

A black and grey Intenza 550GC Series exercise bike is shown from a side profile. The bike features a large black flywheel, a black saddle, and a black frame with grey accents. The handlebars are black with a digital display and a water bottle holder. The brand name 'intenza' is visible on the frame.

intenza

Cycle Owner's Manual

Intenza 550GC5

Intenza 550GC3

Intenza 550GC

Intenza 550GC Series Cycle Owner's Manual ©Intenza 2020. All rights reserved.

Table of Contents

EN	550GC Series Cycle Owner's Manual	3
DE	Bedienungsanleitung für das Fahrrad der 550GC—Serie	20
FR	Mode d'Emploi du Modèle de Vélo 550GC	38

IMPORTANT SAFETY PRECAUTIONS

WARNING

To reduce the risk of burns, fire, electric shock, or injury to persons, carefully read and adhere to the following important precautions and information before operating the 550GC Series Cycle—

- If you have pre—existing health problems or a disability, it is recommended that you consult your physician, in order to find the training method best suited to you. Incorrect or extensive training can result in serious health injuries.
- The manufacturer expressly assumes no responsibility for health risks, personal injury, property damage or consequential damages sustained by or through the use of this device, unless it is a case of consequential damage which can be traced back to faulty material and/or manufacturing, and which come under the responsibility of the manufacturer.
- This appliance is not intended for use by persons with reduced physical, sensory or mental capabilities, or lack of experience and knowledge, unless they have been given supervision or instruction concerning use of the appliance by a person responsible for their safety. Keep children under the age of 13 away from this machine.
- If it has been dropped or damaged, or dropped into water, return the appliance to a service center for examination and repair.
- Use this appliance only for its intended use as described in this manual. Do not use attachments not recommended by the manufacturer.
- Never drop or insert any object into any opening.
- Do not use outdoors.
- Do not operate where aerosol (spray) products are being used or where oxygen is being administered.
- Installation of power supply shall comply with local building codes.

· SAVE THESE INSTRUCTIONS



Please use the chain to secure the front tube and the pedal, and make sure that the crank cannot be rotated significantly after lock the chain with the lock.

PLEASE NOTE

GC



GC3



IMPORTANT SAFETY PRECAUTIONS

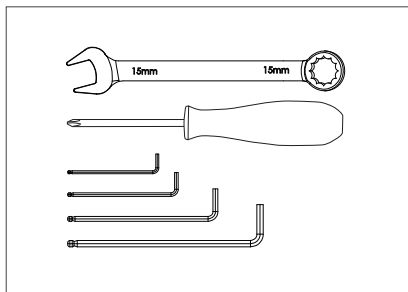
SAFETY PRECAUTIONS

- It is the responsibility of the owner to ensure that all users are informed of all warnings and precautions for proper use, and are only authorised to use the bike independently after being successfully briefed by a qualified Trainer or Instructor.
- This appliance can be used by children aged from 13 years and above and persons with reduced physical, sensory or mental capabilities or lack of experience and knowledge if they have been given supervision or instruction concerning use of the appliance in a safe way and understand the hazards involved. Children shall not play with the appliance. Cleaning and user maintenance shall not be made by children without supervision.
- Keep 550GC Series Cycle indoors, away from moisture and dust. Do not place 550GC Series Cycle outdoors, in a garage or covered patio or near water or swimming pools. Operating temperature of 550GC Series Cycle must be between 15°C—40°C Celsius (59°—104°F) at a maximum humidity of 65%.
- Always place the bike on a stable, level surface. If the bike is to be placed on a hardwood floor or carpet, it is recommended to place a floor mat underneath the bike, to protect the floor from becoming damaged.
- The level of safety of the bike can only be guaranteed if it is regularly checked for possible damage as well as wear and tear (e.g. fixing points, E—Brake, Pedals, toe straps, etc.). Consult an authorised service provider, or the manufacturer directly, to ensure that regular inspections are properly carried out.
- Carry out all maintenance, care and service procedures as described in this manual on a regular basis. Defective parts must be replaced immediately, and the equipment must not be used until the repairs have been carried out. Only use original parts from the manufacturer. Repairs must only be carried out by the manufacturer's authorised service technicians.
- 550GC Series must not be used by persons exceeding weight of 350 lbs/159 kg.
- Always wear appropriate close fitting cycling or athletic attire and sturdy shoes, preferably cycling—specific shoes, while operating the bike. Unfastened shoelaces may become caught in the drive system and lead to injury.
- The bike does not have an independently—moving flywheel. The pedals will continue to move with the flywheel until the flywheel stops. The movement can only be stopped by using the emergency brake or by reducing the pedaling frequency in a controlled manner. Always ride with resistance load to ensure that your pedaling motion is controlled. Do not adjust handlebar or saddle during workout. Do not pedal backwards.
- Do not attempt to remove your feet from the pedals or dismount from the machine until both the pedals, and the flywheel, have completely stopped. Failure to follow these instructions may lead to loss of control and the potential for serious injury.
- If you feel pain or dizziness while exercising, stop immediately. It is recommended that you consult a doctor if the pain does not subside for an extended period of time.
- Class S training equipment shall always be used in a supervised environment.
- Review of all applicable warning notices and contact dealer when replacement of worn warning labels is necessary.

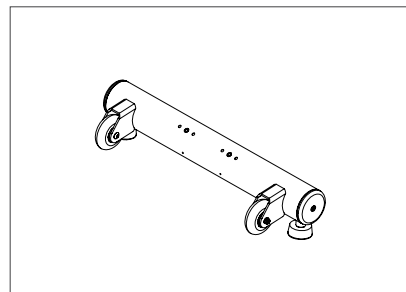
550GC Series Cycle Part List

Open the shipping carton. Remove all parts from the carton and cardboard inserts.

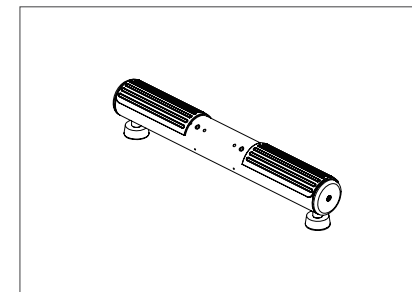
Before you begin assembly, verify that the following hardware items are packed with the equipment. You will require the following to assemble the 550GC Series: 1* 2.5, 3, 5, 6 and 15mm hex wrench, and a Phillips screwdriver.



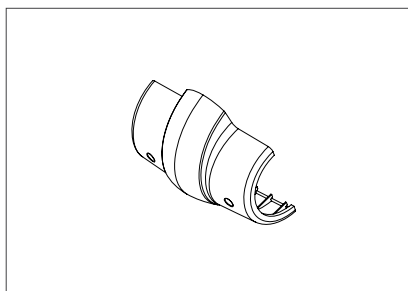
1. 2.5, 3, 5, 6, hex wrenchs, 15mm wrench and
Phillips screwdriver (NOT INCLUDED)



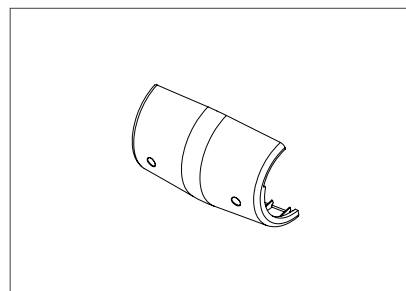
2. Stabiliser, front, assy
QTY 1



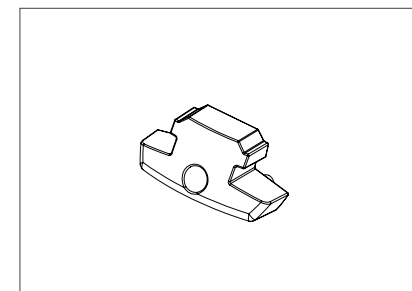
3. Stabiliser, rear, assy
QTY 1



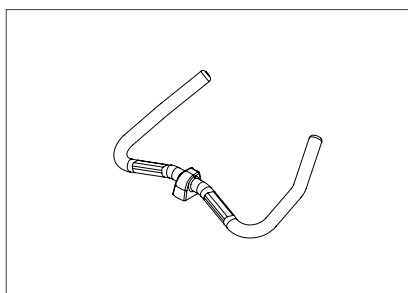
4. Cover, Stabiliser, front
QTY 1



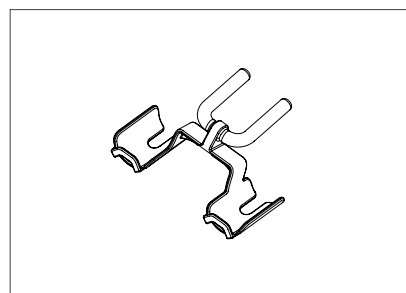
5. Cover, Stabiliser, rear
QTY 1



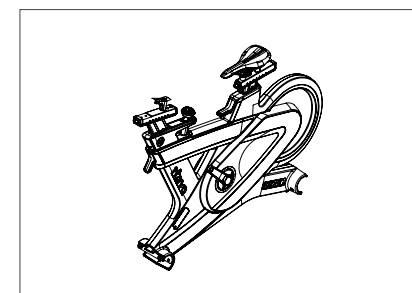
6. Cap, end, track, HB, rear
QTY 1



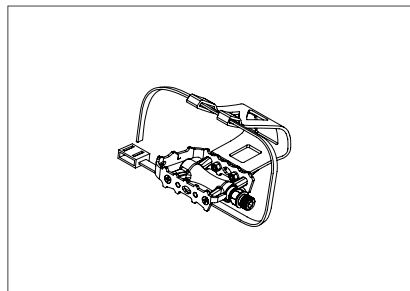
7. Dipping, handlebar, rear
QTY 1



8. Dipping, handlebar, front for GC
QTY 1

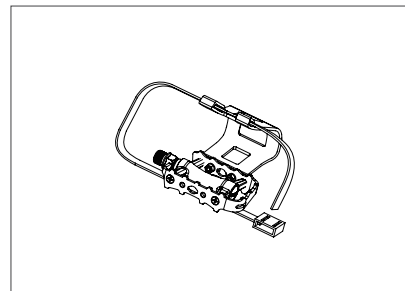


9. Assy, frame, main
QTY 1



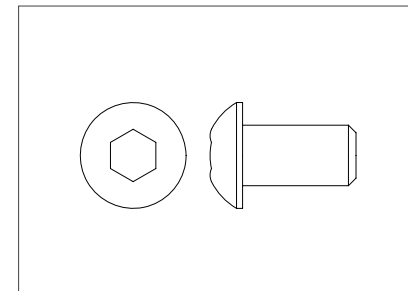
10. Pedal assy, L, standard

QTY 1



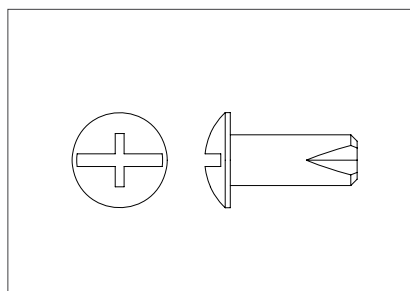
11. Pedal assy, R, standard

QTY 1



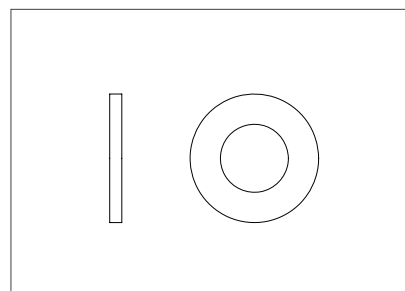
12. Dome screw, M8 x 15L

QTY 8



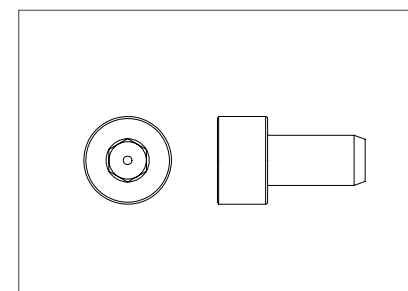
13. Dome screw, M4 x 10L

QTY 4 (GC), 9 (GC3)



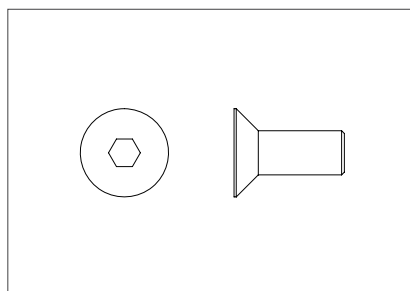
14. Washer, M8

QTY 8



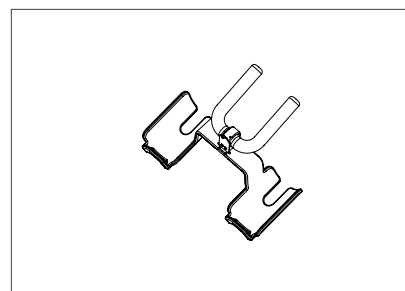
15. Tapping screw, M4 x 8L

QTY 1



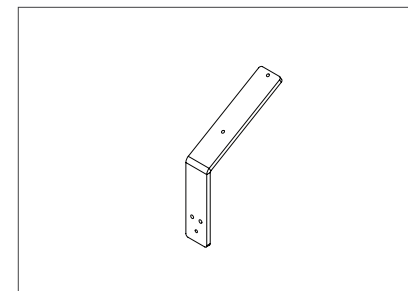
16. Screw, countersunk

QTY 4



17. Assy, handlebar, front for GC3

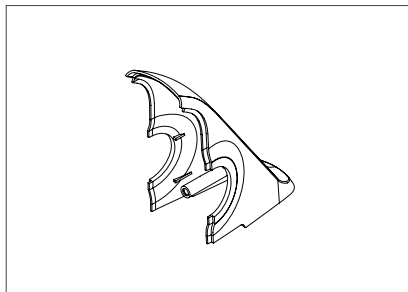
QTY 1



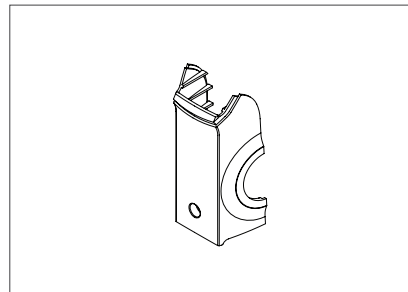
18. Bracket, console, fixed for GC3

QTY 1

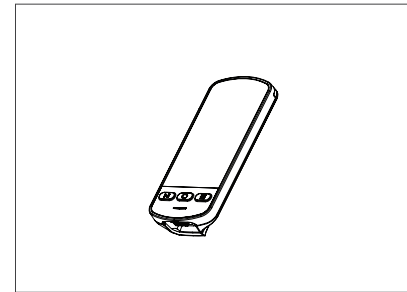
550GC Series Cycle Part List



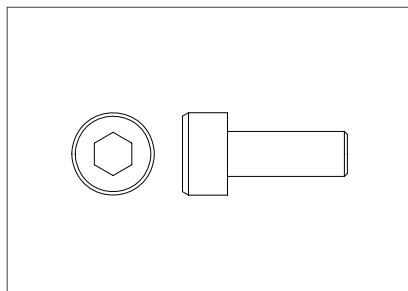
19. Cover, console—seat, front for GC3
QTY 1



20. Cover, console—seat, rear for GC3
QTY 1



21. Assy, console for GC3
QTY 1



22. Socket Screw for GC3
QTY 3

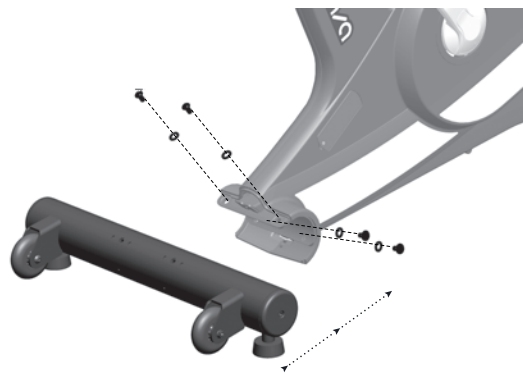
550GC Series Cycle Assembly Instructions

WARNING If there are large fluctuations in temperature, please allow the bike to acclimatise to the surrounding temperature before proceeding with assembly.

Ensure that bolts are tightened with significant force to minimise loosening during use. If bolts are loosened after initial assembly, we recommend using medium—strength LOCTITE® 243 when reassembling.

STEP 1

Assemble the front Stabiliser

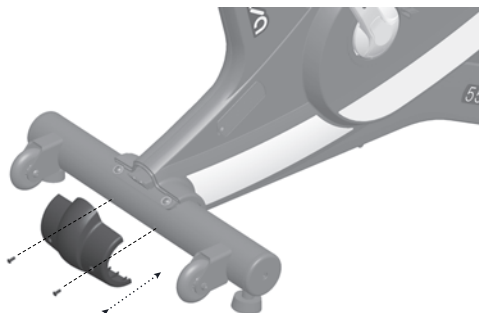


COMPONENTS AND TOOLS

Dome screw, M8 x 15L (12), Washer, M8 (14)

STEP 3

Assemble the front Stabiliser Cover

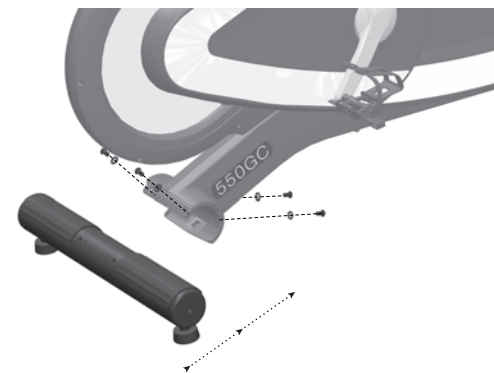


COMPONENTS AND TOOLS

Dome screw, M4 x 10L (13)

STEP 2

Assemble the rear Stabiliser

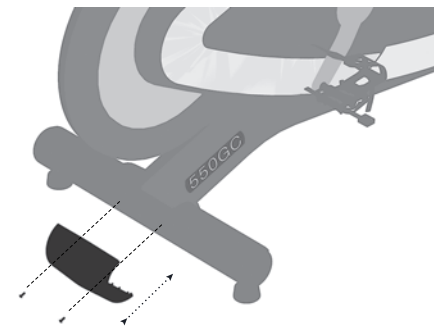


COMPONENTS AND TOOLS

Dome screw, M8 x 15L (12), Washer, M8 (14)

STEP 4

Assemble the rear Stabiliser Cover



COMPONENTS AND TOOLS

Dome screw, M4 x 10L (13)

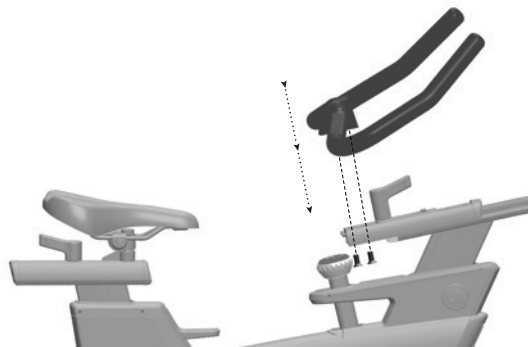
550GC Series Cycle Assembly Instructions

WARNING Do not remove warning tape from the sliders prior to the handlebar being assembled.

After assembly, remove the warning tape. Do not move horizontal slider backwards.

STEP 5

Assemble the handlebar



COMPONENTS AND TOOLS

Screw, countersunk (16)

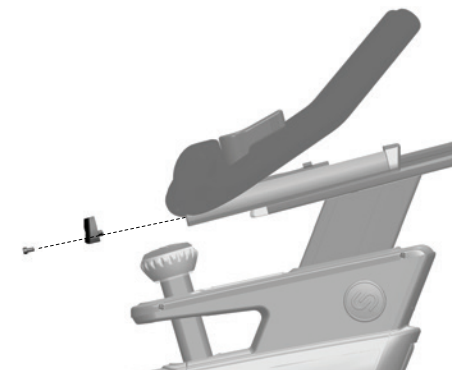
PLEASE NOTE

In order to avoid damaging the interior cabling, the handlebars must not be adjusted horizontally before this step.

