Schwinn®

Classic Cruiser

安装 / 用户手册

目录

重要安全说明	3
安全警报标签/序列号	5
规格	6
安装前	6
工具	6
部件	7
配件	7
安装	8
水平放置脚踏车	17
移动脚踏车	17
功能	18
操作	21
调整	21
锻炼模式	22
暂停或停止	22
锻炼结果	23
维护	24
检修	26

为获得保修服务，请妥善保存原始购买证明并填写以下信息：

序列号 _____

购买日期 _____

如在美国/加拿大购买：为登记您的产品保修，请访问：**www.nautilus.com/register** 或致电 1 (800) 605–3369。

如在美国/加拿大境外购买：为登记您的产品保修，请联系您当地的经销商。

有关产品保修的详细信息，或者如果您对产品有疑问或者问题，请联系您当地的经销商。请登录 www.nautilusinternational.com **查找当地经销商。**

Nautilus, Inc., 5415 Centerpoint Parkway, Groveport, OH 43125 USA, www.NautilusInc.com - 客户服务：北美洲 (800) 605-3369，csnls@nautilus.com | 美国或加拿大境外：nautilusinternational.com |在中国印刷 |

© 2018 Nautilus, Inc. | ® 指在美国的注册商标。这些标志可能在其他国家注册或者受习惯法的保护。Schwinn、Schwinn Quality 标志和 Classic Cruiser 是 Nautilus, Inc. 拥有或获许可的商标。Google Play™ 和 iTunes® 是其各自所有人的商标。Bluetooth® 字标和标志是 Bluetooth SIG, Inc. 拥有的注册商标，Nautilus, Inc. 已获得授权使用任何此类标志。

原版手册 - 仅限英文版本

重要安全说明

此图标是指潜在的危险，若不加以避免，可能造成死亡或重伤。

请遵从以下警告：

阅读并理解本器材上的所有警告。

详细阅读并理解安装说明。

- 安装器材期间，不得让他人和儿童靠近器材。
- 请按说明连接器材电源。
- 不得在户外或潮湿环境中安装器材。
- 确保安装器材时有足够的工作空间，避免行人或他人旁观。
- 器材的某些部件较为笨重。安装此类部件时需要另一个人的协助。不要独自搬运或移动较重的部件。
- 请在坚硬、平整、水平的地面上安置器材。
- 不得试图改变器材的设计或功能。这可能影响此器材的安全性并令保修失效。
- 若需要更换部件，只能使用原厂 Nautilus 替换部件和配件。不使用原厂替换部件可能会对用户造成危险、导致器材无法正常运行和令保修失效。
- 在完整安装器材并根据手册检查器材性能之前，不得使用器材。
- 首次使用器材之前，请通读并理解本器材随配的手册。保存手册以备将来使用。
- 所有安装步骤务必按给定顺序进行。安装不当可能导致受伤或功能失效。
- 请保存这些说明。

使用此设备前，请谨遵以下警告：

通读并理解手册。保存手册以备将来使用。

阅读并理解本器材上的所有警告。如果警告标签出现松动、无法阅读或脱落，请更换标签。如在美国/加拿大购买，请联系客服人员更换标签。如在美国/加拿大境外购买，请联系您当地的经销商更换标签。

- 不得让儿童使用或者靠近此器材。本器材的移动部件和其它特征会对儿童造成危害。
- 不适用于任何 14 岁以下的人。
- 开始执行锻炼方案前，请向医生咨询。若您感到胸部疼痛或胸闷、呼吸短促或头晕，请停止锻炼。再次使用此器材之前，请联系您的医生。器材电脑所计算或测量的数值仅供参考。
- 每次使用前，请检查器材电源线、电源插座是否受损，部件是否有松动或磨损。检查所有缆绳、滑轮及其连接，确保正确固定和连接它们，并且没有明显的磨损或损坏。出现上述情况时不得使用器材。如在美国/加拿大购买，请联系客服人员了解维修信息。如在美国/加拿大境外购买，请联系您当地的经销商了解维修信息。
- 本器材只能使用随附的电源供应器，或 Nautilus, Inc. 提供的电源供应器替代件。
- 最大承重限制：136 千克（300 磅）。若您超过此重量，请不要使用。
- 本器材仅供家用。
- 请勿穿戴松垂的衣服或首饰。本器材含移动部件。请勿将手指或其它物品放入锻炼器材的移动部件中。
- 请在坚硬、平整、水平的地面上安置和操作本器材。
- 踩上踏板前请放稳踏板。踏上和离开器材时需小心。

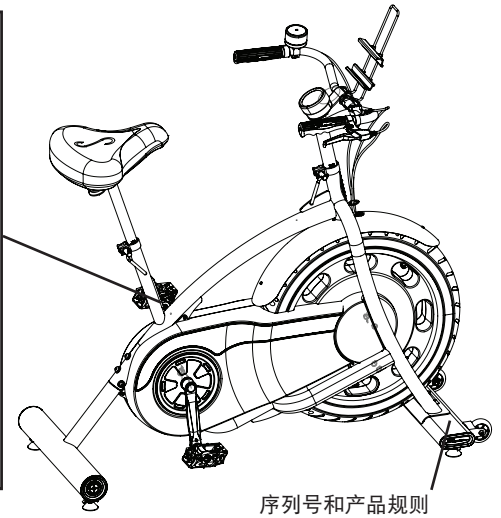
- 维护本器材之前请断开所有电源。
- 不得在户外或潮湿环境中使用本器材。保持踏板清洁和干燥。
- 器材两侧应至少留出 0.6 米（24 英寸）的空间。这是建议的安全距离，以便在附近留出通道，在紧急情况时离开器材。使用器材时，此空间内不得有其他人。
- 锻炼时不要过度劳累。请根据本手册中所述的方法使用本器材。
- 正确调整并安全使用所有的位置调整设备。确保调整设备不会打中用户。
- 在器材上锻炼要求协调和平衡。确保预测到锻炼过程中可能发生的速度和阻力等级变化，并加以注意以避免失去平衡和受伤。
- 使用前，请阅读并理解用户手册。具有机能限制及损伤、身体虚弱、感知迟钝或者精神不佳的人员或者缺乏经验和知识的人员不可使用本器械。

安全警告标签和序列号

警告！

- 使用本器材时须遵循重要事项，否则可能造成受伤或死亡。
- 让儿童和宠物远离本器材。
- 阅读并遵循本器材上的所有警告。
- 参阅用户手册了解额外警告和安全信息。
- 本器材显示的心率是一个近似值，仅供参考。
- 不适用于 14 岁以下的人。
- 本器材的用户最大重量是 300 磅（136 千克）。
- 本器材仅供家用。
- 使用任何锻炼设备之前请咨询医生。

（标签仅提供英文和加拿大法语版本。）



FCC 合规

未经负责器材的相关方明确批准，擅自更改或改装本器材会导致用户操作设备的权限失效。

器材和电源符合 FCC 规则第 15 部分。操作受以下两个条件制约：(1) 本设备不会造成有害干扰，及 (2) 本设备必须可以承受任何干扰，包括会导致非期望操作的干扰。

注： 本器材和电源依据 FCC 规则第 15 部分进行测试，符合 B 类数码设备的限制。这些限制专为在住宅安装器材时提供有害干扰的合理保护而设计。本设备产生、使用并可传播射频能量，若未按照说明安装和使用，可能对无线电通信造成有害干扰。

