

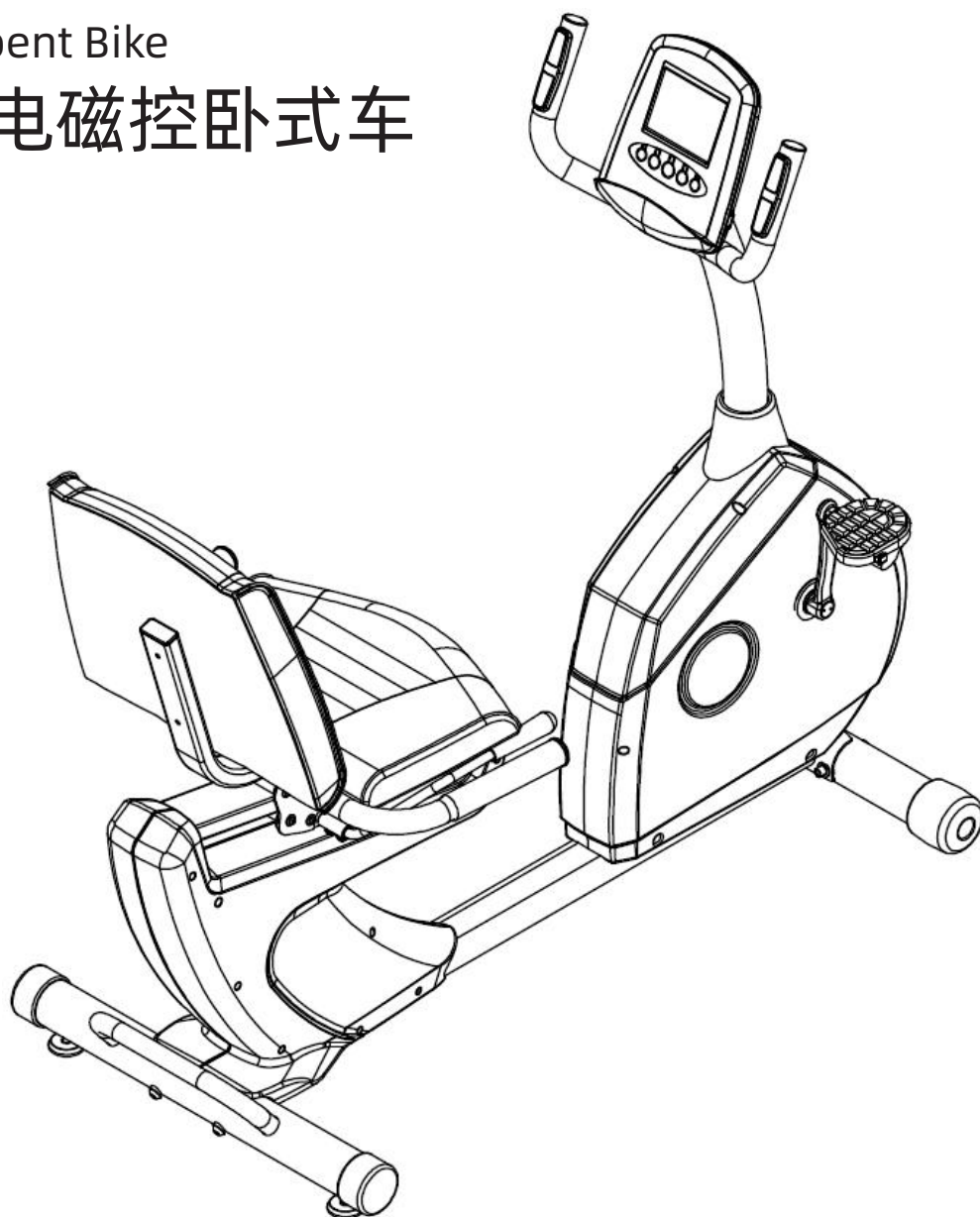
# LEDONG杰森

PRO FITNESS

## R6019

Recumbent Bike

商用电磁控卧式车



LEDONG杰森

使用说明书  
Owner's Manual



# 目 录

## CONTENTS

安全使用须知	01
螺丝包部件图	02
零部件明细图	03
安装说明	04
电子表说明	10
保修卡	11
环境保护倡议书	12

## 安全指导

我们请求您，为了避免意外事故的发生注意以下的指导提示：

- 该器械符合居家使用、非医疗用途之健身运动产品的相关标准。
- 该器械是HC等级的具有电子转速控制的运动器械，所以不可以在没有系统在控制的情况及环境下使用。
- 避免在高温，潮湿以及有水喷溅的地方使用。
- 如果您停止使用踏板，仪表将自动停止。
- 在使用前请详细阅读产品说明书。
- 请将该器械放置在固定的平坦的场地上。选定一块固定的安全的场地作为运动场地。
- 请不要攀登在鞍座以及器械的其他部分上。
- 该器械的各个方向都应该留有足够的自由空间(至少保留有一米的距离)。
- 错误的及不按规则的训练会对您的身体造成损伤。
- 器械的操纵杆及其其它的机械装置不容许在使用期间受到使用场地的阻碍。
- 要保持经常地对器械的坏损及磨损状况进行检查以保证其安全状态。应该尽快对有毛病的部分,如：（连接部分）进行更换。在安装调试好之前请不要使用。
- 螺丝及螺母需要经常性的进行检查。
- 只有在智力及身体发育符合标准的儿童才可以在正确的指导下使用本器械。
- 训练器械不可以作为玩具或游戏机使用。
- 安装，使用以及训练说明也会在订购零件时获得。
- 所有者有责任将防止发生危险的注意事项告知其它的使用者。
- 该器械是为室内使用而设计的，所以只容许在封闭室内(而非适合于在露天场地)使用。
- 请在，器械下铺设垫子，以便您的运动器械不至于损伤到地面。
- 请不要独自一人运输该器械。
- 如果您想将该器械拆卸，请您按照产品说明书所指出的安装程序的反方向进行拆卸。
- 请您严格按照产品说明所展示地进行使用。
- 绝不可以在使用本器械时闭上双眼。
- 在没有大人的照看下，小孩子不能接近此器械。

