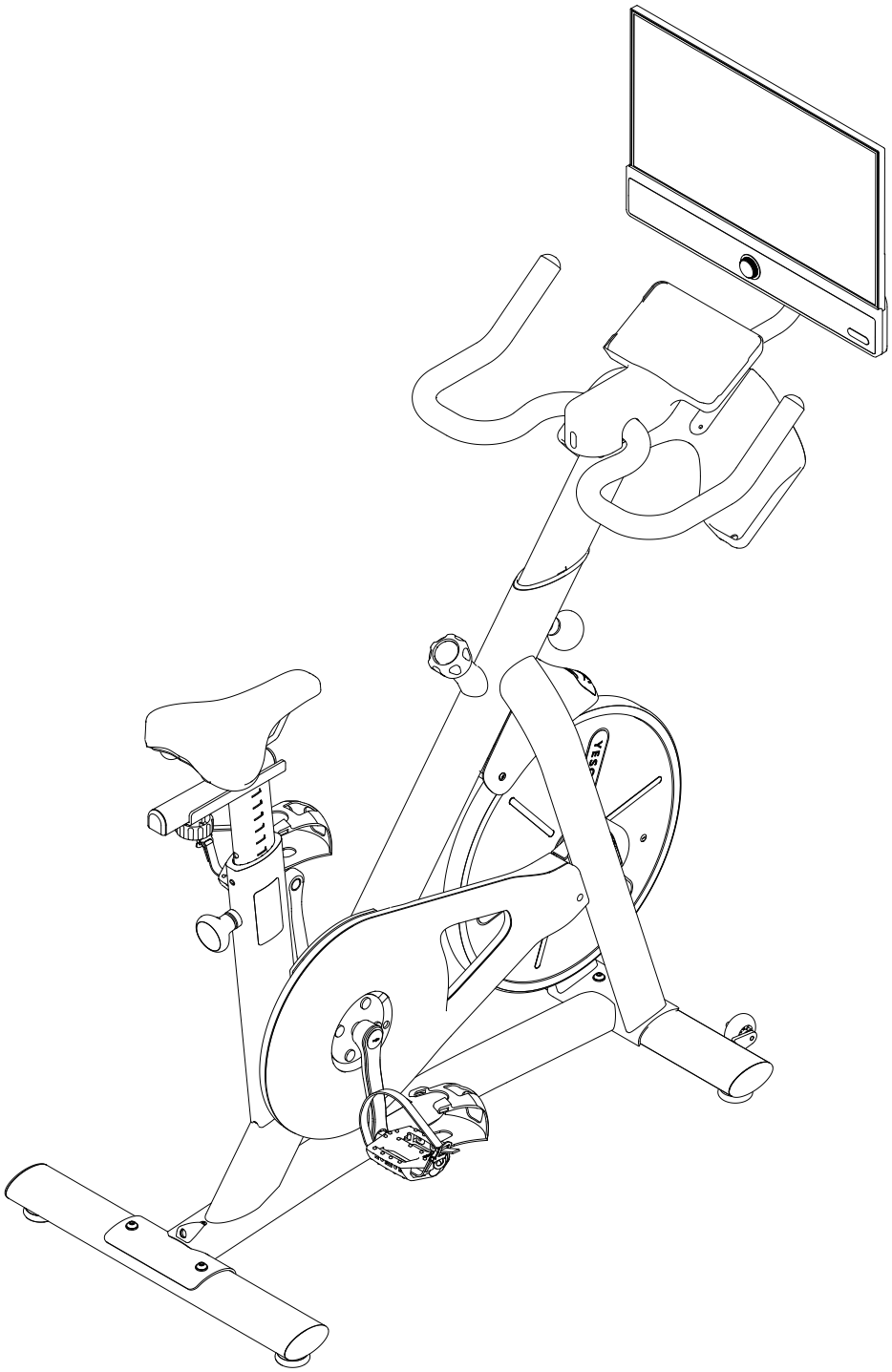
YESOUL

G1M PLUS

YESOUL Bike

**Bevor Sie dieses Produkt verwenden, lesen Sie die Anleitung sorgfältig durch und bewahren Sie sie ordnungsgemäß auf.**



Scan for Installation Guide

Bitte scannen Sie den QR-Code, um das Installationsvideo anzusehen
Produktmodell: YS-001
Artikelnummer: G1MPLUS

DE

# YESOUL Smart Cycling Bike

# G1M PLUS Bedienungsanleitung

# Produktparameter

| | |
|---|---|
| Bildschirmgröße | 21,5 Zoll (1920*1080 Pixel) |
| Unterstützte Softwareversion | iOS 12.0 oder höher, Android 5.1 oder höher (inklusive) |
| Widerstandssystem | Magnetronsystem |
| Antriebsmodus | Riemenantrieb |
| Stromeingang | 24V⎓2A |
| Drahtlose Verbindungsmethode | Bluetooth®-Funktechnologie |
| Bluetooth | Fahrrad:V5.0, Lautsprecher:V5.3 |
| Körpergrößenbereich | 155-195 cm |
| Maximale Tragfähigkeit | 120 kg |
| Nettogewicht | 34 kg |
| Bruttogewicht | 39,5 kg |
| Gesamtabmessungen | (Länge) 1295 mm x (Breite) 530 mm x (Höhe) 1450 mm |

# Regelmäßige Wartung

1. Stellen Sie das Trainingsfahrrad auf einen trockenen, belüfteten und ebenen Boden. Wenn es längere Zeit nicht benutzt wird, sollte das Fahrrad abgedeckt werden, um es sauber und ordentlich zu halten.
2. Wischen Sie nach dem Training den Schweiß mit einem Tuch vom Rahmen ab. Verwenden Sie kein nasses Tuch, um Rostbildung zu vermeiden.
3. Justieren oder ersetzen Sie den Riemen rechtzeitig, wenn die Riemenscheibe beschädigt oder verzogen ist. Reinigen Sie regelmäßig die Rillen der Riemenscheibe, um zu verhindern, dass der Riemen herausspringt.
4. Überprüfen Sie regelmäßig die Schrauben aller Teile auf Lockerheit oder Beschädigung und ziehen Sie sie bei Bedarf rechtzeitig nach oder ersetzen Sie sie.
5. Überprüfen Sie regelmäßig den Widerstandsknopf auf Lockerheit oder Fehlfunktionen. Stellen Sie sicher, dass die Widerstandswerte korrekt eingestellt sind.
6. Überprüfen Sie regelmäßig, ob die Schrauben zwischen den Pedalen und der Kurbel locker sind. Ziehen Sie sie bei Bedarf sofort fest.
7. Überprüfen Sie regelmäßig, ob der Sattel locker ist. Ziehen Sie ihn bei Bedarf sofort fest. Verwenden Sie ein Baumwolltuch, um den Sattel abzuwischen und trocken zu halten.
8.Inspizieren Sie regelmäßig das Netzkabel auf Risse oder Beschädigungen und ersetzen Sie es bei Bedarf rechtzeitig.

# Monitor-Spezifikationen

| | |
|---|---|
| Panel Typ | VA |
| Krümmung | Flacher Bildschirm |
| Verhältnis | 16:9 |
| Abmessung | 21,5 Zoll |
| Hintergrundbeleuchtung Typ | Seitliche LED-Beleuchtung |
| Display-Größe (H*V) | 476mm*268mm |
| Auflösung | 1920*1080 |
| Bildwiederholfrequenz | 75Hz (Max.);60Hz (Typ.) |
| Helligkeit | 200cd/$m^2$ (Typ.);150cd/$m^2$ (Min.) |
| Standard-Farbtemperatur | 6500K |
| Kontrastverhältnis | 3000:1 (Typ.) |
| Anzahl der Farben | 16,7M |
| Farbgamut | 72% (Typ.);65% (Min.) NTSC |
| Betrachtungswinkel (Horizontal/Vertikal) | 178° |
| Reaktionsgeschwindigkeit | 7ms |
| Schnittstellenausführung (HDMI/DP) | HDMI/Audioausgang/DC IN+2 USB+Serieller Anschluss |
| Lautsprecher-Spezifikation | Keine |
| Eingangsspannung | DC-Eingang: 24V |
| Betriebsanzeigemodus (Ein, Standby) | Grün beim Einschalten, grün pulsierend im Standby |
| Lagertemperatur | -20°C – +55°C |
| Betriebstemperatur | 5°C – +40°C |
| Betriebsluftfeuchtigkeit | 20% – 80% |
| Lagerluftfeuchtigkeit | 20% – 80% |
| Steuerungsmethode | 5 physische Tasten |

# Wichtige Sicherheitsanweisungen

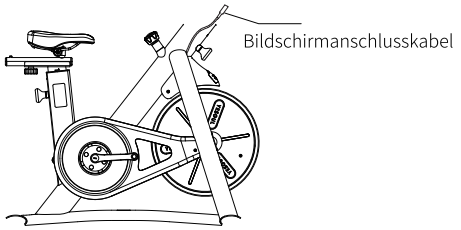
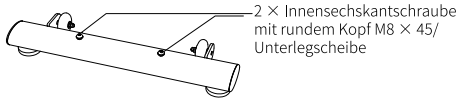
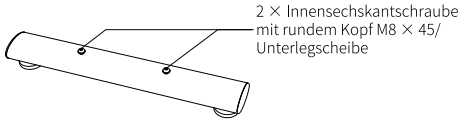
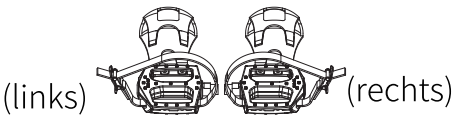
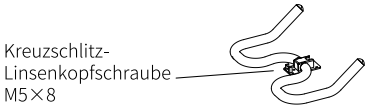
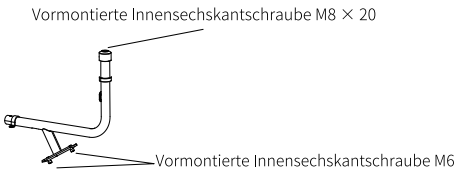
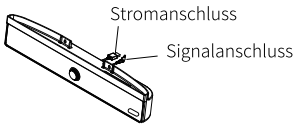
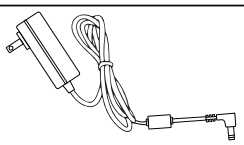
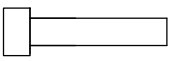
**Bitte lesen Sie diese sorgfältig durch. Unsachgemäße Verwendung kann zu Verletzungen oder sogar zum Tod führen!**

