



echelon®

EX-30-RCX

INSTRUCTION MANUAL





Lou Lentine
CEO
Echelon Fitness
Multimedia, LLC



Hello,

I am Lou Lentine, CEO of Echelon, and I would like to welcome you to the Echelon community. You've made a great decision for yourself and your family. The Echelon Experience is an innovative combination of fitness products integrated with our state-of-the-art Echelon Fit® app. This brand-new, fitness lifestyle connects your family, friends, the Echelon community, and Echelon instructors together to help you with your fitness goals. With thousands of live and on-demand classes, no matter your schedule or experience, there is always a new and exciting class for you to join.

We embrace your decision to join our Echelon family in the pursuit of living a healthier lifestyle. We are committed to continue engineering cutting edge, world-class fitness products to improve quality of life through workout experiences that make an active lifestyle more accessible and sustainable.

Thank you again for choosing Echelon and I look forward to seeing you in the next live class!

Best personal regards,

A stylized, handwritten signature in white ink, appearing to read 'Lou Lentine'.

Lou Lentine
CEO, Echelon Fitness Multimedia, LLC

FEDERAL COMMUNICATIONS COMMISSION (FCC) STATEMENT

15.21

You are cautioned that changes or modifications not expressly approved by the party responsible for compliance could void the user's authority to operate the equipment.

15.105(B)

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.

FCC RF RADIATION EXPOSURE STATEMENT:

1. This Transmitter must not be co-located or operating in conjunction with any other antenna or transmitter.
2. This equipment complies with RF radiation exposure limits set forth for an uncontrolled environment. This equipment should be installed and operated with a minimum distance of 20 cm between the radiator and your body.

THIS DEVICE COMPLIES WITH PART 15 OF THE FCC RULES. OPERATION IS SUBJECT TO THE FOLLOWING TWO CONDITIONS:

1. This device may not cause harmful interference and
2. This device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation.

INNOVATION, SCIENCE AND ECONOMIC DEVELOPMENT CANADA (ISED) INNOVATION, SCIENCE ET DÉVELOPPEMENT ÉCONOMIQUE CANADA (ISED)

**THIS CLASS B DIGITAL APPARATUS COMPLIES WITH
CANADIAN ICES-003.**

**CET APPAREIL NUMÉRIQUE DE CLASSE B EST
CONFORME À LA NORME NMB-003.**

CANADIAN NOTICE

This device complies with ISED license-exempt RSS standard(s). Operation is subject to the following two conditions:

1. This device may not cause interference, and
2. This device must accept any interference, including interference that may cause undesired operation of the device.

AVIS CANADIEN

Le présent appareil est conforme aux CNR d'ISED applicables aux appareils radio exempts de licence. L'exploitation est autorisée aux deux conditions suivantes:

1. L'appareil ne doit pas produire de brouillage, et
2. L'utilisateur de l'appareil doit accepter tout brouillage radioélectrique subi, même si le brouillage est susceptible d'en compromettre le fonctionnement.

CAUTION: EXPOSURE TO RADIO FREQUENCY RADIATION

1. To comply with the Canadian RF exposure compliance requirements, this device and its antenna must not be co-located or operating in conjunction with any other antenna or transmitter.
2. To comply with RSS 102 RF exposure compliance requirements, a separation distance of at least 20 cm must be maintained between the antenna of this device and all persons.

ATTENTION: EXPOSITION AU RAYONNEMENT RADIOFRÉQUENCE

1. Pour se conformer aux exigences de conformité RF canadienne l'exposition, cet appareil et son antenne ne doivent pas être co-localisés ou fonctionnant en conjonction avec une autre antenne ou transmetteur.
2. Pour se conformer aux exigences de conformité CNR 102 RF exposition, une distance de séparation d'au moins 20 cm doit être maintenue entre l'antenne de cet appareil et toutes les personnes.



WARNING LABELS



IMPORTANT | IMPORTANTE

The left pedal is reverse threaded. Insert carefully and turn left to tighten the pedal into place. Use only your hands and provided tools.

La pédale gauche possède un pas de vis inversé. Insérez-la avec précaution et tournez vers la gauche pour la visser. Utilisez uniquement vos mains et les outils fournis.

El pedal izquierdo tiene rosca inversa. Insértelo con cuidado y gire a la izquierda para apretar el pedal en su lugar. Use sólo sus manos y las herramientas provistas.

WARNING | AVERTISSEMENT | ADVERTENCIA

RISK OF PERSONAL INJURY. KEEP CHILDREN UNDER THE AGE OF 13 AWAY FROM MACHINE.

All warnings and instructions must be read and followed. For consumer fitness equipment, notice shall also be given to refer to the owner's manual for additional warnings and safety information.

The stationary exercise bicycle should only be used after a thorough review of the operation manual (portable stationary exercise bicycle) or under the direct supervision of a trained instructor (professional stationary exercise bicycle).

Spinning pedals can cause injury. This exercise bicycle does not have a freewheel and pedal speed must be reduced in a controlled manner. Please keep away from moving parts at all times. Contact with moving parts may result in serious injury.

Visit <https://echelonfit.zendesk.com/hc/en-us> for more information.

Set up and operate stationary exercise bike on a solid level surface.

Care should be taken in mounting and dismounting the stationary exercise bike. Before mounting or dismounting move the pedals so the mounting is conforming with the use of the pedals and bring the machine to a complete stop.

Keep the top surface of the pedal clean and dry.

Failure to maintain and care for the bike could result in serious injury to the user and damage to critical components of the bike if neglected.

Discontinue all power before servicing the equipment (if applicable).

Always service the bike to the maintenance guidelines as stated in the owner's manual.

RISQUE DE BLESSURE CORPORELLE. EMPECHER L'ACCES À L'APPAREIL AUX ENFANTS DE MOINS DE 13 ANS.

Tous les avertissements et les instructions doivent être lus et suivis. Pour les appareils de fitness destinés au consommateur, il est également recommandé de se référer au manuel d'utilisation pour les avertissements et les consignes de sécurité supplémentaires.

Le vélo stationnaire ne doit être utilisé qu'après avoir lu soigneusement le manuel d'utilisation (vélo d'exercice stationnaire portable) ou sous la supervision directe d'un instructeur (vélo d'exercice stationnaire professionnel).

Le mouvement des pédales peut causer des blessures. Ce vélo d'exercice ne possède pas de roue libre et la vitesse des pédales doit être réduite de manière contrôlée.

Veillez à rester à distance des pièces en mouvement, tout contact avec ces pièces est susceptible d'entraîner un risque de blessure grave.

Allez sur <https://echelonfit.zendesk.com/hc/en-us> pour en savoir plus.

Nettoyer et utiliser le vélo stationnaire sur une surface stable et plane.

Apporter un soin particulier au montage et au démontage du vélo d'exercice stationnaire. Avant de procéder au montage et au démontage, déplacer les pédales sur le côté de montage et de démontage à la position la plus basse et arrêter complètement la machine.

Veillez à ce que la surface de la partie supérieure des pédales reste propre et sèche.

Le non respect des consignes d'entretien et de maintenance du vélo peut entraîner des blessures graves pour l'utilisateur et endommager les composants essentiels du vélo en cas de négligence.

Mettez le vélo hors tension avant de procéder à l'entretien ou à une réparation de ce dernier.

Evitez toujours l'entretien du vélo conformément aux directives d'entretien.

RIESGO DE LESIONES PERSONALES. NO PERMITA QUE NIÑOS MENORES DE 13 AÑOS USEN LA MÁQUINA.

Deben leerse y seguirse todas las advertencias y instrucciones. En el caso de los equipos de fitness para el consumidor, también se debe consultar el manual del propietario para obtener advertencias e información de seguridad adicionales.

La bicicleta estática para ejercicio solo debe utilizarse después de una cuidadosa lectura del manual de funcionamiento (bicicleta estática portátil) o con la supervisión directa de un instructor capacitado (bicicleta de ejercicio estacionario profesional).

Los pedales al girar pueden causar lesiones. Esta bicicleta estática no tiene rueda libre y la velocidad del pedal debe reducirse de manera controlada. Manténgase alejado de las piezas móviles en todo momento. El contacto con las piezas móviles puede provocar lesiones graves.

Visite <https://echelonfit.zendesk.com/hc/en-us> para obtener más información. Visite y revise la bicicleta de ejercicio estacionario sobre una superficie sólida y nivelada.

Se debe tener cuidado al montar y desmontar la bicicleta de ejercicio estacionario. Antes de montar o desmontar, mueva el pedal del lado de montaje o desmontaje a la posición más baja y detenga la máquina por completo.

Mantenga la superficie superior del pedal limpia y seca.

La falta de mantenimiento y cuidado de la bicicleta puede provocar lesiones graves al usuario y dañar a los componentes críticos de la misma si se descuida.

Descontinúe toda la energía antes de reparar o reemplazar los componentes. Realice siempre el mantenimiento de la bicicleta según las directrices de mantenimiento indicadas en el manual del propietario.



IMPORTANT | IMPORTANTE

The left pedal is reverse threaded. Insert carefully and turn left to tighten the pedal into place. Use only your hands and provided tools.

La pédale gauche possède un pas de vis inversé. Insérez-la avec précaution et tournez vers la gauche pour la visser. Utilisez uniquement vos mains et les outils fournis.

El pedal izquierdo tiene rosca inversa. Insértelo con cuidado y gire a la izquierda para apretar el pedal en su lugar. Use solo sus manos y las herramientas provistas.

WARNING | AVERTISSEMENT | ADVERTENCIA

RISK OF PERSONAL INJURY. KEEP CHILDREN UNDER THE AGE OF 13 AWAY FROM MACHINE.

All warnings and instructions must be read and followed. For consumer fitness equipment, notice shall also be given to refer to the owner's manual for additional warnings and safety information.

The stationary exercise bicycle should only be used after a thorough review of the operation manual (consumer stationary exercise bicycles) or under the direct supervision of a trained instructor (institutional stationary exercise bicycles).

Spinning pedals can cause injury. This exercise bicycle does not have a freewheel and pedal speed must be reduced in a controlled manner.

Please keep away from moving parts at all times. Contact with moving parts may result in serious injury.

Visit <https://echelonfit.zendesk.com/hc/en-us> for more information.

Set up and operate stationary exercise bike on a solid level surface.

Care should be taken in mounting and dismounting the stationary exercise bike. Before mounting or dismounting move the pedal on the mounting or dismounting side to its lowest position and bring the machine to a complete stop.

Keep the top surface of the pedal clean and dry.

Failure to maintain and care for the bike could result in serious injury to the user and damage to critical components of the bike if neglected.

Disconnect all power before servicing the equipment (if applicable).

Always service the bike to the maintenance guidelines as stated in the owner's manual.

RISQUE DE BLESSURE CORPORELLE. EMPÊCHEZ L'ACCÈS À L'APPAREIL AUX ENFANTS DE MOINS DE 13 ANS.

Tous les avertissements et les instructions doivent être lus et suivis. Pour les appareils de remise en forme destinés à un usage privé, les utilisateurs doivent être également invités à se reporter au manuel d'utilisation pour les avertissements et les consignes de sécurité supplémentaires.

Le vélo stationnaire ne doit être utilisé qu'après avoir lu attentivement le manuel d'utilisation (vélos d'exercice stationnaires destinés au grand public) ou sous la surveillance directe d'un instructeur formé (vélos d'exercice stationnaires destinés aux professionnels).

Le mouvement des pédales peut comporter un risque de blessure. Ce vélo d'exercice ne possède pas de roue libre et la vitesse des pédales doit être réduite de manière progressive.

Veuillez rester toujours à distance des pièces en mouvement. Tout contact avec des pièces en mouvement comporte un risque de blessure grave.

Allez sur <https://echelonfit.zendesk.com/hc/en-us> pour en savoir plus.

Régalez et utilisez le vélo stationnaire sur une surface stable et plane.

Apportez un soin particulier au montage et au démontage du vélo d'exercice stationnaire. Avant de procéder au montage et au démontage, déplacez la pédale sur le côté de montage et de démontage à sa position la plus basse et arrêtez complètement la machine.

Veuillez à ce que la surface de la partie supérieure des pédales reste propre et sèche.

Le non-respect des consignes d'entretien et de maintenance du vélo peut entraîner des blessures graves pour l'utilisateur et endommager les composants essentiels du vélo en cas de négligence.

Mettez le vélo hors tension avant de procéder à l'entretien ou à une réparation (le cas échéant).

Faites toujours l'entretien du vélo conformément aux directives d'entretien indiquées dans le manuel du propriétaire.

RIESGO DE LESIONES PERSONALES. NO PERMITA QUE NIÑOS MENORES DE 13 AÑOS USEN LA MÁQUINA.

Deben leerse y seguirse todas las advertencias e instrucciones. En el caso de los equipos de fitness para el consumidor, también se debe consultar el manual del propietario para obtener advertencias e información de seguridad adicionales.

La bicicleta estática para ejercicios solo debe utilizarse después de una revisión exhaustiva del manual de funcionamiento (bicicletas estáticas para el consumidor) o bajo la supervisión directa de un instructor capacitado (bicicletas de ejercicios estacionarias institucionales).

Los pedales al girar pueden causar lesiones. Esta bicicleta estática no tiene rueda libre y la velocidad del pedal debe educirse de manera controlada.

Manténgase alejado de las piezas móviles en todo momento. El contacto con las piezas móviles puede provocar lesiones graves.

Visite <https://echelonfit.zendesk.com/hc/en-us> para obtener más información. Instale y opere la bicicleta de ejercicios estacionaria sobre una superficie sólida y nivelada.

Se debe tener cuidado al montar y desmontar de la bicicleta de ejercicio estacionaria. Antes de montar o desmontar, mueva el pedal del lado de montar o desmontar a su posición más baja y detenga la máquina por completo.

Mantenga la superficie superior del pedal limpia y seca.

La falta de mantenimiento y cuidado de la bicicleta podría provocar lesiones graves al usuario y daños a los componentes críticos de la misma si se descuida.

Desconecte toda la energía antes de reparar el equipo (si corresponde).

Realice siempre el mantenimiento de la bicicleta según las directrices de mantenimiento indicadas en el manual del propietario.



