

**TCORX**  
FITNESS IN MOTION

# BEDIENUNGSANLEITUNG



# SRX100

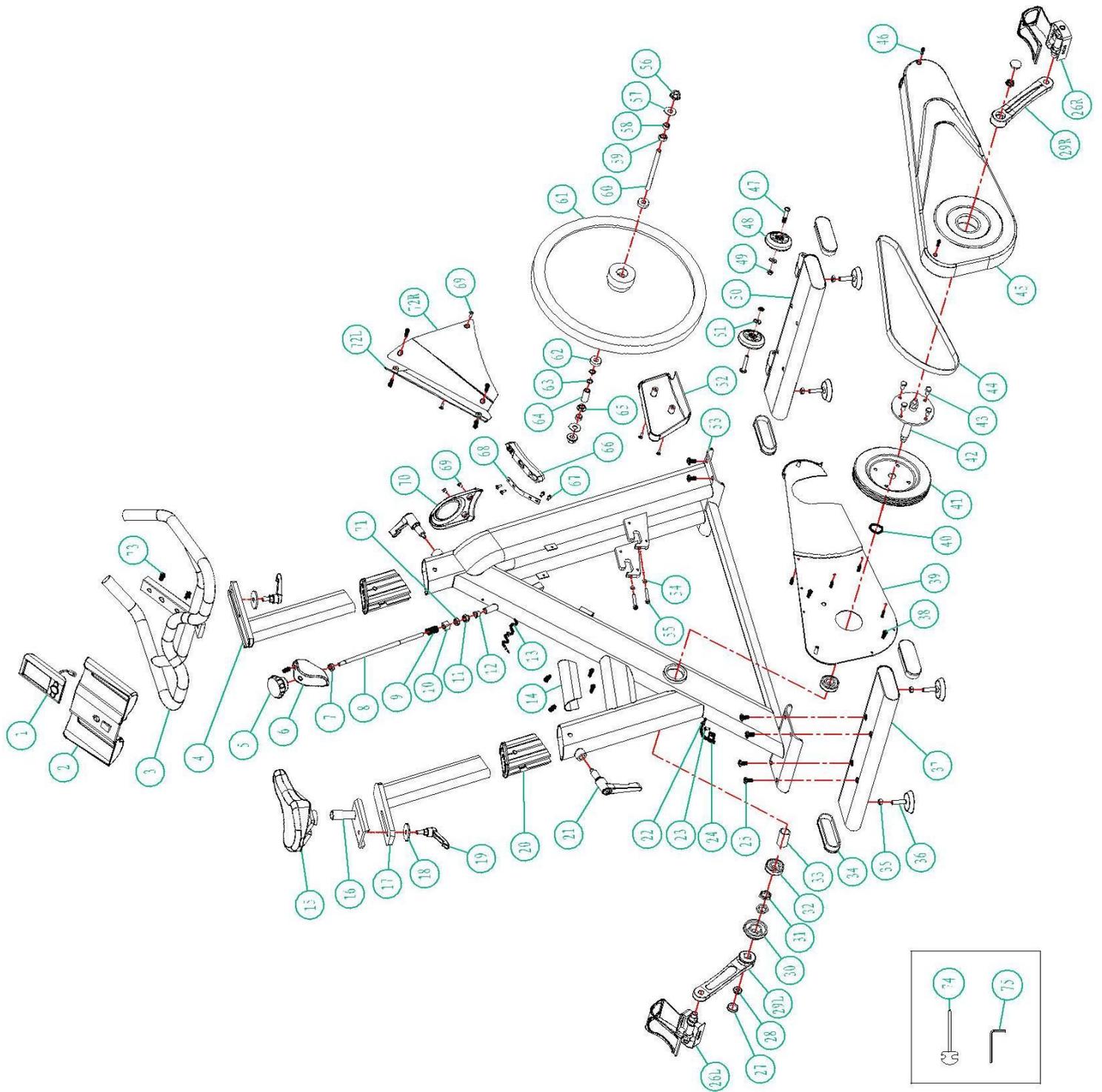


Rev : 00

Ed : 09/17



# EXPLOSIONSZEICHNUNG



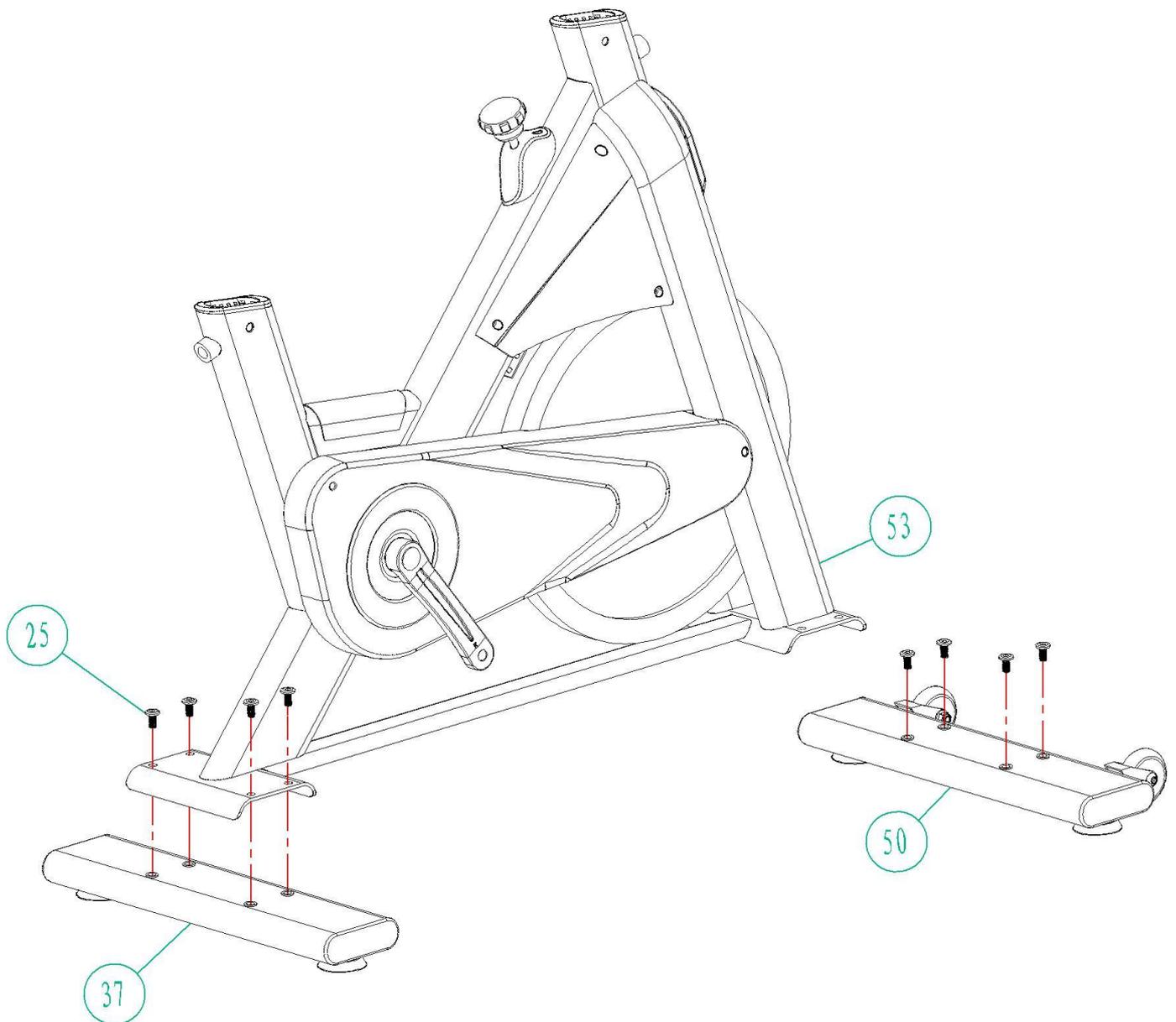
## TEILELISTE

BAUTEIL-NR.	BESCHREIBUNG	MENGE
1	Computer	1 St.
2	Flaschenhalter	1 St.
3	Lenker	1 St.
4	Lenkersäule	1 St.
5	Bremsgriff	1 St.
6	Bremszug-Abdeckung	1 St.
7	M8 Sechskantmutter	2 St.
8	Bremsstange $\phi$ 10 x 290	1 St.
9	Feder $\Phi$ 14 x $\Phi$ 1,8 x 31,5L	1 St.
10	Vierkantmutter M10 x P1,0 16 x 16 x 20	1 St.
11	M10 Hutmutter	1 St.
12	Bremsen-Buchse $\phi$ 16	1 St.
13	Sensorkabel	1 St.
14	rutschfeste Matte	1 St.
15	Sattel	1 St.
16	verschiebbare Sattelhalterung	1 St.
17	Sattelstütze	1 St.
18	Unterlegscheibe $\phi$ 10,5 x $\phi$ 38 x 4T	2 St.
19	M10 Griffschraube	2 St.
