



**MONARK**  
**927 E**



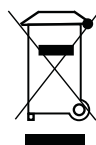
**OBS!**

Användning av produkten kan innebära ansevärd fysisk påfrestning. Därför rekommenderas personer som inte är vana vid konditionsträning, eller inte känner sig helt friska, att först kontakta läkare för rådgivning.

Vid användning av pulsbälte bör du tänka på att elektromagnetiska vågor kan störa pulssignalen. Mobiltelefoner och liknande ska därför inte användas i närheten av cykeln vid användande av pulsbälte.

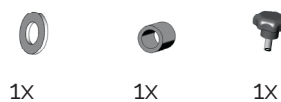
Vid behov av service, underhåll och reservdelslista hänvisar vi till vår servicemanual. Du kan också kontakta din återförsäljare.

Max användarvikt 250 kg.

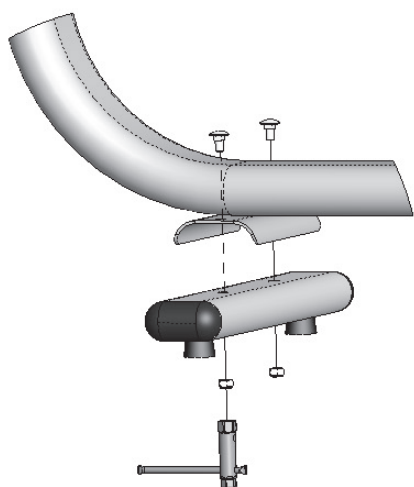


Om produkten eller dess förpackning är försedd med denna symbol, skall den inte hanteras som hushållsavfall. Den skall i stället lämnas till ett lämpligt insamlingsställe för återvinning av elektriska och elektroniska apparater.

1)



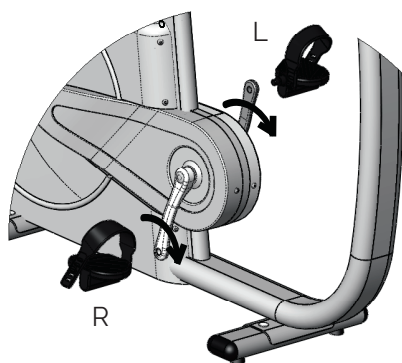
2)



3)

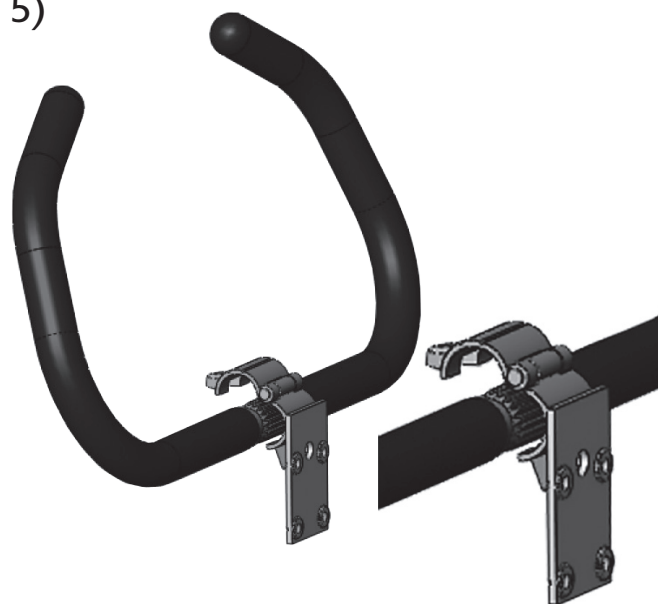


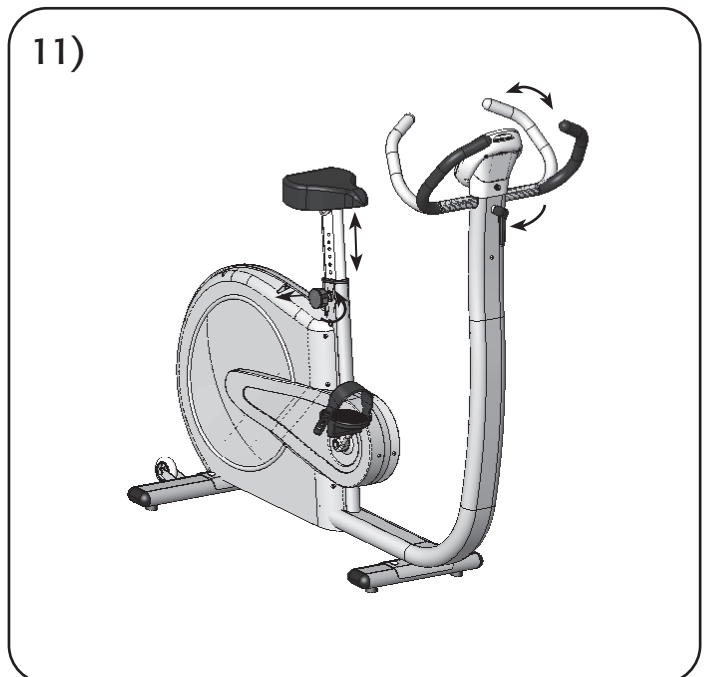
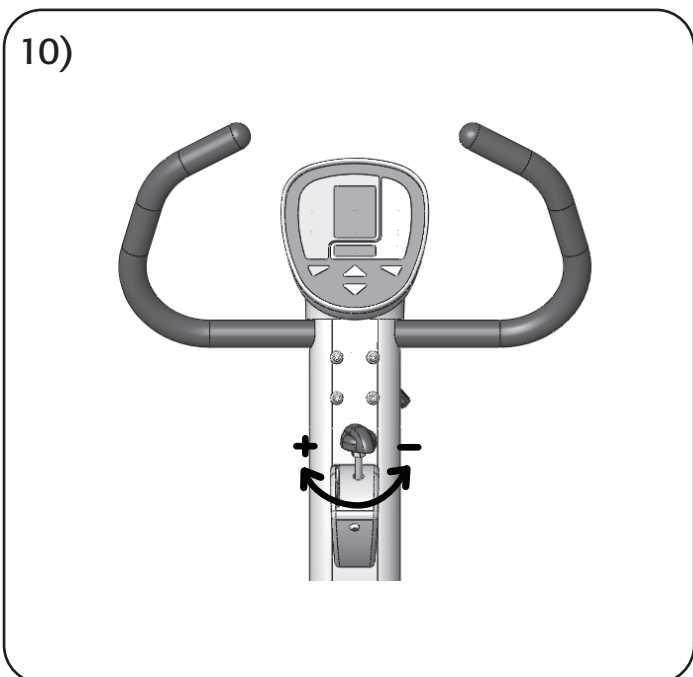
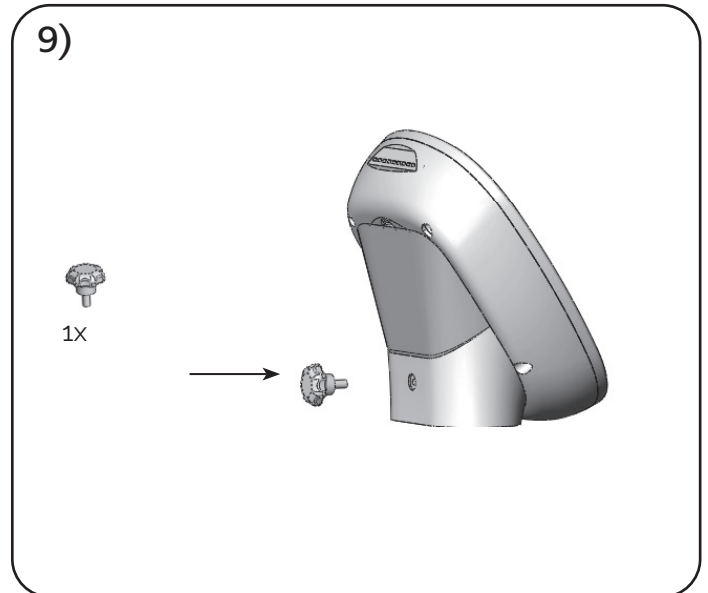
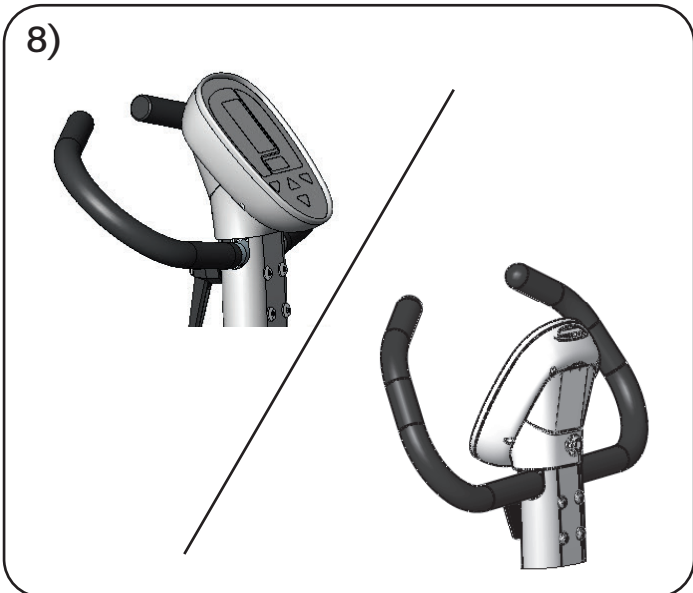
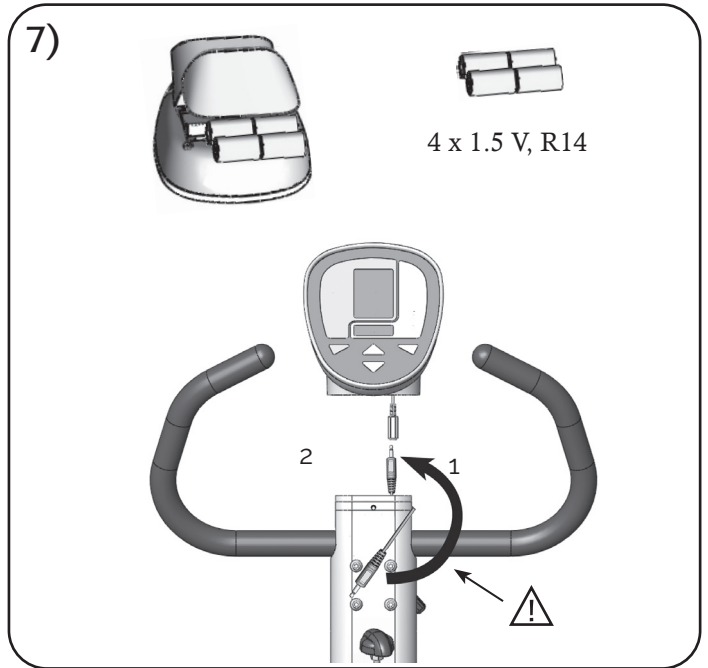
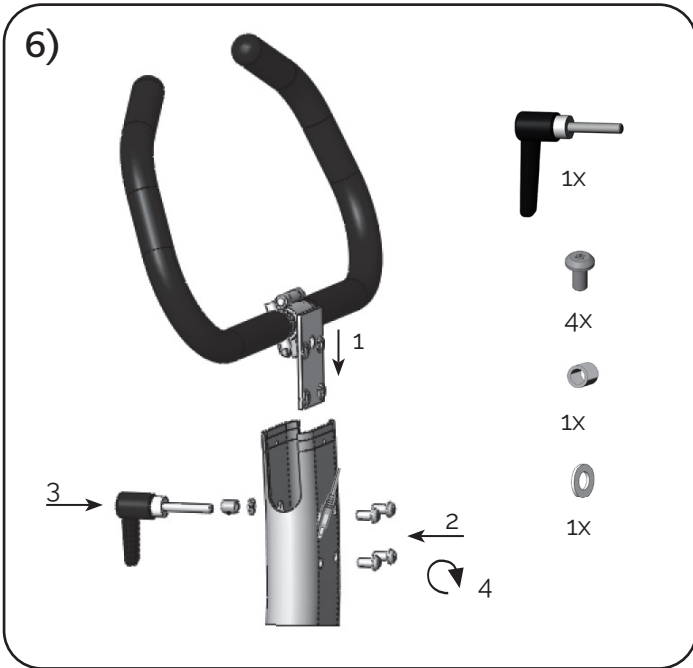
4)



