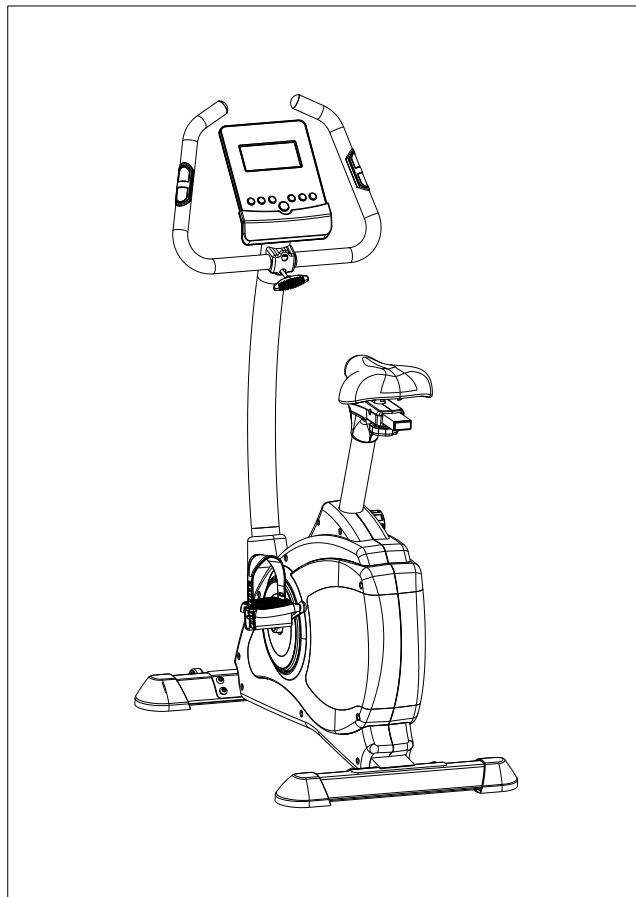


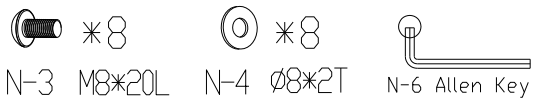
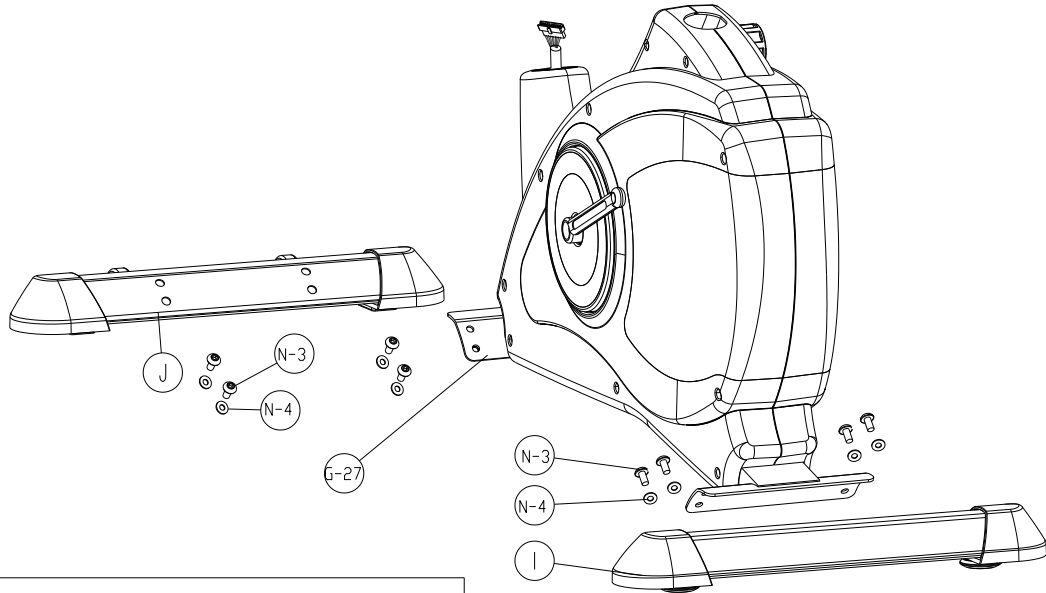
# X-FIT

