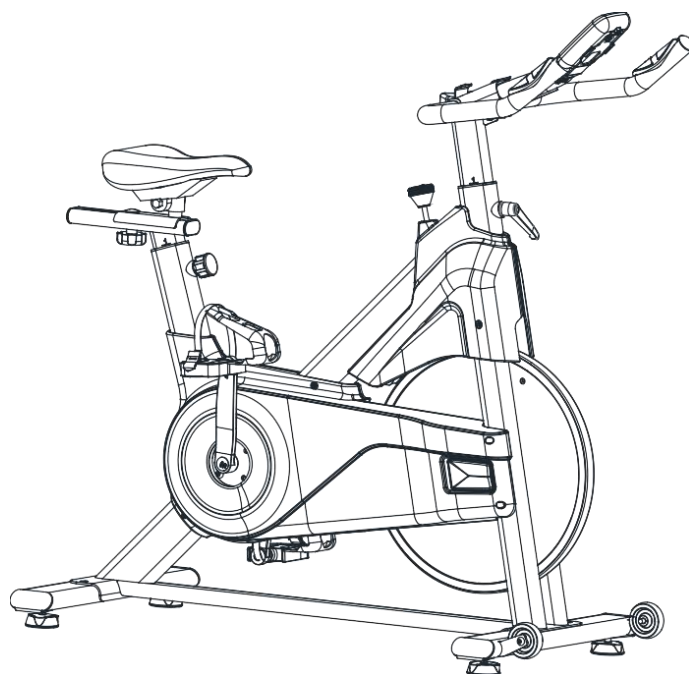




FITWAY

**GUIDE D'UTILISATION DU
MODÈLE FW-500IC**



Instructions d'appariement de la console

Même si votre nouveau vélo 500ic de Fitway vous sera probablement offert avec la console sans fil appariée, il se peut que ce ne soit pas le cas. Vous devrez ainsi procéder à l'appariement une fois le vélo assemble. Veuillez suivre les étapes ci-dessous pour finaliser le processus d'appariement :

- 1) Retirez le couvercle du compartiment à pile situé au dos de la console.
- 2) Commencez à pédaler afin d'engager le capteur.
- 3) Tout en pedalant, demandez à quelqu'un de retirer l'une des piles du compartiment pendant 10 à 20 secondes, puis de la remettre en place. Il est important de continuer à pédaler tout au long de cette opération.
- 4) Refermez le couvercle du compartiment à piles.

Votre console devrait maintenant être appariée. Si la console n'offre toujours pas une lecture appropriée des données, répétez l'étape précédente. Si les problèmes de connexion persistent, communiquez avec nous en utilisant le formulaire de demande à l'adresse suivante : <https://fitwavequip.ca/pages/warranty>

