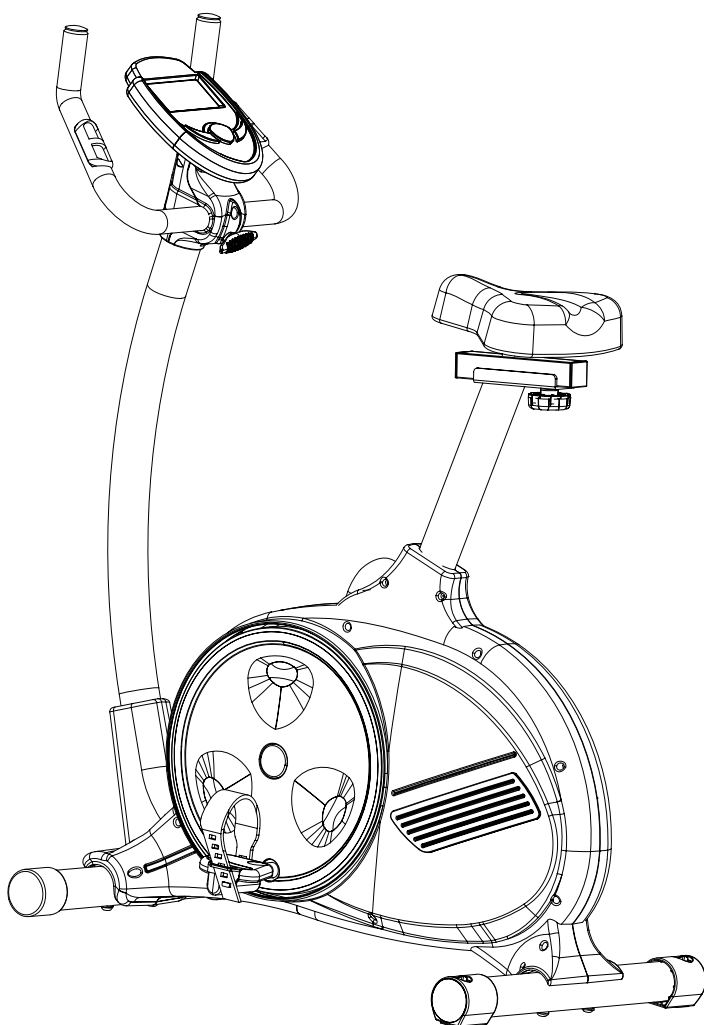


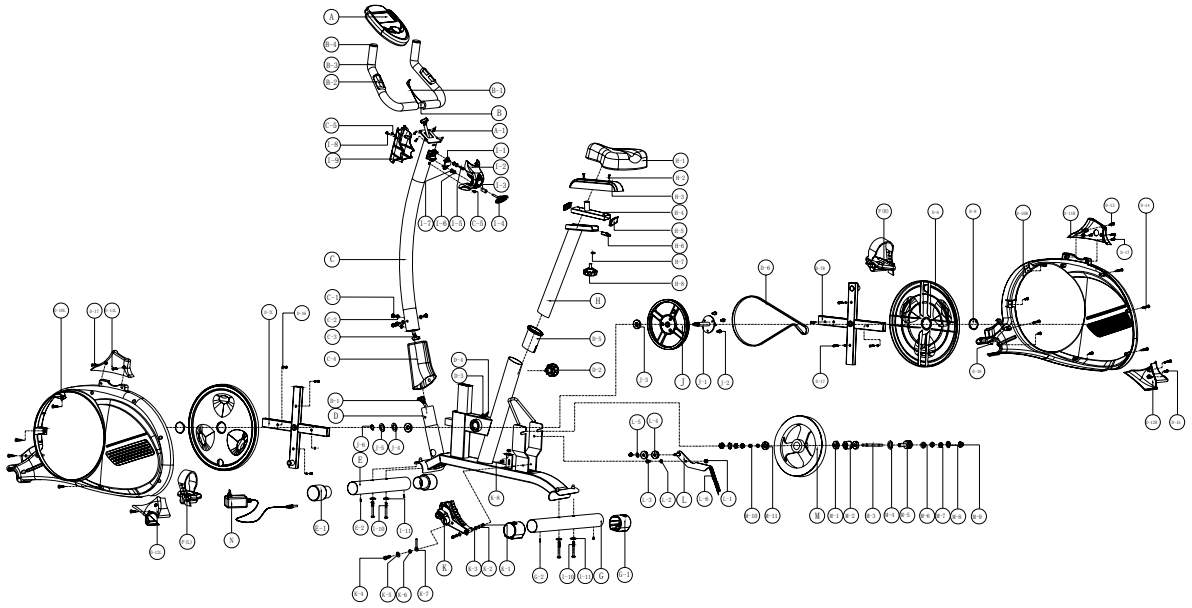
4919.502 BodyShape Ergometer Sprint

D



Anleitung für den Zusammenbau



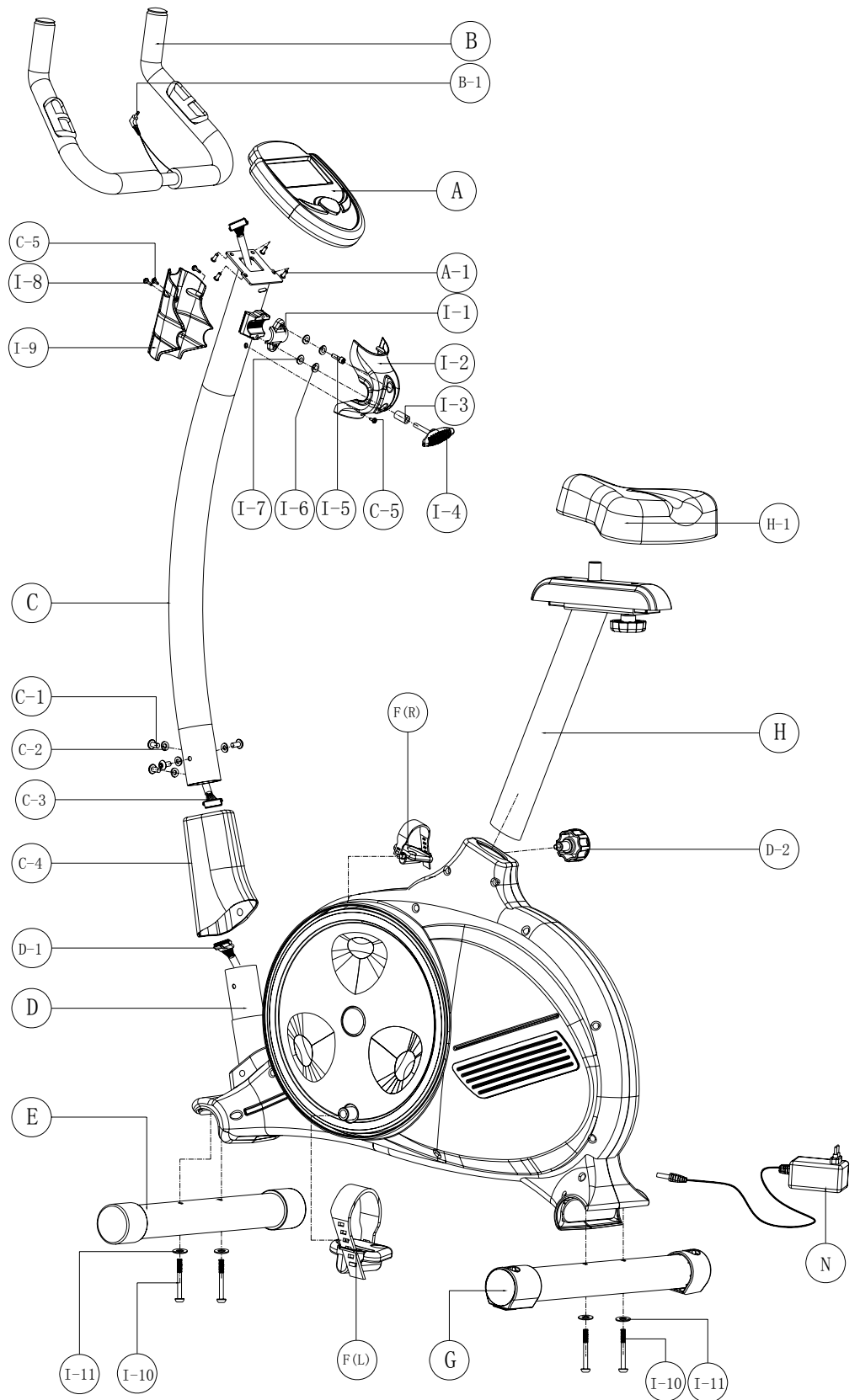


Stückliste

Nr.	Beschreibung	Spezifikation	Stückzahl
A	Trainingscomputer		1
A-1	Halteschraube zum Computer	M5×10L	4
B	Handgriffstange		1
B-1	Handpuls kabel	550+550, L2	1
B-2	Handpulssensor	WP1007-12B	1Satz
B-3	Schaumstoffgriff	550×Φ20×7.0 m/m	2
B-4	Abschlusskappe	Φ7/8"	1
C	Handgriffstütze		1
C-1	Sechskantschraube	M8×P1.25×16L(6m/m)	4
C-2	Spannscheibe	Φ8×Φ19×2t	4
C-3	Sensorkabel, oberer Teil	1050L	1
C-4	Abdeckung der Handgriffstütze	(ABS)	1
