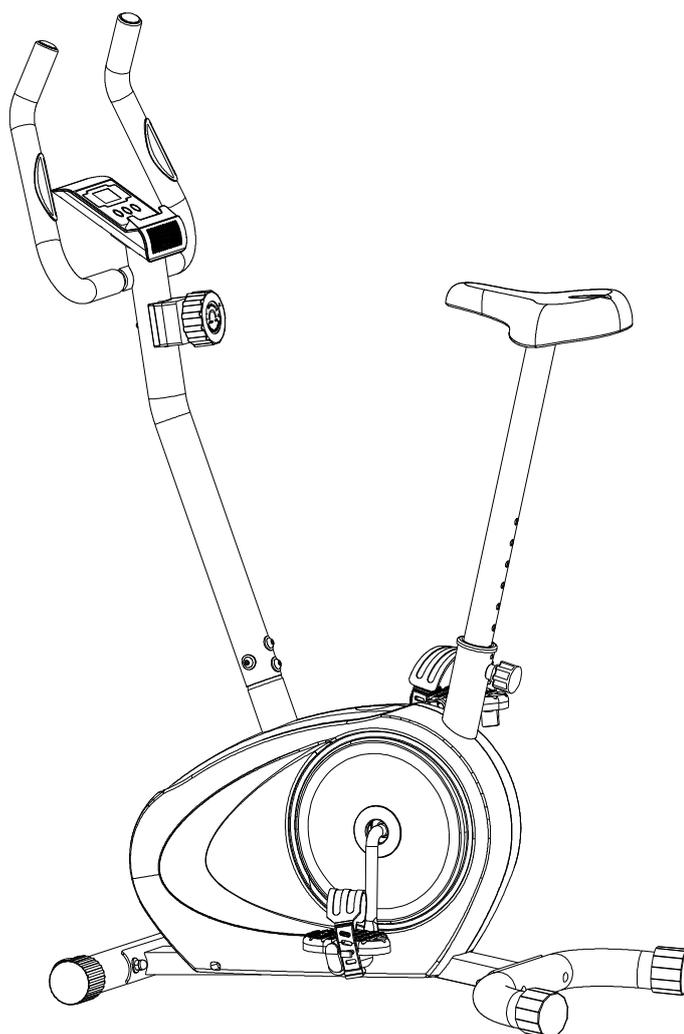




UB120+直立健身車

產品說明書



歡迎、技術支援與保固

-----P02

安全警告-----P02

重要操作指引-----P03

處置舊產品-----P03

產品特點

-----P04-11

1.1 產品特點-----P04

1.2 組裝包清單-----P05

1.3 零件包清單-----P06

1~5組裝步驟-----P07-11

操作說明

-----P12-13

2.1 認識電子儀表-----P12

2.2 顯示螢幕與按鍵功能-----P12

2.3 按鈕功能-----P13

2.4 功能與操作-----P13

2.5 調整阻力-----P13

保養方式

-----P14

保養與清潔-----P14

異常狀況排除

-----P14

*此機型為家用機種，保固僅提供家用情況下使用，若運用於其他用途，則不屬於保固範圍。

歡迎

感謝您購買 XTERRA UB120+ 健身車，展開您的運動生活，擁抱健康與自信風采。
我們提供完整的售後服務，讓您輕鬆使用本產品，若您有任何產品問題可至致電04-7977888 轉830。

技術支援和保固

XTERRA 健身器材通過歐規 UL 認證，如果您的 XTERRA 健身器材不能正常運作或有任何問題，敬請與您購買地點的經銷商聯絡或致電04-7977888 轉830，我們將提供您完善適切的處理。

建議您不要自行維修內部零件。跑步機請勿重摔與外加非 XTERRA 官方許可的配件。當發現產品非由 XTERRA 配合之維修商家拆解時，保固立即失效。本說明書提供的操作說明為產品正確的使用方式，若以非本說明書操作方式造成產品損壞，則保固失效。

重要安全說明

安全使用警告

健身車的機台設計是符合安全標準的，在操作之前必須詳細閱讀使用手冊，並小心使用。為了確保你的安全，請注意下列的安全警告：

1. 請按照操作說明書上的指示使用本器材，不要一開始就高速騎乘，必須以慢速騎一段時間，直到你覺得熱身完成之後，再調到高速騎乘。
2. 等健身車停止轉動後，才進行下車。
3. 過度訓練可能導致嚴重的傷害，所以請先諮詢醫生或合格的健身教練，找出最適合你的運動訓練計畫。

