VISION FITNESS

R40 U40
R20 U20

健身車使用手冊

使用本使用手冊之前，請閱讀健身車指南。

重要注意事項

請妥善保存本說明書

使用運動產品時，請務必遵守基本注意事項，包括以下各點：使用本健身車之前，請閱讀所有指示。業主應負責確保皆已充分告知本健身車的所有使用者，所有的警告及注意事項。閱讀本使用手冊後，若您有任何問題，請洽詢授權的 Vision Fitnes 經銷商。

本健身車僅限於家庭使用，請勿將本健身車用於營業、租賃、學校或機關場所內；未遵照本規定可能使保固失效。

警告

組裝或使用本健身車之前，請詳閱並保存所有說明書。強烈建議您採取以下安全說明。

- 小心：若您感到胸痛、噁心、暈眩或呼吸困難，請立即停止運動，並請教醫師此症狀之情況後，才可繼續使用。
- 健身車的使用方式，僅限於本使用手冊內所敘述的使用方式。請勿使用非製造商建議的配件。
- 本健身車若未正常運作或出現損壞，則請勿使用。請參閱背面的聯絡資訊，尋求協助。
- 請勿在未著合適鞋類的情況下，使用健身車。切勿赤腳操作健身車。
- 請勿穿著易受健身車任何活動零件卡住的任何衣服。
- 雙手與雙腳請隨時避免接觸活動零件，以免受傷。切勿用手轉踏板曲柄。
- 須等候踏板完全停止後，才可從健身車下來。
- 在您以較慢的速度完成練習之前，請勿以高 RPM 站著騎健身車。
- 請勿將任何物體、雙手或雙腳插入任何開口，或讓雙手、雙臂或雙腳暴露於傳動機構或健身車其他潛在的活動零件之下。
- 請勿使用出現損壞或零件磨損或損壞的任何設備，僅能使用授權維修技術人員提供的更換零件。
- 正在使用氣霧（噴霧）產品，或氧氣受限的情況下，請勿操作本器具。
- 於兒童、病人或身心障礙者附近使用時，須嚴密看管。
- 使用健身車時，兒童及寵物須至少遠離 3 公尺／310 公分（10 英尺。）
- 請確定調整桿（座椅及扶手全長）正確固定，不會在運動時干擾活動。

組裝

⚠ 警告

在組裝過程中，應特別注意幾個部分。正確遵照組裝指示且確認所有零件均已牢固鎖緊，此點極為重要。若未正確遵照組裝指示，可能使健身車的車架零件未鎖緊而導致鬆脫，且可能引起惱人的噪音。為防止對健身車造成損壞，請務必檢視組裝指示，並採取改正措施。

