

Használati utasítás

BodyBike terembiciklihez

Második kiadás „Classic”



„BodyBike Classic”

Bevezetés



Bevezetés

A használati utasítás, amely információt nyújt a BodyBike „Classic” terembicikli összeszereléséről és karbantartásáról, a tulajdonosok illetve a bicikli tisztításáért és karbantartásáért felelős személyek számára készült.

A bicikli összeszerelése előtt javasoljuk a használati utasításhoz mellékelt CD megtekintését. A használati utasítást használja referenciaként a tényleges összeszerelés során.

A B fejezet utasításokat tartalmaz a bicikli összeszereléséhez, míg a C fejezet a folyamatos karbantartásról szól.

Idővel, a használat miatt, szükségessé fog válni a megkopott alkatrészek cseréje, amiket a helyi BodyBike viszonteladójától vásárolhat meg. A D fejezet illusztrációkat tartalmaz a különféle alkatrészekről. A helyes megrendelendő mennyiséget is megtalálja az alkatrész leírásával és rendelési számával (P/N) együtt.

Javasoljuk, hogy az olajat, kenőanyagot és egyéb a karbantartáshoz szükséges anyagokat is a helyi BodyBike viszonteladójától rendelje meg.

Karbantartási CD



Tartalomjegyzék

Fejezet

A:	Általános információk	1
B:	Összeszerelés	8
C:	Karbantartás	12
D:	Alkatrészek	19
E:	Hibaelhárítás	28



Információk

BodyBike terembiciklihez



Bicikli számok:

(xxxx xxx xxx)

(xxxx xxx xxx)

Kiszállítás dátuma: _____

Összeszerelte: _____

Specifikációk

BodyBike terembiciklihez



Gyártó:	BodyBike International Nordre Kaj 31 DK-9900 Frederikshavn Denmark
Termék leírása:	Terembicikli
Típus:	Model C
Név:	BodyBike Classic
Hossz, szélesség, magasság:	
Csomagolt méret:	105 cm, 60 cm, 100 cm
Szállítási méret:	120 cm, 80 cm, 120 cm
Súly:	
Összeszerelve:	65 kg
Csomagolva (5 bicikli)	350 kg
Birtokolt szabadalom:	Meghajtás

Jótállás

BodyBike terembiciklihez



Kétéves jótállás

A Dániában gyártott BodyBike terembiciklihez:

A lendkerék és a csiga kétéves jótállással rendelkeznek gyártási hibák ellen, nem számítva a rendeltetésszerű használatból eredő kopást és elhasználódást.

A hajtórendszer és a pedálkarok három éves jótállással rendelkeznek.

A váz 5 éves jótállással rendelkezik törés ellen.

Alkatrészek, amelyek a rendeltetésszerű használat során is elhasználódnak, mint a poly-v ékszíj, a fékpofa, a kormány gumi fogórészei, a nyereg és a pedálok, stb. nem rendelkeznek jótállással.

A világon létező számos egyedi preferenciák miatt, jelenleg nem nyújtunk jótállást a pedálokra.

Szükséges szerszámok



Szükséges szerszámok:

- 17, 13, 10 és 8 mm-es kulcsok
- egy 15 mm-es pedálkulcs
- egy teljes imbuszkulcs készlet
- egy flakon BodyBike kenőolaj
- egy drótkefe
- egy csavarhúzókészlet
- egy doboz zsír
- 2-3 db rongy



Összeszerelés

BodyBike terembicikli



	Oldalszám
Kormány	9
Lábak	9
Nyereg	10
Pedálok	11

A BodyBike terembicikli teljes összeszereléséhez a következő részeket kell felszerelnie:

- kormány;
- lábak;
- nyereg;
- pedálok.





Kormány

Helyezze a kormányt a kormánytartóoszlop tetejére.



Vegye elő az egyik beállító fogantyút, és csavarja be a foglalatba alulról az óra járásával megegyező irányba.



A kormány most már teljesen fel van szerelve.

Lábak

Kezdje a hátsó láb felszerelésével.