警告：

如果運動過程中，感到胸痛、劇烈的肌肉不適、頭暈或呼吸不順，應立即停止運動。如果症狀持續發生，應立即向醫生諮詢。

4. 不要用手轉動踏板。不要碰觸任何正在運動的機械裝置，否則可能造成身體上的傷害。
5. 在家中，不管是否正使用此機台，請避免讓小孩和寵物靠近它。
6. 不要讓異物掉入此機台任何有開口的地方。
7. 請在平坦、穩固的地面上使用此機台。
8. 請遵守安全操作，包含座椅及車把的位置以及腳踏板等。
9. 安全操作範圍：器材兩側至少保留 30 公分的安全空間，後方至少保留60公分的安全空間。
10. 本器材不具備給體能弱，反應遲緩或有精神障礙的人（包括兒童）使用，除非在有對其負責的人員指導或幫助下安全使用。

定期檢查本器材是否有磨損或損壞。損壞的部分應立即更換零件，或停止使用此器材直到被修復為止。若未按照說明書的使用指示，可能會使訓練的效果打折扣，或對使用者造成傷害，並減少此器材的使用壽命。

在從事任何激烈運動之前請與醫師商量，特別是 35 歲以上或是身體有不適的人。使用任何健身器材之前請閱讀完產品說明書，否則我們對個人運動傷害不具任何責任。

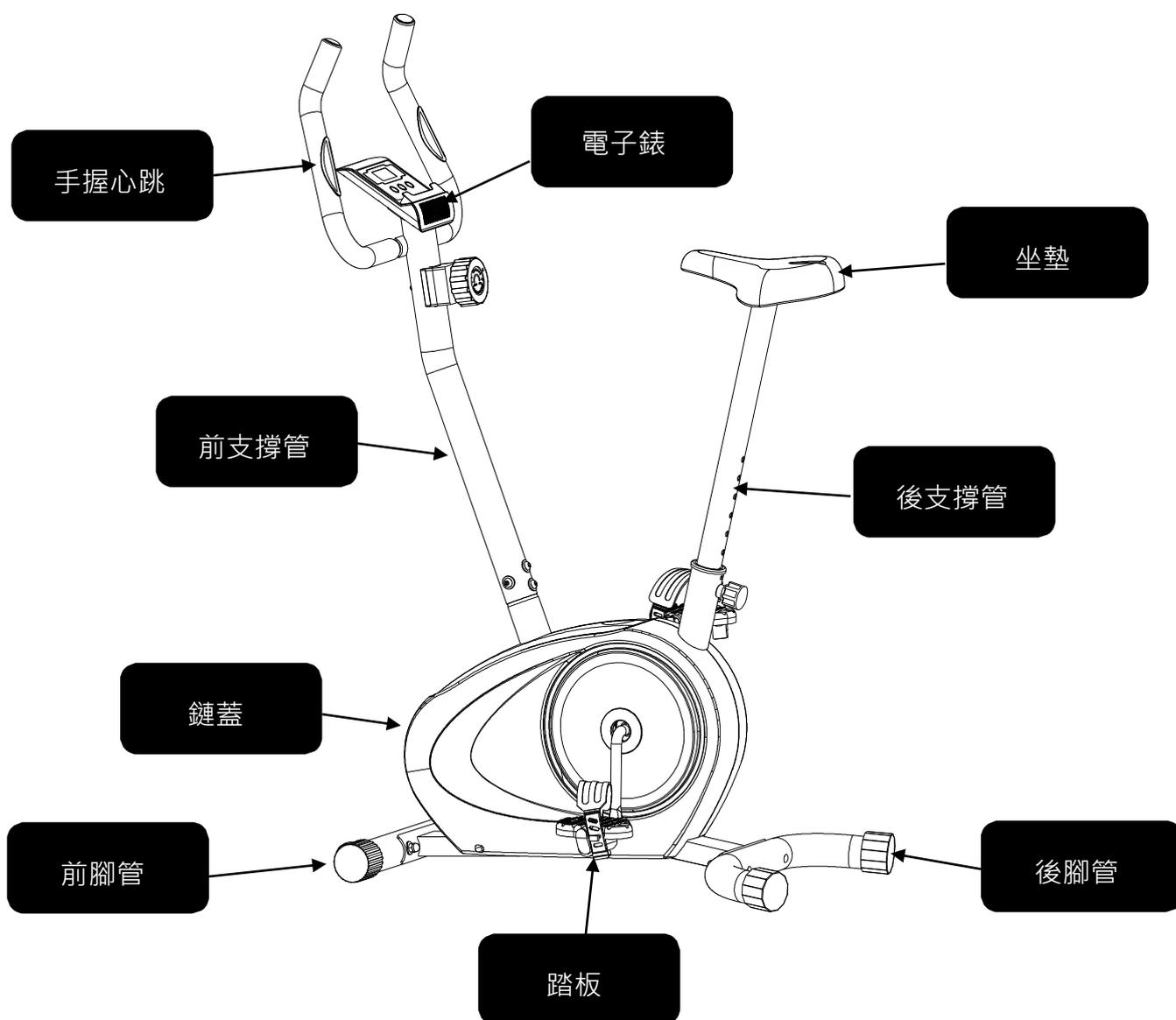
重要操作指引

- 沒有閱讀過產品說明書之前，切勿操作本機台。
- 對對面板上的控制鍵，請勿過度按壓，只要以手指輕按即可有精確功能，用力按壓並不會使機台更快或更慢，如果感覺以正常壓力按鍵功能不良，請聯絡代理商。