## **BRUKERVEILEDNING** **for** **600 MAGNETIC**



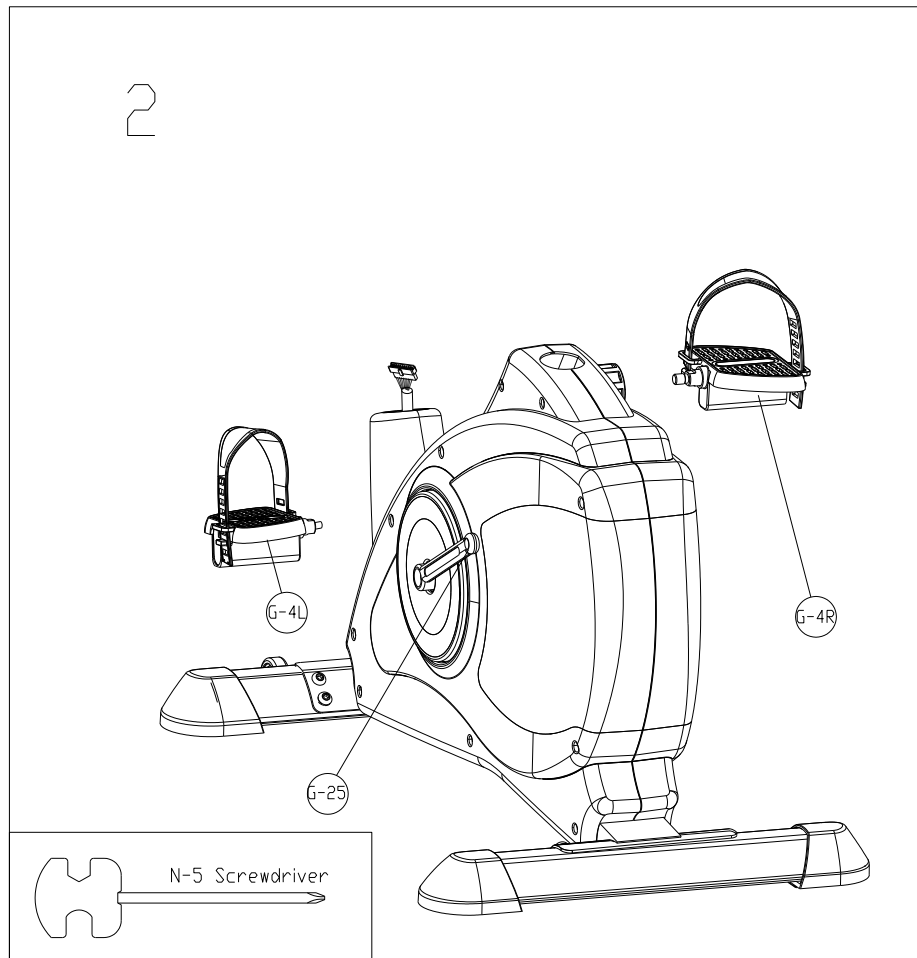
**BUILT FOR HEALTH**

1



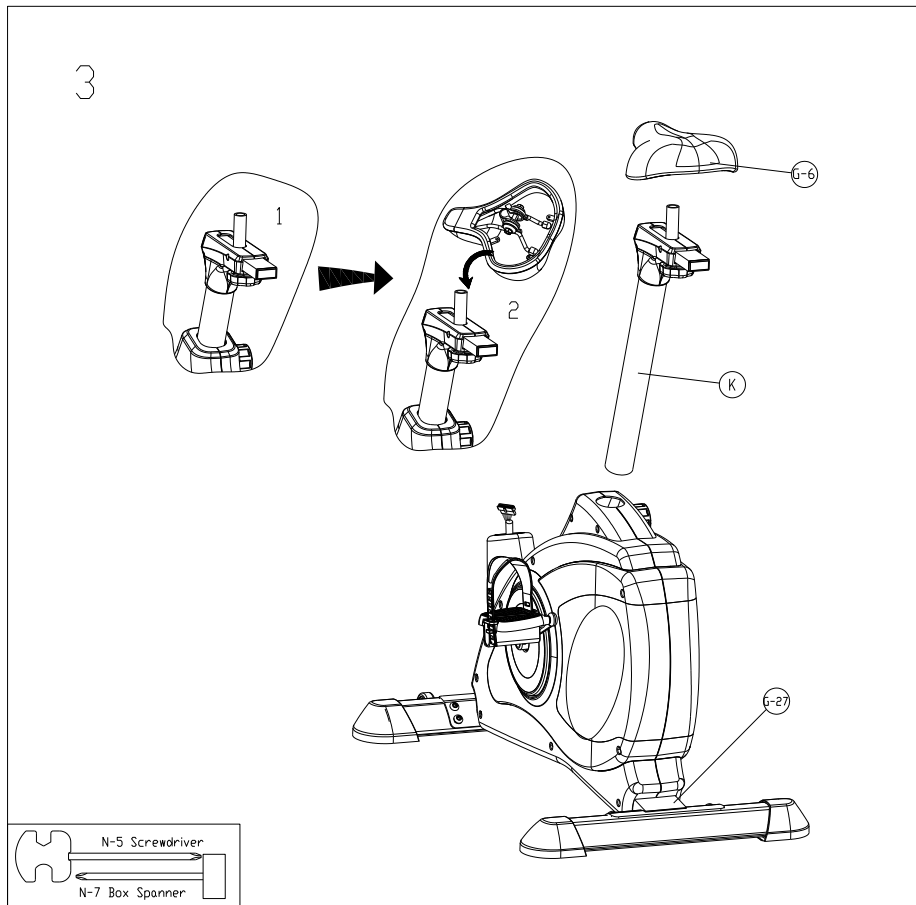
**Steg 1:**

- a. Monter fremre og bakre stabilisator (I og J) til hovedrammen, og fest med skrue (N-4) og flat skive (N-3).



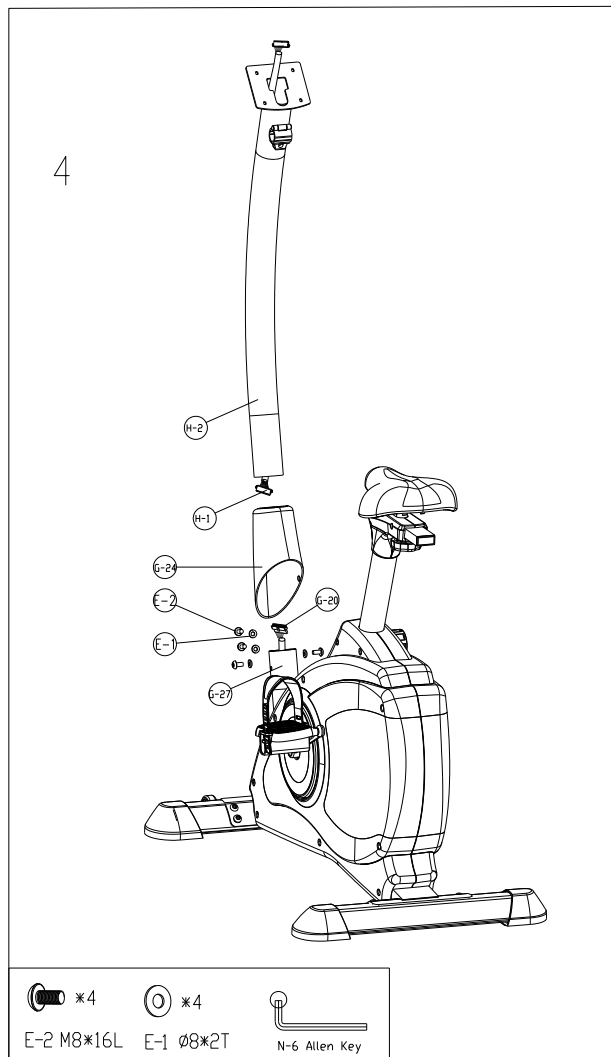
## Steg 2

- a. Stram venstre og høyre pedal (G-4 L, G-4 R) til venstre og høyre krankarm (G-2 og G-25).