CONTENTS

▲ IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS 9

BIKE SPECIFICATIONS 12

PARTS LIST 13

ASSEMBLY 14

ECHELON MEMBERSHIP ACTIVATION 18

USING THE ECHELON EX-30-RCX BIKE 21

 Saddle & Handlebar Adjustment 21

CARE & MAINTENANCE 22

CUSTOMER SERVICE 25



IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS

Care should be taken in mounting or dismounting the stationary exercise bike. Before mounting or dismounting, move the pedal on the mounting or dismounting side to its lowest position and bring the machine to a complete stop.

The manufacturer recommends placing the Echelon® EX-30-RCX bike in a space where you have two feet of clearance on all sides of the bike for safe mounting and dismounting of the exercise bike.

The minimum dimensions are: 0.5 m (19.7 in.) on at least one side, and 0.5 m (19.7 in.) either behind or in front of the exercise bike.

While cleaning your Echelon® EX-30-RCX bike, please use a soft rag with mild detergent or water to wipe down the machine. Do not use corrosive chemical liquids which may damage the cover.

When using an electrical appliance, basic precautions should always be followed, including the following:

Read all instructions before using the Echelon® EX-30-RCX.

FOR HOUSEHOLD USE ONLY.

SAVE THESE INSTRUCTIONS.

DANGER – TO REDUCE THE RISK OF ELECTRIC SHOCK:

Always unplug this appliance from the electrical outlet immediately after using and before cleaning.

WARNING – TO REDUCE THE RISK OF BURNS, FIRE, ELECTRIC SHOCK, OR INJURY TO PERSONS:

1. An appliance should never be left unattended when plugged in. Unplug from outlet when not in use, and before putting on or taking off parts.
2. Do not operate under blanket or pillow. Excessive heating can occur and cause fire, electric shock, or injury to persons.
3. This appliance is not intended for use by persons with reduced physical, sensory or mental capabilities, or lack of experience and knowledge, unless they have been given supervision or instruction concerning use of the appliance by a person responsible for their safety. **Keep children under the age of 13 away from this machine.**
4. Use this appliance only for its intended use as described in this manual. Do not use attachments not recommended by the manufacturer.
5. Never operate this appliance if it has a damaged cord or plug, if it is not working properly, if it has been dropped or damaged, or dropped into water. Return the appliance to a service center for examination and repair.
6. Do not carry this appliance by supply cord or use cord as a handle.
7. Keep the cord away from heated surfaces.
8. Never operate the appliance with the air openings blocked. Keep the air openings free of lint, hair, and the like.
9. Never drop or insert any object into any opening.
10. Do not use outdoors.
11. Do not operate where aerosol (spray) products are being used or where oxygen is being administered.
12. To disconnect, turn all controls to the off position, then remove plug from outlet.



IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS (cont'd.)

BEFORE starting any fitness or strength program, consult with your physician or health official. This will ensure that you engage in the proper strength or fitness program for your age and physical condition.

Before using the Echelon® EX-30-RCX, answer these questions:

- Have you been sick recently?
- Have you had prolonged dizziness recently?
- Have you been out of breath for no reason recently?
- Have you had chest pain recently?
- Do you currently have any injuries preventing you from exercise?
- Are you pregnant?
- Do you have any conditions or reasons you should NOT exercise?
- Are you over 35 years old and physically inactive?
- Have you been told by a doctor that you should NOT exercise?

If you answer “yes” to any of the above questions, you should seek further advice from your doctor prior to using the Echelon® EX-30-RCX.

Read the user manual fully and follow all instructions. This ensures your safety.

- ALWAYS use the Echelon® EX-30-RCX on solid, level ground and in a well-lit and ventilated area.
- ALWAYS check that the seat, handlebars, and pedals are securely fastened before use.
- NEVER allow children to play on or around the bike. This helps protect them from injury from moving parts.

- ALWAYS set the bike up properly for your specific body type. The Echelon® EX-30-RCX offers up/down and fore/aft adjustments that are clearly marked to ensure quick and easy customization for each workout.
- ALWAYS check the bike before use.
- NEVER use the bike if it is not properly/completely assembled or is damaged in any way.
- NEVER exceed the weight limit for this bike. The weight limit for this bike is 300 pounds. Do not use the Echelon® EX-30-RCX if your body weight is in excess of 300 pounds.
- NEVER use Echelon® EX-30-RCX when sick or fatigued.
- ALWAYS wear proper attire and footwear that fully covers your feet. Long hair should be tied back or tucked away. Ensure that shoelaces are tucked into your shoes.
- ALWAYS warm up/stretch before starting exercise.
- ALWAYS be cautious when getting on and off the Echelon® EX-30-RCX.
- ALWAYS wait until the pedals have come to a complete stop before taking your feet off of the pedals or dismounting. Do not stand or climb on the handlebars.
- ALWAYS keep hands away from moving parts and ensure that hands are never placed where there is no rubber handlebar grip.
- NEVER overexert yourself or work to exhaustion. If you feel faint, dizzy, short of breath, or if you have chest or other pains, STOP IMMEDIATELY! Consult your physician before using the Echelon® EX-30-RCX again.
- ALWAYS ensure that you have a water bottle filled with at least 12 oz. of water and a towel close by to absorb sweat from your body and the handlebars.



-
- NEVER use the Echelon® EX-30-RCX in a standing position at high revolutions per minute (RPM).
 - ALWAYS keep your pelvis positioned over the center line of the Echelon® EX-30-RCX.
 - NEVER adjust the resistance of the flywheel or the position of the handlebars while in a standing position.
 - NEVER use accessory attachments that have not been recommended by the manufacturer. Using such attachments may cause injury or damage to the bike and will affect the warranty of the bike.

- ALWAYS ensure that the Echelon® EX-30-RCX is wiped down after each use to keep it sanitary.
- Cleaning and user maintenance shall not be made by children without supervision.

If any problems arise affecting the performance of the Echelon® EX-30-RCX, contact the manufacturer immediately. Always ensure that parts which undergo wear are checked regularly.

This safety information and user manual do not replace the need to be alert and to use common sense when using the Echelon® EX-30-RCX!



BIKE SPECIFICATIONS



PARTS LIST

INCLUDES

1. Handlebar Height Adjustment Knob
2. Handlebar Post Frame
3. Resistance Knob
4. Crank Arms
5. Seat Height Adjustment Knob
6. Front Foot Bracket
7. Rear Foot Bracket
8. Wheel Chock (not visible)
9. Handlebars
10. Front Foot
11. Rear Foot
12. Seat Post
13. Console
14. Seat/Saddle
15. Handlebar Post
16. Pedals
17. Dumbbell Rack
18. Water Bottle Holder
19. Handlebar Bottom Bracket
20. Handlebar Adjustment Lever
21. AA Batteries (2x)
22. Foot Hex Bolts (4x)
23. Console Assembly Hex Bolts (2x)
24. Console Assembly Washers (2x)
25. Dumbbell Rack Screws (2x)
26. Water Bottle Holder Screws (2x)
27. Insert Tab
28. Hex Key with Phillips Head Screwdriver
29. Double-sided Wrench



ASSEMBLY

Frame Assembly

- a. Lay the bike on its side and remove wheel chock bolts with hex key and set to the side.
- b. Using your wrench or fingers, pull wheel chock out and discard.
- c. Place the front foot with wheels facing forward under the front bracket. Insert the foot bolts, but do not tighten.
- d. Place the rear foot under the rear bracket.
- e. Insert foot bolts into rear foot and tighten with hex key.
- f. Tighten front foot bolts with hex key.

STEP
1



STEP
2

Seat Assembly

- a. Insert seat post into seat post frame while pulling seat post adjustment knob.
- b. Release knob and tighten to secure seat post in place.
- c. Place seat onto seat post and tighten nuts on both sides with double-sided wrench to secure in place.





Handlebar Post Assembly

- Unscrew handlebar height adjustment knob, but do not remove. Pull knob out and fully insert handlebar post into frame. Release knob and tighten to secure post.
- Connect the coiled wire from the bike to the wire coming out of the handlebar post.

STEP
3



Console Assembly

- Remove battery cover on back of console and install 2x AA batteries. Put battery back in place to secure batteries.
- Connect handlebar post wire with console wire.
- Insert console post into handlebar post and secure using two console assembly bolts and two console assembly washers.

STEP
4

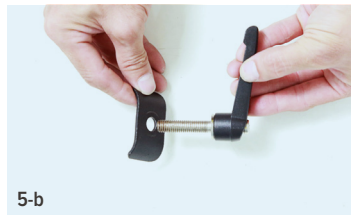


ASSEMBLY (cont'd.)

Handlebar Assembly

- a. Place Handlebars on handlebar post and secure using handlebar bottom bracket and handlebar adjustment lever.

STEP
5



STEP
6

Pedal Assembly

- a. Assemble the Left Pedal using the double sided wrench, turning counterclockwise until the pedal is seated firmly against the crank arm.
- b. Assemble the Right Pedal using the double sided wrench, turning clockwise until the pedal is seated firmly against the crank arm.

NOTE: The threads are reversed on LEFT pedal.





Accessory Assembly

- a. Install Water Bottle Holder on main frame post and secure with two water bottle holder screws.
- b. Install Dumbbell Rack on underside of seat post with two dumbbell rack screws.

STEP
7



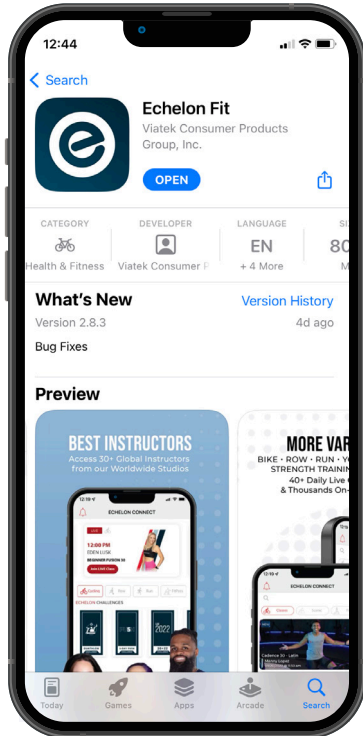
Remove Insert Tab

- a. Pull yellow insert tab to remove while turning resistance knob.

STEP
8



ECHELON MEMBERSHIP ACTIVATION



Download the Echelon Fit® App

Ensure the latest version of the Echelon Fit® App is installed from the Google Play™ Store or the App™ Store.

Operational Instructions

Connect to the Echelon Fit® App to access tutorials and operation instructions.




Membership
Activation
Required
to Unlock the
EX-30-RCX Bike
Experience

Activate Echelon Premier Membership to connect to classes.

To learn more about the membership, visit echelonfit.com/membership.

- a. Scan QR code below or visit member.echelonfit.com.
- b. Follow prompts to complete membership enrollment.



1. CHOOSE “SIGN UP NOW”

2. SELECT PURCHASE LOCATION

Select purchase location and follow the on-screen instructions.

3. CHOOSE YOUR PLAN

Monthly / 1-Year and 2-Year

4. SET UP PAYMENT METHOD

5. ENTER PERSONAL ACCOUNT INFO

6. VIEW YOUR ACCOUNT

Edit your billing info, add family members, manage subscriptions, and (if on your mobile device) download the app and sign in.

ACCOUNT ACTIVATION

If this product was purchased on the echelonfit.com website, you should have received an activation email. Click the link in the activation email and follow the on-screen instructions. Enter your information to verify payment information.

You will not be charged until the next month.

ACCOUNT CREATION

All account info and plans are managed at member.echelonfit.com and use the same login. After creating your account login on member.echelonfit.com, write down your login info. This will be the same login for the App.



CONSOLE OPERATION

DATA RANGE

TIME: 0:00~99.59

SPEED: 0.0~99.99

DISTANCE: 0.00~99.99

CAL: 0~9999

Resistance Level: L1~L32

Unit: M (mph) / K (kph)

DISPLAY DEFINITION

Time: Duration of exercise

Speed: Current cycling speed

Distance: Accumulated distance during current session

Calories: Calories burned during current session

Resistance Level: Current chosen level of resistance

START:

Begin pedaling to activate console and begin session.

PAUSE:

Console will pause after 4 seconds of inactivity. Resume pedaling to exit pause status.

STOP:

- If paused for 4 minutes, the console will turn off. This will reset all session metrics.
- The console can be manually reset by holding the MODE key for 4 seconds until the console reboots.

MODE:

- Press Mode button to choose display metric. Metric options will switch between Scan, Time, Speed, Distance, and Calories.
- Scan will automatically scroll through all metrics for duration of session.

LEVEL CONTROL:

- Turn resistance knob to change resistance of bike to desired level.
- Resistance level will display on console as knob is turned.

BLUETOOTH:

- Activate Bluetooth connection via the Echelon Fit App. Once connected, bike console will be blank and all metrics will be visible in the app.
- If bike is not connected to Bluetooth, console will display metrics.



USING THE ECHELON EX-30-RCX- BIKE



Saddle & Handlebar Adjustment

Before riding your EX-30-RCX BIKE adjust your saddle and handlebars to ensure proper form.

1. Seat Height Adjustment

- Turn seat slide adjustment knob counterclockwise to loosen. Move seat along track to desired location. Turn seat slide adjustment knob clockwise to tighten and secure in place. The distance between the front of the saddle and the back base of the handlebars should be the same as the distance from your elbow to your fingertips. While handlebar height is up to personal preference, the saddle height should be even with your hip bones.
- Turn seat height adjustment knob counterclockwise until you are able to pull the knob halfway out. Pull and hold the seat height adjustment knob and raise the seat to desired position. Ensure knob engages one of the adjustment holds. Turn seat height adjustment knob clockwise until secure.

2. Handlebar Height Adjustment

- Turn handlebar adjustment knob counterclockwise until you are able to pull the knob halfway out. Pull and hold the handlebar adjustment knob and raise or lower the handlebars to desired position. Ensure knob engages one of the adjustment holes. Turn handlebar adjustment knob clockwise until secure.

3. Bike Leveling

- To level the bike, adjust the pads on the front and rear feet until stable (counterclockwise to lift the bike and clockwise to lower the bike).



