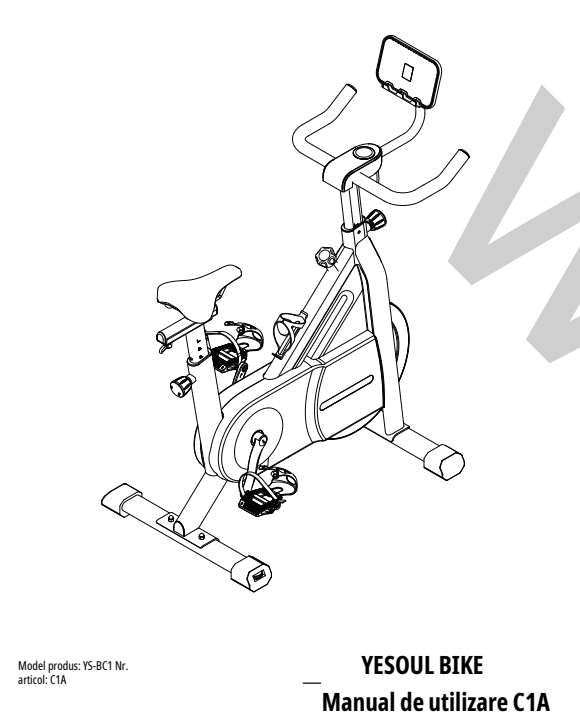




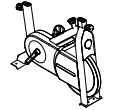
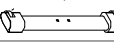
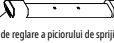
Model produs: YS-8C1 Nr. articol: C1A

| Parametrii produsului                     |                                               |
|-------------------------------------------|-----------------------------------------------|
| Dimensiune suport tabletă (telefon mobil) | Lățime maximă tabletă: 10,1 inch              |
| Versiune software compatibilă             | iOS 12.0 sau mai nou, Android 5.1 sau mai nou |
| Sistem de rezistență                      | Sistem de rezistență magnetică                |
| Sistem de transmisie                      | Transexon prin axa                            |
| Alimentare                                | Baterie AA                                    |
| Mod conectare sistem de senzori           | Bluetooth                                     |
| Înălțime utilizator                       | 150 - 190 cm                                  |
| Sarcină maximă nominală                   | 120 kg                                        |
| Greutate netă                             | 28 kg                                         |
| Greutate brută                            | 30 kg                                         |
| Dimensiuni totale                         | (L) 1050 mm × (l) 580 mm × (H) 1250 mm        |

**Instrucțiuni importante de siguranță**

Citiți-le cu atenție. Utilizarea necorespunzătoare poate provoca vătămări grave sau deces!

