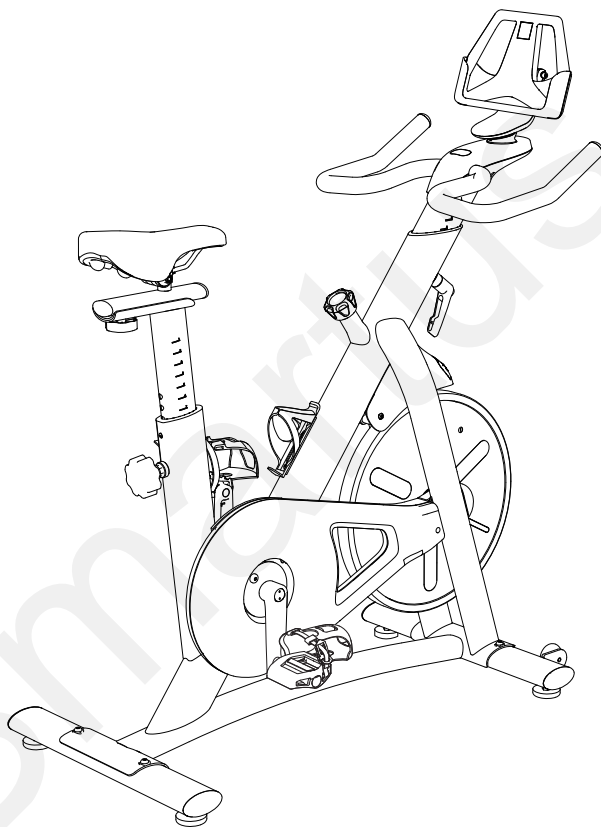




S3 Spinning bike

Pred uporabo tega izdelka skrbno preberite in ustrezno shranite ta priročnik.

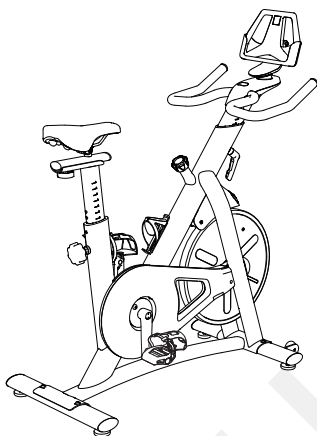


Product model: YS-001

YESOUL pametno sobno kolo S3

S3 Uporabniški priročnik

YESOUL pametno sobno kolo S3



Specifikacija izdelka

Velikost držala za tablični računalnik (mobilni telefon)	Največja širina tablice: 260 mm
Različica podporne programske opreme	iOS 10.0 ali novejši, Android 5.0 ali novejši
Rezistenčni sistem	Magnetronski sistem rezistence
Način vožnje	Jermenski pogon
Napajanje	Baterija (model: CR2477)
Priključitev sistema za zaznavanje	Bluetooth
Višinska omejitev	150 ~ 195cm
Maksimalna obremenitev	120kg
Neto teža	31kg
Bruto teža	36kg
Dimenzije	(dolžina) 1010 × (širina) 510 × (višina) 1165 (mm)

Pomembna varnostna navodila



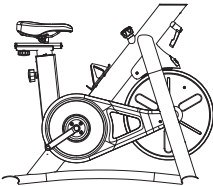
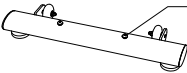
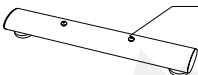

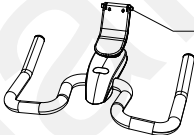

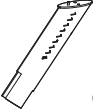
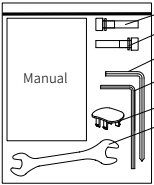
Pozorno jih preberite. Nepravilna uporaba lahko povzroči telesne poškodbe ali smrt!

