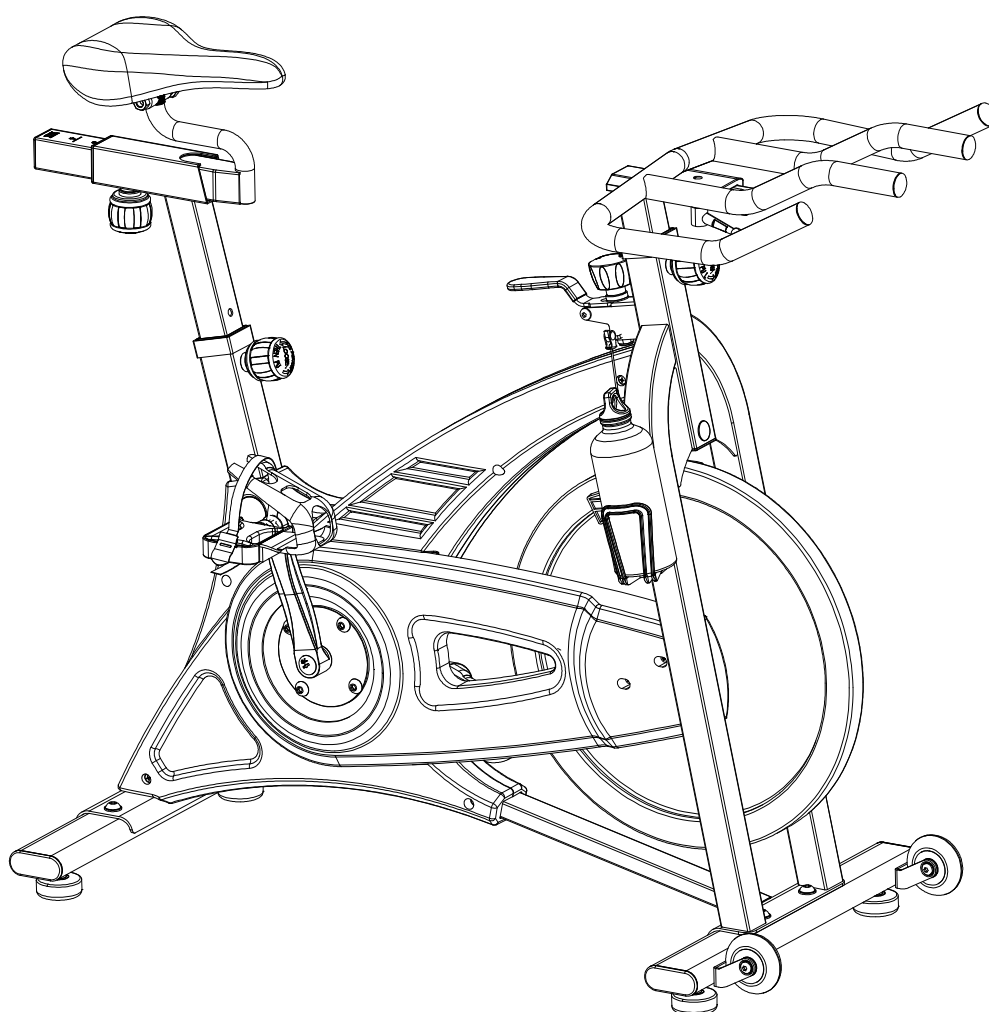


moovyou

BOOSTER

Vélo spinning



IMPORTANT

Veillez lire attentivement ces instructions avant d'assembler et d'utiliser ce vélo.
Veillez conserver ce manuel pour toute consultation ultérieure.

SOMMAIRE

CONSIGNES DE SECURITE	3
DESCRIPTION DE L'APPAREIL	4
SCHEMA ECLATE	5
LISTE DES PIECES.....	6
MONTAGE	8
AVERTISSEMENT.....	11
SERVICE APRES VENTE	12

Merci d'avoir choisi ce vélo de spinning BOOSTER. Tout comme les autres références de notre gamme, ce produit répond à des exigences de qualité très strictes pour votre confort ainsi que pour votre sécurité.

Nous vous recommandons de lire attentivement ce manuel d'utilisation et de le conserver pour une future consultation.

