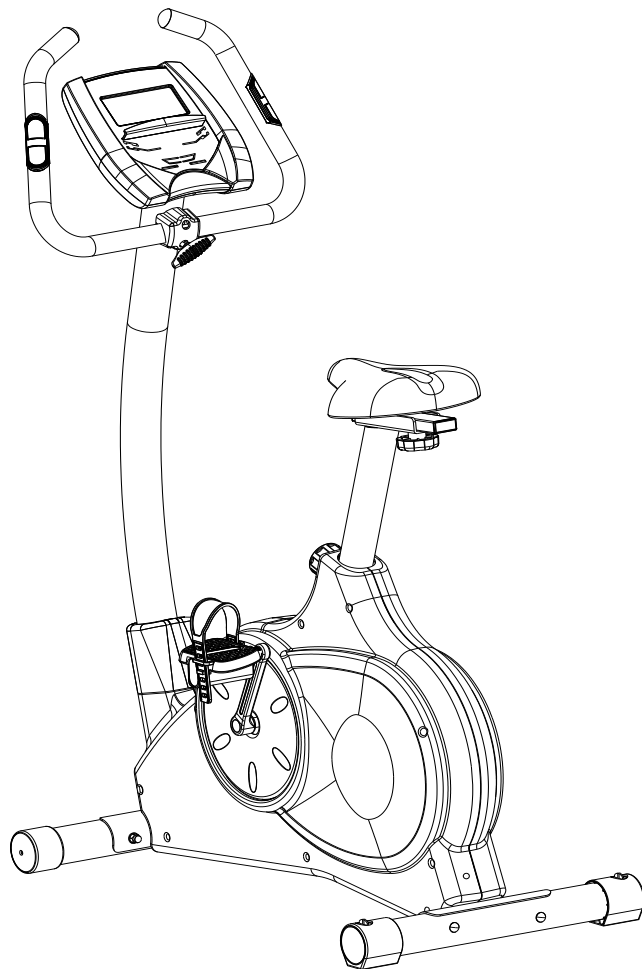
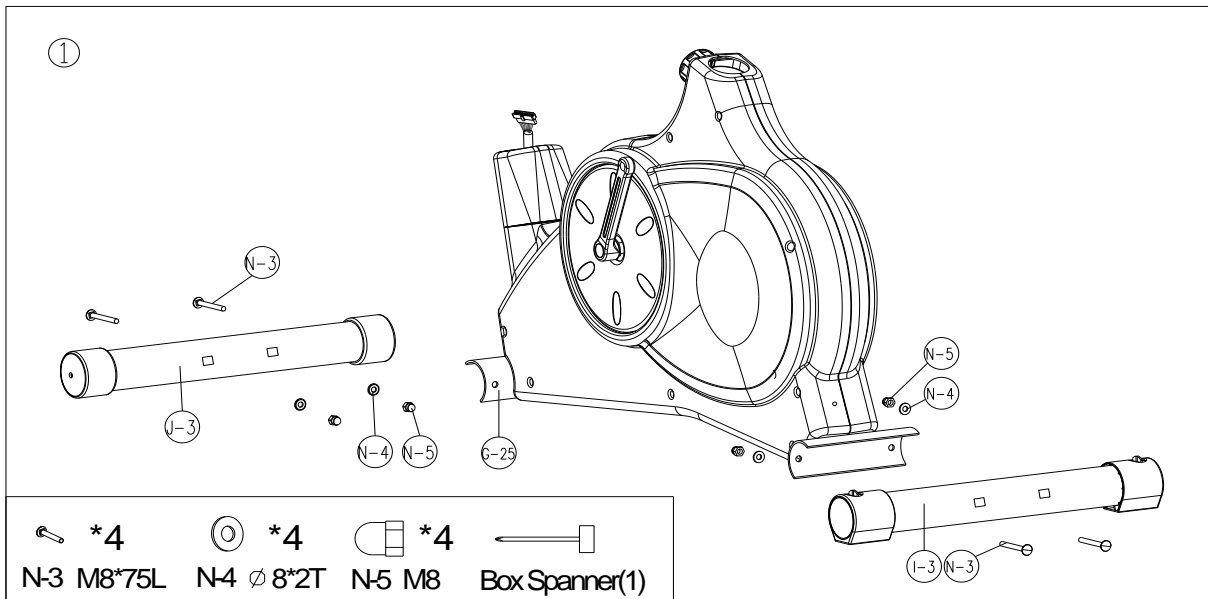