處置舊產品

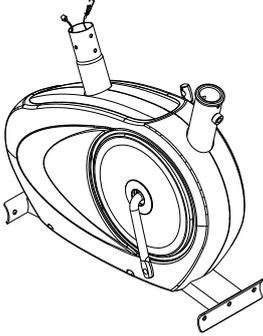
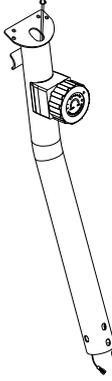
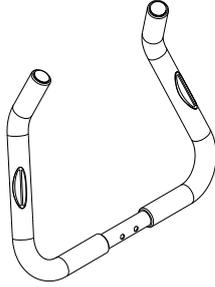
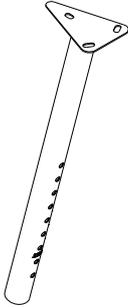
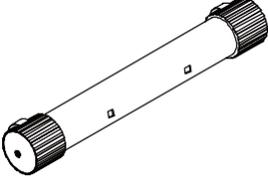
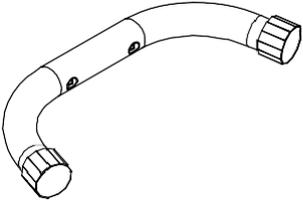
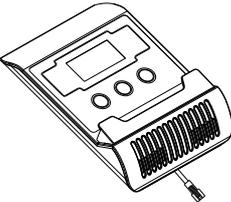
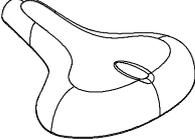
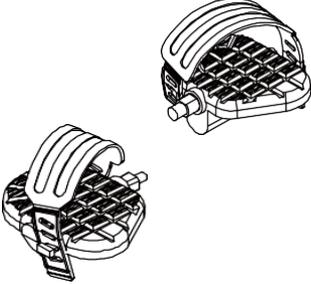
您的產品使用高品質的材料和零件設計與製造，依據行政院環境保證署（廢棄物清理法）與（資源回收再利用法），本產品應回收再利用，為了永久的綠色地球環境，您可就近聯絡當地清潔隊進行回收作業或洽詢 XTERRA 服務人員為您提供舊換新優惠服務。

1.1 產品特點

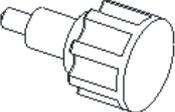
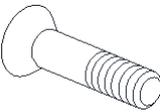
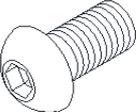
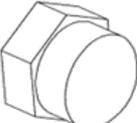
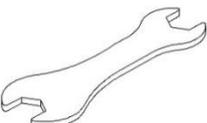