但是，不保证在特定装置中不会出现干扰。如果通过打开和关闭设备，确定本设备未对无线电或电视接收造成有害干扰，则建议用户尝试通过以下一种或多种措施来消除干扰：

- 重新定位或重新放置接收天线。
- 增加设备和接收器之间的距离。
- 将设备接入与连接接收器的电路不同的电路上的插座。
- 咨询经销商或有经验的无线电/TV 技术人员以获得帮助。

规格 / 工具

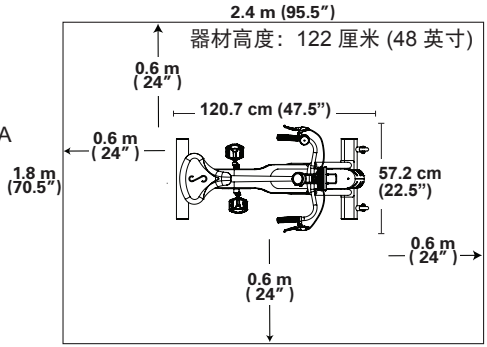
用户最大重量： 136 千克（300 磅）

器材重量： 33.1 千克（73 磅）

电源要求：

输入电压：100-240V AC, 50-60Hz, 0.4A

输出电压：9V DC, 1.5A



请勿将本产品作为废品处理。本产品可以回收。要正确处置本产品，请遵循获批准的废弃物处理中心规定的方法。

⚠ 警告

本产品、其包装和组件包含被加利福尼亚州确定为会导致癌症、出生缺陷或生殖伤害的化学物质。本通知根据加利福尼亚州第 65 项提案提供。如果您想要了解详细信息，请参阅我们的网站 www.nautilus.com/prop65。

安装前

选择您安置和操作器材的区域。为安全操作，必须放置在坚硬、水平的地面上。锻炼区最小可用面积 242.6 厘米 x 179 厘米 (95.5 英寸 x 70.5 英寸)。

基本安装技巧

安装器材时，请遵循以下基本点：

1. 安装前，阅读并理解“重要安全说明”。
2. 收集所有安装每一步必要的组件。
3. 除非另有指示，使用推荐的扳手，将螺栓和螺母向右（顺时针）转动拧紧，向左（逆时针）转动松开。
4. 在安装两片时，轻轻地抬起并看穿螺栓孔，以便于将螺栓插入孔中。
5. 安装器材需要 2 个人完成。

工具

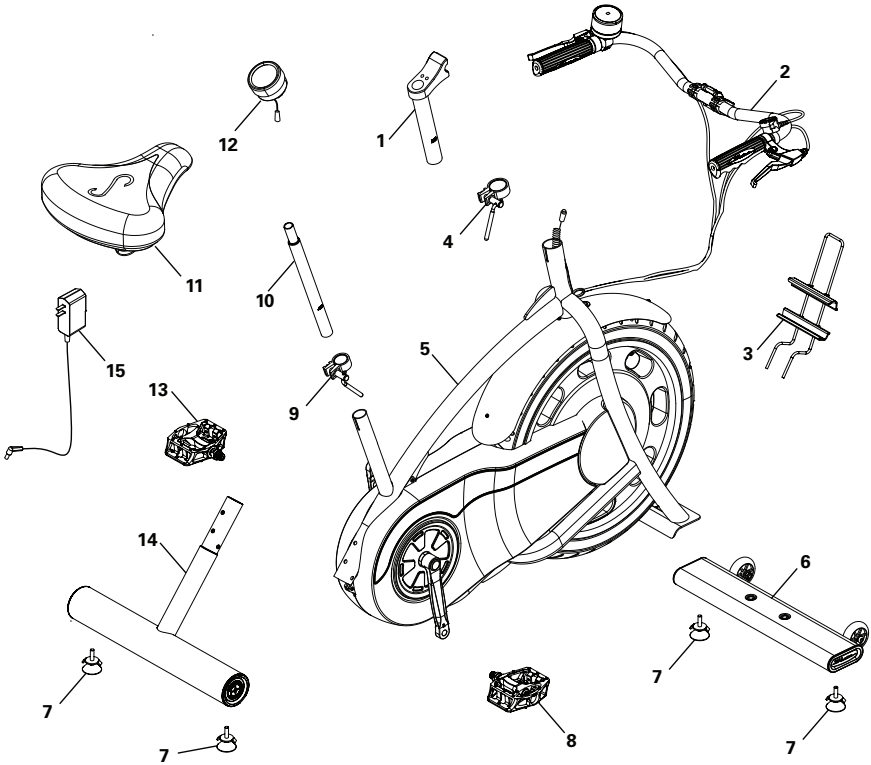
包含



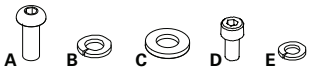
5 毫米



部件 / 配件



物品	数量	说明	物品	数量	说明
1	1	横把支柱	9	1	鞍座调整夹具
2	1	横把组件	10	1	座杆
3	1	媒体架	11	1	鞍座
4	1	横把调整夹具	12	1	控制台
5	1	机架组件	13	1	左踏板
6	1	前稳定器	14	1	后稳定器
7	4	调平器	15	1	电源
8	1	右踏板			

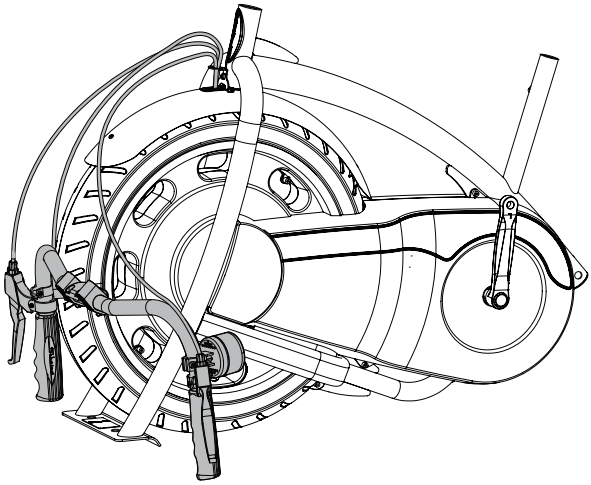


A	6	圆头内六角螺栓，M8 x 20	D	4	内六角螺栓，M6 x 12
B	6	防松垫圈 M8	E	4	防松垫圈，M6
C	6	平垫圈，M8			

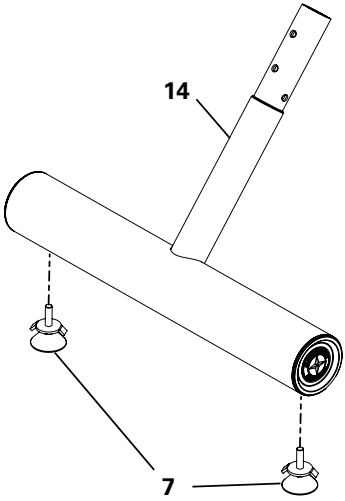
注: 已作为配件卡上的备件提供选定配件。请注意，正确安装器材后，可能会剩余配件。

