



USER MANUAL

MERACH EXERCISE BIKE

Model: MR-S26

EN • DE • FR • ES • IT • NL



Questions or Concerns?

IMPORTANT!

Please read all details before use, and keep this user manual for future reference.

PLEASE CONTACT US BEFORE THE RETURN: support.eu@merach.com

US/CA: 1-(877) 3563730 Mon-Fri 8am-5pm (PST)



WHO WE ARE

Our customers aren't just important; their health, fitness, and pure enjoyment for life is at the core of everything we do at MERACH. From innovative fitness research and cutting-edge product development, to our exceptional purchasing & after-sales service, we are our customers' life-long partner in crafting a better fitness future.

Through quality fat-burning & muscle-building fitness equipment such as our quality rowing machines and exercise bikes, plus our innovative MERACH APP, and digital courses, we give the opportunity and support to all to pursue their health and fitness goals and discover a new way of healthy living.

Welcome to MERACH

EN • English

Contents

Safety Instructions	002
Parts List	005
Parts Tool List	006
Assembly Instructions	007
Instructions On Product Usage	016
Monitor Instructions	018
Technical Details	021
MERACH APP Setup	022
KINOMAP APP Setup	023
Warm-up	024
Troubleshooting	025
Warranty Information	026

DE • Deutsch

Inhalt

Sicherheitshinweise	029
Teileliste	032
Werkzeugliste	033
Montageanleitung	034
Anleitung zur Produktnutzung	043
Monitor-Anweisungen	045
Technische Daten	048
MERACH APP Einrichtung	049
KINOMAPAPP Einrichtung	050
Aufwärmen	051
Fehlersuche	052
Garantieinformationen	053

FR • French

Contenu

Instructions de sécurité	056
Liste des pièces	059
Liste d'outils pour pièces	060
Instructions d'assemblage	061
Instructions d'utilisation du produit	070
Instructions du moniteur	072

Détails techniques	075
Configuration de l'application MERACH	076
Configuration de l'application KINOMAP	077
Échauffement	078
Dépannage	079
Informationssurlagarantie	080

ES • Spanish

Contenido

Instrucciones de seguridad	083
Lista de piezas	086
Lista de herramientas	087
Instrucciones de montaje	088
Instrucciones de uso	097
Instrucciones del monitor	099
Détails techniques	102
Configuración de la aplicación MERACH	103
Configuración de la aplicación KINOMAP	104
Calentamiento	105
Solucion de problemas	106
Informacion sobre la garantia	107

IT • Italian

Contenuti

Istruzioni per la sicurezza	110
Elenco delle parti	113
Elenco delle parti e degli strumenti	114
Istruzioni di montaggio Suggerimenti	115
Istruzioni per l'uso del prodotto	124
Istruzioni per il monitor	126
Dettagli tecnici	129
Impostazione dell'app MERACH	130
Impostazione dell'app KINOMAP	131
Riscaldamento	132
Risoluzione dei problemi	133
Informazioni sulla Garanzia	134



Hey!

**Please register your warranty to
keep yourself protected!**



Email your item model to
support.eu@merach.com

EN



Register your warranty via
merachfit.com/pages/warranty-europe

Safety Instructions

- Please keep this manual in a safe place for future reference.
- It is very important to read the entire manual thoroughly before installing and using the machine. Safe and effective training can only be achieved if the machine is properly assembled, properly maintained and used. Make sure all users are familiar with all warnings and precautions of this machine.
- Please consult your physician to determine if you have any medical or physical conditions that could put your health and safety at risk or prevent you from using the equipment properly. Your physician's advice is essential if you are taking medication that affects your heart rate, blood pressure, or cholesterol level.
- Please always pay attention to your body signals, improper use of the machine may affect your health. If you experience any symptoms (including headache, chest pain, irregular heartbeat, shortness of breath, dizziness, or any discomfort), stop exercising immediately and consult your physician, get the permission before training again.
- Always keep children and pets away from the machine. The machine is for adult use only.
- Please use this machine on stable and horizontal ground level, and put a protective layer on the floor or carpet to prevent a floor from damaging. Make sure the distance between the machine and each obstacle is at least 1.6 ft (0.5m).
- Please check all screws and nuts are properly tightened before using the machine.
- The safe use of the machine can only be guaranteed if the regular maintenance and repairs of undertaken, and worn out and broken parts are changed.
- Please follow the instructions in this manual to use this machine. Please stop using and operating immediately when you find any defective parts or hear any abnormal sound. Make sure all issues are resolved before using it again.
- Please wear sports clothes, sports shoes, or other proper clothes. Loose-fitting clothing is not recommended, as loose clothing may get caught in the machine, hindering operation and possibly causing an injury.
- This machine is only for home use. The Maximum user weight is 300 lbs(136 kg).
- This machine is not for professional medical treatment.
- This product is only for family use.

Safety Instructions

- The overall performance of the machine and all moving parts must be checked regularly to ensure the safety of the machine.
- If the moving parts are damaged, please do not use the machine until the parts are repaired.
- Keep the children away from the machine. The equipment is not for children to use or play with. They can injure themselves accidentally.

Care & Maintenance

- Do not store the machine in a place exposed to direct sunlight, wind and rain, or with high humidity. If needed, please pack the machine to keep children away from touching or playing with it.
- Please check if there's rust or cracks after long-term storage.
- Please understand that for the consumable parts, the wear and tear may also occur even with proper maintenance.
- For long-term use of this machine, please wipe the dust regularly. Do not water it directly, or wipe with gasoline, abrasive powder, etc. Otherwise, it might cause cracks on the parts or main body, electric shock or fire. Please use Dilute neutral detergent for maintenance.



Before starting any training, please consult your physician, especially for those who are over 35 years old or with pre-existing health conditions. Please read all instructions before using the machine.

Safety Instructions



This symbol stands for "Conformité Européene", which means "Conformity with EU directives". With the CE-marking the manufacturer confirms that this product complies with applicable European directives and regulations.



This symbol stands for "UK Conformity Assessed", which means "Conformity with British Standards 11". With the UKCA-marking the manufacturer confirms that this product complies with applicable British Standards.

SIMPLIFIED EU DECLARATION OF CONFORMITY

- Hereby, Zhejiang Yulu Electronic Technology Co.,Ltd. declares that the fitness equipment MERACH MR-S26 is in compliance with Directive 2014/53/EU.
- The full text of the EU declaration of conformity is available at the following internet address: <https://merachfit.com/pages/declarations-of-conformity>

NOTES ON DISPOSAL



Packaging materials are raw materials and can be recycled. Separate the packaging materials correctly and dispose of them properly in the interest of the environment.

Your local administration can provide additional information.



Used devices do not belong in household waste!

Dispose of used devices properly! Doing so helps fulfill our responsibility to protect the environment. Your local administration can provide information on collection points and opening hours.



Batteries do not belong in household waste!

As the end user, you are legally required to return discharged batteries to a collection point. You can take your old batteries to the public collection points in your community, or you can take them to any place where batteries of that type are being sold.

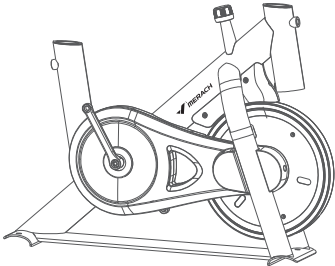
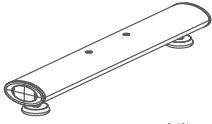
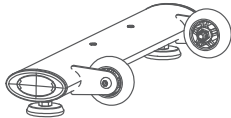
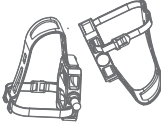
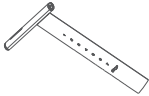
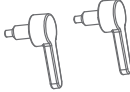
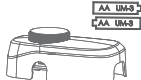
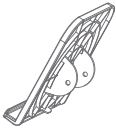
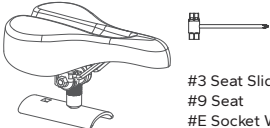
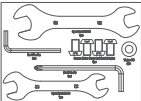
Manufactured by:

Zhejiang Yulu Electronic Technology Co.,Ltd.
Room 805, 8th Floor, Xianfeng Technology Building, 298 Weiye Road, Binjiang District, Hangzhou, Zhejiang Province, China
yulu_mrk@merach.com

Imported by:

HANGZHOU JINGGE E-COMMERCE LTD
Room 1205, Xianfeng Technology Building,
298 Weiye Road, Puyan Subdistrict, Binjiang District, Hangzhou, Zhejiang Province, China
jingge_mrk@163.com

Parts List

#1 Main Frame 	 #6 Rear Foot Stabilizer	 #26 Carriage Bolt x1 #74 Washer x1 #24 Lock Knob x1
 #8 iPad Holder Support Tube	 #7 Front Foot Stabilizer	
	 #40 Right Pedal #56 Left Pedal	 #2 Seat Post
 #29 L-shape Pop Pin Knob*2	 #98 Monitor Decoration Cover Batteries	 #11 iPad Holder
 #4 Handlebar Post	 #3 Seat Slider Assembly #9 Seat #E Socket Wrench	
 #5 Handlebar	 #105 Dumbbell Rack	 #16 Bottle Holder
 Screwkit		 Instruction Manual

Parts Tool List

Step 1		#D	#6 Allen Key with Phillips Screwdriver Head x1
		#35	Hexagon Socket Cheese Head Screw M10*16 x4
		#36	Washer Φ10 x4
Step 2		#B	#17-#19 Open Wrench x1
		#A	#13-#15 Open Wrench x1
Step 3		#29	L-shape Pop Pin Knob x1
Step 4		#E	Socket Wrench x1
		#26	Carriage Bolt x1
		#74	Washer x1
		#24	Lock Knob x1
		#106	Cross Recessed Pan Head Screw M5*12 x2
Step 5		#C	#5 Allen Key x1
		#29	L-shape Pop Pin Knob x1
Step 6		#D	#6 Allen Key with Phillips Screwdriver Head x1
		#10	Hexagon Socket Cheese Head Screw x4
		#17	Washer x4
Step 7		#C	#5 Allen Key x1
		#101	Hexagon Socket Flat Round Head Screw x 2
		#12	Hexagon Socket Flat Round Head Screw x 2
		#13	Elastic Pad x2
		#14	Washer x2
Step 8		#C	#5 Allen Key x1
		#12	Hexagon Socket Flat Round Head Screw x2
Step 9		#98	AA Battery x2
Step 10		#98	Monitor with Decoration Cover x1



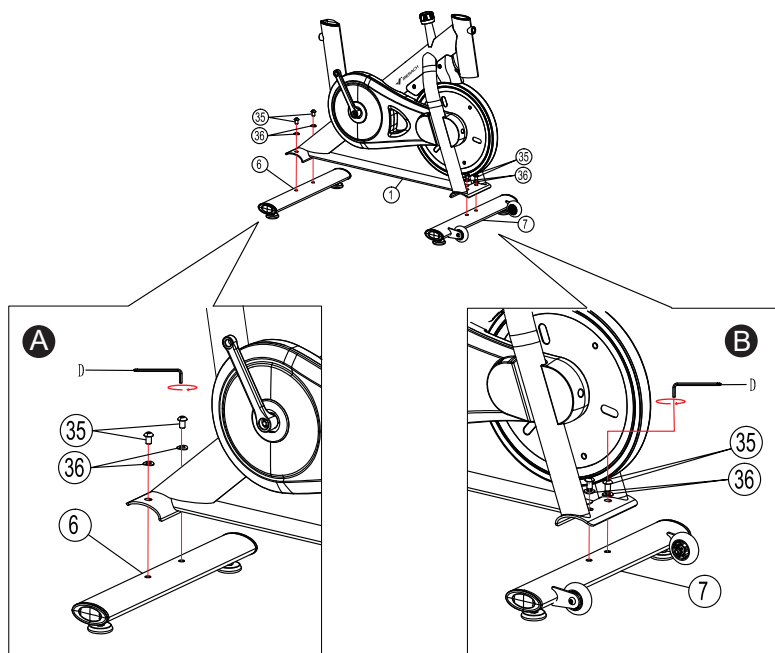
Tips

Scan QR code to watch installation video

Assembly Instructions

Step 1: Install Front and Rear Stabilizer

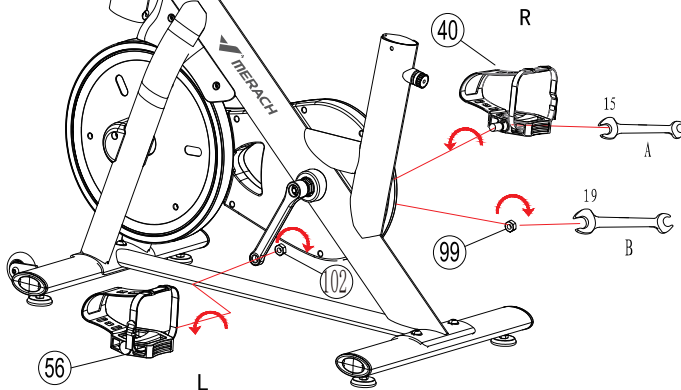
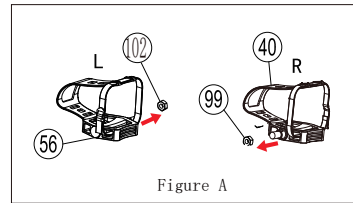
- A. Place the Rear Foot Stabilizer (6) as shown in the figure and align it with the fixing holes on the frame. Secure it to the frame with tool D, 2PCS Hexagon Socket Cheese Head Screw M10*16 (35) and 2PCS WasherΦ10 (36) (Figure A).
- B. Place the Front Foot Stabilizer (7) as shown in the figure and align it with the fixing holes on the frame. Secure it to the frame with tool D, 2PCS Hexagon Socket Cheese Head Screw M10*16 (35) and 2PCS WasherΦ10 (36) (Figure B).