DIRECTIVES DE SÉCURITÉ

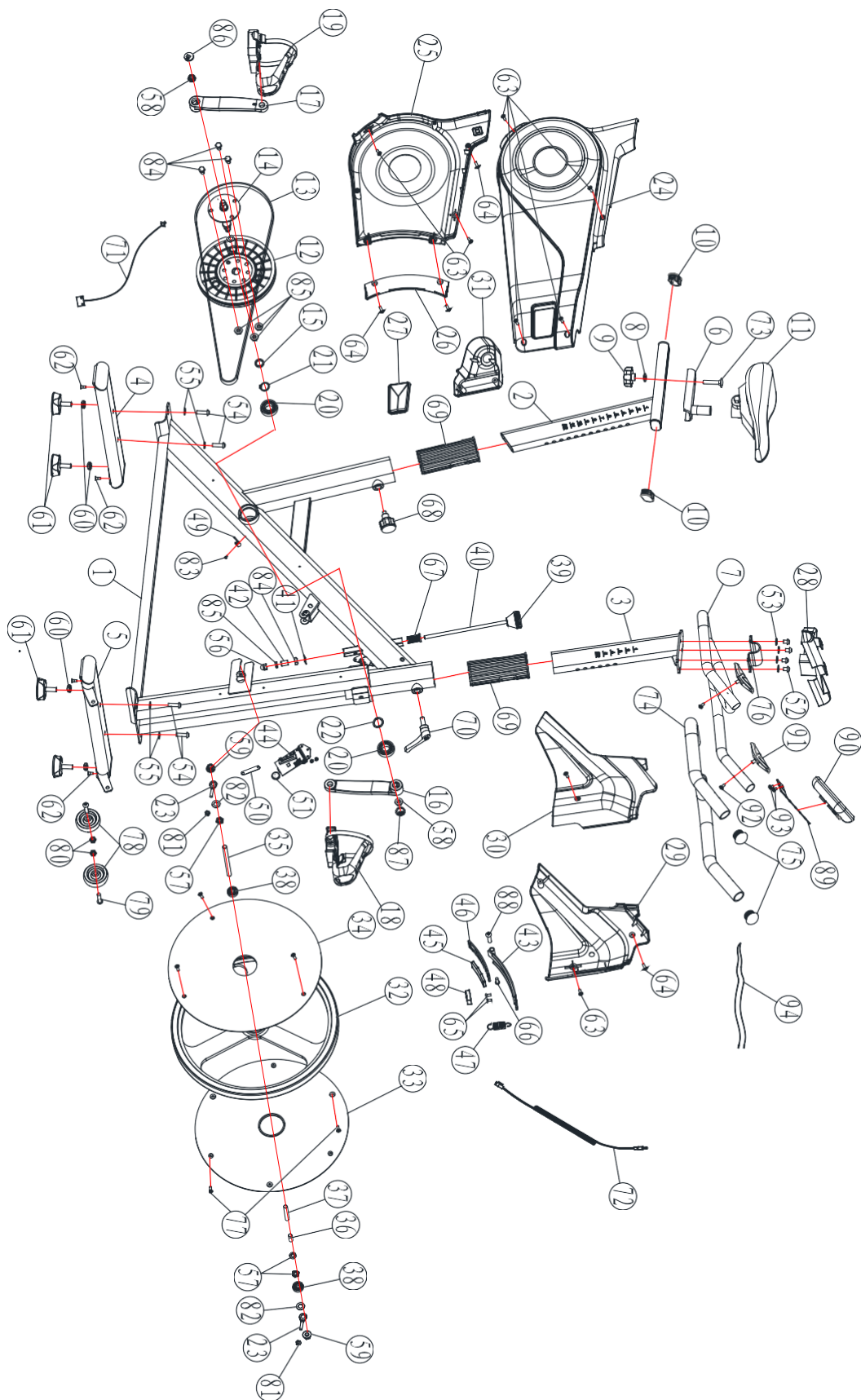
Un entretien régulier de votre vélo stationnaire est nécessaire afin de préserver une bonne condition d'utilisation. Sans un entretien préventif, l'usure normale de votre vélo pourrait engendrer certains problèmes comme un désalignement ou la nécessité d'un remplacement hâtif d'une ou de plusieurs composantes.

1. Après l'avoir assemblé, vérifiez que toutes les composantes de quincaillerie (boulons, écrous et rondelles) sont bien placées et suffisamment serrées.
2. Assurez-vous de porter des chaussures appropriées pour l'entraînement et d'avoir correctement réglé le pédalier et les sangles. Si vous utilisez des chaussures de vélo, assurez-vous que la boucle est complètement insérée. Ne retirez pas votre pied du pédalier lorsque le volant d'inertie est en mouvement et ne descendez pas du vélo tant que le volant d'inertie, les pédales et les manivelles ne se sont pas immobilisés.
3. Nous recommandons la lubrification mensuelle des composantes mobiles à l'aide d'un lubrifiant au silicone.
4. Le réceptacle à bouteille d'eau peut être facilement endommagé si une trop grosse bouteille y est insérée. La vérification et le serrage des vis aideront à prévenir les bris, mais veillez tout de même à ne jamais forcer l'insertion d'une bouteille dans le réceptacle, sans quoi vous pourriez le briser.
5. Nettoyez votre vélo après chaque utilisation. Optez pour un nettoyant légèrement alcalin ou neutre. N'utilisez jamais de nettoyant à base d'huile pour nettoyer le vélo. Cela pourrait causer des dommages superficiels à l'appareil.
6. Gardez le vélo hors de la portée des enfants. Le vélo a été conçu pour les adultes et son utilisation ne convient donc pas aux enfants.
7. En cas de douleurs à la poitrine, d'un rythme cardiaque irrégulier, d'essoufflement, d'étourdissement ou de tout autre type de malaise en cours d'utilisation, **CESSEZ IMMÉDIATEMENT L'ACTIVITÉ** et consultez un professionnel de la santé.
8. N'insérez pas de doigt ou d'objet à l'intérieur des composantes mobiles du vélo d'intérieur. Évitez le port de vêtements amples pendant l'utilisation du vélo ou de tout autre équipement de conditionnement physique.
9. Avant de commencer votre programme d'exercice, consultez votre médecin. Ce dernier vous aidera à

déterminer la fréquence, la durée et l'intensité d'entraînement appropriée à votre condition et à votre âge.