**OBS!**  
När cykeln är ny, eller om du bytt ut pedalerna, måste de efterdras efter 5 timmars användning.

5)





## DISPLAY

### ÖVRE DISPLAY

Tryck på någon knapp eller börja trampa för att starta upp displayen. Då aktiveras mätaren och samtliga mätvärden visas. Tidtagningen startar när du börjar trampa och stoppar när du slutar trampa. Tiden visas i hela minuter.

Den övre displayen visar hastighet (Speed), sträcka (Distance), tid (Time) och hjärtfrekvens (Heartrate).

Vid värden för puls (Heartrate) står ett "P" om displayen inte har mottagit någon pulssignal från ett pulsbälte. Ett passande pulsbälte finns att köpa som tillbehör. Mer information om pulsfunktionen i avsnitt "Pulsfrekvens".

### Nollställning data (RESET)

Tryck på RESET-knappen för att nollställa sträcka (Distance) och tid (Time) i övre displayfönstret. En automatisk nollställning görs varje gång displayen stängs av automatiskt.

### Avstängning

Efter två minuter stängs displayen av automatiskt om den inte registrerar någon hastighets- eller pulssignal. Vid automatisk avstängning återställs samtliga värden till noll.



Fig:  
Elektronisk display  
1) Övre display  
2) Nedre display  
3) MODE-knapp  
4) (+)-knapp  
5) (-)-knapp  
6) RESET-knapp



### NEDRE DISPLAY

Nedräkningsfunktionen i det nedre fönstret kan ställas i tid eller sträcka - minuter eller kilometer/miles. Tryck på MODE-knappen för att aktivera, vilket gör att displayen börjar blinka. Medan den blinkar tryck MODE igen, vilket gör att den skiftar mellan funktionen för tid och sträcka. Så länge blinkningen pågår kan funktion och värde ändras eller ställas in. Använd (+)- eller (-)-knappen för att öka eller minska värdet. Blinkningen fortsätter 15 sekunder efter sista tryckningen. För att aktivera funktionen på nytt, tryck på MODE-knappen. När trampningen startar börjar nedräkningen i displayen. Vid noll hörs en ton som anger att man uppnått inställd tid eller sträcka.

Kaloriförbrukningen visas i det nedre displayfönstret, men endast om du använder pulsbälte. Tryck på MODE-knappen för att växla visningsläge mellan tid, sträcka och kcal.

### Ändra enhet

För inställning av visning i km eller miles tryck på MODE-knappen tills "km" blinkar. Tryck på (+)- eller (-)-knappen för att ändra till miles.

#### OBS!

Utsätt inte den elektroniska mätaren för direkt solljus eller extremt höga temperaturer. Använd inga lösningsmedel vid rengöring, utan endast torr trasa.

#### OBS!

För att KCAL ska visas i displayen måste pulsbälte användas.

## BELASTNINGSREGLERING

Ändring av bromseffekten sker genom att med hjälp av belastningsratten öka eller minska bromsbandets spänning mot bromshjulet. Se *fig: Belastningsreglage*.



Fig:  
Belastningsreglage

## PULSFREKVENNS

Pulsbälte finns att köpa som tillbehör.

För att pulsmätningen ska fungera krävs det att pulsbeltet är rätt placerat, se *fig: Placering pulsbelte*. Fukta elektroderna innan användning, se *fig: Fuktning av elektroder*.

För att få kontakt med cykelns mottagare bör inte avståndet vara mer än 100 cm. Det är extra viktigt att vid första användandet identifiera pulsbeltet med sensorn genom att stå alldeles intill för att få puls (max 60 cm).

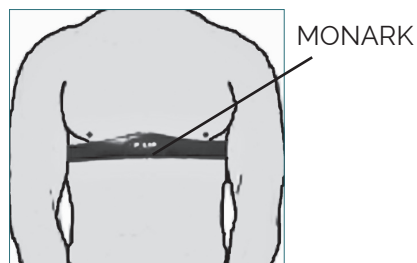


Fig:  
Placering pulsbelte

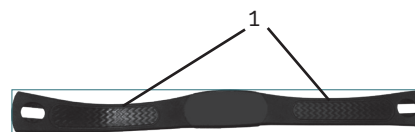
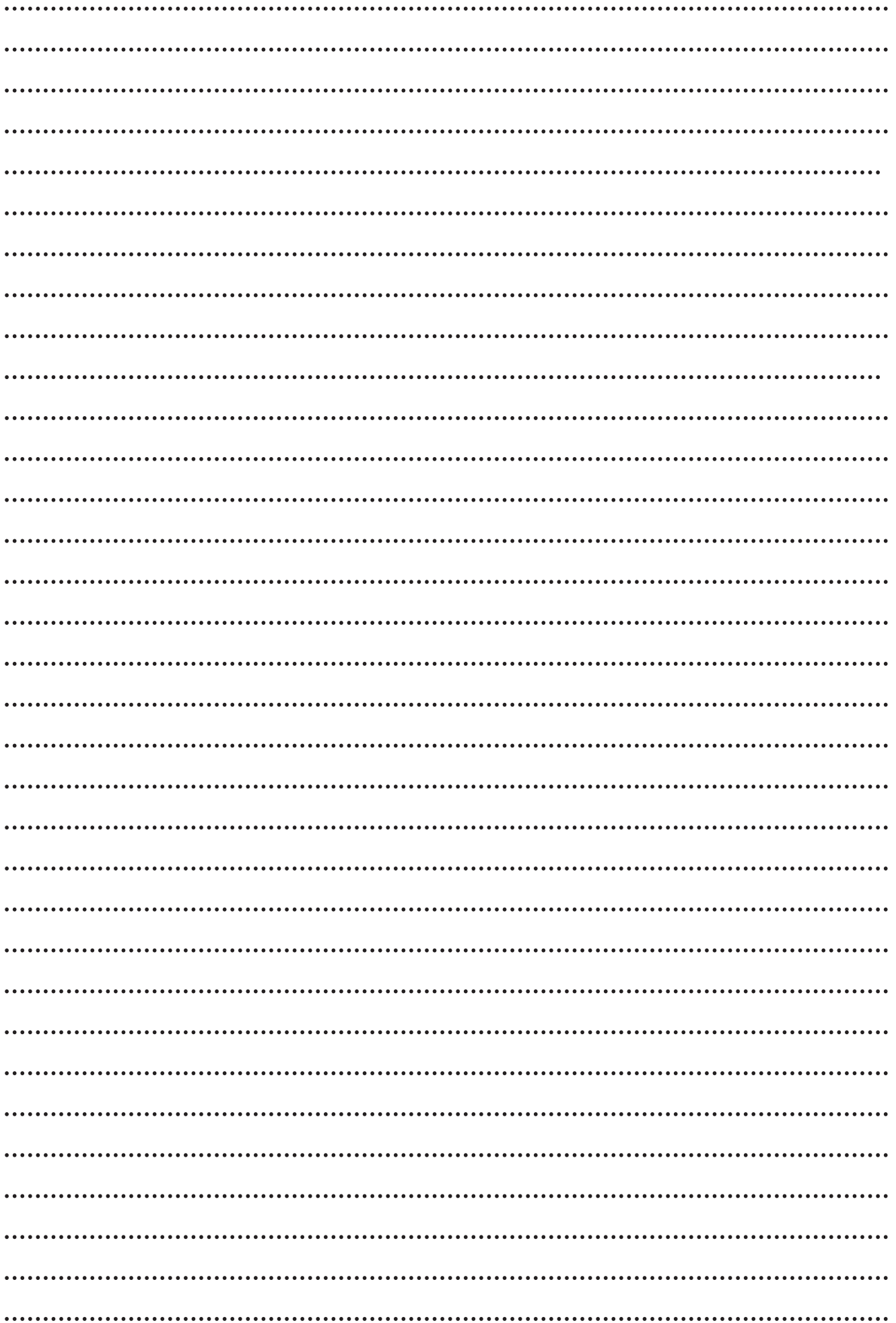


