



# BESP-150

**Manual de usuario**

*Instruction manual - Manuel d'instructions -*

*Manuale dell'utente - Betriebsanleitung*

# ÍNDICE

<b>01_ PRECAUCIONES DE USO</b>	<b>3</b>	<b>05_ MANTENIMIENTO</b>	<b>9</b>
<b>02_ DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO</b>	<b>4</b>	<b>06_ ELIMINACIÓN Y RECICLAJE</b>	<b>9</b>
Características técnicas		<b>07_ GARANTÍA</b>	<b>9</b>
Contenido de la caja		<b>08_ DECLARACIÓN DE CONFORMIDAD</b>	<b>10</b>
<b>03_ MONTAJE</b>	<b>6</b>		
Paso a paso			
<b>04_ UTILIZACIÓN PRODUCTO</b>	<b>8</b>		

# ¡HOLA!

¡Muchas gracias por confiar en FITFIU Fitness!

Tanto si estás empezando en el mundo del fitness, eres un deportista aficionado o ya tienes un bagaje en el universo del deporte... ¡FITFIU será tu aliado para ponerte en forma! Realizar ejercicio físico ofrece múltiples beneficios y la posibilidad de hacerlo en tu hogar hará más accesible poder entrenar de manera constante.

Este producto se ha diseñado para practicar spinning en casa. El spinning es un ejercicio físico excelente para aumentar la capacidad del aparato cardiovascular y quemar calorías. Asimismo, tonifica los músculos de los miembros inferiores (glúteos, cuádriceps, abductores y gemelos) y también se trabajan los músculos de la parte superior del cuerpo (abdominales, espalda y brazos). Esta bicicleta cuenta con una transmisión por correa para ofrecer un pedaleo más suave, fluido, silencioso y sin golpes.

¡Esperamos que disfrutes de tu experiencia FITFIU Fitness al máximo!

## PRECAUCIONES DE USO

Antes de usar este equipo, sigue las instrucciones detenidamente y lee todas las precauciones. Luego, consérvalas, para futuras consultas.

- Asegúrate de leer todo este manual antes de montar o usar el equipo. Solo lograrás un uso seguro y eficiente si haces las cosas como se debe. ¡Es tu responsabilidad que todos los que usen el equipo estén al tanto de las advertencias y precauciones!
- Si estás pensando en empezar un programa de ejercicios, sería una buena idea que antes hables con tu médico. Sobre todo si tienes algún problema médico que podría poner en riesgo tu seguridad mientras haces ejercicio. Si estás tomando medicamentos que afectan tu ritmo cardíaco, presión arterial o nivel de colesterol, escuchar el consejo médico es de lo más importante.
- Tu cuerpo te habla. Si sientes dolor en el pecho, ritmo cardíaco irregular, te cuesta mucho respirar, te mareas, sientes vértigo o tienes náuseas, ¡deja el ejercicio enseguida! Si sientes algo así, mejor habla con tu médico antes de seguir con tu programa de ejercicios.
- Asegúrate de realizar ejercicios de precalentamiento antes de la actividad física para evitar lesiones musculares y de llevar a cabo una rutina de relajación tras el ejercicio.
- Se advierte a las personas que tengan implantado un marcapasos, un desfibrilador o cualquier otro dispositivo electrónico que el uso de este sensor de pulsaciones corre por su cuenta y riesgo.
- No se recomienda a las embarazadas utilizar sensores de pulsaciones.
- Mantén a los niños y mascotas bien alejados del equipo. Recuerda que está diseñado solo para adultos.
- Pon el equipo sobre una superficie plana, sólida y nivelada. Coloca una cubierta protectora si es sobre el suelo o una alfombra. Por seguridad, asegúrate de que haya al menos 0,6 metros de espacio libre alrededor del equipo.
- Antes de empezar con el equipo, asegúrate de que todas las tuercas y tornillos estén bien apretados.
- La seguridad del equipo solo está garantizada si lo revisas regularmente para ver si hay daños o desgastes.
- Usa siempre el equipo como esta explicado en el manual. Si mientras lo montas o revisas notas algo roto o escuchas ruidos raros cuando lo usas, para. ¡No sigas hasta que hayas arreglado el problema!

- Viste ropa adecuada cuando uses el equipo. Evita la ropa suelta que pueda quedarse enganchada en el equipo o limitar tus movimientos.
- El equipo ha pasado las pruebas y ha sido certificado según las normas EN ISO 20957-1 y EN ISO 20957-5, en la clase H.C. Fue diseñado para usarse en casa y con un peso máximo de usuario de 120 kg.
- Este equipo no es apto para tareas que requieran mucha precisión.
- El sistema de frenos de este equipo no es algo que debas preocuparte.
- ¡Ten cuidado al levantar o mover el equipo para no lastimarte la espalda! Usa las técnicas adecuadas para levantar o, si es necesario, pide ayuda.
- No utilices accesorios no recomendados por el fabricante.
- No realices ningún ajuste o mantenimiento que no esté especificado en este manual. Si tienes alguna incidencia con el aparato, contacta con nuestro servicio técnico.
- Sustituye inmediatamente todas las piezas desgastadas o defectuosas.
- Esta bicicleta no funciona sin pedalear. Puedes parar la bicicleta inmediatamente levantando o bajando el freno de seguridad en la rosca de tensión cuando esté haciendo ejercicio.
- Ajusta el manillar y el sillín según las necesidades del usuario. Por favor, asegúrate de que las roscas están bloqueadas y que el sillín y el manillar están ajustados de manera segura.

**NOTA:** Ante una utilización incorrecta, FITFIU se exime de toda responsabilidad con respecto a los daños materiales y corporales.



**PESO MÁXIMO DEL USUARIO: 120KG**

**IMPORTANTE: ESTE APARATO ESTÁ DESTINADO EXCLUSIVAMENTE AL USO DOMÉSTICO**

# BESP-150

## DESCRIPCIÓN PRODUCTO

### Características técnicas



Descubre la pasión por el spinning con la bicicleta indoor BESP-150, diseñada para desafiar tus límites en sesiones de entrenamiento intensivas en casa. Esta innovadora bicicleta de ciclismo indoor creará una experiencia deportiva nueva gracias a sus características técnicas:

TIPO DE RESISTENCIA	Por fricción
FRECUENCIA DE USO	Intenso
AJUSTE DE SILLÍN	Vertical y horizontal
AJUSTE DE MANILLAR	Sí, 5 puntos
PEDALES	Antideslizantes con correa de fijación

#### APPS COMPATIBLES



ZWIFT



KINOMAP

# DESCRIPCIÓN PRODUCTO

## Contenido de la caja



20 - M8x16 (4 uds)



24 - ST5x2,5 (1 uds)



16 - M8x53 (4 uds)



19 - Ø10,5 (1 uds)



21 - Ø8,5 (4 uds)



17 - Ø8,5 (4 uds)



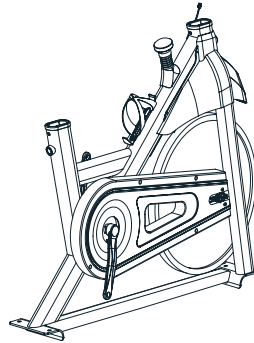
18 - M8 (4 uds)



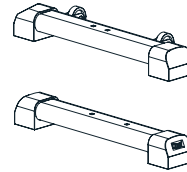
25 - Llave inglesa/  
13-15



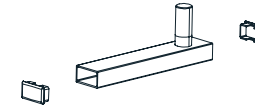
27 - Llave hexagonal/  
6mm



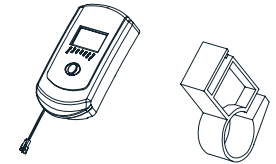
1 - Cuerpo



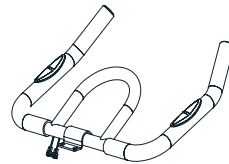
3 / 2 - Estabilizador frontal y  
trasero



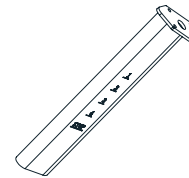
28 / 7 - Tapones + cuadro  
ajuste sillín



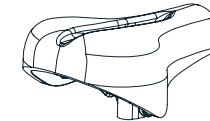
9 / 10 - Monitor + soporte monitor  
Display



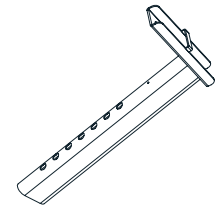
6 - Manillar



5 - Estructura manillar



8 - Sillín



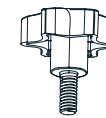
4 - Estructura sillín



11 - Soporte móvil



14 - Pomo de ajuste/  
M16 (2 uds)



15 - Pomo de bloqueo/  
M10 (1 uds)

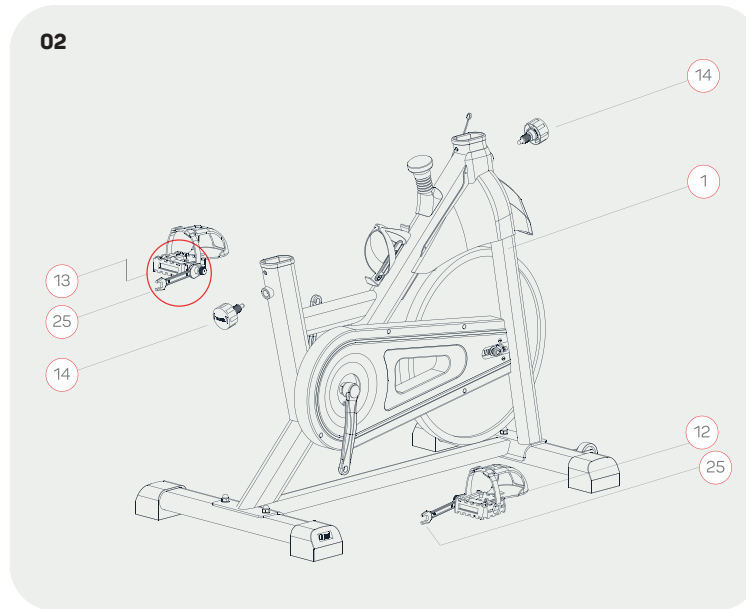


12 / 13 - Pedales

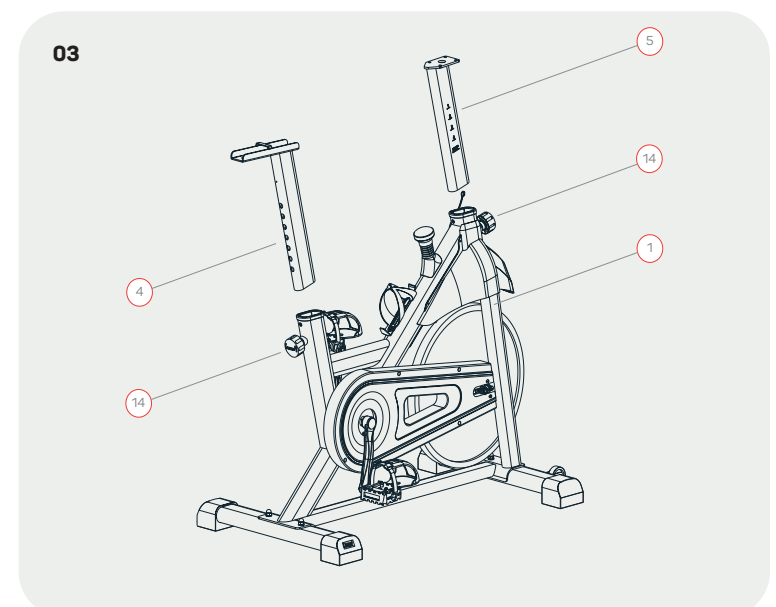
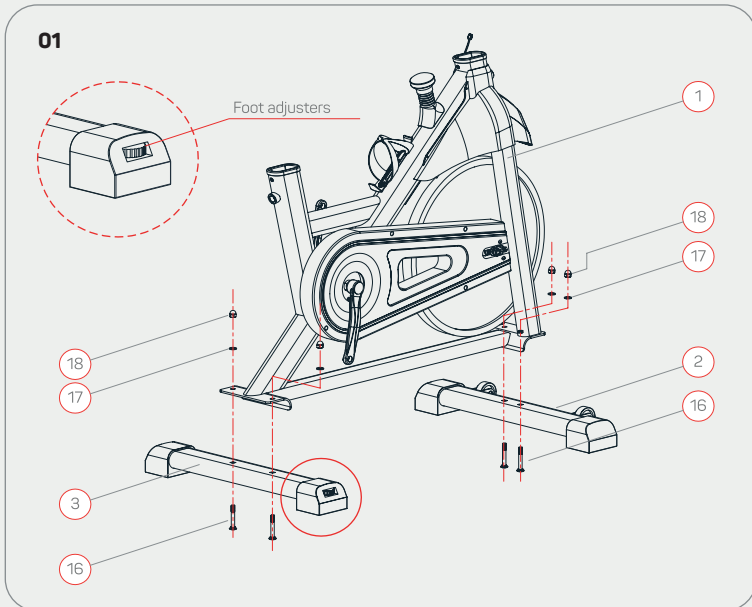
# MONTAJE

## Paso a paso

Primero, vamos a fijar el estabilizador frontal (2) en el cuerpo principal (1) usando los pernos de carruaje (16), las arandelas planas (17) y las tuercas de cubierta (18). Asegúrate de apretarlos con una llave abierta (25). Recuerda que las ruedas de movimiento del estabilizador frontal (2) deben estar orientadas hacia adelante, tal como se muestra. Asimismo, el estabilizador trasero (3) se une al cuerpo principal (1) utilizando los pernos de carro (16), las arandelas planas (17) y las tuercas de cubierta (18), y también se aprieta con la llave abierta (25). Ten en cuenta que las ruedas móviles a los lados del estabilizador delantero (2) permiten mover la máquina en distancias cortas.

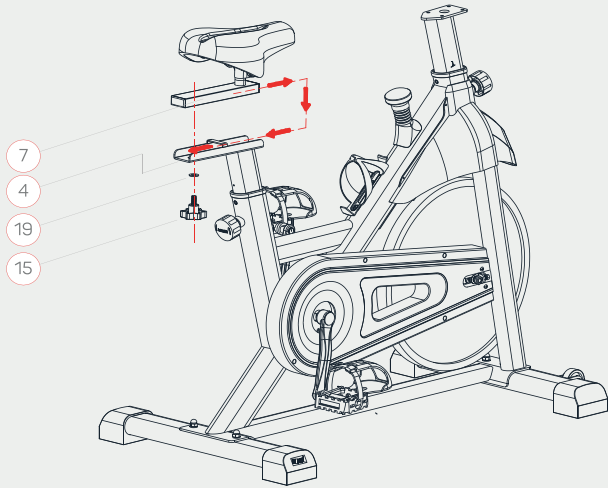


Ahora procederemos a instalar el pedal derecho (12) con la marca "r" en el cuerpo principal (1), asegurándolo con la llave abierta (25). Gíralo en el sentido de las agujas del reloj. Del mismo modo, el pedal izquierdo (13) con la marca "l" se coloca en el cuerpo principal (1) y se fija utilizando la llave abierta (25). Recuerda girarlo en sentido contrario a las agujas del reloj. Los pomos de ajuste (14) se colocan en la parte frontal y trasera del cuerpo principal (1) respectivamente. Por ahora, no es necesario apretarlos.



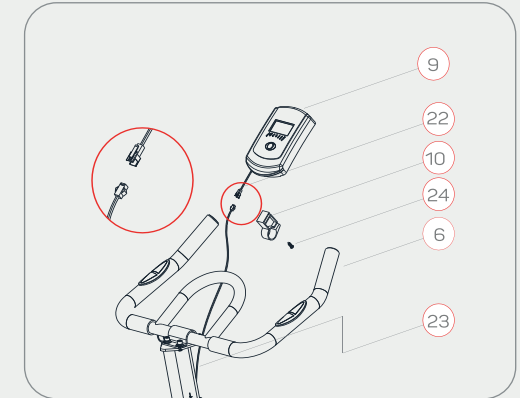
Vamos a insertar la estructura del sillín (4) en el cuerpo principal (1). Luego, extrae el pomo de ajuste (14) para que se inserte automáticamente en el orificio correspondiente de la estructura (4). De manera similar, el poste de la empuñadura (5) se introduce en el cuerpo principal (1) y se extrae el botón de ajuste (14) para que se inserte automáticamente en el orificio correspondiente del poste de la empuñadura (5). Si necesitas ajustar la altura de la estructura del sillín (4) o del poste de la empuñadura (5), tira del pomo de ajuste (14). Después de ajustar, asegúrate de apretar el pomo de ajuste (14).