20	Schlauchklemme	2 St.
21	M16 Griffschraube	2 St.
22	Stopper $\Phi$ 11,5	2 St.
23	Schraube	5 St.
24	Sensor	1 St.
25	Arretierschraube	8 St.
26	Pedal (L + R)	1 SATZ

27	Kurbelstopfen	2 St.
28	Flanschmutter M10	2 St.
29	Kurbel (L + R)	1 SATZ
30	Lagerbuchse PVC	1 St.
31	Sechskantmutter	2 St.
32	Lager 6005	2 St.
33	Lagerhülse	1 St.
34	Endkappe 40 x 120	4 St.
35	M10 Sechskantmutter	4 St.
36	Stützfuß	4 St.
37	hintere Bodenstütze	1 St.
38	M4,2 x 19 Schraube	11 St.
39	Kettenschutz (innen)	1 St.
40	Federring $\phi$ 25	2 St.
41	Riemenscheibe $\phi$ 200 5PK	1 St.
42	Achse $\phi$ 25 x 157	1 St.
43	M8 x 15 Sechskantschraube	4 St.
44	Riemen 1310 5PK	1 St.
45	Kettenschutz (außen)	1 St.
46	M4 x 20 Schraube	6 St.
47	M8 x 38 Sechskantschraube	2 St.
48	Transportrad $\phi$ 76	2 St.
49	M8 Nylonmutter	2 St.