Assembly Instructions

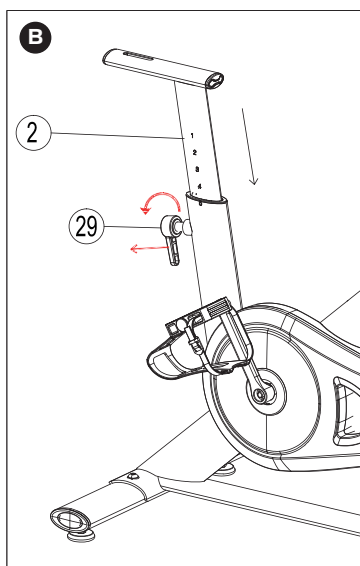
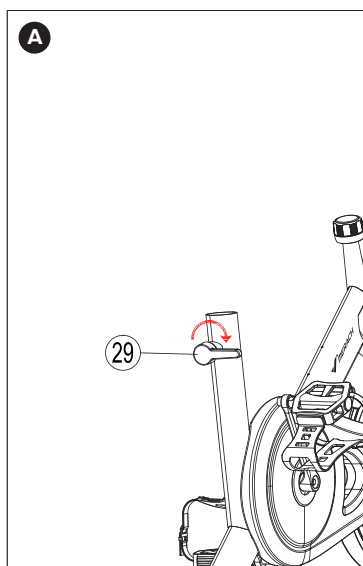
Step 2: Install Left & Right Pedal

- A. Remove the Left Hexagonal Nut (102) on the Left pedal (56) and Right Hexagonal Nut (99) on the Right Pedal (40) respectively with tool B-#19 and put them aside (Figure A). Note that the two nuts are different, so remember to put Left Nut & Left Pedal as a group and Right Nut & Right Pedal as a group.
- B. Install the Left Pedal (56) by vertically aligning it with the left crank hole. Rotate the Left Pedal (56) 3 turns by hand in the direction shown in the figure (towards the direction of the flywheel), and then lock the pedal with the tool A-#15.
- C. Finally, install the removed Left Hexagonal Nut (102) back to Left Pedal (56) with tool B-#19.
- D. Install the Right Pedal(40) in the same way. Note that the tightening direction on both sides is towards the flywheel.



Step 3: Install Seat Post

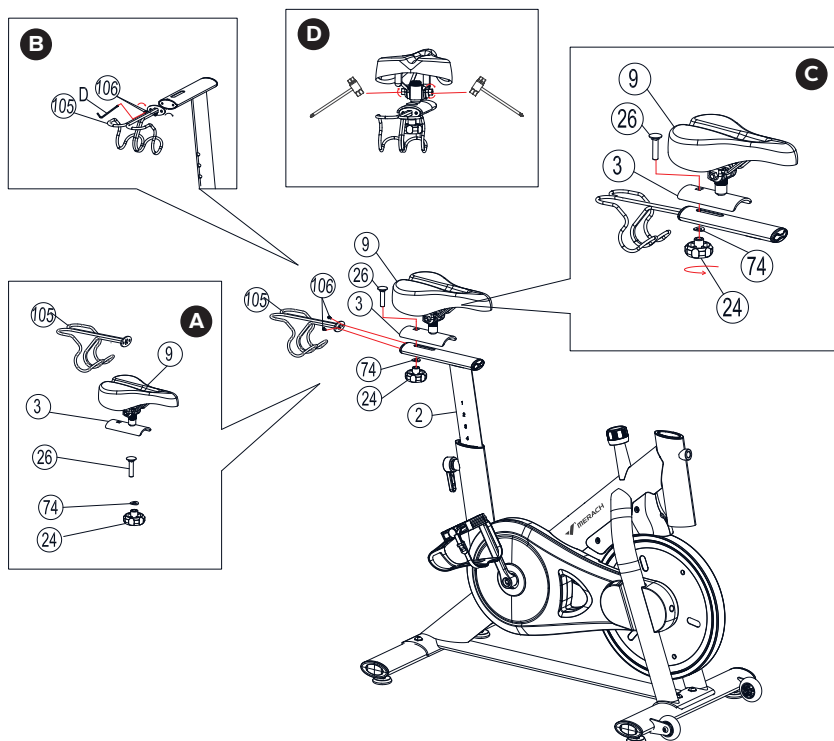
- A. As shown in the picture, lightly turn the 1PCS L-shape Pop Pin Knob (29) 3 turns to fix it on the frame (Figure A).
- B. Hold the handle of the 1PCS L-shape Pop Pin Knob (29) with one hand and pull it out, and put the Seat Post (2) into the frame with the other hand. Adjust it to the appropriate height and then rotate the L-shape Pop Pin Knob (29) to lock the adjustment tube (Figure B).



Assembly Instructions

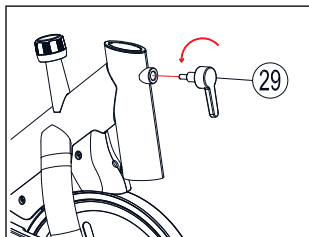
Step 4: Install Seat Slider and Seat

- A. Take out the Seat Slider Assembly (3) and Seat (9), 1PC Carriage Bolt (26), 1PCS Washer (74), 1PCS Lock Knob (24) and Dumbbell Rack (105) from the inner packaging foam and set aside for later use. As shown in Figure A
- B. As shown in Figure B, align the screw hole of the Dumbbell Rack (105) with the rear hole of the Seat Post (2), insert the 2PCS Cross Recessed Pan Head Screws M5*12 (106), and lock it with tool C
- C. As shown in Figure C, place assembled the Seat (9) and Seat Slider Assembly (3) on the Seat Post (2), and then use 1PC Carriage Bolt (26) & Washer (74) & Lock Knob (24) to lock it.
- D. As shown in Figure D, check whether the Seat is locked. If it is loose, use the socket wrench E to tighten the nuts on both sides of the Seat.

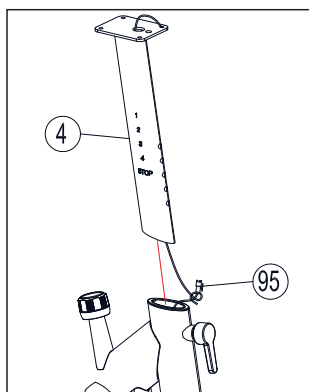


Assembly Instructions

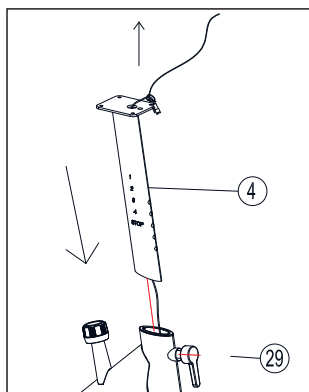
Step 5: Install Sensor Middle Wire and Handlebar Post



A. Take out 1PCS L-shape Pop Pin Knob (29) from inner package and rotate 3 turns to fix it to the frame.



B. Then untie the steel wire fixed at the bottom of the Handlebar Post (4). Secure the Sensor Middle Wire (95) with the end of the steel wire.

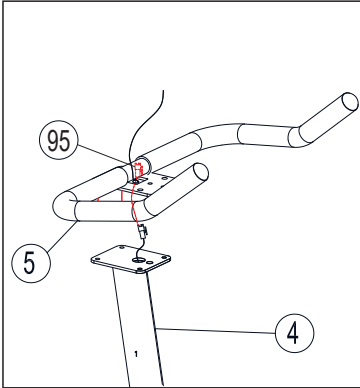


C. Pull the upper most end of the steel wire to drive the Sensor Middle Wire (95) through out the inside of the Handlebar Post (4) to the top and hold it in place.

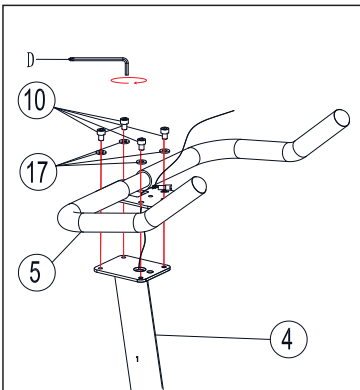
D. Hold 1PCS L-shape Pop Pin Knob (29) handle and pull it out ward, while installing the Handlebar Post (4) into the Main Frame (1) to the proper position, and rotate the L-shape Pop Pin Knob (29) to lock the Handlebar Post (4).

Assembly Instructions

Step 6: Install Handlebar



- A. Pull the steel wire to bring the Sensor Middle Wire (95) connector passes through the slot in the center of the Handlebar (5) mounting piece.



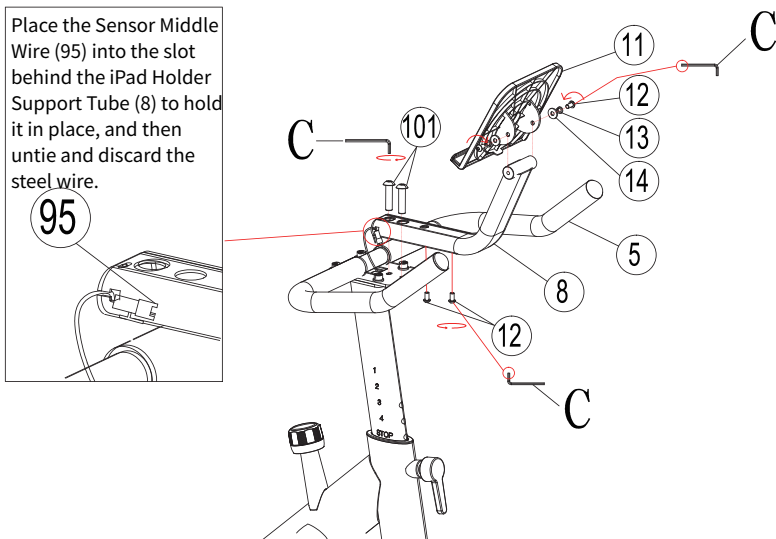
- B. Place Handlebar (5) on Handlebar Post (4) as shown. Make sure the holes are aligned. Secure the Handlebar (5) to the Handlebar Post (4) as shown in the figure by using tool D-#6, 4PCS Hexagon Socket Cheese Head Screw (10) and 4PCS Washers (17).

Assembly Instructions

Step 7: Install iPad Holder Support Tube and iPad Holder

- A. Take out the iPad Holder Support Tube (8) from the inner package, and remove the 2PCS Hexagon Socket Flat Round Head Screw (101) on the tube and the 2PCS Hexagon Socket Flat Round Head Screw (12) at the backward of the tube and put them aside.
- B. Place the iPad Holder Support Tube (8) on the Handlebar (5). Then lock it by using tool C and 2PCS Hexagon Socket Flat Round Head Screw (101).
- C. Then remove the 2PCS Hexagon Socket Flat Round Head Screw (12), 2PCS Elastic Pad (13) and 2PCS Washers (14) from the top of the iPad Holder Support Tube (8) with tool C.
- D. Align the holes in the back of the iPad Holder (11) with the holes on the top of the iPad Holder Support Tube (8). Then secure it by using tool C and 2PCS Hexagon Socket Flat Round Head Screw (12), 2PCS Elastic Pad (13), and 2PCS Washers (14) as shown in the figure.

