CYCPLUS

R200
Smart Bike Trainer

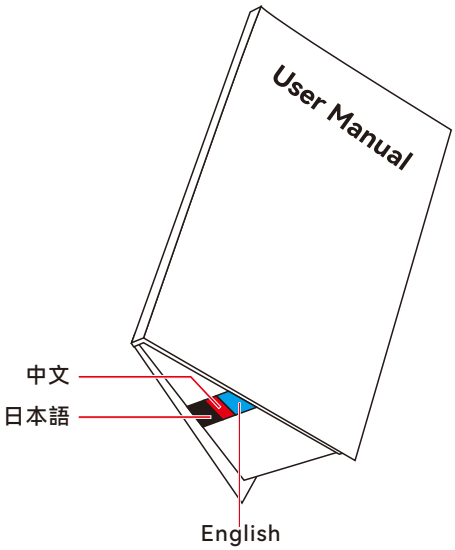
- User Manual
- 用户手册
- 取扱説明書

FCC Statements

Model: R200 **FCC ID: 2A4HX-R200**	This device complies with part 15 of the FCC Rules. Operation is subject to the following two conditions: ● This device may not cause harmful interference. ● this device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation.

Note: This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to part 15 of the FCC Rules. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation. This equipment generates, uses and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the instructions, may cause harmful interference to radio communications. However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation. If this equipment does cause harmful interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one or more of the following measures:

● Reorient or relocate the receiving antenna.
● Increase the separation between the equipment and receiver.
● Connect the equipment into an outlet on a circuit different from that to which the receiver is connected.
● Consult the dealer or an experienced radio/TV technician for help.



Catalogue

1. Unboxing and Notice
   1.1 Quick Start 1
   1.2 Notice 1
   1.3 Manufacturer Information 1
   1.4 Unboxing and Quick Installation 2
   1.5 Packing list 3
2. Packing list
   2.1Trainer Installation 4
   2.2 Cassette Mounting 6
   2.3 Precautions and Disclaimer 7
   2.4 For Bikes with Rear Thru-Axles 8
   2.5 For Bikes with Quick Release Skewers . . . 10
   2.6 Power Connection 12
3. Function Description
   3.1 Working Modes Comparison 12
   3.2 Indicator 12
4. Application 13
5. Spacers(for possible noise and friction) 14
6. Specifications 15

1.1 Quick Start

Find us on Instagram and Facebook for instruction videos, FAQ and more support.

Instagram: cycplus_official

Facebook: cycplus

Youtube: CYCPLUS

Official website: www.cycplus.com

After-sales email: steven@cycplus.com

1.2 Notice

1. Keep children and pets away from R200 while in use.
2. Keep clear of the motor and moving parts while in use.
3. The R200 enclosure will heat up during use. Ensure the cooling holes are clear. For high-intensity riding, plug in the power to keep the fan working.
4. Please use the R200 on a stable surface with adjusted leveling feet before use.
5. Use caution when standing while riding on R200.
6. Do not install or disassemble the bicycle until R200 completely stops.
7. Do not use other power source to power R200.
8. Please confirm whether the bicycle is installed properly before every ride.

1.3 Manufacturer Information

Company: Chengdu Chendian Intelligent Technology Co., Ltd.

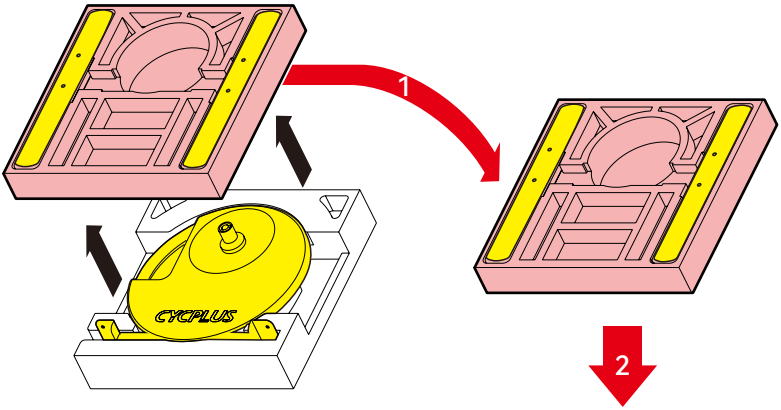
Address: No.88, Tianchen Road, Chengdu, Sichuan Province, China

Warranty : Free repair or replacement within 2 years for non-user-induced damage.

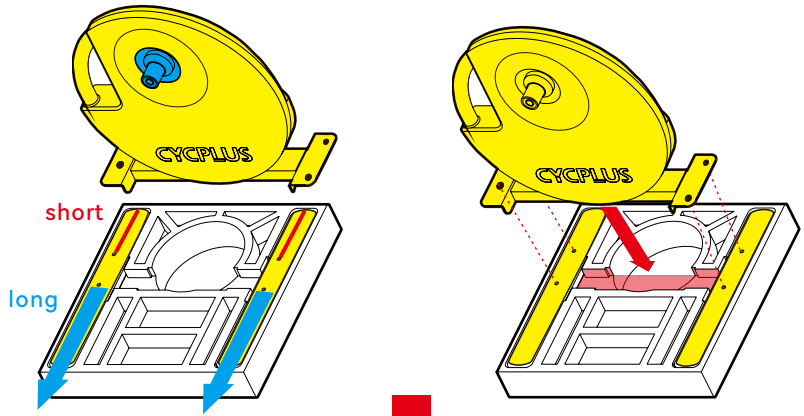
Contact: steven@cycplus.com

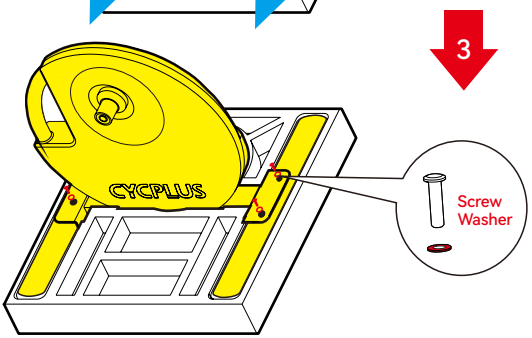
1.4 Unboxing and Quick Installation

1. Opening the box, remove the top tray and place it on a flat surface.



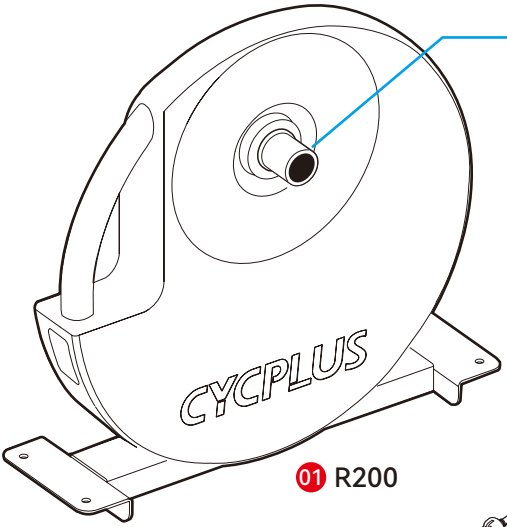
2. Take out the main unit and place it upright on the support legs. Make sure the longer end of each leg faces the hub side, as indicated by the blue marking. Use the alignment slot on the tray to position it correctly.



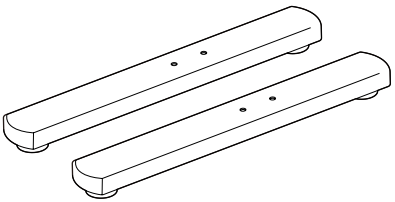


3. Secure the legs with screws, and remember to add washers when installing the screws.

2.1 Packing List



01 R200



02 Leg × 2

03 Screw for Leg × 4

04 Screw Washer × 4

05 5mm Allen Key
for legs & quick release adapter-R

06 17mm Wrench
for thru-axle adapter-R

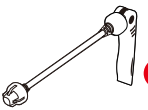
07 Hub[HG]
pre-installed

08 Thru-axle Adapter-R
pre-installed

9 Thru-axle Adapter-L
pre-installed

10 Quick Release Adapter-R

11 Quick Release Adapter-L



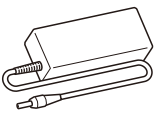
12 Quick Release

13 8-10 Speed Cassette Spacer

14 Cassette adjustment spacer [7x]
Including 2 pcs
pre-installed with adapter

15 Disc Brake Spacer

16 Hydraulic Disk Brake Pad Spacer



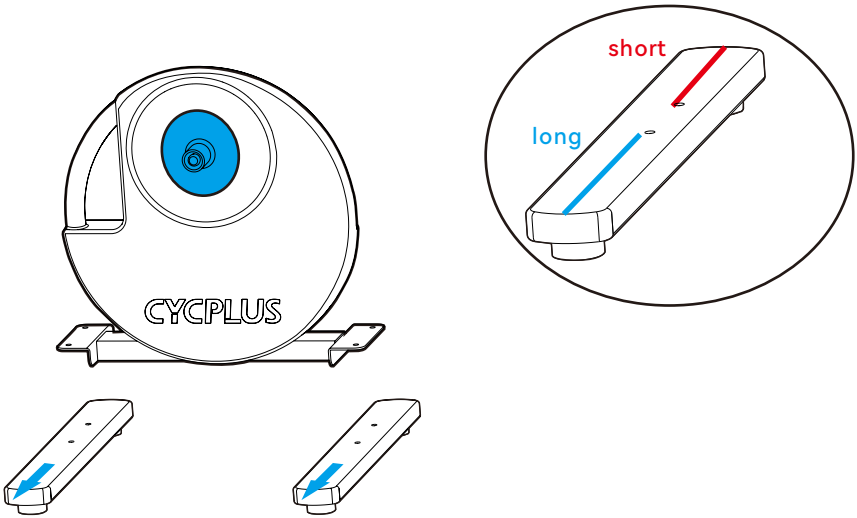
17 AC Adapter

18 AC Cable

2.1 Installation

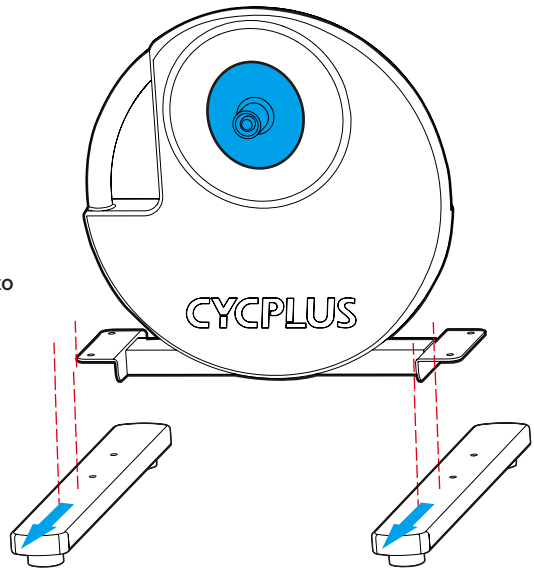
1 Install legs

Each support leg has two ends of different lengths. When installing the legs, make sure the hub side aligns with the longer end of each leg to ensure proper balance.



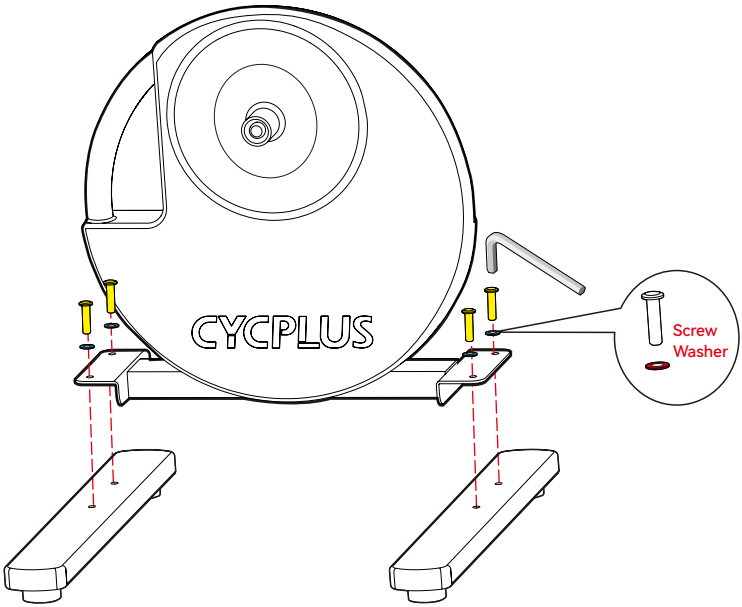
2 Match screw holes

Match the main unit end openings to the leg's central screw holes.



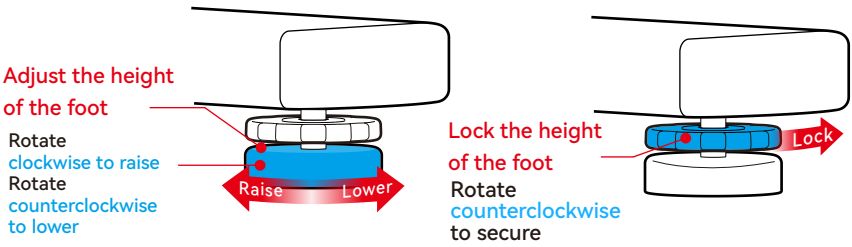
3 Tighten the screws.

Use washers to secure the screws to prevent the screws from loosening in the future.