# X-FERFIT

BRUKERMANUAL  
for  
400 MAGNETIC

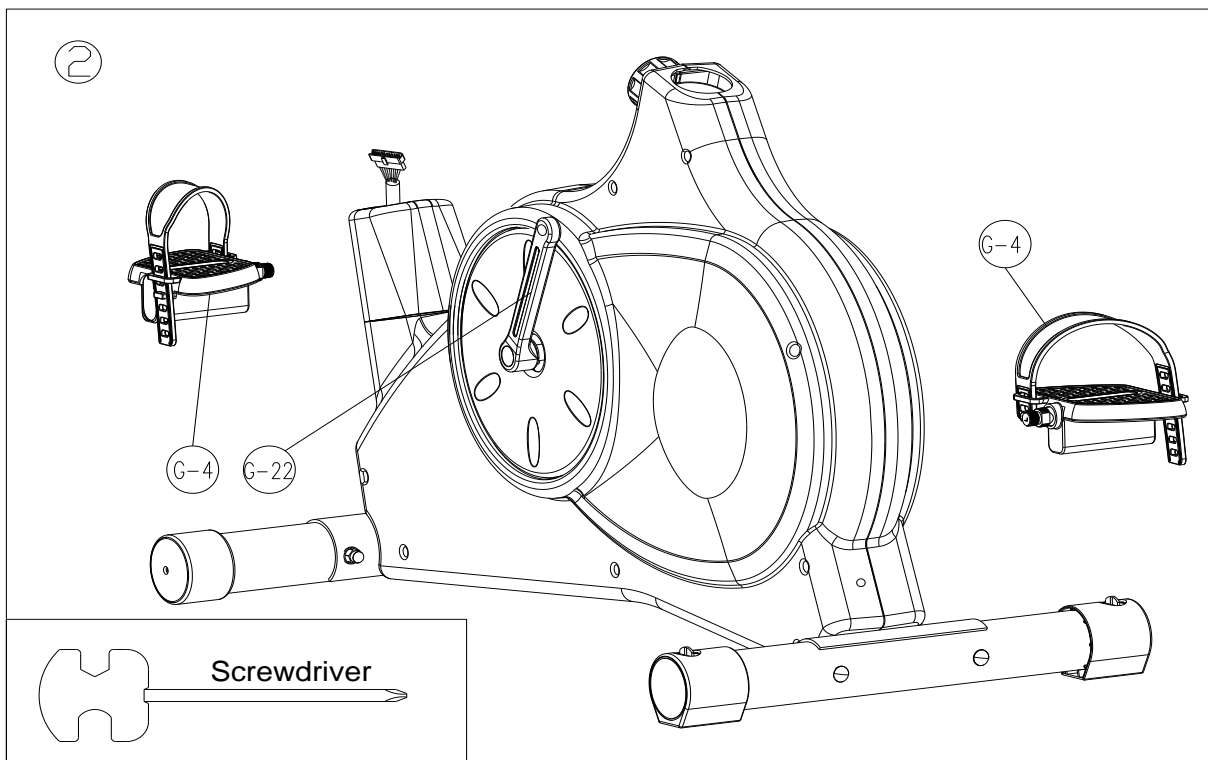


BUILT FOR HEALTH



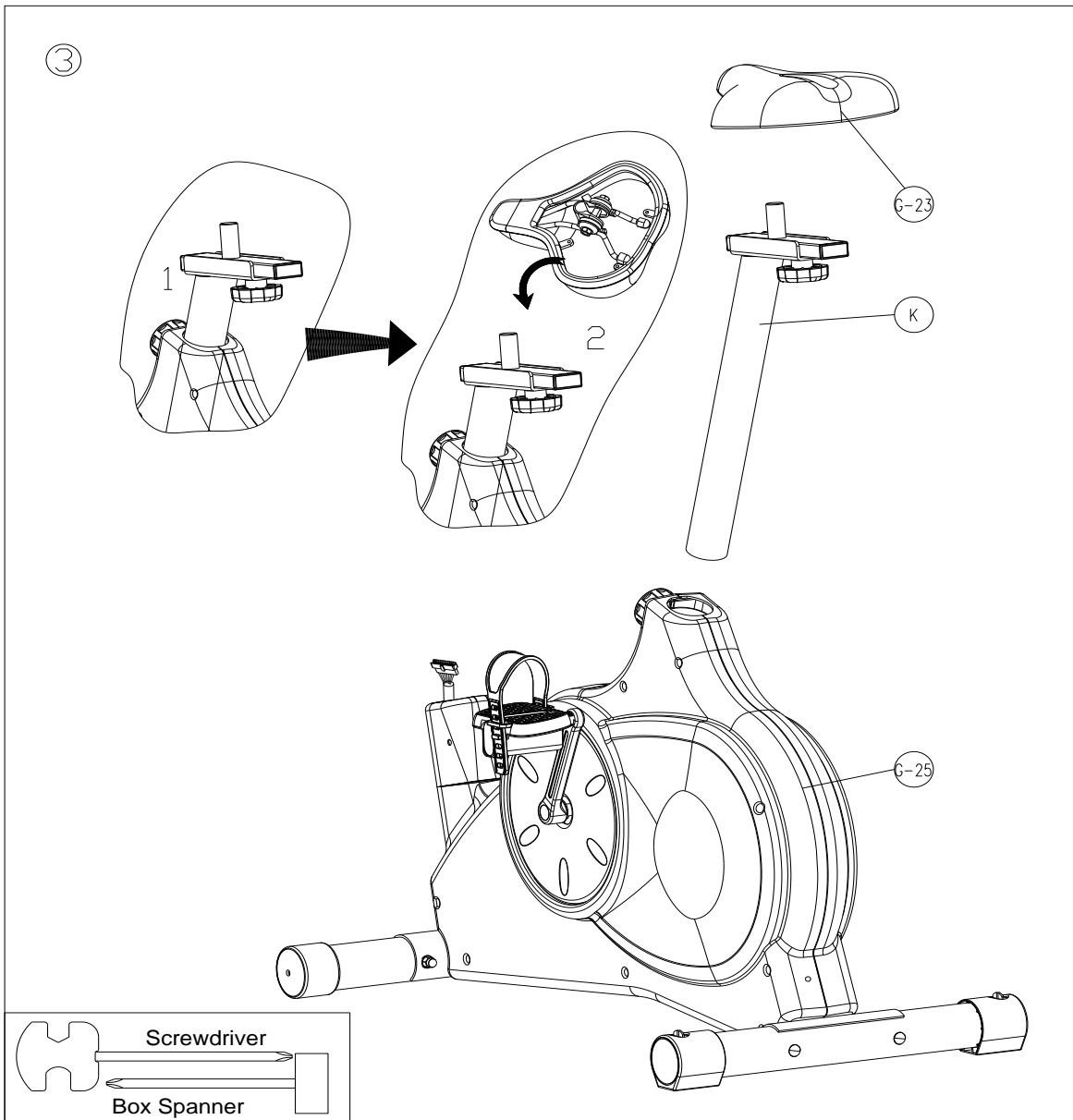
### Steg 1:

- a. Monter fremre og bakre stabilisator ( J-3 & I-3 ) til hovedrammen ved hjelp av fire låsebolter (N-3), fire halvsirkelformede skiver (N-4) og fire muttere (N-5).