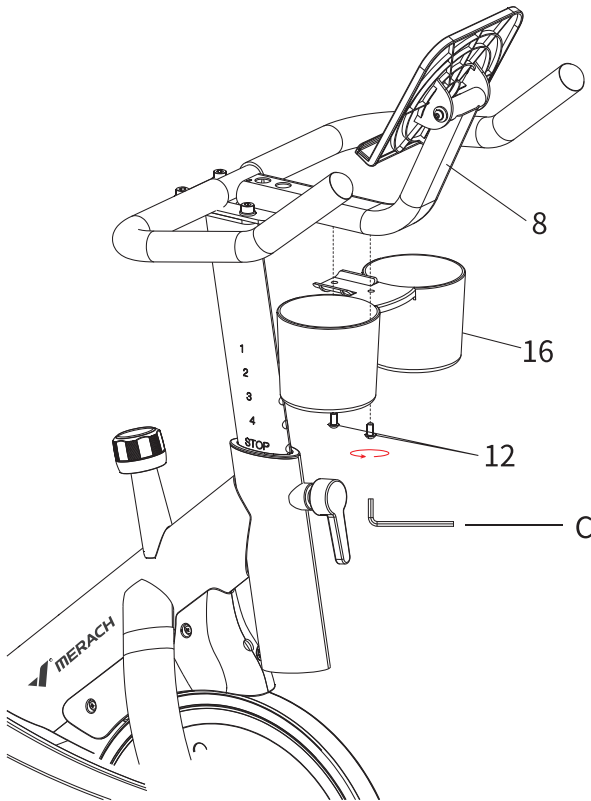
Place the Sensor Middle Wire (95) into the slot behind the iPad Holder Support Tube (8) to hold it in place, and then untie and discard the steel wire.



Assembly Instructions

Step 8: Install Bottle Holder

Align the screw holes on the Bottle Holder (16) with the screw holes on the iPad Holder Support Tube (8). Then tighten the bottle holder by using removed 2PCS Hexagon Socket Flat Round Head Screw (12) in step 7 and tool C.



Assembly Instructions

Step 9: Install Batteries

Remove the back cover by hand (Figure A), then prepare the batteries (Figure B) and install 2PCS AA Battery (98) (Figure C). And install the back cover to complete the battery installation (Figure D).

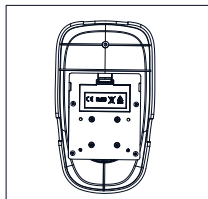


Figure A

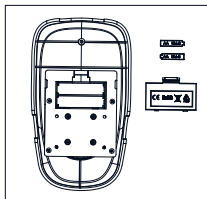


Figure B

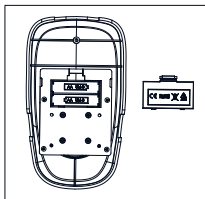


Figure C

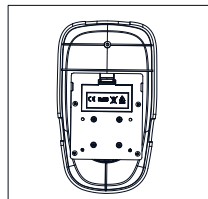
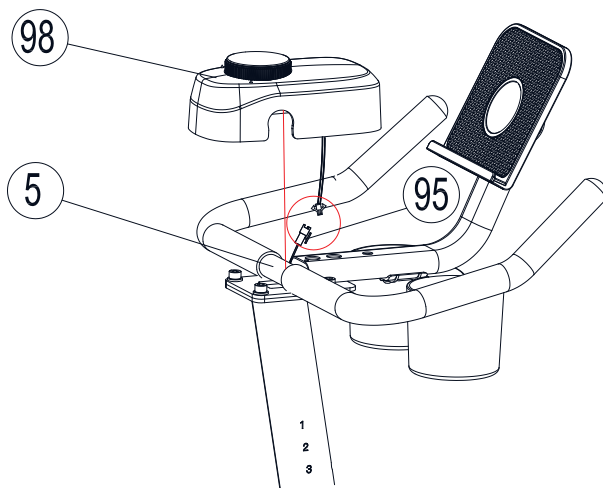


Figure D

Step 10: Install the Monitor Decoration Cover

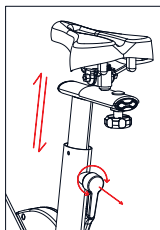
Plug the wire from the backward of the Monitor Decoration Cover (98) and the Sensor Middle Wire (95) coming out of the Handlebar (5). Then snap the Monitor Decoration Cover (98) onto the Handlebar (5).



Installation is complete. Check all mounting screws and make sure they are tightened.

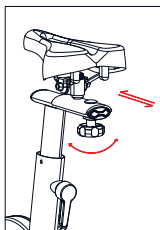
Instructions on Product Usage

Adjustment method of cushion



Up and down adjustment method

Turn the cushion column knob with one hand, loosen it slightly and pull out ward. Grab the cushion with other hand, and pull it up (or down). Slightly move the saddle column up and down after adjusting to the desired position, loosen the spring to restore it to its original position (the knob is already in the hold of the cushion column when you hear a "clicking" sound), and then retighten the knob.



Front and rear adjustment method

Loosen the knob at the bottom of the saddle and slide the saddle back and forth. Tighten the knob after adjusting to the desired position.

Adjustment of handrail height

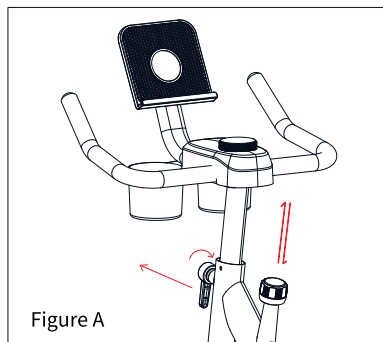


Figure A

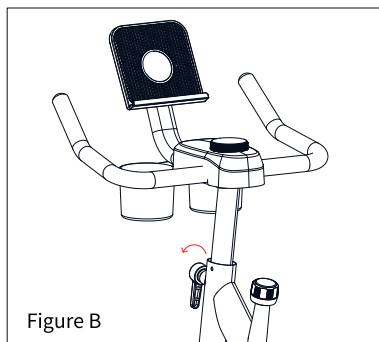


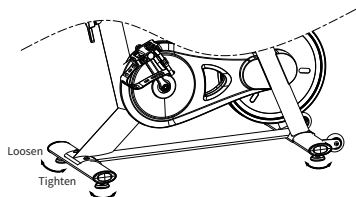
Figure B

1. You can adjust the handrail height according to your height.
 - Rotate the pull pin, loosen it and put it outward to move the handrail column up and down (Figure A).
 - After adjusting to the appropriate height, please align the pull pin and the hole of the handrail column, and tighten it by turning clockwise (Figure B).
2. If the handle lever can not be moved up and down smoothly, you can apply the lubricating oil. Please note that your hands may get dirty if you touch them directly.

Note: When adjusting, do not exceed the "STOP" mark at the minimum insertion depth.

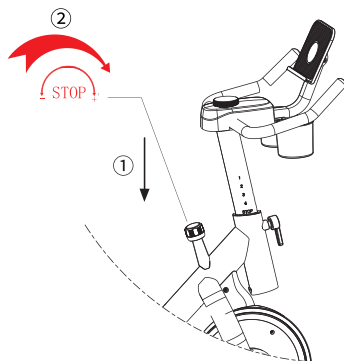
Instructions on Product Usage

Adjustment of foot pad



In order to achieve a smooth and comfortable ride, you must ensure that the spinning bike is stable and safe. If you find that the spinning bike is unstable during use, you should adjust the adjustment foot pads on the front and rear leg tubes (as shown below) until the spinning bike and the bottom surface reach a stable state.

Emergency stop and use method of brakes



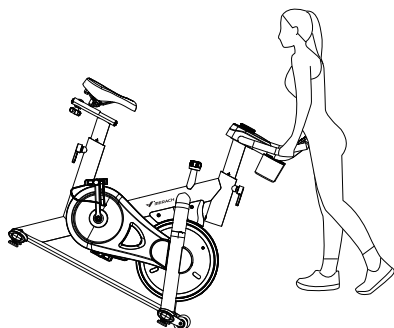
1. About emergency stop

The flywheel and the pedal of the dynamic bicycle belong to the linkage state. If the flywheel does not stop rotating, the pedals will not stop rotating. It is dangerous to leave the pedals while the pedals are rotating or to take your foot off the pedals immediately. If you need to stop the pedals in an emergency, please press the brake knob downward until the motorized bike stops.

2. How to use brakes

In case you want to stop after reaching a certain movement speed, you can put your hand on the knob and push it down to gradually add resistance to the wheels and finally stop the bike.

Machine handling instructions



1. When moving the product, hold the front of the handle and push it down so that the moving wheels of the forefoot tube completely touch the ground.

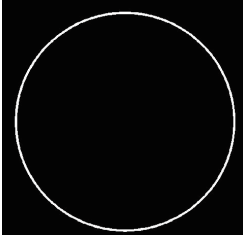
2. For women and the elderly, it is easier to hold the front leg tube with your feet and press down on the front of the steering wheel. After lifting up, the movement becomes simple. The method is the same when putting it down, first fix the front leg tube with your feet before putting it down.

Monitor Instructions

1. Main Display Instruction

Item	Item Type	Display	Description
1	Overview		1. "TIME", "SPEED", "DISTANCE", "CALORIES", "WATT", and "RPM" can be showed. 2. The status of the Bluetooth connection with . 3. Touch button on the panel. 4. Operated by knob.
2	Key functions		1. In any state touch and hold 2 seconds, all of the dates will be clean to 0. 2. Konb: Select and fix a certain function to display on the window in the exercise state.
3	SCAN mode		1. All data are showed in rotation and switched every 3s. 2. "HEART RATE" are showed in little window. (Real-time heart rate if support, Otherwise off) 3. "Time" & "Speed" & "Distance" & "Calories" & "WATT" & "RPM" are showed in main window. 4. Bluetooth icon lights up if connected, OFF disconnected.
4	Look mode		Press the knob to switch the display mode and lock the data with you want to see.

1. Main Display Instruction

5	Sleep/Wake		- Without any operation, the system will enter standby mode after three minutes, the display is off. - System can be wake up by knob pressing or exercised.
---	------------	---	--

Operation instructions



Figure 1



Figure 2



Figure 3

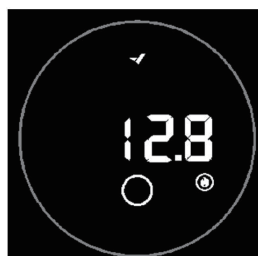


Figure 4

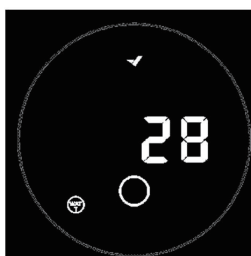


Figure 5



Figure 6

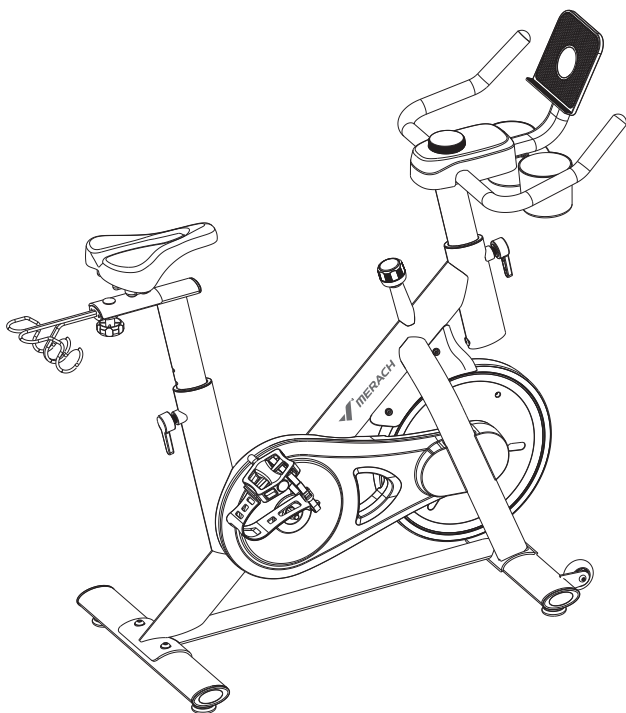
- The main window is scan mode by default, and the display order is: "Time", "speed", "distance", "calorie", "watt", and "RPM".
(Figure 1, Figure 2, Figure 3, Figure 4, Figure 5, Figure 6,) switch display every 3S.
- "Heart rate" are showed in little window. (Real-time heart rate if support , Otherwise off)
- The knob to switch the item display and lock.
- The item icon will flash in scanning mode, or the icon fixed in the lock mode.