4 Adjust the footpad to balance and stabilize the trainer.

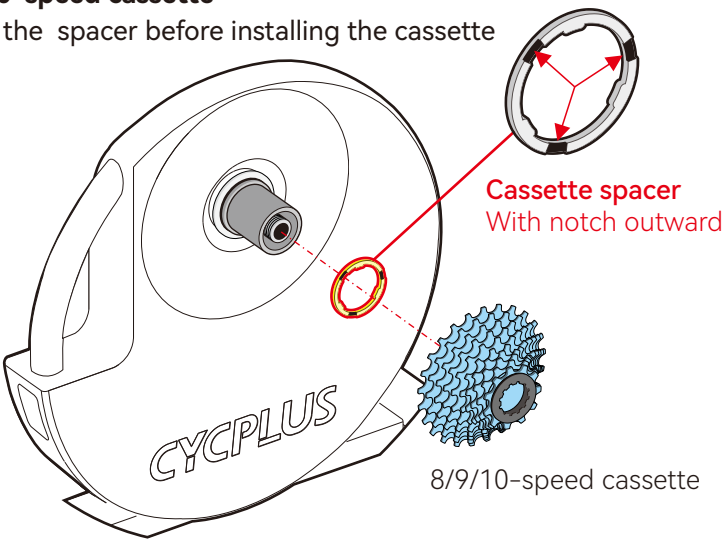
Adjust the footpad height to stabilize the trainer after finishing the installation.
Please ensure the R200 is firmly stable before riding exercise.



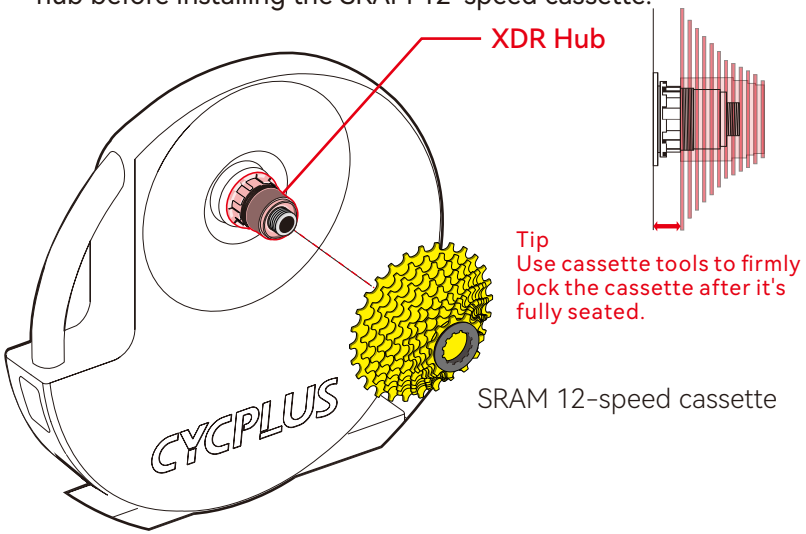
2.2 Cassette Mounting

1. Shimano 11/12-speed cassettes
SRAM 11-speed cassette
Install the cassette to the default hub directly.

2. 8/9/10-speed cassette
Install the spacer before installing the cassette



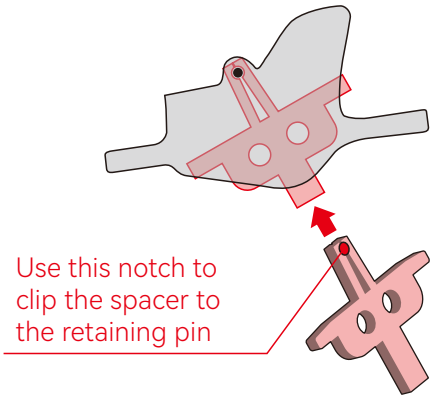
3. SRAM 12-speed cassette
An XDR freehub (sold separately) is required to replace the default hub before installing the SRAM 12-speed cassette.



2.3 Precautions and Disclaimer

1. Identify the frame type and standard (thru-axle or quick release) before proceeding with installation.
   For thru-axle, refer to "2.4 For Bikes with Rear Thru-Axles" for installation.
   For quick release, refer to "2.5 For Bikes with Quick Release Skewers" for installation.
   Carefully go through the manual and compare it with the actual parts to make sure all of them are complete and properly installed before mounting your bike to the trainer.

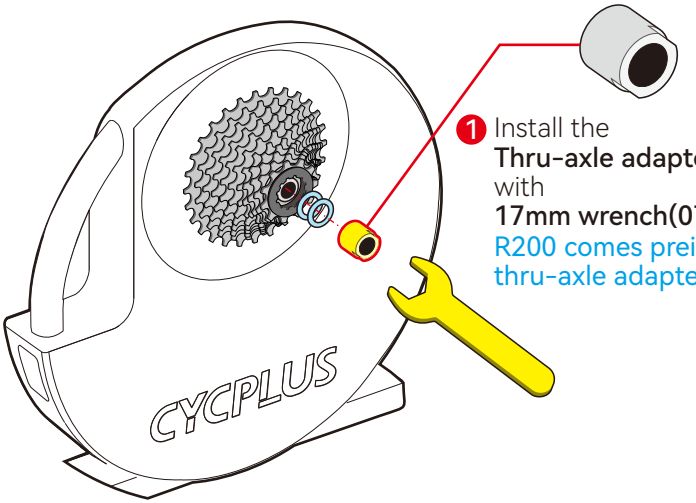
2. For hydraulic disc brakes, insert the pad spacer between the brake pads (see image) after removing the rear wheel. This prevents the caliper from closing accidentally.
   If the included spacer is incompatible, use your own.



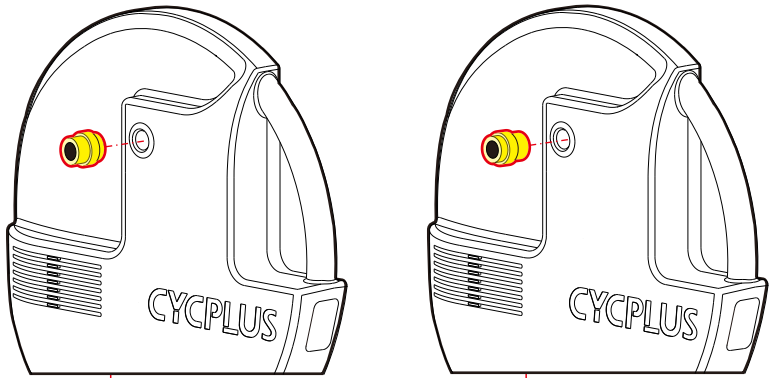
3. Make sure the brake pads, cables, and frame do not touch the trainer housing.
   If contact occurs, stop immediately and do not proceed.Forcing installation may damage your bike or components.ise, it may cause damage to the bicycle frame or its components.

4. Read the manual carefully and follow the installation steps.
   If unsure, contact steven@cycplus.com for support.
   CYCPLUS is not responsible for damage or loss caused by incorrect installation, incompatible bike frame or customer's forcing installation

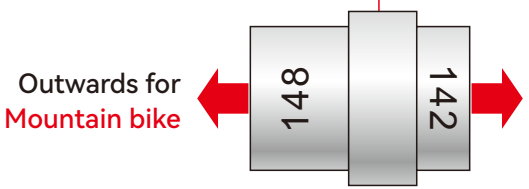
2.4 For Bikes with Rear Thru-Axles



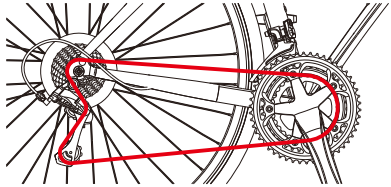
1 Install the
Thru-axle adapter-R(09)
with
17mm wrench(07)
R200 comes preinstalled with thru-axle adapter and 2 spacers.

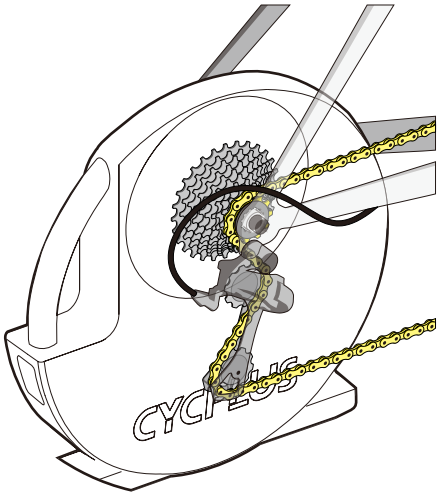


2 Install the
Thru-axle adapter-L(10)

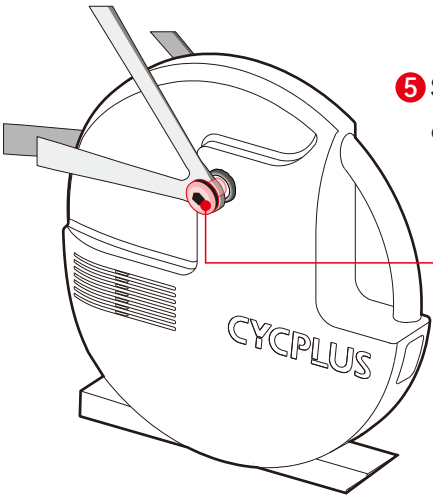


3 Adjust the shifter untill the chain is on the smallest sprockets of both chainwheel and cassette.





4 Align the bicycle chain with the minimum sprocket of the cassette and install the frame onto the bike trainer.



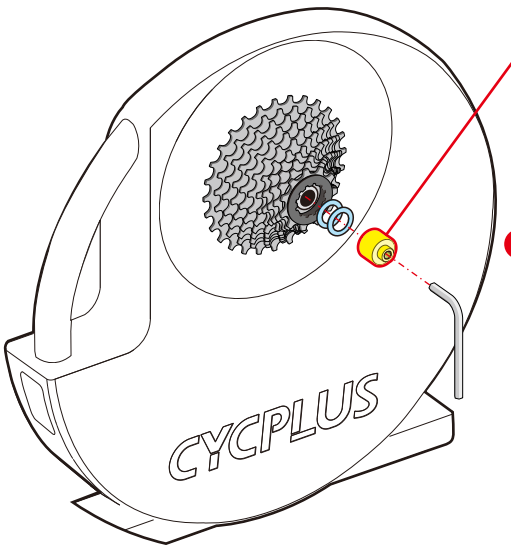
5 Secure the bike with the thru-axle of your bike.

6 Shake the bike frame after installation to make sure the frame is secured to R200.

WARNING!

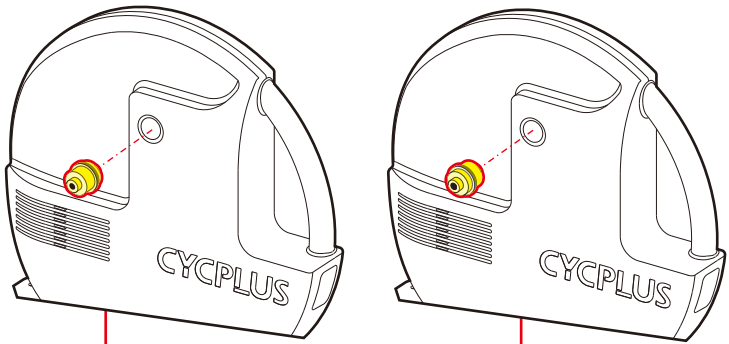
① Failure to properly secure the bike can result in serious property damage and personal injury.
② Never adjust the quick release skewer or thru axle while someone is sitting on the bike.
③ There're still a few bike frames incompatible with R200. Stop the installation immediately if any abnormalities occur.
④ Please refer to the disclaimer and don't hesitate to contact us for any installation problems.

2.5 For Bikes with Quick Release Skewers

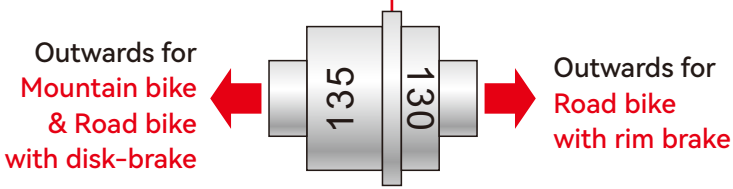


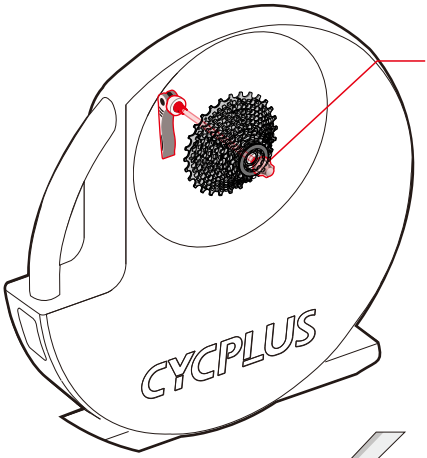
1 Install the
Quick release adapter-R(11)
with the
5mm Allen key(08).

R200 comes preinstalled with thru-axle adapter.
Remove it before installation, and confirm 2 spacers are installed.



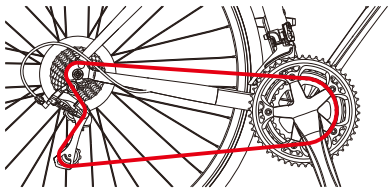
2 Install the
Quick release adapter-L(12)

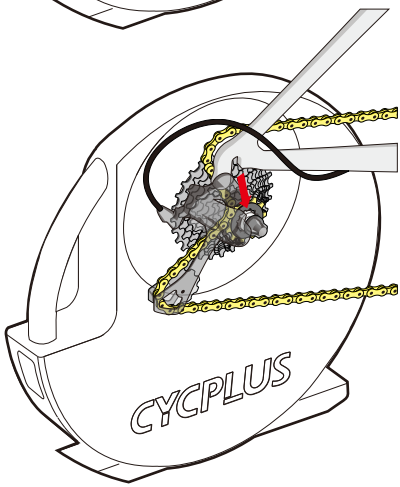




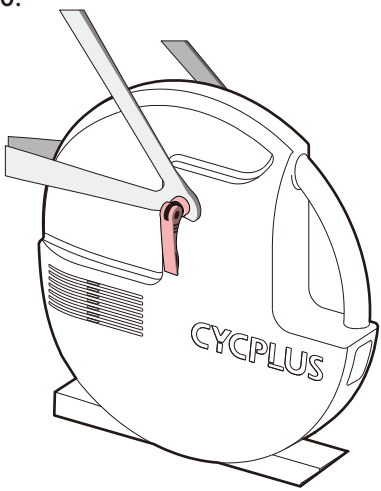
3 Insert the quick release skewer into the axle of R200 and install the nut in place, but don't tighten it yet, in order to install the bike frame.