### Steg 2

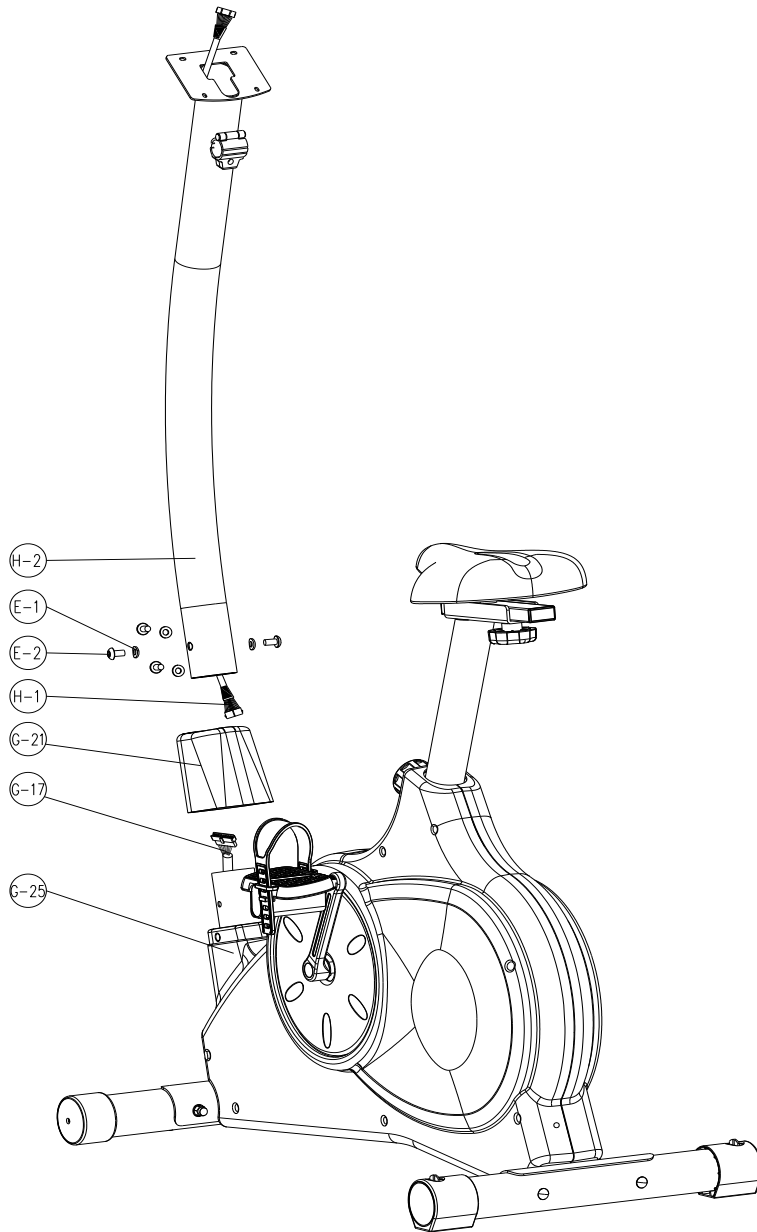
- a. Fest venstre og høyre pedal (G-4 L&R) stramt til venstre og høyre krankarm (G-2 og G-22).



### Steg 3

- Monter setet (G-23) til setestammen (K), og plassér denne inn i hovedrammen (G-25).
- Stram setestammen (K) med en justeringsskrue (G-16).