Fig:  
1) Fuktning av elektroder





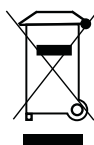
**NOTE!**

Use of the product may involve considerable physical stress. It is therefore recommended that people who are not accustomed to cardiovascular exercise or who do not feel completely healthy, should consult a physician for advice.

When using a chest belt, keep in mind that electromagnetic waves can interfere with the pulse signal. Mobile phones and the like should therefore not be used near the bike when using a chest belt.

For service, maintenance and spare parts list, refer to our service manual. You can also contact your dealer.

Max user weight 250 kg.



If the product or its packaging is marked with this symbol, it should not be handled as household waste. Instead, it shall be provided to a suitable collection point for the recycling of electrical and electronic equipment.

1)

4X  
4X  
4X

1X  
1X  
1X

1X  
1X  
1X

Diagram 1 shows the overall assembly of the bike. The hardware list includes: 4 screws, 4 nuts, 4 screws, 1 washer, 1 spacer, 1 screw, 1 Allen key, 1 Allen key, and 1 wrench.

2)

2X  
2X

Diagram 2 shows the front frame being attached to the base. Two screws and two nuts are used for this step.

3)

2X  
2X

Diagram 3 shows the rear frame being attached to the base. Two screws and two nuts are used for this step.

4)

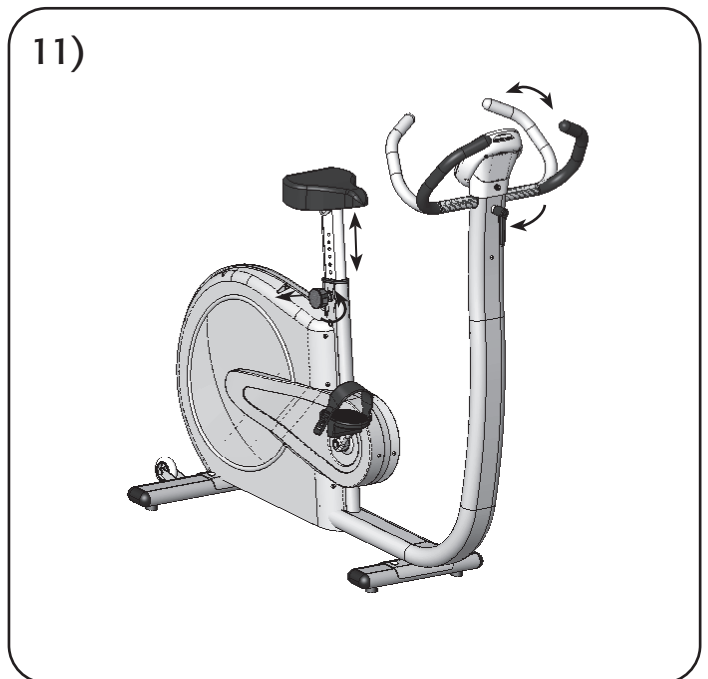
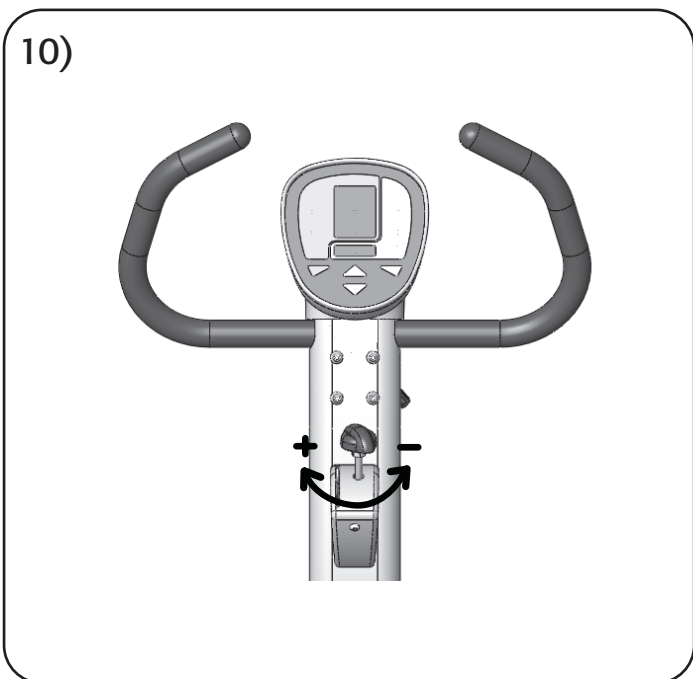
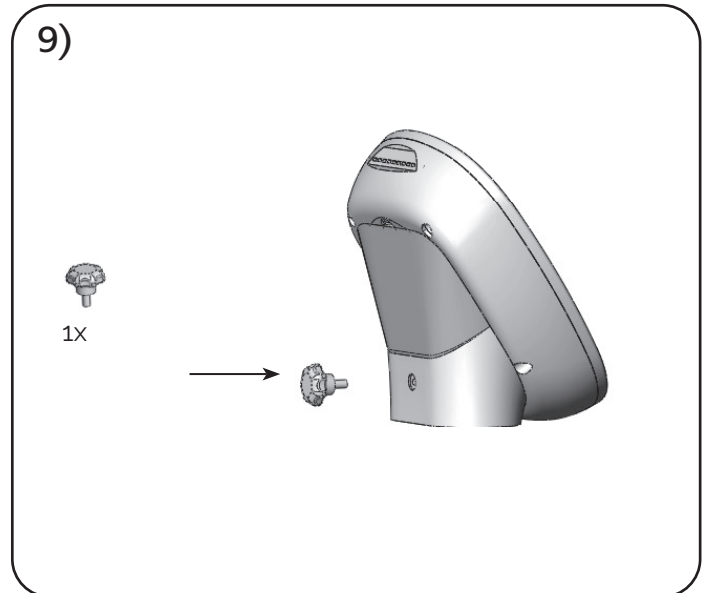
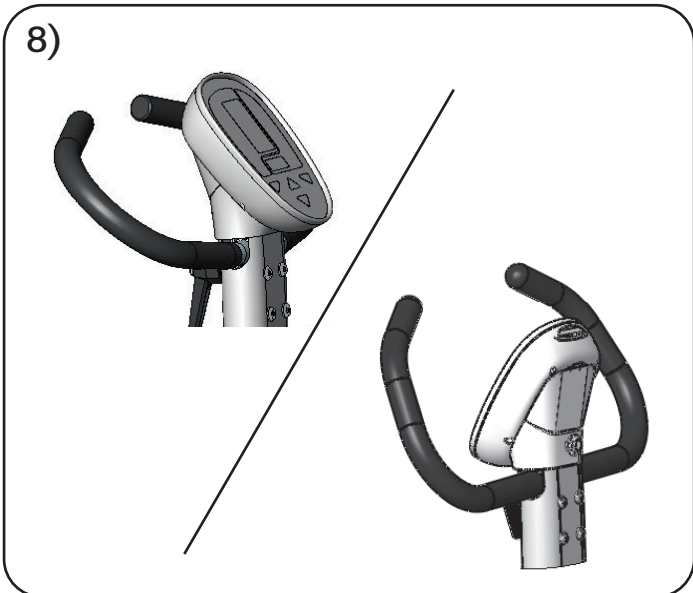
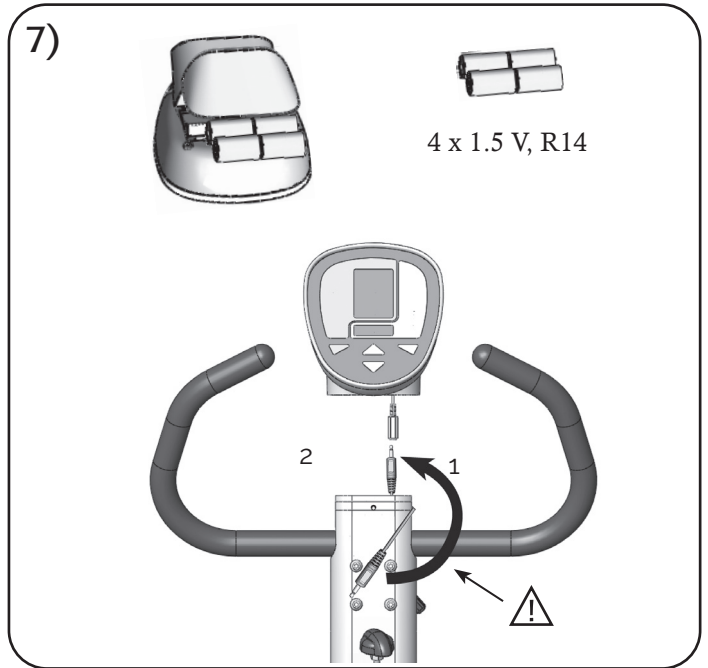
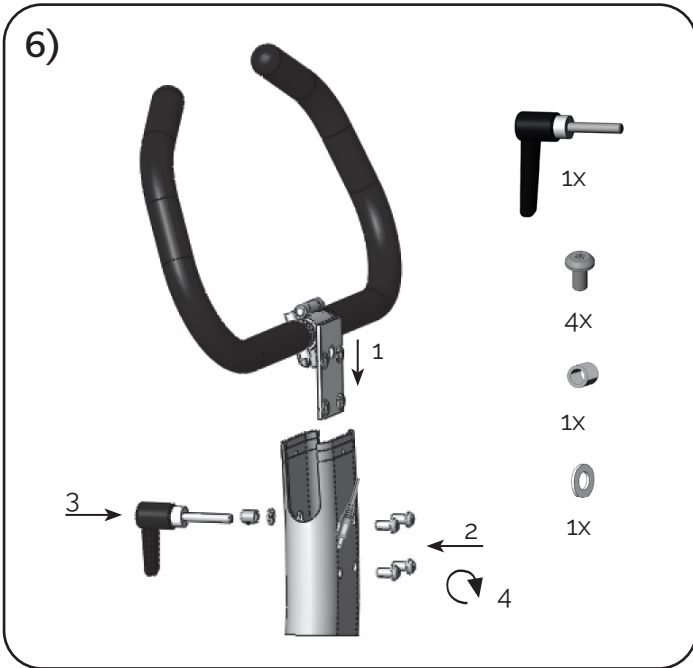
1X  
1x R  
1x L

