



Indoor Cycling

RealRyder® ABF8 Indoor Cycle

Benutzerhandbuch

ACHTUNG: Bitte lesen Sie alle Vorsichtsmaßnahmen und Montageanweisungen in dieser Anleitung, bevor Sie mit dem Gerät arbeiten. Bewahren Sie diese Anleitung zum späteren Nachschlagen auf. Unsachgemäße Montage, Wartung und Verwendung kann zum Erlöschen der Garantiebedingungen führen.



KONTAKTINFORMATIONEN DES UNTERNEHMENS

RealRyder Deutschland

c/o Expert:ise Sports GmbH
ABC-Straße 21 | 20354 Hamburg
E-Mail: your@realryder.de

INHALTSVERZEICHNIS

WICHTIGE VORSICHTSMASSNAHMEN.....	4
ÜBERSICHT DER BAUTEILE	5
MONTAGEANLEITUNG.....	6
CHECKLISTE VOR DER FAHRT	9
WARTUNG UND PFLEGE	10
ANHANG A - Technische Daten	11
ANHANG B - Gewährleistung.....	12

WICHTIGE VORSICHTSMASSNAHMEN

WARNUNG:

Dieser Abschnitt enthält wichtige Informationen, die Sie vor dem Zusammenbau oder dem Betrieb des RealRyder® Indoor Cycle kennen müssen. Um schwere Verletzungen zu vermeiden, lesen Sie bitte sorgfältig.

1. Für die sichere Montage des RealRyder Indoor Cycle werden zwei Personen benötigt.
2. Lesen Sie vor der Benutzung die gesamte Bedienungsanleitung und befolgen Sie alle Warnhinweise und Anweisungen. Unsachgemäße Benutzung kann zu schweren Verletzungen führen.
3. Wenn Sie nicht alle Montage-, Gebrauchs- und Wartungsanweisungen in diesem Handbuch lesen und befolgen, kann die Garantievereinbarung ungültig werden.
4. Lesen Sie alle Warnhinweise auf dem Fahrrad vor der Benutzung.
5. Das Fahrrad sollte nur in einer beaufsichtigten Umgebung benutzt werden.
6. Wie bei allen Trainingsgeräten und -programmen sollten Sie vor der Benutzung einen Arzt konsultieren und aufhören, wenn Sie sich schwach, schwindlig oder erschöpft fühlen.
7. Halten Sie Kinder und Haustiere vom Fahrrad fern.
8. Das Gerät sollte mit eingeschaltetem Widerstand gelagert werden, um ein versehentliches Drehen des Schwungrads oder der Kurbelarme zu vermeiden.
9. Bewahren Sie das Fahrrad in geschlossenen Räumen auf und schützen Sie es vor Feuchtigkeit und Staub. Lagern oder benutzen Sie das Fahrrad nicht in einer feuchten Umgebung.
10. Tragen Sie geeignetes Schuhwerk, um Verletzungen zu vermeiden. Achten Sie darauf, dass die Schnürsenkel während der Fahrt fest gebunden sind.
11. Halten Sie Körper und Kleidung frei von allen beweglichen Teilen.
12. Überprüfen Sie vor jeder Fahrt alle Teile des Fahrrads, wie in dieser Anleitung beschrieben und ziehen Sie sie ordnungsgemäß fest. Tauschen Sie defekte Teile sofort aus und nehmen Sie das Fahrrad nicht in Betrieb, bis es ordnungsgemäß repariert ist.
13. Verwenden Sie zur Gewährleistung der Sicherheit nur Originalteile des Herstellers.
14. Stellen Sie das Fahrrad auf eine ebene Fläche.
15. Legen Sie eine Matte unter die Rahmenbasis, um den Boden oder Teppich vor Beschädigungen zu schützen.
16. Vergewissern Sie sich, dass um das Fahrrad herum ausreichend Platz ist, um es zusammenzubauen, zu bewegen und zu bedienen.
17. Die maximale Benutzerkapazität liegt bei 158 kg (350 lbs).
18. Wie ein herkömmliches Rennrad ist das RealRyder Indoor Cycle so konzipiert, dass es mit beiden Händen am Lenker bedient wird.
19. Nehmen Sie keine Einstellungen am Lenker oder Sitz vor, während Sie das Fahrrad fahren.
20. Halten Sie kontrolliert an, da der Schwung des Schwungrads die Pedale in Bewegung hält. Fahren Sie immer kontrolliert.