為了您的利益，請再使用XTERRA Fitness健身車前仔細閱讀此使用說明，請熟悉圖中所標明的部位。

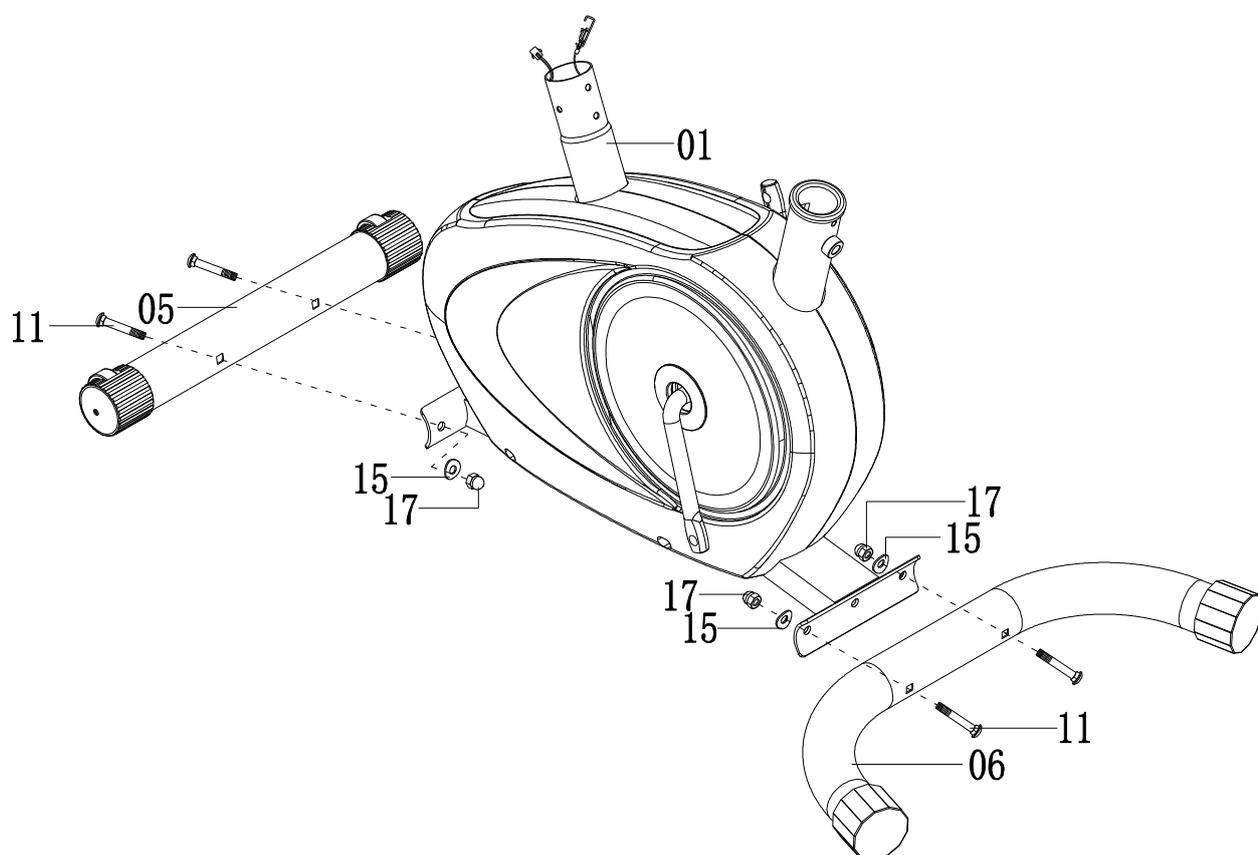
1.2 組裝包清單

 <p>No. 01 車架</p>	 <p>No. 02 前支撐管</p>	 <p>No. 03 前車把</p>
 <p>No. 04 坐墊管</p>	 <p>No. 05 前腳管</p>	 <p>No. 06 後腳管</p>
 <p>No. 07 電子錶</p>	 <p>No. 08 坐墊</p>	 <p>No. 09L/R 左右腳踏板</p>

1.3 零件包清單

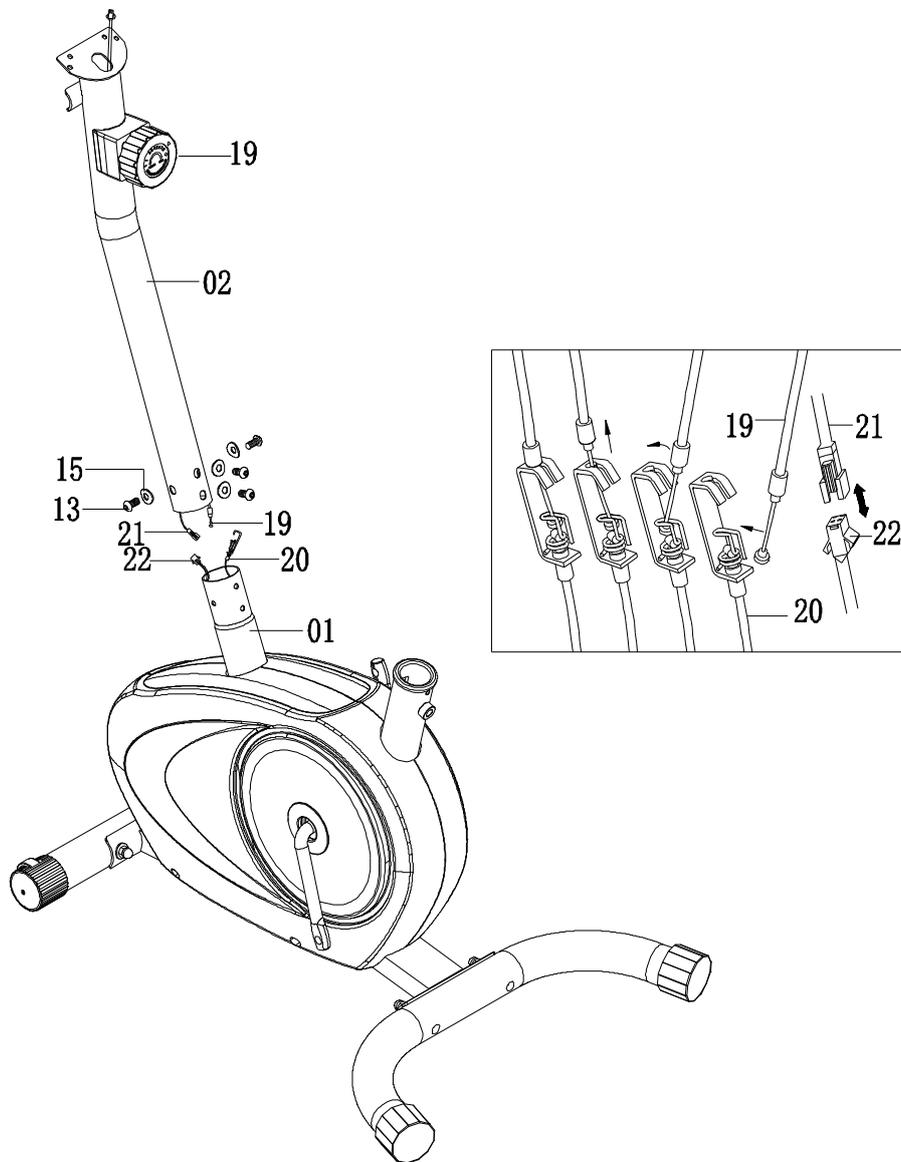
零件號碼	圖示	描述	數量
10		M16旋鈕	1
11		馬車螺絲 M8x60L	4
12		內六角沉頭螺絲 M8x35L	2
13		內六角半圓頭螺絲 M8x15L	4
15		弧形華司 $\phi 8.5 \times \phi 20 \times 1.5t$	8
17		高戴帽 80Lx30W	4
55		內六角扳手 80Lx30W	1
56		六角頭扳手 對邊13-15	1