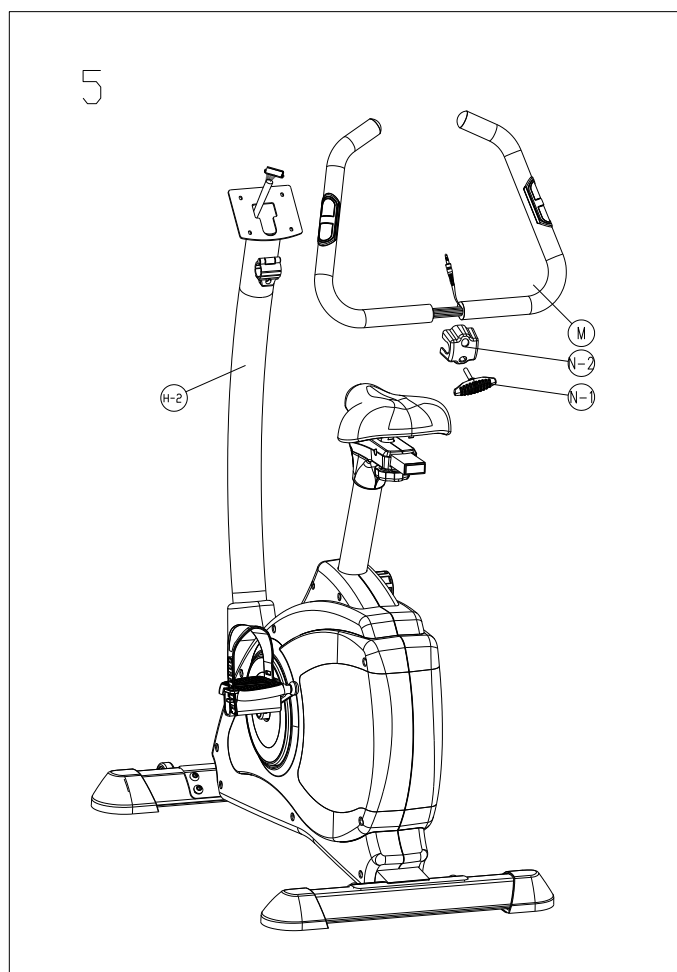
### Steg 3

- a. Fest setet (G-6) til setestammen (K), og før så denne inn i hoveddrammen (G-27).



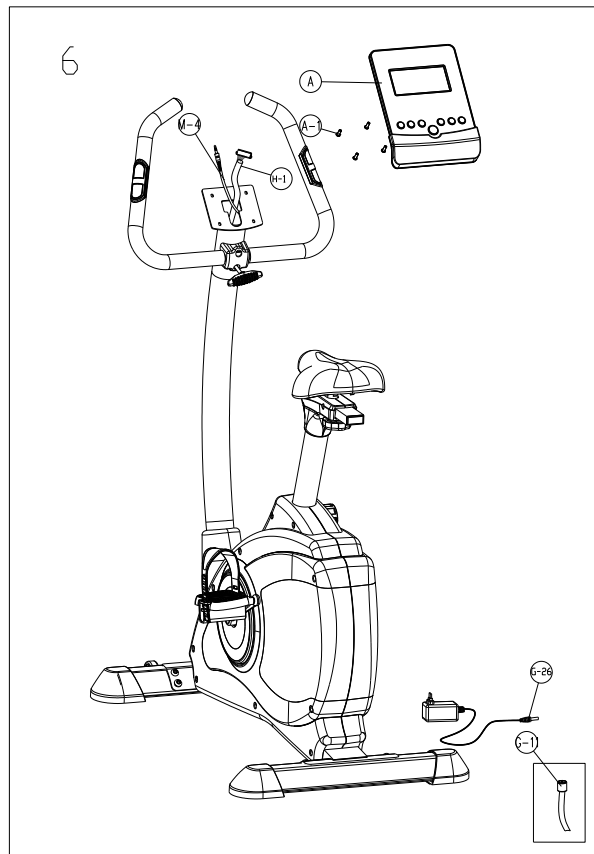
#### Steg 4

- a. Løsne først den forhåndsmonterte skruen og skiven på styrestammen (H-2). Før så styrestammen gjennom stammedekselet (G-24). Dra så de to ledningene (H-1 og G-20) ut av hovedrammen, og fest dem til den øvre ledningen.
- b. Før styrestammen inn i hovedrammen, og fest med en skrue og en skive (E-1 og E-2).