CONSIGNES DE SECURITE

1. Après l'assemblage de l'appareil, veuillez vérifier que les pièces telles que les boulons, les écrous et les rondelles sont correctement fixées.
2. Vérifiez toujours que la protection de la chaîne de sécurité qui protège les pièces mobiles du vélo fonctionne correctement.
3. Inspectez toujours le montant de selle, la glissière de selle, les pédales et le guidon afin de vérifier qu'ils fonctionnent correctement avant d'utiliser le vélo.
4. Une lubrification mensuelle de toutes les pièces mobiles est recommandée.
5. Veuillez ne pas porter de vêtements amples afin d'éviter qu'ils ne s'accrochent aux pièces mobiles.
6. Ne retirez pas les pieds des pédales si celles-ci sont en mouvement.
7. Veuillez porter des chaussures de sport pour utiliser ce vélo.
8. Veuillez essuyer le vélo après chaque utilisation pour éliminer toute trace de transpiration et d'humidité. Essuyez régulièrement votre vélo à l'aide d'un produit doux non-abrasif et d'une solution aqueuse. Pour éviter d'endommager le revêtement du vélo, n'utilisez jamais de solvant à base de pétrole lors du nettoyage.
9. Veuillez tenir les enfants à distance du vélo quand vous l'utilisez. Ne laissez pas les enfants utiliser ce vélo. Ce vélo est conçu pour les adultes uniquement.
10. Ne démontez pas le vélo tant que les pédales ne sont pas totalement ARRETEES.
11. Si vous ressentez des douleurs ou une pression au niveau de la poitrine, un rythme cardiaque irrégulier, un essoufflement anormal, un malaise ou tout autre problème durant les exercices, ARRETEZ immédiatement !
12. Ne placez pas les doigts ou autres objets sur les pièces mobiles du vélo.
13. Avant de commencer un programme d'exercices, veuillez consulter votre médecin traitant qui vous aidera à déterminer la fréquence des exercices, leur durée et leur intensité en fonction de votre âge et votre condition physique.
14. Après les exercices, veuillez tourner la molette de réglage dans le sens des aiguilles d'une montre (+) pour augmenter la tension afin que les pédales ne tournent pas librement et ne blessent quelqu'un.
15. Le poids de l'utilisateur ne doit pas excéder 120 kg. Veuillez ne pas dépasser cette charge.

