

Topu**lure**



# USER MANUAL

Exercise Bike **Model TEB1**

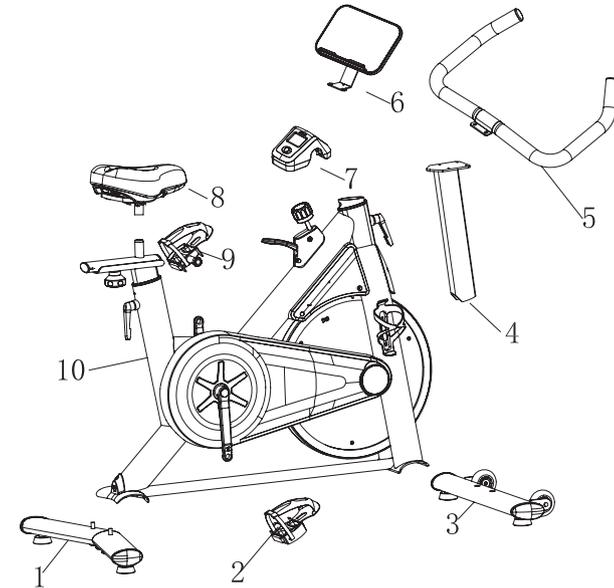
## Vorsichtsmaßnahmen für die Verwendung

**⚠** Bitte lesen Sie die Bedienungsanleitung sorgfältig durch, bevor Sie den Heimtrainer benutzen, und befolgen Sie die Anweisungen in der Bedienungsanleitung. So stellen Sie sicher, dass Sie korrekte Nutzungsinformationen erhalten. Enthält Ersatzteile, die wir Ihnen kostenlos zur Verfügung stellen.

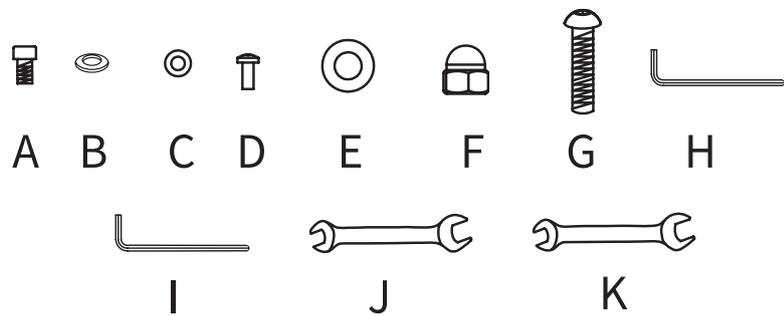
- Bitte überprüfen Sie das Gerät vor dem ersten Gebrauch sorgfältig und halten Sie sich nach dem Gebrauch alle 1-2 Monate streng an die Installationsgrundsätze. Bitte halten Sie das Gerät bei normalem Gebrauch und verwenden Sie Originalzubehör.
- Legen Sie beim Training Ihre Füße in die Fußstützenabdeckung. Halten Sie nicht sofort an, wenn Sie sich schnell drehen, um Unfälle zu vermeiden. Wenn Sie mit dem Training aufhören wollen, verlangsamen Sie zunächst Ihre Tretgeschwindigkeit, lassen Sie Ihre Füße mit der Trägheit an den Pedalhülsen haften, stellen Sie dann die Bremse mit den Händen im Uhrzeigersinn ein, bis die Schwungscheibe aufhört zu drehen, und steigen Sie dann vom Heimtrainer ab.
- Der Heimtrainer kann nur von einer Person gleichzeitig benutzt werden. Andere Personen sollten einen Sicherheitsabstand von mehr als 50 cm einhalten, wenn sie ihn benutzen. Wenn sich die Schwungscheibe dreht, ist es verboten, sie mit den Händen oder anderen Gegenständen zu berühren, um Gefahren zu vermeiden.
- Bitte verwenden Sie es nach der korrekten Installation und Überprüfung. Bitte verwenden Sie dieses Produkt nicht, um gefährliche Handlungen durchzuführen.
- Kunden mit Herz- oder Lungenkrankheiten sollten dieses Produkt nur unter der Anleitung von Ärzten und Fitnessexperten verwenden.
- Der Widerstand dieses Produkts ist einstellbar. Bitte wählen Sie den passenden Widerstand.
- Prüfen Sie vor jedem Gebrauch, ob Lenker, Sitze und andere Teile fest sitzen, ob die Pedale locker sind usw. Wenn etwas locker ist, ziehen Sie es bitte rechtzeitig fest und ersetzen Sie die problematischen Teile rechtzeitig.
- Vermeiden Sie den Kontakt des Geräts mit ätzenden Reinigungsmitteln und anderen Gegenständen.
- Bei Problemen mit dem Hauptteil, den Lagern, den Riemen und den rotierenden Verschleißteilen sollten Sie diese nicht selbst reparieren, sondern sich rechtzeitig an den Verkäufer wenden.
- Vermeiden Sie direkte Sonneneinstrahlung, insbesondere bei elektronischen Uhren, die leicht beschädigt werden können. Bewahren Sie Ihren Heimtrainer in einer sauberen, trockenen Umgebung und außerhalb der Reichweite von Kindern auf.
- Auf dem Armlehnenrahmen oder dem Sitzkissenrahmenrohr ist ein Grenzwert eingraviert. Bitte verstellen Sie ihn nicht über diese Höhe hinaus.
- Der Heimtrainer muss an einem festen, flachen Ort stehen und darf nicht schräg stehen, damit er nicht umkippt.
- Dieses Produkt ist ein Fitnessgerät für Erwachsene. Wenn es von Kindern benutzt wird, verwenden Sie es bitte unter der Aufsicht einer Aufsichtsperson.
- Bitte erstellen Sie vor dem Gebrauch einen vernünftigen Trainingsplan und verwenden Sie dieses Produkt streng nach den Anforderungen.
- Wenn es nicht normal verwendet werden kann, kontaktieren Sie bitte den Verkäufer.