## 注意事项

在使用本产品之前，请首先就医咨询。这对于年龄超过 35 岁或前曾出现过健康问题的人来说尤其重要。使用本产品以前请阅读所有使用注意事项。

## 包装

选择环保的，可以回收利用的材料：

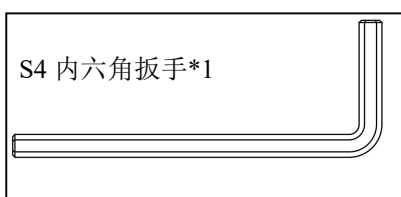
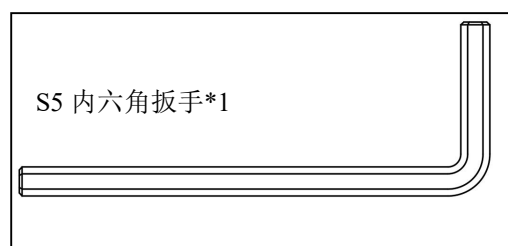
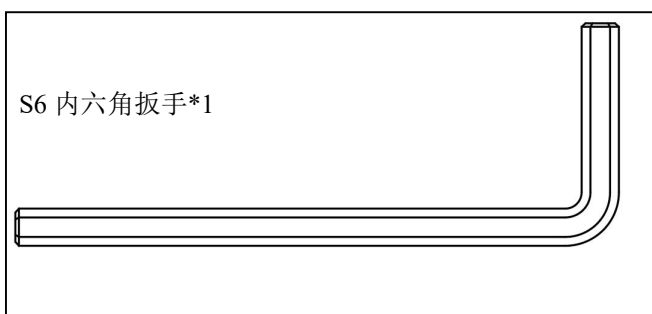
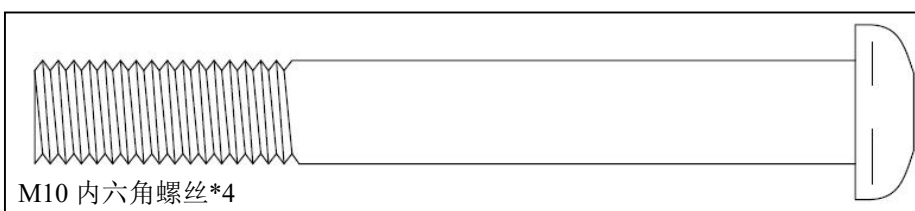
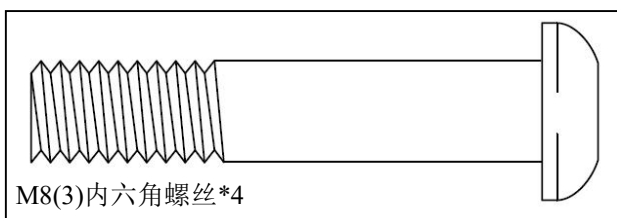
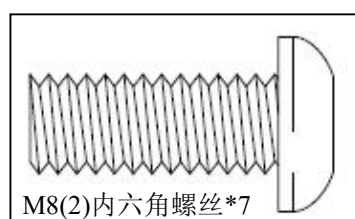
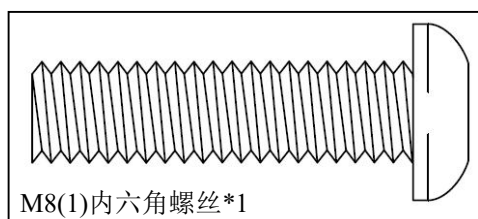
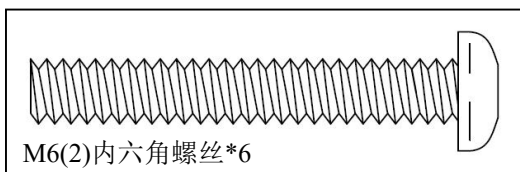
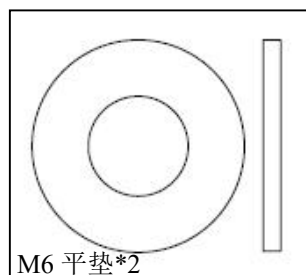
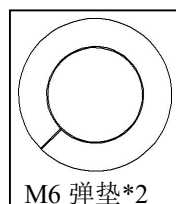
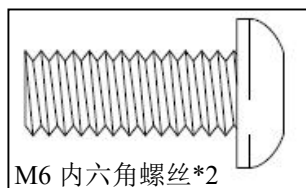
- 外包装采用纸壳
- 内部防护包装采用纸壳与塑料泡末。
- 薄膜及包装袋采用塑料PE
- 封口包装带采用PP塑料胶带