C-5	Kegelkopfkreuzschraube	M5×14L	2
D	Hauptrahmen		1Satz
D-1	Sensorkabel, unterer Teil	1100L 12P	1
D-2	Knauf zur Sitzverstellung	707A M16×P1.5×22L	1
D-3	Schraube	M3×8L	2
D-4	Sensor	800L	1
D-5	Buchse zur Sitzstütze	(PP)	1
D-6	Riemen	J6 1059m/m	1
D-7	Querrahmen		1Satz
D-8	Rundscheibe	(ABS)	2
D-9	Abdeckung des Querrahmens	(ABS)	2
D-10	Kettenschutz	(ABS)	1Satz
D-11	Frontabdeckung	(ABS)	1Satz
D-12	Abdeckung	(ABS)	1Satz
D-13	Kegelkopfkreuzschraube	M4×30L	2
D-14	Kegelkopfkreuzschraube	M4×50L	4
D-15	Kegelkopfkreuzschraube	3/16" (#10) ×3/4" 35#	10
D-16	Flachscheibe	Φ5×Φ16×1t	8
D-17	Kegelkopfkreuzschraube	M4×14L	12
D-18	Kegelkopfkreuzschraube	M4×40L	1
E	Vorderer Stabilisator	Φ60×1.5T×400L	1
E-1	Transportrolle	(Nylon -6)	2
E-2	Kegelkopfkreuzschraube	M3×8 35#	2
F	Pedal	E16(9/16")	1Satz
G	Hinterer Stabilisator	Φ60×1.5t×500L	1
G-1	Einstellbare Abschlusskappe	Φ60	2
G-2	Kreuzschraube	3/16" (#10) ×3/4" 35#	2
H	Sitzstütze	70*30*1.5T*460L	1Satz
H-1	Sitze	V17	1
H-2	Kegelkopfkreuzschraube	M5×12L 30#	2
H-3	Abdeckung, verstellbar	(ABS)	1
H-4	Schieber		1
H-5	Abschlusskappe	20*40 PP	2
H-6	Schieber-Arretierung		1
H-7	Unterlegscheibe	Φ14.3×Φ25×2t	1
H-8	Knauf (horizontale Verstellung)	7/16" ×20L	1
I-1	Metallklemme	4.0t (Q235)	1
I-2	Plastikklemme	(ABS)	1
I-3	Führungsbuchse	Φ7×Φ12×40mmL(Q235)	1