4 Adjust the shifter untill the chain is on the smallest sprockets of both chainwheel and cassette.





5 Align the bike chain with the smallest sprocket of the cassette on R200, and mount the frame to R200.



6 Adjust the lock nut of the quick release skewer, and lift and press the handle frequently at the same time until the pressing resistance is appropriate, then press the handle to secure the skewer.

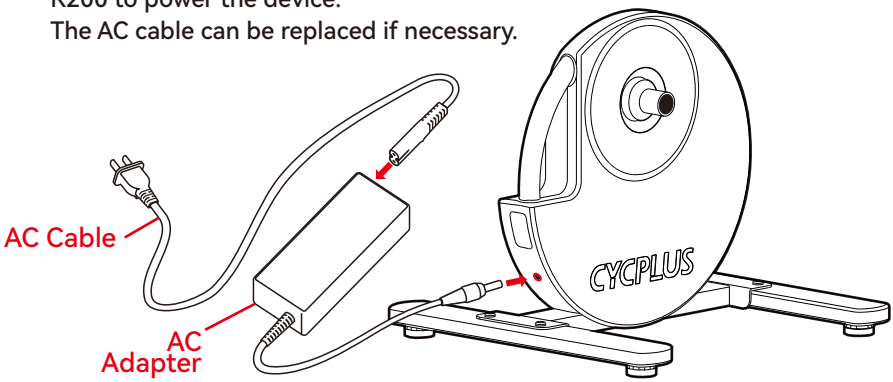
7 Shake the bike frame after installation to make sure the frame is secured to R200.

WARNING!

① Failure to properly secure the bike can result in serious property damage and personal injury.
② Never adjust the quick release skewer or thru axle while someone is sitting on the bike.
③ There're still a few bike frames incompatible with R200. Stop the installation immediately if any abnormalities occur.
④ Please refer to the disclaimer and don't hesitate to contact us for any installation problems.

2.6 Power Connection

Please only use the AC adapter that comes with R200 to power the device.
The AC cable can be replaced if necessary.



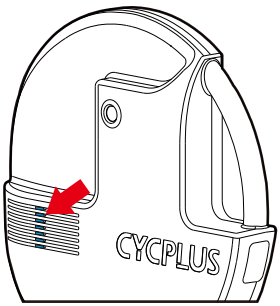
3.1 Working Modes Comparison

R200 supports two working modes: Unplugged Mode and Plug-in Mode.
Plug-in mode is recommended for optimal performance.

	Unplugged Mode	Plug-in Mode
Signal Connection	Pedal to generate power for wireless connection. After stopping, power lasts for 1 - 2 minutes.	Always ready to connect to BLE and ANT.
Simulation Support	Downhill and flywheel inertia simulation not supported.	Supports downhill and flywheel inertia simulation.

For high-intensity riders:
It is recommended to use plug-in mode to allow the R200 to dissipate heat after riding.

3.2 Indicator



The indicator shows the operational status of the trainer.
Flashing blue - BLE not connected.
Solid blue - BLE connected.
Flashing red - Overheating protection activated.
Solid red - Fault detected, stop riding,
and contact customer service.

4 Application

1. Download the App

Please download "CYCPLUS" App from App Store or Google Play.

CYCPLUS APP

App Store

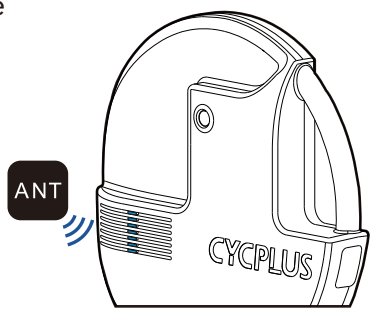
Google Play

2. No Calibration Needed

The R200 is a direct-drive trainer and requires no calibration.

3. Connecting via BLE or ANT+

Supports both BLE and ANT+. For a more stable connection, use BLE.
For ANT+, place the receiver close to the R200's indicator.
Important: Only one cycling app can be connected at a time. Don't use a bike computer while connected to an app on your phone or computer.



4. Troubleshooting

Can't find the trainer?
a. Unplug the trainer for 5 minutes.
b. Open the CYCPLUS app, go to the settings, and disconnect any devices.

Reminder:
If the trainer stays connected to other devices, close all cycling apps and remove the trainer (R200 XXXXX) from your paired BLE devices.

5 Spacers(for possible noise and friction)

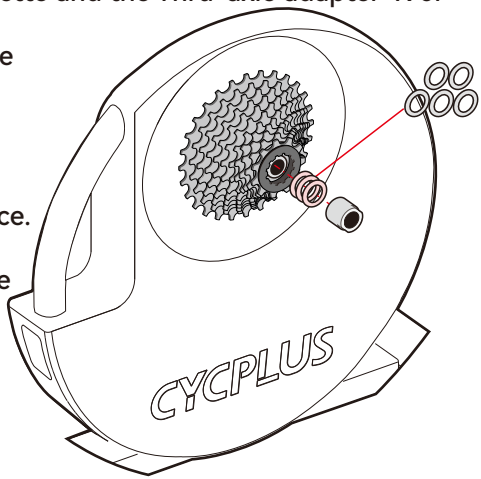
5.1 Cassette adjustment spacer(for loud chain noise)

If the chain noise becomes too loud while training, it may be because the distance between the R200 cassette and the rear fork (A) and the distance between your original cassette and the rear fork (B) are different, and the bike chain and cassette do not fit well.

For your convenience in adjusting the distance, there are 2 spacers pre-installed between the cassette and the Thru-axle adapter-R or Quick release adapter-R.

1. A<B Try adding more cassette adjustment spacers to R200. Each piece is about 0.4mm thick.
2. A>B Try removing some spacers to reduce the distance.

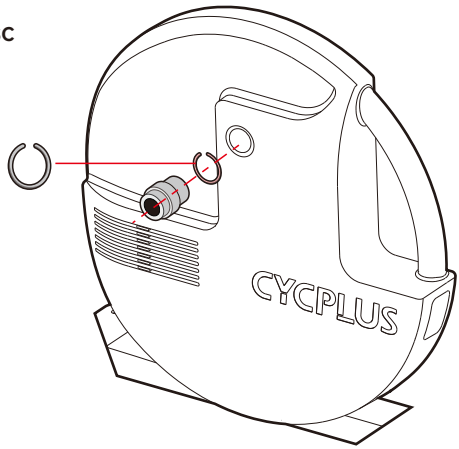
If there are still issues after removing all the spacers, please contact us for help.



5.2 Disc brake spacer(for friction)

If friction occurs between the disc brake on your bike and the R200 housing, you can use disc brake spacers to increase the distance between to avoid friction while training.

*This mostly happens with SRAM spec 140mm disc brakes.



Visit our youtube channel (CYCPLUS) for more detailed official videos, or contact our customer service for more information.

6 Specifications

Model	CYCPLUS R200
Type	Intelligent Direct - Drive Trainer
Magnet System	52 neodymium magnets + 48 sets of electromagnets
Dimension	L517 × W520 × H465 mm
Net Weight	30 lbs (13.6 kg)
Power Supply	48V/1.25A(Unplugged mode supported)
Maximum Power Output	2200 W
Power Output (40 km/h)	2000 W
Accuracy	±1%
Calibration	No calibration needed
Maximum Gradient	Max gradient support 19%, < 19% at speeds < 18 km/h
Downhill simulation	Plug-in mode only
Maximum Torque	80 N·m
Maximum Braking Force	250 N
Wireless Connectivity	BLE 5.0 & ANT+
Supported Protocols	ANT+ FE-C & BLE FTMS
Frame Compatibility	5 × 130 / 5 × 135(Quick Release) 12 × 142 / 12 × 148(Thru-axle)
Cassette Compatibility	Shimano 8-12 speed cassette SRAM 8-11 speed cassette SRAM 12 speed cassette(XDR hub sold separately)

Product Optimization Notice

To continuously improve product functionality and user experience, we may make adjustments to the design, features, or accessories of the product. The actual item you receive may differ from the description in this manual. Please refer to the physical product as the final reference.

We reserve the right to modify products without prior notice.

Thank you for your understanding and support!

目录

1. 拆箱及注意事项

1.1 快速上手 1

1.2 注意事项 1

1.3 厂商信息及售后 1

1.4 开箱快速安装 2

1.5 包装清单 3

2. 自行车安装

2.1机身组装 4

2.2 飞轮安装 6

2.3车架安装注意事项及免责声明 7

2.4 桶轴车架安装 8

2.5 快拆车架安装 10

2.6 电源连接 12

3. 功能描述

3.1 工作模式 12

3.2 指示灯 12

4. APP下载和使用 13

5. 调节垫片使用 14

6. 产品规格书 15

1.1 快速上手

需要了解操作指导视频、咨询使用问题或者其他售后问题，

欢迎访问我们的B站主页：CYCPLUS_FITNESS

微信公众号CYCPLUS FITNESS

官网：www.cycplus.com

或者直接联系我们的售后邮箱: steven@cycplus.com

官方客服微信

1.2 注意事项

1. 请避免小孩和宠物靠近R200。
2. 在使用过程中，请勿靠近或触碰R200电机等活动部件。
3. R200在使用过程中会持续产生热量，使用时请注意保持散热孔畅通，高强度骑行时请插电使用以保持散热风扇持续工作。
4. 请在平稳的地面上使用R200，使用前请调整好脚垫。
5. 站立骑行时，请注意安全。
6. 请勿在R200没有完全停止运动的情况下安装和拆卸自行车。
7. 请勿使用其他电源给R200供电。
8. 每次骑行前请检查自行车是否安装正确。
9. 在安装使用前请仔细阅读本说明书，有任何问题应及时联系客服。

1.3 厂商信息及售后

制造商：成都晨电智能科技有限公司。

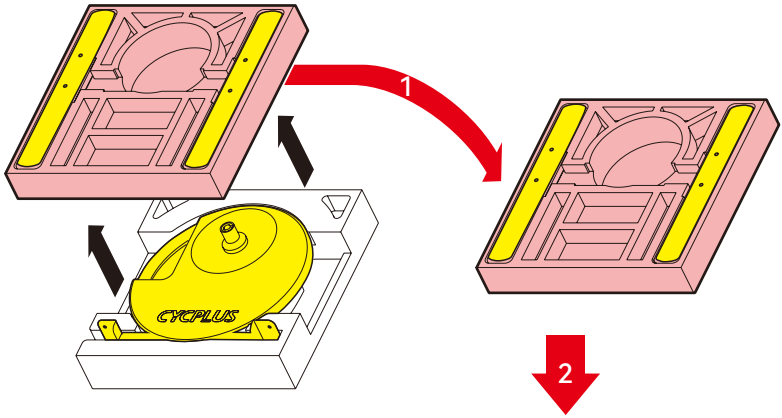
地址：四川省成都市天辰路88号

购买本产品两年内，因非人为原因造成的损坏，我们将提供免费保修或换新。

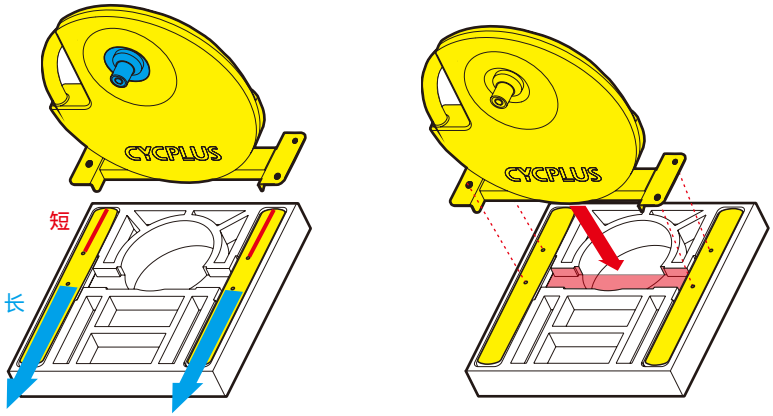
有任何问题请咨询售后邮箱 steven@cycplus.com。

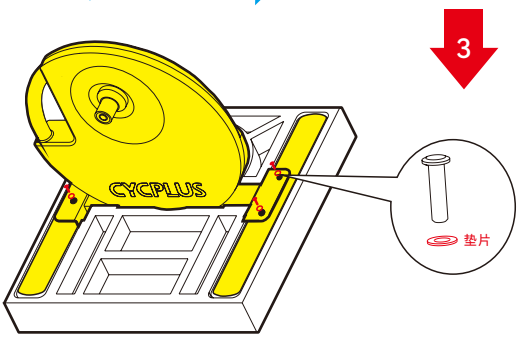
1.4 开箱快速安装

❶ 开箱后将上层托盘整体取出放在平整地面上。



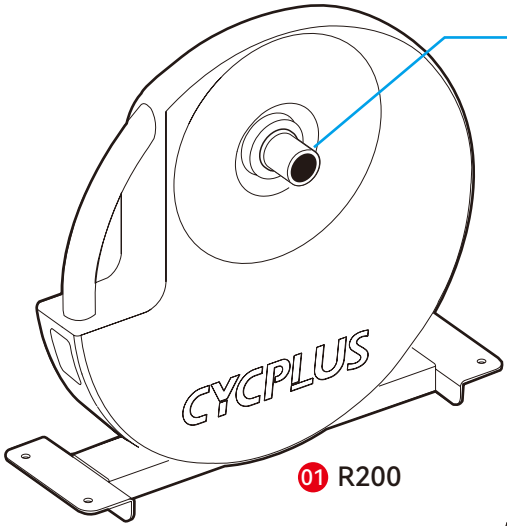
❷ 取出主机，将较长一边的支腿朝向塔基方向，如图蓝色区域所示。
将主机垂直放在支腿中间。托盘中有凹槽，可辅助确定安装位置。