50	vordere Bodenstütze	1 St.
51	flache Unterlegscheibe	2 St.
52	Abdeckung L	1 St.
53	Grundrahmen	1 St.
54	M6 Sechskantschraube	2 St.
55	M6 x 50 Sechskantschraube	2 St.

56	M12 Flanschmutter	2 St.
57	Unterlegscheibe $\phi$ 12 x $\phi$ 20 x 1,5T	2 St.
58	Antriebsring $\Phi$ 12 x $\phi$ 15 x 9 mm	2 St.
59	M12 x 6T Sechskantschraube	1 St.
60	Schwungrad-Achse $\phi$ 12 x 149	1 St.
61	Schwungrad 24 kg	1 St.
62	Lager 6301	2 St.
63	Unterlegscheibe $\phi$ 12 x $\phi$ 16 x 1,5T	2 St.
64	Lagerhülse	1 St.
65	M12 Sechskantmutter	2 St.
66	Bremsbelag	1 St.
67	M5 x 8 Sechskantschraube	2 St.
68	Bremsbelaghalterung 1,5T	1 St.
69	M5 x 8 Schraube	6 St.
70	Vordere Abdeckung	1 St.
71	M10 Sechskantschraube	1 St.
72	Abdeckung (L + R)	1 SATZ
73	M5 Schraube	2 St.
74	Schraubenschlüssel	1 St.
75	Inbusschlüssel	1 St.