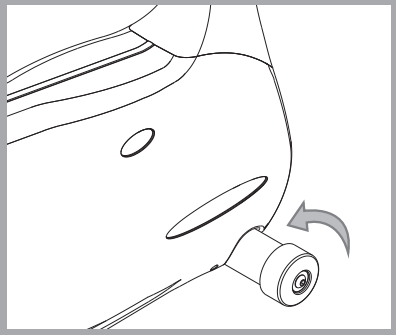
進行下個步驟之前，應找出健身車正面底部上白色條碼貼紙的健身車序號，如下圖所示。

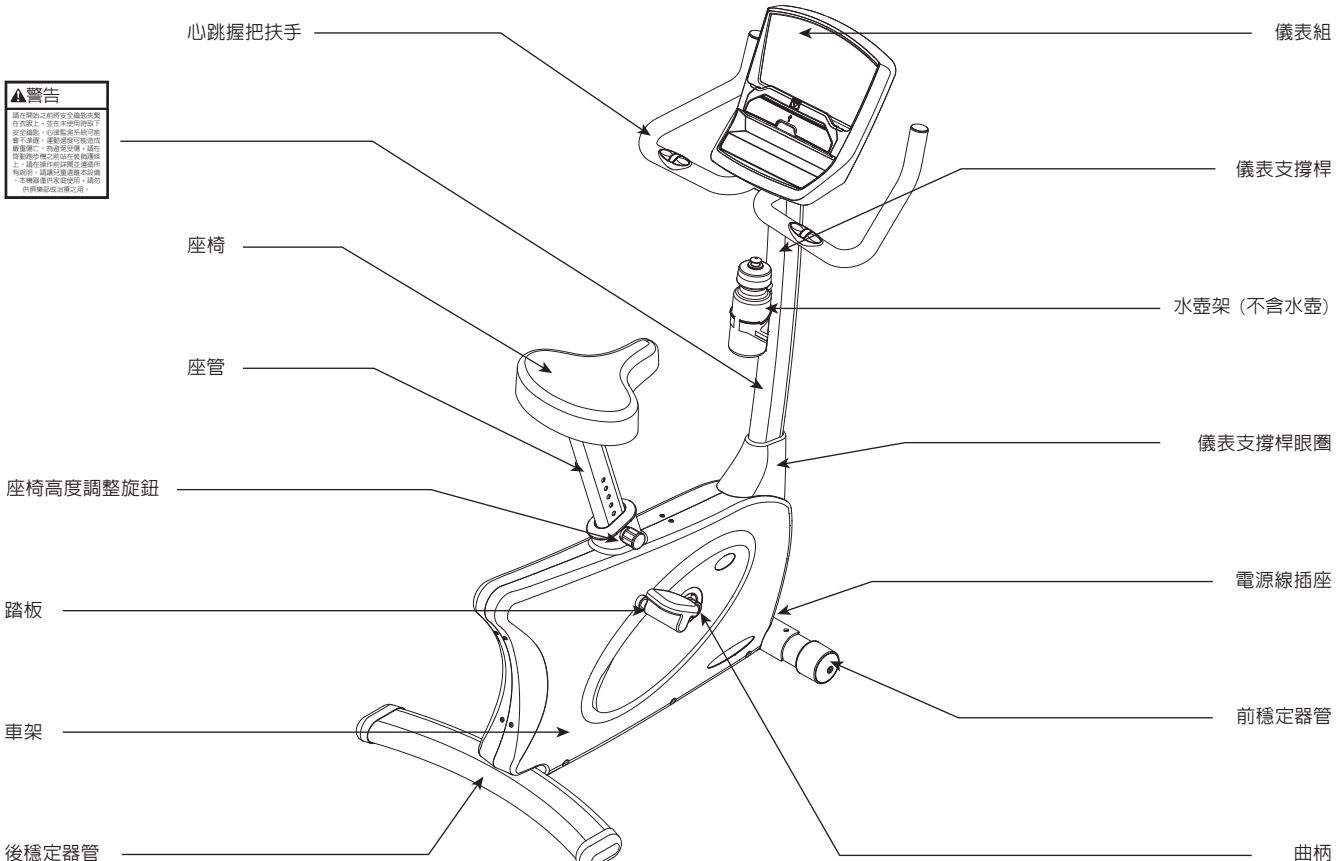
請於下方方框內輸入您的序號及型號：

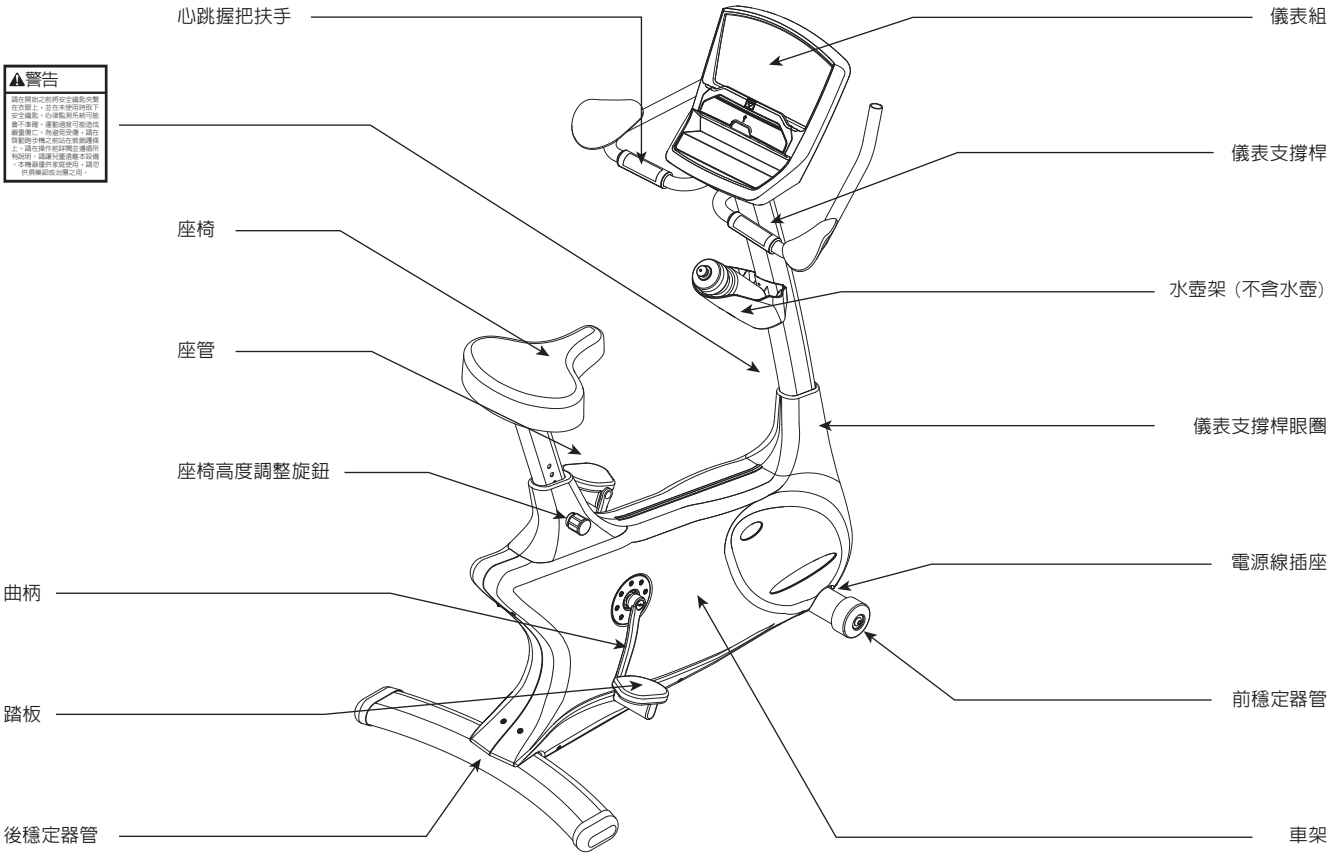
序號：

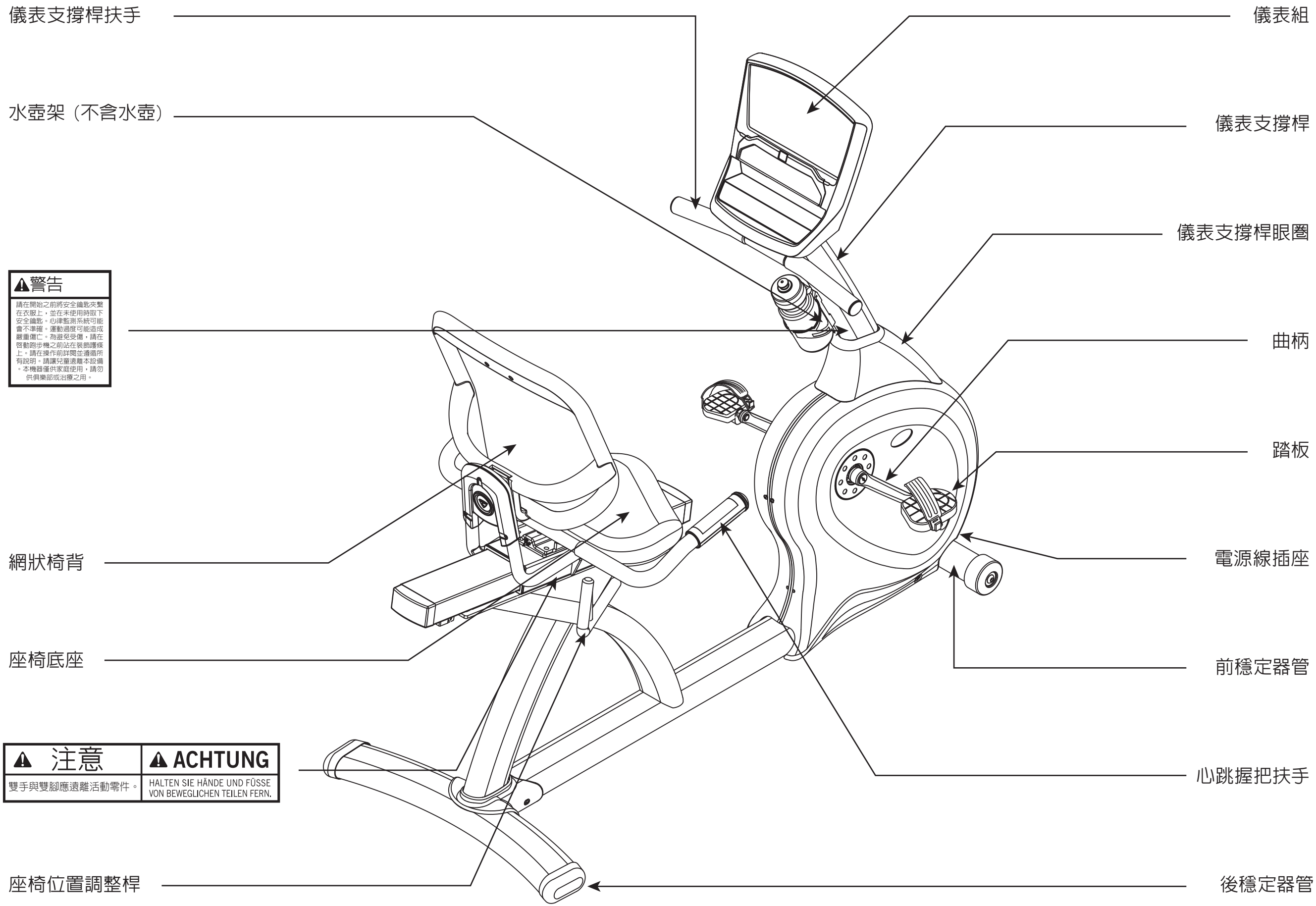
型號： VISION BIKE

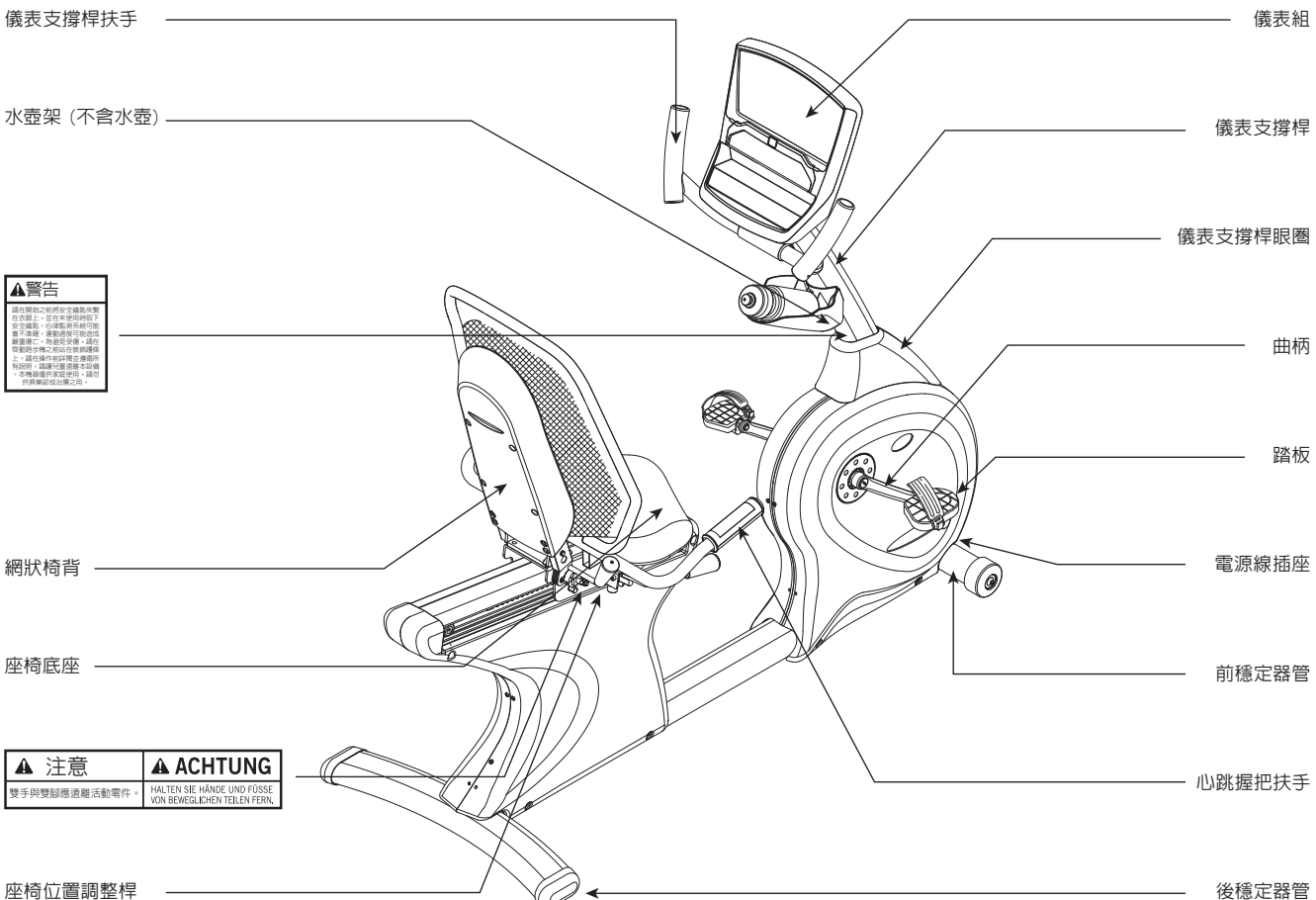
序號位置




心跳握把扶手
儀表組
⚠警告
儀表支撐桿
座椅
水壺架（不含水壺）
座管
儀表支撐桿眼圈
座椅高度調整旋鈕
電源線插座
踏板
前穩定器管
車架
曲柄
後穩定器管


心跳握把扶手
儀表組
⚠警告
儀表支撐桿
座椅
水壺架（不含水壺）
座管
儀表支撐桿眼圈
座椅高度調整旋鈕
電源線插座
曲柄
前穩定器管
踏板
車架
後穩定器管


儀表支撐桿扶手
儀表組
水壺架（不含水壺）
儀表支撐桿
儀表支撐桿眼圈
⚠警告
請在開始之前將安全鑰匙夾緊在衣服上，並在未使用時取下安全鑰匙。心律監測系統可能會不準確。運動過度可能造成嚴重傷亡。為避免受傷，請在啓動跑步機之前站在裝飾護條上。請在操作前詳閱並遵循所有說明。請讓兒童遠離本設備。本機器僅供家庭使用，請勿供俱樂部或治療之用。
曲柄
踏板
網狀椅背
電源線插座
座椅底座
前穩定器管
⚠ 注意
雙手與雙腳應遠離活動零件。
⚠ ACHTUNG
HALTEN SIE HÄNDE UND FÜSSE VON BEWEGLICHEN TEILEN FERN.
心跳握把扶手
座椅位置調整桿
後穩定器管