### Steg 5

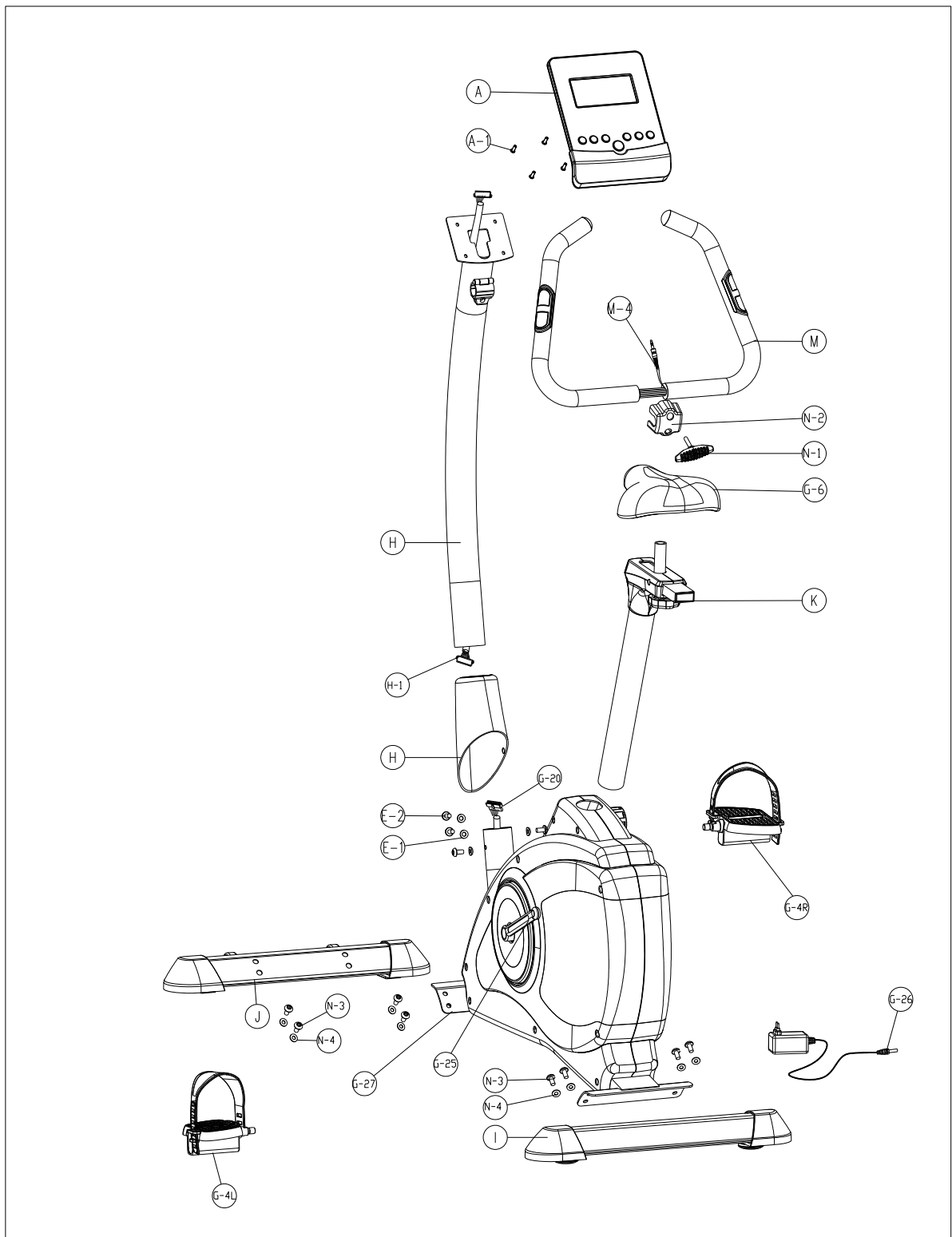
- a. Monter håndtaket (M) til klemmen på styrestammen (H-2), og fest håndtaksdekselet til håndtaket (N-2).
- b. Justér håndtaket til ønsket vinkel, og fest T-skruen (N-1).



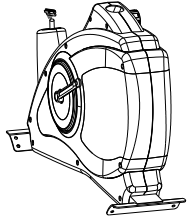






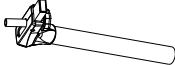

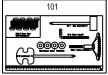

## Steg 6

- a. Før håndpulsledningen (M-4) gjennom hullet. Koble computerledningene (H-1) og håndpulsledningen (M-4).
- b. Løsne først de forhåndsmonterte skruene (A-1) på den justerbare computerbraketten. Montér så computeren (A) på den justerbare computerbraketten. Koble de to ledningene til computeren, og fest den så til braketten med skruene som ble løsnet tidligere i dette steget.

# MONTERINGSDELER

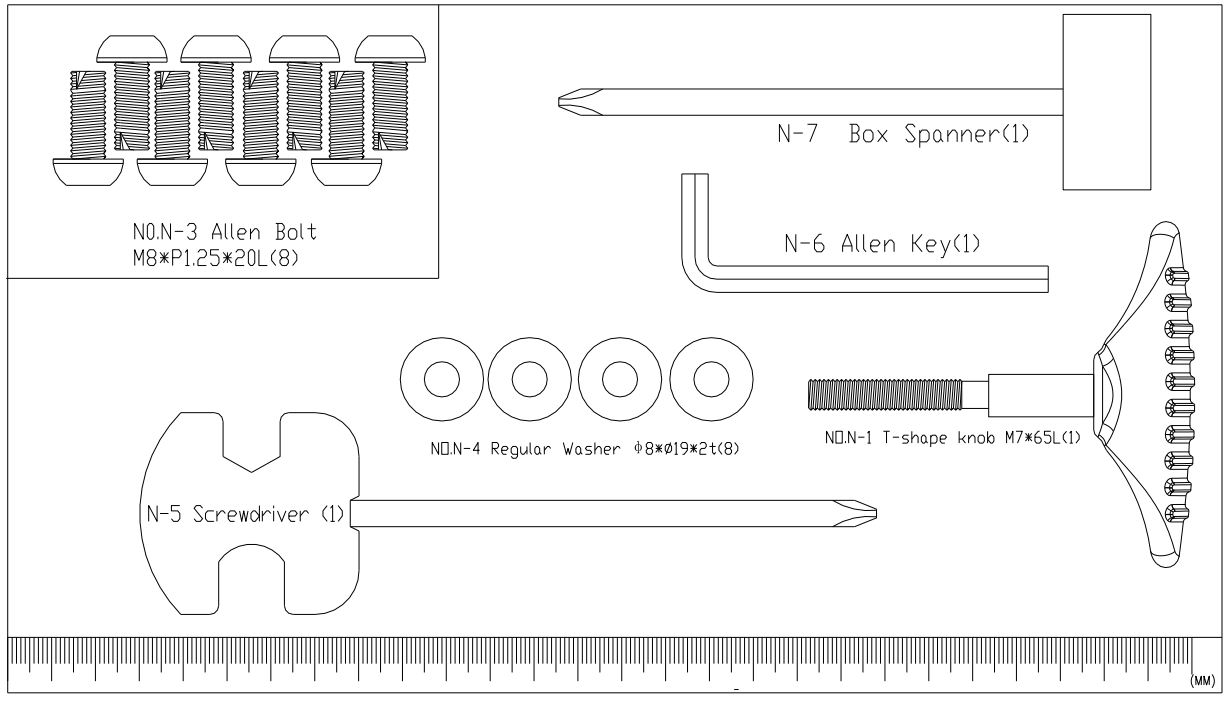




	<p>1/1</p>
	<p>1/1</p>
	<p>1/1</p>
	<p>1/1</p>
	<p>1/1</p>
 	<p>1/1</p>
 	<p>1/1</p>
 	<p>1/1</p>