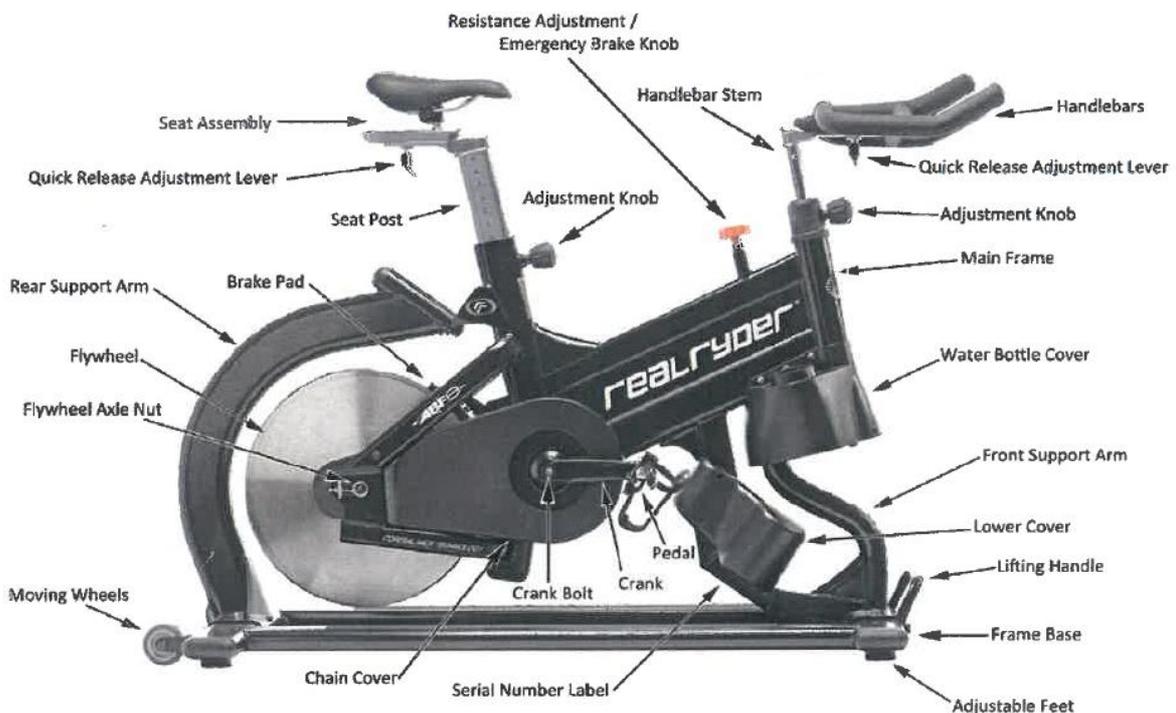
ÜBERSICHT DER BAUTEILE

Herzlichen Glückwunsch!

Vielen Dank, dass Sie sich für das RealRyder® Indoor Cycle entschieden haben. Bislang beschränkte sich die Dynamik eines Indoor-Cycling-Kurses im Wesentlichen darauf, schneller oder langsamer zu treten. Das RealRyder Indoor Cycle bietet einen völlig neuen Bewegungsspielraum, der den Geist beschäftigt und den Körper aktiv hält. Das RealRyder Indoor Cycle verfügt über einen einzigartigen, beweglichen Rahmen, der es ermöglicht, zu lenken, zu drehen und sich wie auf einem Rennrad zu fühlen. Das Ergebnis ist ein 5-in-1-Workout, das nicht nur die Beine und das Herz-Kreislauf-System trainiert, sondern auch den Oberkörper, die Kernmuskulatur und das Gleichgewicht.