Monitor Instructions

3.Data Display Description

Item No.	Item	Display window	Display instructions
1	Time		00:00 ~ 99:59 Starts after motion is detected and stops 4s after motion is stopped
2	Speed		Range 0.0 ~ 99.9 km/h
3	Distance		Range 0.0 ~ 999.9 km
4	Calories		Range 0.0 ~ 9999 Kcal 15Kcal/km
5	Power		Range 0~999
6	Cadence		Range 0-199
7	Bluetooth icon		ICON Display:Bluetooth Connected Not Display:Bluetooth Not Connected

Technical Details



Resistance Adjustment:	Manual
Model Name:	MR-S26
Max. User Weight:	300lbs(136kg)
Item Weight:	27kg/59.5lbs
Item Dimensions L x W x H:	42.6*19.3*48.6inch (1083*490*1234mm)
Radio Frequency:	2.4GHz
Radio Frequency Band:	2402 – 2480MHz
Maximum RF Power:	5.40dBm

EN

MERACH APP Setup

Download and use of MERACH

- * Our customer can get a 180-day MERACH membership. Please contact us through support.eu@merach.com after receiving the product to get an exclusive redemption code. Please include your order ID and MERACH app Username.

1. To download the MERACH app, scan the QR code or search "MERACH" in the Apple App Store® or Google Play Store.



MERACH APP Download



APP Connection Guide



2. Open the MERACH app. Log In or Sign Up.
3. Please note: If your phone is Apple - iPhone, please refer to the path: Profile > Settings > Language after login to switch the desired language.
4. Follow the in-app instructions to set up your device.

KINOMAP APP Setup

Download and use of KINOMAP



1. To download the Kinomap app, scan the QR code or search "Kinomap" in the Apple App Store® or Google Play Store.
2. Open the Kinomap app. Log In or Sign Up.
3. Select the corresponding fitness equipment
4. Turn on Bluetooth, and choose MERACH.
5. Select "Exercise bike", and find your "MRK-S26-XXXX".
6. Start training and explore different workout methods.

Warm-up

Do stretches before exercising. Warm muscles are easier to stretch, so start with a 5-10 minute warm-up, then do some stretches shown below - 5 times, 10 seconds or more per leg. Do it again after the workout.

1. Stretch down

Bend your knees slightly, slowly bend your body forward, relax your back and shoulders, and try to touch your toes with your hands. Hold for 10-15 seconds, then relax.

Repeat 3 times (see Figure 1).



2. Seated hamstring stretch

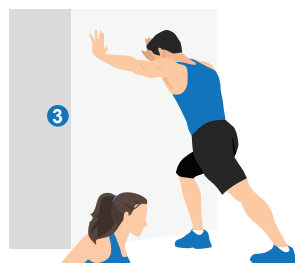
Sit with one leg straight. Bring the other leg in so that it is snug on the inside of the straightened leg. Try to touch your feet with your hand's toe. Hold for 10-15 seconds, then relax.

Repeat 3 times for each leg (see Figure 2).



3. Calf and Achilles tendon stretch

Stand with both hands against the wall or a tree, put one foot behind another. Keep the back leg straight and your heel on the ground, lean toward a wall or a tree. Hold for 10-15 seconds, then relax. Repeat 3 times for each leg (see Figure 3).



4. Quadriceps stretch

Reach back with your right hand, grab your right foot and slowly pull it toward your hips until you feel the muscles in the front of your thigh tense. Hold for 10-15 seconds, then relax.

Repeat 3 times for each leg (see Figure 4).



5. Sartorius (inner thigh muscle) stretch

Sit with your feet facing each other and your knees facing out.

Grab your feet with both hands and pull toward your groin.

Hold for 10-15 seconds, then relax.

Repeat 3 times (see Figure 5).



Troubleshooting

Problem	Possible Solution
How to adjust gear?	Turn the knob clockwise to increase resistance and counterclockwise to decrease resistance.
What to do when the handle shakes slightly?	Check whether the connecting screws of the handle and the front column tube are firmly fixed.
	Check if the retaining knob is locked.
What to do when the machine shakes during use?	Check whether the front and rear foot tubes are fastened enough.
What to do when pedals loose?	Following the setup instruction, to check whether the left and right pedals are locked on the first step.
	Following the setup instruction, to check whether the inner fixing nut of the second stage of setting up the pedal is locked.
What to do when the whole machine is slightly tilted?	Check whether the four adjusting foot pads at the bottom of the front and rear foot tubes are on the same plane.
	Adjust and rotate the raised foot pads parallel to the floor.
What to do when the monitor does not display?	Check whether the positive and negative electrodes of the battery are installed correctly.
	Replace the battery with a new one.

Warranty Information

Product Name	MERACH Exercise Bike
Model	MR-S26
Default Warranty Period	12 Months
For your own reference, we strongly recommend that you record your order number and date of purchase.	
Date of Purchase	
Serial Number	

Terms & Policy

The MERACH products are premium in material, craftsmanship, and service. MERACH 1-year limited warranty is effective from the date of purchase.

MERACH will replace defective products based on eligibility. Refunds are available to the original purchasers of our products within the first 30 days of purchase. This warranty extends only to personal use, doesn't apply to the commercial, rental, or any other uses for which the product is not intended for. There are no warranties other than the warranties expressly set forth with each product.

This warranty is non-transferable. MERACH is not responsible for any damages, losses or inconveniences caused by equipment's failure, user's negligence, user's abuse, or improper operation that does not follow the included user manual.

This warranty does not apply to the following situations:

- Damage due to abuse, accident, alteration or vandalism.
- Improper or inadequate maintenance.
- Damage in return transit.
- Unsupervised use by children under 14 years old.

MERACH and its subsidiaries are only responsible for damages caused by the intended use or as instructed in the user manual. Some states do not allow this exclusion or limitation of incidental or consequential losses, so the above disclaimer may not apply to you. This warranty gives you specific legal rights and you may also have other rights, which may vary from state to state.

All expressed and implied warranties, including the warranty of merchantability, are limited to the period of the limited warranty.

Warranty Information

Additional 12-month Warranty:

You can enjoy an additional 12-month warranty. Just active your warranty by sending the product's model name via **register@merach.com**, or log onto **merachfit.com/pages/warranty-europe** and enter your order number (i.e. Amazon) within the first 14 days of purchase to register your new product for the extended warranty. If you are unable to provide the order number for your product, please type a short note in the order number field along with the date you received your product.

Defective Products & Returns:

Should your product prove defective within the specified warranty period, please contact the Customer Support via **support.eu@merach.com** with your invoice and order number. **DO NOT** dispose of your product before contacting us. Once our Customer Support team has approved your request, please return the product with a copy of your invoice and order number.

Customer Support

Your satisfaction is our goal! Should you encounter any issues or have any questions about your new product, feel free to contact our Customer Support Team via **support.eu@merach.com**

TikTok's shop Exclusive after-sales: **service@merach.com**

US/CA: 1-(877) 3563730 Mon-Fri 8am-5pm (PST)

*** Please have your Order ID and serial number (usually on the rear foot pipe) ready before contacting Customer Support.**



Hallo!

**Bitte registrieren Sie Ihre Garantie,
um sich zu schützen!**



Senden Sie Ihr Artikelmodell per E-Mail an
support.eu@merach.com



Registrieren Sie Ihre Garantie über
merachfit.com/pages/warranty-europe

DE

Sicherheitshinweise

- Bitte bewahren Sie dieses Handbuch zum späteren Nachschlagen an einem sicheren Ort auf.
- Lesen Sie das gesamte Handbuch gründlich durch, bevor Sie das Gerät installieren und benutzen. Ein sicheres und effektives Training kann nur erreicht werden, wenn das Gerät ordnungsgemäß zusammengebaut, gewartet und benutzt wird. Stellen Sie sicher, dass alle Benutzer mit allen Warnhinweisen und Vorsichtsmaßnahmen für dieses Gerät vertraut sind.
- Bitte wenden Sie sich an Ihren Arzt, um festzustellen, ob Sie medizinische oder körperliche Einschränkungen haben, die Ihre Gesundheit und Sicherheit gefährden oder Sie daran hindern könnten, das Gerät ordnungsgemäß zu benutzen.
- Der Rat Ihres Arztes ist unerlässlich, wenn Sie Medikamente einnehmen, die Ihre Herzfrequenz, Ihren Blutdruck oder Ihren Cholesterinspiegel beeinflussen.
- Achten Sie bitte immer auf Ihre Körpersignale, eine unsachgemäße Benutzung des Geräts kann Ihre Gesundheit beeinträchtigen. Wenn Sie irgendwelche Symptome bemerken (einschließlich Kopfschmerzen, Schmerzen in der Brust, unregelmäßiger Herzschlag, Kurzatmigkeit, Schwindel oder anderes Unbehagen), beenden Sie sofort das Training und suchen Sie Ihren Arzt auf, bevor Sie erneut trainieren.
- Halten Sie Kinder und Haustiere immer vom Gerät fern. Das Gerät ist nur für Erwachsene geeignet.
- Bitte verwenden Sie dieses Gerät auf einem stabilen und waagerechten Boden und legen Sie eine Schutzschicht oder einen Teppich auf den Boden, um Schäden zu vermeiden.
- Stellen Sie sicher, dass der Abstand zwischen dem Gerät und jedem Hindernis mindestens 0,6 m (2,0 Fuß) beträgt.
- Vergewissern Sie sich, dass alle Schrauben und Muttern richtig angezogen sind, bevor Sie das Gerät benutzen.
- Die sichere Verwendung des Geräts kann nur dann gewährleistet werden, wenn es regelmäßig gewartet und repariert wird und abgenutzte und defekte Teile ausgetauscht werden.
- Bitte befolgen Sie die Anweisungen in diesem Handbuch, um das Gerät zu benutzen. Bitte stellen Sie den Betrieb sofort ein, wenn Sie defekte Teile finden oder ungewöhnliche Geräusche hören.
- Vergewissern Sie sich, dass alle Probleme behoben sind, bevor Sie das Gerät wieder benutzen.
- Bitte tragen Sie Sportkleidung, Sportschuhe oder andere angemessene Kleidung. Lockersitzende Kleidung wird nicht empfohlen, da sich lockere Kleidung im Gerät verfangen kann, was den Betrieb behindert und möglicherweise zu Verletzungen führt.

- Dieses Gerät ist nur für den Heimgebrauch bestimmt. Das maximale Benutzergewicht beträgt 136 kg.
- Dieses Gerät ist nicht für die professionelle medizinische Behandlung geeignet.
- Dieses Produkt ist nur für den Hausgebrauch bestimmt.
- Die Gesamtleistung des Geräts und alle beweglichen Teile müssen regelmäßig überprüft werden, um die Sicherheit des Geräts zu gewährleisten.
- Wenn die beweglichen Teile beschädigt sind, verwenden Sie das Gerät bitte nicht, bis die Teile repariert sind.
- Halten Sie Kinder von dem Gerät fern. Das Gerät ist nicht für Kinder bestimmt, die es benutzen oder damit spielen sollen. Sie können sich versehentlich verletzen.

Pflege und Wartung

- Lagern Sie das Gerät nicht an einem Ort, der direktem Sonnenlicht, Wind und Regen oder hoher Luftfeuchtigkeit ausgesetzt ist. Falls erforderlich, verpacken Sie das Gerät bitte so, dass Kinder es nicht berühren oder damit spielen können.
- Überprüfen Sie bitte, ob nach längerer Lagerung Rost oder Risse vorhanden sind.
- Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass bei Verschleißteilen auch bei ordnungsgemäßer Wartung Abnutzungerscheinungen auftreten können.
- Wenn Sie das Gerät über einen längeren Zeitraum verwenden, wischen Sie bitte regelmäßig den Staub ab. Geben Sie kein Wasser darauf und wischen Sie es nicht mit Benzin, Scheuermittel usw. ab. Andernfalls kann es zu Rissen an den Teilen oder dem Gehäuse, einem elektrischen Schlag oder einem Brand kommen.
- Bitte verwenden Sie zur Pflege verdünntes, neutrales Reinigungsmittel.



Bevor Sie mit dem Training beginnen, fragen Sie bitte Ihren Arzt, insbesondere wenn Sie über 35 Jahre alt sind oder bereits gesundheitliche Probleme haben.
Bitte lesen Sie alle Anweisungen, bevor Sie das Gerät benutzen.