10. Après votre entraînement, tournez le bouton de réglage dans le sens horaire (+) afin d'augmenter la tension dans le pédalier. Vous vous assurerez ainsi que ce dernier ne blesse pas quelqu'un en tournant librement.
11. Le vélo d'intérieur a passé les tests standards EN 957-1:2005 ET EN 957-10:2005 et est donc jugé approprié à un usage domestique. Le poids maximal de l'utilisateur ne devrait pas dépasser 120 kg.

VUE ÉCLATÉE



LISTE DES PIÈCES

No	NOM DE LA PIÈCE	Spécifications	QTÉ
1	Armature principale		1
2	Tige de selle		1
3	Tige du guidon		1
4	Tube du pied arrière		1
5	Tube du pied avant		1
6	Curseur du siège		1
7	Guidon		1
8	Rondelle	Ø30*Ø10.5*4T	1
9	Bouton de réglage horizontal du siège	M10*Ø52	1
10	Bouchon de la tige de selle	Correspond au tube ovale plat 25*50*1.5T	2
11	Siège		1
12	Roue de courroie PJ	Ø200×20(avec aimant)	1
13	Courroie PJ	6PJ 50,5 pouces	1
14	Axe	Ø20*144L	1
15	Anneau d'écartement	Ø24*Ø20.4*5T	1
16	Manivelle gauche		1
17	Manivelle droite		1
18	Pédale gauche		1
19	Pédale droite		1
20	Palier	6004 (Coque en plastique noire)	2
21	Ressort en C	Ø20.	1
22	Entretoise	ExterneØ27*InterneØ20.5*0,3T	1

23	Vis	M6*40L	2
24	Revêtement de chaîne A		1
25	Revêtement de chaîne B		1
26	Presse-étoupe du revêtement de chaîne B		1
27	Revêtement décoratif		1
28	Porte-téléphone		1
29	Revêtement gauche contre la transpiration		1
30	Revêtement droit contre la transpiration		1
31	Revêtement de la petite chaîne		1
32	Volant d'inertie	Ø420 × 1TO × 6,5 kg	1
33	Revêtement décoratif gauche du volant d'inertie	Ø386*Ø60*2.5T	1
34	Revêtement décoratif droit du volant d'inertie	Ø386*Ø60*2.5T	1
35	Axe de pédalier du volant d'inertie	M10*P1.0*139L	1
36	Entretoise du volant d'inertie	Ø14*Ø10.2*19.5L	1
37	Entretoise du volant d'inertie	Ø14*Ø10.2*50L	1
38	Palier	6000 (Coque en plastique noire)	2
39	Bouton de frein	M8.	1
40	Perche de frein	Ø8*225L	1
41	Tapis caoutchouté	□13*2T	1
42	Entretoise	Ø12*Ø8.2*17L	1
43	Support de la plaquette de frein		1
44	Support de circuit		1
45	Aimants	□25.4*6.4T 4000 Gauss	3
46	Plaque de fixation de l'aimant		1
47	Ressort de tension du frein	Ø2*Ø17*59L	1
48	Plaquette de frein	30*20*10T	1
49	Plaque de fixation de la barre de détection		1

