

Tack för ditt köp av Bkool- tränaren.

Vi hoppas att du blir nöjd och att du blir en del av det omfattande Bkool nätverk.

## KOMPONENTER



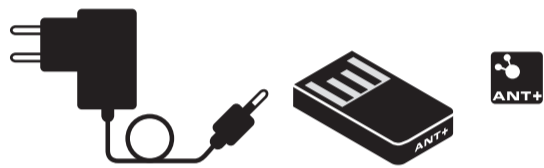
Hometrainer



Framhjulsstöd



Snabbkobling



Strömkälla

ANT+ USB

### KONTAKT

Bkool, S.L. CIF: B 98125024.  
Address: Calle Santa María 17, 28231  
Las Rozas - Madrid. Spain. info@bkool.com

## SNABBGUIDE

### INNAN DIN FÖRSTA ÅKTUR

**Registrera dig.** Om du inte är en registrerad användare på [www.bkool.com](http://www.bkool.com), kan du registrera dig nu. Du måste använda samma e-postadress och lösenord för båda [www.bkool.com](http://www.bkool.com) och Bkool-mjukvaran "Bkool Indoor".

**Ladda ner programmet "Bkool Indoor"** från sidan för nedladdning på [www.bkool.com](http://www.bkool.com). Mjukvaran är kompatibelt med PC, MAC och surfplatta (Android och IOS).

**Lös in ditt rabattkort.** Om du har ett rabattkort för Bkool Premium kan du lösa in det nu. Ange koden på hemsidans kupongsektion.

**Sätt ditt Bkool system upp.** Följ steg 1 till 4 och teckningarna på denna sida.

**Ansluta tränaren.** LED-ljuset back är påslagen.

**Ansluta ANT + USB-nyckel** till datorn för trådlös anslutning till tränaren. Bkool kan anslutas till PC, MAC eller en surfplatta. Notera att vissa surfplattor kräver en separat ANT + adapter.

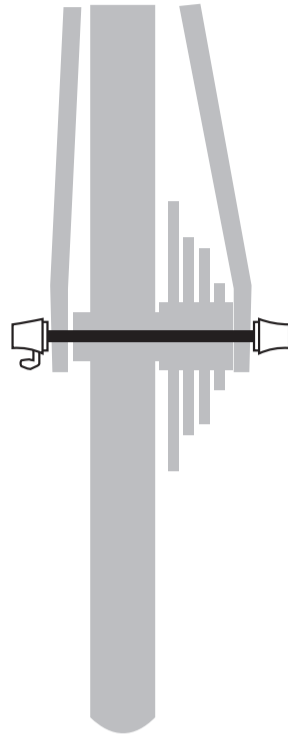
**Att para ihop andra ANT +enheter.**

Pulsmätare och/eller kadenssensor kan också anslutas Bkool. Se till att aktivera ANT +enheter så att de kan kopplas ihop med mjukvaran. Vär god att observera, att dessa inte ingår i Bkool paketet.

### DIN FÖRSTA TRÄNING

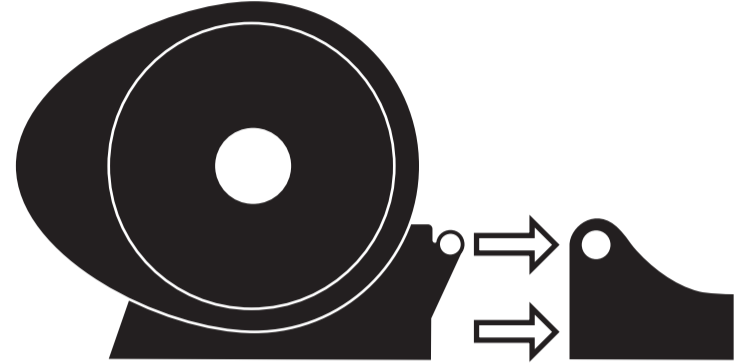
Få tillgång till simulatoren med användning av samma e-postadress och lösenord som du använde för att registrera dig hos [www.bkool.com](http://www.bkool.com). Välj det önskade träningspass, och du kan nu börja träna.

