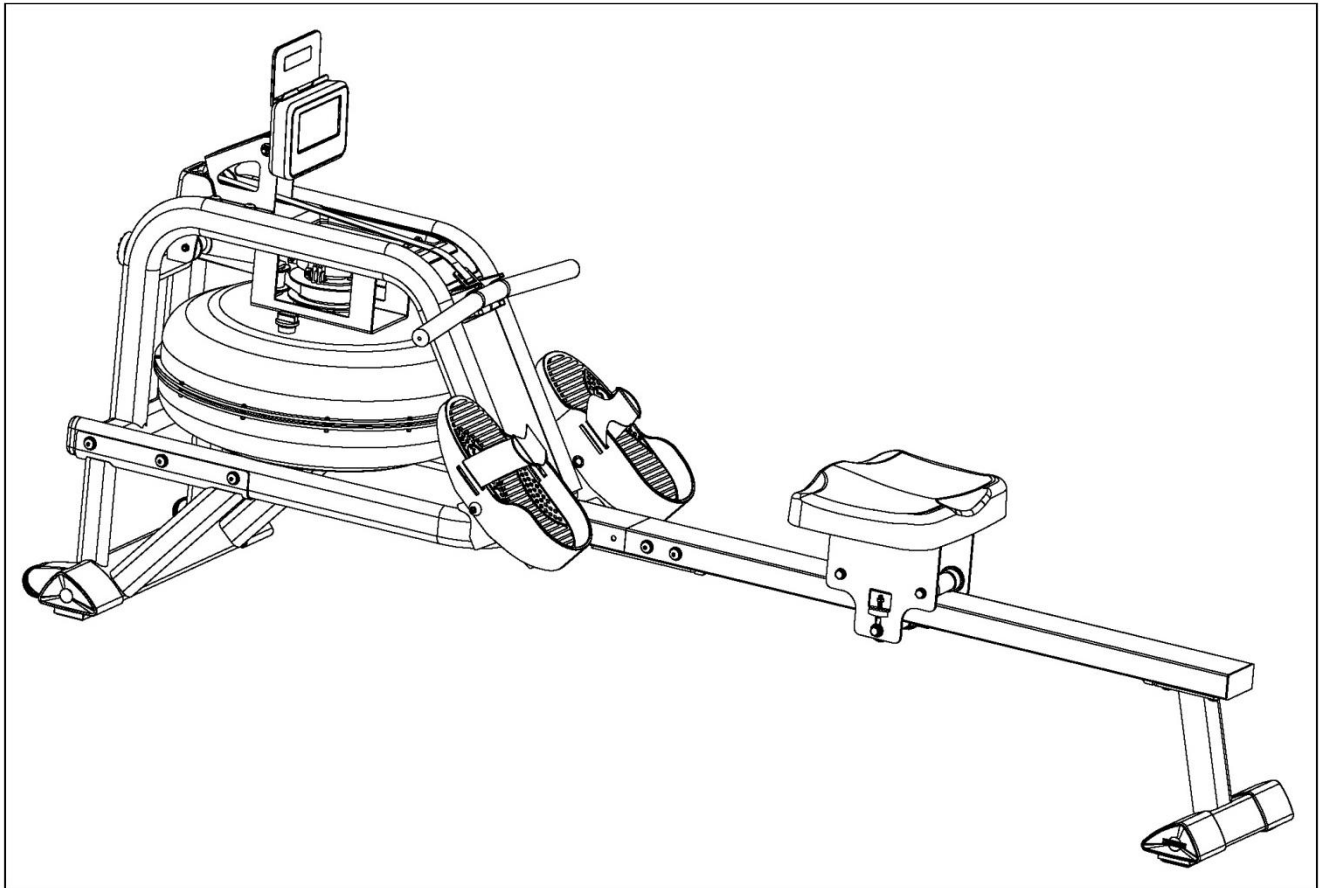




# SMART OBSIDIAN SURGE 500 METER WATER ROWING MACHINE SF-RW5713 SMART USER MANUAL



English, Pages 1~13

**IMPORTANT!** Please retain owner's manual for maintenance and adjustment instructions. Your satisfaction is very important to us, **PLEASE DO NOT RETURN UNTIL YOU HAVE CONTACTED US:**

[support@sunnyhealthfitness.com](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) or 1-877-90SUNNY (877-907-8669).

Español, Páginas 14~27

**¡IMPORTANTE!** Conserve el manual del propietario para las instrucciones de mantenimiento y ajuste. Su satisfacción es muy importante para nosotros, **NO DEVUELVA HASTA HABERNOS CONTACTADO:**

[support@sunnyhealthfitness.com](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) ó 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



[WWW.SUNNYHEALTHFITNESS.COM](http://WWW.SUNNYHEALTHFITNESS.COM)

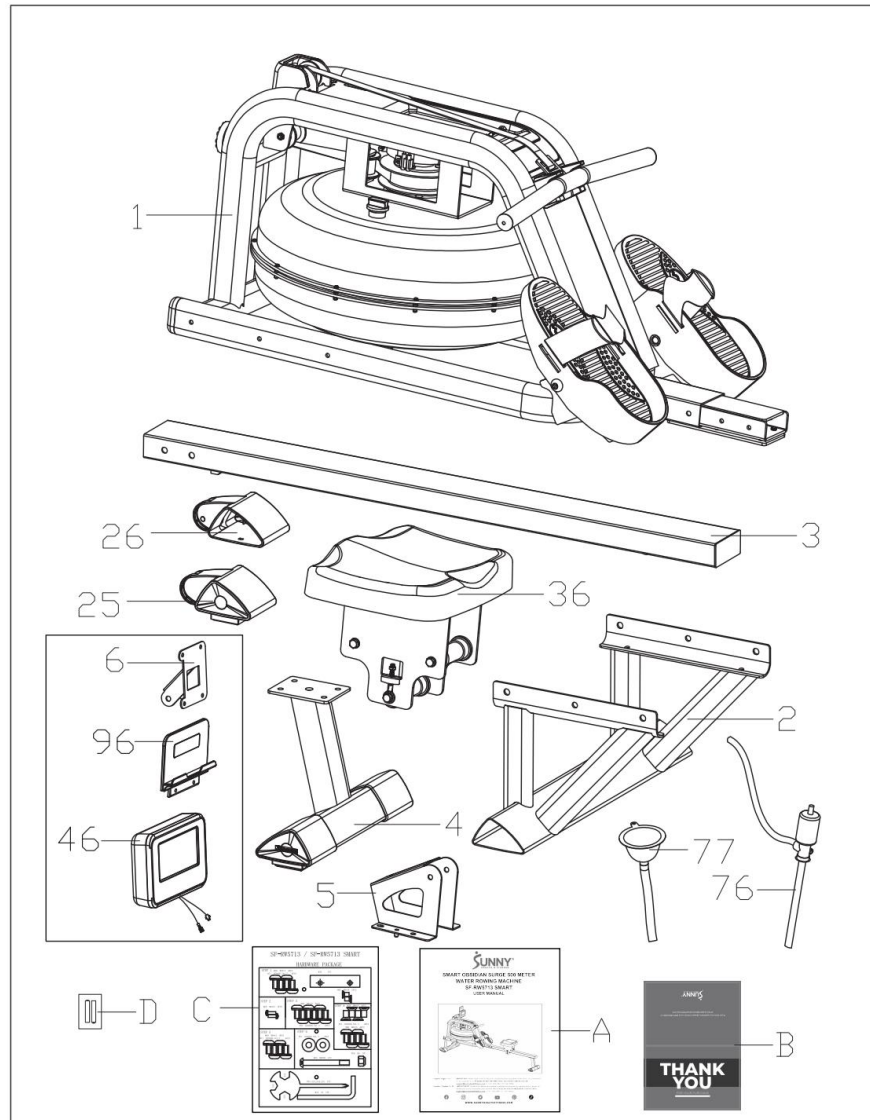
# **IMPORTANT SAFETY INFORMATION**

We thank you for choosing our product. To ensure your safety and health, please use this equipment correctly. It is important to read this entire manual before assembling and using the equipment. Safe and effective use can only be achieved if the equipment is assembled, maintained, and used properly. It is your responsibility to ensure that all users of the equipment are informed of all warnings and precautions.