## 废品的清除

请按照环保的要求对作废的器械进行

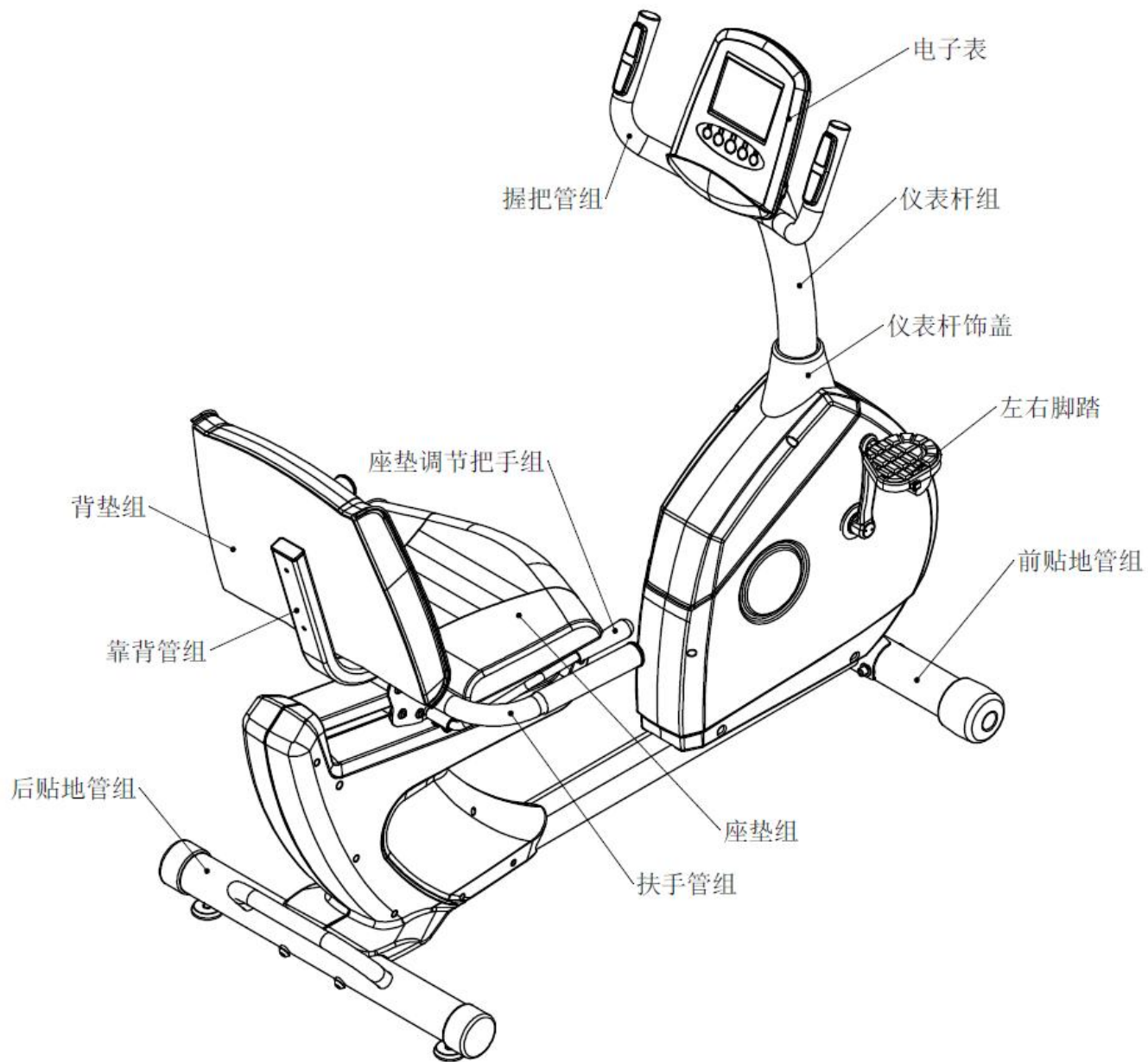
## 螺丝包部分

在这一页上您将会看到所有的小部件（螺丝刀，垫片，尼帽及工具等）都有附加的草图以便您安装时使用。所有的这些零件都包装在一个塑料袋中或者包装盒中。（下面为螺丝包零件图）



## 安装

在您安装之前，请您参照下面的组成图，以便您能按照下面图中所标注的号码更准确的安装。



## 安装:

为了让您的安装尽可能的简便，我们已经为您把其中重要的部分安装好了。

在您组装这台机器之前，建议您应该仔细的阅读组装说明书，之后循序渐进的按照说明一步步的安装。

请检查收到的包装内产品。

— 请将所有的零件的包装袋去除，将其一样样的挨着放置在地面.(见下图)

— 请您将机身的主体部分放置在平坦的地面上，并且注意让机身主体部分固定。

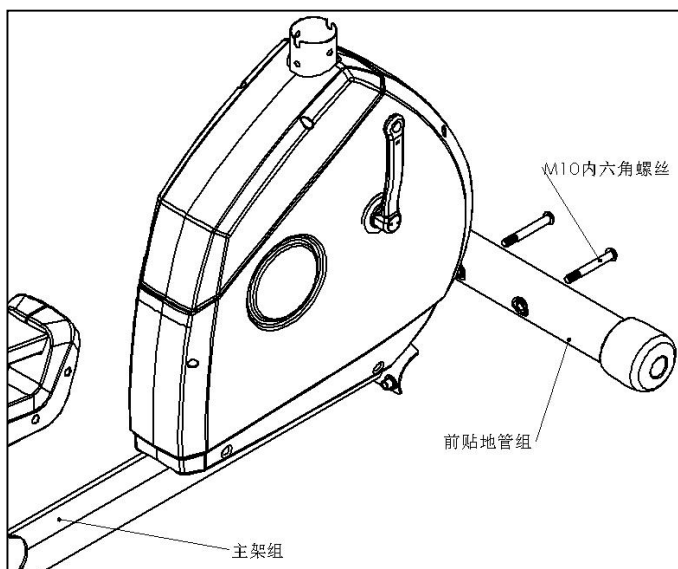
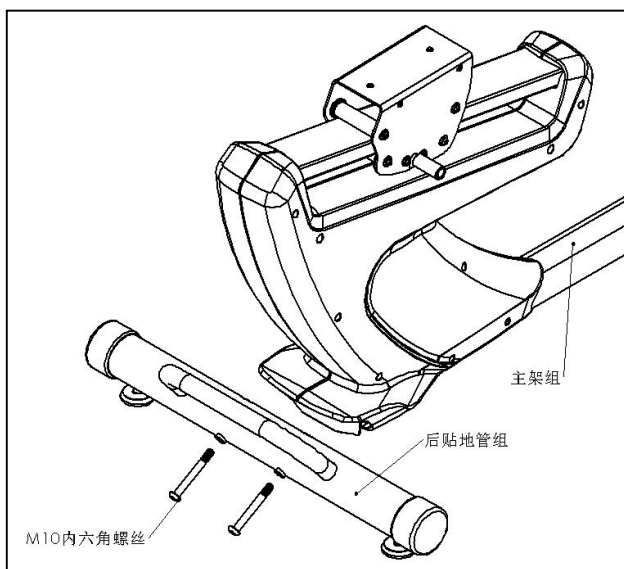
请您注意，在您组装的机器在各个方向都留有足够的运动空间。（至少留有 1 米的距离）。

