

# Användarmanual 452238 Merida Jr Racing

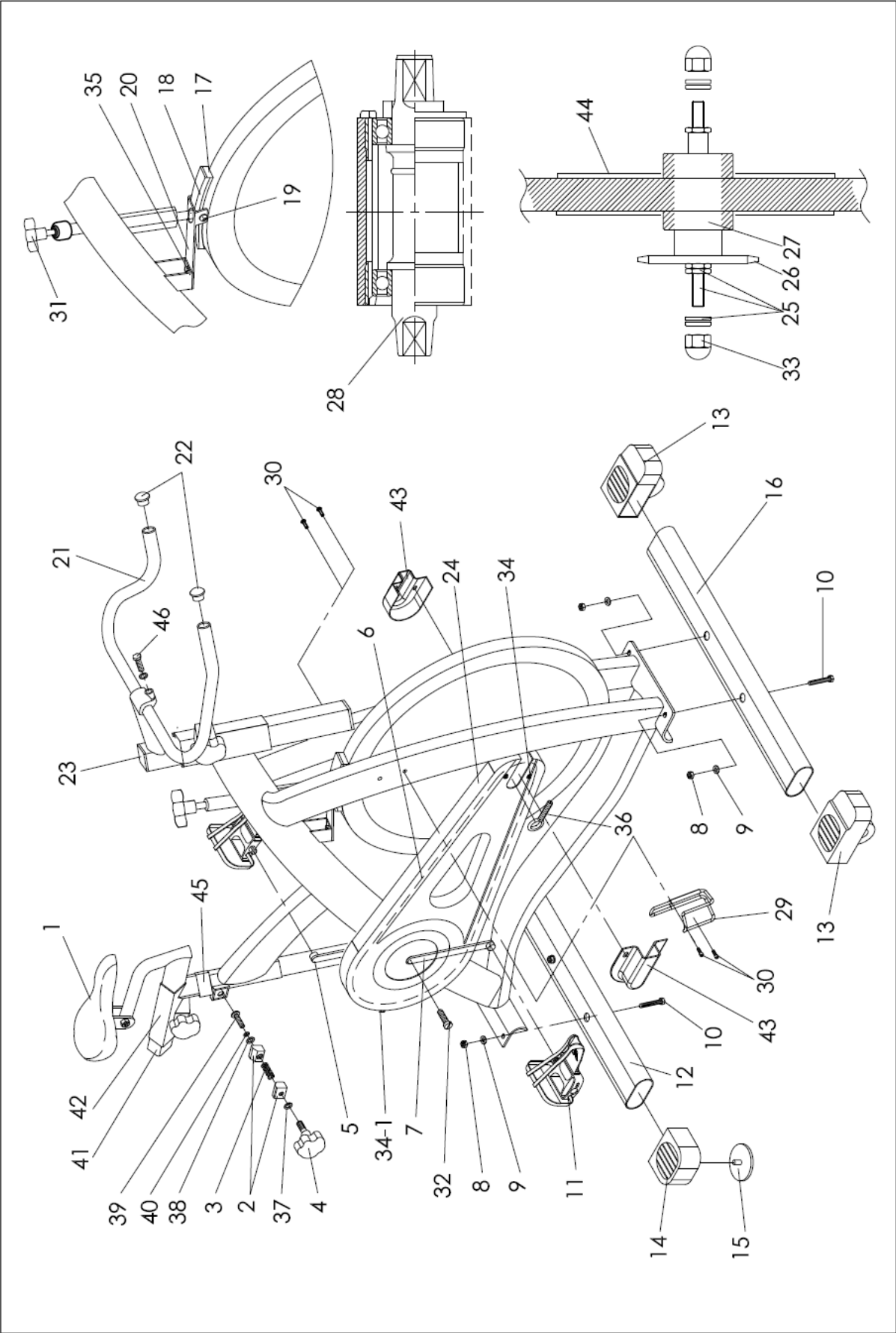
## **Innehåll**

UNDERHÅLL OCH SÄKERHETSINSTRUKTIONER FÖR MERIDA	
SPINNINGCYKLAR: .....	2
SPRÄNGSKISS: .....	3
ÖVERSIKT DELAR: .....	4
MONTERING: .....	5
STEG 1.....	6
STEG 2.....	6
STEG 3.....	6
STEG 4.....	6
MOTSTÅNDSJUSTERING: .....	6
MAGNET FÖR DATOR .....	6
GRATULERAR TILL DIN NYA MERIDA SPINNINGCYKEL .....	6
UNDERHÅLLSINTERVALL: .....	7

