

L I V E S T R O N G[®]



LS9.9IC

INDOOR CYCLE OWNER'S MANUAL
MANUEL DU PROPRIÉTAIRE DU CARDIOVÉLO
MANUAL DEL PROPIETARIO DE LA BICICLETA ESTACIONARIA

2	ENGLISH
22	FRANÇAIS
42	ESPAÑOL

INTRODUCTION

Congratulations and thank you for your purchase of this **LIVESTRONG®** indoor cycle!

Purchases of this product ensure that a minimum of \$4M will go to the Lance Armstrong Foundation and the fight against cancer.

Whether your goal is to win races or simply enjoy a fuller, healthier lifestyle, a **LIVESTRONG®** indoor cycle can help you attain it – adding club-quality performance to your at-home workouts, with the ergonomics and innovative features you need to get stronger and healthier, faster. Because we're committed to designing fitness equipment from the inside out, we use only the highest quality components. It's a commitment we back with one of the strongest warranty packages in the industry.

You want exercise equipment that offers the most comfort, the best reliability and the highest quality in its class.

LIVESTRONG® indoor cycles deliver.

LIVESTRONG® is a registered trademark of the Lance Armstrong Foundation.

The Lance Armstrong Foundation fights for the more than 25 million people around the world living with cancer today. There can be – and should be – life after cancer for more people. The Foundation's support kicks in at the moment of diagnosis, giving people the resources and support they need to fight cancer head-on. They find innovative ways to raise awareness, fund research and end the stigma about cancer that many survivors face. They connect people and communities to drive social change, and call for state, national and world leaders to help fight this disease. Anyone, anywhere can join the fight against cancer. Join them at **LIVESTRONG.org**.

IMPORTANT PRECAUTIONS



SAVE THESE INSTRUCTIONS

When using an exercise product, basic precautions should always be followed, including the following: Read all instructions before using this indoor cycle. It is the responsibility of the owner to ensure that all users of this indoor cycle are adequately informed of all warnings and precautions. If you have any questions after reading this owner's manual, contact Customer Tech Support at the number listed on the back panel.



WARNING

READ AND SAVE ALL INSTRUCTIONS BEFORE ASSEMBLING OR USING THIS INDOOR CYCLE. IT IS STRONGLY RECOMMENDED TO TAKE THE FOLLOWING SAFETY INSTRUCTIONS.

- CAUTION: If you experience chest pains, nausea, dizziness or shortness of breath, stop exercising immediately and consult your physician before continuing.
- Use this cycle for its intended purpose as described in this manual. Do not use attachments that have not been recommended by the manufacturer.
- Never operate the cycle if it is not working properly, or if it has been damaged. Contact Livestrong Fitness or the authorized dealers for examination and repair.
- Do not use the cycle without proper footwear. NEVER operate the cycle with bare feet.
- Do not wear any clothing that might catch on any moving parts of this cycle.
- Keep hands and feet clear at all times from moving parts to avoid injury. Never turn the pedal cranks by hand.
- Do not dismount the cycle until the pedals are at a complete STOP.
- Do not attempt to ride the cycle in a standing position at high RPMs until you have practiced at slower speeds.
- Do not insert any object, hands or feet into any openings, or expose hands, arms or feet to the drive mechanism or other potentially moving part of the cycle.
- Do not use any equipment that is damaged or has worn or broken parts. Use only replacement parts supplied by Livestrong Fitness or the authorized dealers.
- Do not operate where aerosol (spray) products are being used or when oxygen is being administered.
- Close supervision is necessary when used near children, invalids or disabled people.
- When the cycle is in use, young children and pets should be kept at least 3 meters / 10 feet away.
- After exercising, push down on the tension knob or turn the tension knob in a clockwise direction to slow the flywheel down and decrease the potential for injury.
- Ensure that adjustment levelers (seat and handlebar height, seat and handlebar fore-and-aft) are properly secured and do not interfere with range of motion during exercise.
- It is the sole responsibility of the owner to ensure that all users of the indoor cycle are informed of all warnings and precautions.
- Keep the indoor cycle indoors, away from moisture and dust. Do not place the indoor cycle in a garage, covered patio or near water.
- Place the indoor cycle on a level surface. To protect the floor or carpet from damage, place a mat beneath the indoor cycle.
- The indoor cycle does not have a independently moving flywheel; the pedals will continue to move together with the flywheel until the flywheel stops.

ASSEMBLY



WARNING

There are several areas during the assembly process that special attention must be paid. It is very important to follow the assembly instructions correctly and to make sure all parts are firmly tightened. If the assembly instructions are not followed correctly, the indoor cycle could have parts that are not tightened and will seem loose and may cause irritating noises. To prevent damage to the indoor cycle, the assembly instructions must be reviewed and corrective actions should be taken.

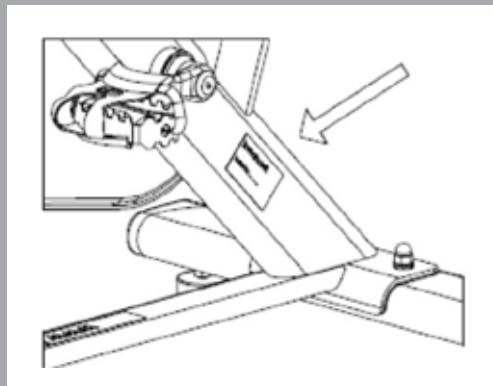
Before proceeding, find your indoor cycle's serial number located on the lower front of the cycle and enter it in the space provided below.

ENTER YOUR SERIAL NUMBER IN THE BOX BELOW:

SERIAL NUMBER:

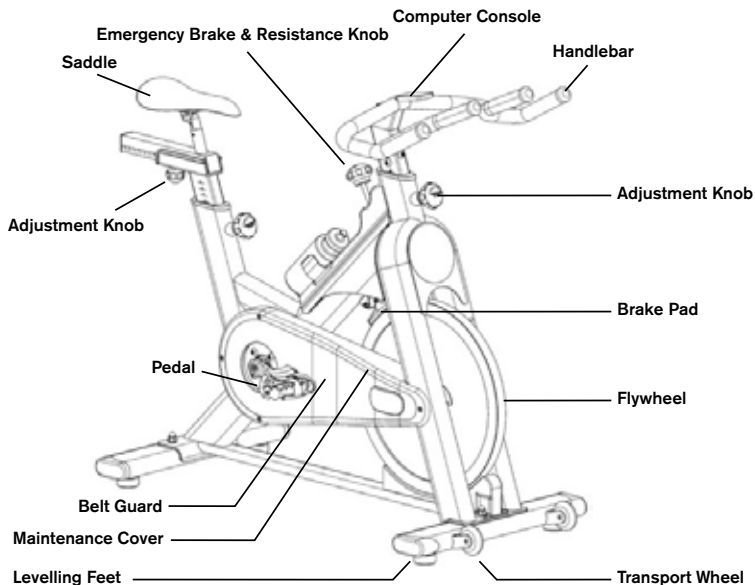
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

MODEL NAME: **LIVESTRONG LS9.9IC INDOOR CYCLE**



- » Refer to the SERIAL NUMBER and MODEL NAME when calling for service.
- » Be sure to enter both the SERIAL NUMBER and MODEL NAME on your warranty card.

LS9.9IC PARTS INCLUDED



PRE ASSEMBLY

TOOLS NEEDED FOR ASSEMBLY:

- Wrench: 17/19mm, 13/15mm
- Allen Wrench: 3mm, 6mm

NEED HELP?

If you have questions or if there are any missing parts, contact Customer Tech Support. Contact information is located on the back panel of this manual.

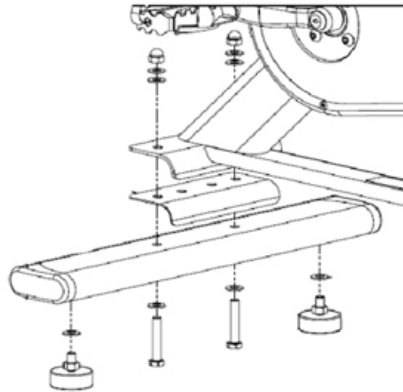
UNPACKING

Due to the weight of the indoor cycle, **it is recommended that two persons perform the assembly**. Set the indoor cycle in a cleared area and remove all packing materials; do not dispose of the packing materials until assembly is completed

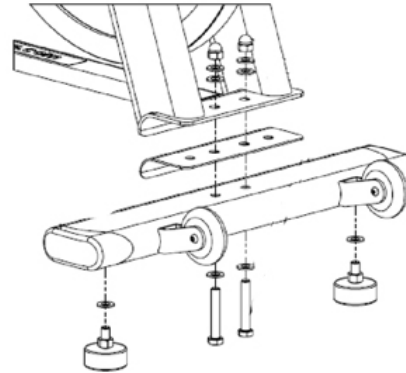
NOTE: During each assembly step, ensure that **ALL** nuts and bolts are in place and partially threaded in before completely tightening any **ONE** bolt.

NOTE: A light application of grease may aid in the installation of hardware. Any grease, such as lithium bike grease is recommended.

ASSEMBLY STEP 1 & 2

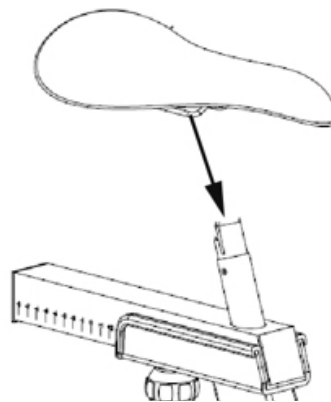
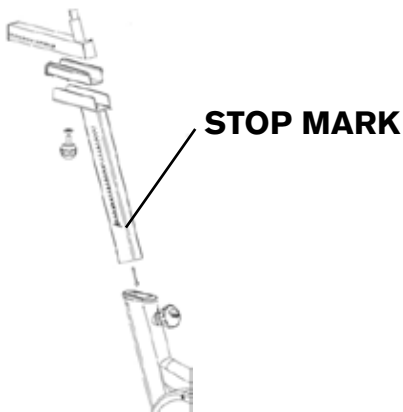


- A Identify the Rear Stabilizer. While a second person lifts the rear of the frame, attach the Rear Stabilizer to the Frame with two M10 x 60mm Bolts, four M10 Washers, a Stabilizer Gasket, two Plastic Washers, and two M10 Cap Nuts as shown.



- B Support the Front Stabilizer while a second person lifts the front of the Frame. Attach the Front Stabilizer to the Frame with two M10 x 60mm Bolts, four M10 Washers, a Stabilizer Gasket, two Plastic Washers and two M10 Cap Nuts.

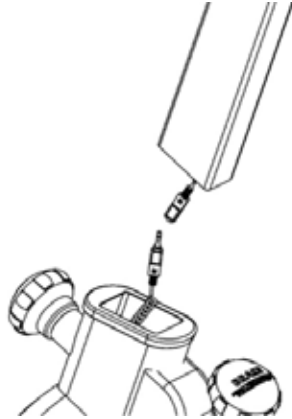
ASSEMBLY STEP 3 & 4



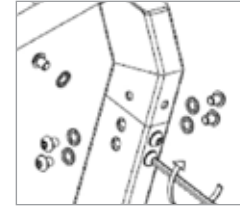
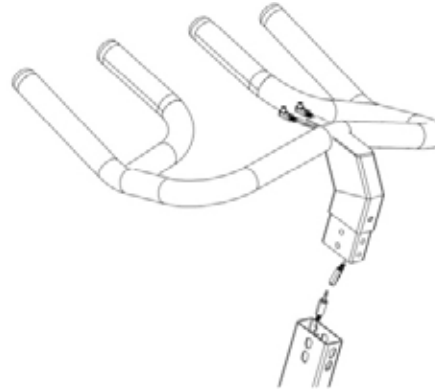
A Turn the rear Adjustment Knob counter clockwise and pull the adjustment knob to insert the Saddle Post into the Frame. Next, bring the Saddle Post to the desired height, release the adjustment knob so the pin engages into the holes of the saddle post. Then turn the Adjustment Knob clockwise to retighten until it is snug.

- B Mount saddle to the horizontal saddle post as shown above. Finally, firmly retighten the saddle mounting clamp and make sure that the saddle is mounted in its most horizontal position at the middle of the rail.
- C To adjust the horizontal saddle position, turn the small adjustment knob counter clockwise, move the saddle to the desired horizontal saddle position and retighten the adjustment knob until it is snug.
- D Please don't adjust the height of the vertical saddle support beyond the stop mark to avoid instability.

ASSEMBLY STEP 5 & 6



- A Connect the 2 ends of the sensor cable. Take the cable inside the handlebar frame tube and reach it through the vertical handlebar stem to connect it with the cable reaching out of the upper Handlebar part.

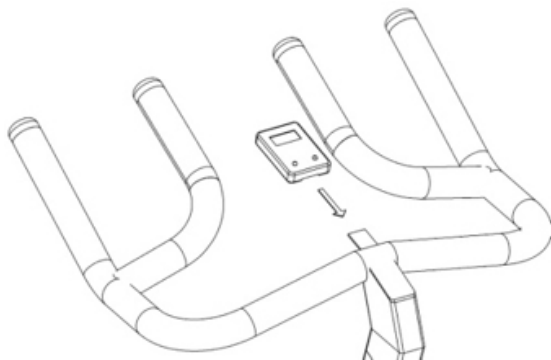


Do not over tighten the connecting bolts. Make sure the pop pin adjustment knob is fully engaged and the Handlebar Post does not slide while riding.

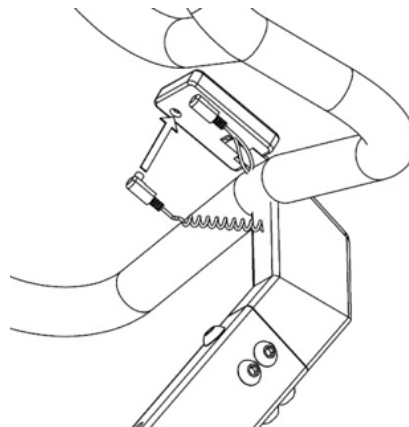
- B Slide upper part of the handlebar into the handlebar stem and connect the 2 pieces with the 7 Allen bolts provided.
- Make sure that the connecting Allen Bolts are appropriately tightened and Handlebar does not wobble because of a loose connection.**
- C Turn the front Adjustment Knob counter clockwise, and pull the adjustment knob to fully insert the Vertical Handlebar Stem into the Frame. Next, bring the Handlebar Stem to the desired height, release the adjustment Knob so pin engages with the holes of the vertical stem and turn the Adjustment Knob clockwise to retighten until it is secure.
- D Please don't adjust the height of the vertical handlebar stem beyond the stop mark to avoid instability.



ASSEMBLY **STEP 7 & 8**

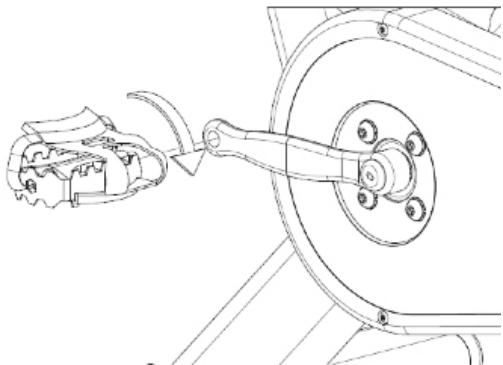


- A Mount the computer console onto the handlebar by sliding it onto the bracket.



- B Connect the 2 cables reaching out of the handlebar to the appropriate sockets on the bottom side of the computer console. Connect the cable with the red marking with the red marked socket. The other, none marked black cable with the other socket.

ASSEMBLY STEP 9



- A Identify the Right Pedal. Using a 15mm pedal wrench, firmly tighten the Right Pedal clockwise into the Right Crank Arm. Repeat the same procedure for the Left Pedal but in a counter Clockwise motion.

NOTE: Be careful to align the threads correctly to avoid damage. A little grease on the threads should help the pedals to screw in easily and correctly. Turn the **LEFT** pedal spindle **COUNTERCLOCKWISE** when threading into the crank arm, and turn the **RIGHT** pedal spindle **CLOCKWISE** when threading into the crank arm.