1. Prepričajte se, da je gumb za nastavitev višine sedla pravilno pritrjen in ne bo oviral gibanja med vadbo.
2. Otrokom in hišnim ljubljencem preprečite dostop do tega izdelka. Ta izdelek je namenjen le osebam, starejšim od 16 let.
3. V odprtine na kolesu nikoli ne vstavljajte nobenega predmeta ali dela telesa.
4. Teža uporabnika ne sme preseгati največje dovoljene obremenitve.
5. S kolesa stopite, ko se kolesa in pedala nehajo vrteti. V nasprotnem primeru lahko pride do hudih poškodb zaradi odpovedi nadzora.
6. Če začutite kakršno koli nelagodje, na primer omotico ali oteženo dihanje, prenehajte voziti kolo in previdno stopite z njega.
7. Nikoli ne obračajte pedal z roko ali se dotikajte vrtečih se mehanskih delov; v nasprotnem primeru lahko pride do telesnih poškodb.
8. Med vožnjo poskrbite, da bo telo po potrebi hidrirano.
9. Ta izdelek uporabljajte v skladu z navodili v tem priročniku. Pred vadbo se popolnoma ogrejte.
10. Brez predhodne določitve osnovne ravni fizične pripravljenosti in zdravniškega potrdila, ki ga podpiše zdravnik, se nikoli ne ukvarjajte s športom pri visoki hitrosti ali visoki intenzivnosti. Pred poskusom visokointenzivnih kratkih šprintov bodite pozorni na stanje telesa in držo ter uporabite nadzorovano hitrost.
11. Nosite profesionalna kolesarska oblačila ali športna oblačila in športne čevlje s tesnim oprijemom ter zategnite trakove za noge, da se izognete poškodbam zaradi vlečenja ali zapletanja s tem izdelkom.
12. Nikoli ne uporabljajte tega izdelka z neprimerno obutvijo ali bosu.
13. Nepravilno ali pretirano treniranje lahko povzroči poškodbe.
14. Pred vsako uporabo preverite, ali je kolo zrahljano ali poškodovano.
15. Tega kolesa nikoli ne predelujte ali uporabljajte neoriginalne dodatne opreme brez dovoljenja. Da bi se izognili poškodbam, morajo ohišje odpreti strokovnjaki.
16. Nosečnice ali osebe z visokim krvnim tlakom, srčnimi boleznimi, ledveno poškodbo ali zmanjšano gibljivostjo ne smejo uporabljati tega izdelka brez dovoljenja zdravnikov.
17. V primeru kakršnih koli neprijetnih občutkov, kot sta omotica ali bolečina v prsih, med vadbo takoj prenehajte z vadbo in pojdite v bolnišnico na pregled.
18. Če izdelek odpove, ga takoj prenehajte uporabljati.
19. Ta izdelek se ne sme uporabljati za medicinsko rehabilitacijo.
20. Ta izdelek uporabljajte na ravni in čisti podlagi.
21. Redno izvajajte preventivno vzdrževanje.
22. Tega izdelka nikoli ne izpostavljajte v vlažnem prostoru. Tega izdelka ne smete uporabljati na prostem ali v katerem koli vlažnem prostoru.

Priročnik za namestitev - seznam delov

KORAK 1: Preverjanje delov

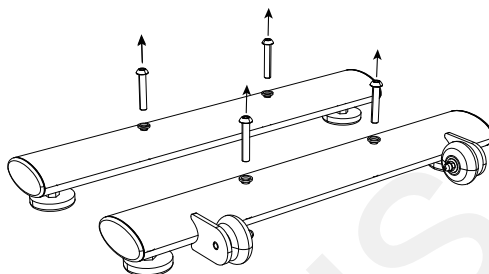
Seznam delov

ŠT.	
①	 <p>Okvir</p>
②	 <p>2 × vijak M8×45 s šestkotno nasadno glavo/podloga Sprednja cev</p>
③	 <p>2 × vijak M8×45 s šestkotno nasadno glavo/podloga Zadnja cev</p>
④	 <p>Pedala (levo: L; desno: R)</p>
⑤	 <p>2x šesterokotni vijak M6×16/podloga Sestava krmila</p>
⑥	 <p>Držalo za tablični računalnik (mobilni telefon)</p>
⑦	 <p>Glavna cev</p>
⑧	 <p>2 × vijak s šestrobim nastavkom M8×45 2 × podložka Šestrobni ključ s križno glavo v obliki črke L 6# Šestlonočni ključ, 5# Okrasni pokrov Ključ z odprtim koncem Vrečka z zaščito (priročnik, orodje)</p>