## 特别注意：此产品安装必须要 2 人以上配合完成。

### 安装步骤 1

1,将前后贴地管组对准主架组上的孔。（注意孔位要对准）。

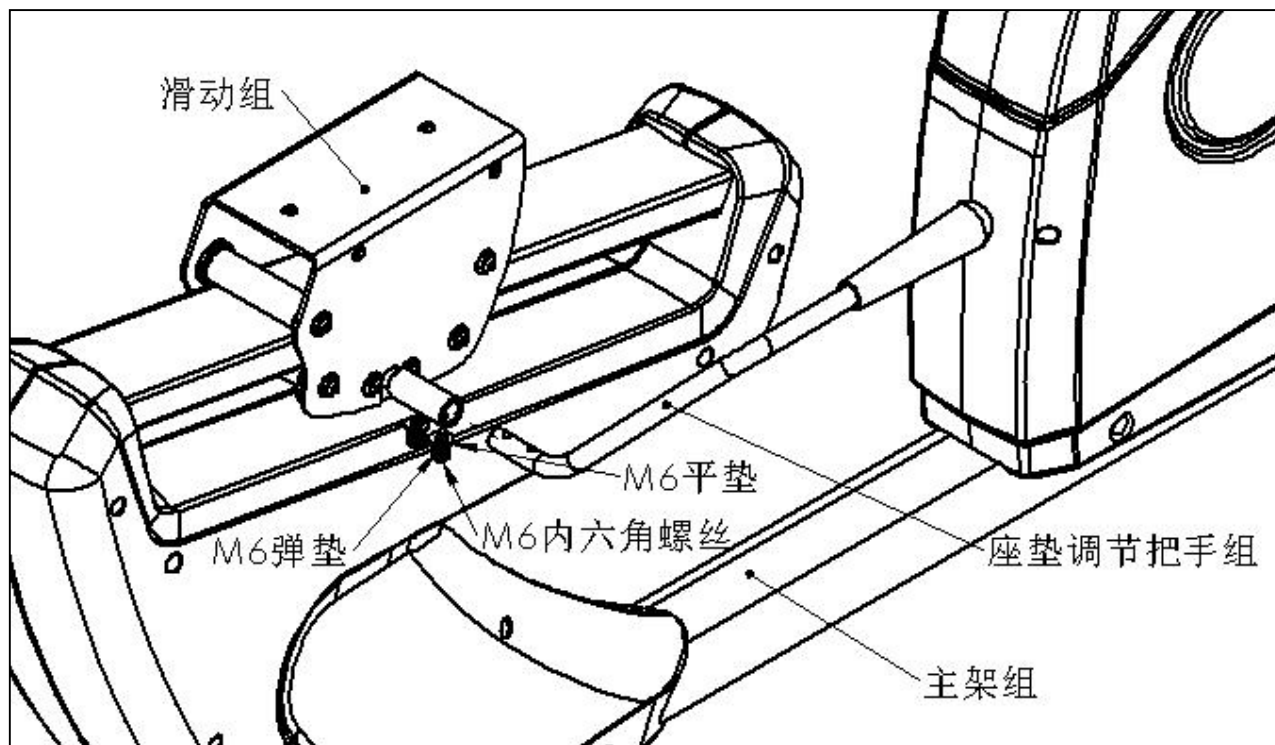
2,再用 M10 内六角螺丝，贯穿后用 S6 内六角扳手锁紧。





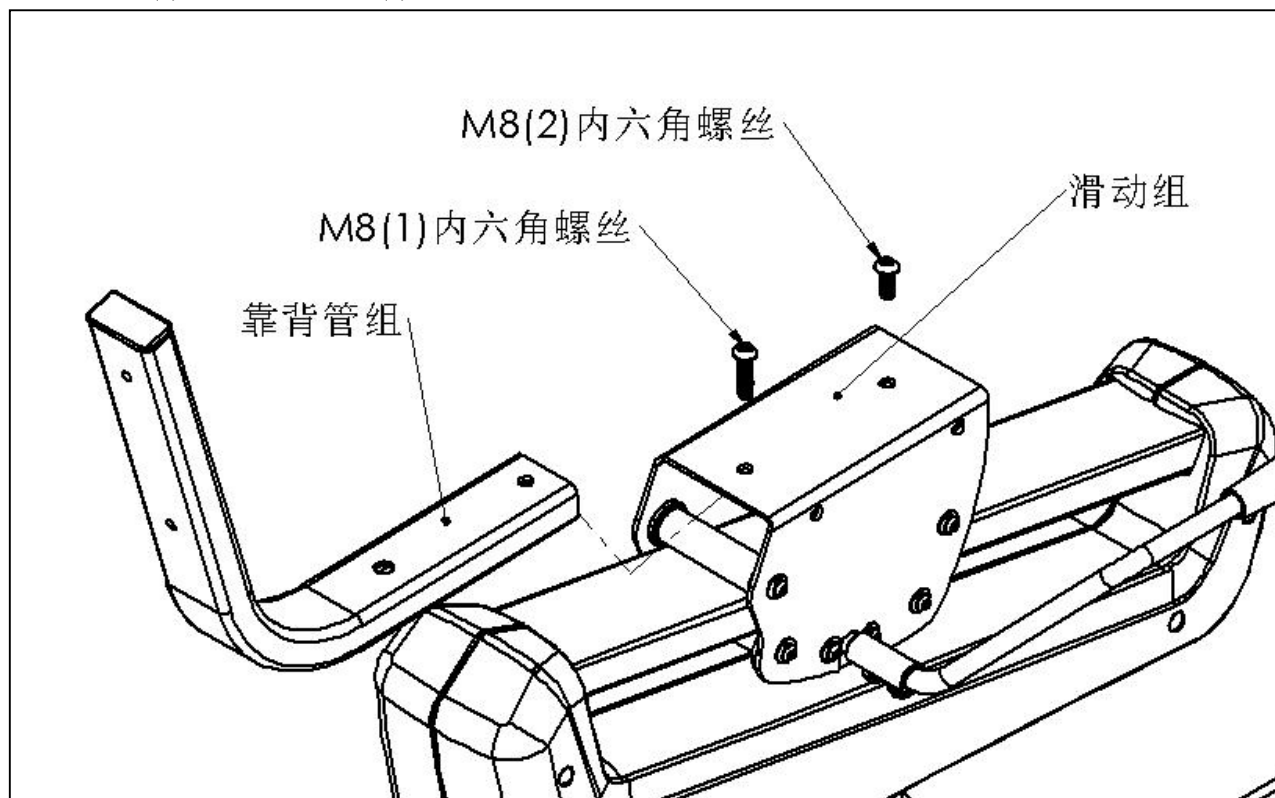
安装步骤 2

- 1,将座垫调节把手组穿入滑动组中。(注意孔位要对准)。
- 2,再用 M6 内六角螺丝、M6 弹垫和 M8 平垫，贯穿后使用 S4 内六角扳手锁紧。



安装步骤 3,

- 1,靠背管组穿入滑动组下面(注意孔位要对准)。
- 2,然后将 M8(1)内六角螺丝, M8(2)内六角螺丝穿入滑动组与靠背管组, 最后使用 S5 内六角扳手锁紧。