CARE & MAINTENANCE

Daily

1. Inspect the pedals of your bike before each ride for any looseness or deformation. Follow instructions from page 16 to tighten, as needed. Doing this ensures your safety, the quality of your experience, and the overall life of your bike. If any issues are found, cease using the equipment immediately and contact customer service (833-937-2453).
2. Clean every high-use or exposed area with a non acidic cleaner (no ammonia, alcohol, or chlorine). Do NOT spray any solution directly onto the bike. This could ruin any electrical components and ports on the bike. Raise saddle and handlebar posts to their highest setting to expose any excess moisture after a workout and clean thoroughly.
3. Inspect for any noises that could indicate potential issues. If a troubling noise is indicated please contact Customer Service (833-937-2453).



It is important to ensure pedals are installed properly and routinely tightened.



CARE & MAINTENANCE

Weekly

1. Inspect all the assembled and pre-assembled hardware to find if anything needs to be tightened or re-secured. This includes but is not limited to:
 - a. All height and distance adjustment knobs/levers
 - b. Handlebar securing bolts
 - c. Bolts for the tablet mount
 - d. Hinge bolt for tablet mount
 - e. Screws securing saddle to the saddle post
 - f. Screws and nylon strap securing toe cage to pedal
2. Dust, vacuum and wipe down all the areas around and on the bike that are not normally cleaned in your daily cleaning procedures.
3. Assess the feet leveling system to make sure your bike is sitting level to the floor (adjust all four rubber feet accordingly).
4. Test emergency brake operation
 - a. Pedal bike low-medium speed
 - b. Push resistance knob / emergency brake in towards flywheel

Monthly

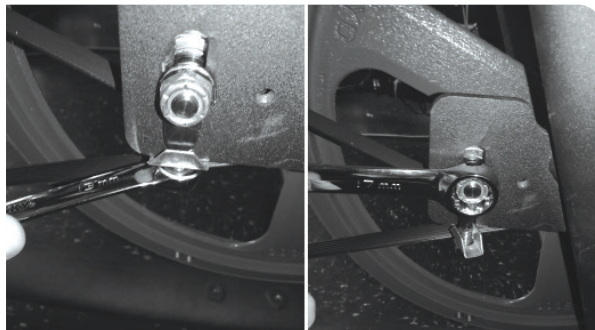
1. Assess the saddle and handlebar adjustments for wear and tear. If a replacement is needed contact customer service (833-937-2453).
2. Assess the quality of the drive belt every 5 - 6 months by CAREFULLY removing the screws from the right side frame cover and using a flashlight to assess the belt from the top down while pedaling with one hand.
3. Check nylon foot straps on toe cages for wear.



CARE & MAINTENANCE

As Needed

1. Test the brake pads for wear periodically by utilizing the emergency brake a few times during a controlled sprint.
2. Adjust the belt tension for slipping:
 - a. Remove the right pedal.
 - b. Remove all screws from the plastic cover that covers the crank area and peel back the warning sticker.
 - c. Use a long Phillips Head screwdriver* to twist out the inner plastic ring by pushing against the inner locking plastic keys that keep it in place around the crank.
 - d. Remove the plastic cover to expose the belt-tightening nut and use a 3/8" Ratchet Wrench* with a 6" extension, and a 13mm Socket Wrench* to tighten the nut.



Yearly

1. Inspect the height and distance adjustment knobs and levers. If worn and you are unable to tighten, contact customer service (833-937-2453) for replacement.



Questions or Concerns

Our members are our priority! If you require assistance or have concerns, please contact our customer service team.

☎ (833) 937-2453

✉ cs@echelonfit.com

Submit a Request:



Warranty Information

Your Echelon EX-30-RCX Bike comes with a 1-year parts and labor warranty. Should the need arise, all you need is a proof of purchase and our customer service team will be happy to assist. Additional 1- or 2-year extended warranties are available through customer service.



This image shows a blank sheet of white paper with horizontal blue ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There is no handwriting or other markings on the paper.

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page. There is a small dark smudge or mark near the top left corner. The paper appears to be part of a notebook or a document template.



MODEL: ECH-EX-30-RCX
ECHELON FITNESS MULTIMEDIA, LLC
605 CHESTNUT STREET, SUITE 700
CHATTANOOGA, TN 37450
ECHELONFIT.COM



READ INSTRUCTIONS
BEFORE OPERATING

MADE IN
CHINA



PATENT
PENDING

REV: 08152024



echelon®

EX-30-RCX

MANUEL D'UTILISATION





Lou Lentine
CEO
Echelon Fitness
Multimedia, LLC



Bonjour,

Je suis Lou Lentine, DG d'Echelon, et je vous souhaite la bienvenue dans la communauté Echelon. Vous avez pris une grande décision pour vous et votre famille. L'expérience Echelon est une combinaison innovante de produits de remise en forme intégrée à notre application haute technologie Echelon Fit®. Ce tout nouveau mode de vie de remise en forme relie votre famille, vos amis, la communauté Echelon et les instructeurs Echelon pour vous aider à atteindre vos objectifs de remise en forme. Avec des milliers de cours en direct et à la demande, quel que soit votre emploi du temps ou votre expérience, il y a toujours un nouveau cours passionnant auquel vous pouvez vous inscrire.

Nous sommes heureux que vous ayez décidé de rejoindre la famille Echelon pour mener une vie plus saine. Nous nous engageons à continuer à concevoir des produits de remise en forme de pointe et de classe mondiale pour améliorer la qualité de vie grâce à des expériences d'entraînement qui rendent un mode de vie actif plus accessible et plus durable.

Merci encore d'avoir choisi Echelon et je suis impatient de vous voir dans le prochain cours en direct!

Bien cordialement,

A stylized, handwritten signature in white ink, reading 'Lou Lentine'.

Lou Lentine
CEO, Echelon Fitness Multimedia, LLC

DÉCLARATION DE LA COMMISSION FÉDÉRALE DES COMMUNICATIONS (FCC)

15.21

Vous êtes averti que tout changement ou modification non expressément approuvé par la partie responsable de la conformité pourrait annuler le droit de l'utilisateur à utiliser l'appareil.

15.105(B)

Cet appareil a été testé et jugé conforme aux limites applicables aux appareils numériques de classe B, conformément à la partie 15 des règles de la FCC. Ces limites sont conçues pour fournir une protection raisonnable contre les interférences nuisibles dans une installation résidentielle. Cet appareil génère, utilise et peut émettre de l'énergie de radiofréquence et, s'il n'est pas installé et utilisé conformément aux instructions, il peut causer des interférences nuisibles aux communications radio. Cependant, il n'y a aucune garantie que des interférences ne se produiront pas dans une installation particulière. Si cet appareil cause des interférences nuisibles à la réception radio ou télévision, ce qui peut être vérifié en allumant et en éteignant l'appareil, l'utilisateur est encouragé à essayer de corriger l'interférence par une ou plusieurs des mesures suivantes :

- Réorientez ou déplacez l'antenne de réception.
- Augmentez la distance de séparation entre l'appareil et le récepteur.
- Branchez l'appareil sur une prise de courant d'un circuit différent de celui auquel le récepteur est connecté.
- Contactez le concessionnaire ou un technicien radio/TV expérimenté pour obtenir de l'aide.

DÉCLARATION DE LA FCC SUR L'EXPOSITION AUX RADIATIONS RF :

1. Cet émetteur ne doit pas être installé au même endroit ou fonctionner en conjonction avec une autre antenne ou un autre émetteur.
2. Cet équipement est conforme aux limites d'exposition aux radiations RF établies pour un environnement non contrôlé. Cet équipement doit être installé et utilisé avec une distance minimale de 20 cm entre le radiateur et votre corps.

CET APPAREIL EST CONFORME À LA PARTIE 15 DES RÈGLES DE LA FCC. SON FONCTIONNEMENT EST SOUMIS AUX DEUX CONDITIONS SUIVANTES :

1. Cet appareil ne doit pas produire de brouillage nocif ; et
2. L'utilisateur de l'appareil doit accepter tout brouillage radioélectrique subi, même si le brouillage est susceptible d'en compromettre le fonctionnement.

INNOVATION, SCIENCE ET DÉVELOPPEMENT ÉCONOMIQUE CANADA (ISED)

CET APPAREIL NUMÉRIQUE DE CLASSE B EST CONFORME À LA NORME NMB-003.

AVIS CANADIEN

Le présent appareil est conforme aux CNR d'ISED applicables aux appareils radio exempts de licence. L'exploitation est autorisée aux deux conditions suivantes:

1. L'appareil ne doit pas produire de brouillage, et
2. L'utilisateur de l'appareil doit accepter tout brouillage radioélectrique subi, même si le brouillage est susceptible d'en compromettre le fonctionnement.

ATTENTION: EXPOSITION AU RAYONNEMENT RADIOFRÉQUENCE

1. Pour se conformer aux exigences de conformité RF canadienne l'exposition, cet appareil et son antenne ne doivent pas être co-localisés ou fonctionnant en conjonction avec une autre antenne ou transmetteur.
2. Pour se conformer aux exigences de conformité CNR 102 RF exposition, une distance de séparation d'au moins 20 cm doit être maintenue entre l'antenne de cet appareil et toutes les personnes.



ETIQUETTES D'AVERTISSEMENT



IMPORTANT | IMPORTANTE

The left pedal is reverse threaded. Insert carefully and turn left to tighten the pedal into place. Use only your hands and provided tools.

La pédale gauche possède un pas de vis inversé. Insérez-la avec précaution et tournez vers la gauche pour la visser. Utilisez uniquement vos mains et les outils fournis.

El pedal izquierdo tiene rosca inversa. Insértelo con cuidado y gire a la izquierda para apretar el pedal en su lugar. Use sólo sus manos y las herramientas provistas.

WARNING | AVERTISSEMENT | ADVERTENCIA

RISK OF PERSONAL INJURY. KEEP CHILDREN UNDER THE AGE OF 13 AWAY FROM MACHINE.

All warnings and instructions must be read and followed. For consumer fitness equipment, notice shall also be given to refer to the owner's manual for additional warnings and safety information.

The stationary exercise bicycle should only be used after a thorough review of the operation manual (portable stationary exercise bicycle) or under the direct supervision of a trained instructor (professional stationary exercise bicycle).

Spinning pedals can cause injury. This exercise bicycle does not have a freewheel and pedal speed must be reduced in a controlled manner. Please keep away from moving parts at all times. Contact with moving parts may result in serious injury.

Visit <https://echelonfit.zendesk.com/hc/en-us> for more information.

Set up and operate stationary exercise bike on a solid level surface. Care should be taken in mounting and dismounting the stationary exercise bike. Before mounting or dismounting move the pedals so the mounting is perpendicular to the bike to prevent and bring the machine to a complete stop.

Keep the top surface of the pedal clean and dry.

Failure to maintain and care for the bike could result in serious injury to the user and damage to critical components of the bike if neglected.

Discontinue all power before servicing the equipment (if applicable). Always service the bike to the maintenance guidelines as stated in the owner's manual.

RISQUE DE BLESSURE CORPORELLE. EMPECHER L'ACCES À L'APPAREIL AUX ENFANTS DE MOINS DE 13 ANS.

Tous les avertissements et les instructions doivent être lus et suivis. Pour les appareils de remise en forme destinés à un usage privé, les utilisateurs doivent être également tenus de se reporter au manuel d'instructions pour les professionnels et les consignes de sécurité supplémentaires.

Le vélo stationnaire ne doit être utilisé qu'après avoir lu soigneusement le manuel d'utilisation (vélo d'exercice stationnaire destiné à un grand public) ou sous la supervision directe d'un instructeur formé (vélo d'exercice stationnaire destiné aux professionnels).

Le mouvement des pédales peut causer des blessures. Ce vélo d'exercice ne possède pas de roue libre et la vitesse des pédales doit être réduite de manière contrôlée.

Veuillez rester toujours à distance des pièces en mouvement, tout contact avec des pièces en mouvement comporte un risque de blessure grave.

Allez sur <https://echelonfit.zendesk.com/hc/en-us> pour en savoir plus.

Regler et utiliser le vélo stationnaire sur une surface stable et plane.

Apporter un soin particulier au montage et au démontage du vélo d'exercice stationnaire. Avant de procéder au montage et au démontage, déplacer les pédales sur le côté de montage et de démontage à la perpendiculaire à la base et arrêter complètement la machine.

Vérifiez la saignée de la surface supérieure des pédales contre l'humidité et la saignée.

Ne pas laisser des consignes d'entretien et de maintenance du vélo pendant l'entretien des pièces pour l'installateur et endommager les composants essentiels du vélo en cas de négligence.

Mettez le vélo hors tension avant de procéder à l'entretien ou à une réparation de ce dernier.

Evitez toujours l'utilisation du vélo conformément aux directives d'entretien.

RIESGO DE LESIONES PERSONALES. NO PERMITA QUE NIÑOS MENORES DE 13 AÑOS USEN LA MÁQUINA.

Deben leer y seguir todas las advertencias y precauciones. En el caso de los equipos de fitness para el consumidor, también se debe consultar el manual del propietario para obtener advertencias e información de seguridad adicionales.

La bicicleta estática para ejercicio sólo debe utilizarse después de una cuidadosa lectura del manual de funcionamiento (bicicleta estática para el consumidor) o bajo la supervisión directa de un instructor capacitado (bicicleta de ejercicio estacionaria profesional).

Los pedales al girar pueden causar lesiones. Esta bicicleta estática no tiene rueda libre y la velocidad del pedal debe reducirse de manera controlada. Manténgase alejado de las piezas móviles en todo momento. El contacto con las piezas móviles puede provocar lesiones graves.

Visite <https://echelonfit.zendesk.com/hc/en-us> para obtener más información. Visite y revise la bicicleta de ejercicio estacionaria sobre una superficie limpia y seca.

Se debe tener cuidado al montar y desmontar la bicicleta de ejercicio estacionaria. Antes de montar o desmontar, mueva el pedal del lado de montaje o desmontaje a la perpendicular con la base y detenga la máquina por completo.

Mantenga la superficie superior del pedal limpia y seca.

La falta de mantenimiento y cuidado de la bicicleta puede provocar lesiones graves al usuario y daños a los componentes críticos de la misma si se descuida.

Desconecte toda la energía antes de reparar o reemplazar los componentes. Realice siempre el mantenimiento de la bicicleta según las directrices de mantenimiento indicadas en el manual del propietario.



IMPORTANT | IMPORTANTE

The left pedal is reverse threaded. Insert carefully and turn left to tighten the pedal into place. Use only your hands and provided tools.