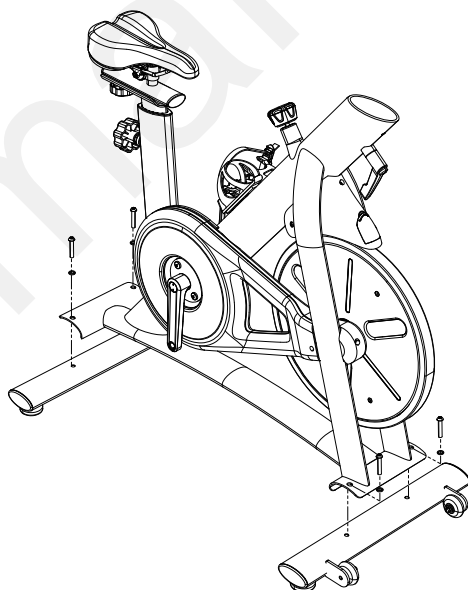
Priročnik za namestitev

KORAK 2: Namestitev spodnje cevi

1. Iz vrečke z zadrگو vzemite ključ (6#).
2. S ključem odstranite štiri vijake (M8×45) in podložke spodnje cevi.



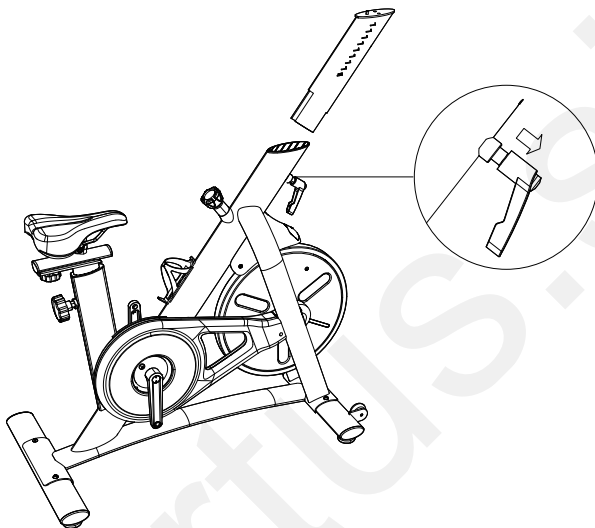
3. Odprtino spodnje cevi poravnajte s spodnjo odprtino okvirja, ročno privijte spodnjo cev v okvir in jo privijte s ključem.



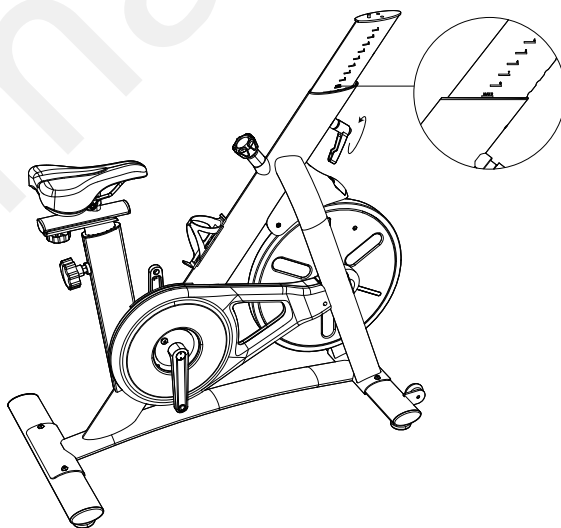
Priročnik za namestitev

KORAK 3: Namestitev glavne cevi

1. Medtem ko z eno roko držite glavno cev, z drugo roko izvlecite nastavitveni ročaj.



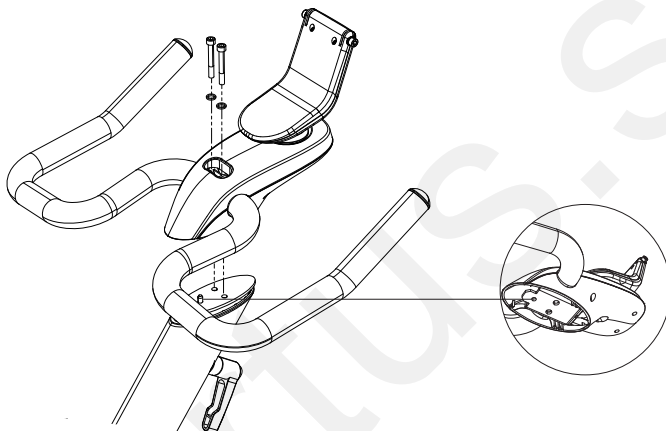
2. Glavno cev vstavite v ohišje in poskrbite, da bo lestvica vzporedna z zgornjo površino cevi. Razrahljajte nastavitveni ročaj in vpnite cev glave v režo. Nato zategnite ročaj v desno.



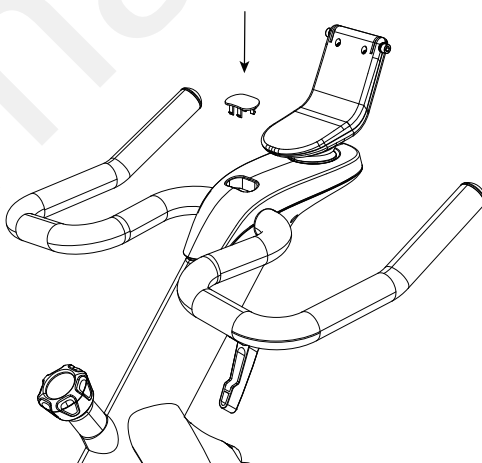
Priročnik za namestitev

KORAK 4: Namestitev sklopa krmila

1. Iz vrečke z zadrgo vzemite dva vijaka s šesterokotnim nastavkom (M8×45) in podložki.
2. Sklop krmila poravnajte z luknjo od zgoraj navzdol in ročno pritrдите vijake v luknji.
3. Vijake zaklenite s šestilojemnim ključem 6#.