04

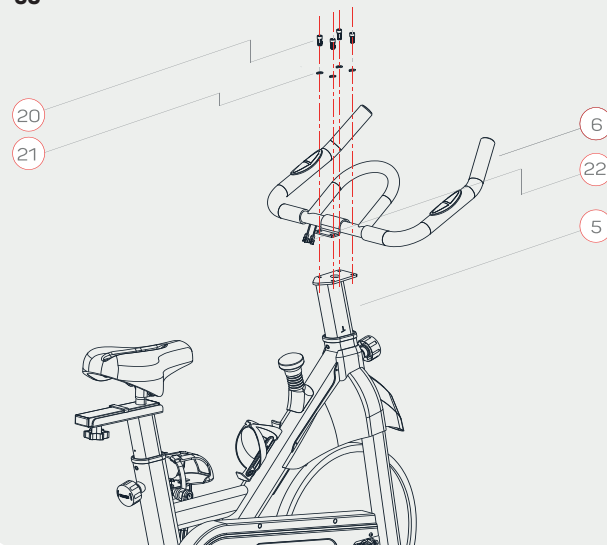


Instalaremos el marco de ajuste del sillín (7) en la estructura del sillín (4), y lo fijaremos con una arandela plana (19) y una tuerca de ajuste (15). Recuerda que debes aflojar la tuerca de ajuste (15) para mover el bastidor de ajuste del asiento (7) hacia adelante y hacia atrás según sea necesario. No olvides apretar la tuerca de ajuste (15) antes de usarlo.

Ahora, coge el soporte del monitor (10) y ajústalo al marco del asa (6) usando el tornillo autorroscante (24). Asegúralo firmemente con la llave hexagonal interior (27). Después, monta el monitor (9) en el soporte del monitor (10). Conecta el cable de pulso (22) en el orificio "pulso" en la parte trasera del monitor (9), y el cable de señal (23) en el orificio "sensor" también en la parte trasera del monitor (9).

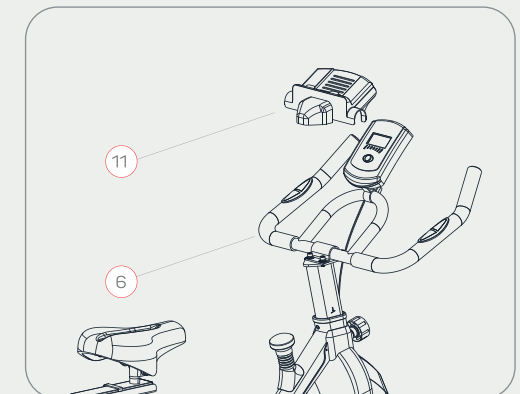


05



El siguiente paso es fijar el marco de la empuñadura (6) al poste de la empuñadura (5) usando arandelas planas (17), arandelas elásticas (21) y tornillos de cabeza cilíndrica (20). Asegúralo con una llave hexagonal interior (27).

Para finalizar, instala el soporte del teléfono móvil (11) en el marco del mango (6). Recuerda: antes de utilizar la máquina, asegúrate de que todas las partes estén bien apretadas y firmes, y que la máquina esté estable en el suelo. ¡Listo para usar!



# UTILIZACIÓN PRODUCTO

## Pantalla

### INSTALACIÓN DE LA PILA

Primero, coloca dos pilas AAA de 1,5 V en la caja de pilas en la parte trasera (después de cambiarlas, todos los valores se restablecerán a "0").

Si la pantalla no funciona correctamente, intenta volver a instalar la batería.

No uses la batería "batería, +".

Especificación de la batería: Utiliza 2 pilas AAA 1.5V.

Cuando deseches las baterías, asegúrate de retirarlas del reloj electrónico y manejarlas de manera segura.

### FUNCIONAMIENTO:

Exploración automática (SCAN):

Si abres la pantalla o presionas el botón, entrarás en el modo SCAN. Aquí, todas las funciones de TIME-DIST-CAL-VEL-ODO-PUL se mostrarán automáticamente en la pantalla principal.

1. Tiempo de movimiento (TIME): Aquí se calcula el tiempo acumulado de movimiento de 00:00 a 99:59. Puedes seleccionar el modo de visualización del valor de tiempo pulsando el botón.
2. Distancia de movimiento (DIST): Esta función acumula la distancia de 0,0 a 999,9. Puedes elegir cómo ver el valor de la distancia pulsando el botón.
3. Calorías (CAL): Mostrará el consumo acumulado de calorías de 0,0 a 9999. Puedes seleccionar cómo ver el valor de calorías pulsando el botón. Recuerda que estos datos son aproximados y no deben usarse para tratamientos médicos.
4. Velocidad de movimiento (VELOCIDAD): Te muestra la velocidad actual del atleta, con valores entre 0,0 y 999,9 km/milla/hora.
5. Odómetro (ODO): Muestra la distancia total entre el movimiento y el tiempo, en el rango de 0-99999 km.
6. Pulso (PUL): Muestra la frecuencia cardíaca instantánea, que oscila entre 40 y 240 veces por minuto. Ten en cuenta que estos datos son aproximados y no deben usarse para tratamientos médicos.
7. Reinicio: Si mantienes pulsado el botón durante unos 3 segundos, todos los valores volverán a "0". Puedes utilizar esta función para reiniciar.





# MANTENIMIENTO

## General

La bicicleta viene ajustada y lubricada de fábrica. No se recomienda que el usuario intente realizar ninguna operación en los componentes internos, para ello debe dirigirse al servicio técnico. Sin embargo, de tanto en tanto las superficies exteriores pueden parecer sucias, sigue las instrucciones que se indican para preservar su estado original.

- Las superficies metálicas deben limpiarse con un algodón suave o un trapo con un poco de cera para coches. No uses spray, aerosoles o bombas porque dejarán restos de cera en la superficie de la pantalla.
- De vez en cuando, la superficie de la pantalla tendrá marcas de dedos o polvo. El uso de químicos fuertes estropeará su capa de protección y creará energía estática que estropeará los componentes. Esta superficie debe limpiarse con preparados químicos especiales que se venden en tiendas de informática y que son especiales para las superficies antiestáticas. Te recomendamos el uso de estos productos.
- La seguridad del equipo se mantiene si se revisa regularmente su estado, daños y desgaste.
- La bicicleta se debe desplazar y mover con cuidado para evitar lesiones.
- La parte del freno es la que se desgasta con más facilidad. Antes de usar la bicicleta verifique que el sistema de freno funciona bien.
- Comprueba que los elementos de fijación están bien apretados.
- Inspecciona detenidamente las piezas más susceptibles de desgastarse.
- Reemplaza de inmediato las piezas defectuosas.
- Mantén el aparato fuera de servicio hasta su reparación.
- Por favor, comprueba que todas las etiquetas de seguridad están en buenas condiciones y que pueden leerse. Si hay algunas que faltan o que están estropeadas, contacta con el distribuidor para pedir nuevas.

# ELIMINACIÓN Y RECICLAJE

Los productos desgastados son potencialmente reciclables y no deben desecharse en la basura habitual. Ayúdanos a proteger el medio ambiente y a preservar los recursos naturales. Deshazte del aparato de manera ecológica. No lo tires con la basura doméstica. Sus componentes de plástico y de metal se pueden separar y reciclar. Lleva este aparato a un centro de reciclado homologado (punto verde). Los materiales utilizados en el embalaje de la máquina son reciclables: por favor, tíralos en el contenedor adecuado.

# GARANTÍA

Este producto tiene una garantía de 3 años a partir de la fecha de compra. La garantía cubre las averías y el mal funcionamiento de los componentes no considerados como consumibles\*, siempre y cuando sea utilizado de acuerdo a los usos indicados y según las instrucciones del manual. Para hacer valer la garantía, es necesario el comprobante de compra (ticket o factura) y el producto debe estar completo y con todos sus accesorios.

La cláusula de garantía no cubre el deterioro producido por el desgaste, la falta de mantenimiento, negligencia, mal montaje o un uso inapropiado (golpes, no respeto de los consejos para la alimentación eléctrica, almacenamiento, condiciones de uso...). También se excluyen de la garantía las consecuencias debidas al empleo de accesorios o de piezas de recambio no originales o no adecuadas al montaje o modificación del aparato.

*\*para más información sobre los componentes con garantía, visitar la web [www.fitfiu-fitness.com](http://www.fitfiu-fitness.com)*

## DECLARACIÓN DE CONFORMIDAD

Nosotros, BESELF BRANDS S.L., propietarios de la marca FITFIU FITNESS, con sede en Calle Blanquers, (parcela 7-8) Polígono Industrial de Valls 43800 - Valls, SPAIN, declaramos que la bicicleta indoor BESP-150 a partir del número de serie del año 2023 en adelante, son conformes con los requerimientos de las Directivas del Parlamento Europeo y del Consejo aplicables:


- EN 62479:2010 (Evaluación de la conformidad de los equipos electrónicos y eléctricos de baja potencia con las restricciones básicas relacionadas con la exposición humana a campos electromagnéticos.
- 2014/53/UE Directiva sobre equipos radioeléctricos (RED)
- ETSI EN 301 489-1 V2.2.3 (2019-11)
- ETSI EN 301 489-17 V3.2.4 (2020-09)
- ETSI EN 300 328 V2.2.2 (2019-07)

El producto entregado coincide con el ejemplar que fue sometido al examen CE de tipo.

Los requisitos esenciales se cumplen en consecuencia sobre la base de las especificaciones técnicas aplicables en el momento de la emisión.

Valls ,12 de mayo de 2023

Mireia Calvet, CEO (Representante autorizado y responsable de la documentación técnica).

 Beself  
Brands

**FITFIU**  
FITNESS



Manual revisado en mayo de 2023  
[www.fitfiu-fitness.com](http://www.fitfiu-fitness.com)



# INDEX

<b>01_ PRÉCAUTIONS D'UTILISATION</b>	<b>12</b>	<b>05_ MAINTENANCE</b>	<b>18</b>
<b>02_ DESCRIPTION DU PRODUIT</b>	<b>13</b>	<b>06_ ÉLIMINATION ET RECYCLAGE</b>	<b>18</b>
Caractéristiques techniques		<b>07_ GARANTIE</b>	<b>18</b>
Contenu de la boîte		<b>08_ DÉCLARATION DE CONFORMITÉ</b>	<b>19</b>
<b>03_ ASSEMBLAGE</b>	<b>15</b>		
Pas à pas			
<b>04_ UTILISATION DU PRODUIT</b>	<b>17</b>		

# BONJOUR !

Merci de faire confiance à FITFIU Fitness !

Que vous débutiez dans le monde du fitness, que vous soyez un sportif amateur ou que vous ayez déjà une expérience dans le monde du sport... FITFIU sera votre allié pour vous remettre en forme ! Faire de l'exercice physique offre de multiples avantages et la possibilité de le faire à la maison rendra plus accessible la possibilité de s'entraîner en permanence.

Ce produit a été conçu pour le spinning à domicile. Le spinning est un excellent exercice physique pour augmenter la capacité du système cardiovasculaire et brûler des calories. Il tonifie les muscles des membres inférieurs (fessiers, quadriceps, abducteurs et mollets) et travaille également les muscles du haut du corps (abdominaux, dos et bras). Ce vélo est équipé d'une transmission par courroie pour un pédalage plus souple, plus doux, plus silencieux et sans chocs.

Nous vous souhaitons de profiter pleinement de votre expérience FITFIU Fitness !

## PRÉCAUTIONS D'EMPLOI

Avant d'utiliser cet appareil, suivez attentivement les instructions et lisez toutes les précautions. Conservez-les pour pouvoir vous y référer ultérieurement.

- Veuillez à lire l'intégralité de ce manuel avant d'assembler ou d'utiliser l'appareil. Il est de votre responsabilité de vous assurer que toutes les personnes qui utilisent l'appareil connaissent les avertissements et les précautions !
- Si vous envisagez de commencer un programme d'exercices, il serait bon d'en parler d'abord à votre médecin. En particulier si vous souffrez d'une maladie qui pourrait compromettre votre sécurité pendant l'exercice. Si vous prenez des médicaments qui affectent votre rythme cardiaque, votre tension artérielle ou votre taux de cholestérol, il est essentiel d'écouter les conseils de votre médecin.
- Votre corps vous parle. Si vous ressentez une douleur thoracique, un rythme cardiaque irrégulier, un essoufflement, des vertiges, des étourdissements ou des nausées, arrêtez immédiatement de faire de l'exercice ! Si vous ressentez quoi que ce soit de ce genre, il est préférable de consulter votre médecin avant de poursuivre votre programme d'exercices.
- Veuillez à vous échauffer avant l'activité physique pour éviter les blessures musculaires et à effectuer une routine de relaxation après l'exercice.
- Les personnes porteuses d'un stimulateur cardiaque, d'un défibrillateur ou d'un autre appareil électronique sont averties que l'utilisation de ce capteur de fréquence cardiaque se fait à leurs risques et périls.
- Il n'est pas recommandé aux femmes enceintes de porter un capteur de fréquence cardiaque.
- Tenez les enfants et les animaux domestiques à l'écart de l'appareil. N'oubliez pas qu'il est conçu pour les adultes uniquement.
- Placez l'appareil sur une surface plane, solide et horizontale. Placez une housse de protection s'il est posé sur le sol ou sur un tapis. Pour des raisons de sécurité, veillez à ce qu'il y ait au moins 0,6 mètre d'espace libre autour de l'appareil.
- Avant de mettre l'appareil en marche, assurez-vous que tous les écrous et les boulons sont bien serrés.
- La sécurité de l'appareil n'est garantie que si vous vérifiez régulièrement qu'il n'est pas endommagé ou usé.
- Utilisez toujours l'appareil comme indiqué dans le manuel. Si vous remarquez que quelque chose est cassé ou que

vous entendez des bruits étranges lorsque vous utilisez l'appareil, arrêtez-vous et ne continuez pas tant que vous n'avez pas résolu le problème !

- Portez des vêtements appropriés lorsque vous utilisez l'appareil. Évitez les vêtements amples qui pourraient se coincer dans l'appareil ou gêner vos mouvements.
- L'appareil a été testé et certifié conformément aux normes EN ISO 20957-1 et EN ISO 20957-5, classe H.C. Il a été conçu pour une utilisation à domicile et pour un poids maximum de 120 kg.
- Cet équipement n'est pas adapté aux tâches qui nécessitent beaucoup de précision.
- Le système de freinage de cet appareil n'a rien d'inquiétant.
- Soyez prudent lorsque vous soulevez ou déplacez l'appareil afin de ne pas vous blesser le dos ! Utilisez des techniques de levage appropriées ou, si nécessaire, demandez de l'aide.
- N'utilisez pas d'accessoires non recommandés par le fabricant.
- N'effectuez pas de réglages ou d'entretien non spécifiés dans ce manuel. En cas de problème avec l'appareil, contactez notre service technique.
- Remplacez immédiatement toutes les pièces usées ou défectueuses.
- Ce vélo ne fonctionne pas sans pédalage. Vous pouvez arrêter le vélo immédiatement en levant ou en abaissant le frein de sécurité sur le fil de tension lorsque vous faites de l'exercice.
- Réglez le guidon et la selle en fonction des besoins de l'utilisateur. Veillez à ce que les fils soient bloqués et que la selle et le guidon soient bien réglés.

NOTE : En cas d'utilisation incorrecte, FITFIU décline toute responsabilité pour les dommages matériels et corporels.