Make sure that all parts are properly tightened and that the brake pad is thoroughly soaked with lubricant before the indoor cycle is used. This precaution will avoid extensive wear on the brake pad. To protect the floor or carpet, place a mat under the Indoor Cycle.



ASSEMBLY COMPLETE!



INDOOR CYCLE OPERATION

LS9.9IC SPECIFICATIONS

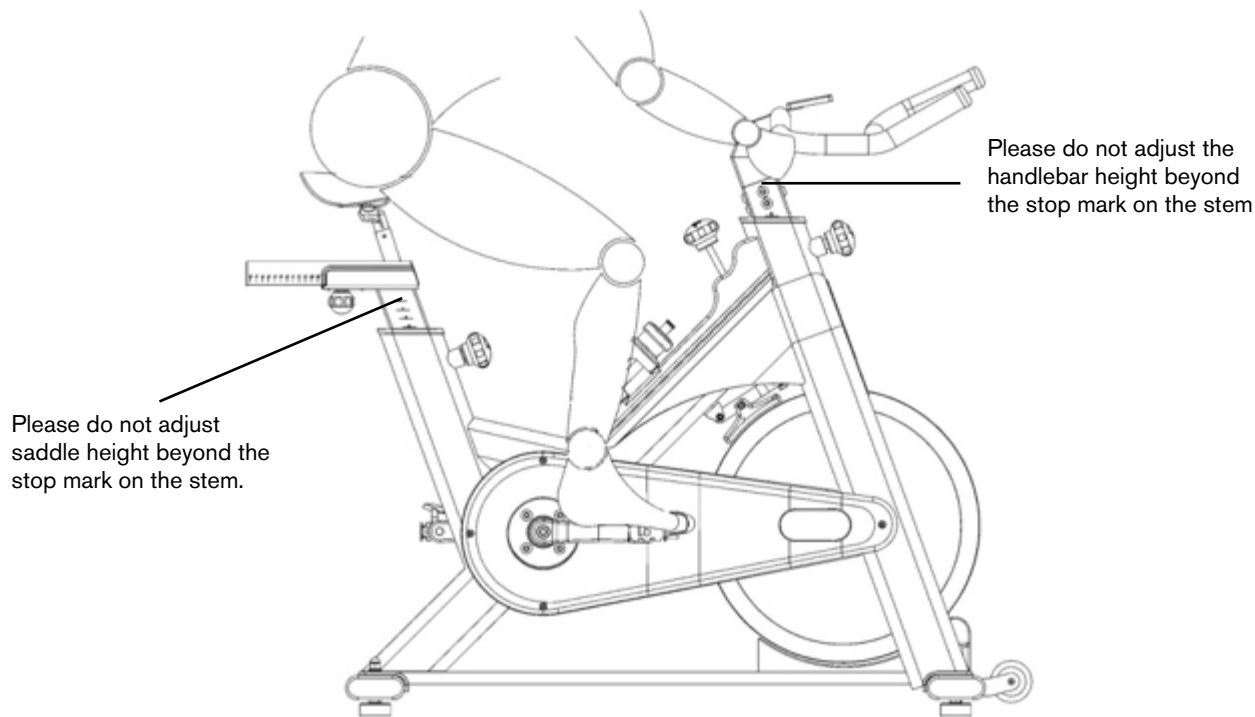
TECHNICAL DATA	
Frame	High-tensile, corrosion-resistant frame
Resistance Technology	Friction brake with microadjust knob and emergency stop
Resistance Levels	Infinitely variable with linear increase throughout resistance range
Drive System	Hyper smooth chain wheel system
Flywheel	20 kg / 44 lbs.
Handlebar Adjustments	Vertical & Horizontal
Seat Adjustments	Vertical & Horizontal
Dimensions (LxWxH)	132x53x114 cm / 52"x21"x45"
Product Weight	54 kg / 119 lbs.
Max User Weight	131.5 kg / 290 lbs
SPECIAL FEATURES	
Handlebar Design	Multi-position
Crank	Forging steel cranks
Pedals	Fit-in-with pedals with adjustable strap
Seat	Comfortable Saddle
Seat Post & Handlebar Stem	Rust-resistant Treatment
Water Bottle Cage	Yes

*specifications are subject to change without notice.

HOW TO ADJUST THE INDOOR CYCLE

The Indoor Cycle can be adjusted for maximum comfort and exercise effectiveness. The instructions below describe one approach to adjusting the Indoor Cycle to ensure optimal user comfort and ideal body positioning; you may choose to adjust the Indoor Cycle differently.

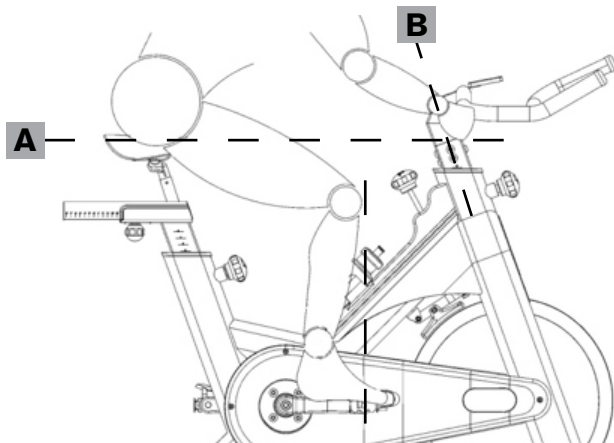
PEDAL STRAP ADJUSTMENT



SADDLE ADJUSTMENT

Proper horizontal adjustment of the saddle is very important in avoiding injury to the knees. Sit on the saddle and move the pedals until the crank arms are in horizontal position.

Using your forward most leg as a marker, your kneecap should be directly above the center of the pedal so that a straight line is created between knee and center of the pedal (see the dotted line in image below). To adjust the horizontal position of the saddle, first dismount the indoor cycle. Next, loosen the rear adjustment knob, slide the saddle forward or backward as required, and then retighten the knob.



HANDLEBAR ADJUSTMENT

Begin with the top of the handlebar at relatively the same height or just slightly higher than the top of the saddle (dotted horizontal line A in the drawing above) and at a neutral fore/aft position (see dotted vertical line B in drawing above). If your knees touch the handlebars or if you experience back discomfort while pedaling for extended periods of time, the height of the handlebars can be adjusted. First, dismount the indoor cycle. Next, turn the front adjustment knob counter clockwise, slide the handlebar post up or down, and then retighten the adjustment knob.

Changing your hand position can change the angle of your back, neck, and arms. To minimize the stress on your muscles during your workouts, change your hand position frequently.

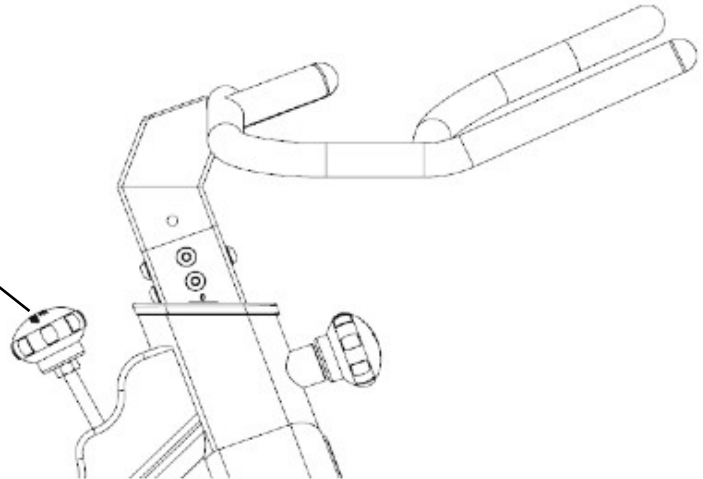
RESISTANCE ADJUSTMENT

The preferred level of difficulty in pedaling (resistance) can be regulated in fine increments by use of the resistance knob. To increase the resistance, turn the resistance knob clockwise. To decrease the resistance, turn the knob counter clockwise.

IMPORTANT: To stop the flywheel (wheel) while pedaling, push down on the red brake knob. The flywheel should quickly come to a complete stop. Please make sure your shoes are fixed into the toe clip, or in case cycling shoes are used, your shoe cleat is connected to the pedal binding while riding. Please apply full resistance load when Bike is not in use to prevent injuries due to moving drive gear components.

WARNING: The Indoor Cycle does not have a free moving flywheel (wheel); the pedals will continue to move together with the flywheel until the flywheel stops. Reducing speed in a controlled manner is required. To stop the flywheel immediately, push down the red emergency brake knob. Always pedal in a controlled manner and adjust your desired cadence according to your own abilities. Push the red knob down = emergency stop

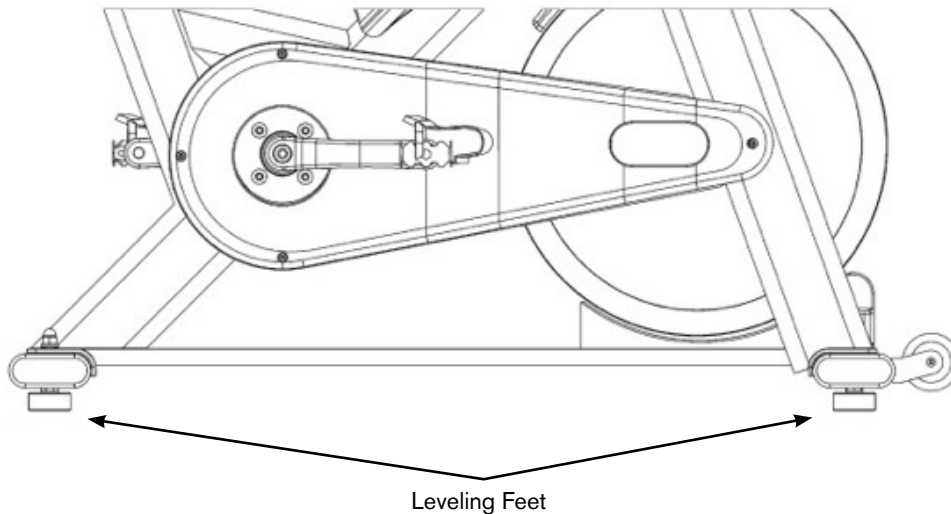
Red Resistance Knob/Emergency Brake



HOW TO MOVE THE INDOOR CYCLE

Due to the weight of the Indoor Cycle, it is recommended that two persons move it. While one person lifts the back of the indoor cycle, the second person firmly holds the handlebar and tips the indoor cycle forward until it rolls on the wheels. Carefully move the Indoor Cycle to the desired location and then lower it. **CAUTION: To reduce the risk of injury, use extreme caution while moving the indoor cycle. Do not attempt to move it over uneven surfaces and make sure there's a safety space of 20 inch (minimum) to the nearest equipment is (recommended).**


If the Indoor Cycle rocks on the floor after being set down, turn the leveling feet underneath the front or rear stabilizer until the rocking motion is eliminated. **Important:** Please do not unscrew the leveling feet more than 1/2 inch !




SPECIFICATIONS:

TIME.....00:00-99:59 HEART RATE.....40-240BPM CNT/MIN.....0-9999
CALORIES (CAL).....0-9999KCAL COUNT (CNT).....0-9999

KEY FUNCTION:

SELECT  : This key lets you select and lock on to a particular function you want.

RESET  : Reset the value to zero by pressing the key.

OPERATION PROCEDURES:

AUTO ON / OFF

The system turns on when any key is pressed or when it receives an input from the speed sensor. The processor turns off automatically when the speed sensor has no signal input or no key is pressed for approximately 4 minutes.

RESET:

The unit can be reset by changing the batteries or pressing the RESET key for 3 seconds.

FUNCTIONS:

TIME: The time of exercise will be displayed by pressing SELECT key.

RPM: Current speed will be shown by pressing SELECT key.

COUNT: The distance of each workout will be displayed by pressing SELECT key.

PULSE: Users' current heart rate is displayed in beats per minute (BPM) by pressing SELECT key.
Place the palms of your hands on both of the contact beds and wait for 30 seconds for the most accurate reading.

CALORIES: The calories burned will be displayed by pressing SELECT key.

SCAN: Automatic display of the following functions in the order shown: **TIME-CNT/MIN-COUNT-PULSE -CALORIES**

CAUTION:

1. Don't expose to direct sunlight too long.
2. Protect from water and strong shock.
3. While installing the batteries, the computer's LCD is out of order. Please reinstall the batteries again.



MAINTENANCE

Regular maintenance must be performed on the Indoor Cycle for optimal performance and longevity. Please read and follow all instructions below. If the Indoor Cycle is not maintained as described, components may wear excessively and the Indoor Cycle may become damaged. Improper maintenance will void the warranty terms. If you have questions about maintenance, contact your local distributor.

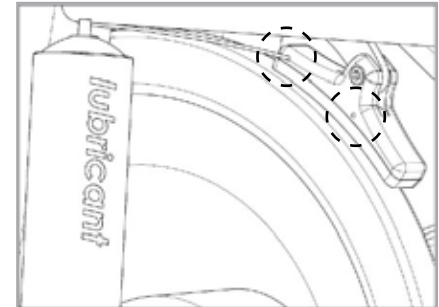
Note: Many maintenance procedures require lubricant spray. Manufacturer recommends WD40, Brunox or a similar solvent free lubricant.

DAILY MAINTENANCE

1. Make sure that the Indoor Cycle is level. If the indoor cycle rocks on your floor, turn the leveling feet underneath the front or rear stabilizer until the rocking motion is eliminated.
2. After exercising, the Indoor Cycle should be disinfected and cleaned to maintain a hygienic environment. First, apply a disinfectant spray to the handlebars and the saddle. Using a lint-free cloth, dry the handlebars and the saddle. Next, apply a small amount of disinfectant to a lint-free cloth and clean the adjustment knobs and the adjustment handles. Avoid using strong detergents on the Indoor Cycle frame.

WEEKLY MAINTENANCE

1. Apply a small amount of the lubrication spray to a lint-free cloth, and thoroughly clean the frame, the handlebar slider and seat sliders the flywheel and the plastic parts of the Indoor Cycle.
2. (Pictured right) For optimal performance of the resistance system, and to minimize wear on the brake pad, the solvent free lubricant spray should be applied to the brake pad using the lubrication holes on the plastic part of the brake pad. If fuzz or lint appears on the brake pad, the brake pad has become too dry—lubricant spray should be applied more frequently. Make sure the brake pad is thoroughly soaked from end to end with lubricant spray. Then, wipe the excess off.



BI-WEEKLY MAINTENANCE

(Picture right) The Indoor Cycle should not be used if the Emergency Brake System is not working properly. While sitting on the saddle and pedaling, test the brake by pushing down the brake knob. The flywheel should come to a quick and complete stop.

Belt driven Bike

Important: A loose belt as well as an over-tightened belt will cause damage to the belt and drive system.

Checking Belt Tension:

To check for a loose belt, sit on the saddle, place your feet on the pedals, move the pedals until the crank arms are horizontal. Next, push down the emergency brake handle and hold it. Then, stand on the pedals and rock forward and backward. There should be no more than 1/8th inch (2–3 mm) of play in the belt. If there is too much play in the belt, this indicates that the belt is too loose.

Correcting Belt Tension:

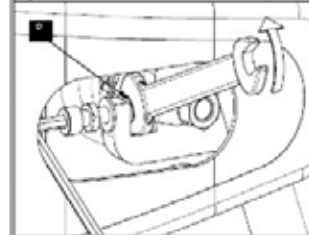
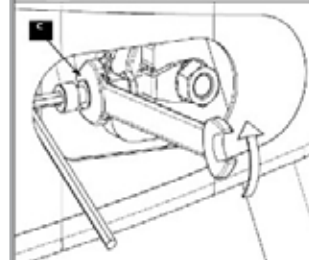
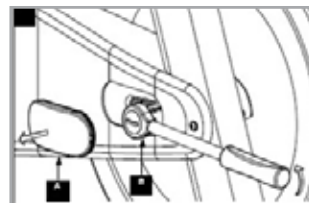
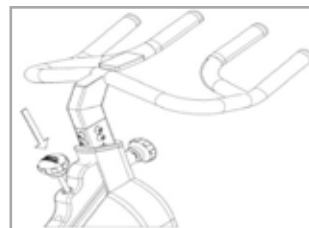
To correct a loose belt: To adjust the belt, pull off the right and the left maintenance covers **(A)**.