1.Dieses Produkt ist für den Hausgebrauch (Klasse H) bestimmt und nicht für medizinische Fitnessgeräte.
2.Dieses Produkt darf nicht für die medizinische Rehabilitation verwendet werden.
3.Halten Sie Kinder und Haustiere von diesem Produkt fern. Dieses Produkt ist nur für Personen über 16 Jahren geeignet.
4.Verwenden Sie das Gerät nicht in feuchten oder nassen Umgebungen.
5.Benutzen Sie dieses Produkt niemals mit ungeeigneten Schuhen oder barfuß.
6.Verwenden Sie dieses Produkt auf ebenem und sauberem Boden.
7.Heben Sie das hintere Rohr an, und der Roller am vorderen Rohr ermöglicht es, das Produkt frei zu bewegen oder in eine geeignete Position zu stellen.
8.Wenn das Produkt nicht funktioniert, beenden Sie die Nutzung sofort.
9.Überprüfen Sie vor jedem Gebrauch, ob das Fahrrad locker oder beschädigt ist.
10.Strecken Sie niemals Gegenstände oder Körperteile in die Öffnungen des Fahrrads.
11.Wenn Sie die Halterung für den Bildschirm verwenden, stellen Sie sicher, dass das Gerät zentriert ist, um ein Herunterfallen zu vermeiden.
12.Verwenden Sie das Fahrrad niemals mit nicht-originalen Zubehörteilen ohne Genehmigung. Das Gehäuse muss von Fachleuten geöffnet werden, um Schäden zu vermeiden.
13.Stellen Sie sicher, dass alle Schrauben und Bolzen vor der Verwendung fest angezogen sind.
14.Wenn das Gerät nicht benutzt wird, drehen Sie den Knopf nach rechts, um das entsprechende Bauteil zu verriegeln.
15.Notbremse: Drücken Sie bei Bedarf auf die Notbremse, um die Bewegung zu stoppen, bis das Fahrrad zum Stillstand kommt.
16.Drehen Sie niemals Pedale von Hand oder berühren Sie rotierende mechanische Teile, um Verletzungen zu vermeiden.
17.Steigen Sie vom Fahrrad ab, bis das Schwungrad/Trägheitsrad und die Pedale vollständig zum Stillstand gekommen sind. Andernfalls kann es zu schweren Verletzungen durch Kontrollverlust kommen.
18.Tragen Sie professionelle Radbekleidung oder eng anliegende Sportbekleidung sowie Sportschuhe und ziehen Sie die Schnürsenkel fest, um Verletzungen durch Verklemmen der Kleidung im Produkt zu vermeiden.
19.Stellen Sie sicher, dass sich rund um das Produkt ein freier Bereich von mindestens 0,6 Metern befindet.
20.Verwenden Sie das Produkt nicht bei körperlichen Beschwerden, um Verletzungen zu vermeiden.
21.Verwenden Sie dieses Produkt gemäß den Anweisungen in diesem Handbuch. Wärmen Sie sich vor dem Training vollständig auf.
22.Halten Sie den Körper während der Fahrt ausreichend hydriert.
23.Ohne die vorläufige Bestimmung des Fitnessniveaus und eines ärztlich unterzeichneten Attests sollten Sie sich niemals an Hochgeschwindigkeits- oder Hochleistungssport beteiligen. Achten Sie vor kurzen, intensiven Sprints auf Ihren körperlichen Zustand und Ihre Haltung und fahren Sie mit kontrollierter Geschwindigkeit.
24.Falls Sie beim Benutzen des Geräts Unwohlsein verspüren, beenden Sie die Nutzung sofort und konsultieren Sie einen Arzt.
25.Schwangere oder Personen mit hohem Blutdruck, Herzerkrankungen, Lumbalspondylose oder eingeschränkter Mobilität dürfen dieses Produkt nur mit Genehmigung eines Arztes verwenden.
26.Das Gewicht des Benutzers darf die maximale Belastungsgrenze nicht überschreiten.
27.Führen Sie regelmäßig vorbeugende Wartungsmaßnahmen durch.
28.Verwenden Sie ausschließlich den Standard-Netzadapter. Der Austausch des Netzadapters ohne Genehmigung kann zu schwerwiegenden Folgen führen.

# Installationsanleitung - Teileliste

## Schritt 1: Überprüfung der Teile

Teileliste

| | Nr. | Name | Menge | Abbildung |
|---|---|---|---|---|
| Teileliste (Komponentenliste) | ① | Rahmen | 1 |  |
| | ② | Vorderrohr | 1 |  |
| | ③ | Hinterrohr | 1 |  |
| | ④ | Pedalsatz links/rechts | 1 |  |
| | ⑤ | Lenkerbaugruppe | 1 |  |
| | ⑥ | Monitorständer | 1 |  |
| | ⑦ | Lautsprecher | 1 |  |
| | ⑧ | Bildschirm | 1 |  |
| | ⑨ | 24V ⎓ 2A Netzadapter | 1 |  |
| | ⑩ | Innensechsk-antschraube M6×35 | 1 |  |

# Installationsanleitung - Teileliste

Teileliste (Komponentenliste)

| Nr. | Name | Menge | Abbildung |
|---|---|---|---|
| ⑪ | Innensechsk-antschraube M6 × 12 | 2 |  |
| ⑫ | Innensechsk-antschraube M6 × 16 | 2 |  |
| ⑬ | Steuerrohr | 1 |  |
| ⑭ | Bildschirmbe-festigungsteil | 1 |  |
| ⑮ | Flaschenhalter | 1 |  |
| ⑯ | Bildschirmspiege lungsadapter (Android) | 1 |  |
| ⑰ | Abdeckung | 1 |  |
| ⑱ | Anleitung | 1 |  |
| ⑲ | Ersatzteile | 1 |  |

Zubehörliste (Werkzeugliste)

| Nr. | Name | Menge | Abbildung |
|---|---|---|---|
| A | L-förmiger Sechskant-Schrauben schlüssel 5# | 1 |  |
| B | L-Typ Kreuzkopf-Innen sechskantschlüssel 6# | 1 |  |
| C | L-förmiger Sechskant-Schrauben schlüssel 8# | 1 |  |
| D | Gabelschlüssel 13-15# | 1 |  |
| E | Gabelschlüssel 14-17# | 1 |  |

*** Einige Befestigungsschrauben sind im Werk bereits an den entsprechenden Teilen vormontiert. Bitte entfernen Sie diese vor der Montage der entsprechenden Teile während des Zusammenbaus. Ersatzteile unterliegen den tatsächlichen Gegebenheiten.**

Im Uhrzeigersinn



Gegen den Uhrzeigersinn



*** Schraubbefestigungsmethode: Zum Festziehen im Uhrzeigersinn drehen, zum Lösen gegen den Uhrzeigersinn.**

# Installationsanleitung

### SCHRITT 2: Installation des unteren Rohrs

1.Nehmen Sie den L-Typ Kreuzkopf-Innensechskantschlüssel 6# (B) aus dem Ziploc-Beutel.
2. Entfernen Sie 4 Innensechskantschraube mit rundem Kopf (M8×45) und Unterlegscheiben des vorderen Rohrs ② und hinteren Rohrs ③ mit dem L-Typ Kreuzkopf-Innensechskantschlüssel 6# (B).



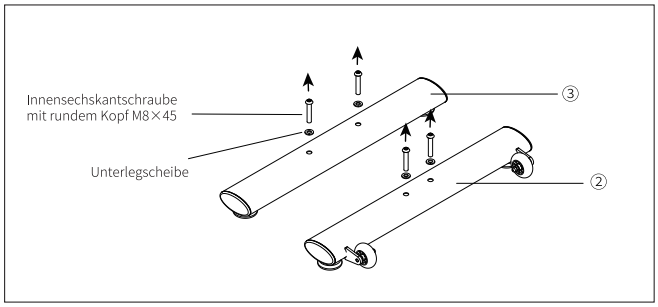
L-Typ Kreuzkopf-Innensechskantschlüssel 6# (B)



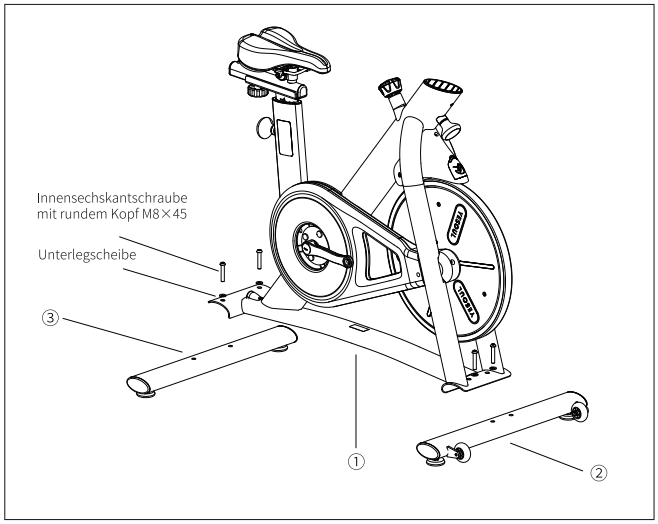
Innensechskantschraube mit rundem Kopf M8×45, 4 Stück



