

Användarmanual 7100016 Merida

Woodland

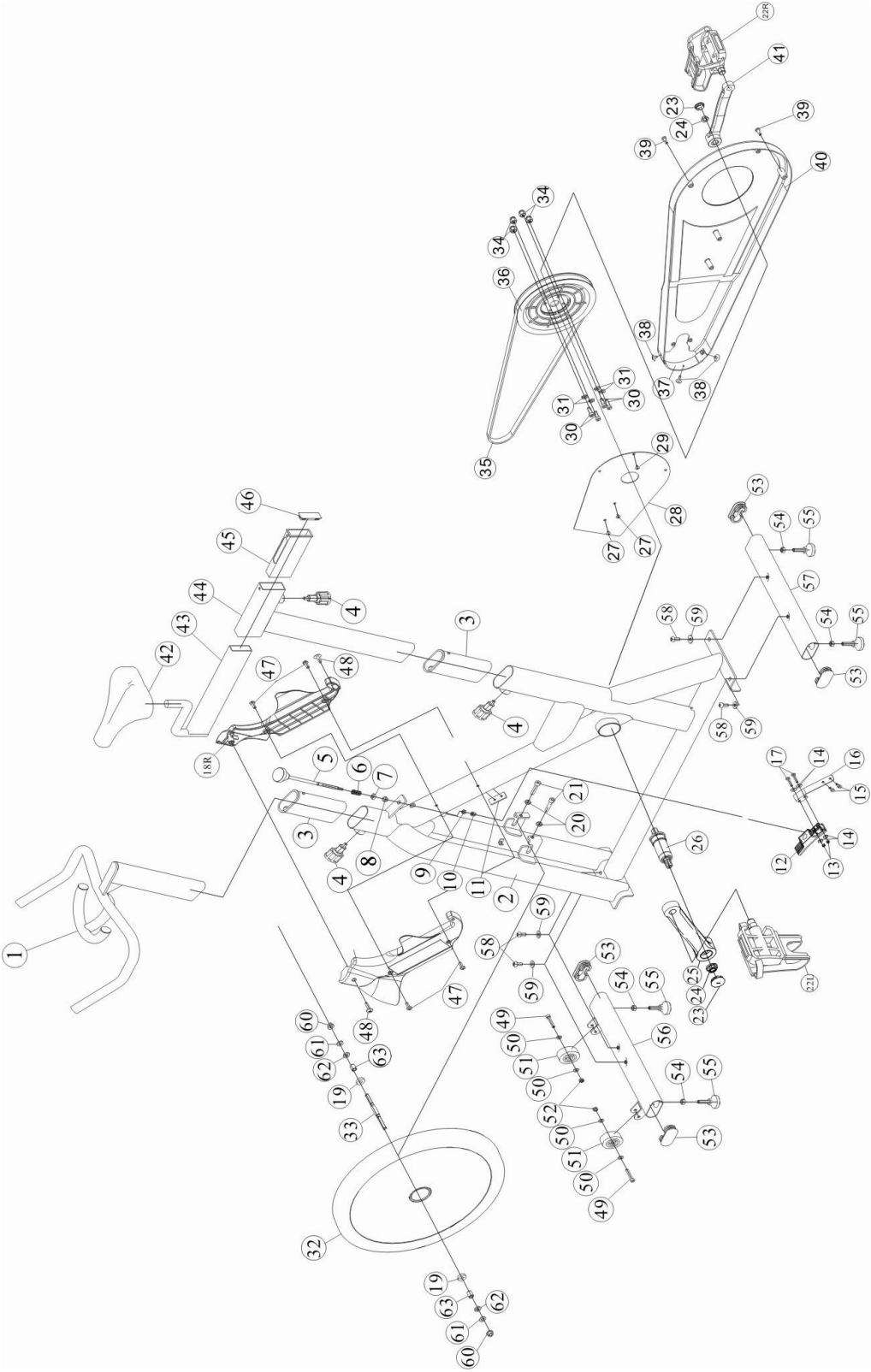
UNDERHÅLL OCH SÄKERHETSINSTRUKTIONER FÖR MERIDA INOMHUSCYKLAR: **Fel! Bokmärket är inte definierat.**