## Teile Zeichnung

Vergewissern Sie sich anhand der nachstehenden Liste der Montageteile, dass alle Teile vorhanden und in gutem Zustand sind. Entsorgen Sie das Verpackungsmaterial erst nach Ablauf der Testphase. Wenn etwas fehlt, überprüfen Sie das Verpackungsmaterial.



Nein.	Teile Name	Menge
1	Hinteres Fußrohr	1
2	Rechtes Pedal	1
3	Vorfußrohr	1
4	Lenker-Schieber	1
5	Lenker	1
6	IPAD-Halter	1
7	Abdeckung für elektronische Uhren	1
8	Fahrrad Kissen	1
9	Linkes Pedal	1
10	Fahrradrahmen	1



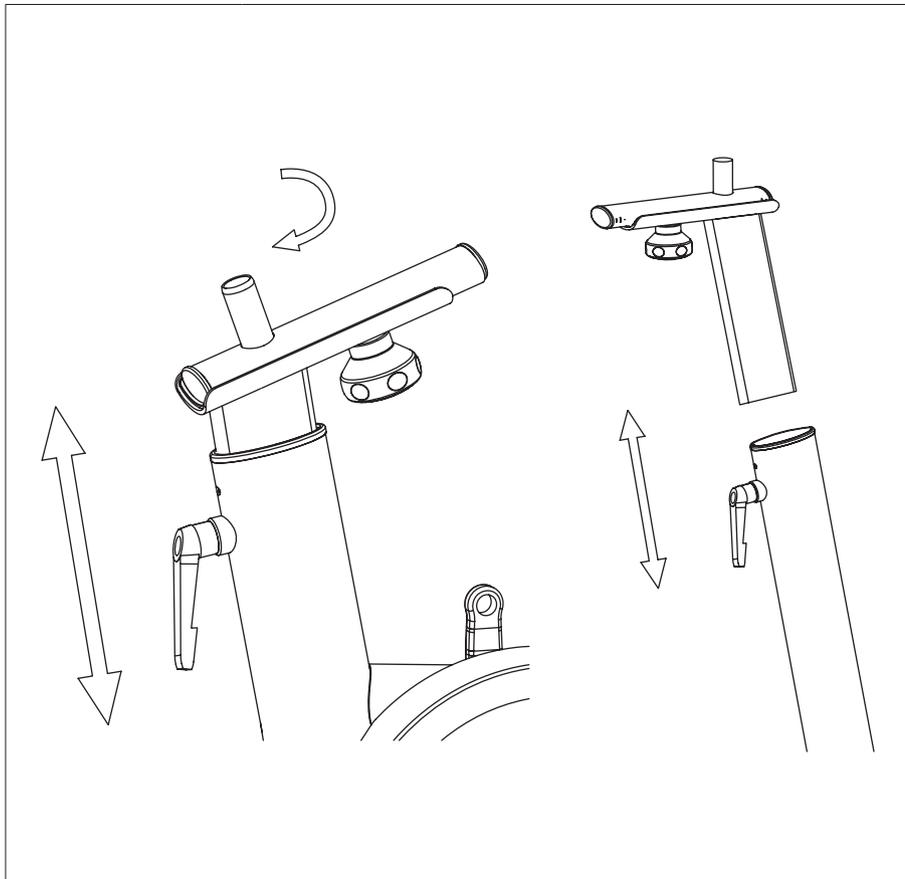
A	Innensechskantschraube M6*12	4
B	Federscheiben Ø 6	2
C	Glatte Unterscheiben Ø 6*12*1,5	4
D	Kreuzschlitzschrauben mit Linsen Kopf 5*6	1
E	Glatte Unterscheiben Ø 10*20*2	2
F	Hutmuttern M10	2
G	Schraube mit Innensechskant und Pan Head M10*60	2