Unterlegscheibe 4 Stück

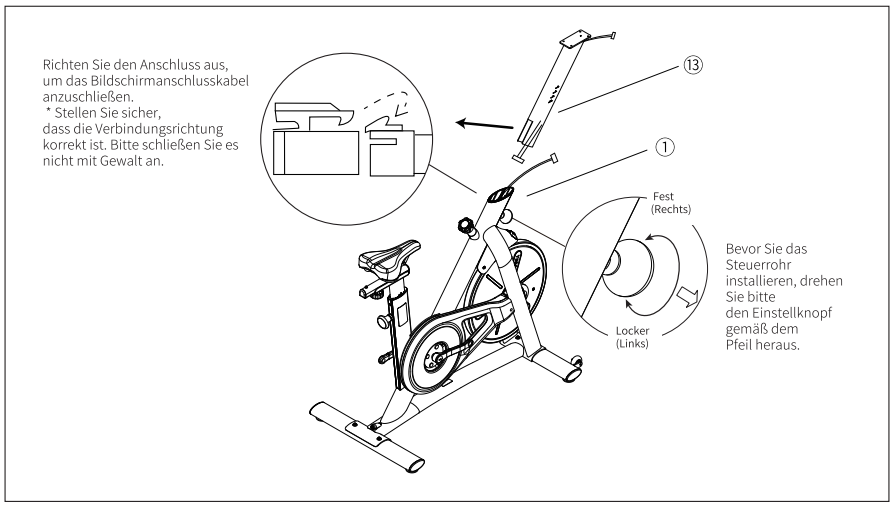



3. Richten Sie die Löcher des vorderen Rohrs ② und des hinteren Rohrs ③ mit den Löchern am unteren Teil des Rahmens ① aus. Schrauben Sie die Unterlegscheiben und die Innensechskantschraube mit rundem Kopf (M8×45) von Hand ein. Verwenden Sie anschließend den L-Typ Kreuzkopf-Innensechskantschlüssel 6# (B), um sie vollständig festzuziehen.

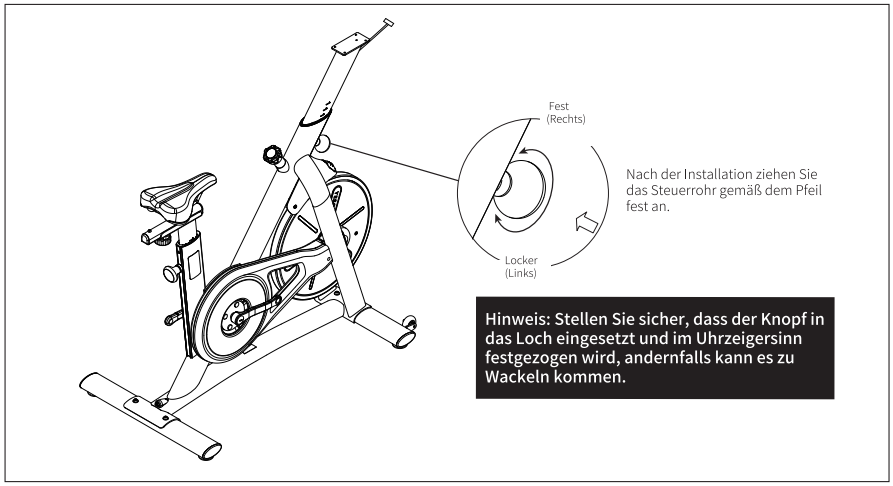



### SCHRITT 3: Installation des Lenkrohrs

1.Schrauben Sie den Einstellknopf gemäß dem Pfeil heraus und verbinden Sie das Bildschirmanschlusskabel im Lenkrohr ⑬ mit dem Kabel im Fahrrad ①
(wie in der Abbildung gezeigt).Nachdem das Bildschirmanschlusskabel verbunden ist, richten Sie das Lenkrohr ⑬ auf die Befestigungsöffnung des Rahmens ① aus.
(Hinweis: Platzieren Sie die Fläche mit einem Loch im Lenkrohr ⑬ nach außen.
Drücken Sie das Kabel nicht.).




2. Setzen Sie das Steuerrohr ⑬ in den Rahmen ① ein und halten Sie die Skala parallel zur Oberseite des Rohrs. Richten Sie das Loch am Steuerrohr ⑬ mit dem Loch am Rahmen ① aus.
Ziehen Sie anschließend den Einstellknopf gemäß dem Pfeil fest.



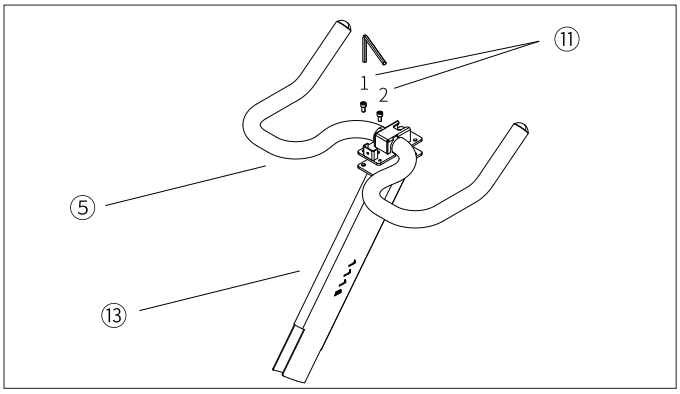
# Installationsanleitung

**SCHRITT 4: Installation der Lenkerbaugruppe**

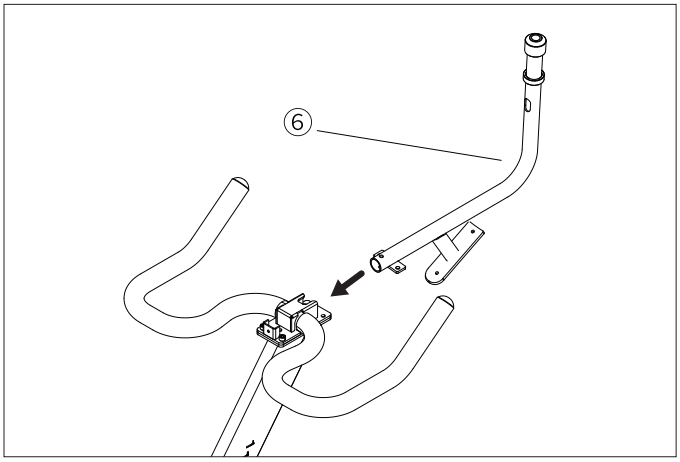
1.Richten Sie die Löcher der Lenkerbaugruppe ⑤ mit den Löchern am Steuerrohr ⑬ aus.Nehmen Sie die Innensechskantschrauben (M6×12) ⑪1-2 heraus.Wie in der Abbildung gezeigt, ziehen Sie die Schrauben 1-2 im Uhrzeigersinn von Hand an (noch nicht vollständig festziehen), um sie vorübergehend zu fixieren.



Innensechskantschraube
M6×12 ⑪ 2 Stück




2.Setzen Sie den Monitorständer ⑥ in den Lenker ein, indem Sie der Pfeilrichtung folgen.



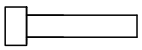

3. Nachdem die Lochposition korrekt ausgerichtet wurde, verwenden Sie den L-förmigen Innensechskantschlüssel, um die Sechskantschraube (M6×16)⑫3-4 und die Innensechskantschraube (M6×35)⑩ in die Löcher einzusetzen und sie zu befestigen. Ziehen Sie anschließend die Sechskantschraube (M6×12)⑪1-2 fest.
4. Zum Schluss setzen Sie die Monitorhalterung ⑥ in den Griff in Pfeilrichtung ein (wie auf dem Bild gezeigt).



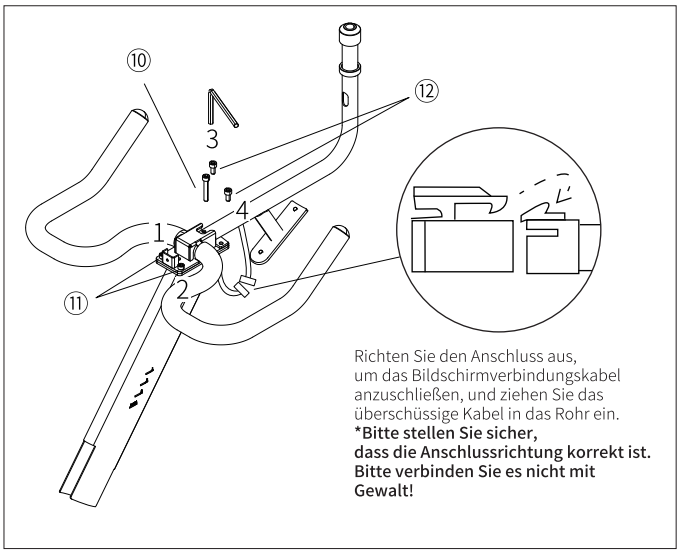
L-förmiger Sechskantschlüssel 5#(A)



Innensechskantschraube
M6×16⑫ 2 Stück



Innensechskantschraube
M6×35⑩ 1 Stück



# Installationsanleitung

### SCHRITT 5: Installation der einteiligen Abdeckung

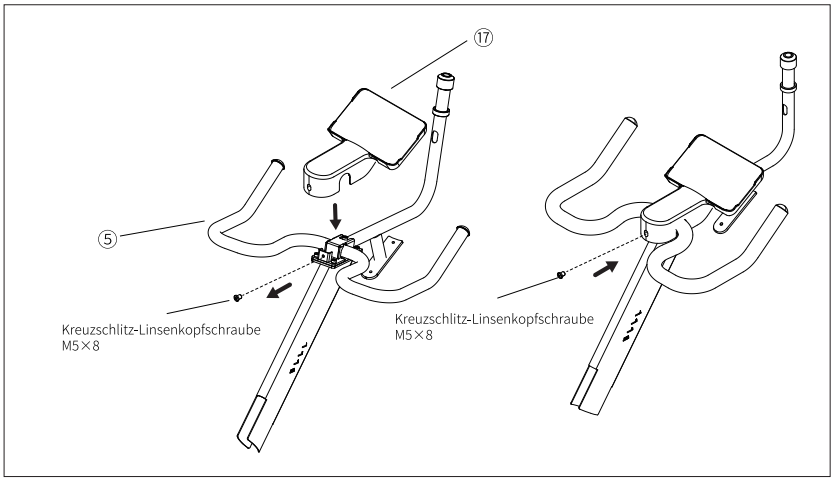
1.Verwenden Sie den L-Typ Kreuzkopf-Innensechskantschlüssel 6# (B), um die
vormontierte Kreuzschlitz-Linsenkopfschraube (M5×8) von der Lenkerbaugruppe⑤
zu entfernen.
2.Drücken Sie die einteilige Abdeckung⑰ vorsichtig auf die Lenkerbaugruppe⑤.
3.Verwenden Sie den L-Typ Kreuzkopf-Innensechskantschlüssel 6# (B), um die Kreuzschlitz-Linsenkopfschraube (M5×8) in die Kreuzvertiefung zu schrauben.