Dieses Symbol steht für „Conformité Européene“, was „Konformität mit EU-Richtlinien“ bedeutet. Mit dem CE-Zeichen bestätigt der Hersteller, dass dieses Produkt mit einschlägigen europäischen Richtlinien und Verordnungen konform ist.



Dieses Symbol steht für „UK Conformity Assessed“, was „Konformität mit britischen Standards“ bedeutet. Mit dem UKCA-Zeichen bestätigt der Hersteller, dass dieses Produkt mit einschlägigen britischen Standards konform ist.

SIMPLIFIED EU DECLARATION OF CONFORMITY

- Hiermit erklärt Zhejiang Yulu Electronic Technology Co.,Ltd., dass der Fitnessgeräte MERACH MR-S26 der Richtlinie 2014/53/EU entspricht.
- Der vollständige Text der EU-Konformitätserklärung ist unter der folgenden Internetadresse verfügbar:
<https://merachfit.com/pages/declarations-of-conformity>

ENTSORGUNGSHINWEISE



Verpackungsmaterialien sind Rohstoffe und können wieder verwendet werden. Trennen Sie die Verpackungen sortenrein und führen Sie diese im Interesse der Umwelt einer ordnungsgemäßen Entsorgung zu. Nähere Informationen erhalten Sie auch bei Ihrer zuständigen Verwaltung.



Altgeräte gehören nicht in den Hausmüll!

Entsorgen Sie auch Altgeräte fachgerecht! Sie tragen damit zum Umweltschutz bei. Über Sammelstellen und Öffnungszeiten informiert Sie Ihre örtliche Verwaltung.



Batterien gehören nicht in den Hausmüll!

Als Endverbraucher sind Sie gesetzlich verpflichtet, gebrauchte Batterien zurückzugeben. Sie können Ihre alten Batterien bei den öffentlichen Sammelstellen in Ihrer Gemeinde oder überall dort abgeben, wo Batterien der betreffenden Art verkauft werden.

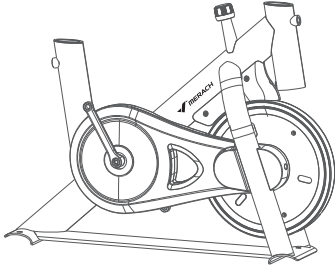
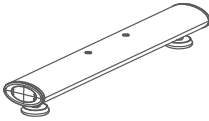
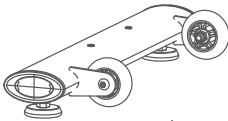
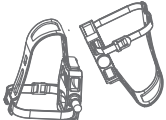
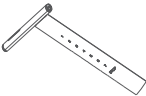
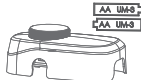
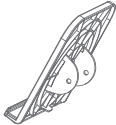
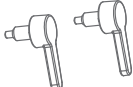
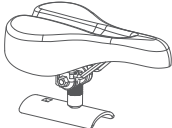
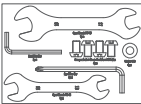
Manufactured by:

Zhejiang Yulu Electronic Technology Co.,Ltd.
Room 805, 8th Floor, Xianfeng
Technology Building, 298 Weiye Road,
Binjiang District, Hangzhou,
Zhejiang Province, China
yulu_mrk@merach.com

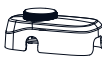
Imported by:

HANGZHOU JINGGE E-COMMERCE LTD
Room 1205, Xianfeng Technology Building,
298 Weiye Road, Puyan Subdistrict,
Binjiang District, Hangzhou,
Zhejiang Province, China
jingge_mrk@163.com

Teileliste

#1 Hauptgestell 	 #6 Hinterer FuBstabilisator	 #26 Schlossschraube x1 #74 Unterlegscheibe x1 #24 Feststellknopf x1
	 #7 Vorderer FuBstabilisator	
	 #40 Rechtes Pedal #56 Linkes Pedal	 #2 Sattelstutze
 #8 iPad Halterung Unterstützungsrohr	 #98 Monitor Dekorabdeckung Batterien	 #11 iPad-Halter
 #29 L Form Pop Pin Knopf*2	 #5 Lenker	 #105 Hantelständer
		 #16 Flaschenhalter
 #3 Sitzschieberbaugruppe #9 Sitz #E Steckschlüssel	 Schraubenkit	 Bedienungsanleitung

Werkzeugliste

Schritt 1		#D	#6 Innensechskantschlüssel mit Phillips Schraubendreherkopf x1
		#35	Sechskantschraube mit Zylinderkopf M10*16 x4
		#36	Unterlegscheibe x4
Schritt 2		#B	#17-#19 Ringschlüssel x1
		#A	#13-#15 Ringschlüssel x1
Schritt 3		#29	L-förmiger Pop Pin Knopf x1
Schritt 4		#E	Steckschlüssel x1
		#26	Karoserieschraube x1
		#74	Unterlegscheibe x1
		#24	Rändelknopf x1
		#106	Kreuzschlitz-Flachkopfschraube M5*12 x2
Schritt 5		#C	#5 Innensechskantschlüssel x1
		#29	L-förmiger Pop Pin Knopf x1
Schritt 6		#D	#6 Innensechskantschlüssel mit Phillips Schraubendreherkopf x1
		#10	Sechskantschraube mit Zylinderkopf x4
		#17	Unterlegscheibe x4
Schritt 7		#C	#5 Innensechskantschlüssel x1
		#101	Sechskantschraube mit Flachkopf x2
		#12	Sechskantschraube mit Flachkopf x2
		#13	Elastikpad x2
		#14	Unterlegscheibe x2
Schritt 8		#C	#5 Innensechskantschlüssel x1
		#12	Sechskantschraube mit Flachkopf x2
Schritt 9		#98	AA Batterie x2
Schritt 10		#98	Monitor mit Dekorabdeckung x1



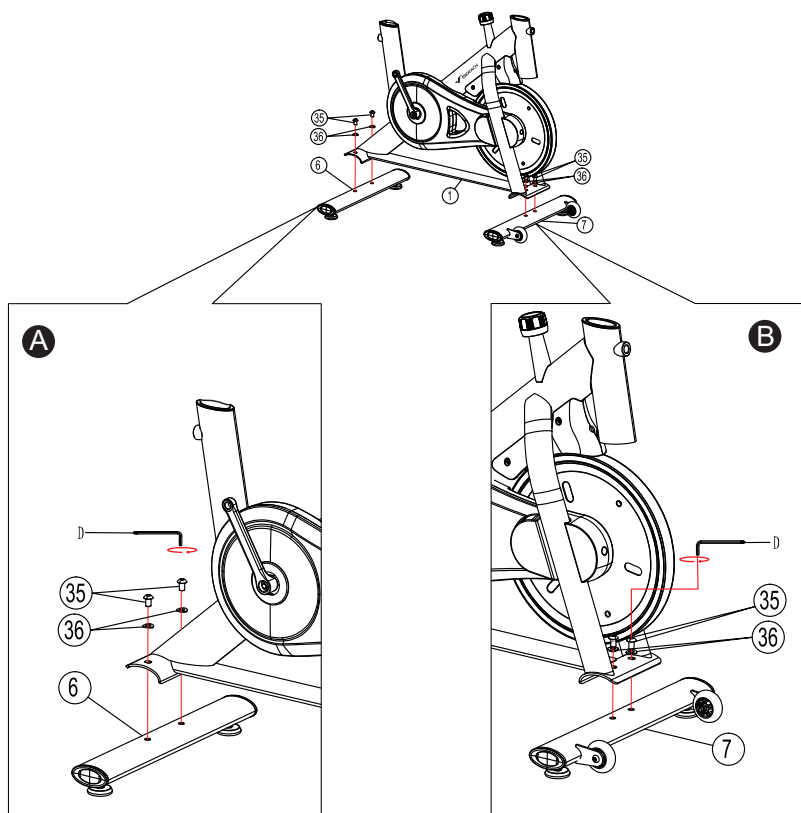
Tipps

Scannen Sie den QR-Code, um das Installationsvideo anzusehen.

Schritt 1: Vorderen und Hinteren Stabilisator installieren

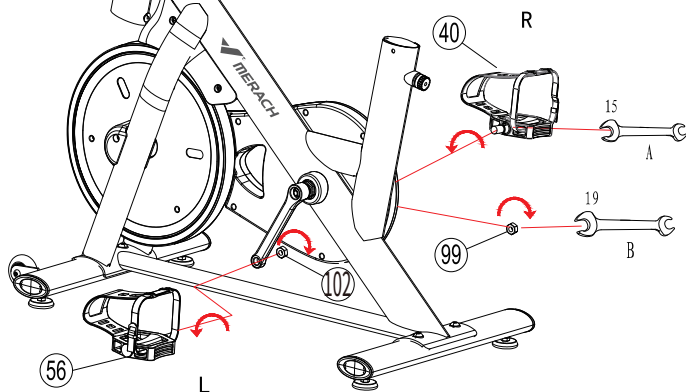
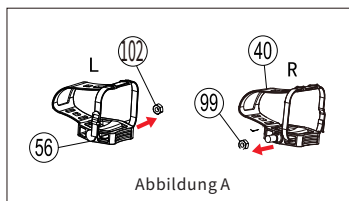
A: Platzieren Sie den Hinterer Fußstabilisator (6) wie in der Abbildung gezeigt und richten Sie ihn mit den Befestigungslöchern am Rahmen aus. Befestigen Sie ihn am Rahmen mit Werkzeug D, 2PCS Sechskantschraube mit Zylinderkopf M10*16 (35) und der Unterlegscheibe (36) (Abbildung A).

B: Platzieren Sie den Vorderer Fußstabilisator (7) wie in der Abbildung gezeigt und richten Sie ihn mit den Befestigungslöchern am Rahmen aus. Befestigen Sie ihn am Rahmen mit Werkzeug D, 2PCS Sechskantschraube mit Zylinderkopf M10*16 (35) und der 2PCS Unterlegscheibe (36) (Abbildung B).



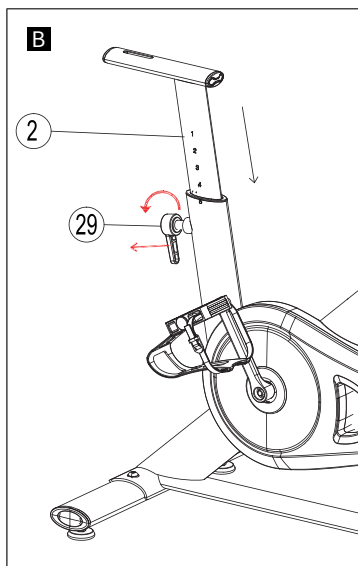
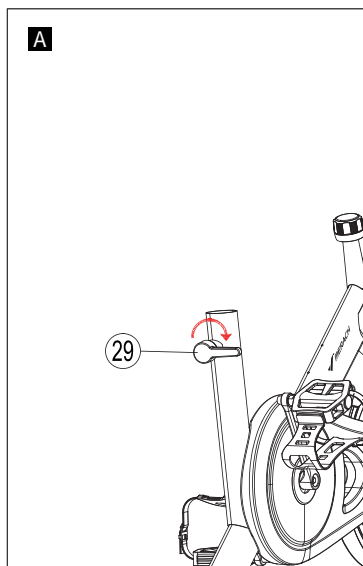
Schritt 2: Linkes und Rechtes Pedal installieren

- A. Entfernen Sie die Linke Sechskantmutter (102) am Linkes Pedal (56) und die Rechtes Sechskantmutter (99) am Rechtes Pedal (40) mit dem Werkzeug B-#19 und legen Sie sie beiseite (Abbildung A). Beachten Sie, dass die beiden Muttern unterschiedlich sind. Denken Sie also daran, die Linkes Mutter und das Linkes Pedal als Gruppe und die Rechtes Mutter und das Rechtes Pedal als Gruppe zusammenzustellen.
- B. Installieren Sie das Linkes Pedal (56), indem Sie es vertikal mit dem linken Kurbellochausrichten. Drehen Sie das Linkes Pedal (56) von Hand 3 Umdrehungen in die in der Abbildung gezeigte Richtung (in Richtung des Schwungrads) und verriegeln Sie dann das Pedal mit dem Werkzeug A-#15.
- C. Zum Schluss montieren Sie die entfernte Linke Sechskantmutter (102) mit Werkzeug B-#19 wieder am Linkes Pedal (56).
- D. Installieren Sie das Rechtes Pedal (40) auf die gleiche Weise. Beachten Sie, dass die Anzugsrichtung auf beiden Seiten zum Schwungrad zeigt.