Um eine optimale Erfahrung mit dem RealRyder Indoor Cycle zu machen, nehmen Sie sich bitte die Zeit, dieses Handbuch sorgfältig durchzulesen und sich mit den grundlegenden Bestandteilen des Fahrrads vertraut zu machen (siehe unten). Unser Team ist bestrebt, Ihnen als geschätzten RealRyder-Kunden die bestmögliche Produkterfahrung zu bieten.

Wenn Sie Fragen haben, wenden Sie sich bitte an den Kundendienst: your@realryder.de.



MONTAGEANLEITUNG

Erforderliche Werkzeuge:

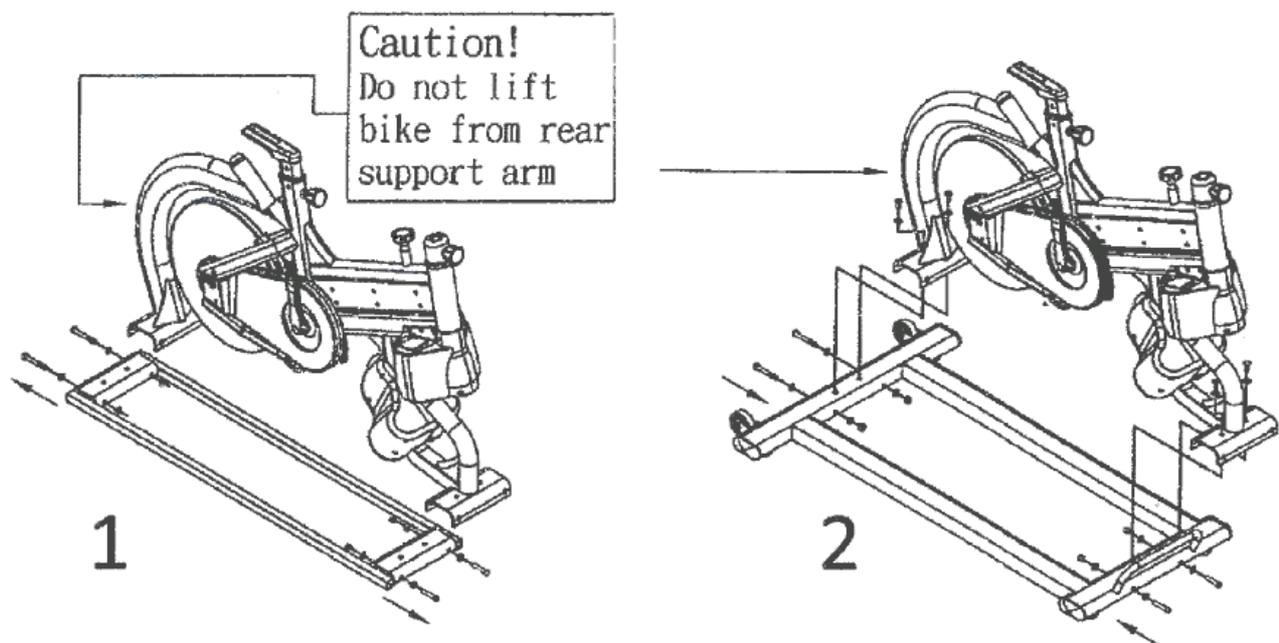
- 2 x 17-mm-Ring- oder Steckschlüssel
- 1 x 15-mm-Maulschlüssel (Tretschlüssel)
- 1 x 14-mm-Maul- oder Steckschlüssel
- 1 x 6 mm Sechskantschlüssel (Inbusschlüssel)
- 1 x 8-mm-Inbusschlüssel und Steckschlüsselgriff



Hinweis: Alle Verweise auf die rechte oder linke Seite sowie auf die Vorder- oder Rückseite beziehen sich darauf, dass Sie auf dem Fahrrad sitzen und trainieren können. Zum Beispiel befindet sich die Kettenabdeckung auf der rechten Seite des Fahrrads.