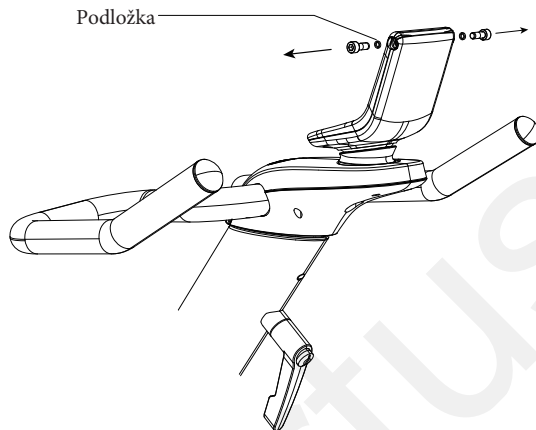
4. Na sklop krmila pritrđite majhen okrasni pokrov.



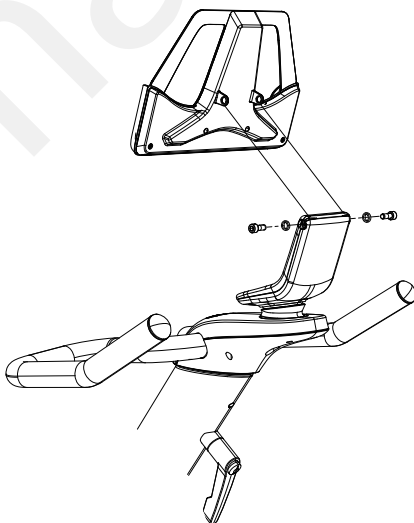
Priročnik za namestitev

KORAK 5: Namestitev držala za tablični računalnik (mobilni telefon)

1. Šestiloročni ključ (5#) vzemite iz embalaže.
2. S pomočjo ključa odstranite vijake (M6×16) in podložke sklopa krmila.



3. Nosilec za tablični računalnik (mobilni telefon) vstavite v režo sklopa krmila, ročno pritrдите vijake v luknje in jih zaklenite s ključem.

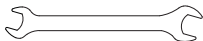


Priročnik za namestitev

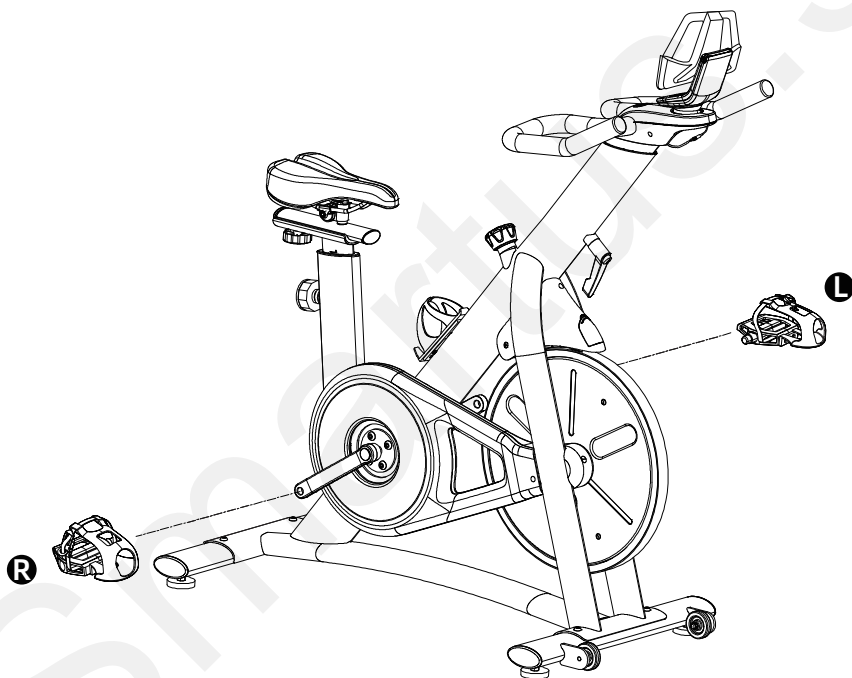
KORAK 6: Namestitev pedala

Ročno privijte pedala na ročice v smeri glave in jih privijte z odprtim ključem.

Na voljo sta dve pedali: levo (L) in desno (R).