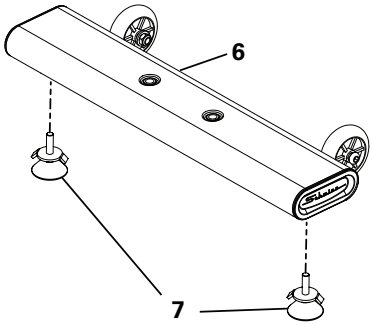
装配

注：因为电缆从横把连接到机架组件内部，确保小心地拆开包装并将横把放在机架组件前面。拆开包装或装配过程中不要卷曲电缆。

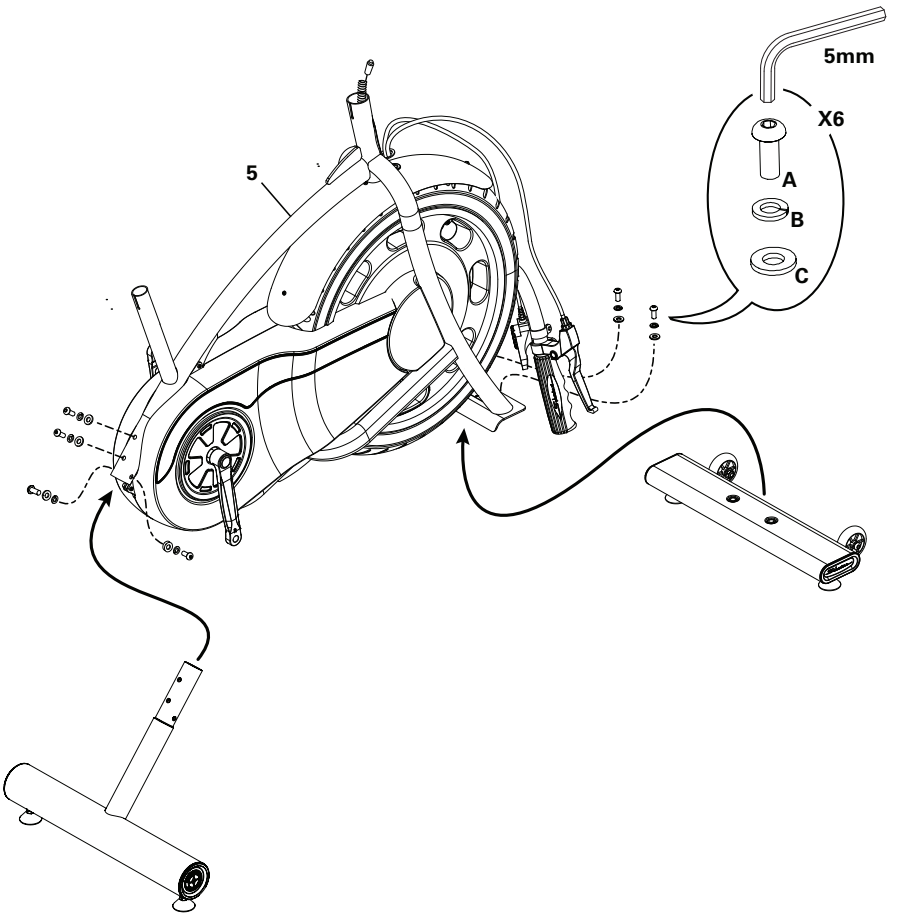


1. 将调平器连接到前/后稳定器



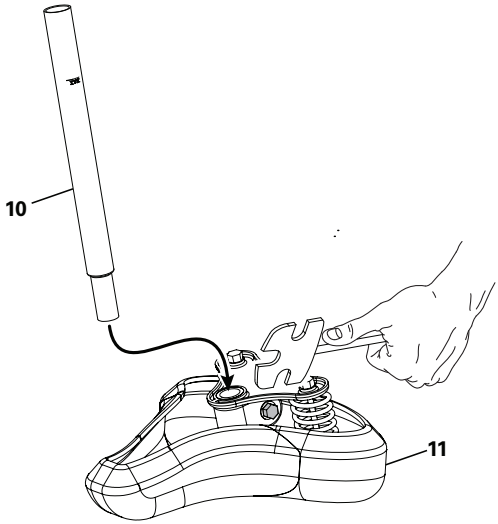


2. 将稳定器连接到机架组件



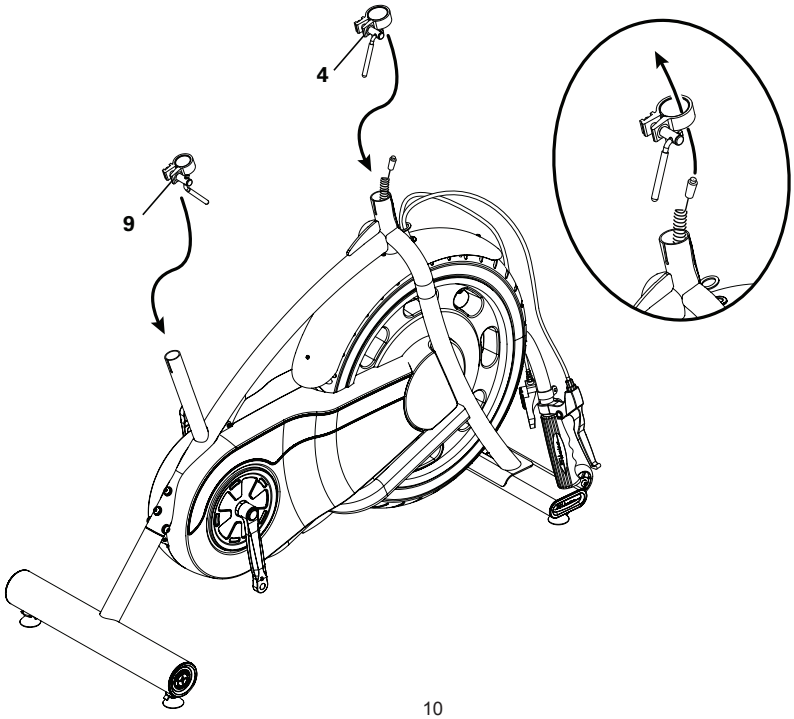
3. 将鞍座安装在座杆上

注意: 拧紧鞍座支架**每一侧**的螺栓，将鞍座固定就位。



4. 将鞍座和横把调整夹具放在机架组件上。

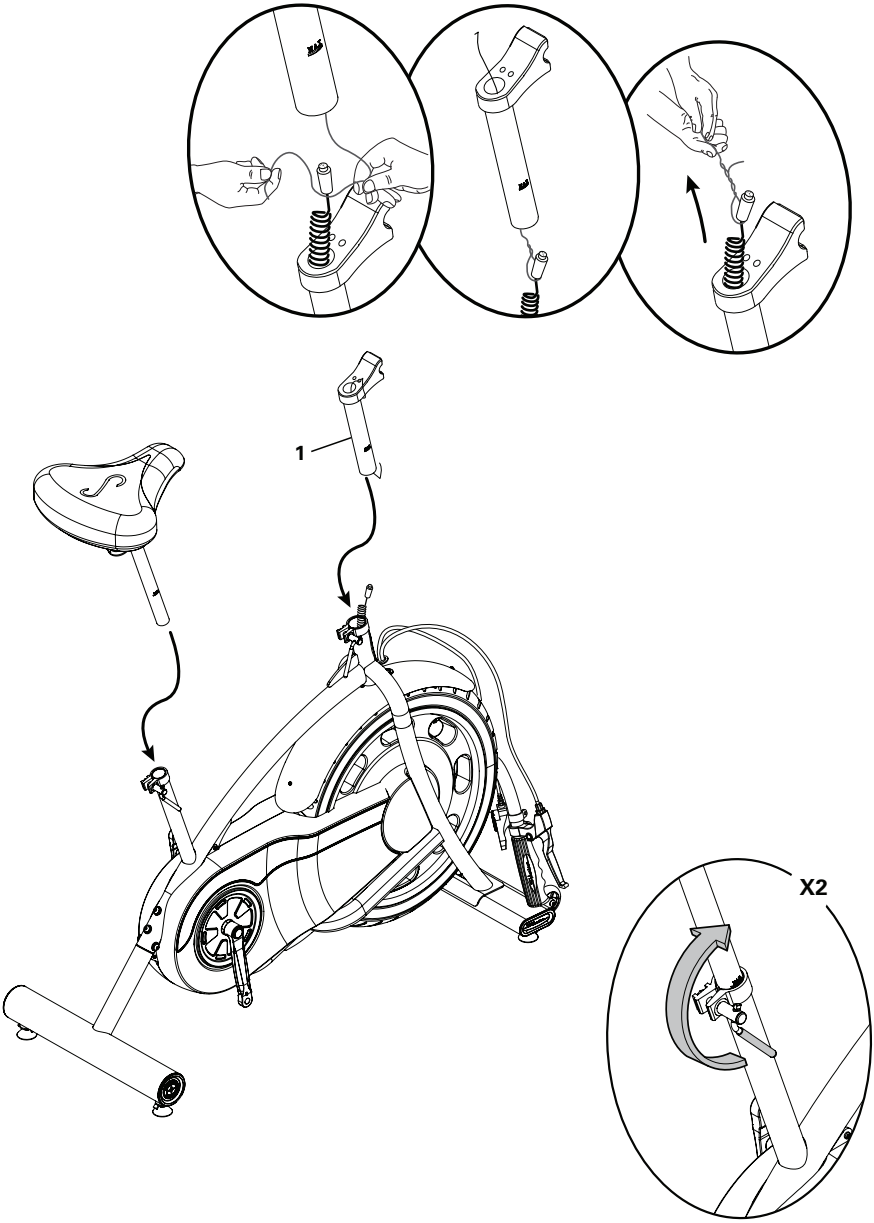
注意: 调整夹具方向，使得内凸纹位于机架组件的支柱顶端。不要完全拧紧。



5. 将控制台电缆穿过横把支柱。将横把和座杆安装到机架组件

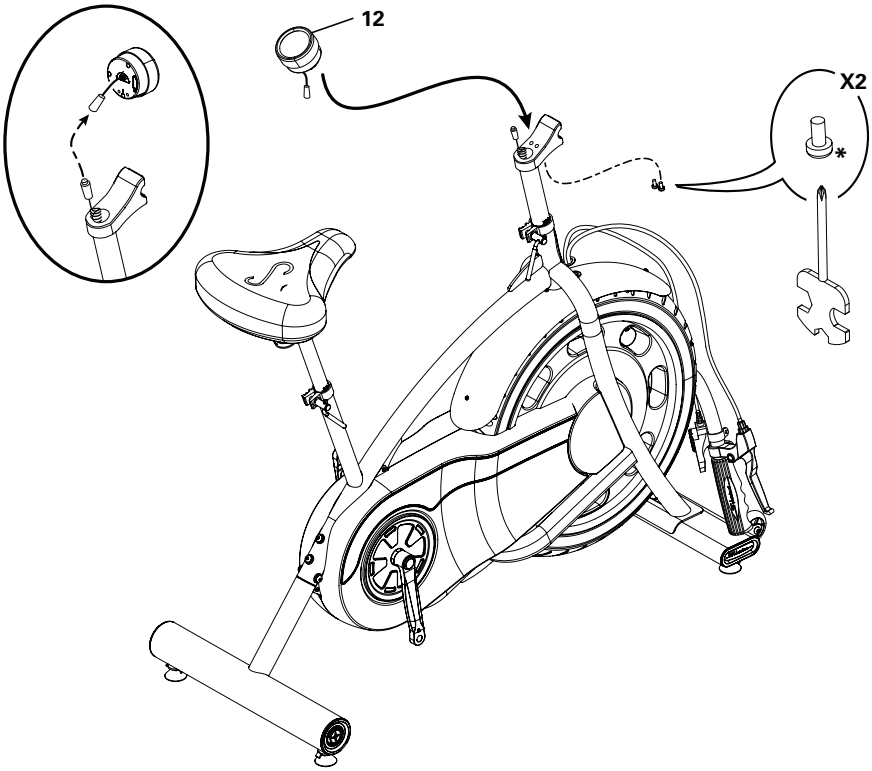
注意: 不得卷曲电缆。确保调平器完全啮合支柱。

确保支柱低于最大高度标记。