Hauptrahmen & Basis:

1. (Zwei Personen sind erforderlich) Während eine Person das Gerät stabilisiert, entfernen Sie vorsichtig die Befestigungsteile, mit denen das Gerät am Versandrahmen befestigt ist. Bewahren Sie die Beschläge auf, um das Gerät wieder an der Rahmenbasis zu befestigen. Heben Sie das Gerät mit äußerster Vorsicht - Halten Sie das Gerät am Hauptrahmen fest (NICHT am hinteren Stützarm), und setzen Sie es auf die Rahmenbasis. Die Lenker auf der Basis sollten vorne sein, das Schwungrad hinten, wie in der Abbildung gezeigt.



- Richten Sie die Löcher aus und montieren Sie zuerst die vertikalen Rahmenschrauben und dann die mit dem Versandrahmen gelieferten Durchgangsschrauben - drehen Sie die Schrauben von Hand ein, aber ziehen Sie sie nicht ganz fest. Erst wenn die Rahmenschrauben und die horizontalen Durchgangsschrauben von Hand eingeschraubt sind, ziehen Sie alle Teile mit einem 17-mm-Ring- oder Steckschlüssel fest.

Hinweis:

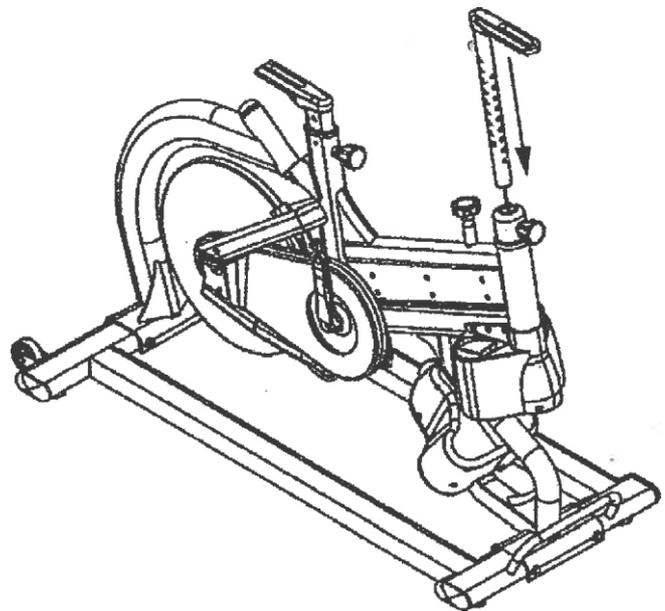
Es kann hilfreich sein, den Rahmen leicht hin und her zu bewegen, während Sie die vertikalen Schrauben einbauen, um sicherzustellen, dass die Schrauben vertikal ausgerichtet sind und sich richtig eindrehen. RealRyder® übernimmt keine Verantwortung für unsachgemäß installierte Teile.

Lenker:

- Setzen Sie das Lenkerende in den Gabelschaft ein. Vergewissern Sie sich, dass der Einstellknopf gelöst ist - drehen sie ihn gegen den Uhrzeigersinn und ziehen Sie zum Lösen.

Hinweis:

Im Inneren des Gabelschaftes befindet sich eine Gummidichtung, die für einen festen Sitz zwischen Lenkerrohr und Hauptrahmen sorgt. Achten Sie darauf, diese Dichtung beim ersten Einsetzen des Lenkers nicht zu beschädigen.

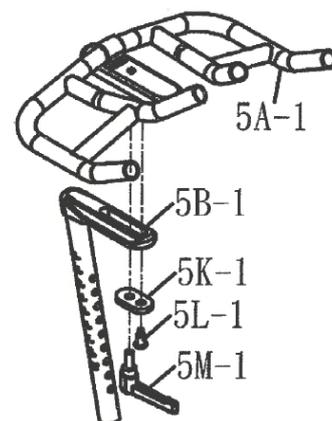


- Stecken Sie die Distanzschraube 5L-1 durch die ovale Unterlegscheibe 5K-1 und schrauben Sie sie mit einem 6 mm Inbusschlüssel in das vordere Loch des Lenkers.