儀表支撐桿扶手
水壺架（不含水壺）
警告
注意
雙手與雙腳應遠離活動零件。
ACHTUNG
HALTEN SIE HÄNDE UND FÜSSE VON BEWEGLICHEN TEILEN FERN.
座椅位置調整桿
網狀椅背
座椅底座
儀表組
儀表支撐桿
儀表支撐桿眼圈
曲柄
踏板
電源線插座
前穩定器管
心跳握把扶手
後穩定器管

隨附的工具：

- ☐ 15/17 mm 平頭扳手
- ☐ 4 mm L 型扳手（U20/R20/R40）
- ☐ 5 mm T 型扳手
- ☐ 螺絲起子
- ☐ 5 mm L 型扳手
- ☐ 14/17 mm 平頭扳手（U20/U40）

隨附的 U20 & U40 零件：

- ☐ 1 個健身車架
- ☐ 1 支後穩定器管
- ☐ 1 支前穩定器管（僅限 U20）
- ☐ 1 支儀表支撐桿
- ☐ 1 個儀表支撐桿眼圈
- ☐ 1 支心跳握把扶手
- ☐ 1 個水壺架
- ☐ 1 支座管
- ☐ 1 個座椅
- ☐ 1 個座椅調整旋鈕
- ☐ 2 個踏板，包含踏板帶
- ☐ 1 條電源線
- ☐ 1 套五金螺絲包

☎ 需要協助嗎？

如有任何疑問，或缺少任何零件，請洽詢授權的 Vision Fitness 經銷商。

隨附的 R20 & R40 零件：

- ☐ 1 個健身車架
- ☐ 1 支後穩定器管
- ☐ 1 個座椅底座
- ☐ 1 支座椅底座支架（僅限 R40）
- ☐ 1 個網狀椅背
- ☐ 1 支座椅扶手
- ☐ 1 個座椅框架
- ☐ 1 組內 / 外椅背套（僅限 R20）
- ☐ 1 支儀表支撐桿
- ☐ 1 個儀表支撐桿眼圈
- ☐ 1 支儀表扶手
- ☐ 1 個水壺架
- ☐ 2 個踏板，包含踏板帶
- ☐ 1 條電源線
- ☐ 1 套五金螺絲包

