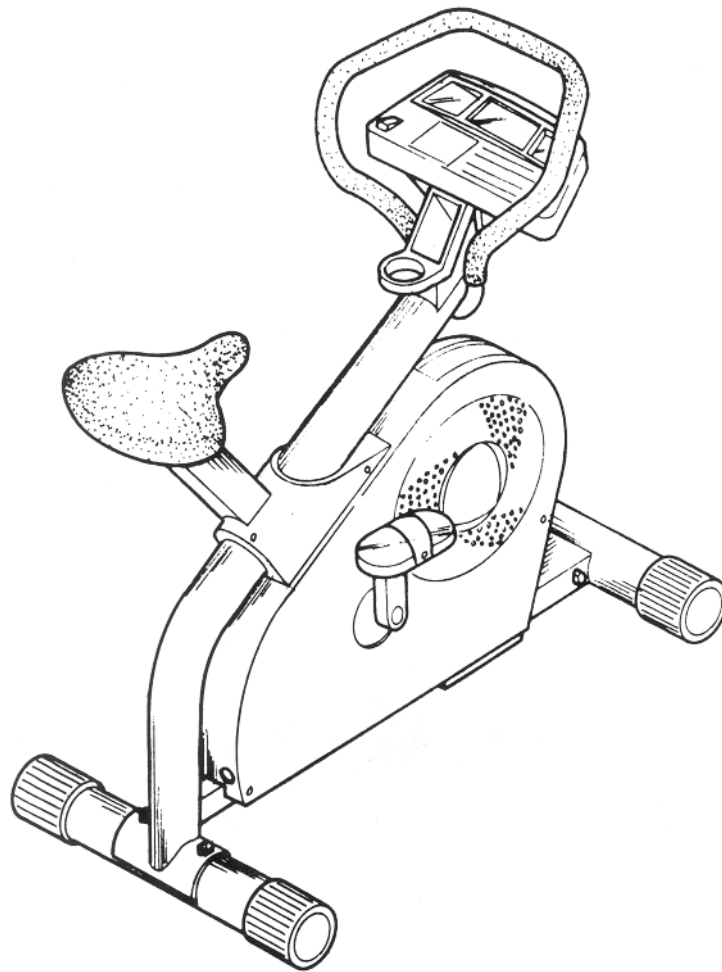


Gebruiksaanwijzing

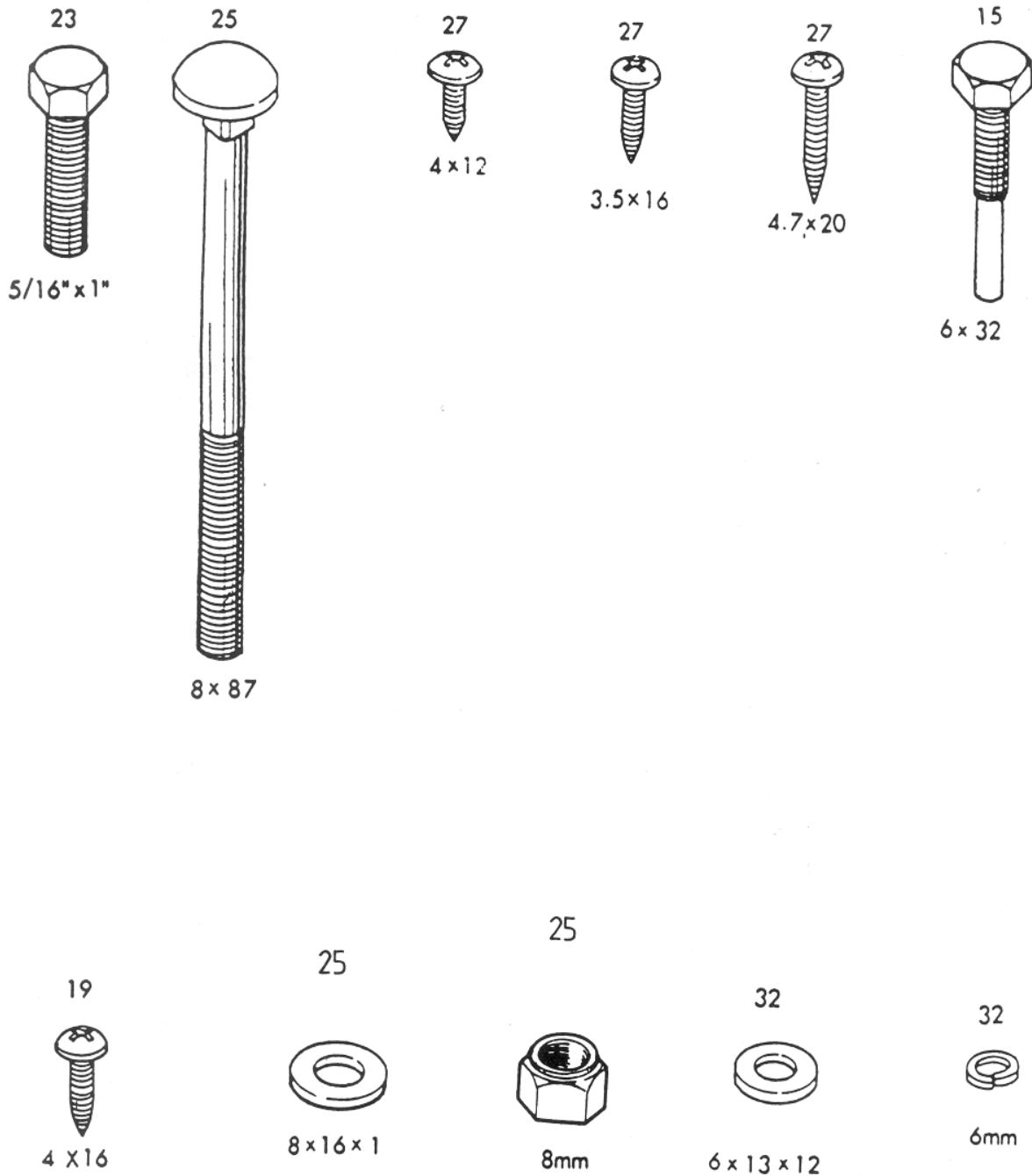
Kroon I-900



Onderdelen:

Vergelijkings tabel

Voor uw gemak staat hieronder een vergelijkings tabel van de verschillende onderdelen. Niet alle onderdelen worden gebruikt voor het in elkaar zetten van één product. Deze vergelijkingstabel is dus ook bedoeld om u te helpen bij het herkennen van de onderdelen die u nog niet kent.



Onderdelen lijst:

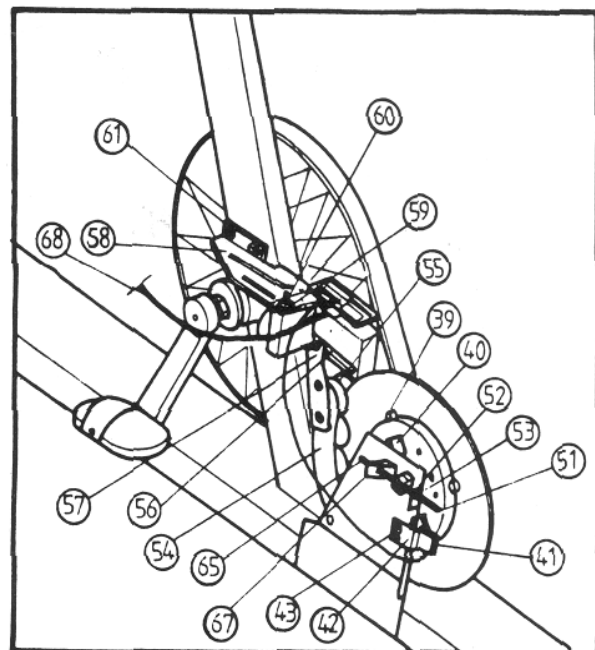
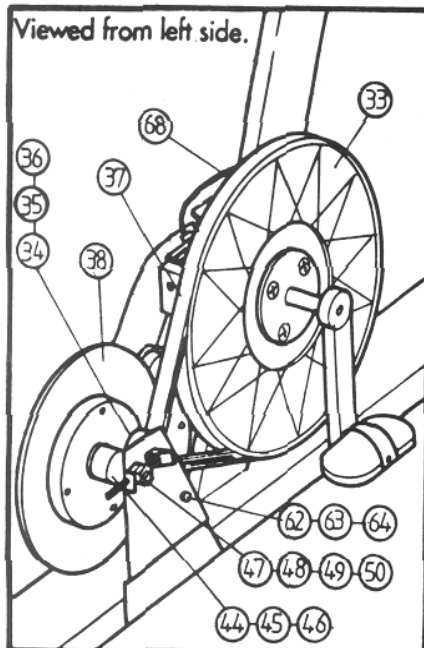
Number	Description	Quantity	Order Number
1	Frame	1	956-01
2	Crossbar , Front	1	956-02
3	Crossbar , Rear	1	956-03
4	Crossbar , Cap	2	956-04
5	Seat	1	956-05
6	Seat Post	1	956-06
7	Adjustable Knob	1	956-07
8	Filler	1	956-08
9	Lock Washer , Nylon Nut	3	956-09
10	Chainguard , Left	1	956-10
11	Chainguard , Right	1	956-11
12	Chainguard , Cap	2	956-12
13	Handlebar	1	956-13
14	Grip	1	956-14
15	6mm x 32mm Handlebar Screw	4	956-15
16	Console	1	956-16
17	Computer Attachment Screw	4	956-17
18	Computer	1	956-18
19	Console Attachment Screw	2	956-19
20	Computer Wire	1	956-20
21	Frame Cap	1	956-21
22	Bolt 5/16" x 1"	2	956-22
24	Bolt 8mm x 85mm	2	956-24
25	Washer , Cap Nut	2	956-25
26	Screw	10	956-26
27	Lower Chainguard Cover Screw	4	956-27
28	Pedal , Right	1	956-28
29	Pedal , Left	1	956-29
30	Crank Arm , Right	1	956-30
31	Crank Arm , Left	1	956-31
32	Pin , Washer , Nylon Nut	2	956-32
33	Large Pulley , Plastic	1	956-33
34	Small Pulley , Plastic	1	956-34
35	Pulley Washer	1	956-35
36	Nylon Nut	1	956-36
37	Pulley Belt	1	956-37
38	Flywheel	1	956-38
39	Bolt	4	956-39
40	Magnet , Screw	1	956-40
41	Sensor , Wire	1	956-41
42	Sensor , Bracket	1	956-42
43	Bracket Screw	2	956-43
44	Flywheel Pulley	1	956-44
45	Pulley Washer	1	956-45
46	Flywheel Bearing	2	956-46
47	Axle	1	956-47
48	Screw Cap	2	956-48
49	Washer	2	956-49
50	Screw Cap	2	956-50
51	Eye Bolt	2	956-51
52	Plate	2	956-52

Onderdelenlijst:

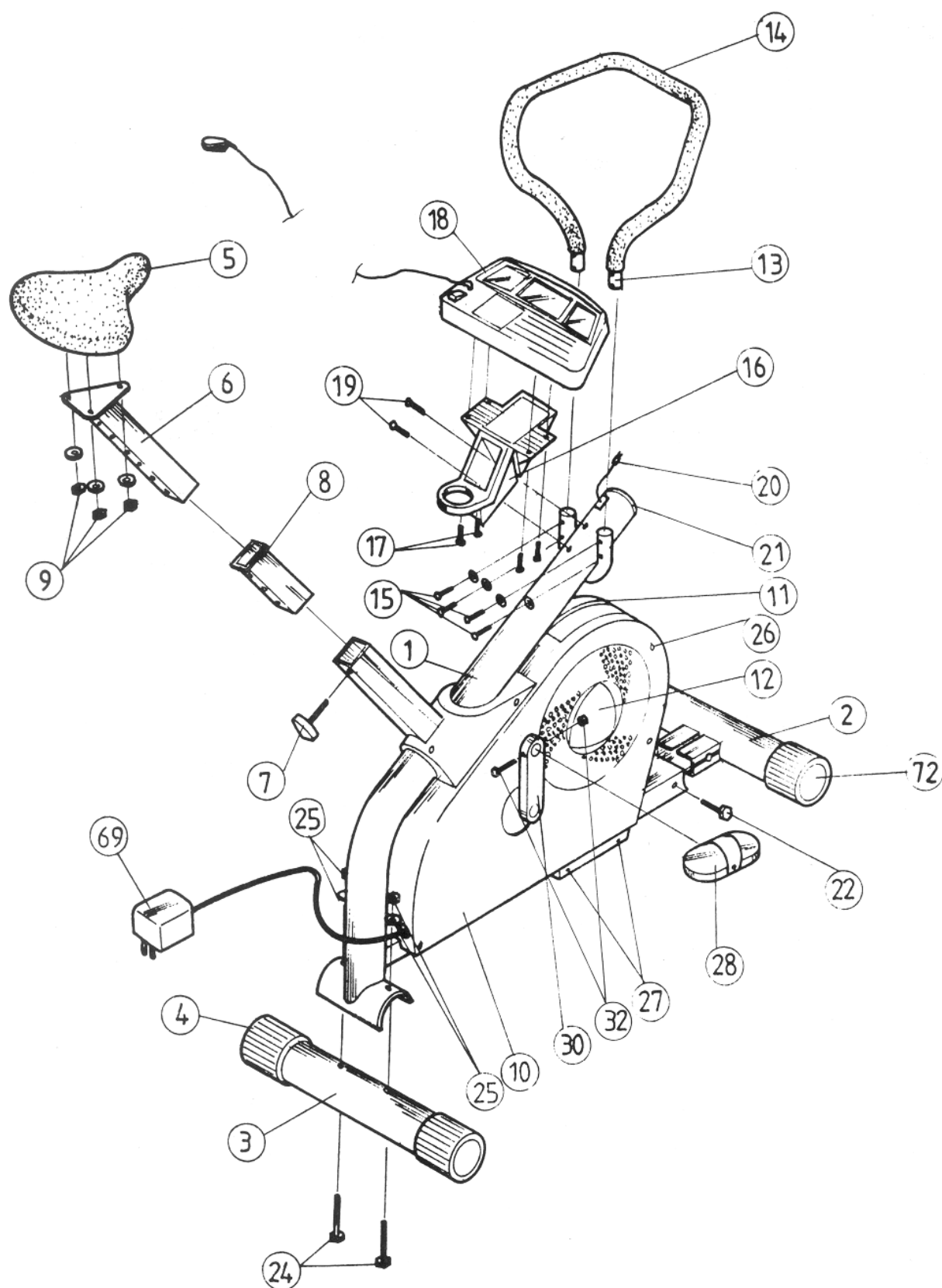
Number	Description	Quantity	Order Number
53	Screw Cap	2	956-53
54	Magnet Housing	1	956-54
55	Magnet	8	956-55
56	Motor	1	956-56
57	Adjustable Arm , Block	1	956-57
58	Upper Bracket	1	956-58
59	Metal Plate	1	956-59
60	Screw Cap	2	956-60
61	Screw	2	956-61
62	Bolt	1	956-62
63	Spring	1	956-63
64	Screw Cap	1	956-64
65	Eye Bolt	2	956-65
66	Screw Cap	2	956-66
67	"AA"Size Batteaies	4	956-67
68	Electric Wire	1	956-68
69	Adaptor	1	956-69
70	Water Bottle	1	956-70
71	Pulse Wire Clip	1	956-71
72	Front Crossbar Bushing	2	956-72

Parts 33 through 68 viewed with chainguards removed

This portion has been preassembled at the factory.



Onderdelendiagram:



Montage instructies

Stap 1

Maak de voorste voetsteun (2) vast aan het frame (1), met bout nummer 22.

Maak de achterste voetsteun (3) vast aan het frame (1), met bout nummer 24 en moer en ringetje nummer 25.

Stap 2

Draai de stelknop (7), onder het zadel los. Verwijder de zadelpen (6). Leg het zadel op zijn kop op een vlakke ondergrond en verwijder de moeren en ringetjes (9). Plaats nu de zadelpen (6) op het zadel (5) en maak het zadel vast aan de zadelpen door de moeren en ringen (9) te gebruiken.