La pédale gauche possède un pas de vis inversé. Insérez-la avec précaution et tournez vers la gauche pour la visser. Utilisez uniquement vos mains et les outils fournis.

El pedal izquierdo tiene rosca inversa. Insértelo con cuidado y gire a la izquierda para apretar el pedal en su lugar. Use solo sus manos y las herramientas provistas.

WARNING | AVERTISSEMENT | ADVERTENCIA

RISK OF PERSONAL INJURY. KEEP CHILDREN UNDER THE AGE OF 13 AWAY FROM MACHINE.

All warnings and instructions must be read and followed. For consumer fitness equipment, notice shall also be given to refer to the owner's manual for additional warnings and safety information.

The stationary exercise bicycle should only be used after a thorough review of the operation manual (consumer stationary exercise bicycles) or under the direct supervision of a trained instructor (institutional stationary exercise bicycles).

Spinning pedals can cause injury. This exercise bicycle does not have a freewheel and pedal speed must be reduced in a controlled manner.

Please keep away from moving parts at all times. Contact with moving parts may result in serious injury.

Visit <https://echelonfit.zendesk.com/hc/en-us> for more information.

Set up and operate stationary exercise bike on a solid level surface.

Care should be taken in mounting and dismounting the stationary exercise bike. Before mounting or dismounting move the pedal on the mounting or dismounting side to its lowest position and bring the machine to a complete stop.

Keep the top surface of the pedal clean and dry.

Failure to maintain and care for the bike could result in serious injury to the user and damage to critical components of the bike if neglected.

Disconnect all power before servicing the equipment (if applicable).

Always service the bike to the maintenance guidelines as stated in the owner's manual.

RISQUE DE BLESSURE CORPORELLE. EMPÊCHEZ L'ACCÈS À L'APPAREIL AUX ENFANTS DE MOINS DE 13 ANS.

Tous les avertissements et les instructions doivent être lus et suivis. Pour les appareils de remise en forme destinés à un usage privé, les utilisateurs doivent être également invités à se reporter au manuel d'utilisation pour les avertissements et les consignes de sécurité supplémentaires.

Le vélo stationnaire ne doit être utilisé qu'après avoir lu attentivement le manuel d'utilisation (vélos d'exercice stationnaires destinés au grand public) ou sous la surveillance directe d'un instructeur formé (vélos d'exercice stationnaires destinés aux professionnels).

Le mouvement des pédales peut comporter un risque de blessure. Ce vélo d'exercice ne possède pas de roue libre et la vitesse des pédales doit être réduite de manière progressive.

Veuillez rester toujours à distance des pièces en mouvement. Tout contact avec des pièces en mouvement comporte un risque de blessure grave.

Allez sur <https://echelonfit.zendesk.com/hc/en-us> pour en savoir plus.

Réglez et utilisez le vélo stationnaire sur une surface stable et plane.

Apportez un soin particulier au montage et au démontage du vélo d'exercice stationnaire. Avant de procéder au montage et au démontage, déplacez la pédale sur le côté de montage et de démontage à sa position la plus basse et arrêtez complètement la machine.

Veuillez à ce que la surface de la partie supérieure des pédales reste propre et sèche.

Le non-respect des consignes d'entretien et de maintenance du vélo peut entraîner des blessures graves pour l'utilisateur et endommager les composants essentiels du vélo en cas de négligence.

Mettez le vélo hors tension avant de procéder à l'entretien ou à une réparation (le cas échéant).

Faites toujours l'entretien du vélo conformément aux directives d'entretien indiquées dans le manuel du propriétaire.

RIESGO DE LESIONES PERSONALES. NO PERMITA QUE NIÑOS MENORES DE 13 AÑOS USEN LA MÁQUINA.

Deben leerse y seguirse todas las advertencias e instrucciones. En el caso de los equipos de fitness para el consumidor, también se debe consultar el manual del propietario para obtener advertencias e información de seguridad adicionales.

La bicicleta estática para ejercicios solo debe utilizarse después de una revisión exhaustiva del manual de funcionamiento (bicicletas estáticas para el consumidor) o bajo la supervisión directa de un instructor capacitado (bicicletas de ejercicios estacionarias institucionales).

Los pedales al girar pueden causar lesiones. Esta bicicleta estática no tiene rueda libre y la velocidad del pedal debe educirse de manera controlada.

Manténgase alejado de las piezas móviles en todo momento. El contacto con las piezas móviles puede provocar lesiones graves.

Visite <https://echelonfit.zendesk.com/hc/en-us> para obtener más información. Instale y opere la bicicleta de ejercicios estacionaria sobre una superficie sólida y nivelada.

Se debe tener cuidado al montar y desmontar de la bicicleta de ejercicio estacionaria. Antes de montar o desmontar, mueva el pedal del lado de montar o desmontar a su posición más baja y detenga la máquina por completo.

Mantenga la superficie superior del pedal limpia y seca.

La falta de mantenimiento y cuidado de la bicicleta podría provocar lesiones graves al usuario y daños a los componentes críticos de la misma si se descuida.

Desconecte toda la energía antes de reparar el equipo (si corresponde).

Realice siempre el mantenimiento de la bicicleta según las directrices de mantenimiento indicadas en el manual del propietario.



SOMMAIRE

▲ CONSIGNES DE SÉCURITÉ IMPORTANTES	37
CARACTÉRISTIQUES DU VÉLO	40
LISTE DES PIÈCES	41
ASSEMBLAGE	42
ACTIVATION DE L'ADHÉSION À ECHELON	46
UTILISATION DU VÉLO ECHELON EX-30-RCX	49
Réglage du guidon et de la selle	49
ENTRETIEN	50
SERVICE À LA CLIENTÈLE	53

CONSIGNES DE SÉCURITÉ IMPORTANTES

Apportez un soin particulier au montage ou au démontage du vélo d'exercice stationnaire. Avant de procéder au montage et au démontage, déplacez la pédale sur le côté de montage et de démontage à sa position la plus basse et arrêtez complètement la machine.

Le fabricant recommande de placer le vélo Echelon® EX-30-RCX dans un endroit où vous avez deux pieds d'espace libre de chaque côté de l'appareil pour monter et démonter en toute sécurité le vélo d'exercice.

Les dimensions minimales sont les suivantes : 19,7 po. (0,5 m) sur au moins un côté, et 19,7 po. (0,5 m) derrière ou devant le vélo d'exercice.

Pour nettoyer le vélo Echelon® EX-30-RCX, utilisez un chiffon doux avec un détergent doux ou de l'eau. N'utilisez pas de liquides chimiques corrosifs qui pourraient endommager le revêtement.

Lors de l'utilisation d'un appareil électrique, il est indispensable d'appliquer les précautions de base, notamment :

Veillez lire toutes les instructions avant d'utiliser l'Echelon® EX-30-RCX.

POUR USAGE DOMESTIQUE UNIQUEMENT.

CONSERVEZ CETTE NOTICE.

DANGER - POUR RÉDUIRE LE RISQUE D'ÉLECTROCUTION :

Débranchez toujours cet appareil de la prise électrique immédiatement après utilisation et avant le nettoyage.

AVERTISSEMENT – POUR RÉDUIRE LE RISQUE DE BRÛLURES, D'INCENDIE, D'ÉLECTROCUTION OU DE BLESSURES :

1. Un appareil électrique ne doit jamais être laissé sans surveillance lorsqu'il est branché. Débranchez-le lorsqu'il n'est pas utilisé et avant de mettre ou de retirer des pièces.
2. Évitez de faire fonctionner l'appareil sous une couverture ou un oreiller. Un échauffement excessif peut se produire et provoquer un incendie ou un choc électrique ou entraîner des blessures.
3. Cet appareil n'est pas destiné à être utilisé par des personnes dont les capacités physiques, sensorielles ou mentales sont réduites ou qui manquent d'expérience et de connaissances, sauf si elles ont été supervisées ou ont reçu des instructions concernant l'utilisation de l'appareil par une personne responsable de leur sécurité. Empêchez l'accès à l'appareil aux enfants de moins de 13 ans.
4. N'utilisez cet appareil que pour l'usage pour lequel il a été conçu et qui est décrit dans ce manuel. N'utilisez pas d'accessoires non recommandés par le fabricant.
5. N'utilisez jamais cet appareil si son câble ou sa fiche est endommagé, s'il ne fonctionne pas correctement, s'il est tombé ou endommagé, ou s'il est tombé dans l'eau. Renvoyez l'appareil à un centre de services à la clientèle pour contrôle et réparation.
6. Ne portez pas cet appareil par son câble d'alimentation ou n'utilisez pas le câble comme poignée.
7. Tenez le câble d'alimentation à l'écart de toute surface chauffante.



CONSIGNES DE SÉCURITÉ IMPORTANTES (SUITE)

8. Ne mettez pas l'appareil en marche si les orifices prévus pour l'arrivée d'air sont obstrués. Veillez à ce que les ouvertures d'aération ne soient pas obstruées par des peluches, des cheveux, etc.
9. Ne jetez ni n'introduisez jamais des objets dans les orifices.
10. N'utilisez pas l'appareil à l'extérieur.
11. N'utilisez pas l'appareil dans des endroits où des produits en aérosol (vaporisateurs) sont utilisés ou dans lesquels de l'oxygène est utilisé.
12. Pour le débrancher, mettez toutes les commandes en position d'arrêt, puis retirez la fiche de la prise.

AVANT de commencer un programme de remise en forme ou de musculation, consultez votre médecin ou un responsable de santé. Cela vous permettra de vous engager dans un programme de force ou de remise en forme adapté à votre âge et à votre condition physique.

Avant d'utiliser l'Echelon® EX-30-RCX, répondez à ces questions :

- Avez-vous été malade récemment?
- Avez-vous eu des étourdissements prolongés récemment?
- Avez-vous été essoufflé sans raison récemment?
- Avez-vous eu des douleurs thoraciques récemment?
- Avez-vous actuellement des blessures qui vous empêchent de faire de l'exercice?
- Êtes-vous enceinte?
- Avez-vous des raisons ou un état physique qui vous empêchent de faire de l'exercice?

- Avez-vous plus de 35 ans et êtes-vous physiquement inactif?
- Un médecin vous a-t-il dit que vous NE devriez PAS faire de l'exercice?

Si vous répondez « oui » à l'une des questions ci-dessus, vous devez demander d'autres conseils à votre médecin avant d'utiliser Echelon® EX-30-RCX.

Lisez attentivement le manuel d'utilisation et suivez toutes les instructions. Cela garantira votre sécurité.

- Utilisez TOUJOURS le vélo Echelon® EX-30-RCX sur un sol ferme et régulier et dans un endroit parfaitement éclairé et aéré.
- Veillez à ce que la selle, le guidon et les pédales soient TOUJOURS bien fixés avant l'utilisation.
- Ne laissez JAMAIS les enfants jouer sur le vélo ou autour. pour éviter qu'ils ne soient blessés par des pièces en mouvement.
- Réglez TOUJOURS le vélo à votre morphologie. L'Echelon® EX-30-RCX offre des réglages haut / bas et avant / arrière qui sont clairement marqués pour assurer une personnalisation rapide et facile de chaque séance d'entraînement.
- Vérifiez TOUJOURS le vélo avant de l'utiliser.
- N'utilisez JAMAIS le vélo s'il n'est pas assemblé correctement ou complètement ou s'il est endommagé de quelque manière que ce soit.
- Ne dépassez JAMAIS la limite de poids du vélo. La limite de poids pour ce vélo est de 300 livres. N'utilisez pas le vélo Echelon® EX-30-RCX si votre poids dépasse 300 livres.

- N'utilisez JAMAIS l'Echelon® EX-30-RCX lorsque vous êtes malade ou fatigué.
- Portez TOUJOURS des vêtements et des chaussures appropriés qui couvrent complètement vos pieds. Si vous avez des cheveux longs, ils doivent être attachés. Veillez à ce que les lacets soient bien rentrés dans vos chaussures.
- Veillez TOUJOURS à vous échauffer avant de commencer l'exercice.
- Faites TOUJOURS attention en montant sur l'Echelon® EX-30-RCX et pour en descendre.
- Attendez TOUJOURS que les pédales soient complètement arrêtées avant de retirer vos pieds des pédales ou de descendre. Ne vous tenez pas debout ni ne montez pas sur le guidon.
- Gardez TOUJOURS les mains éloignées des pièces mobiles et veillez toujours à les laisser sur les poignées en caoutchouc du guidon.
- Ne vous surmenez JAMAIS et ne travaillez jamais jusqu'à l'épuisement. Si vous vous sentez faible, étourdi, essoufflé ou si vous avez des douleurs à la poitrine, ARRÊTEZ IMMÉDIATEMENT! Consultez votre médecin avant d'utiliser à nouveau l'Echelon® EX-30-RCX.
- Vérifiez TOUJOURS que vous avez une bouteille d'eau d'une contenance de 12 oz. et une serviette à portée de main pour nettoyer la sueur libérée par votre corps et les barres d'appui.
- N'utilisez JAMAIS l'Echelon® EX-30-RCX en position debout lorsqu'il est à des vitesses de rotation par minute (RPM).

- Gardez TOUJOURS votre bassin positionné au-dessus de la ligne centrale de l'Echelon® EX-30-RCX.
- NE réglez JAMAIS la résistance du volant ou la position des guidons lorsque vous êtes debout.
- N'utilisez JAMAIS d'accessoires qui n'ont pas été recommandés par le fabricant. L'utilisation de tels accessoires peut causer des blessures ou des dommages au vélo et affectera sa garantie.
- Par mesure d'hygiène, vérifiez TOUJOURS que l'Echelon® EX-30-RCX est essuyé après chaque utilisation.
- Le nettoyage et l'entretien ne doivent pas être effectués par des enfants sans surveillance.

En cas de problèmes altérant les performances du vélo Echelon® EX-30-RCX, veuillez contacter immédiatement le fabricant. Veillez toujours à ce que les pièces usées soient contrôlées régulièrement.

Ces informations de sécurité et ce manuel d'utilisation ne remplacent pas la nécessité d'être alerte et d'utiliser le vélo Echelon® EX-30-RCX en toute intelligence!



CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES DU VÉLO





1. Molette de réglage de la hauteur du guidon
2. Tube du guidon
3. Molette de réglage de la résistance
4. Manivelles
5. Molette de réglage de la hauteur de la selle
6. Support de pied avant
7. Support de pied arrière
8. Cale de roue (non visible)
9. Guidon
10. Pied avant
11. Pied arrière
12. Tige de la selle
13. Console
14. Siège/selle
15. Tige du guidon
16. Pédales
17. Support pour haltères
18. Support pour la gourde
19. Support arrière du guidon
20. Levier de réglage du guidon
21. Piles AA (2)
22. Boulons hexagonaux pour les pieds (4)
23. Boulons de fixation de la console (2)
24. Rondelles de fixation de la console (2)
25. Vis de fixation du support pour haltères (2)
26. Vis de fixation du support pour la gourde (2)
27. Languette d'insertion
28. Clé hexagonale avec une tête de tournevis cruciforme
29. Clé à double face

ASSEMBLAGE

Assemblage du cadre

- a. Placez le vélo sur le côté et retirez les boulons de la cale de roue avec une clé hexagonale et mettez-les de côté.
- b. À l'aide de votre clé à molette ou de vos doigts, sortez la cale de roue et mettez-la de côté.
- c. Placez le pied avant avec des roues orientées vers l'avant sous le support avant. Introduisez les boulons de fixation des pieds, en évitant de trop serrer.
- d. Placez le pied arrière sous le support arrière.
- e. Insérez les boulons de pied sur le pied arrière et serrez-les à l'aide d'une clé hexagonale.
- f. Serrez les boulons du pied avant à l'aide de la clé hexagonale.

ÉTAPE

1

ÉTAPE

2

Montage de la selle

- a. Insérez le tige de selle dans le cadre prévu à cet effet tout tirant sur la molette de réglage de la tige de selle.
- b. Relâchez la molette et serrez pour fixer la tige de selle.
- c. Placez la selle sur la tige et serrez les écrous de chaque côté avec une clé à double face pour la fixer.



1-a



1-c



1-d



2-a



2-b



2-c



2-d





3-a



3-b

Assemblage de la tige du guidon

- Dévissez la molette de réglage de la hauteur du guidon, mais ne l'enlevez pas. Tirez sur la molette et introduisez complètement la tige du guidon à l'intérieur du cadre. Relâchez la molette et serrez pour fixer la tige.
- Branchez le fil enroulé provenant du vélo au fil provenant de la tige du guidon.

ÉTAPE
3



4-a



4-b



4-c

Assemblage de la console

- Retirez le couvercle du bloc-piles à l'arrière de la console et installez 2 piles AA. Remettez le couvercle en place pour fixer les piles.
- Reliez le fil de la tige du guidon au fil de la console.
- Insérez le tube de la console dans le tube du guidon et fixez-le à l'aide de deux boulons de fixation de la console et de deux rondelles de fixation.

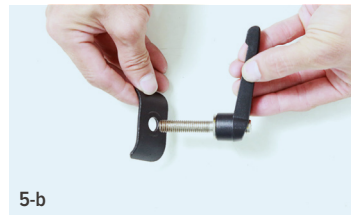
ÉTAPE
4



ASSEMBLAGE (suite)

Assemblage du guidon

- a. Placez le guidon sur le tube prévu pour l'accueillir et fixez avec un support inférieur et le levier de réglage du guidon.



ÉTAPE
5

Assemblage des pédales

- a. Installez la pédale gauche à l'aide de la clé à double face, en tournant dans le sens inverse des aiguilles d'une montre jusqu'à ce que la pédale soit parfaitement fixée à la manivelle.
- b. Installez la pédale droite à l'aide de la clé à double face, en tournant dans le sens des aiguilles jusqu'à ce que la pédale soit parfaitement fixée à la manivelle.

REMARQUE : Les filetages sont inversés sur la pédale GAUCHE.





7-a



7-b

Assemblage des accessoires

- a. Installez le porte-gourde sur le tube du cadre principal et fixez-le avec deux vis de fixation prévues à cet effet.
- b. Installez le support pour haltères sous la tige de selle avec deux vis de fixation prévues pour le support.

ÉTAPE
7



8-a

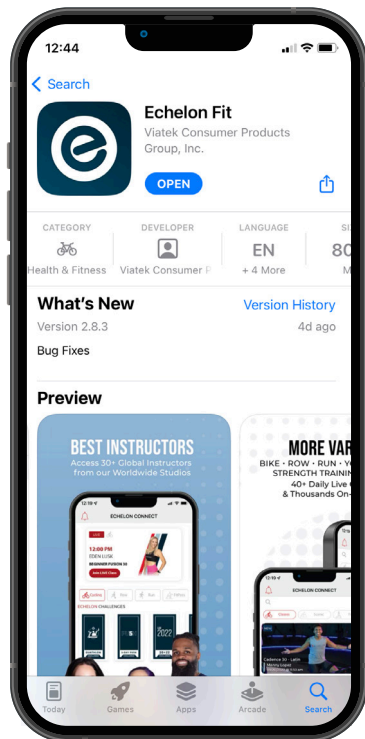
Enlevez la languette d'insertion

- a. Tirez sur la languette d'insertion jaune pour l'enlever tout en tournant la molette de réglage de la résistance.

ÉTAPE
8



ACTIVATION DE L'ABONNEMENT À ECHELON



Télécharger l'application Echelon Fit

Vérifiez que la dernière version de l'application Echelon Fit® est installée depuis le Google Play™ Store ou l'App™ Store.

Instructions de fonctionnement

Connectez-vous à l'application Echelon Fit® pour accéder à des tutoriels et des instructions d'utilisation.





L'abonnement
doit être activé
pour débloquer le
vélo EX-30-RCX

Activez l'abonnement Echelon Premier pour vous connecter aux cours

Pour en savoir plus sur l'abonnement, consultez la page echelonfit.com/abonnement.

- Scannez le code QR ci-dessous ou consultez la page member.echelonfit.com.
- Suivez les instructions pour terminer votre inscription.



1. CHOISIR « S'INSCRIRE MAINTENANT »

2. CHOISIR LE LIEU DE L'ACHAT

Sélectionnez le lieu d'achat et suivez les instructions qui s'affichent à l'écran.

3. CHOISIR UN FORFAIT

MENSUEL / 1 AN / 2 ANS

4. DÉFINIR UN MODE DE PAIEMENT

5. SAISIR LES INFORMATIONS RELATIVES AU COMPTE PERSONNEL

6. CONSULTER VOTRE COMPTE

Modifiez vos informations de facturation, ajoutez des membres de votre famille, gérer les abonnements et (si vous utilisez votre appareil mobile) téléchargez l'application et ouvrez une session.

ACTIVATION DE COMPTE

Si ce produit a été acheté sur le site echelonfit.com, vous avez dû recevoir un courriel d'activation. Cliquez sur le lien dans le courriel d'activation et suivez les instructions sur l'écran. Entrez vos informations pour vérifier les informations de paiement. **Votre carte ne sera pas chargée avant le mois prochain.**

CRÉATION DE COMPTE

Toutes les informations relatives au compte et les forfaits sont gérés sur member.echelonfit.com et utilisent le même identifiant. Après avoir créé votre compte sur la page member.echelonfit.com, notez vos données de connexion. Ce seront les mêmes pour l'application.



FONCTIONNEMENT DE LA CONSOLE

PLAGE DE DONNÉES

TEMPS : 0:00~99.59

VITESSE : 0.0~99.99

DISTANCE : 0.00~99.99

CAL : 0~9999

Niveau de résistance : L1~L32

Unité : M (mi/h) / K (km/h)

DÉFINITION DES INFORMATIONS AFFICHÉES

Time: Duration of exercise

Speed: Current cycling speed

Distance: Accumulated distance during current session

Calories: Calories burned during current session

Resistance Level: Current chosen level of resistance

START:

Commencez à pédaler pour activer la console et démarrez la session.

PAUSE:

La console se mettra en veille après 4 secondes d'inactivité. Pédalez à nouveau pour réactiver la console.

STOP:

- La console s'éteindra après 4 minutes d'inactivité. Toutes les métriques de la session seront remises à niveau.
- La console peut être réinitialisée manuellement en appuyant sur la touche MODE pendant 4 secondes jusqu'à ce que la console redémarre.

MODE:

- Appuyez sur ce bouton Mode pour choisir la métrique. Les options de métrique alterneront entre Scan, Temps, Vitesse, Distance et Calories.
- Le mode Scan fera défiler automatiquement toutes les métriques pendant la session.

RÉGLAGE DU NIVEAU :

- Tournez la molette de résistance pour modifier le niveau de résistance du vélo.
- Le niveau de résistance s'affichera sur la console lorsque la molette est tournée.

BLUETOOTH:

- Activez la connexion Bluetooth avec l'application Echelon Fit. Une fois connecté, l'écran de la console du vélo sera vierge et toutes les données apparaîtront dans l'application.
- Si le vélo n'est pas connecté au Bluetooth, la console affichera les données.



UTILISATION DU VÉLO ECHELON EX-30-RCX

Réglage du guidon et de la selle

Avant d'utiliser votre vélo EX-30-RCX, réglez le niveau de la selle et du guidon pour vous assurer une bonne assise.

1. Réglage de la hauteur de la selle

- Tournez le bouton de réglage de la glissière pour selle dans le sens antihoraire pour le desserrer. Déplacez la selle le long du rail à la position désirée. Tournez la molette de réglage du chariot de la selle dans le sens horaire pour le serrer et fixer sur place. La distance entre l'avant de la selle et la base arrière du guidon doit être la même que celle qui sépare votre coude et le bout de vos doigts. Une fois la hauteur du guidon réglée, vous devez régler la selle au même niveau que votre hanche.
- Tournez la molette de réglage de la hauteur de la selle dans le sens antihoraire jusqu'à ce que vous puissiez sortir le levier à moitié. Tirez et maintenez la molette de réglage de la hauteur de la selle et soulevez la selle dans la position désirée. Assurez-vous que la molette s'engage dans l'un des trous de réglage. Tournez la molette de réglage de la hauteur de la selle dans le sens horaire pour fixer la selle.

2. Réglage de la hauteur du guidon

- Tournez le bouton de réglage du guidon dans le sens antihoraire jusqu'à ce que vous puissiez sortir la molette à moitié. Tirez et maintenez la molette de réglage du guidon et soulevez ou abaissez la selle dans la position désirée. Assurez-vous que la molette s'engage dans l'un des trous de réglage. Tournez la molette de réglage du guidon dans le sens horaire pour le fixer.

3. Stabilisation du vélo

- Pour stabiliser le vélo, réglez les cales sur les pieds avant et arrière jusqu'à ce qu'il soit stable (dans le sens antihoraire pour relever le vélo et dans le sens horaire pour l'abaisser).



ENTRETIEN

Tous les jours

1. Vérifiez le serrage des pédales avant chaque sortie. Si un resserrage s'avère nécessaire, suivez les instructions décrites à la page 16. Cela garantit votre sécurité, la qualité de votre expérience et la durée de vie générale de votre vélo. En cas de problèmes, cessez immédiatement d'utiliser le vélo et communiquez avec le service clientèle (833-937-2453).
2. Nettoyez toutes les zones très utilisées ou exposées avec un nettoyant non acide (pas d'ammoniaque, d'alcool ou de chlore). Ne vaporisez AUCUNE solution nettoyante directement sur le vélo. Cela pourrait endommager tous les composants électriques et les ports du vélo. Relevez les tiges de la selle et du guidon au niveau maximum pour nettoyer toute trace d'humidité après une séance d'entraînement.
3. Soyez attentif à tout bruit pouvant indiquer un problème potentiel. En cas de bruit anormal, veuillez appeler le service clientèle (833-937-2453).



Il est important de s'assurer que les pédales sont correctement fixées et veillez à les resserrer régulièrement.



Chaque semaine

1. Vérifiez que tout le matériel assemblé et pré-assemblé est bien fixé, sinon veillez à bien resserrer. Cela comprend sans toutefois s'y limiter :
 - a. Tous les boutons et les leviers de réglage de la hauteur et de la distance
 - b. Les boulons de fixation du guidon
 - c. Les boulons prévus pour le support pour tablette
 - d. Le boulon de charnière pour le support de la tablette
 - e. Les vis fixant la selle à la tige de selle
 - f. Les vis et la sangle en nylon qui fixent le cale-pied à la pédale
2. Passez l'aspirateur et essuyez toutes les zones autour et sur le vélo qui ne sont normalement pas nettoyées lors de vos procédures de nettoyage quotidiennes.
3. Vérifiez le système de nivellement des pieds pour vous assurer du niveau d'assise du sol de votre vélo (réglez les quatre pieds en caoutchouc en conséquence).
4. Vérifiez le fonctionnement du frein d'urgence
 - a. Pédalez à une allure faible à modérée
 - b. Poussez la molette de résistance / le frein d'urgence vers le volant

Chaque mois

1. Vérifiez le niveau d'usure de la selle et du guidon. Si vous avez besoin de pièces neuves, veuillez appeler le service clientèle (833-937-2453).
2. Vérifiez l'état de la courroie de transmission tous les 5 à 6 mois en retirant SOIGNEUSEMENT les vis du capot du cadre latéral droit. À l'aide d'une lampe de poche inspectez la courroie de haut en bas tout en pédalant d'une main.
3. Vérifiez l'usure des sangles de pied en nylon sur les cages d'orteils.

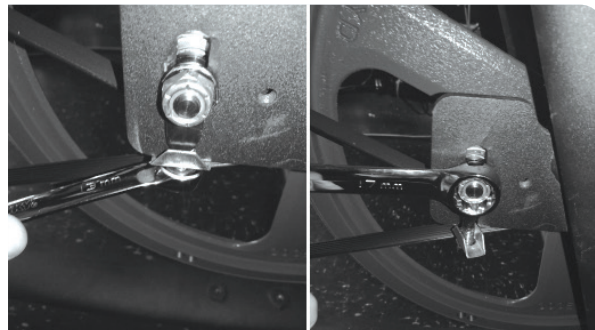


1-e

ENTRETIEN

Selon les besoins

1. Vérifiez régulièrement le niveau d'usure des plaquettes de frein en actionnant le frein d'urgence plusieurs fois pendant un sprint contrôlé.
2. Réglez la courroie de manière à prévenir tout glissement :
 - a. Démontez la pédale droite.
 - b. Retirez toutes les vis du cache en plastique qui couvre la manivelle et décollez l'autocollant d'avertissement.
 - c. Utilisez un long tournevis cruciforme* pour dévisser la bague intérieure en plastique en poussant contre les clés en plastique de verrouillage internes qui la maintiennent en place autour de la manivelle.
 - d. Retirez le couvercle en plastique pour faire sortir l'écrou de serrage de la courroie et utilisez une clé à cliquet de 3/8"* avec une extension de 6" et une douille de 13 mm* pour serrer l'écrou.