DESCRIPTION DE L'APPAREIL

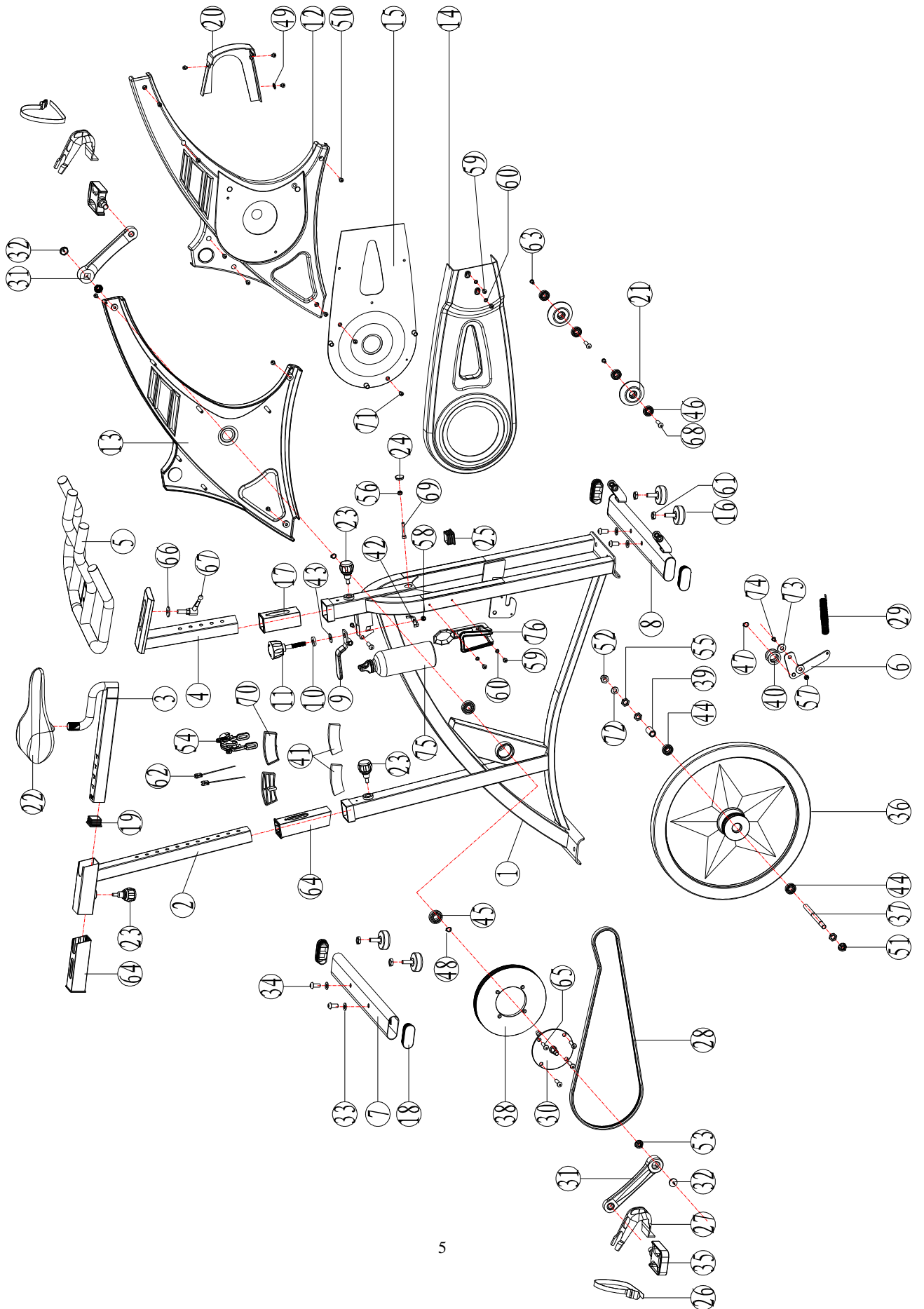
Ce vélo d'appartement est un appareil d'exercices aérobics. Il permet notamment d'augmenter la quantité d'oxygène inhalée et de favoriser le recyclage du sang afin de stimuler le cœur (circulation sanguine) et les poumons (système respiratoire) durant les exercices sur la durée (exercices d'endurance). Tous les tissus et organes du corps sont ainsi alimentés en oxygène et en nutriments, ce qui vous permettra de maintenir une forme optimale et d'atteindre vos objectifs fitness.

Cet appareil est conçu sur le principe d'entraînement du vélo. La théorie du frottement varie selon le niveau de résistance. Vous pouvez régler la résistance en tournant la molette de réglage et le frein en réglant la poignée de frein. Ce vélo propose un excellent niveau de sécurité et de fiabilité durant les exercices. Il est approprié à une utilisation à la maison, au bureau ou tout endroit adapté aux exercices de fitness.

Avis :

1. Veuillez vérifier que le vélo est stable avant de commencer les exercices. Il peut être mis de niveau afin de compenser les irrégularités du sol à l'aide des quatre boulons de réglage du niveau (16).
2. Réglez la selle (22) à la position souhaitée à l'aide des glissières de selle (3) et du montant de selle (2). Veuillez régler la hauteur du guidon (5) selon votre taille.
3. Réglez la résistance à l'aide de la molette de réglage de la tension (11) puis réglez la résistance en fonction de votre condition physique. Vous pouvez réaliser des exercices trois fois par semaine, environ une heure à chaque séance. Les meilleurs résultats sont atteints à un BPM de 110-150 fois / min.
4. Le mode d'entraînement de ce vélo est bidirectionnel. Veuillez utiliser la poignée de frein (9) pour freiner si la vitesse est trop importante. Le vélo s'arrête alors automatiquement.
5. Ne descendez pas de la selle (22) si toutes les pièces du vélo ne sont pas totalement arrêtées.