Stap 3

Maak het stuur (13) vast aan het frame (1). Doe dit door schroef nummer 15 te gebruiken. **VOORDAT U DE COMPUTER GAAT BEVESTIGEN, ZORG ER DAN VOOR DAT HET DRAAD VAN DE COMPUTER DOOR DE ONDERKANT VAN DE BEKERHOUDER HEEN GAAT.**

Maak de bekerhouder (16) vast aan het frame door de schroeven (19) te gebruiken. Sluit nu het computerdraad (20) aan door het in de achterkant van de computer (18) te pluggen. Zorg ervoor dat de verbinding correct is.

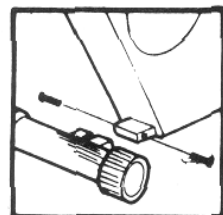
Stap 4

De trappers (28,29) moeten vastgemaakt worden op de juiste krenk armen (30,31). Als u ze verkeerd monteert kan dit resulteren in het verdraaien van het schroefdraad.

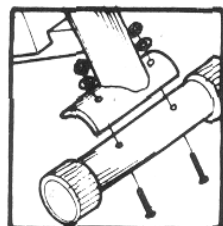
LET OP: OP HET RECHTERPEDAAL STAAT EEN “R” AAN HET EINDE VAN DE AS, DIT BETEKENT DUS DAT DIT PEDAAL AAN DE RECHTERKANT VAN DE FIETS MOET WORDEN GEMONTEERD.

OP DE LINKERTRAPPER STAAT EEN “L” DEZE TRAPPER MOET DUS WORDEN GEMONTEERD AAN DE LINKERKANT VAN DE FIETS.

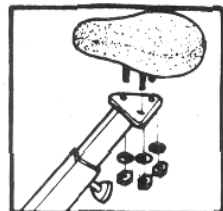
Uw fiets is nu volledig gemonteerd.



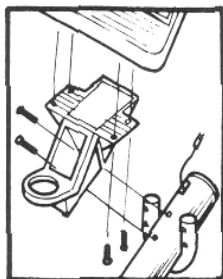
Step 1 Diagram



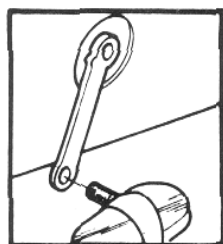
Step 1 Diagram



Step 2 Diagram



Step 3 Diagram



Step 4 Diagram

Electronische instructies

Gebruik

PROGRAMMA KEUZE

Voordat u de computer start, moet u op de knop “program” drukken om een programma naar keuze te kiezen. Nadat de computer is gestart, kunt u de programma's niet meer veranderen.

UP/DOWN PIJLEN

Deze knoppen worden gebruikt om uw leeftijd in te stellen of de weerstand in de programma's aan te passen, nadat de computer is gestart.

START/STOP

Deze knop start of stopt een computerprogramma. Voordat u start gaat de leeftijdsaanduiding knipperen. Dit betekent dat u uw leeftijd moet invoeren. Nadat u uw leeftijd en het programma heeft geselecteerd, moet u op de START/STOP knop drukken om het computerprogramma te starten.

PAUSE

Om het computerprogramma te onderbreken op elk gewenst tijdstip dient u op deze knop te drukken. Als u nog een keer op deze knop drukt wordt het programma weer hervat. Tijdens de pauze periode, zal de computer de afgelegde afstand, de verstreken tijd en het verbrande aantal calorieën bijhouden en hier mee door gaan als het programma weer wordt hervat.

PROGRAMMA BESCHRIJVING

Druk op de knop “program” om een gewenst programma te kiezen. voordat u de computer start. Als de computer eenmaal start, kan er geen ander programma worden gekozen, tenzij u het gekozen programma stopt en daarna een ander programma kiest.

WEIGHT LOSS PROGRAMMA

Dit is een programma met gemiddelde belasting . Dit programma duurt 24 minuten en zorgt voor een hoog calorieverbruik. Tijdens het programma is de weerstand niet aanpasbaar.

RACE PROGRAMMA

Dit is een 4 km. lang programma waarbij u tegen de computer kunt racen. Als u op de “STOP” knop drukt wordt willekeurig de koers geprogrammeerd door de computer. Om een nieuwe koers te kiezen moet u twee keer op de “START/STOP” knop drukken. Nu zal er een nieuwe koers worden gekozen met een andere weerstandsniveau. U kunt door alle mogelijke profielen heen scrollen om hieruit uw gewenste profiel te kiezen, en zo, zelf de complexiteit van uw start te bepalen.