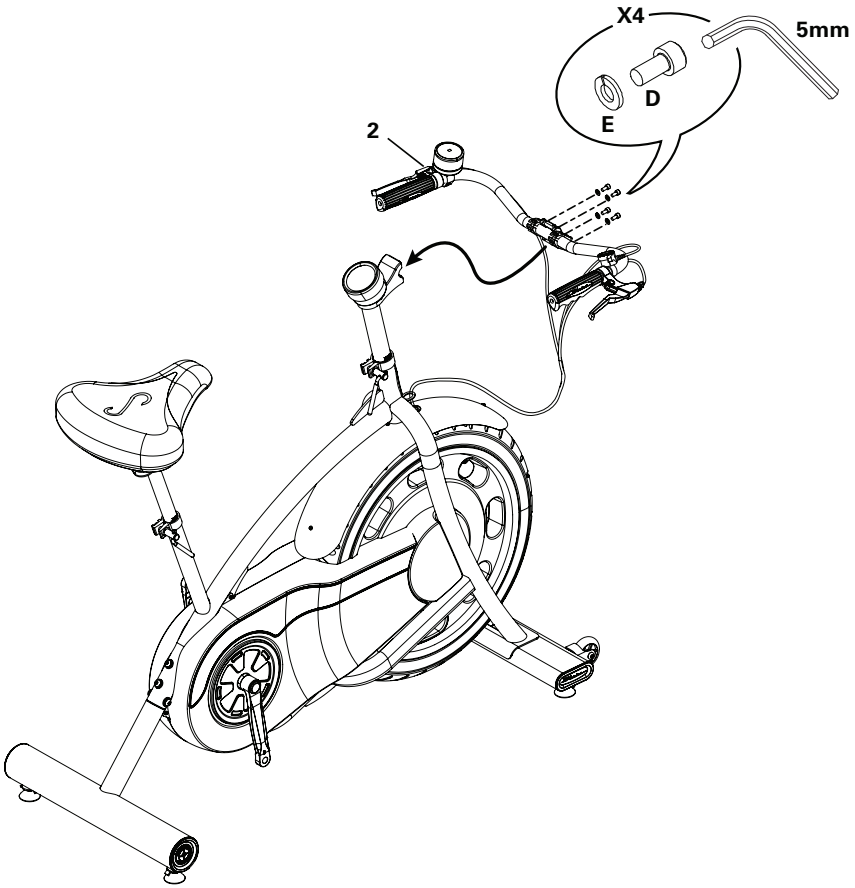
6. 将控制台连接到机架组件

注意: 不得卷曲电缆。配件 (*) 已预先安装, 不在配件卡上 (*)。



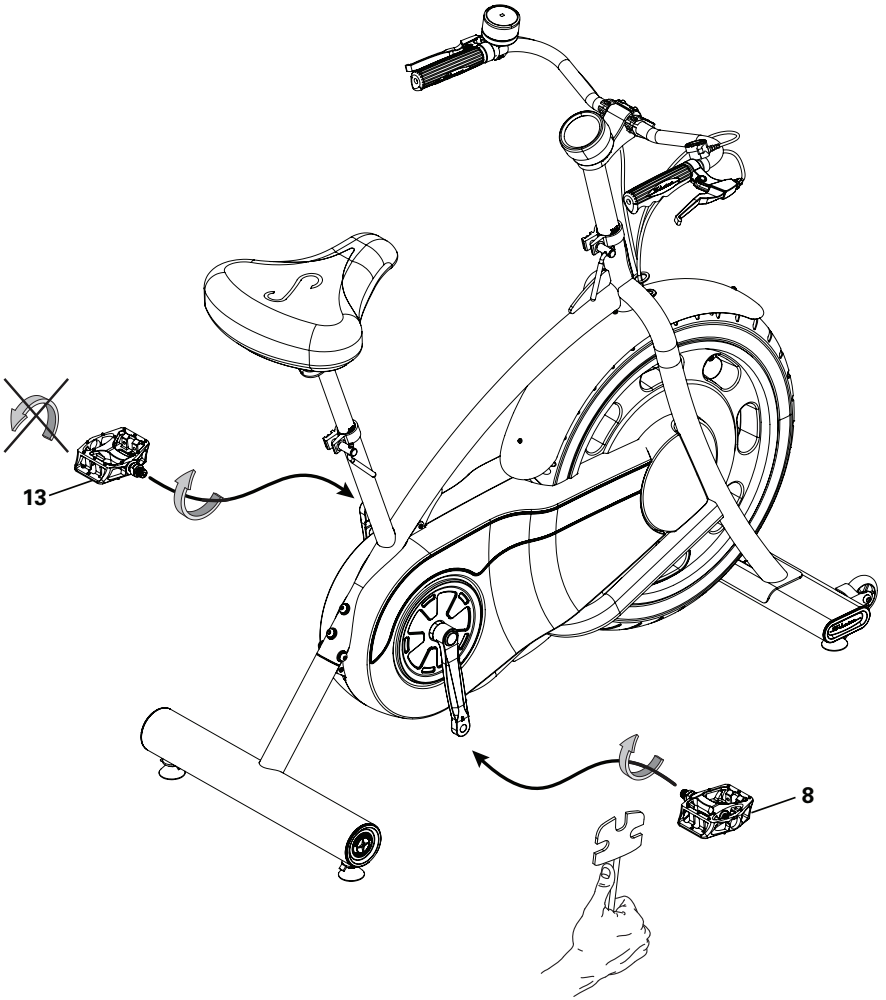
7. 将横把连接到机架组件

注: 确保连接横把时不要卷曲任何电缆。



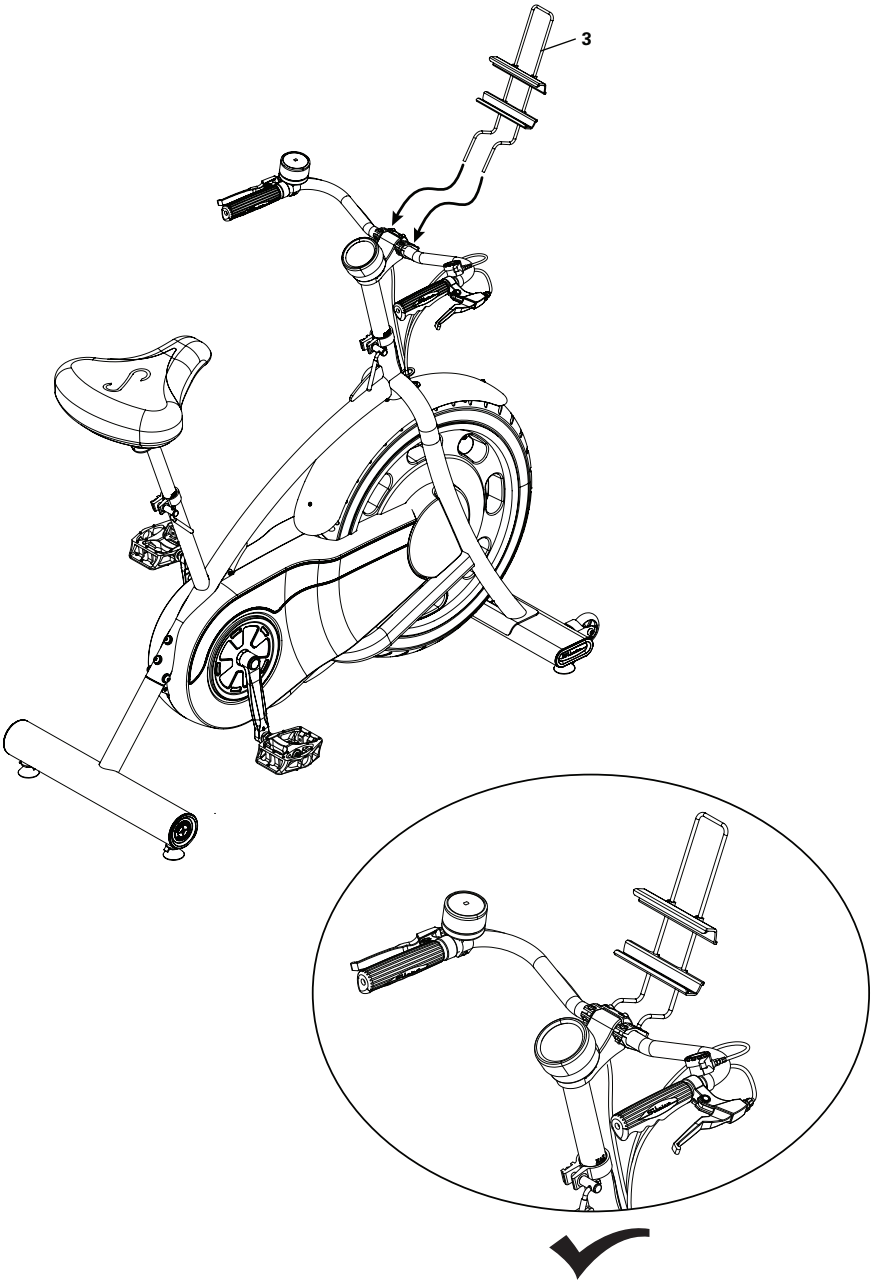
8. 将踏板安装在机架组件上

注: 左踏板是反向螺纹部件。确保将踏板装到脚踏车的正确位置。方向基于脚踏车的坐入位置。左踏板有 “L” 标记, 右踏板有 “R” 标记。



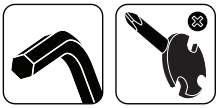
9. 将媒体架连接到机架组件

注: 将媒体架调整到合适的位置，并完全拧紧配件，以便将媒体架固定至横把。

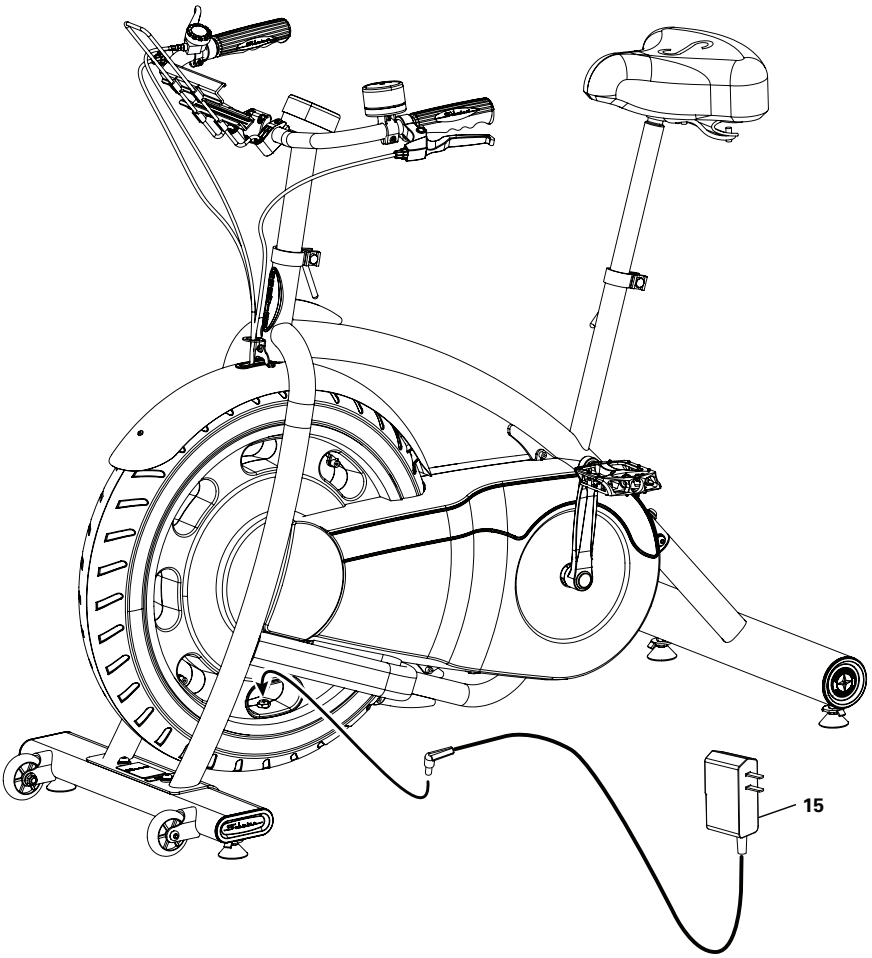


10. 在横把上，检查定时器、阻力切换器和刹把的方向。将它们调整为正确方向

11. 完全拧紧前面步骤的所有配件



12. 将 AC 电源适配器连接到机架组件



13. 最后检查

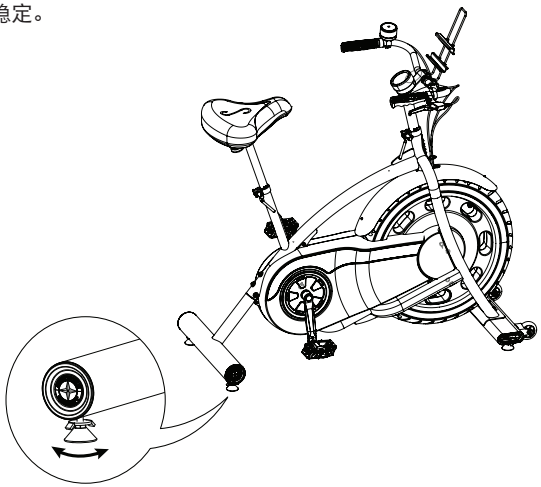
