAL to select Preset Program P01 – P12 (Image 11) press the DIAL to confirm and START.



11.

- During the workout, the RESISTANCE level will be automatically adjusted according to the program, or rotate the DIAL to adjust the RESISTANCE level
- When you stop peddling, the console will be suspended, but the workout values will automatically cyclically display
- When the program is finished, the console will beep and display "End" 4 times, then jump back to Standby Mode

4 MANUAL PROGRAMS

TIME

- From standby mode turn the DIAL clockwise, past P12, until you reach the TIME screen (IMAGE 4)
- Press the DIAL once to enter setting mode. Turn the Dial to adjust the value
- Press the DIAL once to START. The workout values will automatically cyclically display
- During the workout, rotate the DIAL to adjust the RESISTANCE level
- When the target value arrives, the console will beep and display "End" 4 times, then jump back to Standby Mode

DISTANCE

- From standby mode turn the DIAL clockwise, past P12, until you reach the DISTANCE screen (IMAGE 5)
- Press the DIAL once to enter setting mode. Turn the Dial to adjust the value
- Press the DIAL once to START The workout values will automatically cyclically display
- During the workout, rotate the DIAL to adjust the RESISTANCE level
- When the target value arrives, the console will beep and display "End" 4 times, then jump back to Standby Mode

CALORIES

- From standby mode turn the DIAL clockwise, past P12, until you reach the CALORIES screen (IMAGE 10)
- Press the DIAL once to enter setting mode. Turn the Dial to adjust the value
- Press the DIAL once to START The workout values will automatically cyclically display
- During the workout, rotate the DIAL to adjust the RESISTANCE level
- When the target value arrives, the console will beep and display "End" 4 times, then jump back to Standby Mode

BLUETOOTH HEART RATE

- From standby mode turn the DIAL clockwise, past P12, until you reach the heart rate screen (IMAGE 8)
- Press the DIAL once to enter setting mode. Turn the Dial to adjust the value
- Press the DIAL once to START The workout values will automatically cyclically display
- During the workout, rotate the DIAL to adjust the RESISTANCE level
- When the target value arrives, the console will beep and display "End" 4 times, then jump back to Standby Mode

CONNECT TO A FITNESS APP

The console supports the Reebok Cardio, Reebok Console, Kinomap and Zwift APP. After connecting with the Bluetooth the display is as follows.



POWER SAVE FUNCTION (ERP)

In running mode, the circular display will pause after 2 minutes of non use. Under stop/pause mode, console will enter into OFF mode after 4 minutes of non use.

Off mode: 0.4W

(P01 – P12)

- (EN) PRESET PROGRAMS

(FR) PROGRAMMES PRÉRÉGLÉS

(ES) PROGRAMAS PREDEFINIDOS

(DE) VOREINGESTELLTE PROGRAMME

(NL) VOORINGESTELDE PROGRAMMA'S

(IT) PROGRAMMI PREDEFINITI

(PT) PROGRAMAS PREDEFINIDOS

(ZH) 预设置程序模式

(JA) プリセットプログラム
- (KO) 사전 설정 프로그램

(AR) البرامج المعيّنة مسبقاً

(PO) PROGRAMY ZDEFINIOWANE

(CZ) PŘEDEM NASTAVENÉ PROGRAMY

(DK) FORUDINDSTILLEDE PROGRAMMER

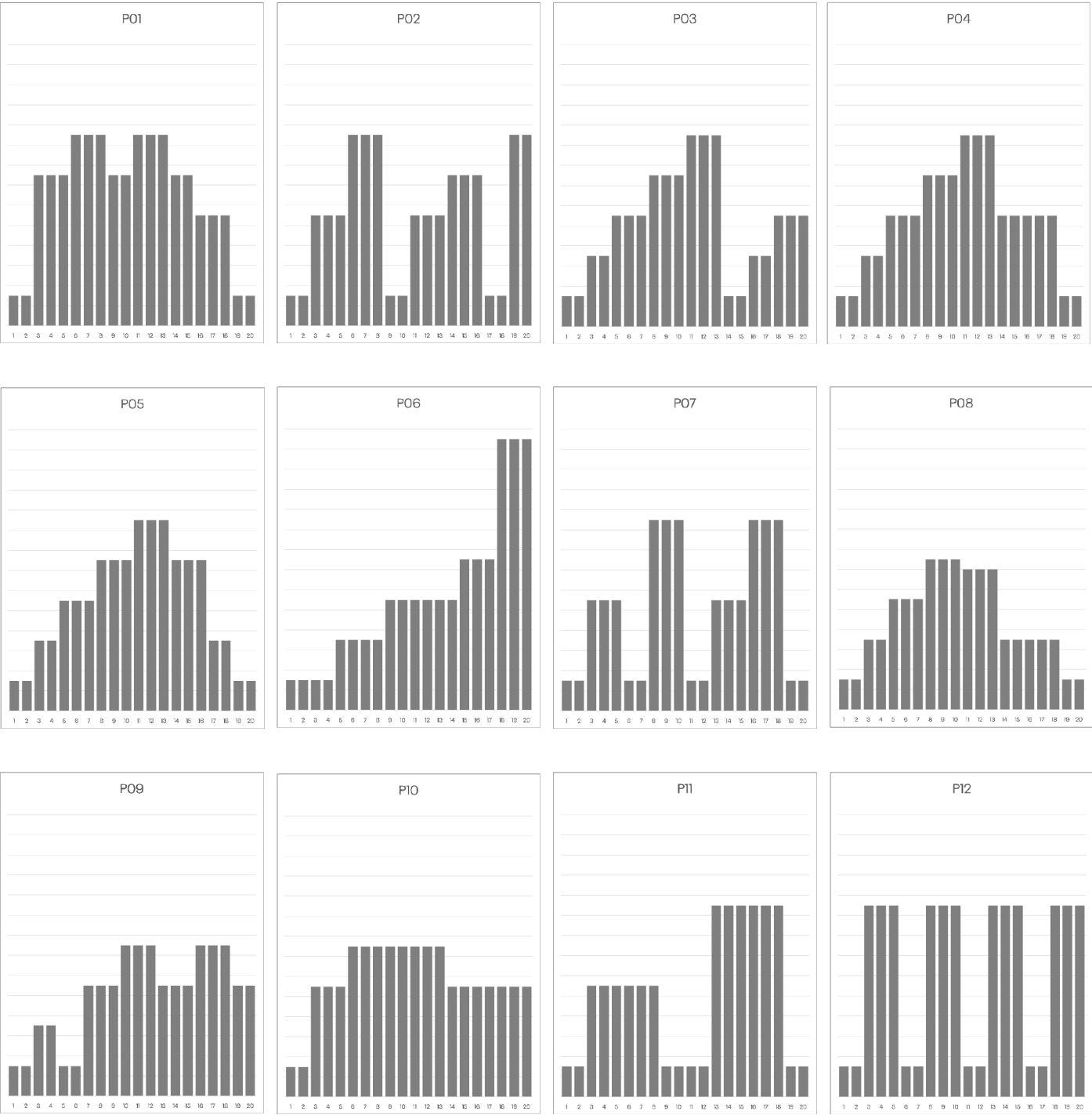
(FI) ENNALTA ASETETUT OHJELMAT

(NO) FORHÅNDSINNSTILTE PROGRAMMER

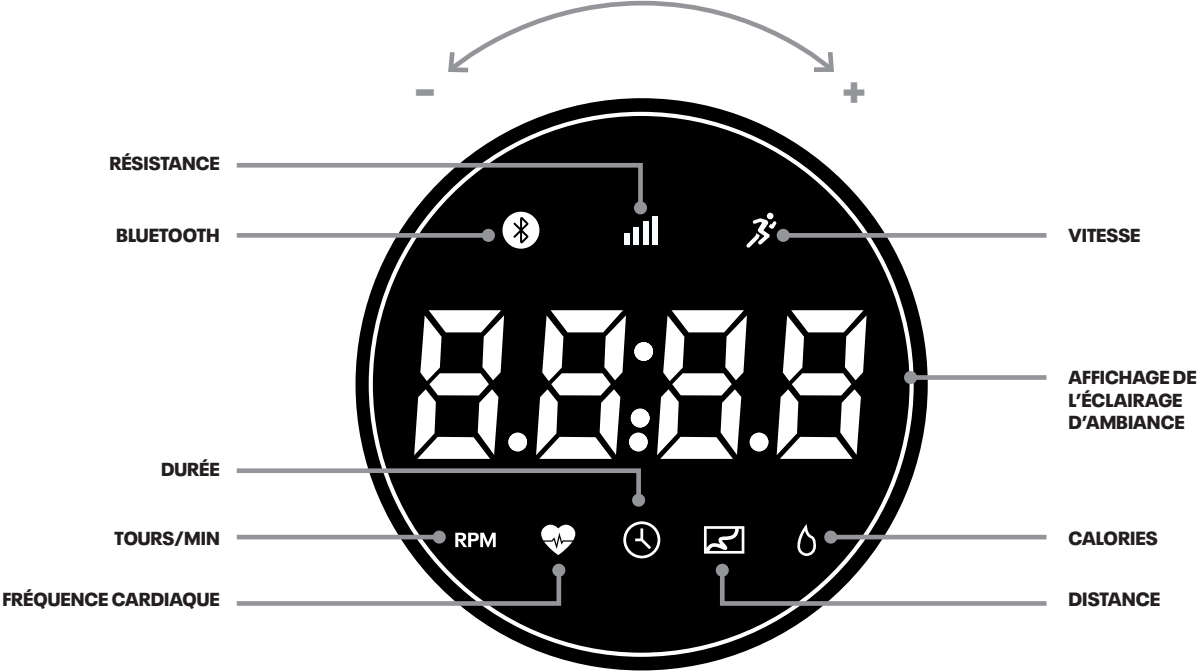
(SE) FÖRINSTÄLLDA PROGRAM

RESISTANCE LEVEL/NIVEAU DE RÉSISTANCE/NIVEL DE RESISTENCIA/WIDERSTANDSNIVEAU/ WEERSTANDSNIVEAU/
LIVELLO DI RESISTENZA/NÍVEL DE RESISTÊNCIA/阻力段位/抵抗性レベル/저항 강도/مستوى المقاومة/POZIOM OBCIĄŻENIA/
ÚROVEŇ ODPORU/BELASTNINGSNIVEAU/VASTUSTASO/ MOTSTANDSNIVÅ/MOTSTÅNDSNIVÅ

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
P01	4	4	16	16	16	20	20	20	16	16	20	20	20	16	16	12	12	12	4	4
P02	4	4	12	12	12	20	20	20	4	4	12	12	12	16	16	16	4	4	20	20
P03	4	4	8	8	12	12	12	16	16	16	20	20	20	4	4	8	8	12	12	12
P04	4	4	8	8	12	12	12	16	16	16	20	20	20	12	12	12	12	12	4	4
P05	4	4	8	8	12	12	12	16	16	16	20	20	20	16	16	16	8	8	4	4
P06	4	4	4	4	8	8	8	8	12	12	12	12	12	12	16	16	16	28	28	28
P07	4	4	12	12	12	4	4	20	20	20	4	4	12	12	12	20	20	20	4	4
P08	4	4	8	8	12	12	12	16	16	16	15	15	15	8	8	8	8	8	4	4
P09	4	4	8	8	4	4	12	12	12	16	16	16	12	12	12	16	16	16	12	12
P10	4	4	12	12	12	16	16	16	16	16	16	16	16	12	12	12	12	12	12	12
P11	4	4	12	12	12	12	12	12	4	4	4	4	20	20	20	20	20	20	4	4
P12	4	4	20	20	20	4	4	20	20	20	4	4	20	20	20	4	4	20	20	20



(FR) CONSOLE



SURVEILLANCE DE LA FRÉQUENCE CARDIAQUE PAR BLUETOOTH

Ce produit est compatible avec un détecteur de fréquence cardiaque portable. Pour garantir une lecture précise, la ceinture thoracique doit rester en contact direct avec votre peau. Après avoir mis la ceinture thoracique, il est recommandé de vous tenir face à la console d'affichage pendant au moins 15 secondes. Cela permet au récepteur de la console de reconnaître le signal émis par la ceinture thoracique. Le moniteur de pouls sert simplement d'indicateur de référence et ne doit en aucun cas remplacer un avis médical ou une surveillance médicale.