# SMÅDELER

# 101





## Deleliste

Nr.	Beskrivelse	Antall	
<b>A</b>	<b>Computerset</b>	<b>1</b>	<b>stk</b>
A-1	Skrue	4	stk
<b>B</b>	<b>Akselsett</b>	<b>1</b>	<b>sett</b>
B-1	Skrue	3	stk
B-2	Drivreimskive	1	stk
B-3	Foring	1	stk
B-4	Aksel	1	stk
<b>C</b>	<b>Svinghjulsett</b>	<b>1</b>	<b>sett</b>
C-1	Stjerneskiye	2	stk
C-2	Mutter	5	stk
C-3	Foring	1	stk
C-4	Lager	1	stk
C-5	Reimskive	1	stk
C-6	Lager	1	stk
C-7	Enveislager	1	stk
C-8	Flat skive	1	stk
C-9	Lager	1	stk
C-10	Lager	1	stk
C-11	Svinghjulaksel	1	stk
C-12	Svinghjul	1	stk
C-13	Foring	1	stk
<b>D</b>	<b>Drivsett</b>	<b>1</b>	<b>sett</b>
D-1	Skrue	1	stk
D-2	Drivhjul	1	stk
D-3	Bølget skive	2	stk
D-4	Mutter	1	stk
D-5	Skrue	1	stk
D-6	Flat skive	1	stk
D-7	Flat skive	1	stk
D-8	Drivfjær	1	stk
<b>E</b>	<b>Skruesett, styrestamme</b>	<b>1</b>	<b>sett</b>
E-1	Semiskive	4	stk
E-2	Skrue	4	stk
<b>F</b>	<b>Magnetsett</b>	<b>1</b>	<b>sett</b>
F-1	Skrue	2	stk
F-2	Springskive	2	stk

Nr.	Beskrivelse	Antall	
F-3	Flat skive	2	stk
G-1	Høyre kjededeksel	1	stk
G-2	Høyre krank	1	stk
G-3	Nylokskrue	2	stk
G-4	Pedal	1	stk
G-5	Skrue	7	stk
G-6	Sete	1	stk
G-7	Venstre kjededeksel	1	stk
G-8	Skrue	8	stk
G-9	Skrue	6	stk
G-10	Hette	2	stk
G-11	DC-ledning	1	stk
G-12	Ring	2	stk
G-13	Lager	2	stk
G-14	Bølget skive	1	stk
G-15	Flat skive	1	stk
G-16	C-ring	1	stk
G-17	Belte	1	stk
G-18	Klemme	1	stk
G-19	Justeringskrue	1	stk
G-20	Motorledning	1	stk
G-21	Skrue	1	stk
G-22	Sensorledning	1	stk
G-23	Sensorbrakett	1	stk
G-24	Hette, styrestamme	1	stk
G-25	Venstre krank	1	stk
G-26	Adapter	1	stk
G-27	Hovedramme	1	stk
H	Styrestammesett	1	sett
H-1	Ledning	1	Stk
H-2	Styrestamme	1	Stk
I	Bakre stabilisatorsett	1	sett
I-1	Skrue	4	stk
I-2	Venstre demper, bakre stabilisator	1	stk
I-3	Justerer, stabilisator	2	stk
I-4	Høyre demper, bakre stabilisator	1	stk
I-5	Bakre stabilisator	1	stk

Nr.	Beskrivelse	Antall	
J	Fremre stabilisatorsett	1	sett
J-1	Venstre demper, bakre stabilisator	1	stk
J-2	Skrue	2	stk
J-3	Transporthjul	2	stk
J-4	Mutter	2	stk
J-5	Flat skive	2	stk
J-6	Høyre demper, fremre stabilisator	1	stk
J-7	Fremre stabilisator	1	stk
J-8	Skrue	4	stk
K	Setestamme	1	sett
L	Setevognsett	1	sett
L-1	Setevogn	1	stk
L-2	Skrubrakett, setevogn	1	stk
L-3	Justeringskrue	1	stk
L-4	Flat skive	1	stk
L-5	Endehette	1	stk
L-6	Venstre hette, setevogn	1	stk
L-7	Høyre hette, setevogn	1	stk
L-8	Skrue	2	stk
L-9	Skrue	1	stk
M	Håndtakssett	1	sett
M-1	Skumgrep	2	stk
M-2	Håndpuls	2	stk
M-3	Endehette	2	stk
M-4	Håndpulsledning	1	stk
M-5	Skrue	2	stk
M-6	Håndtak	1	stk
N	Smådeler	1	sett
N-1	Skrue, T-skrue	1	stk
N-2	Håndtaksdeksel	1	stk
N-3	Skrue	8	stk
N-4	Flat skive	8	stk
N-5	Nøkkel	1	stk
N-6	Umbrakonøkkel	1	stk
N-7	Føringsnøkkel	1	stk
P	Girboksett	1	stk