请详细检查器材，确保已牢固安装所有配件，并正确装配部件。

确保在本手册前面指定字段记录序列号。请参阅本手册的安全警告标签和序列号部分。

完整装配器材，并根据《用户手册》检查设备性能之前，不得使用或运行器材。

水平放置脚踏车

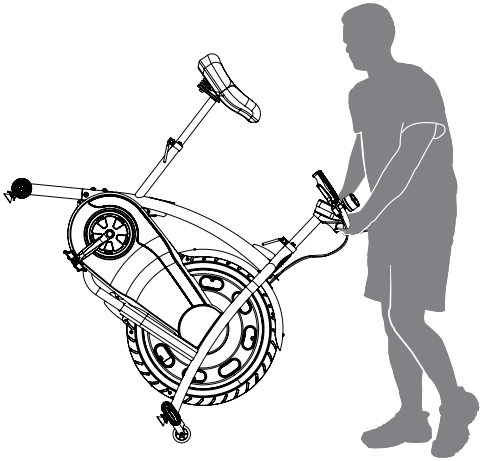
调平器在稳定器的两侧。转动旋钮来调整稳定器底部。
开始锻炼之前，确保脚踏车水平并稳定。



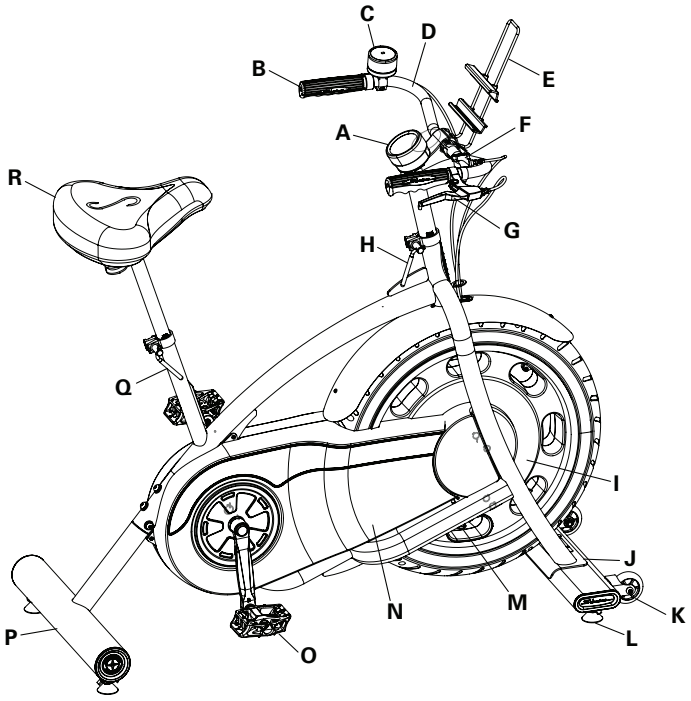
移动脚踏车

要移动脚踏车，请小心地朝您拉动横把，同时向下推脚踏车的前部。将脚踏车推到需要的位置。

注意： 移动器材时请小心。不连贯的运动会影响电脑操作。



功能



A	控制台	J	前稳定器
B	把手	K	移动轮
C	定时器	L	调平器
D	横把	M	电源接入口
E	媒体架	N	传动皮带护罩
F	阻力切换器	O	踏板
G	应用程序游戏控制杆	P	后稳定器
H	横把调整杆	Q	鞍座调整杆
I	飞轮（附入）	R	鞍座

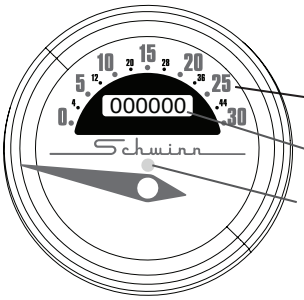
⚠ 警告 **器材电脑所计算或测量的数值仅供参考。过度锻炼可能导致严重人身伤害或死亡。如果您感到头晕，请立即停止锻炼。**