預先組裝

拆開包裝

請在您要使用產品之處拆開產品包裝。將紙箱放在水平且平坦的表面上。建議您，在放置的地板上方放一層保護層。切勿倚著側邊拆開紙箱。

註：進行每一組裝步驟時，應確定所有螺帽及螺栓已定位且部分鎖緊，而當所有螺栓都裝上後才完全鎖緊。

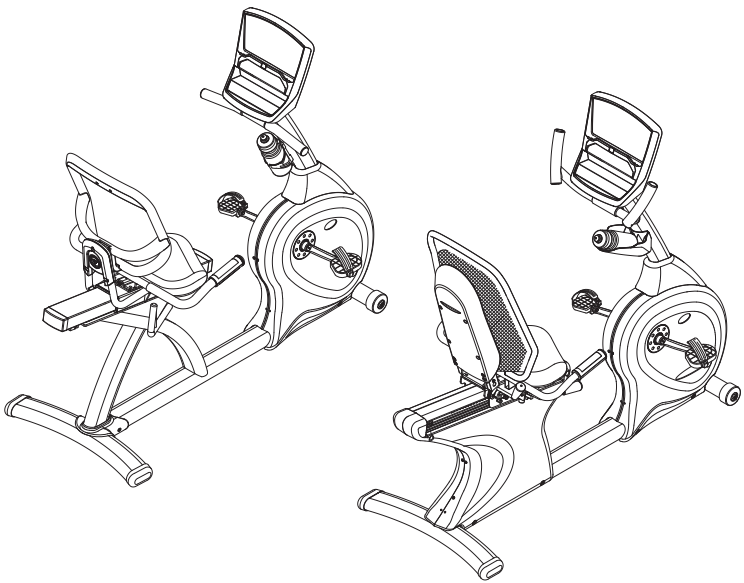
註：可使用少許潤滑油協助零件的安裝，建議使用腳踏車專用的鋰基潤滑油。

註：建議由兩人共同組裝，除了省力之外，亦能提高效率。

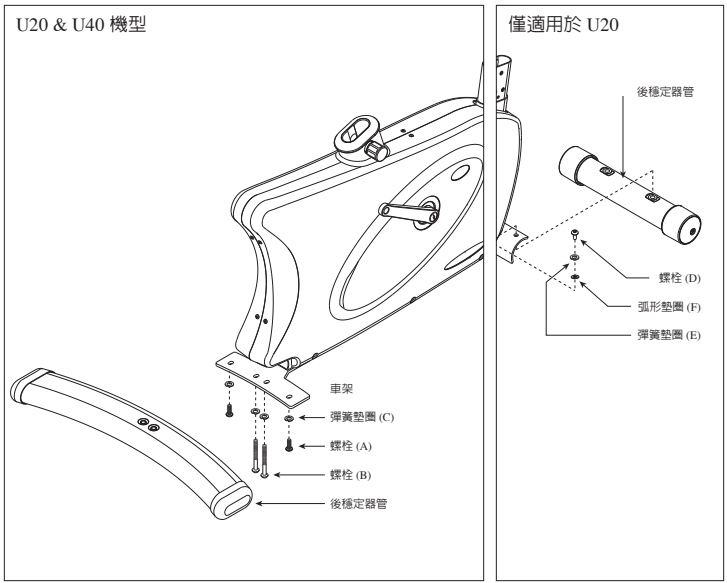
組裝

U20 & U40 第 12 頁

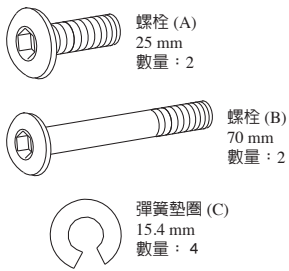
R20 & R40 第 17 頁



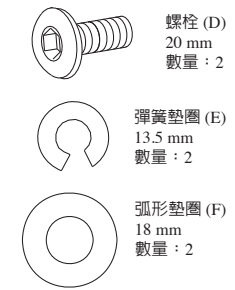
U20 & U40 組裝 步驟 1



步驟 1 使用之五金包：



僅適用於 U20：

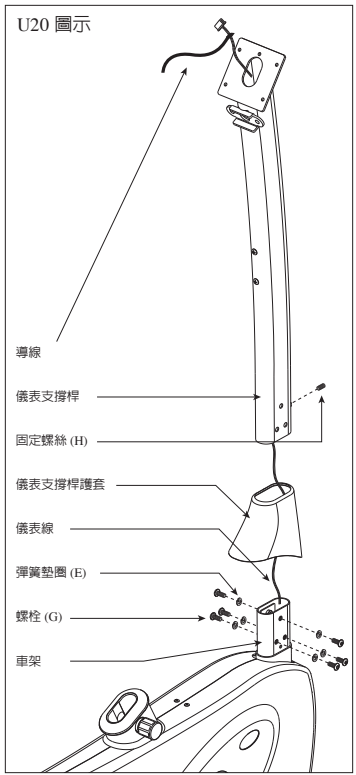


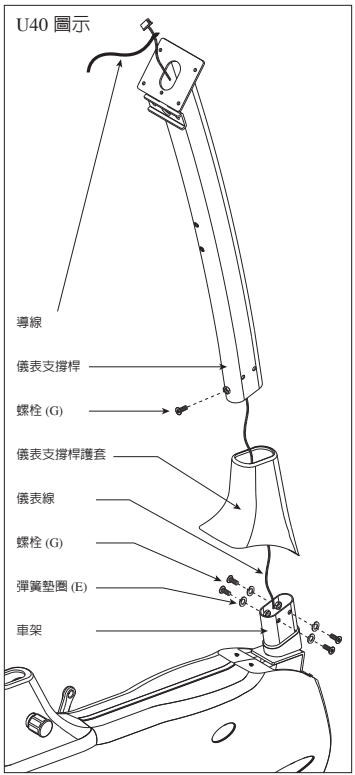
A 打開步驟 1 使用的五金螺絲包。

B 請使用 2 顆螺栓（A）、2 顆螺栓（B）及 4 個彈簧墊圈（C）將後穩定器管裝於健身車架。

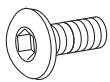
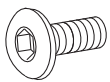
C 僅適用於U20：請使用2顆螺栓（D）、2個彈簧墊圈（E）及 2 個弧形墊圈（F）將前穩定器管裝於健身車架。

U20 & U40 組裝 步驟 2





註：連接儀表支撐桿時，
請小心勿將電線扭住。

U20 的螺絲五金包：	U40 的螺絲五金包：
 螺栓 (G) 15 mm 數量：6	 螺栓 (G) 15 mm 數量：5
彈簧墊圈 (E) 13.5 mm 數量：6	彈簧墊圈 (E) 13.5 mm 數量：4
固定螺絲 (H) 10 mm 數量：1	