Une fois par an

1. Vérifiez les boutons et les leviers de réglage de la hauteur et de la distance. S'ils sont usés et que vous ne parvenez pas à les serrer, communiquez avec le service clientèle (833-937-2453) pour les remplacer.

Questions ou doutes

Nos membres sont notre priorité! Si vous avez des questions ou des doutes, veuillez contacter notre service clientèle.

☎ (833) 937-2453

✉ cs@echelonfit.com

Envoyer une demande :



Informations de garantie

Votre vélo Echelon® EX-30-RCX est livré avec une garantie d'un (1) an sur les pièces et la main-d'œuvre. En cas de besoin, il vous suffit de présenter une preuve d'achat et notre équipe du service à la clientèle se fera un plaisir de vous aider. Des garanties prolongées supplémentaires de 1 ou 2 ans sont disponibles auprès du service à la clientèle.



This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page. There is no handwriting or other markings on the paper.



This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page. There is a small dark smudge or mark near the top left corner. The paper appears to be part of a notebook or a document template.



MODÈLE : ECH-EX-30-RCX
ECHELON FITNESS MULTIMEDIA, LLC
605 CHESTNUT STREET, SUITE 700
CHATTANOOGA, TN 37450
ECHELONFIT.COM



LIRE LES INSTRUCTIONS
AVANT UTILISATION

FABRIQUÉ
EN CHINE



BREVET EN
INSTANCE

REV: 08152024



echelon®

EX-30-RCX

MANUAL DE INSTRUCCIONES





Lou Lentine
CEO
Echelon Fitness
Multimedia, LLC



Hola,

Soy Lou Lentine, director ejecutivo de Echelon, y me gustaría darte la bienvenida a la comunidad de Echelon. Ha tomado una gran decisión para usted y su familia. La Experiencia Echelon es una combinación innovadora de productos de fitness integrados con nuestra aplicación Echelon Fit® de última generación. Este nuevo estilo de vida fitness conecta a su familia, amigos, la comunidad de Echelon y los instructores de Echelon para ayudarlo con sus objetivos de fitness. Con miles de clases en vivo y a pedido, sin importar su horario o experiencia, siempre hay una clase nueva y emocionante a la que puede unirse.

Celebramos la decisión de unirse a nuestra familia Echelon en la búsqueda de un estilo de vida más saludable. Estamos comprometidos a continuar diseñando productos de fitness de primera clase e innovadores para mejorar la calidad de vida mediante experiencias de entrenamiento que permiten la accesibilidad y la sostenibilidad de un estilo de vida activo.

¡Le agradecemos nuevamente por elegir Echelon y esperamos verlo en la próxima clase en vivo!

Un cordial saludo,

A stylized, handwritten signature in white ink, appearing to read 'Lou Lentine'.

Lou Lentine
CEO, Echelon Fitness Multimedia, LLC

DECLARACIÓN DE LA COMISIÓN FEDERAL DE COMUNICACIONES (FCC, POR SU SIGLA EN INGLÉS)

15.21

Se le advierte que los cambios o las modificaciones no aprobados expresamente por la parte responsable del cumplimiento podrían anular la autoridad del usuario para utilizar la máquina.

15.105(B)

Esta máquina ha sido probada y cumple con los límites de un dispositivo digital de Clase B de acuerdo con la sección 15 de las normas de la FCC. Estos límites están diseñados para proporcionar una protección razonable contra interferencias dañinas en una instalación residencial. Esta máquina genera, utiliza y puede irradiar energía de radiofrecuencia y, si no se instala y utiliza de acuerdo con las instrucciones, puede causar interferencias dañinas en las comunicaciones por radio. Sin embargo, no se puede garantizar que no se produzcan interferencias en una instalación en particular. Si esta máquina causa interferencia dañina en la recepción de radio o televisión, lo que se puede determinar encendiendo y apagando la máquina, se recomienda al usuario que intente eliminar la interferencia a través de una o más de las siguientes medidas:

- Reorientar o reubicar la antena de recepción.
- Aumentar la separación entre el equipo y el receptor.
- Conectar el equipo a una toma de corriente en un circuito diferente al que está conectado el receptor.
- Consultar con el distribuidor o con un técnico de radio y televisión con experiencia.

DECLARACIÓN DE LA FCC SOBRE LA EXPOSICIÓN A LA RADIACIÓN DE RADIOFRECUENCIA:

1. Este transmisor no debe colocarse ni operarse en conjunto con ninguna otra antena o transmisor.
2. Esta máquina cumple con los límites de exposición a la radiación de radiofrecuencia establecidos para un entorno no controlado. Este equipo debe instalarse y operarse con una distancia mínima de 20 cm entre el radiador y su cuerpo.

ESTE DISPOSITIVO CUMPLE CON LA SECCIÓN 15 DE LAS NORMAS DE LA FCC. LA OPERACIÓN ESTÁ SUJETA A LAS SIGUIENTES DOS CONDICIONES:

1. Este dispositivo no debería causar interferencias dañinas y
2. Este dispositivo debe aceptar cualquier interferencia recibida, incluidas las interferencias que puedan causar una operación no deseada.

INNOVACIÓN, CIENCIA Y DESARROLLO ECONÓMICO DE CANADÁ (ISED) INNOVATION, SCIENCE ET DÉVELOPPEMENT ÉCONOMIQUE CANADA (ISED)

ESTE APARATO DIGITAL DE CLASE B CUMPLE CON EL ICES-003 CANADIENSE.

CET APPAREIL NUMÉRIQUE DE CLASSE B EST CONFORME À LA NORME NMB-003.

AVISO DE CANADÁ

Este dispositivo cumple con los estándares de la especificación de normas de radio (RSS, por su sigla en inglés) exentos de licencia de ISED. La operación está sujeta a las siguientes dos condiciones:

1. Este dispositivo no debería causar interferencias y
2. Este dispositivo debe aceptar cualquier interferencia, incluidas las que puedan causar

AVIS CANADIEN

Le présent appareil est conforme aux CNR d'ISED applicables aux appareils radio exempts de licence. L'exploitation est autorisée aux deux conditions suivantes:

1. L'appareil ne doit pas produire de brouillage, et
2. L'utilisateur de l'appareil doit accepter tout brouillage radioélectrique subi, même si le brouillage est susceptible d'en compromettre le fonctionnement.

PRECAUCIÓN: EXPOSICIÓN A LA RADIACIÓN DE RADIOFRECUENCIA

1. Para cumplir con los requisitos de cumplimiento de exposición a la radiofrecuencia de Canadá, este dispositivo y la antena no deben ubicarse ni operarse en conjunto con ninguna otra antena o transmisor.
2. Para cumplir con los requisitos de cumplimiento de exposición a la radiofrecuencia de RSS 102, se debe mantener una distancia de separación de al menos 20 cm entre la antena del dispositivo y las personas.

ATTENTION: EXPOSITION AU RAYONNEMENT RADIOFRÉQUENCE

1. Pour se conformer aux exigences de conformité RF canadienne l'exposition, cet appareil et son antenne ne doivent pas être co-localisés ou fonctionnant en conjonction avec une autre antenne ou transmetteur.
2. Pour se conformer aux exigences de conformité CNR 102 RF exposition, une distance de séparation d'au moins 20 cm doit être maintenue entre l'antenne de cet appareil et toutes les personnes.



ETIQUETAS DE ADVERTENCIA



IMPORTANT | IMPORTANTE

The left pedal is reverse threaded. Insert carefully and turn left to tighten the pedal into place. Use only your hands and provided tools.

La pédale gauche possède un pas de vis inversé. Insérez-la avec précaution et tournez vers la gauche pour la visser. Utilisez uniquement vos mains et les outils fournis.

El pedal izquierdo tiene rosca inversa. Insértelo con cuidado y gire a la izquierda para apretar el pedal en su lugar. Use sólo sus manos y las herramientas provistas.

WARNING | AVERTISSEMENT | ADVERTENCIA

RISK OF PERSONAL INJURY. KEEP CHILDREN UNDER THE AGE OF 13 AWAY FROM MACHINE.

All warnings and instructions must be read and followed. For consumer fitness equipment, notice shall also be given to refer to the owner's manual for additional warnings and safety information.

The stationary exercise bicycle should only be used after a thorough review of the operation manual (portable stationary exercise bicycle) or under the direct supervision of a trained instructor (professional stationary exercise bicycle).

Spinning pedals can cause injury. This exercise bicycle does not have a freewheel and pedal speed must be reduced in a controlled manner. Please keep away from moving parts at all times. Contact with moving parts may result in serious injury.

Visit <https://echelonfit.zendesk.com/hc/en-us> for more information.

Set up and operate stationary exercise bike on a solid level surface.

Care should be taken in mounting and dismounting the stationary exercise bike. Before mounting or dismounting move the pedals so the mounting is conforming with the bike's position and bring the machine to a complete stop.

Keep the top surface of the pedal clean and dry.

Failure to maintain and care for the bike could result in serious injury to the user and damage to critical components of the bike if neglected.

Discontinue all power before servicing the equipment (if applicable).

Always service the bike to the maintenance guidelines as stated in the owner's manual.

RISQUE DE BLESSURE CORPORELLE. EMPECHER L'ACCES À L'APPAREIL AUX ENFANTS DE MOINS DE 13 ANS.

Tous les avertissements et les instructions doivent être lus et suivis. Pour les appareils de remise en forme destinés à un usage privé, les utilisateurs doivent être également tenus de se reporter au manuel d'instruction pour les avertissements et les consignes de sécurité supplémentaires.

Le vélo stationnaire ne doit être utilisé qu'après avoir lu soigneusement le manuel d'utilisation (vélo d'exercice stationnaire destiné à un grand public) ou sous la supervision directe d'un instructeur formé (vélo d'exercice stationnaire destiné aux professionnels).

Le mouvement des pédales peut causer des blessures. Ce vélo d'exercice ne possède pas de roue libre et la vitesse des pédales doit être réduite de manière contrôlée.

Veuillez rester toujours à distance des pièces en mouvement, tout contact avec des pièces en mouvement comporte un risque de blessure grave.

Allez sur <https://echelonfit.zendesk.com/hc/en-us> pour en savoir plus.

Nettoyer et utiliser le vélo stationnaire sur une surface stable et plane.

Apporter un soin particulier au montage et au démontage du vélo d'exercice stationnaire. Avant de procéder au montage et au démontage, déplacer les pédales sur le côté de montage et de démontage à la position la plus basse et arrêter complètement le machine.

Veuillez à ce que la surface de la partie supérieure des pédales reste propre et sèche.

Le non respect des consignes d'entretien et de maintenance du vélo peut entraîner des blessures graves pour l'utilisateur et endommager les composants essentiels de vélo en cas de négligence.

Mettez le vélo hors tension avant de procéder à l'entretien ou à une réparation de ce dernier.

Evitez toujours l'entretien de vélo stationnaire sans directives d'entretien.

RIESGO DE LESIONES PERSONALES. NO PERMITA QUE NIÑOS MENORES DE 13 AÑOS USEN LA MÁQUINA.

Deben leerse y seguirse todas las advertencias y precauciones. En el caso de los equipos de fitness para el consumidor, también se debe consultar el manual del propietario para obtener advertencias e información de seguridad adicionales.

La bicicleta estática para ejercicio sólo debe utilizarse después de una cuidadosa lectura del manual de funcionamiento (bicicleta estática para el consumidor) o bajo la supervisión directa de un instructor capacitado (bicicleta de ejercicio estacionaria profesional).

Los pedales al girar pueden causar lesiones. Esta bicicleta estática no tiene rueda libre y la velocidad del pedal debe reducirse de manera controlada. Manténgase alejado de las piezas móviles en todo momento. El contacto con las piezas móviles puede provocar lesiones graves.

Visite <https://echelonfit.zendesk.com/hc/en-us> para obtener más información. Visite y revise la bicicleta de ejercicio estacionaria sobre una superficie limpia y seca.

Se debe tener cuidado al montar y desmontar la bicicleta de ejercicio estacionaria. Antes de montar o desmontar, mueva el pedal del lado de montaje o desmontaje a la posición más baja y detenga la máquina por completo.

Mantenga la superficie superior del pedal limpia y seca.

La falta de mantenimiento y cuidado de la bicicleta puede provocar lesiones graves al usuario y dañar a los componentes críticos de la misma si se descuida.

Descontinúe toda la energía antes de reparar o reemplazar los componentes.

Realice siempre el mantenimiento de la bicicleta según las directrices de mantenimiento indicadas en el manual del propietario.



IMPORTANT | IMPORTANTE

The left pedal is reverse threaded. Insert carefully and turn left to tighten the pedal into place. Use only your hands and provided tools.

La pédale gauche possède un pas de vis inversé. Insérez-la avec précaution et tournez vers la gauche pour la visser. Utilisez uniquement vos mains et les outils fournis.

El pedal izquierdo tiene rosca inversa. Insértelo con cuidado y gire a la izquierda para apretar el pedal en su lugar. Use solo sus manos y las herramientas provistas.

WARNING | AVERTISSEMENT | ADVERTENCIA

RISK OF PERSONAL INJURY. KEEP CHILDREN UNDER THE AGE OF 13 AWAY FROM MACHINE.

All warnings and instructions must be read and followed. For consumer fitness equipment, notice shall also be given to refer to the owner's manual for additional warnings and safety information.

The stationary exercise bicycle should only be used after a thorough review of the operation manual (consumer stationary exercise bicycles) or under the direct supervision of a trained instructor (institutional stationary exercise bicycles).

Spinning pedals can cause injury. This exercise bicycle does not have a freewheel and pedal speed must be reduced in a controlled manner.

Please keep away from moving parts at all times. Contact with moving parts may result in serious injury.

Visit <https://echelonfit.zendesk.com/hc/en-us> for more information.

