



AGURI
XE ĐẠP TẬP **AGS-211**

HƯỚNG DẪN SỬ DỤNG

Cảnh báo:

- Tải trọng không nên vượt quá 150 kgs.
- Hệ thống đo chỉ số trên xe đạp về cơ bản là chính xác. Tuy nhiên nên tham khảo và đo với bác sĩ nếu bạn muốn biết chỉ số chính xác tuyệt đối.
- Đọc kỹ hướng dẫn sử dụng trước khi dùng, giữ quyền HDSD này là tài liệu tham khảo.

NỘI DUNG

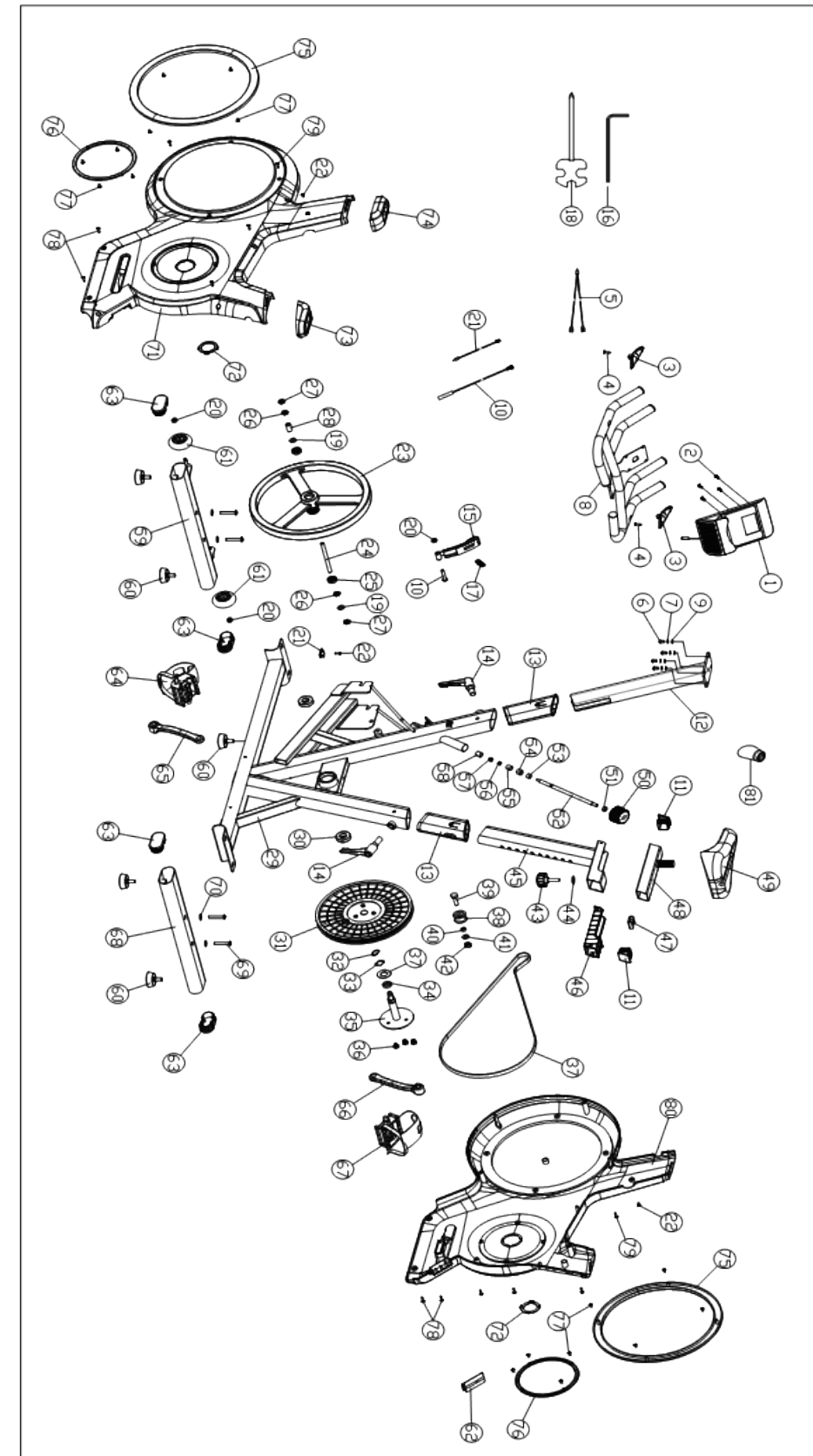
THÔNG BÁO AN TOÀN QUAN TRỌNG _____	4
BẢN VẼ CHI TIẾT BỘ PHẬN _____	5
DANH MỤC CÁC BỘ PHẬN _____	6
HƯỚNG DẪN LẮP ĐẶT _____	7
HƯỚNG DẪN SỬ DỤNG ĐỒNG HỒ _____	9

