

H920 DUKE



PRODUCENT:



EXERCYCLE S.A  
P.O. BOX 195  
01080 Vitoria  
Spain

DYSTRYBUTOR:



DEL SPORT SP. z o. o.

ul. Syrokomli 16  
03-335 WARSZAWA  
tel: +48 (22) 811-01-02,811-07-39  
fax: (22) 674-41-42  
e-mail: [delsport@delsport.com.pl](mailto:delsport@delsport.com.pl)  
[www.delsport.com.pl](http://www.delsport.com.pl)

Fig 1

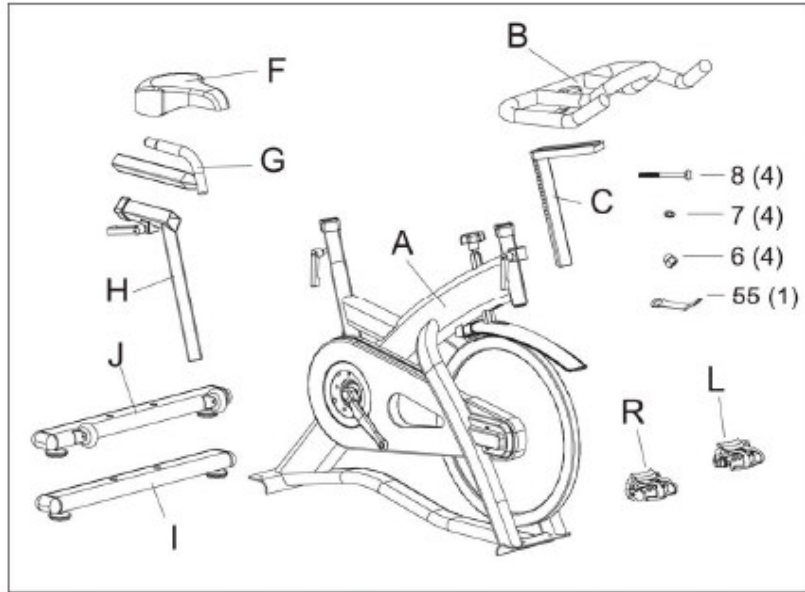


Fig 2

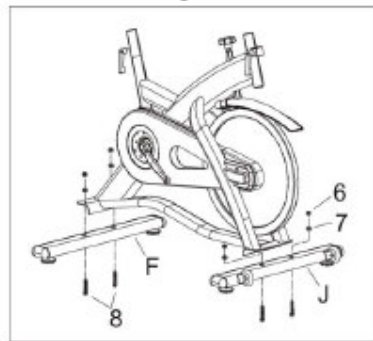


Fig 3

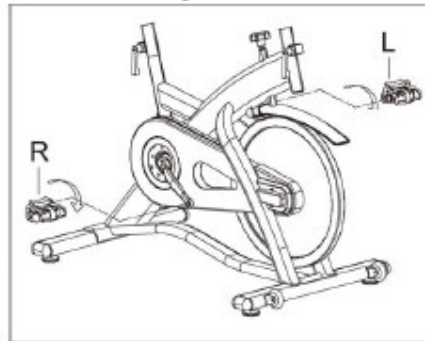


Fig 4

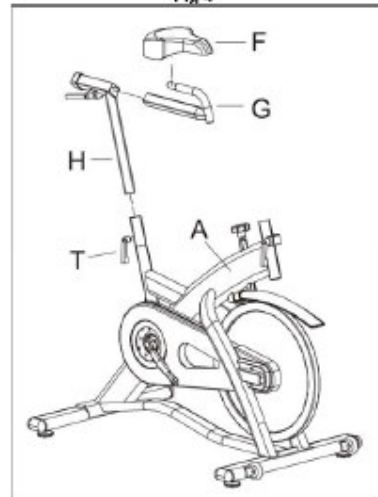
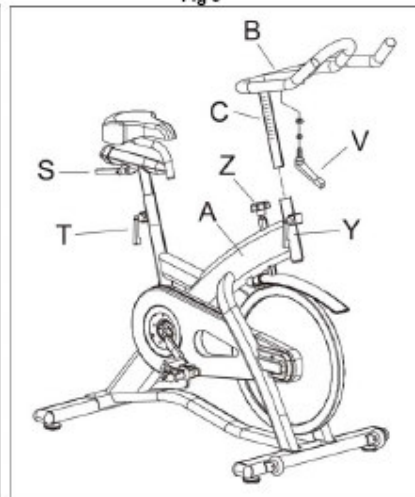
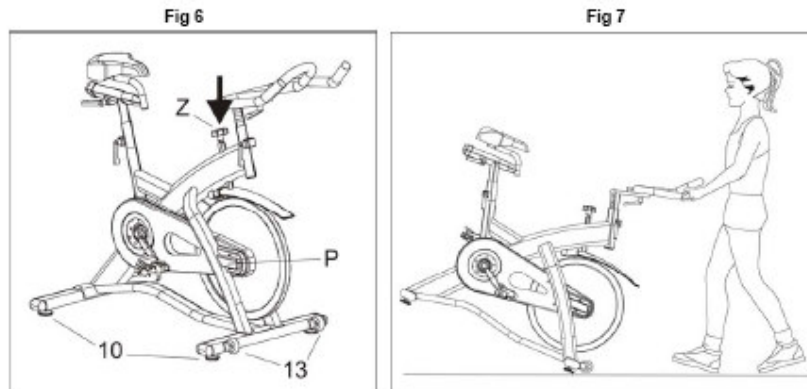


Fig 5





### OGÓLNE WSKAZÓWKI

**Przeczytaj uważnie instrukcję obsługi. Zawiera ważne wskazówki dotyczące bezpieczeństwa, użytkowania i konserwacji urządzenia.**

**UWAGA!** Zanim rozpoczniesz jakiegokolwiek działania związane z instalacją, bądź konserwacją upewnij się, czy urządzenie zostało odłączone od gniazdka elektrycznego.

1. Rodzice oraz inne osoby odpowiedzialne za opiekę nad dziećmi powinny mieć na względzie ich naturalną ciekawość i to, że może ona doprowadzić do niebezpiecznych sytuacji. Dlatego też dzieci powinny zawsze pozostawać pod opieką. To urządzenie w żadnym wypadku nie może służyć jako dziecięca zabawka.