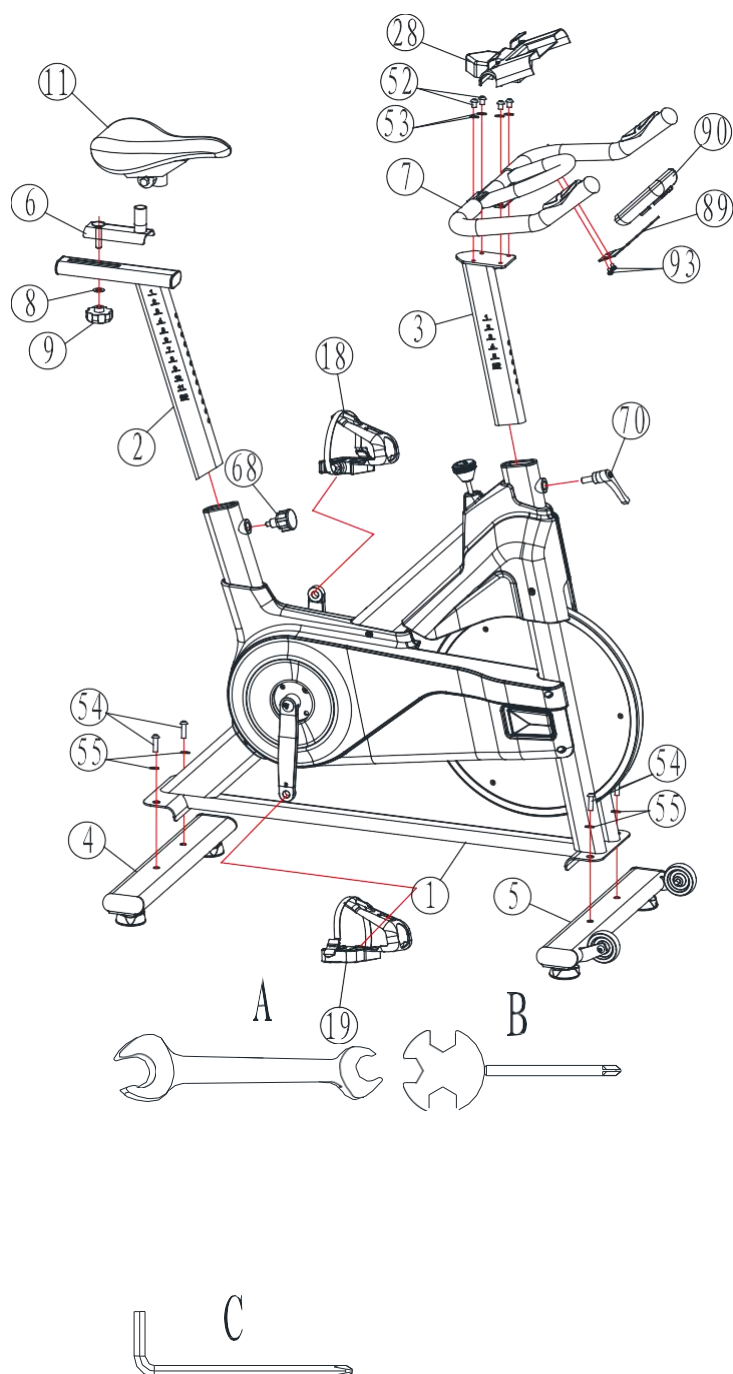
50	Régulateur du support de circuit	2T	1
51	Pile à bouton		1
52	Vis d'assemblage à bout hexagonal	Classe M8*10 8.8	4
53	Rondelle	ExterneØ16*InterneØ8*2T	4
54	Vis plate hexagonale	Classe M10*16 8.8	4
55	Rondelle	ExterneØ20*InterneØ10.1*1.5T	4
56	Écrou borgne	M8.	1
57	Écrou hexagonal bas	M10*1.0*4T	3
58	Écrou hexagonal à embase	Classe M10*P1.25*8T 8.8	2
59	Écrou hexagonal à embase	Classe M10*1.0, 8.8	2
60	Écrou hexagonal	M10*8T	4
61	Vérin de la base	M10.	4
62	Écrou hexagonal rivé	M10.	4
63	Vis de blocage cruciforme autotaraudeuse	M4*10	10
64	Vis cruciforme plate autotaraudeuse	ST4.0*15	7
65	Vis à empreinte cruciforme fraisée	M5*10 (Diamètre de la têteØ9.3)	2
66	Vis plate hexagonale	M6*12	1
67	Entretoise du frein	□16*Ø9*33L	1
68	Bouton de réglage vertical du siège	M16*P1.5	1
69	Entretoise avant	Ovale plate 30*70*1.5T – Ovale plate 20*60*148L	2
70	Poignée en L		3
71	Câble de détection inférieur		1
72	Câble de détection central		2
73	Boulon de carrosserie	M10*45 Longueur filetée -15	1
74	Revêtement prothétique du guidon		1