L-Typ Kreuzkopf-
Innensechskantschlüssel 6# (B)



Kreuzschlitz-Linsenkopfschraube
M5×8 1 Stück




### SCHRITT 6: Installation von Bildschirm und Lautsprecher

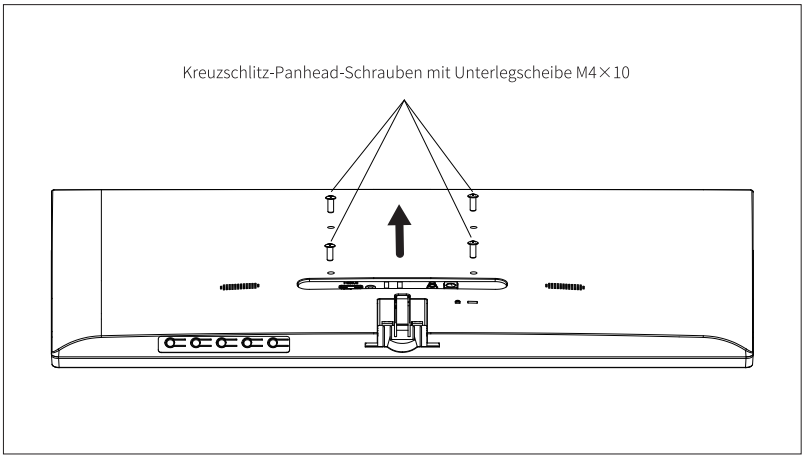
1.Verwenden Sie den L-förmigen Kreuzschlitz-Inbusschlüssel 6# (B), um die voreingebauten Kreuzschlitz-Panhead-Schrauben mit Unterlegscheibe (M4×10) am Bildschirm ⑧ zu entfernen, wie unten dargestellt.
Hinweis: Legen Sie den Bildschirm flach auf den Tisch. Vermeiden Sie Stöße oder Kontakt mit harten Gegenständen, um Beschädigungen zu vermeiden!



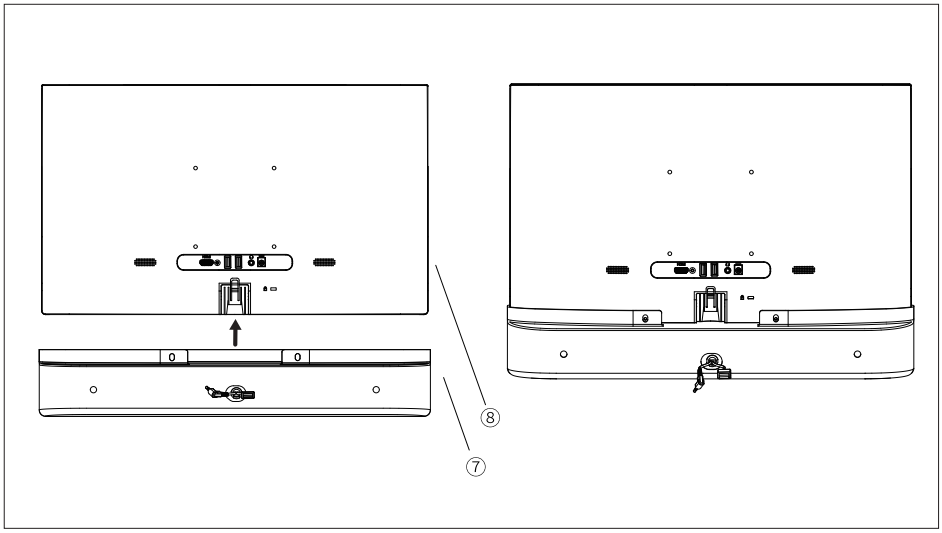
L-Typ Kreuzkopf-
Innensechskantschlüssel 6# (B)



Kreuzschlitz-Panhead-Schrauben
mit Unterlegscheibe M4×10 4 Stück




2.Nachdem der Lautsprecher⑦ entnommen und parallel zum Bildschirm⑧
platziert wurde,führen Sie den Bildschirm⑧ in die Nut des Lautsprechers⑦ ein,
wie in der Abbildung gezeigt.
(Hinweis: Der Lautsprecher ist mit einem Gehäuse ausgestattet. Achten Sie beim
Entnehmen darauf, dass die Vorderseite der Verpackung nach oben zeigt,
um Beschädigungen zu vermeiden.)



# Installationsanleitung

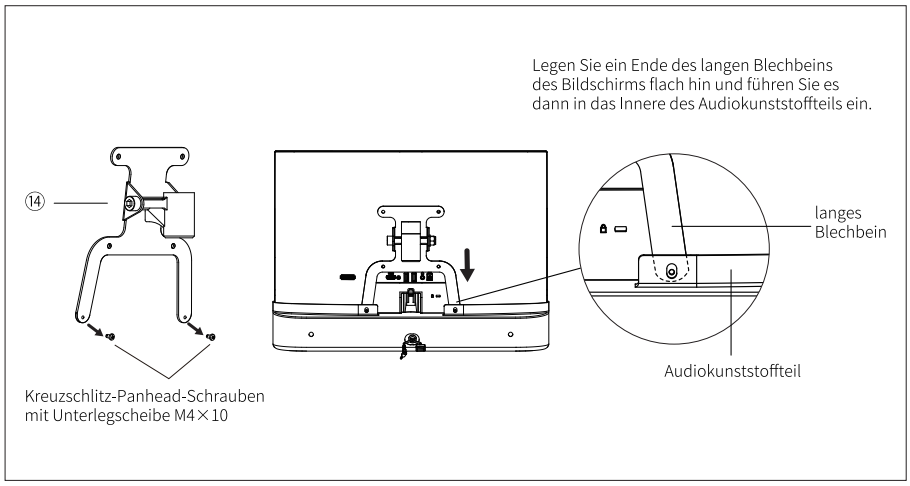
3.Entnehmen Sie das Bildschirmbefestigungsteil ⑭ und verwenden Sie den L-förmigen Kreuzschlitz-Inbusschlüssel #6 (B), um die voreingebauten Kreuzschlitz-Panhead-Schrauben mit Unterlegscheibe (M4×10) am Befestigungsteil ⑭ zu entfernen.
Platzieren Sie das Bildschirmbefestigungsteil ⑭ auf der Rückseite des Bildschirmgehäuses.
(Hinweis:Legen Sie zunächst das flache Ende des langen Blechschenkels bündig an.
Führen Sie es anschließend vorsichtig in den inneren Bereich des Audiokunststoffteils ein.)



L-Typ Kreuzkopf-
Innensechskantschlüssel 6# (B)



Kreuzschlitz-Panhead-Schrauben
mit Unterlegscheibe M4×10 2 Stück



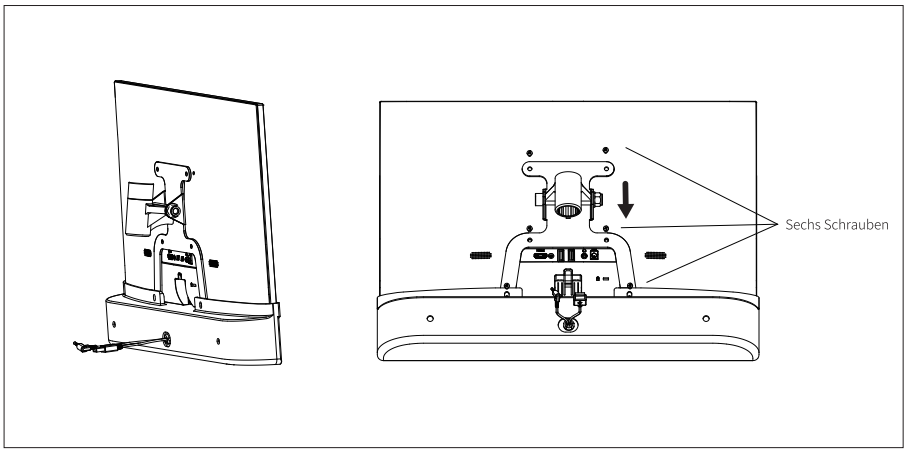

4.Richten Sie die Löcher des Bildschirmbefestigungsteils ⑭ mit den Löchern des Lautsprechers ⑦ und des Bildschirms ⑧ aus. Setzen Sie die sechs zuvor entfernten Schrauben nacheinander wieder ein und ziehen Sie sie leicht an.Passen Sie den Parallelismus zwischen dem Bildschirmbefestigungsteil ⑭ und dem Bildschirm ⑧ an, und ziehen Sie anschließend alle Schrauben im Uhrzeigersinn fest.