**NOTE!**  
When the bike is new, or if you replace the pedals, they must be tightened after 5 hours of use.

Diagram 4 shows the pedals being attached to the crank arms. One wrench is used for this step. The right pedal is labeled 'R' and the left pedal is labeled 'L'.

5)

Diagram 5 shows the handlebars being attached to the stem. Two metal brackets are used to secure the handlebars.



# DISPLAY

## UPPER DISPLAY

Press any button or start pedalling to start up the display. Then the display is activated and all measured values are displayed. The timing starts when you start pedalling and stopping when you stop pedalling. Time is displayed in full minutes.

The upper display shows Speed, Distance, Time and Heart Rate.

At heart rate values, a "P" is displayed if the display has not received any pulse signal from a chest belt. A suitable chest belt is available as an accessory. More information about the pulse function in section "Heart rate".

### Reset data (RESET)

Press the RESET button to reset the distance and time in the upper display window. An automatic reset is performed each time the display is switched off automatically.

### Shutdown

After two minutes, the display turns off automatically if it does not detect any speed or pulse signal. In automatic shutdown, all values are reset to zero.

## LOWER DISPLAY

The count down function in the lower display window can be set in time or distance - minutes or kilometres / miles. Press the MODE button to activate and the display starts flashing. While the display flashing press MODE again and it shifts between the time and distance function. As long as it is flashing, the function and value can be changed or set. Use the (+) or (-) button to increase or decrease the value. The flashing continues for 15 seconds after the last press. To activate the function again, press the MODE button. When the pedalling starts, the countdown starts in the display. At zero, a tone is heard indicating that the set time or distance has been reached.

The calorie consumption is shown in the lower display window, but only if you use chest belt. Press the MODE button to switch the display mode between time, distance and kcal.

### Change units

To set the display in km or miles, press the MODE button until "km" flashes. Press the (+) or (-) button to change to miles.



Fig:  
Electronic display.  
1) Upper display  
2) Lower display  
3) MODE button  
4) (+) button  
5) (-) button  
6) RESET button

### NOTE!

In order for KCAL to appear in the display, the chest belt must be used.

### NOTE!

Do not expose the electronic display to direct sunlight or extremely high temperatures. Do not use solvents when cleaning, only a dry cloth.

## WORKLOAD ADJUSTMENT

Changing the workload is done by increasing or decreasing the brake belt tension against the flywheel by means of the resistance control knob. See *Fig: Resistance control unit, complete*.



Fig:  
Resistance control unit, complete

## HEART RATE

Chest belt available as an accessory.

In order for the heart rate measurement to work, it is necessary that the pulse belt is correctly positioned, see *Fig: Placement chest belt*. Moisten the electrodes before use, see *Fig: Moistening the electrodes*.

To make contact with the HR receiver on the bike, the distance should not be more than 100 cm. At the first usage it is important to first pair the chest belt with the display by standing close to it so the display can receive the pulse signal (max. 60 cm).

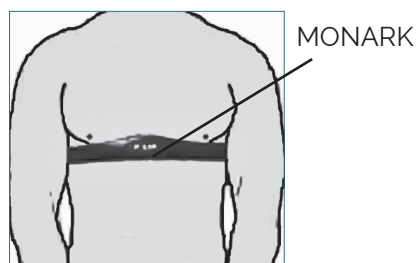


Fig:  
Placement chest belt

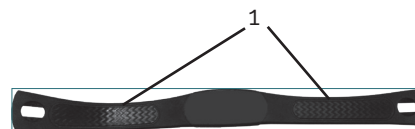
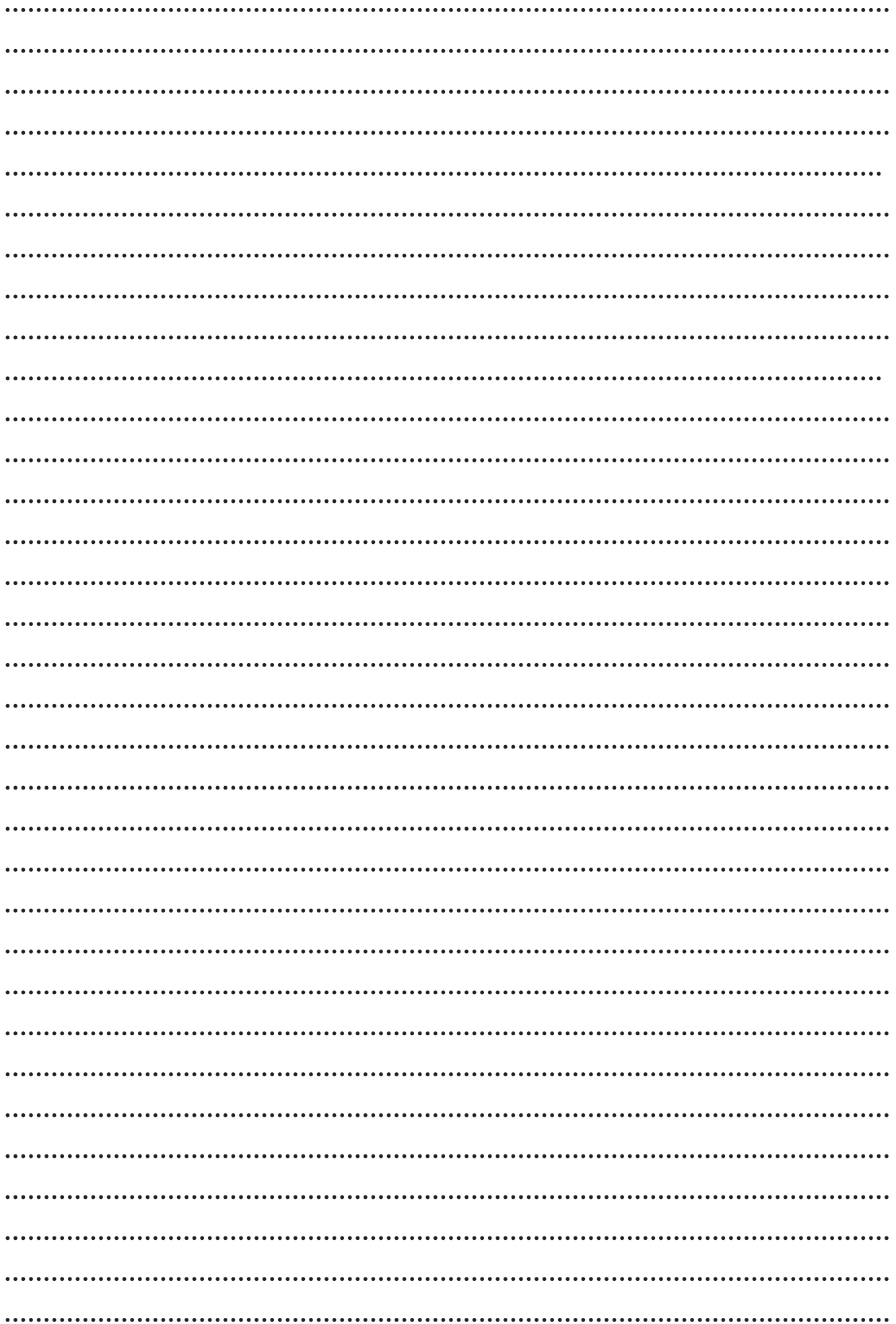


Fig:  
1) Moistening the electrodes



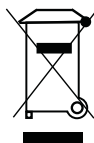
## HUOM!