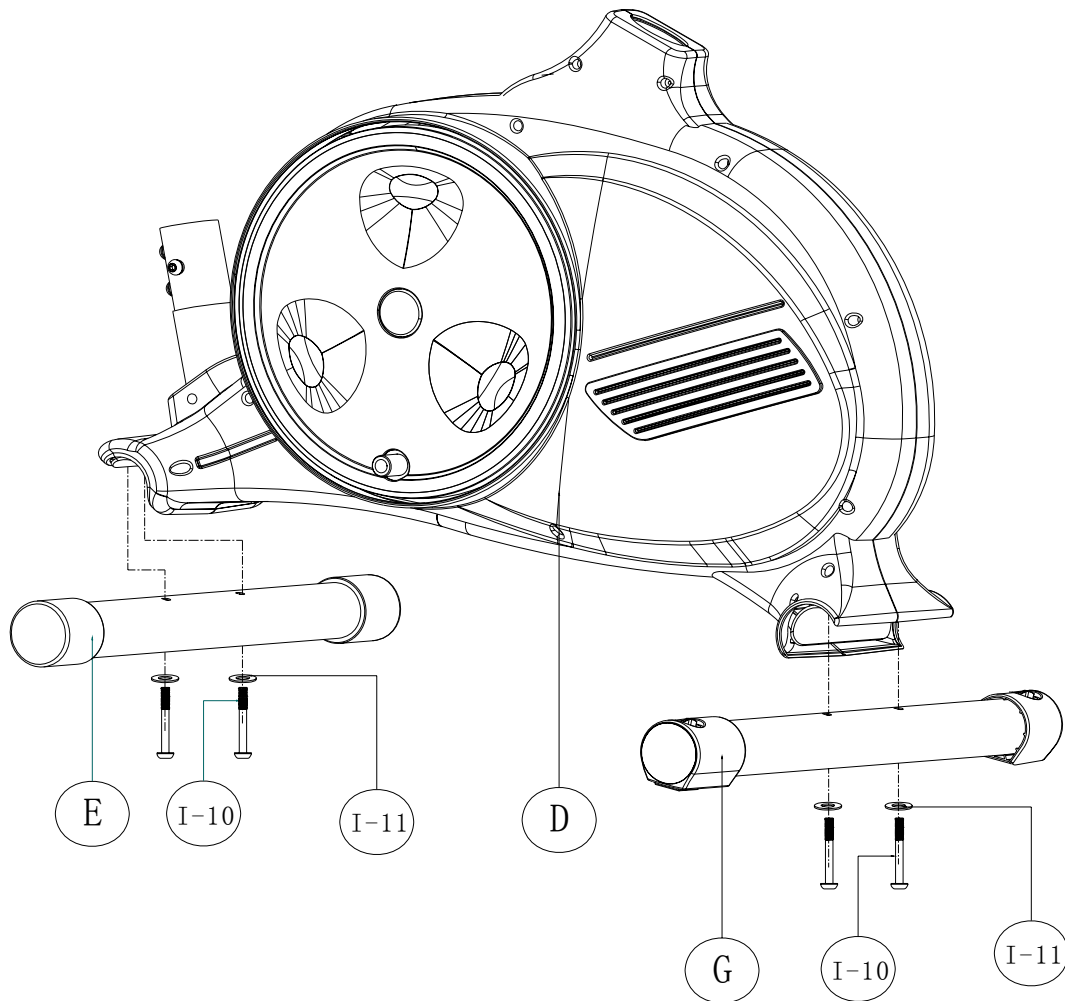
I-4	T-Knauf	M7×P1.0×65L(ABS)	1
I-5	Sechskantschraube	M7×P1.0×30L. 30#	1
I-6	Federscheibe	Φ7×2t 65Mn	2
I-7	Unterlegscheibe	Φ7×Φ12×1t Q235	2
I-8	Kreuzschraube	M3×14L	2
I-9	Abdeckung des Handgriffs	(ABS)	1
I-10	Sechskantschraube	M8×P1.25×75L	4
I-11	Unterlegscheibe	Φ8×Φ16×2t Q235	4
J	Achse, komplett	Φ232	1Satz
J-1	Achse	FP-B930 152L	1
J-2	Sechskantschraube	M8×P1.25×12L×5t	3
J-3	Lager	6203(RS)	2
J-4	Federring	Φ17.5×Φ25×0.3t	1
J-5	Unterlegscheibe	Φ17.5×Φ25×0.3t	1
J-6	C-Typ	Φ17 65Mn	1
K	Motor		1Satz
K-1	Sechskantschraube	M6×P1.0*16L 30#	2
K-2	Spannscheibe	Φ6 65Mn	2
K-3	Unterlegscheibe	Φ6×Φ13×1t Q235	2
K-4	Schraube	M8*22L	1
K-5	Unterlegscheibe	Φ8×Φ19×2t	1
K-6	Führungsbuchse	Φ10×Φ14×16mmL	1
K-7	Festverdrahtung (stahl)	M6*Φ18*63L	1
L	Leerlaufhebel		1
L-1	Nylonmutter	M8 30#	2
L-2	Unterlegscheibe	Φ8×Φ16×1t Q235	1
L-3	Sechskantschraube	M8×P1.25×20L	1
L-4	Lager	6300RS	2
L-5	Führungsbuchse	Φ10×Φ14×6mmL (Q235)	1
L-6	Leerlauffeder	ODΦ16×Φ2.0×45T(65Mn)	1
M	Schwungrad	Φ280*32W(9kg)	1
M-1	Lager	6003RS	2
M-2	Einweglager	*(KR-6003)	1
M-3	Achse zum Schwungrad	3/8"-26×145L(45#)	1
M-4	Unterlegscheibe	Φ30×Φ34×1t Q235	1
M-5	Rolle	J8×Φ34 (Q235)	1
M-6	Lager	6000RS	1
M-7	Mutter	3/8"-26×4.5T 30#	4
M-8	Zahnscheibe	Φ10×Φ17×1t 30#	2
M-9	Stellmutter	3/8"-26 30#	2
M-10	Führungsbuchse	Φ10×14×9mmL(Q235)	2
M-11	Lager	6300RS	1
N	Adapter	230V 50HZ, 9VDC 500mA	1

Anleitung für den Zusammenbau



1. Die vormontierten Schrauben am vorderen und hinteren Stabilisator (E / G) lösen.
2. Den vorderen und hinteren Stabilisator mit je 2 Schrauben (I-10) und Unterlegscheiben (I-11) an der Hauptkonstruktion festmachen.