Ensure that bolts are tightened with sufficient force (30Nm) when mounting the handlebars. The fastening counter sunk bolts are coated with TufLok® at the factory to prevent them from becoming loose during use. If bolts are loosened after initial assembly, we recommend using medium-strength LOCTITE® 2701 when reassembling.

STEP 6

GC—Assemble the Cap, end, track, HB, rear

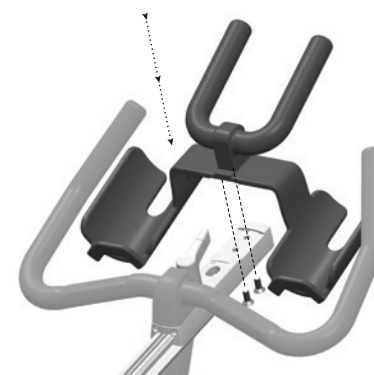


COMPONENTS AND TOOLS

Tapping screw, M4 x 8L (15)

STEP 7

Assemble the handlebar



COMPONENTS AND TOOLS

Screw, countersunk (16)

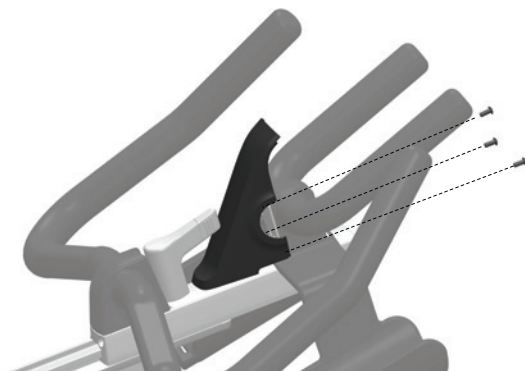
PLEASE NOTE

Set the vertical adjustment of the handlebar stem to the highest position before beginning with assembly.

550GC Series Cycle Assembly Instructions

STEP 8—1

GC₃—Assemble the handlebar and cover



COMPONENTS AND TOOLS

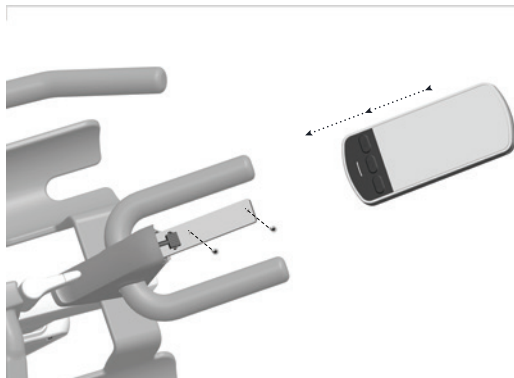
Socket screw (22)

PLEASE NOTE

Set the vertical adjustment of the handlebar stem to the highest position before beginning with assembly.

STEP 8—3

GC₃—Assemble the console



COMPONENTS AND TOOLS

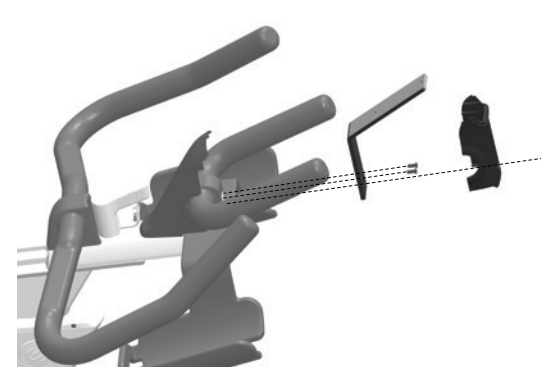
Dome screw (13)

PLEASE NOTE

Connect the cable first then assemble the console

STEP 8—2

GC₃—Assemble the bracket and cover



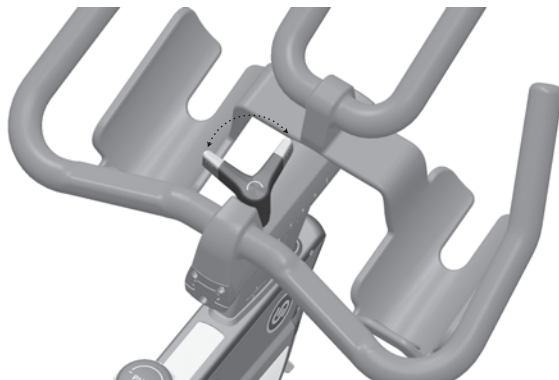
COMPONENTS AND TOOLS

Dome screw (13)

550GC Series Cycle Assembly Instructions

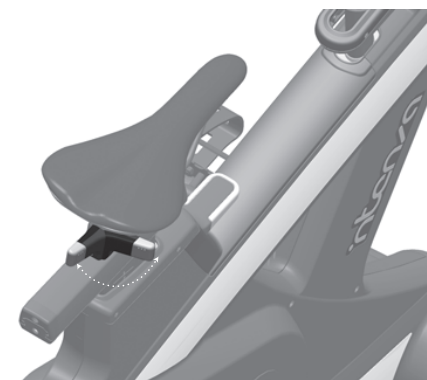
STEP 9

Check the horizontal adjustment of the handlebars



STEP 10

Check the clamping force of the horizontal adjustment



Check the horizontal adjustment of the handlebars, with the thumb lever opened, for ease of motion when adjusting.

Check the clamping force of the horizontal adjustment. Make sure the horizontal adjustment lever is fully tightened.

Adjust if required, referring to service guidelines available on manufacturer's service website or contact your local distributor.

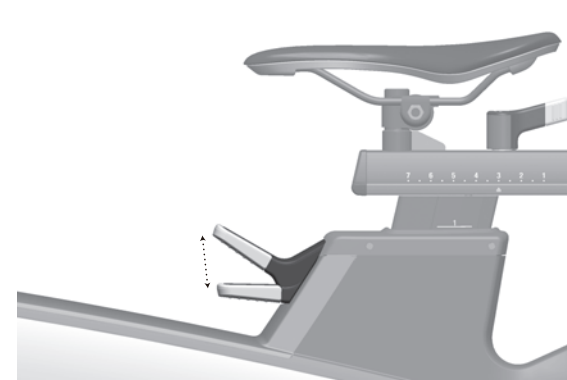
STEP 11

Check the vertical adjustment



STEP 12

Check the clamping force of the vertical adjustment



Check the vertical adjustment, with the flip lever opened, for ease of motion when adjusting.

Check the clamping force of the vertical adjustment with the flip lever closed. Make sure the vertical adjustment lever is fully tightened.

Adjust if required, referring to service guidelines available on manufacturer's service website or contact your local distributor.

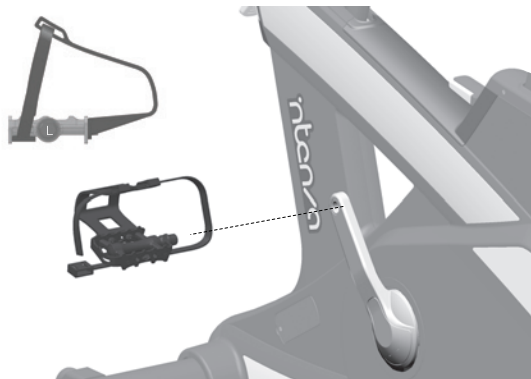
WARNING! Attach the pedal marked **R** on the right crank and tighten by turning clockwise (standard right-hand thread). Attach the pedal marked **L** on the left crank and tighten by turning counter-clockwise (left-hand thread). Please make sure that both pedals are fastened with sufficient force (55 NM), to ensure that the bolt does not become loose during use.

The threads are provided with TufLok® at the factory to prevent them from becoming loose during use. If bolts are loosened after initial assembly, we recommend using medium-strength LOCTITE® 243 when reassembling.

550GC Series Cycle Assembly Instructions

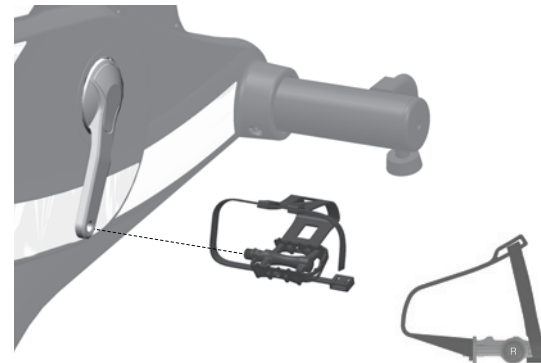
STEP 13

Assemble the Pedal assy, L, standard



STEP 14

Assemble the Pedal assy, R, standard



- A**  Press—Switch page
PAGE 1 Avg. Cadence
 Avg. Power
 Avg. Speed
 Level
 Elapse time

PAGE 2 Max. Cadence
 Max. Power
 Max. Speed
 Level
 Elapse time

PAGE 3 Calories
 Distance
 Heart Rate*
 Level
 Elapse time

 Hold 3 sec.—Switch page automatically
-
- B**  Press—Pause
 When button **B** is pressed, no matter if the user is pedaling or not, all data calculation will be paused and the console will consecutively present all 3 data pages. When the console is paused, press the Button **B** again and you will return to the data calculation mode.

 Hold 3 sec.—Date reset
-
- C**  Press—Select the MODE
Standard Mode
HR Mode

 When in mode selection
Button A Previous
Button B Confirm
Hold Button B for 3sec. Exit
Button C Next
-
- A+C**  Change Metric/imperial system
-



550GC3 Console is powered by generator.

- Generator stores power in rechargeable batteries.
- Batteries power the console.

Turn on the console

Simply pedal or press any button on the console.

Turn off the console

When the console is idle for more than 15sec., the screen will shut down; Pedaling or pressing any button will turn on the screen again.

When the bike is idle for more than 2min., the console will go in Stand—by mode and shows Turn—off. The animation will appear prior to shut down. During Stand—by mode all data will be saved; Pedaling or pressing any button will turn on the screen again.

When the bike remain in Stand—by mode for 8 minutes, all data will be deleted. Pedaling or pressing any button will turn on the screen again.

Colour Indicator for Standard Mode

ZONE 1	ZONE 2	ZONE 3	ZONE 4	ZONE 5
WHITE LIGHT	BLUE LIGHT	GREEN LIGHT	ORANGE LIGHT	RED LIGHT
<140 Watt	140—189 Watt	190—226 Watt	227—264 Watt	>265 Watt

Color Indicator for HR Mode

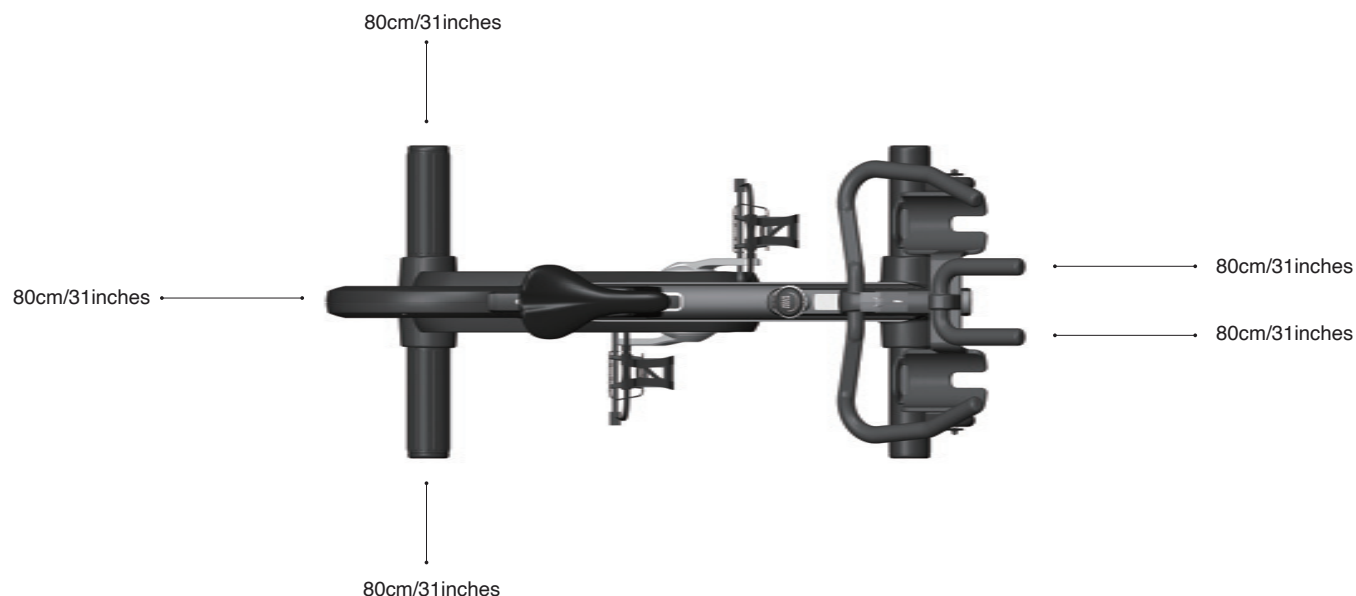
ZONE 1	ZONE 2	ZONE 3	ZONE 4	ZONE 5
WHITE LIGHT	BLUE LIGHT	GREEN LIGHT	ORANGE LIGHT	RED LIGHT
<60% MHR	60—70% MHR	70—80% MHR	80—90% MHR	90—100% MHR

***WARNING!** Heart rate monitoring systems may be inaccurate. Over exercising may result in serious injury or death. If you feel faint stop exercising immediately.

****For speed within 50—80 rpm, the accuracy range of power is $\pm 10\%$.**

Safety Space and Insrallation

Make sure that you maintain the proper safety space as shown below around the equipment.



Installation

- Instructions stated in this manual must be performed during initial installation of the Intenza 550GC in order to ensure optimal performance and a long lifespan. Please read and adhere to the following instructions carefully. If 550GC is not installed and configured as described, the components may be subjected to excessive wear and tear and the bike may become damaged. If you have any questions regarding installation, please contact us.
- Make sure the bike is level. If bike rocks on the floor, turn the levelling feet underneath the front and/or rear stabiliser until the rocking motion is eliminated. Make sure that the levelling feet are not extended further than 10 mm.
- Verify emergency brake function to make sure that it is working properly.
- Check that both crank arm Allen bolts, with which the cranks (on the right and left side of the bottom bracket) are fastened, are secure (tightening torque 60 NM). These bolts are provided with TufLok® at the factory to prevent them from becoming loose during use. If the bolts become loose, we recommend applying medium—strength LOCTITE® 243 and then re—attaching the crank fixing bolts with a tightening torque of 60 NM.
- Wipe down bike frame with a rag moistened with solvent—free spray lubricant.
- Some parts of the bike may become loose during shipment. Check crank arms and all exposed screws, bolts and nuts, and make sure that they are all secure and properly tightened.

IMPORTANT A complete visual inspection, and test of the features and functions of the assembled exercise bicycle should be made prior to use.

Please do not unscrew the levelling feet more than 1 cm. The free standing 550GC Series can only be installed and operated on a stable and leveled floor.

Moving and Leveling 550GC Series Cycle

It is recommended that two people move 550GC Series Cycle.

In order to prevent accidents and damage to the handlebar plug—in sockets, it is necessary to firmly fix vertical handlebar adjustment before the wheel is tilted. Please be extra cautious when moving 550GC Series Cycle over uneven surfaces: it is advised that a second person assist in order to prevent the cycle from tilting to one side.

Allow a minimum safety distance away from the nearest equipment, objects or walls as illustrated below.

Stand in front of the bike, grasp the handlebars and tilt the bike towards you until the transportation wheels are touching the floor. Roll the bike to the desired location, then gently lower the rear of the bike back to the floor.



Leveling 550GC Series Cycle

Check the stability of where 550GC Series Cycle is to be operated and if necessary adjust the levelling feet underneath the front, or rear, stabilisers to ensure the desired stability. It is important that all four of the leveling feet touch the ground in order to keep the bike stable at all times. To adjust, turn the leveling feet counterclockwise to decrease the height or clockwise to increase the height until the bike is stable.

WARNING 550GC should only be operated in a forward pedaling motion.

The emergency brake functionality is limited when pedaling backwards. Do not attempt to adjust seat and handlebar in vertical or horizontal position while riding or seated.

How To Operate Intenza 550GC Series

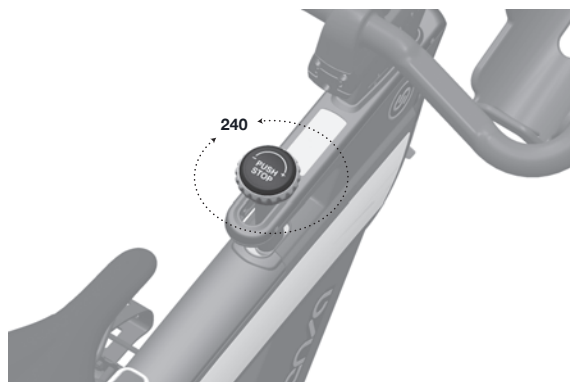
Foot Position

Place the balls of your feet securely in the toe straps so that they are centred on the pedals.

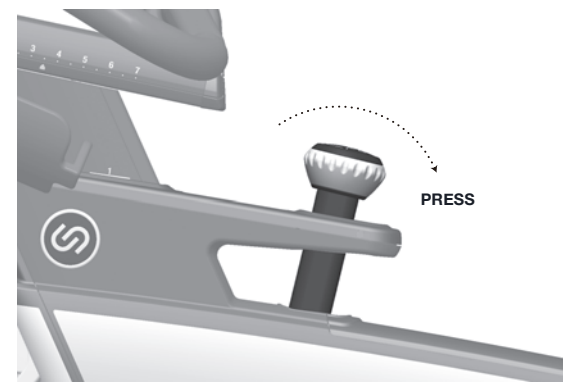
Foot Strap

Adjust the toe straps to hold your foot firmly on the pedal, allowing you to apply force throughout every part of the pedal stroke.

- The resistance adjustment can be set precisely and regulated in micro increments according to the requirements of the cyclist using the resistance adjustment knob with a range of motion of 240°.
- To increase the resistance, turn the resistance adjustment knob clockwise. To decrease the resistance, turn it counterclockwise. For a magnetic brake system, like the one fitted to this 550GC, the magnetic resistive effect also increases with pedalling frequency.
- Never pedal backwards under resistance, as this can loosen the screws between the pedals and the crank arm and the two may even become detached. To stop the flywheel during use, the resistance knob/emergency brake knob must be pressed down. During training, please make sure your shoes are placed in the toe clips (cages) provided or if you are using cycling shoes, that they are connected with the SPD cleats
- 550GC does not have a free—moving flywheel. The flywheel is firmly connected to the pedals and does not stop independently if the user stops pedalling. Please always check your movements and reduce speed in a controlled manner to stop or simply press the red resistance/emergency brake knob down to quickly slow down the movement and in so doing bring the flywheel to a stop and suspend the training session.
- Emergency brake = press down red resistance/emergency knob.
- If the emergency brake has been activated, it may only be disengaged again once the flywheel has come to a complete standstill and the pressure has been removed from the pedals.



Resistance Knob (Turn Resistance Adjustment Knob)



Emergency Brake (Press Resistance Adjustment Knob)

WARNING Ensure that all levers (vertical and horizontal) are closed, before sitting on the bike and always step off the bike when making adjustments to the handlebars and/or saddle.