**POIDS MAXIMUM DE L'UTILISATEUR : 120KG**

**IMPORTANT : CET APPAREIL EST DESTINÉ À UN USAGE DOMESTIQUE UNIQUEMENT.**

# BESP-150

## DESCRIPTION DU PRODUIT

### Caractéristiques techniques



Découvrez la passion du spinning avec le vélo d'intérieur BESP-150, conçu pour repousser vos limites lors de séances d'entraînement intensives à domicile. Ce vélo d'intérieur innovant vous fera vivre une nouvelle expérience sportive grâce à ses caractéristiques techniques :

TYPE DE RÉSISTANCE	Friction
FRÉQUENCE D'EMPLOI	Intensive
RÉGLAGE DE LA SELLE	Vertical et horizontal
RÉGLAGE DU GUIDON	Oui, 5 points
PÉDALES	Antidérapantes avec sangle de fixation

#### APPS COMPATIBLES



ZWIFT



KINOMAP

# DESCRIPTION DU PRODUIT

## Contenu de la boîte



20 - M8x16 (4 uds)



24 - ST5x2,5 (1 uds)



16 - M8x53 (4 uds)



19 - Ø10,5 (1 uds)



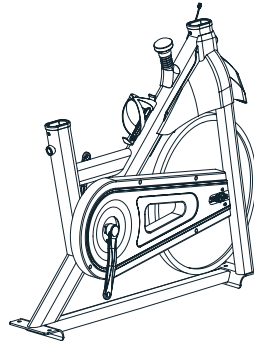
21 - Ø8,5 (4 uds)



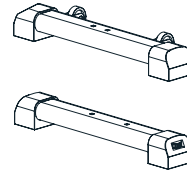
17 - Ø8,5 (4 uds)



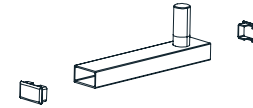
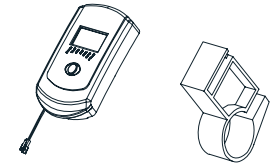
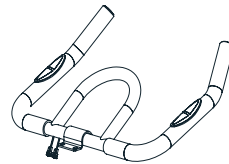
18 - M8 (4 uds)

25 - Clé de serrage  
13-1527 - Clé hexagonale  
6mm

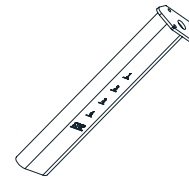
1 - Corps principal



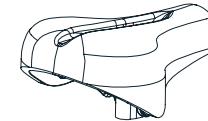
3 / 2 - Stabilisateur avant et arrière

28 / 7 - Bouchon de tuyau carré +  
cadre de réglage de la selle9 / 10 - Moniteur + support de  
moniteur Display

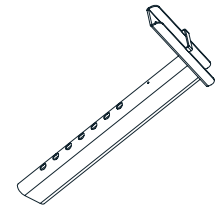
6 - Guidon



5 - Cadre du guidon



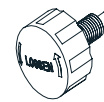
8 - Selle



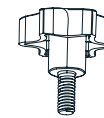
4 - Cadre de la selle



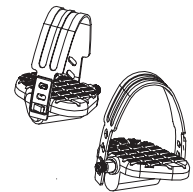
11 - Support mobile



14 - Bouton de réglage



15 - Bouton de verrouillage



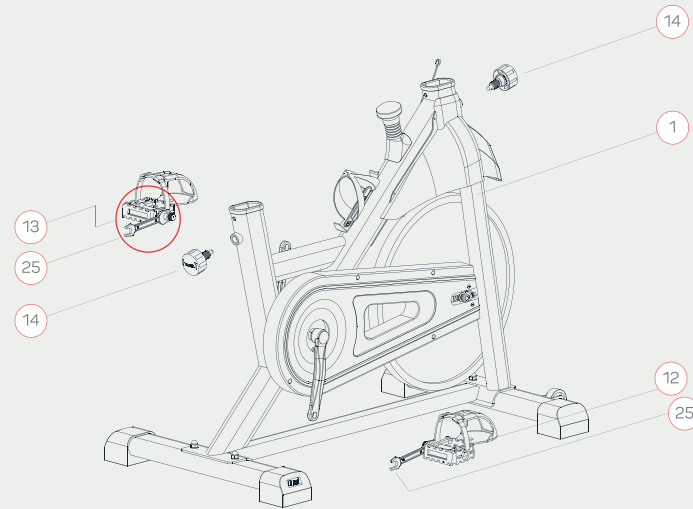
12 / 13 - Pédales

# ASSEMBLAGE

## Pas à pas

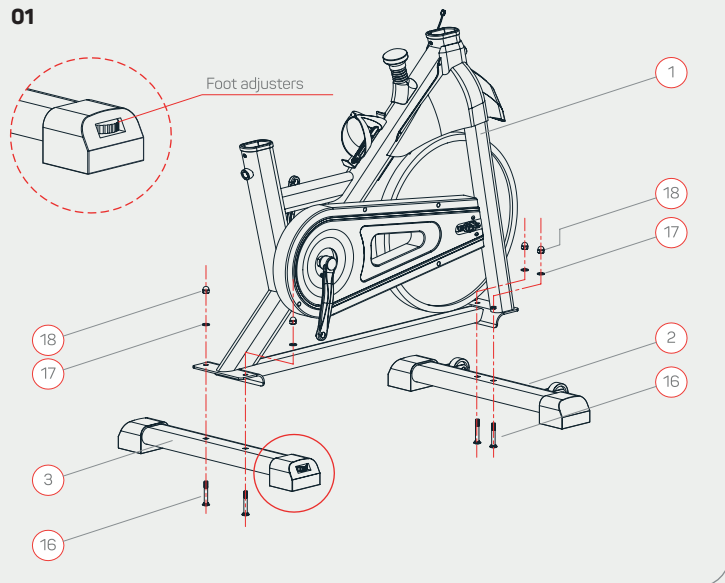
Tout d'abord, nous allons fixer le stabilisateur avant (2) sur le corps principal (1) à l'aide des boulons de carrosserie (16), des rondelles plates (17) et des écrous de couverture (18). Veillez à les serrer à l'aide d'une clé plate (25). N'oubliez pas que les roues de mouvement du stabilisateur avant (2) doivent être orientées vers l'avant, comme indiqué. De même, le stabilisateur arrière (3) est fixé au corps principal (1) à l'aide des boulons de carrosserie (16), des rondelles plates (17) et des écrous de couverture (18), également serrés à l'aide de la clé plate (25). Notez que les roues mobiles situées sur les côtés du stabilisateur avant (2) permettent de déplacer la machine sur de courtes distances.

02



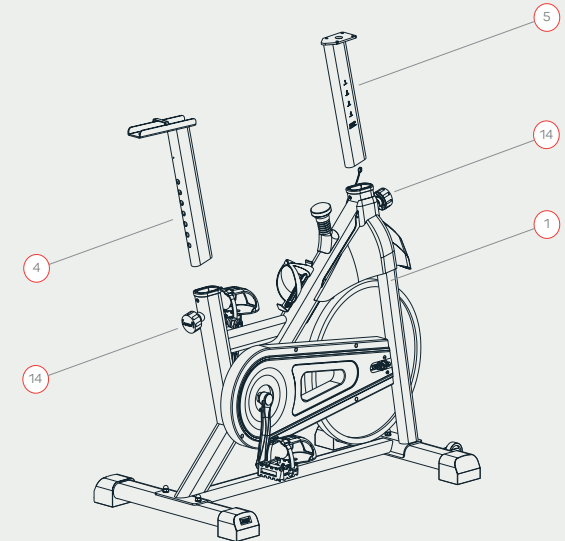
Procéder ensuite à l'installation de la pédale droite (12) avec le repère "r" sur le corps principal (1), en la fixant à l'aide de la clé à fourche (25). La tourner dans le sens des aiguilles d'une montre. De même, la pédale gauche (13) avec le marquage "l" est placée sur le corps principal (1) et fixée à l'aide de la clé plate (25). Ne pas oublier de la tourner dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. Les boutons de réglage (14) sont placés respectivement à l'avant et à l'arrière du corps principal (1). Pour l'instant, il n'est pas nécessaire de les serrer.

01

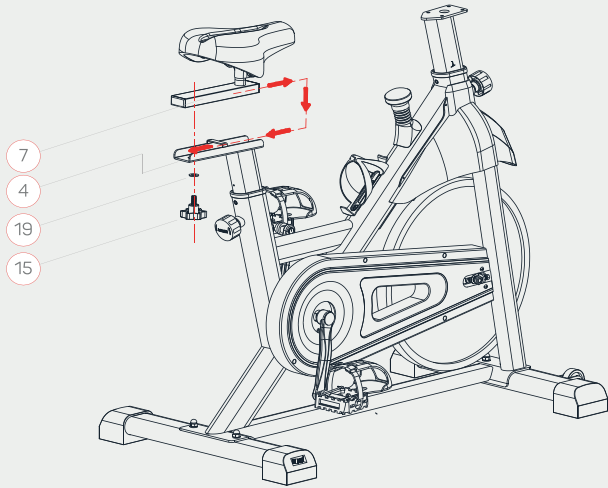


Insérons le cadre de la selle (4) dans le corps principal (1). Tirons ensuite le bouton de réglage (14) pour qu'il s'insère automatiquement dans le trou correspondant du cadre (4). De la même manière, la tige de la poignée (5) est insérée dans le corps principal (1) et la molette de réglage (14) est tirée de manière à ce qu'elle s'insère automatiquement dans le trou correspondant de la tige de la poignée (5). Si vous devez régler la hauteur du cadre de la selle (4) ou de la tige de la poignée (5), tirez sur le bouton de réglage (14). Une fois le réglage effectué, veillez à resserrer le bouton de réglage (14).

03

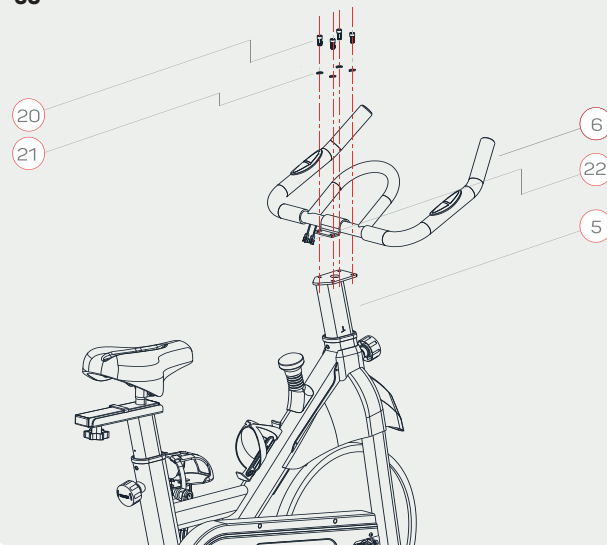


04



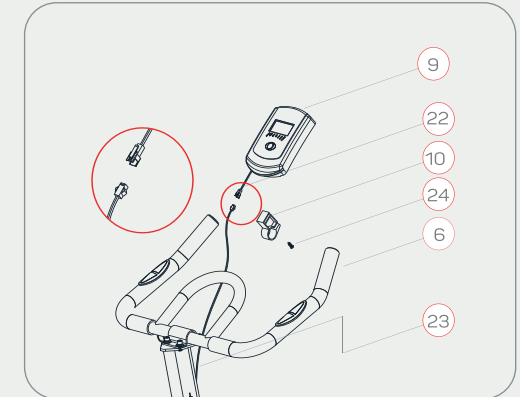
Installez le cadre de réglage de la selle (7) sur le cadre de la selle (4) et fixez-le à l'aide d'une rondelle plate (19) et d'un écrou de réglage (15). N'oubliez pas de desserrer l'écrou de réglage (15) pour déplacer le cadre de réglage de la selle (7) vers l'avant et vers l'arrière si nécessaire. N'oubliez pas de resserrer l'écrou de réglage (15) avant utilisation.

05

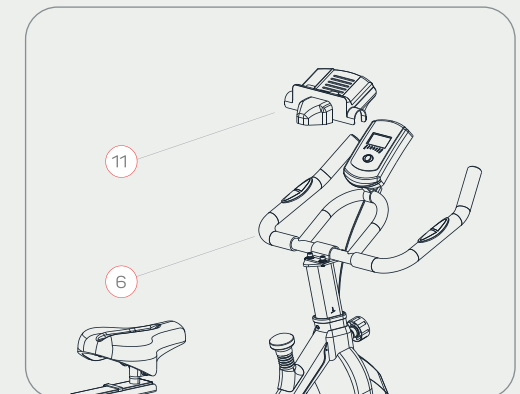


L'étape suivante consiste à fixer le cadre de la poignée (6) au montant de la poignée (5) à l'aide de rondelles plates (17), de rondelles élastiques (21) et de vis à tête cylindrique (20). Fixez-les à l'aide d'une clé Allen (27).

Prenez maintenant le support du moniteur (10) et fixez-le au cadre de la poignée (6) à l'aide de la vis autotaraudeuse (24). Fixez-la fermement à l'aide de la clé à six pans creux (27). Montez ensuite le moniteur (9) sur le support du moniteur (10). Connectez le câble d'impulsion (22) au trou "pulse" au dos du moniteur (9), et le câble de signal (23) au trou "sensor" également au dos du moniteur (9).



Enfin, installez le support de téléphone portable (11) sur le cadre de la poignée (6). N'oubliez pas : avant d'utiliser la machine, assurez-vous que toutes les pièces sont bien serrées et solides, et que la machine est stable sur le sol. Prêt à l'emploi !





# UTILISATION DU PRODUIT

## Affichage

### INSTALLATION DES PILES

Insérez d'abord deux piles AAA de 1,5 V dans le compartiment à piles situé à l'arrière (après avoir changé les piles, toutes les valeurs seront remises à "0").

Si l'écran ne fonctionne pas correctement, essayez de réinstaller la pile.

Ne pas utiliser la pile "batterie, +".

Spécifications des piles : utilisez 2 piles AAA 1,5V.

Lorsque vous vous débarrassez des piles, veillez à les retirer de l'horloge électronique et à les manipuler avec précaution.

### DESCRIPTION FONCTIONNELLE

Balayage automatique (SCAN) :

Si vous ouvrez l'écran ou appuyez sur le bouton, vous entrez dans le mode SCAN. Toutes les fonctions TIME-DIST-CAL-VEL-ODO-PUL s'affichent alors automatiquement sur l'écran principal.

1. Temps de mouvement (TIME) : Le temps de mouvement accumulé est calculé de 00:00 à 99:59. Vous pouvez sélectionner le mode d'affichage de la valeur du temps en appuyant sur le bouton .
2. Distance du mouvement (DIST) : Cette fonction permet d'accumuler la distance de 0,0 à 999,9. Vous pouvez choisir le mode d'affichage de la valeur de la distance en appuyant sur le bouton .
3. Calories (CAL) : cette fonction affiche la consommation de calories accumulées entre 0,0 et 9999. Vous pouvez choisir d'afficher la valeur des calories en appuyant sur le bouton . N'oubliez pas que ces données sont approximatives et ne doivent pas être utilisées pour un traitement médical.
4. Vitesse de déplacement (SPEED) : Indique la vitesse actuelle de l'athlète, avec des valeurs comprises entre 0,0 et 999,9 km/mile/heure.
5. Odomètre (ODO) : indique la distance totale entre le mouvement et le temps, dans une fourchette de 0 à 9999 km.
6. Pouls (PUL) : affiche la fréquence cardiaque instantanée, de 40 à 240 fois par minute. Veuillez noter que ces données sont approximatives et ne doivent pas être utilisées pour un traitement médical.
7. Réinitialisation : Si vous appuyez sur le bouton et le maintenez enfoncé pendant environ 3 secondes, toutes les valeurs reviendront à "0". Vous pouvez utiliser cette fonction pour réinitialiser.



# MAINTENANCE

## Général

Le vélo est réglé et lubrifié en usine. Il n'est pas recommandé à l'utilisateur d'essayer d'effectuer des opérations sur les composants internes, pour cela il faut contacter le service technique. Cependant, de temps en temps, les surfaces externes peuvent apparaître sales, suivez les instructions données pour préserver leur état d'origine.

- Les surfaces métalliques doivent être nettoyées à l'aide d'un coton-tige doux ou d'un chiffon avec un peu de cire pour voiture. N'utilisez pas de sprays, d'aérosols ou de pompes, car ils laisseraient des résidus de cire sur la surface de l'écran.
- Il arrive que la surface de l'écran présente des traces de doigts ou de la poussière. L'utilisation de produits chimiques agressifs endommagera son revêtement protecteur et créera de l'énergie statique qui endommagera les composants. Cette surface doit être nettoyée avec des préparations chimiques spéciales vendues dans les magasins d'informatique et spécialement conçues pour les surfaces antistatiques. Nous recommandons l'utilisation de ces produits.
- La sécurité de l'équipement est maintenue si son état, ses dommages et son usure sont vérifiés régulièrement.
- Le vélo doit être déplacé et déplacé avec précaution pour éviter les blessures.
- La pièce de freinage est celle qui s'use le plus facilement. Avant d'utiliser le vélo, vérifiez que le système de freinage est en bon état de fonctionnement.
- Vérifier que les fixations sont bien serrées.
- Inspectez soigneusement les pièces les plus sensibles à l'usure.
- Remplacez immédiatement les pièces défectueuses.
- Mettez l'appareil hors service jusqu'à ce qu'il soit réparé.
- Vérifiez que toutes les étiquettes de sécurité sont en bon état et lisibles. Si l'une d'entre elles est manquante ou endommagée, contactez le revendeur pour en commander de nouvelles.