Könnyebb a lábakat felszerelni, ha a biciklit a képen látható pozícióba helyezi.



A csavarok behelyezésekor győződjön meg arról, hogy a fehér műanyag alátét a váz részét képező keret tetejére kerül.



És hogy a fém alátét a lábak alsó részére kerül.





Kezével húzza meg a csavarokat.



Ahogy az ábra jelzi, húzza meg a csavarokat egy 13 mm-es és egy 6 mm-es imbuszkulccsal.

Ne húzza túl a csavarokat. Manuálisan kilazíthatónak kell lenniük.



Az első láb felszerelésekor győződjön meg arról, hogy a szállítókerekek a biciklitől kifelé néznek. Az első lábat ugyanúgy kell felszerelni, mint a hátsót.

A két láb felszerelése után, helyezze vissza a biciklit a normál pozíciójába.

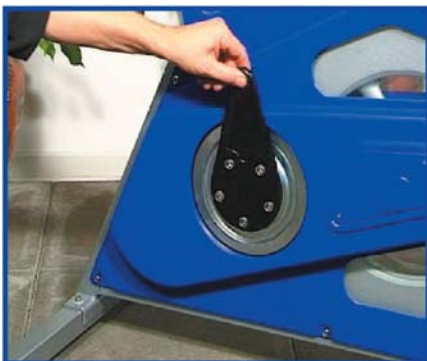
Nyereg

Helyezze be a nyeret a nyeregtartóoszlopon lévő sínbe. Rögzítse a nyeret a maradék beállító fogantyúval.



Járjon el ugyanúgy, mint a kormány rögzítésénél.





Pedálok

Helyezze fel a jobb oldali pedált úgy, hogy a foglalat felfelé álljon.



A fék ellenállását tekerje maximumra.



Győződjön meg arról, hogy a pedált nem lehet tekerni.

Most felszerelheti az első pedált.

Figyelem: nagyon fontos, hogy a feltekerést csak kézzel kezdje, mert a szerszámmal nem megfelelő szögben rögzítődik a pedál.



Miután meggyőződött, hogy a menetek helyesen állnak, a 15 mm-es pedálkulccsal húzza meg a pedált teljesen.



Karbantartás

BodyBike terembicikli



Oldalszám

Tisztítás (minden használatkor)	12
Olajozás (szükség esetén)	13
Tartóoszlopok tisztítása (kéthetente)	13
Oldalsó burkolat le- és felszerelése	13
Beállító fogantyúk (három havonta)	14
Poly-V ékszíj	15
Fékpofák cseréje	17

Tisztítás

Minden edzés után tisztára kell törölni a biciklit egy törlőpapírral vagy ronggyal. Ha a bicikli izzadtságos vagy piszkos, használjon vizet és egy kevés szappant.

„Minden használatkor.”





Fék megolajozása

A bicikli olajozására van szükség, ha zajos vagy a fék túl erősen fog.

A bicikli jobb oldaláról vegye le az olajozó kupakot.

„Szükség esetén.”



Nyomja az olajt a lendkerék tetejére, miközben a másik kezével a pedálokat az óra járásával ellentétes irányba tekeri. A tökéletesebb és könnyebb olajozásért tegyen egy kis olajat a jobb mutatóujjára és kenje a lendkerékre miközben lassan tekeri azt. Ismételje meg kétszer-háromszor.

Bal kezével nyomja le a féket, hogy a fékpofa és a lendkerék összeérjen. Lassan tekerje a pedálokat az óra járásával ellentétes irányba, hogy az olaj egyenletesen kenődjön szét.

Csak az eredeti BodyBike olaj használatát javasoljuk.



Tartóoszlopok

Húzza ki a nyereg tartóoszlopot és a kormánytartóoszlopot és törölje őket tisztára. Használjon egy kissé olajos rongyot, mert az megvédi a rozsdamentes részeket a sótól és izzadságtól.

„Kéthetente.”

A kormánytartóoszlop holtjátékát a kulacstartó alatt lévő csavarokkal állíthatja be. Nagyon finoman kell elvégeznie ezt a beállítást.