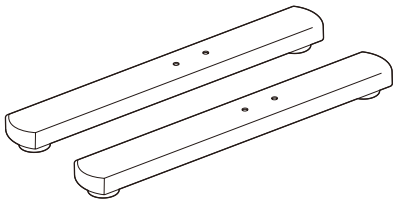


❸ 使用螺丝固定支腿。
安装螺丝时请记得加上垫片。

1.5 包装清单



01 R200



02 支撑腿 × 2

03 支腿螺丝 × 4

04 螺丝垫片 × 4

05 5mm六角扳手

（支腿螺丝及快拆转换头用）

06 17mm扳手

（桶轴转换头用）

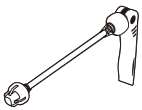
07 塔基(预装)

08 桶轴转换头右(预装)

9 桶轴转换头左(预装)

10 快拆转换头右

11 快拆转换头左



12 快拆杆

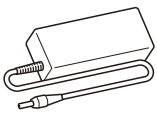
13 8-10速飞轮转换垫片

14 飞轮调节垫片 × 7

(其中2片已预装)

15 碟刹间隙调节垫片

16 油压碟刹保护片



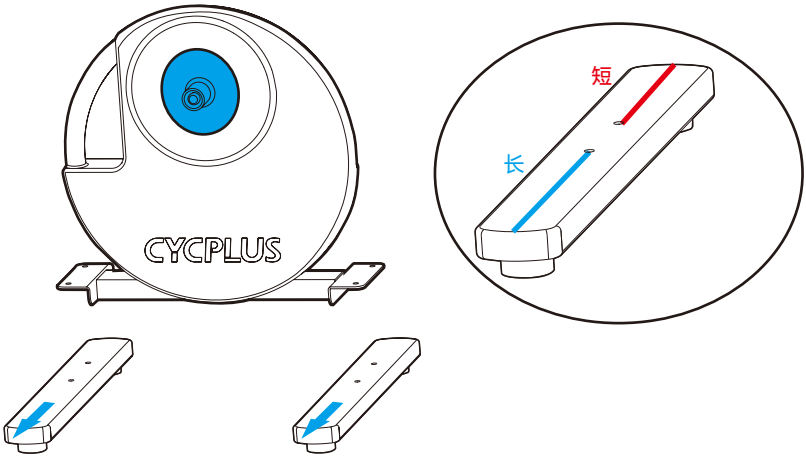
17 电源适配器

18 AC电源线

2.1 机身组装

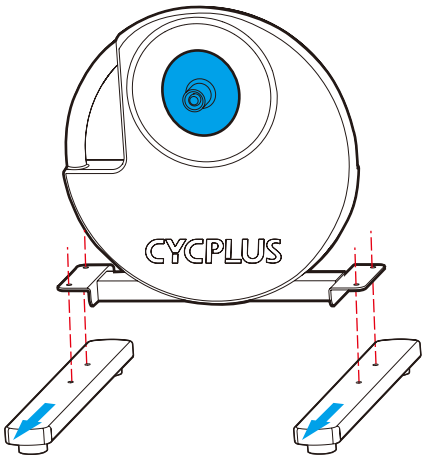
1 确认支腿安装方向

R200的支撑腿两侧长度不同，为保证使用时重心稳定，
在安装时请确认将较长的一端放在骑行台的塔基一侧。



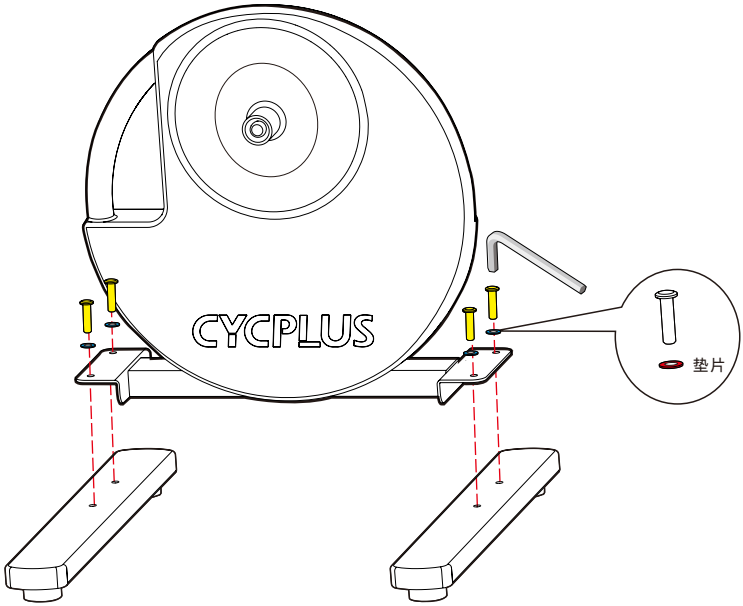
2 对齐螺孔

将主机底座两端的开孔，
与支腿中间的螺孔对齐。



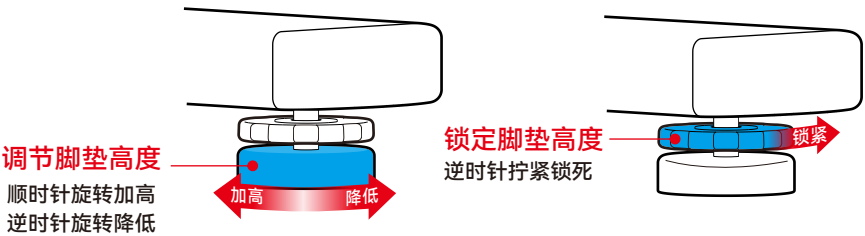
❸ 拧紧螺丝

确认支腿位置正确后拧入支腿螺丝，安装螺丝时记得使用螺丝垫片，避免以后螺丝松动。



❹ 调整脚垫高度，使机身平衡稳定

安装好支腿后，可以调整脚垫高度，使机身平稳放在地面上。
请确认机身放置稳定后再安装车架进行骑行训练。

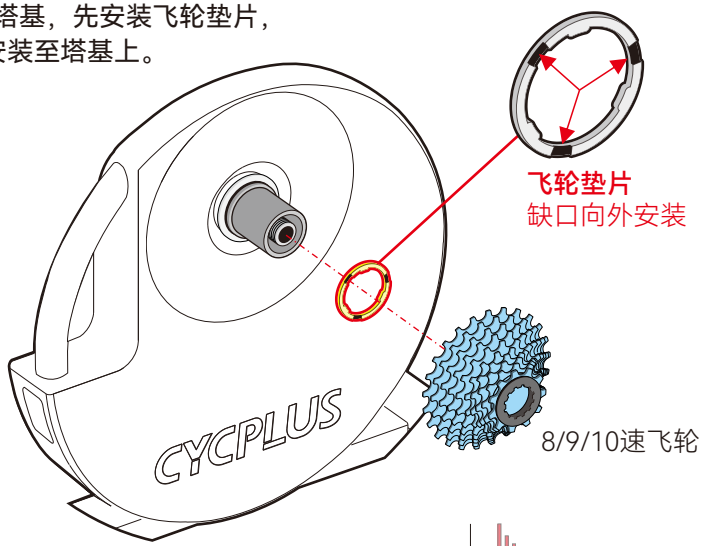


2.2 飞轮安装

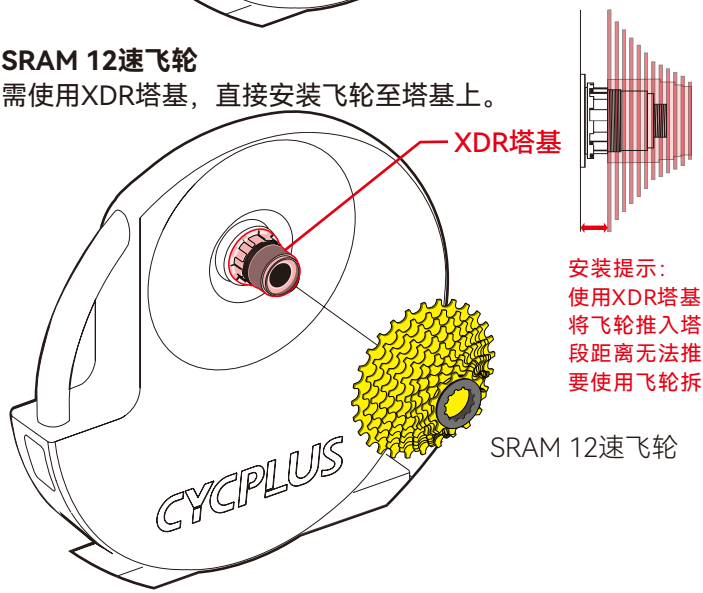
塔基存在HG与XDR两个规格，请根据飞轮规格使用对应塔基。

1. Shimano 11/12速飞轮、SRAM 11速飞轮
需使用HG塔基，直接安装飞轮至塔基上。

2. 8/9/10速飞轮
需使用HG塔基，先安装飞轮垫片，
再将飞轮安装至塔基上。



3. SRAM 12速飞轮
需使用XDR塔基，直接安装飞轮至塔基上。

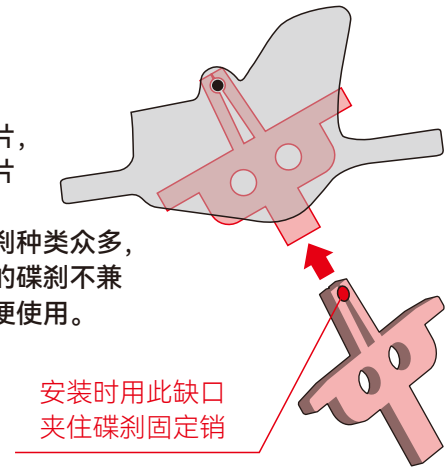


安装提示：
使用XDR塔基安装飞轮时，将飞轮推入塔基，最后一段距离无法推入，此时需要使用飞轮拆装工具拧入。

2.3 车架安装注意事项及免责声明

❶ 在安装骑行台前，请先确认您的自行车轮组是桶轴结构还是快拆结构，
桶轴结构车架请参考说明书“2.4 桶轴车架安装”进行安装；
快拆结构车架请参考说明书“2.5 快拆车架安装”进行安装；
请仔细阅读说明书并对照实物，确保所有零件都齐全并正确安装后，
再将自行车安装到骑行台上。

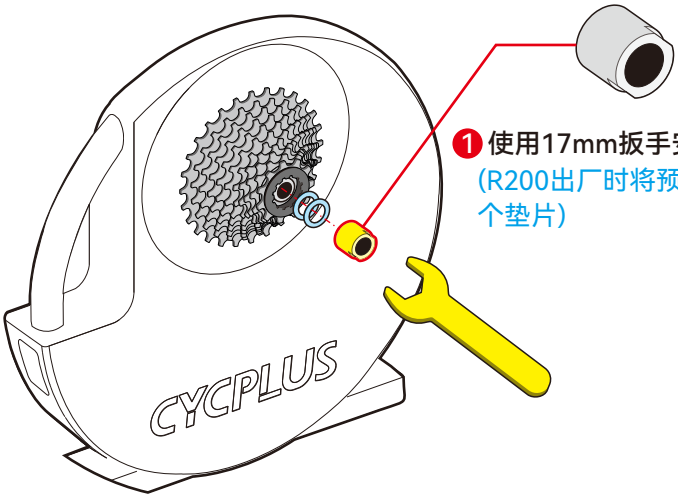
❷ 若您的自行车配备油压碟刹，
我们为您准备了油压碟刹保护片，
在拆下后轮后，请将碟刹保护片
安装到碟刹卡钳中(如图)，
防止空捏造成故障。因油压碟刹种类众多，
若我们配备的碟刹保护片与您的碟刹不兼
容，请您自备合适的保护片以便使用。



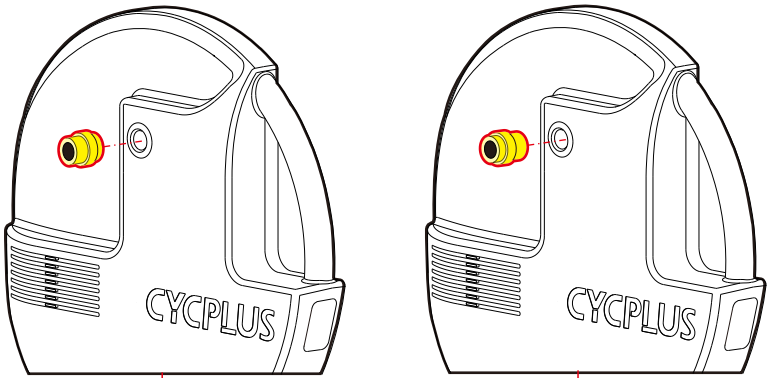
❸ 在将自行车车架安装到骑行台时，请一定注意检查，自行车的刹车夹器、管线、车架等不应与骑行台外壳发生接触，若发现接触情况，切勿强行安装使用，否则可能对自行车车架或部件造成损坏。

❹ 请认真阅读说明书，并遵照指引使用骑行台，在安装过程中遇到异常情况，应及时联系客服咨询，切勿强行使用。
若因不正确安装，或车架不兼容，用户强行安装自行车，造成的任何损失均由客户自己承担。

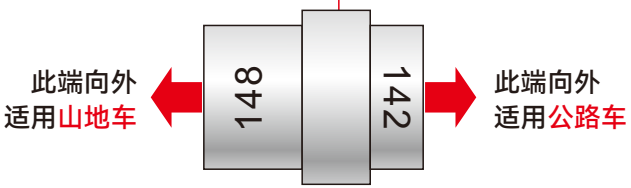
2.4 桶轴车架安装



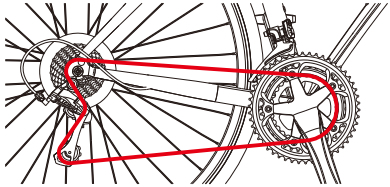
❶ 使用17mm扳手安装桶轴转换头右。
(R200出厂时将预装桶轴转换头和两个垫片)