控制台功能

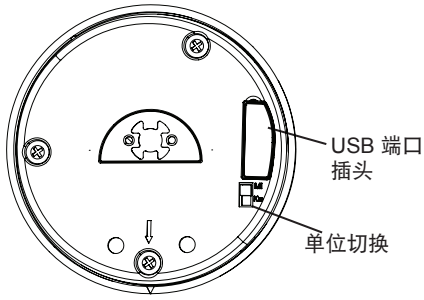
控制台提供与锻炼有关的信息。

注：USB 端口只能用于更新控制台。它不能给设备充电或导出锻炼结果。

正面



背面



里程表和单位切换

里程表跟踪健身器材的总距离，并根据选择的单位以英里或公里显示。控制台背面的单位切换用于选择英里和公里。

注：如果跟踪距离后更改单位切换，里程表将继续统计总距离，但会以新的速率统计。这会导致控制台显示英里和公里的混合值。

速度

速度显示屏字段显示以每小时英里 (mph) 或每小时公里 (km/h) 表示的器材速度。显示的最高速度是 30 mph 或 44 km/h。

注：当控制台首次通电时，速度显示器的指针将调整至零。

Bluetooth® 连接功能和“Schwinn Classic Cruiser™”健身应用程序

该健身器材带有 Bluetooth® 连接功能，并可无线同步支持设备上的“Schwinn Classic Cruiser™” 健身应用程序。应用程序与健身器材同步，跟踪燃烧的总卡路里、时间、距离等数据。当控制台与应用程序配对时，将出现 Bluetooth®应用程序连接显示屏。