THÔNG BÁO AN TOÀN QUAN TRỌNG

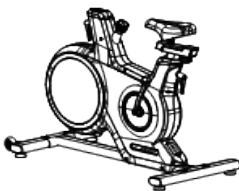
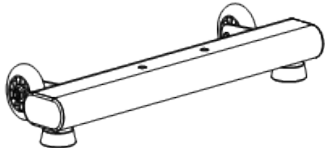
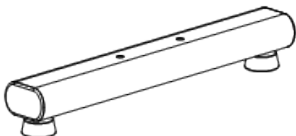
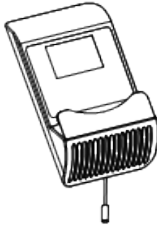
Lưu ý những cảnh báo sau trước khi lắp đặt và hoạt động xe đạp tập.

1. Giữ trẻ em và vật nuôi tránh xa khỏi xe đạp tập. Đừng để trẻ nhỏ ở một mình trong phòng với xe đạp tập.
2. Người khuyết tật không nên dùng xe đạp tập này mà không có sự giám sát của chuyên gia y tế hoặc bác sĩ.
3. Nếu người dùng bị chóng mặt, buồn nôn, đau ngực hoặc bất kỳ triệu chứng bất thường nào khác, hãy ngừng tập luyện ngay lập tức.
4. Trước khi bắt đầu tập luyện, loại bỏ tất cả các đối tượng trong bán kính 2 mét từ xe đạp tập, không đặt bất kỳ vật sắc nhọn nào xung quanh.
5. Đặt xe đạp tập trên một bề mặt sạch sẽ, cách xa nước và hơi ẩm. Đặt thảm dưới xe đạp để giúp hoạt động ổn định và bảo vệ sàn.
6. Chỉ sử dụng xe đạp với các mục đích được nêu trong sách HDSD này. Không dùng các linh phụ kiện khác mà không phải của nhà sản xuất cung cấp.
7. Lắp ráp máy theo đúng HDSD.
8. Kiểm tra tất cả các bu lông và các kết nối khác trước khi chạy lần đầu để đảm bảo an toàn.
9. Kiểm tra thường xuyên thiết bị. Đặc biệt chú ý đến các bộ phận dễ bị hao mòn nhất, tức là các điểm kết nối và bánh xe. Các thành phần bị lỗi nên được thay thế ngay lập tức. Mức độ an toàn của thiết bị này chỉ có thể được duy trì bằng cách làm như vậy. Vui lòng không sử dụng xe đạp tập cho đến khi nó được sửa chữa tốt.
10. Không được vận hành xe đạp tập nếu nó hoạt động không đúng.
11. Xe đạp tập này chỉ dùng để tập luyện cho 1 người trong một thời điểm.
12. Không sử dụng vật làm sạch có tính mài mòn để làm sạch xe đạp, lau mồ hôi khỏi xe ngay sau khi kết thúc tập luyện.
13. Luôn mặc quần áo tập luyện phù hợp khi tập. Giày chạy hoặc aerobic cũng được yêu cầu.
14. Trước khi tập với xe, vui lòng khởi động và kéo dẫn trước.
15. Máy được trang bị núm, có thể điều chỉnh mức độ kháng lực.
16. Thiết bị này đã được thử nghiệm và chứng nhận EN957 theo H.C, đánh giá và chỉ dành cho sử dụng trong nhà.
17. Sản phẩm này không phù hợp cho tập vật lý trị liệu.
18. Cẩn thận khi di chuyển sản phẩm này để tránh làm đau bạn. Tham khảo ý kiến bác sĩ trước khi tập luyện. Điều này đặc biệt quan trọng đối với những người trên 35 tuổi hoặc những người có vấn đề về sức khỏe từ trước.