A 打開步驟 2 使用的五金螺絲包。

B 從底部將儀表支撐桿眼圈套上儀表支撐桿。

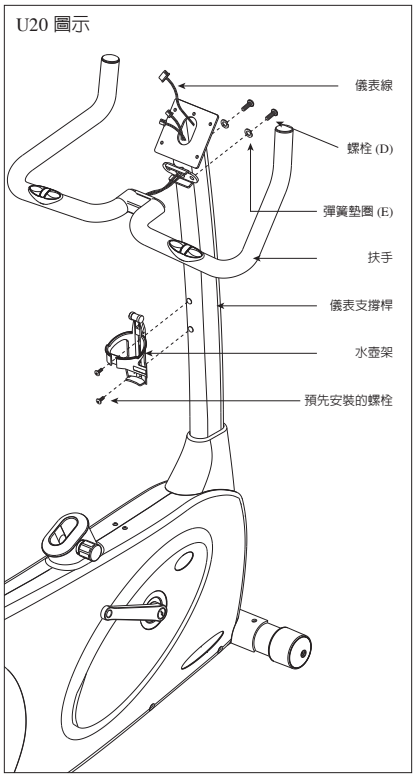
C 將導線接至儀表線，然後穿過儀表支撐桿。將儀表支撐桿滑入車架。

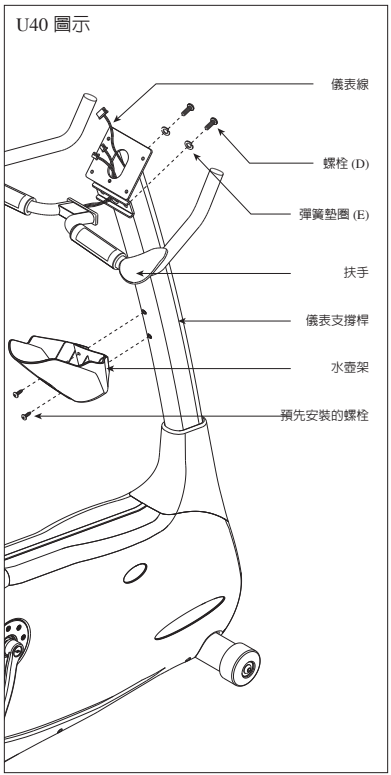
D 僅適用於 U20：請使用 6 顆螺栓 (G)、6 個彈簧墊圈 (E) 及 1 組螺絲 (H)，將儀表支撐桿裝於健身車架。

E 僅適用於 U40：請使用 5 顆螺栓 (G) 及 4 個彈簧墊圈 (E)，將儀表支撐桿裝於健身車架。

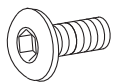
F 將儀表支撐桿眼圈套上車架。

U20 & U40 組裝 步驟 3





步驟 3 使用之五金包：



螺栓 (D)
20 mm
數量：2

彈簧墊圈 (E)
13.5 mm
數量：2

A 打開步驟 3 使用的五金螺絲包。

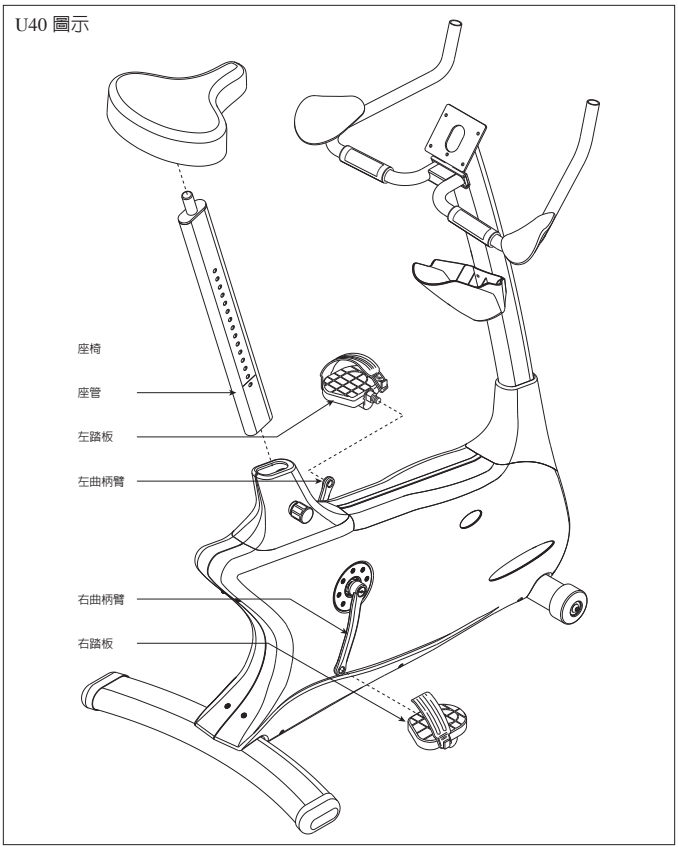
B 將扶手電線穿入儀表支撐桿內的孔，然後從儀表支撐桿頂部拉出。

C 請使用 2 顆螺栓 (D) 及 2 個彈簧墊圈 (E)，將扶手裝於儀表支撐架。

D 使用 2 顆預先安裝的螺栓將水壺架裝上儀表支撐桿。

註：連接扶手時，請小心勿將電線扭住。

U20 & U40 組裝 步驟 4



註：此步驟不會用到任何五金。

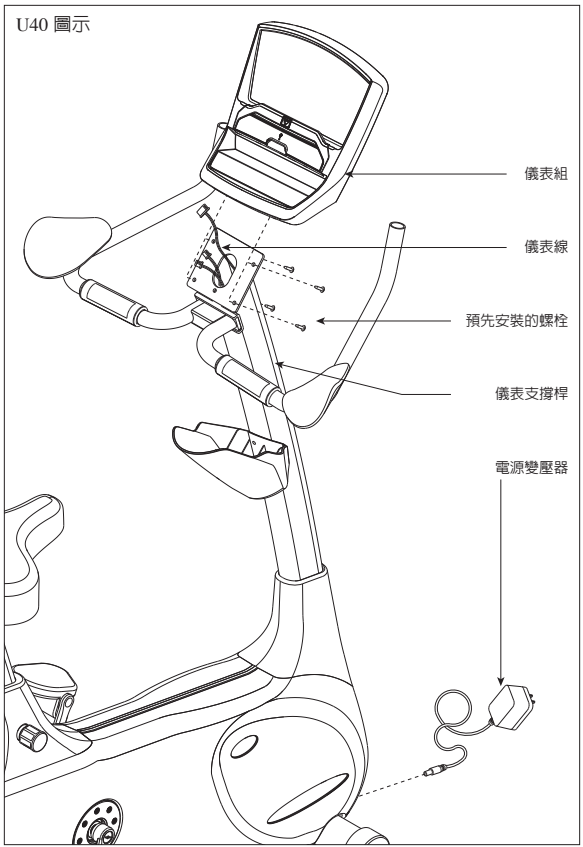
A 使用座椅底部上的座椅夾，將座椅裝於座管，然後以隨附的 14mm/17mm 平頭扳手鎖緊座椅。

B 將座椅高度調整旋鈕向外拉，同時將座管滑入車架。（註：可能需要向左旋轉座椅調整旋鈕，才可讓座管滑入車架。）向右轉座椅調整旋鈕，加以固定。

C 將踏板帶裝上右踏板。將右踏板裝上右曲柄臂，然後使用隨附的 15mm/17mm 平頭扳手順時針鎖緊右踏板。

D 將踏板帶裝上左踏板。將左踏板裝上左曲柄臂，然後使用隨附的 15mm/17mm 平頭扳手逆時針鎖緊左踏板。（註：左曲柄臂為反向螺紋，因此必須逆時針鎖緊。反向鎖緊會損壞踏板或曲柄臂，或兩者。）