SPRÄNGSKISS:.....	4
ÖVERSIKT DELAR:.....	5-6
MONTERING:.....	7
STEG 1:	7
STEG 2:	7
STEG 3:	8
STEG 4:	8
STEG 5:	9
STEG 6:	9
GRATULERAR TILL DIN NYA MERIDA INOMHUSCYKEL	Fel! Bokmärket är inte definierat.
UNDERHÅLLSINTERVALL	11

UNDERHÅLL OCH SÄKERHETSINSTRUKTIONER FÖR MERIDA INOMHUSCYKLAR:

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 stoppett 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.

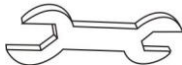
SPRÄNGSKISS:



ÖVERSIKT DELAR:

Handlebar	1	SET	32	Flywheel	1	PC
Frame	1	PC	33	Hub Axle	1	PC
Sleeve	2	PCS	34	Cap Nut	4	PCS
Adjustable knob	3	PCS	35	Belt	1	PC
Tension Control Knob	1	PC	36	Big Pulley	1	PC
Helical Compression Spring	1	PC	37	Front Chain Guard	1	PC
Square Nut	1	PC	38	Self Tapping Screw	3	PCS
Spacer	1	PC	39	Self Tapping Screw	2	PCS
Allen Nut	1	PC	40	Outer Chain Guard	1	PC
Cap Nut	1	PC	41	Crank (R)	1	PC
Rubber Absorber	1	PC	42	Saddle	1	PC
Brake Pad Assembly	1	SET	43	Seat Slider	1	PC
Nylon Nut	2	PCS	44	Seat Post	1	PC
Washer	4	PCS	45	Sleeve	1	PC
Allen Bolt	4	PCS	46	End Cap (for Seatt Slider)	1	PC
Beam	1	PC	47	Allen Bolt	4	PCS
Round Head Screw	2	PCS	48	Self-Tapping Screw	1	PC
Sweat Guard (R)	1	PC	49	Allen Bolt	2	PCS
Sweat Guard (L)	1	PC	50	Washer	4	PCS
Bearing	2	PCS	51	Transportation Wheel	2	PCS
Allen Nut	2	PCS	52	Nylon Nut	2	PCS
Allen Bolt	2	PCS	53	End Cap	4	PCS
Pedal (R)	1	PC	54	Nut	4	PCS
Pedal (L)	1	PC	55	Leveler Feet	4	PCS
Crank Cap	2	PCS	56	Front Stabilizer	1	PC
Crank Bolt	2	PCS	57	Rear Stabilizer	1	PC
Crank (L)	1	PC	58	Pan Allen Bolt	4	PCS
Bearing	2	PCS	59	Washer	4	PCS
Self Tapping Screw	2	PCS	60	Flange Nut	2	PCS
Inner Chain Guard	1	PC	61	Washer	2	PCS
Self Tapping Screw	1	PC	62	Allen Nut	2	PCS
Allen Bolt	4	PCS	63	Spacer	2	PCS
Spring Washer	4	PCS				