Győződjön meg, hogy a kormánytartóoszlop továbbra is tud le és fel mozogni.



Az oldalsó burkolat leszerelése

A 8 mm-es imbuszkulccsal szerelje le a bal pedált. Lazítsa ki és vegyen ki minden csavart. Vegye le a kulacstartót.

Vegye le az oldalsó burkolatot.

Az oldalsó burkolat visszaszerelése

Először a sarokban lévő csavarokat csavarja be, mert ez megkönnyíti a burkolat helyreállítását. A 8 mm-es imbuszkulccsal erősítse vissza a pedált. Hogy biztosítsa a pedálkarokat, használjon egy gumi-kalapácsot az imbuszkulcon



Beállító fogantyú

Vegye ki a beállító fogantyút és szerelje szét teljesen.

„Három havonta.”



Minden beállító fogantyú tartalmaz egy csavart, egy rugót, egy külső fogantyút, egy fő csavart és egy réz alátétet.

Szétszerelt állapotban minden egyes alkatrészt alaposan tisztítsa meg egy drótkéfével.



Ha a pizok túl erősen van lerakódva, próbálja meg lekaparni egy éles tárggyal, például egy csavarhúzóval.

Visszaszerelés előtt zsírozza meg a belső részeket. A zsír megvédi az alkatrészeket az izzadságtól, a portól, a piszoktól és a víztől.



Ne felejtse el a fogantyú belsejét is bezsírozni.



A fő csavar behelyezésével az illusztrációnak megfelelően szerelje össze a beállító fogantyút.





Helyezze be a rugót a fogantyú tetejébe és a maradék csavarral erősítse be a helyére.



Annak érdekében, hogy a beállító fogantyút helyesen szerelje össze, húzza meg egy imbuszkulccsal.



Végül zsírozza meg a beállító fogantyút, mert az ellenállóbbá teszi és meghosszabbítja az élettartamát.

Poly-V ékszíj

Egy csavarhúzóval szerelje le mindkét oldalról a burkolatot.



A bicikli mindkét oldalán lazítsa ki a csavarokat.



Az ellencsavaron lazítsa meg az anyacsavart a bicikli mindkét oldalán.





Az ujjával még tovább lazítsa ki az anyacsavarokat mindkét oldalon.



Egy kulccsal húzza meg az ellencsavart. A kulcs a nyílás aljától induljon, és érjen hozzá a nyílás tetejéhez a bal oldalon.



Fordítsa úgy a kulcsot, hogy megérintse a nyílás alját vagy tetejét.

Az ékszíjat kb. 90 kg-ra kell megfeszíteni. Ennek ellenőrzésére javasolunk egy különleges eszközt, amit a helyi BodyBike viszonteladójánál szerezhet be.

Ellenőrizze a feszességet úgy, hogy az egyik pedálra áll és lenyomja.



Végezetül húzza meg az ellencsavarokat újra a bicikli mindkét oldalán.



És húzza meg újra a csavarokat a bicikli mindkét oldalán.

Szerelje vissza a két burkolatot újra.





Fékpofa cseréje

A fékpofa cseréjéhez le kell szerelni a jobb oldali burkolatot.



A 8 mm-es imbuszkulccsal lazítsa ki a két csavart, amik a féket a vázhoz rögzítik, majd szerelje le.



De csak a fékhez közelebb lévő csavart vegye ki.

Amikor kivette a csavart, fordítsa el az egész féket lefelé és a bicikli közepétől elfele.



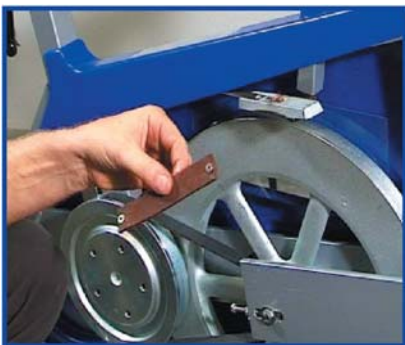
Egy csavarhúzóval távolítható el a fék aljáról a bőr fékpofa.