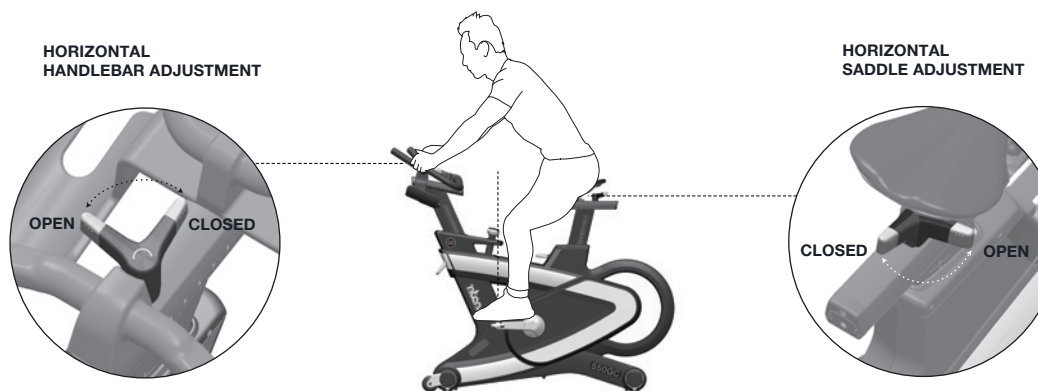
Adjusting The Saddle Height

Sit on the saddle and ensure that your hip is not tilted to one side when the pedal has assumed the position as shown in the picture. Place your shoes in the toe clips (cages) on the pedals, or in the SPD cleats if you are using cycling shoes, if your Group Cycle is not fitted with a combi pedal system. Reduce your risk of injury and enjoy a more comfortable ride by adjusting the seat height so that there is a slight bend (25–35 degrees) in your knee at the bottom of a pedal stroke.



Adjusting The Saddle Horizontally

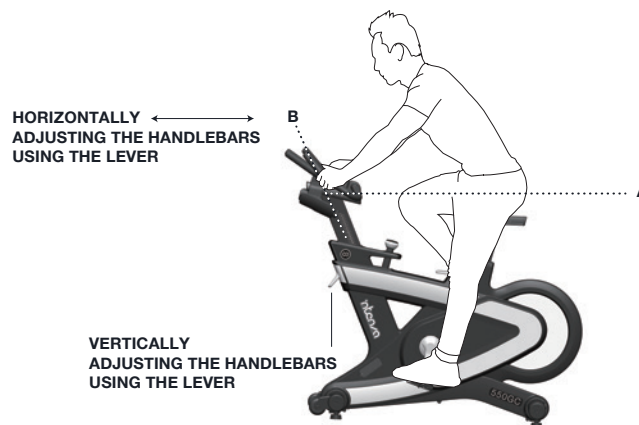
Properly positioning the saddle horizontally is very important in order to avoid injury to the knees. Sit on the saddle and move the pedals until the crank arms are in a horizontal position. The knee of your forward-facing leg should be positioned directly above the centre of the pedal. If this does not correspond to your bike's setting, please align the horizontal saddle adjustment to the front or rear in order to attain this seat position.



WARNING Ensure that all levers (vertical and horizontal) are closed, before sitting on the bike and always step off the bike when making adjustments to the handlebars and/or saddle.

Adjusting The Handlebar Positioning

Begin with the top of the handlebars at approximately the same height as the saddle (dotted horizontal line A as in the drawing below) for inexperienced users set to the “o” marking (see dotted vertical line B as in the drawing below). If your knees touch the handlebars or if you experience back discomfort when pedalling in the standing riding position for extended periods, the handlebars should first be adjusted slightly higher.



The next step is to adjust the horizontal position of the handlebars as precisely as possible in relation to your height. An ideal and protective seating position for inexperienced riders is achieved if your back assumes an inclination of an angle of 45° . The handlebars offer a wide variety of hand positions and adjustment possibilities, which provide the experienced rider with every possibility to find his/her ideal seating and hand positioning. It is recommended to change hand positions frequently during extended workouts in order to minimise one-sided and monotonous exertions on your muscles, ligaments and joints.

PLEASE NOTE Replace defective components immediately or keep the equipment out of use until the equipment undergoes repair.

Preventive Maintenance

WARNING

- Please carefully observe the following instructions. The maintenance and care procedures set out must be performed regularly to ensure maximum operating safety and lifespan. Irregularly observed maintenance and care procedures will lead to increased wear to the product and will void the warranty. If you have any further questions on this topic, please contact our technical support.
- Please use only acid and solvent—free maintenance and care agents (e.g. Brunox) as recommended by us, to prevent damage to 550GC Series components.
- Depending on the use and maintenance of the product, certain items can be replaced on a scheduled basis. We recommend that you replace the belt and pedals every two years in order to keep the bike in top working order.
- Any other servicing should be performed by an authorized service representative.

DAILY MAINTENANCE

- Make sure that 550GC Series is leveled and does not rock
- Cleaning: 550GC Series Cycle must be regularly cleaned after each use for reasons of hygiene. Ensure that there are sufficient soft cloths or paper towels, maintenance and disinfection agent available. First disinfect the saddle and handlebars with a suitable agent and then wipe all bodily residues off the entire 550GC Series Cycle.

WEEKLY MAINTENANCE

- Cleaning: Depending on how often 550GC Series Cycle is used, it must be extensively cleaned once a week. To do this, spray a maintenance agent onto a soft cloth and clean all plastic parts, the entire flywheel, exposed framework parts including stabilisers and the plastic casing.
- Never spray the maintenance agent directly onto the flywheel, as this could cause the drive belt to slip through (belt slip) and may have a negative impact on E—brake functionality.

Troubleshooting

CHECKLIST

- Verify the symptom/s and review the operating instructions.
- The problem may be unfamiliarity with the product, its features or the workout programs.
- Check the error message, then follow the instructions in the service manual.
- If the problem you encounter has not been solved by the above steps, and the Intenza 550GC Series Cycle is still not operational, locate and document the serial number of the unit, and contact your local dealer.

WHERE IS THE SERIAL NUMBER OF THE PRODUCT

The serial number contains six digits, and there is one location you can find Intenza 550GC Series serial number—

- Located on the bottom that near main body.

Intenza 550GC Series Cycle Specifications

Type	550GC3	550GC
Design Use	Commercial	Commercial
Weight of GC	62.5kgs	60.5kgs
Maximum User Weight	159kgs/350 lbs	159kgs/350 lbs
User Height	Suitable For Users Between Approximately 149.5—205cm	Suitable For Users Between Approximately 147.5—205cm
Required Foot Print	Approximately 130 x 58cm	Approximately 130 x 58cm
Console	5"/DFSTN, view area—101.4 x 67.5mm, LED backlight	
Battery	Lithium mod. 18650, rechargeable 100,000 times	

ASSEMBLY DIMENSIONS

MODEL	550GC3		550GC	
LENGTH	1,300 mm	51.18 inches	1,300 mm	51.18 inches
WIDTH	580 mm	22.83 inches	580 mm	22.83 inches
WEIGHT	62.5 kgs	138lbs	60 kgs	132 lbs

SHIPPING DIMENSIONS

MODEL	550GC3		550GC	
LENGTH	1280 mm	50.4 inches	1280 mm	50.4 inches
WIDTH	230 mm	9 inches	230 mm	9 inches
HEIGHT	1060 mm	41.7 inches	1060 mm	41.7 inches
WEIGHT	73.5kgs	162 lbs	71.5 kgs	158 lbs

Lorem ipsum

©2020 HealthStream Taiwan Inc.

No.28, Jiaotuzai Boulevard, Liuying District, Tainan City 736, Taiwan

intenzafitness.com

Printed in Taiwan

Version—2.0

WICHTIGE SICHERHEITSVORSCHRIFTEN

WARNUNG

Um das Risiko von Verbrennungen, Bränden, Stromschlägen oder Verletzungen von Personen zu verringern, lesen Sie die folgenden wichtigen Vorsichtsmaßnahmen und Informationen sorgfältig durch und beachten Sie diese, bevor Sie das Fahrrad der 550GC—Serie in Betrieb nehmen—

- Wenn Sie bereits gesundheitliche Probleme oder eine Behinderung haben, wird empfohlen, Ihren Arzt zu konsultieren, um die für Sie am besten geeignete Trainingsmethode zu finden. Ein falsches oder umfangreiches Training kann zu schweren Gesundheitsschäden führen.
- Der Hersteller übernimmt ausdrücklich keine Verantwortung für Gesundheitsrisiken, Personenschäden, Sachschäden oder Folgeschäden, die durch das Gerät oder durch dessen Verwendung entstehen, es sei denn, es handelt sich um Folgeschäden, die auf fehlerhaftes Material und/oder eine fehlerhafte Herstellung zurückzuführen sind die unter die Verantwortung des Herstellers fallen.
- Dieses Gerät ist nicht zur Verwendung durch Personen mit eingeschränkten körperlichen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder mangelnder Erfahrung und mangelndem Wissen bestimmt, es sei denn, sie werden von einer für ihre Sicherheit verantwortlichen Person beaufsichtigt oder in die Verwendung des Geräts eingewiesen. Halten Sie Kinder unter 8 Jahren von diesem Gerät fern.
- Falls es heruntergefallen oder ins Wasser gefallen ist, senden Sie es an eine Servicestelle zur Überprüfung und Reparatur zurück.
- Dieses Gerät nur für den vorgesehenen Zweck wie in diesem Handbuch beschrieben verwenden. Kein Zubehör verwenden, das vom Hersteller nicht empfohlen wird.
- Keine Gegenstände in die Öffnungen fallen lassen oder einführen.
- Nicht im Freien verwenden.
- Das Gerät nicht an einem Ort in Betrieb nehmen, an dem Aerosol(Spray)—Produkte verwendet werden oder Sauerstoff verabreicht wird.
- Die Installation der Stromversorgung muss den örtlichen Bauvorschriften entsprechen.
- **BEWAHREN SIE DIESE ANLEITUNG GUT AUF**



Bitte verwenden Sie die Kette, um das vordere Rohr und das Pedal zu sichern, und stellen Sie sicher, dass sich die Kurbel nicht wesentlich drehen lässt, nachdem Sie die Kette mit dem Schloss verriegelt haben.

BITTE BEACHTEN

GC



GC3



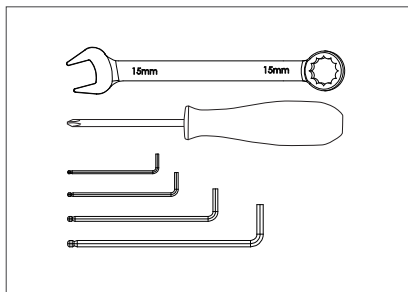
WICHTIGE SICHERHEITSANWEISUNGEN

SICHERHEITSANWEISUNGEN

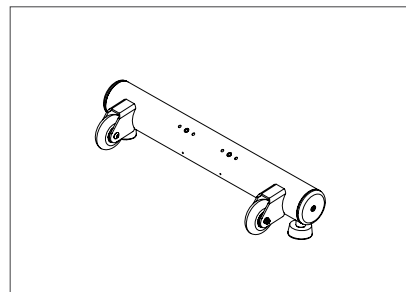
- Es liegt in der Verantwortung des Eigentümers, sicherzustellen, dass alle Benutzer über alle Warnungen und Vorsichtsmaßnahmen für die ordnungsgemäße Verwendung informiert werden und nur nach erfolgreicher Einweisung durch einen qualifizierten Trainer oder Ausbilder berechtigt sind, das Fahrrad selbstständig zu benutzen.
- Dieses Gerät kann von Kindern ab 8 Jahren und von Personen mit eingeschränkten körperlichen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder mangelnder Erfahrung und mangelndem Wissen verwendet werden, wenn sie über die sichere Verwendung des Geräts unterwiesen und sie auf die damit verbundenen Gefahren aufmerksam gemacht wurden. Kinder dürfen nicht mit dem Gerät spielen. Reinigung und Benutzerwartung dürfen nicht unbeaufsichtigt von Kindern durchgeführt werden.
- Halten Sie das Fahrrad der 550GC—Serie in Innenräumen und von Feuchtigkeit und Staub fern. Stellen Sie das Fahrrad der 550GC—Serie nicht im Freien, in einer Garage oder einer überdachten Terrasse oder in der Nähe von Wasser oder Schwimmbädern auf. Die Betriebstemperatur des Fahrrads der 550GC—Serie muss zwischen 15°C—40°C (59°—104°F) bei einer maximalen Luftfeuchtigkeit von 65% betragen.
- Stellen Sie das Fahrrad immer auf eine stabile und ebene Fläche. Wenn das Fahrrad auf einen Hartholzboden oder Teppich gestellt werden soll, wird empfohlen, eine Bodenmatte unter das Fahrrad zu legen, um den Boden vor Beschädigungen zu schonen.
- Das Sicherheitsniveau des Fahrrads kann nur gewährleistet werden, wenn es regelmäßig auf mögliche Schäden sowie auf Verschleiß überprüft wird (z.B. Befestigungspunkte, E-Bremse, Pedale, Zehenriemen usw.). Wenden Sie sich an einen autorisierten Dienstleister oder direkt an den Hersteller, um sicherzustellen, dass regelmäßige Inspektionen ordnungsgemäß durchgeführt werden.
- Führen Sie regelmäßig alle Wartungs-, Pflege- und Servicevorgänge durch, die in diesem Handbuch beschrieben sind. Defekte Teile müssen sofort ausgetauscht werden. Das Gerät darf erst nach Durchführung der Reparaturen verwendet werden. Verwenden Sie nur Originalteile des Herstellers. Reparaturen dürfen nur von zugelassenen Servicetechnikern des Herstellers durchgeführt werden.
- Das Fahrrad der 550GC—Serie darf nicht von Personen mit einem Gewicht von mehr als 340 lbs/159 kg verwendet werden.
- Tragen Sie während dem Training mit dem Fahrrad immer geeignete und eng anliegende Fahrrad—oder Sportkleidung und feste Schuhe, vorzugsweise fahrradspezifische Schuhe. Gelöste Schnürsenkel können sich im Antriebssystem verfangen und zu Verletzungen führen.
- Das Fahrrad hat kein sich unabhängig bewegendes Schwungrad. Die Pedale bewegen sich mit dem Schwungrad weiter, bis das Schwungrad stoppt. Die Bewegung kann nur mit der Notbremse oder durch kontrolliertes Verringern der Trittfrequenz gestoppt werden. Fahren Sie immer mit Widerstandslast, um sicherzustellen, dass Ihre Trittbewegung kontrolliert wird. Stellen Sie den Lenker oder den Sattel während des Trainings nicht ein. Die Pedale nicht rückwärts treten.
- Versuchen Sie nicht, Ihre Füße von den Pedalen zu nehmen oder von der Maschine abzustiegen, bis sowohl die Pedale als auch das Schwungrad vollständig zum Stillstand gebracht wurden. Die Nichtbeachtung dieser Anweisungen kann zum Verlust der Kontrolle und zu schweren Verletzungen führen.
- Beenden Sie das Training umgehend, wenn Sie während des Trainings Schmerzen spüren oder Schwindelgefühle auftreten. Es wird empfohlen, einen Arzt aufzusuchen, wenn der Schmerz über einen längeren Zeitraum nicht abgeklungen ist.
- Trainingsgeräte der Klasse S müssen immer in einer beaufsichtigten Umgebung verwendet werden.
- Lesen Sie alle zutreffenden Warnhinweise durch und wenden Sie sich an den Händler, wenn ein Austausch verschlissener Warnschilder erforderlich ist.

Teileliste des Fahrrads der 550GC—Serie

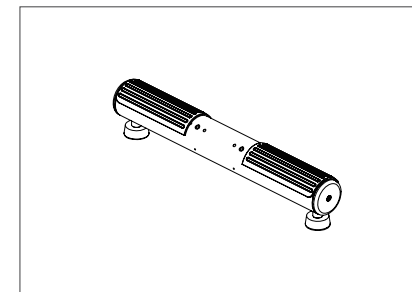
Öffnen Sie den Versandkarton. Entfernen Sie alle Teile aus dem Karton und den Kartonbeilagen. Stellen Sie vor dem Zusammenbau sicher, dass die folgenden Hardwarekomponenten im Lieferumfang des Geräts enthalten sind. Für die Montage des Fahrrads der 550GC—Serie ist Folgendes erforderlich: 1 * 2,5, 3, 5, 6 und 15 mm Inbusschlüssel sowie ein Kreuzschlitzschraubendreher.



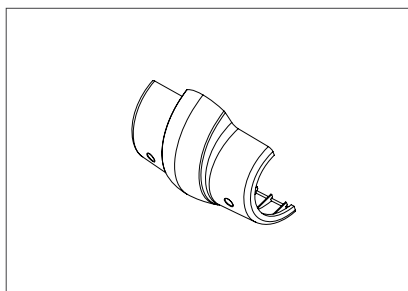
1. 2,5, 3, 5, 6, Inbusschlüssel, 15—mm—Schlüssel
und Kreuzschlitzschraubendreher
(NICHT MITGELIEFERT)



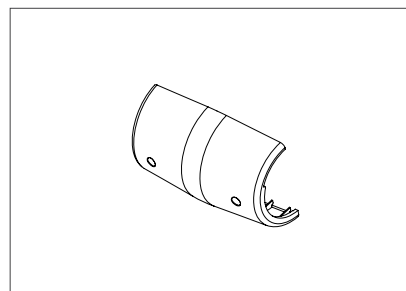
2. Ausleger, vorne, Montage
ANZ. 1



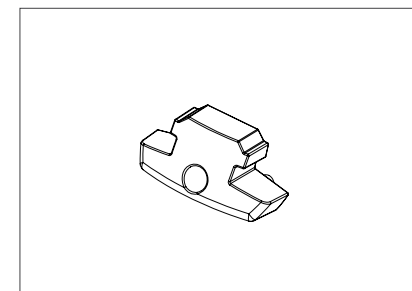
3. Ausleger, hinten, Montage
ANZ. 1



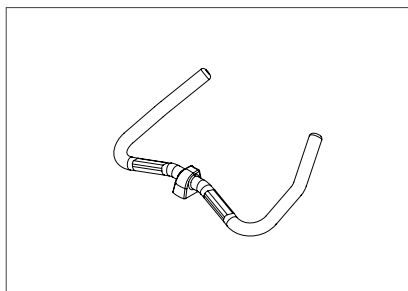
4. Deckel, Ausleger, vorne
ANZ. 1



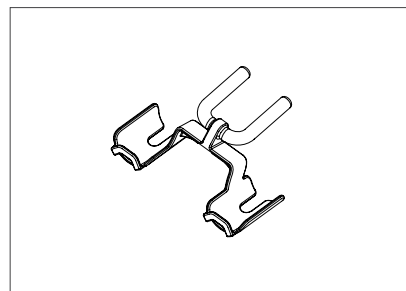
5. Deckel, Ausleger, hinten
ANZ. 1



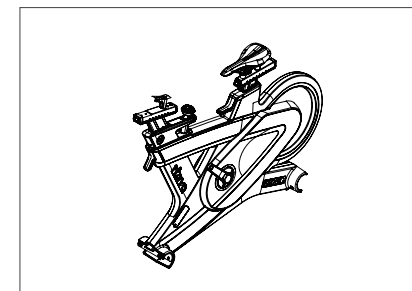
6. Kappe, Ende, Schiene, HB, hinten
ANZ. 1