1. Before starting any exercise program, you should consult your physician to determine if you have any medical or physical conditions that could put your health and safety at risk or prevent you from using the equipment properly. Your physician's advice is essential if you are taking medication that affects your heart rate, blood pressure, or cholesterol level.
2. Be aware of your body's signals. Incorrect or excessive exercise can damage your health. Stop exercising if you experience any of the following symptoms: pain, tightness in your chest, irregular heartbeat, shortness of breath, lightheadedness, dizziness, or feelings of nausea. If you do experience any of these conditions, you should consult your physician before continuing with your exercise program.
3. Keep children and pets away from the equipment. The equipment is designed for adult use only.
4. Use the equipment on a solid, flat level surface with a protective cover for your floor or carpet. To ensure safety, the equipment should have at least 2 feet (60 cm) of free space all around it.
5. Ensure that all nuts and bolts are securely tightened before using the equipment. The safety of the equipment can only be maintained if it is regularly examined for damage and/or wear and tear.
6. Always use the equipment as indicated. If you find any defective components while assembling or checking the equipment, or if you hear any unusual noises coming from the equipment during exercise, discontinue use of the equipment immediately and do not use until the problem has been rectified.
7. Wear suitable clothing while using the equipment. Avoid wearing loose clothing that may become entangled in the equipment.
8. Do not place fingers or objects into the moving parts of the equipment.
9. The maximum weight capacity of this unit is 300lbs (135kgs).
10. This equipment is not suitable for therapeutic use.
11. To avoid bodily injury and/or damage to the product or property, proper lifting and moving are required.
12. Your product is intended for use in cool and dry conditions. You should avoid storage in extreme cold, hot or damp areas as this may lead to corrosion and other related problems.
13. This equipment is designed for indoor and home use only; it is not intended for commercial use.

# PRE-ASSEMBLY CHECK LIST

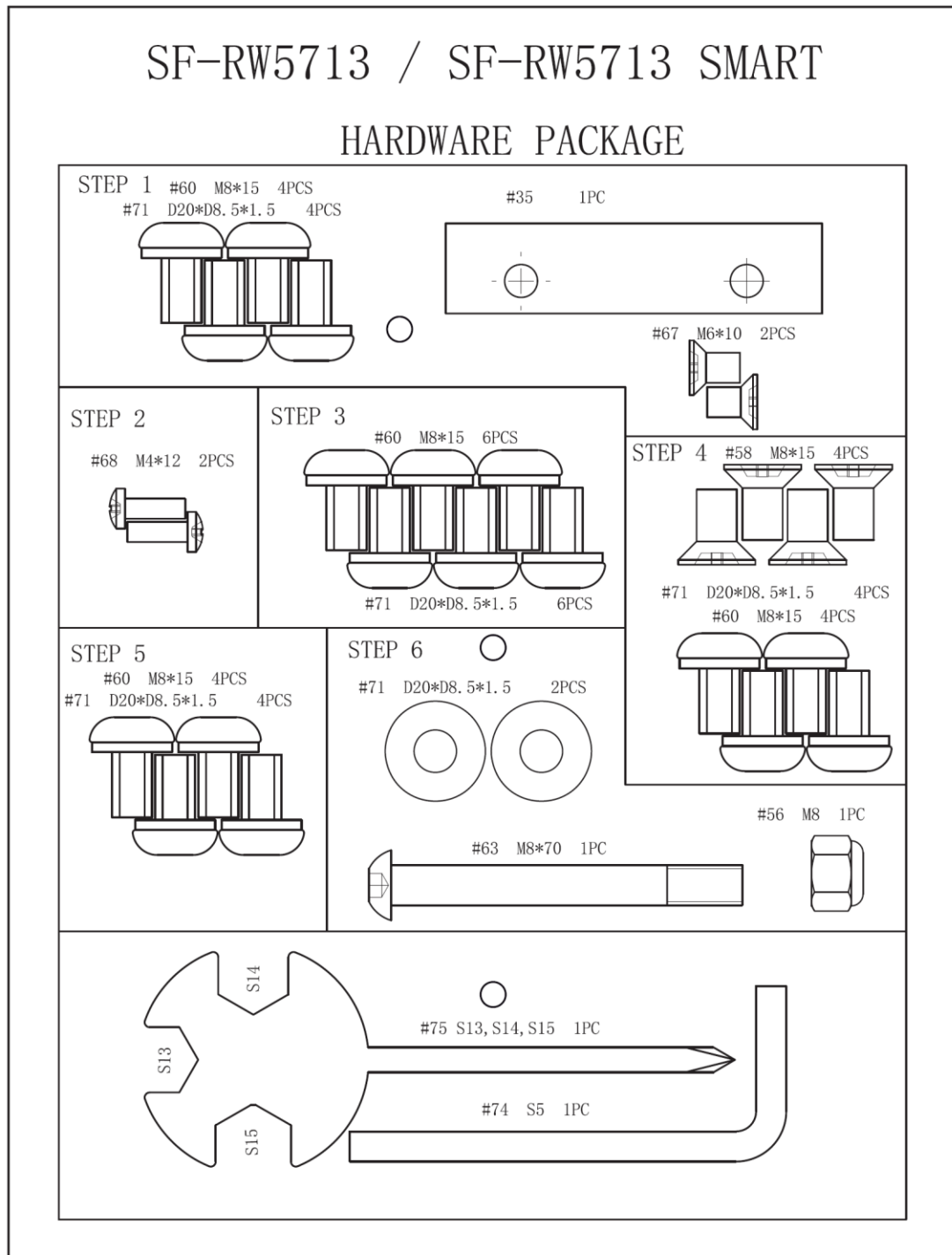
Before you start to assemble, please make sure all parts are included.



| No. | Description      | Spec.     | Qty. |
|-----|------------------|-----------|------|
| 1   | Main Frame       |           | 1    |
| 2   | Front Stabilizer |           | 1    |
| 3   | Slide Rail       |           | 1    |
| 4   | Rear Stabilizer  |           | 1    |
| 5   | Sensor Stand     |           | 1    |
| 6   | Support Plate    |           | 1    |
| 25  | Left End Cap     |           | 1    |
| 26  | Right End Cap    |           | 1    |
| 36  | Seat             | PU, Black | 1    |

| No. | Description      | Spec.  | Qty. |
|-----|------------------|--------|------|
| 46  | Meter            | X-6422 | 1    |
| 76  | Pumping Siphon   |        | 1    |
| 77  | Funnel           |        | 1    |
| 96  | Tablet Holder    |        | 1    |
| A   | Manual           |        | 1    |
| B   | Thank You Card   |        | 1    |
| C   | Hardware Package |        | 1    |
| D   | Battery          | AA     | 2    |
|     |                  |        |      |

# **HARDWARE PACKAGE**



## **Ordering Replacement Parts (U.S. and Canadian Customers only)**

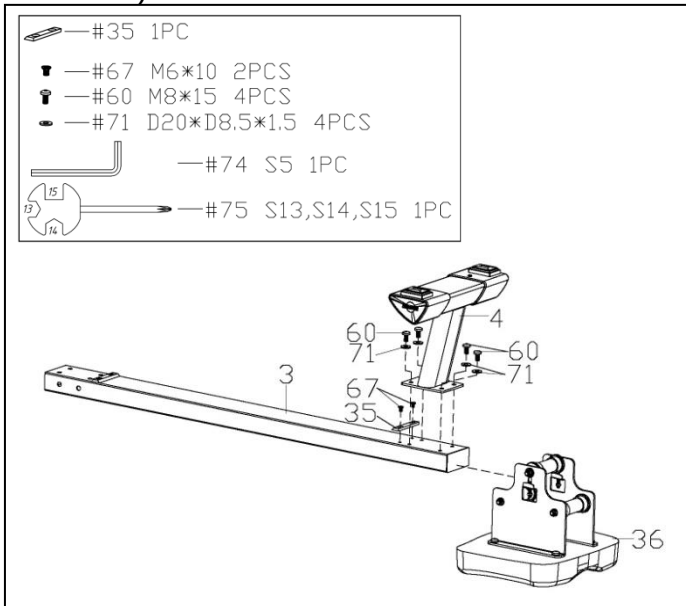
Please provide the following information in order for us to accurately identify the part(s) needed:

- ✓ The model number (found on cover of manual)
- ✓ The product name (found on cover of manual)
- ✓ The part number found on the “EXPLODED DIAGRAM” (pages 28~29) and “PARTS LIST” (page 13)

Please contact us at [support@sunnyhealthfitness.com](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) or 1-877-90SUNNY (877-907-8669).