A kép a megfelelően zsírozott (bal) és az elégtelenül zsírozott (jobb) fékpofák közötti különbséget mutatja.

A zsírozás nagyon fontos a bicikli jó állapotának megőrzése érdekében.





Helyezze a csavarokat az új bőr fékpofába. Javasoljuk a régi csavarok használatát, mert ezek a csavarok csak nagy ritkán sérülnek meg.



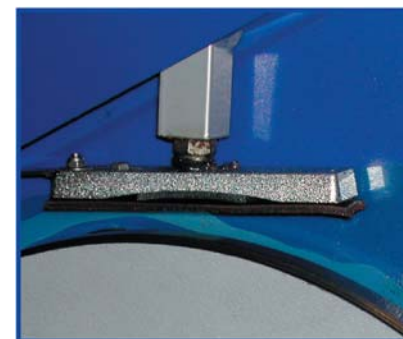
Imbuszkulccsal szerelje fel a bőr fékpofát.



Tolja vissza a féket a helyes pozíciójába.

A burkolat visszaszerelése előtt ellenőrizze a rendszert úgy, hogy egy kis ellenállást helyez a fékekre, és az óra járásával megegyező irányba forgatja a pedált a kezével. Rögzítse a féket a vázhoz a csavar megfelelő pozícióba való visszahelyezésével.

A burkolat visszaszerelése előtt tisztítsa meg és zsírozza be teljesen a lendkereket.



Nyomja az olajat a lendkerék tetejére miközben tekeri a pedált.

Kézzel nyomja le a féket és tekerje a pedált az óra járásával ellentétes irányba.



lubricate the newly installed brake pad as shown.

Kormány



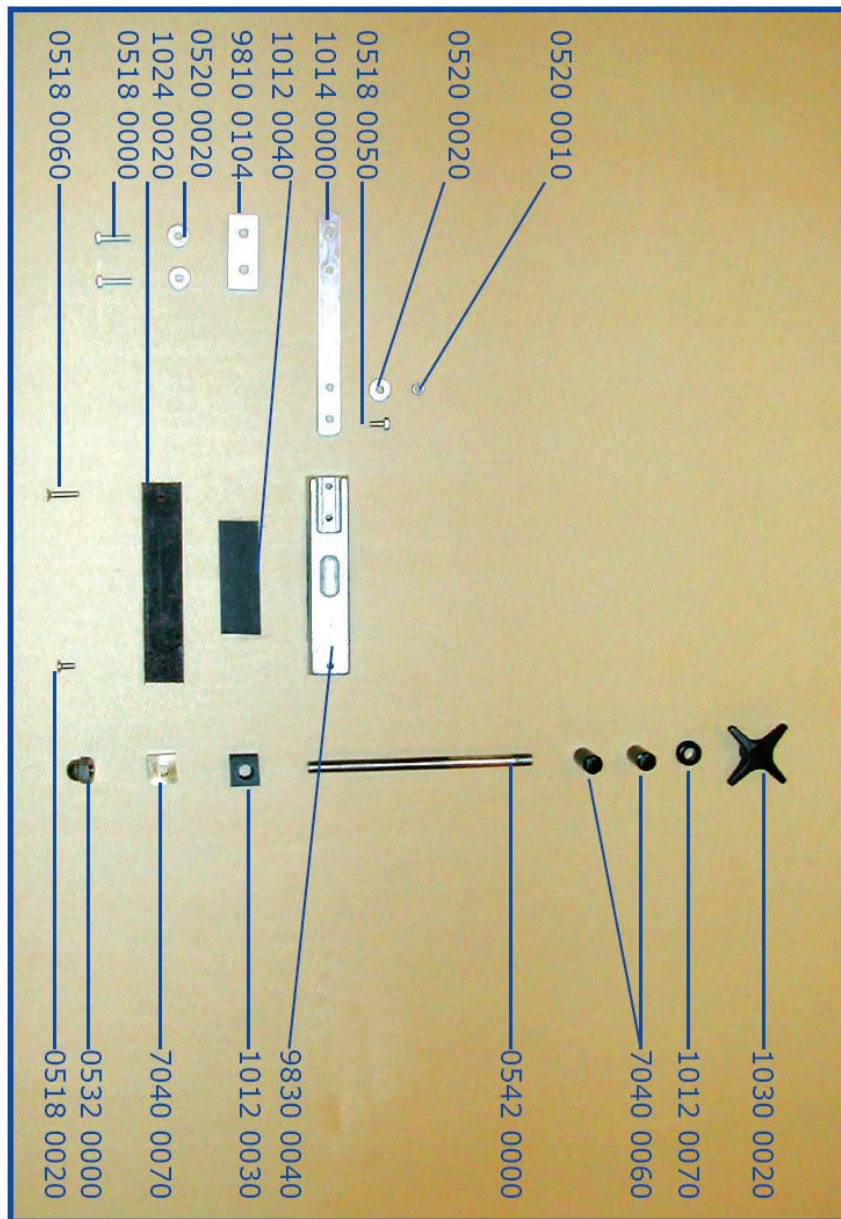
P/N	Név	Egységek
1054 0040	Végelzáró	2 szett
1012 0000	Kormány gumik	2
1054 0030	Kormányrúd végek	1 szett
9840 0020	Kormány	1
0542 0020	Beállító csavar	1
7040 0010	Réz alátét	1
1030 0010	Beállító fogantyú	1
9860 0060	Teljes kormány szett	