H	Sechskant-Steckschlüssel 5mm	1
I	Sechskant-Steckschlüssel 6mm	1
J	Gabelschlüssel 13-15	1
K	Gabelschlüssel 17-19	1

## Anweisungen zu den Installationschritten

### SCHRITT 1: Installation des Fußrohrs

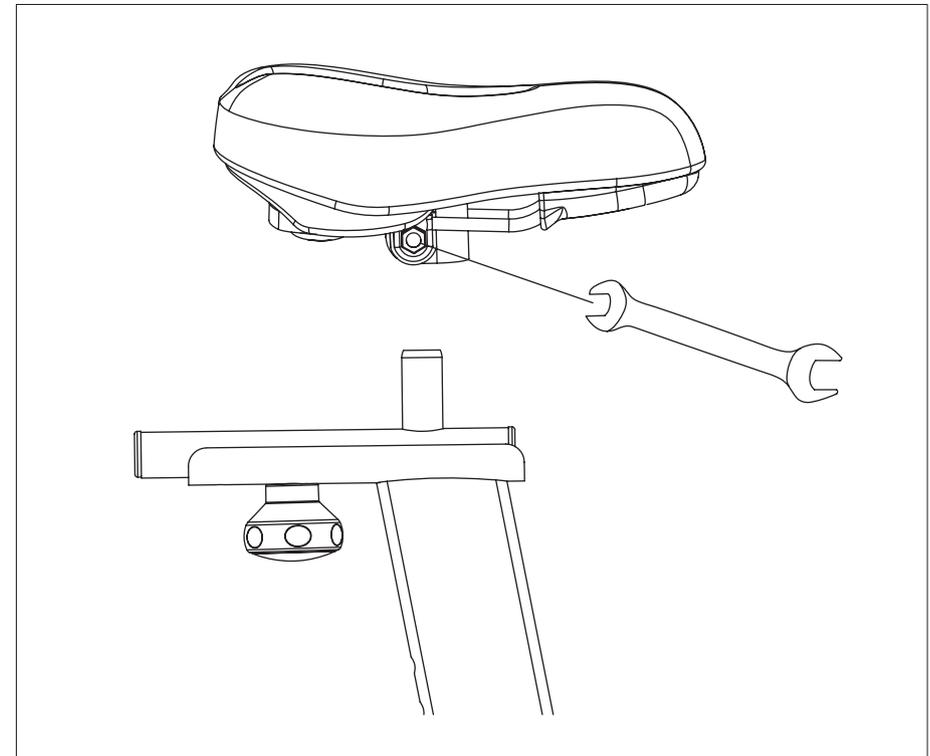
Einbauwerkzeug			
Montage Standardteil	 Φ10X2PCS	 Φ10X2PCS	 Φ10X2PCS
Einbauanleitung	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nehmen Sie den Karton heraus und entnehmen Sie das Gerät.</li> <li>2. Montieren Sie das hintere Fußrohr am Fahrradrahmen, ziehen Sie die Hutmutter und die Unterscheibe mit einem Schraubenschlüssel fest.</li> <li>3. Montieren Sie das vordere Fußrohr am Fahrradrahmen und ziehen Sie die Sechskant-Linsenkopfschrauben mit einem Schraubenschlüssel fest.</li> </ol>		