U20 & U40 組裝 步驟 5



註：所有螺絲五金包皆已預先安裝。

A 連接儀表線，然後小心將儀表線塞入儀表支撐桿。

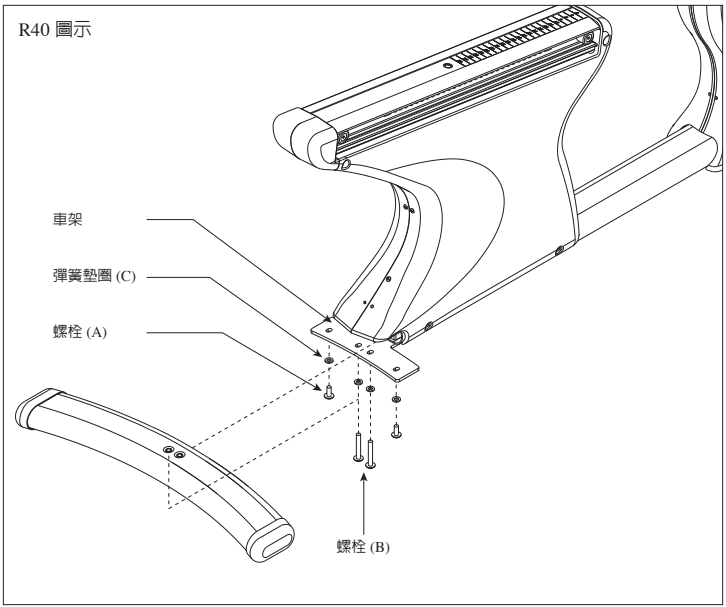
B 使用 4 顆預先安裝的螺栓將儀表組裝上儀表支撐桿。

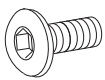
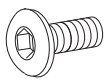
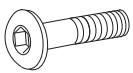
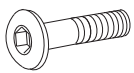
C 如圖所示插入電源變壓器。

註：連接儀表時，請小心勿將電線扭住。

U20 & U40 組裝完成！

R20 & R40 組裝 步驟 1

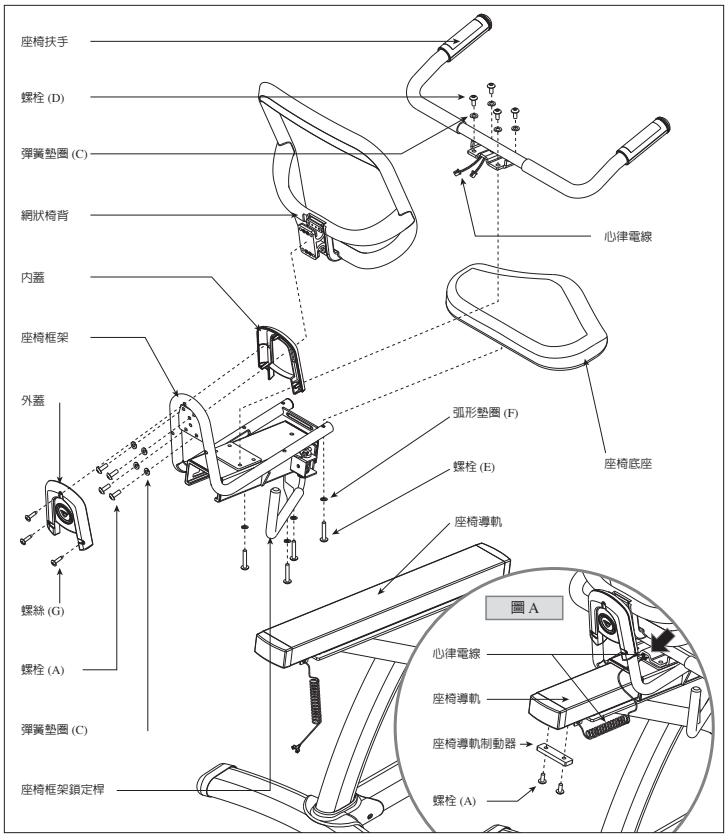


R20 的螺絲五金包：	R40 的螺絲五金包：
 螺栓 (A) 20 mm 數量：2	 螺栓 (A) 25 mm 數量：2
彈簧墊圈 (C) 15.4 mm 數量：4	彈簧墊圈 (C) 15.4 mm 數量：4
 螺栓 (B) 65 mm 數量：2	 螺栓 (B) 70 mm 數量：2