1. Produsul este destinat utilizării casnice (Clasa H) și nu este echipament medical de fitness.
2. Produsul nu trebuie utilizat pentru recuperare medicală.
3. Nu permiteți copiilor și animalelor de companie accesul la produs. Este destinat numai persoanelor cu vârsta peste 16 ani.
4. Nu expuneți produsul la umezeală. Nu îl utilizați în exterior sau în spații umede.
5. Nu utilizați produsul cu încălțăminte neadevătată sau descult.
6. Utilizați produsul pe o suprafață plană și curată.
7. Ridicați tubul posterior; rola de pe tubul frontal permite deplasarea produsului și poziționarea lui în locul dorit.
8. Dacă produsul prezintă o defecțiune, opriți imediat utilizarea.
9. Înainte de fiecare utilizare, verificați dacă bicicleta are componente slăbite sau deteriorate.
10. Nu introduceți obiecte sau părți ale corpului în deschiderile bicicletei.
11. Când folosiți suportul pentru ecran, centrați dispozitivul pentru a preveni căderea.
12. Nu modificați bicicleta și nu utilizați accesorii neoriginale fără autorizare. Carcasa trebuie deschisă numai de personal calificat.
13. Asigurați-vă că butonul de reglare a înălțimii șei este fixat corect și nu interferează cu mișcarea în timpul exercițiului.
14. Rotiți butonul complet spre dreapta pentru a bloca componenta corespunzătoare.
15. Frână de urgență: pentru oprire, apăsați frâna de urgență până la oprirea mișcării.
16. Nu rotiți pedalele cu mâna și nu atingeți accesorii mecanice aflate în rotație; există risc de accidentare.
17. Coborâți de pe bicicletă numai după oprirea completă a volanței și a pedalelor.
18. Purtați îmbrăcăminte pentru ciclist sau echipament sportiv mulat și încălțăminte sport. Strângeți chingile pedalelor pentru a evita agățarea sau prinderea.
19. Păstrați cel puțin 0,6 m spațiu liber în jurul produsului.
20. Antrenamentul incorrect sau excesiv poate provoca accidentări.
21. Utilizați produsul conform manualului și efectuați o încălzire completă înainte de exercițiu.
22. Hidratați-vă corespunzător în timpul pedalării.
23. Fără evaluarea inițială a nivelului de fitness și fără aviz medical, nu practicați exerciții de mare viteză sau intensitate. Înainte de sprinturi scurte și intense, urmăriți starea corpului și postura și folosiți o viteză controlabilă.
24. Dacă apar amețeli, dureri în piept sau alt disconfort, opriți imediat exercițiul și solicitați evaluare medicală.
25. Persoanele însărcinate sau cele cu hipertensiune, boli cardiace, spondiloză lombară ori mobilitate redusă nu trebuie să utilizeze produsul fără acordul medicului.
26. Greutatea utilizatorului nu trebuie să depășească sarcina maximă.
27. Efectuați periodic întreținerea preventivă.

| Ghid de montaj - Lista pieselor |     |                                |                                                                                     |
|---------------------------------|-----|--------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| PASUL 1: Verificarea pieselor   |     |                                |                                                                                     |
| Lista pieselor                  |     |                                |                                                                                     |
| Lista pieselor (componente)     | NR. | Denumire                       | Figură                                                                              |
|                                 | ①   | Cadru                          |  |
|                                 | ②   | Tub frontal                    |  |
|                                 | ③   | Tub posterior                  |  |
|                                 | ④   | Set pedale stânga/dreapta      |  |
|                                 | ⑤   | Ansamblu ghidon                |  |
|                                 | ⑥   | Suport tabletă (telefon mobil) |  |
|                                 | ⑦   | Tub ghidon                     |  |
|                                 | ⑧   | Suport rotativ                 |  |
|                                 |     |                                |                                                                                     |

| Ghid de montaj - Lista pieselor |     |                                   |                                                                                     |
|---------------------------------|-----|-----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| Lista pieselor (componente)     |     |                                   |                                                                                     |
| Lista pieselor (componente)     | NR. | Denumire                          | Figură                                                                              |
|                                 | ⑨   | Șaibă plată D8                    |  |
|                                 | ⑩   | Capac decorativ                   |  |
|                                 | ⑪   | Șurub cu cap bombat și găt pătrat |  |
|                                 | ⑫   | Piuliță oarbă                     |  |
|                                 | ⑬   | Contrapiuliță M10                 |  |
|                                 | ⑭   | Șaibă elastică D6                 |  |
|                                 | ⑮   | Șurub M6-12                       |  |
|                                 | ⑯   | Șurub M6-35                       |  |
|                                 | ⑰   | Șurub M10                         |  |
|                                 | ⑱   | Șa                                |  |

Ghid de montaj - Lista pieselor

| Lista pieselor (componente) | NR. | Denumire   | Cantitate | Figură                                                                              |
|-----------------------------|-----|------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------|
|                             | ⑲   | Țijă de șa | 1         |    |
|                             | ⑳   | Baterie AA | 2         |   |
|                             | ㉑   | Manual     | 2         |  |