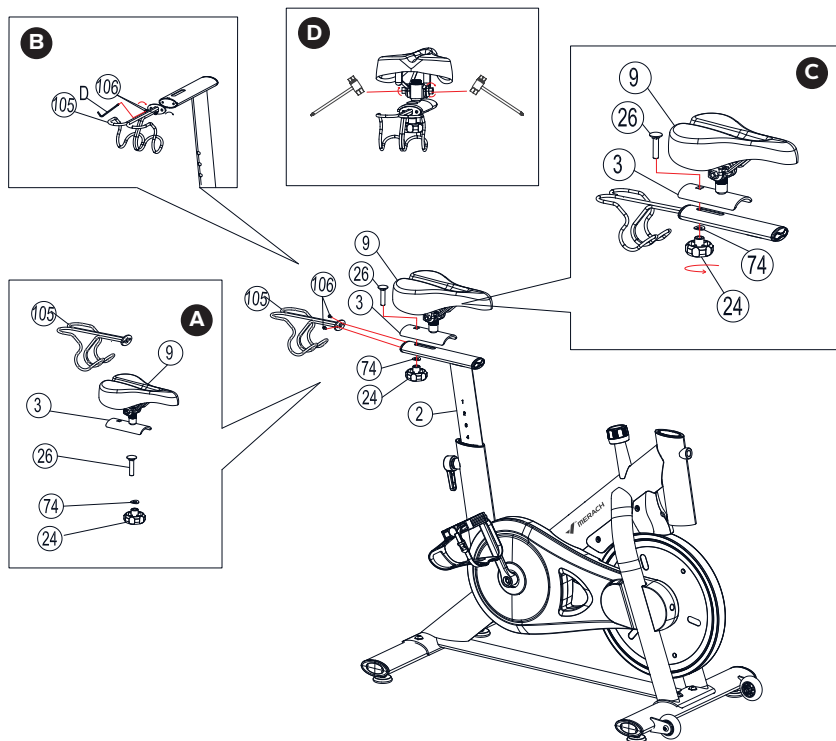
Schritt 3: Sattelstutze installieren

- A. Wie im Bild gezeigt, 1PCS L Form Pop Pin Knopf (29) leicht 3 Umdrehungen, um ihn am Rahmen zu befestigen (Abbildung A).
- B. 1PCS Halten Sie den Griff des Knopfes (29) mit einer Hand fest und ziehen Sie ihn heraus. Legen Sie mit der anderen Hand das Sitzkissen oberen und unteren Sattelstutze (2) in den Rahmen. Stellen Sie es auf die geeignete Höhe ein und drehen Sie dann den Knopf (29), um das Einstellrohr zu verriegeln (Abbildung B).

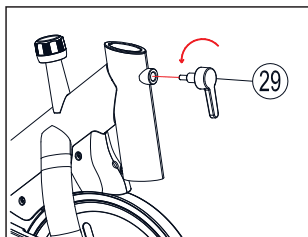


Schritt 4: Sitzgleiter und Sitz einbauen

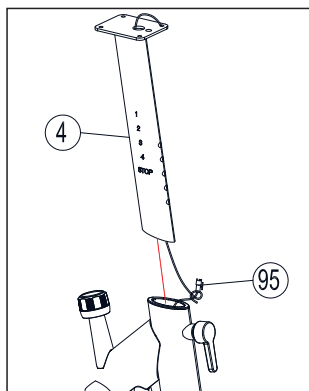
- A. Nehmen Sie den Sitzgleiter (3) und den Sitz (9), 1 Schlossschraube (26), 1 Unterlegscheibe (74), 1 Feststellknopf (24) und die Hantelablage (105) aus dem inneren Verpackungsschaumstoff heraus und legen Sie sie zur späteren Verwendung beiseite. Wie in Abbildung A gezeigt
- B. Richten Sie, wie in Abbildung B gezeigt, das Schraubenloch der Hantelablage (105) auf das hintere Loch der Sattelstütze (2) aus, setzen Sie die 1 Kreuzschlitzschraube M5*12 (106) ein und sichern Sie sie mit Werkzeug C
- C. Setzen Sie, wie in Abbildung C gezeigt, den Sitz (9) und den Sitzgleiter (3) auf die Sattelstütze (2), und verwenden Sie dann 1 Schlossschraube (26) & Unterlegscheibe (74) & Verschlussknopf (24), um sie zu verriegeln.
- D. Prüfen Sie, wie in Abbildung D gezeigt, ob der Sitz verriegelt ist. Wenn er lose ist, ziehen Sie die Muttern auf beiden Seiten des Sitzes mit dem Steckschlüssel E fest.



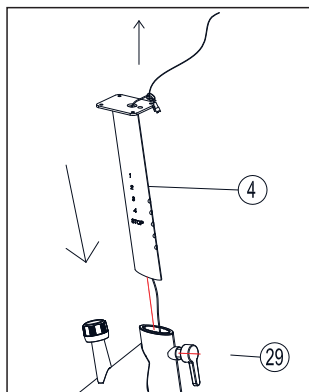
Schritt 5: Sensor-Mittelkabel und Lenkerpfosten installieren



A. Nehmen Sie den L Form Pop Pin Knopf (29) aus der Innenverpackung und drehen Sie ihn 3 Umdrehungen, um ihn am Rahmen zu befestigen.



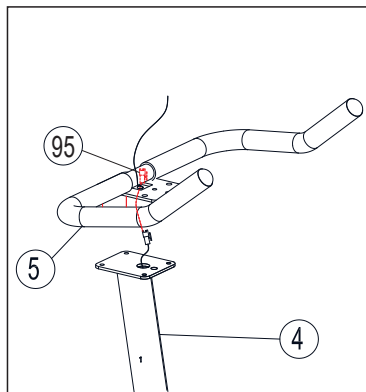
B. Entknoten Sie dann das am Boden des Lenkerstange (4) fixierte Stahlseil. Befestigen Sie das Sensor-Mittelkabel (95) mit dem Ende des Stahlseils.



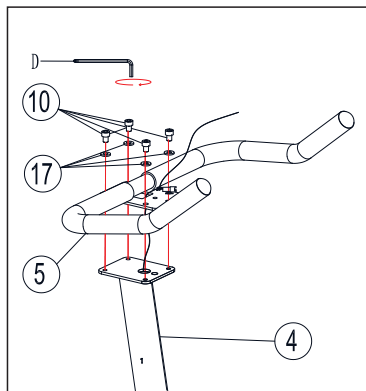
C. Ziehen Sie das oberste Ende des Stahlseils, um das Sensor-Mittelkabel (95) durch den Inneren des Lenkerstange (4) nach oben zu führen und an Ort und Stelle zu halten.

D. Halten Sie den L Form Pop Pin Knopf (29) und ziehen Sie ihn nach außen, während Sie Lenkerstange (4) in den Hauptrahmen (1) in die richtige Position installieren. Und drehen Sie den L Form Pop Pin Knopf (29), um den Lenkerstange (4) zu verriegeln.

Schritt 6: Lenker installieren



A. Ziehen Sie das Stahlseil, um den Stecker des Sensor-Mittelkabels (95) durch den Schlitz in der Mitte des Lenker (5) befestigungsstück zu führen.

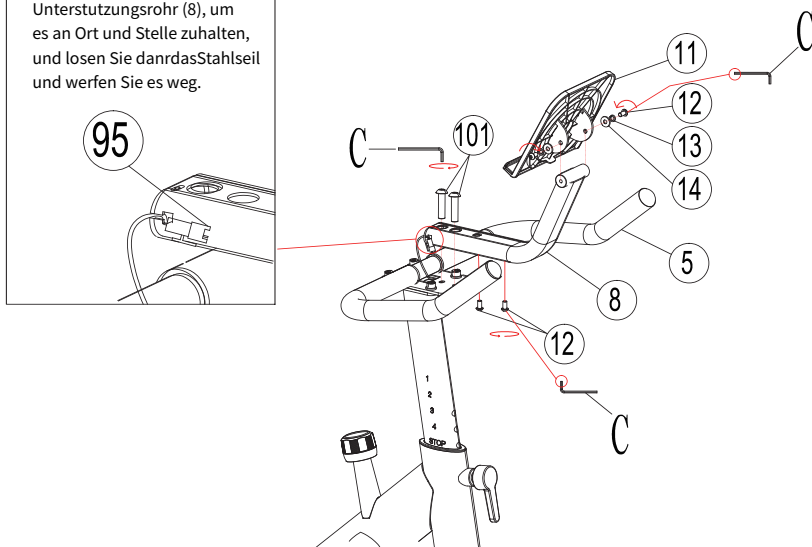


B. Platzieren Sie den Lenker (5) wie gezeigt auf dem Lenkerstange (4). Stellen Sie sicher, dass die Locher ausgerichtet sind. Befestigen Sieden Lenker (5) wie in derAbbildunggezeigt am Lenkerstange (4), indemSie Werkzeug D-#6, 4PCS Sechskantschraube mit Zylinderkopf (10) und 4PCS Unterlegscheibe (17) verwenden.

Schritt 7: Installieren Sie die iPad Halterung und den iPad Halter Stützrohr

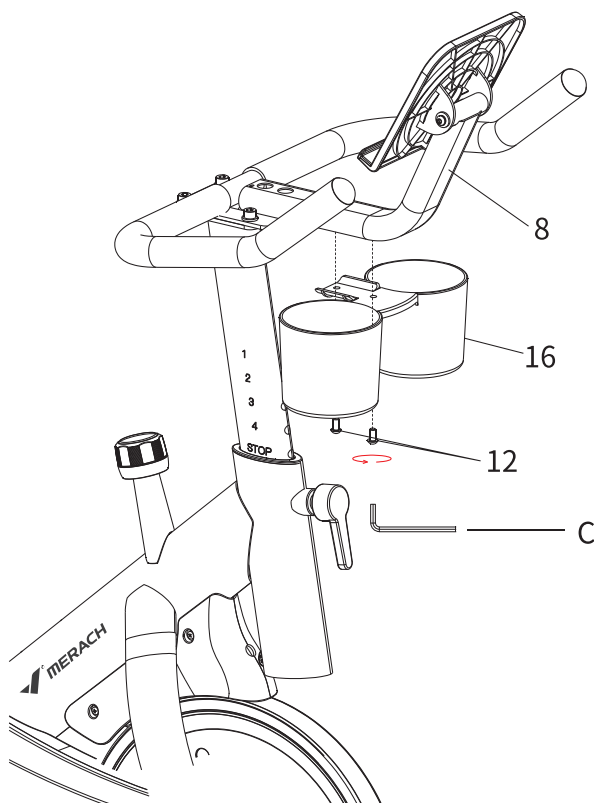
- A. Nehmen Sie das iPad Halterung Unterstutzungsrohr (8) aus der Innenverpackung und entfernen Sie die 2PCS Sechskantschraube mit Flachkopf (101) auf dem Rohr und die 2PCS Sechskantschraube mit Flachkopf (12) auf der Rückseite des Rohrs und legen Sie sie beiseite.
- B. Platzieren Sie das iPad Halterung Unterstutzungsrohr (8) auf dem Lenker (5). Verriegeln Sie es dann mit Hilfe von Werkzeug C und 2PCS Sechskantschraube mit Flachkopf (101).
- C. Entfernen Sie dann die 2PCS Inbusschrauben mit Zylinderkopf (12), 2PCS Elastikpad (13) und 2PCS Unterlegscheiben (14) von der Oberseite des iPad Halterung Unterstutzungsrohr (8) mit Werkzeug C.
- D. Richten Sie die Löcher auf der Rückseite des iPad-Halter (11) mit den Löchern oben im iPad Halterung Unterstutzungsrohr (8) aus. Sichern Sie es dann mit Hilfe von Werkzeug C und 2PCS Sechskantschraube mit Flachkopf (12), 2PCS Elastikpad (13) 2PCS Unterlegscheibe (14), wie in der Abbildung gezeigt.

Legen Sie das Sensor-Mittelkabel (95) in den Schlitz hinter dem iPad Halterung Unterstutzungsrohr (8), um es an Ort und Stelle zu halten, und lösen Sie dann das Stahlseil und werfen Sie es weg.



Schritt 8: Flaschenhalter installieren

Richten Sie die Schraubenlöcher am Flaschenhalter (16) mit den Schraubenlöchern an der iPad Halterung Unterstützungsrohr (8) aus. Ziehen Sie dann den Flaschenhalter mit der zuvor entfernten Sechskantschraube mit Flachkopf (12) in Schritt 7 und Werkzeug C fest.