1



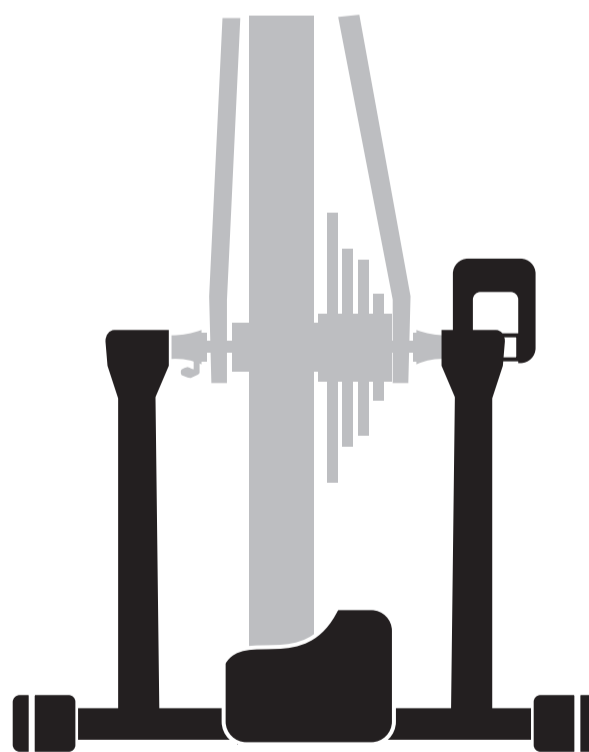
Byt ut bakhjulets snabbkobling med den snabbkobling som följer med paketet.

2



Montera rullen till ramen och se till att den sitter korrekt.

3



Placera bakhjulet mellan tränarens armar och lås cykeln fast med det svarta handtag. Justera den motsatta sidan efter behov.

4



Placera framhjulet på framhjulsstöd.

# MER INFORMATION

## WWW.BKOOL.COM

På grund av din profil innehåller personliga upplysningar, måste du registrera dig och logga in med din e-postadress och lösenord. Hemsidan erbjuder många möjligheter. Här är några exempel på vad du kan hitta:

- **SESSIONS:** Skapa och planera din träning.

- **MY ACTIVITY:** Granskning och analys av ruter, du har kört.

- **SHARE:** Använd Bkool nätverket för att köra mot andra, ansluta dig grupper, delta i ligor och kolla ranglistorna.

När du har avslutat din träning, kan du trycka på knappen "Save". Dina träningsdata lagras på [www.bkool.com](http://www.bkool.com) där du alltid kan hitta dom.

## BKOOL SIMULATOR

Simulatorn är en av dom mest avancerade på marknaden. Det ger dig möjlighet för att utforska din egen eller någon av dom över 500.000 existerande sträckor online. Du kan också tävla mot dina vänner var de än är. Sträckorna kan vara 2D, 3D, livevideo eller bara Google maps-format. Du kan alltid se din sträcka-profil och data såsom distans, tid, watt, hastighet och stigning i procent. Skapa ditt eget lag eller registrera dig i andras. Registrera dig i ligor och se ranking. Tävla mot andras tider eller mot virtuella konkurrenter. Du sätter gränserna. Kom ihåg att många av dessa funktioner är gratis, medan andra kan kräva ett premium abonnemang, som du kan köpa på [www.bkool.com](http://www.bkool.com). För mer information se hemsidan.

## PARA ENHETER INOM PROGRAMMET

För att få den bästa upplevelsen, kan du ansluta en pulsmätare och/eller kadenssensor.

**Viktigt:** För att para ihop ANT +-enheter, bör dessa vara i närheten av din PC, Mac eller surfplatta. Enheterna måste vara tänd så att de kan visas på skärmen. Tränaren måste vara tillkopplat, och du bör ha din pulsmätare på.

Enheterna kan paras ihop antingen automatiskt eller manuellt.

- **Para automatisk.** Mjukvaran parar och identifierar automatisk enheter som finns i närheten. Längst ner till höger kan du se om dessa enheter är parat. Enheterna är parat korrekt om ikonen är grön.

- **Para manuellt.** Du kan också para enheterna manuellt. För att göra detta, gå till "Settings" (övre högra hörnet). Avmarkera "Auto device pairing". Ikonen för manuell para visas då.

## HÅLL BKOOL UPPDATERAD - BÅDE TRÄNARE OCH MJUKVARA.

För att förbättra din användarupplevelse uppdaterar Bkool löpande firmwaren för tränare och simulator mjukvaran.

## FELSÖKNING

### Mjukvaran kan inte hitta tränare:

Se till att rullen ansluts till ström. LED-lampan ska lysa. ANT+USB nyckel måste sättas i en dator eller aktiverat till en surfplatta.

### Mjukvaran kan inte hitta ANT+ enheter:

Enheten måste vara tänd. För pulsmätning måste pulsbälte sitta korrekt på bröstet. En kadensmätare måste aktiveras vid att trampa i pedalerna. ANT+USB nyckeln måste vara sat i en dator eller aktiverad i en surfplatta.

### Du kan inte logga in i mjukvaran:

Se till att du använder samma e-postadress och lösenord på [www.bkool.com](http://www.bkool.com) och mjukvaran. Se till att du har tillgång till Internet och att ditt antivirusprogram eller firewall inte hindrar simulatorn från att ansluta till Internet.