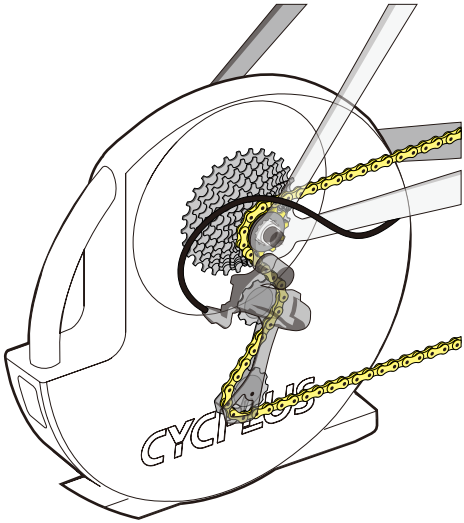


❷ 安装桶轴转换头左。

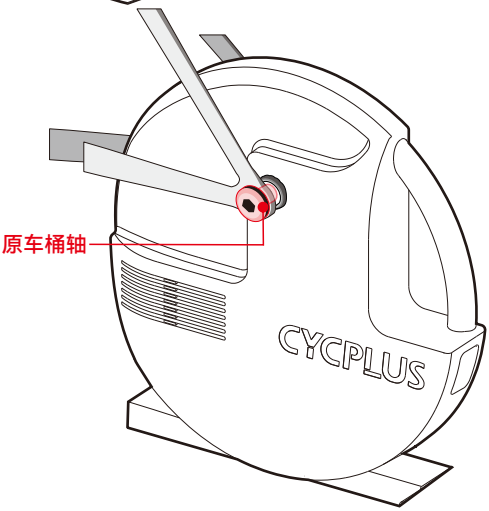


❸ 调节自行车变速器，将链条调整到牙盘和飞轮的最小链轮上。





❹ 将自行车链条与骑行台飞轮的最小链轮对齐，并将车架安装到骑行台上。



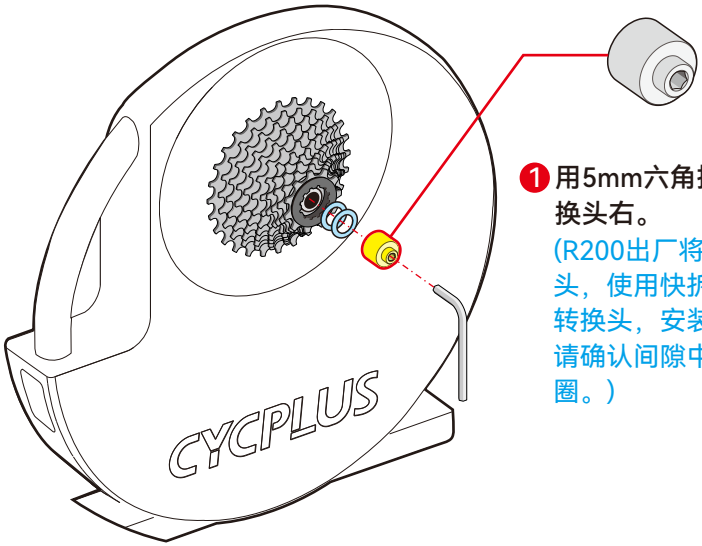
❺ 使用自行车自带的桶轴锁紧车架。

❻ 完成安装后晃动车架，确认车架已经锁紧在骑行台上。

危险提示!

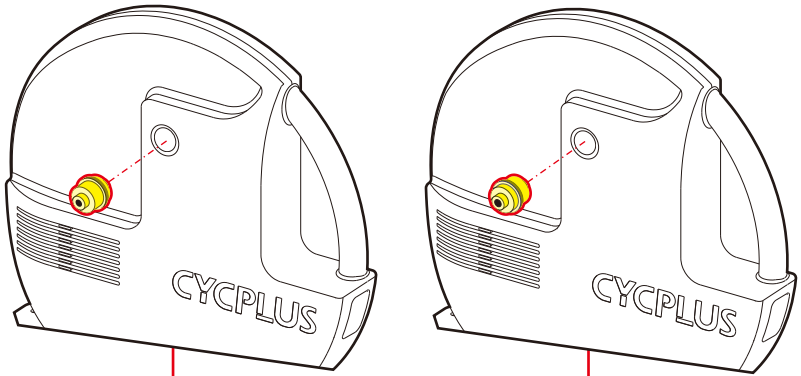
① 如果没有正确的固定自行车，可能导致严重的财产损失和人身伤害。
② 严禁在有人坐在自行车上时，调节快拆杆和桶轴。
③ 少数车架与R200不兼容，安装时出现异常，请立即停止安装。
④ 请参考免责声明，如有任何安装问题，请及时与我们联系。

2.5 快拆车架安装

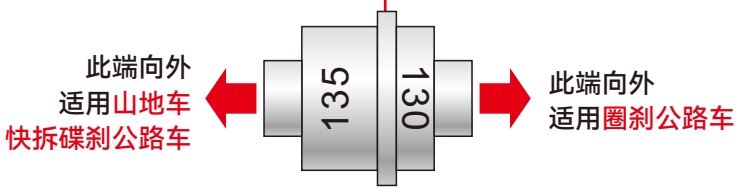


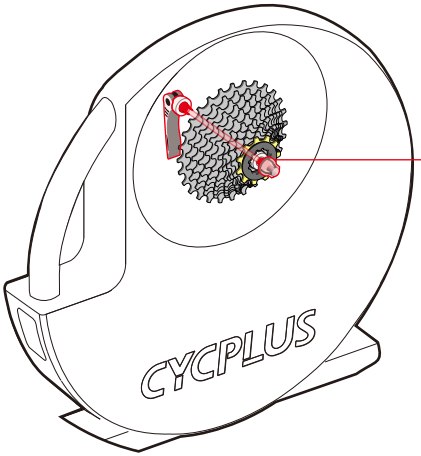
❶ 用5mm六角扳手安装快拆转换头右。

(R200出厂将预装桶轴转换头，使用快拆请先拆下桶轴转换头，安装快拆转接头时请确认间隙中垫入两个垫圈。)

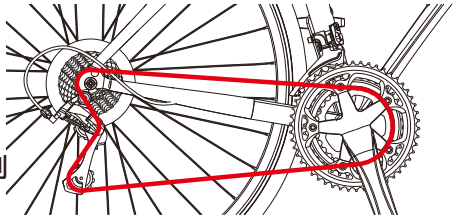


❷ 安装快拆转换头左。

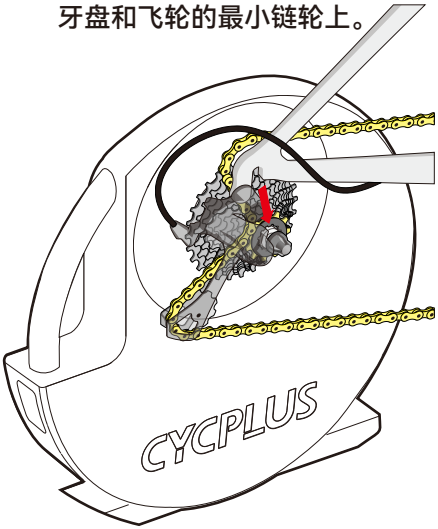




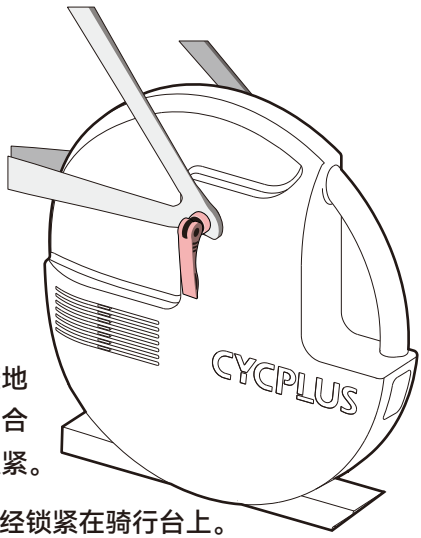
❸ 将快拆杆插入骑行台中轴，将螺帽安装好，但不要拧紧，以便安装车架。



❹ 调节自行车变速器，将链条调整到牙盘和飞轮的最小链轮上。



❺ 将自行车链条与骑行台飞轮的最小链轮对齐，并将车架安装到骑行台上。



❻ 调节快拆杆的锁紧螺母，同时频繁地打开和关闭快拆杆，直到关闭阻力合适时，关闭快拆杆将快拆杆完全锁紧。

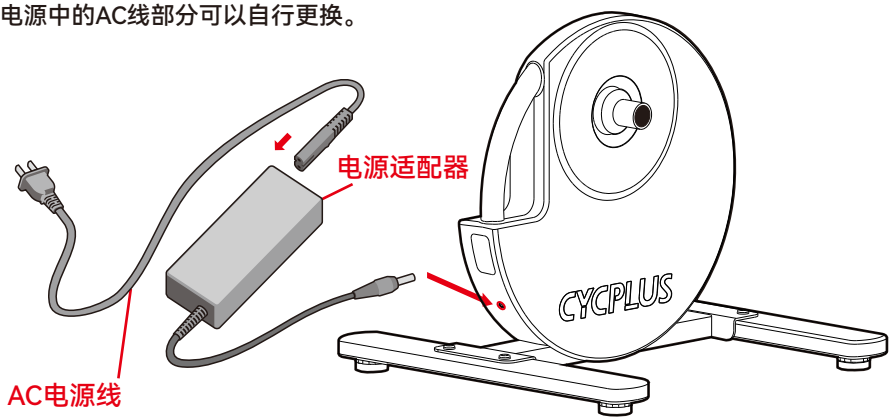
❼ 完成安装后晃动车架，确认车架已经锁紧在骑行台上。

危险提示!

① 如果没有正确的固定自行车，可能导致严重的财产损失和人身伤害。
② 严禁在有人坐在自行车上时，调节快拆杆和桶轴。
③ 少数车架与R200不兼容，安装时出现异常，请立即停止安装。
④ 请参考免责声明，如有任何安装问题，请及时与我们联系。

2.6 电源连接

请使用产品自带的电源适配器为设备供电。
电源中的AC线部分可以自行更换。



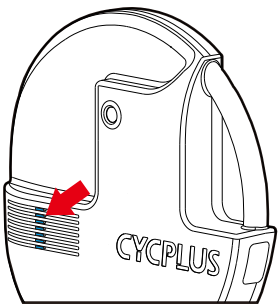
3.1 工作模式

R200有两种工作模式：不插电模式和插电模式，插电模式能提供更好的骑行体验，两种模式下主要功能差别如下:

	不插电模式	插电模式
信号连接	开始骑行时，需要踩踏发电进行无线连接。停止踩踏后，LED指示灯可能熄灭，但储存的电量可供无线信号工作1-2分钟。	随时可以连接BLE和ANT
下坡和惯性模拟	无法模拟下坡和飞轮惯性	可模拟下坡和飞轮惯性

注：高强度骑行者 建议 插电使用，当停止踩踏后以提供额外电能为R200散热

3.2 指示灯



指示灯通过颜色和状态显示骑行台工作情况:

指示灯以蓝色闪烁：BLE未连接。

指示灯以蓝色常亮：BLE已连接。

指示灯以红色闪烁：骑行台过热，激活过热保护。需要停止骑行或降低骑行功率。指示灯恢复正常后再进行正常骑行活动。若指示灯无法恢复正常，请联系客服。

指示灯以红色常亮：骑行台故障，请停止骑行并联系客服。

4. APP下载和使用

1. 请在各大应用商城中搜索“CYCPLUS”下载应用，以便更新固件程序。

CYCPLUS APP

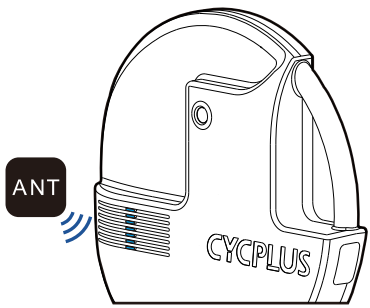
苹果　华为　小米

VIVO　OPPO　腾讯

2. R200采用直驱电机制动，无需校准。

3. 使用室内骑行软件时，R200支持BLE和ANT+两种无线连接协议。
推荐优先使用BLE连接，信号更稳定。
若使用ANT+连接，请将ANT接收器尽可能的靠近骑行台的指示灯位置。

在同一时间内只能使用一个骑行软件连接骑行台，为保证骑行台正常工作，当你在使用手机或电脑上的骑行软件连接骑行台进行训练时，请不要同时使用带有训练功能的码表连接控制骑行台，反之亦然，否则骑行台可能无法正确工作。
若在使用骑行训练软件搜索骑行台时找不到设备，可以尝试断开骑行台的BLE连接，再重新搜索设备。你可以通过以下方式断开骑行台的BLE连接:
1. 断开骑行台电源五分钟，断电过程中请不要重新上电或进行骑行。
2. 在 CYCPLUS APP 中查看骑行台已连接设备，并点强制重启按钮。



注：由于骑行台是BLE从机，若手机或电脑仍在主动搜索连接骑行台，骑行台仍会被这些设备连接。如遇这种问题，请关闭手机、电脑全部骑行软件。并在手机或电脑BLE已配对设备中删除已经配对的骑行台(BLE名称为 R200 XXXXX)。

5. 调节垫片使用

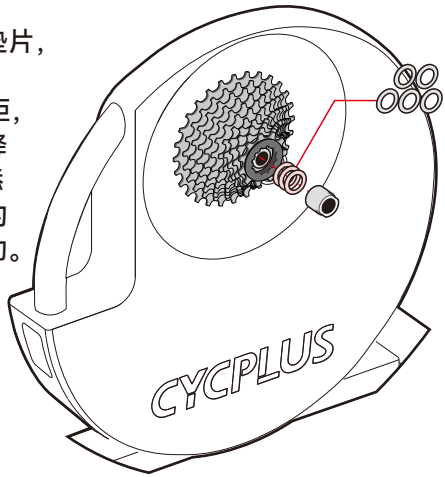
5.1 飞轮调节垫片

若您在使用骑行台时链噪过大，可能是因为骑行台飞轮与后叉距离（A）和原装车轮飞轮与后叉的距离（B）不同，自行车链条与飞轮齿盘配合不佳导致的，为了便于您增加或减小间隙，我们原装的堵头在垫入两个垫圈后为（A）的默认距离。