Loosen the axle nut **(B)** on both ends of the flywheel axle two full turns.

Loosen the Outer Adjustment Nut **(C)** facing the head of the Allen bolt on each side of the flywheel. Then, turn both (right and left sides) of the Inner Adjustment Nuts **(D)** on the inside of the flywheel bracket 1/4 of a turn at a time (upward on the R side and downward on L side) until the belt is properly adjusted. Make sure to turn both adjustment nuts exactly the same amount to avoid misalignment of the flywheel. Re-check the amount of play in the belt as described at the beginning of this step. If necessary, readjust the belt.

Finally, retighten the two Outer Adjustment Nuts **(C)** and the two axle nuts **(B)**, and reattach the maintenance covers.

To avoid damage to the flywheel bearings, do not over tighten the axle nuts **(B)**. Unusual noises or vibrations are indications that the belt has been over tightened or that the flywheel is at a wrong angle.



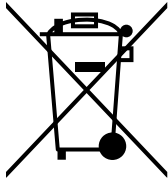


THE BATTERIES MUST NOT:

- come in contact with fire
- come in contact with coins or other metal objects
- be used together with older batteries
- be used with other makes or different types.

If you don't use the equipment for a prolonged period of time, please remove the batteries to avoid any damage by leaking or corroding batteries. If batteries have discharged, remove all residue immediately and insert new batteries into the computer. If you come into contact with residue, avoid contact with eyes and wash hands thoroughly.

If possible, please use rechargeable batteries to help save the environment. Before scrapping, please take the batteries out of the computer. When using rechargeable batteries, please make sure they deliver 1,5 V output.



Products or batteries with this symbol may not be disposed of in the normal domestic refuse. Please become informed about relevant local laws or guidelines for the disposal of electrical devices and batteries. And act accordingly.



LIMITED HOME USE WARRANTY

* US Customers Only

WEIGHT CAPACITY = 290 lbs (131.5 kilograms).

5 YEAR WARRANTY:

Frame construction, breakage, welding defects

2 YEAR WARRANTY:

Handlebar and saddle assembly, brake system (excluding brake pad), lever handles and adjustment knobs, cranks, belt drive system, bottom bracket assembly, ball bearings, flywheel and hub assembly, powder coating, plastic components such as chain guard and left side hub cover, sweat guard, platform pedals (toe clip pedals excluded), insert sleeves for handlebar and saddle post, leveling feet.

LABOR • 1 YEAR

Livestrong Fitness shall cover the labor cost for the repair of the device for a period of 1 year from the date of the original purchase, so long as the device remains in the possession of the original owner.

6 MONTH WARRANTY

Pedal straps, brake pads, toe clip pedals, bottle holder, saddle

Product failures due to negligent handling or improper use may void warranty!

Frequent service and maintenance according to the procedures described in the owner's manual are pre-requisite to uphold warranty.

EXCLUSIONS AND LIMITATIONS

Who IS covered: The original owner and is not transferable.

What IS covered: Repair or replacement of a defective part and is the sole remedy of the warranty.

What IS NOT covered:

- Normal wear and tear, improper assembly or maintenance, or installation of parts or accessories not originally intended or compatible with the equipment as sold.
- Damage or failure due to accident, abuse, corrosion, discoloration of paint or plastic, neglect, theft, vandalism, fire, flood, wind, lightning, freezing, or other natural disasters of any kind, power reduction, fluctuation or failure from whatever cause, unusual atmospheric conditions, collision, introduction of foreign objects into the covered unit, or modifications that are unauthorized or not recommended by Livestrong Fitness.
- Incidental or consequential damages. Livestrong Fitness is not responsible or liable for indirect, special or consequential damages, economic loss, loss of property, or profits, loss of enjoyment or use, or other consequential damages of whatsoever nature in connection with the purchase, use, repair or maintenance of the equipment.
- Equipment used for commercial purposes or any use other than a single family or household, unless endorsed by Livestrong Fitness for coverage.
- Delivery, assembly, installation, setup for original or replacement units or labor or other costs associated with removal or replacement of the covered unit.
- Any attempt to repair this equipment creates a risk of injury. Livestrong Fitness is not responsible or liable for any damage, loss or liability arising from any personal injury incurred during the course of, or as a result of any repair or attempted repair of your fitness equipment by other than an authorized service technician. All repairs attempted by you on your fitness equipment are undertaken AT YOUR OWN RISK and Livestrong Fitness shall have no liability for any injury to the person or property arising from such repairs.

SERVICE/RETURNS

- In-home service is available within 150 miles of the nearest authorized repair center (Mileage beyond 150 miles from an authorized service center is the responsibility of the consumer).
- All returns must be pre-authorized by Livestrong Fitness.
- Livestrong Fitness' obligation under this warranty is limited to replacing or repairing, at Livestrong Fitness' option, the same or comparable model at one of its authorized service centers.
- A Livestrong Fitness authorized service center must receive all equipment for which a warranty claim is made. This equipment must be received with all freight and other transportation charges prepaid, accompanied by sufficient proof of purchase.
- Replacement units, parts and electronic components reconditioned to As-new Condition by Livestrong Fitness or its vendors may sometimes be supplied as warranty replacement and constitute fulfillment of warranty terms.
- This warranty gives you specific legal rights, and your rights may vary from state to state.



FRANÇAIS

INTRODUCTION

Félicitations et merci d'avoir acheté ce cardiovélo **LIVESTRONG®**.

Au moins 4 M\$ de la vente de ce produit seront remis à la Lance Armstrong Foundation et la lutte contre le cancer.

Que votre objectif soit de gagner des courses ou simplement d'apprécier un mode de vie plus riche et plus sain, un cardiovélo **LIVESTRONG®**, de qualité professionnelle, peut vous aider à l'atteindre, grâce aux caractéristiques ergonomiques et novatrices nécessaires qu'il apporte à vos exercices pour que vous soyez plus robuste et en meilleure santé, plus rapidement. Parce que nous nous sommes engagés à concevoir des équipements de conditionnement physique de bout en bout, nous n'utilisons que des composants de la plus haute qualité. C'est un engagement que nous tenons grâce à l'ensemble de garanties le plus étendu du secteur.

Vous souhaitez l'équipement d'exercice qui offre le plus de confort, la plus grande fiabilité et le niveau de qualité le plus élevé de sa catégorie.

Les cardiovélos **LIVESTRONG®** répondent aux attentes.

LIVESTRONG® est une marque de commerce déposée de la Lance Armstrong Foundation.

La Lance Armstrong Foundation lutte pour plus de 25 millions de gens dans le monde entier qui vivent aujourd'hui avec le cancer. Il devrait y avoir, et il y a la vie après le cancer pour plus de gens. La fondation est présente auprès d'eux dès qu'ils sont diagnostiqués, leur offrant le soutien et les ressources qu'ils auront besoin pour combattre le cancer de plein fouet. Elle trouve des moyens innovateurs de sensibiliser, de financer la recherche et de mettre fin au stigmate du cancer dont font face les survivants. Elle rapproche les gens et les communautés pour créer un changement social et fait appel à l'aide des chefs d'état, de la nation et du monde pour lutter contre cette maladie. N'importe qui, n'importe où peut se joindre à la lutte contre le cancer sur LIVESTRONG.org.

PRÉCAUTIONS IMPORTANTES



INSTRUCTIONS À CONSERVER

Il est important de toujours prendre certaines précautions de base lors de l'utilisation du matériel d'exercice physique, et notamment de lire attentivement toutes les instructions avant d'utiliser ce cardiovélo. Il est de la responsabilité du propriétaire de s'assurer que tous ceux qui utilisent ce vélo sont informés des avertissements et précautions le concernant. En cas de questions après avoir lu ce manuel, contacter le service de soutien technique à la clientèle au numéro indiqué au verso du présent manuel.



AVERTISSEMENT

LIRE ATTENTIVEMENT ET CONSERVER TOUTES LES INSTRUCTIONS AVANT D'ASSEMBLER OU D'UTILISER CE CARDIOVÉLO. IL EST VIVEMENT RECOMMANDÉ DE SUIVRE LES INSTRUCTIONS DE SÉCURITÉ SUIVANTES.

- **ATTENTION** : En cas de douleurs thoraciques, de nausées, de vertiges ou d'essoufflements, arrêter immédiatement tout exercice et consulter un médecin avant de reprendre l'activité physique.
- Ce vélo doit être utilisé pour les objectifs décrits dans ce manuel. Ne pas utiliser d'accessoires n'ayant pas été recommandés par le fabricant.
- Ne jamais utiliser ce vélo s'il ne fonctionne pas correctement ou s'il est endommagé. Contacter Livestrong Fitness ou un des revendeurs agréés pour le faire examiner et réparer.
- Ne pas utiliser le vélo sans chaussures adéquates. Ne **JAMAIS** utiliser ce vélo pieds nus.
- Ne pas porter de vêtements qui pourraient s'accrocher aux pièces en mouvement du vélo.
- Ne jamais mettre les mains ou les pieds sur les pièces en mouvement afin d'éviter toute blessure. Ne jamais faire tourner les pédales à la main.
- Ne pas descendre du vélo avant que les pédales soient complètement **ARRÊTÉES**.
- Ne pas essayer de pédaler debout à grande vitesse avant de l'avoir fait à des vitesses plus réduites.
- N'insérer aucun objet, les mains ou les pieds dans une ouverture quelconque et ne jamais exposer les mains, les bras ou les pieds au mécanisme d'entraînement ou autre pièce mobile du vélo.
- Ne pas utiliser du matériel endommagé, usé ou avec des pièces abîmées. N'utiliser que des pièces de rechange fournies par Livestrong Fitness ou les revendeurs agréés.
- Ne pas utiliser ce vélo en cas d'utilisation de produits aérosols (en spray) ou d'administration d'oxygène.
- Une supervision rapprochée est nécessaire lorsque le vélo est utilisé près des enfants ou des personnes handicapées.
- Les jeunes enfants et les animaux domestiques ne doivent pas s'approcher à moins de 3 mètres (10 pieds) lorsque le vélo est utilisé.
- Après s'être exercé, appuyer sur le bouton de tension ou le tourner dans le sens horaire afin de ralentir le volant d'inertie et de réduire le risque de blessure.
- S'assurer que les leviers de réglage (de la position du siège et du guidon) sont bien ajustés et qu'ils n'interfèrent pas avec le mouvement pendant l'utilisation du vélo.
- Il incombe au propriétaire de s'assurer que tous les utilisateurs du cardiovélo sont adéquatement informés de tous les avertissements et de toutes les précautions.
- Garder le cardiovélo à l'intérieur, à l'abri de l'humidité et de la poussière. Ne pas le placer dans un garage, sous un patio recouvert ou à proximité d'eau.
- Placer le cardiovélo sur une surface plane ; pour protéger le plancher ou la moquette, placer un tapis sous le cardiovélo.
- Le cardiovélo est dépourvu de volant d'inertie indépendant ; les pédales continuent à tourner avec le volant d'inertie jusqu'à ce que ce dernier s'immobilise.

ASSEMBLAGE



⚠ AVERTISSEMENT

Le processus d'assemblage comporte certaines étapes au cours desquelles il faut faire particulièrement attention. Il est particulièrement important de correctement suivre les instructions d'assemblage et de s'assurer que toutes les pièces sont bien serrées. Si on ne suit pas correctement ces instructions d'assemblage, certaines pièces du vélo pourraient être mal serrées et paraître lâches et être à l'origine de bruits irritants. Pour éviter d'endommager le vélo, il est recommandé de lire les instructions d'assemblage et de prendre des mesures correctives.

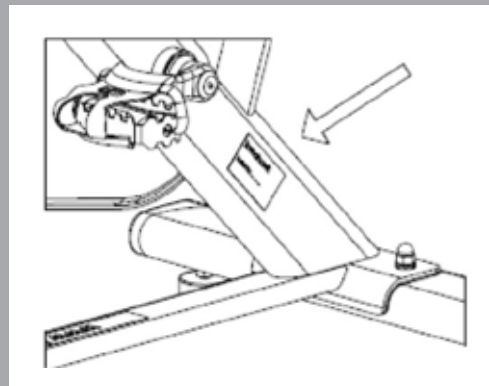
Avant de continuer, rechercher le numéro de série du cardiovélo (à la partie inférieure avant de l'appareil) et l'indiquer ci-dessous.

INSCRIRE LE NUMÉRO DE SÉRIE DU VÉLO DANS LA CASE CI-DESSOUS :

NUMÉRO DE SÉRIE :

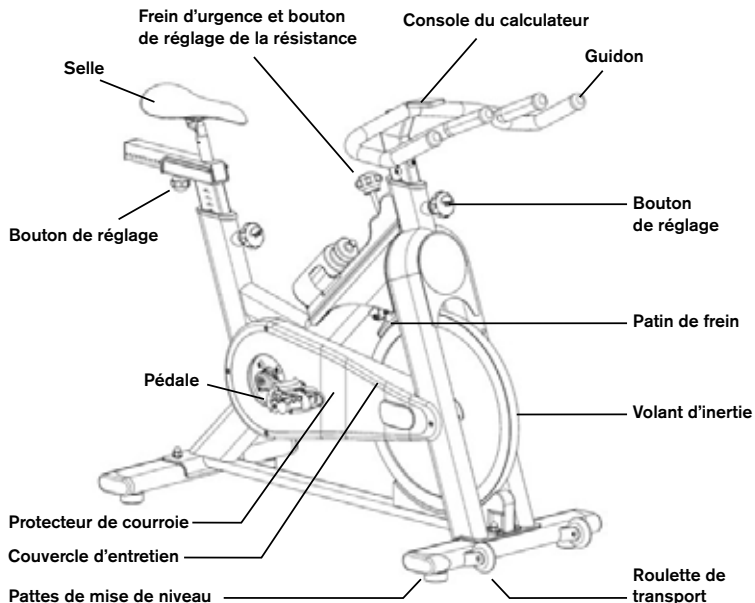
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

NOM DU MODÈLE : **CARDIOVÉLO LIVESTRONG LS9.9IC**



- » Se référer au NUMÉRO DE SÉRIE et NOM DU MODÈLE lors de tout appel à un service de réparations.
- » Veiller à inscrire le NUMÉRO DE SÉRIE et le NOM DU MODÈLE sur le bon de garantie.

LS9.9IC PIÈCES INCLUSES



PRÉ-ASSEMBLAGE

OUTILLAGE NÉCESSAIRE POUR L'ASSEMBLAGE

- Clé : 17/19 mm, 13/15 mm
- Clé hexagonale : 3 mm, 6 mm

BESOIN D'AIDE ?

En cas de questions ou s'il manque des pièces, s'adresser au service de soutien technique à la clientèle. Les informations pour communiquer avec ce service figurent au verso du présent manuel.

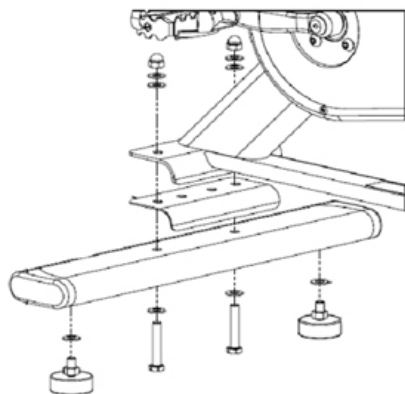
DÉBALLAGE

À cause de son poids, **il est recommandé de se mettre à deux pour assembler le cardiovélo.** Placer l'appareil à un endroit dégagé et en enlever tout l'emballage ; ne mettre l'emballage au rebut qu'une fois l'assemblage terminé.