Ghid de montaj

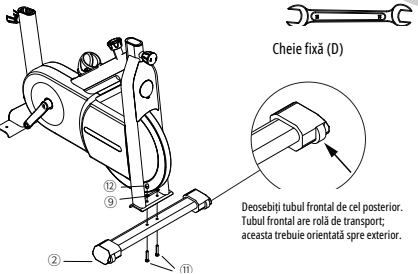
| Lista pieselor (unelte) | NR. | Denumire               | Cantitate | Figură                                                                              |
|-------------------------|-----|------------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------|
|                         | A   | Cheie hexagonală nr. 8 | 1         |  |
|                         | B   | Cheie hexagonală nr. 5 | 1         |  |
|                         | C   | Cheie multifuncțională | 1         |  |
|                         | D   | Cheie fixă             | 1         |  |

\*Pentru a facilita montajul, unele accesorii sunt instalate pe produs înainte de livrare.

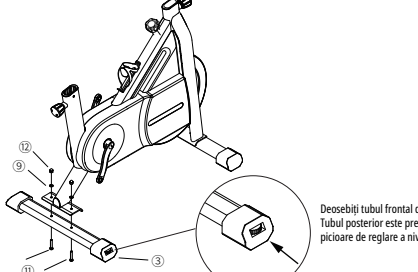
Ghid de montaj

PASUL 2: Montarea tuburilor de bază

1. Aliniați orificiile tubului frontal □ cu orificiile din partea inferioară a cadrului □. Introduceți șuruburile cu cap bombat de jos în sus pentru a uni tubul frontal cu baza coloanei frontale; în partea superioară montați șaiba plată D8 □ și piulița oarbă □, apoi strângeți cu cheia fixă (D).



2. Aliniați orificiile tubului posterior □ cu orificiile din partea inferioară a cadrului □. Introduceți șuruburile cu cap bombat de jos în sus; în partea superioară montați șaiba plată D8 □ și piulița oarbă □, apoi strângeți cu cheia fixă (D).



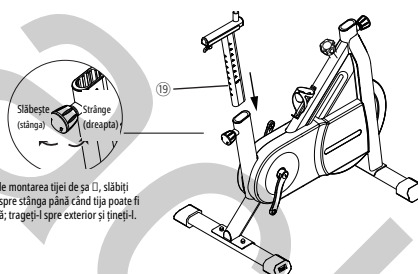
Deosebiți tubul frontal de cel posterior. Tubul frontal are rol de transport; aceasta trebuie orientată spre exterior.

Deosebiți tubul frontal de cel posterior. Tubul posterior este prevăcut cu picioare de reglare a nivelului.

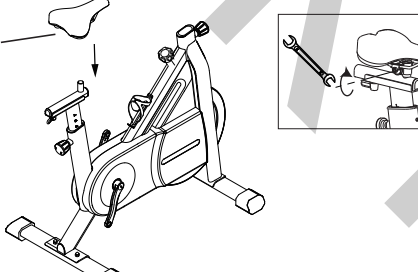
Ghid de montaj

PASUL 3: Montarea șei și a țijei de șa

1. Rotiți butonul de fixare al coloanei spate spre stânga 4-5 ture, trageți-l spre exterior și țineți-l; aliniați țija de șa □ cu deschiderea cadrului □. 2. Introduceți țija de șa □ în cadrul □ și ridicați-o sau coborâți-o până la poziția dorită. Eliberați butonul, apoi rotiți-l spre dreapta până la strângerea completă.



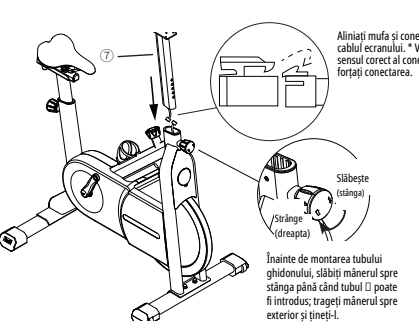
3. Scoateți șaua □ din pungă autosigilantă; 4. Introduceți șaua □ în orificiile țijei de șa □ și utilizați cheia fixă (D), în direcția săgeții, pe ambele părți, pentru a fixa șaua. (Verificați fixarea șei pentru a preveni slăbirea.)