④



E-1 Ø8\*2T



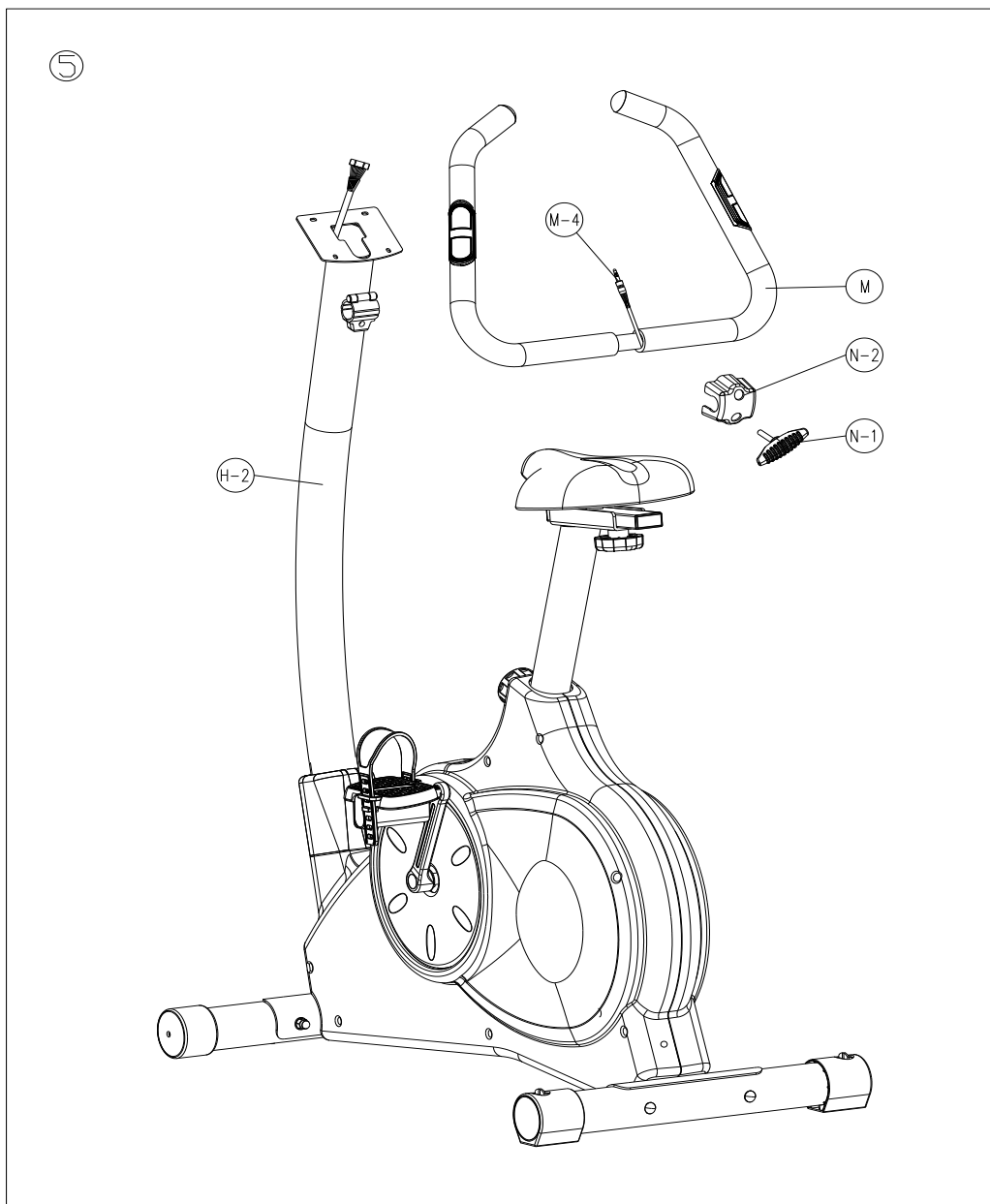
E-2 M8\*16L



N-7 Allen Key

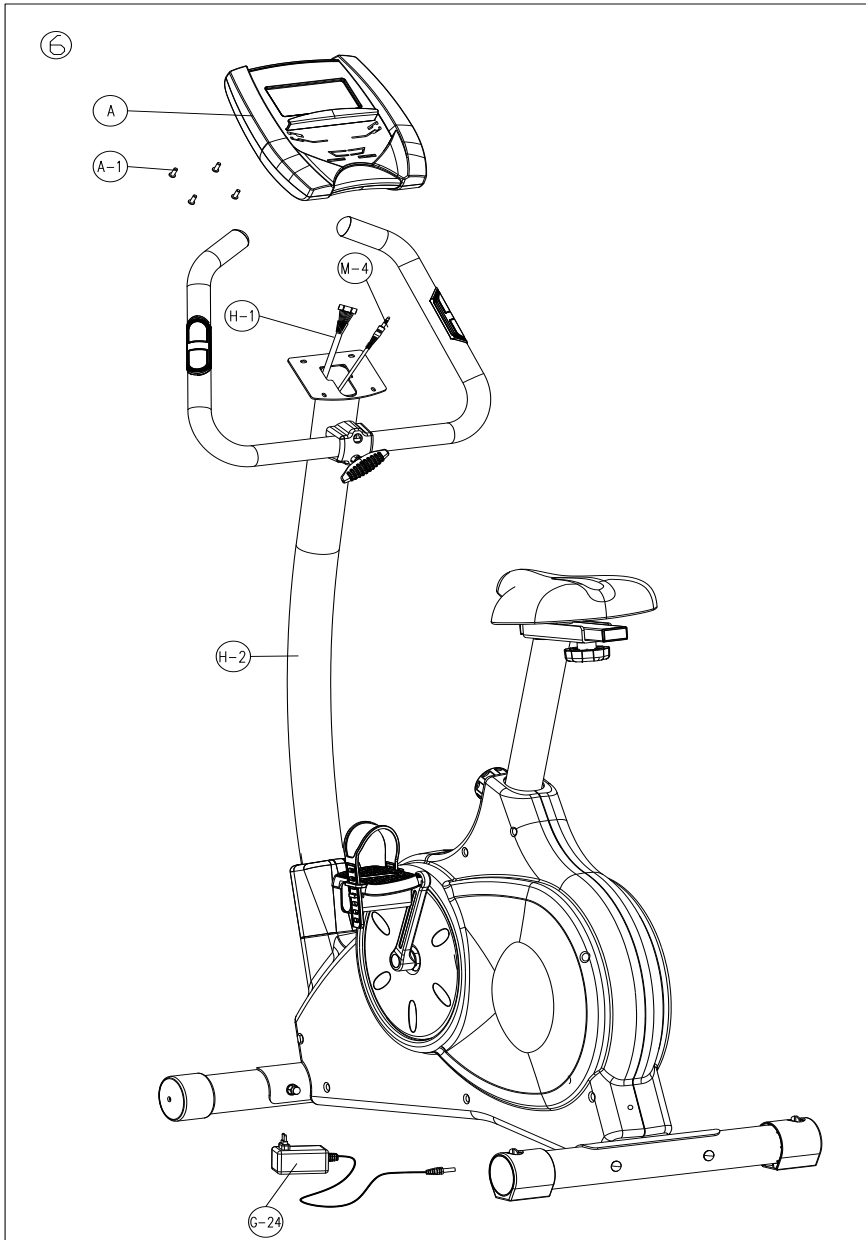
### Steg 4

- a. Skru først opp den forhåndsmonterte skruen og skiven på styrestammen (H-2), og før styrestammen gjennom styrestammedekslet (G-21). Dra så de to ledningene (H-1 og G-17) ut av hovedrammen, og koble dem til den øvre ledningen.
- b. Plassér styrestammen inn i hovedrammen og fest med skruer (E-1) og skiver (E-2).