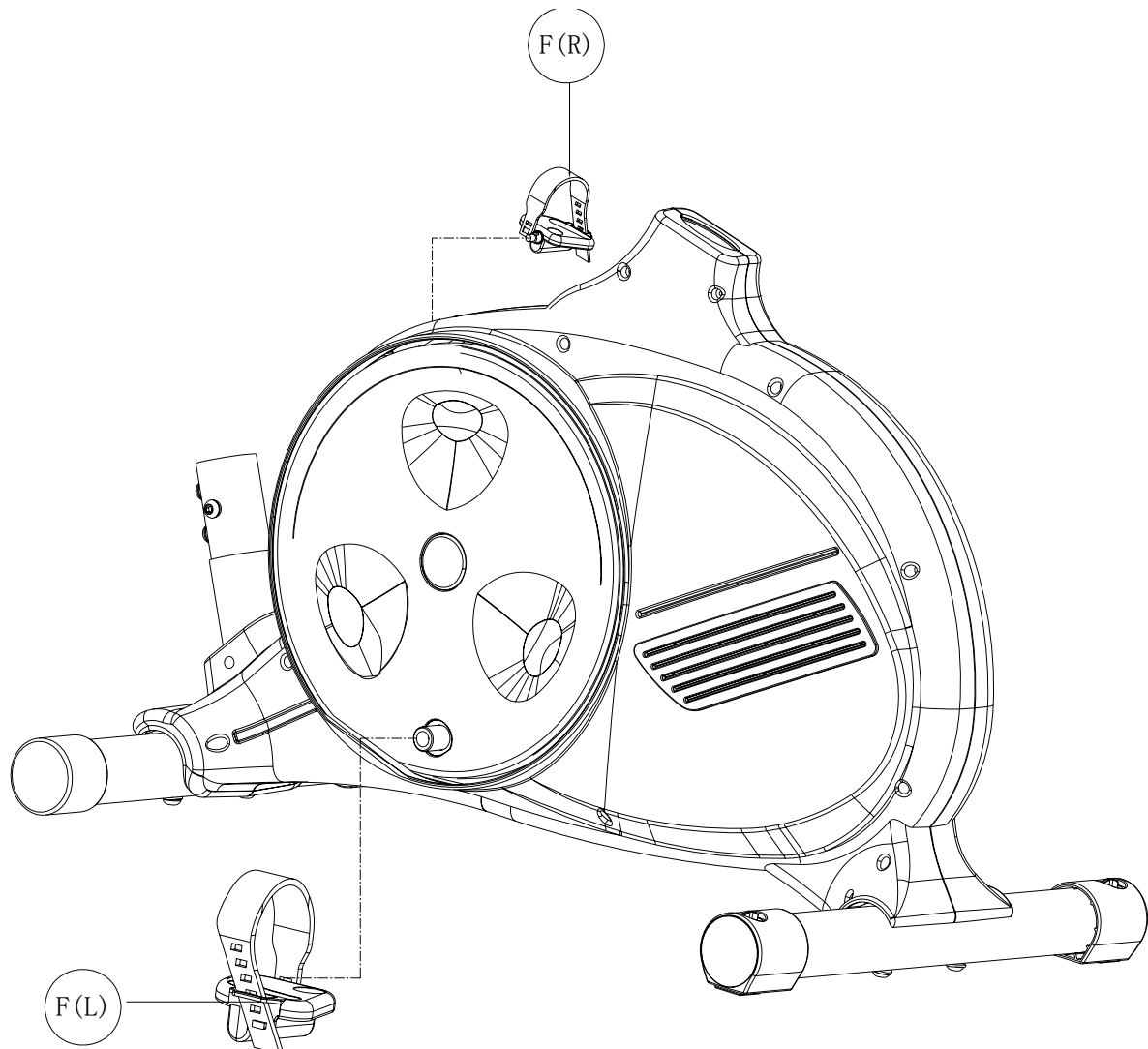
Falls der Boden leicht uneben ist, kann dies am Schluss mit Hilfe der beiden verstellbaren Abschlusskappen am hinteren Stabilisator ausgeglichen werden. Damit der Ergometer auf einfache Weise bewegt werden kann, sind am vorderen Stabilisator Transportrollen angebracht



Schritt 2

D

1. Die beiden Pedale (F(R) / F(L)) an den entsprechenden Kurbeln festschrauben. Die Pedale sind mit R und L an der Schraube gekennzeichnet.
2. Das linke Pedal im Gegenuhrzeigersinn festziehen, das rechte Pedal im Uhrzeigersinn.