75	Bouchon de la poignée		2
76	Plaque de fixation du guidon	4T	1
77	Vis à queue cruciforme autotaraudeuse	ST4*11L	6
78	Roulette de transit		2
79	Vis plate hexagonale	M8*35	2
80	Bouchon en nylon	M8.	2
81	Bouchon en nylon	M6.	2
82	Rondelle	φ6xφ16x2T.	2
83	Vis cruciforme autotaraudeuse - petite tête	ST4*11	1
84	Boulon hexagonal	M6×16	3
85	Écrou hexagonal à embase	M6.	3
86	Revêtement décoratif de la manivelle droite		1
87	Revêtement décoratif de la manivelle gauche		1
88	Vis plate hexagonale	M6*12	1
89	Support d'ordinateur		1
90	Ordinateur		1
91	Coussinet de détection du pouls		2
92	Vis cruciforme autotaraudeuse	ST3.8*20	2
93	Vis cruciforme fraisée	M5*10L	2
94	Câble de détection du pouls		1

Outils

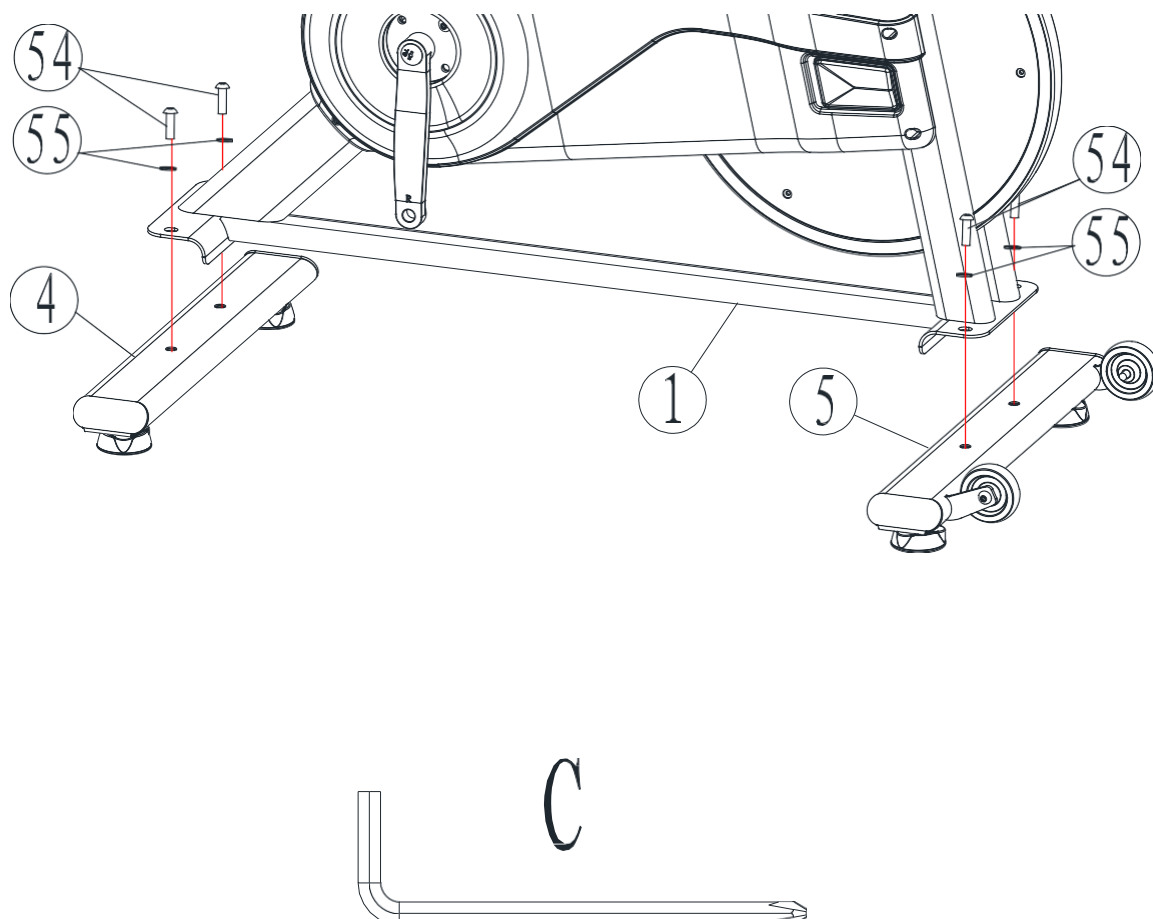
Nom de l'outil	Numéro de l'outil	QTÉ
Clé à ouverture fixe	A	1
Clé multifonction	B	1
Clé interne hexagonale	C	1

INSTRUCTIONS D'ASSEMBLAGE



ÉTAPE 1 : Assembler les tubes des pieds avant et arrière

Fixez le tube du pied arrière au cadre à l'aide d'une vis hexagonale plate (54) et d'une rondelle (55). Fixez ensuite le tube du pied avant au cadre de la même manière, en utilisant les mêmes pièces de quincaillerie.