## Steg 5

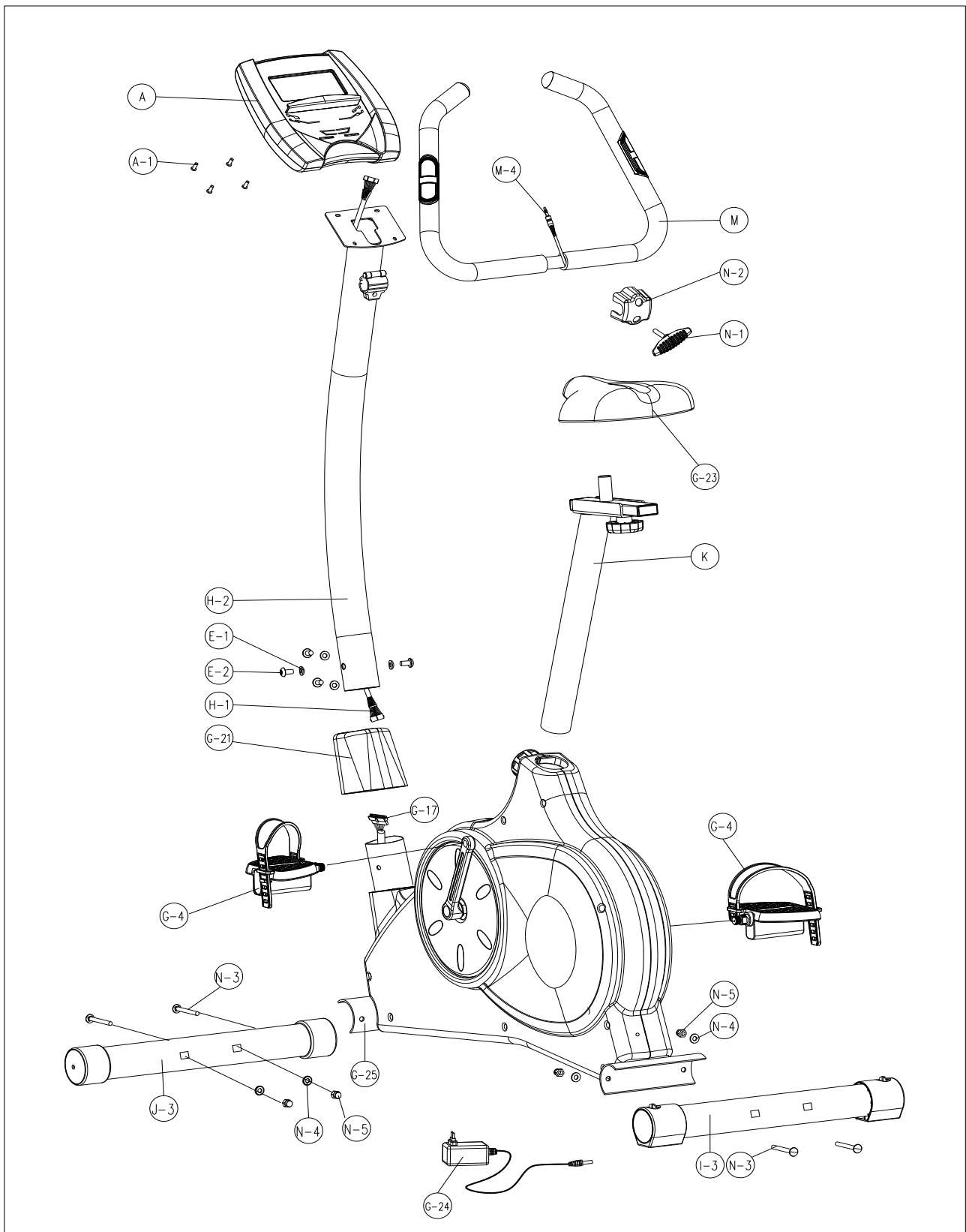
- Montér håndtaket (M) til klemmen på styrestammen (H-2), og før dekselet på styrestammen (N-2).
- Juster håndtaket til ønsket vinkel og stram T-skruen (N-1).



## Steg 6

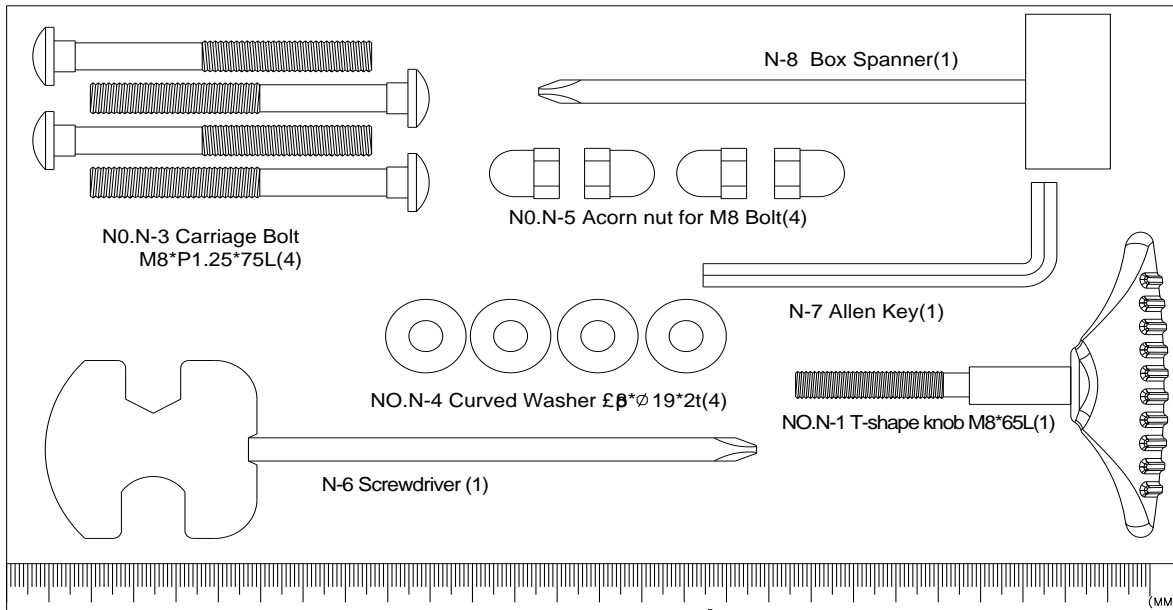
- Før håndpulsledningen (M-4) gjennom hullet. Koble computerledningene (H-1) og håndpulsledningene (M-4).
- Skru først opp de forhåndsmonterte skruene (A-1) på den justerbare computerbraketten. Montér så computeren (A) til computerbraketten. Koble de to ledningene til computeren, og fest den så til braketten med skruer (A-1).