BẢN VẼ CHI TIẾT CÁC BỘ PHẬN



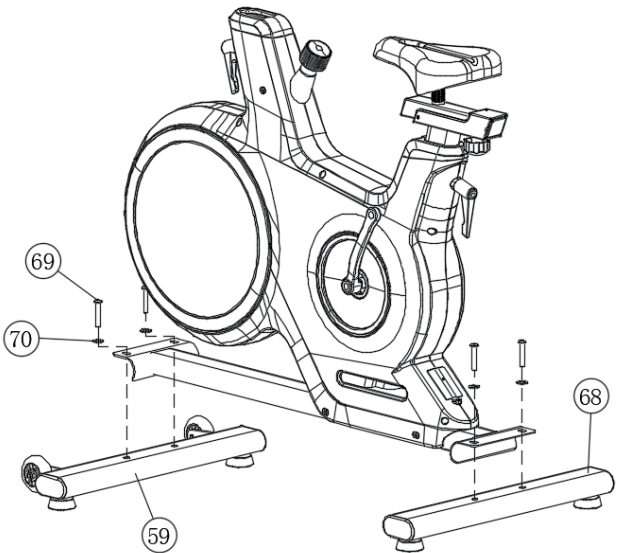
DANH MỤC CÁC BỘ PHẬN

 1	 2	 3
 4	 5	 6
 7		

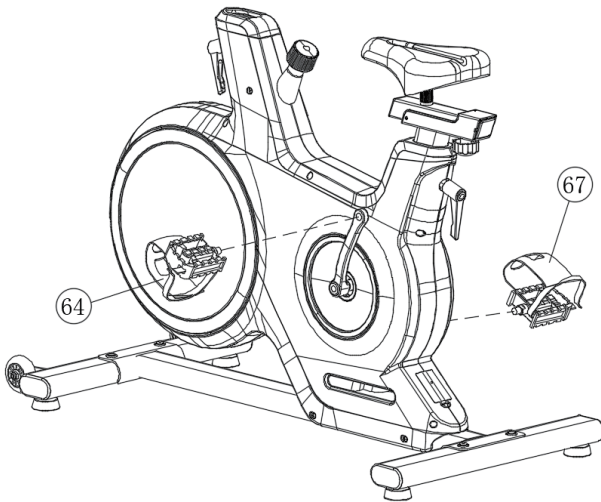
Đánh số	Tên bộ phận	Đặc điểm	Số lượng
1	Khung chính		1
2	Chân trước		1
3	Chân sau		1
4	Bàn đạp		1 (mỗi bên)
5	Cột đỡ tay nắm		1
6	Tay nắm		1
7	Đồng hồ		1

HƯỚNG DẪN LẮP ĐẶT

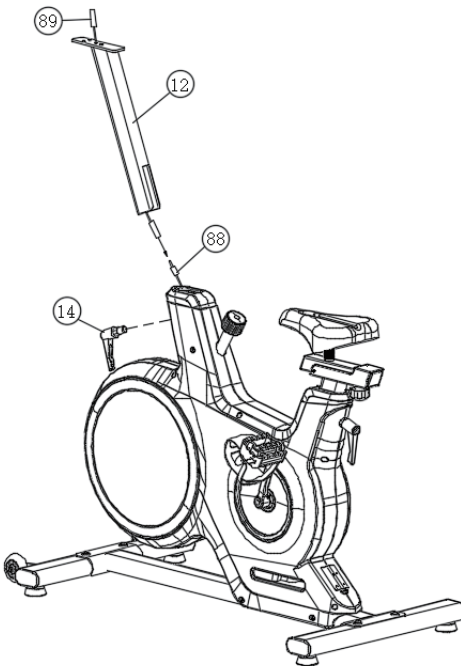
Bước 1:
Lắp chân trước (59) và chân sau (68) lên khung chính bằng long đen phẳng (70), đinh ốc (69)



Bước 2:
Lắp bàn đạp (64) & (67) vào đùi xe. Bàn đạp bên phải (có chữ R) lắp vào đùi bên phải và vặn chặt theo chiều kim đồng hồ. Bàn đạp bên trái (có chữ L) lắp vào đùi bên trái và vặn chặt theo chiều ngược chiều kim đồng hồ