# ASSEMBLY INSTRUCTIONS

We value your experience using Sunny Health and Fitness products. For assistance with parts or troubleshooting, please contact us at [support@sunnyhealthfitness.com](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) or 1-877-90SUNNY (877-907-8669).

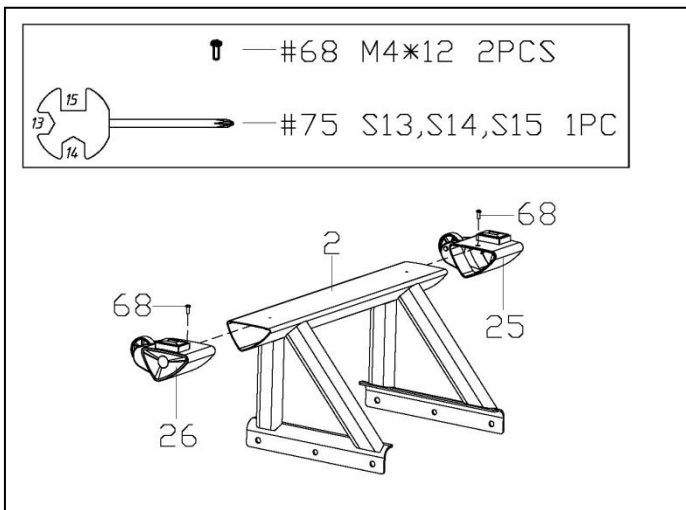


## STEP 1:

**NOTE:** We recommend having 2 people to assemble the product.

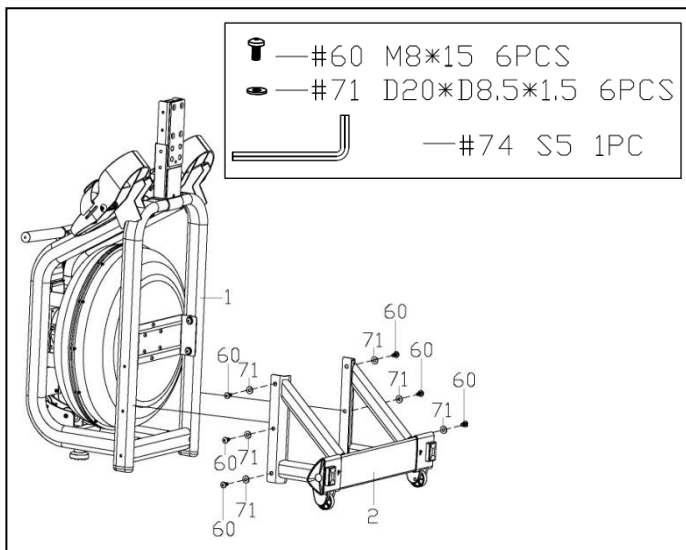
Turn over the **Slide Rail (No. 3)** and **Seat (No. 36)**.

Slide the **Seat (No. 36)** onto the **Slide Rail (No. 3)**. Secure the **Stopper (No. 35)** with 2 **Flat Cross Screws (No. 67)**. Tighten with **Spanner (No. 75)**. Then, attach the **Rear Stabilizer (No. 4)** to the **Slide Rail (No. 3)** with 4 **Washers (No. 71)** and 4 **Screws (No. 60)**. Tighten with **Allen Wrench (No. 74)**.



## STEP 2:

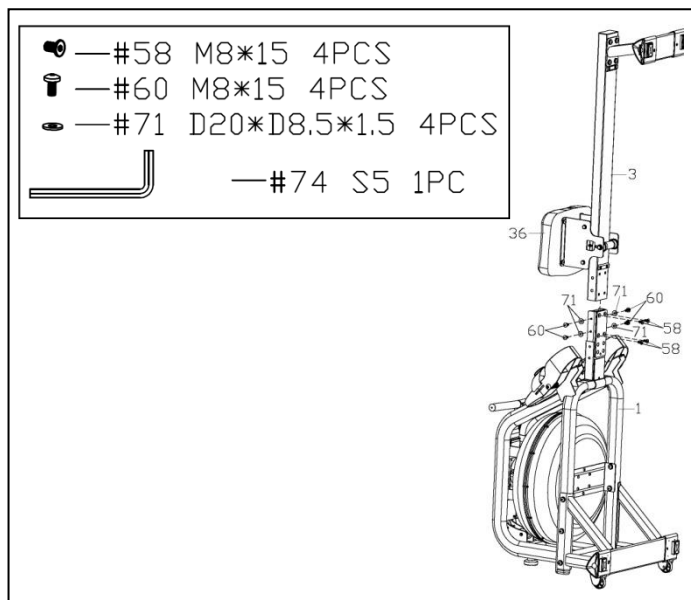
Attach **Left & Right End Caps (No. 25 & No. 26)** to **Front Stabilizer (No. 2)**. Then, tighten with 2 **Cross Screws (No. 68)** using **Spanner (No. 75)**.



## STEP 3:

Keep the **Main Frame (No. 1)** upright. Attach **Front Stabilizer (No. 2)** to **Main Frame (No. 1)** using 6 **Washers (No. 71)** and 6 **Screws (No. 60)**. Insert all the 6 **Screws (No. 60)** partially into the holes first, and then tighten with **Allen Wrench (No. 74)**.

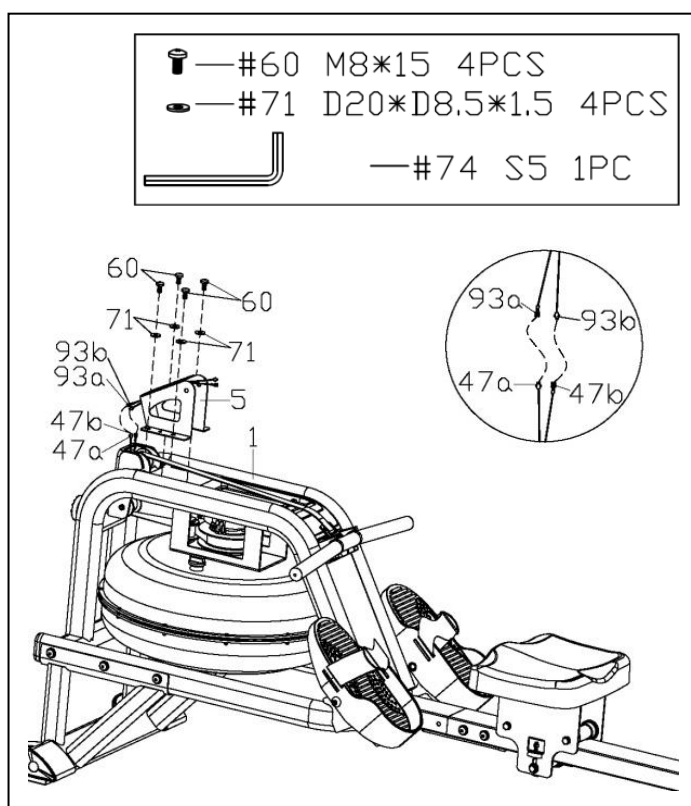
We value your experience using Sunny Health and Fitness products. For assistance with parts or troubleshooting, please contact us at [support@sunnyhealthfitness.com](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) or 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



#### STEP 4:

**NOTE:** Move the **Seat (No. 36)** to the front of the **Slide Rail (No. 3)** before assembly to prevent it from gliding down during assembly.