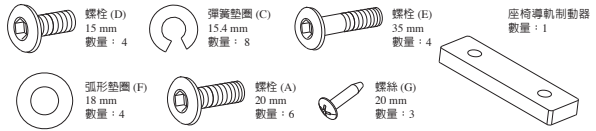
A 打開步驟 1 使用的五金螺絲包。

B 使用外側孔的 2 顆螺栓 (A) 及 2 個彈簧墊圈 (C) 與內側孔的 2 顆螺栓 (B) 與 2 個彈簧墊圈 (C)，將後穩定器管裝於車架。

R20 組裝 步驟 2



步驟 2 使用之五金包：



A 打開步驟 2 使用的五金螺絲包。

B 使用 4 顆螺栓 (D) 及 4 個彈簧墊圈 (C)，將座椅扶手裝上座椅框架。

C 使用 4 顆螺栓 (E) 及 4 個弧形墊圈 (F)，將座椅底座裝上座椅框架。

D 將內蓋放置於網狀椅背上，然後使用 4 顆螺栓(A)及 4 個彈簧墊圈 (C) 將網狀椅背裝上椅座框架。

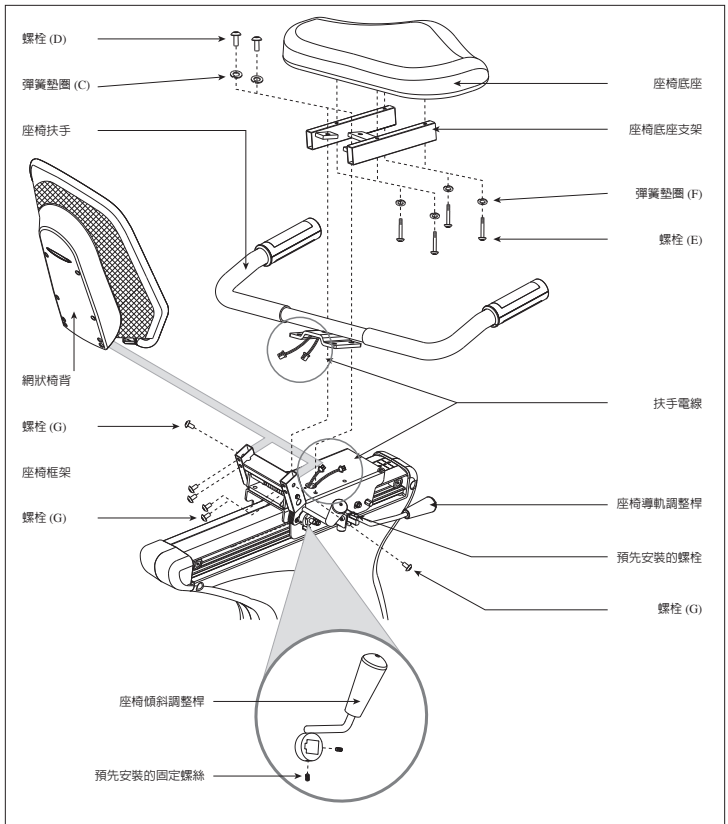
E 使用 3 顆螺絲 (G) 將外蓋裝上座椅框架及內套。

F 向前推座椅框架鎖定桿，然後從健身車後方將座椅框架套上座椅導軌。

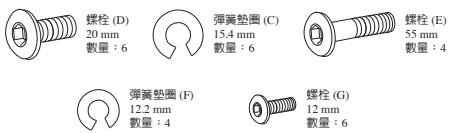
G 將座椅扶手內的心律電線，連接至來自於座椅導軌（圖 A）的心律電線。

H 使用 2 顆螺栓 (A) 將座椅導軌制動器（圖 A）裝上座椅導軌。

R40 組裝 步驟 2



步驟 2 使用之五金包：



A 打開步驟 2 使用的五金螺絲包。

B 從座椅導軌調整桿的前孔拆下預先安裝的螺栓。將座椅桿轉入在托架上對齊。重新插入預先安裝的螺栓，然後鎖緊兩顆螺栓。

C 將座椅扶手心律電線連接至座椅框架心律電線。使用後孔組的 2 顆螺栓 (D) 及 2 個彈簧墊圈 (C)，將座椅扶手裝於座椅框架。

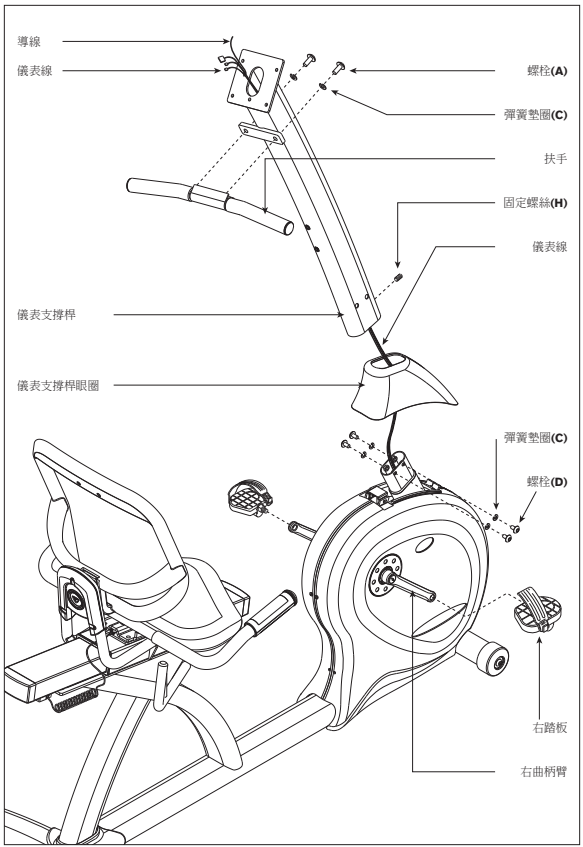
D 將座椅底座支架置上主座椅框架，使後孔組與座椅扶手的前孔組對齊。使用 4 顆螺栓 (E) 與 4 個彈簧墊圈 (F) 固定定位。

E 使用 4 顆螺栓 (F) 及 4 個平墊圈 (F)，將座椅底座墊裝上座椅底座支架。

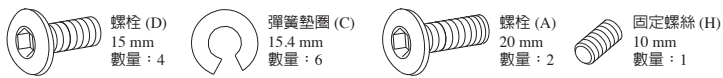
F 將座椅傾斜調整桿滑過座椅框架，並確定座椅傾斜調整桿的握把朝上。鎖緊座椅傾斜調整桿托架中的兩顆固定螺絲。

G 使用 6 顆螺栓 (G) 將網狀椅背裝上椅背框架。

R20 組裝 步驟 3



步驟 3 使用之五金包：



A 打開步驟 3 使用的五金螺絲包。

B 從底部將儀表支撐桿眼圈套上儀表支撐桿。

C 從車架將儀表線接上儀表支撐桿底部的導線，然後小心將導線穿過儀表支撐桿，直至儀表線位於支撐桿頂部為止。

D 將儀表支撐桿套上車架，拆除並丟棄導線。

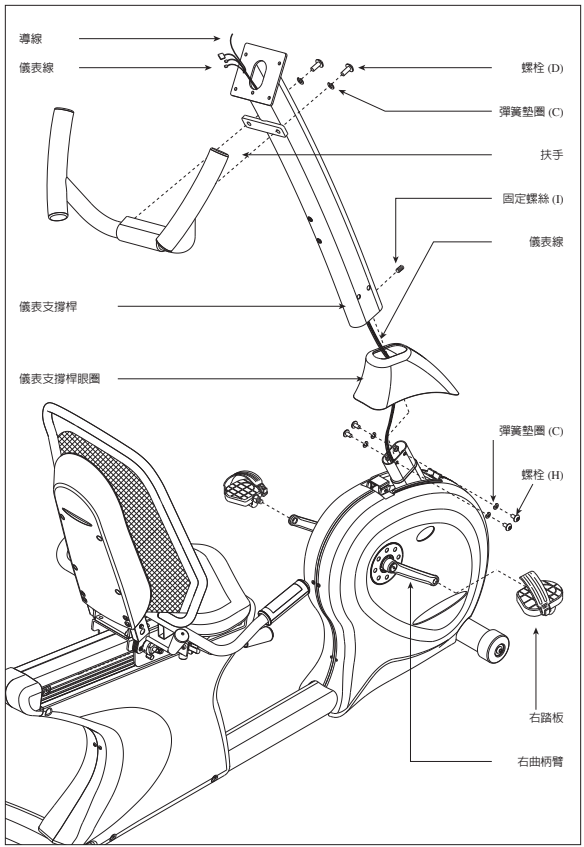
E 使用 4 顆螺栓（D）、4 個彈簧墊圈（C）及 1 顆固定螺絲（H）將支撐桿裝上車架，然後在車架上將儀表支撐桿眼圈向下滑。

F 請使用 2 顆螺栓（A）及 2 個彈簧墊圈（C），將儀表組扶手裝於儀表支撐桿。

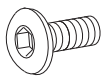
G 將踏板帶裝上右踏板。將右踏板裝上右曲柄臂，然後使用隨附的15mm / 17mm 平頭扳手順時針鎖緊右踏板。

H 將踏板帶裝上左踏板。將左踏板裝上左曲柄臂，然後使用隨附的15mm / 17mm 平頭扳手逆時針鎖緊左踏板。（註：左曲柄臂為反向螺紋，因此必須逆時針鎖緊。反向鎖緊會損壞踏板或曲柄臂，或兩者。）