1. 当A<B时，可以增加飞轮调节垫片，增加A的距离。

2. 当A>B时，可以拆除飞轮调节垫片，减少A的距离。

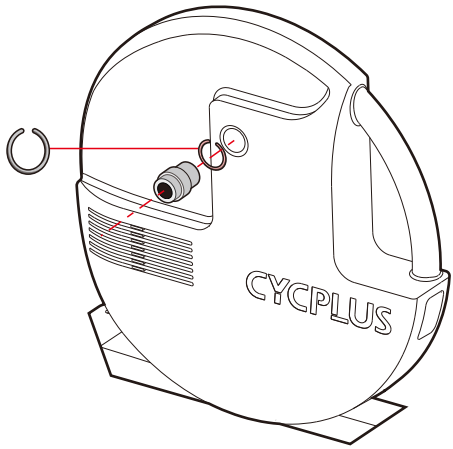
每添加一片垫片可增加0.4mm间距，请根据实际差异补足余量，即可降低链噪。若您在拆除全部垫圈 / 添加全部垫圈后依旧无法获得正确的间距，请联系我们的客服寻求帮助。



5.2 碟刹间隙调节垫片

若您在使用骑行台时，车架上的碟刹组件与骑行台外壳发生接触摩擦，可以使用此垫片增加碟刹与机壳之间的距离，避免与机壳摩擦。

这种情况大多发生在车架使用sram规格的140mm碟刹片时。



您可以访问我们的B站主页(CYCPLUS_FITNESS)查看更详细的官方视频介绍，或联系我们的客服咨询。

6. 产品规格书

产品名称	CYCPLUS R200
产品类型	智能直驱式电机制动骑行台
磁铁	52块钕磁铁 + 48组电磁铁
产品尺寸	长517 × 宽520 × 高465 mm
产品净重(不含飞轮)	13.6 kg
电源输入	48V / 1.25A 支持插电和不插电模式
最大功率	2200 W
输出功率（40km/h）	2000 W
功率计误差	±1%
功率校准	无需校准
模拟坡度	最大19%；当骑行速度<18km/h时模拟坡度<19%
下坡模拟	插电模式下支持
最大扭矩	80 N·m
最大制动力	250 N
无线信号	BLE 5.0和 ANT +
数据协议	ANT+ FE-C & BLE FTMS
支持车架类型	5 × 130 / 5 × 135（快拆） 12 × 142 / 12 × 148（桶轴）
适用飞轮	Shimano 8-12速卡式飞轮 SRAM 8-11速卡式飞轮 SRAM XDR 12速飞轮

产品优化声明

为持续优化产品功能与使用体验，我们可能会对产品的设计、功能或配件进行升级调整。
您收到的实物可能与说明书描述存在差异，请以实际产品为准。
本公司保留调整产品的权利，恕不另行通知。
感谢您的理解与支持!

ユーザーマニュアル

1. 開封および注意事項
   1.1 素早く身につける 1
   1.2 注意事項 1
   1.3 製造者情報 1
   1.4 開封と迅速な取り付け 2
   1.5 梱包リスト 3
2. 本体の組み立て
   2.1フリーホイールの取り付け 4
   2.2 注意事項と免責事項 6
   2.3 車架安装注意事项及免责声明 7
   2.4 スルーアクスルフレームの取り付け 8
   2.5 クイックリリースフレームの取り付け . . . 10
   2.6 電源接続 12
3. 機能説明
   3.1 動作モード 12
   3.2 インジケータ 12
4. アプリケーション 13
5. 調整用スペーサーの使用 14
6. 製品仕様書 15

1.1 素早く身につける

私たちの Instagram と Facebook をフォローして、教學動画、
よくある質問の回答やその他のサポートをご覧ください。
Instagram: cycplus_official
Facebook: cycplus
Youtube: CYCPLUS
公式サイト: www.cycplus.com
アフターサービスメール: steven@cycplus.com

1.2 注意事項

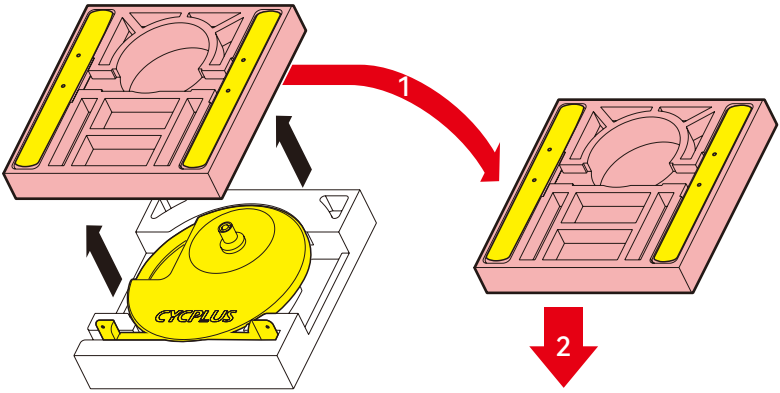
1. 子供やペットが R200 の近くに来ないようにしてください。
2. 使用中は、R200 のモーターなどの可動部品に近づいたり触ったりしないでください。
3. R200 は使用中ずっと熱を発生します。使用時は放熱孔が塞がれないようにしてください。激しくサイクリングするときは、電源をコンセントに挿して放熱ファンがずっと動くようにしてください。
4. R200 を使うときは、平らな地面で使用してください。使用前に、足元のマットを調整してください。
5. 立ってサイクリングするときは、安全に気をつけてください。
6. R200 が完全に停止していない状態で、自転車を取り付けたり外したりしないでください。
7. 他の電源で R200 に電力を供給しないでください。
8. 毎回サイクリングする前に、自転車が正しく取り付けられているかを確認してください。
9. この取扱説明書を慎重に読んでから、取り付けと使用を行ってください。何か問題があれば、すぐにおオンラインカスタマーサポートセンターまでご連絡ください。

1.3 製造者情報

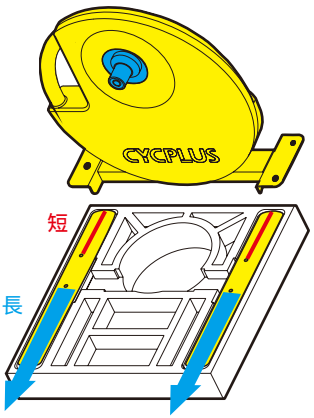
会社名：成都晨电智能科技有限公司
住所：中国四川省成都市天辰路88号
保証：本製品をお買い上げ2年間、品質に関わり問題につきまして、新品交換や無料修理させていただきます。
連絡先：steven@cycplus.com。

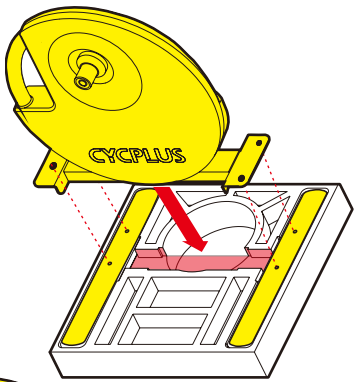
1.4 開封と迅速な取り付け

❶ 開封後、上層のトレイを全体として取り出し、平らな地面に置きます。

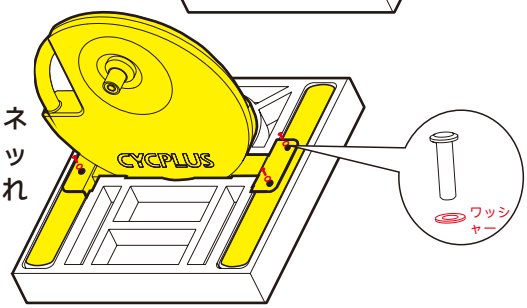


❷ メインユニットを取り出し、長い方の片側の足をフリーハブボディの方向に向けます。図の青色エリアのように。
メインユニットを足の真ん中に垂直に置きます。トレイには凹みがあり、取り付け位置の確認に役立ちます。

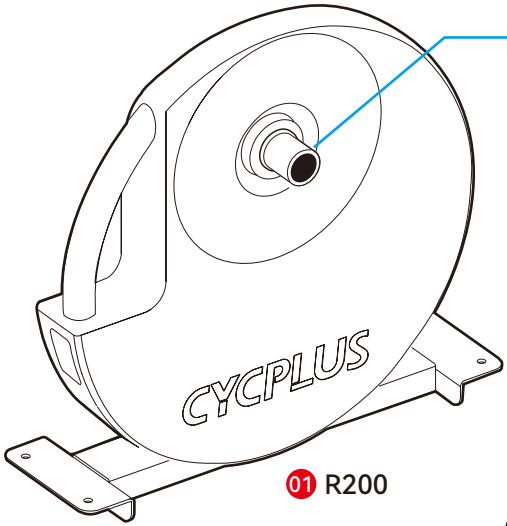




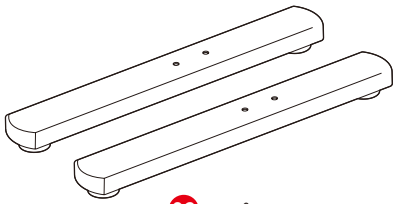
❸ ネジで足を固定します。ネジを取り付ける際は、ワッシャーを付けることを忘れないでください



1.5 梱包リスト



01 R200



02 サポート足 × 2

03 足のネジ × 4

04 ワッシャー × 4

05 5mm 六角レンチ
（足のネジとクイックリリース変換アダプター用）

06 17mm レンチ
（バケツ軸変換アダプター用）

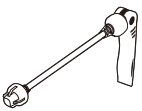
07 フリーハブボディ
（プリインストール済み）

08 スルーアクスルアダプター ー右側
（プリインストール済み）

9 スルーアクスルアダプター ー左側
（プリインストール済み）

10 クイックリリース変換アダプター右側

11 クイックリリース変換アダプター左側



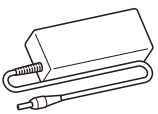
12 クイックリリース

13 8速　10速カセット変換スペーサー

14 フリーホイール調整ワッシャー ×7
（うち 2 枚はプリ インストール済み）

15 ディスクブレーキ隙間調整ワッシャー

16 油圧ディスクブレーキ保護シート



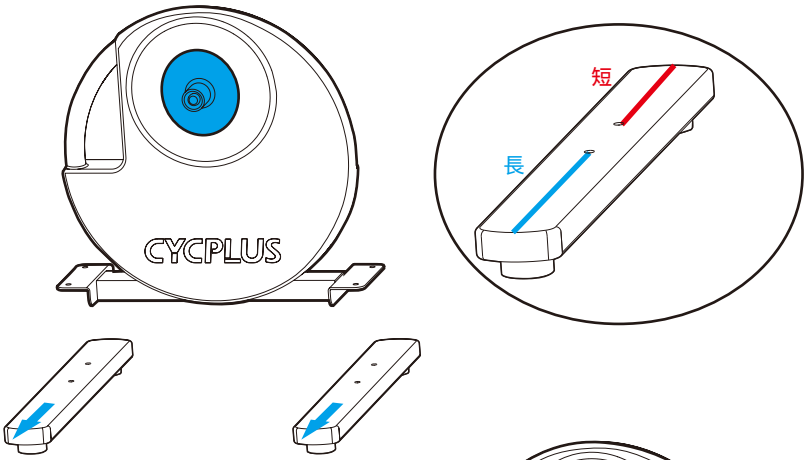
17 電源アダプター

18 AC 電源ケーブル

2.1 本体の組み立て

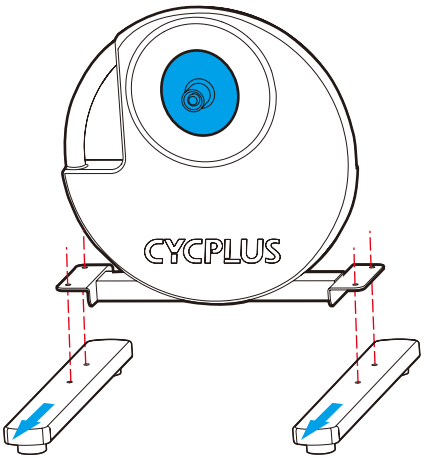
1 足の取り付け方向を確認する

R200 のサポート足は両側の長さが異なります。使用時の重心の安定を保つため、取り付け時には、長い方の一端をR200のフリーハブボディ側に置くことを確認してください。



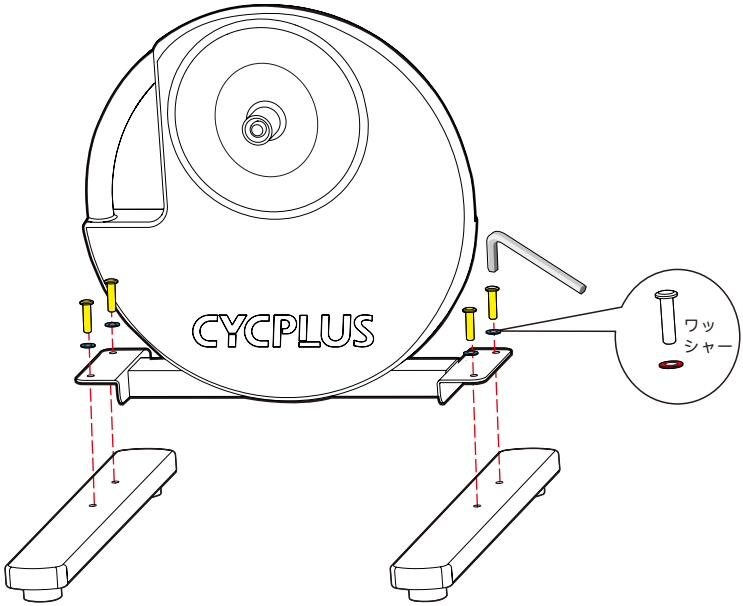
2 ネジ穴を合わせる

メインユニットのベース両端の開孔を、足の真ん中のネジ穴と合わせてください。



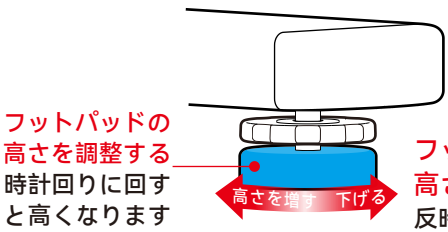
❸ ネジを締める

支脚の位置を確認した後、支脚用ネジを締め付けてください。ネジを取り付ける際は必ずワッシャーを使用し、後の緩みを防いでください。

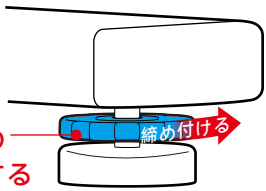


❹ フットパッドの高さを調整し、本体をバランス良く安定させる

サポート足を取り付けた後、フットパッドの高さを調整して、本体が地面に平らに置けるようにしてください。本体がしっかりと置かれていることを確認してから、フレームを取り付けてサイクリングのトレーニングを行ってください。