Ključ z odprtim koncem (v vrečki z zadrگو)



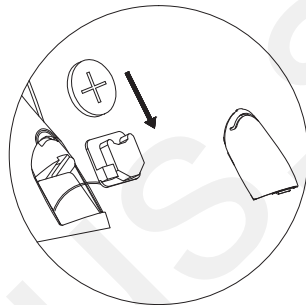
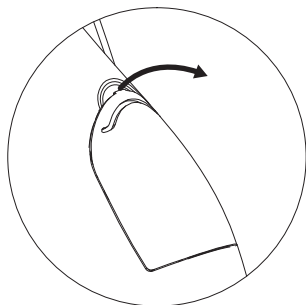
Varnostni nasveti:

Vzratna vožnja ni priporočljiva, saj lahko pride do popuščenja pedal. Po vožnji vzratno preverite, ali so pedala zaklenjena, da bi se izognili varnostnim težavam zaradi zrahljanih pedal.

Priročnik za namestitev

KORAK 7: Demontaža in namestitev baterije

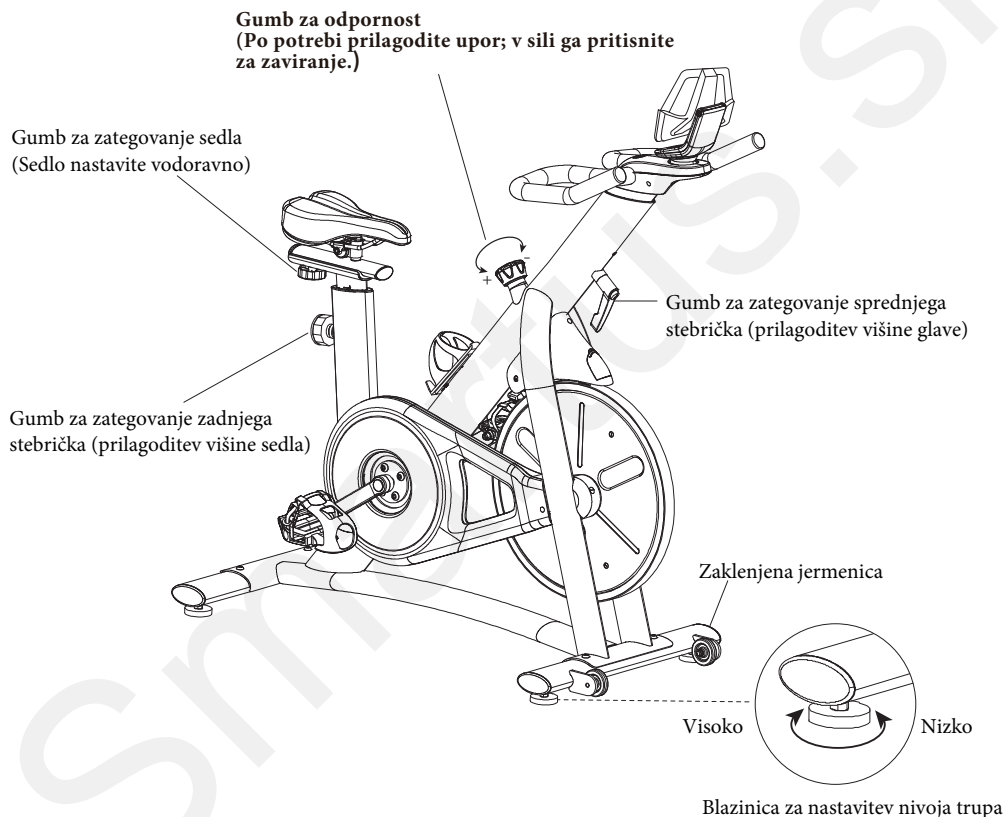
1. Če je kolo opremljeno z baterijo, pred uporabo tega izdelka izvlcite izolacijski trak iz vrzeli pokrova baterije.
2. Zamenjava baterije: Odprite pokrov baterije in izvlcite ploščico tiskanega vezja (nikoli je ne potegnite na silo, saj je njena zadnja žica povezana s telesom) iz držala baterije. Odstranite staro baterijo in v režo za baterijo vstavite novo baterijo s pozitivnim polom navzven ("+" navzven). Zaprite pokrov.



Priročnik za namestitvev (samo za referenco, odvisno od dejanskega izdelka)

Varnostni nasveti:

Pred uporabo kolesa po potrebi nastavite in zategnite gumb za zategovanje telesa kolesa.

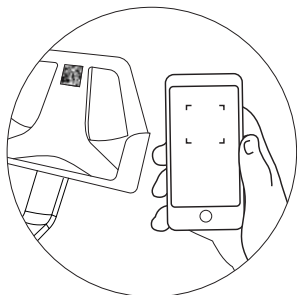


Izjava:

Ta priročnik vsebuje funkcionalni uvod in navodila za uporabo v največji možni meri, ko je bil natisnjen. Zaradi stalnih izboljšav strojne in programske opreme ter optimizacije zasnove ta priročnik morda ne bo skladen z kupljenim izdelkom. V primeru neskladja v videzu, vmesniku in barvi prevlada dejanski izdelek.