Attach the **Slide Rail (No. 3)** to the **Main Frame (No. 1)** using 4 **Washers (No. 71)**, 4 **Screws (No. 60)**, and 4 **Flat Screws (No. 58)**. Insert all 8 screws partially into the holes first, and then tighten with **Allen Wrench (No. 74)**.



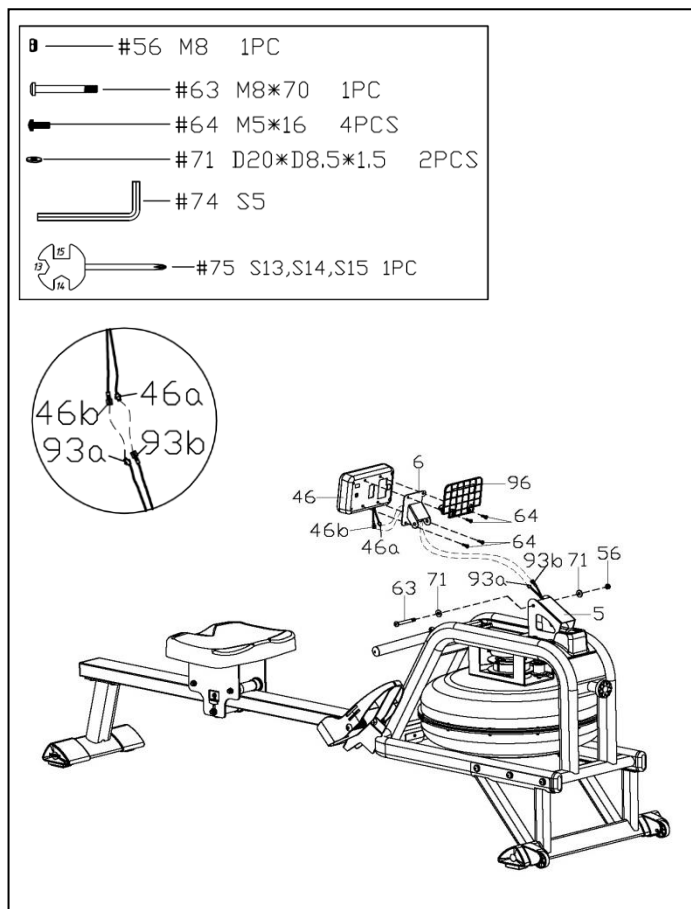
#### STEP 5:

Connect the **Inductor Wire A (No. 47a)** to the **Sensor Wire A (No. 93a)**, connect the **Inductor Wire B (No. 47b)** to the **Sensor Wire B (No. 93b)**.

Attach **Sensor Stand (No. 5)** to **Main Frame (No. 1)** using 4 **Washers (No. 71)** and 4 **Screws (No. 60)**. Tighten with **Allen Wrench (No. 74)**.

If you are sitting on the seat, the arrow sticker on the **Sensor Stand (No. 5)** must be pointing towards you. That means the **Sensor Stand (No. 5)** is installed in the correct direction.

We value your experience using Sunny Health and Fitness products. For assistance with parts or troubleshooting, please contact us at [support@sunnyhealthfitness.com](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) or 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



## STEP 6:

Remove 4 **Screws (No. 64)** from the **Meter (No. 46)** using **Spanner (No. 75)**.

Pull the **Meter Wire A (No. 46a)** and **Meter Wire B (No. 46b)** through the **Support Plate (No. 6)**, then lock the **Meter (No. 46)** and **Tablet Holder (No. 96)** to the **Support Plate (No. 6)** with 4 **Screws (No. 64)** that were just removed. Tighten and secure with **Spanner (No. 75)**.

Connect the **Sensor Wire A (No. 93a)** to the **Meter Wire B (No. 46b)**, connect the **Sensor Wire B (No. 93b)** to the **Meter Wire A (No. 46a)**.

Attach **Support Plate (No. 6)** to **Sensor Stand (No. 5)** using 1 **Bolt (No. 63)**, 2 **Washers (No. 71)**, and 1 **Nylon Lock Nut (No. 56)**. Tighten with **Allen Wrench (No. 74)** and **Spanner (No. 75)**.

Make sure it is not too tight to adjust the angle of **Meter (No. 46)**.

*The assembly is complete!*

# HOW TO FILL AND EMPTY THE TANK

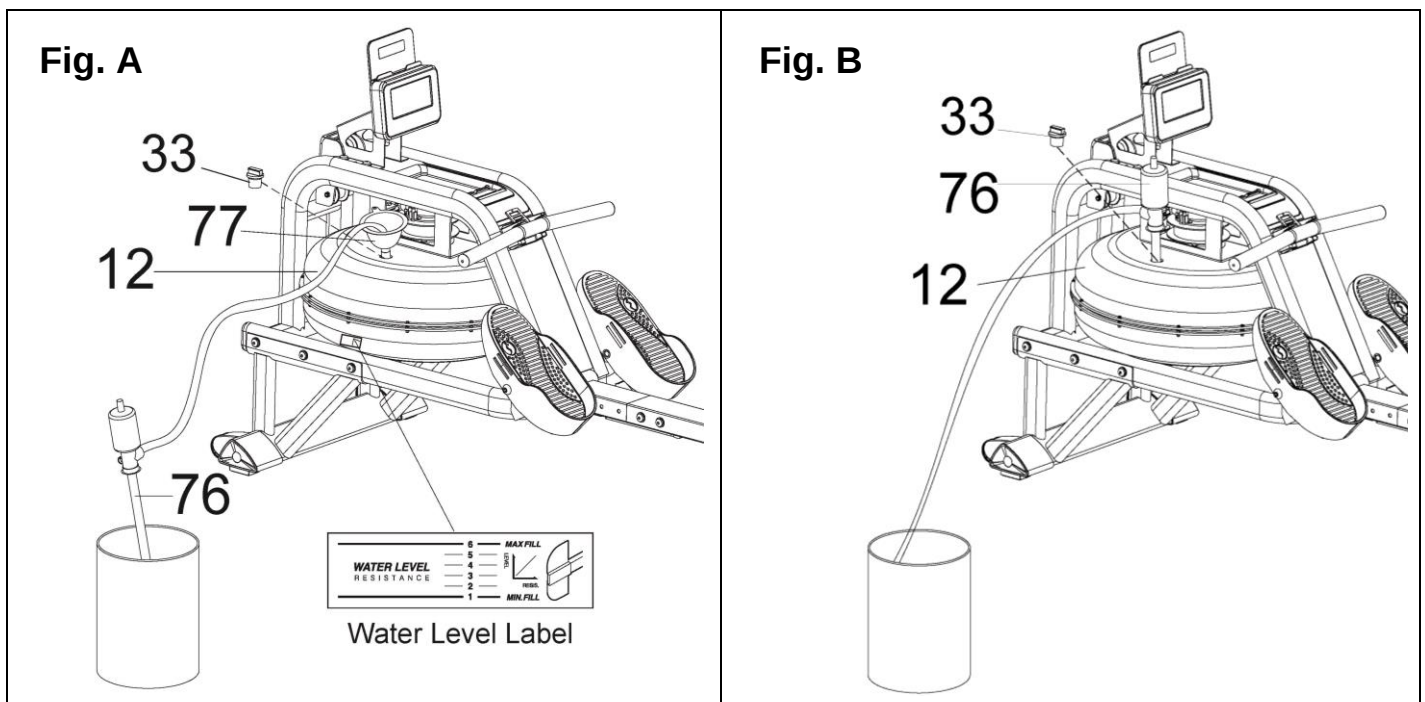
1. Remove the **Fill Plug (No. 33)** from the **Upper Tank Cover (No. 12)**.
2. To fill the tank with water, refer to Fig. A. Insert the **Funnel (No. 77)** into the tank, then use a cup or the **Pumping Siphon (No. 76)** and a bucket to fill the tank. Use the water level gauge on the side of the tank to measure desired water level in the tank.
3. To empty the tank, refer to Fig. B. Place a bucket next to the rower, and use the **Pumping Siphon (No. 76)** to pump out the water from the tank into the bucket.
4. Insert the **Fill Plug (No. 33)** into the **Upper Tank Cover (No. 12)**. Wipe excess water off the frame.