1 底座和主機架安裝步驟



1. 使用2個馬車螺絲（11號）、2個弧形華司（15號）和2個高戴帽（17號）將前腳管（05號）安裝到主機架（01號）上。
2. 使用2個馬車螺絲（11號）、2個弧形華司（15號）和2個高戴帽（17號）將後腳管（06號）安裝到主機架（01號）上。

2 阻力線及前支撐管安裝步驟



1. 從以下位置卸下預裝的4顆內六角螺絲 (13號) · 4顆弧形華司 (15號) 及前柱 (02號) 。
2. 將阻力旋鈕 (19號) 轉到第8個 (最高) 水平 · 然後將其連接到下部阻力線 (20號) 。
3. 將擴展傳感器導線 (21號) 與傳感器導線 (22號) 連接 。
4. 將前支撐管 (02號) 插入主機架 (01號) · 並用扳手固定4個內六角螺絲(13號) 和4個弧形華司 (15號) 。

3 坐墊安裝步驟

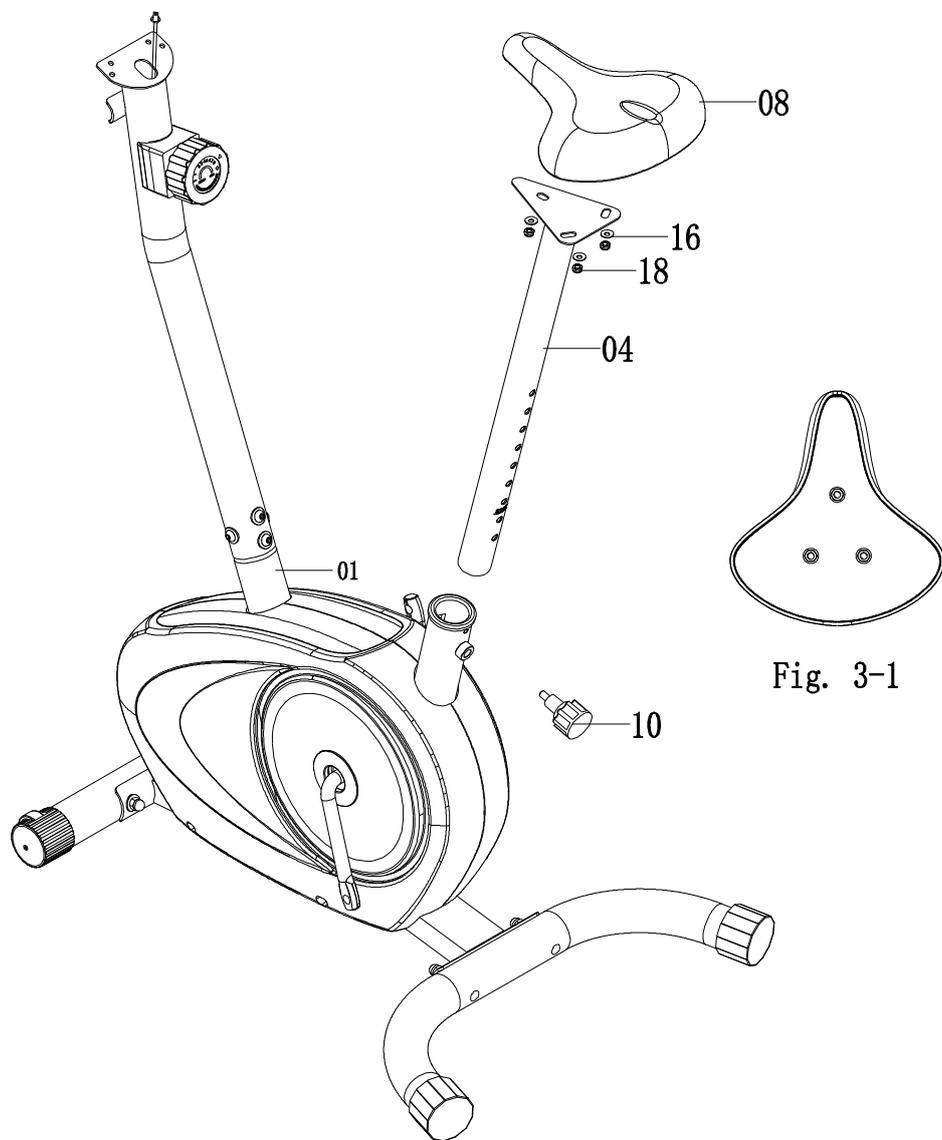
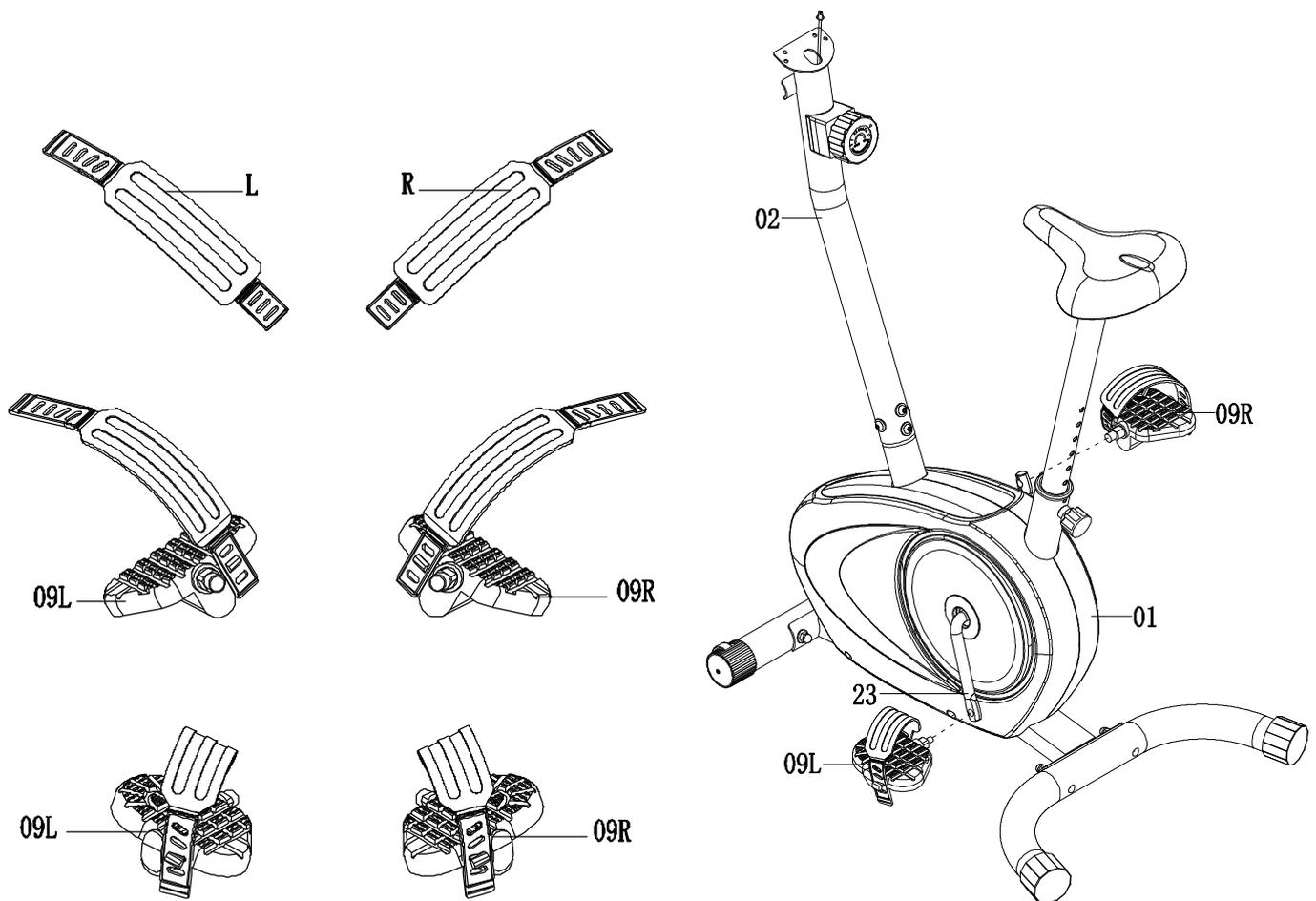