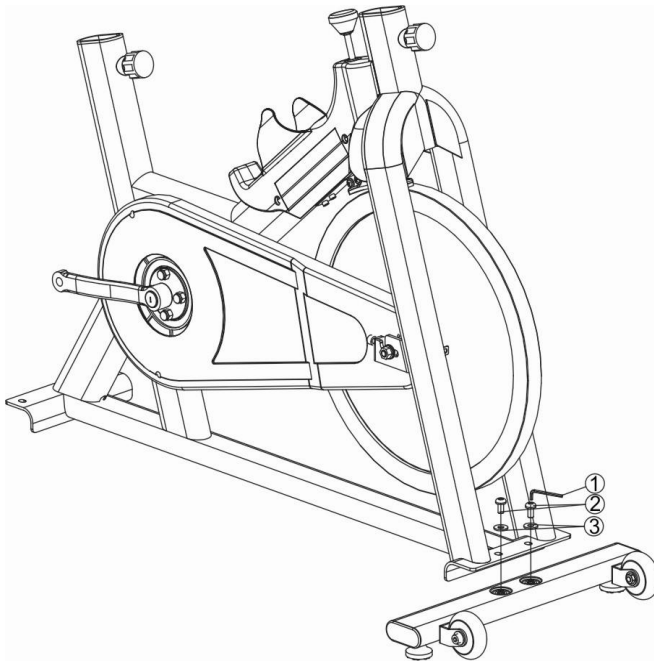
DELAR: Innan du börjar montera, stäm av att du har alla delar enligt listan nedan:

#	DESCRIPTION	Q'TY	SPECIFICATTION
1	Allen Wrench	1	for 2 stabilizers
2	Allen Bolt	4	M 8 * 15L
3	Washer	4	ψ8
4	Front Stabilizer	1	With 2 transportation wheels
5	Rear Stabilizer	1	Without 2 transportation wheels
6	Pedal (R)	1	right threaded
7	Pedal (L)	1	left threaded
8	Combination Wrench	1	
9	Seat Post	1	Chrome
10	Handlebar	1	Chrome & PVC dipping

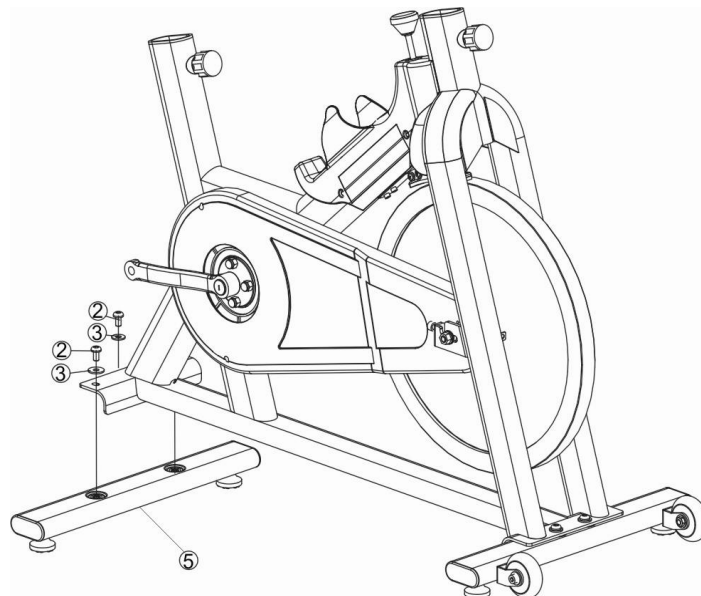
MONTERING:

Innan du börjar montera spinning cykeln, ta ut alla delar ur förpackningen och stäm av mot översikts listan för delar att allt är med. När detta är kontrollerat börja med steg 1.

STEG 1: Fäst nr 4 (front stabilizer) till huvudramen med nr 2 (two allen bolt) och nr 3 (two washers), dra åt med nr 1 (allen wrench).