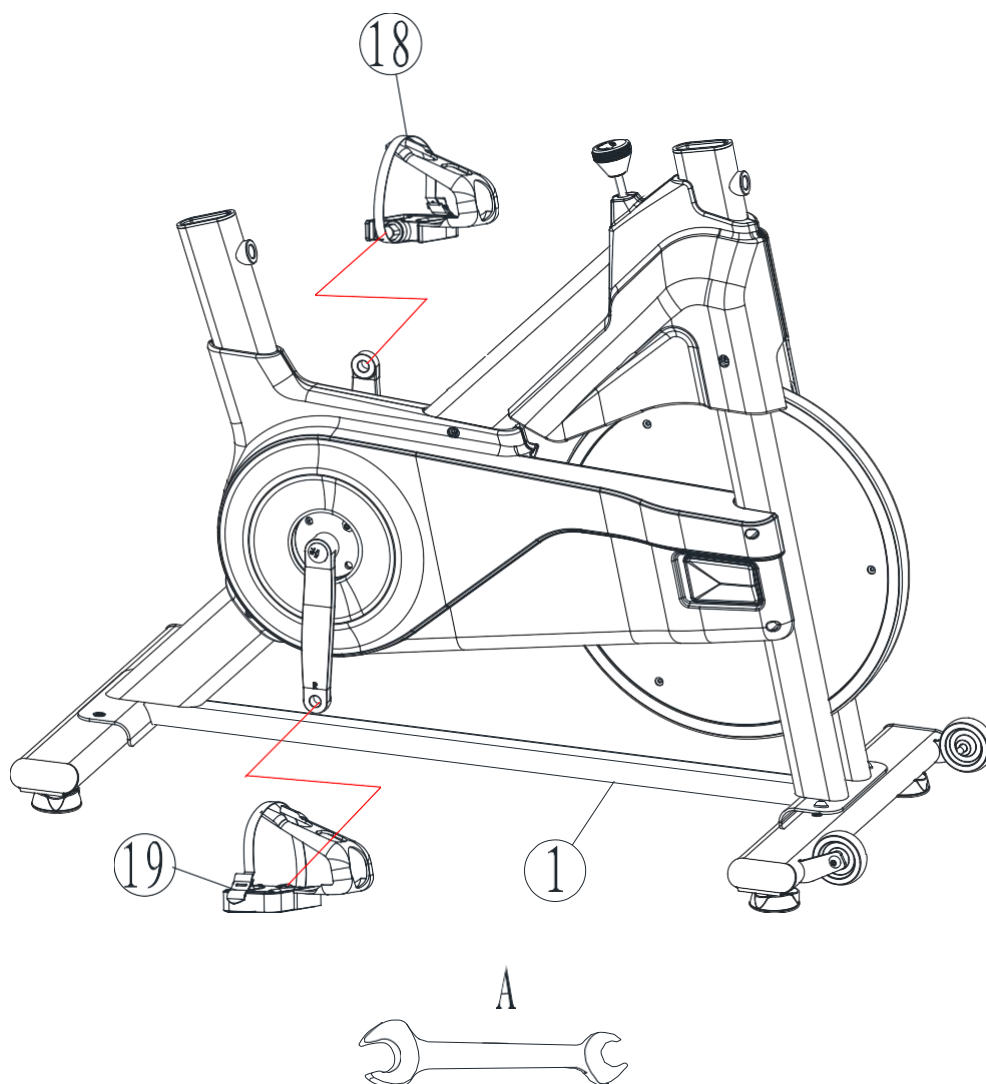


ÉTAPE 2 : Fixer les pédales

Insérez doucement la pédale gauche dans la manivelle gauche en vous assurant que la pédale est à angle droit (90°) par rapport à la manivelle. Faites lentement tourner la pédale gauche (18) sur la manivelle gauche à l'aide de la clé à ouverture fixe (A) en vous orientant vers le guidon (sens antihoraire). À noter : Le côté gauche est fileté de manière inversée afin que la pédale ne se dévisse pas en cours d'utilisation. Assurez-vous que la pédale est solidement fixée.