Ghid de montaj

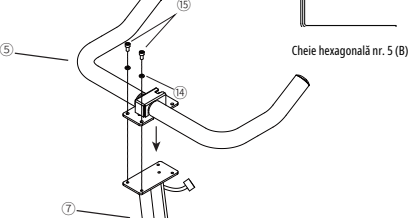
PASUL 4: Montarea tubului ghidonului

1. Conectați mai întâi cablul de reglaj la cablul bicicletei; 2. Rotiți butonul de fixare al coloanei frontale spre stânga 4-5 ture, trageți-l spre exterior și țineți-l; aliniați tubul ghidonului □ cu deschiderea cadrului □. 3. Introduceți tubul ghidonului □ în cadrul □ și ridicați sau coborâți ghidonul până la poziția dorită. Eliberați butonul, apoi rotiți-l spre dreapta până la strângerea completă.



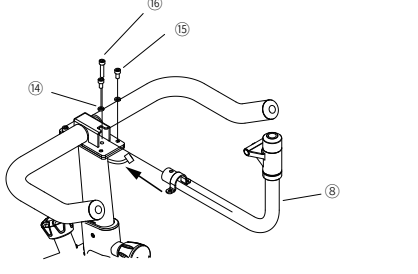
PASUL 5: Montarea ansamblului ghidonului

1. Conectați din pungă autosigilantă cele două șaibe elastice D6 □ și cele două șuruburi M6-12 □; 2. Aliniați orificiile de la îmbinarea tubului ghidonului □ cu ansamblul ghidonului □, montați șaibe elastice D6 □ și șuruburile M6-12 □ în direcția săgeții și strângeți cu cheia hexagonală nr. 5 (B).

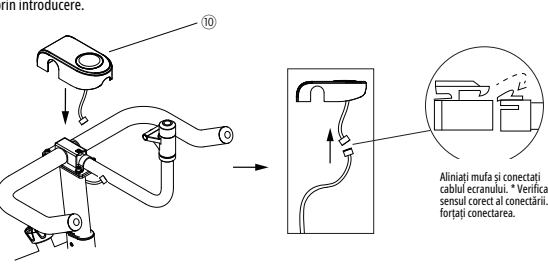


Ghid de montaj

3. Introduceți suportul rotativ în ghidon și montați de sus 2 șaibe elastice D6 □, 2 șuruburi M6-12 □ și 1 șurub M6-35 □. Folosiți cheia hexagonală nr. 5 (B) pentru a fixa suportul rotativ □ de ansamblul ghidonului □ până la strângerea completă.



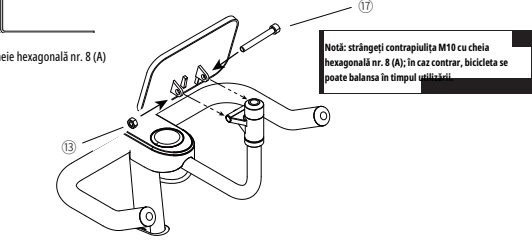
4. Fixați capacul decorativ □ pe ansamblul ghidonului □, apăsați ușor și strângeți-l, apoi conectați mufa cablului de reglaj la mufa din capacul decorativ prin introducerea.



Ghid de montaj

PASUL 6: Montarea suportului pentru tabletă (telefon mobil)

1. Scoateți cheia hexagonală nr. 8 (A) din pungă autosigilantă; 2. Introduceți suportul pentru tabletă (telefon mobil) □ în fanta suportului rotativ □, montați manual șurubul M10 □ și contrapiulița M10 □ în orificii, apoi strângeți cu cheia hexagonală nr. 8 (A).



17

Notă: strângeți contrapiulița M10 cu cheia hexagonală nr. 8 (A); în caz contrar, bicicleta se poate balansa în timpul utilizării.