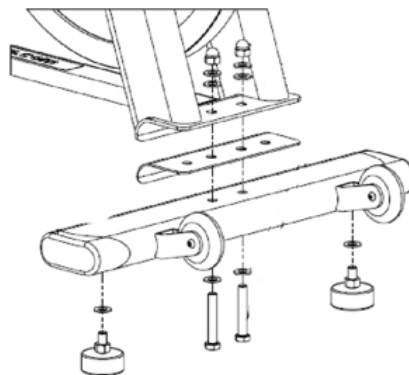
REMARQUE : S'assurer à chaque étape de l'assemblage que **TOUTES** les vis et **TOUS** les écrous sont bien en place et partiellement serrés avant de les serrer à fond.

REMARQUE : Une légère application de graisse peut faciliter l'installation de la visserie. Toute graisse, comme la graisse au lithium pour vélos est recommandée.

ÉTAPES 1 ET 2 DE L'ASSEMBLAGE

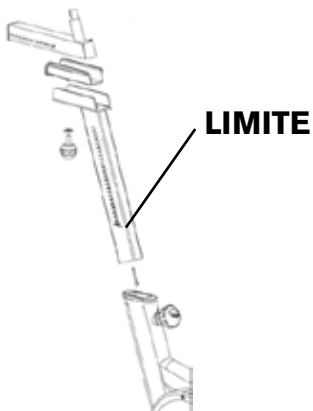


- A Trouver le stabilisateur arrière. Tandis que la deuxième personne soulève l'arrière du cadre, fixer le stabilisateur arrière au cadre avec deux boulons M10 de 60 mm, quatre rondelles M10, un joint de stabilisateur, deux rondelles de plastique et deux écrous borgnes M10 (voir figure).

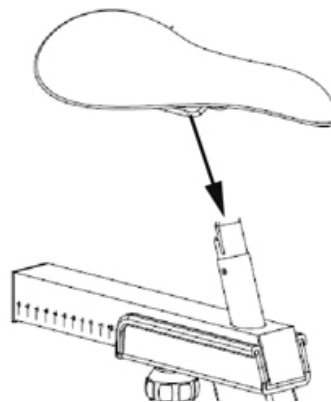


- B Soutenir le stabilisateur avant tandis qu'une autre personne soulève l'avant du cadre. Fixer le stabilisateur avant au cadre avec deux boulons M10 de 60 mm, quatre rondelles M10, un joint de stabilisateur, deux rondelles de plastique et deux écrous borgnes M10.

ÉTAPES 3 ET 4 DE L'ASSEMBLAGE

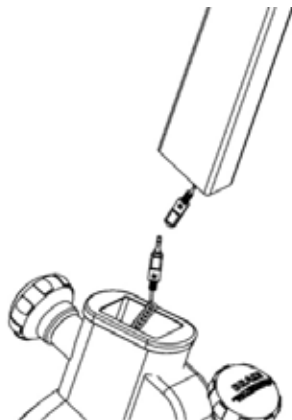


- A Tourner le bouton de réglage arrière dans le sens antihoraire et le tirer pour insérer la tige de selle dans le cadre. Puis, mettre la tige de selle à la hauteur voulue, lâcher le bouton de réglage afin que la goupille s'engage dans un des trous de la tige de selle. Puis, tourner le bouton de réglage dans le sens horaire jusqu'à ce qu'il soit en appui.

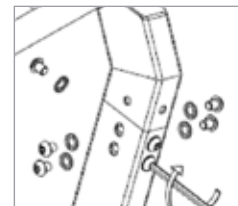
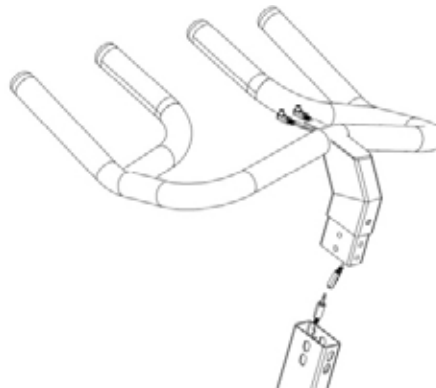


- B Monter la selle sur le tube horizontal (voir figure ci-dessus). Enfin, resserrer fermement le collier de serrage de la selle et s'assurer que la selle est à sa position la plus horizontale, au centre de la glissière.
- C Pour régler la selle à l'horizontale, tourner le petit bouton de réglage dans le sens antihoraire, mettre la selle à la position horizontale voulue et resserrer le bouton de réglage jusqu'à ce qu'il soit en appui.
- D Ne pas régler la hauteur de la tige de selle au-delà de la limite indiquée afin d'éviter toute instabilité.

ÉTAPES 5 ET 6 DE L'ASSEMBLAGE



- A Raccorder les deux extrémités du câble du capteur. Tenir le câble qui se trouve dans le tube de cadre du guidon et le tirer par la potence pour le raccorder au câble qui sort de la partie supérieure du guidon.

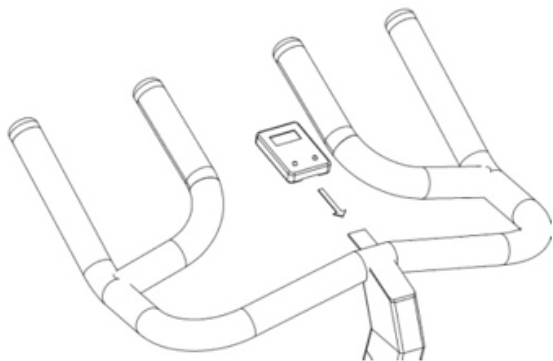


Ne pas serrer excessivement les boulons d'assemblage. S'assurer que la goupille de verrouillage du bouton de réglage est complètement engagée et que la potence reste fixe en cours d'exercice.

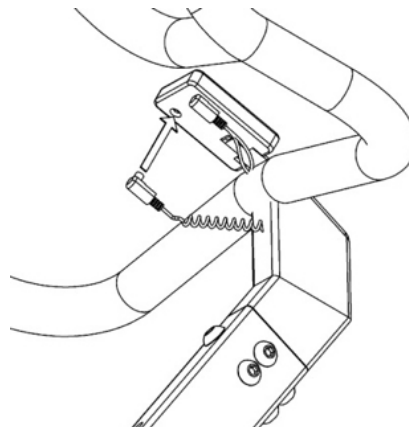
- B Glisser la partie supérieure du guidon dans la potence et raccorder les deux pièces à l'aide des sept boulons Allen fournis.
- S'assurer que les boulons d'assemblage Allen sont bien serrés et que le guidon n'oscille pas parce qu'il est mal fixé.**
- C Tourner le bouton de réglage avant dans le sens antihoraire, et tirer le bouton de réglage pour pouvoir insérer complètement la potence dans le cadre. Puis, mettre la potence à la hauteur voulue, lâcher le bouton de réglage afin que la goupille s'engage dans un des trous de la potence et tourner le bouton de réglage dans le sens horaire pour le resserrer et le bloquer.
- D Ne pas régler la hauteur de la potence au-delà de la limite afin d'éviter toute instabilité.



ÉTAPES 7 ET 8 DE L'ASSEMBLAGE

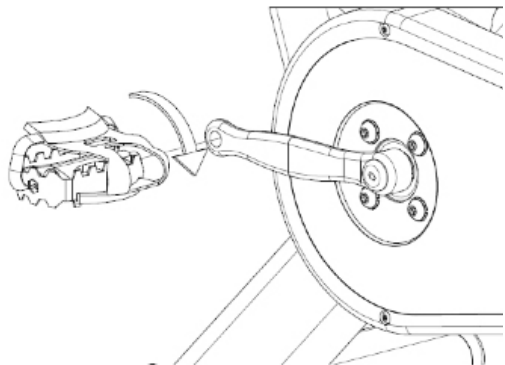


A Monter le calculateur sur le guidon en le glissant sur son support.



B Raccorder les deux câbles qui sortent du guidon aux points de connexion à la partie inférieure de la console du calculateur. Raccorder le câble portant la marque rouge au point de connexion à marque rouge, et le câble noir dépourvu de marque à l'autre point de connexion.

ÉTAPE 9 DE L'ASSEMBLAGE



- A Trouver la pédale droite. La serrer fermement dans le sens horaire dans la manivelle droite à l'aide d'une clé à pédale de 15 mm. Répéter l'opération pour la pédale gauche mais en tournant dans le sens antihoraire.

REMARQUE : Pour éviter tout dommage, veiller à aligner correctement les filets. L'ajout d'un peu de graisse sur le filetage permet aux pédales de se visser facilement et correctement. Faire pivoter l'axe de pédale **GAUCHE** dans le **SENS ANTIHORAIRE** pour le visser dans la manivelle, et faire pivoter l'axe de pédale **DROIT** dans le **SENS HORAIRE** pour le visser dans la manivelle.

Avant d'utiliser le cardiovélo, s'assurer que toutes ses pièces sont bien serrées et que son patin de frein est baigné de lubrifiant. Cette précaution permet d'éviter toute usure anormale du patin de frein. Pour protéger le plancher ou la moquette, placer un tapis sous le cardiovélo.

TRAVAIL TERMINÉ !



FONCTIONNEMENT DU CARDIOVÉLO

SPÉCIFICATIONS DU MODÈLE LS9.9IC

DONNÉES TECHNIQUES

Cadre	Haute résistance, avec traitement anticorrosion
Résistance	Frein à friction avec bouton de micro-réglage et arrêt d'urgence
Niveaux de résistance	Variables à l'infini avec accroissement linéaire sur toute la plage de résistance
Système d'entraînement	Système de roue à chaîne sans à-coups
Volant d'inertie	20 kg / 44 lb
Réglages du guidon	Vertical et horizontal
Réglages de la selle	Vertical et horizontal
Dimensions (L x l x H)	132 x 53 x 114 cm / 52 x 21 x 45 po
Poids du vélo	54 kg / 119 lb
Poids max. de l'utilisateur	131,5 kg / 290 lb

CARACTÉRISTIQUES SPÉCIALES

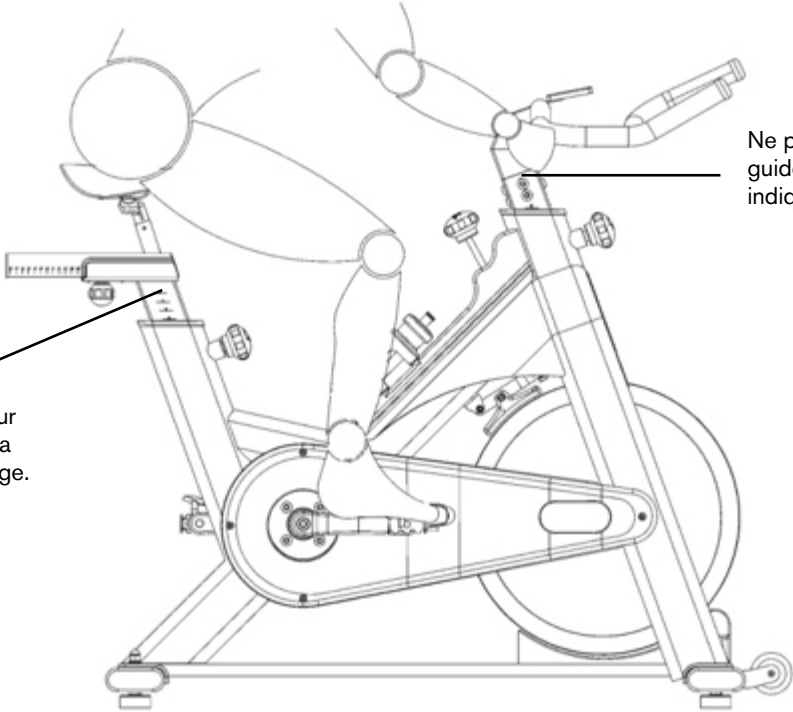
Guidon	Multi-positions
Pédalier	En acier forgé
Pédales	Pédales avec cale-pieds et courroie réglable
Selle	Selle confortable
Tige de selle et potence	Traitement antirouille
Porte-bidon	Oui

*Les spécifications sont susceptibles d'être modifiées sans préavis.

RÉGLAGE DU CARDIOVÉLO

Le cardiovélo peut être réglé de manière à permettre de s'exercer avec le maximum de confort et d'efficacité. Les directives ci-dessous décrivent une manière de régler le cardiovélo pour pouvoir l'utiliser dans des conditions de confort optimales et avec un positionnement idéal du corps ; on peut toutefois choisir des réglages différents.

RÉGLAGE DE LA COURROIE DE LA PÉDALE



Ne pas régler la hauteur de la selle au-delà de la limite indiquée sur la tige.

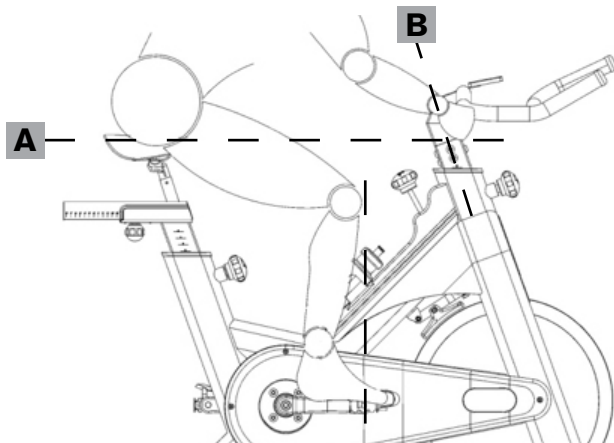
Ne pas régler la hauteur du guidon au-delà de la limite indiquée sur la potence.



RÉGLAGE DE LA SELLE

Pour éviter de se blesser les genoux, il est très important que la selle soit à la position horizontale appropriée. Se mettre en selle et faire pivoter les pédales jusqu'à ce que les manivelles soient à l'horizontale.

En prenant sa jambe en avant comme repère, l'utilisateur doit s'assurer que sa rotule est exactement au-dessus du centre de la pédale de sorte qu'une ligne droite puisse relier son genou au centre de la pédale (voir la ligne pointillée de l'illustration ci-dessous). Pour régler la position horizontale de la selle, descendre du cardiovélo. Puis, desserrer le bouton de réglage arrière, glisser la selle vers l'avant ou vers l'arrière selon le cas, et resserrer le bouton.



RÉGLAGE DU GUIDON

Commencer avec la partie supérieure du guidon à peu près la même hauteur ou légèrement plus haut que l'arête supérieure de la selle (ligne pointillée horizontale A de l'illustration ci-dessus) et en position neutre – ni en avant ni en arrière – (indiquée par la ligne pointillée verticale B de l'illustration ci-dessus). Si ses genoux touchent le guidon ou si on ressent des douleurs lombaires lors d'un pédalage prolongé, régler la hauteur du guidon. Descendre du cardiovélo. Puis, tourner le bouton de réglage avant dans le sens antihoraire, lever ou abaisser la potence à la position voulue, et resserrer le bouton de réglage.

En changeant la position de ses mains, on peut changer l'inclinaison de son dos, de son cou et de ses bras. Pour réduire au minimum la contrainte sur les muscles lors des exercices, changer fréquemment ses mains de position.



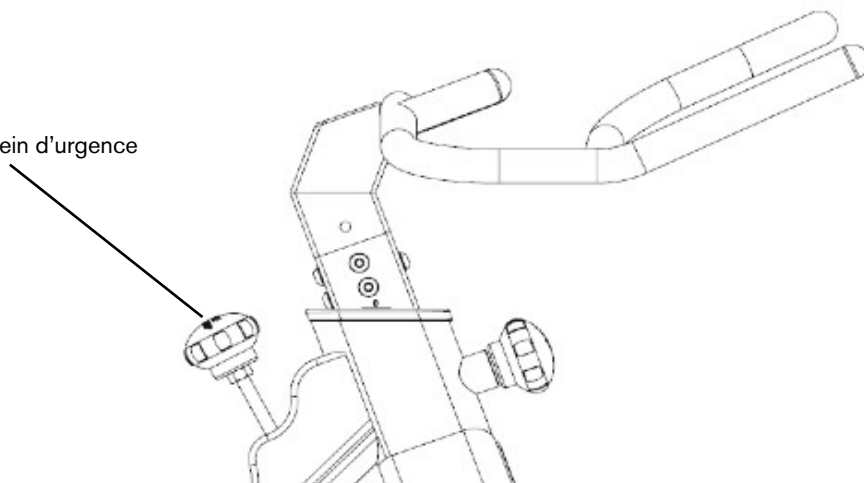
RÉGLAGE DE LA RÉSISTANCE

Pour le pédalage, le degré de difficulté (résistance) peut être modifié par petits incréments à l'aide du bouton de réglage de la résistance. Pour augmenter la résistance, tourner le bouton de réglage dans le sens horaire. Pour réduire la résistance, tourner le bouton dans le sens antihoraire.