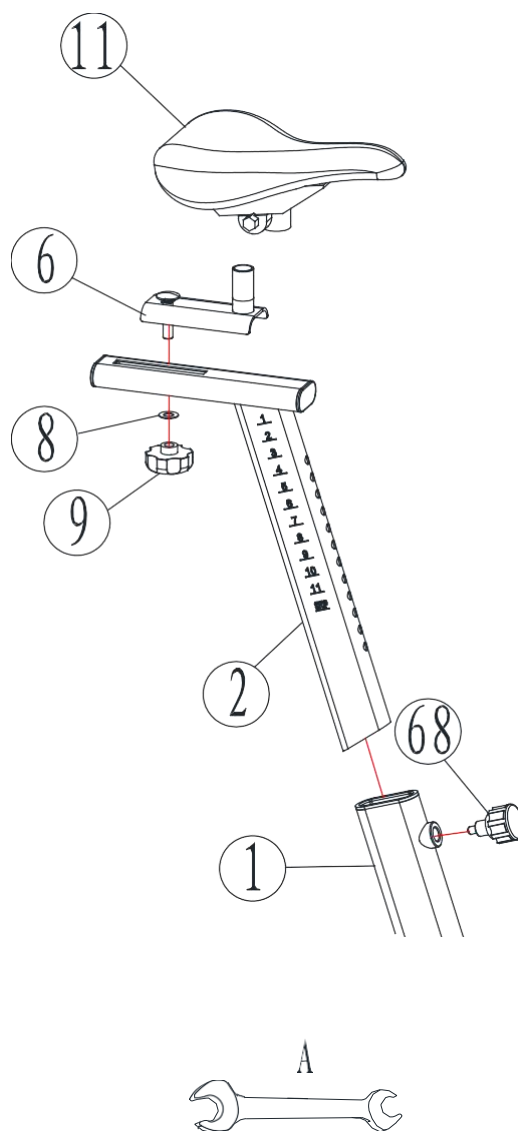
Fixez la pédale droite (19) de la même manière. Assurez-vous que le sens de rotation de la pédale gauche et de la pédale droite est orienté vers le guidon du vélo (sens horaire).

Assurez-vous que les pédales sont fixées du côté approprié, sans quoi vous risquez d'endommager le pédalier et les manivelles, ou que les pédales se dévissent en cours d'utilisation.



ÉTAPE 3 : Fixer le siège

Glissez la tige de selle (2) dans l'armature principale (1) et serrez-la à l'aide du bouton de réglage vertical du siège. Connectez ensuite le curseur du siège (6) à la tige de selle (2), et serrez-le à l'aide du bouton de réglage horizontal du siège (9) et de la rondelle (8). Finalement, fixez le siège (11) au curseur du siège (6) en utilisant la clé à ouverture fixe (A).