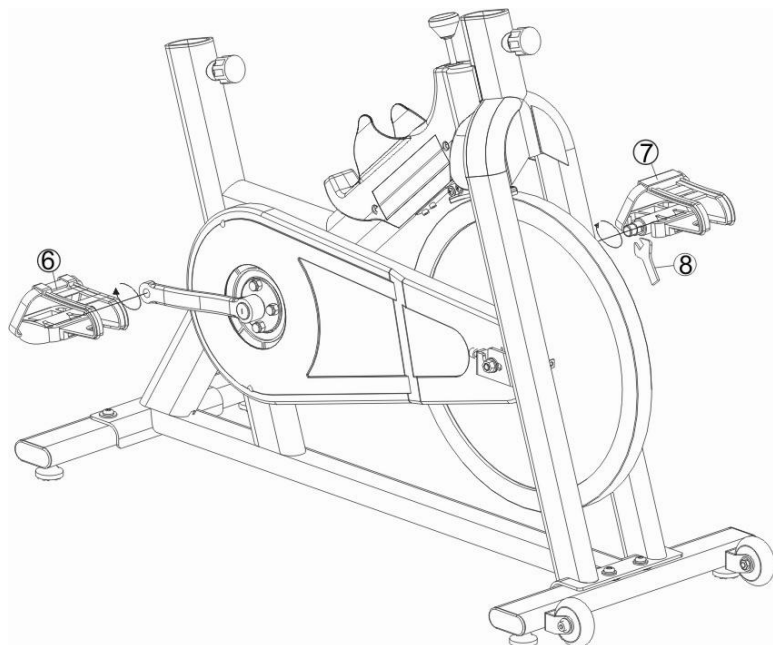


STEG 2: Fäst nr 5 (rear stabilizer) till huvudramen med nr 2 (two allen bolt) och nr 3 (two washers), dra åt med nr 1 (allen wrench).

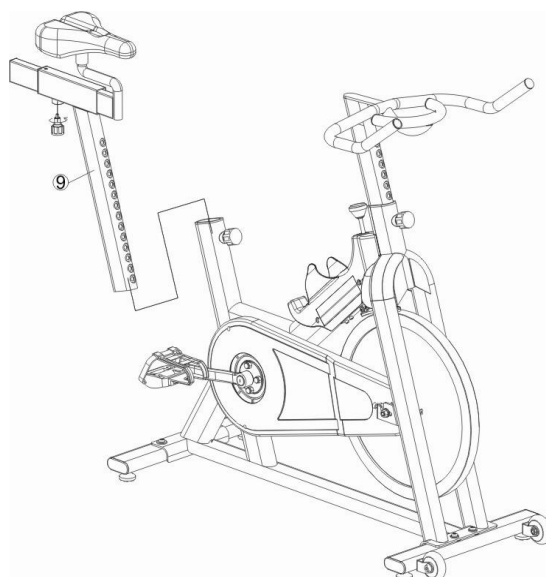


STEG 3: Fäst höger pedal (märkt "R") på höger vevarm genom att använda nr 8 (combination wrench). Viktig att pedal märkt "R" blir använd på höger vevarm då den är gängad och fel pedal kommer att skada gängorna i pedalarmen.

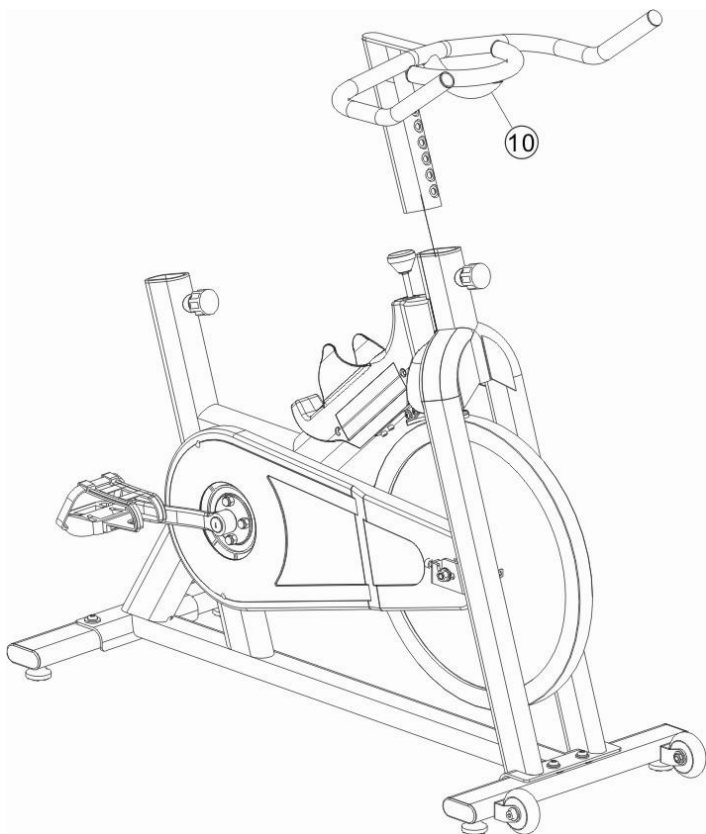
Fäst därefter vänster pedal (märkt "L") på vänster vevarm genom att använda nr 8 (combination wrench). Viktig att pedal märkt "L" blir använd på vänster vevarm då den är gängad och fel pedal kommer att skada gängorna i pedalarmen.