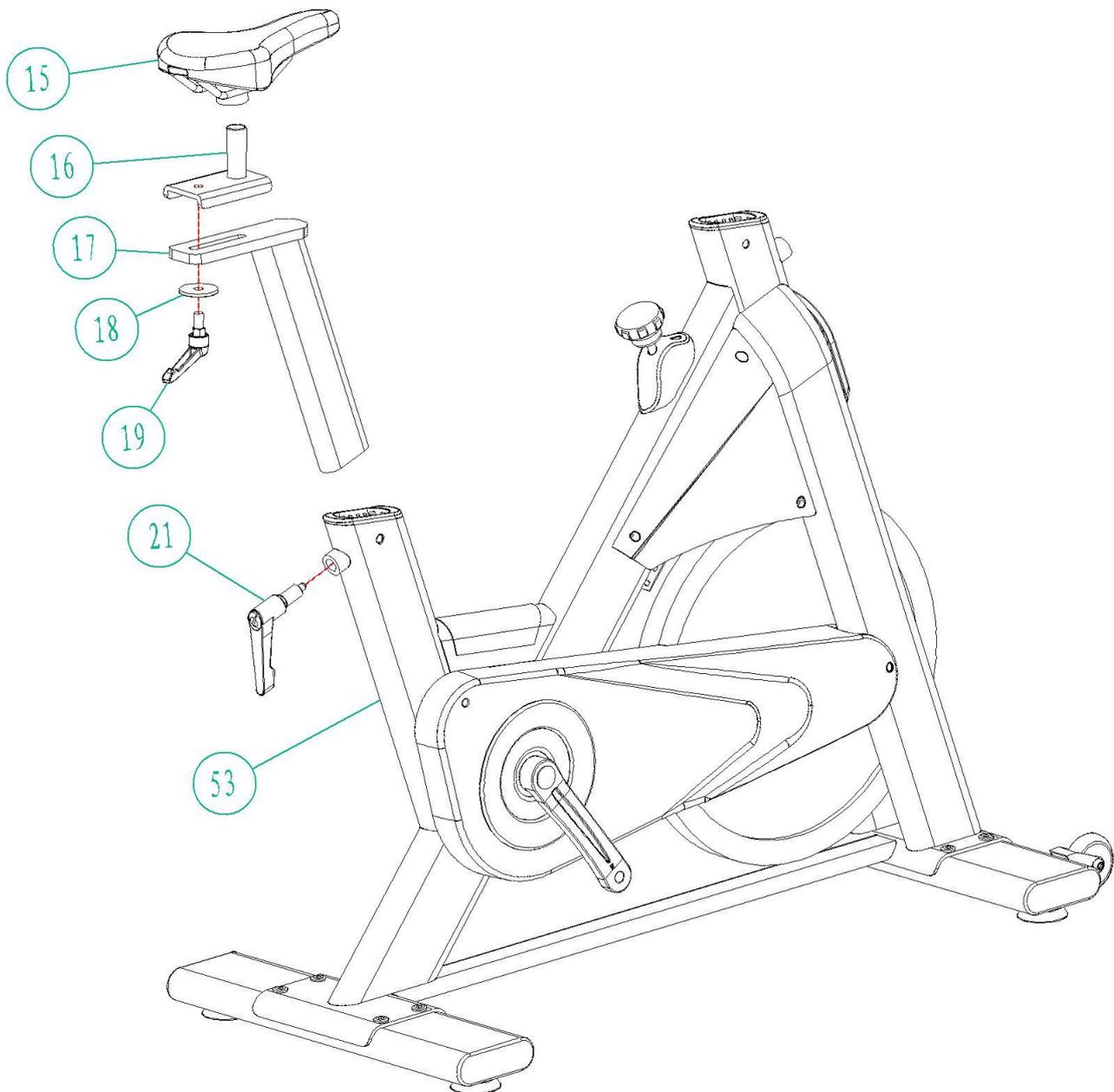
# MONTAGEANLEITUNG



## 1. SCHRITT

Die hintere Bodenstütze (37) am Grundrahmen (53) mit zwei Arretierschrauben (25) befestigen.