## **NOTE:**

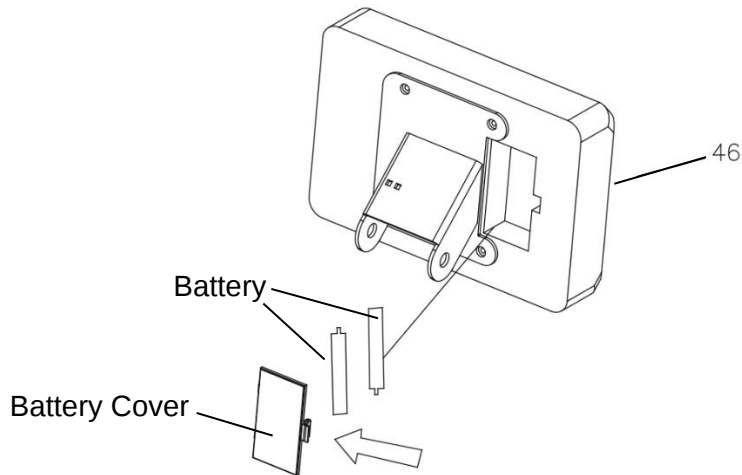
- Fill the tank only with tap water. Add 1 water purification tablet (1 packet is included.). Never use pool chlorine or chlorine bleach. This will damage the tank and void the warranty.
- Add a water purification tablet every 6 months or as needed. If water remains cloudy, replace the water in the tank.
- Do not consume the tank water. Dispose of the water after pumping it out from the tank.

## **WATER LEVEL**

- See Fig. A. The water level gauge is on the side of the tank. The maximum fill level is 6. Never fill over this limit. Filling the tank over this limit will void the warranty.
- The resistance depends on the water level in the tank. Water level 1 is the lowest resistance. Level 6 is the highest resistance.



# **BATTERY INSTALLATION & REPLACEMENT**



## **BATTERY INSTALLATION:**

1. Take out 2 AA batteries from the meter box.
2. Press the buckle of battery cover on the back of the **Meter (No. 46)**, then remove battery cover.
3. Install 2 AA batteries into the battery case on the back of the **Meter (No. 46)**. Pay attention to the battery + and – poles before installing.
4. Press the buckle of battery cover, then put the battery cover back to the back of the **Meter (No. 46)**.

*The installation is complete!*

## **BATTERY REPLACEMENT:**

1. Press the buckle of battery cover on the back of the **Meter (No. 46)**, then remove battery cover.
2. Remove the 2 old AA batteries in the battery case and install 2 new AA batteries into the battery case on the back of the **Meter (No. 46)**. Pay attention to the battery + and – poles before installing.
3. Press the buckle of battery cover, then put the battery cover back to the back of the **Meter (No. 46)**.

*The replacement is complete!*

**NOTE:** Always change both batteries at the same time. Do not mix battery types and do not mix old and new batteries. Dispose batteries according to your state and regional guidelines.

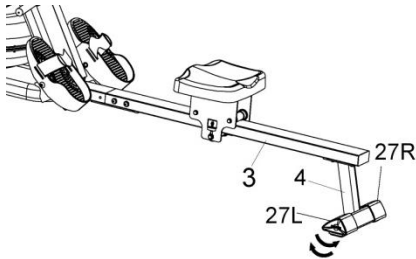
# ADJUSTMENTS GUIDE

## ADJUSTING THE BALANCE

Adjust the **Left & Right Adjustable End Caps (No. 27L & No. 27R)** on the **Rear Stabilizer (No. 4)** of the rower if the rower is unbalanced during use.

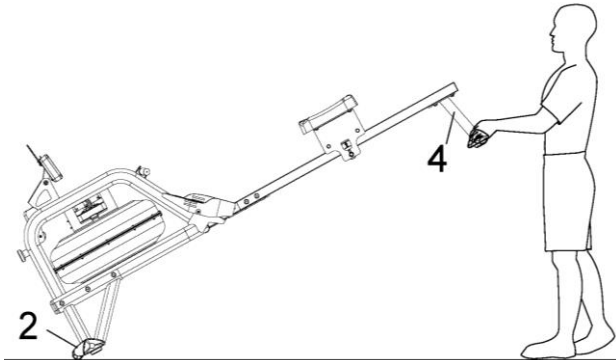
### CAUTION!

Moving parts, such as the seat, can crush and cut. Keep hands clear of the **Slide Rail (No. 3)** during use!



## MOVING THE ROWER

To move the rower, lift up the **Rear Stabilizer (No. 4)** until the transportation wheels on the **Front Stabilizer (No. 2)** touch the ground. With the transportation wheels on the ground, you can transport the rower to the desired location with ease.



## STORAGE

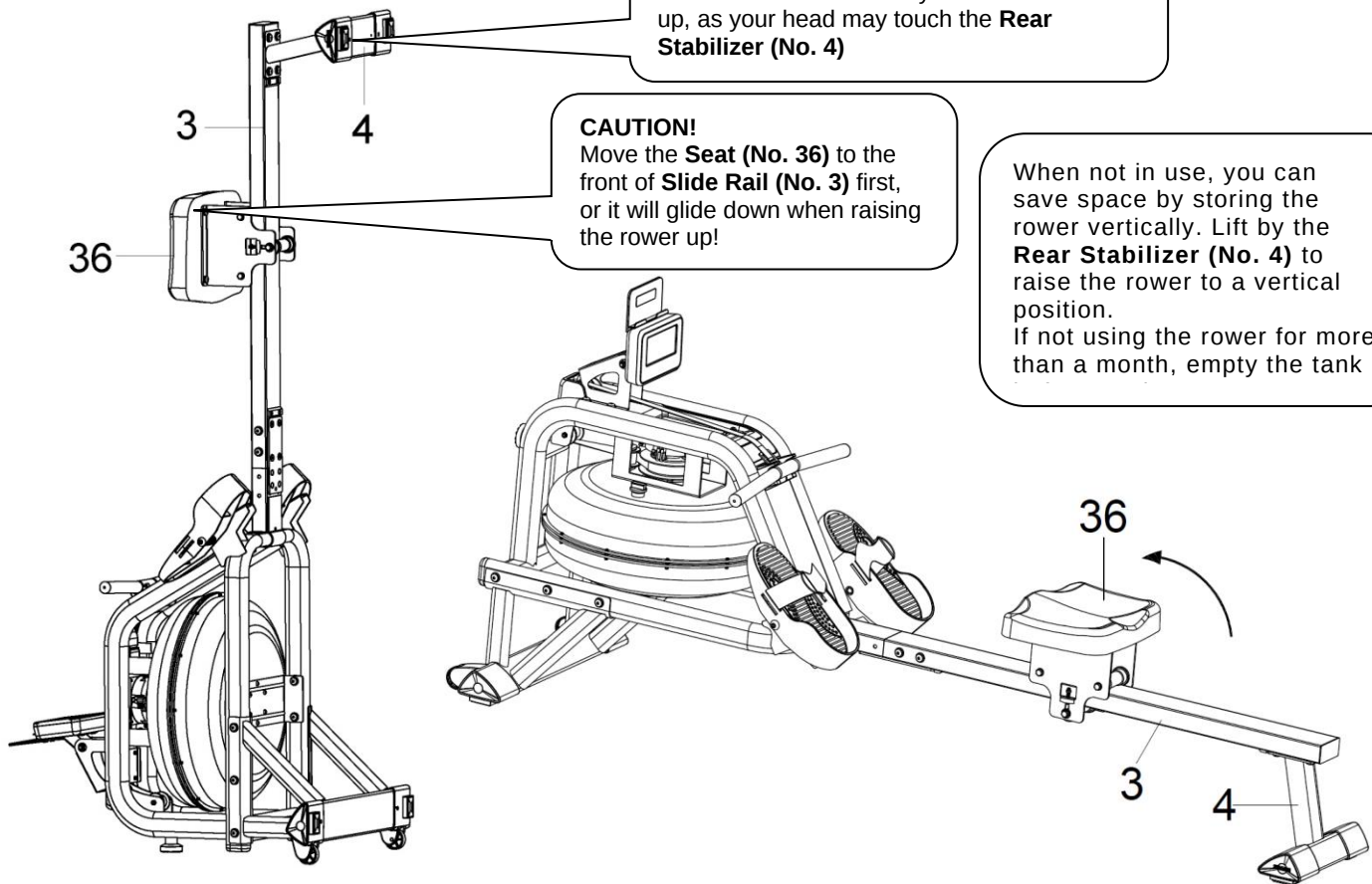
### CAUTION!