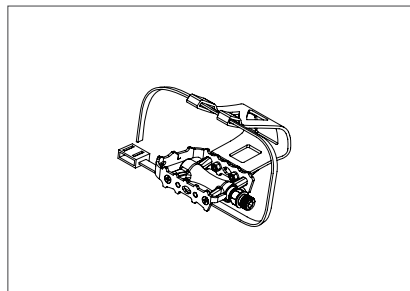
7. Abfallende Lenkstange, hinten
ANZ. 1



8. Abfallende Lenkstange, vorne für GC
ANZ. 1

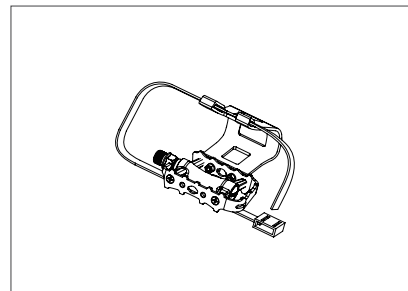


9. Montage, Haupttrahmen
ANZ. 1



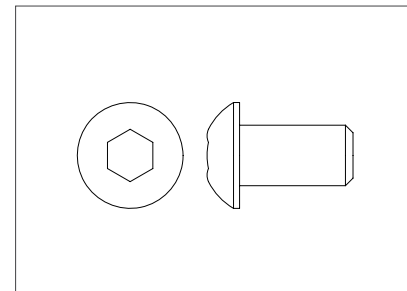
10. Pedalmontage, L, Standard

ANZ. 1



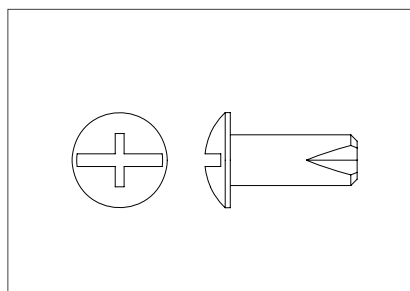
11. Pedalmontage, R, Standard

ANZ. 1



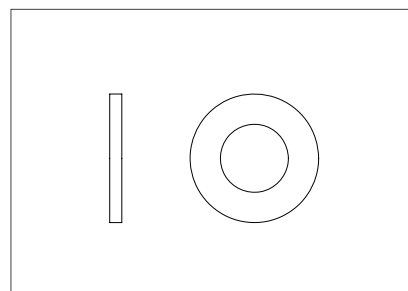
12. Kuppelbefestigungsschraube, M8 x 15L

ANZ. 8



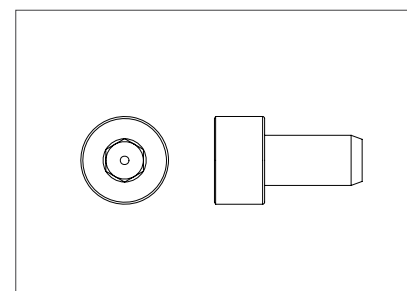
13. Kuppelbefestigungsschraube, M4 x 10L

ANZ. 4 (GC), 9 (GC3)



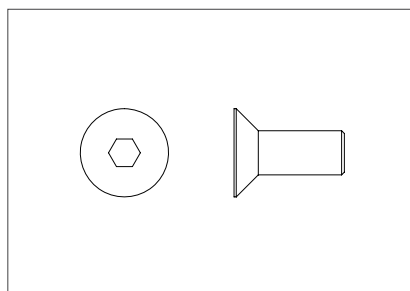
14. Unterlegscheibe, M8

ANZ. 8



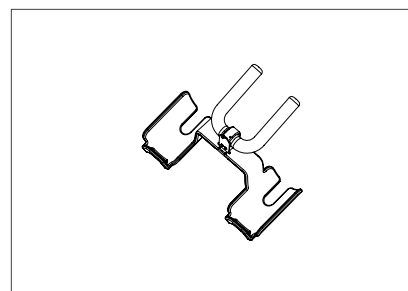
15. Blechschaube, M4 x 8L

ANZ. 1



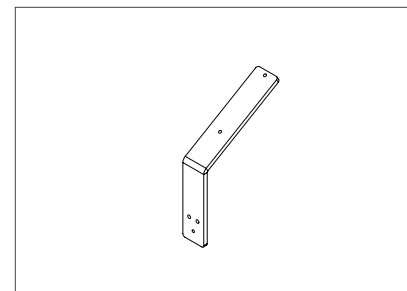
16. Senkschraube

ANZ. 4



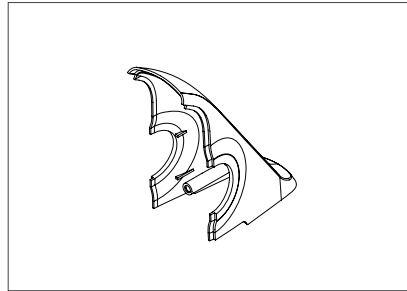
17. Montage, Lenkstange, vorne für GC3

ANZ. 1

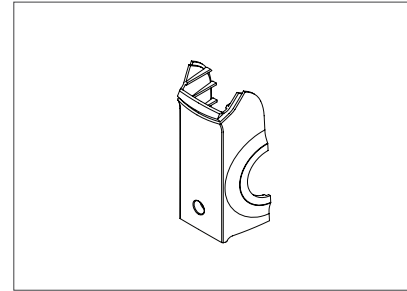


18. Halterung, Konsole, befestigt für GC

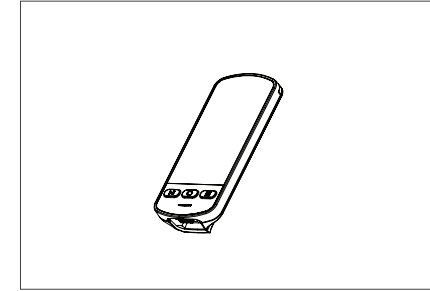
ANZ. 1



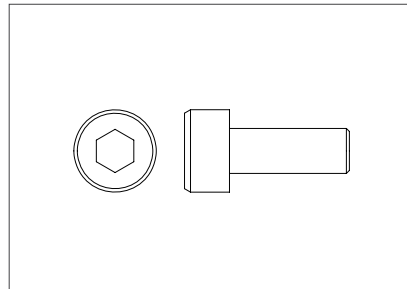
19. Deckel, Konsolensitz, vorne für GC₃
ANZ. 1



20. Deckel, Konsolensitz, hinten für GC₃
ANZ. 1



21. Montage, Konsole für GC₃
ANZ. 1



22. Inbusschraube für GC₃
ANZ. 3

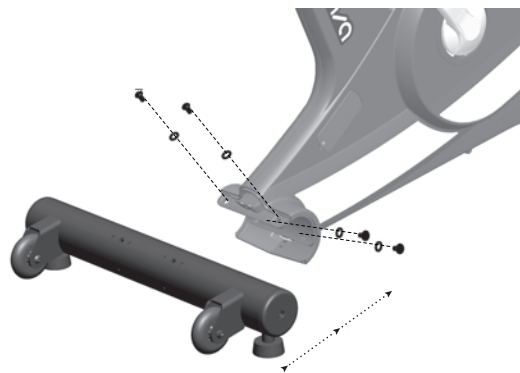
WARNUNG Wenn es große Temperaturschwankungen gibt, lassen Sie das Fahrrad sich an die Umgebungstemperatur anpassen, bevor Sie mit der Montage fortfahren.

Stellen Sie sicher, dass die Schrauben mit erheblicher Kraft angezogen sind, um ein Lösen während des Gebrauchs zu vermeiden. Wenn die Schrauben nach der Erstmontage gelöst werden, wird empfohlen, beim Zusammenbau mittelstarkes LOCTITE® 243 zu verwenden.

Anleitung zum Zusammenbau des Fahrrads der 550GC—Serie

SCHRITT 1

Den vorderen Ausleger montieren

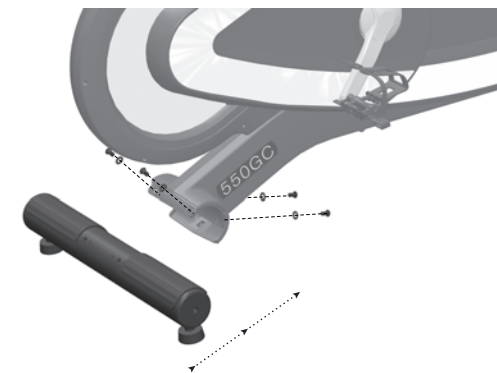


KOMPONENTEN UND WERKZEUGE

Kuppelbefestigungsschraube, M8 x 15L (12),
Unterlegscheibe, M8 (14)

SCHRITT 2

Den hinteren Ausleger montieren

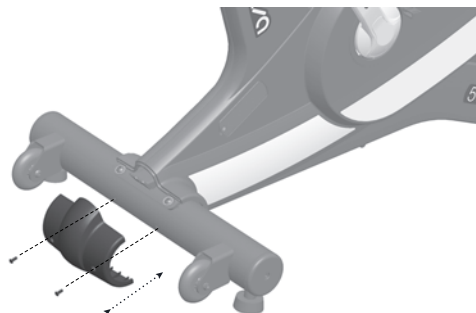


KOMPONENTEN UND WERKZEUGE

Kuppelbefestigungsschraube, M8 x 15L (12),
Unterlegscheibe, M8 (14)

SCHRITT 3

Den Deckel des vorderen Auslegers anbringen

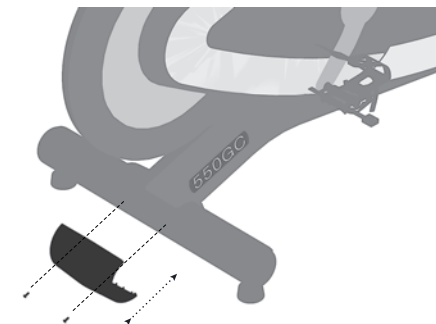


KOMPONENTEN UND WERKZEUGE

Kuppelbefestigungsschraube, M4 x 10L (13)

SCHRITT 4

Den Deckel des hinteren Auslegers anbringen



KOMPONENTEN UND WERKZEUGE

Kuppelbefestigungsschraube, M4 x 10L (13)

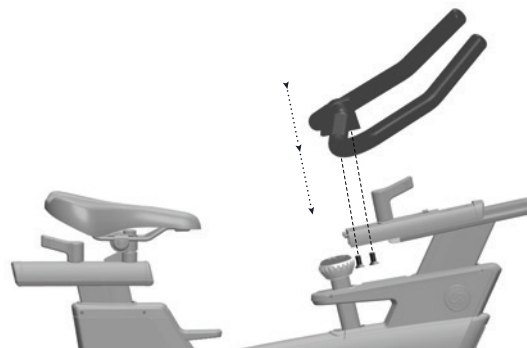
Anleitung zum Zusammenbau des Fahrrads der 550GC—Serie

WARNUNG Entfernen Sie das Warnband nicht von den Gleitern, bevor die Lenkstange montiert ist.

Entfernen Sie das Warnband nach der Montage.
Bewegen Sie den horizontalen Schieber nicht nach hinten.

SCHRITT 5

Die Lenkstange montieren



KOMPONENTEN UND WERKZEUGE

Senkschraube (16)

BITTE BEACHTEN

Um eine Beschädigung der Innenverkabelung zu vermeiden darf der Lenker vor diesem Schritt nicht horizontal eingestellt werden.

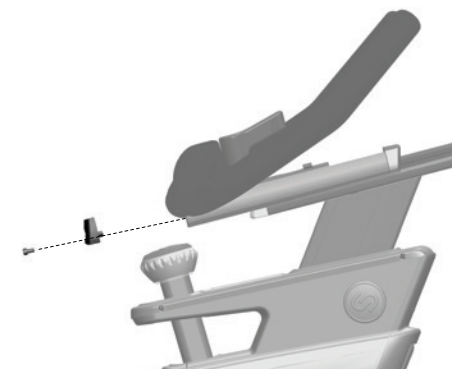
Stellen Sie sicher, dass die Schrauben bei der Montage des Lenkers mit ausreichender Kraft (30 Nm) angezogen werden.

Die versenkten Befestigungsschrauben sind werkseitig mit TufLok® beschichtet, um ein Lösen während des Gebrauchs zu vermeiden.

Wenn die Schrauben nach der Erstmontage gelöst werden, wird empfohlen, beim Zusammenbau mittelstarkes LOCTITE® 2701 zu verwenden.

SCHRITT 6

GC—Montage der Kappe, Ende, Schiene, HB, hinten

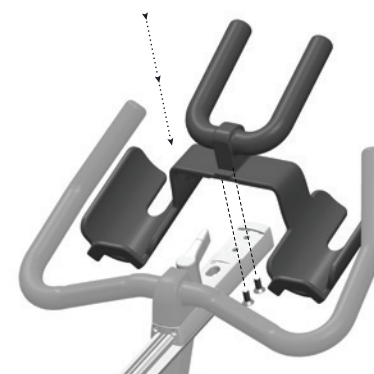


KOMPONENTEN UND WERKZEUGE

Blechschraube, M4 x 8L (15)

SCHRITT 7

Die Lenkstange montieren



KOMPONENTEN UND WERKZEUGE

Senkschraube (16)

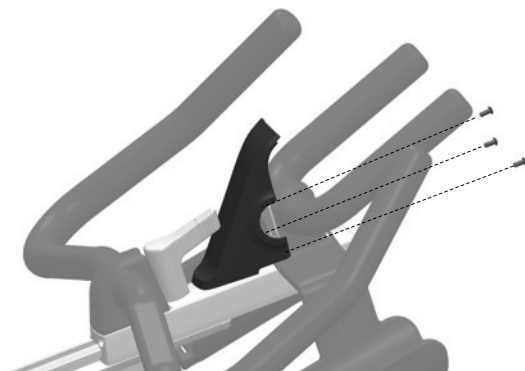
BITTE BEACHTEN

Stellen Sie die vertikale Einstellung des Lenkervorbaus auf die höchste Position, bevor Sie mit der Montage beginnen.

Anleitung zum Zusammenbau des Fahrrads der 550GC–Serie

SCHRITT 8–1

GC3—Die Lenkstange und den Deckel montieren



KOMPONENTEN UND WERKZEUGE

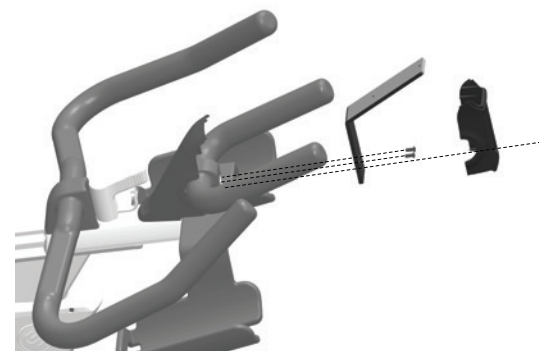
Kuppelbefestigungsschraube (22)

BITTE BEACHTEN

Stellen Sie die vertikale Einstellung des Lenkervorbaus auf die höchste Position, bevor Sie mit der Montage beginnen.

SCHRITT 8–2

GC3 — Die Haltung und den Deckel montieren

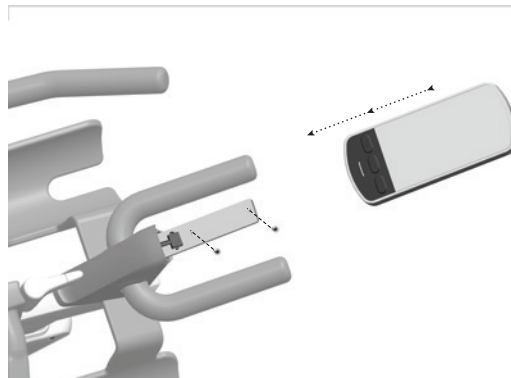


KOMPONENTEN UND WERKZEUGE

Kuppelbefestigungsschraube (13)

SCHRITT 8–3

GC3—die Konsole montieren



KOMPONENTEN UND WERKZEUGE

Kuppelbefestigungsschraube (13)

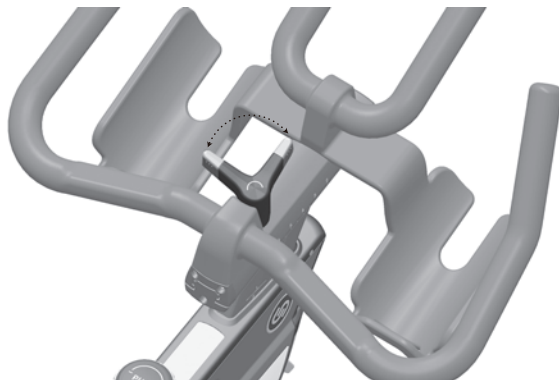
BITTE BEACHTEN

Zuerst das Kabel anschließen und danach die Konsole montieren

Anleitung zum Zusammenbau des Fahrrads der 550GC—Serie

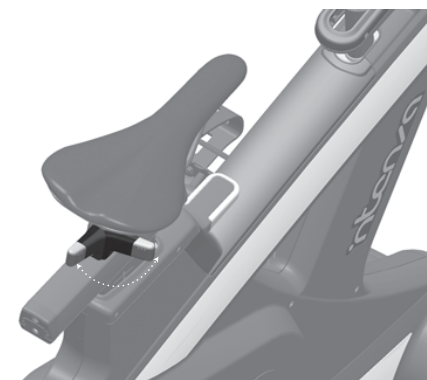
SCHRITT 9

Prüfen Sie die horizontale Einstellung der Lenkstangen



SCHRITT 10

Prüfen Sie die Spannkraft der horizontalen Einstellung



Die horizontale Einstellung der Lenkstangen bei geöffnetem Daumenhebel auf Leichtgängigkeit beim Einstellen prüfen.

Überprüfen Sie die Spannkraft der horizontalen Einstellung. Stellen Sie sicher, dass der Hebel für die horizontale Einstellung fest angezogen ist.

Passen Sie diese gegebenenfalls an, indem Sie die auf der Service—Website des Herstellers angezeigten Servicerichtlinien beachten oder sich an Ihren Händler vor Ort wenden.

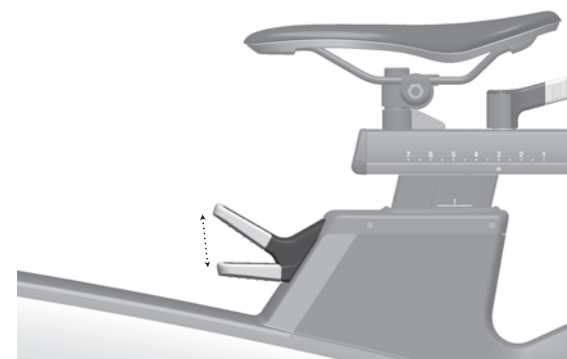
SCHRITT 11

Die vertikale Einstellung prüfen



SCHRITT 12

Die Spannkraft der vertikalen Einstellung prüfen



Die vertikale Einstellung bei geöffnetem Daumenhebel auf Leichtgängigkeit beim Einstellen prüfen

Die Spannkraft der vertikalen Einstellung bei geschlossenem Daumenhebel prüfen. Sicherstellen, dass die vertikale Einstellung vollständig angezogen ist.

Passen Sie sie bei Bedarf an, indem Sie die auf der Service—Website des Herstellers angezeigten Servicerichtlinien beachten oder sich an Ihren Händler vor Ort wenden.

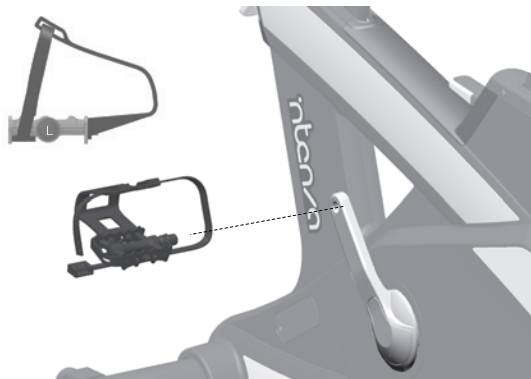
WARNUNG! Befestigen Sie das mit R gekennzeichnete Pedal an der rechten Kurbel und ziehen Sie es durch Drehen im Uhrzeigersinn fest (Standard—Rechtsgewinde). Das mit L gekennzeichnete Pedal an der linken Kurbel anbringen und durch Drehen gegen den Uhrzeigersinn (Linksgewinde) festziehen.