# ÉLIMINATION ET RECYCLAGE

Les produits usés sont potentiellement recyclables et ne doivent pas être jetés dans la poubelle ordinaire. Aidez-nous à protéger l'environnement et à préserver les ressources naturelles. Mettez l'appareil au rebut en respectant l'environnement. Ne le jetez pas avec les ordures ménagères. Ses composants en plastique et en métal peuvent être séparés et recyclés. Apportez cet appareil à un centre de recyclage agréé (Point vert). Les matériaux utilisés dans l'emballage de la machine sont recyclables : veuillez les jeter dans le conteneur approprié.

# GARANTIE

Ce produit est garanti pendant 3 ans à compter de la date d'achat. La garantie couvre les pannes et dysfonctionnements des composants qui ne sont pas considérés comme des consommables\*, à condition qu'il soit utilisé conformément à l'usage prévu et selon les instructions du manuel. Pour bénéficier de la garantie, une preuve d'achat (reçu ou facture) est requise et le produit doit être complet et accompagné de tous ses accessoires.

La clause de garantie ne couvre pas les détériorations dues à l'usure, au manque d'entretien, à la négligence, à un montage incorrect ou à une utilisation non conforme (coups, non-respect des conseils d'alimentation, stockage, conditions d'utilisation, etc.) Sont également exclues de la garantie les conséquences de l'utilisation d'accessoires ou de pièces détachées qui ne sont pas d'origine ou qui ne conviennent pas au montage ou à la modification de l'appareil.

*\*Pour plus d'informations sur les composants garantis, veuillez consulter le site [www.fitfiu-fitness.com](http://www.fitfiu-fitness.com)*

## DÉCLARATION DE CONFORMITÉ

Nous, BESELF BRANDS S.L., propriétaires de la marque FITFIU FITNESS, dont le siège social est situé rue Blanquers, (parcelle 7-8) Polígono Industrial de Valls 43800 - Valls, ESPAGNE, déclarons que le vélo d'intérieur BESP-150 à partir du numéro de série 2023, sont conformes aux exigences des directives applicables du Parlement européen et du Conseil :


- EN 62479:2010 (Évaluation de la conformité des équipements électroniques et électriques de faible puissance avec les restrictions de base relatives à l'exposition humaine aux champs électromagnétiques.
- 2014/53/EU Directive relative aux équipements hertziens (RED)
- ETSI EN 301 489-1 V2.2.3 (2019-11)
- ETSI EN 301 489-17 V3.2.4 (2020-09)
- ETSI EN 300 328 V2.2.2 (2019-07)

Le produit livré correspond au spécimen qui a été soumis à l'examen CE de type.

Les exigences essentielles sont donc satisfaites sur la base des spécifications techniques applicables au moment de la délivrance.

Valls, 12 mai 2023

Mireia Calvet, CEO (Représentante autorisée et responsable de la documentation technique).

 Beself  
Brands

**FITFIU**  
FITNESS



Manuel révisé mai 2023  
[www.fitfiu-fitness.com](http://www.fitfiu-fitness.com)



# INDICE

<b>01_ PRECAUZIONI D'USO</b>	<b>21</b>
<b>02_ DESCRIZIONE DEL PRODOTTO</b>	<b>22</b>
Specifiche tecniche	
Contenuto della scatola	
<b>03_ ASSEMBLAGGIO</b>	<b>24</b>
Passo dopo passo	
<b>04_ UTILIZZO DEL PRODOTTO</b>	<b>26</b>

<b>05_ MANUTENZIONE</b>	<b>27</b>
<b>06_ SMALTIMENTO E RICICLAGGIO</b>	<b>27</b>
<b>07_ GARANZIA</b>	<b>27</b>
<b>08_ DICHIARAZIONE DI CONFORMITÀ</b>	<b>28</b>

# CIAO!

Grazie per esservi affidati a FITFIU Fitness!

Che siate alle prime armi nel mondo del fitness, che siate atleti amatoriali o che abbiate già un passato nel mondo dello sport... FITFIU sarà il vostro alleato per rimettervi in forma! L'esercizio fisico offre molteplici benefici e la possibilità di svolgerlo a casa rende più accessibile la possibilità di allenarsi in modo costante.

Questo prodotto è stato progettato per lo spinning a casa. Lo spinning è un esercizio fisico eccellente per aumentare la capacità del sistema cardiovascolare e bruciare calorie. Tonifica i muscoli degli arti inferiori (glutei, quadricipiti, adduttori e polpacci) e fa lavorare anche i muscoli della parte superiore del corpo (addominali, schiena e braccia). Questa bicicletta è dotata di una trasmissione a cinghia per una pedalata più fluida, scorrevole, silenziosa e senza scosse.

Vi auguriamo di godere appieno della vostra esperienza FITFIU Fitness!

## PRECAUZIONI PER L'USO

Prima di utilizzare questa apparecchiatura, seguire attentamente le istruzioni e leggere tutte le precauzioni. Conservarle per riferimenti futuri.

- Prima di assemblare o utilizzare l'apparecchiatura, leggere attentamente il presente manuale. È vostra responsabilità assicurarvi che tutti coloro che utilizzano l'apparecchiatura siano a conoscenza delle avvertenze e delle precauzioni!
- Se si sta pensando di iniziare un programma di esercizi, sarebbe opportuno parlarne prima con il proprio medico. Soprattutto se avete una condizione medica che potrebbe mettere a rischio la vostra sicurezza durante l'esercizio. Se state assumendo farmaci che influenzano la frequenza cardiaca, la pressione sanguigna o il livello di colesterolo, è molto importante ascoltare i consigli del vostro medico.
- Il vostro corpo vi sta parlando. Se avvertite dolore al petto, battito cardiaco irregolare, respiro corto, vertigini, giramenti di testa o nausea, interrompete immediatamente l'attività fisica! Se sentite qualcosa di simile, è meglio che parliate con il vostro medico prima di continuare il vostro programma di esercizi.
- Assicurarvi di riscaldarsi prima dell'attività fisica per evitare lesioni muscolari e di eseguire una routine di rilassamento dopo l'esercizio.
- Le persone con pacemaker, defibrillatori o altri dispositivi elettronici impiantati sono avvertite che l'uso di questo sensore di frequenza cardiaca è a loro rischio e pericolo.
- L'uso dei sensori di polso non è consigliato alle donne in gravidanza.
- Tenere bambini e animali domestici lontani dall'apparecchiatura. Ricordare che è stata progettata solo per gli adulti.
- Posizionare l'apparecchiatura su una superficie piana e solida. Se si trova sul pavimento o su una moquette, collocare una copertura protettiva. Per sicurezza, assicurarsi che vi sia uno spazio libero di almeno 0,6 metri intorno all'apparecchiatura.
- Prima di avviare l'apparecchiatura, accertarsi che tutti i dadi e i bulloni siano ben serrati.
- La sicurezza dell'apparecchiatura è garantita solo se si controlla regolarmente che non ci siano danni o usura.
- Utilizzare sempre l'apparecchiatura come spiegato nel manuale. Se durante l'uso dell'apparecchiatura si nota qualcosa di rotto o si sentono strani rumori, fermarsi. Non continuare finché non si è risolto il problema!

- Indossare un abbigliamento adeguato quando si utilizza l'apparecchiatura. Evitare indumenti larghi che potrebbero impigliarsi nell'apparecchiatura o limitare i movimenti.
- L'apparecchiatura è stata testata e certificata secondo le norme EN ISO 20957-1 e EN ISO 20957-5, classe H.C. È stata progettata per l'uso domestico e con un peso massimo dell'utente di 120 kg.
- Questa apparecchiatura non è adatta a compiti che richiedono un'elevata precisione.
- Il sistema frenante di questa apparecchiatura non è un problema.
- Fare attenzione quando si solleva o si sposta l'apparecchiatura per non farsi male alla schiena! Utilizzare tecniche di sollevamento adeguate o, se necessario, chiedere aiuto.
- Non utilizzare accessori non raccomandati dal produttore.
- Non eseguire regolazioni o manutenzioni non indicate nel presente manuale. In caso di problemi con l'apparecchio, contattare il servizio di assistenza tecnica.
- Sostituire immediatamente tutte le parti usurate o difettose.
- Questa bicicletta non funziona senza pedalare. È possibile arrestare immediatamente la bicicletta sollevando o abbassando il freno di sicurezza sul filo di tensione durante l'esercizio.
- Regolare il manubrio e la sella in base alle esigenze dell'utente. Assicurarsi che le filettature siano bloccate e che la sella e il manubrio siano regolati in modo sicuro.

NOTA: In caso di uso improprio, FITFIU declina ogni responsabilità per danni a cose e persone.



**PESO MASSIMO DELL'UTENTE: 120 KG**  
**IMPORTANTE: QUESTO APPARECCHIO È DESTINATO ESCLUSIVAMENTE ALL'USO DOMESTICO.**

# BESP-150

## DESCRIZIONE DEL PRODOTTO

### Caratteristiche tecniche



Scoprite la passione per lo spinning con la indoor bike BESP-150, progettata per sfidare i vostri limiti in sessioni di allenamento intensive a casa. Questa innovativa indoor cycling bike creerà una nuova esperienza sportiva grazie alle sue caratteristiche tecniche:

TIPO DI RESISTENZA	Attrito
FREQUENZA DI UTILIZZO	Intenso
REGOLAZIONE SELLINO	Verticale e orizzontale
REGOLAZIONE MANUBRIO	Sì, 5 punti
PEDALI	Antiscivolo con cinghia di fissaggio

#### APP COMPATIBILI



ZWIFT



KINOMAP

# DESCRIZIONE PRODOTTO

## Contenuto della scatola



20 - M8x16 (4 uds)



24 - ST5x2,5 (1 uds)



16 - M8x53 (4 uds)



19 - Ø10,5 (1 uds)



21 - Ø8,5 (4 uds)



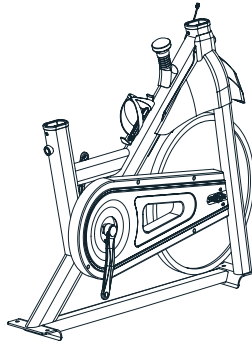
17 - Ø8,5 (4 uds)



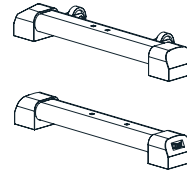
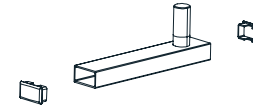
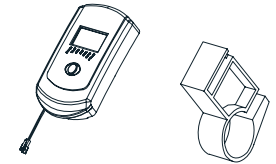
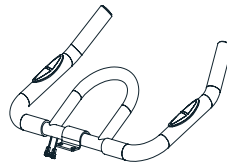
18 - M8 (4 uds)



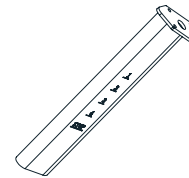
25 - Chiave 13-15

27 - Chiave esagonale  
6mm

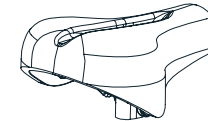
1 - Corpo

3 / 2 - Stabilizzatori anteriori e  
posteriori28 / 7 - Spine + telaio di regolazione  
della sella9 / 10 - Monitor + staffa del monitor  
Display

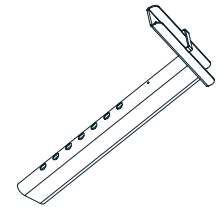
6 - Manubrio



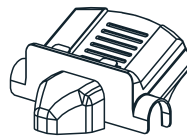
5 - Telaio del manubrio



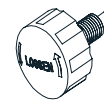
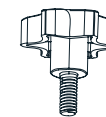
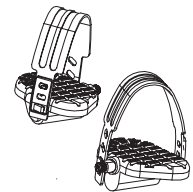
8 - Sella



4 - Telaio della sella



11 - Supporto mobile

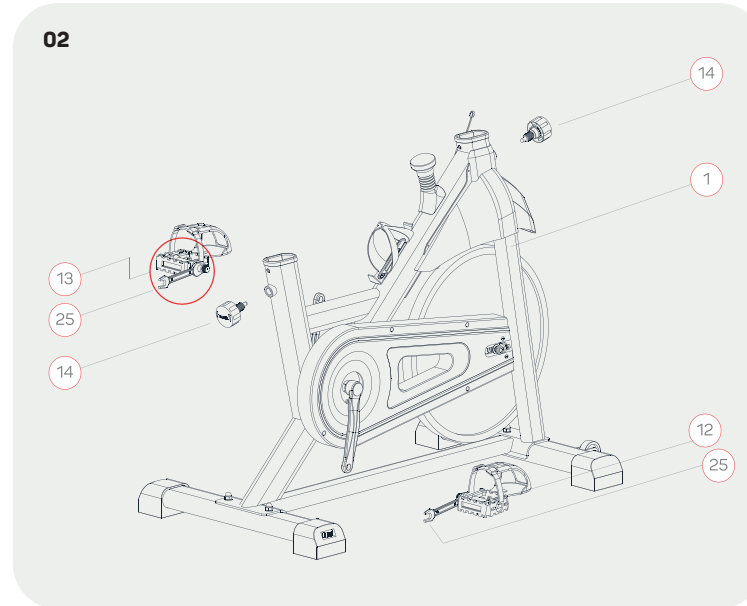
14 - Manopola di regolazione  
M16 (2 uds)15 - Manopola bloccaggio  
M10 (1 uds)

12 / 13 - Pedali

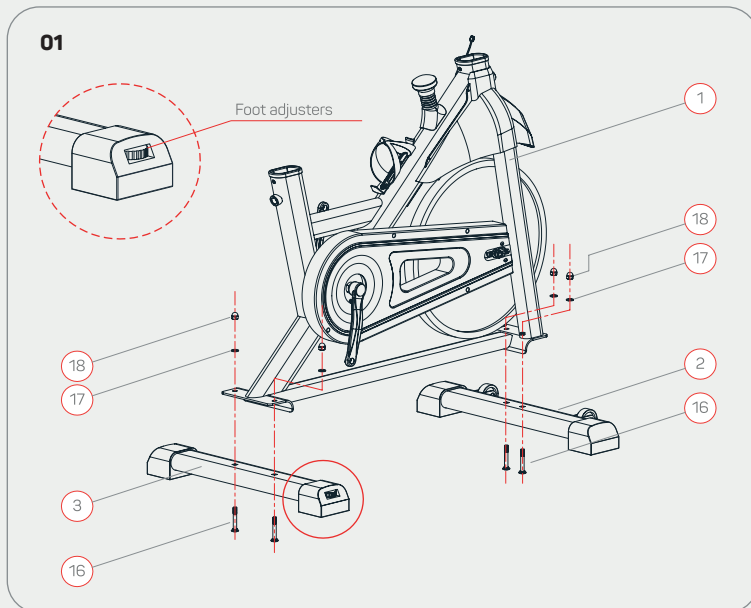
# MONTAGGIO

## Passo a passo

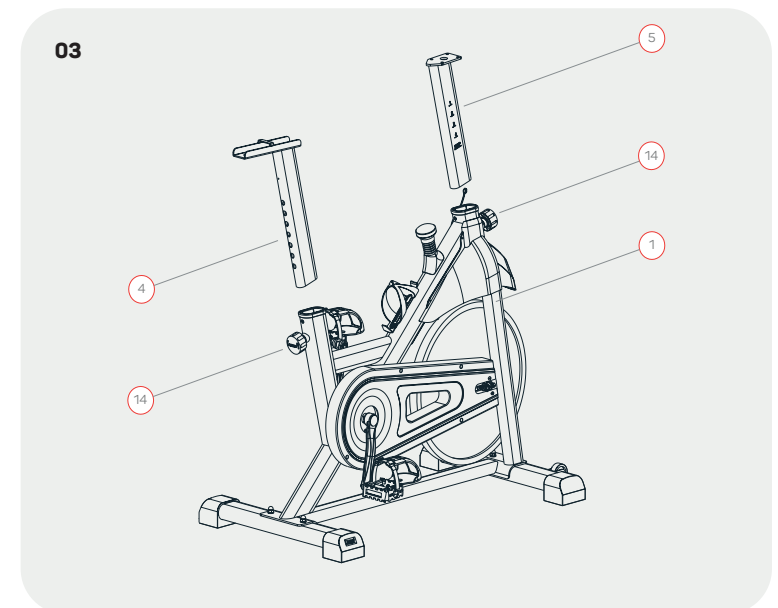
Per prima cosa, fisseremo lo stabilizzatore anteriore (2) sul corpo principale (1) utilizzando i bulloni a carrello (16), le rondelle piatte (17) e i dadi di copertura (18). Assicurarsi di serrarli con una chiave aperta (25). Ricordare che le ruote di movimento dello stabilizzatore anteriore (2) devono essere rivolte in avanti come mostrato. Allo stesso modo, lo stabilizzatore posteriore (3) è fissato al corpo principale (1) con i bulloni a carrello (16), le rondelle piatte (17) e i dadi di copertura (18), anch'essi serrati con la chiave aperta (25). Si noti che le ruote mobili ai lati dello stabilizzatore anteriore (2) consentono di spostare la macchina su brevi distanze.