## **UNDERHÅLL OCH SÄKERHETSINSTRUKTIONER FÖR MERIDA SPINNINGCYKLAR:**

1. Efter att cykeln är färdigmonterad vänligen kontrollera att alla delar så som skruvar, muttrar och brickor är ordentligt monterade.
2. Kontrollera att sadelstolpen, pedalerna och styrcastammen är ordentligt monterade innan du sätter dig på cykeln.
3. Kontrollera med jämna mellanrum att kedjekassetten sitter rätt och stadigt.
4. Det är nödvändigt att smörja alla delar en gång per månad. Använd tunt lager med fett på skruvar/snabbkopplingsgångor och olja på kedjor.
5. Använd ej långa/löst sittande kläder då dessa kan fastna i cykeln.
6. Ta ej bort fötterna från pedalerna förrän pedalerna kommit till ett ordentligt stopp.
7. Använd alltid skor när du cyklar.
8. Torka alltid av maskinen efter användandet för att få bort svett och damm. Rengör maskinen med fuktig trasa, vatten och mild såpa. Använd ej oljebaserad rengöring på maskinen då det kan missfärga lacken.
9. Var aktsam och håll barn borta från cykeln så länge som den används. Tillåt inte barn att använda redskapet. Maskinen är gjord för vuxna ej barn.
10. Kliv aldrig av redskapet förrän pedalerna har stoppet fullständigt.
11. Stanna maskinen omedelbart om du känner dig illamående, yr, andfådd, har kramper i bröstet eller några andra onormala smärtor.
12. Vid ökad träningsintensitet ta kontakt med en instruktör eller läkare för rådgivning. Detta med hänsyn till träningsfrekvens, tid per ökning och intensitet med hänsyn till ålder och hälsotillstånd.
13. Efter träningen, skruva åt motståndet med medurs så att pedalerna blir tyngre och inte kan löpa fritt och skada någon, speciellt med hänsyn till barn.

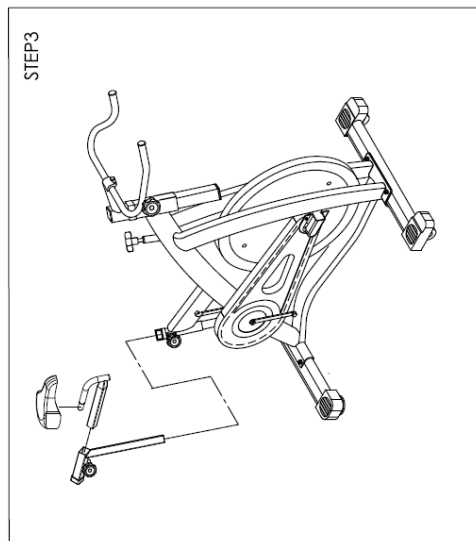
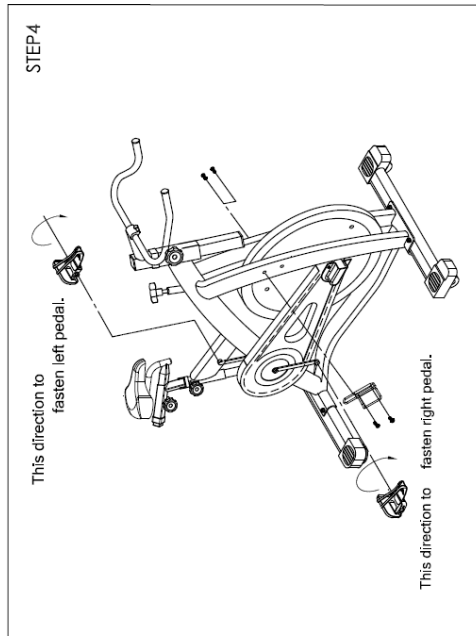
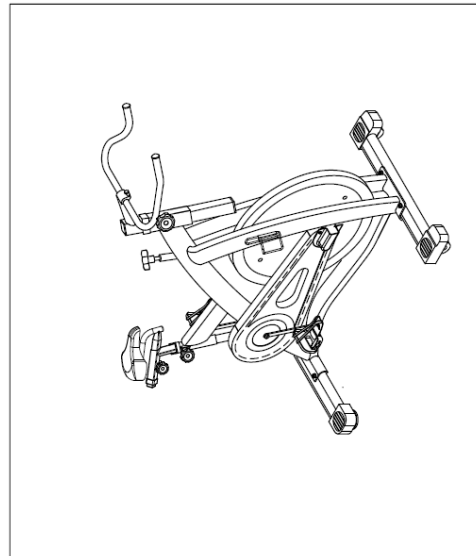
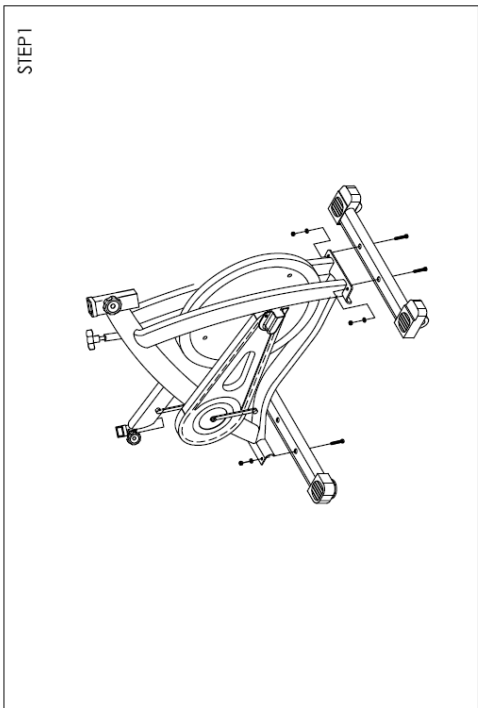
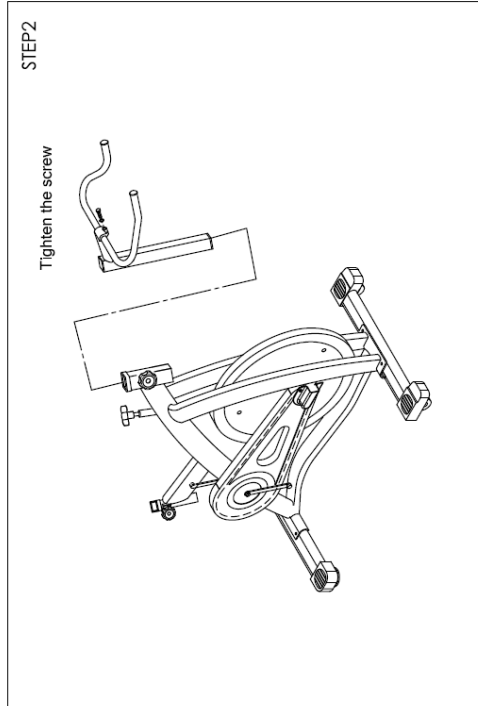
**SPRÄNGSKISS:**