IMPORTANT : Pour arrêter le volant d'inertie en cours de pédalage, appuyer sur le bouton de frein rouge. Le volant d'inertie doit s'immobiliser rapidement. L'utilisateur doit veiller à ce que ses chaussures soient fixées aux cale-pieds ou, s'il porte des chaussures de cyclisme, à ce que la cale des semelles soit solidaire de la fixation des pédales pendant les exercices. Lorsqu'il n'utilise pas l'appareil, il doit veiller à mettre la résistance au maximum afin d'éviter toute blessure imputable aux pièces mobiles de l'entraînement.

AVERTISSEMENT : Le cardiovélo est dépourvu de volant d'inertie libre ; les pédales continuent à tourner avec le volant d'inertie jusqu'à ce que ce dernier s'immobilise. Il est nécessaire de réduire sa vitesse de manière prudente. Pour immobiliser instantanément le volant d'inertie, appuyer sur le bouton d'arrêt d'urgence rouge. Toujours pédaler judicieusement et adopter une cadence conforme à ses possibilités. Une pression sur le bouton rouge commande un arrêt d'urgence.

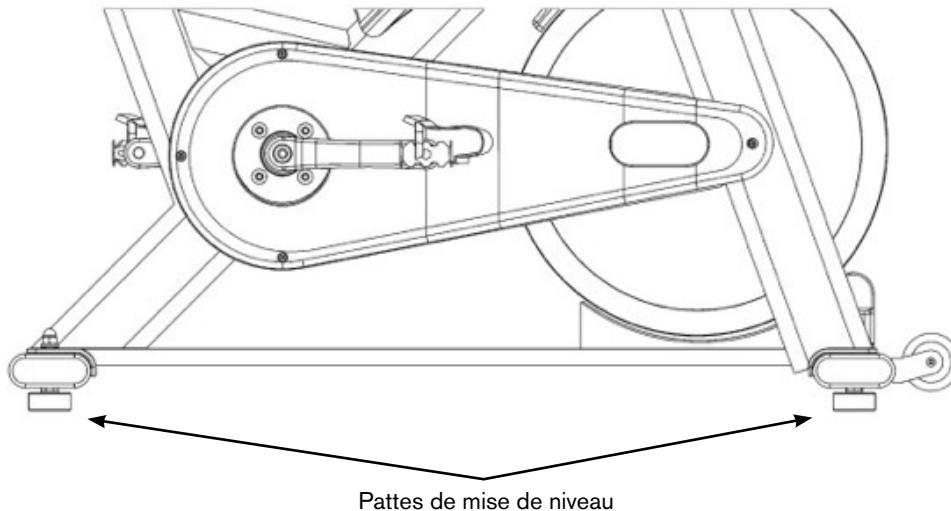
Bouton rouge de réglage de la résistance/frein d'urgence



DÉPLACEMENT DU CARDIOVÉLO

À cause de son poids, il est recommandé de se mettre à deux pour déplacer le cardiovélo. Une des personnes soulève l'arrière de l'appareil, et l'autre tient fermement le guidon et incline le cardiovélo vers l'avant jusqu'à ce qu'il roule sur ses roulettes. Déplacer soigneusement le cardiovélo jusqu'à l'endroit voulu et l'y poser. **ATTENTION : Pour réduire le risque de blessure, faire preuve d'une prudence extrême pour déplacer le cardiovélo. Ne pas essayer de le déplacer sur des surfaces inégales et s'assurer qu'on dispose d'un dégagement de sécurité d'au moins 50 cm (20 po) par rapport à l'équipement le plus proche (recommandé).**


Si, une fois posé sur le plancher, le cardiovélo oscille, tourner les pattes de mise de niveau situées sous le stabilisateur avant ou arrière jusqu'à ce que l'oscillation cesse. **Important :** Ne pas dévisser les pattes de mise de niveau de plus de 12 mm (1/2 po).




SPÉCIFICATIONS :

TIME (DURÉE).....00:00-99:59 HEART RATE (FRÉQUENCE CARDIAQUE).....40-240 BPM
CNT/MIN (DÉCOMPTE EN MIN).....0-9999 CALORIES (CAL).....0,0-9999 KCAL COUNT (DÉCOMPTE) (CNT).....0-9999

FONCTION DES TOUCHES :

SELECT (SÉLECTION)  : Cette touche permet de sélectionner et de verrouiller la fonction voulue.

RESET (RÉINITIALISATION)  : Une pression sur cette touche permet de remettre la valeur à zéro.

FONCTIONNEMENT :

AUTO ON / OFF (MARCHÉ/ARRÊT AUTOMATIQUE)

Le système se met en service lorsqu'on appuie sur l'une des touches ou lorsqu'il reçoit un signal du capteur de vitesse. Le processeur se met automatiquement hors service lorsque le capteur de vitesse ne reçoit aucun signal ou qu'on n'appuie sur aucune touche pendant environ 4 minutes.

RESET (RÉINITIALISATION) :

L'appareil peut être réinitialisé par changement des piles ou en appuyant sur la touche RESET pendant 3 secondes.

FONCTIONS :

TIME (DURÉE) : La durée des exercices s'affiche lorsqu'on appuie sur la touche SELECT.

RPM (TR/MIN) : La vitesse effective s'affiche lorsqu'on appuie sur la touche SELECT.

COUNT (DÉCOMPTE) : La distance correspondant à chaque séance d'exercices s'affiche lorsqu'on appuie sur la touche SELECT.

PULSE (FRÉQUENCE CARDIAQUE) : La fréquence cardiaque effective de l'utilisateur s'affiche en battements par minute (BPM) lorsqu'on appuie sur la touche SELECT. Placer la paume de ses mains sur les deux contacts et attendre 30 secondes que la lecture la plus précise s'affiche.

CALORIES : Les calories brûlées s'affichent lorsqu'on appuie sur la touche SELECT.

SCAN (BALAYAGE) : Affichage automatique des fonctions suivantes, dans l'ordre indiqué : **DÉCOMPTE – DURÉE/DÉCOMPTE EN MIN – FRÉQUENCE CARDIAQUE – CALORIES**

ATTENTION :

1. Ne pas exposer trop longtemps à l'ensoleillement direct.
2. Protéger de l'eau et des chocs violents.
3. Pendant la pose des piles, la DEL du calculateur ne fonctionne pas. Reposer les piles.



ENTRETIEN



Pour fournir durablement un rendement optimal le cardiovélo doit faire l'objet d'un entretien régulier. Prendre connaissance de toutes les directives ci-dessous et les suivre. Si le cardiovélo n'est pas entretenu conformément aux directives, ses composants peuvent s'user excessivement et le cardiovélo peut être endommagé. Un entretien inadéquat est cause d'annulation de la garantie. Pour toute question relative à l'entretien, s'adresser au distributeur de la localité.

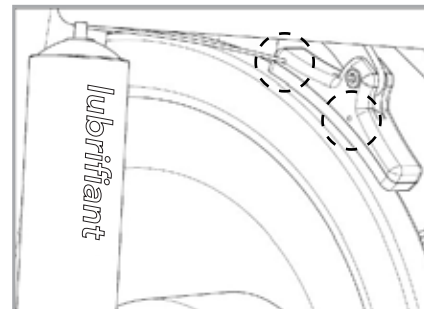
Remarque : Nombre d'opérations de maintenance supposent l'emploi de lubrifiant en aérosol. Le fabricant recommande l'emploi de WD40, de Brunox ou d'un lubrifiant sans solvant comparable.

ENTRETIEN QUOTIDIEN

1. S'assurer que le cardiovélo est à l'horizontale. Si le cardiovélo oscille sur le plancher, tourner les pattes de mise de niveau situées sous le stabilisateur avant ou arrière jusqu'à ce que l'oscillation cesse.
2. Après chaque séance d'exercices, aseptiser et nettoyer le cardiovélo afin de maintenir un environnement hygiénique. Commencer par pulvériser de l'aseptisant sur le guidon et sur la selle. Avec un chiffon non pelucheux, sécher le guidon et la selle. Puis, appliquer une petite quantité d'aseptisant sur un chiffon non pelucheux et nettoyer les boutons et les manettes de réglage. Éviter d'utiliser tout détersif fort sur le cadre du cardiovélo.

ENTRETIEN HEBDOMADAIRE

1. Appliquer une petite quantité de lubrifiant en aérosol sur un chiffon non pelucheux et nettoyer à fond le cadre, les glissières du guidon et de la selle, le volant d'inertie et les pièces en plastique du cardiovélo.
2. (Illustration de droite) Pour obtenir le rendement optimal du système de résistance, et pour réduire au minimum l'usure du patin de frein, appliquer le lubrifiant en aérosol sans solvant sur le patin de frein par les trous de lubrification de la partie en plastique du patin de frein. Si de la poussière ou de la peluche apparaît sur le patin de frein, c'est que ce dernier est devenu trop sec – y appliquer plus fréquemment du lubrifiant en aérosol. S'assurer que le patin de frein est intégralement baigné de lubrifiant en aérosol. Puis, essuyer l'excédent.



ENTRETIEN TOUTES LES DEUX SEMAINES

(Illustration de droite) Ne pas utiliser le cardiovélo si le frein d'urgence ne fonctionne pas correctement. En pédalant assis sur la selle, vérifier l'efficacité du frein en appuyant sur le bouton de frein. Le volant d'inertie doit s'immobiliser rapidement et complètement.

Cardiovélo à courroie

Important : Une courroie détendue ou excessivement tendue s'abîme et occasionne des dommages au système d'entraînement.

Contrôle de la tension de la courroie :

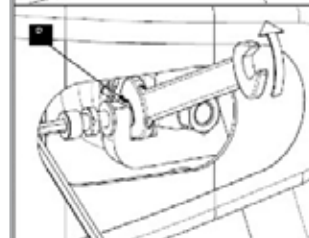
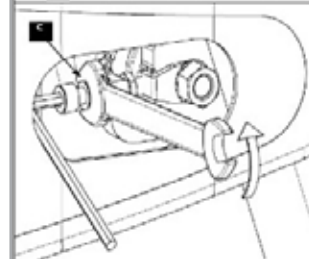
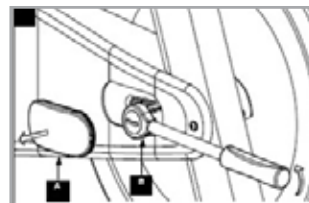
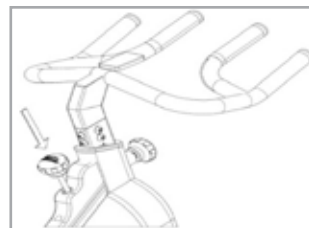
Pour vérifier la tension d'une courroie, se mettre en selle, poser les pieds sur les pédales, et les faire pivoter jusqu'à ce que les manivelles soient à l'horizontale. Appuyer sur le bouton de frein d'urgence et le maintenir. Puis, en se tenant debout sur les pédales, se balancer vers l'avant et vers l'arrière. Il ne doit pas y avoir plus de 2 à 3 mm (1/8° po) de mou dans la courroie. Dans le cas contraire, la tension de la courroie est insuffisante.

Réglage de la tension de la courroie :

Pour retendre la courroie : retirer les couvercles d'entretien droit et gauche **(A)**. Desserrer de deux tours complets l'écrou **(B)** aux deux extrémités de l'arbre du volant d'inertie. Desserrer l'écrou de réglage extérieur **(C)** situé en face de la tête du boulon Allen de chaque côté du volant d'inertie. Puis, tourner les écrous de réglage intérieurs gauche et droit **(D)** à l'intérieur du support du volant d'inertie de 1/4 de tour à la fois (vers le haut du côté droit et vers le bas du côté gauche) jusqu'à ce que la courroie soit correctement tendue. Veiller à tourner les deux écrous de réglage exactement de la même manière, pour éviter tout désalignement du volant d'inertie. Revérifier le mou de la courroie de la manière indiquée au début de la présente étape. Au besoin, régler à nouveau la tension de la courroie.

Enfin, resserrer les deux écrous de réglage extérieurs **(C)** et les deux écrous d'arbre **(B)**, et reposer les couvercles d'entretien.

Pour éviter d'endommager les paliers du volant d'inertie, ne pas serrer excessivement les écrous d'arbre **(B)**. Des bruits ou des vibrations inhabituels dénotent une tension excessive de la courroie ou que l'angle du volant d'inertie est inadéquat.



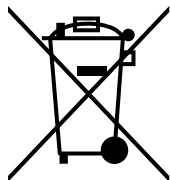


LES PILES NE DOIVENT PAS :

- entrer en contact avec une flamme ;
- entrer en contact avec des pièces de monnaie ou autres objets métalliques ;
- être utilisées avec de vieilles piles ;
- être utilisées avec des piles de marque ou de type différents.

Si on ne prévoit pas d'utiliser l'appareil pendant une longue période, déposer les piles pour éviter tout dommage imputable à une fuite ou à la corrosion. Si les piles se sont déchargées, éliminer immédiatement tous les résidus et poser des piles neuves dans le calculateur. En présence de résidus, éviter tout contact oculaire et se laver très soigneusement les mains.

Si possible, utiliser des piles rechargeables pour le bien de l'environnement. Avant de les mettre au rebut, retirer les piles du calculateur. Lorsqu'on utilise des piles rechargeables, s'assurer qu'elles débitent du courant de 1,5 V.



Les produits ou les piles portant ce symbole peuvent ne pas être mis au rebut avec les ordures ménagères normales. S'informer de la législation ou de la réglementation relative à la mise au rebut des appareils électriques et des piles en vigueur dans la localité, et s'y conformer.



GARANTIE LIMITÉE – USAGE DOMESTIQUE

* Clients des É.-U. uniquement

**POIDS MAXIMAL DE L'UTILISATEUR =
131,5 kg (290 lb)**

5 ANS DE GARANTIE :

Construction, rupture et défaut des soudures du cadre

2 ANS DE GARANTIE :

Guidon et selle, système de freinage (à l'exclusion du patin de frein), manettes et boutons de réglage, manivelles, entraînement par courroie, boîte de pédalier, roulements à bille, ensemble de volant d'inertie et moyeu, revêtement en poudre, éléments en plastique comme le garde-chaîne et plaque de recouvrement de moyeu gauche, dispositif antisudation, pédales plate-forme (à l'exclusion des pédales automatiques), bagues d'insertion pour le guidon et la tige de selle, pattes de mise de niveau.

MAIN-D'ŒUVRE - 1 AN

Livestrong Fitness assume les frais de main-d'œuvre pour la réparation de l'appareil pendant 1 an à compter de la date de l'achat initial, tant que le propriétaire initial possède l'appareil.

6 MOIS DE GARANTIE :

Cale-pieds, patins de frein, pédales automatiques, porte-bidon, selle

Les défaillances du produit imputables à la négligence ou à un usage abusif sont causes d'annulation de la garantie.

L'entretien et la maintenance fréquents conformes aux directives énoncées dans le manuel du propriétaire sont des préalables au maintien de la garantie.

EXCLUSIONS ET LIMITATIONS

Qui EST couvert :

- Le propriétaire initial ; la garantie n'est pas transférable.

Qu'est-ce qui EST couvert :

- La réparation ou le remplacement de pièces défectueuses. Ils constituent les seuls correctifs au titre de la garantie.