Schritt 9: Batterien installieren

Entfernen Sie die Rückenabdeckung von Hand (Abbildung A), bereiten Sie dann die Batterien vor (Abbildung B) und installieren Sie 2PCS AA-Batterien (98) (Abbildung C). Installieren Sie anschließend die Rückenabdeckung, um die Batterieinstallation abzuschließen (Abbildung D).

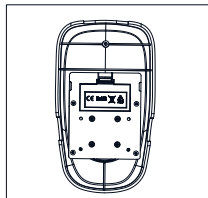


Abbildung A

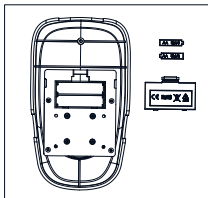


Abbildung B

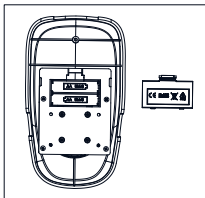


Abbildung C

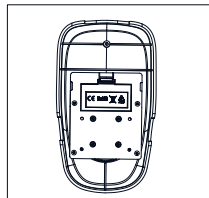
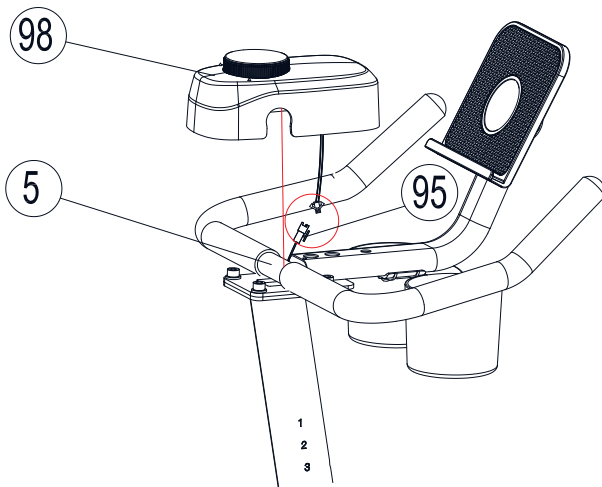


Abbildung D

Schritt 10: Monitor-Dekorabdeckung installieren

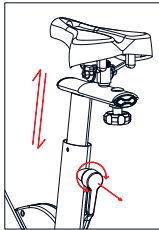
Stecken Sie das Kabel von der Rückseite der Monitor-Dekorabdeckung (98) und das Sensor-Kabel (95), das aus dem Lenker (5) herauskommt. Drücken Sie dann die Monitor-Dekorabdeckung (98) auf den Lenker.



DE

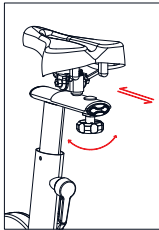
Die Installation ist abgeschlossen. Überprüfen Sie alle Montageschrauben und stellen Sie sicher, dass sie festgezogen sind.

Einstellungsmethode des Sattels



Auf- und Ab-Einstellungsmethode:

Drehen Sie den Sattelsäulenknopf mit einer Hand, lockern Sie ihn leicht und ziehen Sie ihn nach außen. Greifen Sie den Sattel mit der anderen Hand und ziehen Sie ihn nach oben (oder unten). Bewegen Sie die Säule des Sattels leicht auf und ab, nachdem Sie sie auf die gewünschte Position eingestellt haben. Lösen Sie die Feder, um sie in die Originalposition zurückzusetzen (der Knopf befindet sich bereits im Griff der Sattelsäule, wenn Sie ein "Klick"-Geräusch hören), und ziehen Sie dann den Knopf wieder fest.



Vor- und Rückwärtsverstellungsmethode:

Lösen Sie den Knopf unten am Sattel und schieben Sie den Sattel vor und zurück. Ziehen Sie den Knopf nach der Einstellung auf die gewünschte Position fest.

Einstellung der Handlaufhöhe

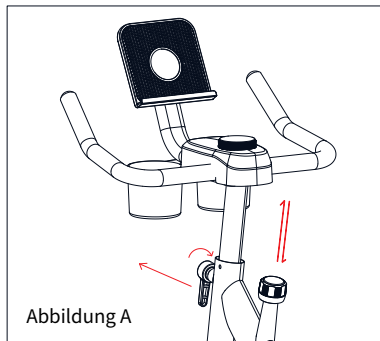


Abbildung A

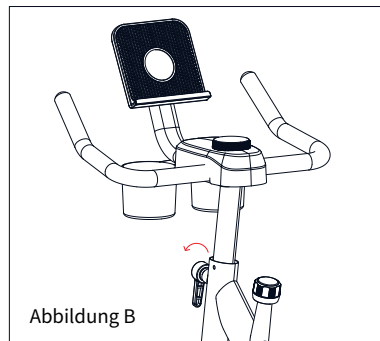


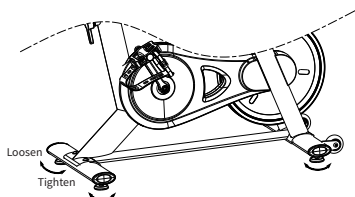
Abbildung B

Sie können die Handlaufhöhe entsprechend Ihrer Größe einstellen. Drehen Sie den Zugstift, lösen Sie ihn und ziehen Sie ihn nach außen, um die Handlaufspalte auf und ab zu bewegen (Abbildung A).

Nach der Anpassung auf die geeignete Höhe richten Sie bitte den Zugstift und das Loch der Handlaufspalte aus und ziehen ihn im Uhrzeigersinn fest (Abbildung B).

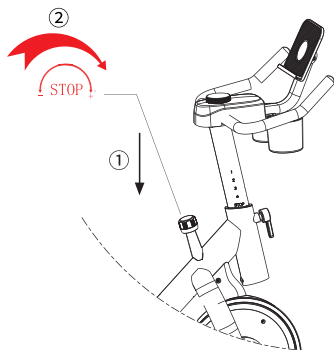
Wenn der Griffhebel nicht reibungslos auf und ab bewegt werden kann, können Sie Öl auftragen. Beachten Sie bitte, dass Ihre Hände schmutzig werden können, wenn Sie sie direkt berühren.

Einstellung des Fußpolsters



Um eine reibungslose und komfortable Fahrt zu gewährleisten, müssen Sie sicherstellen, dass das Spinning Bike stabil und sicher ist. Wenn Sie feststellen, dass das Spinning-Bike während der Verwendung instabil ist, sollten Sie die Einstellfußpads an den Vorder- und Hinterbeinrohren (wie unten gezeigt) justieren, bis das Spinning-Bike und die Unterseite eine stabile Position erreichen.

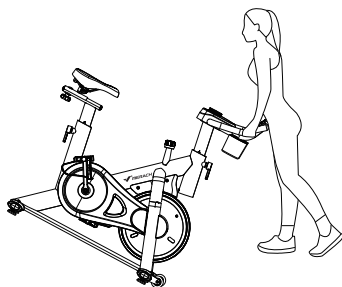
Notfallstopp und Bremsenverwendungsmethode



1. Über den Notfallstopp gehören das Schwungrad und das Pedal des Fahrrads zum Verbindungszustand. Wenn das Schwungrad nicht aufhört zu rotieren, werden die Pedale nicht aufhören zu rotieren. Es ist gefährlich, die Pedale zu verlassen, während die Pedale rotieren oder sofort den Fuß von den Pedalen zu nehmen. Wenn Sie die Pedale in einem Notfall stoppen müssen, drücken Sie bitte den Bremsknopf nach unten, bis das motorisierte Fahrrad anhält.

2. Wie man die Bremsen verwendet, wenn Sie nach Erreichen einer bestimmten Bewegungsgeschwindigkeit stoppen möchten: Legen Sie Ihre Hand auf den Knopf und drücken Sie ihn nach unten, um allmählich Widerstand gegen die Räder hinzuzufügen und das Fahrrad schließlich anzuhalten.

Anweisungen zur Handhabung der Maschine



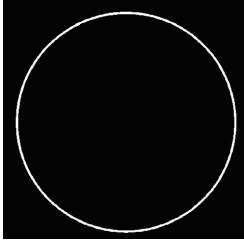
1. Beim Bewegen des Produkts halten Sie den vorderen Teil des Lenkers und drücken Sie ihn nach unten, damit die beweglichen Räder des vorderen Fußrohrs vollständig den Boden berühren.

2. Für Frauen und ältere Menschen ist es einfacher, das vordere Beinrohr mit den Füßen zu halten und auf die Vorderseite des Lenkrads zu drücken. Nach dem Anheben wird die Bewegung einfach. Die Methode ist dieselbe beim Absetzen; fixieren Sie zuerst das vordere Beinrohr mit Ihren Füßen, bevor Sie es absetzen.

1. Hauptanzeigeanleitung

Item	Item Type	Display	Description
1	Übersicht		1. "ZEIT", "GESCHWINDIGKEIT", "DISTANZ", "KALORIEN", "WATT" und "RPM" können angezeigt werden. 2. Der Status der Bluetooth-Verbindung mit . 3. Touch-Taste auf dem Bedienfeld. 4. Bedienung über Knopf.
2	Tastenfunktionen		1. In jedem Zustand berühren und 2 Sekunden gedrückt halten, alle Daten werden auf 0 zurückgesetzt. 2. Knopf: Eine bestimmte Funktion auswählen und festlegen, die im Übungszustand im Fenster angezeigt werden soll.
3	SCAN-Modus		1. Alle Daten werden abwechselnd angezeigt und alle 3 s umgeschaltet. 2. „HERZFREQUENZ“ wird in einem kleinen Fenster angezeigt. (Herzfrequenz in Echtzeit, wenn unterstützt, sonst aus) 3. „Zeit“ & „Geschwindigkeit“ & „Entfernung“ & „Kalorien“ & „WATT“ & „RPM“ werden im Hauptfenster angezeigt. 4. Das Bluetooth-Symbol leuchtet, wenn eine Verbindung besteht, AUS, wenn keine Verbindung besteht.
4	Sperrmodus		Drücken Sie den Knopf, um den Anzeigemodus zu wechseln und die Daten zu sperren, die Sie sehen möchten.

1. Hauptanzeigeanweisung

5	Ruhe-/ Aktivmodus		1. Ohne Bedienung wechselt das System nach drei Minuten in den Standby-Modus, das Display ist ausgeschaltet. 2. Das System kann durch Drücken des Knopfs oder durch Ausführen von Übungen aufgeweckt werden.
---	----------------------	---	---

Bedienungsanleitung



Abbildung 1



Abbildung 2



Abbildung 3



Abbildung 4



Abbildung 5



Abbildung 6

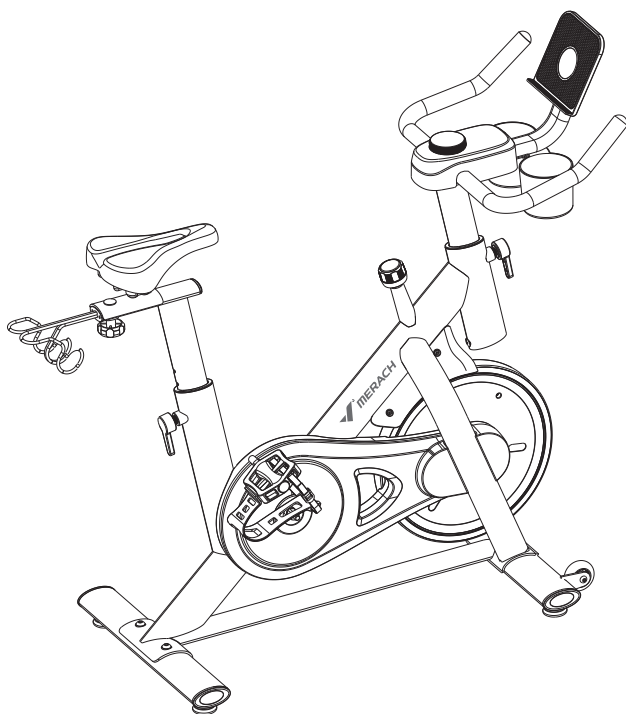
1. Das Hauptfenster ist standardmäßig im Scanmodus und die Anzeigereihenfolge ist: "Zeit", "Geschwindigkeit", "Entfernung", "Kalorien", "Watt" und "RPM". (Abbildung 1, Abbildung 2, Abbildung 3, Abbildung 4, Abbildung 5, Abbildung 6) Die Anzeige wird alle 3 Sekunden umgeschaltet.
2. "Herzfrequenz" wird in einem kleinen Fenster angezeigt. (Echtzeit-Herzfrequenz, wenn unterstützt, sonst aus)
3. Der Knopf zum Umschalten und Sperren der Artikelanzeige.
4. Das Artikelsymbol blinkt im Scanmodus oder ist im Sperrmodus fixiert.