Nyereg



P/N	Név	Egységek
1054 0050	Nyereg	1
7034 0030	Perem csukló, négyzetes	1
7040 0010	Réz alátét	1
1040 0010	Beállító fogantyú	1
7034 0020	Perem csukló, kerek	1

Fék

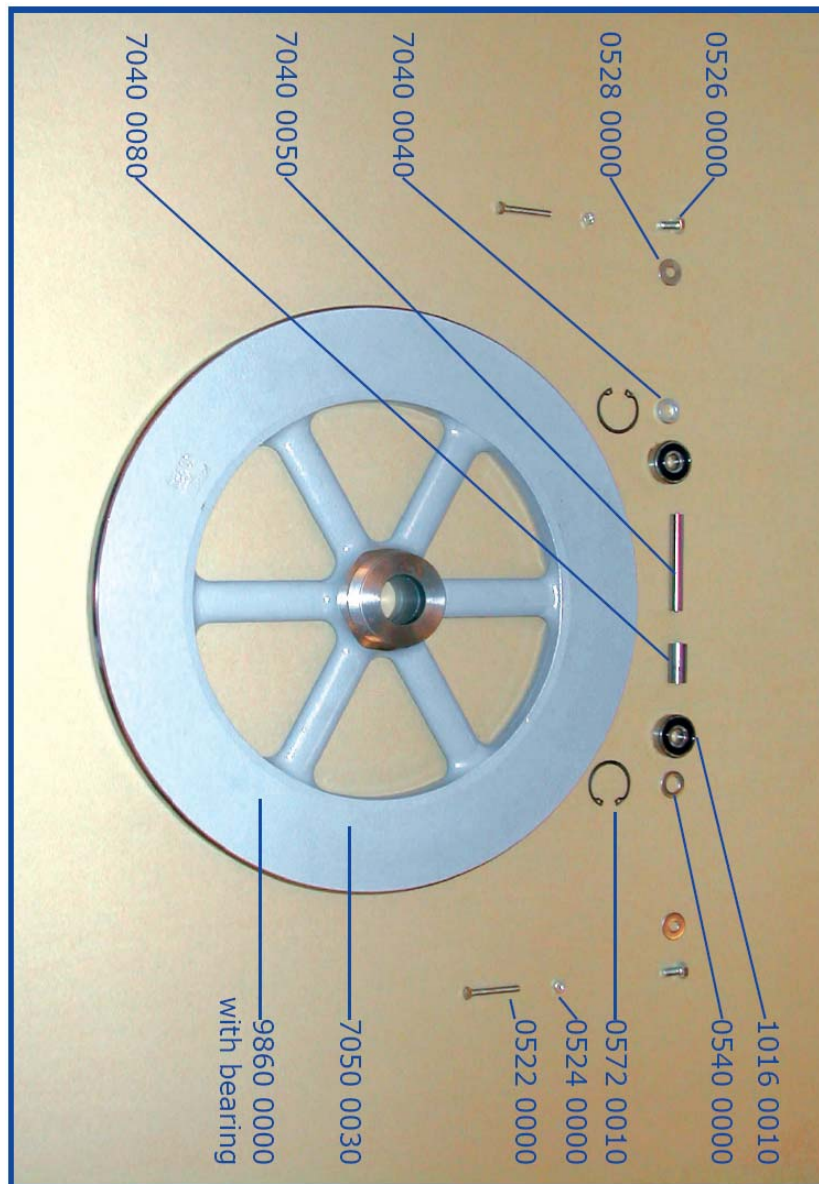


P/N	Név	Egységek
0520 0010	Záró anyacsavar	1
0520 0020	Alátét	1
0518 0050	Csavar	1
1014 0000	Rugó	1
1012 0040	Membrán	1
9810 0104	Elválasztó	1
0520 0020	Alátét	2
1024 0020	Fékpofa	1
0518 0000	Csavarok	2
0518 0060	Csavar	1
1030 0020	Fogantyú	1
1012 0070	Gumi alátét	1
7040 0060	Csapágyperselyek	2