Hinweis:

Die Distanzschraube 5L-1 ist so konstruiert, dass sich der Lenker frei nach vorne und hinten bewegen kann, wenn sie vollständig angezogen ist.

Stecken Sie den Schnellspannhebel 5M-1 durch die ovale Unterlegscheibe 5K-1 in den Lenker, wie abgebildet.

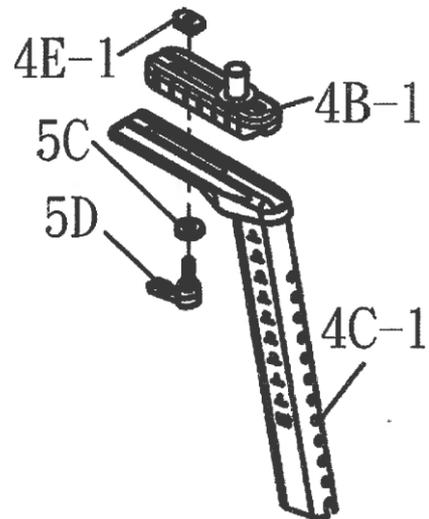


Sitzmontage:

5. Setzen Sie die Gleitmutter 4E-1 (mit der Lippe nach vorne) in den Kanal auf der Oberseite des Sitzschlittens 4B-1.

Setzen Sie den Schnellspannhebel 5D in die Gleitmutter 4E-1 - durch die Unterlegscheibe 5C, die Sattelstütze 4C-1, den Sitzschlitten 4B-1 in die Gleitmutter 4E-1, wie gezeigt.

6. Befestigen Sie den Sitz mit einem 14-mm-Maulschlüssel (oder einem Ringschlüssel) an der Sitzeinheit. Der Sitz sollte mit dem Klemmmechanismus hinter der Sattelstütze waagrecht ausgerichtet sein.



Pedale:

7. Die Pedale sind links- und rechtsspezifisch und müssen von Hand in die jeweiligen Kurbelarme eingefädelt werden.

Fädeln Sie beide Pedale von Hand ein, bevor Sie sie mit einem 15-mm-Gabelschlüssel (Flach-/Pedalschlüssel) festziehen.

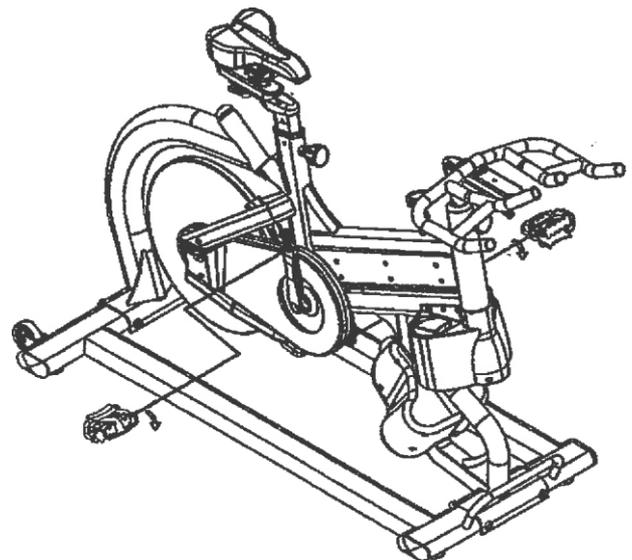
WICHTIG!!

Hinweis:

Das LINKE Pedal hat ein umgekehrtes Gewinde. (Ziehen Sie es erst dann mit dem Schraubenschlüssel an, wenn das Gewinde richtig eingerastet ist).

Rechtes Pedal wird im Uhrzeigersinn eingefädelt/angezogen und gegen den Uhrzeigersinn ausgefädelt/gelockert.

Linkes Pedal wird gegen den Uhrzeigersinn eingefädelt/angezogen und gegen den Uhrzeigersinn ausgefädelt/gelockert



CHECKLISTE VOR DER FAHRT

Bitte lesen Sie diese wichtigen Informationen!