Procedere ora all'installazione del pedale destro (12) con il segno "r" sul corpo principale (1), fissandolo con la chiave aperta (25). Ruotarlo in senso orario. Allo stesso modo, il pedale sinistro (13) con la marcatura "l" viene posizionato sul corpo principale (1) e fissato con la chiave aperta (25). Ricordarsi di ruotarlo in senso antiorario. Le manopole di regolazione (14) sono posizionate rispettivamente sulla parte anteriore e posteriore del corpo principale (1). Per ora non è necessario stringerle.

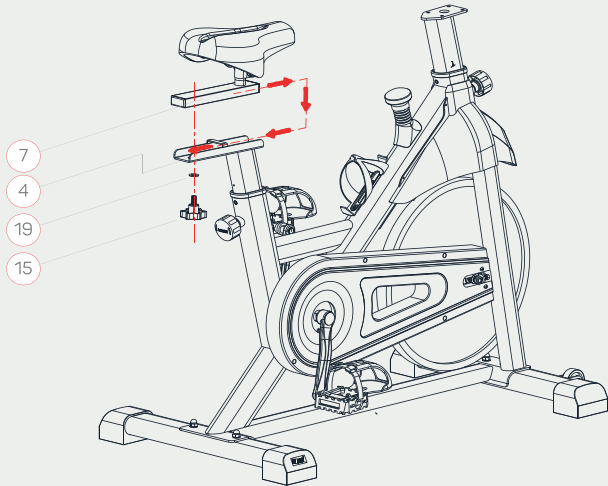


Inseriamo il telaio della sella (4) nel corpo principale (1). Estrarre quindi la manopola di regolazione (14) in modo che si inserisca automaticamente nel foro corrispondente del telaio (4). Allo stesso modo, si inserisce il montante della maniglia (5) nel corpo principale (1) e si estrae la manopola di regolazione (14) in modo che si inserisca automaticamente nel foro corrispondente del montante della maniglia (5). Se è necessario regolare l'altezza del telaio della sella (4) o del manubrio (5), tirare la manopola di regolazione (14). Dopo la regolazione, accertarsi di serrare la manopola di regolazione (14).



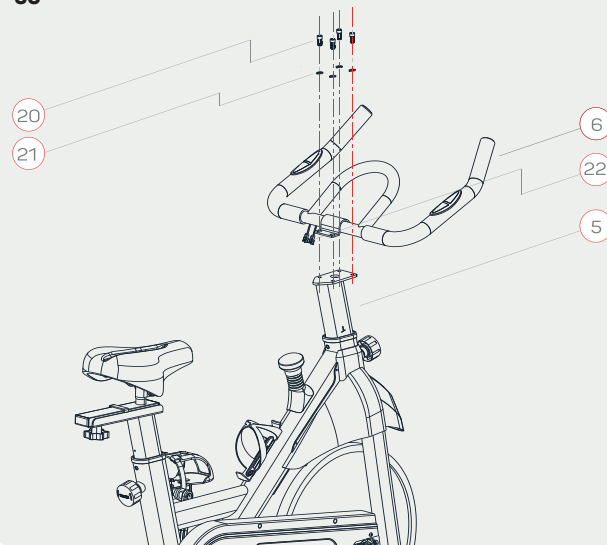


04



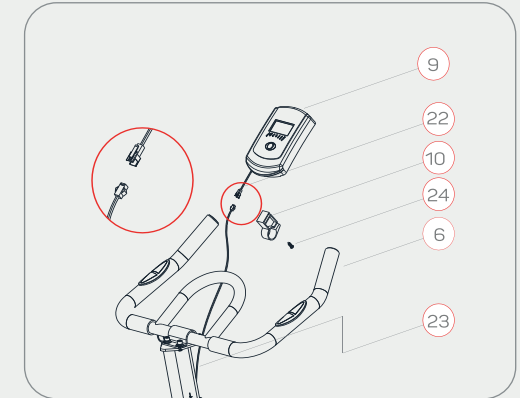
Installare il telaio di regolazione della sella (7) sul telaio della sella (4) e fissarlo con una rondella piatta (19) e un dado di regolazione (15). Ricordarsi di allentare il dado di regolazione (15) per spostare il telaio di regolazione della sella (7) in avanti e indietro secondo le necessità. Non dimenticare di serrare il dado di regolazione (15) prima dell'uso.

05

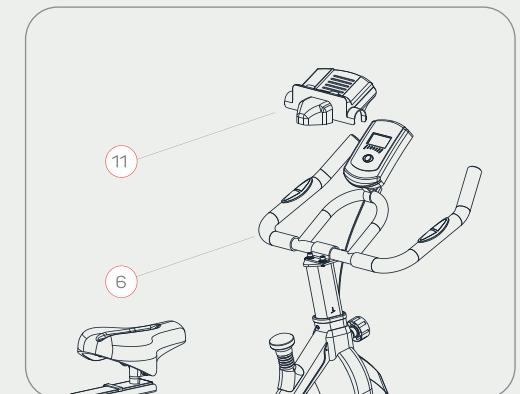


Il passo successivo consiste nel fissare il telaio della maniglia (6) al montante della maniglia (5) utilizzando rondelle piatte (17), rondelle elastiche (21) e viti a testa cilindrica (20). Fissare con una chiave a brugola (27).

Ora, prendere la staffa del monitor (10) e fissarla al telaio dell'impugnatura (6) con la vite autofilettante (24). Fissarla saldamente con la chiave esagonale (27). Successivamente, montare il monitor (9) sulla staffa del monitor (10). Collegare il cavo degli impulsi (22) al foro "impulsi" sul retro del monitor (9) e il cavo del segnale (23) al foro "sensore" sempre sul retro del monitor (9).



Infine, installare il supporto del telefono cellulare (11) sul telaio dell'impugnatura (6). Ricordate: prima di utilizzare la macchina, assicuratevi che tutte le parti siano ben salde e che la macchina sia stabile sul terreno. Pronti all'uso!



# UTILIZZO DEL PRODOTTO

## Display

### INSTALLAZIONE DELLE BATTERIE

Per prima cosa, inserire due batterie AAA da 1,5 V nella scatola delle batterie sul retro (dopo la sostituzione delle batterie, tutti i valori saranno reimpostati su "0").

Se il display non funziona correttamente, provare a reinstallare la batteria.

Non utilizzare la batteria "batteria, +".

Specifiche delle batterie: utilizzare 2 batterie AAA da 1,5 V.

Quando si smaltiscono le batterie, assicurarsi di rimuoverle dall'orologio elettronico e di maneggiarle in modo sicuro.

### DESCRIZIONE FUNZIONALE

Scansione automatica (SCAN):

Aprendo il display o premendo il pulsante, si accede alla modalità SCAN. Tutte le funzioni TIME-DIST-CAL-VEL-ODO-PUL vengono visualizzate automaticamente sulla schermata principale.

1. Tempo di movimento (TIME): qui viene calcolato il tempo di movimento accumulato da 00:00 a 99:59. È possibile selezionare la modalità di visualizzazione del valore temporale premendo il pulsante .
2. Distanza del movimento (DIST): questa funzione accumula la distanza da 0,0 a 999,9. È possibile scegliere la modalità di visualizzazione del valore della distanza premendo il pulsante .
3. Calorie (CAL): visualizza il consumo di calorie accumulato da 0,0 a 9999. È possibile scegliere come visualizzare il valore delle calorie premendo il pulsante . Ricordare che questi dati sono approssimativi e non devono essere utilizzati per trattamenti medici.
4. Velocità di movimento (SPEED): mostra la velocità attuale dell'atleta, con valori compresi tra 0,0 e 999,9 km/ora.
5. Odometro (ODO): mostra la distanza totale tra il movimento e il tempo, con valori compresi tra 0 e 999,9 km.
6. Pulsazioni (PUL): visualizza la frequenza cardiaca istantanea, con valori compresi tra 40 e 240 volte al minuto. Si noti che questi dati sono approssimativi e non devono essere utilizzati per trattamenti medici.
7. Reset: se si tiene premuto il pulsante per circa 3 secondi, tutti i valori torneranno a "0". È possibile utilizzare questa funzione per resettare.



# MANUTENZIONE

## Generale

La bicicletta è regolata e lubrificata in fabbrica. Non è consigliabile che l'utente tenti di effettuare interventi sui componenti interni, per i quali è necessario rivolgersi al servizio di assistenza tecnica. Tuttavia, di tanto in tanto le superfici esterne possono apparire sporche; seguire le istruzioni fornite per preservarne le condizioni originali.

- Le superfici metalliche devono essere pulite con un batuffolo di cotone morbido o un panno con un po' di cera per auto. Non utilizzare spray, aerosol o pompe per non lasciare residui di cera sulla superficie dello schermo.
- Occasionalmente, la superficie dello schermo presenta segni di dita o polvere. L'uso di prodotti chimici aggressivi danneggia il rivestimento protettivo e crea energia statica che danneggia i componenti. Questa superficie deve essere pulita con speciali preparati chimici venduti nei negozi di informatica e specifici per le superfici antistatiche.
- Si consiglia l'uso di questi prodotti.
- La sicurezza dell'attrezzatura viene mantenuta controllando regolarmente le condizioni, i danni e l'usura.
- La bicicletta deve essere spostata e mossa con attenzione per evitare lesioni.
- La parte dei freni è quella che si usura più facilmente. Prima di utilizzare la bicicletta, verificare che l'impianto frenante sia in buone condizioni.
- Controllare che gli elementi di fissaggio siano ben saldi.
- Ispezionare attentamente le parti più soggette a usura.
- Sostituire immediatamente le parti difettose.
- Tenere l'apparecchio fuori servizio finché non viene riparato.
- Controllare che tutte le etichette di sicurezza siano in buone condizioni e leggibili. Se mancano o sono danneggiate, contattare il rivenditore per ordinarne di nuove.

# SMALTIMENTO E RICICLAGGIO

I prodotti usurati sono potenzialmente riciclabili e non devono essere smaltiti nella spazzatura ordinaria. Aiutateci a proteggere l'ambiente e a preservare le risorse naturali. Smaltire il dispositivo nel rispetto dell'ambiente. Non gettarlo insieme ai rifiuti domestici. I suoi componenti in plastica e metallo possono essere separati e riciclati. Portare l'apparecchio presso un centro di riciclaggio autorizzato (Punto Verde). I materiali utilizzati per l'imballaggio della macchina sono riciclabili: smaltirli nell'apposito contenitore.

# GARANZIA

Questo prodotto è garantito per 3 anni dalla data di acquisto. La garanzia copre i guasti e i malfunzionamenti dei componenti non considerati materiali di consumo\*, a condizione che l'uso sia conforme alla destinazione d'uso e alle istruzioni del manuale. Per far valere la garanzia è necessaria la prova d'acquisto (scontrino o fattura) e il prodotto deve essere completo di tutti i suoi accessori.

La clausola di garanzia non copre il deterioramento causato dall'usura, dalla mancanza di manutenzione, dalla negligenza, dal montaggio errato o dall'uso improprio (urti, mancato rispetto dei consigli di alimentazione, stoccaggio, condizioni d'uso, ecc.) Sono altresì escluse dalla garanzia le conseguenze dell'utilizzo di accessori o parti di ricambio non originali o non adatti al montaggio o alla modifica dell'apparecchio.

*\*Per ulteriori informazioni sui componenti garantiti, visitare il sito Web [www.fitfiu-fitness.com](http://www.fitfiu-fitness.com)*

## DICHIARAZIONE DI CONFORMITÀ

Noi, BESELF BRANDS S.L., proprietari del marchio FITFIU FITNESS, con sede legale in Calle Blanquers, (parcela 7-8) Polígono Industrial de Valls 43800 - Valls, SPAGNA, dichiariamo che la bicicletta da interno BESP-150 dal numero di serie 2023 in poi, è conforme ai requisiti delle Direttive del Parlamento Europeo e del Consiglio applicabili:


- EN 62479:2010 (Valutazione della conformità delle apparecchiature elettroniche ed elettriche di bassa potenza ai limiti di base relativi all'esposizione umana ai campi elettromagnetici.
- 2014/53/UE Direttiva sulle apparecchiature radio (RED)
- ETSI EN 301 489-1 V2.2.3 (2019-11)
- ETSI EN 301 489-17 V3.2.4 (2020-09)
- ETSI EN 300 328 V2.2.2.2 (2019-07)
- 

Il prodotto consegnato corrisponde all'esemplare sottoposto all'esame CE del tipo.

I requisiti essenziali sono pertanto soddisfatti sulla base delle specifiche tecniche applicabili al momento dell'emissione.

Valls, 12 maggio 2023

Mireia Calvet, CEO (rappresentante autorizzato e responsabile della documentazione tecnica).

 Beself  
Brands

**FITFIU**  
FITNESS



Manuale revisionato in maggio 2023  
[www.fitfiu-fitness.com](http://www.fitfiu-fitness.com)



# INDEX

<b>01_ PRECAUTIONS FOR USE</b>	<b>30</b>
<b>02_ PRODUCT DESCRIPTION</b>	<b>31</b>
Technical characteristics	
Contents of the box	
<b>03_ ASSEMBLY</b>	<b>33</b>
Step by step	
<b>04_ PRODUCT USE</b>	<b>35</b>

<b>05_ MAINTENANCE</b>	<b>36</b>
<b>06_ DISPOSAL AND RECYCLING</b>	<b>36</b>
<b>07_ GUARANTEE</b>	<b>36</b>
<b>08_ DECLARATION OF CONFORMITY</b>	<b>37</b>

# HELLO!

Thank you very much for trusting FITFIU Fitness!

Whether you are just starting out in the world of fitness, you are an amateur athlete or you already have a background in the world of sport... FITFIU will be your ally in getting in shape! Doing physical exercise offers multiple benefits and the possibility of doing it at home will make it more accessible to be able to train constantly.

This product has been designed for spinning at home. Spinning is an excellent physical exercise for increasing the capacity of the cardiovascular system and burning calories. It tones the muscles of the lower limbs (buttocks, quadriceps, abductors and calves) and also works the muscles of the upper body (abs, back and arms). This bike has a belt drive for smoother, smoother, quieter, quieter and shock-free pedalling.

We hope you enjoy your FITFIU Fitness experience to the fullest!

## PRECAUTIONS FOR USE

Before using this equipment, follow the instructions carefully and read all precautions. Then keep them for future reference.

- Be sure to read this entire manual before assembling or using the equipment. It is your responsibility to make sure that everyone using the equipment is aware of the warnings and cautions!
- If you are thinking of starting an exercise programme, it would be a good idea to talk to your doctor first. Especially if you have a medical condition that could jeopardise your safety while exercising. If you are taking medications that affect your heart rate, blood pressure or cholesterol level, listening to your doctor's advice is most important.
- Your body is talking to you. If you feel chest pain, irregular heartbeat, shortness of breath, dizziness, lightheadedness or nausea, stop exercising immediately! If you feel anything like this, it's best to talk to your doctor before continuing with your exercise programme.
- Be sure to warm up before physical activity to avoid muscle injury and to perform a relaxation routine after exercise.
- Persons with an implanted pacemaker, defibrillator or other electronic device are cautioned that use of this heart rate sensor is at their own risk.
- The use of pulse sensors is not recommended for pregnant women.
- Keep children and pets well away from the equipment. Remember that it is designed for adults only.
- Place the equipment on a flat, solid, level surface. Place a protective cover if it is on the floor or carpet. For safety, make sure there is at least 0.6 metres of free space around the equipment.
- Before starting the equipment, make sure that all nuts and bolts are tightened securely.
- The safety of the equipment is only guaranteed if you check it regularly for damage and wear.
- Always use the equipment as explained in the manual. If you notice something broken or hear strange noises when using the equipment, stop. Do not continue until you have fixed the problem!
- Wear appropriate clothing when using the equipment. Avoid loose clothing that could get caught in the equipment or restrict your movement.
- The equipment has been tested and certified according to EN ISO 20957-1 and EN ISO 20957-5, class H.C. It was

designed for use at home and with a maximum user weight of 120 kg.