Stellen Sie sicher, dass beide Pedale mit ausreichender Kraft (55 NM) befestigt sind, damit sich die Schraube während des Gebrauchs nicht löst. Die Gewinde sind werkseitig mit TufLok® versehen, um ein Lösen während des Gebrauchs zu vermeiden. Wenn die Schrauben nach der Erstmontage gelöst werden, wird empfohlen, beim Zusammenbau mittelstarkes LOCTITE® 243 zu verwenden.

Anleitung zum Zusammenbau des Fahrrads der 550GC—Serie

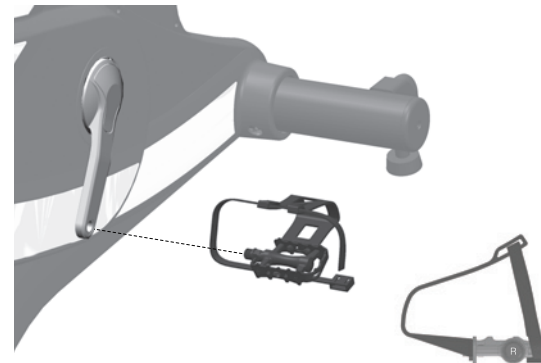
SCHRITT 13

Die Pedale montieren, L, Standard



SCHRITT 14

Die Pedale montieren, R, Standard



- A**  Zum Wechseln der Seite drücken
- SEITE 1** Durchschn. Trittfrequenz
Durchschn. Leistung
Durchschn. Geschwindigkeit
Niveau
Abgelaufene Zeit
- SEITE 2** Max. Trittfrequenz
Max. Leistung
Max. Geschwindigkeit
Niveau
Abgelaufene Zeit
- SEITE 3** Kalorien
Distanz
Pulsschlag*
Niveau
Abgelaufene Zeit
- 3 Sek. Halten — Seite automatisch wechseln
-
- B**  Auf Pause drücken
Beim Drücken auf die Taste B werden alle Datenberechnungen angehalten, ungeachtet, ob der Benutzer dabei in die Pedale tritt oder nicht, wonach die Konsole danach nacheinander alle 3 Datenseiten anzeigt.
Erneut auf die Taste B drücken, wenn die Konsole angehalten ist, um zum Datenberechnungsmodus zurückzukehren.
- 3 Sek. Halten — Daten rücksetzen
-
- C**  Den MODUS wählen drücken
- Standardmodus**
HR—Modus
- Bei der Modusauswahl
- Taste A** Zurück
Taste B Bestätigen
Die Taste B 3 Sek. drücken Beenden
Taste C Weiter
-
- A+C**  Wechseln zwischen dem metrischen/angelsächsischen System



Die 550GC3—Konsole wird mit dem Generator betrieben.

- Mit dem Generator wird die Energie in den wiederladbaren Batterien gespeichert.
- Die Konsole wird mit Batterien betrieben.

Die Konsole einschalten

Einfach auf die Pedale treten oder auf eine beliebige Taste auf der Konsole drücken.

Die Konsole ausschalten

Das Display wird gelöscht, wenn die Konsole länger als 15 Sek. stillsteht.

Durch Treten auf die Pedale oder Drücken auf eine beliebige Taste wird das Display erneut eingeschaltet.

Die Konsole schaltet in den Bereitschaftsmodus (Standby) um, wenn das Fahrrad länger als 2 Min. stillsteht, wobei Turn—off (Ausgeschaltet) angezeigt wird. Die Animation erscheint vor dem Ausschalten.

Sämtliche Daten werden im Bereitschaftsmodus (Standby) gespeichert. Durch Treten auf die Pedale oder Drücken auf eine beliebige Taste wird das Display erneut eingeschaltet.

Sämtliche Daten werden gelöscht, wenn das Fahrrad länger als 8 Minuten im Bereitschaftsmodus (Standby) bleibt.

Durch Treten auf die Pedale oder Drücken auf eine beliebige Taste wird das Display erneut eingeschaltet.

Farbanzeige für den Standardmodus

ZONE 1	ZONE 2	ZONE 3	ZONE 4	ZONE 5
WEISSES LICHT	BLAUES LICHT	GRÜNES LICHT	ORANGES LICHT	ROTES LICHT
<140 Watt	140—189 Watt	190—226 Watt	227—264 Watt	>265 Watt

Farbanzeige für den HR—Modus

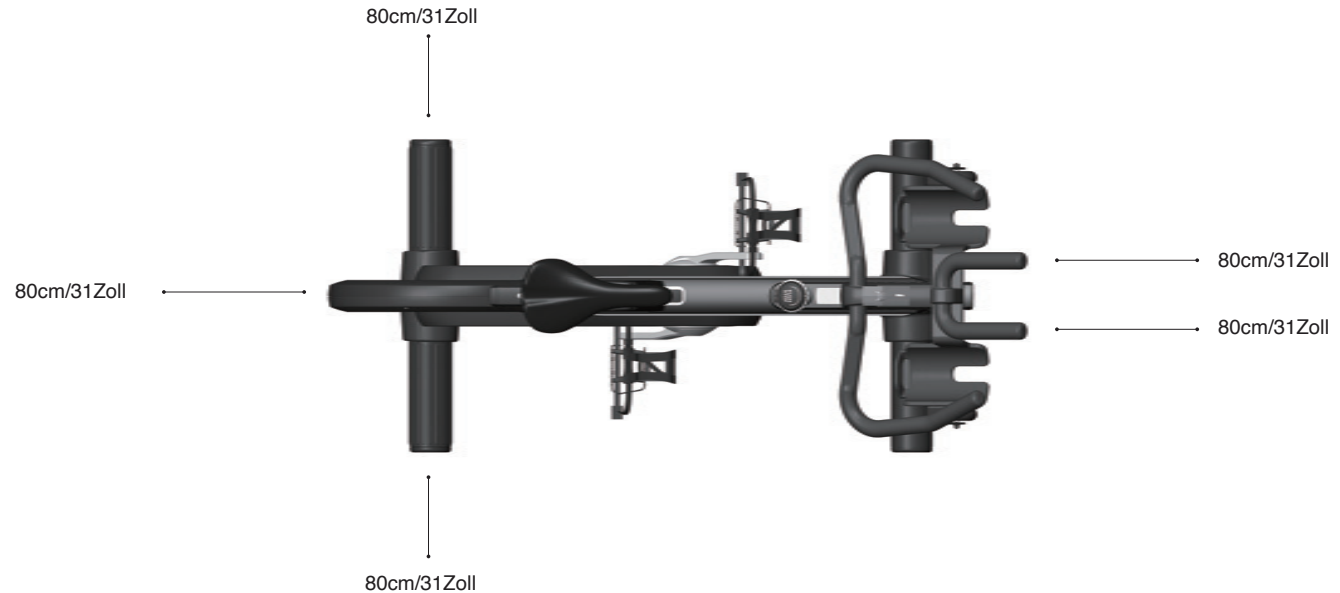
ZONE 1	ZONE 2	ZONE 3	ZONE 4	ZONE 5
WEISSES LICHT	BLAUES LICHT	GRÜNES LICHT	ORANGES LICHT	ROTES LICHT
<60% MHR	60—70% MHR	70—80% MHR	80—90% MHR	90—100% MHR

***WARNUNG!** Die Herzfrequenz—Überwachungssysteme können ungenau sein. Ein übermäßiges Training kann zu schweren Verletzungen oder zu einem Todesfall führen. Hören Sie sofort mit dem Training auf, wenn Sie sich schwach fühlen.

****Bei Drehzahlen zwischen 50 und 80 U/min beträgt der Genauigkeitsbereich der Leistung -10% bis +10%.**

Sicherheitsabstand und Installation

Sicherstellen, dass Sie wie unten gezeigt um das Gerät einen angemessenen Sicherheitsabstand einhalten.



Installation

- Die Anweisungen in diesem Handbuch müssen bei der Erstinstallation des Intenza 550GC befolgt werden, um eine optimale Leistung und eine lange Lebensdauer zu gewährleisten. Lesen und befolgen Sie die folgenden Anweisungen sorgfältig. Wenn der 550GC nicht wie beschrieben installiert und konfiguriert wird, können die Komponenten übermäßig verschlissen und das Fahrrad kann beschädigt werden.
- Kontaktieren Sie uns, wenn Sie bezüglich der Installation Fragen haben.
- Stellen Sie sicher, dass das Fahrrad waagrecht steht. Wenn das Fahrrad auf dem Boden schaukelt, drehen Sie die Stellfüße unter dem vorderen und/oder hinteren Ausleger, bis das Fahrrad nicht mehr schaukelt. Stellen Sie sicher, dass die Stellfüße nicht weiter als 10 mm ausgefahren sind.
- Prüfen Sie die Funktion der Notbremse, um sicherzustellen, dass diese richtig funktionieren.
- Überprüfen Sie, ob beide Innensechskantschrauben des Kurbelarms, mit denen die Kurbeln (auf der rechten und linken Seite des Tretlagers) befestigt sind, fest sitzen (Anzugsmoment 60 NM). Diese Schrauben werden werkseitig mit TufLok® geliefert, um zu verhindern, dass diese sich während des Gebrauchs lösen. Wenn sich die Schrauben lösen, wird empfohlen, mittelstarkes LOCTITE® 243 aufzutragen und die Kurbelbefestigungsschrauben mit einem Anzugsmoment von 60 NM erneut anzubringen.
- Wischen Sie den Fahrradrahmen mit einem mit lösungsmittelfreiem Sprühschmiermittel befeuchteten Lappen ab.
- Einige Teile des Fahrrads können sich während des Versands lösen. Überprüfen Sie die Kurbelarme und alle freiliegenden Schrauben, Bolzen und Muttern und stellen sicher, dass diese alle sicher und fest angezogen sind.

WICHTIG Vor der Verwendung sollte eine vollständige Sichtprüfung und ein Test der Merkmale und Funktionen des zusammengebauten Heimtrainers durchgeführt werden.

Schrauben Sie die Stellfüße nicht weiter als 1 cm heraus. Die freistehende 550GC—Serie darf nur auf einem stabilen und ebenen Boden installiert und betrieben werden.

Bewegen und Nivellieren des Fahrrads der 550GC—Serie

Es wird empfohlen, dass das Fahrrad der 550GC—Serie von zwei Personen bewegt wird.

Um Unfälle und Beschädigungen der einsteckbaren Fassungen der Lenkstangen zu vermeiden, ist es erforderlich, die vertikale Einstellung der Lenkstange vor dem Kippen des Rads fest zu fixieren. Seien Sie besonders vorsichtig, wenn Sie das Fahrrad der 550GC—Serie auf unebenem Untergrund bewegen: Es wird empfohlen, dass Ihnen eine zweite Person behilflich ist, um zu verhindern, dass das Fahrrad zur Seite kippt.

Halten Sie wie unten dargestellt einen Sicherheitsabstand von den nächstgelegenen Geräten, Gegenständen oder Wänden ein. Stellen Sie sich vor das Fahrrad, halten Sie die Lenkstangen fest und neigen das Fahrrad in Ihre Richtung, bis die Transporträder den Boden berühren.

Rollen Sie das Fahrrad an die gewünschte Stelle und senken Sie danach das Fahrradheck vorsichtig auf den Boden ab.



Nivellieren des Fahrrads der 550GC—Serie

Überprüfen Sie die Stabilität des Fahrrads der 550GC—Serie und stellen gegebenenfalls die Stellfüße unter den vorderen oder hinteren Auslegern ein, um die gewünschte Stabilität zu gewährleisten. Es ist wichtig, dass alle vier Stellfüße den Boden berühren, um das Fahrrad jederzeit stabil zu halten. Drehen Sie zum Einstellen die Stellfüße gegen den Uhrzeigersinn, um die Höhe zu verringern, oder im Uhrzeigersinn, um die Höhe zu vergrößern, bis das Fahrrad stabil steht.

WARNUNG Der 550GC darf nur durch Vorwärtsbewegen der Pedale betrieben werden.

Die Funktion der Notbremsen ist beim Rückwärtstreten eingeschränkt. Versuchen Sie nicht, den Sitz und die Lenkstange während der Fahrt oder im Sitzen in vertikaler oder horizontaler Position einzustellen.

Anleitung zur Verwendung der Intenza 550GC—Serie

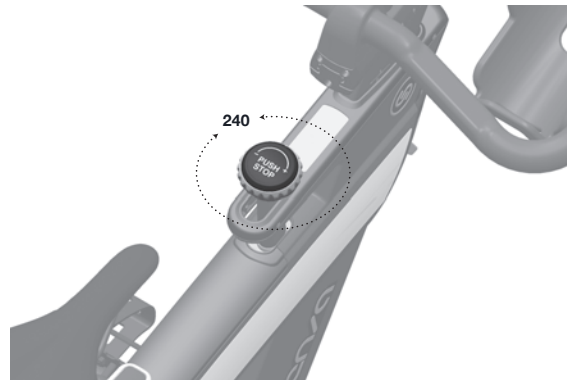
Position der Füße

Platzieren Sie die Ballen Ihrer Füße sicher in den Zehenriemen. Dabei müssen diese mittig auf den Pedalen liegen.

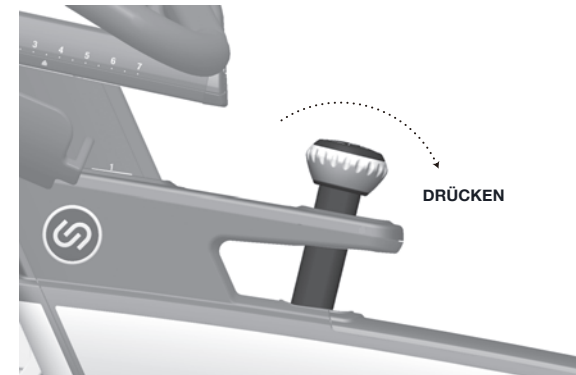
Fußschlaufe

Stellen Sie den Zehenriemen so ein, um mit Ihrem Fuß fest auf dem Pedal zu stehen, wobei Sie während des gesamten Pedalhubs Kraft aufwenden können.

- Die Widerstandseinstellung kann über den Widerstandseinstellknopf mit einem Bewegungsbereich von 240° genau eingestellt und in Mikroschritten je nach Anforderungen des Radfahrers geregelt werden.
- Zum Erhöhen des Widerstands drehen Sie den Widerstandseinstellknopf im Uhrzeigersinn. Zum Verringern des Widerstands drehen Sie diesen gegen den Uhrzeigersinn. Bei einem Magnetbremssystem, wie es bei diesem 550GC eingebaut ist, nimmt der magnetische Widerstandseffekt ebenfalls mit der Trittfrequenz zu.
- Treten Sie niemals unter Widerstand rückwärts, da dadurch die Schrauben zwischen den Pedalen und dem Kurbelarm gelöst werden und die beiden sich sogar lösen können. Um das Schwungrad während des Betriebs anzuhalten muss der Widerstands-/Notbremsknopf gedrückt werden. Stellen Sie während des Trainings sicher, dass Ihre Schuhe in den dafür vorgesehenen Zehenclips (Käfigen) platziert sind oder dass diese mit den SPD—Cleats verbunden sind, wenn Sie Fahrradschuhe tragen.
- Der 550GC hat kein frei bewegliches Schwungrad. Das Schwungrad ist fest mit den Pedalen verbunden und stoppt nicht selbständig, wenn der Benutzer aufhört zu treten. Bitte überprüfen Sie immer Ihre Bewegungen und verringern Sie die Geschwindigkeit auf kontrollierte Weise, um anzuhalten, oder drücken Sie einfach auf den roten Widerstands-/Notbremsknopf, um die Bewegung schnell zu verlangsamen. Bringen Sie dabei das Schwungrad zum Stillstand und unterbrechen Sie die Trainingssession.
- Notbremse = auf den roten Widerstands-/Notknopf drücken.
- Wenn die Notbremse aktiviert wurde, darf diese erst wieder gelöst werden, wenn das Schwungrad vollständig zum Stillstand gekommen ist und nicht mehr auf die Pedale getreten wird.



Widerstandsknopf (den Widerstandseinstellknopf drehen)



Notbremse (Knopf zum Einstellen des Druckwiderstands)

WARNUNG Stellen Sie sicher, dass alle Hebel (vertikal und horizontal) geschlossen sind, bevor Sie sich auf das Fahrrad setzen. Steigen Sie immer vom Fahrrad, wenn Sie Einstellungen an den Lenkstangen und/oder am Sattel vornehmen.

Die Sattelhöhe einstellen

Setzen Sie sich auf den Sattel und achten darauf, dass Ihre Hüfte nicht zur Seite geneigt ist, wenn das Pedal die abgebildete Position eingenommen hat. Platzieren Sie Ihre Schuhe in den Zehenclips (Käfigen) der Pedale oder in die SPD—Cleats, wenn Sie Fahrradschuhe tragen und Ihr Group Cycle über kein Kombipedalsystem verfügt. Reduzieren Sie Ihr Verletzungsrisiko und genießen Sie ein komfortableres Fahren, indem Sie die Sitzhöhe so einstellen, dass sich Ihr Knie bei einem Pedalhub leicht biegt (25—35 Grad).



Horizontales Einstellen des Sattels

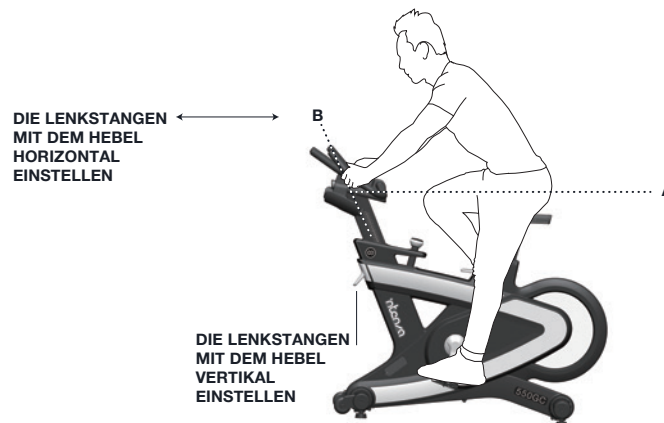
Die richtige horizontale Positionierung des Sattels ist sehr wichtig, um Knieverletzungen zu vermeiden. Setzen Sie sich auf den Sattel und bewegen Sie die Pedale, bis sich die Kurbelarme in einer horizontalen Position befinden. Das Knie Ihres nach vorne gerichteten Beins sollte direkt über der Mitte des Pedals positioniert sein. Wenn dies nicht der Einstellung Ihres Fahrrads entspricht, richten Sie die horizontale Einstellung des Sattels nach vorne oder hinten aus, um diese Sitzposition zu erreichen.



WARNUNG Stellen Sie sicher, dass alle Hebel (vertikal und horizontal) geschlossen sind, bevor Sie sich auf das Fahrrad setzen. Steigen Sie immer vom Fahrrad, wenn Sie Einstellungen an den Lenkstangen und/oder am Sattel vornehmen.

Einstellen der Positionierung der Lenkstange

Beginnen Sie mit der Oberseite der Lenkstangen in ungefähr derselben Höhe wie der Sattel (gestrichelte horizontale Linie A wie in der Zeichnung unten), wenn die Markierung für ungeübte Benutzer auf „0“ gesetzt ist (siehe gestrichelte vertikale Linie B wie in der Zeichnung unten). Berühren Ihre Knie die Lenkstangen oder haben Sie Rückenbeschwerden, wenn Sie längere Zeit in der stehenden Fahrposition treten, müssen Sie die Lenkstangen zunächst ein wenig höher einstellen.