# FERDIG MONTERT



# Smådelar og verktøy

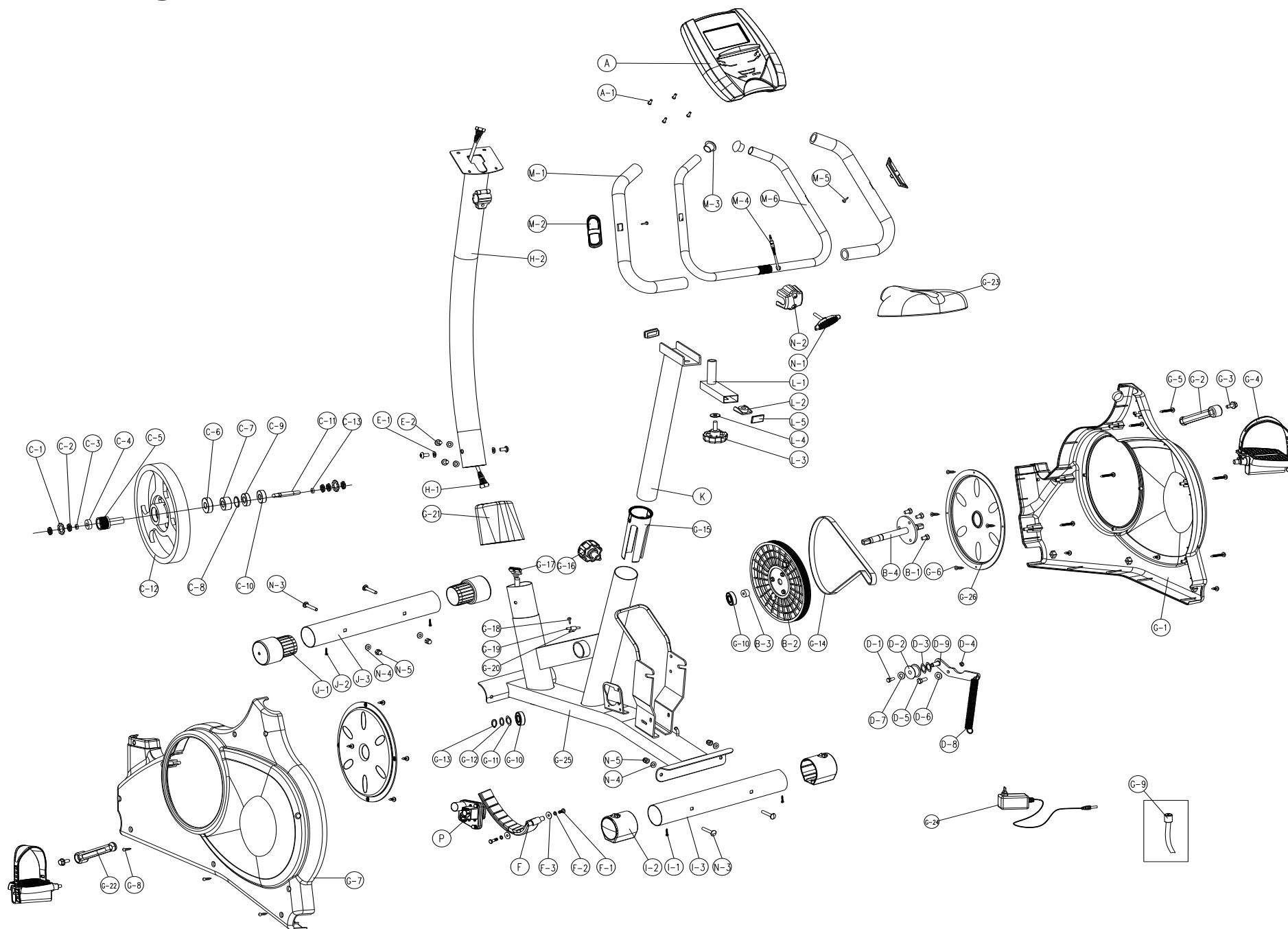
## GF2200



	1
	1/1
	1/1
	1
	1/1
	1/1
	1/1
	1/1



# Oversiktsdiagram



## Deleliste

Nr.	Beskrivelse	Ant	
A	Computer	1	Stk
A-1	Skrue	4	STK
B	AkselSett	1	SETT
B-1	Skrue	3	STK
B-2	Drivreim	1	STK
B-3	Foring	1	STK
B-4	Aksel	1	STK
C	SvinghjulSett	1	SETT
C-1	Stjerneskiye	2	STK
C-2	Skrue/mutter	5	STK
C-3	Foring	1	STK
C-4	Lager	1	STK
C-5	Reimskive	1	STK
C-6	Lager	1	STK
C-7	Enveislager	1	STK
C-8	Flat skive	1	STK
C-9	Lager	1	STK
C-10	Lager	1	STK
C-11	Svinghjulaksel	1	STK
C-12	Svinghjul	1	STK
C-13	Foring	1	STK
D	BeltestrammerSett	1	SETT
D-1	Skrue	1	STK
D-2	Reimskivehjul inkl to lager	1	STK
D-3	Kurvet skive	2	STK
D-4	Nylonmutter	1	STK
D-5	Skrue	1	STK
D-6	Flat skive	1	STK
D-7	Flat skive	1	STK
D-8	Fjær	1	STK
D-9	Beltestrammer	1	STK
E	SkrueSett, håndtak	1	SETT

E-1	Halvsirkelformet skive	4	STK
E-2	Skrue	4	STK
F	Magnetisk bremseSett	1	SETT
F-1	Skrue	2	STK
F-2	Fjærskive	2	STK
F-3	Flat skive	2	STK
G-1	Høyre sidedeksel	1	STK
G-2	Høyre krank	1	STK
G-3	Nylonskrue	2	STK
G-4	Pedalpar	1	SETT
G-5	Skrue	6	STK
G-6	Skrue	8	STK
G-7	Venstre sidedeksel	1	STK
G-8	Skrue	6	STK
G-9	DC-ledning	1	STK
G-10	Lager	2	STK
G-11	Kurvet skive	1	STK
G-12	Flat skive	1	STK
G-13	C-klemme	1	STK
G-14	Drivreim	1	STK
G-15	Settestamme	1	STK
G-16	Låseskrue	1	STK
G-17	Nedre ledning	1	STK
G-18	Skrue	1	STK
G-19	Sensorledning	1	STK
G-20	Sensorholder	1	STK
G-21	Deksel, styrestamme	1	STK
G-22	Venstre krank	1	STK
G-23	Sette	1	STK
G-24	Strømbryter	1	STK
G-25	Ramme	1	STK
G-26	Dekorativt deksel	2	STK
H	StyrestammeSett	1	SETT
H-1	Øvre ledning	1	STK