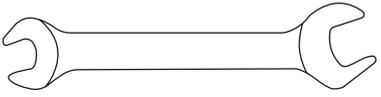
## SCHRITT 2: Einstellen des gepolsterten Sitzschlittens



Einbauwerkzeug	Keine
Einbauanleitung	Drehen Sie zunächst den Knopf gegen den Uhrzeigersinn, um den Zugstift zu entfernen, nehmen Sie den gepolsterten Sitzschlitten heraus und drehen Sie ihn in die in der Abbildung gezeigte Richtung. Setzen Sie dann den gepolsterten Sitzschlitten ein, stellen Sie die entsprechende Höhe ein und ziehen Sie den Knopf fest.

## STEP 3: Installation of the Cushioned Seat



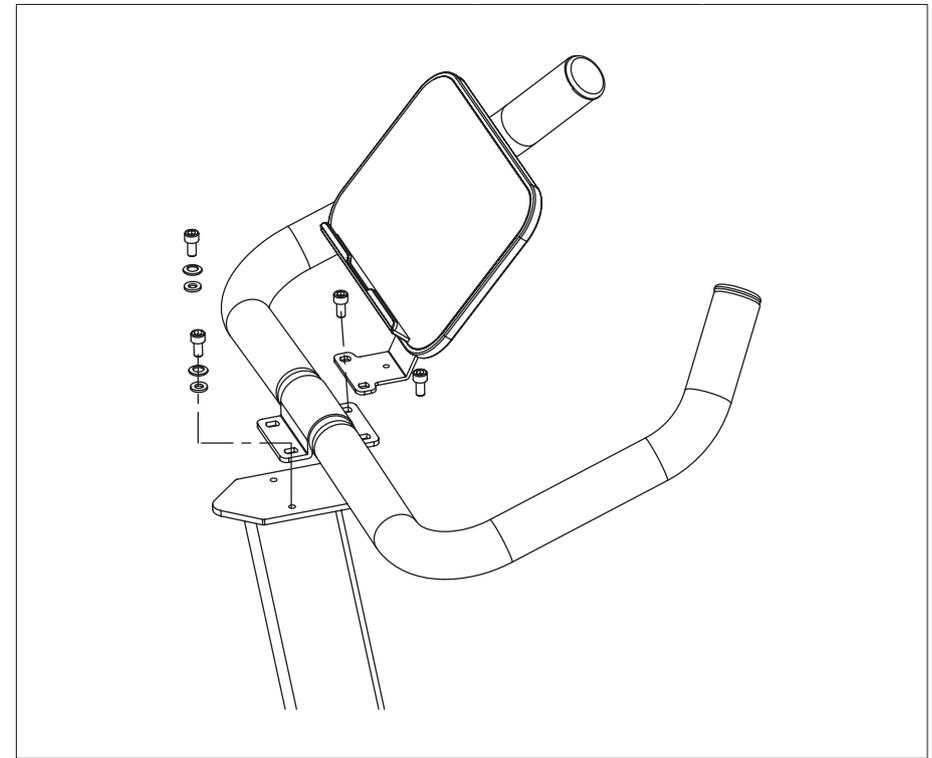
Einbauwerkzeug	 13-15mm
Montage Standardteil	Keine
Einbauanleitung	Nehmen Sie zunächst den gepolsterten Sitzschlitten heraus, drehen Sie ihn wie in der Abbildung gezeigt, nehmen Sie das Sitzkissen heraus und richten Sie es an der Sitzstahlstange aus. Nachdem Sie den Winkel des Sitzkissens eingestellt haben, ziehen Sie die Sechskantmuttern auf beiden Seiten des Sitzkissens mit einem speziellen Gabelschlüssel fest.