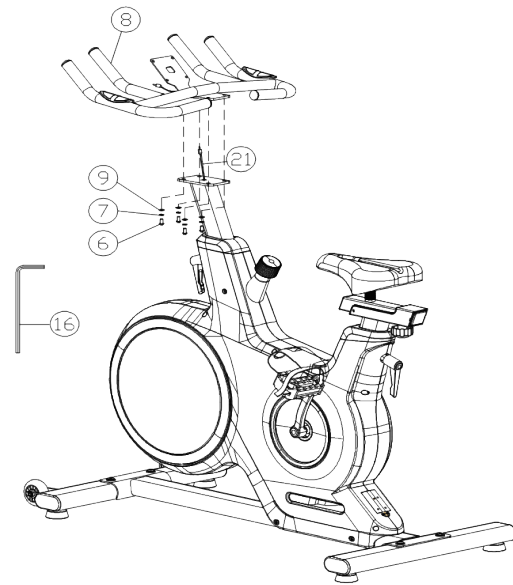


Bước 3:
Nới lỏng núm chữ L (14), sau đó lắp cột đỡ (12) vào khung chính, điều chỉnh đến vị trí lỗ chính xác sau đó siết chặt núm chữ L

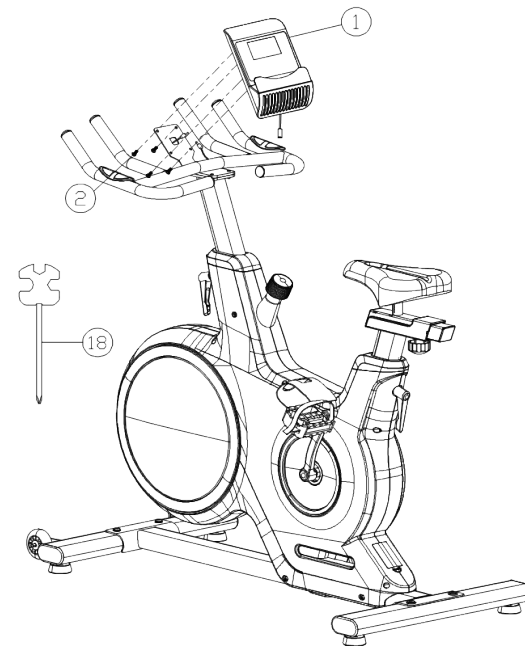
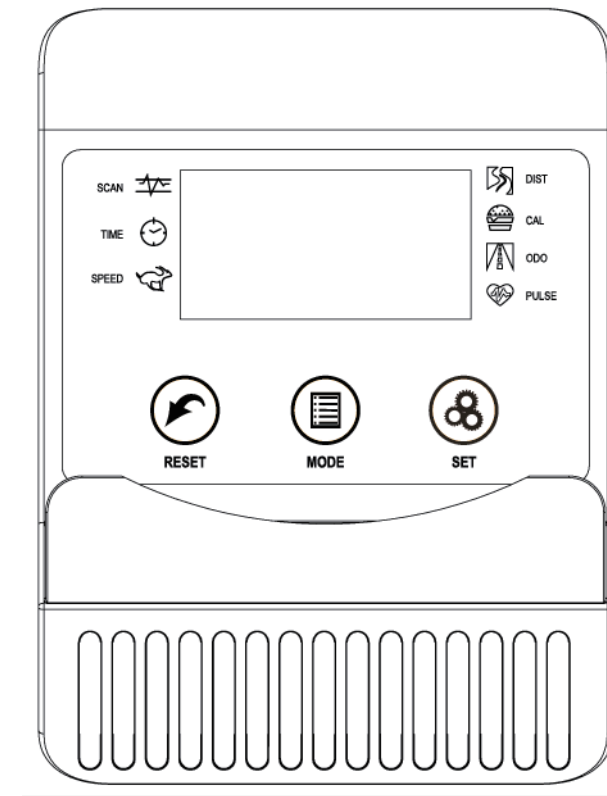


Bước 4:

Đầu tiên, xoay các đinh ốc (6), long đèn vênh (7), long đèn phẳng (9) ra khỏi tay nắm (8) bằng cờ lê, lắp tay nắm vào cột đỡ tay (8) và cố định chặt lại bằng đinh ốc (6), long đèn vênh (7), long đèn phẳng (9)