SCHEMA ECLATE

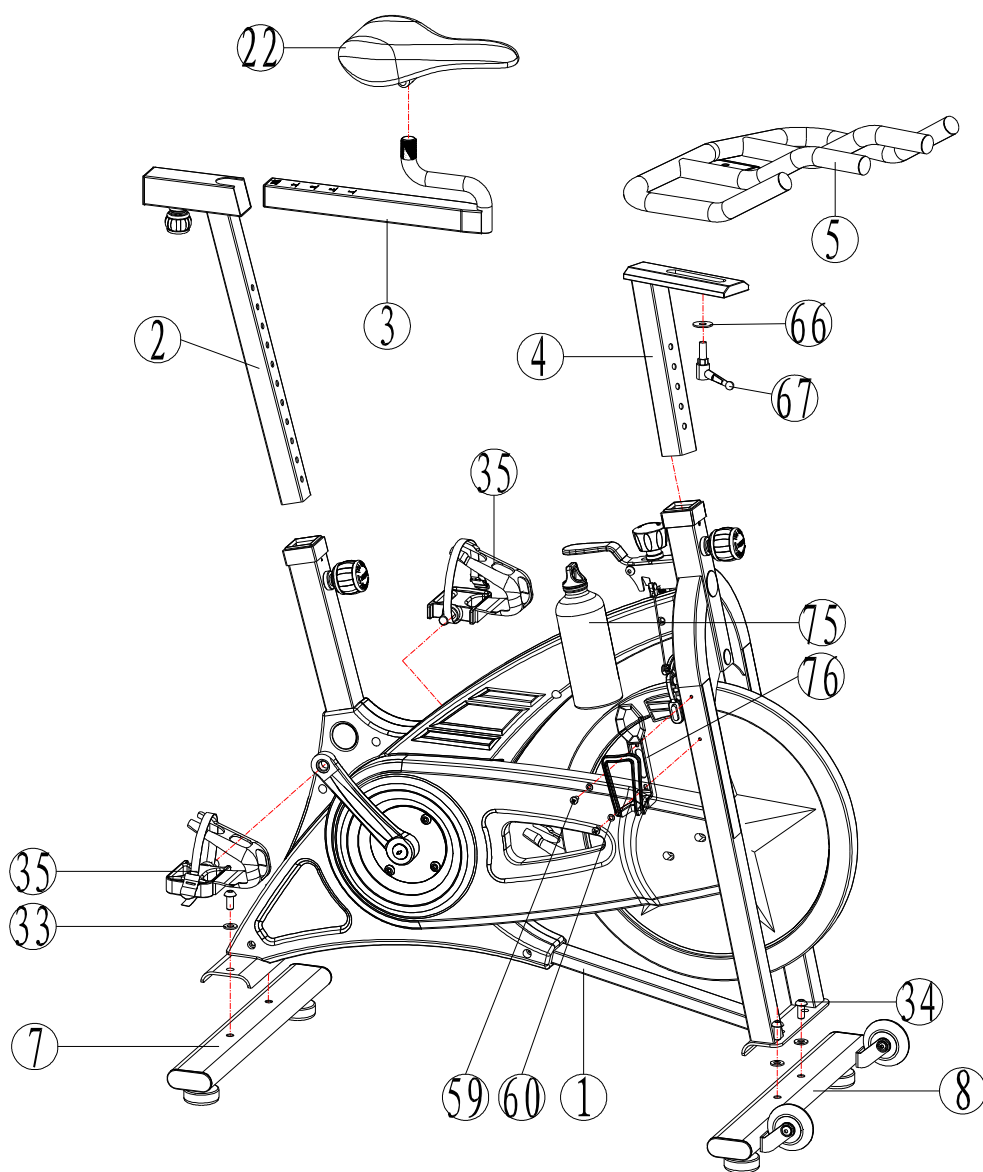


LISTE DES PIECES

N°	Description	Spécification	QTE
1	Cadre		1
2	Montant Selle	□38*1.5T*460L	1
3	Glissière Selle	□38*270*T1.5	1
4	Montant de guidon	□35*2T*270L	1
5	Guidon	Ø28*t2.0	1
6	Fixation Barre Tension		1
7	Stabilisateur Arrière	Elliptique plat 30*70*1.5T*498L	1
8	Stabilisateur Avant	Elliptique plat 30*70*1.5T*498L	1
9	Poignée de Frein		1
10	Rondelle		1
11	Molette de Résistance	M10*P1.25*60L	1
12	Carter Droit		1
13	Carter Gauche		1
14	Protection A		1
15	Protection B		1
16	Pied de Réglage du Niveau	M8	4
17	Bague (courte)	Tube carré	1
18	Capuchon Stabilisateur	30*70*1.5T Tube Elliptique	4
19	Capuchon Tube	For 38*38*1.5T Tube carré	1
20	Carter avant	Pour système de courroie	1
21	Poulie	D8*D71.5*W223	2
22	Selle		1
23	Tige à Cliquet	M16*P1.5	3
24	Capuchon Ø21		1
25	Capuchon Cadre	45*45*1.5T Tube carré	1
26	Chaîne Pédale		2
27	Cage Pédale		2
28	Courroie	5PK54"	1
29	Ressort de Tension	Ø2.5*17 Bague	1
30	Soudure Essieu		1
31	Manivelle (Gauche & Droite)	170L 9/16"-20UNF	1 SET
32	Carter Décoratif Manivelle		2
33	Tapis Plat	Φ20*Φ10*1.5T	4
34	Vis Hexagonale à Tête Ronde	M10*25L	4
35	Pédales (Gauche & Droite)	9/16"-20UNF-RH	1
36	Roue	22KG	1
37	Axe de roue	M12*P1.0*157L	1
38	Roue Crantée PK	Ø205*19.8W	1
39	Gaine	Ø18*Ø12*34L	1
40	Poulie, (Roue)	φ37*φ30*24.5L	1
41	Patin de Frein		2
42	Boucle de frein	T4.0*M10*P1.25	1

43	Rondelle feutre		1
44	6001 Palier	6001 (carter plastique noir)	2