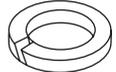
#### SCHRITT 4: Einbau des Lenkerschlittens



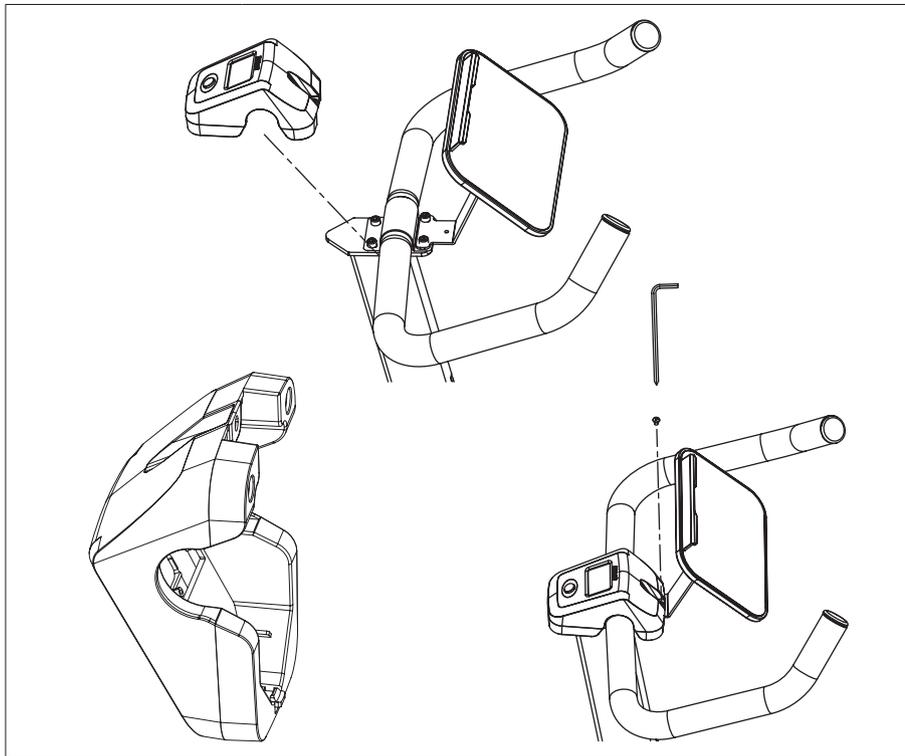
Einbauwerkzeug	Keine
Montage Standardteil	Keine
Einbauanleitung	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nehmen Sie zunächst die Gleitschiene der Armlehne heraus und setzen Sie dann die untere Abdeckung der elektronischen Uhr in die Gleitschiene ein, wie in der Abbildung gezeigt.</li> <li>2. Drehen Sie den Pflaumenknopf gegen den Uhrzeigersinn heraus, führen Sie ihn in die Gleitschiene ein, um die richtige Höhe einzustellen, und ziehen Sie den Knopf fest.</li> </ol>