Prva uporaba

Skenirajte kodo QR in prenesite aplikacijo YESOUL APP



YESOUL



1. Registracija

Prenesite aplikacijo in opravite registracijo v skladu z navodili.

2. Povezovanje kolesa

Najprej se prepričajte, da je v mobilnem telefonu/tabličnem računalniku omogočena funkcija Bluetooth.

1. Odprite aplikacijo in nekaj časa vozite kolo, da se aktivira Bluetooth. Kliknite ikono kolesa, poiščite in izberite ime kolesa (npr. "YSS300001"). Počakajte, da se vzpostavi povezava.

2. Odprite aplikacijo APP in kliknite za začetek vadbe. Nekaj časa se vozite s kolesom, da se aktivira njegova povezava Bluetooth. Kliknite ikono kolesa ter poiščite in izberite ime kolesa (npr. "YSS300001"). Počakajte, da se vzpostavi povezava.

• Po prvi povezavi se aplikacija APP samodejno uskladi s kolesom. Ko kolo uporabite drugič, se lahko neposredno peljete z njim.

• Kolo ne podpira hkratne povezave več mobilnih telefonov. Pred uporabo tega izdelka se prepričajte, da drugi uporabniki niso povezani s kolesom.

• - Kolo se bo izključilo 10 minut po vožnji.

• - Poleg povezave z aplikacijo YESOUL APP lahko Bluetooth povežete tudi s programsko opremo kinomap in zwift.

Povezava z zapestnico za srčni utrip

3. Povezava z zapestnico za srčni utrip

Najprej se prepričajte, da je v mobilnem telefonu/tablici omogočena funkcija Bluetooth. Nosite zapestnico za srčni utrip.

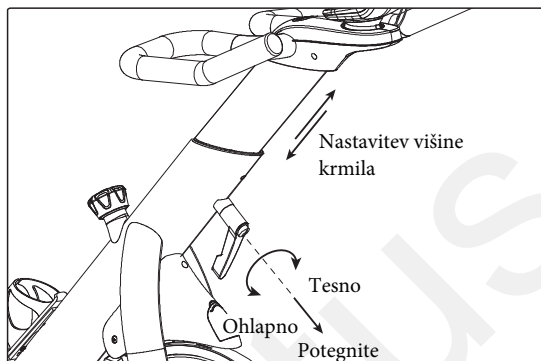
1. Odprite aplikacijo APP, kliknite ikono zapestnice za srčni utrip ter poiščite in izberite ime zapestnice za srčni utrip (npr. "YSB170900001"). Počakajte, da se vzpostavi povezava.
2. Odprite aplikacijo APP in kliknite za začetek vadbe.
3. Kliknite ikono zapestnice za srčni utrip ter poiščite in izberite ime zapestnice za srčni utrip (npr. "YSB170900001"). Počakajte, da se vzpostavi povezava.

Preverite, ali je povezava uspešno vzpostavljena. Odprite videoposnetek tečaja. Če je prikazan srčni utrip, to pomeni, da je bila povezava uspešno vzpostavljena.

Kako prilagoditi kolo

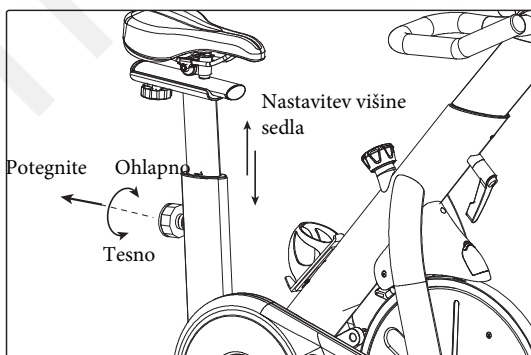
1 - Nastavitev višine krmila:

Z eno roko sprostite in izvlecite ročico prednjega stebrička, z drugo roko primate srednji del krmila in dvignete krmilo v želeni položaj. Nato sprostite gumb in nežno povlecite stebriček navzgor in navzdol, dokler se vzmet samodejno ne ponastavi (ko se sliši zvok "klik", to pomeni, da je bil gumb vpet v luknjo stebrička). Gumb zategnite, kolikor je mogoče.