RÉSISTANCE

Niveaux: 1 – 32

CALORIES

DURÉE

00:00-99:59

TOURS/MIN

0-200

BLUETOOTH

S'allume lorsqu'il est connecté à une application.

VITESSE

0.0 – 72.0 KPH/0.0 – 45.0 MPH

DISTANCE

0.0 – 99.9 KM/0.0 – 62.0 ML

FONCTIONS DU CADRAN

RÉSISTANCE

En mode course: Tournez le CADRAN dans le sens inverse des aiguilles d'une montre pour diminuer la valeur de la RÉSISTANCE. Tournez le CADRAN dans le sens des aiguilles d'une montre pour augmenter la valeur de la RÉSISTANCE.

DÉMARRER/PAUSE/ARRÊT

Appuyez une fois sur le CADRAN pour commencer la séance d'entraînement. Appuyez une fois de plus pour interrompre la séance d'entraînement. Appuyez sur le Cadran et maintenez-le enfoncé pendant 3 secondes pour arrêter l'appareil et le remettre en mode veille.

AFFICHAGE DE L'ÉCLAIRAGE D'AMBIANCE

1. En mode veille/pause, l'éclairage d'ambiance de l'affichage est vert;
2. Résistance de 1 à 15, l'éclairage d'ambiance de l'affichage est vert;
3. Résistance de 16 à 24, l'éclairage d'ambiance de l'affichage est jaune;
4. Résistance de 25 à 32, l'éclairage d'ambiance de l'affichage est rouge;

(FR) FONCTIONS INFORMATIQUES

MISE SOUS TENSION

Lorsque l'alimentation électrique est connectée à la machine, la console s'allume en émettant un long bip. Tous les segments de l'écran LED s'allument pendant 2 secondes (image 1), "U*." s'affiche (image 2), puis elle passe en mode veille (image 3).



1. 2. 3.

DÉMARRAGE RAPIDE

En mode veille (image 3), la séance d'entraînement peut être lancée directement en appuyant une fois le CADRAN. Toutes les valeurs de la séance d'entraînement s'affichent automatiquement de manière cyclique.



4. DURÉE 5. DISTANCE 6. VITESSE 7. RÉSISTANCE



8. FRÉQUENCE CARDIAQUE 9. RPM 10. CALORIES

PROGRAMMES PRÉRÉGLÉS (P01 – P12)

- En mode veille (image 3), tournez le cadran pour sélectionner le programme de présélection. P01 - P12 (image 11) appuyez sur le cadran pour confirmer et commencer



11.

- Pendant l'entraînement, le niveau de résistance sera automatiquement ajusté en fonction du programme, ou bien tournez le cadran pour ajuster le niveau de résistance
- Lorsque vous arrêtez de pédaler, la console est suspendue, mais les valeurs de l'entraînement s'affichent automatiquement de manière cyclique
- Une fois le programme terminé, la console émet un bip et affiche « End » 4 fois, puis revient au mode Veille

4 PROGRAMMES MANUELS

DURÉE

- En mode veille, tournez le CADRAN dans le sens des aiguilles d'une montre, au-delà de P12, jusqu'à ce que vous atteigniez l'écran DURÉE (IMAGE 4)
- Appuyez une fois sur le CADRAN pour entrer dans le mode de réglage. Tournez le CADRAN pour régler la valeur
- Appuyez sur le CADRAN pour DÉMARRER. Les valeurs de l'entraînement s'affichent automatiquement de manière cyclique.
- Pendant l'entraînement, tournez le cadran pour ajuster le niveau de résistance
- Lorsque la valeur cible est atteinte, la console émet un bip et affiche « End » 4 fois, puis repasse en mode veille

DISTANCE

- En mode veille, tournez le CADRAN dans le sens des aiguilles d'une montre, au-delà de P12, jusqu'à ce que vous atteigniez l'écran DISTANCE (IMAGE 5)
- Appuyez une fois sur le CADRAN pour entrer dans le mode de réglage. Tournez le CADRAN pour régler la valeur
- Appuyez sur le CADRAN pour DÉMARRER. Les valeurs de l'entraînement s'affichent automatiquement de manière cyclique.
- Pendant l'entraînement, tournez le cadran pour ajuster le niveau de résistance
- Lorsque la valeur cible est atteinte, la console émet un bip et affiche « End » 4 fois, puis repasse en mode veille

CALORIES

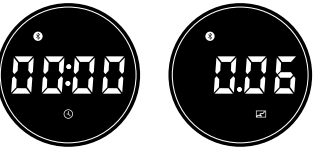
- En mode veille, tournez le CADRAN dans le sens des aiguilles d'une montre, au-delà de P12, jusqu'à ce que vous atteigniez l'écran CALORIES (IMAGE 10)
- Appuyez une fois sur le CADRAN pour entrer dans le mode de réglage. Tournez le CADRAN pour régler la valeur
- Appuyez sur le CADRAN pour DÉMARRER. Les valeurs de l'entraînement s'affichent automatiquement de manière cyclique.
- Pendant l'entraînement, tournez le cadran pour ajuster le niveau de résistance
- Lorsque la valeur cible est atteinte, la console émet un bip et affiche « End » 4 fois, puis repasse en mode veille

SURVEILLANCE DE LA FRÉQUENCE CARDIAQUE PAR BLUETOOTH

- En mode veille, tournez le CADRAN dans le sens des aiguilles d'une montre, au-delà de P12, jusqu'à ce que vous atteigniez l'écran POULS (IMAGE 8)
- Appuyez une fois sur le CADRAN pour entrer dans le mode de réglage. Tournez le CADRAN pour régler la valeur
- Appuyez sur le CADRAN pour DÉMARRER. Les valeurs de l'entraînement s'affichent automatiquement de manière cyclique.
- Pendant l'entraînement, tournez le cadran pour ajuster le niveau de résistance
- Lorsque la valeur cible est atteinte, la console émet un bip et affiche « End » 4 fois, puis repasse en mode veille

CONNEXION À UNE APPLICATION DE FITNESS

La console prend en charge les applications Reebok Cardio, Reebok Console, Kinomap et Zwift. Une fois la connexion Bluetooth établie, l'affichage est le suivant.

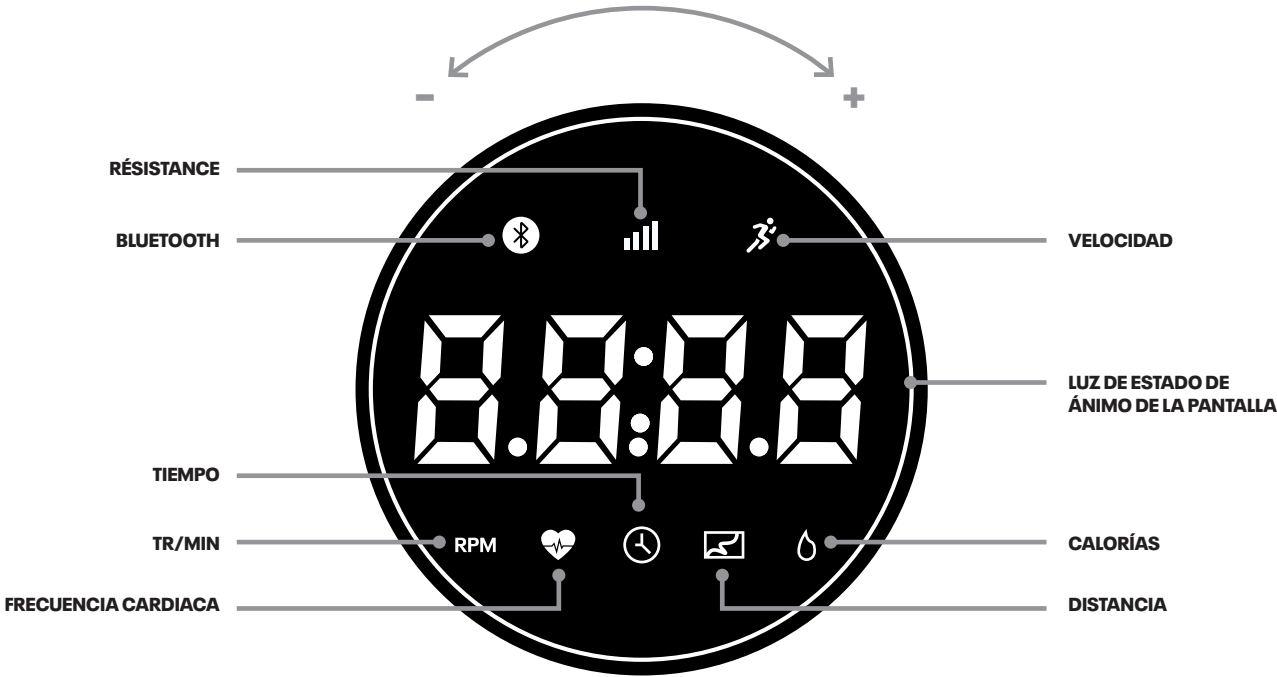


FONCTION ÉCONOMIE D'ÉNERGIE (ERP)

En mode de fonctionnement, l'affichage circulaire se met en pause après 2 minutes de non-utilisation. En mode arrêt/pause, l'écran passe en mode hors tension après 4 minutes de non-utilisation.

Mode arrêt: 0.4W

(ES) CONSOLA



SEGUIMIENTO DE LA FRECUENCIA CARDÍACA POR BLUETOOTH

Este producto es compatible con el sensor de frecuencia cardíaca portátil. Para obtener una lectura precisa, la banda pectoral debe estar en contacto directo con la piel. Después de colocarte la banda pectoral, ponte frente a la consola de visualización durante un mínimo de 15 segundos. Esto permite que el receptor de la consola reconozca la señal de la banda pectoral. El pulsómetro es sólo una guía de referencia y no para uso médico o monitorización.

RÉSISTANCE

Nivel: 1 – 32

CALORÍAS

TIEMPO

00:00-99:59

TR/MIN

0-200

BLUETOOTH

Se ilumina cuando está conectado a una aplicación.

VELOCIDAD

0.0 – 72.0 KPH/0.0 – 45.0 MPH

DISTANCIA

0.0 – 99.9 KM/0.0 – 62.0 ML

FUNCIONES DEL DIAL

RÉSISTANCE

En modo de carrera: Gire el DIAL en sentido contrario a las agujas del reloj para disminuir el valor de la RÉSISTANCE. Gire el DIAL en el sentido de las agujas del reloj para aumentar el valor de la RÉSISTANCE.

INICIAR/PAUSAR/DETENER

Pulse DIAL una vez para iniciar el entrenamiento. Pulse una vez más para pausar el entrenamiento. Mantenga pulsado Dial durante 3 segundos para detener y restablecer al modo de espera.

LUZ DE ESTADO DE ÁNIMO DE LA PANTALLA

1. En modo de espera/pausar: la luz de estado de ánimo de la pantalla es verde;
2. Resistencia 1-15: la luz de estado de ánimo de la pantalla es verde;
3. Resistencia 16-24: la luz de estado de ánimo de la pantalla es amarilla;
4. Resistencia 25-32: la luz de estado de ánimo de la pantalla es roja;

(ES) FUNCIONES ORDENADOR

ENCENDIDO

Cuando la fuente de alimentación está conectada a la máquina, la consola se encenderá con un pitido largo. Todos los segmentos de la pantalla LED se encenderán durante 2 segundos (Imagen 1). Se mostrará el "U*:" (Imagen 2). Luego, entrará en el «Modo de espera» (Imagen 3).



1. 2. 3.

INICIO RÁPIDO

En el modo de espera (imagen 3), el entrenamiento puede iniciarse directamente pulsando DIAL una vez. Todos los valores de entrenamiento se mostrarán cíclicamente de forma automática.



4. TIEMPO 5. DISTANCIA 6. VITESSE 7. RÉSISTANCE



8. FRECUENCIA CARDÍACA 9. TR/MIN 10. CALORÍAS

PROGRAMAS PREDEFINIDOS (P01 – P12)

- En el modo de espera (imagen 3), gire el dial para seleccionar Preset Program P01 - P12 (imagen 11) pulse el dial para confirmar e iniciar.



11.