Die vordere Bodenstütze (50) wie die hintere Stütze am Grundrahmen befestigen.

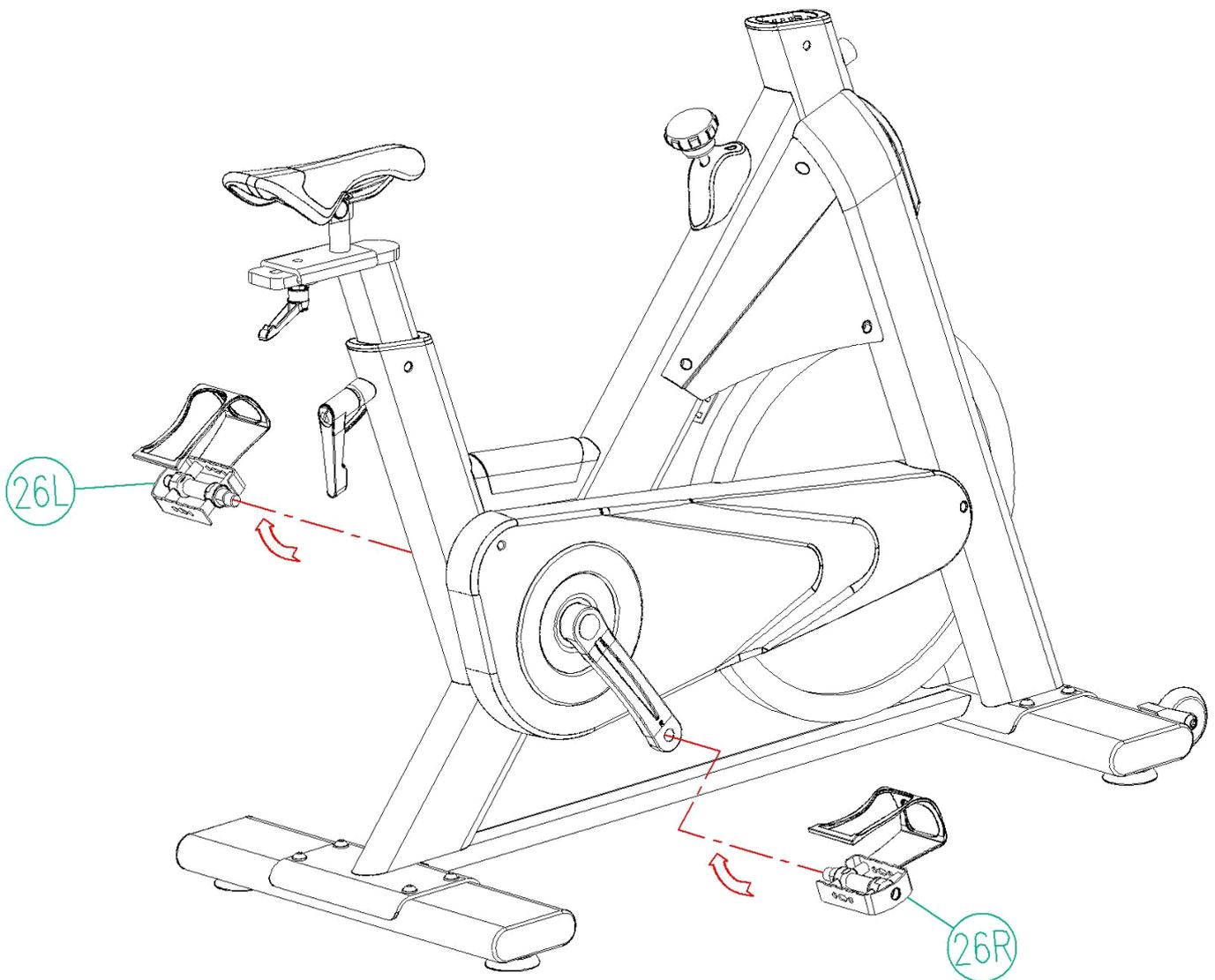


## 2. SCHRITT

Die Sattelstütze (17) in den Grundrahmen (53) stecken und die Griffschraube zum Einstellen der Sattelhöhe (21) montieren.

Die verschiebbare Sattelhalterung (16) mit einer Unterlegscheibe (18) und die Griffschraube (19) an der Sattelstütze (17) montieren.

Den Sattel (15) auf die verschiebbare Sattelhalterung (16) stecken und fixieren.