45	6004 Palier	6004 (carter plastique noir)	2
46	608 Palier	608	4
47	Ressort d'Arrêt Axial en C	Φ10	1
48	Ressort d'Arrêt	Φ20	2
49	Ecrou	Φ4.8*T0.8	1
50	Vis Auto-Taraudeuse	ST4.8*15L	17
51	Ecrou à Bride 6 Pans	M12*P1.0	1
52	Ecrou-Raccord M12	M12*P1.0	1
53	Ecrou à Bride 6 Pans	M10*P1.25	2
54	Assemblage Freins		1
55	Ecrou Hexagonal Fin M12	M12*P1.0	3
56	Ecrou à Bride 6 Pans	M6	1
57	Ecrou Nylon	M10	1
58	Ecrou Nylon	M10*P1.25	1
59	Boulon Fraisé à Tête Cylindrique	M5*12L	4
60	Rondelle Plate	Φ5.2*1.0T	4
61	Ecrou 6 Pans	M8	4
62	Câble de Frein		2
63	Boulon 6 Pans int. à Tête Ronde	M6*12L	3
64	Bague (longue)	Tube carré	2
65	Boulon 6 Pans int. à Tête Ronde	M10*16L	4
66	Tapis plat plus large et plus fin	Φ30*Φ10.5*4T	1
67	Poignée Rapide	M10*25L	1
68	Boulon Creux 6 Pans	Φ8*M6*30L	3
69	Vis 6 Pans à Colonne	M6*35L	1
70	Support de Patin		2
71	Boulon Fraisé	M5*12L	2
72	Rondelle Plate	Φ25*Φ12*2T	1
73	Rondelle Plate	Φ20*Φ10.1*1.5T	2
74	Boulon 6 Pans int. à Tête Ronde	M10*25L	1
75	Bouteille d'Eau		1
76	Support Bouteille d'Eau		1

MONTAGE :



Etape 1 :

Assemblez le stabilisateur avant et le stabilisateur arrière selon le schéma.

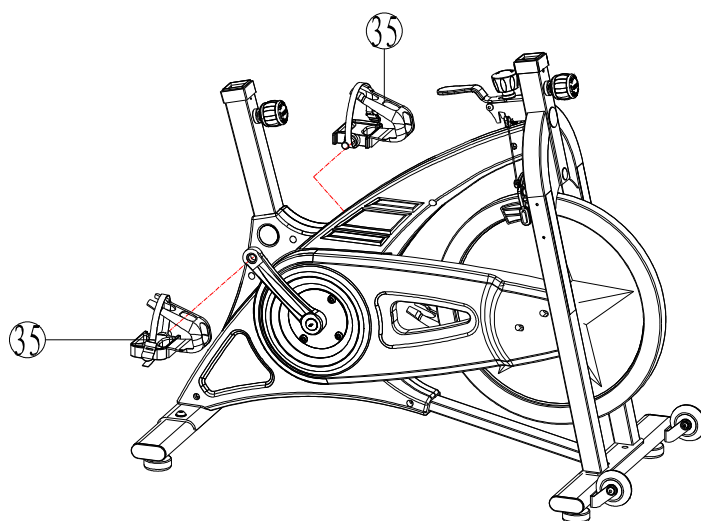
Fixez le stabilisateur avant (8) et le stabilisateur arrière (7) au cadre principal (1) à l'aide de 4 vis 6 pans int. à tête ronde M10*25L(34), d'une rondelle plate $\varnothing 20 * \varnothing 10 * 1.5T$ (33) et d'un outil de serrage 6 pans.