2 - Nastavitev višine sedla:

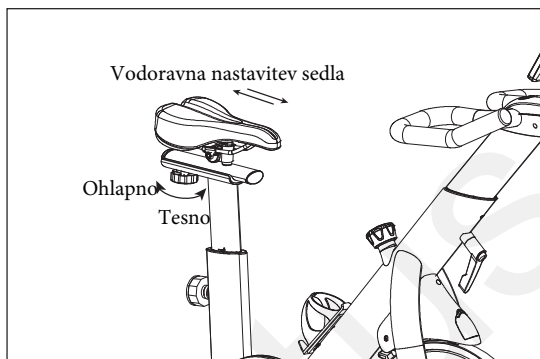
Z eno roko sprostite in izvlecite ročico zadnjega stebrička, z drugo roko pa dvignete (ali pritisnite) sedalo v želeni položaj. Sprostite gumb in nežno povlecite stebriček navzgor in navzdol, dokler se vzmet ne ponastavi samodejno (ko se zasliši "klik", to pomeni, da je bil gumb vpet v luknjo stebrička). Zategnite ročico, kolikor je mogoče.



Kako prilagoditi kolo

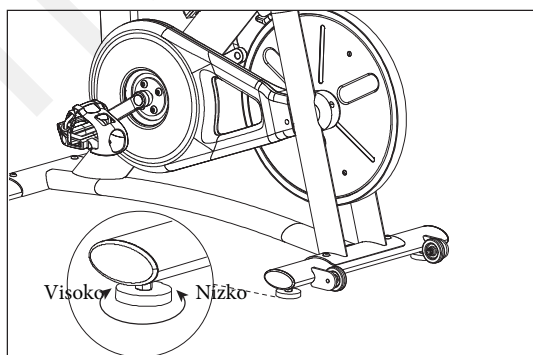
3 - Vodoravna nastavev sedla:

V tem primeru je potrebno namestiti sedlo v zeleni položaj in ga čim bolj zategniti.



4 - Nastavev nivoja ohišja:

Na spodnjem delu cevi sprednjega in zadnjega pedala so štiri nastavitvene blazinice. Te blazinice privijte, dokler niso trdno pritrjene na tla in se ohišje ne tres.



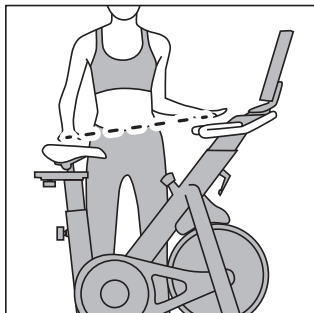
Kako določiti pravilno držo pri vožnji na kolesu

1 - Nastavitev ustrezne višine krmila

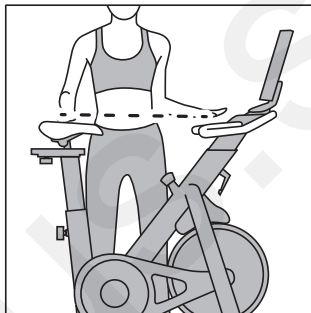
Vsak uporabnik lahko nastavi ustrezno višino krmila glede na svojo telesno višino in uporabniške izkušnje.

Priporočilo: Za nove uporabnike naj bo krmilo nekoliko višje od sedla (slika 1), za izkušene uporabnike pa v isti višini ali nekoliko nižje od sedla (slika 2).

Uporabniki, ki so podvrženi obremenitvi ledvenih mišic in ledveni spondilozi, lahko kolo vozijo s soglasjem zdravnikov. Priporočljivo je, da krmilo nastavite v višji položaj.



(Slika. 1)



(Slika. 2)

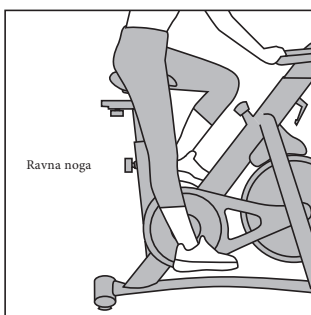
2 - Nastavitev pravilnega položaja sedla

2.1 - Višina sedla

Stopala postavite skupaj, se postavite na eno stran sedla in nastavite sedlo na višino bokov (slika 3). Nato sedite na sedlo in močno stopite na pedala, dokler se ne ustavijo na 6 uri in lahko nogo popolnoma iztegnete (slika 4).