#### SCHRITT 5: Einbau des Lenkers



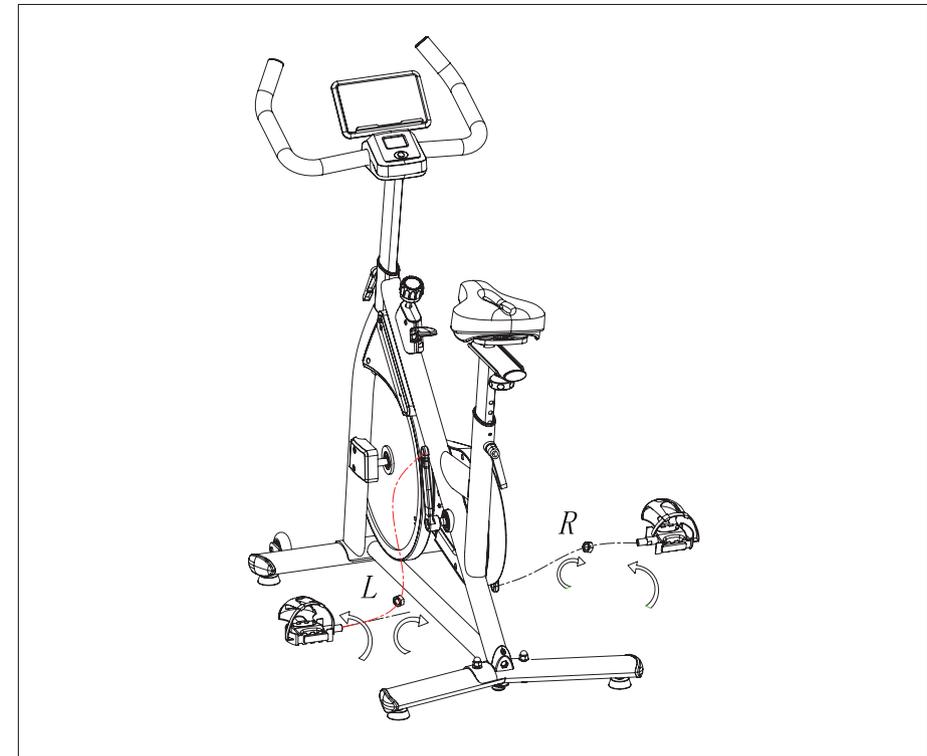
Einbauwerkzeug	 5mm		
Montage Standardteil	 M6X12 4PCS	 M6 4PCS	 M6 2PCS
Einbauanleitung	<p>Nehmen Sie die Armlehne, richten Sie sie an den Löchern der Gleitschiene aus, richten Sie die Schrauben an den Schraubenlöchern der Armlehne aus, und verwenden Sie einen Schraubenschlüssel, um sie zu sichern und zu befestigen.</p>		

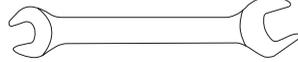
## SCHRITT 6: Installation des elektronischen Zählers



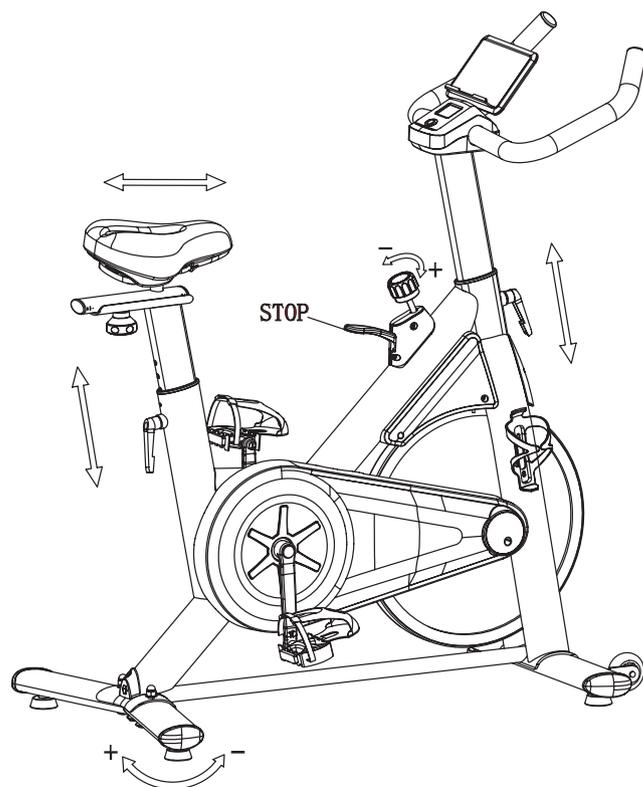
Einbauwerkzeug	
Montage Standardteil	
Einbauanleitung	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Wie im Bild gezeigt, nehmen Sie die elektronische Uhr Abdeckung zunächst in der Unterseite der elektronischen Uhr, um die Batterie zu installieren, in der Ausrichtung des Handlaufs, unten eine Schnalle befestigt werden kann. Bei der Einnahme der Schrauben, verwenden Sie einen Schraubenschlüssel, um es in Position zu halten.</li> <li>2. Wenn die Installation abgeschlossen ist, führen Sie das Sensorkabel in die linke Seite der Unterseite des elektronischen Zählers ein.</li> </ol>