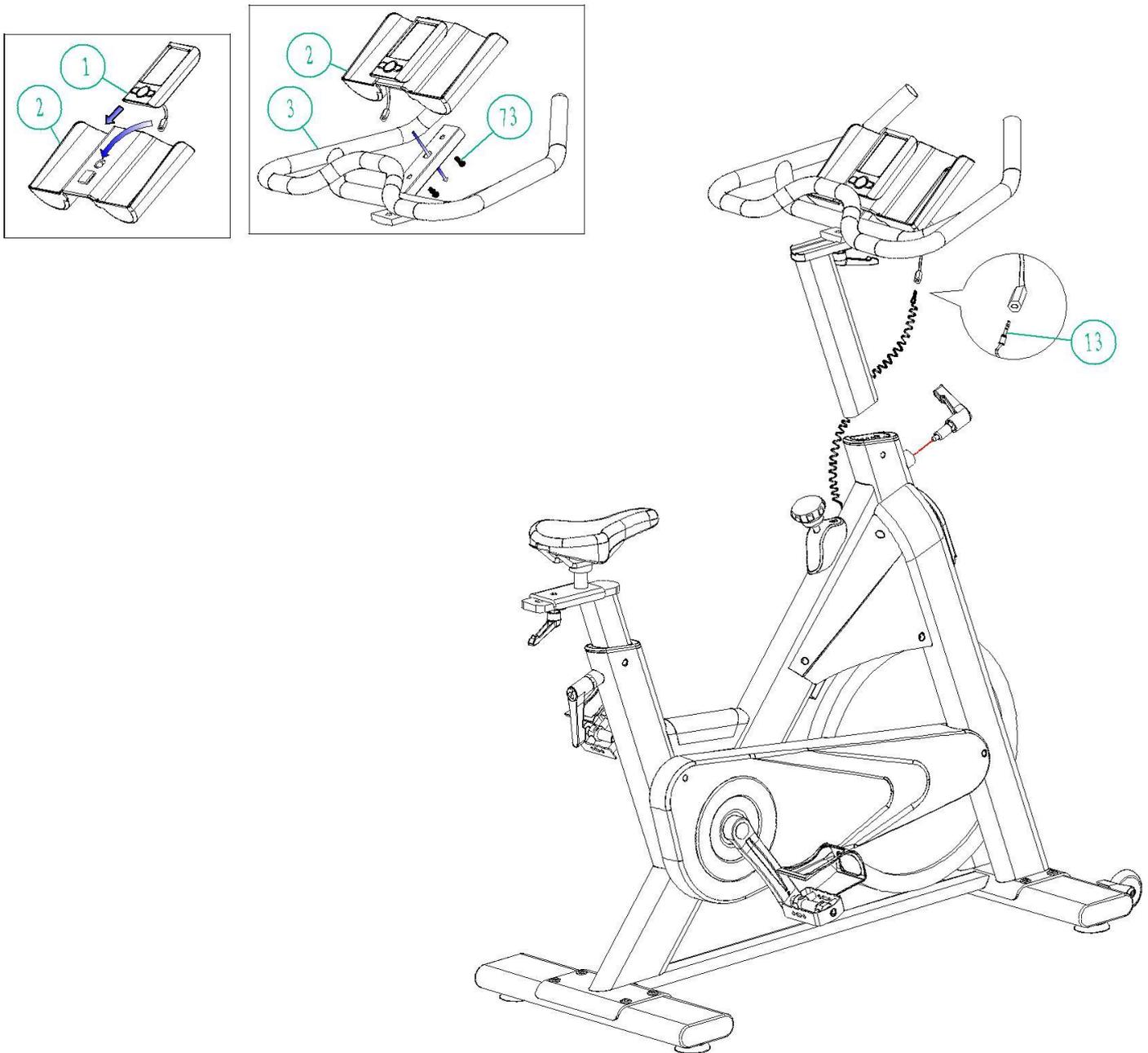


### 3. SCHRITT

Die Pedale (26L und 26R) sind mit „L“ und „R“ - links und rechts - gekennzeichnet.

Sie müssen jeweils an ihrer Kurbel (29L und 29R) montiert werden. Die rechte Kurbel befindet sich an der rechten Seite des Fahrrades, wenn Sie darauf sitzen.

Hinweis: Das rechte Pedal wird im Uhrzeigersinn festgeschraubt, das linke gegen den Uhrzeigersinn.



#### 4. SCHRITT

Den Lenker (3) mit einer Unterlegscheibe (18) und einer Griffschraube (19) an der Lenkersäule (4) befestigen.

Die Computerhalterung (2) am Lenker (3) montieren und den Computer (1) in die Computerhalterung (2) setzen. Den Sensorstecker (13) in den Anschluss am Computer stecken.

Ihr Spinning Bike ist nun einsatzbereit.

# TRAININGSCOMPUTER - BEDIENUNGSANLEITUNG

---

## VORDERANSICHT



### EINSETZEN UND HERAUSNEHMEN DER BATTERIEN

2. Nehmen Sie die Batterieabdeckung ab und setzen Sie eine CR 2032 3 V-Batterie in das Batteriefach an der Rückseite des Computers (siehe nachfolgende Darstellungen).
3. Überprüfen, ob die Batterie richtig eingesetzt ist und die Feder ordnungsgemäß an der Batterie anliegt.
4. Die Batterieabdeckung wieder einsetzen und überprüfen, ob das Batteriefach gut verschlossen ist.