フットパッドの
高さを調整する
時計回りに回すと高くなります
反時計回りに回すと低くなります

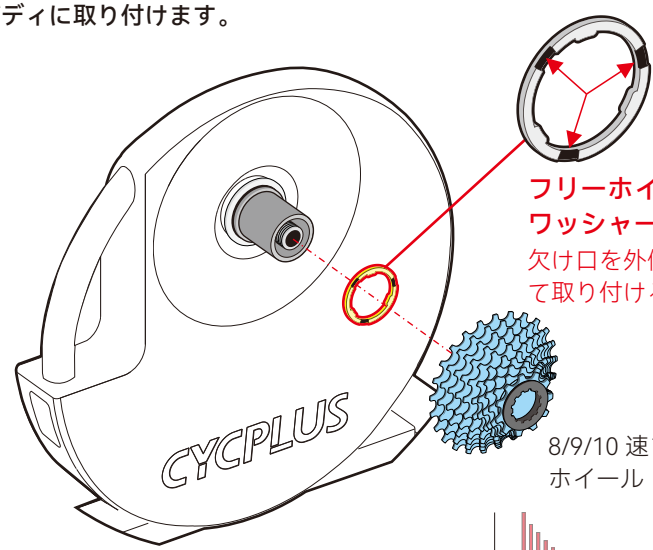


フットパッドの
高さをロックする
反時計回りに締めてロックします。

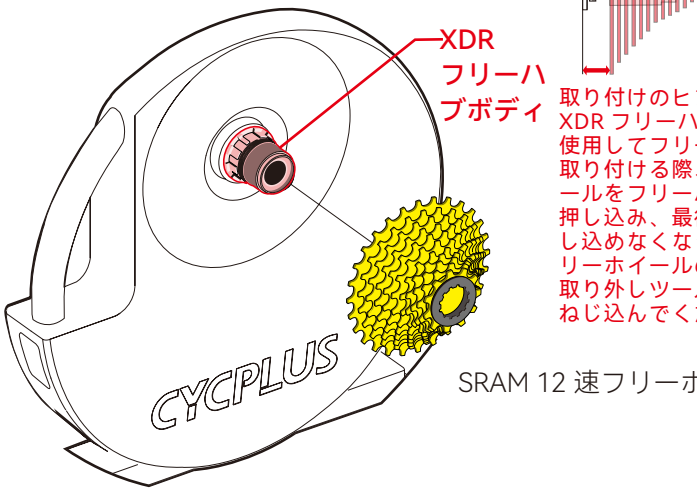
2.2 フリーホイールの取り付け

1. Shimano 11/12 速フリーホイール、SRAM 11 速フリーホイール
直接にフリーホイールをフリーハブボディに取り付けます。

2. 8/9/10 速フリーホイール
まずフリーホイール用のワッシャーを取り付けて、その後フリーホイールをフリーハブボディに取り付けます。



3. SRAM 12 速フリーホイール
XDR フリーハブボディを使用して、直接にフリーホイールをフリーハブボディに取り付けます。

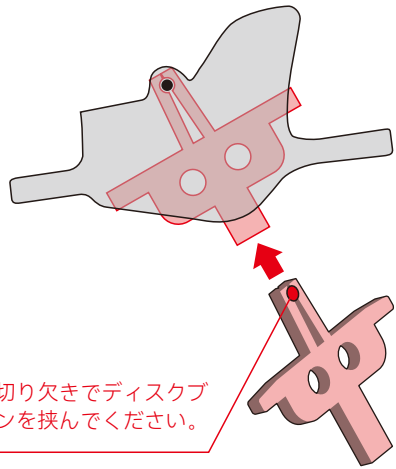


取り付けのヒント:
XDR フリーハブボディを使用してフリーホイールを取り付ける際、フリーホイールをフリーハブボディに押し込み、最後の距離で押し込めなくなった場合、フリーホイールの取り付け・取り外しツールを使用してねじ込んでください。

2.3 注意事項と免責事項

1. R200を取り付ける前に、自転車のホイールセットがバケツ軸構造かクイックリリース構造かを確認してください。バケツ軸構造のフレームは、取扱説明書の「2.4 バケツ軸フレームの取り付け」を参照して取り付けてください。クイックリリース構造のフレームは、取扱説明書の「2.5 クイックリリースフレームの取り付け」を参照して取り付けてください。取扱説明書をよく読み、実物と照らし合わせて、すべての部品が揃って正しく取り付けられていることを確認してから、自転車をサイクリングトレーナーに取り付けてください。

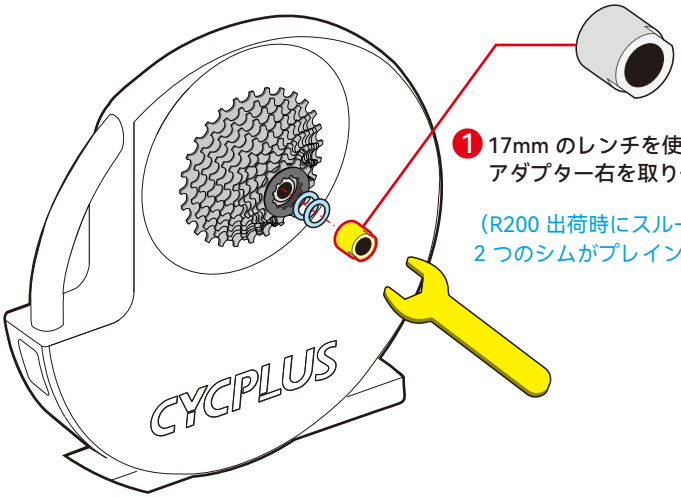
2. 自転車に油圧ディスクブレーキが装備されている場合、油圧ディスクブレーキ保護シートを用意しています。後輪を取り外した後、ディスクブレーキ保護シートをディスクブレーキキャリパーに取り付けてください（図の通り）。空でブレーキをかけることによる故障を防ぎます。空打ちによる故障防止のため、油圧ディスクブレーキの種類は多岐にわたるため、当社の保護パッドがご使用のディスクブレーキに適合しない場合は、適合する保護パッドをご用意のうえ、ご使用ください。



3. 自転車のフレームをサイクリングトレーナーに取り付ける際には、必ず確認してください。自転車のブレーキキャリパー、パイプ、フレームなどがサイクリングトレーナーの外装と接触しないようにしてください。接触する場合は、無理に取り付けて使用しないでください。そうしないと、自転車のフレームや部品が損傷する可能性があります。

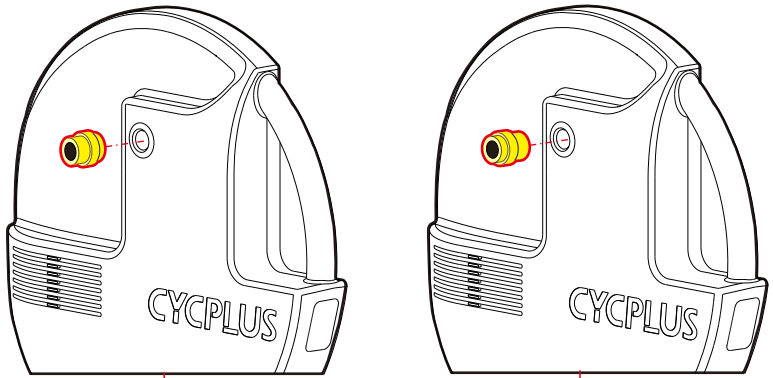
4. 取扱説明書をよく読み、指示に従ってサイクリングトレーナーを使用してください。取り付け中に異常が発生した場合は、すぐにカスタマーサービスに相談してください。無理に使用しないでください。誤った取り付けやフレームの非互換性により、ユーザーが無理に自転車を取り付けて生じた損失は、すべてユーザー自身が負担するものとします。

2.4 スルーアクスルフレームの取り付け

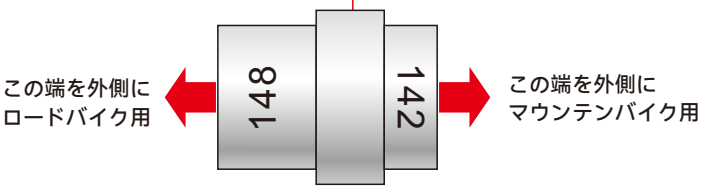


1 17mm のレンチを使用してスルーアクスルアダプター右を取り付けます。

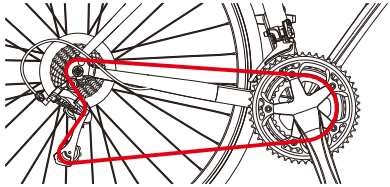
（R200 出荷時にスルーアクスルアダプターと 2 つのシムがプレインストールされています）

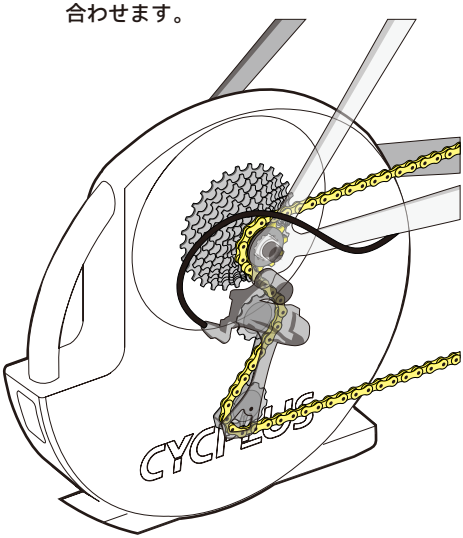


2 スルーアクスルアダプター左を取り付けます。

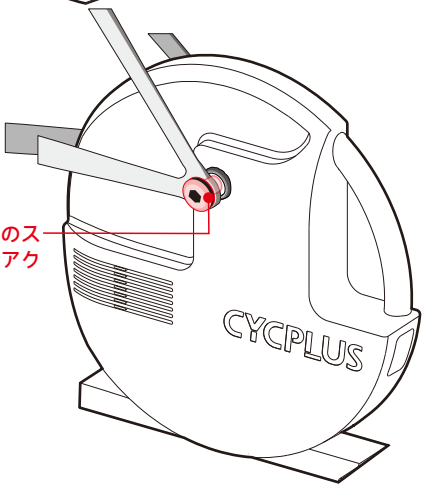


❸ 自転車のギアを調整し、チェーンをクランクとフリーホイールの最小スプロケットに合わせます。





❹ 自転車のチェーンをサイクリングトレーナーのフリーホイールの最小スプロケットに合わせ、フレームをサイクリングトレーナーに取り付けます。



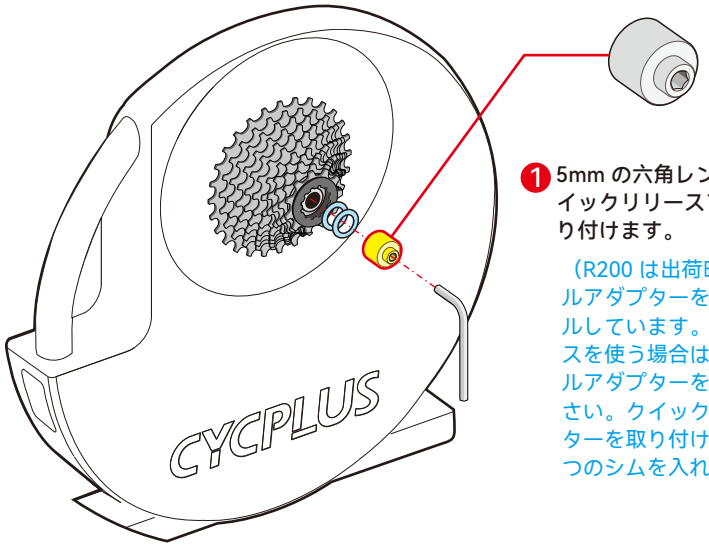
❺ 自転車に付属のスルーアクスルでフレームを締め付けます。

❻ 取り付けが完了したら、フレームを揺らして、フレームがサイクリングトレーナーにしっかりと固定されていることを確認します。

Warning!