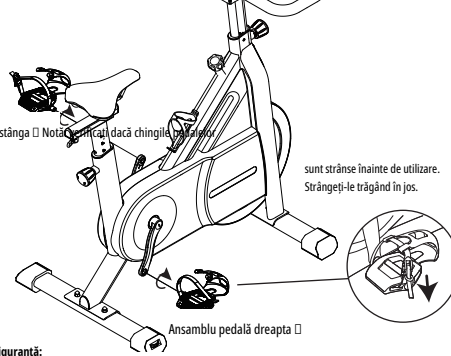
Cheie hexagonală nr. 8 (A)

13

Ghid de montaj

PASUL 7: Montarea pedalelor

1. Scoateți pedalele din ambalaj; 2. Identificați pedala stângă și pedala dreaptă. Pedala dreaptă este marcată cu „R” albastru, iar cea stângă cu „L” roșu. (Atenție: dacă pedalele sunt montate invers, filetul brațului pedalei se va deteriora) 3. Stați în spatele șei, cu fața spre ghidon. Montați pedala dreaptă pe brațul drept, perpendicular pe orificiul de montaj. Folosiți cheia fixă (C) și strângeți rotund spre partea frontală a bicicletei. Montați pedala stângă pe brațul stâng, perpendicular pe orificiul de montaj, apoi strângeți cu cheia fixă (C) rotund spre partea frontală. Notă: la montaj, potriviți marcăjul roșu de pe braț cu marcăjul roșu al pedalei, respectiv marcăjul albastru cu cel albrau. Nu le inversați!



11

Notă: strângeți marcăjul roșu al pedalei pe brațul stâng, perpendicular pe orificiul de montaj. Strângeți-le trăgând în jos.

Cheie multifuncțională (C)

12

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

49

50

51

52

53

54

55

56

57

58

59

60

61

62

63

64

65

66

67

68

69

70

71

72

73

74

75

76

77

78

79

80

81

82

83

84

85

86

87

88

89

90

91

92

93

94

95

96

97

98

99

100

101

102

103

104

105

106

107

108

109

110

111

112

113

114

115

116

117

118

119

120

121

122

123

124

125

126

127

128

129

130

131

132

133

134

135

136

137

138

139

140

141

142

143

144

145

146

147

148

149

150

151

152

153

154

155

156

157

158

159

160

161

162

163

164

165

166

167

168

169

170

171

172

173

174

175

176

177

178

179

180

181

182

183

184

185

186

187

188

189

190

191

192

193

194

195

196

197

198

199

200

201

202

203

204

205

206

207

208

209

210

211

212

213

214

215

216

217

218

219

220

221

222

223

224

225

226

227

228

229

230

231

232

233

234

235

236

237

238

239

240

241

242

243

244

245

246

247

248

249

250

251

252

253

254

255

256

257

258

259

260

261

262

263

264

265

266

267

268

269

270

271

272

273

274

275

276

277

278

279

280

281

282

283

284

285

286

287

288

289

290

291

292

293

294

295

296

297

298

299

300

301

302

303

304

305

306

307

308

309

310

311

312

313

314

315

316

317

318

319

320

321

322

323

324

325

326

327

328

329

330

331

332

333

334

335

336

337

338

339

340

341

342

343

344

345

346

347

348

349

350

351

352

353

354

355

356

357

358

359

360

361

362

363

364

365

366

367

368

369

370

371

372

373

374

375

376

377

378

379

380

381

382

383

384

385

386

387

388

389

390

391

392

393

394

395

396

397

398

399

400

401

402

403

404

405

406

407

408

409

410

411

412

413

414

415

416

417

418

419

420

421

422

423

424

425

426

427

428

429

430

431

432

433

434

435

436

437

438

439

440

441

442

443

444

445

446

447

448

449

450

451

452

453

454

455

456

457

458

459

460

461

462

463

464

465

466

467

468

469

470

471

472

473

474

475

476

477

478

479

480

481

482

483

484

485

486

487

488

489

490

491

492

493

494

495

496

497

498

499

500

501

502

503

504

505

506

507

508

509

510

511

512

513

514

515

516

517

518

519

520

521

522

523

524

525

526

527

528

529

530

531

532

533

534

535

536

537

538

539

540

541

542

543

544

545

546

547

548

549

550

551

552

553

554

555

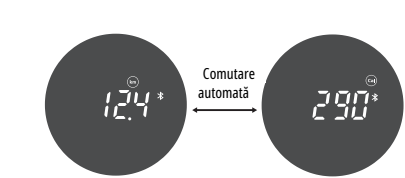
556

557

<

Prima utilizare (instrucțiuni ecran LED)