0542 0000	Beállító csavar	1
9830 0040	Fékszár	1
1012 0030	Gumi blokk	1
7040 0070	Réz alátét	1
0532 0000	Felső anyacsavar	1
9860 0130	Teljes féktuskó	



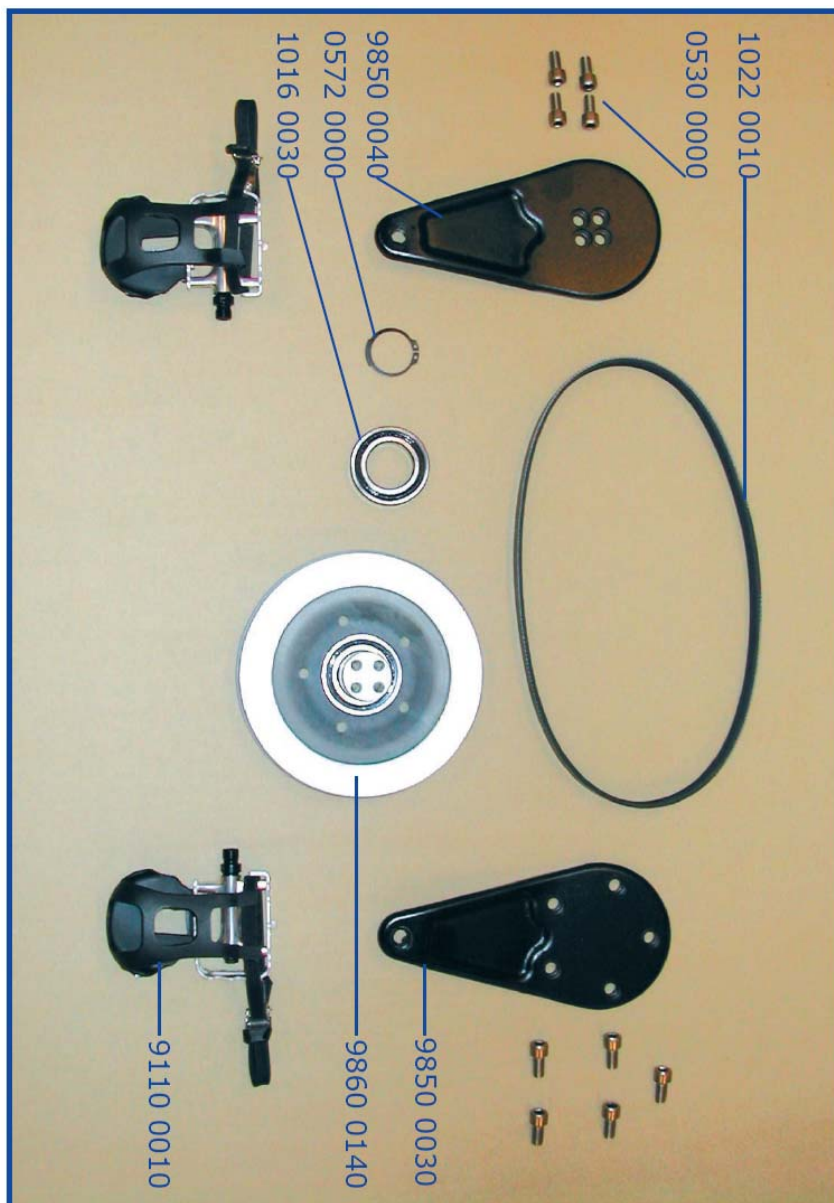
P/N	Név	Egységek
0526 0010	Csavarok	2
1026 0000	Kerekek	2
9850 0010	Alsó keret, első	1
9850 0020	Alsó keret, hátsó	1
1012 0050	Gumi lábak	2
0528 0010	Záró anyacsavarok	2
0524 0010	Záró anyacsavarok	2
0522 0010	Csavarok	2
0528 0020	Rost alátét	2
1010 0010	Végelzáró	2
0528 0000	Alátétek	2
9860 0010	Teljes első láb	
9860 0020	Teljes hátsó láb	