Fig. 3-1

1. 從坐墊（08號）的背面拆下預裝的3個平華司（16號）和3個尼龍防鬆螺母（18號）（見圖3-1）。
2. 再將坐墊（08號）連接到座桿（04號），並用3個平華司（16號）和3個尼龍防鬆螺母（18號）固定。
3. 將坐墊管（04號）插入主機架（01號）。對齊孔，並用快速插銷（10號）將坐墊管（04號）固定在正確的位置。

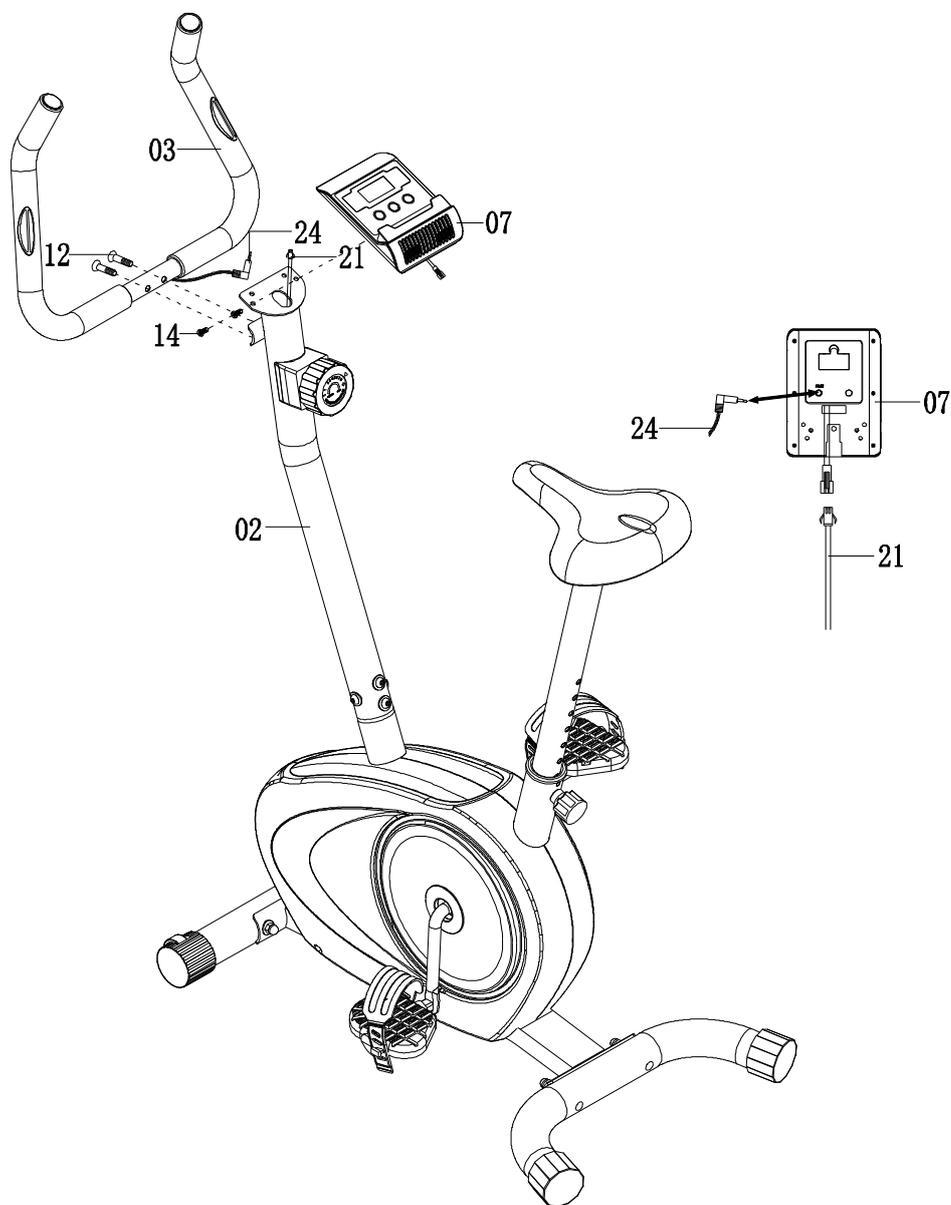
4 腳踏板安裝步驟



1. 將 (L) 帶子連接到左踏板 (09L) ，然後可以將帶子調整到所需的長度。使用相同的方法將 (R) 錶帶連接至右踏板 (09R) 。
2. 將左踏板 (09L) 連接到帶滑輪曲柄 (23 號) 的左側。逆時針旋轉以將其擰緊。
3. 將右踏板 (09R) 連接到帶皮帶輪曲柄 (23 號) 的右側。順時針旋轉將其擰緊。