Kreuzschlitz-Panhead-Schrauben
mit Unterlegscheibe M4×10 4 Stück



Kreuzschlitz-Panhead-Schrauben
mit Unterlegscheibe M4×10 2 Stück



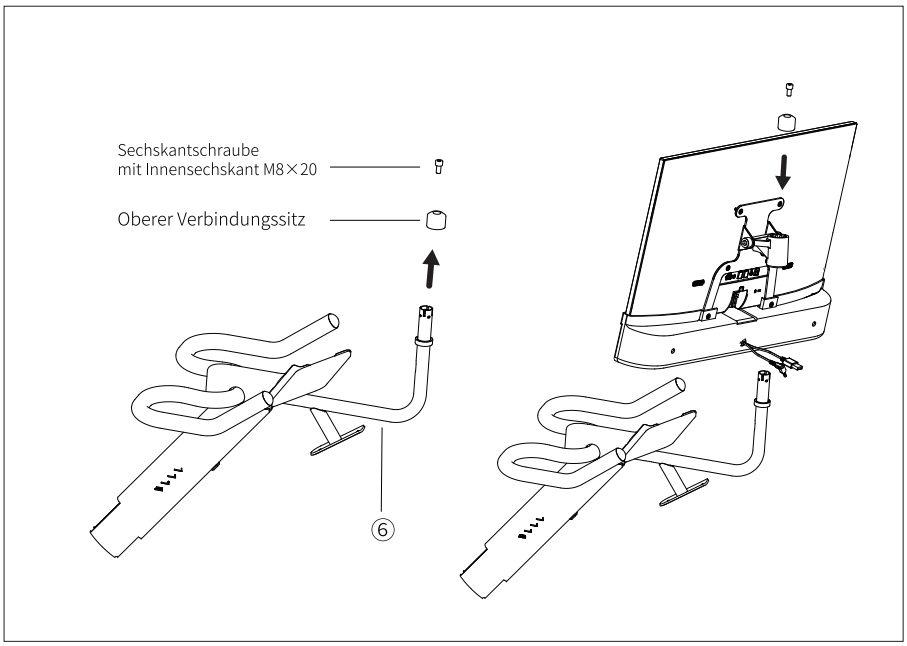

5. Lösen Sie die vorinstallierte Sechskantschraube (M8×20) am Monitorständer ⑥ mit einem L-Typ Kreuzkopf-Innensechskantschlüssel 6# (B) und entfernen Sie dann den oberen Verbindungssitz.
6. Setzen Sie die in den vorherigen Schritten montierten Bildschirm- und Lautsprecherkomponenten in den Monitorständer ⑥ ein, setzen Sie anschließend den oberen Verbindungssitz und die Sechskantschraube (M8×20) in der Reihe nach ein und verwenden Sie einen L-Typ Kreuzkopf-Innensechs-kantschlüssel 6# (B), um diese sicher zu befestigen.



L-Typ Kreuzkopf-
Innensechskantschlüssel 6# (B)



Sechskantschraube mit
Innensechskant M8×20, 1 Stück



# Installationsanleitung

### SCHRITT 7: Installation des Flaschenhalters

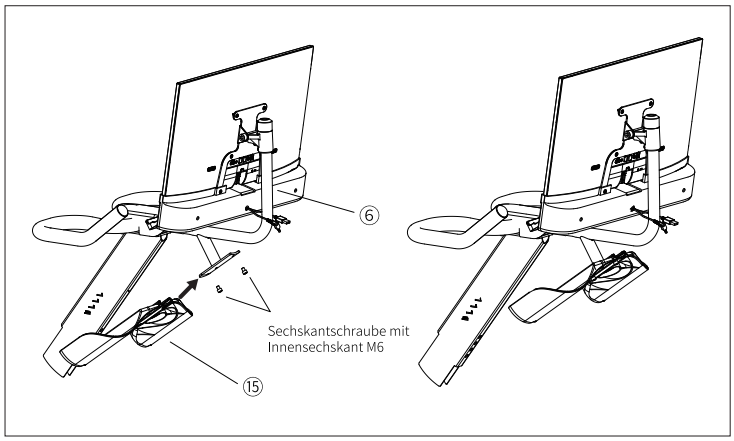
Wie in der Abbildung gezeigt, entfernen Sie die 2 Sechskantschrauben M6, die im Monitorständer ⑥ vorinstalliert sind, und richten Sie den Flaschenhalter ⑮ mit dem Schlitz im Monitorständer ⑥ aus. Schieben Sie ihn dann in die in der Abbildung angegebene Richtung. Verwenden Sie anschließend den L-förmigen Sechskantschlüssel 5# (A), um die 2 Sechskantschrauben M6 mit den Löchern auszurichten,
und befestigen Sie den Flaschenhalter.



L-shaped head six corner wrench 5#(A)



Sechskantschraube mit
Innensechskant M6, 2 Stück

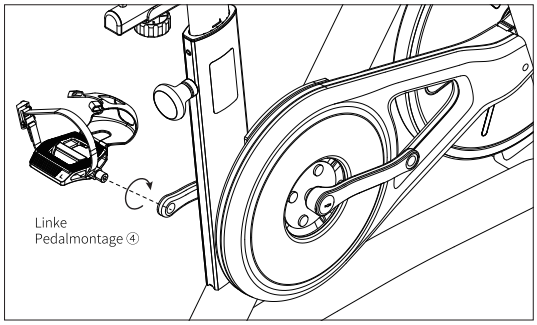



### SCHRITT 8: Installation der Pedale

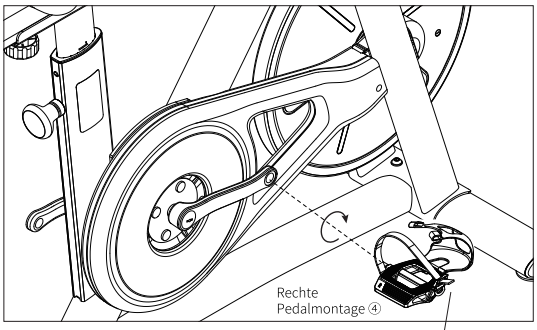
1.Nehmen Sie die Pedale aus der Verpackung.
2.Unterscheiden Sie die linken und rechten Pedale. Das rechte Pedal ist mit einem blauen "R" markiert, und das linke Pedal ist mit einem roten "L" markiert (Achten Sie darauf, die linken und rechten Pedale richtig zu unterscheiden, da bei falscher Montage die Kurbelgewinde beschädigt werden könnten!).
3.Stellen Sie sich hinter den Sitz und richten Sie sich auf den Lenker aus. Montieren Sie das linke Pedal an die linke Kurbel und stellen Sie sicher, dass das Pedal senkrecht zum Kurbelmontageloch steht. Verwenden Sie einen Gabelschlüssel (D), um es durch Drehen in Richtung Vorderseite des Fahrrads zu befestigen.



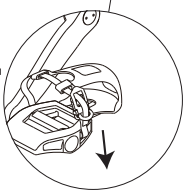
Gabelschlüssel (D)
(im Ziplock-Beutel)




4.Montieren Sie das rechte Pedal an der rechten Kurbel und stellen Sie sicher, dass das Pedal senkrecht zum Kurbelmontageloch steht. Verwenden Sie einen Gabelschlüssel (D),
um es durch Drehen in Richtung Vorderseite des Fahrrads zu befestigen.
Hinweis: Achten Sie bei der Installation darauf, dass die rote Markierung an der Kurbel mit der roten Markierung am Pedal übereinstimmt und die blaue Markierung an der Kurbel mit der blauen Markierung am Pedal.




**Schrauben Sie das Pedal zuerst manuell in die Kurbel und ziehen Sie dann die Pedalmontagen L/R ④ mit dem Gabelschlüssel (D) fest.
(Hinweis: Die Anzugsrichtungen für sowohl das linke als auch das rechte Pedal zeigen in Richtung des Vorderteils.)**



Hinweis: Überprüfen Sie vor der Fahrt, ob die Pedalriemen festgezogen sind. Ziehen Sie sie nach unten, um sie zu straffen.

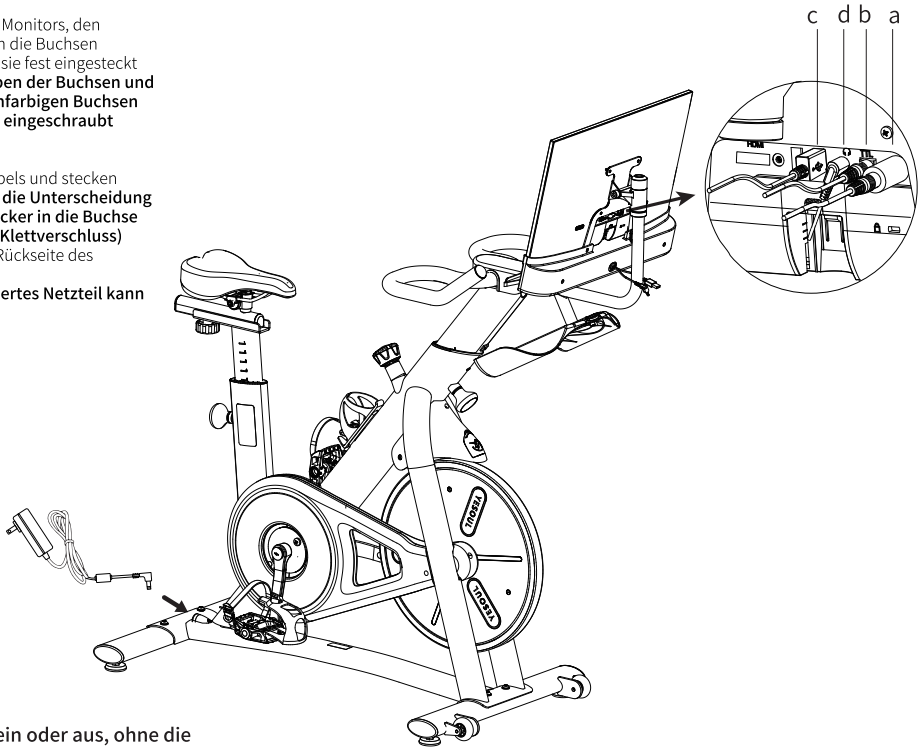
⚠ Sicherheitstipps:

**Rückwärtsfahren wird nicht empfohlen, da sich dabei die Pedale lockern können. Überprüfen Sie nach dem Rückwärtsfahren, ob die Pedale festgezogen sind, um Sicherheitsprobleme durch lose Pedale zu vermeiden.**

# Installationsanleitung

**SCHRITT 9: Installation des Verbindungskabels**

1. Stecken Sie den Stromstecker (a), den Signalstecker (b) des Monitors, den Stromstecker (c) und den Signalstecker (d) der Stereoanlage in die Buchsen unten auf der Rückseite des Monitors. Achten Sie darauf, dass sie fest eingesteckt sind **(Achten Sie auf die Unterscheidung zwischen den Farben der Buchsen und den Spezifikationen. Die Stecker sollen jeweils in die gleichfarbigen Buchsen eingesteckt werden. Die Netzkabelanschlüsse müssen fest eingeschraubt werden,**
**und stecken Sie sie fest ein und lassen Sie sie nicht locker)**
2. Wählen Sie den passenden HDMI-Anschluss des Casting-Kabels und stecken Sie es in die HDMI-Buchse unter dem Monitor **(Achten Sie auf die Unterscheidung zwischen IOS und Android. Bei Android muss der Stromstecker in die Buchse gesteckt werden. Befestigen Sie das zusätzliche Kabel mit Klettverschluss)**
3. Stecken Sie das Netzteil ⑨ in die Netzbuchse unten an der Rückseite des Rahmens ①, woraufhin die Kontrollleuchte dauernd leuchtet
**(Bitte verwenden Sie das Standard-Netzteil. Ein unautorisiertes Netzteil kann schwerwiegende Folgen haben)**




⚠ Hinweis:

- Stecken Sie die Schnittstelle des Monitors nicht ein oder aus, ohne die Stromversorgung zu unterbrechen.
- Bitte ziehen Sie den Netzstecker, wenn das Gerät nicht verwendet wird.
- Verwenden Sie dieses Gerät nicht während eines Gewitters. Trennen Sie sofort die Stromversorgung!

## Installationsanleitung

**(nur zur Referenz, maßgeblich ist das tatsächliche Produkt)**

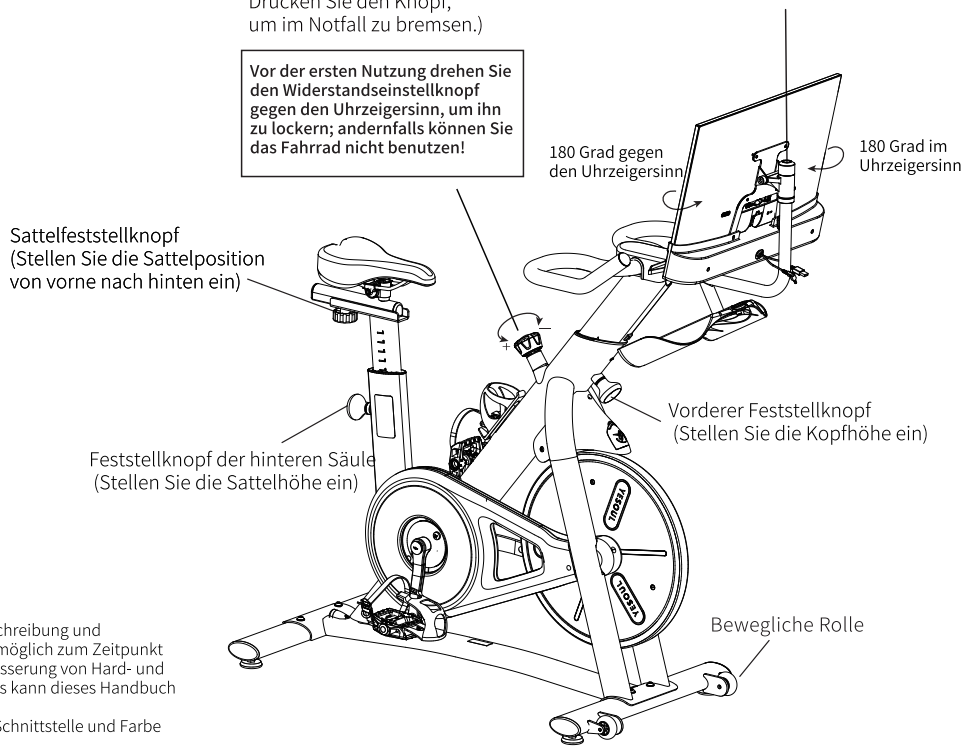
⚠ Sicherheitstipps:

**Bitte passen Sie die Rückenlehne vor der Benutzung an Ihre körperliche Verfassung an und ziehen Sie den Körperbefestigungsknopf fest.**

Widerstandsknopf
(Bitte passen Sie den Widerstand entsprechend Ihren Trainingsbedürfnissen an. Drücken Sie den Knopf, um im Notfall zu bremsen.)

**Vor der ersten Nutzung drehen Sie den Widerstandseinstellknopf gegen den Uhrzeigersinn, um ihn zu lockern; andernfalls können Sie das Fahrrad nicht benutzen!**

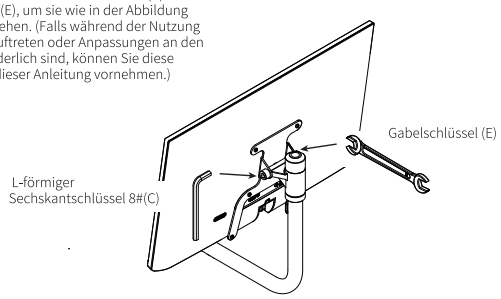
360 Grad Drehwinkel des Bildschirms, drehen Sie 180 Grad im Uhrzeigersinn/gegen den Uhrzeigersinn
(Hier kann der L-förmige Kreuzkopf-Sechskantschlüssel 6# (B) zum Festziehen/Lösen verwendet werden).




Erklärung:
Dieses Handbuch enthält die Funktionsbeschreibung und Bedienungsanleitungen so vollständig wie möglich zum Zeitpunkt des Drucks. Durch die kontinuierliche Verbesserung von Hard- und Software sowie die Optimierung des Designs kann dieses Handbuch vom gekauften Produkt abweichen.
Bei Abweichungen in Bezug auf Aussehen, Schnittstelle und Farbe gilt das tatsächliche Produkt.

## Vorsichtsmaßnahmen
## Bildschirm überprüfen

Nach Abschluss der Installation überprüfen Sie bitte, ob der Bildschirm beim Hoch- und Herunterklappen herunterfällt. Sollte dies der Fall sein, verwenden Sie einen L-förmigen Sechskantschlüssel 8#(C) und einen Gabelschlüssel (E), um sie wie in der Abbildung gezeigt festzuziehen. (Falls während der Nutzung Lockerungen auftreten oder Anpassungen an den Gelenken erforderlich sind, können Sie diese entsprechend dieser Anleitung vornehmen.)

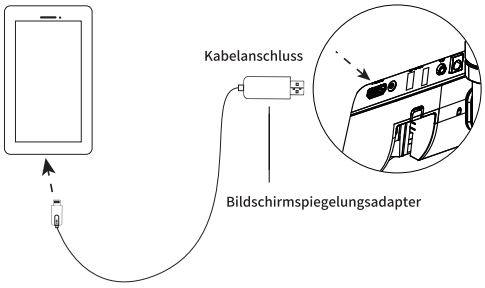



## Wie man den Bildschirm einstellt
## Bildschirmeinstellung

Zum Einstellen des Bildschirms verwenden Sie bitte den L-förmigen Kreuzschlitz-Inbusschlüssel 6# (B), um die Kreuzschlitz-Schrauben mit Unterlegscheiben auf dem Gehäuse der Stereoanlage zu entfernen. Entnehmen Sie die Stereoanlage von oben nach unten, stellen Sie diese dann gemäß den Anweisungen zur Tastenbedienung ein (wie in der Abbildung gezeigt), und setzen Sie die Stereoanlage dann wieder ein. (Bitte stellen Sie sicher, dass das Bildschirmspiegelungsgerät angeschlossen ist, bevor Sie den Bildschirm einstellen; andernfalls kann das OSD-Menü nicht aufgerufen werden.)

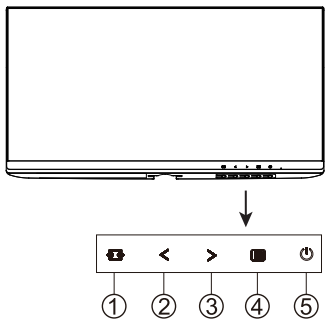
(1)Verbinden mit dem Bildschirmspiegelungsgerät

**Mobilgeräte:**




(2)Monitorbildschirm anpassen

| |
|---|
| 1. Version ansehen/Ansehen beenden |
| 2. Verkleinern |
| 3. Erhöhen |
| 4. Menü/auswählen |
| 5. Ein-/Ausschalten |

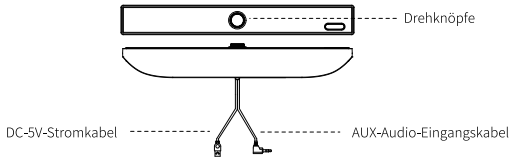



### Km/mi-Umschaltung




1. Stellen Sie sicher, dass der Monitor eingeschaltet und im Bildschirmspiegelungsmodus ist.
2. Drücken Sie die Taste „Menü/auswählen “, um das OSD-Menü aufzurufen.
3. Drücken Sie die Tasten „Verkleinern/Erhöhen “, um die gewünschte Option auszuwählen (die Einheitsschalter-Option befindet sich unter „Extra “), und drücken Sie anschließend die Taste „Menü/auswählen “, um zu bestätigen.
4. Drücken Sie die Tasten „Verkleinern/Erhöhen “, bis „km oder mi “ angezeigt wird, und drücken Sie dann die Taste „Menü/auswählen “, um den Einstellungsmodus zu öffnen.
5. Drücken Sie die Tasten „Verkleinern/Erhöhen “, um die gewünschte Einheit auszuwählen, und drücken Sie anschließend die Taste „Menü/auswählen “, um die Einstellung zu speichern.
6. Drücken Sie die Taste „Version ansehen/Ansehen beenden “, um das OSD-Menü zu verlassen und die Lautsprechereinheit in ihre ursprüngliche Position zurückzusetzen.