- Durante el entrenamiento, el nivel de resistencia se ajustará automáticamente de acuerdo con el programa, o gire el dial para ajustar el nivel de resistencia
- Cuando deje de pedalear, la consola se suspenderá, pero los valores del entrenamiento se mostrarán cíclicamente de forma automática
- Una vez finalizado el programa, la consola emitirá un pitido y mostrará "End" 4 veces, y a continuación volverá al modo de espera

4 PROGRAMAS MANUALES

TIEMPO

- Desde el modo de espera, gire el DIAL en sentido horario, pasando por P12, hasta llegar a la pantalla TIEMPO (IMAGEN 4)
- Pulse el DIAL una vez para entrar en el modo de ajuste. Gire el dial para ajustar el valor
- Pulse el DIAL para INICIAR. Los valores del entrenamiento se mostrarán cíclicamente de forma automática
- Durante el entrenamiento, gire el dial para ajustar el nivel de resistencia.
- Cuando llegue al valor objetivo, la consola emitirá un pitido y mostrará "End" 4 veces, y después volverá al modo de espera

DISTANCIA

- Desde el modo de espera, gire el DIAL en sentido horario, pasando por P12, hasta llegar a la pantalla DISTANCIA (IMAGEN 5)
- Pulse el DIAL una vez para entrar en el modo de ajuste. Gire el dial para ajustar el valor
- Pulse el DIAL para INICIAR. Los valores del entrenamiento se mostrarán cíclicamente de forma automática
- Durante el entrenamiento, gire el dial para ajustar el nivel de resistencia.
- Cuando llegue al valor objetivo, la consola emitirá un pitido y mostrará "End" 4 veces, y después volverá al modo de espera

CALORÍAS

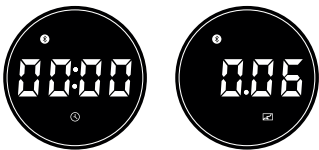
- Desde el modo de espera, gire el DIAL en sentido horario, pasando por P12, hasta llegar a la pantalla CALORÍAS (IMAGEN 10)
- Pulse el DIAL una vez para entrar en el modo de ajuste. Gire el dial para ajustar el valor
- Pulse el DIAL para INICIAR. Los valores del entrenamiento se mostrarán cíclicamente de forma automática
- Durante el entrenamiento, gire el dial para ajustar el nivel de resistencia.
- Cuando llegue al valor objetivo, la consola emitirá un pitido y mostrará "End" 4 veces, y después volverá al modo de espera

SEGUIMIENTO DE LA FRECUENCIA CARDÍACA POR BLUETOOTH

- Desde el modo de espera, gire el DIAL en sentido horario, pasando por P12, hasta llegar a la pantalla PULSO (IMAGEN 8)
- Pulse el DIAL una vez para entrar en el modo de ajuste. Gire el dial para ajustar el valor
- Pulse el DIAL para INICIAR. Los valores del entrenamiento se mostrarán cíclicamente de forma automática
- Durante el entrenamiento, gire el dial para ajustar el nivel de resistencia.
- Cuando llegue al valor objetivo, la consola emitirá un pitido y mostrará "End" 4 veces, y después volverá al modo de espera

CONECTARSE A UNA APLICACIÓN DE FITNESS

La consola es compatible con Reebok Cardio, Reebok Console, Kinomap y Zwift APP. Después de conectarse con el Bluetooth, la pantalla será la siguiente.

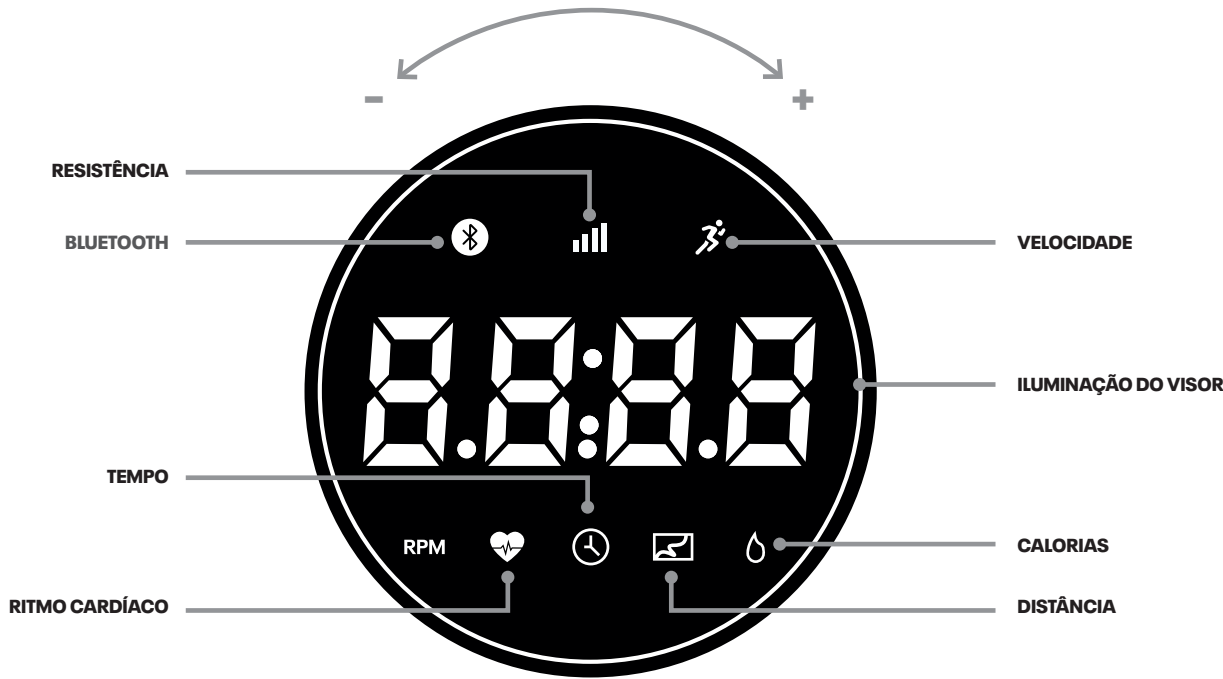


FUNCIÓN DE AHORRO DE ENERGÍA (ERP)

En modo de correr, la pantalla circular se detendrá tras 2 minutos de inactividad. En modo de parada/pausa, la consola entrará en modo apagado tras 4 minutos de inactividad.

Modo apagado: 0.4W

(PT) CONSOLE



MONITORIZAÇÃO DA FREQUÊNCIA CARDÍACA POR BLUETOOTH

Este produto é compatível com o detetor de ritmo cardíaco usável; para obter uma leitura correta, a correia para peito tem que estar em contacto direto com a sua pele. Depois de colocar a correia para peito, posicione-se junto à consola do visor durante, pelo menos, 15 segundos. Isto permite que o recetor da consola reconheça o sinal da correia para peito. O monitor de pulsação é um mero guia de referência, não se destina a utilização ou monitorização médica.

RESISTÊNCIA

Níveis: 1 – 32

CALORIAS

TEMPO

00:00-99:59

RPM

0-200

BLUETOOTH

Fica iluminado quando conectado a uma aplicação.

VELOCIDADE

0.0 – 72.0 KPH/0.0 – 45.0 MPH

DISTÂNCIA

0.0 – 99.9 KM/0.0 – 62.0 ML

FUNÇÕES DO INDICADOR

RESISTÊNCIA

No modo de corrida: Rode o INDICADOR para a esquerda para diminuir o valor da RESISTÊNCIA. Rode o INDICADOR para a direita para aumentar o valor da RESISTÊNCIA.

INICIAR/PAUSA/PARAR

Prima o INDICADOR uma vez para iniciar o treino. Prima novamente para pausar o treino. Prima continuamente o INDICADOR durante 3 segundos para parar e ativar o modo de espera.

ILUMINAÇÃO DO VISOR

1. No modo de espera/pausa, a iluminação do visor é verde;
2. Resistência 1-15, a iluminação do visor é verde;
3. Resistência 16-24, a iluminação do visor é amarela;
4. Resistência 25-32, a iluminação do visor é vermelha;

(PT) FUNÇÕES COMPUTACIONAIS

LIGAÇÃO

Quando a fonte de alimentação é ligada à máquina, a consola emite um som longo indicando que está ligada. Todos os segmentos do ecrã LED acenderão durante 2 segundos (Imagem 1), "U*:" será exibido (Imagem 2) e depois entrará no modo de espera (Imagem 3).



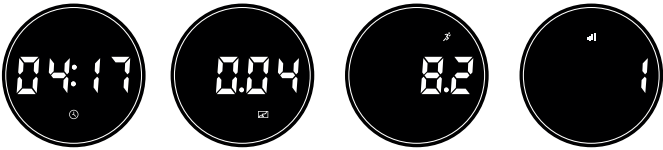
1.

2.

3.

INÍCIO RÁPIDO

No modo de espera (Imagem 3), é possível iniciar o treino imediatamente premindo o INDICADOR uma vez. Todos os valores do treino serão exibidos de forma automática e alternada.



4. TEMPO

5. DISTÂNCIA

6. VELOCIDADE

7. RESISTÊNCIA



8. RITMO CARDÍACO

9. RPM

10. CALORIAS

PROGRAMAS PREDEFINIDOS (P01 – P12)

- No modo de espera (Imagem 3), rode o INDICADOR para selecionar um programa predefinido P1 – P12 (Imagem 11) e depois prima o INDICADOR para confirmar e iniciar o treino



11.

- Durante o treino, o nível de resistência é automaticamente ajustado de acordo com o programa, ou rode o indicador para ajustar o nível de resistência
- Quando para de pedalar, a consola entra no modo de suspensão, mas os valores do treino serão exibidos de forma automática e cíclica
- Quando o programa é concluído, a consola emite um som e apresenta "End" 4 vezes, e depois volta para o modo de espera

4 PROGRAMAS MANUAIS

TEMPO

- A partir do modo de espera, rode o INDICADOR para a direita, até passar P12 e chegar ao ecrã TEMPO (IMAGEM 4)
- Prima o INDICADOR uma vez para entrar no modo de configuração. Rode o INDICADOR para ajustar o valor
- Prima o INDICADOR para INICIAR. Os valores do treino serão exibidos de forma automática e alternada
- Durante o treino, rode o indicador para ajustar o nível de resistência
- Quando o valor-alvo é atingido, a consola emite um som e apresenta "End" 4 vezes, e depois volta para o modo de espera

DISTÂNCIA

- A partir do modo de espera, rode o INDICADOR para a direita, até passar P12 e chegar ao ecrã DISTÂNCIA (IMAGEM 5)
- Prima o INDICADOR uma vez para entrar no modo de configuração. Rode o INDICADOR para ajustar o valor
- Prima o INDICADOR para INICIAR. Os valores do treino serão exibidos de forma automática e alternada
- Durante o treino, rode o indicador para ajustar o nível de resistência
- Quando o valor-alvo é atingido, a consola emite um som e apresenta "End" 4 vezes, e depois volta para o modo de espera

CALORIAS

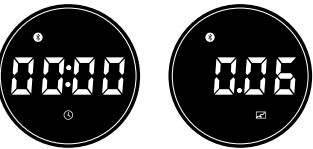
- A partir do modo de espera, rode o INDICADOR para a direita, até passar P12 e chegar ao ecrã CALORIAS (IMAGEM 10)
- Prima o INDICADOR uma vez para entrar no modo de configuração. Rode o INDICADOR para ajustar o valor
- Prima o INDICADOR para INICIAR. Os valores do treino serão exibidos de forma automática e alternada
- Durante o treino, rode o indicador para ajustar o nível de resistência
- Quando o valor-alvo é atingido, a consola emite um som e apresenta "End" 4 vezes, e depois volta para o modo de espera

MONITORIZAÇÃO DA FREQUÊNCIA CARDÍACA POR BLUETOOTH

- A partir do modo de espera, rode o INDICADOR para a direita, até passar P12 e chegar ao ecrã PULSAÇÃO (IMAGEM 8)
- Prima o INDICADOR uma vez para entrar no modo de configuração. Rode o INDICADOR para ajustar o valor
- Prima o INDICADOR para INICIAR. Os valores do treino serão exibidos de forma automática e alternada
- Durante o treino, rode o indicador para ajustar o nível de resistência
- Quando o valor-alvo é atingido, a consola emite um som e apresenta "End" 4 vezes, e depois volta para o modo de espera

CONEXÃO A UMA APLICAÇÃO DE FITNESS

A consola é compatível com as aplicações Reebok Cardio, Reebok Console, Kinomap e Zwift. Após a conexão através de Bluetooth, o ecrã exibido será o seguinte:

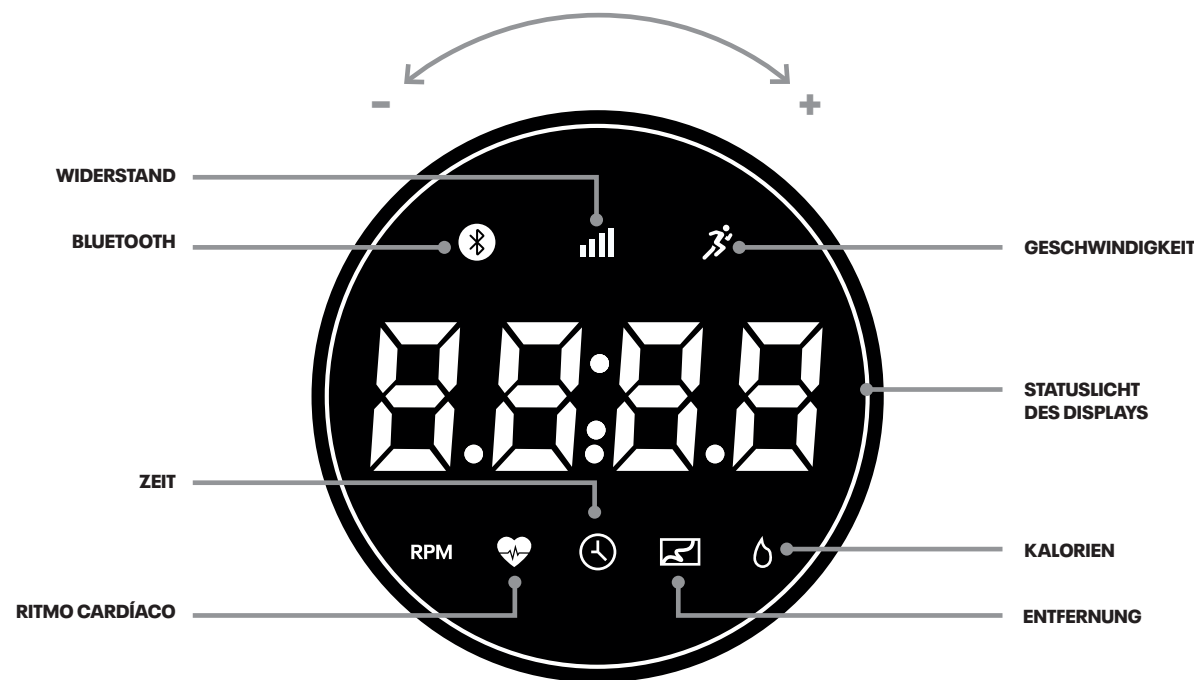


FUNÇÃO DE POUPANÇA DE ENERGIA (ERP)

No modo de corrida, o ecrã cíclico irá pausar após 2 minutos de não utilização. No modo parar/pausar, a consola entrará no «modo desligado» após 4 minutos de não utilização.

Modo desligado: 0.4W

(DE) KONSOLE



BLUETOOTH-HERZFREQUENZMESSUNG

Dieses Produkt ist mit einem tragbaren Herzfrequenzmesser kompatibel. Für eine genaue Auslesung muss der Brustgurt direkten Hautkontakt haben. Stellen Sie sich mind. 15 Sekunden in die Nähe die Konsole, nachdem Sie den Brustgurt angelegt haben. So kann der Empfänger in der Konsole das Signal des Brustgurtes erkennen. Die Pulsanzeige dient als Richtlinie und sollte nicht zu medizinischen Zwecken oder zur Überwachung verwendet werden.

WIDERSTAND

Stufe: 1 – 32

KALORIEN

ZEIT

00:00–99:59

RPM

0–200

BLUETOOTH

Leuchtet bei Verbindung mit einer App auf.

GESCHWINDIGKEIT

0.0 – 72.0 KPH/0.0 – 45.0 MPH

ENTFERNUNG

0.0 – 99.9 KM/0.0 – 62.0 ML

FUNKTIONEN DES EINSTELLRADS

WIDERSTAND

Im Laufmodus: Drehen Sie das EINSTELLRAD gegen den Uhrzeigersinn, um die WIDERSTAND zu verringern. Drehen Sie das EINSTELLRAD im Uhrzeigersinn, um die WIDERSTAND zu erhöhen.

START/PAUSE/STOP

Drücken Sie das EINSTELLRAD einmal, um mit dem Workout zu beginnen. Drücken Sie es erneut, um das Workout zu pausieren. Halten Sie das EINSTELLRAD für 3 Sekunden gedrückt, um das Workout zu stoppen und zurück in den Standby-Modus zu gelangen.

STATUSLICHT DES DISPLAYS

1. Im Stand-by-/Pause-Modus leuchtet das Statuslicht des Displays grün;
2. Widerstand 1 – 15, Statuslicht des Displays leuchtet grün;
3. Widerstand 16 – 24, Statuslicht des Displays leuchtet gelb;
4. Widerstand 25 – 32, Statuslicht des Displays leuchtet rot;

(DE) COMPUTERFUNKTIONEN

EINSCHALTEN

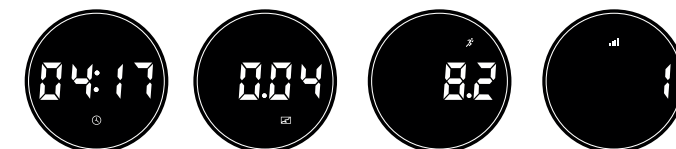
Wenn eine Stromversorgung besteht, schaltet sich die Konsole mit einem langen Piepton ein. Alle Segmente des LED-Displays leuchten für 2 Sekunden auf (Bild 1), bevor erst „U*.“ angezeigt wird (Bild 2) und die Konsole dann in den Standby-Modus wechselt (Bild 3).



1. 2. 3.

SCHNELLSTART

Im Standby-Modus (Abb. 3) kann direkt mit dem Workout begonnen werden, indem das EINSTELLRAD einmal gedrückt wird. Alle Werte werden automatisch im Wechsel angezeigt.



4. ZEIT 5. ENTFERNUNG 6. GESCHWINDIGKEIT 7. WIDERSTAND



8. RITMO CARDÍACO 9. RPM 10. CALORIES

VOREINGESTELLTE PROGRAMME (P01 – P12)

- Drehen Sie im Standby-Modus (Abb. 3) das EINSTELLRAD, um eines der voreingestellten Programme P1 – P12 (Abb. 11) auszuwählen und drücken Sie es dann, um Ihre Auswahl zu bestätigen und mit dem Workout zu beginnen



11.

- Während des Workouts wird die Widerstandsstufe automatisch an das Programm angepasst. Sie können aber auch das Einstellrad drücken, um die Widerstandsstufe manuell anzupassen
- Wenn Sie nicht mehr in die Pedale treten, stoppt die Zählung, aber die Werte werden weiterhin periodisch angezeigt
- Nach Beendigung des Programms piept die Konsole und zeigt viermal „End“ an, bevor sie in den Standby-Modus zurückspringt

4 MANUELLE PROGRAMME

ZEIT

- Drehen Sie das EINSTELLRAD im Standby-Modus im Uhrzeigersinn über P12 hinaus, bis ZEIT angezeigt wird (Abb. 4)
- Drücken Sie das EINSTELLRAD einmal, um in den Einstellungsmodus zu gelangen. Drehen Sie das EINSTELLRAD, um den Wert anzupassen
- Drücken Sie das EINSTELLRAD. Die Werte werden periodisch angezeigt
- Drehen Sie während des Workouts am Einstellrad, um die Widerstandsstufe anzupassen
- Sobald der Zielwert erreicht ist, piept die Konsole und zeigt viermal „End“ an, bevor sie in den Standby-Modus zurückspringt

ENTFERNUNG

- Drehen Sie das EINSTELLRAD im Standby-Modus im Uhrzeigersinn über P12 hinaus, bis ENTFERNUNG angezeigt wird (Abb. 5)
- Drücken Sie das EINSTELLRAD einmal, um in den Einstellungsmodus zu gelangen. Drehen Sie das EINSTELLRAD, um den Wert anzupassen
- Drücken Sie das EINSTELLRAD. Die Werte werden periodisch angezeigt
- Drehen Sie während des Workouts am Einstellrad, um die Widerstandsstufe anzupassen
- Sobald der Zielwert erreicht ist, piept die Konsole und zeigt viermal „End“ an, bevor sie in den Standby-Modus zurückspringt

KALORIEN

- Drehen Sie das EINSTELLRAD im Standby-Modus im Uhrzeigersinn über P12 hinaus, bis KALORIEN angezeigt wird (Abb. 10)
- Drücken Sie das EINSTELLRAD einmal, um in den Einstellungsmodus zu gelangen. Drehen Sie das EINSTELLRAD, um den Wert anzupassen
- Drücken Sie das EINSTELLRAD. Die Werte werden periodisch angezeigt
- Drehen Sie während des Workouts am Einstellrad, um die Widerstandsstufe anzupassen
- Sobald der Zielwert erreicht ist, piept die Konsole und zeigt viermal „End“ an, bevor sie in den Standby-Modus zurückspringt

BLUETOOTH-HERZFREQUENZMESSUNG

- Drehen Sie das EINSTELLRAD im Standby-Modus im Uhrzeigersinn über P12 hinaus, bis PULS angezeigt wird (Abb. 8)
- Drücken Sie das EINSTELLRAD einmal, um in den Einstellungsmodus zu gelangen. Drehen Sie das EINSTELLRAD, um den Wert anzupassen
- Drücken Sie das EINSTELLRAD. Die Werte werden periodisch angezeigt
- Drehen Sie während des Workouts am Einstellrad, um die Widerstandsstufe anzupassen
- Sobald der Zielwert erreicht ist, piept die Konsole und zeigt viermal „End“ an, bevor sie in den Standby-Modus zurückspringt

VERBINDUNG MIT EINER FITNESS-APP

Die Konsole unterstützt die Reebok Cardio-, Reebok Console-, Kinomap- und Zwift-App. Nachdem die Bluetooth-Verbindung hergestellt wurde, sieht das Display wie folgt aus:

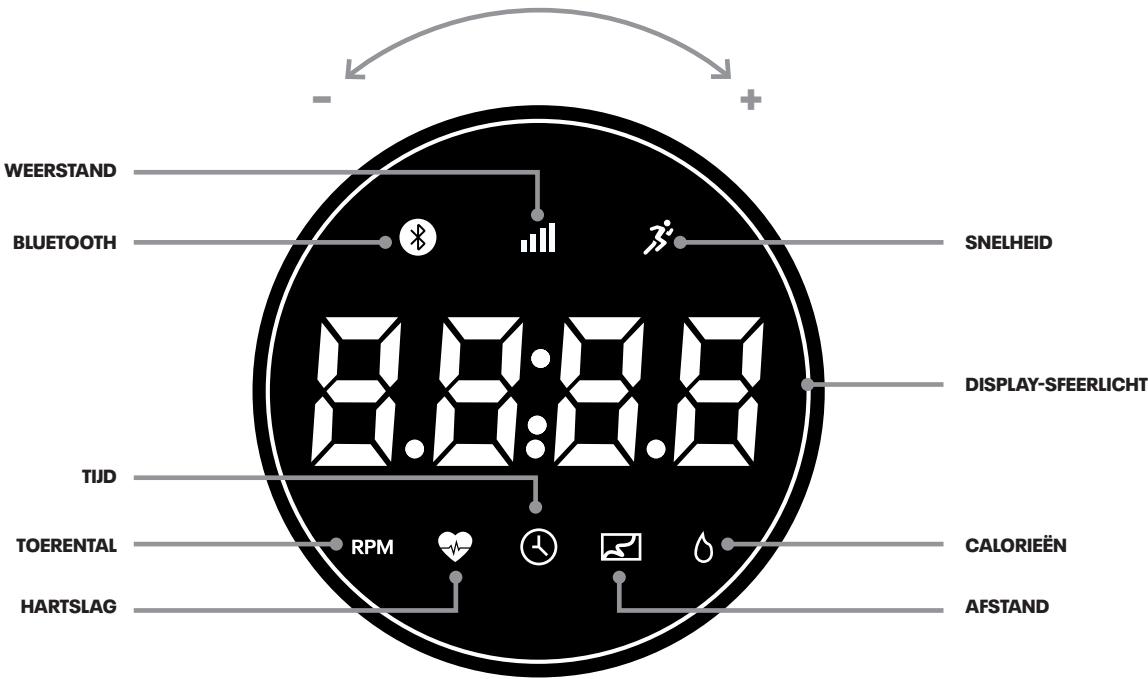


ENERGIESPARFUNKTION (ERP)

Im Laufmodus pausiert die wechselnde Anzeige des Displays nach 2 Minuten Inaktivität. Im Stopp-/Pausenmodus wechselt die Konsole nach 4 Minuten Inaktivität in den Aus-Modus.