Etape 2 :

Assemblez les pédales selon le schéma ci-dessous.

Insérez les pédales (35) dans la manivelle (31). Fixez-les ensuite au cadre principal (1) à l'aide d'une clé #15.

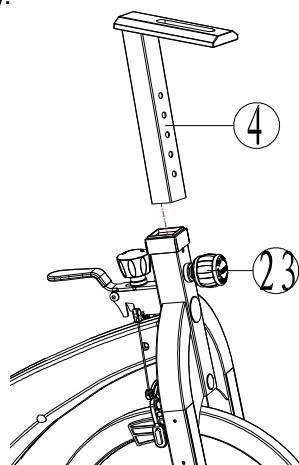
ATTENTION : la pédale gauche est munie d'un pas inversé elle se visse dans le sens antihoraire.



Etape 3 :

Assemblez le montant de guidon selon le schéma ci-dessous.

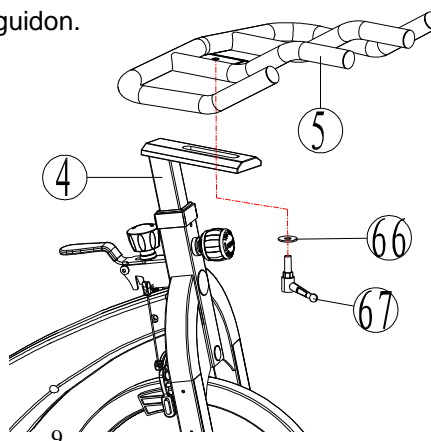
Desserrez la tige à cliquet (23) et faites glisser le montant de guidon (4) dans le socle du montant sur le cadre principal (1) et resserrez la tige à cliquet (23).



Etape 4 :

Assemblez le guidon selon le schéma ci-dessous.

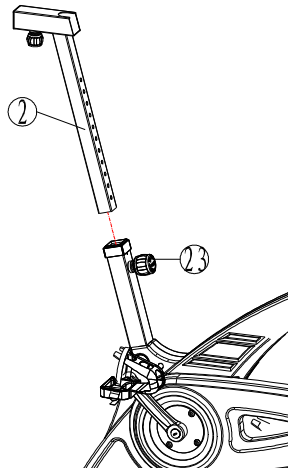
Fixez le guidon (5) et le montant de guidon (4) et serrez à l'aide d'une rondelle plate $\phi 30 \times \phi 10.5 \times 4T$ (66) et de la poignée rapide (67) M10*25L en bas du montant de guidon.



Etape 5 :

Assemblez le montant de selle selon le schéma ci-dessous.

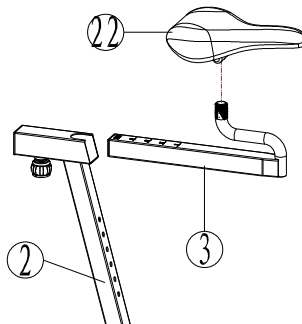
Desserrez la tige à cliquet (23) et faites glisser le montant de selle (2) au niveau du support du montant de selle sur le cadre principal puis resserrez la tige à cliquet (23).



Etape 6 :

Assemblez la selle selon le schéma ci-dessous.

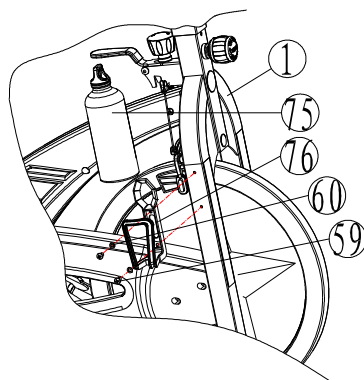
Desserrez la Tige à Cliquet (23) et faites glisser la Glissière de Selle (3) sur le Montant de Selle (2) puis resserrez-la Tige à Cliquet (23) et fixez la Selle (22) à la Glissière de Selle (3).