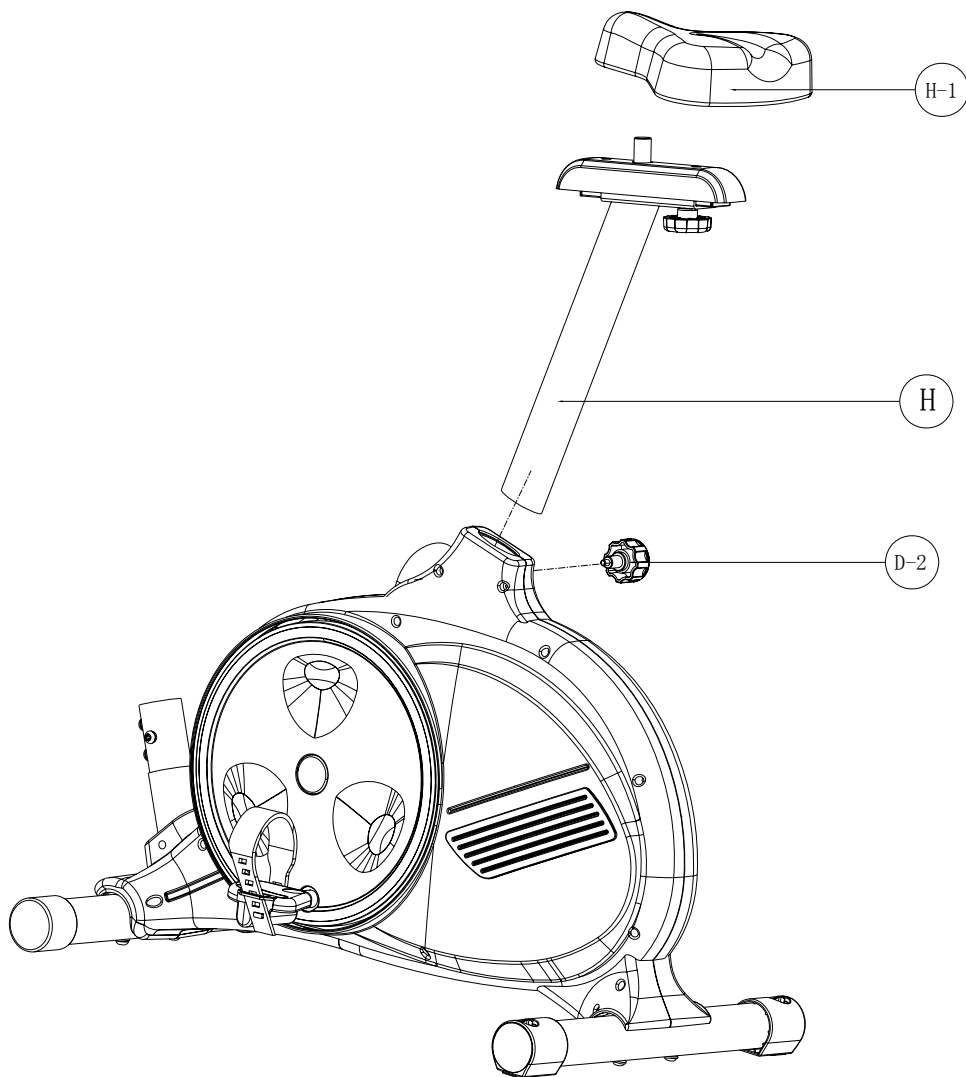


Schritt 3

D

1. Den Sattel (H-1) und den Horizontalschieber zusammensetzen.
2. Die Sitzstütze (H) in den Hauptrahmen einsetzen, auf die gewünschte Höhe bringen und mit dem Knauf (D-2) festziehen.