Im nächsten Schritt müssen Sie die horizontale Position der Lenkstangen so genau wie möglich in Bezug auf Ihre Körpergröße einstellen. Eine ideale und schützende Sitzposition für unerfahrene Fahrer wird erreicht, wenn Ihr Rücken eine Neigung von 45° einnimmt. Die Lenkstangen bieten eine Vielzahl von Handpositionen und Einstellmöglichkeiten, die dem erfahrenen Fahrer jede Möglichkeit bieten, den idealen Sitz und die ideale Handposition zu finden. Es wird empfohlen, die Handposition während eines längeren Trainings häufig zu wechseln, um eine einseitige und eintönige Belastung der Muskeln, Bänder und Gelenke zu minimieren.

BITTE BEACHTEN Tauschen Sie defekte Komponenten sofort aus oder halten das Gerät außer Betrieb, bis dieses repariert wird.

Vorbeugende Wartung

WARNUNG

- Bitte beachten Sie die folgenden Anweisungen sorgfältig. Die angegebenen Wartungs— und Pflegemaßnahmen müssen regelmäßig durchgeführt werden, um eine maximale Betriebssicherheit und Lebensdauer zu gewährleisten. Unregelmäßig durchgeführte Wartungs— und Pflegearbeiten führen zu erhöhtem Verschleiß des Produkts und führen zum Erlöschen der Garantie. Wenn Sie diesbezüglich weitere Fragen haben wenden Sie sich bitte an unseren technischen Support.
- Bitte verwenden Sie wie empfohlen nur säure— und lösungsmittelfreie Pflege— und Pflegemittel (z.B. Brunox), um Schäden an den Bauteilen der 550GC—Serie zu vermeiden.
- Je nach der Verwendung und Wartung des Produkts können bestimmte Artikel planmäßig ausgetauscht werden. Es wird empfohlen, den Riemen und die Pedale alle zwei Jahre auszutauschen, damit das Fahrrad in einwandfreiem Zustand bleibt.
- Alle anderen Wartungsarbeiten sollten von einem zugelassenen Servicemitarbeiter durchgeführt werden.

TÄGLICHE WARTUNG

- Stellen Sie sicher, dass die 550GC—Serie nivelliert ist und nicht wackelt
- Reinigung: Aus hygienischen Gründen muss das Fahrrad der 550GC—Serie nach jedem Gebrauch regelmäßig gereinigt werden. Stellen Sie sicher, dass ausreichend weiche Tücher oder Papiertücher sowie Wartungs— und Desinfektionsmittel zur Verfügung stehen. Desinfizieren Sie zuerst den Sattel und den Lenker mit einem geeigneten Mittel und wischen Sie danach alle Schweißreste vom gesamten Fahrrad der 550GC—Serie ab.

WÖCHENTLICHE WARTUNG

- Reinigung: Je nachdem, wie oft mit dem Fahrrad der 550GC—Serie trainiert wird, muss dieses einmal pro Woche gründlich gereinigt werden. Sprühen Sie dazu ein Pflegemittel auf ein weiches Tuch und reinigen Sie alle Kunststoffteile, das gesamte Schwungrad, freiliegende Rahmenteile einschließlich Ausleger und das Kunststoffgehäuse.
- Sprühen Sie das Pflegemittel niemals direkt auf das Schwungrad, da dies zum Durchrutschen des Antriebsriemens (Riemenschlupf) und zu einer Beeinträchtigung der Funktion der E—Bremsen führen kann.

Fehlersuche

PRÜFLISTE

- Überprüfen Sie das/die Symptom/e und lesen Sie die Bedienungsanleitung.
- Das Problem kann darin bestehen, dass Sie mit dem Produkt, dessen Funktionen oder den Trainingsprogrammen nicht vertraut sind.
- Überprüfen Sie die Fehlermeldung und befolgen die Anweisungen im Wartungshandbuch.
- Wenn das aufgetretene Problem durch die obigen Schritte nicht behoben wurde und das Intenza Fahrrad der 550GC—Serie weiterhin nicht betriebsbereit ist suchen und dokumentieren Sie die Seriennummer des Geräts und wenden sich an Ihren lokalen Händler.

WO SIE DIE SERIENNUMMER DES PRODUKTS FINDEN

Die Seriennummer enthält sechs Ziffern und Sie finden die Seriennummer der Intenza 550GC—Serie an einer Stelle.

- Unten in der Nähe des Hauptkörpers.

Spezifikationen des Intenza Fahrrads der 550GC—Serie

Typ	GC ₃	GC
Designgebrauch	Gewerblich	Gewerblich
Gewicht des GCs	62.5 kg	60.5 kg
Maximalgewicht des Benutzers	159 kg/350 Pfd.	159 kg/350 Pfd.
Größe des Benutzers	Geeignet für Benutzer mit einer Größe zwischen Ungefähr 149,5 — 205 cm	Geeignet für Benutzer mit einer Größe zwischen Ungefähr 149,5 — 205 cm
Erforderlicher Flächenbedarf	Approximately 130 x 58cm	Ungefähr 130 x 58 cm
Konsole	5"/DFSTN, Sichtbereich 101,4 x 67,5 mm, LED—Hintergrundbeleuchtung	
Batterie	Lithium—Mod. 18650, 100'000 Male wiederladbar	

EINBAUMASSE

MODELL	550GC ₃		550GC	
LÄNGE	1,300 mm	51.18 Zoll	1,300 mm	51.18 Zoll
BREITE	580 mm	22.83 Zoll	580 mm	22.83 Zoll
GEWICHT	58 kg	130Pfd.	55 kg	121 Pfd.

VERSANDMASSE

MODELL	550GC ₃		550GC	
LÄNGE	1280 mm	50.4 Zoll	1280 mm	50.4 Zoll
BREITE	230 mm	9 Zoll	230 mm	9 Zoll
HÖHE	1060 mm	41.7 Zoll	1060 mm	41.7 Zoll
GEWICHT	73.5 kg	162 Pfd.	71.5 kg	158 Pfd.

©2020 HealthStream Taiwan Inc.

No.28, Jiaotuzai Boulevard, Liuying District, Tainan City 736, Taiwan

intenzafitness.com

In Taiwan gedruckt

Ausführung—2.0

PRÉCAUTIONS DE SÉCURITÉ IMPORTANTES

WARNING

Pour réduire les risques de brûlures, d'incendie, de choc électrique ou de blessures corporelles, lisez attentivement les consignes de sécurité et les informations suivantes avant d'utiliser le Vélo 550GC.

- Si vous avez des problèmes de santé préexistants ou un handicap, il est recommandé de consulter votre médecin afin de trouver la méthode d'entraînement qui vous convient le mieux. Un entraînement incorrecte ou poussée peut entraîner de graves problèmes de santé.
- Le fabricant décline expressément toute responsabilité vis—à—vis des risques pour la santé, des blessures corporelles, des dommages matériels ou des dommages indirects encourus du fait de ou à cause de l'utilisation de cet appareil, sauf si il s'agit d'un dommage consécutif à un matériel et/ou à un défaut de fabrication, et qui relèvent de la responsabilité du fabricant.
- Cet appareil n'est pas destiné à être utilisé par des personnes ayant des capacités physiques, sensorielles ou mentales réduites, ou manquant d'expérience et de connaissances, à moins qu'une surveillance ou des instructions concernant leur utilisation aient été données par une personne tiers responsable de leur sécurité. Gardez les enfants de moins de 13 ans loin de cette machine.
- S'il le vélo a chuté, s'il a été endommagé ou s'il est tombé dans l'eau, retournez l'appareil à un service après—vente pour examen et réparation.
- Utilisez cet appareil uniquement pour l'usage auquel il est destiné, tel que décrit dans ce manuel. N'utilisez pas d'accessoires non recommandés par le fabricant.
- Ne jamais laisser tomber ou insérer un objet dans une ouverture.
- Ne pas utiliser en extérieur.
- Ne pas utiliser là où des produits en aérosol (pulvérisateur) sont utilisés ou où de l'oxygène est administré.
- L'installation de l'alimentation électrique doit être conforme aux normes résidentielle locales en vigueur.

· CONSERVEZ CES INSTRUCTIONS



Veillez utiliser la chaîne pour fixer le tube avant et la pédale, et assurez—vous que la manivelle ne peut pas être tournée de manière significative après avoir verrouillé la chaîne avec le verrou.

VEUILLEZ NOTER

GC



GC3



IMPORTANT SAFETY PRECAUTIONS

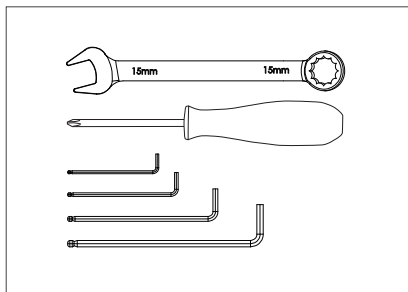
PRÉCAUTIONS DE SÉCURITÉ

- Il incombe au propriétaire de s'assurer que tous les utilisateurs sont informés de tous les avertissements et des précautions d'usage et qu'ils ne sont autorisés à utiliser le vélo que de manière indépendante, après avoir été informé avec succès par un formateur ou un instructeur qualifié.
- Cet appareil peut être utilisé par les enfants âgés de 13 ans et plus et les personnes ayant des capacités physiques, sensorielles ou mentales réduites ou un manque d'expérience et de connaissances si elles ont reçu une supervision ou des instructions pour utiliser l'appareil de manière sûre et en ayant assimilé les dangers encourus. Les enfants ne doivent pas jouer avec cet appareil. Le nettoyage et la maintenance par l'utilisateur ne doivent pas être effectués par des enfants sans surveillance.
- Gardez le Modèle de Vélo 550GC à l'intérieur, à l'abri de l'humidité et de la poussière. Ne placez pas le Modèle de Vélo 550GC à l'extérieur, dans un garage ou une terrasse couverte, ni près de l'eau ou des piscines. La température de fonctionnement du Modèle 550GC doit être comprise entre 15 ° C à 40 ° C (59 ° à 104 ° F) avec une humidité maximale de 65%.
- Placez toujours le vélo sur une surface plane et stable. Si le vélo doit être placé sur un sol en bois dur ou sur un tapis, il est recommandé de placer un tapis de sol sous le vélo pour éviter que le sol ne soit endommagé.
- Le niveau de sécurité du vélo ne peut être garanti que si l'on vérifie régulièrement l'éventuelle détérioration ainsi que l'usure (points de fixation, frein électrique, pédales, sangles, etc.). Consultez un fournisseur de services agréé, ou directement le fabricant, pour vous assurer que les inspections régulières sont correctement effectuées.
- Effectuez régulièrement toutes les procédures de maintenance, d'entretien et de maintenance décrites dans ce manuel. Les pièces défectueuses doivent être remplacées immédiatement et l'équipement ne doit pas être utilisé avant que les réparations aient été effectuées. Utilisez uniquement des pièces originales du fabricant. Les réparations ne doivent être effectuées que par des techniciens agréés par le fabricant.
- La Modèle 550GC ne doit pas être utilisée par des personnes pesant plus de 340 lb/159 kg.
- Portez toujours des vêtements de sport ou de cyclisme bien ajustés et des chaussures robustes, de préférence des chaussures spécifiques au cyclisme, lorsque vous utilisez le vélo. Les lacets détachés peuvent se coincer dans le système d'entraînement et causer des blessures.
- Le vélo n'a pas de volant d'inertie en mouvement indépendant. Les pédales continueront à se déplacer avec le volant jusqu'à ce que le volant s'arrête. Le mouvement ne peut être arrêté qu'en utilisant le frein d'urgence ou en réduisant la fréquence de pédalage de manière contrôlée. Conduisez toujours avec une charge de résistance pour vous assurer que votre mouvement de pédalage est contrôlé. Ne réglez pas le guidon ou la selle pendant l'entraînement. Ne pédalez pas vers l'arrière.
- N'essayez pas de retirer vos pieds des pédales ou de descendre de la machine avant que les pédales et le volant d'inertie ne soient complètement arrêtés. Si ces précautions ne sont pas respectées, cela peut entraîner une perte de contrôle et des blessures graves.
- Si vous ressentez des douleurs ou des vertiges pendant l'exercice, arrêtez-vous immédiatement. Il est recommandé de consulter un médecin si la douleur ne disparaît pas après une période prolongée.
- L'équipement d'entraînement de classe S doit toujours être utilisé dans un environnement supervisé.
- Passez en revue tous les avertissements applicables et contactez votre revendeur lorsque le remplacement des étiquettes d'avertissement usées est nécessaire.

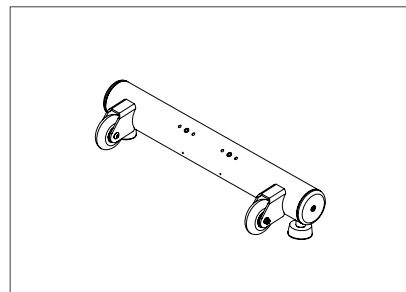
Liste des pièces du Modèle de Vélo 550GC

Ouvrez le carton d'expédition. Retirez toutes les pièces du carton et les intercalaires en carton.

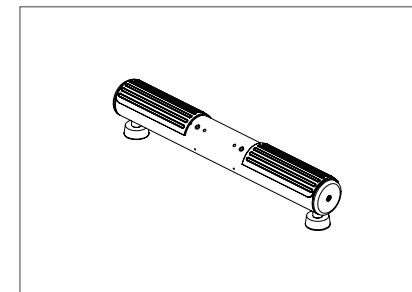
Avant de commencer l'assemblage, vérifiez que les éléments matériels suivants sont fournis avec l'équipement. Pour assembler le modèle 550GC, vous aurez besoin des éléments suivants: clé à six pans de 1* 2,5, 3, 5, 6 et 15 mm et un tournevis cruciforme.



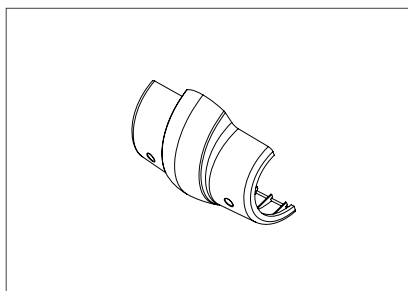
1. La clé à six pans de 2,5, 3, 5, 6, et 15 mm et le tournevis cruciforme **(NON INCLUS)**



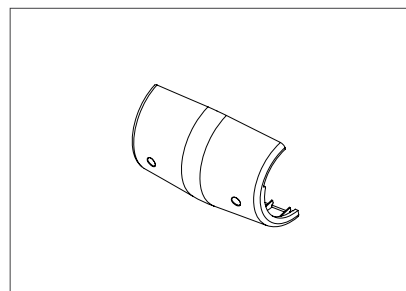
2. Stabilisateur, avant, assemblé
Quantité 1



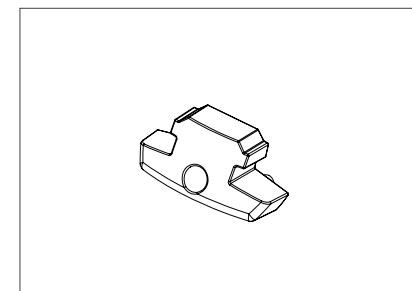
3. Stabilisateur arrière, assemblé
Quantité 1



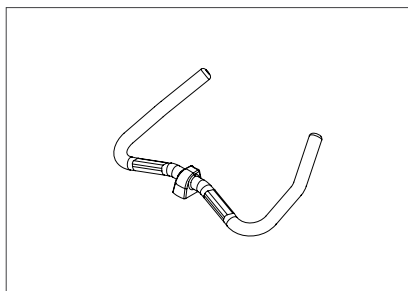
4. Cache, stabilisateur, avant
Quantité 1



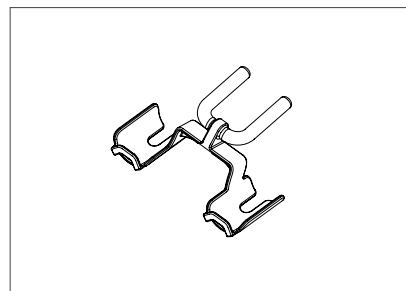
5. Cache, stabilisateur, arrière
Quantité 1



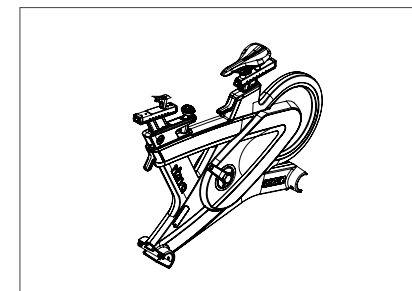
6. Capuchon, fin, piste, HB, arrière
Quantité 1



7. Trempage, guidon, arrière
Quantité 1

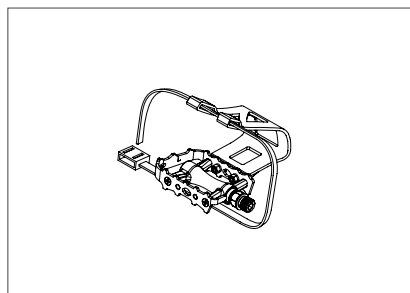


8. Trempage, guidon, avant pour GC
Quantité 1



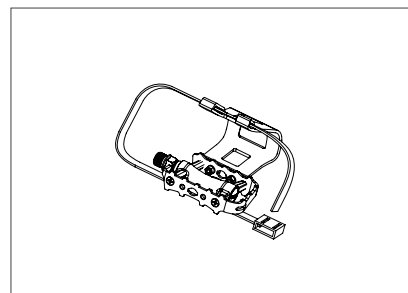
9. Assemblage, armature, principale
Quantité 1

Liste des pièces du Modèle de Vélo 550GC



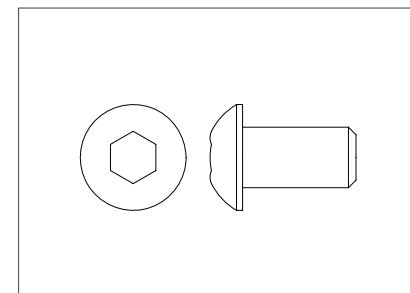
10. Pédale Assemblée, G, standard

Quantité 1



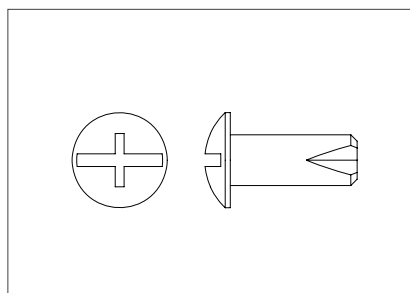
11. Pédale Assemblée, D, standard

Quantité 1



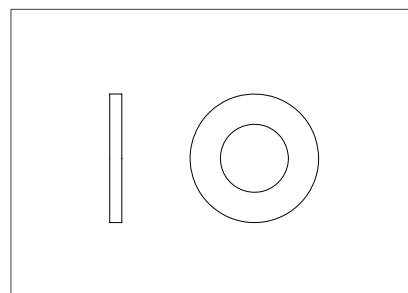
12. Vis à dôme, M8 x 15L

Quantité 8



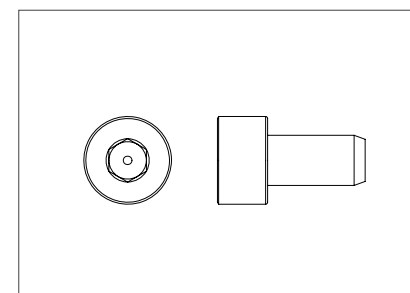
13. Vis à dôme, M4 x 10L

Quantité 4 (GC), 9 (GC3)