Move with caution when you raise the rower up, as your head may touch the **Rear Stabilizer (No. 4)**

### CAUTION!

Move the **Seat (No. 36)** to the front of **Slide Rail (No. 3)** first, or it will glide down when raising the rower up!

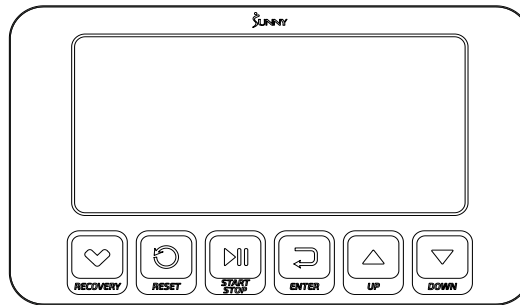
When not in use, you can save space by storing the rower vertically. Lift by the **Rear Stabilizer (No. 4)** to raise the rower to a vertical position. If not using the rower for more than a month, empty the tank



## PEDAL ADJUSTMENT

The pedal strap is adjustable and can be personalized to fit the user's foot size.

# EXERCISE METER



Our computerized exercise meter on the Sunny Obsidian Surge 500 Meter Water Rowing Machine allows the user to tailor a personalized workout by monitoring their progress. During a workout, the exercise meter will alternately and repeatedly display the TIME, TIME/500M, SPM, DISTANCE, STROKES, TOTAL STROKES, CALORIES, and PULSE (all the above).

## FUNCTION BUTTONS

UP ▲ / DOWN ▼: Press these two buttons to scroll through the available selection.

To adjust the function value upward and downward.

ENTER: To confirm your selection.

During training, press the button to scan each display function.

START/STOP: To start and stop your selected workout program.

RESET: Press the stop button to stop the exercise, short press the RESET button to clear the exercise values (except TOTAL STROKES).

Press and hold the RESET button for 2 seconds, the meter will reset and all exercise values will be cleared (except TOTAL STROKES).

If you need to clear the TOTAL STROKES, you can reload the batteries.

RECOVERY: When the heart rate value is displayed on the meter, press the RECOVERY button to start/exit the heart rate recovery function to evaluate the user's heart rate recovery status.

## DISPLAY FUNCTIONS

TIME: (1) Display the time when the user rowed.

(2) In manual mode, set the target rowing time (Setting range 1:00-99:00, setting value  $\pm 1:00$ ).

TIME/500M: Your average 500 meter time will automatically be displayed and continuously updated.

SPM: Strokes per minute.

DISTANCE: (1) Displays the distance the user rowed.

(2) In manual mode, set the target rowing distance (Setting range 100-99900 meters, setting value  $\pm 100$  meters).

STROKES: (1) Displays the number of strokes the user rowed.

(2) In manual mode, set the target rowing strokes (Setting range 10-9990 strokes, setting value  $\pm 10$  strokes).

TOTAL STROKES: Display the total number of rowing strokes (display range 0-9999 strokes).

CALORIES: (1) Displays the number of calories consumed by the user.

(2) In manual mode, set the target calories consumption (Setting range 10-9990 cal, setting value  $\pm 10$  cal).

WATT: Display the user's exercise power.

PULSE: (1) Display the user's current heart rate value. The chest strap heart rate monitor must be worn before testing the heart rate. Pulse measurement function only works with 5.3KHz chest strap heart rate monitors.

(2) In manual mode, set the target heart rate (Setting range 30-240 BPM, setting value  $\pm 1$  BPM).

## OPERATION

1. Install 2PCS AA batteries (included), meter will beep for 2 seconds, and full screen display for 2 seconds (Fig. 1).
  - (1) Clock will flash on the meter. Press UP or DOWN buttons to select the hour. Press ENTER button to confirm your selection. Press UP or DOWN buttons to select the minute. Press ENTER to confirm.
  - (2) Year will flash on the meter. Press UP or DOWN buttons to select the year. Press ENTER to confirm.
  - (3) Month will flash on the meter. Press UP or DOWN buttons to select the month. Press ENTER to confirm.
  - (4) Day will flash on the meter. Press UP or DOWN buttons to select the day. Press ENTER to confirm.
  - (5) Alarm will display on the meter. If you want to set an alarm, Press UP or DOWN buttons to turn on/off the alarm. If alarm is set to on, press ENTER, alarm clock will flash. Press UP or DOWN buttons to set your desired alarm.
  - (6) If no alarm is set, press ENTER, the meter will go into the SPORT screen (Fig. 2).

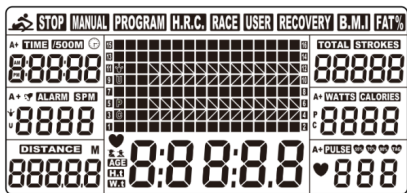


Fig. 1

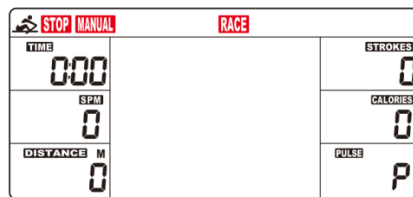


Fig. 2

2. When you enter the SPORT screen, MANUAL & RACE will flash. Press UP or DOWN buttons to select MANUAL or RACE. Press ENTER button to confirm your selection.

(1) MANUAL(Fig. 3):

- Enter into the MANUAL mode, press UP button to set the flickering figure of the TIME. Press ENTER button to confirm it. Then, you can press UP button to set DISTANCE→STROKES→CALORIES→PULSE→TIME immediately. (If you have set the target value for TIME, then DISTANCE can't be set, vice versa.)
- Press START button to start, the STOP icon will disappear. Press ENTER button to select functions.
- When the function you have selected counts down to zero or you press the STOP button, the meter will stop and display the average value. (If the target heart rate value is set, when the user's heart rate value is higher than the target heart rate value, the meter will give an alarm and the heart rate value will flash.)