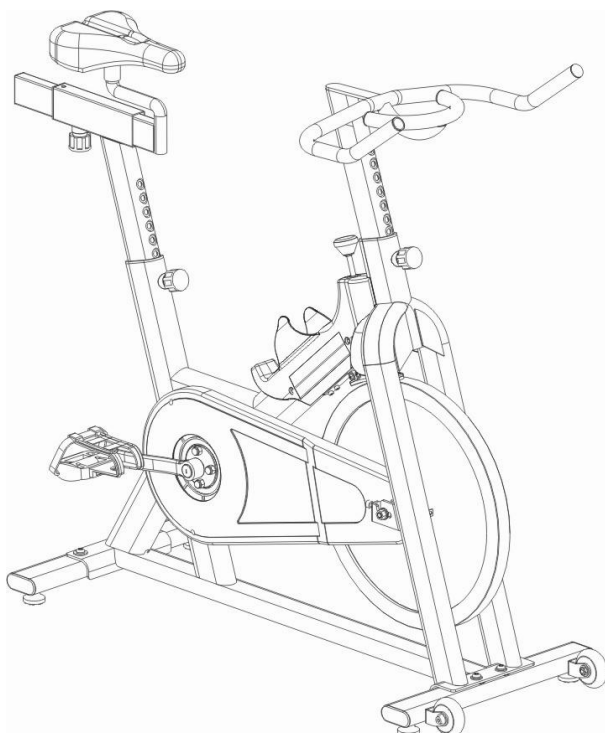
STEG 4: Sätt fast nr 9 (seat post) på huvudramen och dra åt med justeringsskruven. Fäst sadeln på sadelstolpen (#43). Notera att sadelns fäste redan är monterad och att den endast skall dras åt på vardera sida. Se till att den är jämt åtdragen så att sadeln är i en vågrätt position.



STEG 5: Fäst nr 10 (handlebar) på huvudramen och dra åt med justeringskruven.



STEG 5: Din spinning cykel är nu färdig monterad. Dubbelchecka att allt sitter som det skall och att det inte finns några lösa delar.



GRATULERAR TILL DIN NYA MERIDA INOMHUSCYKEL

1) Tack för att du valt en Merida Inomhuscykel. Se www.merida.se för vårt utbud samt specifikationer.

2) Montering: Det är viktigt att inomhuscykeln 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) Inomhuscykeln 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

Nr	Beskrivning	Vid varje användning	Veckovis	Månadsvis	Kvartalsvis
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 styrstammen		X		
7	Ta av sadeln och rengör sadelstolpen		X		
8	Checka att svänghjulet står i center i förhållande till magnetbromsen		X		
9	Checka att bromssystemet fungerar		X		
10	Checka att alla justeringshandtag fungerar		X		
11	Checka pedal för slitage		X		
12	Checka vevparti bult, efterdra vid behov		X		
13	Checka att pedalerna sitter fast på vevarmen		X		
14	Titta efter slakning på drivremmen			X	
15	Behandla den mittersta delen av svänghjulet med olja, antirost medel.			X	X
16	Checka vevlagret för glapp				X
17	Checka svänghjul för glapp				
18	Checka efter skador på ramen				