2. Z urządzenia może jednocześnie korzystać tylko jedna osoba.
3. Jeśli poczujesz nagły ból w klatce piersiowej, nudności, ból – natychmiast zejdz z roweru i skonsultuj się z lekarzem.
4. Urządzenie powinno być ustawione na płaskiej i równej powierzchni. Nie korzystaj z roweru na zewnątrz i w pobliżu zbiorników z wodą.
5. Nie zbliżaj rąk do ruchomych elementów roweru.
6. Używaj odpowiedniego obuwia i stroju. Upewnij się czy dobrze zawiązałeś sznurówki.
7. Korzystaj z roweru treningowego tylko zgodnie z poniższą instrukcją obsługi. Nie stosuj akcesoriów nie rekomendowanych przez producenta.
8. Nie kładź ostrych narzędzi w pobliżu roweru.
9. Osoby niepełnosprawne powinny korzystać z roweru tylko w obecności wykwalifikowanego personelu lub lekarza.
10. Zanim rozpoczniesz trening przeprowadź rozgrzewkę.
11. Nie korzystaj z roweru, który może być uszkodzony bądź wadliwy.

**Zanim rozpoczniesz trening skonsultuj się z lekarzem .**

12. Z roweru mogą korzystać osoby, których waga nie przekracza 110kg. Urządzenie przeznaczone jest do użytku komercyjnego.
13. Obowiązkiem właściciela urządzenia jest poinstruowanie i poinformowanie użytkownika o wszystkich niebezpieczeństwach związanych z ćwiczeniem na rowerze treningowym.