Etape 7 :

Assemblez le porte gourde et la gourde selon le schéma ci-dessous.

Fixez le porte-gourde (76) au cadre principal (76) à l'aide du boulon fraisé à tête cylindrique et de la rondelle plate (60) puis placez la gourde (75) sur le porte-gourde (76).

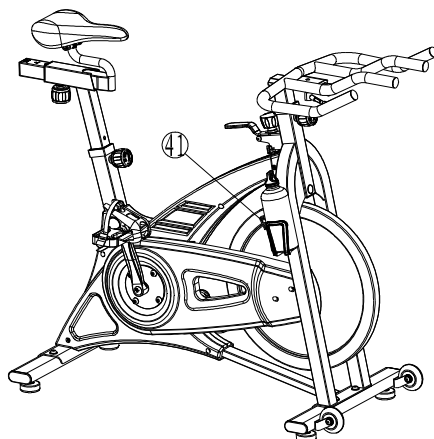


Etape 8 : Fin de l'Installation

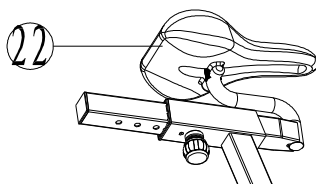
Lorsque l'installation est terminée, veuillez vérifier que les vis et les écrous sont correctement serrés.

AVERTISSEMENT

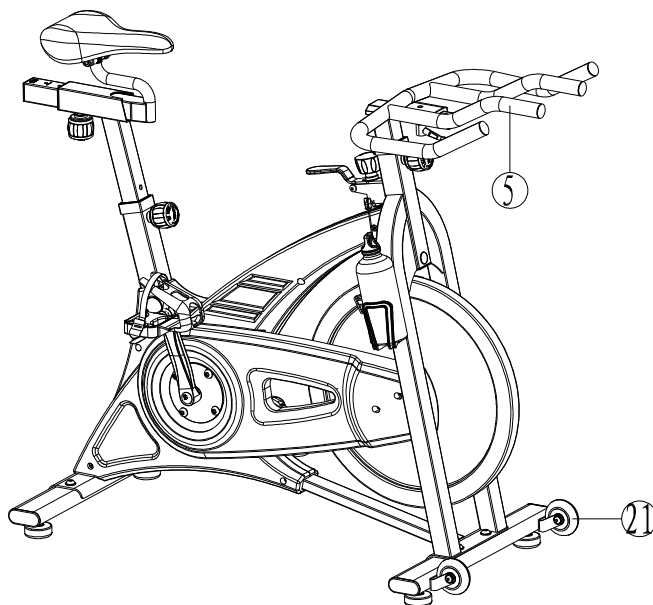
1. Vérifiez régulièrement que les écrous, les capuchons et les pédales sont correctement fixés et inspectez régulièrement l'ensemble du vélo. Si certaines pièces sont défectueuses, veuillez les remplacer immédiatement. N'utilisez pas le vélo s'il n'est pas en parfait état de fonctionnement.
2. Vérifiez attentivement les pièces fragiles. Veuillez inspecter le patin de frein (41). Remplacez-le s'il n'est pas en bon état de fonctionnement.



- 3 . Veuillez inspecter le serrage des pédales avant d'utiliser ce vélo. Le cas échéant, répétez l'Etape 2.
- 4 . Veuillez régler l'écrou 6 pans à l'aide d'une clé si la selle (22) est mal serrée.



5 . Si vous devez déplacer ce vélo, veuillez saisir le guidon (5) aux extrémités puis placer la poulie (21) du support avant au sol. Vous pouvez maintenant déplacer très facilement le vélo.



SERVICE APRES VENTE



Pour toute question technique, ou si vous avez besoin de pièces détachées, merci de contacter notre service après-vente :

SAV MOOVYOO

Netquattro / FitnessBoutique

ZI centr'alp

1450 rue Aristide Bergès

38430 Moirans

Tél : 04 76 50 69 71

e-mail : savnetquattro@netquattro.com