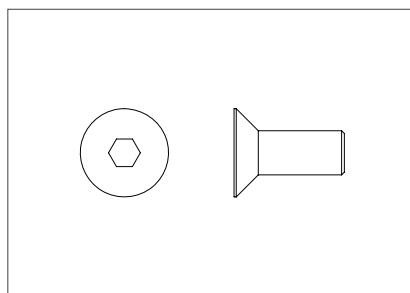
14. Rondelle, M8

Quantité 8



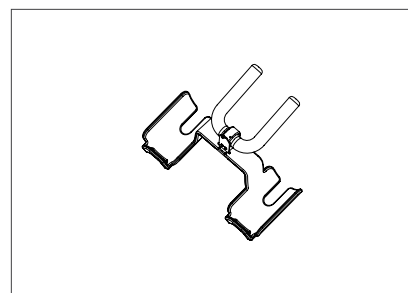
15. Taraudage, M4 x 8L

Quantité 1



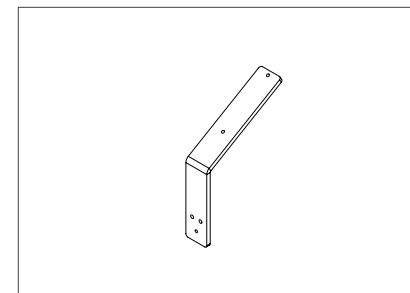
16. Vis, fraisée

Quantité 4



17. Assemblage guidon, avant pour GC3

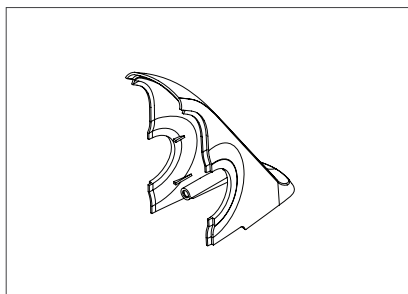
Quantité 1



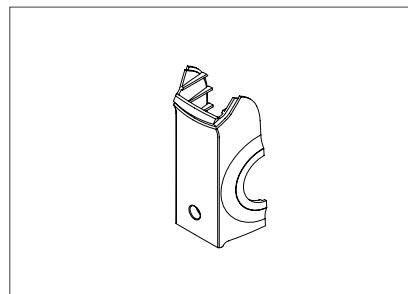
18. Support, console, fixe pour GC3

Quantité 1

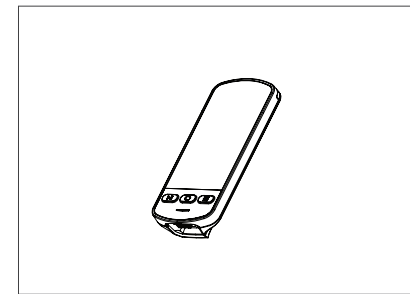
Liste des pièces du Modèle de Vélo 550GC



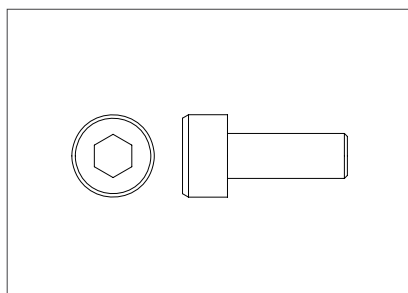
19. Cache, console—siège, avant pour GC3
Quantité 1



20. Cache, console—siège arrière pour GC3
Quantité 1



21. Assemblage, console pour GC3
Quantité 1



22. Vis à tête creuse pour GC3
Quantité 3

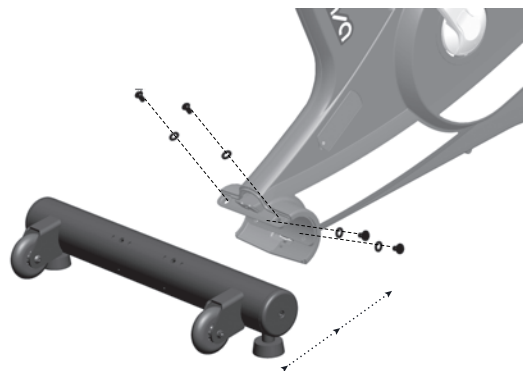
Instructions de montage pour le Modèle de Vélo 550GC

AVERTISSEMENT En cas de fortes variations de température, laissez le vélo s'acclimater à la température ambiante avant de procéder au montage.

Assurez-vous que les boulons sont serrés avec une force significative afin de minimiser le desserrage pendant l'utilisation. Si les boulons sont desserrés après le montage initial, nous vous recommandons d'utiliser LOCTITE® 243 de force moyenne lors du remontage.

ÉTAPE 1

Assemblez le stabilisateur avant

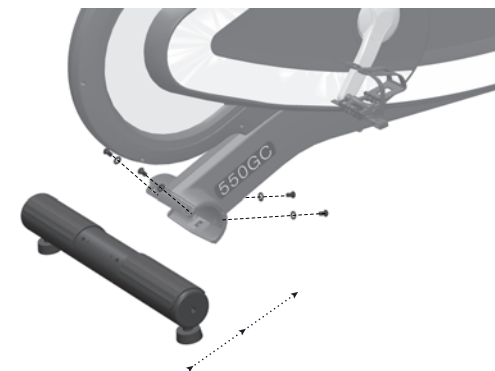


COMPOSANTS ET OUTILS

Vis à dôme, M8 x 15L (12), Rondelle, M8 (14)

ÉTAPE 2

Assemblez le stabilisateur arrière

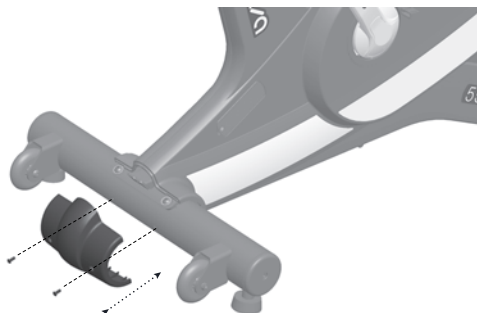


COMPOSANTS ET OUTILS

Vis à dôme, M8 x 15L (12), Rondelle, M8 (14)

ÉTAPE 3

Assemblez le couvercle du stabilisateur avant

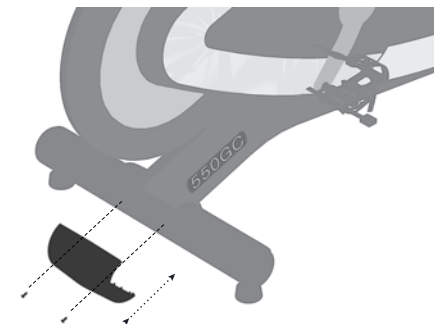


COMPOSANTS ET OUTILS

Vis à dôme, M4 x 10L (13)

ÉTAPE 4

Assemblez le couvercle du stabilisateur arrière



COMPOSANTS ET OUTILS

Vis à dôme, M4 x 10L (13)

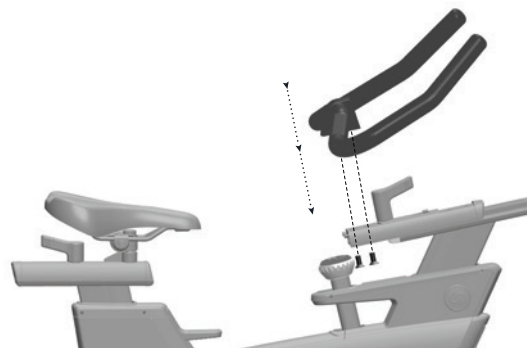
Instructions de montage pour le Modèle de Vélo 550GC

AVERTISSEMENT Ne retirez pas le ruban de signalisation des curseurs avant l'assemblage du guidon.

Après le montage, retirez le ruban d'avertissement. Ne déplacez pas le curseur horizontal en arrière.

ÉTAPE 5

Assemblez le guidon



COMPOSANTS ET OUTILS

Screw, countersunk (16)

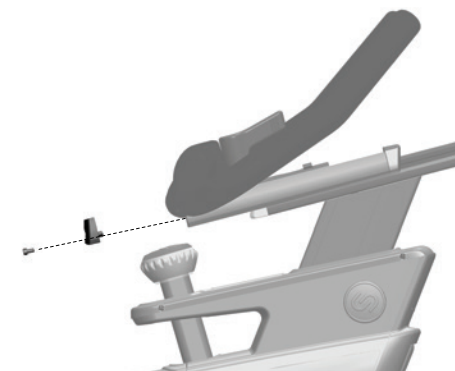
VEUILLEZ NOTER

Afin d'éviter d'endommager le câblage intérieur, le guidon ne doit pas être réglé horizontalement avant cette étape.

Assurez-vous que les boulons sont serrés avec une force suffisante (30 Nm) lors du montage du guidon. Les boulons à tête fraisée de fixation sont recouverts de TufLok® en usine pour éviter qu'ils ne se détachent pendant l'utilisation. Si les boulons sont desserrés après le montage initial, nous vous recommandons d'utiliser LOCTITE® 2701, de résistance moyenne, lors du remontage.

ÉTAPE 6

GC — Assemble le capuchon, extrémité, piste, HB, arrière

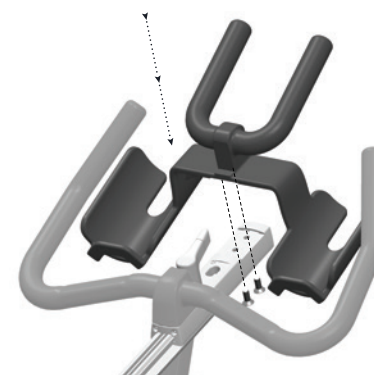


COMPOSANTS ET OUTILS

Taraudage, M4 x 8L (15)

ÉTAPE 7

Assemblez le guidon



COMPOSANTS ET OUTILS

Screw, countersunk (16)

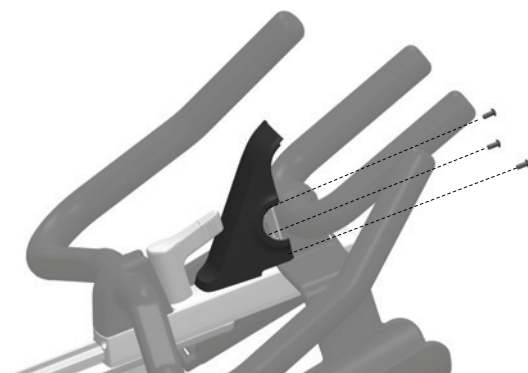
VEUILLEZ NOTER

Réglez le réglage vertical du pied du guidon sur la position la plus haute avant de commencer le montage.

Instructions de montage pour le Modèle de Vélo 550GC

ÉTAPE 8—1

GC3 — Assemblez le guidon et le couvercle



COMPOSANTS ET OUTILS

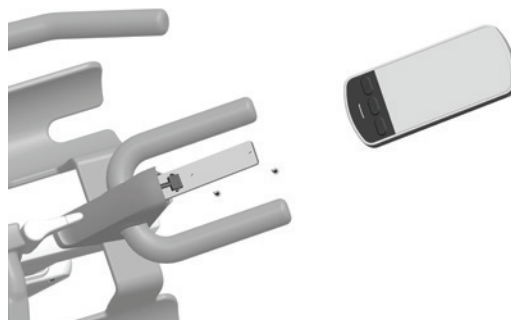
Vis à tête (22)

VEUILLEZ NOTER

Réglez le réglage vertical du pied du guidon sur la position la plus haute avant de commencer le montage.

ÉTAPE 8—3

GC3 — Assemble the console



COMPOSANTS ET OUTILS

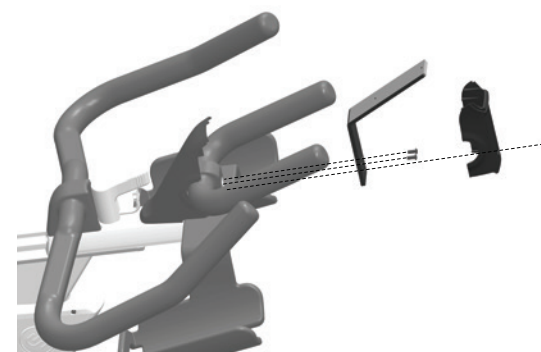
Vis à dôme (13)

VEUILLEZ NOTER

Branchez d'abord le câble puis assemblez la console

ÉTAPE 8—2

GC3 — Assemblez le support et le couvercle



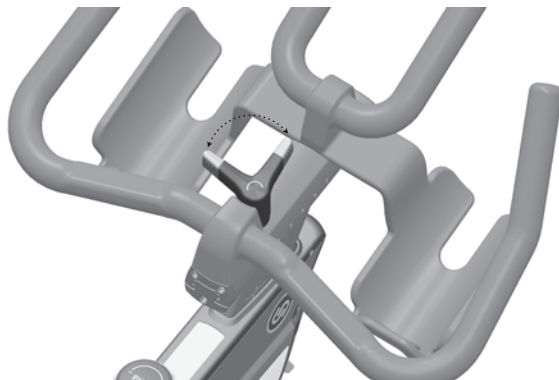
COMPOSANTS ET OUTILS

Vis à dôme (13)

Instructions de montage pour le Modèle de Vélo 550GC

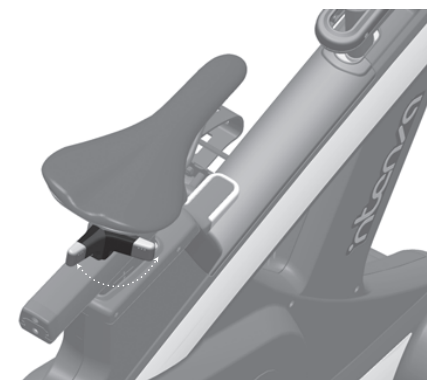
ÉTAPE 9

Vérifiez le réglage horizontal du guidon



ÉTAPE 10

Vérifiez la force de serrage du réglage horizontal



Vérifiez le réglage horizontal du guidon, avec le levier du pouce ouvert, pour faciliter le mouvement lors du réglage.

Vérifiez la force de serrage du réglage horizontal. Assurez-vous que le levier de réglage horizontal est bien serré.

Effectuez les réglages nécessaires, en vous référant aux directives de service disponibles sur le site Web de service du fabricant ou en contactant votre distributeur local.

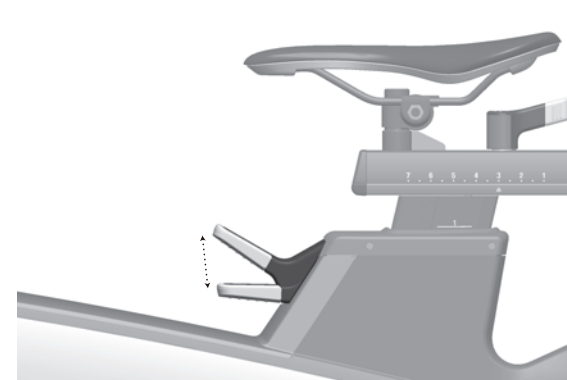
ÉTAPE 11

Vérifiez le réglage vertical



ÉTAPE 12

Vérifiez la force de serrage du réglage vertical



Vérifiez le réglage vertical, avec le levier inverser ouvert, pour faciliter le mouvement lors du réglage.

Vérifiez la force de serrage du réglage vertical avec le levier basculant fermé. Assurez-vous que le levier de réglage vertical est bien serré.

Effectuez les réglages nécessaires, en vous référant aux directives de service disponibles sur le site Web de service du fabricant ou contactez votre distributeur local.

ATTENTION ! Fixer la pédale marquée R sur la manivelle droite et serrer en tournant dans le sens des aiguilles d'une montre (filetage à droite standard). Fixez la pédale marquée L sur la manivelle gauche et serrez-la en tournant dans le sens contraire des aiguilles d'une montre (filetage à gauche).

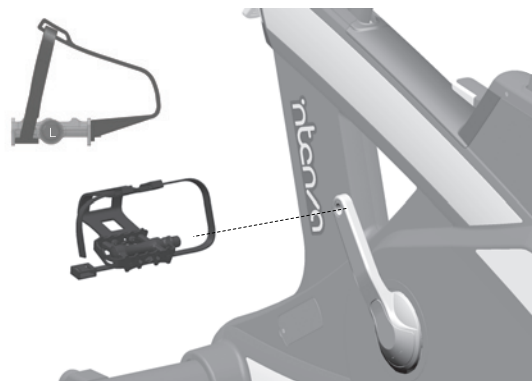
Assurez-vous que les deux pédales sont serrées avec une force suffisante (55 NM), afin que le boulon ne se desserre pas pendant l'utilisation.

Les fils sont fournis par TufLok® en usine pour éviter qu'ils ne se détachent pendant l'utilisation. Si les boulons sont desserrés après le montage initial, nous vous recommandons d'utiliser LOCTITE® 243 de force moyenne lors du remontage.

Instructions de montage pour le Modèle de Vélo 550GC

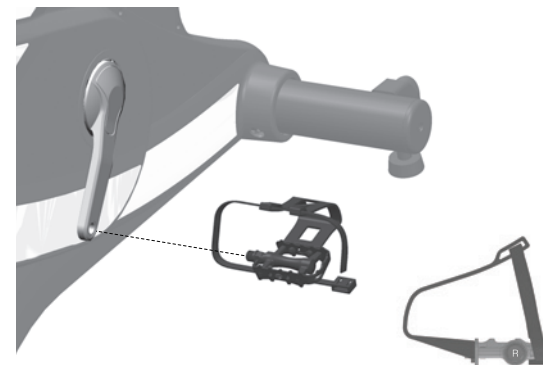
ÉTAPE 13

Montez l'assemblage de la pédale, G, standard



ÉTAPE 14

Montez l'assemblage de la pédale, D, standard



Vue d'ensemble de la console 550GC3

- A**  Appuyez — Touche page
PAGE 1 Cadence Moy.
 Puissance Moy.
 Vitesse Moy.
 Niveau
 Temps écoulé
- PAGE 2** Cadence Max.
 Puissance Max.
 Vitesse Max.
 Niveau
 Temps écoulé
- PAGE 3** Calories
 Distance
 Rythme cardiaque*
 Niveau
 Temps écoulé
- Tenir 3 secondes — Changer de page automatiquement
-
- B**  Appuyez — Pause
 Lorsque l'utilisateur appuie sur le bouton B, que l'utilisateur pédale ou non, tous les calculs de données seront suspendus et la console présentera successivement les 3 pages de données.
- Tenir 3 secondes — Date remise à zéro
-
- C**  Appuyez — Sélectionnez le MODE
Mode standard
Mode HR
- En mode sélection
- Bouton A** Précédent
Bouton B Confirmer
Maintenez le bouton B enfoncé pendant 3 secondes Sortie
Bouton C Suivant
-
- A+C**  Changer le système métrique/impérial



La console 550GC3 est alimentée par un générateur.

- Le générateur stocke l'énergie dans des piles rechargeables.
- Les piles alimentent la console.

Allumez la console

Il suffit de pédaler ou d'appuyer sur n'importe quel bouton de la console.

Éteindre la console

Lorsque la console est inactive pendant plus de 15 secondes, l'écran s'éteint; Pédaler ou appuyer sur n'importe quel bouton rallumera l'écran.

Lorsque le vélo est inactif pendant plus de 2 minutes, la console passe en mode veille et indique Désactiver. L'animation apparaîtra avant la fermeture.

En mode veille, toutes les données seront sauvegardées. Pédaler ou appuyer sur n'importe quel bouton rallumera l'écran.

Lorsque le vélo reste en mode veille pendant 8 minutes, toutes les données seront supprimées. Pédaler ou appuyer sur n'importe quel bouton rallumera l'écran.