## Wie man die Lautsprecher einstellt
## Bedienung der Audiofunktion




| | Projekt | Vorbedingung | Bedienungsschritte | Effekt | Ton | LED |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Ein/Aus | Einschalten | / | Kurzes Drücken des Drehschalters | Einschalten | Einschaltton (Hallo) | Rote LED bleibt eingeschaltet |
| | Ausschalten | / | Drücken und Halten des Knopfes für 3 Sekunden | Ausschalten | Ausschaltton (Ausschaltklang) | Rote LED erlischt |
| Schlafzustand | Einschalten | / | Der Lautsprecher hat mehr als 10 Minuten lang kein AUX- oder Bluetooth-Signal-Eingang | Der Lautsprecher geht in den Schlafmodus | / | Rote LED erlischt |
| Weckfunktion | Schlafmodus | Schlafzustand | Durch Klicken des Knopfes (Klicken schaltet die Modi nicht um), das Eingeben von Audiosignalen, das Anpassen der Lautstärke und das Verbinden von Bluetooth kann der Lautsprecher aus dem Schlafmodus geweckt werden. | In den Vor-Wachmodus eintreten | / | Rote LED bleibt eingeschaltet |
| Steuer funktion | Lautstärke erhöhen | / | Drehen Sie den Schalter im Uhrzeigersinn | Die Lautstärke verringert sich allmählich mit Ihrer Drehung | Lautstärke bis zum Maximum mit einem Ton (Piepston) erhöhen | Rote LED bleibt eingeschaltet |
| | Lautstärke verringern | / | Drehen Sie den Schalter gegen den Uhrzeigersinn | Die Lautstärke verringert sich allmählich mit Ihrer Drehung | / | Rote LED bleibt eingeschaltet |
| | Moduswechsel | Einschalten | Kurzes Drücken des Drehschalters | Wechseln Sie zwischen AUX-Modus und Bluetooth-Modus | Wechseln Sie in den Bluetooth-Modus mit einem Piepston (Bluetooth-Pairing aktiviert) | 1. AUX-Modus: Rotes Licht bleibt immer an 2. Bluetooth-Modus: Rotes Licht blinkt schnell |
| Pairing-Funktion | Bluetooth-Pairing | Einschalten | Klicken Sie auf den Knopf, um den Modus auf Bluetooth-Modus zu wechseln | 1. Paarungssuchstatus, rotes Licht blinkt schnell 2. Wenn die Paarung innerhalb von 10 Minuten abläuft, geht es in den Schlafmodus | Abschaltton (Abschaltgeräusch) | Rote LED blinkt schnell |
| | | Einschalten | Aktivieren Sie Bluetooth und suchen Sie auf dem Gerät | Das Bluetooth-Gerät sucht nach „Speaker “ und verbindet sich. Eine erfolgreiche Verbindung wird mit einem Ton angekündigt. | Der Ton der erfolgreichen Verbindung (Gekoppelt (Dong)) | Rote LED bleibt eingeschaltet |
| | Getrennt | Verbunden | Deaktivieren Sie die Bluetooth-Funktion Ihres Geräts<br>Stornieren Sie die Kopplung über das Gerät<br>Trennen Sie die Bluetooth-Verbindung über das Gerät | 1. Ankündigungston (Paarung) 2. Der Lautsprecher geht in den Pairing-Modus | Trennungs-Ton (Paarung) | Rote LED blinkt schnell |
| | Wieder verbunden – zurück im Bluetooth-Bereich | Getrennt | 1. Mit dem Gerät verbunden, die Bluetooth-Verbindung trennt sich, nachdem das Gerät aus dem Bluetooth-Bereich entfernt wurde 2. Es wird erfolgreich wieder verbunden, wenn es innerhalb von 10 Minuten wieder im Bluetooth-Bereich ist | 1. Nach einer Überdistanztrennung geht der Lautsprecher in den Paarungsmodus und das rote Licht blinkt schnell 2. Nach 10 Minuten, ohne dass ein Gerät verbunden ist, geht der Lautsprecher in den Schlafmodus“ | Trennungs-Ton (Paarung) | Rote LED blinkt schnell |
| | | | | Erfolgreich mit dem Gerät wieder verbunden | Der Ton der erfolgreichen Verbindung (Gekoppelt) | Rote LED bleibt eingeschaltet |
| | Wieder verbunden | Bluetooth-Modus (zuvor mit Gerät gekoppelt) | Wechseln Sie in den Bluetooth-Modus, der Lautsprecher versucht, sich mit dem letzten Gerät wieder zu verbinden | Wenn die Verbindung innerhalb von 10 Minuten nicht wiederhergestellt werden kann, geht der Lautsprecher in den Schlafmodus | Der Ton der erfolgreichen Verbindung (Gekoppelt) | Rote LED bleibt eingeschaltet |
| | Werkseinstellung zurücksetzen (Im Bluetooth-Modus) | Einschalten | Im Bluetooth-Modus, drücken Sie dreifach den Lautsprecher-Knopf | 1. Auf den Standard-Startzustand zurücksetzen (AUX-Modus betreten) 2. Bluetooth-Verbindungsdaten löschen und die Kopplung der vorderen und hinteren Lautsprecher löschen, Lautstärke auf die Standardlautstärke zurücksetzen (maximale Lautstärke 50%) 3. In den AUX-Modus wechseln | Wiederherstellungs-Erfolgston (Hallo) | Rote LED bleibt eingeschaltet |

Hinweis: Wenn Ihr Telefon über Bluetooth mit dem Lautsprecher und gleichzeitig mit der kabelgebundenen Bildschirmprojektion verbunden ist, schalten Sie den Lautsprecher bitte in den AUX-Modus.

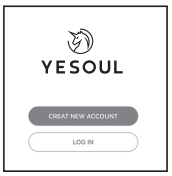
## Anleitung zur Nutzung der APP

### APP-Installation und Registrierung

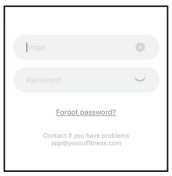
· Sie können den unten stehenden QR-Code scannen, um die APP herunterzuladen und ein APP-Konto zu registrieren.



1. Scannen Sie den QR-Code und laden Sie die APP herunter



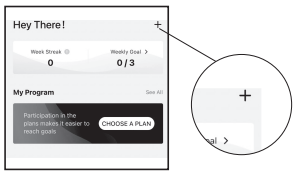

2. Gehen Sie zur Anmeldeseite der APP




3. Registrieren Sie ein APP-Konto

### Geräte verbinden

· Wenn Sie das Gerät zum ersten Mal verwenden, klicken Sie auf das 「+」 in der oberen rechten Ecke von 「Startseite」 oder betreten Sie den Kurs und verbinden Sie das Gerät gemäß den Schnittstellenanweisungen.




4. Gehen Sie zur Startseite der APP




5. Geräte suchen

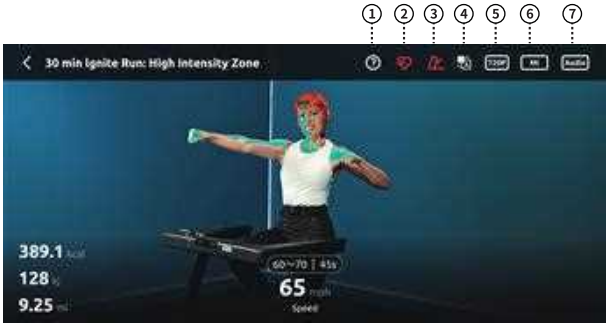
· Für die nächste Nutzung stellen Sie sich einfach auf das Gerät, öffnen Sie den Sportmodus oder einen Kurs in der App und tippen Sie auf die Taste (  /  ), um die Verbindung automatisch herzustellen.
· Das Gerät unterstützt keine gleichzeitige Verbindung mehrerer Mobiltelefone. Bitte stellen Sie vor der Nutzung sicher, dass keine anderen Benutzer derzeit mit dem Gerät verbunden sind.
· Nach dem Ausschalten wird die Bluetooth-Verbindung automatisch getrennt.
· Neben der Verbindung mit der YESOUL FITNESS APP kann Bluetooth auch mit der Software Kinomap und Zwift verbunden werden.
· Das Display wechselt automatisch in den Ruhemodus, 10 Minuten nachdem Sie mit dem Training fertig sind.

Kinomap Zwift

### APP-Mitgliedschaft erwerben

Öffnen Sie die APP und gehen Sie zu 「Startseite」–「Einstellungen」–「Mitgliedsrechte」, und folgen Sie den Anweisungen auf dem Bildschirm, um den Mitgliedschaftskauf abzuschließen.