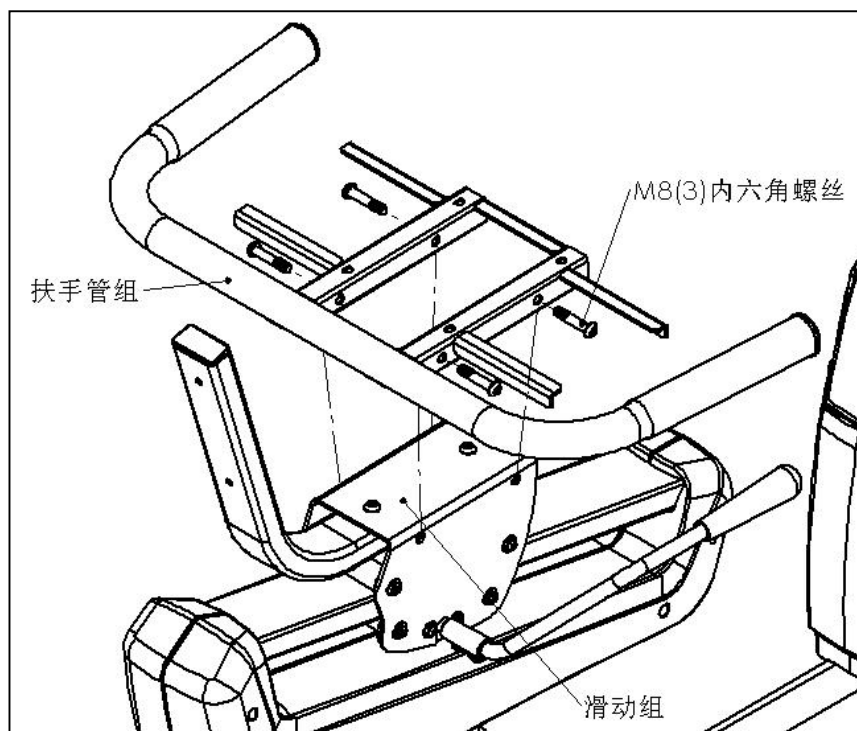




安装步骤 4,

1.将扶手管组卡入滑动组中（注意孔位要对准）。

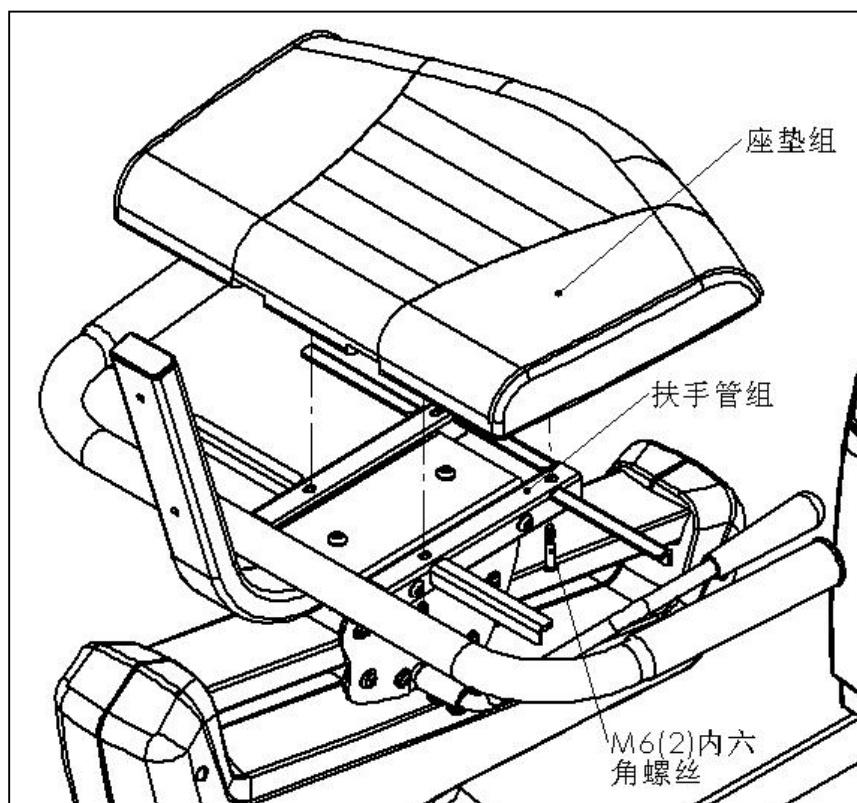
2.然后将 M8(3)内六角螺丝穿入扶手管与滑动组中，最后使用 S5 内六角扳手锁紧。