Aus-Modus: 0.4W

(NL) CONSOLE



BLUETOOTH-HARTSLAGMETER

Dit product is compatibel met een draagbare hartslagmeter, om een nauwkeurig meetresultaat te krijgen moet de borstband in direct contact staan met uw huid. Nadat u de borstband omdoet, gaat u minimaal 15 seconden voor de displayconsole staan. Hierdoor kan de ontvanger in de console het signaal van de borstband herkennen. De hartslagmeter is alleen bedoeld als referentie en niet voor medisch gebruik of monitoring.

WEERSTAND

Level: 1 – 32

CALORIEËN

TIJD

00:00-99:59

TOERENTAL

0 – 200

BLUETOOTH

Gaat branden wanneer verbonden met de APP.

SNELHEID

0.0 – 72.0 KPH/0.0 – 45.0 MPH

AFSTAND

0.0 – 99.9 KM/0.0 – 62.0 ML

DRAAITOETSFUNCTIES

WEERSTAND

In loopmodus: Draai de DRAAITOETS linksom om de WEERSTAND te verlagen. Draai de DRAAITOETS rechtsom om de WEERSTAND te verhogen.

STARTEN/PAUZEREN/STOP

Druk één keer op de DRAAITOETS om de work-out te starten. Druk nogmaals om de work-out te pauzeren. Houd de draaitoets 3 seconden ingedrukt om te stoppen en te resetten naar de stand-bymodus.

DISPLAY-SFEERLICHT

1. In de stand-by/pause-modus is het display-sfeerlicht groen;
2. Weerstand 1-15, display-sfeerlicht is groen;
3. Weerstand 16-24, display-sfeerlicht is geel;
4. Weerstand 25-32, display-sfeerlicht is rood;

(NL) COMPUTERPROGRAMMA'S

OPSTARTEN

Als de stroomvoorziening is verbonden met de machine wordt de console opgestart met een lange piep. Alle segmenten van het LCD-display gaan gedurende 2 seconden branden (afbeelding 1) "U*.*" wordt weergegeven (afbeelding 2), daarna gaat de console naar de stand-bymodus (afbeelding 3).



1. 2. 3.

SNELSTART

In de stand-bymodus (afbeelding 3) kan de work-out direct worden gestart door de DRAAITOETS één keer in te drukken. Alle work-outwaarden worden automatisch cyclisch weergegeven.



4. TIJD 5. AFSTAND 6. SNELHEID 7. WEERSTAND



8. HARTSLAG 9. TOERENTAL 10. CALORIEËN

VOORINGESTELDE PROGRAMMA'S (P01 – P12)

- Draai in de stand-bymodus (afbeelding 3) de draaitoets om het vooringestelde programma P1 – P12 te selecteren (afbeelding 11) en druk op de draaitoets om uw keuze te bevestigen en te beginnen.



11.

- Tijdens de work-out wordt het weerstandsniveau automatisch aangepast overeenkomstig het programma, of draai de draaitoets om het weerstandsniveau aan te passen
- Als gebruikers stoppen met fietsen, wordt de console gepauzeerd, maar de work-outwaarden worden automatisch cyclisch weergegeven
- Wanneer het programma is afgelopen, piept de console en wordt 4 keer 'Einde' weergegeven. Daarna keert het scherm terug naar de stand-bymodus

4 HANDMATIGE PROGRAMMA'S

TIJD

- Draai vanuit de stand-bymodus de DRAAITOETS rechtsom, voorbij P12, tot u bij het scherm TIJD komt (AFBEELDING 4)
- Druk één keer op de DRAAITOETS om de instellingenmodus te openen. Draai de draaitoets om de waarde aan te passen
- Druk één keer op de DRAAITOETS om te beginnen. De work-outwaarden worden automatisch cyclisch weergegeven
- Draai tijdens de work-out de draaitoets om het weerstandsniveau aan te passen
- Wanneer de doelwaarde wordt bereikt, piept de console en wordt 4 keer 'Einde' weergegeven. Daarna keert het scherm terug naar de stand-bymodus

AFSTAND

- Draai vanuit de stand-bymodus de DRAAITOETS rechtsom, voorbij P12, tot u bij het scherm AFSTAND komt (AFBEELDING 5)
- Druk één keer op de DRAAITOETS om de instellingenmodus te openen. Draai de draaitoets om de waarde aan te passen
- Druk één keer op de DRAAITOETS om te beginnen. De work-outwaarden worden automatisch cyclisch weergegeven
- Draai tijdens de work-out de draaitoets om het weerstandsniveau aan te passen
- Wanneer de doelwaarde wordt bereikt, piept de console en wordt 4 keer 'Einde' weergegeven. Daarna keert het scherm terug naar de stand-bymodus

CALORIEËN

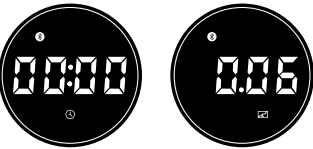
- From standby mode turn the DIAL clockwise, past P12, until you reach the CALORIES screen (IMAGE 10)
- Draai vanuit de stand-bymodus de DRAAITOETS rechtsom, voorbij P12, tot u bij het scherm CALORIEËN komt (AFBEELDING 10)
- Druk één keer op de DRAAITOETS om de instellingenmodus te openen. Draai de draaitoets om de waarde aan te passen
- Druk één keer op de DRAAITOETS om te beginnen. De work-outwaarden worden automatisch cyclisch weergegeven
- Draai tijdens de work-out de draaitoets om het weerstandsniveau aan te passen
- Wanneer de doelwaarde wordt bereikt, piept de console en wordt 4 keer 'Einde' weergegeven. Daarna keert het scherm terug naar de stand-bymodus

BLUETOOTH-HARTSLAGMETER

- Draai vanuit de stand-bymodus de DRAAITOETS rechtsom, voorbij P12, tot u bij het scherm HARTSLAG komt (AFBEELDING 8)
- Druk één keer op de DRAAITOETS om de instellingenmodus te openen. Draai de draaitoets om de waarde aan te passen
- Druk één keer op de DRAAITOETS om te beginnen. De work-outwaarden worden automatisch cyclisch weergegeven
- Draai tijdens de work-out de draaitoets om het weerstandsniveau aan te passen
- Wanneer de doelwaarde wordt bereikt, piept de console en wordt 4 keer 'Einde' weergegeven. Daarna keert het scherm terug naar de stand-bymodus

VERBINDEN MET EEN FITNESS-APP

De console ondersteunt de Reebok Cardio-, Reebok Console-, Kinomap- en Zwift-APP. Nadat er verbinding is gemaakt met Bluetooth is de weergave als volgt.

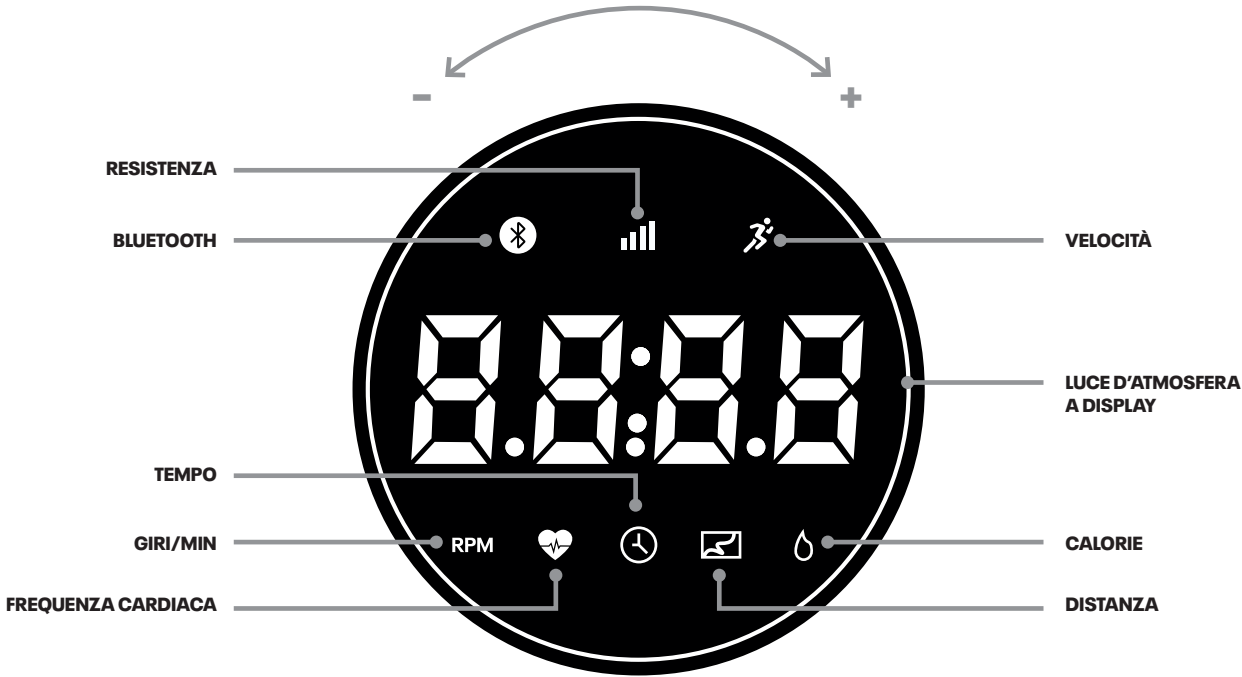


ENERGIEBESPARINGSFUNCTIE (ERP)

In de loopmodus wordt het circulaire display na 2 minuten inactiviteit gepauzeerd. In de stop/pauze-modus gaat de console na 4 minuten inactiviteit over op de uit-modus.

Uit-modus: 0,0W

(IT) CONSOLE



MONITORAGGIO BLUETOOTH DELLA FREQUENZA CARDIACA

Prodotto compatibile con dispositivi indossabili per la rilevazione della frequenza cardiaca; per disporre di una lettura corretta, indossare la fascia toracica a diretto contatto con la pelle. Dopo aver applicato la fascia toracica, osservare il display per almeno 15 secondi. In tal modo il ricevitore nella console sarà in grado di riconoscere il segnale proveniente dalla fascia toracica. Il monitor pulsazioni rappresenta una guida intesa solo per riferimento e non per uso o monitoraggio medico.

RESISTENZA

Livello: 1 – 32

CALORIE

TIME

00:00-99:59

GIRI/MIN

0-200

BLUETOOTH

Si accende quando viene connesso all'APP.

VELOCITÀ

0.0 – 72.0 KPH/0.0 – 45.0 MPH

DISTANZA

0.0 – 99.9 KM/0.0 – 62.0ML

FUNZIONI DEL SELETTORE

RESISTENZA

In modalità di corsa: Ruotare il SELETTORE in senso antiorario per diminuire la RESISTENZA. Ruotare il SELETTORE in senso orario per incrementare la RESISTENZA.

AVVIO/PAUSA/ARRESTO

Premere una volta il SELETTORE per iniziare l'allenamento. Premere di nuovo per mettere in pausa l'allenamento. Tenere premuto il Selettore per 3 secondi per interrompere e ripristinare la modalità Standby.

LUCE D'ATMOSFERA A DISPLAY

- 1. In modalità stand by / pausa, luce d'atmosfera a display verde;
- 2. Resistenza 1-15, luce d'atmosfera a display verde;
- 3. Resistenza 16-24, luce d'atmosfera a display gialla;
- 4. Resistenza 25-32, luce d'atmosfera a display rossa;

(IT) PROGRAMMI INFORMATICI

ACCENSIONE

Quando si collega l'alimentatore alla macchina, la console si accende emettendo un segnale acustico prolungato. Tutti i segmenti del display LCD si accendono per 2 secondi (Immagine 1), visualizzando "U.*" (Immagine 2), quindi si entra in modalità Standby (Immagine 3).