### Hjälp:

Om du har flera frågor, kan du gå till [www.bkool.com](http://www.bkool.com) under "Help" längst ner på sidan.

## SÄKERHETSVARNINGAR I

### PAR-Q Test.

För att köra din första sträcka, måste du utföra denna test på hemsidan. Det kommer att avgöra om din hälsa är lämplig för att använda tränaren.

### Bakhjulet roterar med hög hastighet under driften av tränare.

Man ska inte under några omständigheter röra bakhjulet när man tränar. Akta att barn och husdjur inte kommer för nära.

### Vid felfunktion får du inte plocka isär Bkool tränaren.

Misskötsel kan orsaka en elektrisk stöt.

### Se till att rullaenheten är korrekt ansluten till ramen.

Om den inte säkras på rätt sätt kan det lossna, så att användaren kan falla av.

### Anslutning.

Kontrollera att strömkällan är korrekt ansluten till ett eluttag och till tränaren.

### Använd original reservdelar.

Om strömkällan blir skadad, måste den ersättas med ett original ifrån Bkool (25W, 15V DC 1, 66A).

### Rengöring.

För rengöring av tränaren använd en fuktig trasa eller ett mildt rengöringsmedel. Ta alltid bort strömkabeln ifrån strömuttaget innan rengöring. Kontrollera att rengöringsmedlet inte kommer in i motståndsenheten (rullan).

## SÄKERHETSVARNINGAR II

### Vem kan använda tränaren?

Tränaren är konstruerad för fysiskt och mentalt friska människor med god balans. Innan du börjar använda tränaren, bör du ta en Par-Q test för att bedöma din hälsa. Du ska svara ärligt och följa rekommendingarna. Dessutom rekommenderar vi att du i samband med din läkare säkerställer dig att du är frisk nog att kunde utföra den fysiska aktiviteten, som användning av tränaren innebär. Även om du uppfyller ovanstående krav, bör du ha tillräckligt med erfarenhet, insikt och har fått omfattande information om användningen av denna sportutrustning.

### Vem kan INTE använda tränaren?

Tränaren får under inga omständigheter användas av personer med fysiska eller psykiska dålig hälsa, personer med dålig balans eller barn. Förvara hemtränaren på ett säkert ställe.

### Hälso-rekommendingar.

Om du före eller under den fysiska aktiviteten får varsel om något fysiskt fel, känner dig svag, du känner smärta eller trycken i bröstet, brist på luft eller oregelbunden hjärtrytm, använd inte tränaren. Vi rekommenderar att du kontaktar din läkare.

### Flyttning av hometrainer.

Var försiktig när du flyttar tränaren. Enhetens rörliga delar och motståndsenheten kan röra sig och orsaka skador på fingrar, händer och andra kroppsdelar. För att transportera rullan, demontera den och vik den ihop.

## GARANTI

**BKOOL S.L. ERBJUDER EN BEGRÄNSAD 2 ÅRS GARANTI FRÅN FÖRSÄLJNINGSDATUM. I DENNA PERIOD ÄR BKOOL S. L. ANSVARIG FÖR ALLA PRODUKTIONSFEL OCH MATERIELLA FEL OCH/ELLER UTELÄMNANDEN. BKOOL S.L. ÄR UNDER INGA OMSTÄNDIGHETER ANSVARIG FÖR SKADOR ORSAKADE AV FELAKTIG ANVÄNDNING AV PRODUKTEN.**

### Användning.

Denna garanti gäller endast för den ursprungliga ägaren, enheter som förvärvats genom Bkools webbplats, auktoriserade distributörer och återförsäljare.

### Garanti begränsningar och annulleringar.

Anledningar som inte kan hänföras till tillverkaren, är inte omfattat av garantin. Garantin omfattar inte delar som är slitna vid normal användning av tränare. Vidare täcker garantin inte skador som orsakats av olyckshändelse, missbruk, fel användning eller vanvård.

Garantin bortfaller om: (1) Tränaren används på annat sätt än vad den är avsedd för, (2) Installations- och driftsinstruktioner inte följs, (3) Tränaren har reparerats eller försökt reparerad utan för rekommendingarna ifrån officiella tekniska service. Bkool S.L. avsäger sig allt ansvar för direkta eller indirekta skador till följd av detta.

### Teknisk support.

På [www.bkool.com](http://www.bkool.com) hittar du information om hur du kan få personlig support. Du kan också kontakta oss på e-post [info@bkool.com](mailto:info@bkool.com). Notera att du måste visa upp inköpsbevis som visar inköpsdatum, så spara kvittot.