5. Unter normalen Nutzungsbedingungen verfügt die Batterie über eine Nutzungsdauer von ca. 1 Jahr.
6. Wenn die Anzeige unleserlich ist oder nur Teile von Segmenten angezeigt werden, die Batterie herausnehmen und mit dem Einsetzen einer neuen 15 Sekunden warten.
7. Beim Herausnehmen der Batterie wird der Computerspeicher gelöscht.

## BESCHREIBUNG DER TASTEN

### **ENTER:**

1. Durch Drücken dieser Taste wird der Einstellmodus aufgerufen.  
Normal→Zeit→Strecke→Kal→Ziel-HF
2. Durch Drücken dieser Taste werden die eingestellten Werte bestätigt.
3. Durch Drücken der Taste für 3 Sekunden werden alle Werte auf 0 zurückgesetzt.

**HOCH/ERHÖHEN:** Durch Drücken dieser Taste können die Werte der folgenden Funktionen erhöht werden.

ZEIT→STRECKE→KAL→ZIEL-HF

**RUNTER/VERRINGERN:** Durch Drücken dieser Taste können die Werte der folgenden Funktionen verringert werden.

ZEIT→STRECKE→KAL→ZIEL-HF

## FUNKTIONEN UND DEREN ANWENDUNG

### **AUTO ON/OFF**

Das Display schaltet sich automatisch ein, wenn der Heimtrainer sich bewegt. Wenn das Training für länger als 4 Minuten unterbrochen wird, schaltet sich das Display aus und die Werte aller Funktionen werden auf 0 zurückgesetzt.