- This equipment is not suitable for tasks requiring high precision.
- The braking system of this equipment is not something to be concerned about.
- Be careful when lifting or moving equipment so as not to hurt your back! Use proper lifting techniques or, if necessary, ask for help.
- Do not use accessories not recommended by the manufacturer.
- Do not perform any adjustments or maintenance not specified in this manual. If you have any problems with the appliance, contact our technical service.
- Replace all worn or defective parts immediately.
- This bike does not operate without pedalling. You can stop the bike immediately by lifting or lowering the safety brake on the tension thread when exercising.
- Adjust the handlebars and saddle according to the user's needs. Please make sure that the threads are locked and that the saddle and handlebars are securely adjusted.

NOTE: In the event of improper use, FITFIU disclaims all liability for damage to property and personal injury.



**MAXIMUM USER WEIGHT: 120KG**

**IMPORTANT: THIS APPLIANCE IS INTENDED FOR DOMESTIC USE ONLY.**

# BESP-150

## PRODUCT DESCRIPTION

### Technical features



Discover the passion for spinning with the BESP-150 indoor bike, designed to challenge your limits in intensive training sessions at home. This innovative indoor cycling bike will create a new sporting experience thanks to its technical features:

TYPE OF RESISTANCE	Friction
FREQUENCY OF USE	Intense
SADDLE ADJUSTMENT	Vertical and horizontal
HANDLEBAR ADJUSTMENT	Yes, 5 points
PEDALS	Non-slip pedals with fixing strap

### APPS COMPATIBLES



ZWIFT



KINOMAP

# PRODUCT DESCRIPTION

## Contents of the box



20 - M8x16 (4 uds)



24 - ST5x2,5 (1 uds)



16 - M8x53 (4 uds)



19 - Ø10,5 (1 uds)



21 - Ø8,5 (4 uds)



17 - Ø8,5 (4 uds)



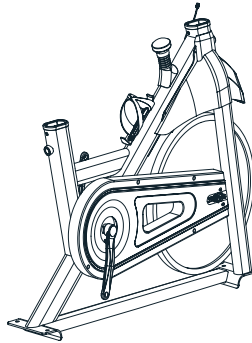
18 - M8 (4 uds)



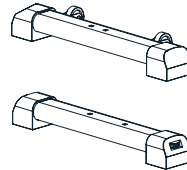
25 - Open wrench  
13-15



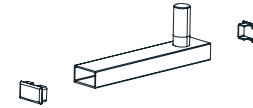
27 - Hexagon spanner  
6mm



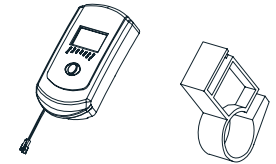
1 - Main body



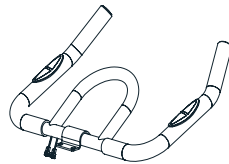
3 / 2 - Front and rear stabilizer



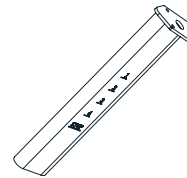
28 / 7 - Square pipe plug +  
saddle adjustment frame



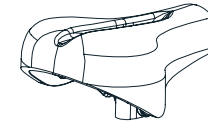
9 / 10 - Display/Display holder



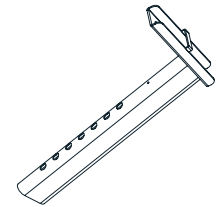
6 - Handle frame



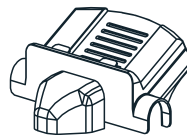
5 - Handle post



8 - Saddle



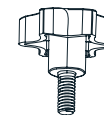
4 - Saddle post



11 - Phone holder



14 - Adjusting knob M16 (2 uds)



15 - Locking knob M10 (1 uds)



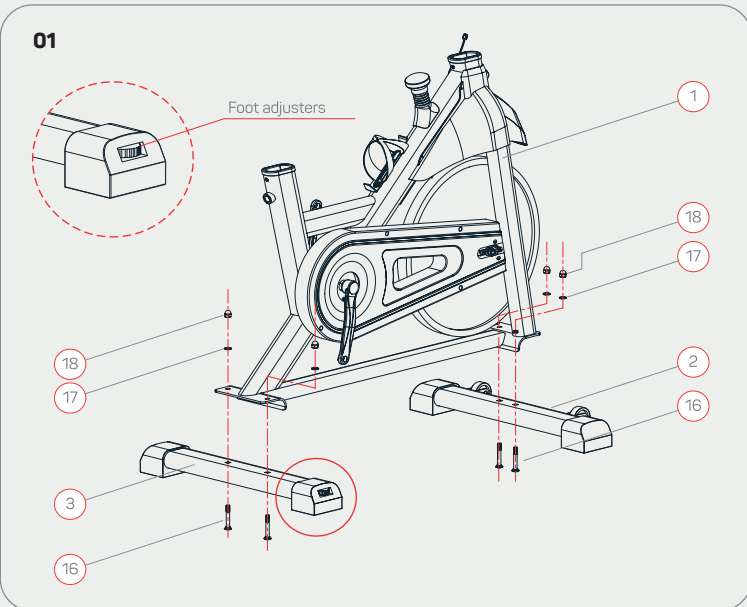
12 / 13 - Pedal



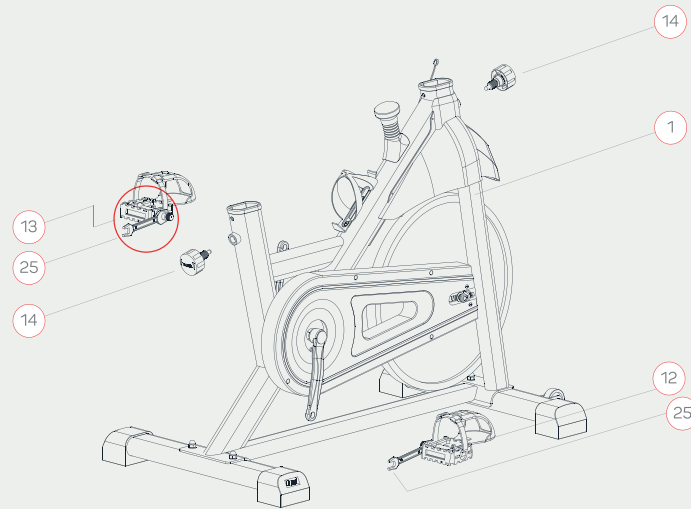
# ASSEMBLY

## Step by step

First, we are going to fix the front stabiliser (2) on the main body (1) using the carriage bolts (16), flat washers (17) and cover nuts (18). Be sure to tighten them with an open-end spanner (25). Remember that the front stabiliser movement wheels (2) must be facing forward as shown. Likewise, the rear stabiliser (3) is attached to the main body (1) using the carriage bolts (16), flat washers (17) and cover nuts (18), and also tightened with the open-end spanner (25). Note that the movable wheels on the sides of the front stabiliser (2) allow the machine to be moved over short distances.

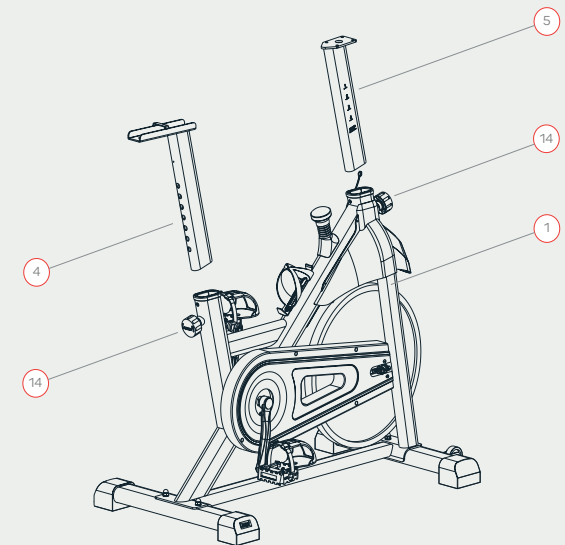


**02**



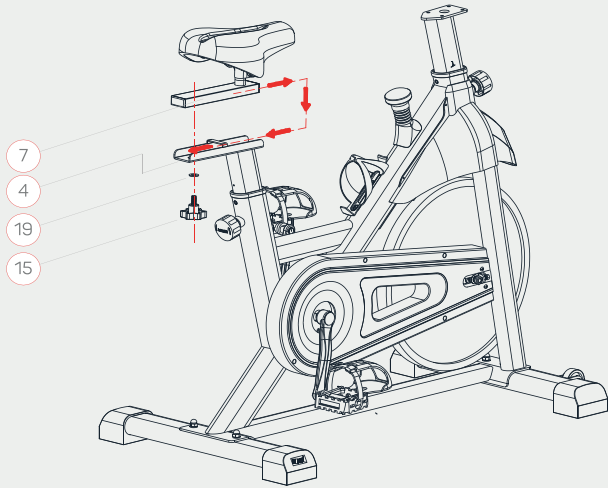
Now proceed to install the right pedal (12) with the "r" mark on the main body (1), securing it with the open-end spanner (25). Turn it clockwise. Similarly, the left pedal (13) with the "l" marking is placed on the main body (1) and secured using the open-end spanner (25). Remember to turn it anticlockwise. The adjustment knobs (14) are placed on the front and rear of the main body (1) respectively. For now, it is not necessary to tighten them.

**03**



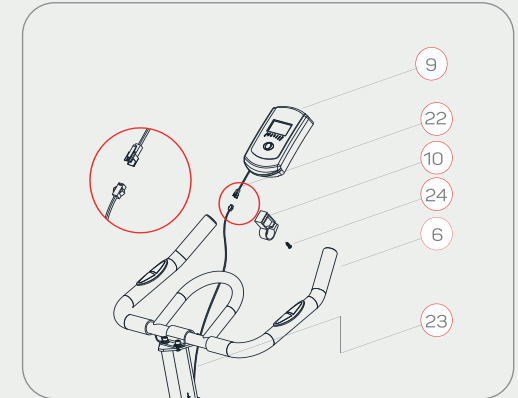
Let's insert the saddle frame (4) into the main body (1). Then, pull out the adjustment knob (14) so that it is automatically inserted into the corresponding hole of the frame (4). Similarly, the handle post (5) is inserted into the main body (1) and the adjustment knob (14) is pulled out so that it automatically inserts into the corresponding hole in the handle post (5). If you need to adjust the height of the saddle frame (4) or the handle post (5), pull the adjustment knob (14). After adjusting, be sure to tighten the adjustment knob (14).

04

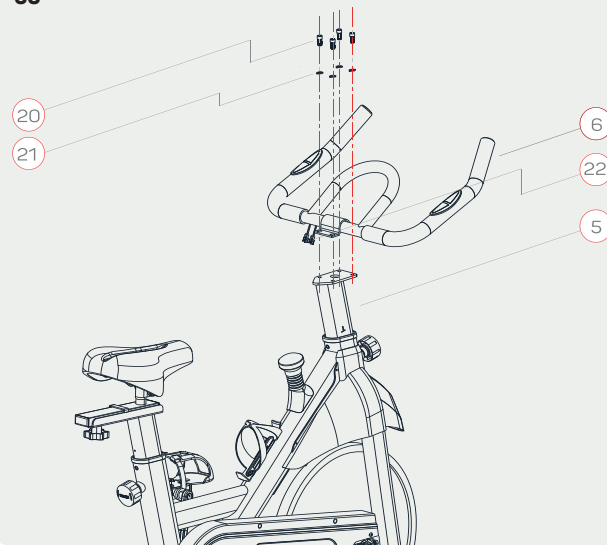


Install the saddle adjustment frame (7) on the saddle frame (4), and secure it with a flat washer (19) and an adjustment nut (15). Remember to loosen the adjusting nut (15) to move the seat adjustment frame (7) forward and backward as needed. Do not forget to tighten the adjusting nut (15) before use.

Now, take the monitor bracket (10) and fasten it to the handle frame (6) using the self-tapping screw (24). Secure it firmly with the hexagon socket spanner (27). Next, mount the monitor (9) on the monitor bracket (10). Connect the pulse cable (22) to the "pulse" hole on the back of the monitor (9), and the signal cable (23) to the "sensor" hole also on the back of the monitor (9).

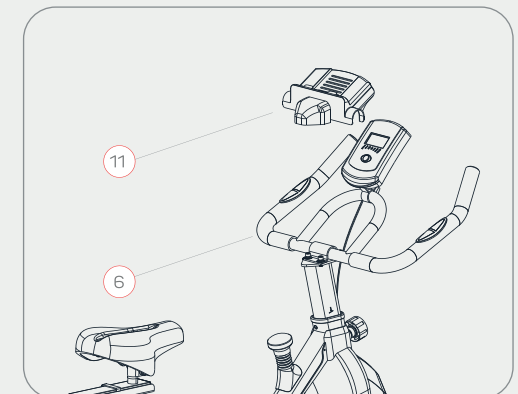


05



The next step is to attach the handle frame (6) to the handle post (5) using flat washers (17), spring washers (21) and socket head cap screws (20). Secure with an Allen key (27).

Finally, install the mobile phone holder (11) on the handle frame (6). Remember: before using the machine, make sure that all parts are tight and firm, and that the machine is stable on the ground. Ready to use!



# PRODUCT USE

## Display

### BATTERY INSTALLATION

First, insert two 1.5V AAA batteries into the battery box at the back (after changing the batteries, all values will be reset to "0").

If the display does not work properly, try reinstalling the battery.

Do not use the "battery, +" battery.

Battery specification: Use 2 x AAA 1.5V batteries.

When disposing of batteries, be sure to remove them from the electronic clock and handle them safely.

### FUNCTIONAL DESCRIPTION

Automatic scanning (SCAN):

If you open the display or press the button, you will enter the SCAN mode. Here, all TIME-DIST-CAL-VEL-ODO-PUL functions will be automatically displayed on the main screen.

1. Movement time (TIME): Here the accumulated movement time is calculated from 00:00 to 99:59. You can select the time value display mode by pressing the button.
2. Distance of movement (DIST): This function accumulates the distance from 0.0 to 999.9. You can choose how to view the distance value by pressing the button.
3. Calories (CAL): It will display the accumulated calorie consumption from 0.0 to 9999. You can select how to view the calorie value by pressing the button. Remember that this data is approximate and should not be used for medical treatment.
4. Movement speed (SPEED): Shows you the current speed of the athlete, with values between 0.0 and 999.9 km/mile/hour.
5. Odometer (ODO): Shows the total distance between movement and time, in the range of 0-9999 km.
6. Pulse (PUL): Displays instantaneous heart rate, ranging from 40 to 240 times per minute. Please note that this data is approximate and should not be used for medical treatment.
7. Reset: If you press and hold the button for about 3 seconds, all values will return to "0". You can use this function to reset.



# MAINTENANCE

## General

The bike is adjusted and lubricated at the factory. It is not recommended that the user should attempt to carry out any operations on the internal components, for which you should contact the technical service department. However, from time to time the external surfaces may appear dirty, follow the instructions given to preserve their original condition.

- Metal surfaces should be cleaned with a soft cotton swab or a cloth with a little car wax. Do not use sprays, aerosols or pumps as they will leave wax residue on the screen surface.
- Occasionally, the screen surface will have finger marks or dust on it. The use of harsh chemicals will damage its protective coating and create static energy that will damage the components. This surface should be cleaned with special chemical preparations that are sold in computer shops and are especially for anti-static surfaces. We recommend the use of these products.
- The safety of the equipment is maintained if its condition, damage and wear are checked regularly.
- The bicycle must be moved and moved with care to avoid injury.
- The brake part is the part that wears out most easily. Before using the bike, check that the brake system is in good working order.
- Check that the fasteners are tightened securely.
- Carefully inspect the parts most susceptible to wear.
- Replace defective parts immediately.
- Keep the appliance out of service until it is repaired.
- Please check that all safety labels are in good condition and can be read. If any are missing or damaged, contact the dealer to order new ones.