## ÖVERSIKT DELAR:

Nr	Namn	Pk	Nr	Namn	Pk
1	Saddle	PC	25	Flywheel axle	SET
2	Alloy bind clamp ( R/L )	PC	26	Free wheel sprocket	
3	Knob spring	PC	27	Flywheel bearing	
4	Knob	PC	33	Flywheel security washer	
5	Left crank arm	PC	28	BB axle set	PC
6	Chain	PC	29	Bottle cage	PC
7	Right crank arm	PC	30	Screw for bottle cage	PC
8	Foot tube nut	PC	31	Brake system	SET
9	Foot tube washer	PC	32	Crank bolt	PC
10	Foot fixing bolt	PC	33	Flywheel security nut	PC
11	Pedal	PC	34	Outer chain guard bolt (M6)	PC
12	Rear foot tube	PR	34-1	Outer chain guard bolt (M5)	PC
13	Front foot end cap	PC	35	Bolt and washer for spring bracket	PC
14	Rear foot end cap	PR	36	Flywheel adjuster bolt	PC
15	Rear foot adjuster wheel	PR	37	Knob washer	PC
16	Front foot tube	PC	38	Knob plastic washer	PC
17	Brake pad	PC	39	Knob fixed bolt	PC
18	Brake pad holder	SET	40	Washer	PC
19	Screw & nut	PC	41	Seat slider	PC
20	Spring plate	PC	42	Seat post	PC
21	Handlebar w/grip	PC	43	Axle cover	PC
22	End plug	PC	44	Flywheel cover	PR
23	Handle bar post W/Stem	PC	45	Rubber sleeve	PC
24	Outer chain guard	PC	46	Bolt for Handlebar stem	PC

# MONTERING:



## STEG 1

Fäst nr 16 (front feet) och nr 12 (rear feet) till ramen, använd nr 8 (nuts), nr 9 (washer) och nr 10 (bolts).

## STEG 2

Styret kommer monterat. Justera in höjd och dra åt med justeringsvredet. Se till att styret är åtdraget innan cykeln används. Justera vinkeln på nr 21 (handle bar), dra åt nr 46 (screw) för att låsa styret.

## STEG 3

Sätt nr 42 (seat post) i ramen. Fäst sedan nr 1 (saddle) i nr 41 (seat slider). Fäst sedan nr 41 (seat slider) till nr 42 (seat post) och dra åt. Använd justeringsvredet nr 4 och ställ önskad höjd för sadeln.