AVVIO RAPIDO

In modalità Standby (immagine 3) l'allenamento può essere avviato direttamente premendo 1 volta il SELETTORE. La visualizzazione dei valori dell'allenamento avviene in modo ciclico.



PROGRAMMI PREDEFINITI (P01 – P12)

- In modalità Standby (immagine 3), ruotare il selettore per selezionare il Programma Preimpostato P01 - P12 (immagine 11) e premere il selettore per confermare e avviare.



11.

- Durante l'allenamento, la regolazione del livello di RESISTENZA avviene automaticamente in base al programma, oppure è possibile ruotare il selettore per regolare il livello di RESISTENZA
- Se si smette di pedalare, la console entra in sospensione, i valori dell'allenamento vengono comunque visualizzati automaticamente con sequenza ciclica
- Al termine del programma, la console emette un segnale acustico e visualizza "End" per 4 volte, quindi torna in modalità Standby.

4 PROGRAMMI MANUALI

TEMPO

- Dalla modalità standby, ruotare il SELETTORE in senso orario, dopo P12, fino a quando compare TEMPO (IMMAGINE 4)
- Premere una volta il SELETTORE per accedere alla modalità di impostazione. Ruotare il Selettore per regolare il valore
- Premere una volta il SELETTORE per START. La visualizzazione dei valori dell'allenamento avviene ciclicamente in modo automatico
- Durante l'allenamento, ruotare il selettore per regolare il livello di resistenza
- Quando si arriva al valore target, la console emette un bip e visualizza per 4 volte "End", quindi torna in modalità Standby

DISTANZA

- Dalla modalità standby, ruotare il SELETTORE in senso orario, dopo P12, fino a quando compare DISTANZA (IMMAGINE 5)
- Premere una volta il SELETTORE per accedere alla modalità di impostazione. Ruotare il Selettore per regolare il valore
- Premere una volta il SELETTORE per START. La visualizzazione dei valori dell'allenamento avviene ciclicamente in modo automatico
- Durante l'allenamento, ruotare il selettore per regolare il livello di resistenza
- Quando si arriva al valore target, la console emette un bip e visualizza per 4 volte "End", quindi torna in modalità Standby

CALORIE

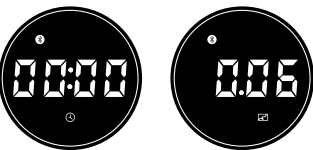
- Dalla modalità standby, ruotare il SELETTORE in senso orario, dopo P12, fino a quando compare CALORIE (IMMAGINE 10)
- Premere una volta il SELETTORE per accedere alla modalità di impostazione. Ruotare il Selettore per regolare il valore
- Premere una volta il SELETTORE per START. La visualizzazione dei valori dell'allenamento avviene ciclicamente in modo automatico
- Durante l'allenamento, ruotare il selettore per regolare il livello di resistenza
- Quando si arriva al valore target, la console emette un bip e visualizza per 4 volte "End", quindi torna in modalità Standby

MONITORAGGIO BLUETOOTH DELLA FREQUENZA CARDIACA

- Dalla modalità standby, ruotare il SELETTORE in senso orario, dopo P12, fino a quando compare FREQUENZA CARDIACA (IMMAGINE 8)
- Premere una volta il SELETTORE per accedere alla modalità di impostazione. Ruotare il Selettore per regolare il valore
- Premere una volta il SELETTORE per START. La visualizzazione dei valori dell'allenamento avviene ciclicamente in modo automatico
- Durante l'allenamento, ruotare il selettore per regolare il livello di resistenza
- Quando si arriva al valore target, la console emette un bip e visualizza per 4 volte "End", quindi torna in modalità Standby

CONNESSIONE A UN'APP DI FITNESS

La console supporta le APP Reebok Cardio, Reebok Console, Kinomap e Zwift. A connessione Bluetooth avvenuta, si ha la seguente visualizzazione a display.

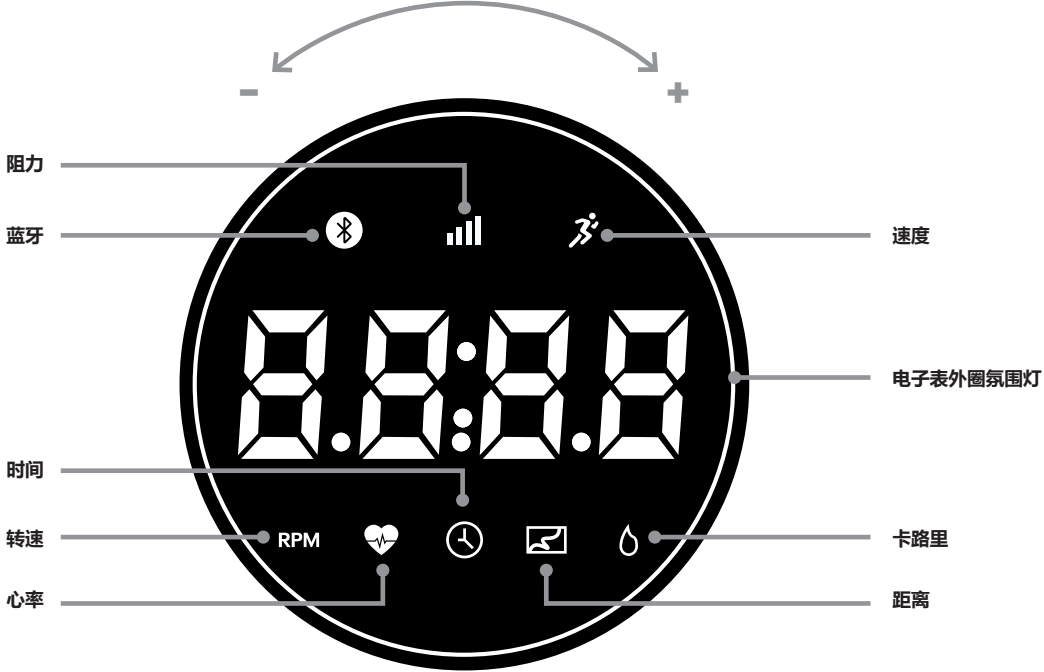


FUNZIONE DI RISPARMIO ENERGETICO (ERP)

In modalità di corsa, dopo 2 minuti di inutilizzo il display circolare si interrompe. In modalità stop/pausa, dopo 4 minuti di inutilizzo, la console entra in modalità off.

Modalità off: 0,4W

(ZH) 电子表



蓝牙心率

本产品可与带蓝牙心率功能的胸带兼容，为了获得准确的读数，胸带需要与皮肤直接接触。系上胸带后，请面向电子表至少15秒。这允许电子表上的接收器识别来自胸带的信号。心率监测器仅供参考，不用于医疗用途或监测。

阻力

段数: 1 – 32

卡路里

时间

00:00-99:59

转速

0-200

蓝牙

与APP连接时亮起。

速度

0.0 – 72.0公里/小时

0.0 – 45.0英里/小时

距离

0.0 – 99.9公里

0.0 – 62.0英里

旋钮功能

阻力

在运行模式下：向左旋转飞梭旋钮可减小阻力，向右旋转飞梭旋钮可增加阻力。

启动/暂停/停止

按飞梭旋钮一次开始锻炼。再次按飞梭旋钮可停止锻炼。长按飞梭旋钮3秒左右数据复位清零并返回待机模式。

电子表外圈氛围灯

1. 在待机/ 暂停状态下，显示绿色；
2. 阻力1-15段，显示绿色；
3. 阻力16-24段，显示黄色；
4. 阻力25-32段，显示红色；

(ZH) 电子表功能

通电启动

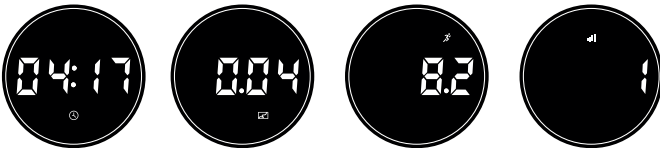
当电源连接到机器上，电子表会发出长的蜂鸣声。LED屏上所有的图标同时点亮2秒（图1），然后显示版本号"U*.*"（图2），最后进入待机模式（图3）。



1. 2. 3.

快速启动

在待机模式下（图3），可以通过按飞梭旋钮一次直接开始锻炼。所有锻炼数值将自动轮流显示。



4. 时间 5. 距离 6. 速度 7. 阻力



8. 心率 9. 转速 10. 卡路里

内置程序 (P01 – P12)

- 在待机模式下（图3），旋转飞梭旋钮选择内置程序P01-P12(图11)，按飞梭旋钮启动



11.

- 在运动过程中，阻力大小会依据程序自动调整，或旋转飞梭旋钮来调整阻力大小
- 停止踩踏车子，电子表会暂停，运动数值会循环显示
- 当程序结束，电子表会4次循环发出蜂鸣声并显示"End"，然后返回到待机模式

4个用户自定义程序

时间

- 从待机模式顺时针旋转飞梭旋钮，经过P12，直到显示时间(图4)
- 按飞梭旋钮一次进入设定模式。旋转飞梭旋钮可调整数值
- 按飞梭旋钮启动健身车。锻炼数值将自动循环显示
- 在运动过程中，旋转飞梭旋钮来调整阻力大小
- 当达到设定的目标值，电子表会4次循环发出蜂鸣声并显示"End"，然后返回到待机模式

距离

- 从待机模式顺时针旋转飞梭旋钮，经过P12，直到显示距离(图5)
- 按飞梭旋钮一次进入设定模式。旋转飞梭旋钮可调整数值
- 按飞梭旋钮启动健身车。锻炼数值将自动循环显示
- 在运动过程中，旋转飞梭旋钮来调整阻力大小
- 当达到设定的目标值，电子表会4次循环发出蜂鸣声并显示"End"，然后返回到待机模式

卡路里

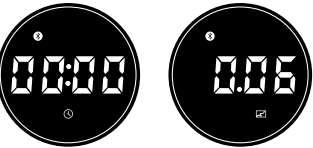
- 从待机模式顺时针旋转飞梭旋钮，经过P12，直到显示卡路里(图10)
- 按飞梭旋钮一次进入设定模式。旋转飞梭旋钮可调整数值
- 按飞梭旋钮启动健身车。锻炼数值将自动循环显示
- 在运动过程中，旋转飞梭旋钮来调整阻力大小
- 当达到设定的目标值，电子表会4次循环发出蜂鸣声并显示"End"，然后返回到待机模式

蓝牙心率

- 从待机模式顺时针旋转飞梭旋钮，经过P12，直到显示脉搏(图8)
- 按飞梭旋钮一次进入设定模式。旋转飞梭旋钮可调整数值
- 按飞梭旋钮启动健身车。锻炼数值将自动循环显示
- 在运动过程中，旋转飞梭旋钮来调整阻力大小
- 当达到设定的目标值，电子表会4次循环发出蜂鸣声并显示"End"，然后返回到待机模式