# DISPOSAL AND RECYCLING

Los productos desgastados son potencialmente reciclables y no deben desecharse en la basura habitual. Ayúdanos a proteger el medio ambiente y a preservar los recursos naturales. Deshazte del aparato de manera ecológica. No lo tires con la basura doméstica. Sus componentes de plástico y de metal se pueden separar y reciclar. Lleva este aparato a un centro de reciclado homologado (punto verde). Los materiales utilizados en el embalaje de la máquina son reciclables: por favor, tíralos en el contenedor adecuado.

# GUARANTEE

This product is guaranteed for 3 years from the date of purchase. The warranty covers breakdowns and malfunctions of components not considered as consumables\*, provided that it is used in accordance with its intended use and according to the instructions in the manual. In order to claim under the warranty, proof of purchase (receipt or invoice) is required and the product must be complete and with all its accessories.

The warranty clause does not cover deterioration caused by wear and tear, lack of maintenance, negligence, incorrect assembly or improper use (knocks, non-compliance with power supply advice, storage, conditions of use, etc.). The consequences of the use of accessories or spare parts which are not original or not suitable for the assembly or modification of the appliance are also excluded from the guarantee.

\*for more information on the components covered by the warranty, visit the website [www.fitfiu-fitness.com](http://www.fitfiu-fitness.com)

## DECLARATION OF CONFORMITY

We, BESELF BRANDS S.L., owners of the brand FITFIU FITNESS, with registered office at Blanquers Street, (plot 7-8) Poligono Industrial de Valls 43800 - Valls, SPAIN, declare that the indoor bike BESP-150 from serial number 2023 onwards, are in conformity with the requirements of the applicable European Parliament and Council Directives:

- EN 62479:2010 (Conformity assessment of low power electronic and electrical equipment with the basic restrictions related to human exposure to electromagnetic fields.
- 2014/53/EU Radio Equipment Directive (RED)
- ETSI EN 301 489-1 V2.2.3 (2019-11)
- ETSI EN 301 489-17 V3.2.4 (2020-09)
- ETSI EN 300 328 V2.2.2.2 (2019-07)

The delivered product corresponds to the specimen which was subjected to EC type-examination. The essential requirements are therefore fulfilled on the basis of the technical specifications applicable at the time of issue.

Valls, 12 May 2023

Mireia Calvet, CEO (Authorised representative and responsible for technical documentation).

 Beself  
Brands

**FITFIU**  
FITNESS



Manual revised in May 2023  
[www.fitfiu-fitness.com](http://www.fitfiu-fitness.com)



# INDEX

<b>01_ VORSICHTSMASSNAHMEN FÜR DEN GEBRAUCH</b>	<b>39</b>
<b>02_ PRODUKTBEZEICHNUNG</b>	<b>40</b>
Technische Merkmale	
Inhalt der Box	
<b>03_ MONTAGE</b>	<b>42</b>
Schritt für Schritt	
<b>04_ PRODUKTVERWENDUNG</b>	<b>44</b>

<b>05_ WARTUNG</b>	<b>45</b>
<b>06_ ENTSORGUNG UND RECYCLING</b>	<b>45</b>
<b>07_ GARANTIE</b>	<b>45</b>
<b>08_ KONFORMITÄTSERKLÄRUNG</b>	<b>46</b>

# HALLO!

Vielen Dank, dass Sie FITFIU Fitness Ihr Vertrauen schenken!

Egal, ob Sie gerade erst in die Welt der Fitness einsteigen, ob Sie ein Amateursportler sind oder ob Sie bereits einen sportlichen Hintergrund haben... FITFIU wird Ihr Verbündeter sein, um in Form zu kommen! Körperliche Betätigung bietet zahlreiche Vorteile und die Möglichkeit, sie zu Hause durchzuführen, macht es leichter, ständig zu trainieren.

Dieses Produkt wurde für das Spinning zu Hause entwickelt. Spinning ist eine hervorragende körperliche Übung, um die Kapazität des Herz-Kreislauf-Systems zu steigern und Kalorien zu verbrennen. Es kräftigt die Muskeln der unteren Gliedmaßen (Gesäß, Quadrizeps, Abduktoren und Waden) und trainiert auch die Muskeln des Oberkörpers (Bauch, Rücken und Arme). Dieses Fahrrad verfügt über einen Riemenantrieb für ein sanftes, ruhiges, leises und stoßfreies Treten.

Wir hoffen, dass Sie Ihr FITFIU Fitness-Erlebnis in vollen Zügen genießen werden!

## VORSICHTSMASSNAHMEN FÜR DEN GEBRAUCH

Bevor Sie dieses Gerät benutzen, befolgen Sie die Anweisungen sorgfältig und lesen Sie alle Sicherheitshinweise. Bewahren Sie sie dann zum späteren Nachschlagen auf.

- Lesen Sie dieses Handbuch vor der Montage oder Verwendung des Geräts vollständig durch. Sie sind dafür verantwortlich, dass jeder, der das Gerät benutzt, die Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen kennt!
- Wenn Sie mit dem Gedanken spielen, ein Trainingsprogramm zu beginnen, sollten Sie zuerst mit Ihrem Arzt sprechen. Vor allem, wenn Sie an einer Krankheit leiden, die Ihre Sicherheit beim Sport gefährden könnte. Wenn Sie Medikamente einnehmen, die sich auf Ihre Herzfrequenz, Ihren Blutdruck oder Ihren Cholesterinspiegel auswirken, ist es besonders wichtig, auf den Rat Ihres Arztes zu hören.
- Ihr Körper spricht zu Ihnen. Wenn Sie Schmerzen in der Brust, unregelmäßigen Herzschlag, Kurzatmigkeit, Schwindel, Benommenheit oder Übelkeit verspüren, brechen Sie das Training sofort ab! Wenn Sie so etwas spüren, sprechen Sie am besten mit Ihrem Arzt, bevor Sie Ihr Trainingsprogramm fortsetzen.
- Achten Sie darauf, dass Sie sich vor dem Sport aufwärmen, um Muskelverletzungen zu vermeiden, und dass Sie nach dem Sport eine Entspannungsübung durchführen.
- Personen mit einem implantierten Herzschrittmacher, Defibrillator oder einem anderen elektronischen Gerät werden darauf hingewiesen, dass die Verwendung dieses Herzfrequenzsensors auf eigene Gefahr erfolgt.
- Die Verwendung von Pulssensoren wird für schwangere Frauen nicht empfohlen.
- Halten Sie Kinder und Haustiere von dem Gerät fern. Denken Sie daran, dass das Gerät nur für Erwachsene bestimmt ist.
- Stellen Sie das Gerät auf eine flache, feste und ebene Oberfläche. Legen Sie eine Schutzabdeckung auf, wenn das Gerät auf dem Boden oder einem Teppich steht. Achten Sie aus Sicherheitsgründen darauf, dass um das Gerät herum ein Freiraum von mindestens 0,6 m vorhanden ist.
- Bevor Sie das Gerät in Betrieb nehmen, vergewissern Sie sich, dass alle Schrauben und Muttern fest angezogen sind.
- Die Sicherheit des Geräts ist nur dann gewährleistet, wenn Sie es regelmäßig auf Schäden und Verschleiß überprüfen.
- Benutzen Sie das Gerät immer so, wie es in der Anleitung beschrieben ist. Wenn Sie bemerken, dass etwas kaputt

ist oder Sie seltsame Geräusche hören, halten Sie an und fahren Sie nicht fort, bis Sie das Problem behoben haben!

- Tragen Sie bei der Benutzung des Geräts angemessene Kleidung. Vermeiden Sie lose Kleidung, die sich im Gerät verfangen oder Ihre Bewegungsfreiheit einschränken könnte.
- Das Gerät wurde gemäß EN ISO 20957-1 und EN ISO 20957-5, Klasse H.C. geprüft und zertifiziert. Es wurde für den Gebrauch zu Hause und für ein maximales Benutzergewicht von 120 kg entwickelt.
- Dieses Gerät ist nicht für Aufgaben geeignet, die eine hohe Präzision erfordern.
- Das Bremssystem dieses Geräts ist nicht zu beanstanden.
- Seien Sie beim Heben oder Bewegen von Geräten vorsichtig, um Ihren Rücken nicht zu verletzen! Wenden Sie geeignete Hebetekniken an oder bitten Sie gegebenenfalls um Hilfe.
- Verwenden Sie kein Zubehör, das nicht vom Hersteller empfohlen wird.
- Nehmen Sie keine Einstellungen oder Wartungsarbeiten vor, die nicht in dieser Anleitung beschrieben sind. Wenden Sie sich bei Problemen mit dem Gerät an unseren technischen Kundendienst.
- Tauschen Sie alle abgenutzten oder defekten Teile sofort aus.
- Dieses Fahrrad funktioniert nicht, wenn Sie nicht in die Pedale treten. Sie können das Fahrrad sofort anhalten, indem Sie die Sicherheitsbremse am Spannfaden anheben oder absenken, wenn Sie trainieren.
- Stellen Sie den Lenker und den Sattel nach den Bedürfnissen des Benutzers ein. Vergewissern Sie sich, dass die Gewinde verriegelt sind und dass Sattel und Lenker fest eingestellt sind.

HINWEIS: Bei unsachgemäßem Gebrauch lehnt FITFIU jede Haftung für Sach- und Personenschäden ab.



**MAXIMALES BENUTZERGEWICHT: 120KG**

**WICHTIG: DIESES GERÄT IST NUR FÜR DEN HAUSGEBRAUCH BESTIMMT.**

# BESP-150

## BESCHREIBUNG DES PRODUKTS

### Technische Merkmale



Entdecken Sie die Leidenschaft für das Spinning mit dem Indoor-Bike BESP-150, das entwickelt wurde, um Ihre Grenzen bei intensiven Trainingseinheiten zu Hause herauszufordern. Dieses innovative Indoor Cycling Bike bietet dank seiner technischen Eigenschaften ein neues Sporterlebnis:

ART DES WIDERSTANDS

Reibung

HÄUFIGKEIT NUTZUNG

Intenso

EINSTELLUNG SATTELS

Vertikal und horizontal

LENKERVERSTELLUNG

Ja, 5 Punkte

PEDALE

Rutschfeste Pedale mit Befestigungsriemen

#### KOMPATIBLE APPS



ZWIFT



KINOMAP



# BESCHREIBUNG DES PRODUKTS

## Inhalt der Box



20 - M8x16 (4 uds)



24 - ST5x2,5 (1 uds)



16 - M8x53 (4 uds)



19 - Ø10,5 (1 uds)



21 - Ø8,5 (4 uds)



17 - Ø8,5 (4 uds)



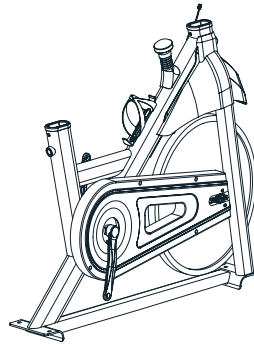
18 - M8 (4 uds)



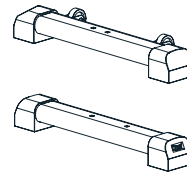
25 - Schraubenschlüssel  
13-15



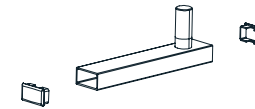
27 - Sechskant-  
Schlüssel 6mm



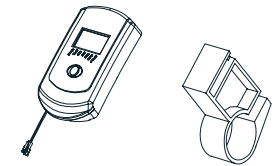
1 - Karosserie



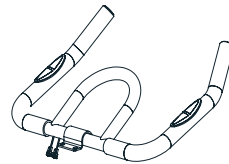
3 / 2 - Vordere und hintere  
Stabilisatoren



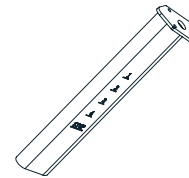
28 / 7 - Stopfen + Sattelverstellrahmen



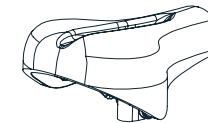
9 / 10 - Anzeige + Monitorhalterung  
Anzeige



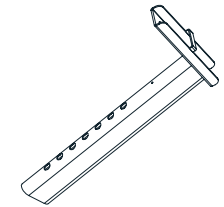
6 - Lenker



5 - Lenkerrahmen



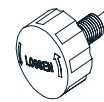
8 - Sattel



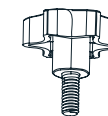
4 - Sattelgestell



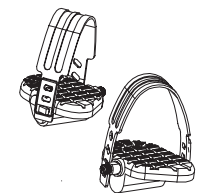
11 - Mobile Stütze



14 - Verstellknopf  
M16 (2 uds)



15 - Einstellmutter  
M10 (1 uds)

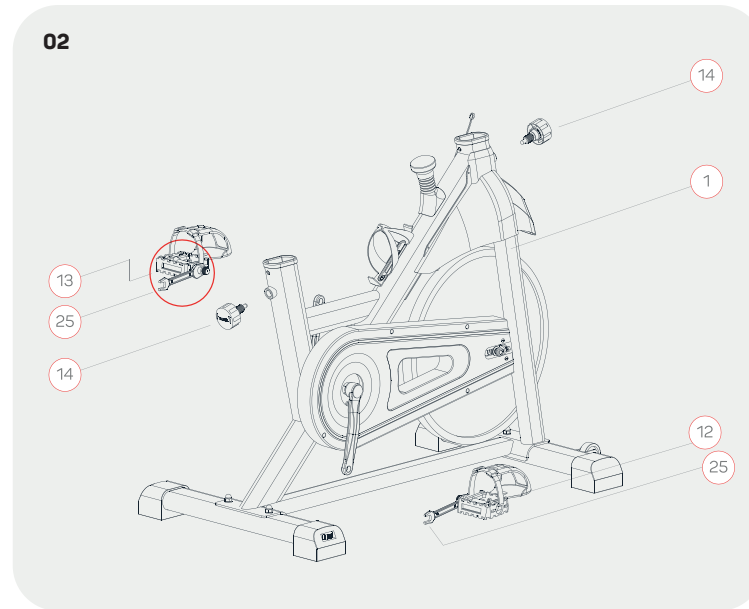
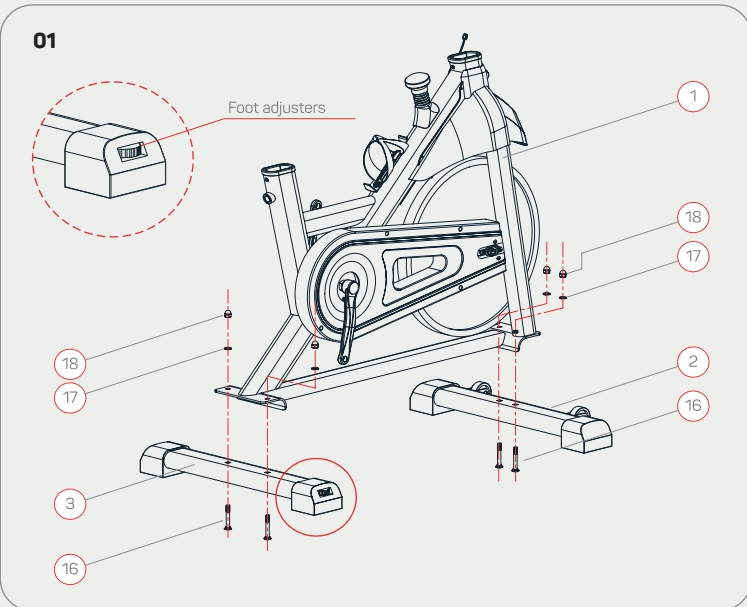


12 / 13 - Pedale

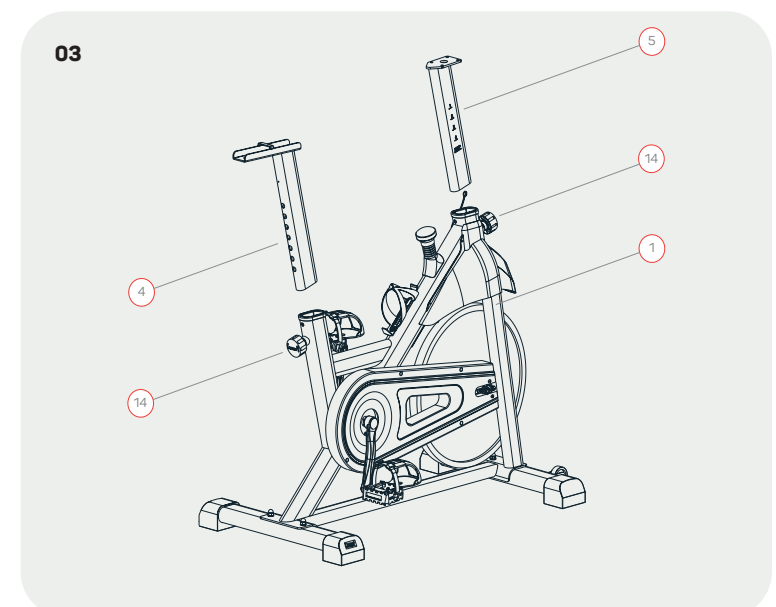
# MONTAGE

## Schritt für Schritt

Zuerst wird der vordere Stabilisator (2) mit den Schlossschrauben (16), den Unterlegscheiben (17) und den Hutmüttern (18) am Hauptkörper (1) befestigt. Ziehen Sie diese mit einem Gabelschlüssel (25) fest. Achten Sie darauf, dass die Räder des vorderen Stabilisators (2) wie abgebildet nach vorne gerichtet sind. Der hintere Stabilisator (3) wird ebenfalls mit den Schlossschrauben (16), Unterlegscheiben (17) und Abdeckmüttern (18) am Hauptkörper (1) befestigt und ebenfalls mit dem Gabelschlüssel (25) angezogen. Beachten Sie, dass die beweglichen Räder an den Seiten des vorderen Stabilisators (2) es ermöglichen, die Maschine über kurze Strecken zu bewegen.