Tämän tuotteen käyttö saattaa aiheuttaa kovaa rasitusta. Siksi on suositeltavaa, että henkilöt, jotka eivät ole tottuneet kestävyysharjoitteluun tai eivät tunne itseään täysin terveiksi, ottaisivat ensin yhteyttä lääkäriin ennen kuntopyörän käyttöä.

Kun käytät sykevyötä, pidä mielessä, että sähkömagneettiset aallot voivat häiritä sykesignaalia. Matkapuhelimia ja vastaavia ei siis pitäisi käyttää pyörän läheisyydessä, kun käytät sykevyötä.

Tarvittaessa huoltoa, ylläpitoa tai tietoa varaosista, katso lisätietoa huolto-oppaasta. Voit myös ottaa yhteyttä jälleenmyyjään.

Käyttäjän maksimipaino 250 kg.





Jos tuote tai sen pakkaus on merkitty tällä symbolilla, sitä ei saa käsitellä kotitalousjätteenä. Sen sijaan se on toimitettava sopivaan keräyspisteeseen sähkö- ja elektroniikkalaitteiden kierrätykseen.



1)

-  4X
-  4X
-  4X
-  1X
-  1X
-  1X
-  1X
-  1X
-  1X




2)

-  2X
-  2X

3)

-  2X
-  2X

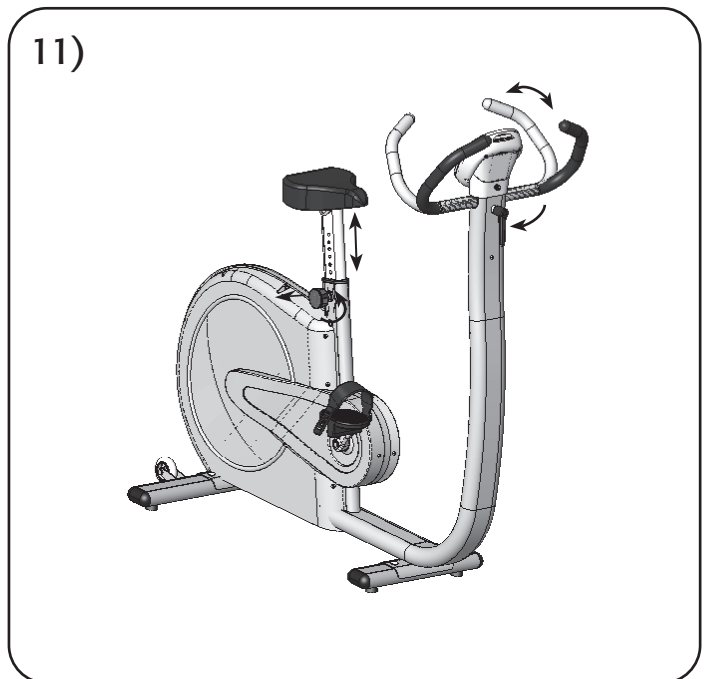
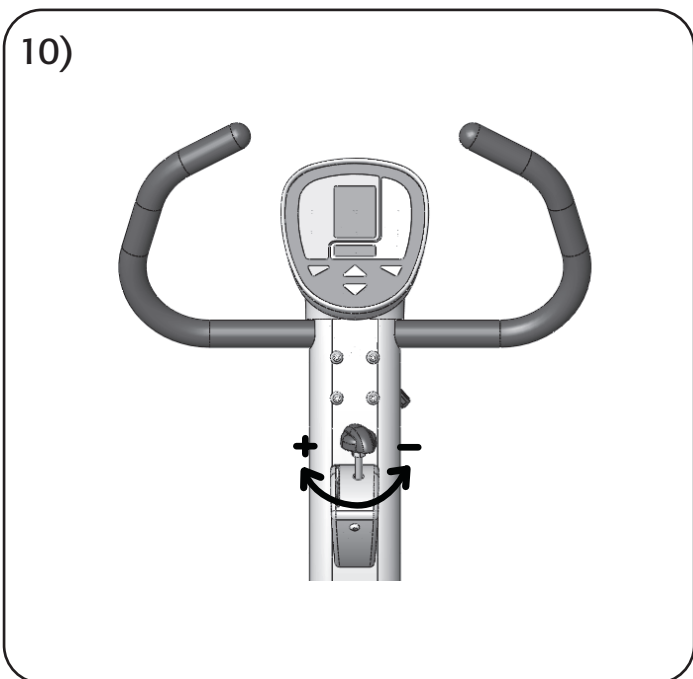
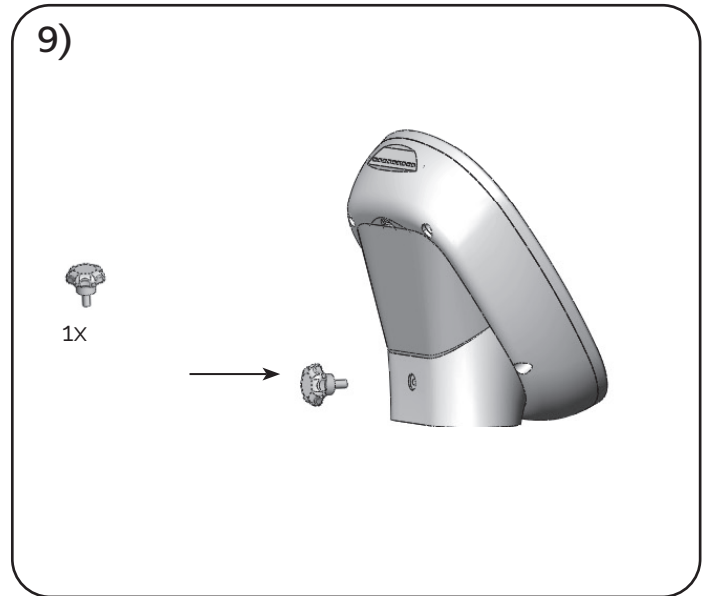
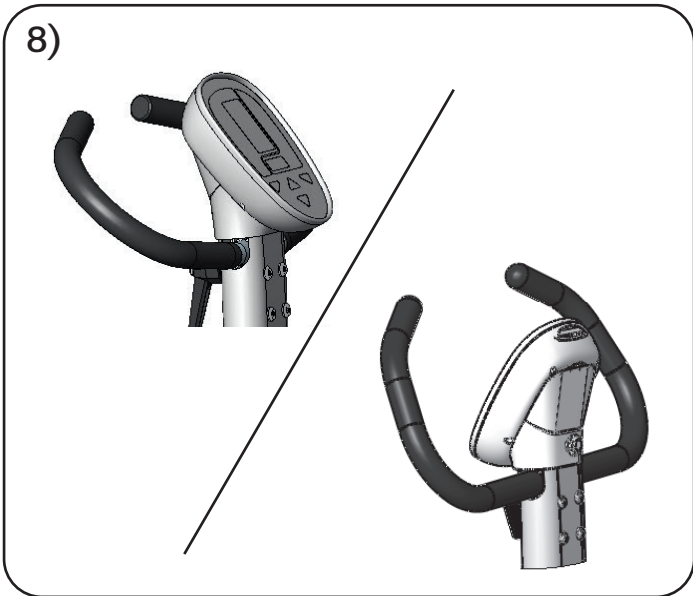
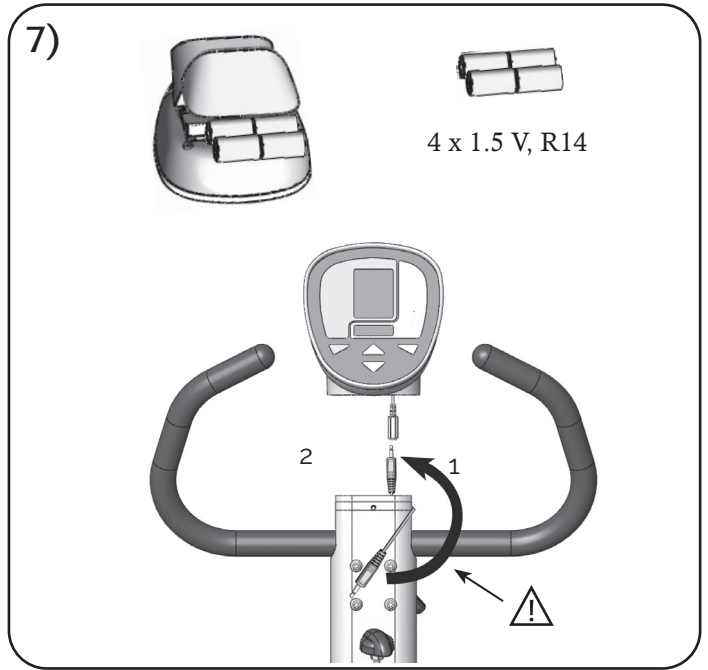
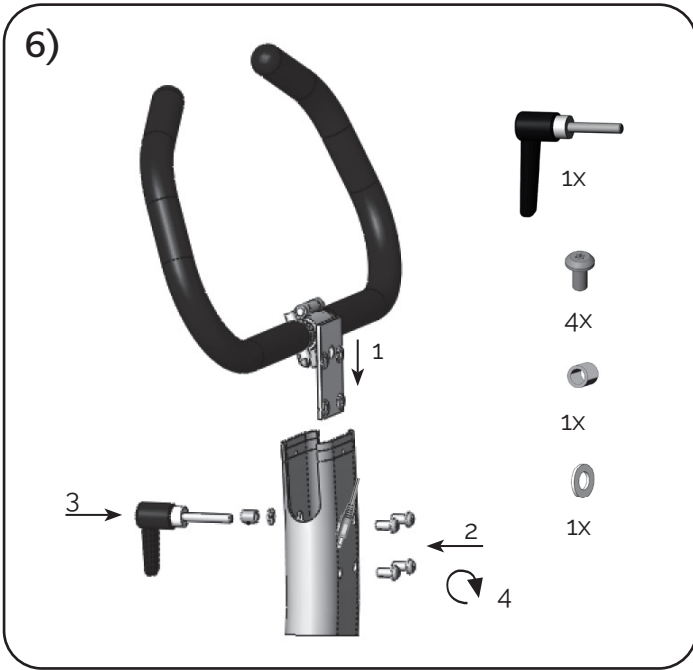
4)