**Bước 5:**

Xoáy 4 đinh ốc ra khỏi đồng hồ (1) và kết nối dây như hình vẽ, sau đó lắp đồng hồ (1) lên tay nắm và cố định bằng 4 đinh ốc bằng cờ lê

**HƯỚNG DẪN SỬ DỤNG ĐỒNG HỒ****Dải đo:**

TIME (TMR) – Thời gian:	00:00 – 99:59
SPEED (SPD) – Vận tốc:	0.0 – 99.9 km/h
DISTANCE (DIST) – quãng đường	0.0 – 99.99 km
CALORIES (CAL) – Calo	0.0 – 999.9 kcal
ODOMETER (ODO) – Tổng quãng đường tích lũy	0 - 9999 km
PULSE (PUL) – Nhịp tim	40 – 240 bpm

Các phím chức năng:

MODE: Bấm phím này để chọn và giữ hiển thị thông số mà bạn muốn xem

SET: Bấm phím này để thiết lập mục tiêu tập “TIME”, “DISTANCE”, “CALORIES”

RESET: Bấm phím này để đưa các thông số về 0

Quy trình vận hành:**1. AUTO ON/OFF**

- Màn hình sẽ bật lên khi bất kì phím nào được bấm, hoặc khi cảm biến tốc độ nhận được tín hiệu

- Màn hình sẽ tự động tắt khi không ghi nhận tốc độ hoặc không bấm nút nào trong vòng 4 phút

2. RESET

Các giá trị sẽ bị đưa về 0 trong trường hợp thay pin hoặc bấm phím MODE trong 3 giây

3. MODE

Bấm phím này để chọn hiển thị các thông số (cửa sổ) mong muốn:

- Cửa sổ **TIME (Thời gian)**: Bấm phím MODE đến khi hiển thị thông số cửa sổ TIME. Tổng thời gian đang tập sẽ được hiển thị
- Cửa sổ **SPEED (Tốc độ)**: Bấm phím MODE đến khi hiển thị thông số cửa sổ SPEED. Tốc độ hiện tại sẽ được hiển thị
- Cửa sổ **DISTANCE (Quãng đường)**: Bấm phím MODE đến khi hiển thị thông số cửa sổ DISTANCE. Tổng quãng đường đang tập sẽ được hiển thị
- Cửa sổ **CALORIES (Calo)**: Bấm phím MODE đến khi hiển thị thông số cửa sổ CALORIES. Tổng calo đang tiêu thụ sẽ được hiển thị
- Cửa sổ **ODOMETER (Tổng quãng đường tích lũy)**: Bấm phím MODE đến khi hiển thị thông số cửa sổ ODOMETER. Tổng quãng đường tích lũy sẽ được hiển thị
- Cửa sổ **PULSE (nhịp tim)**: Bấm phím MODE đến khi hiển thị thông số cửa sổ PULSE. Nhịp tim/phút hiện tại sẽ được hiển thị. Nắm hai lòng bàn tay vào cảm biến nhịp tim đặt hai bên, đợi khoảng 30 giây để đo được thông số chính xác
- Cửa sổ **SCAN (quét)**: Hiển thị luân phiên các cửa sổ mỗi 4 giây

Lưu ý: Đảm bảo rằng tất cả các bộ phận được siết chặt đúng cách trước khi bạn sử dụng xe đạp tập. Sau khi lắp ráp xe đạp tập, hãy kiểm tra để đảm bảo rằng nó được lắp ráp chính xác và hoạt động bình thường. Các bộ phận phụ có thể được bao gồm. Đặt một tấm thảm dưới xe đạp tập để bảo vệ sàn khỏi bị hư hại.



CÔNG TY CỔ PHẦN NERO

Trụ sở: Tầng 5 số 10 đường Thiên Hiền, P. Mỹ Đình 1, Q. Nam Từ Liêm, Hà Nội
Chi nhánh: Số 554 Lê Trọng Tấn, P. Tây Thạnh, Q. Tân Phú, Hồ Chí Minh
Hotline: 0983. 365. 635
Email: cskh@nero.com.vn
Website: aguri.vn