Instrucțiuni ecran LED:



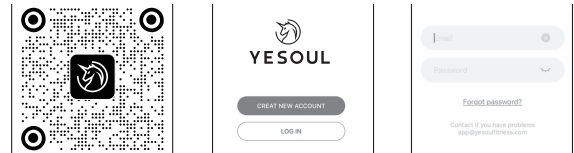
Interfața de rezumat al datelor este afișată 15 s, apoi bicicleta trece în standby și se oprește după încă 30 s.

Afișarea pictogramelor: Baterie descărcată: pictograma bateriei de pe afișaj clipește roșu. Bluetooth: când conexiunea este activă, pictograma rămâne aprinsă; când nu există conexiune, pictograma clipește.

Instrucțiuni de utilizare a aplicației

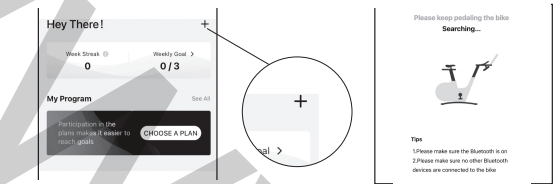
Instalarea și înregistrarea aplicației

• Scanați codul QR de mai jos pentru a descărca aplicația și a crea un cont.



1. Scanați codul QR și descărcați aplicația 2. Intrați în pagina de autentificare 3. Înregistrați un cont în aplicație

Conectarea dispozitivului • La prima utilizare, apăsați „+” în colțul din dreapta sus al ecranului „Home” sau intrați într-un curs și conectați dispozitivul conform instrucțiunilor din interfață.



4. Intrați în pagina principală a aplicației 5. Căutați dispozitive

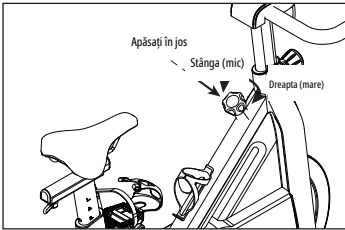
- La utilizările ulterioare, urcați pe bicicletă și deschideți modul sport sau un curs în aplicație pentru conectare automată.
- Asigurați-vă că funcția Bluetooth a telefonului/tabletei este activată.
- Dispozitivul nu permite conectarea simultană a mai multor telefoane. Înainte de utilizare, asigurați-vă că nu este conectat un alt utilizator.
- După 10 minute de inactivitate, conexiunea se întrerupe.
- Pe lângă YESOUL FITNESS APP, conexiunea Bluetooth poate fi utilizată și cu Kinomap și Zwift.



Reglarea bicicletei

5. Reglarea frânei de urgență:

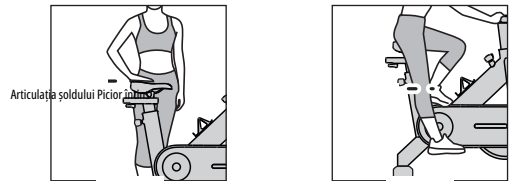
Când bicicleta nu este utilizată, rotiți butonul complet spre dreapta pentru blocare. În timpul pedalării, rotiți butonul spre stânga până sus pentru deblocare; îl puteți roti stânga/dreapta pentru reglarea rezistenței. Pentru frânare de urgență sau oprire, apăsați butonul complet în jos până la oprirea mișcării.