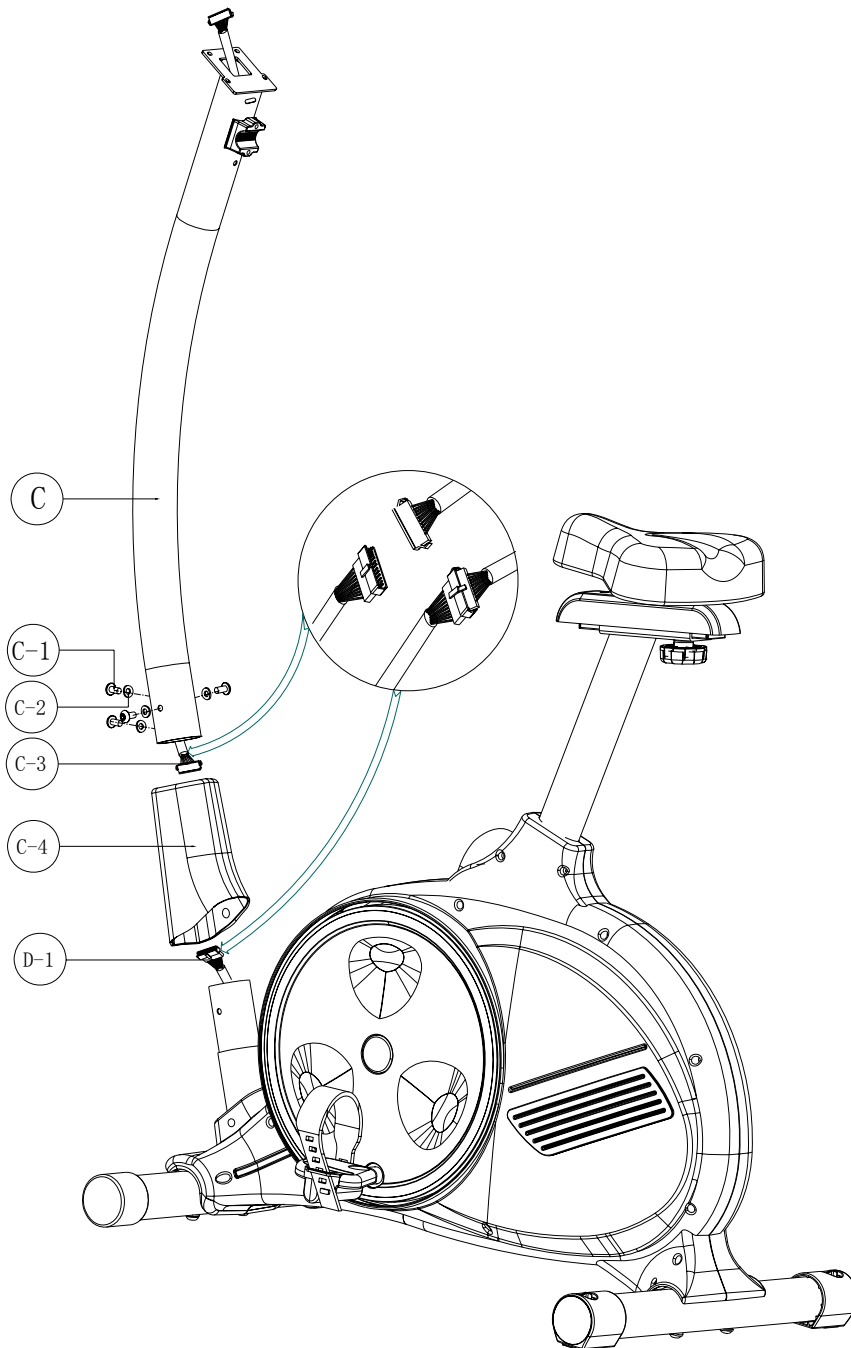
Darauf achten, dass dieser Knauf immer festgezogen ist.