Monitor-Anweisungen

3.Datenanzeige-Beschreibung

Nr.	Datenpunkt	Anzeigefenster	Anzeige-Anweisungen
1	Zeit		00:00 ~ 99:59 Beginnt nach Erkennung von Bewegung und stoppt 4 Sekunden nach Beendigung der Bewegung
2	Geschwindigkeit		Bereich 0.0 ~ 99.9 km/h
3	Entfernung		Bereich 0,0 ~ 999,9 km
4	Kalorien		Bereich 0.0 ~ 9999 Kcal
5	Leistung		Bereich 0~999
6	Kadenz		Bereich 0-199
7	Bluetooth-Symbol		Symbolanzeige: Bluetooth verbunden Keine Anzeige: Bluetooth nicht verbunden

Technische Daten



Modellname	MR-S26
Max. Benutzergewicht	136kg
Artikelgewicht	27kg
Artikelabmessungen	1083*490*1234mm
Funkfrequenz:	2,4GHz
Funkfrequenzband:	2402 – 2480MHz
Maximale HF-Leistung:	5,40dBm

MERACH herunterladen und verwenden

- * Unsere Kunden können eine 180-tägige MERACH-Mitgliedschaft erwerben. Bitte kontaktieren Sie uns über **support.eu@merach.com** nach Erhalt des Produkts, um einen exklusiven Gutscheincode zu erhalten. Code zu erhalten. Bitte geben Sie Ihre Bestell-ID und Ihren MERACH-App-Benutzernamen an.

1. Um die MERACH-App herunterzuladen, scannen Sie den QR-Code oder suchen Sie "MERACH" im Apple App Store® oder Google Play Store.



MERACH APP Herunterladen



APP Verbindungsanleitung



2. Öffnen Sie die MERACH-App. Loggen Sie sich ein oder melden Sie sich an.
3. Bitte beachten Sie: Wenn Ihr Telefon ein Apple - iPhone ist, beachten Sie bitte den Pfad: Profil > Einstellungen > Sprache nach der Anmeldung, um die gewünschte Sprache zu wechseln.
4. Folgen Sie den Anweisungen in der App, um Ihr Gerät einzurichten.

KINOMAP APP Einrichtung

KINOMAP herunterladen und verwenden



1. Um die Kinomap-App herunterzuladen, scannen Sie den QR-Code oder suchen Sie "Kinomap" im Apple App Store® oder Google Play Store.
2. Öffnen Sie die Kinomap-App und melden Sie sich an oder registrieren Sie sich.
3. Wählen Sie das entsprechende Fitnessgerät
4. Schalten Sie Bluetooth ein und wählen Sie Merach.
5. Wählen Sie "Heimtrainer", und suchen Sie Ihr "MR-S26-XXXX".
6. Beginnen Sie mit dem Training und erkunden Sie verschiedene Trainingsmethoden.

Dehnen Sie sich, bevor Sie trainieren. Warme Muskeln lassen sich leichter dehnen. Beginnen Sie also mit einer 5-10-minütigen Aufwärmphase und führen Sie dann einige der unten aufgeführten Dehnungen aus: 5 Mal, 10 Sekunden oder länger pro Bein. Wiederholen Sie sie nach dem Training.

1. Abwärts strecken

Beugen Sie Ihre Knie leicht, lehnen Sie Ihren Körper langsam nach vorne, entspannen Sie Ihren Rücken und Ihre Schultern und versuchen Sie, Ihre Zehen mit den Händen zu berühren. Halten Sie die Position für 10-15 Sekunden und entspannen Sie sich dann. Wiederholen Sie die Übung 3 Mal (siehe Abbildung 1).



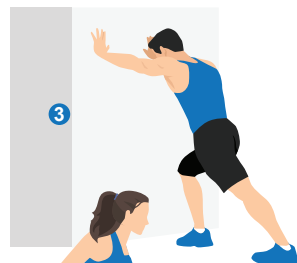
2. Kniesehne im Sitzen dehnen

Setzen Sie sich mit einem Bein gerade hin. Positionieren Sie das andere Bein so, dass es eng an der Innenseite des geraden Beins anliegt. Versuchen Sie, Ihre Füße mit Ihrer Hand zu berühren. Halten Sie die Position für 10-15 Sekunden und entspannen Sie sich dann. Wiederholen Sie dies 3 Mal mit jedem Bein (siehe Abbildung 2).



3. Achillessehne dehnen

Stellen Sie sich mit beiden Händen gegen eine Wand oder einen Baum und stellen Sie einen Fuß hinter den anderen. Halten Sie Ihr hinteres Bein gerade und die Ferse auf dem Boden und lehnen Sie sich gegen eine Wand oder einen Baum. Halten Sie die Position für 10-15 Sekunden und entspannen Sie sich dann. Wiederholen Sie dies 3 Mal mit jedem Bein (siehe Abbildung 3).



4. Quadrizeps dehnen

Greifen Sie mit der rechten Hand nach hinten, fassen Sie Ihren rechten Fuß und ziehen Sie ihn langsam zur Hüfte, bis Sie spüren, wie sich die Muskeln an der Vorderseite Ihres Oberschenkels anspannen. Halten Sie die Spannung für 10-15 Sekunden und entspannen Sie dann. Wiederholen Sie dies 3 Mal mit jedem Bein (siehe Abbildung 4).



5. Sartorius dehnen (innerer Oberschenkelmuskel)

Setzen Sie sich mit den Füßen zueinander und den Knien nach außen. Greifen Sie Ihre Füße mit beiden Händen und ziehen Sie sie in Richtung Leiste. Halten Sie die Position für 10-15 Sekunden und entspannen Sie sich dann. Wiederholen Sie die Übung 3 Mal (siehe Abbildung 5).



Fehlersuche

Problem	Possible Solution
Wie kann man den Gang einstellen?	Drehen Sie den Knopf im Uhrzeigersinn, um den Widerstand zu erhöhen, und gegen den Uhrzeigersinn, um den Widerstand zu verringern.
Was tun, wenn der Lenker leicht schüttelt?	Überprüfen Sie, ob die Verbindungsschrauben des Lenkers und des vorderen Säulentubus fest fixiert sind.
	Überprüfen Sie, ob der Feststellknopf verriegelt ist.
Was tun, wenn die Maschine während der Nutzung schüttelt?	Überprüfen Sie, ob die vorderen und hinteren Fußrohre ausreichend festgezogen sind.
Was tun, wenn die Pedale locker sind?	Überprüfen Sie gemäß den Installationsanweisungen, ob die linken und rechten Pedale im ersten Schritt verriegelt sind.
	Überprüfen Sie gemäß den Installationsanweisungen, ob die innere Befestigungsmutter der zweiten Stufe der Pedaleinstellung verriegelt ist.
Was tun, wenn die gesamte Maschine leicht geneigt ist?	Überprüfen Sie, ob die vier verstellbaren Fußpolster am Boden der vorderen und hinteren Fußrohre auf der gleichen Ebene sind.
	Stellen Sie die angehobenen Fußpolster parallel zum Boden ein.
Was tun, wenn der Monitor nichts anzeigt?	Überprüfen Sie, ob die positiven und negativen Elektroden der Batterie korrekt eingesetzt sind.
	Ersetzen Sie die Batterie durch eine neue.

Garantieinformationen

Produktname	MERACH Heimtrainer
Modell	MR-S26
Standard-Garantiezeit	12 Monate
Wir empfehlen Ihnen dringend, zu Ihrer eigenen Information die Bestellnummer und das Kaufdatum zu notieren.	
Kaufdatum	
Seriennummer	

Bedingungen & Richtlinien

Die MERACH-Produkte zeichnen sich durch hochwertige Materialien, Verarbeitung und Service aus. Die 1-jährige beschränkte Garantie von MERACH gilt ab dem Kaufdatum.

MERACH wird defekte Produkte je nach Anspruchsberechtigung ersetzen. Rückerstattungen sind für Erstkäufer unserer Produkte innerhalb der ersten 30 Tage nach dem Kauf möglich.

Diese Garantie erstreckt sich nur auf den persönlichen Gebrauch und gilt nicht für den kommerziellen, den Miet- oder einen anderen Gebrauch, für den das Produkt nicht vorgesehen ist.

Es gibt keine anderen Garantien als die, die ausdrücklich mit jedem Produkt gegeben werden.

Diese Garantie ist nicht übertragbar. MERACH haftet nicht für Schäden, Verluste oder Unannehmlichkeiten, die durch Geräteausfall, Fahrlässigkeit des Benutzers, Missbrauch durch den Benutzer oder unsachgemäße Bedienung, die nicht dem beiliegenden Benutzerhandbuch entspricht, entstehen.

Diese Garantie gilt nicht in den folgenden Fällen:

- Schäden aufgrund von Missbrauch, Unfall, Umbau oder Vandalismus.
- Unsachgemäße oder unzureichende Wartung.
- Beschädigung beim Rücktransport.
- Unbeaufsichtigte Benutzung durch Kinder unter 14 Jahren.

MERACH und seine Tochtergesellschaften sind nur für Schäden verantwortlich, die durch den bestimmungsgemäßen Gebrauch oder gemäß den Anweisungen im Benutzerhandbuch verursacht wurden.

In einigen Staaten ist der Ausschluss oder die Beschränkung von zufälligen oder Folgeschäden nicht zulässig, sodass der obige Haftungsausschluss möglicherweise nicht für Sie gilt.

Diese Garantie gibt Ihnen bestimmte gesetzliche Rechte, und Sie können auch andere Rechte haben, die von Staat zu Staat variieren können.

DE

Alle ausdrücklichen und stillschweigenden Garantien, einschließlich der Garantie der Marktgängigkeit, sind auf den Zeitraum der beschränkten Garantie beschränkt.

Zusätzliche 12-Monats-Garantie:

Sie können eine zusätzliche 12-monatige Garantie in Anspruch nehmen. Aktivieren Sie einfach Ihre Garantie, indem Sie die Modellbezeichnung des Produkts an **register@merach.com** senden oder sich auf **merachfit.com/pages/warranty-europe** und innerhalb der ersten 14 Tage nach dem Kauf Ihre Bestellnummer (z.B. Amazon) eingeben, um Ihr neues Produkt für die erweiterte Garantie zu registrieren.

Wenn Sie die Bestellnummer für Ihr Produkt nicht angeben können, geben Sie bitte eine kurze Notiz in das Feld für die Bestellnummer ein, zusammen mit dem Datum, an dem Sie Ihr Produkt erhalten haben.

Defekte Produkte und Rückgabe:

Wenn Ihr Produkt innerhalb der angegebenen Garantiezeit defekt sein sollte, wenden Sie sich bitte unter Angabe Ihrer Rechnungs- und Bestellnummer an den Kundendienst unter **support.eu@merach.com**

Entsorgen Sie Ihr Produkt NICHT, bevor Sie sich mit uns in Verbindung gesetzt haben. Sobald unser Kundendienst Ihre Anfrage genehmigt hat, senden Sie das Produkt bitte mit einer Kopie Ihrer Rechnung und Bestellnummer zurück.

Kundendienst

Ihre Zufriedenheit ist uns wichtig! Sollten Sie Probleme oder Fragen zu Ihrem neuen Produkt haben, können Sie sich gerne über **support.eu@merach.com** an unser Kundendienstteam wenden.

TikTok's exklusiver Kundendienst: **service@merach.com**

US/CA: **1-(877) 3563730 Mo-Fr 8-17 Uhr (PST)**

*** Bitte halten Sie Ihre Bestell-ID und die Seriennummer (normalerweise auf dem hinteren Fußrohr) bereit, bevor Sie sich an den Kundendienst wenden.**



The best home gym starts here.

Connect with us

**Verbinden Sie
sich mit uns**

Restez connecté

**Conecte con
nosotros en**

Seguici su



/merachfit



/MerachUK

/MerachGermany

/MerachFrance

/MerachSpain

/MerachItaly



/merach.us

Phone Support: 1-(877) 3563730 8am-5pm PST (US/CA)

Customer Service: support.eu@merach.com

Official Website: merachfit.com