Lendkerék



P/N	Név	Egységek
0526 0000	Csavarok	2
0528 0000	Alátétek	2
7040 0040	Alátét	1
7040 0080	Elválasztó	1
7040 0050	Tengely	1
0516 0010	Golyós csapágyak	2
0540 0000	Alátétek	2
0572 0010	Seeger gyűrű	2
0524 0000	Anyacsavarok	2
0522 0000	Csavarok	2
7050 0030	Lendkerék	1
9860 0000	Lendkerék csapággal	1

Pedál



P/N	Név	Egységek
1022 0010	Poly-V ékszíj	1
0530 0000	Csavarok	9
9850 0040	Pedálkar, bal	1
0572 0000	Seeger gyűrű	1
1016 0030	Golyóscsapágy	1
9850 0030	Pedálkar, jobb	1
9860 0140	Hajtótárcsa csapággal	1
9110 0010	Pedálok	1 szett

[illegible]25

Kezdőcsomag



P/N	Név	Egységek
9230 0010	Kezdőcsomag	1
	Tartalma:	6 mm-es imbuszkulcs 13 mm-es csillag-villáskulcs 15 mm-es extra hosszú pedál villáskulcs

Szerszámkészlet



P/N	Név	Egységek
9230 0000	Szerszámkészlet	1
	Tartalma:	2 különböző csavarhúzó Teljes imbuszkulcskészlet 8, 10, 13, 17 mm-es csillag villáskulcs 15 mm-es pedál villáskulcs 1 drótkefe Kenőolaj és ecset WD40 spray Különleges savmentes olaj Antisztatikus szappan
		Együtt egy praktikus dobozban.

Hibaelhárítás

BodyBike terembicikli



Megfelelő olajozottság?

A bicikli akkor van megfelelően megolajozva, ha a lendkerék külső peremén egy vékony réteg olaj van.

Mikor kell olajozni?

- A bicikli zajt ad ki.
- Nehéz a terhelést beállítani.
- A fék megcsúszik, amikor nagy terhelés van a féken.

Hogyan kell olajozni?

Tegyen egy kis olajat a jobb mutatóujjára és kenje a lendkerékre, miközben a másik kezével a pedálokat lassan tekeri.

Ismételje meg kétszer-háromszor.

Bal kezével nyomja le a féket, hogy a fékpófa és a lendkerék összeérjen. Lassan tekerje a pedálokat az óra járásával ellentétes irányba, hogy az olaj egyenletesen kenődjön szét.

Hogyan őrizhető meg a bicikli jó állapota?

Javasolt kitenni egy táblázatot a biciklik közelébe, ami tartalmazza a biciklik számát és kis szabad helyet feljegyzések számára. Ide írhatják fel a biciklivel kapcsolatos észrevételeiket és hibákat a felhasználók.