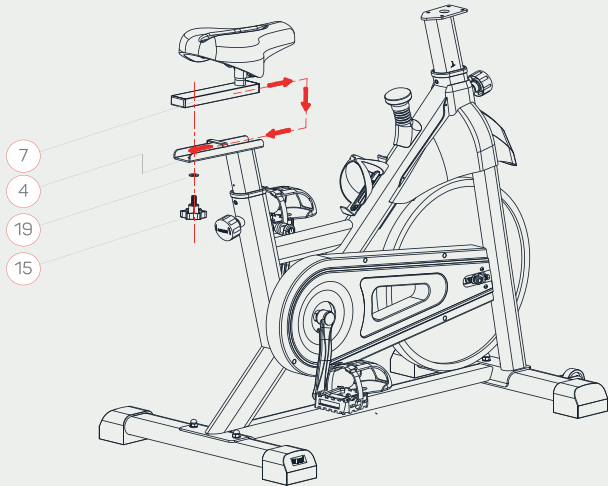


Montieren Sie nun das rechte Pedal (12) mit der Markierung "r" am Hauptkörper (1) und sichern Sie es mit dem Gabelschlüssel (25). Drehen Sie es im Uhrzeigersinn. Auf die gleiche Weise wird das linke Pedal (13) mit der Markierung "l" auf den Hauptkörper (1) gesetzt und mit dem Gabelschlüssel (25) befestigt. Denken Sie daran, ihn gegen den Uhrzeigersinn zu drehen. Die Einstellknöpfe (14) befinden sich jeweils auf der Vorder- und Rückseite des Hauptkörpers (1). Es ist nicht notwendig, sie festzuziehen.



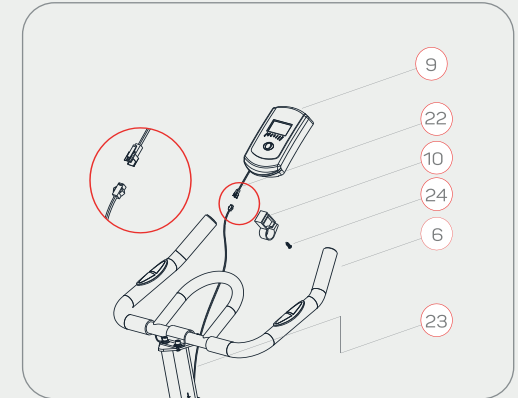
Setzen Sie nun das Sattelgestell (4) in den Hauptkörper (1) ein. Ziehen Sie dann den Einstellknopf (14) heraus, so dass er automatisch in das entsprechende Loch des Rahmens (4) eingesetzt wird. In ähnlicher Weise wird die Griffsäule (5) in den Hauptkörper (1) eingesetzt und der Einstellknopf (14) herausgezogen, so dass er automatisch in das entsprechende Loch in der Griffsäule (5) eingesetzt wird. Wenn Sie die Höhe des Sattelgestells (4) oder der Griffsäule (5) einstellen müssen, ziehen Sie den Einstellknopf (14) heraus. Ziehen Sie nach der Einstellung den Einstellknopf (14) wieder fest.

04

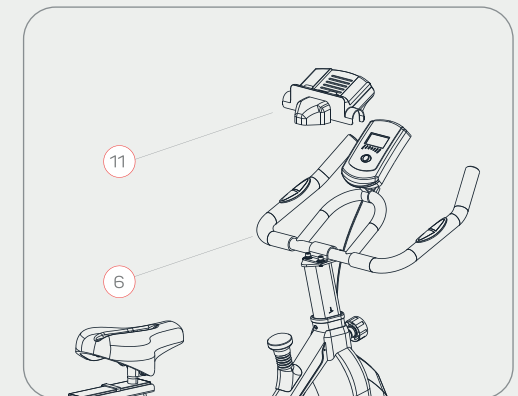


Bringen Sie den Sattel-Estellrahmen (7) am Sattelgestell (4) an und befestigen Sie ihn mit einer Unterlegscheibe (19) und einer Einstellmutter (15). Vergessen Sie nicht, die Einstellmutter (15) zu lösen, um den Sattelverstellrahmen (7) nach Bedarf nach vorne und hinten zu bewegen. Vergessen Sie nicht, die Einstellmutter (15) vor dem Gebrauch wieder festzuziehen.

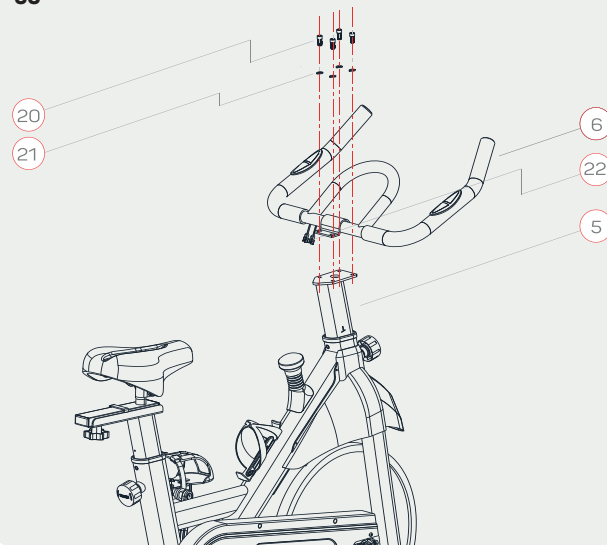
Nehmen Sie nun die Monitorhalterung (10) und befestigen Sie sie mit der selbstschneidenden Schraube (24) am Griffrahmen (6). Ziehen Sie sie mit dem Innensechskantschlüssel (27) fest. Montieren Sie nun den Monitor (9) an der Monitorhalterung (10). Schließen Sie das Impulskabel (22) an das Loch "Impuls" auf der Rückseite des Monitors (9) und das Signalkabel (23) an das Loch "Sensor" ebenfalls auf der Rückseite des Monitors (9) an.



Bringen Sie schließlich die Handyhalterung (11) am Griffrahmen (6) an. Denken Sie daran: Vergewissern Sie sich vor dem Einsatz des Geräts, dass alle Teile fest und sicher sitzen und das Gerät stabil auf dem Boden steht. Fertig zum Einsatz!



05



Im nächsten Schritt wird der Griffrahmen (6) mit Unterlegscheiben (17), Federringen (21) und Zylinderschrauben (20) an der Griffsäule (5) befestigt. Sichern Sie diese mit einem Innenschlüssel (27).

# PRODUKTVERWENDUNG

## Anzeige

### BATTERIEEINBAU

Legen Sie zunächst zwei 1,5 V AAA-Batterien in das Batteriefach auf der Rückseite ein (nach dem Batteriewechsel werden alle Werte auf "0" zurückgesetzt).

Wenn das Display nicht richtig funktioniert, versuchen Sie, die Batterie neu einzulegen. Verwenden Sie nicht die "Batterie, +"-Batterie.

Batteriespezifikation: Verwenden Sie 2 x AAA 1,5V-Batterien.

Achten Sie bei der Entsorgung der Batterien darauf, sie aus der elektronischen Uhr zu entfernen und sie sicher zu behandeln.

### FUNKTIONSBESCHREIBUNG

Automatisches Scannen (SCAN):

Wenn Sie das Display öffnen oder die Taste drücken, gelangen Sie in den SCAN-Modus. Hier werden alle Funktionen TIME-DIST-CAL-VEL-ODO-PUL automatisch auf dem Hauptbildschirm angezeigt.

1. Bewegungszeit (TIME): Hier wird die kumulierte Bewegungszeit von 00:00 bis 99:59 berechnet. Sie können den Anzeigemodus für den Zeitwert durch Drücken der Taste auswählen.
2. Bewegungsdistanz (DIST): Diese Funktion akkumuliert die Distanz von 0,0 bis 999,9. Durch Drücken der Taste können Sie auswählen, wie der Entfernungswert angezeigt werden soll.
3. Kalorien (CAL): Es wird der akkumulierte Kalorienverbrauch von 0,0 bis 9999 angezeigt. Sie können wählen, wie Sie den Kalorienwert anzeigen möchten, indem Sie die Taste drücken. Denken Sie daran, dass diese Daten nur ungefähre Angaben sind und nicht für medizinische Behandlungen verwendet werden sollten.
4. Bewegungsgeschwindigkeit (SPEED): Zeigt Ihnen die aktuelle Geschwindigkeit des Athleten an, mit Werten zwischen 0,0 und 999,9 km/Meilen/Stunde.
5. Kilometerzähler (ODO): Zeigt die Gesamtdistanz zwischen Bewegung und Zeit an, im Bereich von 0-9999 km.
6. Puls (PUL): Zeigt die momentane Herzfrequenz im Bereich von 40 bis 240 Mal pro Minute an. Bitte beachten Sie, dass es sich hierbei um ungefähre Daten handelt, die nicht für eine medizinische Behandlung verwendet werden sollten.
7. Reset: Wenn Sie die Taste etwa 3 Sekunden lang gedrückt halten, werden alle Werte auf "0" zurückgesetzt. Sie können diese Funktion zum Zurücksetzen verwenden.



# WARTUNG

## Allgemein

Das Fahrrad wird im Werk eingestellt und geschmiert. Es wird nicht empfohlen, dass der Benutzer versucht, Eingriffe an den internen Komponenten vorzunehmen; wenden Sie sich dazu an den technischen Kundendienst. Die Außenflächen können jedoch von Zeit zu Zeit verschmutzt sein. Befolgen Sie die Anweisungen, um den ursprünglichen Zustand zu erhalten.

- Metalloberflächen sollten mit einem weichen Wattestäbchen oder einem Tuch mit etwas Autowachs gereinigt werden. Verwenden Sie keine Sprays, Aerosole oder Pumpen, da diese Wachsrückstände auf der Bildschirmoberfläche hinterlassen.
- Gelegentlich kann es vorkommen, dass die Oberfläche des Bildschirms Fingerabdrücke oder Staub aufweist. Die Verwendung von scharfen Chemikalien beschädigt die Schutzschicht und erzeugt statische Energie, die die Komponenten beschädigt. Diese Oberfläche sollte mit speziellen chemischen Präparaten gereinigt werden, die in Computerläden verkauft werden und speziell für antistatische Oberflächen geeignet sind. Wir empfehlen die Verwendung dieser Produkte.
- Die Sicherheit der Ausrüstung wird durch die regelmäßige Überprüfung ihres Zustands, ihrer Beschädigung und ihres Verschleißes aufrechterhalten.
- Das Fahrrad muss vorsichtig bewegt und bewegt werden, um Verletzungen zu vermeiden.
- Das Bremsenteil ist das Teil, das am leichtesten verschleißt. Prüfen Sie vor der Benutzung des Fahrrads, ob das Bremssystem einwandfrei funktioniert.
- Prüfen Sie, ob die Befestigungselemente fest sitzen.
- Untersuchen Sie die verschleißanfälligen Teile sorgfältig.
- Tauschen Sie defekte Teile sofort aus.
- Halten Sie das Gerät bis zur Reparatur außer Betrieb.
- Überprüfen Sie, ob alle Sicherheitsschilder in gutem Zustand und lesbar sind. Falls welche fehlen oder beschädigt sind, wenden Sie sich an Ihren Händler, um neue zu bestellen.

# ENTSORGUNG UND RECYCLING

Abgenutzte Produkte sind potenziell recycelbar und sollten nicht über den normalen Müll entsorgt werden. Helfen Sie uns, die Umwelt zu schützen und die natürlichen Ressourcen zu erhalten. Entsorgen Sie das Gerät auf umweltfreundliche Weise. Werfen Sie es nicht in den Hausmüll. Seine Kunststoff- und Metallteile können getrennt und recycelt werden. Bringen Sie das Gerät zu einer zugelassenen Recyclingstelle (Grüner Punkt). Die für die Verpackung des Geräts verwendeten Materialien sind wiederverwertbar: Bitte entsorgen Sie sie in den entsprechenden Behältern.

# GARANTIE

Für dieses Produkt gilt eine Garantie von 3 Jahren ab dem Kaufdatum. Die Garantie deckt Ausfälle und Fehlfunktionen von Bauteilen ab, die nicht als Verbrauchsmaterial\* gelten, vorausgesetzt, das Gerät wird bestimmungsgemäß und gemäß den Anweisungen im Handbuch verwendet. Um die Garantie in Anspruch nehmen zu können, ist ein Kaufnachweis (Quittung oder Rechnung) erforderlich, und das Produkt muss vollständig und mit allen Zubehörteilen sein.

Die Garantieklausel deckt keine Schäden ab, die durch Verschleiß, mangelnde Wartung, Nachlässigkeit, unsachgemäße Montage oder unsachgemäßen Gebrauch (Stöße, Nichteinhaltung der Hinweise zur Stromversorgung, Lagerung, Einsatzbedingungen usw.) verursacht werden. Von der Garantie ausgeschlossen sind auch die Folgen der Verwendung von Zubehör oder Ersatzteilen, die nicht original oder für den Zusammenbau oder die Änderung des Geräts nicht geeignet sind.

\*Weitere Informationen über garantierte Komponenten finden Sie auf der Website [www.fitfiu-fitness.com](http://www.fitfiu-fitness.com).

## KONFORMITÄTSERKLÄRUNG


Wir, BESELF BRANDS S.L., Eigentümer der Marke FITFIU FITNESS, mit Sitz in der Calle Blanquers, (Parzelle 7-8) Polígono Industrial de Valls 43800 - Valls, SPANIEN, erklären, dass das Indoor-Fahrrad BESP-150 ab der Seriennummer 2023 mit den Anforderungen der geltenden Richtlinien des Europäischen Parlaments und des Rates übereinstimmen:

- EN 62479:2010 (Konformitätsbewertung von elektronischen und elektrischen Geräten mit geringer Leistung mit den grundlegenden Beschränkungen in Bezug auf die Exposition von Menschen gegenüber elektromagnetischen Feldern.
- 2014/53/EU Funkanlagenrichtlinie (RED)
- ETSI EN 301 489-1 V2.2.3 (2019-11)
- ETSI EN 301 489-17 V3.2.4 (2020-09)
- ETSI EN 300 328 V2.2.2 (2019-07)

Das gelieferte Produkt entspricht dem Muster, das der EG-Baumusterprüfung unterzogen wurde. Die grundlegenden Anforderungen werden daher auf der Grundlage der zum Zeitpunkt der Ausstellung geltenden technischen Spezifikationen erfüllt.

Valls, 12. Mai 2023

Mireia Calvet, CEO (Bevollmächtigte und verantwortlich für die technische Dokumentation).

 Beself  
Brands

**FITFIU**  
FITNESS



Handbuch überarbeitet im Mai 2023  
[www.fitfiu-fitness.com](http://www.fitfiu-fitness.com)