**Beschreibung der Kurs-Symbole in der App**




1. Schritt-für-Schritt Trainingsanleitung
2. Verbindung und Herzfrequenzüberwachung
3. Daten mit Fitnessgeräten synchronisieren
4. Audio und Untertitel übersetzen
5. 720P Videoqualität auf dem Bildschirm anpassen
6. MI Anzeige zwischen imperialen und metrischen Einheiten umschalten
7. Audio Lautstärke von Stimme und Musik anpassen

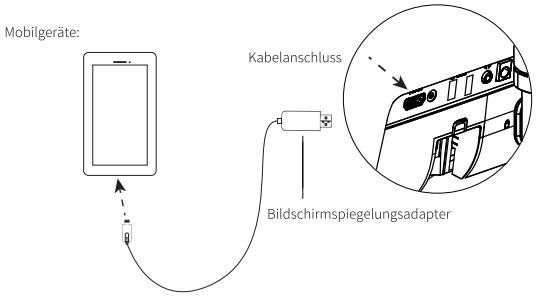
· Das Symbol „Daten mit Fitnessgeräten synchronisieren“ kann je nach Gerätetyp, der vom jeweiligen Kurs unterstützt wird, variieren. Bitte folgen Sie den Anweisungen auf dem Bildschirm, um das passende Gerät zu verbinden.
· Die oben gezeigten Abbildungen dienen nur als Referenz. Da die Software laufend aktualisiert und weiterentwickelt wird, gelten die tatsächlichen Gegebenheiten.
· Die oben gezeigten Abbildungen und Daten können von der tatsächlichen Ausführung leicht abweichen. Aufgrund fortlaufender Software-Updates und produktionsbedingter Toleranzen gelten die tatsächlichen Gegebenheiten.

## Über den kabelgebundenen Projektionsbildschirm

### Installationsanleitung für die kabelgebundene Bildschirmprojektion:

1. Laden Sie die Yesoul Fitness App herunter und registrieren Sie sich.
2. Verbinden Sie Ihr Gerät innerhalb der App.
3. Verbinden Sie Ihr Smartphone mit einem Bildschirmspiegelungskabel.
(Das Smartphone muss DisplayPort unterstützen.).

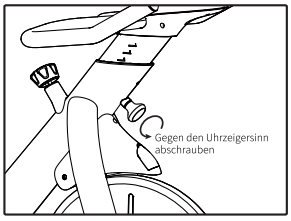
**Hinweis: Im Lieferumfang sind zwei Adapter für die Bildschirmspiegelung enthalten**
**– einer für Android und einer für iOS. Bitte verwenden Sie den entsprechenden Adapter je nach Modell Ihres Smartphones.**




## Wie man das Fahrrad einstellt

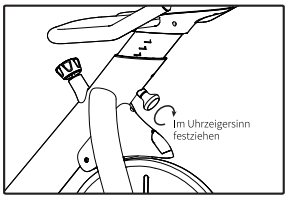
### 1. Lenkerhöhenverstellung:

Drehen Sie den Knopf der vorderen Säule mit einer Hand 4–5 Umdrehungen nach links, ziehen Sie ihn heraus und halten Sie ihn fest. Halten Sie mit der anderen Hand den Lenker fest und heben Sie ihn an (oder drücken Sie ihn nach unten) in die gewünschte Position. Lassen Sie dann den Knopf los, ziehen Sie die Säule vorsichtig auf und ab, sodass die Feder automatisch zurückgesetzt wird (das „Klick “-Geräusch zeigt an, dass der Knopf in den Schlitz der Säule eingerastet ist). Drehen Sie abschließend den Knopf nach rechts, bis er fest sitzt.





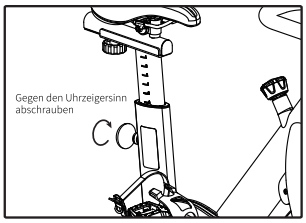


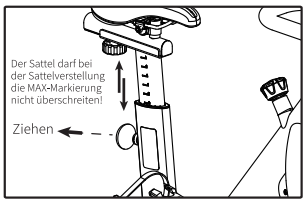


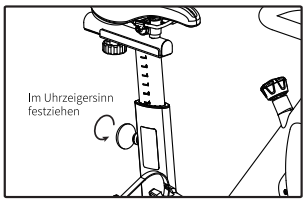

***Hinweis: Vor dem Verriegeln stellen Sie bitte sicher, dass die Löcher ausgerichtet sind und die MAX-Linie nicht überschritten wird.**

### 2. Sattelhöhenverstellung:

Drehen Sie den Knopf der vorderen Säule mit einer Hand 4–5 Umdrehungen nach links, ziehen Sie ihn heraus und halten Sie ihn fest. Heben Sie mit der anderen Hand den Sattel an (oder drücken Sie ihn nach unten), bis die gewünschte Position erreicht ist. Lassen Sie dann den Knopf los, ziehen Sie die Säule vorsichtig auf und ab, sodass die Feder automatisch zurückgesetzt wird (das „Klick“-Geräusch zeigt an, dass der Knopf in den Schlitz der Säule eingerastet ist). Drehen Sie abschließend den Knopf nach rechts, bis er fest sitzt.



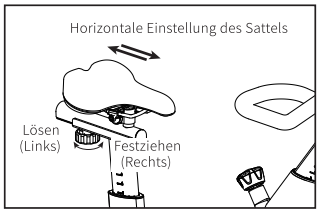




***Hinweis: Vor dem Verriegeln stellen Sie bitte sicher, dass die Löcher ausgerichtet sind und die MAX-Linie nicht überschritten wird.**

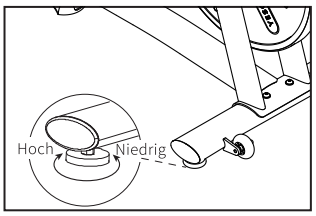
### 3. Horizontale Einstellung des Sattels:

Lösen Sie den Griff unter dem Sattel, schieben Sie den Sattel vor und zurück in die gewünschte Position und ziehen Sie den Knopf so fest wie möglich an.



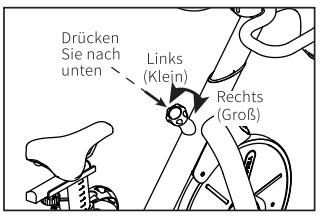

### 4. Einstellung der Körperausrichtung:

Am unteren Ende der vorderen und hinteren Pedalrohre befinden sich vier Einstellpolster. Schrauben Sie diese Polster, bis sie fest auf dem Boden sitzen und der Körper nicht wackelt.




### 5. Notbremseinstellung

Wenn es nicht in Gebrauch ist, drehen Sie den Knopf nach rechts, bis er ganz unten ist, um ihn zu verriegeln. Beim Fahren drehen Sie den Knopf nach links, um ihn zu entriegeln (Sie können den Knopf nach links oder rechts drehen, um den Widerstand je nach Ihren Fahrbedürfnissen anzupassen). Im Falle einer Notbremsung oder zum Anhalten der Bewegung drücken Sie den Knopf ganz nach unten, bis er stoppt.

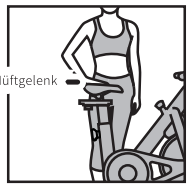


## Wie man die richtige Fahrhaltung bestimmt

**1. Einstellung der richtigen Sattelhöhe**

**Sattelhöhe**

Stellen Sie die Füße zusammen, stehen Sie auf einer Seite des Sattels und stellen Sie den Sattel auf Hüfthöhe ein (Abb. 1). Setzen Sie sich dann auf den Sattel, treten Sie kräftig auf die Pedale, bis diese um 6 Uhr stoppen und das Bein vollständig gestreckt werden kann (Abb. 2).



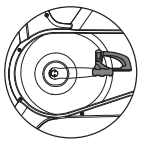

(Abb. 1)



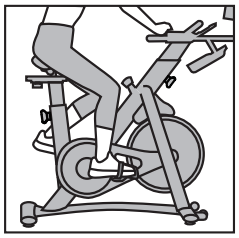

(Abb. 2)

**Horizontale Position des Sattels**

Setzen Sie den rechten Fuß in den Fußhalter und treten Sie auf die Pedale, bis das rechte Pedal auf 3 Uhr steht und die Vorderseite des Kniegelenks in der gleichen vertikalen Linie wie das Pedal ist, d.h. der Sattel befindet sich in der richtigen Position (Abb. 3).



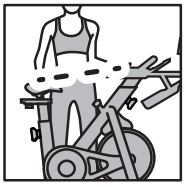
3 Uhr: Der rechte Kurbelarm ist parallel zum Boden in die richtige Richtung ausgerichtet



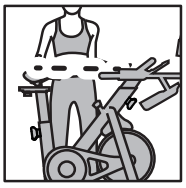
(Abb. 3)

### 2. Einstellung der richtigen Lenkerhöhe

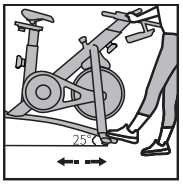
Jeder Benutzer kann die passende Lenkerhöhe basierend auf seiner Körpergröße und Fahrerfahrung einstellen.
Wir empfehlen: Für neue Benutzer (Abb. 1) sollte die Lenkerhöhe etwas höher als der Sattel sein, für erfahrene Benutzer (Abb. 2) sollte die Lenkerhöhe auf gleicher Höhe oder etwas niedriger als der Sattel sein. Für Benutzer mit Lendenmuskulaturverspannungen oder Lendenwirbelsäulenproblemen wird empfohlen, mit Zustimmung eines Arztes zu fahren und den Lenker auf eine höhere Position einzustellen.
Drücken Sie die Armlehne nach unten, um das Fußrohr um mehr als 25° anzuheben, und verwenden Sie die bewegliche Rolle, um das dynamische Fahrrad zu ziehen (Abb. 3).



(Abb. 1)



(Abb. 2)

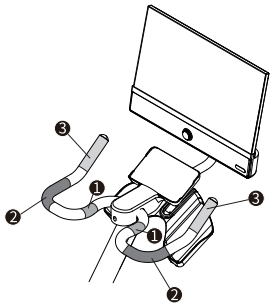



(Abb. 3)

### 3. Anordnung der Lenkerposition des Fahrrads

Während des Fahrens zeigen die Trainer die entsprechenden Handpositionen, d.h. die entsprechenden Teile des Lenkers, wie unten gezeigt.

❶ Handposition 1
❷ Handposition 2
❸ Handposition 3




**G1M PLUS2609V0**