(Slika. 3)



(Slika. 4)

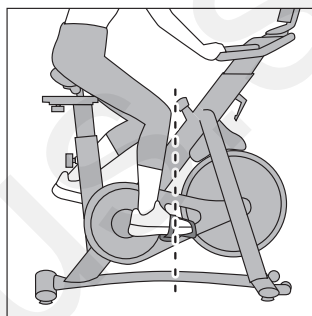
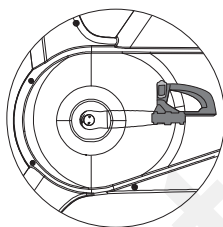
Kako določiti pravilno držo pri vožnji na kolesu

3 - Nastavitev pravilnega položaja sedla

2.2 - Vodoravni položaj sedla

Desno nogo vstavite v objemko in stopajte na pedala, dokler ni desno pedalo na 3 uri in je sprednja stran kolenskega sklepa na isti navpični črti kot pedalo, kar pomeni, da je sedlo v pravilnem položaju (slika 5).

3 ure: desna ročica je
vzporedna s floor v desni
smeri.

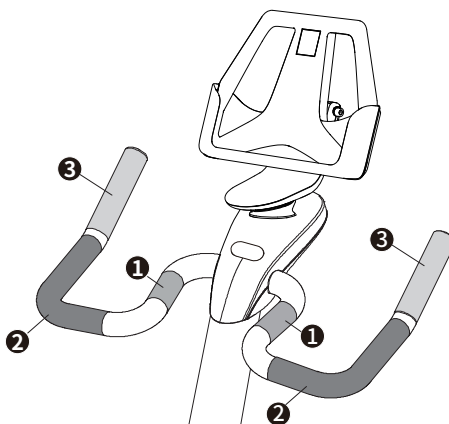


(Fig. 5)

4 - Postavitev položaja ročaja kolesa za vrtenje

Med vožnjo bodo trenerji pokazali ustrezne položaje rok, tj. ustrezne dele krmila, kot je prikazano spodaj.

- 1 Pozicija rok 1
- 2 Pozicija rok 2
- 3 Pozicija rok 3



Redno vzdrževanje

Vsakodnevna uporaba:

Kolo hranite na suhem, prezračevanem in prtičnem prostoru. Če kolesa dlje časa ne uporabljate, ga pokrijte, da ohranite njegovo ohišje čisto in urejeno.

Vzdrževanje okvirja:

Po vadbi s krpo obrišite znoj na okvirju. Da bi se izognili rjavenju, kolesa ne obrišite z mokro krpo.

Vzdrževanje jermena:

Preverite, ali jermenica jermena ni razpokana in odstopa, ter jermen pravočasno prilagodite ali zamenjajte. Redno čistite utor jermena, da preprečite, da bi jermen skočil iz utora.

Pregled vijakov ohišja:

Vedno preverite, ali se vijaki vseh delov karoserije niso zrahljali ali padli, in jih pravočasno zategnite ali zamenjajte.

Pregled gumba za nastavitev upora:

Vedno preverite, ali se gumb za nastavitev upora ni sprostil ali padel. Preverite, ali je upor primeren, da pravočasno umerite upor.

Pregled pedal in ročic:

Vedno preverite, ali so vijaki na pedalih in ročicah popustili, in jih pravočasno zategnite.

Vzdrževanje sedla:

Vedno preverite, ali je sedlo ohlapno, in ga pravočasno zategnite. Sedlo obrišite z bombažno krpo, da bo suho.

Ta naprava je skladna s 15. delom pravil FCC. Za delovanje veljata naslednja dva pogoja: (1) ta naprava ne sme povzročati škodljivih motenj in (2) ta naprava mora sprejeti vse prejete motnje, vključno z motnjami, ki lahko povzročijo neželeno delovanje.

OPOMBA: Ta oprema je bila preizkušena in je bila skladna z omejitvami za digitalno napravo razreda B v skladu s 15. delom pravil FCC. Te omejitve so oblikovane tako, da zagotavljajo razumno zaščito pred škodljivimi motnjami v stanovanjski namestitvi. Ta oprema ustvarja, uporablja in lahko oddaja radiofrekvenčno energijo in lahko, če ni nameščena in se ne uporablja v skladu z navodili, povzroči škodljive motnje v radijskih komunikacijah. Vendar pa ni nobenega zagotovila, da do motenj v določeni namestitvi ne bo prišlo.

Če ta oprema povzroča škodljive motnje radijskega ali televizijskega sprejema, kar je mogoče ugotoviti z izklopom in vklopom opreme, naj uporabnik poskuša odpraviti motnje z enim ali več naslednjimi ukrepi:

- preusmerite ali premestite sprejemno anteno.
- povečajte razdaljo med opremo in sprejemnikom.
- Priključite opremo v vtičnico v drugem tokokrogu, kot je priklučen sprejemnik.
- Za pomoč se posvetujte s prodajalcem ali izkušenim radijskim/televizijskim tehnikom.

Opozorilo: spremembe ali modifikacije, ki jih ni izrečno odobrila stranka, odgovorna za skladnost, lahko razveljavijo uporabnikova pooblastila za uporabo opreme.