# COMPUTER

## Bruerveiledning, SM7287-67

### Funksjonsknapper:

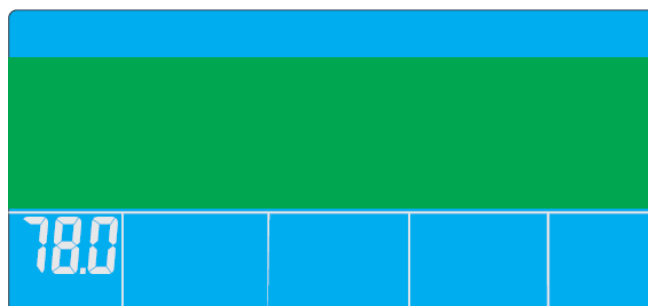
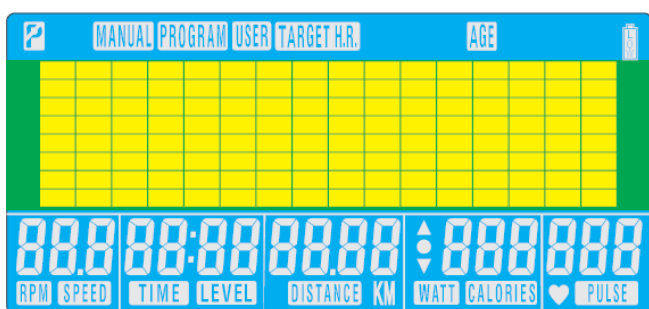
MODE	I STOP-modus, bruk denne knappen til å bekrefte datavalg, og åpne programmer.
RESET	I STOP-modus, bruk denne knappen til å returnere til hovedmenyen.
START/STOP	Start eller avslutt treningsøkten
RECOVERY	Test av rekonvalens
UP	For valg av treningsmodus, og for å justere verdier opp.
DOWN	For valg av treningsmodus, og for å justere verdier ned.
BODY FAT	Avmåling av kroppsfett

### DISPLAY EXERCISE DATA:

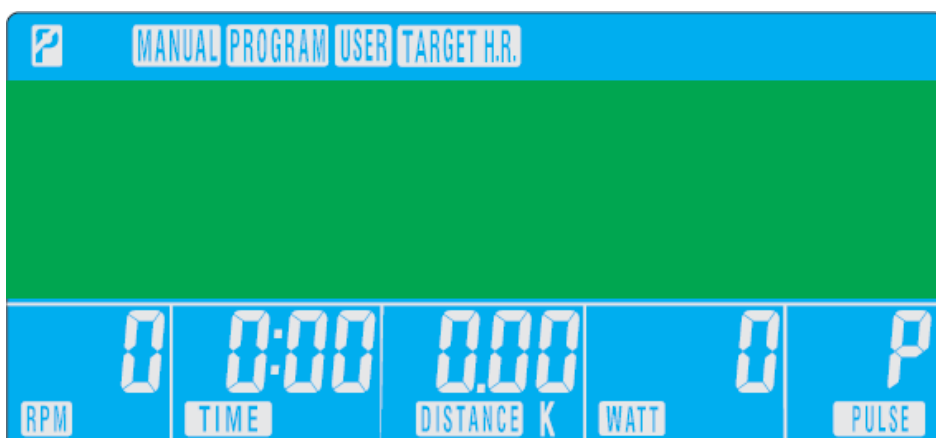
TIME (tid)	Skala: 0:00~99:99 ; Innstillingsskala: 0:00~99:00
DISTANCE (distanse)	Skala: 0.00~99.99 ; Innstillingsskala: 0.00~99.90km
CALORIES (kalorier)	Skala: 0~9999 ; Innstillingsskala: 0~9990
PULSE (puls)	Skala P-30~230 ; Innstillingsskala: 0-30~230
WATT	Skala 0~999 ; Innstillingsskala: 10~350
SPEED (hastighet)	0.0~99.9 km
RPM (rotasjoner pr minutt)	0~999

### DRIFT

- Når du kobler til strømtilførsel, vil computeren automatisk lydindikere og slå seg på. LCD-skjermen vil vise alle segmentene (tegning A) i to sekunder, før den viser hjuldiameteren på 78". Brukeren kan nå skrive inn personlig informasjon i innstillingsmodus, GENDER (kjønn), AGE (alder), HEIGHT (høyde) og WEIGHT (vekt) for programmene U1 til U4.



- Brukeren kan nå trykke OPP eller NED for å velge mellom manuell modus (MANUAL (w/ WATT-control), programmer (PROGRAM - 12 profiler), brukerinnstilte programmer (USER PROGRAM) eller målverdier for hjerterytme (TARGET H.R.)



3. Hurtigstart i manuell modus:

Brukeren kan trykke START/STOP i hovedmenyen for å starte en treningsøkt i manuell modus. Alle treningsverdier (TIME/ SPEED / DISTANCE / CALORIES) vil telles opp fra null, og nivåer kan justeres manuelt under treningsøkten.

4. MANUAL (manuell) :

Brukeren kan velge å stille inn verdier for LEVEL, TIME, DISTANCE, CALORIES og PULSE i manuell modus ved å trykke OPP eller DOWN.

5. Watt i manuell modus:

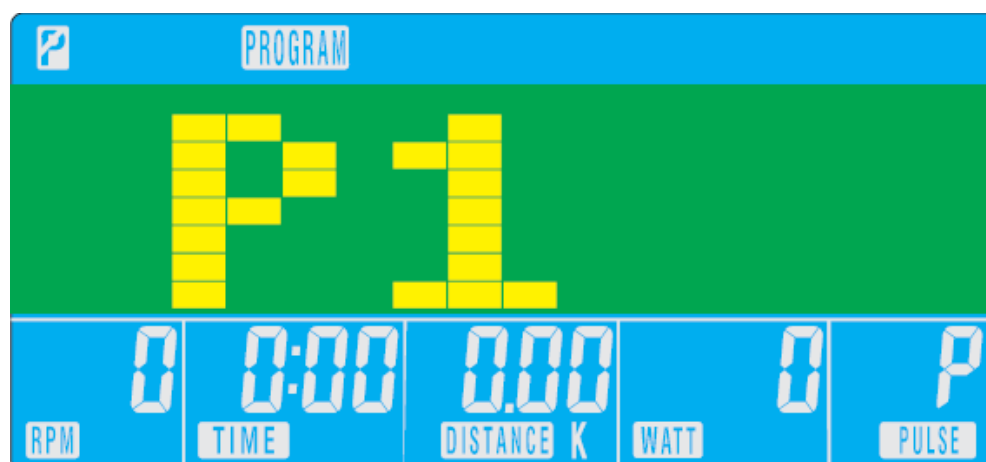
Brukeren kan stille inn WATT-verdien i manuell modus for å ta i bruk Watt-funksjonen. Standardverdien på 120 vil blinke på skjermen. Brukeren kan nå trykke OPP eller NED for å skrive inn en målverdi fra 10 til 350. Trykk MODE for å bekrefte.