开始锻炼前，打开支持 Bluetooth® 设备上的应用程序。如果锻炼过程中未运行应用程序，将不会跟踪结果。确保在应用程序上选择需要的用户（1 或 2）以正确跟踪锻炼。

1. 下载名为 Schwinn Classic Cruiser™的免费应用程序。应用程序可从 iTunes® 和 Google Play™下载。

   注： 如需支持设备的完整列表，请查阅 iTunes® 或 Google Play™ 上的应用程序。

2. 遵循应用程序上的说明将您的设备与锻炼器材同步。

锻炼时使用其他健身应用程序

本健身器械整合 Bluetooth® 连接功能，允许配合各种数码伴侣使用。如需受支持伴侣的最新列表，请访问：

www.nautilus.com/partners

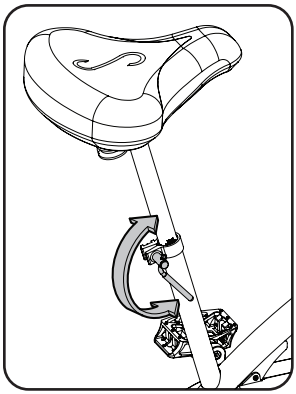
穿着

穿上胶底运动鞋或合适的骑车鞋。您需要穿上合适的衣服，以便在锻炼时自由移动。

您应多久运动一次

开始执行锻炼方案前，请向医生咨询。若您感到胸部疼痛或胸闷、呼吸短促或头晕，请停止锻炼。再次使用此器材之前，请联系您的医生。器材电脑所计算或测量的数值仅供参考。

- 每天 30 分钟，每周 3 次。
- 提前制定锻炼计划。



座杆调节

正确的鞍座和横把位置可帮助您有效和舒适地进行锻炼，同时减少受伤风险。

1. 踏板处于正向位置时，将足掌放在踏板中心上方的中心位置。您的腿部应在膝盖处稍微弯曲。

2. 如果您的腿太直或脚够不到踏板，应向下移动直立脚踏车上的鞍座。如果您的腿太弯，则应将鞍座垂直上移。

调整鞍座前离开脚踏车。

松开座杆上的鞍座调整杆。将鞍座调整到合适的高度。

拧紧调整杆以锁定座杆。确保调整杆已完全锁紧。

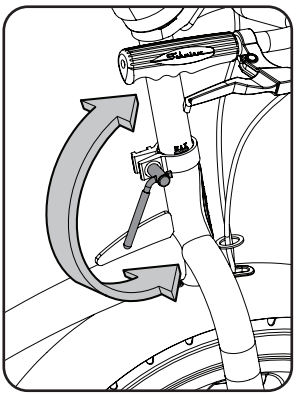
座杆不得升起超过座管上的 MAX 标记。

横把调整

松开横把支柱上的横把调整杆。将横把调整到合适的高度。完全拧紧调整杆。

横把组件不得升起超过座管上的 MAX 标记。

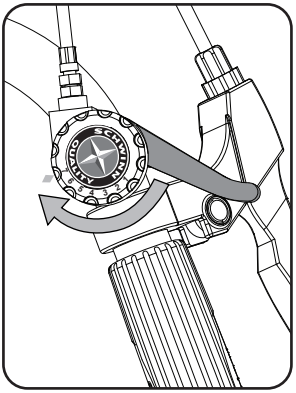
要调整安装到横把的部件角度，请松开固定它们的螺钉，并调整到合适的角度。完全拧紧配件。

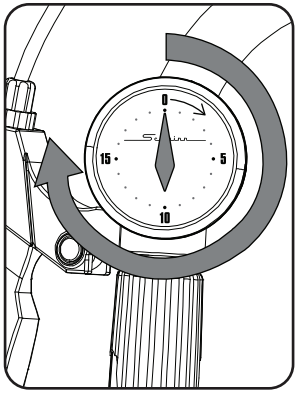


阻力切换器

阻力切换器控制应用至飞轮的阻力等级。Schwinn® Quality 标志的“十字星”下指针所指方向即为选定阻力等级。锻炼脚踏车上游七个阻力等级 (1-7)。

锻炼过程中，可随时通过调整阻力切换器增加或减少阻力。





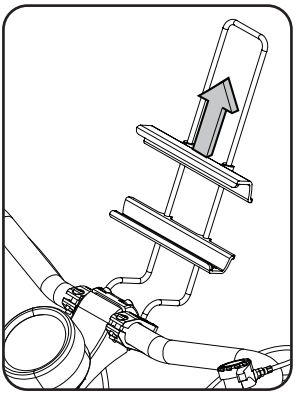
锻炼定时器

您的健身器材配备 20 分钟锻炼定时器。缓慢地将定时器表面朝顺时针方向转 3/4 圈（超过 15），然后转到合适的时间点并松开它。锻炼定时器立即开始倒计时，计时结束将发出响声。

注： 首次旋转 3/4 圈的过程中切勿朝逆时针方向转动定时器表面。这样做可能损坏定时器。

媒体架

您的健身器材在横把上方配备媒体架。媒体架用于固定您的移动设备或其他媒体。将媒体架下部调整到移动设备的底座。将设备放在媒体架的下部，将设备固定就位的同时，滑下媒体架上部直至您设备被固定在下部和上部之间。



锻炼模式

器材接通电源，或因为踩动器材而收到 RPM 传感器发送的信号时，器材启动锻炼模式。

暂停或停止锻炼/自动关闭（睡眠模式）

如果控制台在大约 2 分钟内未收到任何输入指令，它将自动关闭。

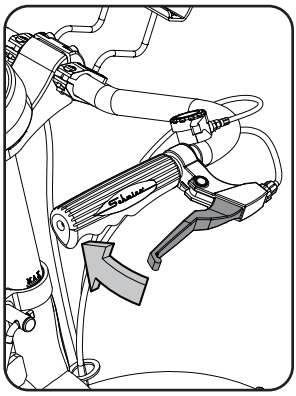
锻炼结果

控制台不会显示您的锻炼结果。要查看锻炼结果，必须在锻炼过程中运行装有 Schwinn Classic Cruiser™ 应用程序并支持 Bluetooth® 的设备。锻炼前，确保在应用程序上选择需要的用户（1 或 2）。

应用程序跟踪用户、锻炼日期/时间、持续时间、平均速度、最高速度、距离、RPM（每分钟转速）和总卡路里。

应用程序游戏控制杆

配合 Schwinn Classic Cruiser™ 应用程序上的功能使用时，应用程序游戏控制杆可提高交互程度。



维护

开始任何维修工作之前，请通读所有维护说明。在某些情况下，需要助手来完成必要的任务。

必须定期检查器材是否损坏并进行维修。用户负责确保执行定期维护。必须立即维修或更换磨损、损坏或松动的部件。维护和维修设备时，只能使用厂商提供的部件。

如果警告标签出现松动、无法阅读或脱落，请更换标签。如在美国/加拿大购买，请联系客服人员更换标签。如在美国/加拿大境外购买，请联系您当地的经销商更换标签。

每天： 每次使用前，检查健身器材的部件是否松动、破损、损坏或磨损。出现上述情况时不得使用器材。发现磨损或损坏时立即进行维修或更换所有部件。确保调整夹具已拧紧。必要时拧紧。每次锻炼后，使用湿布擦掉器材和控制台上面的汗水。