连接健身APP

电子表支持 Reebok Cardio, Reebok Console, Kinomap, Zwift APP，与蓝牙连接后，显示如下。

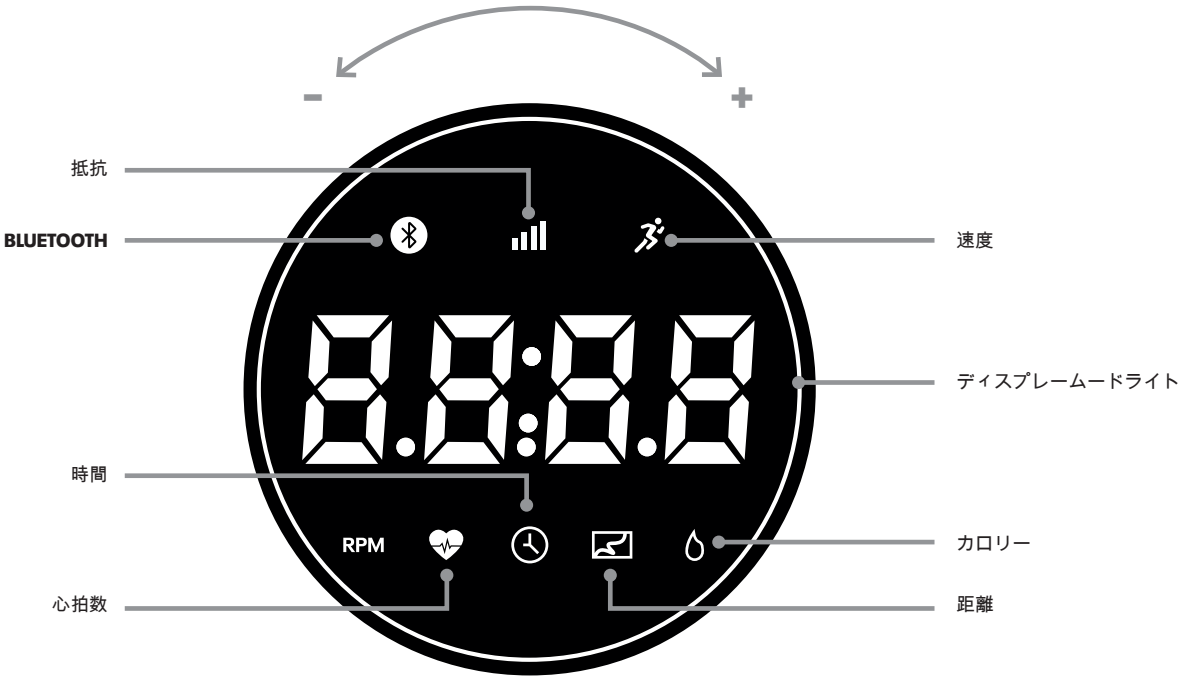


节电功能

在运行状态下，2分钟内未检测到运动，系统自动进入暂停状态，在停机或暂停状态下，4分钟无操作后进入关机状态。

关机模式: 0.4W

(JA) コンソール



Bluetooth 心拍数モニタリング

この製品はウェアラブル心拍検出装置と互換性があり、正確な測定値を受信するために、胸ストラップは皮膚と直接接触している必要があります。胸ストラップを身につけた後、ディスプレイコンソールに最低15秒間、近づけます。これにより、コンソールの中の受信機は胸ストラップからの信号を認識することができます。脈拍モニターは参照のためだけであり、医学的利用やモニタリングのためではありません。

抵抗

レベル: 1 – 32

カロリー

時間

00:00-99:59

RPM

0-200

BLUETOOTH

アプリに接続すると、ライトアップします。

速度

0.0 – 72.0 KPH/0.0 – 45.0 MPH

距離

0.0 – 99.9 KM/0.0 – 62.0 ML

ダイヤル機能

抵抗

ランニングモードのもので：ダイヤルを左回りに回し、すと抵抗値が減少します。ダイヤルを左回りに回し、すと抵抗値が増加します。

開始/ストップ/一時停止

ダイヤルを一度押して、運動を開始します。もう一度押して、運動を休止します。ダイヤルを3秒間押し続けて、停止し、スタンバイモードにリセットします。

ディスプレイードライト

"ディスプレイードライト
1.スタンバイ/一時停止モードでは、ディスプレイードライトは緑です。
2.抵抗 1-15 では、ディスプレイードライトは緑です。
3.抵抗 16-24 では、ディスプレイードライトは黄色です。
4.抵抗 25-32 では、ディスプレイードライトは赤です。"

(JA) コンピュータ機能

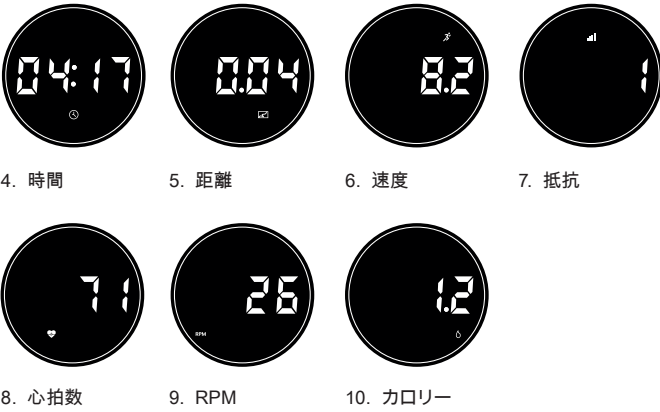
パワーアップ

電源が器械に接続されるとき、コンソールは長いピープ音と共にスイッチが入ります。LED ディスプレイのすべてのセグメントが2秒間ライトアップし(画像1)、“U.*”が表示され(画像2)、その後、スタンバイモードに入ります(画像3)。



クイックスタート

スタンバイモード(画像3)で、ダイヤルを一度押すことにより、運動を直接スタートすることができます。すべての運動の値が自動的に、周期的に表示されます。



プリセットプログラム (P01 – P12)

• スタンバイモード(画像3)で、ダイヤルを回し、事前設定プログラム P01 – P12(画像11)を選択し、ダイヤルを押して確認し、スタートします



11.
• 運動中、抵抗性レベルはプログラムに応じて自動的に調節されるか、あるいはダイヤルを回して抵抗性レベルを調節することができます
• ペダルを踏むのをやめると、コンソールは一時停止されますが、運動値は自動的に周期的に表示されます
• プログラムが終了すると、コンソールは4回ブザーを鳴らし、「End」を表示し、その後スタンバイモードに戻ります

4つのマニュアルプログラム

時間
• スタンバイモードから、P12を過ぎて、時間画面(画像4)に達するまでダイヤルを時計回りに回します
• ダイヤルをもう一度押して、設定モードに入ります。ダイヤルを回して値を調整します
• ダイヤルを押して、スタートします。すべての運動の値が自動的に、周期的に表示されます
• 運動中、ダイヤルを回して抵抗性レベルを調節すると
• 目標値に達すると、コンソールは4回ブザーを鳴らし、「End」を表示し、その後スタンバイモードに戻ります

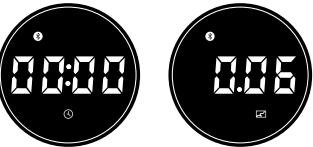
距離
• スタンバイモードから、P12を過ぎて、距離画面(画像5)に達するまでダイヤルを時計回りに回します
• ダイヤルをもう一度押して、設定モードに入ります。ダイヤルを回して値を調整します
• ダイヤルを押して、スタートします。すべての運動の値が自動的に、周期的に表示されます
• 運動中、ダイヤルを回して抵抗性レベルを調節すると
• 目標値に達すると、コンソールは4回ブザーを鳴らし、「End」を表示し、その後スタンバイモードに戻ります

カロリー
• スタンバイモードから、P12を過ぎて、カロリー画面(画像10)に達するまでダイヤルを時計回りに回します
• ダイヤルをもう一度押して、設定モードに入ります。ダイヤルを回して値を調整します
• ダイヤルを押して、スタートします。すべての運動の値が自動的に、周期的に表示されます
• 運動中、ダイヤルを回して抵抗性レベルを調節すると
• 目標値に達すると、コンソールは4回ブザーを鳴らし、「End」を表示し、その後スタンバイモードに戻ります

BLUETOOTH 心拍数モニタリング
• スタンバイモードから、P12を過ぎて、脈図画面(画像8)に達するまでダイヤルを時計回りに回します
• ダイヤルをもう一度押して、設定モードに入ります。ダイヤルを回して値を調整します
• ダイヤルを押して、スタートします。すべての運動の値が自動的に、周期的に表示されます
• 運動中、ダイヤルを回して抵抗性レベルを調節すると
• 目標値に達すると、コンソールは4回ブザーを鳴らし、「End」を表示し、その後スタンバイモードに戻ります

フィットネスアプリへの接続

コンソールはReebok Cardio, Reebok Console, Kinomap、およびZwiftアプリをサポートします。Bluetoothと接続したら、表示は次のようになります。

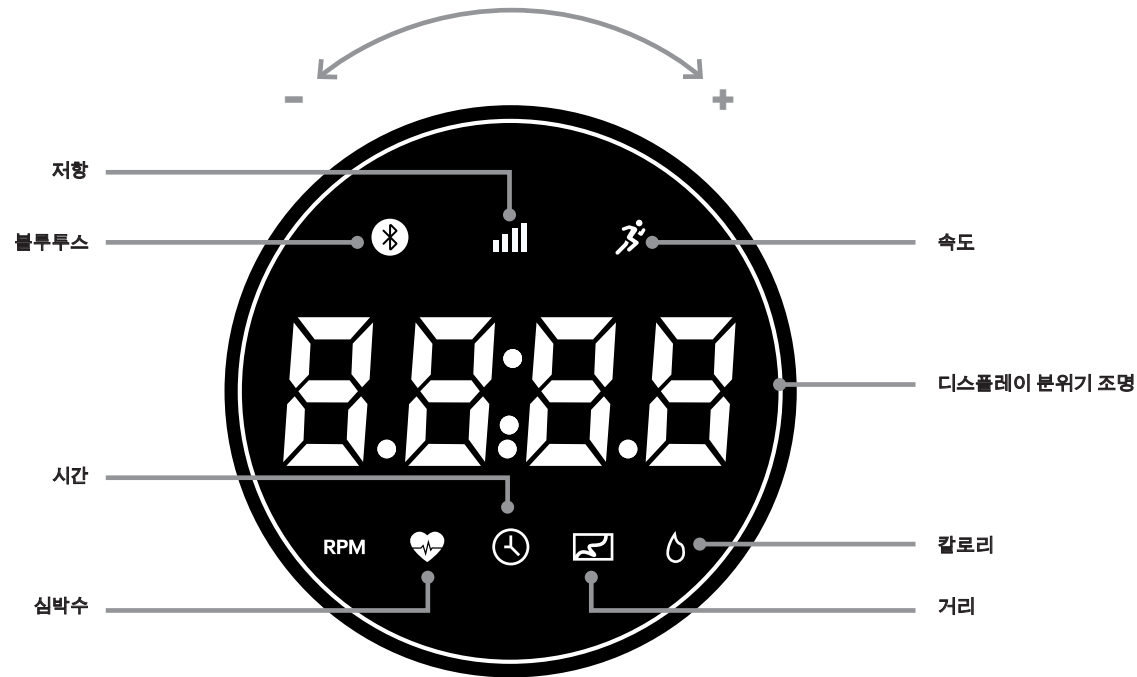


パワーセーブ機能

ランニングモードでは、2分間使用しないと、周期的なディスプレイが休止します。ストップ/休止モードのもので、4分間使用しないとディスプレイはオフモードになります。

オフモード: 0.4W

(KO) 콘솔



블루투스 심박수 모니터링

본 제품은 신체에 착용하는 심박수 측정기와 호환 가능하며, 정확한 측정치를 얻으려면 가슴 스트랩이 맨살에 닿도록 해야 합니다. 가슴 스트랩을 착용하고 난 뒤, 최소 15초 동안 디스플레이 콘솔에 가까이 다가서 있어야 합니다. 콘솔에 있는 수신기가 가슴 스트랩에서 보내는 신호를 인식할 수 있도록 하기 위해서입니다. 맥박 센서는 참고사항일 뿐 의학자료나 모니터링용으로 활용할 수 없습니다.

저항

단계: 1 – 32

칼로리

시간

00:00-99:59

RPM

0-200

블루투스

앱이 연결되면 불이 켜집니다.

속도

0.0 – 72.0KPH/0.0 – 45.0MPH

거리

0.0 – 99.9KM/0.0 – 62.0ML

다이얼 기능

저항

다이얼을 눌러 운동을 시작합니다. 한 번 더 누르면 운동을 멈출 수 있습니다. 다이얼을 3초간 누르고 있으면 기기 작동이 중단되고 대기 모드가 됩니다.

시작/정지/중지

다이얼을 눌러 운동을 시작합니다. 한 번 더 누르면 운동을 멈출 수 있습니다. 다이얼을 3초간 누르고 있으면 기기 작동이 중단되고 대기 모드가 됩니다.

디스플레이 분위기 조명

1. 대기/정지 모드에서는 디스플레이 분위기 조명이 초록색이 됩니다.
2. 저항 1-15, 디스플레이 분위기 조명이 초록색이 됩니다.
3. 저항 16-24, 디스플레이 분위기 조명이 노란색이 됩니다.
4. 저항 25-32, 디스플레이 분위기 조명이 붉은색이 됩니다.

(KO) 컴퓨터 기능

작동 시작

기기에 전원 장치가 연결되면 삐 소리가 길게 나고 콘솔의 전원이 켜집니다. LED 화면의 모든 영역에 2초 동안 불이 들어오고 (이미지 1), "U*.*"이 화면에 표시되면 (이미지 2), 대기 모드 (이미지 3)로 들어갑니다.