Qu'est-ce qui N'EST PAS couvert :

- L'usure normale, l'assemblage ou l'entretien incorrects ou l'installation de pièces ou d'accessoires incompatibles ou non destinés à l'équipement tel qu'il est vendu.
- Les dommages ou la défaillance dus à un accident, l'utilisation abusive, la corrosion, la décoloration de la peinture ou du plastique, la négligence, le vol, le vandalisme, l'incendie, l'inondation, le vent, la foudre, le gel ou d'autres catastrophes naturelles quelle qu'en soit la nature, une réduction, fluctuation ou défaillance d'alimentation de quelque origine que ce soit, des conditions atmosphériques inhabituelles, une collision, l'introduction d'objets étrangers dans l'unité ou des modifications non autorisées ou non recommandées par Livestrong Fitness.
- Les dommages accessoires ou immatériels. Livestrong Fitness n'est pas responsable des dommages indirects, spéciaux ou immatériels, des pertes économiques, des pertes matérielles ou de profits, des privations de jouissance ou d'utilisation, ou d'autres dommages immatériels de quelque nature que ce soit en relation avec l'achat, l'utilisation, la réparation ou l'entretien de l'équipement.
- Les équipements utilisés à des fins commerciales ou à toutes autres fins que celles d'une famille unique ou d'un foyer, sauf acceptation de la couverture par Livestrong Fitness.
- La livraison, l'assemblage, l'installation, le réglage des unités d'origine ou de remplacement ou la main-d'œuvre et les autres frais associés à l'enlèvement ou au remplacement de l'unité couverte.

- Toute tentative de réparation de cet équipement crée un risque de blessure. Livestrong Fitness n'est pas responsable des dommages, pertes ou responsabilités découlant de toute blessure subie lors de ou du fait de toute réparation ou tentative de réparation de l'équipement de conditionnement physique par quiconque autre qu'un technicien agréé. Toutes les tentatives de réparation de l'équipement de conditionnement physique par l'utilisateur sont effectuées À SES RISQUES ET PÉRILS. Livestrong Fitness décline toute responsabilité en matière de blessures ou de dommages quels qu'ils soient causés par de telles réparations.

SERVICE/RETOURS

- Le service à domicile est assuré dans un rayon de 240 km par le centre de réparation agréé le plus proche. (Au-delà de cette distance, le kilométrage parcouru est à la charge du client).
- Tout retour doit être pré-approuvé par Livestrong Fitness.
- Les obligations de Livestrong Fitness en vertu de cette garantie se limitent à la réparation ou au remplacement de l'équipement, à la discrétion de Livestrong Fitness, par le même modèle ou un modèle comparable dans l'un de ses services d'entretien agréés.
- Un service d'entretien agréé par Livestrong Fitness doit recevoir tout l'équipement pour lequel la demande de garantie est formulée. Cet équipement doit être expédié en port payé, accompagné d'une preuve d'achat suffisante.
- Les appareils de rechange, les pièces et les composants électroniques remis à neuf par Livestrong Fitness ou ses fournisseurs peuvent parfois être fournis comme pièces de rechange et constituent une parfaite application des dispositions de la garantie.
- Cette garantie donne des droits spécifiques. Les droits de l'utilisateur peuvent varier d'une province à l'autre.



ESPAÑOL

INTRODUCCIÓN

¡Felicitaciones y gracias por haber comprado esta bicicleta estacionaria **LIVESTRONG®**!

Las compras de este producto aseguran que un mínimo de \$4 millones serán asignados a la fundación Lance Armstrong y la lucha contra el cáncer.

Ya sea que su meta sea ganar carreras o simplemente disfrutar de un estilo de vida más completo y saludable, una bicicleta estacionaria **LIVESTRONG®** puede ayudarle a llegar a dicha meta, produciendo resultados de calidad a nivel de club deportivo en sus sesiones de ejercicio en casa, con las características ergonómicas e innovadoras que necesita para aumentar más rápidamente su fuerza y mejorar su salud. Como tenemos el compromiso de diseñar equipo completo de acondicionamiento físico, sólo usamos componentes de la más alta calidad. Es un compromiso que respaldamos con una de las mejores garantías en la industria.

Usted requiere de equipo para hacer ejercicio cómodo, confiable y de la más alta calidad en su clase.

Las bicicletas estacionarias **LIVESTRONG®** cumplen.

LIVESTRONG® es una marca registrada de la fundación Lance Armstrong.

La fundación Lance Armstrong lucha a favor de los 25 millones de personas en todo el mundo que en la actualidad padecen cáncer. Mucha gente puede vivir y debe vivir después de haber sufrido de cáncer. La fundación inicia su participación al momento del diagnóstico, proporcionando a las personas los recursos y la asistencia que necesitan para hacerle frente al cáncer. La fundación encuentra formas innovadoras para crear conciencia, financiar investigaciones y terminar el estigma acerca del cáncer a que muchos sobrevivientes se enfrentan. La fundación crea enlaces entre personas y comunidades para impulsar el cambio social, y pide a los líderes estatales, nacionales y mundiales que ayuden a luchar contra esta enfermedad. Todos, y en todas partes, podemos unirnos a la lucha contra el cáncer. Únase a ellos en **LIVESTRONG.org**.

PRECAUCIONES IMPORTANTES



GUARDE ESTAS INSTRUCCIONES

Cuando se utiliza un aparato para hacer ejercicio se deben tomar ciertas precauciones básicas, entre las que se incluye: leer todas las instrucciones antes de usar esta bicicleta estacionaria. Es responsabilidad del propietario asegurar que todos los que usen esta bicicleta estacionaria estén bien informados de todas las advertencias y las precauciones. Si tiene alguna pregunta después de leer este manual del propietario, póngase en contacto con el servicio de asistencia técnica a clientes al número que aparece en la contraportada de este manual.

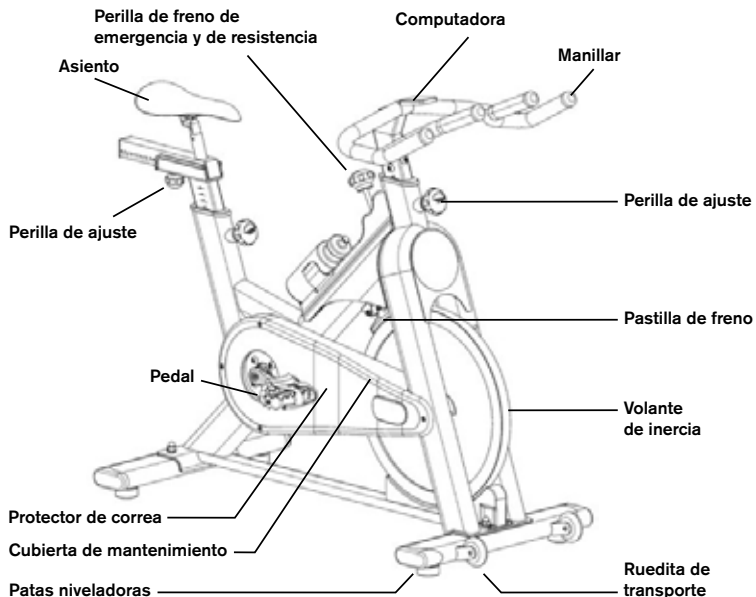


ADVERTENCIA

LEA TODAS ESTAS INSTRUCCIONES ANTES DE ENSAMBLAR O USAR ESTA BICICLETA ESTACIONARIA, Y CONSÉRVELAS. LE RECOMENDAMOS ENFÁTICAMENTE TOMAR EN CUENTA LAS SIGUIENTES INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD.

- **PRECAUCIÓN:** Si llega a sentir dolor de pecho, náuseas, mareo, o falta de aliento, deje de hacer ejercicio de inmediato, y consulte a un médico antes de continuar.
- Use esta bicicleta con el propósito para el que fue fabricada, como se describe en este manual. No use accesorios que no recomiende el fabricante.
- Nunca use esta bicicleta si no está funcionando correctamente o si ha sufrido daños. Póngase en contacto con Livestrong Fitness o con los distribuidores autorizados para que la bicicleta sea examinada y reparada.
- No use la bicicleta si no está usando el calzado apropiado. **NUNCA** use la bicicleta descalzo.
- No use ropa que pudiera atorarse en alguna pieza móvil de la bicicleta.
- Para evitar lesiones, en ningún momento acerque ni las manos ni los pies a las piezas móviles. Nunca haga girar los pedales a mano.
- No se baje de la bicicleta mientras los pedales no se hayan **DETENIDO** por completo.
- No intente montar de pie en la bicicleta a alta velocidad mientras no haya practicado a velocidades más bajas.
- No introduzca ningún objeto, las manos o los pies en ninguna abertura, ni deje expuestas las manos, los brazos o los pies al mecanismo de transmisión o a otras piezas que pudieran llegar a moverse en la bicicleta.
- No use equipo que esté dañado o que tenga piezas desgastadas o defectuosas. Sólo use piezas de repuesto de Livestrong Fitness o de los distribuidores autorizados.
- No use este equipo donde se estén utilizando productos en aerosol (sprays), o donde se esté administrando oxígeno.
- Es necesario contar con supervisión adecuada cuando este equipo se use cerca de niños, inválidos o discapacitados.
- Cuando la bicicleta esté en uso, los niños pequeños y las mascotas no deben acercarse a menos de 3 metros (10 pies) de la bicicleta.
- Al terminar de hacer ejercicio oprima o haga girar hacia la derecha la perilla de ajuste de tensión para disminuir la velocidad del volante de inercia y así reducir la probabilidad de sufrir lesiones.
- Asegúrese de que las palancas de ajuste (del asiento y del manillar) estén bien fijas y que no interfieran con el movimiento durante el ejercicio.
- Es responsabilidad del propietario asegurar que todos los usuarios de esta bicicleta estacionaria estén bien informados de todas las advertencias y precauciones.
- No coloque la bicicleta estacionaria a la intemperie, manténgala alejada de la humedad y del polvo. No coloque la bicicleta estacionaria dentro de un garaje, en un patio techado, ni cerca de agua.
- Coloque la bicicleta estacionaria sobre una superficie nivelada y encima de un tapete para proteger el piso o la alfombra.
- La bicicleta estacionaria no tiene un volante de inercia con movimiento independiente; los pedales continúan moviéndose junto con el volante de inercia hasta que éste se detiene.

LS9.9IC PIEZAS INCLUIDAS



PREENSAMBLAJE

HERRAMIENTAS NECESARIAS PARA EL ENSAMBLAJE

- Llave: 17/19 mm, 13/15 mm
- Llave Allen: 3 mm, 6 mm

¿NECESITA AYUDA?

Si tiene preguntas o si le faltan piezas, póngase en contacto con el servicio de asistencia técnica a clientes. En la contraportada de este manual aparece información adicional de contacto.

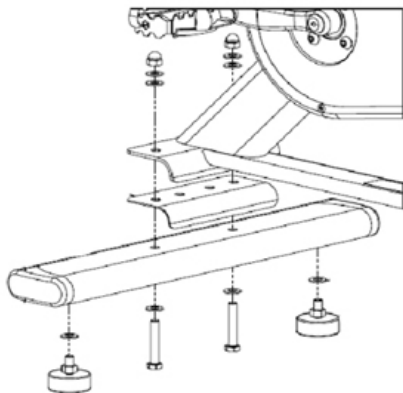
DESEMPAQUE

Debido al peso de la bicicleta estacionaria **se necesitan dos personas para ensamblarla**. Coloque la bicicleta estacionaria en una zona despejada y retire todo el material de empaque; no deseche el material de empaque mientras no haya terminado de ensamblar la bicicleta.

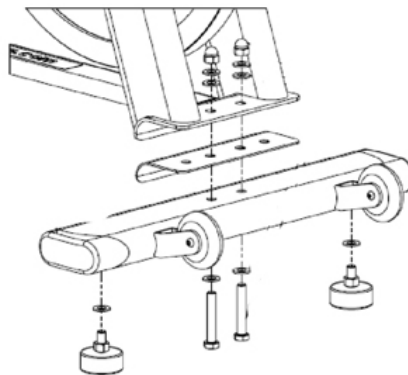
NOTA: Durante cada uno de los pasos de ensamblaje asegúrese de que **TODAS** las tuercas y los pernos estén en su lugar y parcialmente enroscados antes de apretar bien **CUALQUIERA** de ellos.

NOTA: Una ligera capa de grasa podría facilitar la instalación de la tornillería. Se recomienda utilizar cualquier tipo de grasa, por ejemplo grasa de litio para bicicletas.

PASOS 1 Y 2 DE ENSAMBLAJE

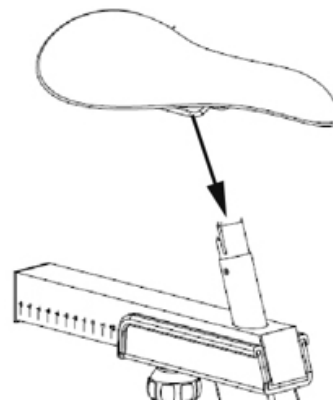
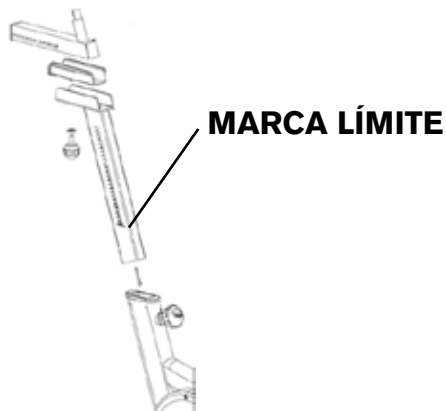


- A Busque el estabilizador posterior. Mientras otra persona levanta la parte posterior del cuadro instale el estabilizador posterior en el cuadro con dos tornillos M10 x 60 mm, cuatro arandelas M10, un empaque para el estabilizador, dos arandelas de plástico, y dos tapones roscados M10, como se muestra.



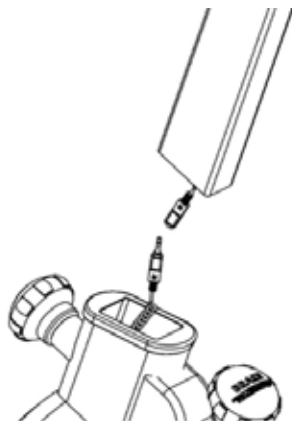
- B Sujete el estabilizador delantero mientras que otra persona levanta la parte delantera del cuadro. Instale el estabilizador delantero en el cuadro con dos tornillos M10 x 60 mm, cuatro arandelas M10, un empaque para el estabilizador, dos arandelas de plástico, y dos tapones roscados M10.

PASOS 3 Y 4 DE ENSAMBLAJE

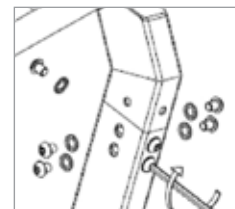
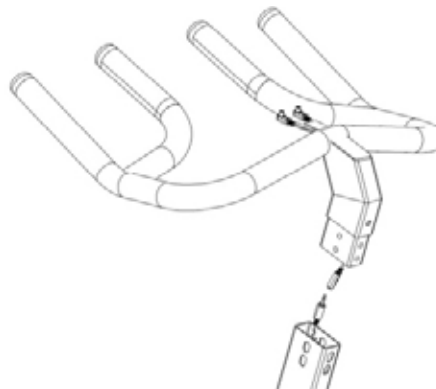


- A Haga girar la perilla posterior de ajuste hacia la izquierda y jálela para poder meter el poste del asiento en el cuadro. A continuación coloque el poste del asiento a la altura deseada, suelte la perilla de tal forma que el pasador pueda entrar en uno de los orificios del poste del asiento. Luego haga girar la perilla de ajuste hacia la derecha hasta que quede justa.
- B Instale el asiento en el poste horizontal del asiento, como se muestra arriba. Finalmente vuelva a apretar con firmeza el sujetador de montaje del asiento, y asegúrese de que el asiento quede instalado en la posición más cercana a la horizontal a la mitad del riel.
- C Para ajustar la posición horizontal del asiento haga girar la perilla de ajuste pequeña hacia la izquierda, mueva el asiento a la posición horizontal deseada, luego haga girar la perilla de ajuste hasta que quede justa.
- D No ajuste la altura del asiento de manera que sobrepase la marca límite indicada en el poste.

PASOS 5 Y 6 DE ENSAMBLAJE



- A Conecte los dos extremos del cable del sensor. Tome el cable que está dentro del tubo del cuadro y métalo a través del poste vertical del manillar para conectarlo al cable que sale de la parte superior del manillar.