## **MONTAŻ:**

Zaleca się, aby montażu dokonywały dwie osoby.

Wymij urządzenie z kartonu i sprawdź czy nie brakuje żadnego elementu (fig.1).

1. (A) Korpus urządzenia (B) Kierownica (C) Sztycy kierownicy (H) Sztycy siodełka (G) Podpora pozioma siodełka (F) Siodełko (I) Podstawa tylna z podstawkami regulującymi (J) Podstawa przednia z kółkami (L) Pedał lewy (R) Pedał prawy (8) Śruba M10 (7) Podkładka płaska M10 (6) Nakrętka M10 (55) Klucz

2. Na podstawie tylnej z podstawkami regulującymi (I) ustaw korpus urządzenia, tak jak zostało to pokazane na fig.2. Skręć oba elementy śrubami (8) oraz podłóż podkładki (7) i dokręć nakrętki (6). Następnie ustaw urządzenie na przedniej podstawie z kółkami (J), tak jak zostało to pokazane na fig.2. Skręć oba elementy śrubami (8) oraz podłóż podkładki (7) i dokręć nakrętki (6).

### **Montaż pedałów:**

**Uwaga!** Nieprawidłowe założenie pedałów może uszkodzić gwint lub korbę pedału.

(Określenie kierunku prawy- lewy odnosi się do położenia osoby siedzącej na rowerze).

Przykręć zgodnie z ruchem wskazówek zegara pedał prawy (oznaczony literą R) do korpusu urządzenia na osi wychodzącej z prawej strony korpusu urządzenia. Natomiast pedał lewy (oznaczony literą L) należy przykręcić w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara ( jest odwrotnie gwintowany) do korpusu urządzenia na osi wychodzącej z lewej strony korpusu urządzenia (fig.3).

### **Montaż siodełka:**

Umieść siodełko na poziomej podporze siodełka (G), tak jak zostało to pokazane na fig.4. Dokręć nakrętki. Wprowadź poziomą podporę siodełka w otwór znajdujący się w sztycy siodełka (H) fig.4, dokręć pokrętło (S) fig.5. Wprowadź sztycę siodełka w otwór znajdujący się w korpusie urządzenia (A). Dopasuj odpowiednio pozycje siodełka pokrętłem (T) fig.5 i dokręć je w kierunku zgodnym z ruchem wskazówek zegara.

### **Regulacja wysokości siodełka:**

Poluzuj pokrętło (T) (przekręć w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara) fig.4. Po dopasowaniu odpowiedniej wysokości dokręć pokrętło (T).

### **Regulacja pozioma siodełka:**

Poluzuj pokrętło (S) (przekręć w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara) fig.4. Po dopasowaniu odpowiedniej pozycji dokręć pokrętło (S).

### **Montaż kierownicy:**

Ustaw kierownicę (B) na sztycy kierownicy (C) fig.5. Dokręć zacisk (V). Włóż sztycę kierownicy (C) w otwór znajdujący się w korpusie urządzenia (A) fig.5. Dokręć pokrętło (Y) w kierunku zgodnym z ruchem wskazówek zegara.

### **Regulacja wysokości kierownicy:**

Ustaw kierownicę (B) na odpowiedniej wysokości (nie przekraczając oznaczenia MAX) i dokręć mocno pokrętło (Y) fig.5.

### **Regulacja pozioma kierownicy:**

Ustaw kierownicę (B) w odpowiedniej odległości (nie przekraczając oznaczenia MAX) od siodełka i dokręć mocno pokrętło (V) fig.5.

### **Regulacja oporu:**

Urządzenie zostało wyposażone w pokrętło regulacji oporu (Z), które znajduje się na korpusie urządzenia (A). fig.6. By zwiększyć opór należy przekręcić pokrętło (Z) w kierunku zgodnym z ruchem wskazówek zegara (+). By zmniejszyć wysiłek należy pokrętło przekręcić w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara (-).