## STEG 4

Fäst nr 11 (pedals) till nr 7/5 (crank arms). OBS: Pedalerna är märkta vänster (L) och höger (R) för att påvisa vilken sida de är avsedda för. Höger sida är den sida som kedjekassetten sitter på. Var varsam när du skruvar på pedalerna så att gängorna inte går sönder. Använd gärna lite fett på gängorna för att enklare kunna skruva fast dem. För att dra åt dem används en 15mm skiftnyckel.

## **MOTSTÅNDSJUSTERING:**

För att justera motståndet på Merida Spin Jr Racing används nr 31 (brake knob). För att uppnå jämnast möjliga motstånd bör man håll svänghjulet rent från smuts och damm. Smörj gärna med lite olja vid behov och torka av med en torr trasa innan användning.

## **MAGNET FÖR DATOR**

Det medföljer en magnet för montering av cykeldator. Denna magnet är specialanpassad för Merida Spinning cykel och möjliggör användning av cykeldator. Magneten skall fästas på svänghjulet där den har kortast möjligt avstånd till datorsensorn (medföljer ej). Magneten är starkare än de som generellt följer med cykeldatorerna och tolererar större avstånd mellan sensor och magnet, den vill i tillägg sitta stadigt av egen kraft på svänghjulet även under kraftig trampning. Cykeldator följer inte med men kan köpas separat, fråga hos din återförsäljare. Se även cykeldatorns användarmanual för montering, Träning med pulsklocka rekommenderas av Merida för optimal träning.

## **GRATULERAR TILL DIN NYA MERIDA SPINNINGCYKEL**

1) Tack för att du valt en Merida Spinningcykel. Se [www.merida.se](http://www.merida.se) för vårt utbud samt specifikationer.

2) Montering: Det är viktigt att spinningcykeln är riktigt monterad och rekommenderat är att kvalificerad personal utför monteringen.

3) Styre- och sadeljustering: Det är viktigt att styre och sadel är rätt inställda efter din kroppslängd. Om du är osäker, fråga din återförsäljare om hjälp. Justera styrets höjd med snabbkopplingen. Ställ in önskad höjd och dra åt kopplingen genom att vrida på den. Kontrollera att den är ordentligt åtstramad och att det inte förekommer någon vertikal rörelse i styret. Styret kan även justeras framåt och bakåt. Använd spärren under styret för att justera fram eller bak. Dra åt ordentligt när du ställt in rätt läge.

Justera sadelns höjd med snabbkopplingen. Ställ in önskad höjd och dra åt kopplingen genom att vrida på den. Kontrollera att den är ordentligt åtstramad och att det inte förekommer någon vertikal rörelse i sadeln. Sadeln kan även justeras framåt och bakåt. Använd spärren som är placerad på sidan av sadeln. Dra åt ordentligt när du ställt in rätt läge.

4) Vid användning av SPD fästen se till att justera fästet efter din sko. Vid användning av tåbygel se till bygeln är åtstramad runt foten under träning.

5) Spinningcykeln skall placeras på ett jämt underlag. Du har möjlighet att justera tassarna på bakre stödbenen. Skruva dessa medurs eller moturs tills att cykeln står helt stabilt.

6) Nödbroms - Pressa ned motståndsregulatorn för att stoppa.

7) Vid missljud i vevpartiet, svänghjul eller dylikt, kontakta din lokala förhandlare för vägledning om det inte löser sig självt genom att ta fett/olja på problemställena.

## UNDERHÅLLSINTERVALL

No	BESKRIVNING	Dagligen	Veckovis	Månadsvis	Kvartalsvis	Årligen
1	Torka av cykeln	X				
2	Rengör cykeln med mild såpa	X				
3	Visuell check	X				
4	Kontrollera styrstam och sadelstolpe	X				
5	Checka att sadel sitter fast	X				
6	Ta av styre och rengör styrstam		X			
7	Ta av sadeln och rengör sadelstolpe		X			
8	Checka att svänghjul är centrerat mot magnetbromsen		X			
9	Checka att bromssystemet fungerar		X			
10	Checka alla justeringsfästen		X			
11	Checka pedalerna		X			
12	Checka att vevarmen sitter fast		X			
13	Checka att pedalerna sitter fast		X			
14	Titta efter slakning på drivremmen			X		
15	Behandla svänghjulet med olja, antirost medel.			X	X	
16	Checka vevlagret för glapp				X	
17	Checka svänghjul för glapp					X
18	Checka efter skador på ramen					X