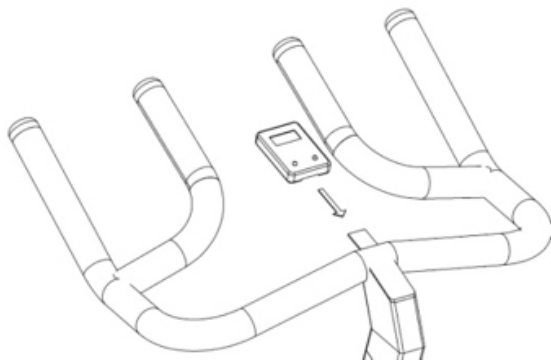


No apriete demasiado los tornillos que conectan las piezas. Asegúrese de que el pasador accionado por la perilla de ajuste quede completamente acoplado dentro de un orificio, para que el poste del manillar no se deslice al usar la bicicleta.

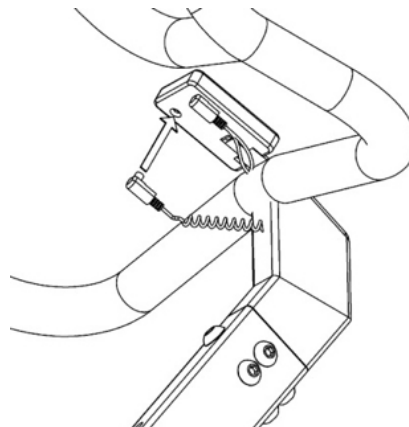
- B Introduzca la parte superior del manillar en el poste del manillar, y conecte las dos piezas con los siete tornillos Allen incluidos.
- Asegúrese de que los tornillos Allen que conectan ambas piezas estén bien apretados, para que el manillar no se bambolee (no quede inestable).**
- C Haga girar la perilla delantera de ajuste hacia la izquierda, y jale esta perilla para introducir por completo el poste del manillar en el cuadro. A continuación mueva el poste del manillar a la altura deseada, suelte la perilla de ajuste de tal forma que el pasador pueda entrar en uno de los orificios del poste vertical, y haga girar la perilla de ajuste hacia la derecha para apretarla hasta que quede firme.
- D Para evitar que el poste vertical del manillar quede inestable, no ajuste su altura de manera que sobrepase la marca límite.



PASOS 7 Y 8 DE ENSAMBLAJE

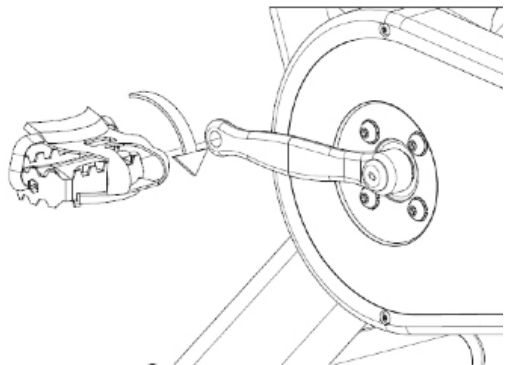


A Instale la computadora en el manillar introduciéndola en su soporte.



B Conecte los dos cables que salen del manillar en sus enchufes correspondientes en la parte inferior de la computadora. Conecte el cable que tiene la marca roja en el enchufe que tiene una marca roja. Conecte el cable negro que no tiene ninguna marca, en el otro enchufe.

PASO 9 DE ENSAMBLAJE



- A Busque el pedal derecho. Con una llave de 15 mm para pedales apriete con firmeza el pedal derecho, haciéndolo girar hacia la derecha dentro del brazo de manivela derecho. Repita el mismo procedimiento con el pedal izquierdo, pero haciéndolo girar hacia la izquierda.

NOTA: Ponga atención para que las cuerdas queden correctamente alineadas y así evitar daños. Un poco de grasa en las cuerdas permite atornillar los pedales fácil y correctamente. Haga girar el eje del pedal **IZQUIERDO HACIA LA IZQUIERDA** cuando lo atornille al brazo de manivela, y haga girar el eje del pedal **DERECHO HACIA LA DERECHA** cuando lo atornille a su brazo de manivela.

Antes de usar la bicicleta estacionaria asegúrese de que todas las piezas estén bien apretadas y de que la pastilla de freno esté bien empapada con lubricante. Esta precaución evita que la pastilla de freno se desgaste excesivamente. Para proteger el piso o la alfombra, coloque la bicicleta estacionaria sobre un tapete.

FIN DEL ENSAMBLAJE.



FUNCIONAMIENTO DE LA BICICLETA ESTACIONARIA

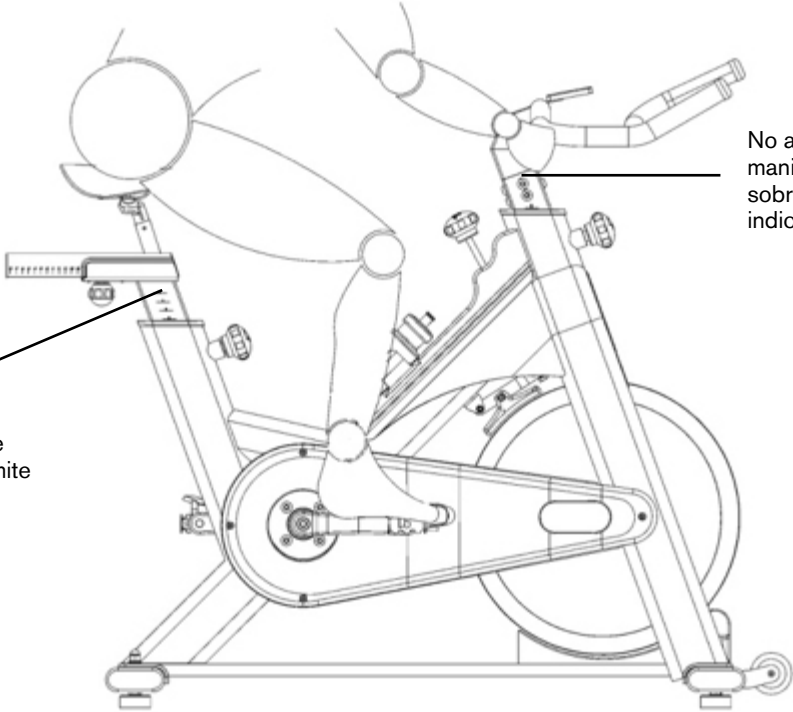
ESPECIFICACIONES DEL MODELO LS9.9IC

DATOS TÉCNICOS	
Cuadro	Alta resistencia a la tracción; resistente a la corrosión
Tecnología de resistencia	Freno de fricción con perilla de microajuste y paro de emergencia
Niveles de resistencia	Infinitamente variable con aumento lineal en toda la gama de resistencia
Sistema de transmisión	Sistema de rueda dentada hipersuave
Volante	20 kg (44 lb)
Ajustes al manillar	Vertical y horizontal
Ajustes al asiento	Vertical y horizontal
Dimensiones (Largo x Ancho x Altura)	132 x 53 x 114 cm / 52" x 21" x 45"
Peso del producto	54 kg (119 lb)
Peso máx. del usuario	131.5 kg (290 lb)
CARACTERÍSTICAS ESPECIALES	
Diseño de manillar	Múltiples posiciones
Manivela	Manivelas de hierro forjado
Pedales	Pedales con calapiés y correa ajustable
Asiento	Cómodo asiento
Poste del asiento y poste del manillar	Tratamiento resistente a la corrosión
Canastilla para botella de agua	Sí

CÓMO AJUSTAR LA BICICLETA ESTACIONARIA

La bicicleta estacionaria puede ser ajustada para obtener el máximo confort y la mayor efectividad del ejercicio. Las siguientes instrucciones describen una forma de ajustar la bicicleta estacionaria para asegurar el óptimo confort del usuario y la posición ideal del cuerpo; también es posible ajustar la bicicleta estacionaria de alguna otra forma.

AJUSTE DE LAS CORREAS DE LOS PEDALES



No ajuste la altura del asiento de manera que sobrepase la marca límite indicada en el poste.

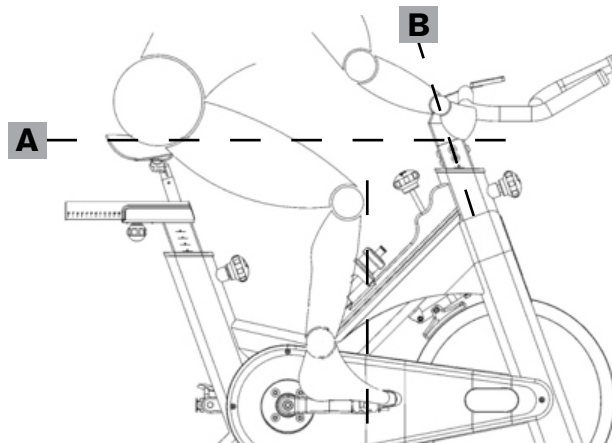
No ajuste la altura del manillar de manera que sobrepase la marca límite indicada en el poste.



AJUSTE DEL ASIENTO

Es muy importante ajustar horizontalmente el asiento para evitar lesiones a las rodillas. Siéntese en el asiento y mueva los pedales hasta que los brazos de manivela queden en posición horizontal.

Colocando una de sus piernas en la posición máxima hacia adelante, la rodilla debe quedarle directamente sobre el centro del pedal, o sea que la rodilla le debe quedar en línea recta vertical sobre el pedal (observe la línea punteada en la imagen a continuación). Para ajustar la posición horizontal del asiento primero bájese de la bicicleta estacionaria. A continuación afloje la perilla posterior de ajuste, mueva el asiento hacia adelante o hacia atrás según sea necesario, y finalmente apriete la perilla.



AJUSTE DEL MANILLAR

Comience colocando la parte superior del manillar a relativamente la misma altura o ligeramente arriba de la parte superior del asiento (observe la línea punteada horizontal A en la imagen anterior) y en posición neutral con respecto a adelante y atrás (observe la línea punteada vertical B en la imagen anterior). Debe ajustar la altura del manillar si las rodillas le hacen contacto con el manillar o si siente molestias en la espalda al pedalear durante periodos prolongados. Primero bájese de la bicicleta estacionaria. Luego haga girar la perilla delantera de ajuste hacia la izquierda, mueva el poste del manillar hacia arriba o hacia abajo, y finalmente apriete la perilla de ajuste.

Al cambiar la posición de las manos cambia el ángulo de la espalda, del cuello y de los brazos. Para mantener a un mínimo el esfuerzo en los músculos durante sus sesiones de ejercicio, cambie con frecuencia la posición de las manos.

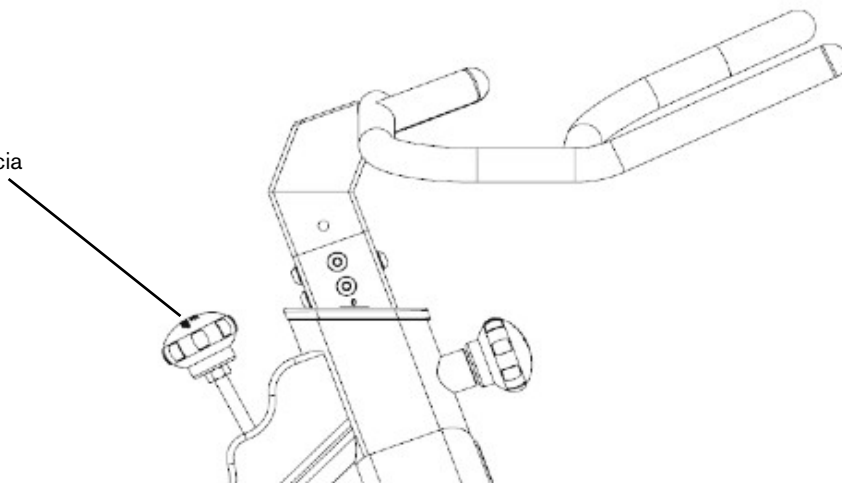
AJUSTE DE LA RESISTENCIA

El nivel de dificultad (nivel de resistencia) para pedalear puede ser ajustado en incrementos finos por medio de la perilla de resistencia. Para aumentar la resistencia haga girar la perilla de resistencia hacia la derecha. Para disminuir la resistencia haga girar la perilla hacia la izquierda.

IMPORTANTE: Para detener el volante de inercia (la rueda) mientras está pedaleando, oprima la perilla roja de freno de emergencia. El volante de inercia debe detenerse por completo rápidamente. Asegúrese de tener los zapatos fijos en las punteras o, en caso de usar zapatos especiales de ciclismo, el taco en la suela de los zapatos debe quedar asegurado al sujetador del pedal. Cuando la bicicleta no esté siendo usada haga girar la perilla de resistencia al máximo para evitar lesiones debidas al movimiento de los componentes del engranaje de transmisión.

ADVERTENCIA: La bicicleta estacionaria no tiene un volante de inercia (rueda) con movimiento independiente; los pedales continúan moviéndose junto con el volante de inercia hasta que éste se detiene. Es necesario reducir la velocidad de manera controlada. Para detener el giro del volante de inercia de inmediato, oprima la perilla roja de freno de emergencia. Siempre pedalee de manera controlada y ajuste su cadencia de acuerdo a sus habilidades personales. Oprima la perilla roja = paro de emergencia.

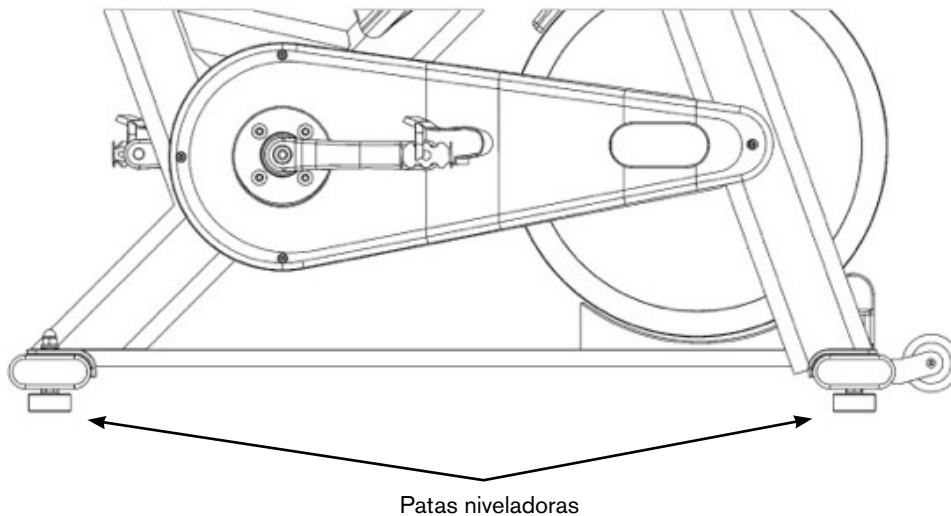
Perilla roja de resistencia/Freno de emergencia



CÓMO MOVER LA BICICLETA ESTACIONARIA

Debido al peso de la bicicleta estacionaria recomendamos que dos personas la muevan. Mientras una persona levanta la parte posterior de la bicicleta estacionaria, la segunda persona debe sostener con firmeza el manillar e inclinar la bicicleta estacionaria hacia adelante hasta que pueda rodar sobre sus rueditas. Mueva con cuidado la bicicleta estacionaria al lugar deseado y luego bájela. **PRECAUCIÓN: Para reducir el riesgo de sufrir lesiones tenga muchísimo cuidado cuando mueva la bicicleta estacionaria. No trate de moverla sobre superficies irregulares, y asegúrese de que haya un mínimo de 20 pulgadas (50 cm) de distancia al equipo más cercano (recomendado).**

Si la bicicleta estacionaria se balancea sobre el piso, haga girar las patas niveladoras bajo el estabilizador delantero o posterior hasta eliminar el balanceo. **Importante:** ¡No haga salir las patas niveladoras más de 1/2 pulgada (12 mm)!