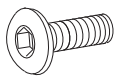
R40 組裝 步驟 3



步驟 3 使用之五金包：


螺栓 (H)
15 mm
數量：4

彈簧墊圈 (C)
15.4 mm
數量：6


螺栓 (D)
20 mm
數量：2

固定螺絲 (I)
10 mm
數量：1

A 打開步驟 3 使用的五金螺絲包。

B 從底部將儀表支撐桿眼圈套上儀表支撐桿。

C 從車架將儀表線接上儀表支撐桿底部的導線，然後小心將導線穿過儀表支撐桿，直至儀表線位於支撐桿頂部為止。

D 請小心將所有纜線塞入車架，然後將儀表支撐桿套上車架。拆除並丟棄導線。

E 使用 4 顆螺栓 (D)、4 個彈簧墊圈 (C) 及 1 顆固定螺絲 (H) 將支撐桿裝上車架，然後在車架上將儀表支撐桿眼圈向下滑。

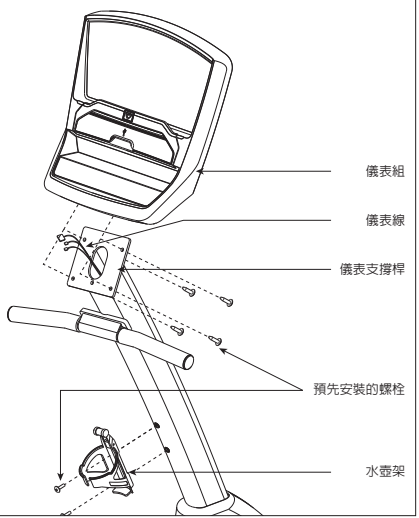
F 請使用 2 顆螺栓 (A) 及 2 個彈簧墊圈 (C)，將儀表組扶手裝於儀表支撐桿。

G 將踏板帶裝上右踏板。將右踏板裝上右曲柄臂，然後使用隨附的15mm / 17mm 平頭扳手順時針鎖緊右踏板。

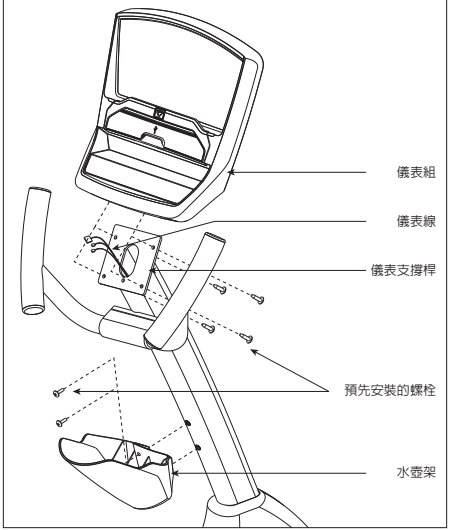
H 將踏板帶裝上左踏板。將左踏板裝上左曲柄臂，然後使用隨附的15mm / 17mm 平頭扳手逆時針鎖緊左踏板。(註：左曲柄臂為反向螺紋，因此必須逆時針鎖緊。反向鎖緊會損壞踏板或曲柄臂，或兩者。)

R20 & R40 組裝 步驟 4

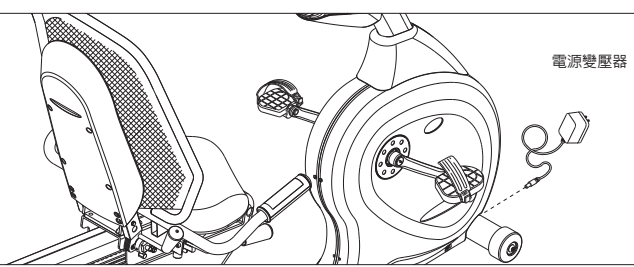
R20 圖示



R40 圖示



R40 圖示



A 從儀表組及儀表支撐桿拆下預先安裝的螺栓。

B 連接儀表線，然後小心將儀表線塞入儀表支撐桿。

C 使用 4 顆預先安裝的螺栓將儀表組裝上儀表支撐桿。

D 使用 2 顆預先安裝的螺栓將水壺架裝上儀表支撐桿。

註：連接儀表時，請小心勿將電線扭住。

E 插入電源變壓器。

R20 & R40 組裝完成！

有限家用保固

載重量

R20 & U20 = 300 磅（136 公斤）
R40 & U40 = 325 磅（148 公斤）

車架

自原購買日起，只要本裝置仍為原擁有者擁有，車架在保固政策規定的期間內享有不會出現製造及材料瑕疵的保固。（車架定義為裝置焊接的金屬底座，且不包括任何可拆下的零件）。

煞車

自原購買日起，只要本裝置仍為原擁有者擁有，煞車在保固政策規定的期間內享有不會出現製造及材料瑕疵的保固。煞車保固不含人工或煞車安裝成本。

電子元件及零件

自原購買日起，只要本裝置仍為原擁有者擁有，電子元件、表面處理及所有原廠零件在保固政策規定的期間內享有保固。

人工

保固應涵蓋自原購買日起，在保固政策規定的期間內維修裝置的人工成本，只要本裝置仍為原擁有者擁有。

註：如須更進一步的保固期間資訊，請參閱設備的保固政策

排除及限制

保固受益人：

- 原始擁有者且不得轉讓。

保固範圍：

- 維修或更換故障的馬達、電子元件或故障零件，且為保固僅有的救濟措施。

非保固範圍：

- 正常磨損、不當組裝或保養，或未如原始用途安裝零件或配件，或不相容於所販售之設備。
- 因意外、濫用、腐蝕、烤漆或塑膠褪色、忽視、遭竊、故意破壞、火災、洪水、風、閃電、結冰或其他任何類型的天災、任何原因所造成的電力衰減、波動或故障、異常的大氣狀況、碰撞、異物插入加蓋的裝置、未經製造商授權或建議之修改，而造成的損壞或故障。
- 附隨性或衍生性損壞。對於間接性、特殊性或衍生性損壞、經濟損失、財產或利潤損失、樂趣或使用損失，或其他與採購、使用、維修或保養設備相關之任何性質的衍生性損壞，製造商概不負責。製造商不會對任何此類維修或更換零件成本提供金錢或其他補償，包括但不限於體育館會員費、工作時間損失、診斷巡查、保養巡查或運送。
- 用於商業目的或非單一家庭或家戶之外的任何用途，除非由製造商對涵蓋範圍背書。

服務與維修

- 原廠或更換裝置的交貨、組裝、安裝、設定，或與拆卸或更換涵蓋之裝置相關的人工或其他成本。
- 任何嘗試維修本設備的動作均有受傷的危險性。對於在由非授權的維修技術人員嘗試維修您的健身設備過程中，或因此而造成的任何個人傷害所引起的任何損壞、損失或責任，製造商概不負責。所有由您自行嘗試對健身設備進行的維修工作需自負風險，且對於因此類維修工作而產生的任何人員或財產傷害，製造商概不負責。
- 在服務商及／或製造商自行斟酌下，本保固的責任僅限於更換或維修相同或可比較的機型。
- 由製造商或其廠商翻新的更換裝置、零件及電子元件，有時會作為保固更換目的之用，並構成保固條款之履行。

健身車操作

如需以下說明，請參閱健身車手冊 ：

- 健身車的放置位置
- 電源/接地說明
- 座椅放置
- 搬動健身車
- 調整健身車的水平
- 使用心律功能

如需以下說明，請參閱儀表組手冊：

- 儀表組的操作
- 儀表組顯示資訊
- 計畫資訊
- Nike + iPOD 操作
- PASSPORT 媒體播放器資訊

JOHNSON® 喬山健康科技

Customer Care Line at 0800-017360
www.johnsonfitness.com.tw