Um schwere Verletzungen zu vermeiden, lesen Sie bitte die folgenden Anweisungen, um eine ordnungsgemäße Verwendung und Sicherheit zu gewährleisten.

Das RealRyder Indoor Cycle sollte vor dem Gebrauch auf lose Teile, Schäden oder ungewöhnliche Geräusche oder Vibrationen überprüft werden. Stellen Sie sicher, dass alle Befestigungsknöpfe und Schnellspannhebel fest angezogen sind, um Verletzungen oder Schäden am Gerät zu vermeiden.	
Das Schwungrad und die Kurbelarme sind „fest“ und bewegen sich daher gemeinsam. Um die Bewegung des Rades zu stoppen, verringern Sie langsam die Pedalgeschwindigkeit und/oder betätigen Sie die Bremse, indem Sie den roten Notbremsknopf in der Mitte und vorne am Hauptrahmen nach unten drücken.	
Der Lenkereinstellknopf muss eingerastet, im Uhrzeigersinn gedreht und fest angezogen sein.	
Der vordere und hintere Schnellspannhebel des Lenkers muss fest angezogen sein.	
Der Einstellknopf der Sattelstütze muss eingerastet, im Uhrzeigersinn gedreht und fest angezogen sein.	
Der Schnellspannhebel des Sitzschlittens muss fest angezogen sein.	
Schmieren Sie den Bremsbelag mit leichtem Mineralöl. TIPP: Es wird empfohlen, die Spannung des Bremsbelags zu entfernen. Tröpfeln Sie dann eine kleine Menge des Öls auf die Kante des Schwungrads. Drehen Sie das Schwungrad langsam und lassen Sie den Bremsbelag das Öl aufsaugen.	
Prüfen Sie, ob die Achsmuttern des Schwungrads fest angezogen sind.	
Vergewissern Sie sich, dass alle Beschläge der Rahmenbasis fest angezogen sind.	
Das RealRyder Indoor Cycle darf nur auf einer ebenen Fläche benutzt werden. Benutzen Sie die verstellbaren Füße unter dem Rahmensockel.	
Prüfen Sie, ob die Pedale richtig installiert sind.	
Sorgen Sie für ausreichend Platz, um die Bewegung von Pedalen, Hauptrahmen und Lenker zu ermöglichen. Bei mehreren Geräten sollte der Abstand entsprechend groß sein.	

WARTUNG UND PFLEGE

Wichtig:

Um eine maximale Leistung und Langlebigkeit des Produkts zu gewährleisten, muss der RealRyder® Indoor Cycle regelmäßig gewartet werden. Bitte lesen und befolgen Sie die nachstehenden Anweisungen. Die Nichtbeachtung dieser Anweisungen kann zu übermäßigem Verschleiß und Schäden führen und die Garantiebedingungen ungültig machen. Diese Anweisungen beziehen sich nur auf grundlegende Wartungsarbeiten. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an den Kundendienst unter: your@realryder.de.

Nach jedem Gebrauch müssen die Geräte abgewischt werden. Andernfalls wird die Lebensdauer des Geräts erheblich verkürzt und kann zum Erlöschen der Garantiebedingungen führen. Tragen Sie ein leichtes Reinigungsmittel auf das gesamte Fahrrad auf einschließlich des Hauptrahmens, Sitz, Lenker, Widerstandseinstellknopf und Wasserflaschenabdeckung. Trocknen Sie es mit einem fusselfreien Tuch.