Set up and operate stationary exercise bike on a solid level surface.

Care should be taken in mounting and dismounting the stationary exercise bike. Before mounting or dismounting move the pedal on the mounting or dismounting side to its lowest position and bring the machine to a complete stop.

Keep the top surface of the pedal clean and dry.

Failure to maintain and care for the bike could result in serious injury to the user and damage to critical components of the bike if neglected.

Disconnect all power before servicing the equipment (if applicable).

Always service the bike to the maintenance guidelines as stated in the owner's manual.

RISQUE DE BLESSURE CORPORELLE. EMPÊCHEZ L'ACCÈS À L'APPAREIL AUX ENFANTS DE MOINS DE 13 ANS.

Tous les avertissements et les instructions doivent être lus et suivis. Pour les appareils de remise en forme destinés à un usage privé, les utilisateurs doivent être également invités à se reporter au manuel d'utilisation pour les avertissements et les consignes de sécurité supplémentaires.

Le vélo stationnaire ne doit être utilisé qu'après avoir lu attentivement le manuel d'utilisation (vélos d'exercice stationnaires destinés au grand public) ou sous la surveillance directe d'un instructeur formé (vélos d'exercice stationnaires destinés aux professionnels).

Le mouvement des pédales peut comporter un risque de blessure. Ce vélo d'exercice ne possède pas de roue libre et la vitesse des pédales doit être réduite de manière progressive.

Veuillez rester toujours à distance des pièces en mouvement. Tout contact avec des pièces en mouvement comporte un risque de blessure grave.

Allez sur <https://echelonfit.zendesk.com/hc/en-us> pour en savoir plus.

Régalez et utilisez le vélo stationnaire sur une surface stable et plane.

Apportez un soin particulier au montage et au démontage du vélo d'exercice stationnaire. Avant de procéder au montage et au démontage, déplacez la pédale sur le côté de montage et de démontage à sa position la plus basse et arrêtez complètement la machine.

Veuillez à ce que la surface de la partie supérieure des pédales reste propre et sèche.

Le non-respect des consignes d'entretien et de maintenance du vélo peut entraîner des blessures graves pour l'utilisateur et endommager les composants essentiels du vélo en cas de négligence.

Mettez le vélo hors tension avant de procéder à l'entretien ou à une réparation (le cas échéant).

Faites toujours l'entretien du vélo conformément aux directives d'entretien indiquées dans le manuel du propriétaire.

RIESGO DE LESIONES PERSONALES. NO PERMITA QUE NIÑOS MENORES DE 13 AÑOS USEN LA MÁQUINA.

Deben leerse y seguirse todas las advertencias e instrucciones. En el caso de los equipos de fitness para el consumidor, también se debe consultar el manual del propietario para obtener advertencias e información de seguridad adicionales.

La bicicleta estática para ejercicios solo debe utilizarse después de una revisión exhaustiva del manual de funcionamiento (bicicletas estáticas para el consumidor) o bajo la supervisión directa de un instructor capacitado (bicicletas de ejercicios estacionarias institucionales).

Los pedales al girar pueden causar lesiones. Esta bicicleta estática no tiene rueda libre y la velocidad del pedal debe educirse de manera controlada.

Manténgase alejado de las piezas móviles en todo momento. El contacto con las piezas móviles puede provocar lesiones graves.

Visite <https://echelonfit.zendesk.com/hc/en-us> para obtener más información. Instale y opere la bicicleta de ejercicios estacionaria sobre una superficie sólida y nivelada.

Se debe tener cuidado al montar y desmontar de la bicicleta de ejercicio estacionaria. Antes de montar o desmontar, mueva el pedal del lado de montar o desmontar a su posición más baja y detenga la máquina por completo.

Mantenga la superficie superior del pedal limpia y seca.

La falta de mantenimiento y cuidado de la bicicleta podría provocar lesiones graves al usuario y daños a los componentes críticos de la misma si se descuida.

Desconecte toda la energía antes de reparar el equipo (si corresponde).

Realice siempre el mantenimiento de la bicicleta según las directrices de mantenimiento indicadas en el manual del propietario.



CONTENIDO

▲ INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD IMPORTANTES	65
ESPECIFICACIONES DE LA BICICLETA.	68
LISTA DE PIEZAS	69
MONTAJE	70
ACTIVACIÓN DE MEMBRESÍA ECHELON	74
USO DE LA BICICLETA ECHELON EX-30-RCX	77
Ajuste del sillín y del manillar	77
CUIDADO Y MANTENIMIENTO	78
ATENCIÓN AL CLIENTE	81

INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD IMPORTANTES

Se debe tener cuidado al subirse o bajarse de la bicicleta de ejercicios estacionaria. Antes de montar o desmontar, mueva el pedal del lado de montar o desmontar a su posición más baja y detenga la máquina por completo.

El fabricante recomienda colocar la bicicleta Echelon® EX-30-RCX en un espacio donde tenga dos pies (60 cm) de espacio libre en todos los lados de la bicicleta para montar y desmontar la bicicleta estática de forma segura.

Las dimensiones mínimas son las siguientes: 0,5 m (19,7 pg.) en al menos un lado y 0,5 m (19,7 pg.) detrás o delante de la BICICLETA estática.

Al limpiar su bicicleta Echelon® EX-30-RCX, utilice un trapo suave con un detergente suave o agua para asear la máquina. No use líquidos químicos corrosivos que puedan dañar la cubierta.

Cuando se utiliza un dispositivo eléctrico, siempre se deben seguir precauciones básicas, que incluyen las siguientes:

**Lea todas las instrucciones antes de usar la bicicleta
ECHELON® EX-30-RCX.**

SOLO PARA USO DOMÉSTICO.

GUARDE ESTAS INSTRUCCIONES.

**PELIGRO: PARA REDUCIR EL RIESGO DE DESCARGA
ELÉCTRICA:**

Desenchufe siempre este aparato del tomacorriente inmediatamente después de usarlo y antes de limpiarlo.

ADVERTENCIA: PARA REDUCIR EL RIESGO DE QUEMADURAS, FUEGO, DESCARGAS ELÉCTRICAS O LESIONES A LAS PERSONAS:

1. Ninguna máquina debe dejarse desatendida cuando está enchufada. Desenchufe el cable de alimentación del tomacorriente cuando no esté en uso.
2. No utilice debajo de una manta o almohada. Se puede producir un calentamiento excesivo y provocar incendios, descargas eléctricas o lesiones a las personas.
3. Esta máquina no está diseñada para que la utilicen personas con capacidades físicas, sensoriales o mentales reducidas, o con falta de experiencia y conocimiento, a menos que hayan recibido supervisión o instrucciones sobre el uso de la máquina por parte de una persona responsable de su seguridad. **Mantenga a los niños menores de 13 años alejados de esta máquina.**
4. Utilice esta máquina solo para el uso previsto como se describe en este manual. No utilice accesorios no recomendados por el fabricante.
5. Nunca utilice esta máquina si tiene un cable o enchufe dañado, si no funciona correctamente, si se ha caído o dañado o se ha caído al agua. Lleve la máquina a un centro de servicio para la revisión y reparación.
6. No transporte esta máquina por el cable de alimentación ni utilice el cable como agarradera.
7. Mantenga el cable alejado de superficies calientes.
8. Nunca utilice la máquina con los orificios de ventilación bloqueados. Mantenga los orificios de ventilación libres de pelusa, cabello y objetos similares.



INSTRUCCIONES IMPORTANTES DE SEGURIDAD (CONTINUACIÓN)

9. Nunca deje caer ni inserte ningún objeto en ningún orificio.
10. No utilice la máquina al aire libre.
11. No utilice la máquina donde se utilicen productos en aerosol (espray) o donde se esté administrando oxígeno.
12. Para desconectar, gire todos los controles a la posición de apagado, luego retire el enchufe del tomacorriente.

ANTES de comenzar cualquier programa de fitness o entrenamiento, consulte con su médico u oficial de salud. Esto asegurará que participe en programas de fitness o entrenamiento adecuados para su edad y condición física.

Antes de usar la bicicleta Echelon® EX-30-RCX, responda estas preguntas:

- ¿Ha estado enfermo recientemente?
- ¿Ha tenido mareos prolongados recientemente?
- ¿Se ha quedado sin aliento sin ninguna razón recientemente?
- ¿Ha tenido dolor en el pecho recientemente?
- ¿Tiene actualmente alguna lesión que le impida hacer ejercicio?
- ¿Está embarazada?
- ¿Tiene alguna afección o motivo por el que NO deba hacer ejercicio?
- ¿Tiene más de 35 años y no hace actividad física?
- ¿Algún médico le ha recomendado NO hacer ejercicio?

Si responde “sí” a cualquiera de las preguntas anteriores, debe buscar más consejos de su médico antes de utilizar la Echelon® EX-30-RCX.

Lea el manual del usuario por completo y siga todas las instrucciones. Esto garantiza su seguridad.

- SIEMPRE utilice la Echelon® EX-30-RCX en terreno sólido y nivelado y en un área bien iluminada y ventilada.
- SIEMPRE compruebe que el asiento, el manillar y los pedales estén bien sujetos antes de su uso.
- NUNCA permita que los niños jueguen en la bicicleta o alrededor de ella. Esto ayuda a protegerlos de lesiones causadas por partes en movimiento.
- Configure SIEMPRE la bicicleta correctamente para su tipo de cuerpo específico. La Echelon® EX-30-RCX ofrece ajustes hacia arriba/abajo y hacia adelante/atrás que están claramente marcados para garantizar una personalización rápida y sencilla para cada entrenamiento.
- Revise SIEMPRE la bicicleta antes de usarla.
- NUNCA use la bicicleta si no está correctamente/completamente ensamblada o si está dañada de alguna manera.
- NUNCA exceda el límite de peso para esta bicicleta. El límite de peso para esta bicicleta es de 300 libras. No utilice la Echelon® EX-30-RCX si su peso corporal supera las 300 libras (135 kg).
- NUNCA use la bicicleta Echelon® EX-30-RCX cuando esté enfermo o fatigado.
- SIEMPRE use vestimenta y calzado adecuados que cubran completamente los pies. El cabello largo debe estar atado o recogido. Asegúrese de que los cordones de los zapatos estén metidos dentro de los zapatos.
- SIEMPRE entre en calor o haga estiramientos antes de comenzar el ejercicio.



- SIEMPRE tenga cuidado al subir y bajar de la bicicleta Echelon® EX-30-RCX.
- SIEMPRE espere hasta que los pedales se hayan detenido por completo antes de quitar los pies de los pedales o bajarse. No se pare sobre ni se suba al manillar.
- Mantenga SIEMPRE las manos alejadas de las piezas móviles y asegúrese de no colocarlas nunca donde no haya un manillar de goma.
- NUNCA se esfuerce demasiado ni haga ejercicio hasta el agotamiento. Si se siente débil, mareado, con dificultad para respirar o si tiene dolores en el pecho u otros dolores, ¡DETÉNGASE INMEDIATAMENTE! Consulte a su médico antes de volver a utilizar la Echelon® EX-30-RCX.
- SIEMPRE asegúrese de tener una botella con al menos 350 ml (12 oz) de agua y una toalla cerca para absorber el sudor del cuerpo y del manillar.
- NUNCA utilice la Echelon® EX-30-RCX en posición de pie a altas revoluciones por minuto (RPM).
- SIEMPRE mantenga la pelvis colocada sobre la línea central de la bicicleta Echelon® EX-30-RCX.

- NUNCA ajuste la resistencia del volante o la posición del manillar mientras está de pie.
- NUNCA utilice accesorios que no hayan sido recomendados por el fabricante. El uso de tales accesorios puede causar lesiones o daños a la bicicleta y afectará la garantía de la misma.
- SIEMPRE asegúrese de limpiar la Echelon® EX-30-RCX después de cada uso para mantenerla higiénica.
- La limpieza y el mantenimiento del usuario no deben ser realizados por niños sin supervisión.

Si surge algún problema que afecte el rendimiento de la Echelon® EX-30-RCX, comuníquese de inmediato con el fabricante. Asegúrese siempre de comprobar periódicamente las partes que se desgastan.

¡Esta información de seguridad y el manual del usuario no reemplazan la necesidad de estar alerta y usar el sentido común al usar la Echelon® EX-30-RCX!



ESPECIFICACIONES DE LA BICICLETA



LISTA DE PIEZAS

INCLUYE

1. Perilla de ajuste de altura del manillar
2. Marco del poste del manillar
3. Perilla de resistencia
4. Bielas
5. Perilla de ajuste de altura del asiento
6. Soporte para pata delantera
7. Soporte para pata trasera
8. Calzo para rueda (no visible)
9. Manillar
10. Pata delantera
11. Pata trasera
12. Tija del sillín
13. Consola
14. Asiento/sillín
15. Tija del manillar
16. Pedales
17. Soporte para mancuernas
18. Portabotella de agua
19. Soporte inferior del manillar
20. Palanca de ajuste del manillar
21. Pilas AA (2x)
22. Pernos hexagonales de pata (4x)
23. Pernos hexagonales para montar la consola (2x)
24. Arandelas para montar la consola (2x)
25. Tornillos del estante para mancuernas (2x)
26. Tornillos del portabotella de agua (2x)
27. Pestaña de inserción
28. Llave hexagonal con destornillador Phillips
29. Llave de doble cara



MONTAJE

Conjunto de marco

- Coloque la bicicleta de lado y retire los pernos de las cuñas de las ruedas con una llave hexagonal y colóquelos a un lado.
- Con la llave inglesa o los dedos, saque el calzo para rueda y deséchelo.
- Coloque la pata delantera con las ruedas mirando hacia adelante debajo del soporte delantero. Inserte los pernos de la pata, pero no los ajuste.
- Coloque la pata trasera debajo del soporte trasero.
- Inserte los pernos de la pata en la pata trasera y apriételos con la llave hexagonal.
- Ajuste los pernos de la pata delantera con la llave hexagonal.

PASO

1

PASO

2

Montaje del asiento

- Inserte la tija del sillín en el marco de la tija mientras tira de la perilla de ajuste de la tija del sillín.
- Suelte la perilla y apriétela para asegurar la tija del sillín en su lugar.
- Coloque el asiento en la tija y apriete las tuercas en ambos lados con una llave de doble cara para asegurarlo en su lugar.