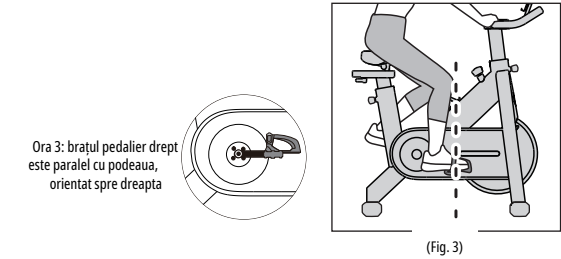
Stabilirea poziției corecte de pedalare

1. Reglarea corectă a poziției șei

**Înălțimea șei** Țineți picioarele apropiate, stați lângă șa și reglați-o la înălțimea soldului (Fig. 1). Așezați-vă apoi pe șa și apăsați pedala până la poziția orei 6; piciorul trebuie să se poată întinde complet (Fig. 2).



**Poziția orizontală a șei** Introduceți piciorul drept în chingă și pedalați până când pedala dreaptă ajunge la ora 3. Partea frontală a genunchiului trebuie să fie pe aceeași linie verticală cu pedala; aceasta este poziția corectă a șei (Fig. 3).



Instrucțiuni de utilizare a aplicației

Achiziționarea abonamentului în aplicație

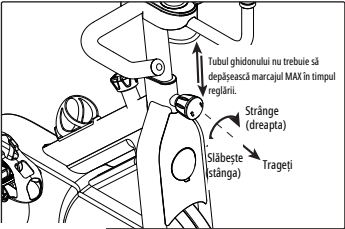
• Deschideți aplicația și accesați „Homepage” - „Settings” - „Member Rights”, apoi urmați instrucțiunile afișate pentru achiziționarea abonamentului.

\*Ilustrațiile de mai sus sunt doar orientative. Deoarece software-ul este actualizat continuu, interfața reală poate fi diferită.

Reglarea bicicletei

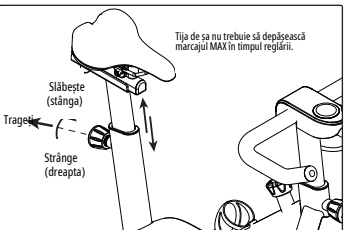
1. Reglarea înălțimii ghidonului:

Rotiți butonul coloanei frontale spre stânga 4-5 ture, trageți-l spre exterior și țineți-l. Cu cealaltă mână, ridicați sau coborâți ghidonul până la poziția dorită, apoi eliberați butonul. Mișcați ușor coloana în sus și în jos pentru ca arcul să revină automat; sunetul „clic” indică intrarea butonului în orificiul coloanei. La final, rotiți butonul spre dreapta până la strângerea completă.



2. Reglarea înălțimii șei:

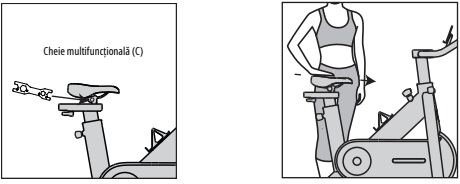
Rotiți butonul coloanei spate spre stânga 4-5 ture, trageți-l spre exterior și țineți-l. Cu cealaltă mână, ridicați sau coborâți șaua până la poziția dorită, apoi eliberați butonul. Mișcați ușor coloana în sus și în jos pentru ca arcul să revină automat; sunetul „clic” indică intrarea butonului în orificiul coloanei. La final, rotiți butonul spre dreapta până la strângerea completă.



Reglarea unghiului șei

1. Reglarea unghiului șei

Slăbiți ușor cele două piulițe (Fig. 1) din stânga și dreapta, aflate sub șa, cu cheia multifuncțională (C). Apăsați partea din față a șei până la un unghi confortabil (se recomandă ca partea din față să fie cu o gradajie mai jos), apoi strângeți cele două piulițe.



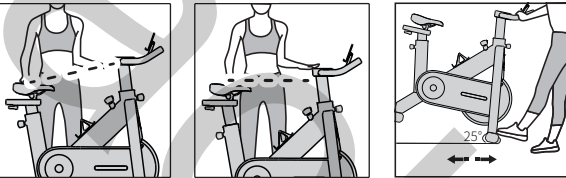
(Fig. 1) (Fig. 2)

Recomandare: șaua poate fi coborâtă ușor dacă apare disconfort la nivelul soldurilor în timpul pedalării.