Motstandsnivået vil justeres automatisk etter de forhåndsinnstilte Watt-verdiene uavhengig av hastigheten, unntatt når hastigheten er veldig lav og Watt-verdiene er veldig høye. I disse tilfellene vil motstanden kun økes til maks 32.



6. PROGRAM :

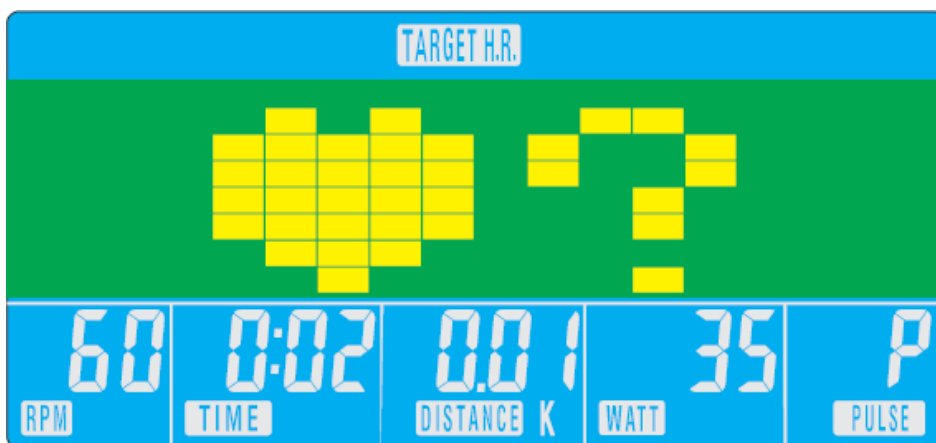
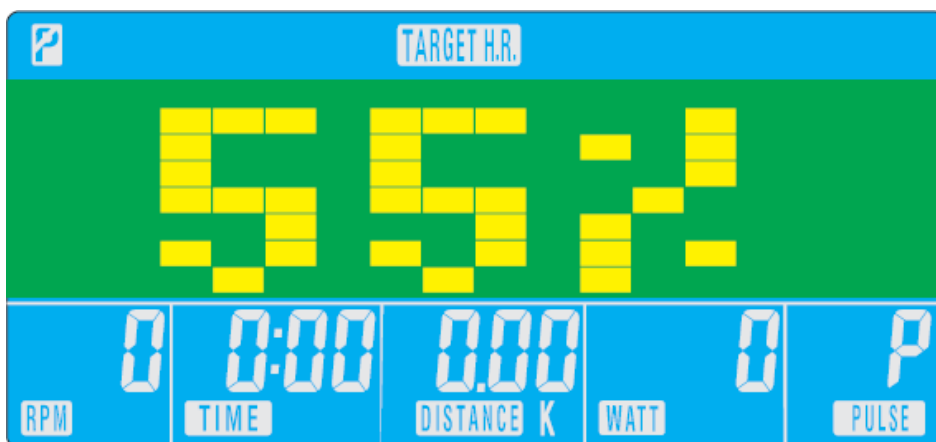
Trykk OPP eller NED for å velge et av programmets 12 profiler, og trykk MODE for å bekrefte. Brukeren kan stille inn verdier for LEVEL, TIME, DISTANCE, CALORIES og PULSE ved å trykke OPP eller NED.





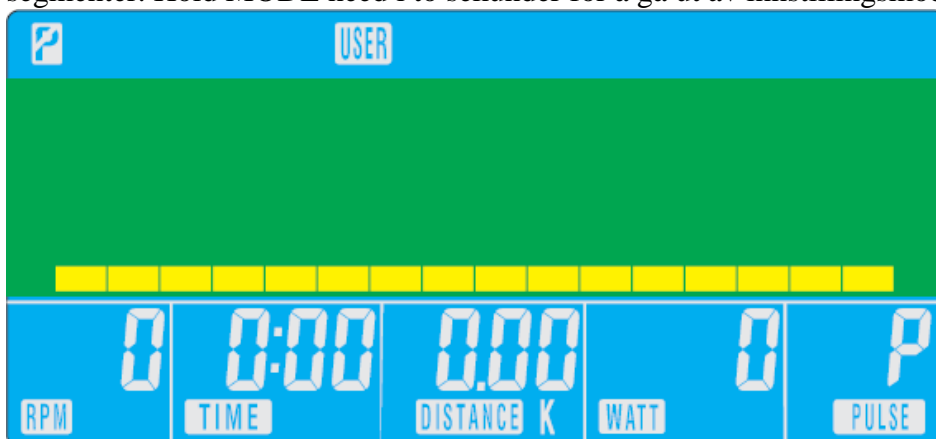
7. H.R.C. :

Før du tar i bruk HRC-modus, vil du måtte velge 55%, 75%, 90% eller TARGET PULSE. Computeren vil nå automatisk basere en bpm-verdi (hjerteslag pr minutt) på din alder.



8. USER PROGRAM (brukerinnstilte programmer) :

Trykk OPP eller NED og bekrefte med MODE for å sette opp din egen profil. Du kan stille inn opptil 16 segmenter. Hold MODE ned i to sekunder for å gå ut av innstillingsmodus.



## 9. KROPPSFETT:

I STOP-modus, trykk BODY FAT for å starte avmålingen av kroppsfett.

Velg ønsket bruker (U1~U4), og denne vil blinke på skjermen i to sekunder.