W wyniku tarcia koła zamachowe rozgrzewa się. Po zakończeniu ćwiczenia zaleca się, aby poziom oporu ustawić na minimum, tak by nie ścierać okładziny hamulcowej.

**Uwaga!** Urządzenie zostało wyposażone w hamulec bezpieczeństwa. Aby zatrzymać urządzenie należy nacisnąć pokrętkę regulacji oporu (Z) – tak jak zostało to pokazane na fig.6.

**Poziomowanie:**

Upewnij się czy urządzenie stoi równo na ziemi, jeśli tak nie jest podstawkami regulującymi (10), wypoziomuj urządzenie, tak by stało stabilnie (fig.6).



**Uwaga!** Jeśli nóżki poziomujące są zbyt mocno wykręcone to może to wpływać na stabilność roweru oraz na hałas.

**Transport i przechowywanie:**

Urządzenie zostało wyposażone w kółka (13), które ułatwiają przemieszczanie urządzenia. Kółka znajdują się w przedniej części urządzenia (fig.6). Aby przestawić urządzenie przechył urządzenie, tak jak zostało to pokazane na fig.7 i przesunij je na wybrane miejsce.

Urządzenie należy przechowywać w miejscu suchym i o niewielkich wahaniami temperatur.

**Konserwacja:**

Ze względów higienicznych urządzenie należy przecierać (siodełko i podpory, ramę) po każdych zajęciach środkami dezynfekującymi.

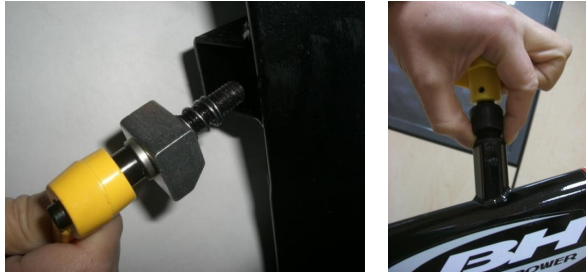
1. Regularnie wycieraj koło zamachowe z kurzu i potu. Nie używaj środków żrących ani odtłuszczających, gdyż mogą one uszkodzić lakier i mechanizm. Koło zamachowe zostało pokryte warstwą antyutleniaczą, dlatego po zakończeniu czyszczenia warto co pewien czas przetrzeć je ponownie antyutleniającem.



2. Regularnie sprawdzaj mocowanie pedałów i pasków. Nakładaj smar w miejscu mocowania pedałów (patrz zdjęcia poniżej).



3. Regularnie sprawdzaj pokrętła regulacji. Smaruj je regularnie.



4. Regularnie sprawdzaj napięcie pasa.



- Ustaw korby pedałów w pionowej pozycji.
  - Sprawdź czy pas jest napięty (wraz ze zużyciem i upływem czasu będzie rozciągał się).
  - Poluzuj nakrętki (P) o dwa obroty fig.6
  - Dokręć nakrętki kluczem. Upewnij się czy po obu stronach roweru nakrętki zostały poluzowane o tyle samo (2 obroty powinny być wystarczające), w innym przypadku pokrzywi się zębátka i spowoduje większe luzy, a co za tym idzie również spadanie pasa.
  - Dokręć nakrętki (P).
  - Sprawdzaj regularnie stan hamulców
5. Regularnie czyść i smaruj sztycę siodełka i kierownicy.



## DEKLARACJA ZGODNOŚCI

My, Exercycle, S.L. zarejestrowani pod adresem  
Zurrupitieta 22, Poligono Industrial Jundiz  
01015 Vitoria-Gasteiz, Alava  
Hiszpania

Deklarujemy, że H920:  
Jest zgodny z następującymi normami:

EN 957-1, EN 957-10

Zgodnie z postanowieniami Dyrektywy EMC 2004/108/CE oraz Dyrektywy niskonapięciowej 2006/95/CE.

Vitoria-Gasteiz 02-01-08



Pablo Pérez de Lazárraga  
Managing Director

### H920