-  1X
-  1X R
-  1X L

**HUOM!**  
Kun polkupyörä on uusi, tai jos vaihdat polkimet, ne on kiristettävä 5 tunnin käytön jälkeen.

5)





# NÄYTTÖ

## YLEMPI NÄYTTÖ

Näyttö käynnistyy painamalla mitä tahansa näppäintä tai aloittamalla polkeminen. Näyttö aktivoituu ja kaikki mitatut arvot ovat näkyvissä. Kello käynnistyy, kun aloitat polkemisen ja pysähtyy, kun lopetat polkemisen. Aika näytetään täysinä minuutteina.

Ylemmällä näytöllä näkyy nopeus, matka, aika ja syke.

Sykkeen kohdalla näytetään ”P”, jos näyttö ei ole saanut sykesignaalia rintavyöstä. Sopiva sykevyö on saatavana lisävarusteena. Lisätietoja syke-toiminnoista löytyy kohdasta ”Syke”.

### Tietojen nollaus (RESET)

Paina RESET-painiketta nollataksesi etäisyyden ja ajan ylemmässä näyttöikkunassa. Arvot nollaantuvat myös aina, kun näyttö sammuu automaattisesti oltauan käyttämättömänä.

### Näytön sammuminen

Jos näyttö ei ole vastaanottanut sykettä tai kierroslukutietoa polkimilta kahteen minuuttiin, sammuu se automaattisesti. Automaattisessa sammutuksessa kaikki arvot nollataan.

## ALEMPI NÄYTTÖ

Alemmassa näytössä oleva laskuri voidaan asettaa näyttämään aikaa tai matkaa – minuuttia tai kilometriä/mailia. Paina MODE-painiketta, jolloin näyttö aktivoituu ja alkaa vilkkua. Näytön vilkkuessa paina MODE-painiketta uudelleen, jolloin näytön tila vaihtuu ajan ja matkan välillä. Niin kauan kuin näyttö vilkkuu, toimintoa ja arvoa voidaan muuttaa tai asettaa. Käytä (+) ja (-) nappeja lisätäksesi tai vähentääksesi arvoja. Vilkkuminen jatkuu 15 sekuntia viimeisen painalluksen jälkeen. Voit aktivoida toiminnon uudelleen painamalla MODE-painiketta. Kun polkeminen aloitetaan, lähtölaskenta alkaa näytöllä. Kun laskuri saavuttaa nollan, kuuluu piippaus, joka ilmaisee, että asetettu aika tai etäisyys on saavutettu.

Kalorien kulutus näkyy alemmassa näyttöikkunassa, mutta vain jos käytät sykevyötä. Paina MODE-painiketta vaihtaaksesi näyttötilan ajan, etäisyyden ja kilokalorien välillä.

### Yksiköiden vaihto

Jos haluat vaihtaa näytön yksiköt kilometreiksi tai mailleiksi, paina MODE-painiketta, kunnes ”km” vilkkuu. Paina (+) tai (-) -painiketta vaihtaaksesi mailleihin.



Kuva:  
Elektroninen näyttö  
1) Päänäyttö  
2) Alempi näyttö  
3) MODE-nappi  
4) (+) nappi  
5) (-) nappi  
6) RESET-nappi

### HUOM!

Jotta KCAL saadaan näkymään, tulee käyttää sykevyötä.

### HUOM!

Älä altista mittaria suoralle auringonvalolle tai erittäin korkeille lämpötiloille. Älä käytä puhdistukseen liuottimia vaan ainoastaan kuivaa kangasta.

## VASTUKSEN SÄÄTÖ

Vastuksen muuttaminen tapahtuu lisäämällä tai vähentämällä jarruhihnan kireyttä väkipyörää vasten. Tämä tapahtuu vastuksen säätönupilla. Katso *kuva: Vastusohjausyksikkö, täydellinen*.



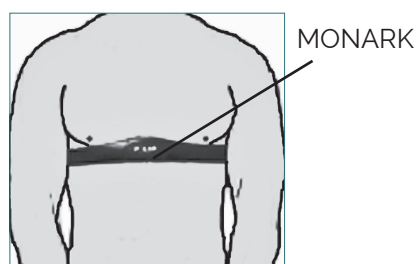
Kuva:  
Vastusohjausyksikkö, täydellinen

## SYKE

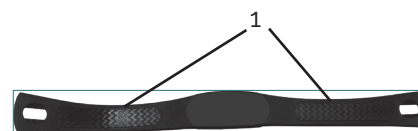
Sykevyö on saatavana lisävarusteena.

Jotta sykemittaus toimisi, on sykevyö asetettava oikein. Katso *kuva: Sykevyön oikea asetus*. Kostuta elektrodit ennen käyttöä. Katso *kuva: Elektrodien kostutus*.

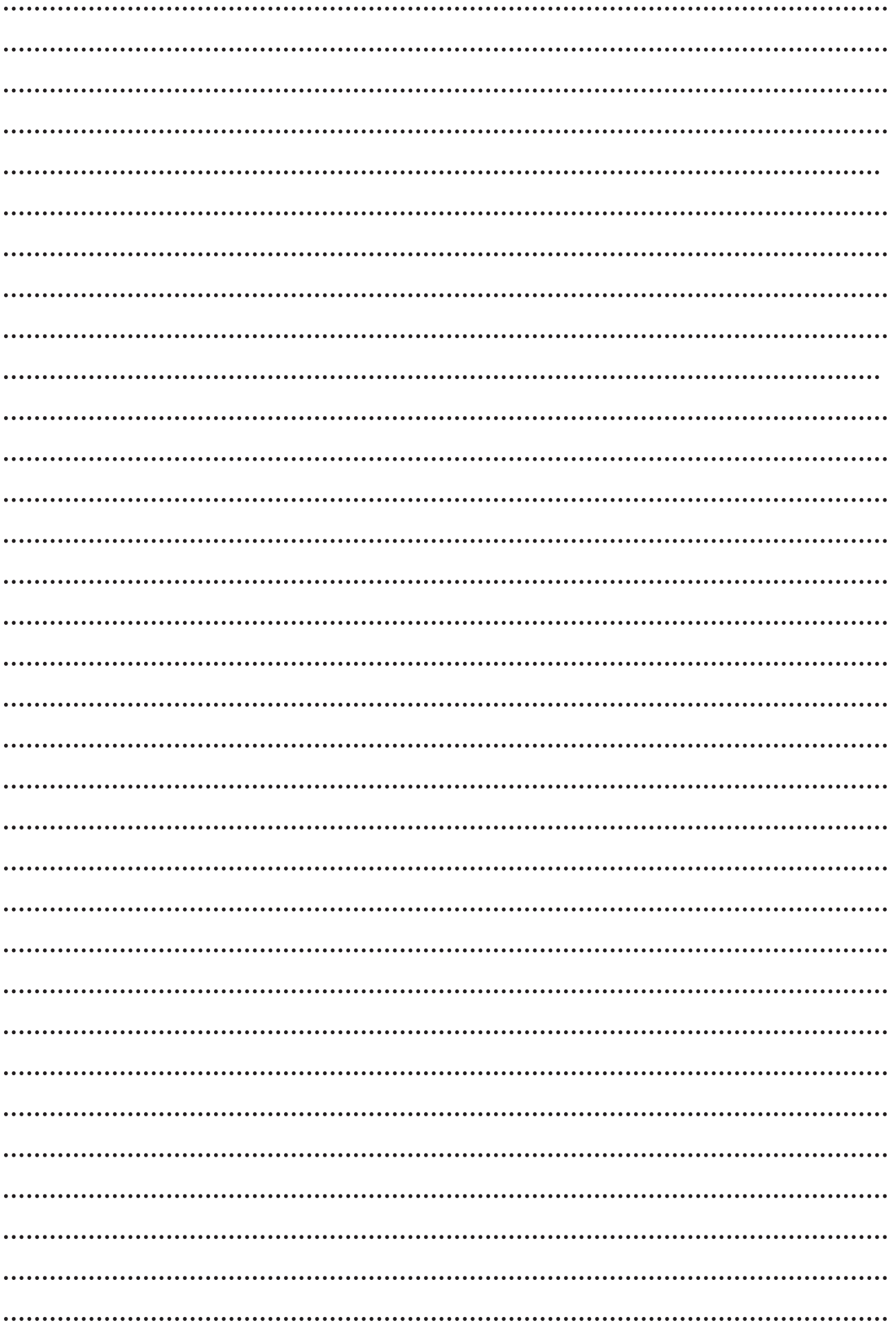
Muodostettaessa yhteyttä sykevyön ja kuntopyörän sykevastaanottimen välille, etäisyys ei saa olla yli 100 cm. Ensimmäisellä käyttökerralla on tärkeää ensin yhdistää sykevyö ja näyttö siten, että ne ovat riittävän lähellä toisiaan, jotta näyttö voi vastaanottaa sykesignaalin (max. 60 cm).