Indicateur de couleur pour le mode standard

ZONE 1	ZONE 2	ZONE 3	ZONE 4	ZONE 5
LUMIÈRE	LUMIÈRE	LUMIÈRE	LUMIÈRE	LUMIÈRE
BLANCHE	BLEUE	VERTE	ORANGE	ROUGE
<140 Watt	140—189 Watt	190—226 Watt	227—264 Watt	>265 Watt

Indicateur de Couleur pour le Mode HR

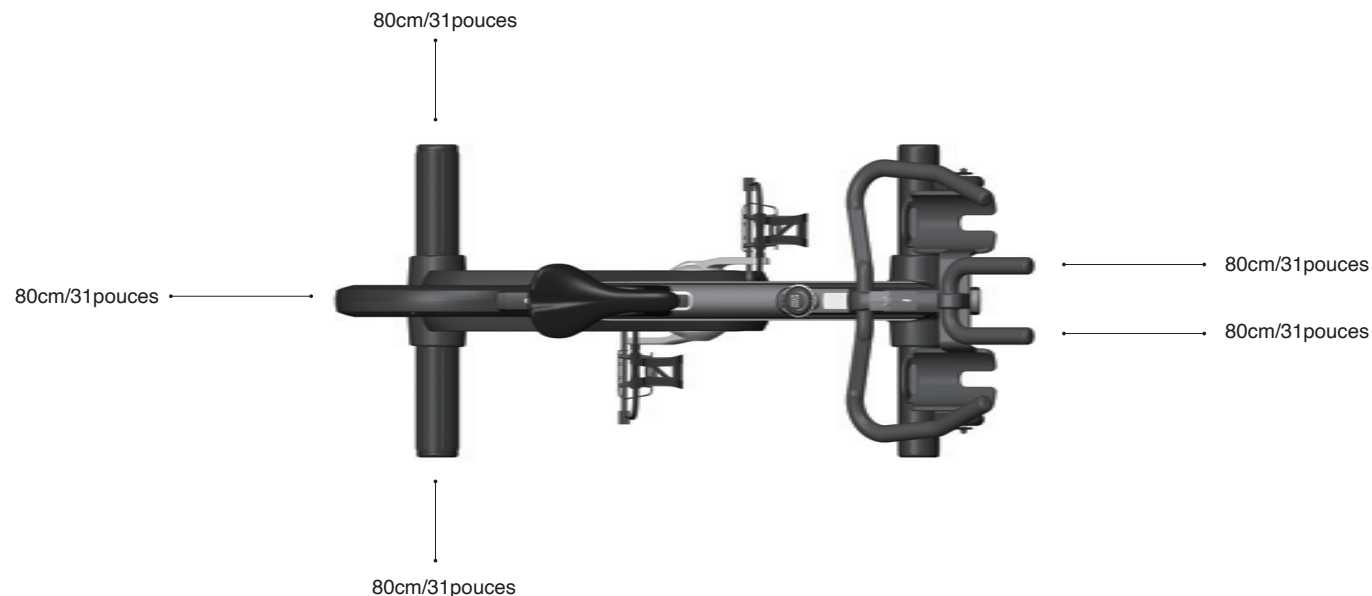
ZONE 1	ZONE 2	ZONE 3	ZONE 4	ZONE 5
LUMIÈRE	LUMIÈRE	LUMIÈRE	LUMIÈRE	LUMIÈRE
BLANCHE	BLEUE	VERTE	ORANGE	ROUGE
<60% MHR	60—70% MHR	70—80% MHR	80—90% MHR	90—100% MHR

*ATTENTION ! Les systèmes de surveillance de la fréquence cardiaque peuvent être inexacts. Un excès d'exercice peut entraîner des blessures graves, voire mortelles. Si vous vous sentez faible, arrêtez immédiatement de faire de l'exercice.

**Pour une vitesse de 50 à 80 tr/min, la plage de précision de la puissance est de -10% à +10%

Espace de Sécurité et Installation

Assurez-vous de maintenir l'espace de sécurité approprié, comme indiqué ci-dessous, autour de l'équipement.



Installation

- Les instructions indiquées dans ce manuel doivent être respectées lors de l'installation initiale de l'Intenza 550GC afin d'assurer des performances optimales et une longue durée de vie. Veuillez lire attentivement les instructions suivantes et les respecter. Si 550GC n'est pas installé et configuré de la manière décrite, les composants peuvent être soumis à une usure excessive et endommager le vélo.
- Si vous avez des questions concernant l'installation, veuillez nous contacter.
- Assurez-vous que le vélo est à niveau. Si le vélo se balance sur le sol, tournez les pieds de nivellement sous les stabilisateurs avant et/ou arrière jusqu'à ce que le mouvement de balancement soit éliminé. Assurez-vous que les pieds de nivellement ne sont pas étendus à plus de 10 mm.
- Vérifiez le fonctionnement du frein d'urgence pour vous assurer qu'il fonctionne correctement.
- Vérifiez que les deux boulons à six pans creux du bras de manivelle, avec lesquels les manivelles (des côtés droit et gauche du support inférieur) sont fixés, sont bien fixés (couple de serrage 60NM). Ces boulons sont fournis avec TufLok® en usine pour éviter qu'ils ne se desserrent pendant l'utilisation. Si les boulons se desserrent, nous recommandons d'appliquer LOCTITE® 243 de résistance moyenne, puis de fixer à nouveau les boulons de fixation de la manivelle avec un couple de serrage de 60 NM.
- Essuyez le cadre du vélo avec un chiffon imbibé de lubrifiant en aérosol sans solvant.
- Certaines parties du vélo risquent de se détacher pendant le transport. Vérifiez les bras de manivelle et toutes les vis, boulons et écrous exposés et assurez-vous qu'ils sont tous bien serrés et bien serrés.

IMPORTANT Une inspection visuelle complète et un test des caractéristiques et des fonctions du vélo d'exercice assemblé doivent être effectués avant utilisation.

Veuillez ne pas dévisser les pieds de mise à niveau de plus de 1 cm. Le Modèle 550GC autonome ne peut être installée et utilisée que sur un sol stable et nivelé.

Déplacement et mise à niveau du Modèle de Vélo 550GC

Il est recommandé que deux personnes déplacent le Modèle de Vélo 550GC.

Afin de prévenir les accidents et d'endommager les supports du guidon, il est nécessaire de fixer fermement le réglage vertical du guidon avant que la roue ne soit inclinée. Soyez particulièrement prudent lorsque vous déplacez le Modèle de Vélo 550GC sur des surfaces inégales: il est conseillé de faire appel à une deuxième personne afin d'éviter que le Vélo ne bascule d'un côté.

Respectez une distance de sécurité minimale par rapport aux équipements, objets ou murs les plus proches, comme illustré ci-dessous.

Tenez-vous devant le vélo, saisissez le guidon et inclinez le vélo vers vous jusqu'à ce que les roues de transport touchent le sol. Faites rouler le vélo à l'emplacement souhaité, puis abaissez doucement l'arrière du vélo sur le sol.



Nivellement Modèle de Vélo 550GC

Vérifiez la stabilité de l'endroit où Modèle de Vélo 550GC doit être utilisé et si nécessaire ajustez les pieds de nivellement sous les stabilisateurs avant ou arrière pour assurer la stabilité souhaitée. Il est important que les quatre pieds de nivellement touchent le sol afin de maintenir le vélo stable à tout moment. Pour ajuster, tournez les pieds de nivellement dans le sens antihoraire pour diminuer la hauteur ou dans le sens horaire pour l'augmenter jusqu'à ce que le vélo soit stable.

AVERTISSEMENT Le 550GC ne doit être utilisée que dans un mouvement de pédalage avant.

La fonctionnalité de freinage d'urgence est limitée lors du pédalage à l'arrière. N'essayez pas de régler le siège et le guidon en position verticale ou horizontale lorsque vous êtes assis.

Comment utiliser le Modèle Intenza 550GC

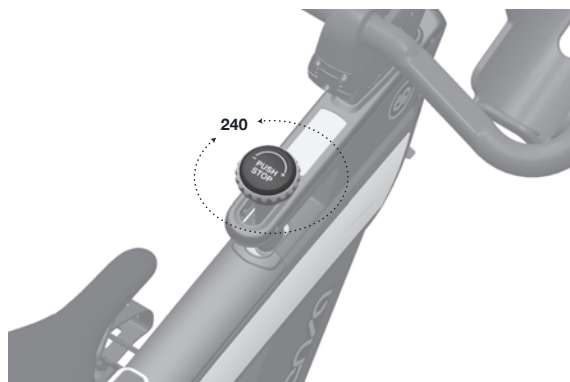
Position du Pied

Placez les plantes de vos pieds en toute sécurité dans les lanières des sangles afin qu'elles soient centrées sur les pédales.

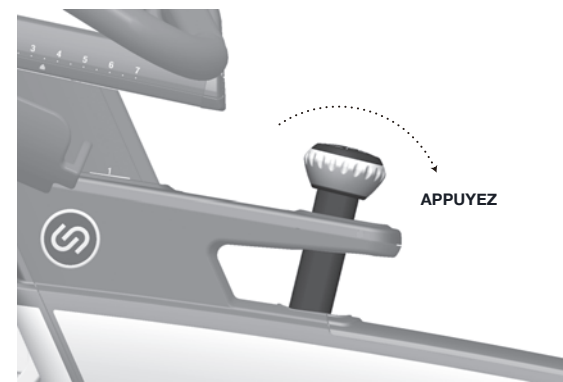
Sangle de Pied

Ajustez les sangles pour maintenir votre pied fermement sur la pédale, cela vous permet d'appliquer de la force tout au long du mouvement de pédalage.

- Le réglage de la résistance peut être réglé avec précision et réglé par micro incréments en fonction des besoins du cycliste à l'aide du bouton de réglage de la résistance et avec une plage de mouvement de 240°.
- Pour augmenter la résistance, tournez le bouton de réglage de la résistance dans le sens des aiguilles d'une montre. Pour diminuer la résistance, tournez-la dans le sens antihoraire. Pour un système de freinage magnétique, comme celui installé sur ce 550GC, l'effet de résistance magnétique augmente également avec la fréquence de pédalage.
- Ne pédalez jamais en arrière avec une résistance insuffisante, car cela pourrait desserrer les vis entre les pédales et le bras de manivelle, ce qui pourrait même les détacher. Pour arrêter le volant pendant l'utilisation, le bouton de résistance/le bouton de frein d'urgence doit être enfoncé. Pendant l'entraînement, assurez-vous que vos chaussures sont placées dans les cale-pieds fournies ou, si vous utilisez des chaussures de cyclisme, qu'elles sont connectées aux cales SPD.
- Le 550GC n'a pas de volant moteur en mouvement libre. Le volant d'inertie est fermement connecté aux pédales et ne s'arrête pas indépendamment si l'utilisateur cesse de pédaler. Vérifiez toujours vos mouvements et réduisez votre vitesse de manière contrôlée pour vous arrêter ou appuyez simplement sur le bouton rouge de résistance/freinage d'urgence pour ralentir rapidement le mouvement et, ce faisant, arrêtez le volant et suspendez la séance d'entraînement.
- Frein d'urgence = appuyez sur le bouton rouge de résistance/d'urgence.
- Si le frein d'urgence a été activé, il ne peut être désengagé qu'une fois le volant d'inertie complètement arrêté et la pression retirée des pédales.



Bouton de Résistance (Bouton de Réglage de la Résistance de Virage)



Frein D'urgence (Bouton de Réglage de la Résistance de la Presse)

AVERTISSEMENT Assurez-vous que tous les leviers (vertical et horizontal) sont fermés avant de vous asseoir sur le vélo et descendez toujours du vélo lorsque vous ajustez le guidon et/ou la selle.

Réglage de la Hauteur de la Selle

Asseyez-vous sur la selle et assurez-vous que votre hanche n'est pas inclinée d'un côté lorsque la pédale a pris la position indiquée sur l'image. Placez vos chaussures dans les cales sur les pédales ou dans les cales SPD si vous utilisez des chaussures de cyclisme, si votre Vélo de Groupe n'est pas équipé d'un système de pédales mixtes. Réduisez le risque de blessure et profitez d'une conduite plus confortable en réglant la hauteur du siège de manière à ce que votre genou se courbe légèrement (25 à 35 degrés) au dessous d'un coup de pédale.



Réglage de la Selle Horizontalement

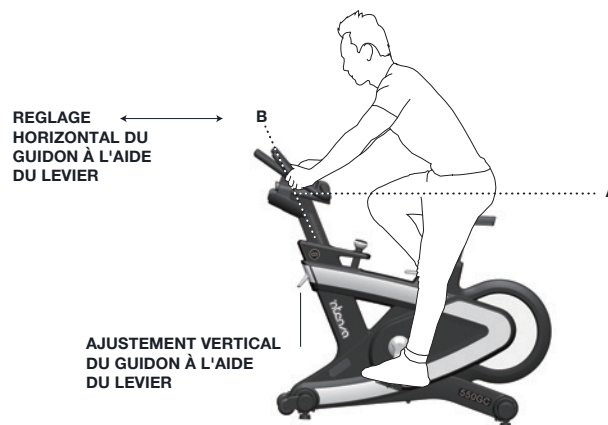
Bien positionner la selle horizontalement est très important pour éviter les blessures aux genoux. Asseyez-vous sur la selle et déplacez les pédales jusqu'à ce que les manivelles soient en position horizontale. Le genou de votre jambe orientée vers l'avant doit être placé directement au-dessus du centre de la pédale. Si cela ne correspond pas au réglage de votre vélo, veuillez aligner le réglage de la selle horizontale à l'avant ou à l'arrière afin d'atteindre cette position du siège.



AVERTISSEMENT Assurez-vous que tous les leviers (vertical et horizontal) sont fermés avant de vous asseoir sur le vélo et descendez toujours du vélo lorsque vous ajustez le guidon et/ou la selle.

Réglage de la Position du Guidon

Commencez par le haut du guidon approximativement à la même hauteur que la selle (ligne horizontale en pointillé A comme sur le dessin ci-dessous) pour les utilisateurs inexpérimentés réglés sur le repère "0" (voir la ligne verticale en pointillé B du dessin ci-dessous). Si vos genoux touchent le guidon ou si vous ressentez une gêne au dos lorsque vous pédalez en position debout pendant de longues périodes, le guidon doit être ajuster légèrement plus haut.



La prochaine étape consiste à ajuster la position horizontale du guidon aussi précisément que possible en fonction de votre hauteur. Une position assise idéale et protectrice pour les cyclistes inexpérimentés est obtenue si votre dos assume une inclinaison de 45° . Le guidon offre une grande variété de positions des mains et de possibilités de réglage, offrant ainsi au coureur expérimenté toutes les possibilités de trouver la position idéale de ses mains et de son assise. Il est recommandé de changer fréquemment de position des mains pendant les séances d'entraînement prolongées afin de minimiser les efforts unilatéraux et monotones sur les muscles, les ligaments et les articulations.

VEUILLEZ NOTER Remplacez immédiatement les composants défectueux ou maintenez l'équipement inutilisé jusqu'à ce qu'il soit réparé.

Maintenance Préventive

AVERTISSEMENT

- Veuillez suivre attentivement les instructions suivantes. Les procédures de maintenance et d'entretien définies doivent être effectuées régulièrement pour garantir une sécurité de fonctionnement et une durée de vie maximales. Les procédures de maintenance et d'entretien observées de manière irrégulière entraîneront une usure accrue du produit et annuleront la garantie. Si vous avez d'autres questions sur ce sujet, veuillez contacter notre support technique.
- Utilisez uniquement des agents de maintenance et d'entretien sans acide et sans solvant (Brunox, par exemple), comme nous l'avons recommandé, pour éviter d'endommager les composants du Modèle 550GC.
- Selon l'utilisation et la maintenance du produit, certains éléments peuvent être remplacés sur une base quotidienne. Nous vous recommandons de remplacer la courroie et les pédales tous les deux ans afin de maintenir le vélo en parfait état de fonctionnement.
- Tout autre entretien doit être effectué par un représentant de service autorisé.

MAINTENANCE QUOTIDIENNE

- Assurez-vous que le Modèle 550GC est nivelée et ne bascule pas
- Nettoyage : Le Modèle 550GC doit être nettoyé régulièrement après chaque utilisation pour des raisons d'hygiène. Assurez-vous qu'il y a suffisamment de chiffons doux ou d'essuie-tout, de produit d'entretien et de désinfection disponibles. Désinfectez d'abord la selle et le guidon avec un produit approprié, puis éliminez tous les résidus corporels de l'ensemble du vélo 550GC.

ENTRETIEN HEBDOMADAIRE

- Nettoyage : Selon la fréquence d'utilisation du Vélo de Modèle 550GC, il doit être nettoyé une fois par semaine. Pour ce faire, vaporisez un produit d'entretien sur un chiffon doux et nettoyez toutes les pièces en plastique, l'ensemble du guidon, les parties apparentes de l'ossature, y compris les stabilisateurs et le boîtier en plastique.
- Ne vaporisez jamais de produit d'entretien directement sur le volant d'inertie, car cela pourrait faire glisser la courroie de transmission (glissement de la courroie) et pourrait avoir un impact négatif sur la fonctionnalité du frein électronique.

Dépannage

LISTE DE CONTRÔLE

- Vérifiez le/les symptôme (s) et consultez le mode d'emploi.
- Le problème peut être une méconnaissance du produit, de ses fonctionnalités ou des programmes d'entraînement.
- Vérifiez le message d'erreur, puis suivez les instructions du manuel d'entretien.
- Si le problème que vous rencontrez n'a pas été résolu avec les étapes ci-dessus et que le Modèle de Vélo Intenza 550GC n'est toujours pas opérationnel, localisez et documentez le numéro de série de l'unité et contactez votre revendeur local.

OÙ SE TROUVE LE NUMÉRO DE SÉRIE DU PRODUIT

Le numéro de série contient six chiffres et vous pouvez trouver le numéro de série du Modèle Intenza 550GC.

- Situé au dessous près de la partie principale.

Spécifications du Modèle de Vélo Intenza 550GC

Type	GC3	GC
Utilisation de la Conception	Commercial	Commercial
Poids de GC	62.5 kg	60.5 kg
Poids Maximum de L'utilisateur	159 kg/350 lb	159 kg/350 lb
Taille de L'utilisateur	Convient aux Utilisateurs Entre Environ 149.5—205 cm	Convient aux Utilisateurs Entre Environ 149.5—205 cm
Empreinte Requise	Environ 130 x 58 cm	Environ 130 x 58 cm
Console	5 pouces/ DFSTN, zone de vision 101.4 x 67.5 mm, rétro—éclairage LED	
Batterie	Lithium mod. 18650, rechargeable 100000 fois	

DIMENSIONS D'ASSEMBLAGE

MODÈLE	550GC3		550GC	
LONGUEUR	1,300 mm	51.18 pouces	1,300 mm	51.18 pouces
LARGEUR	580 mm	22.83 pouces	580 mm	22.83 pouces
POIDS	58 kg	130lb	55 kg	121 lb

DIMENSIONS D'EXPÉDITION

MODÈLE	550GC3		550GC	
LONGUEUR	1280 mm	50.4 pouces	1280 mm	50.4 pouces
LARGEUR	230 mm	9 pouces	230 mm	9 pouces
TAILLE	1060 mm	41.7 pouces	1060 mm	41.7 pouces
POIDS	73.5 kg	162 lb	71.5 kg	158 lb

©2020 HealthStream Taiwan Inc.

No.28, Jiaotuzai Boulevard, Liuying District, Tainan City 736, Taiwan

intenzafitness.com

Imprimé à Taiwan

Version—2.0



DESIGNED, ENGINEERED AND BUILT IN **TAIWAN**
intenzafitness.com