H-2	Styrestamme	1	STK
I	Bakre stabilisatorSett	1	SETT
I-1	Skrue	2	STK
I-2	Endehette	2	STK
I-3	Bakre fot	1	STK
J	Fremre stabilisatorSett	1	SETT
J-1	Transporthjul	2	STK
J-2	Skrue	2	STK
J-3	Fremre fot	1	STK
K	Settestamme	1	SETT
L	SettevognSett	1	SETT
L-1	Settevogn	1	STK
L-2	Fast skrue, Settevogn	1	STK
L-3	Låseskrue, Settevogn	1	STK
L-4	Flat skive	1	STK
L-5	Endhette	2	STK
M	HåndtaksSett	1	SETT
M-1	Skumgrep	2	STK
M-2	Håndpulssensor	2	STK
M-3	Endehette	2	STK
M-4	Ledning, håndpulssensor	1	STK
M-5	Skrue	2	STK
M-6	Håndtak	1	STK
N	Smådeler og verktøy	1	SETT
N-1	T-skrue	1	STK
N-2	Festeklemme, håndtak	1	STK
N-3	Låsebolt	4	STK
N-4	Halvsirkelformet skive	4	STK
N-5	Mutter	4	STK
N-6	Skrutrekker	1	STK
N-7	Unbrakonøkkel	1	STK
N-8	Skiftenøkkel	1	STK
P	GirboksSett	1	STK

# COMPUTER

## Brukerveiledning SM2705

### KNAPPER:

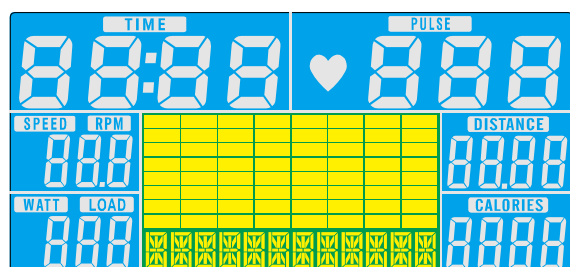
MODE/ENTER	I stoppmodus, trykk denne knappen for å bekrefte valg av alle datainnstillinger, og for å gå inn i programmer.
RESET	I stoppmodus, trykk denne knappen for å gå tilbake til hovedmenyen. Trykk denne knappen to ganger for å nullstille computeren.
START/STOP	Trykk denne knappen for å starte eller stanse.
RECOVERY	Trykk denne knappen for å teste din rekonvalesens.
▲	Trykk denne knappen for å øke verdien på den aktuelle innstillingen.
▼	Trykk denne knappen for å senke verdien på den aktuelle innstillingen.

### TRENINGSSKALAER:

TIME (tid)	Skjermkala 0:00~99:99 ; Innstillingsskala 0:00~99:00
DISTANCE (distanse)	Skjermkala 0.00~99.99 ; Innstillingsskala 0~99.90km
CALORIES (kalorier)	Skjermkala 0~9999 ; Innstillingsskala 0.00~9990
PULSE (puls)	Skjermkala P-30~230 ; Innstillingsskala 0-30~230
WATT	Skjermkala 0~999 ; Innstillingsskala 10~350
SPEED (hastighet)	Viser inneværende hastighet fra 0.0 til 99.9 km eller ml
RPM (rotasjoner pr min)	Skjermkala 0~999

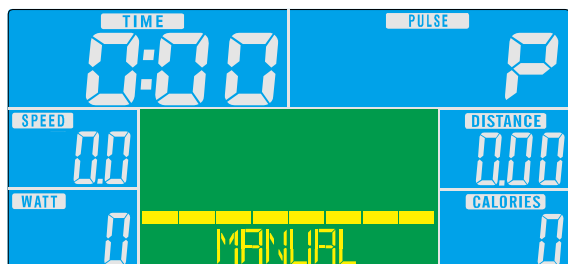
### DRIFT

1. Når du skrur på strømmen, vil apparatet lydindikere i ett sekund. Skjermen vil samtidig aktiveres. Gå deretter til normal treningsmodus for å velge ønsket program.



## Valg av treningsmodus

Det første programmet, MANUAL, vil blinke i hovedmenyen. Trykk ▲ og ▼ for å velge mellom manuell modus (MANUAL), 12 programprofiler, brukerinnstilte programmer (USER PROGRAM), pulsbaserte programmer (HRC) eller WATT-programmer.



## Manuell modus

Manuell modus velges automatisk ved oppstart, og brukeren kan trykke START/STOP for å påbegynne treningen umiddelbart.

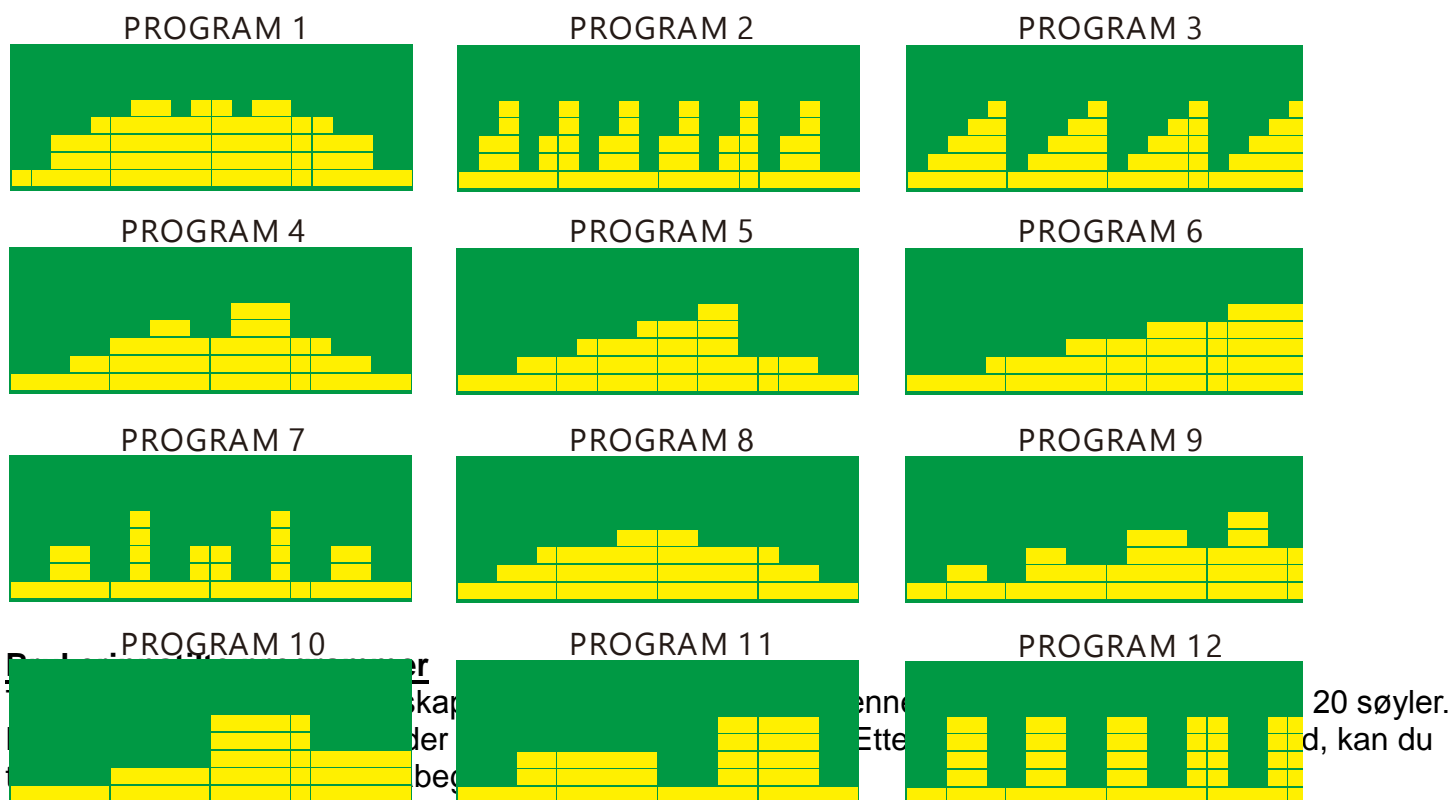
Du kan velge om du ønsker å stille inn målverdier for TIME, DISTANCE, CALORIES eller PULSE. Trykk ENTER for å bekrefte valget ditt, og trykk så START/STOP for å påbegynne økten.