Kuva:  
Sykevyön oikea asetus



Kuva:  
1) Elektrodien kostutus



**BEMÆRK!**

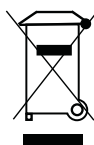
Denne brugerinformation er helt eller delvist oversat ved hjælp af en internetservice.

Anvendelse af produktet kan indebære betydelig fysisk stress. Det anbefales derfor, at folk, der ikke er vant til kardiovaskulær træning, eller som ikke føler sig helt sunde, bør konsultere en læge for rådgivning.

Når du bruger et brystbælte, skal du huske på, at elektromagnetiske bølger kan forstyrre pulsignalet. Mobiltelefoner og lignende bør derfor ikke bruges nær cyklen, når du bruger et brystbælte.

For service-, vedligeholdelses- og reservedelslister henvises til vores service manual. Du kan også kontakte din forhandler.

Maks. Brugervægt 250 kg.



Hvis produktet eller emballagen er markeret med dette symbol, skal det ikke håndteres som husholdningsaffald. I stedet skal det leveres til et egnet opsamlingssted til genbrug af elektrisk og elektronisk udstyr.

1)

- 4X
- 4X
- 4X
- 1X
- 1X
- 1X
- 1X
- 1X
- 1X

2)

- 2X
- 2X

3)

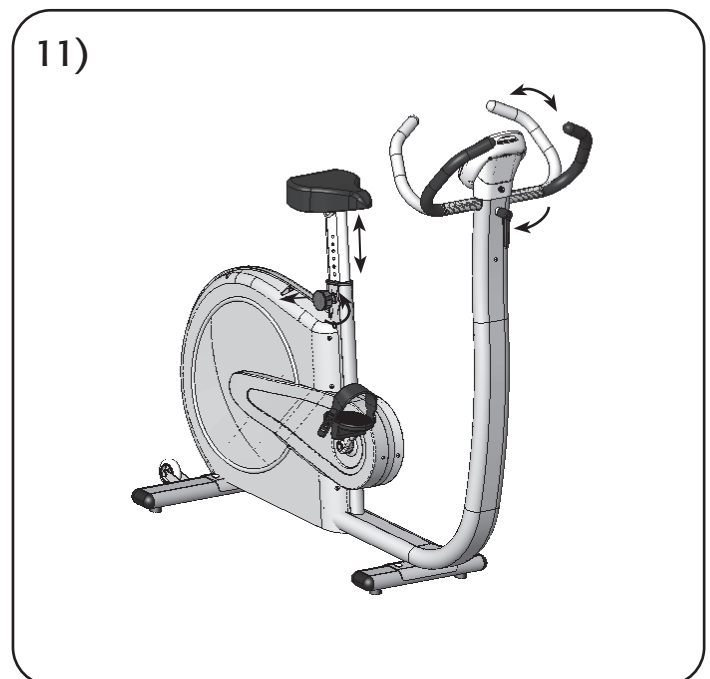
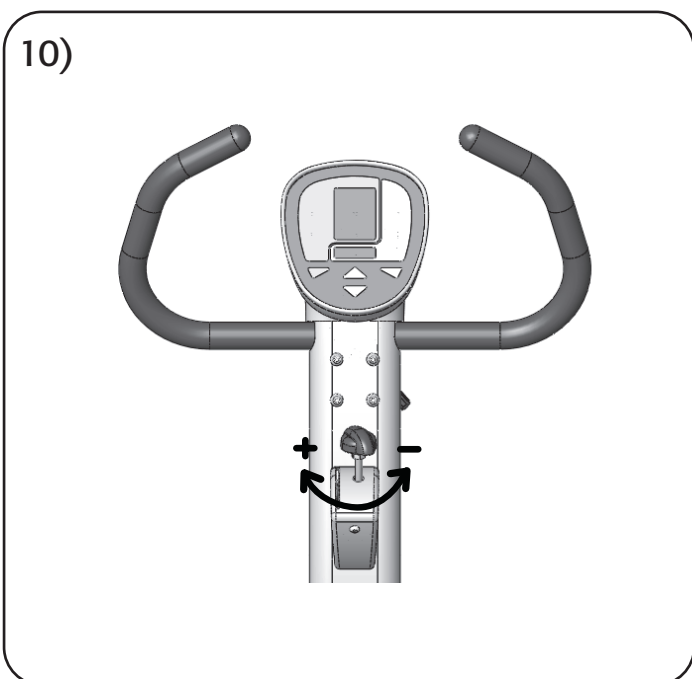
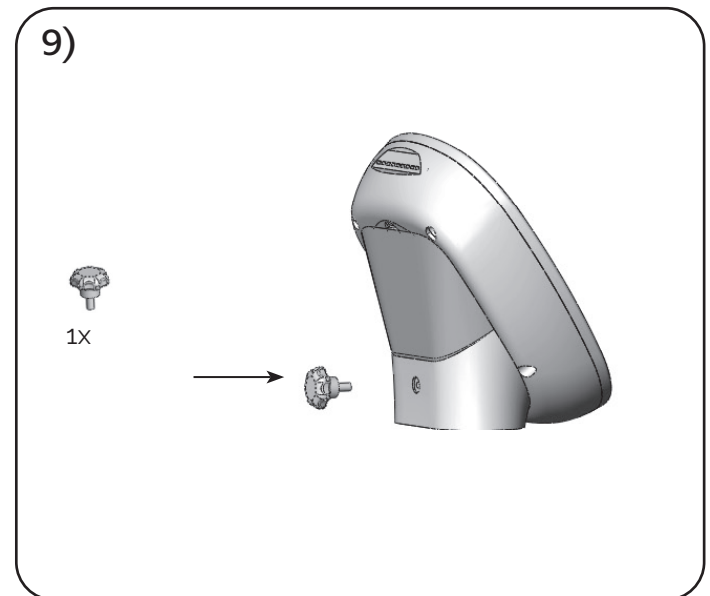
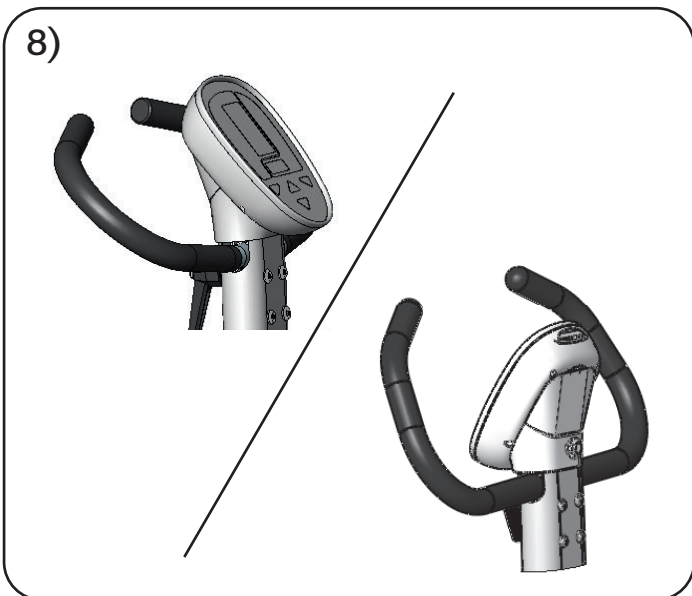
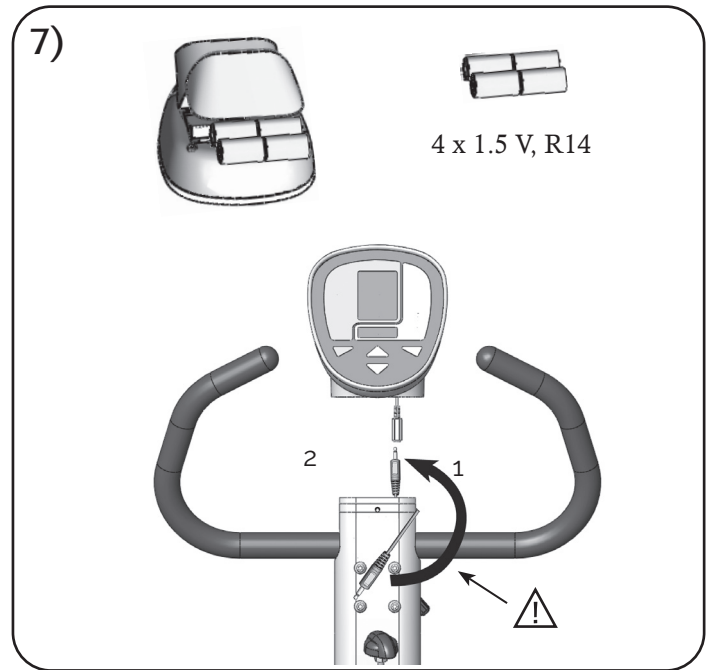
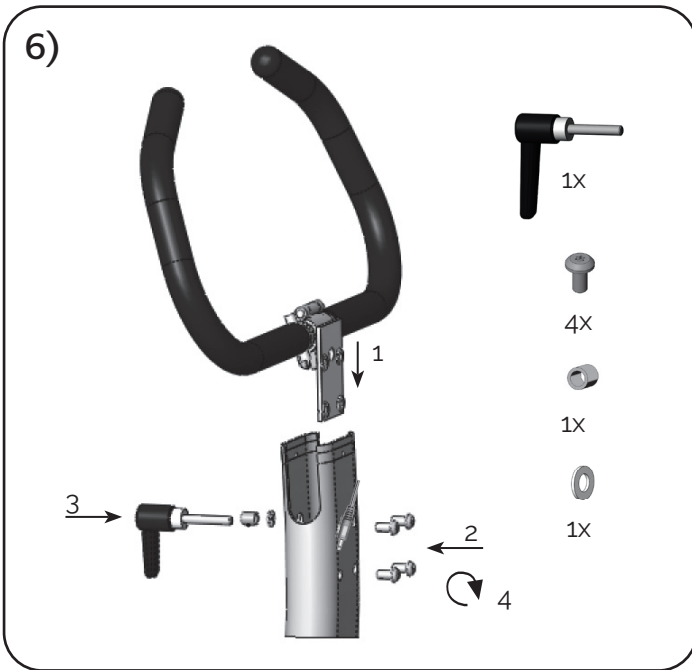
- 2X
- 2X