## SCHRITT 7: Einbau der Pedale



Einbauwerkzeug	  13-15mm                      17-19mm
Montage Standardteil	Keine
Einbauanleitung	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nehmen Sie das mit "R" gekennzeichnete Fußpedal heraus, stecken Sie es in die rechte Kurbelgewindebohrung, drehen Sie es im Uhrzeigersinn, bis es sich nicht mehr drehen lässt, und verriegeln Sie es dann mit unserem speziellen Gabelschlüssel.</li> <li>2. Nehmen Sie das "L"-Fußpedal heraus, stecken Sie es in das Gewindeloch der linken Kurbel, drehen Sie es gegen den Uhrzeigersinn, bis es sich nicht mehr drehen lässt, und verriegeln Sie es dann mit unserem speziellen Gabelschlüssel.</li> </ol> <p><b>Hinweis: Die Kurbel ist mit den Markierungen "L" und "R" gekennzeichnet, die den Markierungen auf dem Fußpedal entsprechen. Wenn die Kurbel verkehrt herum eingebaut wird, kann sie abrutschen und das Produkt beschädigen. Das Fußpedal muss eingerastet sein, da es sonst nach einiger Zeit abfallen kann.</b></p>

## Anweisungen zur Verwendung des Produkts



1. Wenn Sie eine Notbremse durchführen müssen, drücken Sie bitte den Widerstandsregler nach unten, bis sich das Schwungrad nicht mehr dreht.
2. Ziehen Sie den Stabilisierungsfuß fest, wenn der Rahmen nicht eben ist.
3. Wenn Sie den Heimtrainer benutzen, stellen Sie bitte Ihre Füße in die Mitte der Pedale. Und Ihr Bein sollte am Knie leicht gebeugt sein.
4. Wenn Ihre Beine zu gerade sind oder Ihre Füße die Pedale nicht berühren können, stellen Sie das Sitzrohr nach unten. Wenn Ihr Bein zu stark gebeugt ist, stellen Sie den Sitz nach oben.
5. Bevor Sie den Sitz einstellen, steigen Sie vom Fahrrad ab und lösen und ziehen Sie den Einstellknopf des Sitzrohrs. Stellen Sie den Sitz auf die passende Höhe ein. Lösen Sie den Einstellknopf, um den Sicherungsstift einzurasten. Vergewissern Sie sich, dass der Stift vollständig eingerastet und festgeschraubt ist.
6. Lösen Sie den Verriegelungsbolzen, bewegen Sie den Kissenschlitten hin und her, stellen Sie eine bequeme Position ein und verriegeln Sie dann den Bolzen.

## Beschreibung des elektronischen Bildschirms

### 1. Produktspezifikationen:

Spezifikationen	Daten anzeigen	Funktionen
TMR	00:00-99:59 Min/Sec	Drücken Sie die Taste MODE, bis der Zeiger auf TIME steht. Es wird die Gesamtarbeitszeit angezeigt.
SPD	0.0-999.99 Km/h	Drücken Sie die Taste MODE, bis der Zeiger auf SPEED steht. Die Arbeitsgeschwindigkeit wird angezeigt.
DIS	0.00-99.99 Km	Drücken Sie die MODE-Taste, bis der Zeiger auf DISTANZ steht. Die Distanz für jedes Training wird angezeigt.
CAL	0.0-999.9 Kcal	Drücken Sie die MODE-Taste, bis der Zeiger auf KALORIEN steht. Die verbrannten Kalorien werden angezeigt.
ODO	0.00-999.99 Km	Drücken Sie die MODE-Taste, bis der Zeiger auf ODOMETER springt. Die Gesamtdistanzdaten Ihres Trainings werden angezeigt. Die Daten können durch erneutes Einschalten des Geräts gelöscht werden.