Tijdens de race zal de computer automatisch uw snelheid bijhouden, en automatisch de snelheid aanpassen als u in de achtervolging bent. De twee bovenste rijen houden de vordering van de computer en u bij. Aan het einde van de rit laat de computer zien wie er gewonnen heeft door de tijd van de winnaar te tonen. De computer laat altijd de afgelegde afstand zien. Tijdens de race is de weerstand niet in te stellen.

INTERVAL PROGRAMMA

Het intervalprogramma zit vol met heuvels zodat er een echte bergetappe wordt gesimuleerd. De verhoging van de hellingshoek, en dus ook de weerstand, wordt met tussenpauzen geregeld waardoor dit programma het uithoudingsvermogen van uw hart wordt vergroot.

De totale duur van dit programma is 16 minuten, en de weerstand is op ieder moment instelbaar tijdens het programma.

FITNESS TRAINING PROGRAMMA

Dit is een “heart control” programma. De weerstand wordt automatisch bepaald door de computer, die naar uw hartslag kijkt. Uw hartslagzone wordt berekend door de computer aan de hand van de door u ingevoerde leeftijd.

De computer zal de weerstand verhogen of verlagen om zo ervoor te zorgen dat u in de bepaalde hartslagzone te blijven. De hartslagzone voor u wordt berekend door de volgende berekening: $(220 - \text{leeftijd}) \times 65 \%$. De hartslagband moet tijdens het hele programma worden gedragen, anders werkt dit programma niet.

UITHOUDINGSVERMOGEN PROGRAMMA

Dit programma is hetzelfde als het fitness training programma maar bij dit programma is de hartslagzone 80 % van uw maximale hartslag. Ook tijdens dit programma dient u de hartslagband te dragen voor het correct laten werken Van het programma.

MANUAL PROGRAMMA

In het manuele programma wordt de weerstand niet bepaalt door een programma

DE COMPUTER

R.P.M.

Dit laat de snelheid van uw huidige workout zien.

PULSE

Dit laat de hartslag zien van de gebruiker (in B.P.M). Elke keer als uw hartslag wordt gemeten licht er een lampje op de display op.

AGE

Dit geeft de leeftijd aan van de gebruiker. Er is een leeftijd mogelijk tussen de 20 en 80. Tijdens het instellen van de leeftijd wordt automatisch de maximale hartslag aangepast.

WATT

Dit laat de fysieke belasting van de gebruiker zien. De WATT weergave is gerelateerd aan de maximale hartslag en de weerstand.

INTERVAL

Dit laat de tijd zien voor elke kolom voordat het programma verder gaat naar de volgende kolom.

ELAPSED TIME

Dit laat de verstreken tijd zien sinds de computer is gestart.

DISTANCE

Dit laat de afgelegde afstand zien sinds een computerprogramma is gestart. Dit wordt bijgehouden in km of mile.

CALORIE

Dit laat het totaal aantal verbrande calorieën zien. Alles wordt aangegeven in Kcal. 1 Kcal staat gelijk aan 1000 calorieën

PROGRAM DISPLAY

Het computerscherm is 8 x 16 dots groot en laat het gekozen programma zien. Elke verticale streep stelt één graad van weerstand voor. Als alle acht de lichten branden traint u op de maximale weerstand. De horizontale lampjes geven de tijd weer.

TARGET

Dit geeft de hartslag in de trainingszone weer. De trainingszone lampjes branden alleen als u binnen de trainingszone zit. U moet zo lang mogelijk binnen de trainingszone blijven om een zo effectief mogelijke workout te krijgen.

PAUSE

Dit zorgt ervoor dat het programma in de pauze stand gaat. Om verder te gaan met uw programma moet u nog een keer drukken op de pauzeknop.

POWER SWITCH

Om de computer aan en uit te zetten moet u op deze knop drukken. De computer loopt alle schermjes na of ze het nog wel doen als u de computer aanzet.

Electronische instructies