安装步骤 5

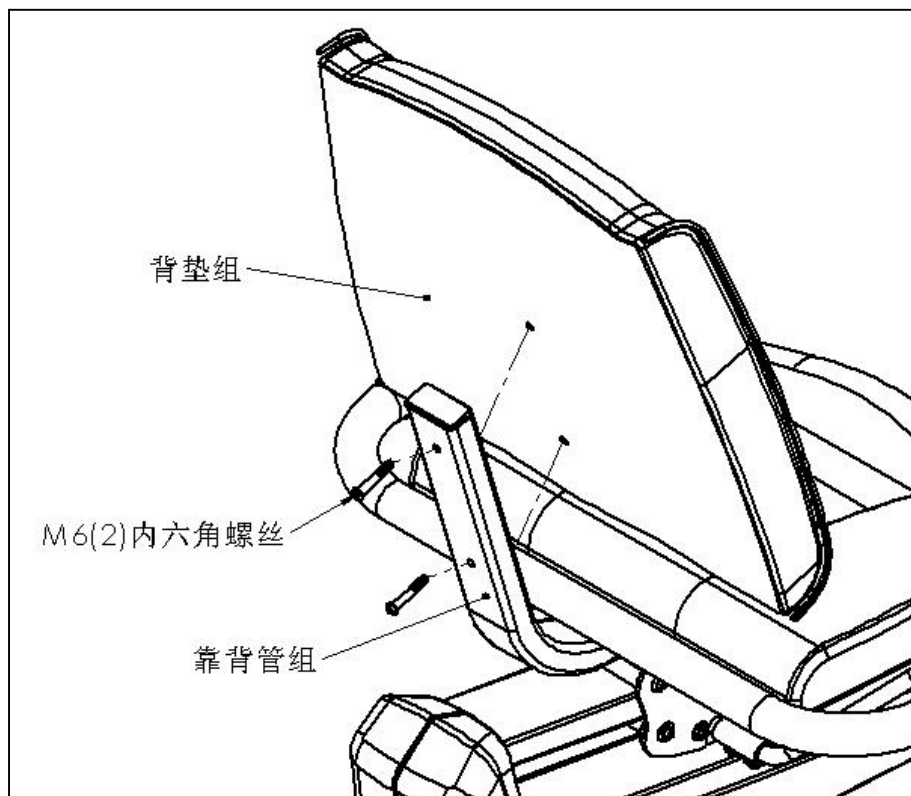
1.将座垫组对准扶手管组上面的孔（注意孔位要对准）。

2.然后将 M6(2)内六角螺丝穿入扶手管，最后使用 S5 内六角扳手锁紧。



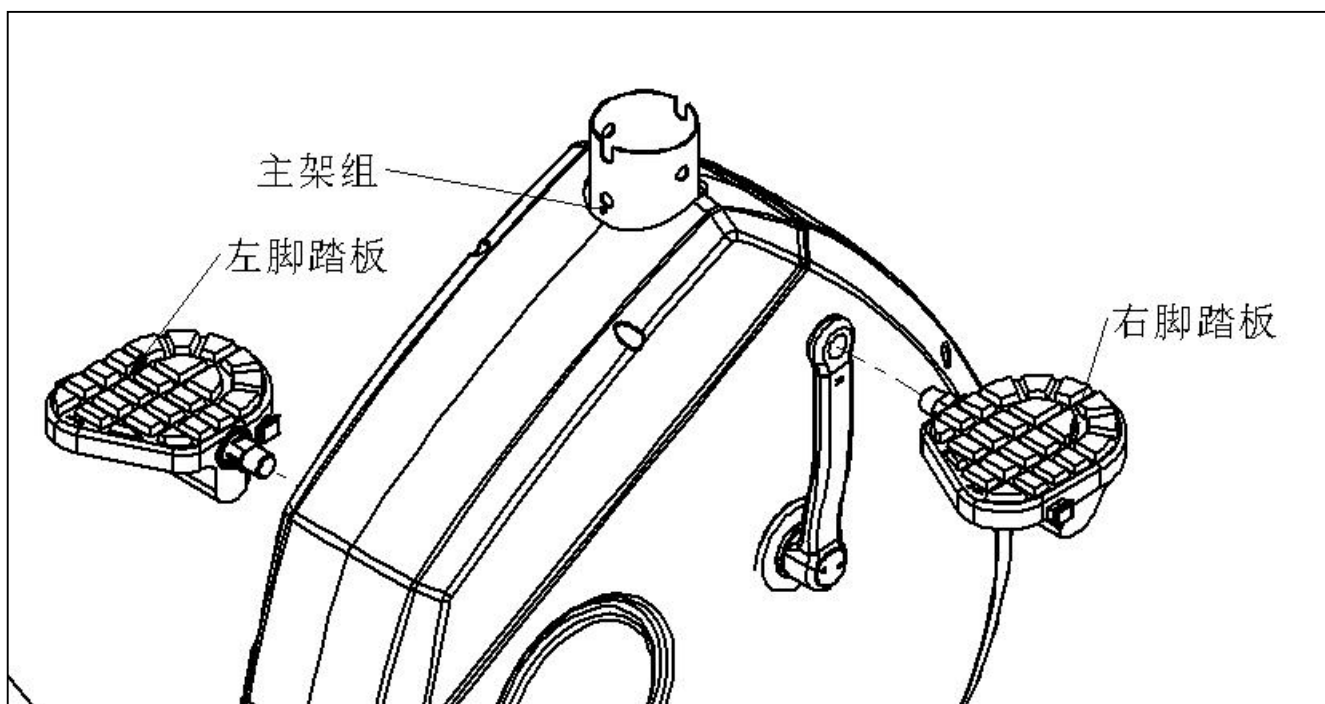
安装步骤 6

- 1.将背垫组对准靠背管组上面的孔（注意孔位要对准）。
- 2.然后将 M6(2)内六角螺丝穿入靠背管组，最后使用 S5 内六角扳手锁紧。



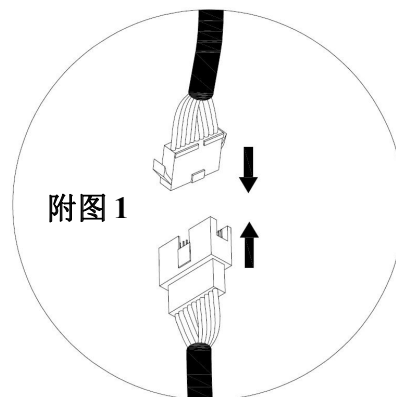
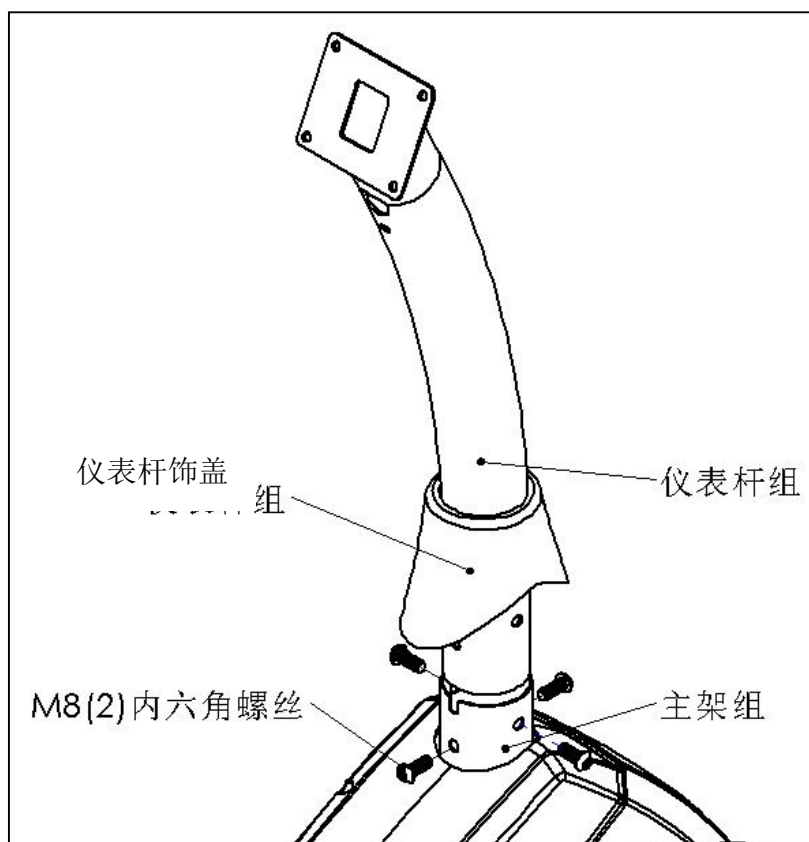
安装步骤 7