### 2. Taste Funktion

- ◆ Drücken Sie die Taste , um das Display einzuschalten.
- ◆ Wenn "SCAN" blinkt, wird jede Funktion der Reihe nach angezeigt. Drücken Sie zu diesem Zeitpunkt die Taste, "SCAN" verschwindet und hört auf, der Reihe nach angezeigt zu werden, und Sie gelangen in den Sperrmodus, um eine bestimmte Funktion zu fixieren, und können dann die Taste drücken, um die Funktion auszuwählen, die Sie anzeigen möchten.

### 3. Vorsichtsmaßnahmen

- ◆ Wenn das Uhrwerk angehalten wird und innerhalb von 4 Minuten keine Tastenbetätigung erfolgt, schaltet sich das elektronische Messgerät automatisch aus.
- ◆ Das elektronische Messgerät schaltet sich automatisch ein, wenn eine Bewegung erkannt oder eine Taste betätigt wird.
- ◆ Drücken und halten Sie 2 Sekunden lang, um die Daten der elektronischen Uhr zu löschen.

**HINWEIS: Es werden 2 AAA-Batterien benötigt (nicht im Lieferumfang enthalten). Achten Sie darauf, dass die Batterien in die Richtung der +/- Anzeigen im Batteriefach zeigen.**

## App-Verbindung

Der Toputure-TEB1-Heimtrainer ist mit der Z-Sport-App (kostenlos) und auch mit Zwift/Kinomap kompatibel.

### 1.Z-Sport Einbau

1.1 Diese APP unterstützt Android- und Apple-Versionen

Android-Telefon: unterstützt Android 5.0 und höhere Systemversionen.

Apple-Handy: Unterstützt iOS 9.0 und höhere Systemversionen.

1.2 Software herunterladen

Sowohl Android- als auch Apple-Benutzer können diesen Code zum Herunterladen scannen.



(Code herunterladen)

1.3 Verbinden Sie das Gerät

1. Geben Sie die korrekte E-Mail-Adresse ein.
  2. Klicken Sie auf "Code senden" und geben Sie den per E-Mail erhaltenen Verifizierungscode ein.
  3. Gerät auswählen: Rufen Sie diese Seite auf und wählen Sie das entsprechende Gerät aus (Sport xx -xxxx), z. B. Spinning Bike, Rudergerät, Ellipsentrainer, Stepper und Laufband.
- ① Rufen Sie die Geräteverwaltungsseite auf, um Geräte zu binden und zu löschen. (Binden)
- ② Wenn das Gerät gebunden wurde, klicken Sie auf die Schaltfläche "START", um die entsprechende Sportseite aufzurufen. (nur wenn Sie die Software zum ersten Mal aufrufen, müssen Sie das Bluetooth-Gerät binden, später wird das System standardmäßig die ausgewählte Geräte-Homepage aufrufen).

### 2.Andere Apps herunterladen

Sie können Zwift oder Kinomap herunterladen, indem Sie den QR-Code unten scannen

Hinweis: Zwift oder Kinomap sind kostenpflichtige Apps, bitte verwenden Sie sie nach Ihren persönlichen Bedürfnissen.



## Declaration of Conformity

We (EU based importer is responsible for this declaration)

Outong GmbH

(Company name)

Brehmstr.56, 40239 Duesseldorf, Germany

(Company address)

declare under our sole responsibility that the product

Trade name: Toputure

Equipment: Exercise Bike

Model No. : TEB1

to which this declaration relates is in conformity with the essential requirement set out in the Council Directive on the Approximation of the laws of the Member States relating to RoHS(2011/65/EU) product is responsible to affix CE marking, the following standards were applied:

IEC62321-3-1:2013

IEC62321-4:2013

IEC62321-5:2013

IEC62321-6:2015

IEC62321-7-1:2015

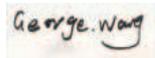
IEC62321-7-2:2017

IEC62321-8:2017

We hereby declare that the equipment named above has been designed to comply with the relevant sections of the above referenced requirements. The model complies with all applicable Essential Requirements of the Directives stated above.

Full Name: George.wang

Position: Approbation Manager

Signature: 

Place/Date: Shenzhen,China/Mar.8-2024

**Topulture**