1-a



1-c



1-d



2-a



2-b



2-c



2-d





Montaje del poste del manillar

- Desatornille la perilla de ajuste de altura del manillar, pero no la quite. Saque la perilla e inserte completamente el poste del manillar en el marco. Suelte la perilla y apriétela para asegurar el poste.
- Conecte el cable en espiral de la bicicleta con el cable que sale del poste del manillar.

PASO
3



Montaje de la consola

- Retire la tapa de las baterías en la parte posterior de la consola e instale 2 baterías AA. Vuelva a colocar la batería en su lugar para asegurarla.
- Conecte el cable del poste del manillar con el cable de la consola.
- Inserte el poste de la consola en el poste del manillar y asegúrelo usando dos pernos de montaje de la consola y dos arandelas de montaje de la consola.

PASO
4

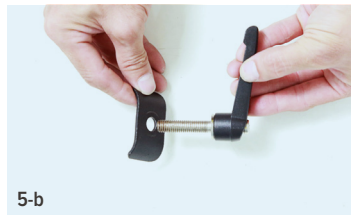


MONTAJE (continuación.)

Montaje del manillar

- a. Coloque los manillares en el poste del manillar y asegúrelos usando el soporte inferior del manillar y la palanca de ajuste del manillar.

PASO
5



PASO
6

Montaje de pedales

- a. Monte el pedal izquierdo usando la llave de doble cara, girándola en sentido antihorario hasta que el pedal quede asentado firmemente contra el brazo de la manivela.
- b. Monte el pedal derecho usando la llave de doble cara, girándola en el sentido de las agujas del reloj hasta que el pedal quede asentado firmemente contra el brazo de la manivela.

NOTA: En el pedal **IZQUIERDO** las roscas están invertidas.





7-a



7-b

Montaje de accesorios

- a. Instale el portabotella de agua en el poste del marco principal y asegúrelo con dos tornillos para el portabotella de agua.
- b. Instale el soporte para mancuernas en la parte inferior del poste del asiento con dos tornillos para soporte para mancuernas.

PASO
7



8-a

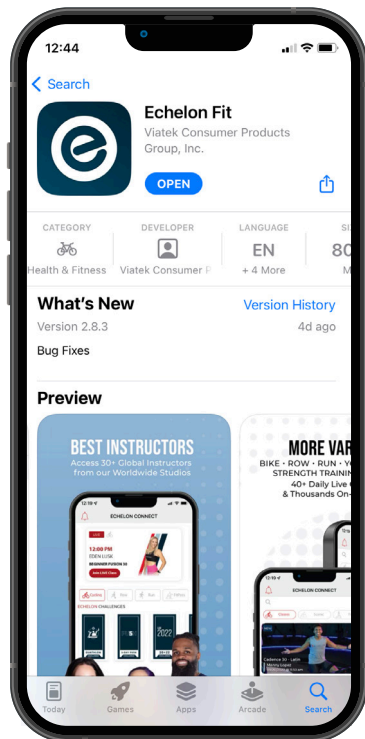
Retirar pestaña de inserción

- a. Tire de la pestaña de inserción amarilla para retirarla mientras gira la perilla de resistencia.

PASO
8



ACTIVACIÓN DE LA MEMBRESÍA DE ECHELON



Descargue la aplicación Echelon Fit®

Asegúrese de que esté instalada la versión más reciente de la aplicación Echelon Fit® desde la tienda Google Play™ o la tienda App™.

Instrucciones operativas

Conéctese a la aplicación Echelon Fit® para acceder a tutoriales e instrucciones de operación.




Se requiere
activación de la
membresía para
desbloquear la
experiencia de la
bicicleta EX-30-RCX

Active la Membresía Echelon Premier para conectarse a las clases

Para obtener más información sobre la membresía, visite echelonfit.com/membership.

- Escanee el código QR a continuación o visite member.echelonfit.com.
- Siga las indicaciones para completar la inscripción de membresía.



- 1. SELECCIONE “SIGN UP NOW” (REGÍSTRESE AHORA).**
- 2. SELECCIONE EL LUGAR DONDE REALIZÓ LA COMPRA**
Seleccione la ubicación de compra y siga las instrucciones en pantalla.
- 3. ELIJA SU PLAN**
MENSUAL / 1 AÑO Y 2 AÑOS
- 4. CONFIGURE EL MÉTODO DE PAGO**
- 5. INTRODUZCA LA INFORMACIÓN DE SU CUENTA PERSONAL**
- 6. REVISE LA CUENTA**
Edite su información de facturación, agregue a sus familiares, administre suscripciones y (si está en su dispositivo móvil) descargue la aplicación e inicie sesión.

ACTIVACIÓN DE CUENTA

Si compró este producto en el sitio web echelonfit.com, debería haber recibido un correo electrónico de activación. Haga clic en el enlace del correo electrónico de activación y siga las instrucciones en pantalla. Ingrese su información para verificar la información de pago. **No se le cobrará hasta el mes siguiente.**

CREACIÓN DE CUENTA

La información de la cuenta y los planes se administran en member.echelonfit.com y utilizan las mismas credenciales de inicio de sesión. Después de crear su cuenta, inicie sesión en member.echelonfit.com, anote su información de inicio de sesión. Se utilizará el mismo usuario en la aplicación.



FUNCIONAMIENTO DE LA CONSOLA

RANGO DE DATOS

TIEMPO: 0:00~99.59

VELOCIDAD: 0.0~99.99

DISTANCIA: 0.00~99.99

CAL: 0~9999

Nivel de resistencia: L1~L32

Unidad: M (mph) / K (kph)

DEFINICIÓN DE PANTALLA

Tiempo: Duración del ejercicio

Velocidad: Velocidad de pedaleo actual

Distancia: Distancia acumulada durante la sesión actual

Calorías: Calorías quemadas durante la sesión actual

Nivel de resistencia: Nivel de resistencia elegido actualmente

INCIO:

Empiece a pedalear para activar la consola y comenzar la sesión.

PAUSA:

La consola entrará en pausa después de 4 segundos de inactividad. Reanude el pedaleo para salir del estado de pausa.

DETENCIÓN:

- Si se pausa durante 4 minutos, la consola se apagará. Esto restablecerá todas las métricas de la sesión.
- La consola se puede restablecer manualmente manteniendo presionada la tecla MODE durante 4 segundos hasta que la consola se reinicie.

MODO:

- Presione el botón Modo para elegir la métrica de visualización. Las opciones de métricas cambiarán entre escaneo, tiempo, velocidad, distancia y calorías.
- El escaneo se desplazará automáticamente por todas las métricas durante la duración de la sesión.

CONTROL DE NIVEL:

- Gire la perilla de resistencia para cambiar la resistencia de la bicicleta al nivel deseado.
- El nivel de resistencia se mostrará en la consola a medida que se gira la perilla.

BLUETOOTH:

- Active la conexión Bluetooth usando la aplicación Echelon Fit. Una vez conectada, la consola de la bicicleta estará en blanco y todas las métricas serán visibles en la aplicación.
- Si la bicicleta no está conectada a Bluetooth, la consola mostrará métricas.



USO DE LA BICICLETA ECHELON EX-30-RCX

Ajuste del sillín y el manillar

Antes de montar su bicicleta EX-30-RCX, ajuste el sillín y el manillar para asegurar la postura adecuada.

1. Ajuste de la altura del asiento

- Gire la perilla de ajuste de distancia del asiento en sentido contrario a las agujas del reloj para aflojarla. Mueva el asiento a lo largo del riel hasta la ubicación deseada. Gire la perilla de ajuste deslizante del asiento en sentido horario para apretar y asegurar en su lugar. La distancia entre la parte delantera del sillín y la base trasera del manillar debe ser la misma que la distancia desde el codo hasta la punta de los dedos. Si bien la altura del manillar depende de las preferencias personales, la altura del sillín debe estar a la altura de los huesos de la cadera.
- Gire la perilla de ajuste de la altura del asiento en sentido antihorario hasta que pueda sacar la perilla hasta la mitad. Tire de y sostenga la perilla de ajuste de altura del asiento y levante el asiento a la posición deseada. Asegúrese de que la perilla encaje con uno de los orificios de ajuste. Gire la palanca de ajuste de la altura del asiento en sentido horario hasta que quede firme.

2. Ajuste de altura del manillar

- Gire la perilla de ajuste del manillar en sentido antihorario hasta que pueda sacar la perilla hasta la mitad. Tire de y sostenga la perilla de ajuste del manillar y suba o baje el manillar a la posición deseada. Asegúrese de que la perilla encaje con uno de los orificios de ajuste. Gire la perilla de ajuste del manillar en sentido horario hasta que esté asegurada.

3. Nivelación de bicicleta

- Para nivelar la bicicleta, ajuste las almohadillas de las patas delanteras y traseras hasta que estén estables (en sentido antihorario para levantar la bicicleta y en sentido horario para bajarla).



CUIDADO Y MANTENIMIENTO

Diariamente

1. Inspeccione los pedales de su bicicleta antes de cada sesión para ver si están flojos o deformados. Siga las instrucciones de la página 16 para apretar, según sea necesario. Hacer esto garantiza su seguridad, la calidad de su experiencia y la vida útil general de su bicicleta. Si encuentra algún problema, deje de usar el equipo inmediatamente y comuníquese con el servicio de atención al cliente (833-937-2453).
2. Limpie cada área expuesta o de alto uso con un limpiador no ácido (sin amoníaco, alcohol ni cloro). NO rocíe ninguna solución directamente sobre la bicicleta. Esto podría arruinar algún componente eléctrico y puerto de la bicicleta. Eleve los postes del sillín y del manillar a su posición más alta para exponer el exceso de humedad después de un entrenamiento y límpielos a fondo.
3. Inspeccione en busca de ruidos que puedan indicar posibles problemas. Si se indica un ruido molesto, comuníquese con Servicio al cliente (833-937-2453).



Es importante asegurarse de que los pedales estén instalados correctamente y apretados de forma rutinaria.



CUIDADO Y MANTENIMIENTO

Semanalmente

1. Inspeccione todo el hardware ensamblado y preensamblado para ver si es necesario apretar o volver a asegurar algo. Esto incluye, entre otras cosas:
 - a. Todas las perillas y palancas de ajuste de altura y distancia
 - b. Pernos de sujeción del manillar
 - c. Pernos del soporte para tableta
 - d. Perno de bisagra del soporte para tableta
 - e. Tornillos que sujetan el sillín al poste del sillín
 - f. Tornillos y correa de nailon que sujetan la puntera al pedal.
2. Quite el polvo, aspire y limpie todas las áreas alrededor y dentro de la bicicleta que normalmente no se limpian en sus procedimientos de limpieza diarios.
3. Evalúe el sistema de nivelación de las patas para asegurarse de que su bicicleta esté nivelada con el piso (ajuste apropiadamente las cuatro patas de goma).
4. Pruebe el funcionamiento del freno de emergencia
 - a. Pedalee la bicicleta en velocidad media-baja
 - b. Empuje la perilla de resistencia/freno de emergencia hacia el volante

Mensual

1. Evalúe los ajustes del sillín y el manillar para ver si están desgastados. Si necesita un repuesto, comuníquese con el Atención al cliente (833-937-2453).
2. Evalúe la calidad de la correa de transmisión cada 5 a 6 meses quitando **CUIDADOSAMENTE** los tornillos de la cubierta del marco lateral derecho y usando una linterna para evaluar la correa de arriba hacia abajo mientras pedalea con una mano.
3. Revise las correas de nailon para los pies en las punteras para ver si están desgastadas.



1-e



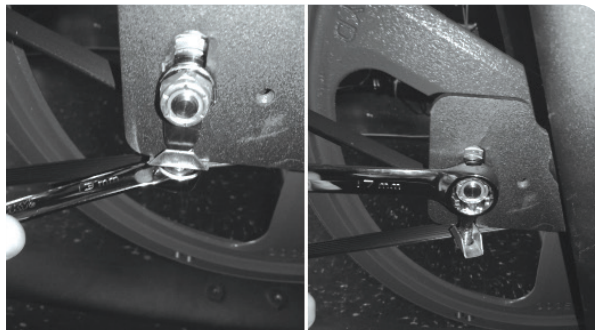
CUIDADO Y MANTENIMIENTO

Según sea necesario

1. Pruebe periódicamente el desgaste de las pastillas de freno utilizando el freno de emergencia varias veces durante un sprint controlado.
2. Ajuste la tensión de la correa para deslizamiento:
 - a. Retire el pedal derecho.
 - b. Retire todos los tornillos de la cubierta de plástico que cubre el área de la manivela y retire la etiqueta de advertencia.
 - c. Utilice un destornillador Phillips largo* para girar el anillo de plástico interior empujándolo contra las llaves de plástico de bloqueo internas que lo mantienen en su lugar alrededor de la manivela.
 - d. Retire la cubierta de plástico para exponer la tuerca de ajuste de la correa y use una llave de trinquete de 3/8"* con una extensión de 6" y una llave de tubo de 13 mm* para apretar la tuerca.

Anual

1. Inspeccione las perillas y palancas de ajuste de altura y distancia. Si está desgastada y no puede apretarla, comuníquese con el servicio de atención al cliente (833-937-2453) para obtener un reemplazo.



Preguntas o inquietudes

¡Nuestros miembros son nuestra prioridad! Si necesita ayuda o tiene inquietudes, comuníquese con nuestro equipo de servicio al cliente.

☎ (833) 937-2453

✉ cs@echelonfit.com

Enviar una solicitud:



Información de garantía

Su bicicleta Echelon® EX-30-RCX viene con una garantía de 1 año en piezas y mano de obra. Si surge la necesidad, todo lo que necesita es un comprobante de compra y nuestro equipo de atención al cliente estará encantado de ayudarle. Hay disponibles garantías extendidas adicionales de 1 o 2 años a través del Servicio al Cliente.



This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page. There is no handwriting or other markings on the paper.

NOTAS



MODELO : ECH-EX-30-RCX
ECHELON FITNESS MULTIMEDIA, LLC
605 CHESTNUT STREET, SUITE 700
CHATTANOOGA, TN 37450
ECHELONFIT.COM



LEA LAS INSTRUCCIONES
ANTES DE OPERAR

HECHO
EN CHINA



PATENTE
PENDIENTE

REV: 08152024