4)

- 1X
- 1x R
- 1x L

**BEMÆRK!**  
 Når cyklen er ny, eller hvis du har udskiftet pedalerne, skal de strammes efter 5 timers brug.

5)





## SKÆRM

### ØVERSTE SKÆRM

Tryk på en vilkårlig knap eller start pedal for at starte displayet. Derefter aktiveres displayet, og alle målte værdier vises. Timingen starter, når du begynder at træde og stoppe, når du stopper med at træde i gang. Tiden vises i hele minutter.

Det øverste display viser Hastighed, Afstand, Tid og Hjerterefrekvens.

Ved hjerterefrekvensværdier vises en "P", hvis displayet ikke har modtaget et puls signal fra et brystbælte. Et passende brystbælte fås som tilbehør. Flere oplysninger om pulsfunktionen i afsnittet "Hjerterefrekvens".

#### Nulstil data (RESET)

Tryk på knappen RESET for at nulstille afstanden og tiden i det øverste displayvindue. En automatisk nulstilling udføres hver gang displayet slukkes automatisk.

#### Lukke ned

Efter to minutter slukker displayet automatisk, hvis det ikke registrerer hastigheds- eller puls signal. Ved automatisk afbrydelse nulstilles alle værdier til nul.

### NEDRE SKÆRM

Nedtællingsfunktionen i det nederste displayvindue kan indstilles i tid eller afstand - minutter eller kilometer / miles. Tryk på MODE knappen for at aktivere og displayet begynder at blinke. Mens displayet blinker, tryk på MODE igen, og det skifter mellem tids- og afstandsfunktionen. Så længe det blinker, kan funktionen og værdien ændres eller indstilles. Brug knappen (+) eller (-) for at øge eller reducere værdien. Blinkningen fortsætter i 15 sekunder efter sidste tryk. For at aktivere funktionen igen, tryk på MODE knappen. Når pedalen starter, starter nedtællingen i displayet. Ved nul høres en tone, der angiver, at den indstillede tid eller afstand er nået.

Kalorieforbruget vises i det nedre displayvindue, men kun hvis du bruger brystbælte. Tryk på MODE knappen for at skifte visningstilstand mellem tid, afstand og kcal.

#### Skift enheder

For at indstille displayet i km eller miles, tryk på MODE knappen, indtil "km" blinker. Tryk på (+) eller (-) knappen for at skifte til miles.



Fig:  
Elektronisk display.  
1) Øverste skærm  
2) Nedre skærm  
3) MODE-knappen  
4) (+) knappen  
5) (-) knappen  
6) RESET-knappen

#### BEMÆRK!

For at KCAL skal vises i displayet, skal brystbæltet bruges.

#### BEMÆRK!

Udsæt ikke det elektroniske display til direkte sollys eller ekstremt høje temperaturer. Brug ikke opløsningsmidler ved rengøring, kun en tør klud.



## JUSTERING AF ARBEJDSBYRDE HJERTERYTME

Ændring af arbejdsbyrden sker ved at øge eller mindske bremsebelastningen mod svinghjulet ved hjælp af modstandskontrolknappen. Se fig. *Modstandskontrolenhed, komplet*.



Fig:  
Modstandskontrolenhed, komplet

Et passende brystbælte fås som tilbehør.

For at hjerterefrekvensmåling skal fungere, er det nødvendigt, at brystbæltet er korrekt placeret, se Fig: *Placering brystbælte*. Fugt elektroderne før brug, se Fig: *Fugtning af elektroderne*.

For at komme i kontakt med HR-modtageren på cyklen, må afstanden ikke være mere end 100 cm. Ved første brug er det vigtigt at først binde brystbæltet med skærmen ved at ligge tæt på det, så displayet kan modtage pulssignalet (maks. 60 cm).

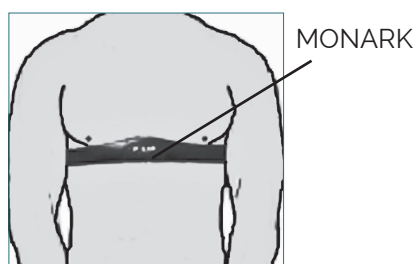


Fig:  
Placering brystbælte

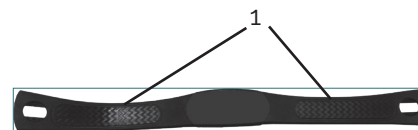
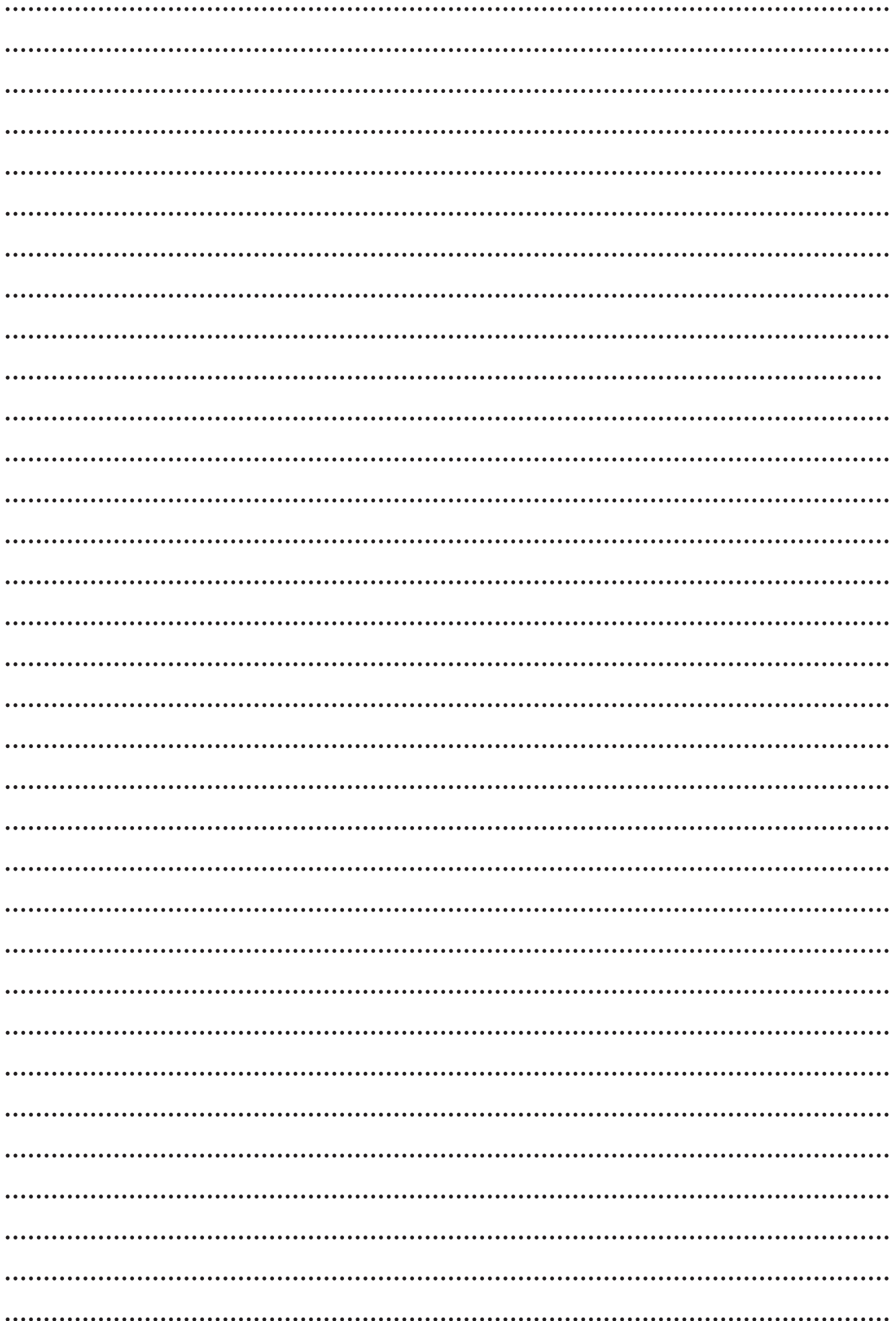


Fig:  
1) Fugtning af elektroderne







CE 0402

Version 2008  
Art. Nr: 7950-264SE