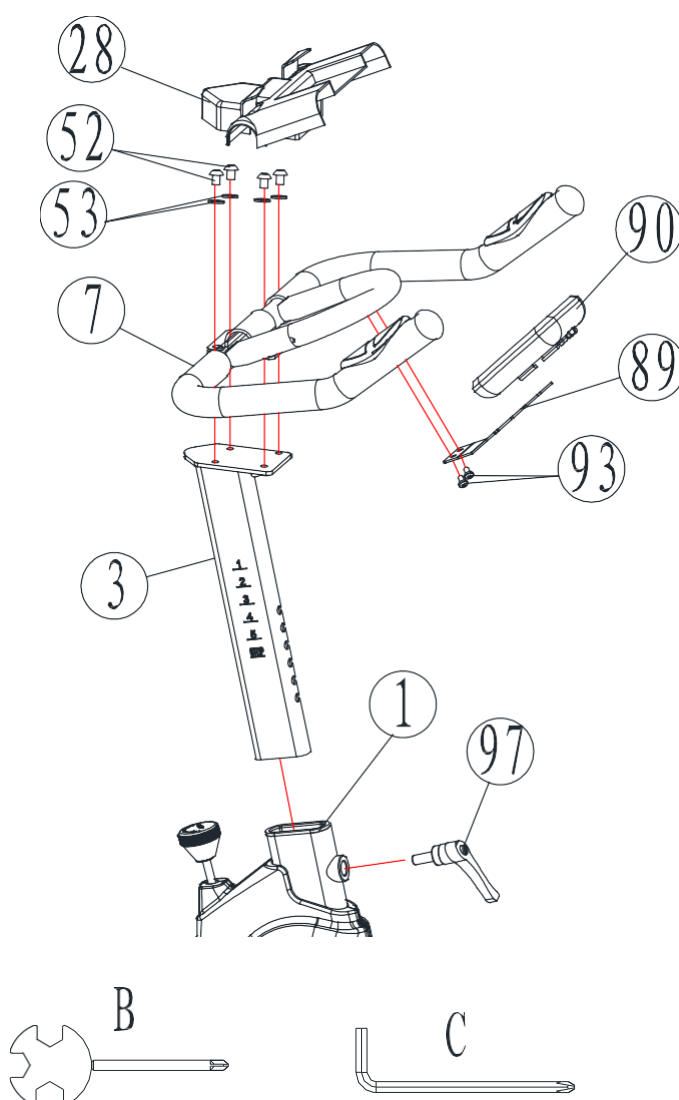


ÉTAPE 4 : Fixer la tige du guidon/le guidon/le porte-téléphone/console

1. Connectez la tige du guidon (3) à l'armature principale (1). Serrez le bouton de réglage vertical du guidon (97). Fixez le guidon (7) à la tige du guidon (3) grâce à la vis d'assemblage à bout hexagonal (52) et à la rondelle (53).

2. Fixez le support à téléphone (28) au guidon (7).

3. À l'aide de la clé multifonction (B), fixez le support d'ordinateur (89) au guidon (7) et serrez-le à l'aide la vis cruciforme fraisée (93). Fixez ensuite l'ordinateur (90) au support (89).



VÉRIFICATION, TRANSPORT ET ENTRETIEN

1. Avant d'utiliser le vélo d'intérieur, assurez-vous que toutes les composantes mobiles (vis, boutons, leviers de réglage, etc.) sont correctement assemblées et serrées. Vérifiez votre appareil régulièrement. En cas de bris sur l'une de ses composantes, cessez l'utilisation du vélo et remplacez la partie endommagée immédiatement. N'utilisez pas le vélo d'intérieur tant que les parties endommagées n'ont pas été réparées ou remplacées.
2. Portez une attention particulière aux composantes fortement sollicitées et qui risquent donc de s'user plus facilement, comme les courroies, les manivelles, le siège, etc.
3. Inspectez les manivelles et les pédales avant l'utilisation afin de vous assurer qu'elles sont correctement assemblées et serrées. Dans le cas contraire, répétez les étapes d'installation avant l'utilisation du vélo.
4. Après chaque entraînement, nous vous recommandons d'utiliser un nettoyant légèrement alcalin, un agent de polissage ou de cirage pour l'entretien de votre appareil. Au minimum, nous vous recommandons de nettoyer votre vélo à l'aide d'un linge doux et sec.
5. Pour déplacer votre vélo, placez-vous à l'avant de l'appareil et poussez sur les bouts du guidon de manière à le pencher vers l'avant pour qu'il repose sur ses roues. Déplacez ensuite le vélo dans cette position jusqu'à l'endroit désiré.

UTILISATION DE L'ORDINATEUR

MISE SOUS TENSION MARCHE/ARRÊT

L'ordinateur s'allume lorsque vous appuyez sur un bouton ou que vous commencez à pédaler.
L'ordinateur s'éteint automatiquement 4 minutes après que vous ayez cessé toute activité.

MODE

L'ordinateur peut être réglé en fonction d'un objectif précis que vous aurez déterminé. Appuyez sur le bouton MODE pour faire défiler les différentes statistiques offertes :

VITESSE/TEMPS/DISTANCE/CALORIES/DISTANCE TOTALE/POULS

À noter : Pour utiliser la fonction POULS, une sangle pectorale compatible Polar® doit être portée (vendue séparément).

FÉLICITATIONS

Merci encore et félicitations pour votre nouvelle acquisition, le vélo d'intérieur FitWay! Pour toute question ou préoccupation, veuillez communiquer avec nous à :

Support@FitWayEquip.com

Les détails de la garantie peuvent être consultés à :

fitwayequip.com

- ou -

peuvent être obtenus par courriel à l'adresse : support@fitwayequip.com

Profitez bien de votre vélo d'intérieur. FitWay : en route vers votre santé!