注意：帶子應朝外，踏板應安裝在其各自的側面上，以起作用。

5 車把與顯示螢幕安裝步驟



1. 從電子錶（07號）背面卸下預裝的2顆十字傘頭螺釘（14號）備用。
2. 將電子錶（07號）上的感應線與上段電子感應線（21號）對接，再用2顆十字頭螺釘（14號）將電子錶（07號）固定到前支撐管（02號）上並鎖緊。
3. 將前車把（03號）用2顆內六角沉頭螺絲（12號）連接到前支撐管（02號）固定，再將車把（03號）上的心率線（24號）插在電子錶（07號）背面。

*注意：在使用機器之前，請確保已擰緊所有螺栓和螺母。

操作說明

2.1 認識電子儀表



2.2 顯示螢幕與按鍵功能

功能	自動掃描	每 6 秒
	時 間	0:00 ~ 99:59
	速 度	0.0 ~ 999.9 公里/小時
	距 離	0.00 ~ 999.9 公里
	卡 路 里	0.0 ~ 999.9 卡
	里 程 計	0.0 ~ 9999 公里
	脈 搏	40 ~ 240 BPM
電池種類	2 AAA 或 UM 4	
操作溫度	0°C ~ +40°C	
儲存溫度	-10°C ~ +60°C	

- 當您開始踩踏板或按任意鍵時，電子錶將打開。
- 閒置4分鐘後，電子錶將自動關閉。

2.3 按鈕功能

MODE(模式) –按下此按鈕可以選擇掃描、時間、速度、距離、卡路里、總距離和心跳功能。

按住此按鈕超過2秒鐘，電子表將被復位，此時除總距離外所有數據皆會歸零。

2.4 功能與操作

1. SCAN(掃描): 按下 MODE(模式)鍵直到 ▼ 出現 SCAN 位置，螢幕將每 6 秒分別顯示: 時間、速度、距離、卡路里、總距離和心跳值。
2. TIME(時間): 測量運動開始到結束所用的時間。
3. SPEED(速度): 測量當前的運動速度。
4. DISTANCE(距離): 測量自運動開始至結束的距離。最高顯示值為 999.99 公里。
5. CALORIE(卡路里): 可計算總卡路里自運動開始至結束。

註：此卡路里數值為參考數值，不能使用於醫療用途。

6. ODOMETER(總距離): 螢幕會顯示總累積距離。除非取出電池，否則無法重置。
7. PULSE RATE(心率): 按下MODE(模式)鍵直到顯示“PULSE”。按下SET(設置)鍵去設置目標心率。

在測量你的心率前，請將手掌放置於兩邊的接觸墊。6-7秒後螢幕會以每分鐘最大心跳數。(BPM)顯示出你當下的心率。在測量心跳的過程中，最初的2-3秒測量值會高出於實際的脈搏，穩定之後會顯示出較精準的數據。此心率測量值不適用作為醫療用途的依據。

注意

- 若顯示很模糊或沒有顯示數字，請更換電池。
- 若螢幕沒有接收到任何訊號，4秒後則會自動關閉，進入睡眠模式。

2.5 調整阻力

使用電子錶下方旋鈕調整阻力，最小阻力為1。

保養方式

放置直立健身車時，請務必確認直立健身車四周有足夠活動空間。

保養

依據個人的訓練方案，每週或使用前需對此設備進行檢查。

這會確保您的安全，並幫助您維持好機器的完整性及狀況。更多細節請見下方：

- 檢查踏板是否拴緊，因為他們會隨著時間的推移而變鬆。
- 檢查固定坐墊的螺母是否鎖緊。
- 檢查支撐管上的螺栓是否有擰緊。
- 檢查扶手管是否牢固。
- 在您開始訓練之前，將任何有可能隨著時間推移鬆掉的部分都鎖緊。

清潔

濕布足以清潔機器大部分的表面。請注意勿滴水至顯示器上。如果有需要，可以加入溫和的肥皂水擦拭。

異常狀況排除指示

異常狀況

顯示器顯示褪色數值0，或是數字不完整或完全不亮。

發生原因/解決方案

- 確認電子錶是否與機器連接。
- 檢查電子錶電力是否充足或電池是否安裝錯誤。

若都無法排除問題，請連繫 XTERRA 客服人員04-7977888 轉830



台灣總代理：岱宇國際股份有限公司
公司地址：台北市松江路111號12樓
聯絡電話：04-7977888 #830
Email: service@dyaco.com.tw
www.dyaco.com.tw