Zeitplan für die Wartung:

Teil	Empfehlung	Häufigkeit	Aktion	Reiniger	Schmiermittel
Kurbelschraube ¹ (Crank Bolts)	Auf Dichtheit prüfen	Wöchentlich	Wenn lose anziehen ²		
Pedalen (Pedals)	Vergewissern Sie sich, dass die Pedale korrekt installiert und fest in die Kurbelarme geschraubt sind. Prüfen Sie alle Schrauben	Vor jeder Benutzung			
Rahmen (Frame)	Abwischen	Täglich		Verdünntes nicht scheuerndes Reinigungsmittel	
Bremsbelag (Brake Pad)	Schmieren	Wöchentlich			Mineralöl oder Leichtöl
Schwungrad (Flywheel)	Abwischen	Wöchentlich	Auf beiden Seiten mit einem weichen Tuch auftragen	Chrompolitur oder Leichtöl	
Kette (Chain)	Auf richtige Spannung achten	Monatlich	Spannung einstellen, wenn sie locker ist		Hochwertiges Ketten-schmiermittel ³
Sattelstütze (Seat Post)	Schmiermittel zum Reinigen/Schmieren auf ein weiches Tuch auftragen	Wöchentlich	Pfosten entfernen, leichten Anstrich am inneren Rahmen anbringen		Silikon
Lenkerstützen (Handlebar Stern)	Schmiermittel zum Reinigen/Schmieren auf ein weiches Tuch auftragen	Wöchentlich	Stütze entfernen, leichte Beschichtung im Inneren des Gabelschaftes auftragen		Silikon
Tretlager (Bottom Bracket)	Prüfen Sie auf seitliches Spiel im Verhältnis zur Achse.	Alle zwei Wochen	Wenn lose, verstellbare Schale auf der linken Seite festziehen		

1. Wir empfehlen Ihnen, die Kurbelschrauben nach Ihrer ersten Fahrt zu überprüfen - nach der ersten Woche und danach wöchentlich.
2. Halten Sie das Werkzeug mit einem 8-mm-Innensechskantschlüssel und einem Steckschlüsselgriff fest - ziehen Sie es langsam und vorsichtig an und prüfen Sie dabei häufig, ob sich der Schraubenkopf nicht verformt.
3. Schmieren Sie die Kette über die Öffnung auf der Rückseite der Kettenabdeckung.

ANHANG A - Technische Daten

RealRyder® Indoor Cycle:

Modellnummer:	ABF8
Größe:	59" L x 31.5" W x 41.5" H (150 x 80 x 105 cm)
Gewicht:	222.7 lbs (101 kg)
Gewicht Schwungrad:	66.1 lbs (30 kg)
Farbe:	schwarzer Rahmen, schwarze Verkleidung, poliertes Schwungrad
Maximales Benutzergewicht:	Das Fahrrad ist für eine maximale Benutzerkapazität von 158 kg (350 lbs) ausgelegt.
Eigenschaften:	zwei integrierte Wasserflaschenhalter

ANHANG B - Gewährleistung

Sachmängelgewährleistung

1. RealRyder Deutschland c/o Expert:ise Sports GmbH haftet für Sachmängel nach den hierfür geltenden gesetzlichen Vorschriften, insbesondere den §§ 434 ff BGB. Gegenüber Unternehmern beträgt die Gewährleistungsfrist auf vom Anbieter gelieferte Produkte 12 Monate.
2. Eine zusätzliche Garantie besteht bei dem vom Anbieter gelieferten Produkt nur, wenn diese ausdrücklich in der Auftragsbestätigung zu dem jeweiligen Artikel abgegeben wurde.

RealRyder Deutschland behält sich das Recht vor, Produktänderungen, Modifikationen und Verbesserungen an unseren Produkten vorzunehmen. Es besteht keine Verpflichtung, den Besitzern von zuvor gekauften Produkten die gleichen oder ähnliche Produktänderungen, Modifikationen und Verbesserungen zukommen zu lassen.

Ersatzteilversorgung und Versand:

- Wenden Sie sich unverzüglich an unsere Kundendienstabteilung unter your@realryder.de oder an den Customer Service auf der Website www.realryder.de, wenn Sie einen vermuteten Teileausfall melden oder ein Teil ersetzt werden muss.
- Die Teile werden nur an den Käufer versandt.
- RealRyder Deutschland c/o Expert:ise Sports GmbH ist nicht verantwortlich für unsachgemäße Reparaturen an seinen Geräten.