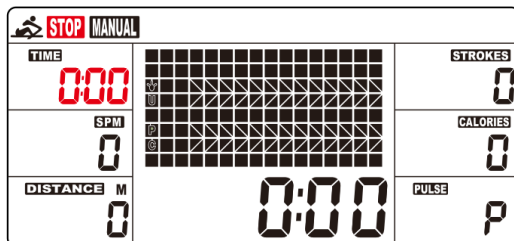


Fig. 3

(2) RACE (Fig. 4):

- Enter into the RACE mode and L9 will flash, the TIME/500M will display 4:00. Then, press UP or DOWN buttons to select L1 ~ L15. Press ENTER button to confirm. Then, you can set the distance of the race (500M~10000M) while the value of DISTANCE is blinking. Press ENTER button and the picture of the race will display on the screen. The TIME/500M of the programs are as follows:

| L1   | L2   | L3   | L4   | L5   | L6   | L7   | L8   | L9   | L10  | L11  | L12  | L13  | L14  | L15  |
|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| 8:00 | 7:30 | 7:00 | 6:30 | 6:00 | 5:30 | 5:00 | 4:30 | 4:00 | 3:30 | 3:00 | 2:30 | 2:00 | 1:30 | 1:00 |

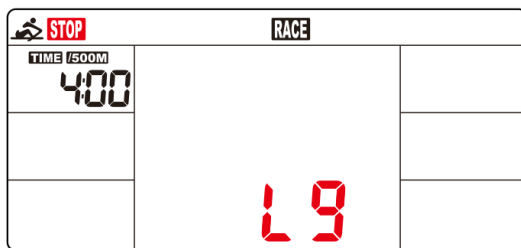


Fig. 4

- Press START button to start and STOP will disappear. The USER & PC will display in the matrix (Fig. 5). The meter will stop when either the user or meter has reached the race distance that was set. Then the matrix displays "PC WIN" or "USER WIN"(Fig. 6).

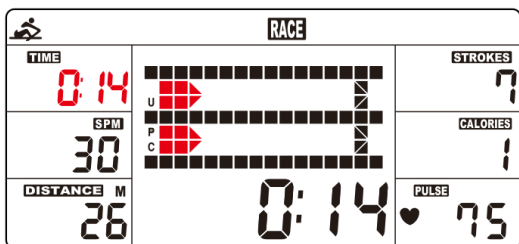


Fig. 5

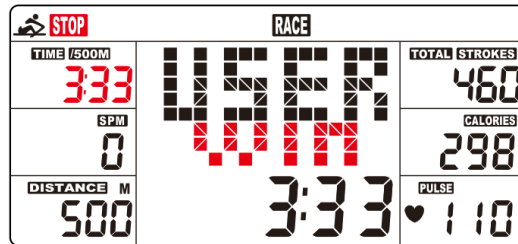


Fig. 6

(3) RECOVERY:

1. The meter works with a 5.3 KHz chest strap heart rate monitor (not included). After exercising for a period of time, keep wearing chest strap monitor and press "RECOVERY" button. All function displays will stop except "TIME" starts counting down from 00:60 to 00:00.
2. Screen will display your heart rate recovery status with the F1,F2....to F6. F1 is outstanding, F6 is the poor. User may keep exercising to improve the heart rate recovery status. (Press the RECOVERY button again to return the main display.)

(4) H.R.C:

- A. Enter into the MANUAL mode and press "ENTER" button until the value of PULSE is blinking.
- B. Press "UP" and "DOWN" buttons to set exercise pulse. The setting values of 30-240 BPM.
- C. The meter alarm and the value of the PULSE is blinking when heart rate is above the SET value.

**SLEEP MODE**

If no signal is received for 4 minutes and the button is not pressed, the meter will automatically turn off and enter into sleep mode. Start exercising or press any button and the meter will restart.

**BATTERY**

This meter uses 2 AA batteries, which are included. Changing the batteries will reset all values.

If there is a problem with the display, try changing the batteries first. When changing the batteries, change both. Do not mix battery types. Do not mix old and new batteries. Dispose old batteries according to your regional guidelines.

**APP CONNECTION:**

Connect Smart Equipment to SunnyFit App:

1. Scan to download SunnyFit from the app store:



2. Ensure that the Bluetooth function is turned on from your mobile device.
3. If this is your first time using the SunnyFit app, follow the in-app instructions to register for your free SunnyFit account and log in.
4. Begin any workout activity that matches your smart equipment, then follow the onscreen prompts to search for and connect to your smart equipment.
5. When connected, your stats and records will be displayed at the end of your course/session, and recorded in your account profile!

**Troubleshooting:**

- If you are having trouble connecting your smart equipment, visit [www.sunnyfit.com/guide](http://www.sunnyfit.com/guide) or scan the QR code below:



- If you require additional support, please contact [support@sunnyfit.com](mailto:support@sunnyfit.com).

# PARTS LIST

| No. | Description              | Spec.                | Qty. |
|-----|--------------------------|----------------------|------|
| 1   | Main Frame               |                      | 1    |
| 2   | Front Stabilizer         |                      | 1    |
| 3   | Slide Rail               |                      | 1    |
| 4   | Rear Stabilizer          |                      | 1    |
| 5   | Sensor Stand             |                      | 1    |
| 6   | Support Plate            |                      | 1    |
| 7   | Tank Plate               |                      | 1    |
| 8   | Connecting Plate         |                      | 1    |
| 9   | Handlebar                |                      | 1    |
| 10  | Seat Carriage            | SPHC,T=4.0           | 2    |
| 11  | Impeller                 |                      | 1    |
| 12  | Upper Tank Cover         | PC                   | 1    |
| 13  | Lower Tank Cover         | PC                   | 1    |
| 14  | Mesh Belt Disc           |                      | 1    |
| 15  | Mesh Belt Wheel          | 115*110*34.5         | 1    |
| 16  | Screw                    | M8*60*20 S5          | 2    |
| 17  | Handlebar Seat           | HIPS, Black          | 1    |
| 18  | Roller                   | POM, Black           | 3    |
| 19  | Spacer                   | ABS, Black           | 3    |
| 20  | Mesh Belt Wheel          | POM, Black           | 3    |
| 21  | Volute Spring            | T0.5*22*5080         | 1    |
| 22  | PC Board                 | Ø90*Ø25.2*0.5        | 1    |
| 23  | Left Pedal               | PP, Black            | 1    |
| 24  | Right Pedal              | PP, Black            | 1    |
| 25  | Left End Cap             |                      | 1    |
| 26  | Right End Cap            |                      | 1    |
| 27L | Left Adjustable End Cap  |                      | 1    |
| 27R | Right Adjustable End Cap |                      | 1    |
| 28  | Rail End Cap             | PP,Black             | 1    |
| 29  | Oval Plug                | PP, Black            | 2    |
| 30  | Rubber Sealing Ring      | Ø500*Ø488*7.5        | 1    |
| 31  | Rubber Sealing Ring      | Ø50*Ø19.5*6          | 1    |
| 32  | Bearing                  | 6905                 | 1    |
| 33  | Fill Plug                | Rubber, Black        | 1    |
| 34  | N/A                      |                      | -    |
| 35  | Stopper                  | Rubber, Black        | 2    |
| 36  | Seat                     | PU, Black            | 1    |
| 37  | Pedal Strap              | PP, Black            | 2    |
| 38  | Mesh Belt                | Nylon, Black         | 1    |
| 39  | Screw                    | M6*35*15*S5          | 5    |
| 40  | Bearing                  | 6000                 | 6    |
| 41  | One-way Bearing          |                      | 1    |
| 42  | Screw                    | ST4.2*16             | 7    |
| 43  | Bearing                  | 608ZZ                | 6    |
| 44  | Alloy Wrap               | Copper base with oil | 6    |
| 45  | Bearing                  | 6904                 | 3    |
| 46  | Meter                    | X-6422               | 1    |
| 46a | Meter Wire A             | 100mm                | 1    |
| 46b | Meter Wire B             | 100mm                | 1    |
| 47a | Inductor Wire A          | 400mm                | 1    |
| 47b | Inductor Wire B          | 400mm                | 1    |