ESPECIFICACIONES:

TIME (TIEMPO).....00:00-99:59 HEART RATE (RITMO CARDÍACO).....40-240 BPM
CNT/MIN.....0-9999 CALORIES (CALORÍAS) (CAL).....0.0-9999 KCAL COUNT (CUENTA) (CNT).....0-9999

FUNCIÓN DE LAS TECLAS:

SELECT (SELECCIONAR)  : Esta tecla le permite seleccionar y usar una función en particular.

RESET (PONER EN CEROS)  : Restablece el valor a cero al oprimir la tecla.

PROCEDIMIENTOS DE OPERACIÓN:

AUTO ON / OFF (ENCENDIDO/APAGADO AUTOMÁTICOS)

El sistema se enciende al oprimir cualquier tecla o cuando recibe una señal del sensor de velocidad. El procesador se apaga automáticamente cuando el sensor de velocidad no recibe una señal o si no se oprime ninguna tecla durante aproximadamente 4 minutos.

RESET (PONER EN CEROS):

Esta unidad se puede poner en ceros, cambiando las pilas u oprimiendo la tecla de poner en ceros RESET durante 3 segundos.

FUNCIONES:

TIME (TIEMPO): La duración de la sesión de ejercicio aparece al presionar la tecla de seleccionar SELECT.

RPM: La velocidad actual en revoluciones por minuto aparece al oprimir la tecla de seleccionar SELECT.

COUNT (CUENTA): La distancia de cada una de las sesiones de ejercicio aparece al oprimir la tecla de seleccionar SELECT.

PULSE (PULSO): El ritmo cardíaco del usuario aparece en latidos por minuto (BPM por las siglas en inglés) al oprimir la tecla de seleccionar SELECT. Coloque la palma de las manos en ambas placas de contacto y espere 30 segundos para obtener la lectura más exacta.

CALORIES (CALORÍAS): Las calorías quemadas aparecen al oprimir la tecla de seleccionar SELECT.

SCAN (CIRCULAR): Hace aparecer en forma automática las siguientes funciones en este orden: **TIEMPO – CNT/MIN – CUENTA – PULSO – CALORÍAS**

PRECAUCIÓN:

1. No exponga la bicicleta a la luz directa del sol durante mucho tiempo.
2. Protéjala del agua y de golpes fuertes.
3. Si la pantalla de la computadora no se enciende, retire e instale pilas nuevas o recargadas.



MANTENIMIENTO

Es necesario darle mantenimiento en forma regular a la bicicleta estacionaria para obtener mayor vida útil y resultados óptimos. Lea y siga las siguientes instrucciones. Si no se le da el mantenimiento descrito a la bicicleta estacionaria, sus componentes podrían desgastarse excesivamente y la bicicleta estacionaria podría resultar dañada. El mantenimiento inapropiado invalida la garantía. Si tiene preguntas acerca del mantenimiento, comuníquese con su distribuidor local.

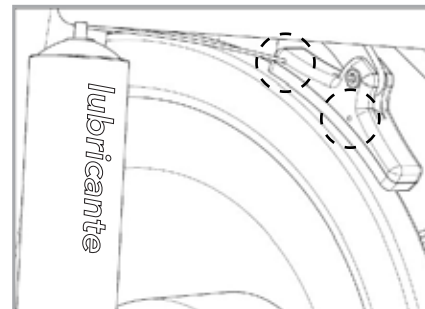
Nota: Muchos procedimientos de mantenimiento requieren rocío de lubricante. El fabricante recomienda usar lubricante WD40, Brunox o un lubricante similar que no contenga solventes.

MANTENIMIENTO DIARIO

1. Asegúrese de que la bicicleta estacionaria esté nivelada. Si la bicicleta estacionaria se balancea sobre el piso, haga girar las patas niveladoras bajo el estabilizador delantero o posterior hasta eliminar el balanceo.
2. Después de hacer ejercicio es necesario desinfectar y limpiar la bicicleta estacionaria para mantenerla higiénica. Primero aplique un rocío de desinfectante al manillar y al asiento. Séquelos con un paño que no deje pelusa. A continuación aplique una pequeña cantidad de desinfectante a un paño que no deje pelusa, y limpie las perillas de ajuste. Evite usar detergentes concentrados en el cuadro de la bicicleta estacionaria.

MANTENIMIENTO SEMANAL

1. Aplique una pequeña cantidad de rocío de lubricante a un paño que no deje pelusa y limpie bien el cuadro, el poste del manillar, los postes del asiento, y las piezas de plástico de la bicicleta estacionaria.
2. (Ilustración a la derecha) Para obtener resultados óptimos del sistema de resistencia y para mantener al mínimo el desgaste en la pastilla de freno debe aplicarse rocío de lubricante sin solventes a la pastilla de freno a través de los orificios de lubricación en la pieza de plástico de la pastilla de freno. Si aparece pelusa en la pastilla de freno o si la pastilla parece estar demasiado seca es necesario aplicar el rocío de lubricante con mayor frecuencia. Asegúrese de que la pastilla de freno esté bien empapada de extremo a extremo con rocío de lubricante. Luego limpie el exceso de lubricante.



MANTENIMIENTO QUINCENAL

(Ilustración a la derecha) No se debe usar la bicicleta estacionaria si el sistema de freno de emergencia no está funcionando correctamente. Estando sentado en el asiento y pedaleando, pruebe el freno empujando la perilla de freno. El volante de inercia debe detenerse por completo rápidamente.

Bicicleta con transmisión por correa

Importante: Si la correa está suelta o si está demasiado apretada, tanto la correa como el sistema de transmisión pueden dañarse.

Comprobación de la tensión de la correa:

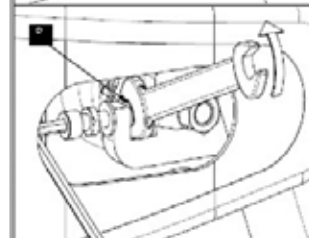
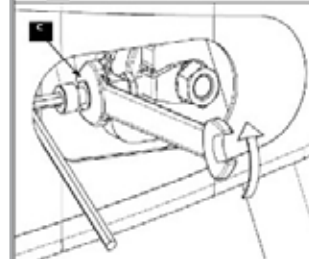
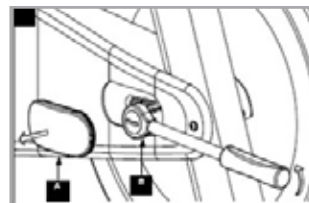
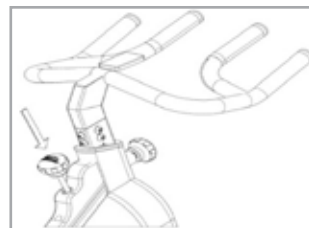
Para revisar si la correa está suelta siéntese en el asiento, coloque los pies en los pedales, haga que se muevan los pedales hasta que los brazos de manivela queden horizontales. A continuación oprima la perilla de paro de emergencia y sosténgala oprimida. Entonces párese sobre los pedales y trate de moverlos hacia adelante y hacia atrás. No debe haber más de 1/8 de pulgada (2-3 mm) de juego en la correa. Demasiado juego en la correa es una indicación de que la correa está demasiado suelta.

Corrección de la tensión de la correa:

Para corregir la tensión si la correa está demasiado suelta: Para ajustar la correa retire las cubiertas derecha e izquierda de mantenimiento **(A)**. Afloje las tuercas del eje **(B)** a ambos extremos del eje del volante de inercia dándoles dos giros completos. Afloje las tuercas de ajuste exteriores **(C)** de cara a la cabeza del tornillo Allen a cada lado del volante de inercia. Luego haga girar ambas tuercas de ajuste interiores **(D)** (lado derecho e izquierdo) en el interior de la ménsula del volante de inercia 1/4 de giro a la vez [hacia arriba en el lado derecho (R) y hacia abajo en el lado izquierdo (L)] hasta que la correa quede bien ajustada. Asegúrese de hacer girar exactamente lo mismo ambas tuercas de ajuste para evitar que el volante de inercia quede desalineado. Vuelva a revisar el juego en la correa como se describe al principio de este paso. De ser necesario vuelva a hacer ajustes a la correa.

Finalmente vuelva a apretar las dos tuercas de ajuste exteriores **(C)** y las dos tuercas del eje **(B)**, y vuelva a colocar las cubiertas de mantenimiento.

Para evitar daños a los rodamientos del volante de inercia, no apriete demasiado las tuercas del eje **(B)**. Vibraciones o ruidos extraños son indicación de que la correa está demasiado tensa o de que el volante de inercia está colocado a un ángulo equivocado.



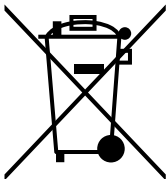


LAS PILAS NO DEBEN:

- entrar en contacto con fuego;
- entrar en contacto con monedas o con otros objetos de metal;
- usarse con pilas más viejas;
- usarse con otras marcas o con tipos distintos.

Si no usa el equipo durante un periodo prolongado saque las pilas para evitar daños debidos a que tengan fugas o que sufran de corrosión. Si las pilas se han descargado retire todos los residuos de inmediato y ponga nuevas pilas en la computadora. Si usted entra en contacto con los residuos evite el contacto con los ojos y lávese muy bien las manos.

De ser posible use pilas recargables para ayudar a conservar el medio ambiente. Antes de desecharlas sáquelas de la computadora. Si usa pilas recargables asegúrese de que produzcan un voltaje de 1.5 V.



No tire en la basura normal de su casa productos ni pilas que tengan este simbolo. Infórmese de las leyes o de los reglamentos locales que correspondan con respecto a cómo desechar dispositivos eléctricos y pilas, y deséchelos de forma adecuada.



GARANTÍA LIMITADA PARA USO EN EL HOGAR

* Sólo para clientes en los EE.UU.

CAPACIDAD DE PESO = 131.5 kg (290 lb)

GARANTÍA DE 5 AÑOS:

Estructura, rotura y defectos de soldado del cuadro

GARANTÍA DE 2 AÑOS:

Conjuntos de manillar y de asiento, sistema de freno (excluye la pastilla de freno), manijas de palanca y perillas de ajuste, manivelas, sistema de transmisión por correa, conjunto de caja de pedalier, rodamientos de bolas, conjunto de volante de inercia y buje, revestimiento, componentes de plástico tales como cubrecadena y cubierta izquierda del buje, protector de transpiración, pedales de plataforma (excluye pedales con puntera), mangas para el manillar y para el poste del asiento, patas de nivelación.

MANO DE OBRA - 1 AÑO

Livestrong Fitness cubre el costo de mano de obra para la reparación del dispositivo durante un periodo de 1 año a partir de la fecha original de compra, siempre y cuando el dispositivo permanezca en posesión del propietario original.

GARANTÍA DE 6 MESES:

Correas de pedales, pastillas de freno, pedales con puntera, portabotella, asiento

Las fallas del producto debidas a manejo negligente o uso incorrecto podrían invalidar la garantía.

Para mantener vigente la garantía es necesario dar servicio y mantenimiento con frecuencia, de acuerdo a los procedimientos descritos en el manual del propietario.

EXCLUSIONES Y LIMITACIONES

A QUIÉN protege esta garantía:

- Al propietario original y la garantía no es transferible.

QUÉ protege esta garantía:

Las reparaciones o el cambio de piezas defectuosas y es el único recurso que cubre la garantía.

QUÉ NO protege esta garantía:

- El desgaste normal, el ensamblaje o el mantenimiento incorrecto, o la instalación de piezas o de accesorios que originalmente no tenían el propósito o la compatibilidad con el equipo al ser vendido.
- Daños o fallos debido a un accidente, mal trato, corrosión, decoloración de pintura o de plástico, negligencia, robo, vandalismo, incendio, inundación, viento, relámpagos, congelación, u otras causas naturales de cualquier tipo, falta, fluctuaciones o reducción de corriente por cualquier causa, condiciones atmosféricas anormales, choques, introducción de objetos extraños dentro de la unidad cubierta, o modificaciones no autorizadas o no recomendadas por Livestrong Fitness.
- Daños incidentales o de consecuencia. Livestrong Fitness no es responsable de daños indirectos, especiales o resultantes, pérdidas económicas, pérdida de propiedad o de utilidades, pérdida de disfrute o de uso, u otros daños resultantes de cualesquiera naturaleza en relación con la adquisición, el uso, la reparación o el mantenimiento del equipo.
- El equipo al que se le dé uso con propósitos comerciales o cualquier otro propósito que no sea en el hogar de una sola familia, a menos que Livestrong Fitness lo haya aprobado.
- Entrega, ensamblaje, instalación, configuración de unidades originales o de reemplazo, o mano de obra u otros costos asociados con el retiro o el reemplazo de la unidad bajo garantía.

- Cualquier intento para reparar este equipo produce riesgo de lesiones. Livestrong Fitness no es responsable de daños, pérdidas o responsabilidad que surja de lesiones personales sufridas durante el curso de, o como resultado de, cualquier reparación o intento de reparación de su equipo de acondicionamiento físico por cualquier persona que no sea técnico de un servicio autorizado. Todas las reparaciones que usted intente hacer en su equipo de acondicionamiento físico las hace A SU PROPIO RIESGO y Livestrong Fitness no será responsable por ninguna lesión a personas o propiedad que surjan de dichas reparaciones.

SERVICIO Y DEVOLUCIONES

- Hay servicio a domicilio sólo a menos de 240 km del centro de reparaciones autorizado más cercano (a distancias mayores de 240 km de un centro de servicio autorizado la responsabilidad es del cliente).
- Livestrong Fitness debe autorizar con anterioridad todas las devoluciones.
- La obligación de Livestrong Fitness de acuerdo a esta garantía se limita a cambiar o a reparar, a opción de Livestrong Fitness, el producto por el mismo modelo o por uno similar en alguno de sus centros autorizados de servicio.
- Todos los equipos para los que se hace un reclamo bajo garantía deben ser recibidos por un centro autorizado de servicio Livestrong Fitness. Estos equipos deben ser recibidos con todos los cargos de envío y de transporte pagados con anticipación, acompañados de sus comprobantes de compra.
- En ocasiones se pueden suministrar unidades de reemplazo, piezas y componentes electrónicos que Livestrong Fitness o sus proveedores reacondicionen a un "estado equivalente al nuevo" como piezas de reemplazo bajo garantía y constituyen cumplimiento de los términos de la garantía.
- Esta garantía le otorga derechos legales específicos, y sus derechos pueden variar de estado a estado.





CUSTOMER TECH SUPPORT

DO NOT RETURN TO THE RETAILER
if you have any problems during assembly or if parts are missing.

For fast and friendly service, please contact one of our trained customer technicians via phone, email or our website.

We want to know if you have a problem and we want to have an opportunity to correct it for you.

NOTE: Please read the Owner's Manual fully before contacting Customer Tech Support. Additional product information is available on our website.



SERVICE DE SOUTIEN TECHNIQUE À LA CLIENTÈLE

En cas de difficulté lors de l'assemblage ou si des pièces manquent, **NE PAS RENVOYER L'APPAREIL AU DÉTAILLANT.**

Pour un service rapide et amical, communiquer avec un de nos techniciens qualifiés, par téléphone, courriel ou notre site Web.

Veuillez nous signaler tout problème, afin que nous puissions vous aider à y remédier.

REMARQUE : Lire le manuel du propriétaire avant de contacter le service de soutien technique à la clientèle. Pour plus ample information sur le produit, visiter notre site Web.



SERVICIO DE ASISTENCIA TÉCNICA A CLIENTES

Si tiene problemas durante el ensamblaje o si le faltan piezas **NO DEVUELVA ESTE APARATO AL VENDEDOR MINORISTA.**

Para obtener servicio rápido y amable, comuníquese por teléfono, correo electrónico o a través de nuestro sitio en Internet con alguno de nuestros técnicos capacitados en ayuda a clientes.

Nos interesa saber si usted tiene algún problema y queremos tener la oportunidad de corregir la situación.

NOTA: Lea todo el manual del propietario antes de comunicarse con el departamento de asistencia técnica a clientes. En nuestro sitio en Internet puede encontrar información adicional.



1-877-LIV-STNG (548-7864)
email: comments@liverstrongfitness.com
www.liverstrongfitness.com

LIVESTRONG® Fitness
1600 Landmark Drive,
Cottage Grove WI, 53527