Stabilirea poziției corecte de pedalare

2. Reglarea unei înălțimi potrivite a ghidonului

Fiecare utilizator poate regla înălțimea ghidonului în funcție de statură și experiență. Recomandare: pentru începători (Fig. 1), ghidonul trebuie să fie puțin mai sus decât șaua; pentru utilizatorii experimentați (Fig. 2), ghidonul poate fi la același nivel cu șaua sau puțin mai jos. Pentru persoanele cu solicitare musculară lombară sau spondiloză lombară, se recomandă utilizarea cu acordul medicului și poziționarea ghidonului mai sus. Apăsați ghidonul pentru a ridica tubul de sprijin la un unghi mai mare de 25° și deplasați bicicleta folosind rola de transport (Fig. 3).

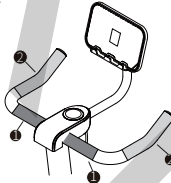


(Fig. 1) (Fig. 2) (Fig. 3)

3. Pozițiile mâinilor pe ghidon

În timpul antrenamentului, instructorii pot indica pozițiile mâinilor, corespunzătoare zonelor de pe ghidon ilustrate mai jos.

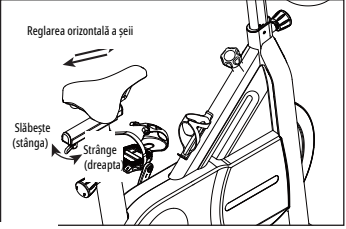
- 1 Poziția mâinii 1 1
- 2 Poziția mâinii 2 2



Reglarea bicicletei

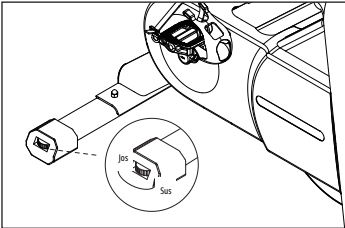
3. Reglarea orizontală a șei:

Slăbiți butonul de sub șa, glisați șaua înainte sau înapoi până la poziția dorită și strângeți butonul cât mai bine.



4. Reglarea nivelului bicicletei:

În partea inferioară a tubului posterior există două picioare de reglaj. Rotiți-le până când bicicleta nu se mai balansează.



Întreținere periodică

**Utilizare zilnică:** Păstrați bicicleta pe o suprafață uscată, ventilată și plană. Dacă nu este utilizată o perioadă lungă, acoperiți bicicleta pentru a o menține curată.

**Întreținerea cadrului:** După antrenament, ștergeți transpirația de pe cadru cu o lavetă. Nu ștergeți bicicleta cu o lavetă udă, pentru a evita apariția ruginii.

**Întreținerea curelei:** Reglați sau înlocuiți la timp cureaua dacă fulia este fisurată sau deviată. Curățați periodic canalul curelei pentru a preveni ieșirea acesteia.

**Verificarea șuruburilor cadrului:** Verificați periodic dacă șuruburile sunt slăbite sau lipsesc și strângeți-le ori înlocuiți-le la timp.

**Verificarea butonului de reglare a rezistenței:** Verificați periodic dacă butonul este slăbit sau deplasat și dacă valorile rezistenței sunt corespunzătoare, pentru calibrare la timp.

**Verificarea pedalelor și a brațelor pedalierei:**

Verificați periodic dacă șuruburile dintre pedale și brațele pedalierei sunt slăbite. Strângeți-le prompt dacă este necesar.

**Întreținerea șei:** Verificați periodic dacă șaua este slăbită. Strângeți-o dacă este necesar. Ștergeți șaua cu o lavetă din bumbac și păstrați-o uscată.

此页为备注页, 不用印刷

双胶纸70g

425\*360mm

双面印刷

1页30面

单色印刷