- 1.将左右脚踏板对准主架组上面的曲柄腿的孔（注意孔位要对准）。
- 2.然后使用工具扳手锁紧。



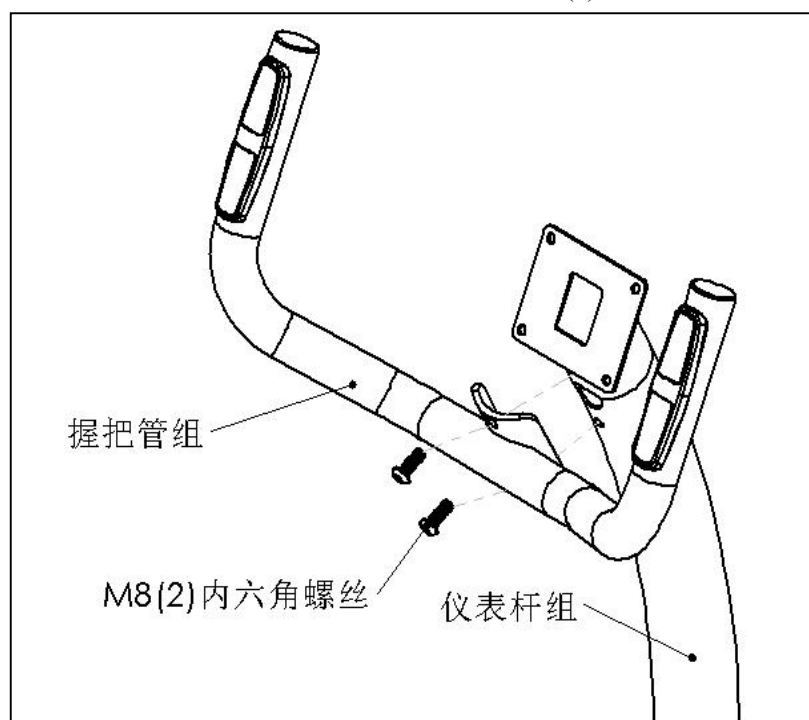
安装步骤 8，特别注意：安装之前一定要将仪表杆饰盖且穿过仪表杆（如同所示）。

- 1.先将仪表杆内部的线材与主架组上面的线材连接上，如附图 1 所示。
- 2.将仪表杆组对准主架组下仪表杆位置（注意孔位要对准）。
- 3.再用 M8(2)内六角螺丝，贯穿仪表杆组与主架组后使用 S5 内六角扳手锁紧。



安装步骤 9，

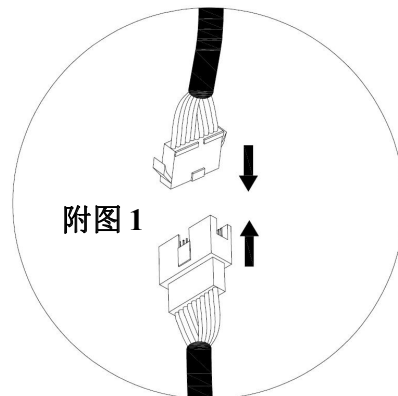
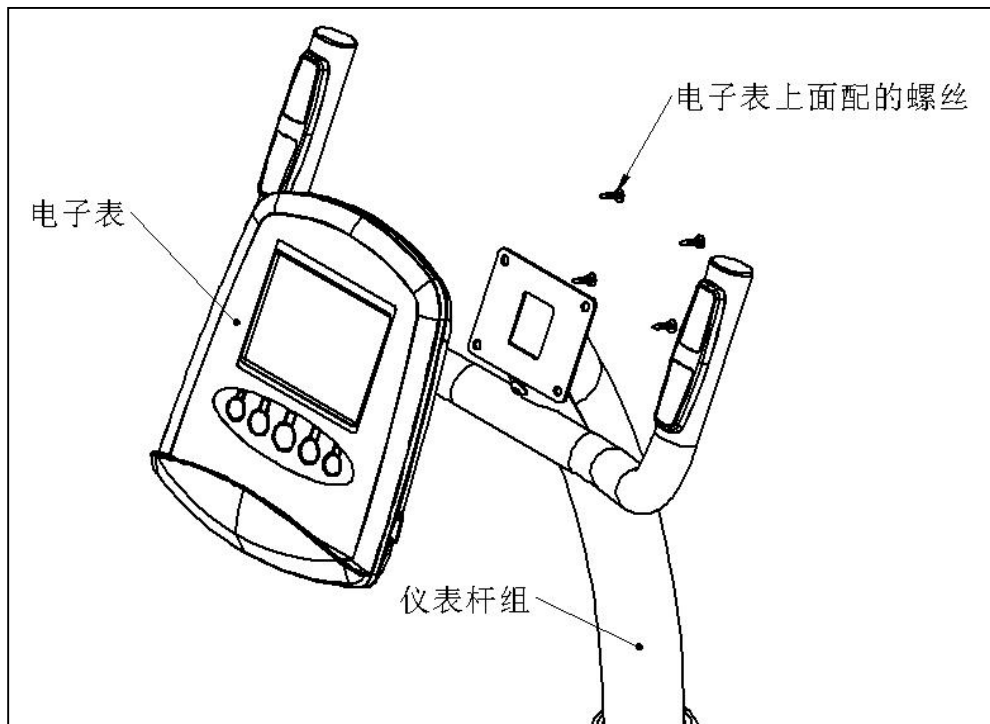
- 1.将握把管组对准仪表杆组上面的孔，然后用 M8(2)内六角螺丝固定后用 S5 内六角扳手锁紧。