注： 避免控制台过度潮湿。

每周： 清洁器材，清除表面的灰尘、污渍或尘垢。检查鞍座和横把是否可以顺畅地移动。必要时，涂上薄薄的一层硅酮润滑油以方便操作。

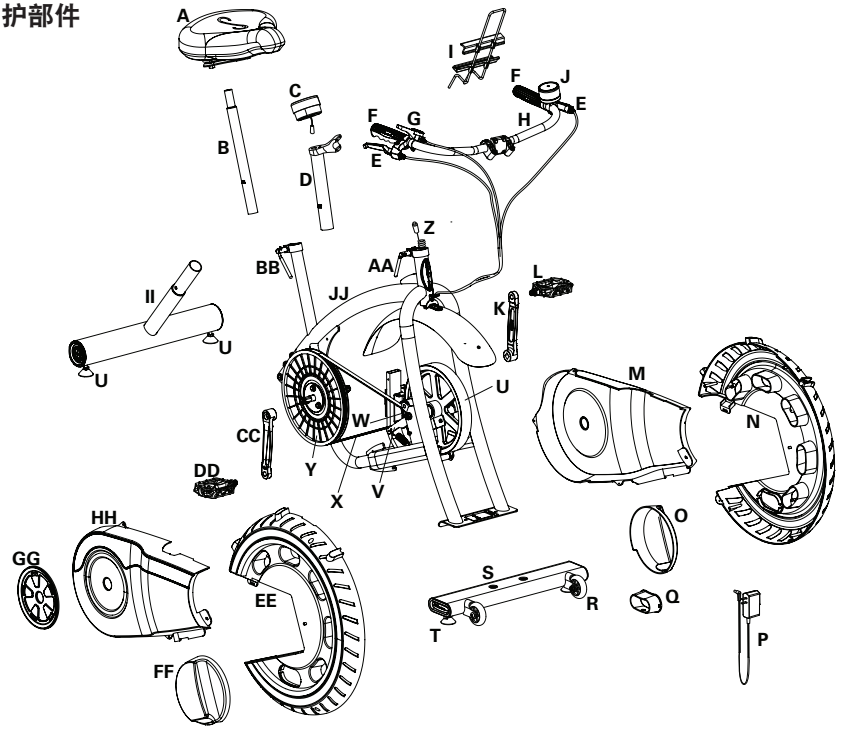
硅酮润滑剂不可食用。请避免儿童接触。存放在安全的地方。

注： 不得使用石油基质产品。

每月或 20 小时后： 检查踏板和曲轴，根据需要拧紧。确保牢固安装所有螺栓和螺钉。必要时拧紧。

注意： 不得使用石油基质溶剂或汽车清洁剂清洁器材。控制台应注意防潮。

维护部件



A	鞍座	S	前稳定器
B	座杆	T	调平器
C	控制台	U	飞轮
D	控制台支柱	V	张紧器
E	应用程序游戏控制杆	W	制动装置/伺服电机
F	横把套	X	传动皮带
G	制动换档器	Y	传动皮带轮
H	横把	Z	数据电缆
I	媒体架	AA	横把调整夹具
J	定时器	BB	鞍座调整夹具
K	曲柄臂，左	CC	曲柄臂，右
L	左踏板	DD	右踏板
M	左护罩	EE	右轮护罩
N	左轮护罩	FF	右轴护罩
O	左轴护罩	GG	曲柄护盖
P	调节旋钮	HH	右护罩
Q	电源接入口护罩	II	后稳定器
R	移动轮	JJ	机架组件

故障排除

状况 / 问题	检查事项	解决方案
无显示/部分显示/无法打开设备	检查电气（壁装）插座	确保设备已插入功能正常的壁装插座。
	检查设备的连接	连接应牢固并且未受损。如损坏，应替换设备的适配器或连接。
	检查数据电缆的完整性	电缆中的所有线材应完好无损。如发现卷曲或切口，请更换电缆。
	检查数据电缆连接/方向	确保电缆牢固连接并且方向正确。
	检查控制台显示屏是否损坏	目测检查控制台显示屏是否破裂或有其他形式的损坏。如损坏请更换控制台。
		如果上述步骤不能解决问题，请联系客服人员（如在美国/加拿大）或您当地的经销商（如在美国/加拿大境外）以获得进一步协助。
无速度/RPM 读数，	检查数据电缆的完整性	电缆中的所有线材应完好无损。如发现切口或卷曲，请更换电缆。
	检查数据电缆连接/方向	确保电缆牢固连接并且方向正确。
	检查磁铁位置（需要拆除护罩）	磁铁应置于滑轮上。
	检查速度传感器（需要拆除护罩）	速度传感器应对准磁铁，并连接至数据线。必要时重新对准传感器。如果传感器或连接线有任何损坏，请进行更换。
阻力没有变化（器材开启并运行）	检查阻力切换器	目测检查阻力切换器是否受损。如损坏请更换阻力切换器。
		如果上述步骤不能解决问题，请联系客服人员（如在美国/加拿大）或您当地的经销商（如在美国/加拿大境外）以获得进一步协助。

状况 / 问题	检查事项	解决方案
使用过程中控制台关闭（进入睡眠模式）	检查电气（壁装）插座	确保设备已插入功能正常的壁装插座。
	检查设备的连接	连接应牢固并且未受损。如损坏，应替换设备的适配器或连接。
	检查数据电缆的完整性	电缆中的所有线材应完好无损。如发现切口或卷曲，请更换电缆。
	检查数据电缆连接/方向	确保电缆牢固连接并且方向正确。
	重置器材	拔出设备的电源插头，等待 3 分钟。重新插入插座。
	检查磁铁位置（需要拆除护罩）	磁铁应置于滑轮上。
	检查速度传感器（需要拆除护罩）	速度传感器应对准磁铁，并连接至数据线。必要时重新对准传感器。如果传感器或连接线有任何损坏，请进行更换。
设备摇晃/不平	检查调平器调整情况	调整调平器，直至水平安置脚踏车。
	检查设备下方的表面	如果表面极不均匀，通过调整可能无法使器材保持水平。将脚踏车移到平整的地方。
踏板松动/难于踩动设备	检查踏板的曲轴连接	踏板应牢固地拧紧至曲柄。确保连接未错扣。
	检查曲轴至车轴连接	曲柄应牢固地拧紧至轴。确保曲柄彼此以 180 度连接。
踩动时发出滴答声	检查踏板的曲轴连接	拆除踏板。确保螺纹上没有碎片，并重新安装踏板。
鞍座或横把支柱移动	检查调节杆	确保拧紧旋调节杆。

状况 / 问题	检查事项	解决方案
控制台未与支持 Bluetooth®的设备同步	健身器材	拔出设备的电源插头，等待 5 分钟。重新插入插座。
	支持 Bluetooth® 的设备	检查您的设备，确保启用 Bluetooth® 无线功能。
	仍与前一台设备同步	设备仍在与控制台同步。断开该设备并与控制台同步。
	打开健身应用程序	打开健身应用程序并与控制台同步。
	健身应用程序	查看健身应用程序的说明书，确认您的设备兼容。
		请联系 appsupport@nautilus.com 或您当地的经销商以获得进一步协助。



8018268.021518.A