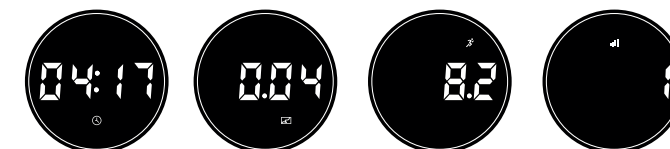
1.

2.

3.

빠른 시작

대기 모드 (이미지 3)에서 다이얼 1의 시간을 누르면 곧바로 운동을 시작할 수 있습니다. 모든 운동 수치가 주기적으로 계속해서 화면에 표시됩니다.



4. 시간

5. 거리

6. 속도

7. 저항



8. 심박수

9. RPM

10. 칼로리

사전 설정 프로그램 (P01 – P12)

- 대기 모드 (이미지 3)에서 다이얼을 돌려서 사전 설정 프로그램 P01 – P12 (이미지 11) 중 하나를 선택하고 다이얼을 누르면 운동이 시작됩니다



11.

- 운동 도중 프로그램에 따라 저항 강도가 자동으로 변경되거나 다이얼을 돌려서 저항 강도를 조절할 수 있습니다
- 페달 밟기를 멈추면 콘솔이 중단되지만, 운동값은 계속해서 주기적으로 화면에 표시됩니다
- 프로그램이 끝나면 콘솔에서 삐 소리가 나고 "End"라는 메시지가 4번 나온 뒤 대기 모드로 돌아갑니다

4 수동 프로그램

시간

- 대기 모드에서 다이얼을 시계 방향으로 돌려 P12 을 지나 시간화면에 나오게 합니다 (이미지 4)
- 다이얼을 한 번 더 누른 후 설정 모드로 들어갑니다. 다이얼을 돌려 입력값을 조절합니다
- 다이얼을 눌러서 운동을 시작합니다. 운동값은 계속해서 주기적으로 화면에 표시됩니다
- 운동 도중 다이얼을 돌리면 저항 강도를 조절할
- 프로그램이 끝나면 콘솔에서 삐 소리가 나고 "End"라는 메시지가 4번 나온 뒤 대기 모드로 돌아갑니다

거리

- 대기 모드에서 다이얼을 시계 방향으로 돌려 P12을 지나 거리 화면에 나오게 합니다 (이미지 5)
- 다이얼을 한 번 더 누른 후 설정 모드로 들어갑니다. 다이얼을 돌려 입력값을 조절합니다
- 다이얼을 눌러서 운동을 시작합니다. 운동값은 계속해서 주기적으로 화면에 표시됩니다
- 운동 도중 다이얼을 돌리면 저항 강도를 조절할
- 프로그램이 끝나면 콘솔에서 삐 소리가 나고 "End"라는 메시지가 4번 나온 뒤 대기 모드로 돌아갑니다

칼로리

- 대기 모드에서 다이얼을 시계 방향으로 돌려 P12을 지나 칼로리 화면에 나오게 합니다 (이미지 10)
- 다이얼을 한 번 더 누른 후 설정 모드로 들어갑니다. 다이얼을 돌려 입력값을 조절합니다
- 다이얼을 눌러서 운동을 시작합니다. 운동값은 계속해서 주기적으로 화면에 표시됩니다
- 운동 도중 다이얼을 돌리면 저항 강도를 조절할
- 프로그램이 끝나면 콘솔에서 삐 소리가 나고 "End"라는 메시지가 4번 나온 뒤 대기 모드로 돌아갑니다

블루투스 심박수 모니터링

- 대기 모드에서 다이얼을 시계 방향으로 돌려 P12을 지나 맥박이 화면에 나오게 합니다 (이미지 8)
- 다이얼을 한 번 더 누른 후 설정 모드로 들어갑니다. 다이얼을 돌려 입력값을 조절합니다
- 다이얼을 눌러서 운동을 시작합니다. 운동값은 계속해서 주기적으로 화면에 표시됩니다
- 운동 도중 다이얼을 돌리면 저항 강도를 조절할
- 프로그램이 끝나면 콘솔에서 삐 소리가 나고 "End"라는 메시지가 4번 나온 뒤 대기 모드로 돌아갑니다

피트니스 앱에 연결하기

본 콘솔은 Reebok Cardio, Reebok Console 과 Kinomap, Zwift과 연동 가능합니다. 블루투스에 연결되면 화면에 다음과 같이 뜹니다.



에너지 절약 기능

달리기 모드에서 기기를 2분 이상 사용하지 않으면 주기적으로 표시되던 화면이 멈춥니다. 정지/멈춤 모드에서 기기를 4분 이상 사용하지 않으면 콘솔이 꺼짐 모드로 전환됩니다.

꺼짐 모드: 0.4W

(AR) برامج الحاسوب

توصيل الجهاز بالتيار الكهربائي

عند توصيل الجهاز بالتيار الكهربائي، ستعمل وحدة التحكم مُصدرةً صوت صفيّر طويلًا. الصورة "U*.*" لمدة ثانيّتين (الصورة (1))، وسيُعرض LED سيضيء جميع أقسام شاشة ((2))، ثم ستدخل في وضع الاستعداد (الصورة 3)



1. 2. 3.

البدا السريع

في وضع الاستعداد (الصورة (3))، يمكن بدء التمرين مباشرةً عن طريق الضغط على القرص مرة واحدة. سيُعرض جميع قيم التمرين بشكل دوري تلقائيًا



الوقت 4. المسافة 5. السرعة 6. المقاومة 7.



نمعدل نبض دورة في الدقيقة 9. الشُعرات الحرارية 10. القلب 8.

(P01 – P12) البرامج المميّنة مسبقًا

- في وضع الاستعداد (الصورة (3))، أدر القرص لاختيار البرنامج مسبق الضب P01 – P12 (الصورة (11))، واضغط على القرص للتأكيد والبدء



11.

- رابعًا. أثناء التمرين، سيُضبط مستوى المقاومة تلقائيًا وفقًا للبرنامج، أو أدر القرص لضبط مستوى المقاومة
- خامسًا. عندما تتوقف عن التبديل بالدواسات، ستتوقف وحدة التحكم، ولكن سيُعرض قيم التمرين بشكل دوري تلقائيًا
- عند انتهاء البرنامج، سيُصدر وحدة التحكم صوت صفيّر وستعرض كلمة "4" End مرات، ثم ستعود إلى وضع الاستعداد

برامج يدوية 4

الوقت

- من وضع الاستعداد، أدر القرص في اتجاه عقارب الساعة، مروّزًا بالبرنامج P12، حتى تصل إلى شاشة الوقت (الصورة (4))
- اضغط على القرص مرة واحدة للدخول في وضع الإعداد. أدر القرص لضبط القيمة
- اضغط على القرص لبدء التشغيل
- سيُعرض قيم التمرين بشكل دوري تلقائيًا
- أثناء التمرين، أدر القرص لضبط مستوى المقاومة وسيُعرض قيمته
- عند الوصول إلى القيمة المستهدفة، سيُصدر وحدة التحكم صوت صفيّر وستعرض كلمة "4" End مرات، ثم ستعود إلى وضع الاستعداد

المسافة

- من وضع الاستعداد، أدر القرص في اتجاه عقارب الساعة، مروّزًا بالبرنامج P12، حتى تصل إلى شاشة المسافة (الصورة (5))
- اضغط على القرص مرة واحدة للدخول في وضع الإعداد. أدر القرص لضبط القيمة
- اضغط على القرص لبدء التشغيل
- سيُعرض قيم التمرين بشكل دوري تلقائيًا
- أثناء التمرين، أدر القرص لضبط مستوى المقاومة وسيُعرض قيمته
- عند الوصول إلى القيمة المستهدفة، سيُصدر وحدة التحكم صوت صفيّر وستعرض كلمة "4" End مرات، ثم ستعود إلى وضع الاستعداد

السُعرات الحرارية

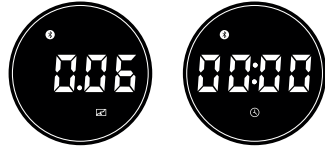
- من وضع الاستعداد، أدر القرص في اتجاه عقارب الساعة، مروّزًا بالبرنامج P12، حتى تصل إلى شاشة السُعرات الحرارية (الصورة (10))
- اضغط على القرص مرة واحدة للدخول في وضع الإعداد. أدر القرص لضبط القيمة
- اضغط على القرص لبدء التشغيل
- سيُعرض قيم التمرين بشكل دوري تلقائيًا
- أثناء التمرين، أدر القرص لضبط مستوى المقاومة وسيُعرض قيمته
- عند الوصول إلى القيمة المستهدفة، سيُصدر وحدة التحكم صوت صفيّر وستعرض كلمة "4" End مرات، ثم ستعود إلى وضع الاستعداد

مراقبة معدل نبض القلب عبر البلوتوث

- من وضع الاستعداد، أدر القرص في اتجاه عقارب الساعة، مروّزًا بالبرنامج P12، حتى تصل إلى شاشة النبض (الصورة (8))
- اضغط على القرص مرة واحدة للدخول في وضع الإعداد. أدر القرص لضبط القيمة
- اضغط على القرص لبدء التشغيل
- سيُعرض قيم التمرين بشكل دوري تلقائيًا
- أثناء التمرين، أدر القرص لضبط مستوى المقاومة وسيُعرض قيمته
- عند الوصول إلى القيمة المستهدفة، سيُصدر وحدة التحكم صوت صفيّر وستعرض كلمة "4" End مرات، ثم ستعود إلى وضع الاستعداد

الاتصال بأحد تطبيقات اللياقة البدنية

تدعم وحدة التحكم تطبيقات اللياقة البدنية من ريبوك، وكينوماب، وزويفت بعد الاتصال بالبلوتوث، تظهر الشاشة كما يلي



وظيفة توفير الطاقة

في وضع الجري، ستتوقف شاشة العرض الدوري مؤقتًا بعد 2 دقائق من عدم الاستخدام في وضع الإيقاف/الإيقاف المؤقت، ستدخل الشاشة في وضع في وضع التوقف/الإيقاف المؤقت، ستدخل الشاشة في وضع الإيقاف بعد 4 دقائق من عدم النشاط

وضع إيقاف التشغيل: 0.4W

(AR) لوحة التحكم



مراقبة معدل نبض القلب عبر البلوتوث

يتوافق هذا المنتج مع جهاز كشف معدل نبض القلب الذي يتم ارتداؤه، ويهدف إلى استقبال قراءة دقيقة، علمًا بأن شريط الصدر يجب أن يلامس الجلد مباشرةً. وبعد تركيب شريط الصدر، ينبغي مواجهة وحدة الشاشة لمدة 15 ثانية على الأقل. فهذا يتيح لجهاز الاستقبال الموجود في الوحدة التعرف على الإشارة الواردة من شريط الصدر. أداة مراقبة النبض هي دليل مرجعي فقط وليست للاستخدام الطبي أو المراقبة

دورة في الدقيقة

مستوى: 1 – 32

السُعرات الحرارية

الوقت

00:00-99:59

دورة في الدقيقة

0-200

البلوتوث

يضيء عند توصيله بأحد التطبيقات

السُرعة

0.0 – 45.0 MPH / 0.0 – 72.0 KPH

المسافة

0.0 – 62.0 ML / 0.0 – 99.9 KM

وظائف القرص

المقاومة

في وضع الجري:

أدر القرص عكس اتجاه عقارب الساعة لتقليل قيمة المقاومة.

أدر القرص في اتجاه عقارب الساعة لزيادة قيمة المقاومة.

بدء/وقفة/إيقاف

اضغط على القرص مرة واحدة لبدء التمرين. اضغط مرة أخرى لإيقاف التمرين مؤقتًا. اضغط باستمرار على القرص لمدة 3 ثواني لإيقاف الجهاز. وإعادة تعيينه إلى وضع الاستعداد

إضاءة وضع الشاشة

- في وضع الاستعداد/الإيقاف، تكون إضاءة وضع الشاشة خضراء
- عند المقاومة 1-15، تكون إضاءة وضع الشاشة خضراء
- عند المقاومة 16-24، تكون إضاءة وضع الشاشة صفراء
- عند المقاومة 25-32، تكون إضاءة وضع الشاشة حمراء