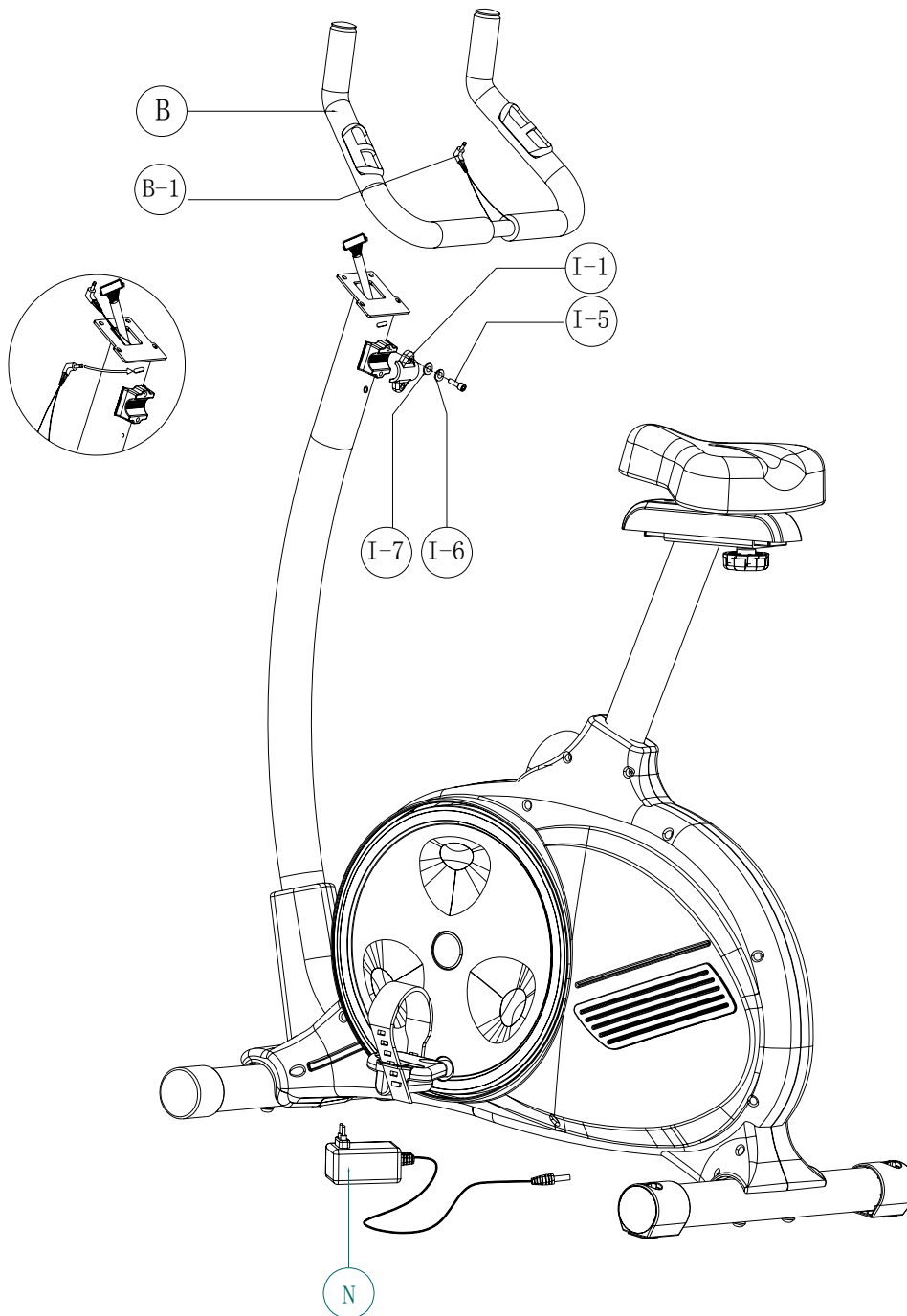
Schritt 4

D

1. Computerkabel (C-3 / D-1) anschliessen.
2. Zuerst die vormontierten Schrauben lösen, dann die Handgriffstütze (C) durch die Abdeckung (C-4) in den Hauptrahmen einführen und mit den 4 Sechskantschrauben (C-1) und zugehörigen Unterlegscheiben (C-2) festmachen.



1. Handgriff (B) an die Halterung bringen und Metallklemme (I-1) darüber setzen.
2. Danach, die obere Schraube (I-5) zusammen mit dem Federring (I-6) und der Unterlegscheibe (I-7) festziehen.
3. Plastikklammer (I-2) darüber setzen, T-Knauf (I-4) in die Metallklemme einführen und mit der unteren Schraube, dem Federring und der Unterlegscheibe festziehen. Sicherstellen, dass die Schraube gut festgezogen ist.
4. Um die Stellung des Handgriffs in die richtige Stellung zu bringen, die beiden Schrauben gleichzeitig lösen und wieder festziehen.



Schritt 6

D

1. Das Computerkabel an der Buchse (C-3) des Computers (A) anschliessen.
2. Den Computer mit Hilfe der mitgelieferten Schrauben (A-1) an der Halterung auf dem Handgriff festmachen und Kabel anschliessen.
3. Kabel des Hand-Pulsmessers (B-1) am Computer (A) anschliessen.
4. Netzadapter (N) an den Strom anschliessen.