#### 安装步骤 10

特别注意：固定电子表之前需要将仪表杆组里面的线材与电子表上面的线材扣合（附图 1）

1.将电子表上面配的螺丝卸下，然后将电子表对准仪表杆组上面的固定片，用电子表配的螺丝固定电子表即可。



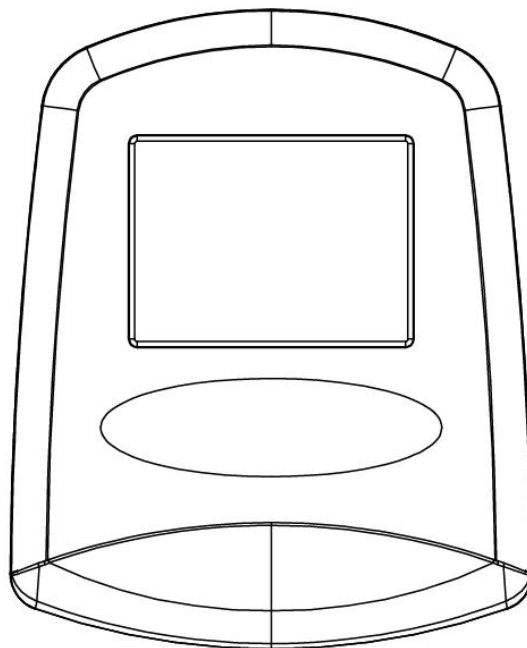
## 练习的利益

练习能帮助改善您生活的质量，帮助给你较多的能源，以及很好的均衡各项指标。包括减重，改良的体型和增加肌肉，力量，忍耐和提高柔性，增加新陈代谢，改良需氧性和身体各项协调能力，并且使您更加敏捷。

## 训练技巧

- A) 在运动过程中要保证您整个身体的垂度与平衡。
- B) 眼睛要目视前方。
- C) 当脚踏板一边运行到最底点时，此时相对应的腿部处于绷紧状态。
- D) 在运动中要握紧手把或握把管。
- E) 在训练时，脚在踏踏板时要踏实。
- F) 您可以根据自己的情况在决定手放在手把或握把管上面的位置。

## 仪表



### □ 仪表的驱动:

—此仪表要借助于外接电源来启动，不能直接将仪表与外接电源相连，否则会造成仪表的损坏或者人身意外伤害；一定要借助电源适配器来降低到仪表正常工作所需的电流。

### □ 启动仪表:

- 请注意观察机器的工作环境，请保证在机器的各个方向都有足够的自由空间。（后部及两侧至少有一米的距离）
- 仪表本身不含有开关功能。打开仪表有两种途径：
  - 可能性1：通过脚踏板
  - 可能性2：通过按仪表上的任意一个按键
- 关机：只要大约四分钟之后不再使用，仪表将自动在时间与温度界面模式下关机。

**【注】**仪表的具体使用与参数的设置详见仪表的附页

## 保养与维护

### 保养:

本健身器基本上不需要您特殊的保养。  
但尽管如此也请您经常的检查机器各个部分并且拧紧所有的螺丝及连接。  
请您立即将您有毛病的零件与我们的售后服务部更换—在修好之前不得使用。

### 维护:

清洗时只容许用潮湿的布进行擦洗，不可用有强力刺激性的清洗液。  
请注意：不可以有水滴在仪表上。

保修卡

产品信息	产品型号：		名 称：			
用户档案	用户姓名：		联系电话：		邮政编码：	
	工作单位：					
	家庭地址(或单位地址)：					
经销商填写	经销商名称：			联系电话：		
	购买地址：			邮 政 编 码：		
	销售日期：			安装调试日期：		
维修记录	送修日期	检 修 情 况	检 修 结 果	检修人	交验日期	用户签名

注：本产品属性正确的打“√”，涂改无效。

产品	家用器材	商用器材
属性		

保修期：

产品经检验合格，自购买日起商用器材享有12个月、家用器材享有12个月的免费维修服务。

维修服务说明：

- 1、本产品在本保修期内提供免费维修服务。
- 2、请妥善保管、保管好维修卡及相关购机凭证，需维修时，若无法提供有效凭证，本公司拒绝承担免费维修义务。
- 3、请严格遵照《使用说明书》进行安装、使用，若因安装错误或使用不当造成的损坏或意外，本公司概不负责（或提供免费维修）。
- 4、因不可抗拒因素而导致器械故障或损坏，需本公司提供维修的，本公司按照统一制定的维修收费标准收取维修及配件费用。
- 5、因客户自行拆装（或非本公司认证维修人员拆装）而导致器械故障或损坏的，需本公司提供维修的，本公司按照统一制定的维修收费标准收取维修及配件费用。

★凭本卡到指定保修点进行保修，为保障您的切身利益，请您配合经销商认真填写“用户档案”栏，以确保您享受高效优质的售后服务，避免您在要求服务时产生不便。★此保修卡由经销商加盖销售章后方能生效。



## 环境保护倡议书

尊敬的用户：

您好！

地球是我们共同的家园，也是我们唯一的家园，健康是我们共同追求的目标。为了您和家人的健康成长，让我们共同来维护我们的环境，我们唯一的生存环境！

我们的环境方针：

- 1.遵守环境法律法规。
- 2.在企业的一切领域开展省资源、省能源和垃圾废弃物的减量化运动。
- 3.在现有的基础上逐步降低环境污染，促进周边环境改善。
- 4.环境保护与企业发展相结合。
- 5.鼓励员工寻求进一步改善环境的积极措施。

请您按以下要求对我们产品的包装物进行处理：

序号	包装物称	形态	可否被回收利用	处理方式	备注
1	外包装纸箱	固体	可以	您可以交给当地的回收站	
2	保丽龙	固体	可以	您可以交给当地的回收站	
3	塑料包装袋	固体	可以	您可以交给当地的回收站	
4	包装带	固体	可以	您可以交给当地的回收站	
5	气泡垫	固体	可以	您可以交给当地的回收站	

# 健康快乐 幸福人生

**广州市杰森健身器材有限公司**

Guangzhou Jason fitness equipment Co., LTD

地址：广东省广州市白云区黄石西路68号

客服热线：400 069 6566

联系电话：020-86359839（销售部）      020-36130119（售后部）

邮箱：jason@jieseng.com

网站：www.jieseng.com



关注获取更多资讯