### **ZEIT:**

Wenn die Funktion TIME (ZEIT) aktiviert ist, auf ENTER drücken und dann mit der HOCH- und der RUNTER-Taste den gewünschten Wert einstellen.

Aufwärts zählen:

Wenn kein Zeitwert eingestellt wird, zeigt das Display die vergangene Zeit von 00:00 bis 99:59 an.

Countdown:

Wenn eine Trainingszeit zwischen 1:00 und 99:00 Minuten eingestellt wird, zeigt das Display den Countdown ab dem eingestellten Wert bis 0 an. Wenn der Wert 0 erreicht wird, ertönt ein Warnton.

### **GESCHWINDIGKEIT:**

Hier wird die Trainingsgeschwindigkeit in Meilen oder Kilometer pro Stunde angezeigt. Das Display kann eine Geschwindigkeit zwischen 0.00 und 99.9 km oder Meilen/Stunden anzeigen.

### **RPM:**

Hier werden die Umdrehungen pro Minute während des Trainings angezeigt. Das Display zeigt die aktuelle Drehzahl zwischen 15 und 999 an.

### **STRECKE (DIST):**

Wenn die Funktion DIS (STRECKE) aktiviert ist, auf ENTER drücken und dann mit der HOCH- und der RUNTER-Taste den gewünschten Wert einstellen.

Aufwärts zählen:

Wenn keine Strecke eingestellt wird, zeigt das Display die zurückgelegte Strecke in km oder Meilen an (von 0.1 bis 999.0)

Countdown:

Wenn eine Trainingsstrecke zwischen 1.0 und 999 km oder Meilen eingestellt wird, zeigt das Display den Countdown ab dem eingestellten Wert bis 0 an. Wenn der Wert 0 erreicht wird, ertönt ein Warnton.

### **KALORIEN:**

Wenn die Funktion CAL (Kalorien) aktiviert ist, auf ENTER drücken und dann mit der HOCH- und der RUNTER-Taste den gewünschten Wert einstellen.

Aufwärts zählen:

Wenn kein Kalorienziel eingestellt wird, zeigt das Display die verbrauchten Kalorien an (von 0.1 bis 999.0)

Countdown:

Wenn ein Kalorienziel zwischen 1.0 und 999 eingestellt wird, zeigt das Display den Countdown ab dem eingestellten Wert bis 0 an. Wenn der Wert 0 erreicht wird, ertönt ein Warnton.

### **PULS (Ziel-HF):**

Wenn die Funktion T.H.R. (Ziel-HF) aktiviert ist, auf ENTER drücken und dann mit der HOCH- und der RUNTER-Taste den gewünschten Wert einstellen.

Pulsgrenze:

Wenn ein Grenzwert für den Puls zwischen 60 und 220 festgelegt wird, misst der Computer Ihre Herzschläge. Wenn der eingestellte Wert erreicht wird, blinkt das Display, bis Ihre Herzschläge erneut unter dem eingestellten Wert liegen.

Legen Sie Ihre Handflächen auf die beiden Kontaktflächen. Das Display zeigt dann Ihre Herzfrequenz in Schlägen pro Minute (BPM) an.

HINWEIS:

Wenn innerhalb von 16 Sekunden kein Eingangssignal für den Puls eingeht, wird auf dem Display „P“ angezeigt. Das Gerät ist für das Einsparen von Strom konzipiert. Der Benutzer kann durch Drücken der Taste jederzeit die Pulsfunktion erneut starten.

### **VORSICHT:**

Betriebstemperatur: 0 °C - +50 °C.

Lagertemperatur: -10 °C - +60 °C.



GARLANDO SPA  
Via Regione Piemonte, 32 - Zona Industriale D1  
15068 - Pozzolo Formigaro (AL) - Italy  
[www.toorx.it](http://www.toorx.it) - [info@toorx.it](mailto:info@toorx.it)