Trykk ▲ og ▼ for å justere treningsnivået.

## Programmer

Trykk ▲ og ▼ for å velge en av de 12 treningsprofilene, og trykk ENTER for å bekrefte. Etter å ha stilt inn målverdi for tid, trykker du START/STOP for å påbegynne treningsøkten.

Trykk ▲ og ▼ for å justere treningsnivået.



## HRC

HRC består av fire programmer: HRC55, HRC75, HRC90 og HRC TAG. Trykk ▲ og ▼ for å velge program, og trykk deretter MODE. Etter å ha stilt inn målverdi for tid, kan du trykke START/STOP for å påbegynne treningsøkta.

Dersom du har valgt HRC TAG, vil en forhåndsinnstilt pulsverdi på 100 blinke på skjermen. Trykk ▲ og ▼ for å stille inn en målverdi fra en skala fra 30 til 230.

- HRC55 (55%): Diettprogram
- HRC75 (75%): Helseprogram
- HRC95 (95%): Sportsprogram
- HRC TAG (målverdi): Brukeren kan selv stille inn ønsket verdi.

### WATT

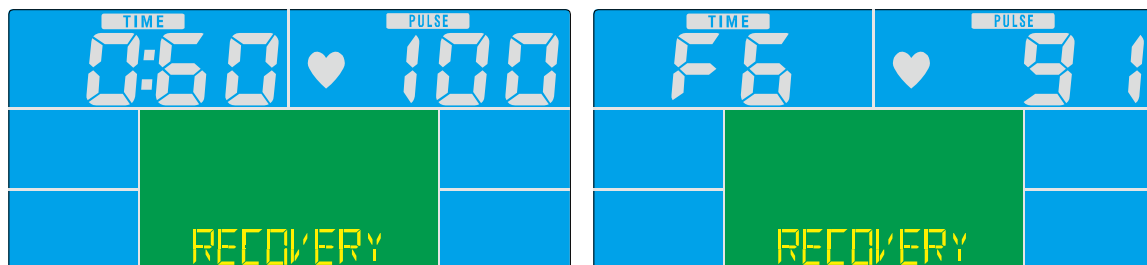
Trykk ▲ og ▼ for å velge en WATT-verdi fra 10 til 350, og trykk deretter MODE. Etter å ha stilt inn målverdi for tid, kan du trykke START/STOP for å påbegynne treningsøkta. Under treningen vil du oppleve at systemet automatisk justerer vanskelighetsnivået basert på din målverdi.

### REKONVALESENS

Etter å ha trent en stund, grip rundt håndpulsensorene og trykk RECOVERY. All treningsinformasjon vil stanse, og TIME vil telle ned fra 60 sekunder. Skjermen vil deretter gi deg en vurdering av din rekonvalesens med en karakter fra F1 til F6, hvor F1 er best. Brukeren kan forbedre denne karakteren ved å trene regelmessig. Trykk RECOVERY på nytt for å gå tilbake til hovedmenyen.

#### KARAKTERER:

$\geq 1.0$	Eksepsjonelt bra
$1.0 < F < 1.9$	Veldig bra
$2.0 < F < 2.9$	Bra
$3.0 < F < 3.9$	Ok
$4.0 < F < 5.9$	Under gjennomsnittet
$\leq 6.0$	Dårlig



## VIKTIG VEDRØRENDE SERVICE

Om det skulle oppstå andre problemer av noe slag, ber vi dere kontakte Mylna servicesenter. Her sitter det konsulenter med spesiell kompetanse til å hjelpe deg med spørsmål rundt produktet, montering eller feil og mangler. Du kan også kikke på hjemmesiden [www.xerfit.no](http://www.xerfit.no). Her vil det ligge mye informasjon rundt produktene.

**VI ØNSKER AT DU SKAL KONTAKTE OSS FØR DU EVENTUELT GÅR TILBAKE TIL BUTIKKEN MED PRODUKTET:**

**Kundeservice: 32 27 27 27**

Når du kontakter oss bør du ha denne brukerveiledningen, samt den originale brukerveiledningen ("USER'S MANUAL")

## BESTILLING AV RESERVEDELER:

Kontakt eller skriv til

Kundeservice: 32 27 27 27

Mail: [service@xerfit.no](mailto:service@xerfit.no)

Når du bestiller reservedeler er det viktig at du tar med følgende informasjon:

- Modellnummeret
- Navnet på produktet.
- Serienummeret på produktet.
- Key nummeret på reservedelene (finnes i Brukerveiledningen).
- Beskrivelse av delen du trenger, se på Exploded Drawing i brukermanualen.