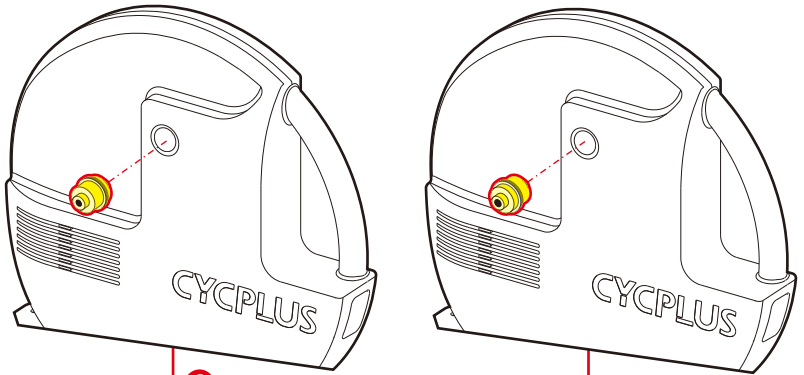
① 自転車を正しく固定しないと、重大な財産損失と人身傷害を招く可能性があります。
② 自転車に人が座っている間に、クイックリリースレバーとバケツ軸を調整することは厳禁です。
③ 一部のフレームは R200 と互換性がないため、取り付け時に異常が発生した場合は、直ちに取り付けを中止してください。
④ 免責事項を参照し、取り付けに関する問題がある場合は、すぐにご連絡ください。

2.5 クイックリリースフレームの取り付け

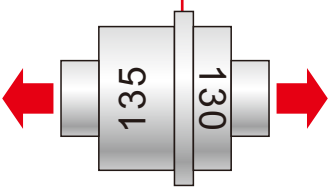


1 5mm の六角レンチを使って、クイックリリースアダプター右を取り付けます。

（R200 は出荷時にスルーアクスルアダプターをプレインストールしています。クイックリリースを使う場合は、スルーアクスルアダプターを取り外してください。クイックリリースアダプターを取り付ける際、隙間に 2 つのシムを入れてください。）

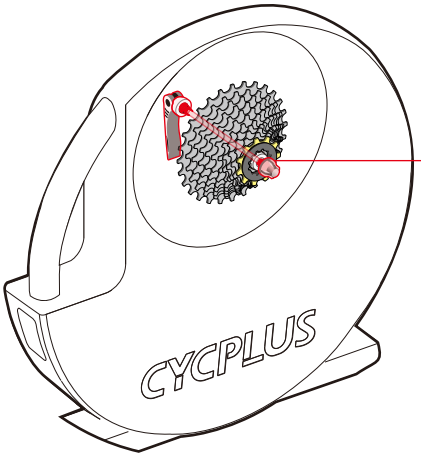


2 クイックリリースアダプター左を取り付けます。

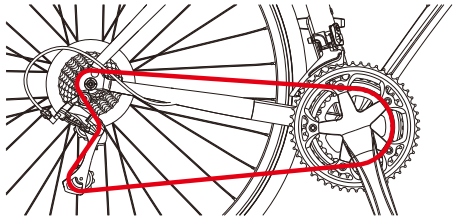


この端を外側に
山地車とクイックリリース
ディスクブレーキ付きのロードバイクに適用

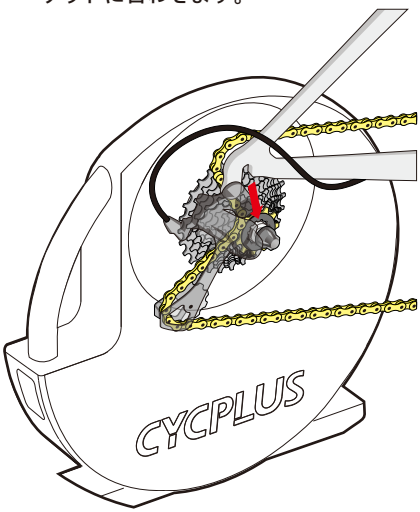
この端を外側に
リングブレーキ付きの
ロードバイクに適用



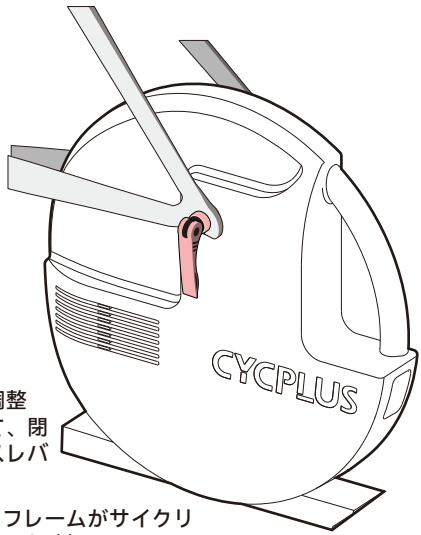
3 クイックリリースレバーをサイクリングトレーナーの中央軸に挿入し、ナットを取り付けますが、締め付けないで、フレームを取り付けるためにしておきます。



4 自転車のギアを調整し、チェーンをクランクとフリーホイールの最小スプロケットに合わせます。



5 自転車のチェーンをサイクリングトレーナーのフリーホイールの最小スプロケットに合わせ、フレームをサイクリングトレーナーに取り付けます。



6 クイックリリースレバーの締め付けナットを調整し、クイックリリースレバーを頻繁に開閉して、閉じる抵抗が適切になるまで、クイックリリースレバーを完全に締め付けます。

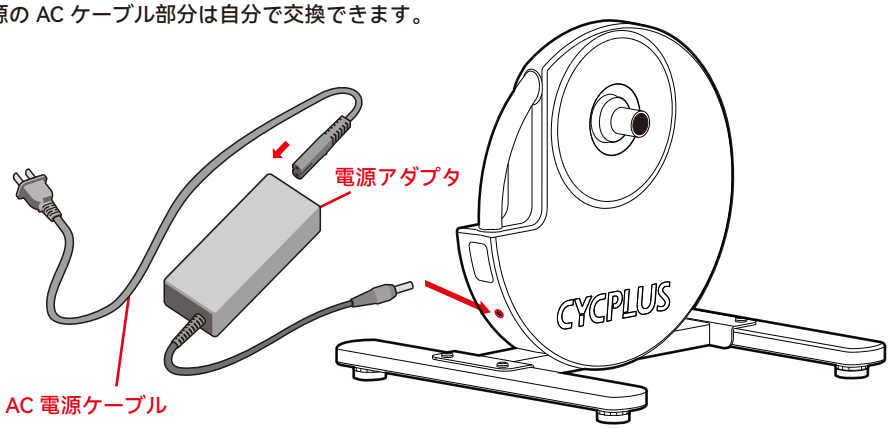
7 取り付けが完了したら、フレームを揺らして、フレームがサイクリングトレーナーにしっかりと固定されていることを確認します。

Warning!

① 自転車を正しく固定しないと、重大な財産損失と人身傷害を招く可能性があります。
② 自転車に人が座っている間に、クイックリリースレバーとバケツ軸を調整することは厳禁です。
③ 一部のフレームは R200 と互換性がないため、取り付け時に異常が発生した場合は、直ちに取り付けを中止してください。
④ 免責事項を参照し、取り付けに関する問題がある場合は、すぐにご連絡ください。

2.6 電源接続

付属の電源アダプタを使用して機器に電源を供給してください。
電源の AC ケーブル部分は自分で交換できます。



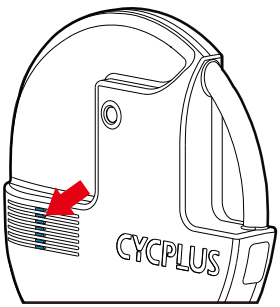
3.1 動作モード

R200 には 2 種類の動作モードがあります：非給電モードと給電モードです。給電モードではより良いサイクリング体験が得られます。2 つのモードでの主な機能の違いは以下の通りです：

	非給電モード	給電モード
信号接続	サイクリングを開始するには、発電しながら無線接続を行ってください。踏み込みを止めた後、LED インジケータが消灯する場合がありますが、蓄電された電力で無線信号が 1～2 分間動作します。	いつでも BLE と ANT に接続できます。
下り坂やフリーホイールの慣性をシミュレートできます	下り坂や慣性シミュレート	下り坂やフリーホイールの慣性をシミュレートできません

注：ハイパワーなサイクリングをする方は、給電して使用することをおすすめします。踏み込みを止めた後、R200 の放熱のために追加の電力を提供します。

3.2 インジケータ



インジケータは色と状態でサイクリングトレーナーの動作状況を表示します：
インジケータが青色で点滅する：BLE が未接続です。
インジケータが青色で点灯する：BLE が接続されています。
インジケータが赤色で点滅する：サイクリングトレーナーが過熱し、過熱保護が作動します。サイクリングを停止し、または騎行パワーを低下させてください。インジケータが正常に戻ったら、通常のサイクリングを行ってください。
インジケータが赤色で点灯する：サイクリングトレーナーに故障があります。サイクリングを停止し、お客様サービスにご連絡ください。

4 アプリケーション

1. アプリのダウンロード

App Store または Google Play から「CYCPLUS」アプリをダウンロードしてください。

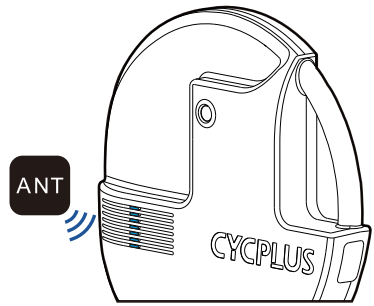
CYCPLUS APP　App Store　Google Play

2. 校正は不要です

R200 はダイレクトドライブのサイクリングトレーナーで、校正を必要としません。

3. BLE または ANT+ による接続

BLE と ANT+ の両方をサポートしています。より安定した接続を得るには、BLE を使用してください。
ANT+ の場合、受信機を R200 のインジケーターの近くに置いてください。
重要なこと：一度に 1 つのサイクリングアプリのみを接続できます。携帯電話またはコンピュータでアプリに接続している間、自転車用コンピュータを使用しないでください。



4. トラブルシューティング

サイクリングトレーナーが見つからない場合?
a. サイクリングトレーナーの電源を 5 分間抜いてください。
b. CYCPLUS のアプリを開き、設定に行き、接続されているすべてのデバイスを切断してください。

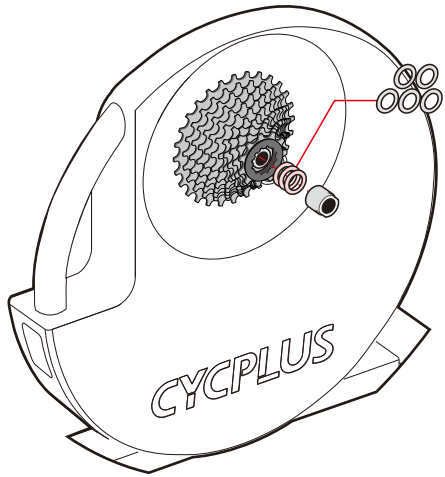
注意事項:
サイクリングトレーナーが他のデバイスに接続されたままの場合、すべてのサイクリングアプリを閉じ、ペアリングされた BLE デバイスからサイクリングトレーナー（R200 XXXXX）を削除してください。

5. 調整用スペーサーの使用

5.1 カセット調整用スペーサー（チェーンの大きな騒音対策）

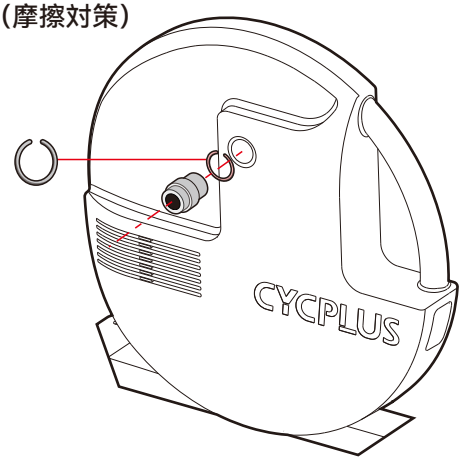
トレーニング中にチェーンの騒音が大きくなった場合、R200 のカセットとリアフォークの間の距離（A）と、元のカセットとリアフォークの間の距離（B）が異なり、自転車のチェーンとカセットがうまくフィットしていない可能性があります。距離を調整する際のご都合のため、カセットとスルーアクスルアダプター - R またはクイックリリースアダプター - R の間に 2 枚のスペーサーが予め取り付けられています。

1. A < B の場合：R200 にさらにカセット調整用スペーサーを追加してください。
各スペーサーの厚さは約 0.4mm です。
2. A > B の場合：スペーサーをいくつか取り外して、距離を短くしてください。
すべてのスペーサーを取り外しても問題が残っている場合は、お問い合わせください。



5.2 ディスクブレーキ用スペーサー（摩擦対策）

自転車のディスクブレーキと R200 のハウジングの間で摩擦が発生した場合、ディスクブレーキ用スペーサーを使用して、トレーニング中に摩擦を避けるために距離を広げることができます。
* これは主に SRAM 仕様の 140mm ディスクブレーキで発生します。



詳細な公式ビデオは当社の YouTube チャンネル（CYCPLUS）をご覧ください。
または、詳細をお尋ねいただく場合は、カスタマーサービスまでお問い合わせください。

6. 製品仕様書

製品名	CYCPLUS R200
製品タイプ	スマート・ダイレクトドライブ式電動トレーナー
磁石	52 個のネオジム磁石 + 48 セットの電磁石
製品寸法	L517 × W520 × H465 mm
製品の純重量（フライホイールを除く）	30 lbs (13.6 kg)
電源入力	48V / 1.25A （非接続モードをサポート）
最大出力電力	2200 W
出力電力（40km/h）	2000 W
パワーメーターの誤差	±1%
パワー較正	校正不要
最大勾配	最大勾配を 19% までサポート、速度 18km/h 未満では勾配 19% 未満
下り坂シミュレーション	プラグインモードのみ
最大トルク	80 N·m
最大制動力	250 N
無線信号	BLE 5.0 & ANT+
データプロトコル	ANT+ FE-C & BLE FTMS
対応するフレームタイプ	5×130 / 5×135（クイックリリース） 12×142 / 12×148（スルーアクセル）
対応するフライホイール	シマノ 8-12 スピードのカセット SRAM 8-11 スピードのカセット SRAM 12 スピードのカセット（XDR ハブは別売り）

製品最適化の声明

製品の機能と使用体験を継続的に最適化するため、製品のデザイン、機能またはアクセサリーをアップグレードして調整する場合があります。

お客様が受け取る実物の製品は、取扱説明書の記載内容と異なる場合があります。実際の製品を基準としてください。当社は製品を調整する権利を保留し、個別のお知らせをしない場合があります。

ご理解とご支持ありがとうございます!

CYCPLUS

产品合格证
Certificate of Conformity

型号 Model Name	R200
产品名称 Product Name	智能骑行训练台 Smart Bike Trainer
执行标准 Implementation Standard	Q/CDZN 003-2023
检验员 Inspector	检01 检验合格

产品经检验合格，准予出厂。
The product has been tested and approved for release.

成都晨电智能科技有限公司
Chengdu Chendian Intelligent Technology Co., Ltd.

MADE IN CHINA