Du kan deretter begynne avmålingen:

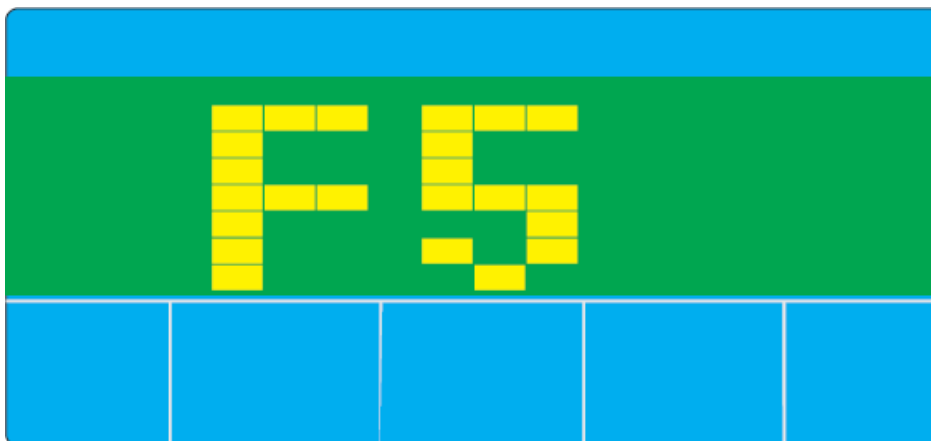
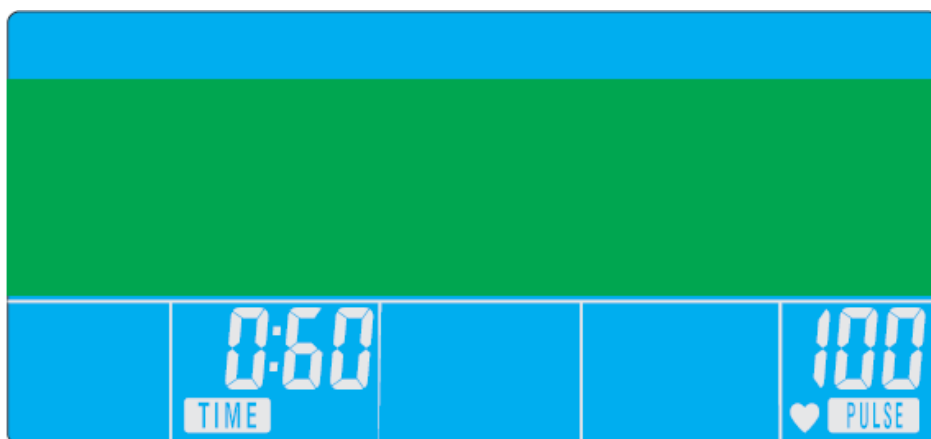
Hold begge hendene rundt pulssensorene på håndtaket. LCD-skjermen vil vise beskjeden "--" "--" i åtte sekunder før avmålingen er fullført.

Skjermen vil nå vise BODY FAT-symbolet, fettprosent og BMI i 30 sekunder.

## 10. RECOVERY (rekonvalesens):

Etter å ha trent en stund, kan du holde rundt pulssensorene og trykke RECOVERY. Alle funksjonene avsluttes, og klokken vil telle ned fra 60 sekunder.

Skjermen vil så gi deg en karakter fra F1 til F6, der F1 er best og F6 er værst. Trykk RECOVERY for å gå tilbake til hovedskjermen.



### Merk:

1. Computeren kjører på 9V, 1A eller 9V, 0.5A adapter.
2. Når computeren ikke registrerer aktivitet på fire minutter, vil skjermen gå i dvale. Alle verdier og innstillinger vil bli lagret til neste gang apparatet tas i bruk.
3. Dersom computeren oppfører seg utenom det vanlige, koble fra adapteren, og koble den til igjen.

## VIKTIG VEDRØRENDE SERVICE

Om det skulle oppstå andre problemer av noe slag, ber vi dere kontakte Mylna servicesenter. Her sitter det konsulenter med spesiell kompetanse til å hjelpe deg med spørsmål rundt produktet, montering eller feil og mangler. Du kan også kikke på hjemmesiden [www.mylناسport.no/service](http://www.mylناسport.no/service). Her vil det ligge mye informasjon rundt produktene.

**VI ØNSKER AT DU SKAL KONTAKTE OSS FØR DU EVENTUELT GÅR TILBAKE TIL BUTIKKEN MED PRODUKTET:**

**Kundeservice: 23 27 27 27**

Når du kontakter oss bør du ha denne brukerveiledningen, samt den originale brukerveiledningen ("USER'S MANUAL").

## BESTILLING AV RESERVEDELER:

Kontakt eller skriv til

Kundeservice: 32 27 27 27

Mail: [service@mylnasport.no](mailto:service@mylnasport.no)

Når du bestiller reservedeler er det viktig at du tar med følgende informasjon:

- Modellnummeret
- Navnet på produktet.
- Serienummeret på produktet.
- Key nummeret på reservedelene (finnes i brukermanualen).
- Beskrivelse av delen du trenger, se på Exploded Drawing i brukermanualen.



Leverandør:  
Mylna Sport & Fitness AS  
Postboks 244  
3051 Mjøndalen  
Norge  
E-post: [post@mylnasport.no](mailto:post@mylnasport.no)  
[www.abilica.no](http://www.abilica.no)  
[www.mylناسport.no](http://www.mylناسport.no)

Leverantör:  
Mylna Sport & Fitness AB  
Box 181  
56624 Habo  
Sverige  
E-post: [info@mylnasport.se](mailto:info@mylnasport.se)  
[www.abilica.se](http://www.abilica.se)  
[www.mylناسport.se](http://www.mylناسport.se)

Supplier:  
Mylna Sport & Fitness AS  
P.O. Box 244  
N-3051 Mjøndalen  
Norway  
E-post: [post@mylnasport.com](mailto:post@mylnasport.com)  
[www.abilica.com](http://www.abilica.com)  
[www.mylناسport.com](http://www.mylناسport.com)

© 2011 Mylna Sport & Fitness AS  
Rev.1 012011