| No. | Description                     | Spec.           | Qty. |
|-----|---------------------------------|-----------------|------|
| 48  | Sensor Holder                   | Nylon, Black    | 1    |
| 49  | Magnet                          | Ø10*5           | 1    |
| 50  | Casing Pipe for Mesh Belt Wheel | Ø10*Ø6.2*40     | 3    |
| 51  | Nylon Lock Nut                  | M6*H6*S10       | 10   |
| 52  | Wave Washer                     | D10*Ø15*0.3     | 3    |
| 53  | Raw Cotton                      | Ø96.9*Ø60*20    | 1    |
| 54  | Axle for Volute Spring          | PA66+20% Fibre  | 1    |
| 55  | Screw                           | M6*15           | 12   |
| 56  | Nylon Lock Nut                  | M8              | 6    |
| 57  | Stainless Steel Axle            | Ø20*163*M8      | 1    |
| 58  | Flat Screw                      | M8*15           | 8    |
| 59  | Washer                          | D8*Ø20*2        | 1    |
| 60  | Screw                           | M8*15           | 30   |
| 61  | Screw                           | M3*20           | 12   |
| 62  | Nylon Lock Nut                  | M3              | 12   |
| 63  | Bolt                            | M8*70           | 1    |
| 64  | Screw                           | M5*16           | 4    |
| 65  | Bolt                            | M8*125          | 3    |
| 66  | N/A                             |                 | -    |
| 67  | Flat Cross Screw                | M6*10           | 4    |
| 68  | Cross Screw                     | M4*12           | 2    |
| 69  | Washer                          | D8*D24*2        | 1    |
| 70  | Bolt                            | M12*135         | 2    |
| 71  | Washer                          | D20*D8.5*1.5    | 34   |
| 72  | Washer                          | D16*D8.5*1.5    | 4    |
| 73  | Silicone Pad                    | 80*80*3         | 2    |
| 74  | Allen Wrench                    | S5              | 1    |
| 75  | Spanner                         | S13, S14,S15    | 1    |
| 76  | Pumping Siphon                  |                 | 1    |
| 77  | Funnel                          |                 | 1    |
| 78  | Lower Tank Plate                |                 | 1    |
| 79  | Hex Nut                         | M12             | 2    |
| 80  | Screw                           | M8*25           | 1    |
| 81  | C Clip                          | D10             | 6    |
| 82  | Stainless Washer                | M3              | 24   |
| 83  | Cross Screw                     | M6*15           | 2    |
| 84  | Upper Sealing Ring              | Rubber          | 1    |
| 85  | Spacer                          | Ø25*Ø20.2*10    | 1    |
| 86  | Bolt                            | M6*55*15*S10    | 3    |
| 87  | Protect Cover                   | 532.5*119*166.7 | 1    |
| 88  | Foot Pad                        | Ø52*40*M10      | 1    |
| 89  | Adjusting U Seat                | 30*9*1.5        | 2    |
| 90  | Adjusting Screw                 | M6*40*Ø10*2.5   | 2    |
| 91  | Screw                           | M8*25*S6        | 1    |
| 92  | Outer PC Board                  |                 | 1    |
| 93a | Sensor Wire A                   | 150mm           | 1    |
| 93b | Sensor Wire B                   | 150mm           | 1    |
| 94  | Rotating Fixing Seat            |                 | 1    |
| 95  | Hex Nut                         | M10             | 1    |
| 96  | Tablet Holder                   |                 | 1    |
|     |                                 |                 |      |

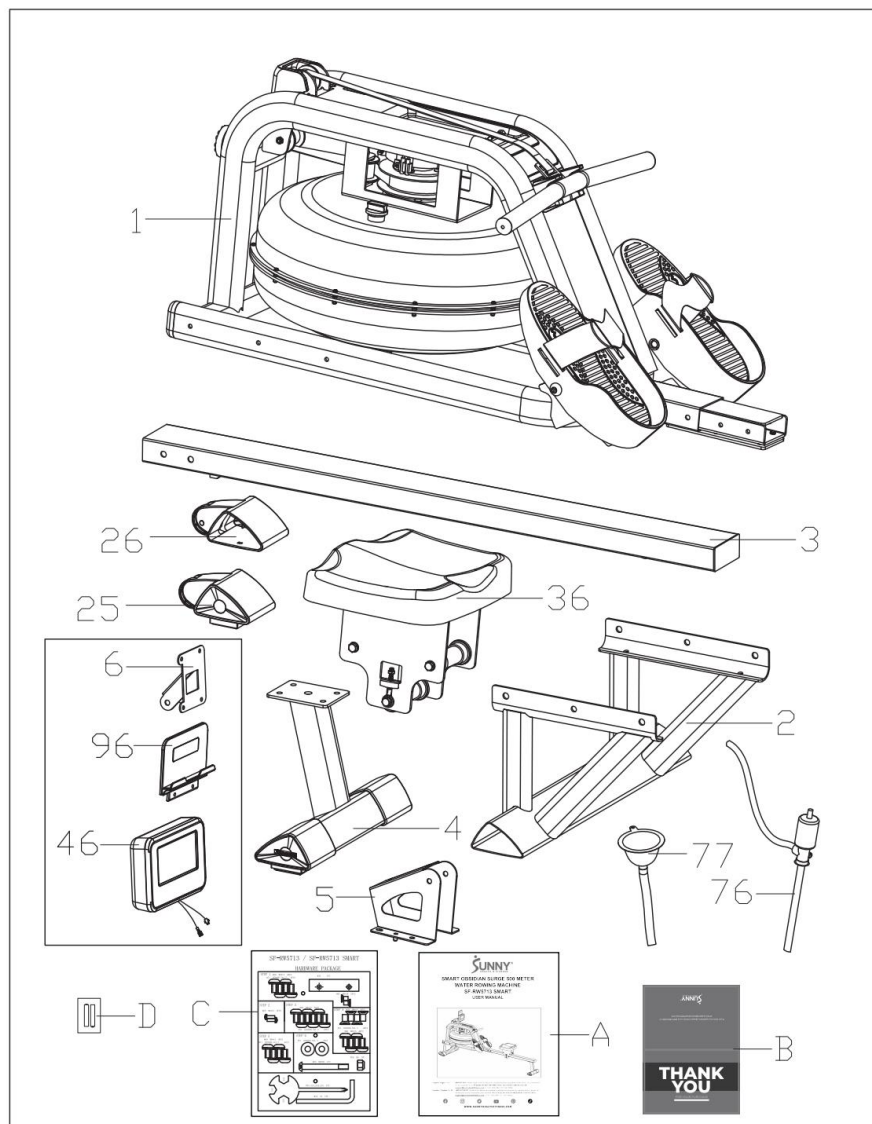
# **INFORMACIÓN IMPORTANTE DE SEGURIDAD**

Gracias por haber elegido nuestro producto. Para garantizar su seguridad y salud, utilice este equipo correctamente. Es importante que lea todo el manual antes de instalar y usar el equipo. Solo se puede garantizar el uso seguro y eficaz del equipo si se instala, mantiene y utiliza correctamente. Es su responsabilidad asegurarse de que todos los usuarios de los equipos conozcan todas las advertencias y precauciones.

1. Antes de comenzar algún programa de ejercicios, deberá consultar con su médico para determinar si tiene alguna condición médica o física que pudiera poner en riesgo su salud y seguridad o que pudiera impedir que utilice correctamente el equipo. Es importante que reciba las recomendaciones de su médico en caso de que esté tomando algún medicamento que pudiera afectar su ritmo cardíaco, presión arterial o nivel de colesterol.
2. Esté atento a las señales que le envía su cuerpo. Ejercitarse de manera incorrecta o excesiva puede dañar su salud. Deje de hacer ejercicio si experimenta alguno de los siguientes síntomas: dolor, opresión en el pecho, latidos cardíacos irregulares, falta de aire, sensación de desmayo, mareos o sensación de náuseas. Si presenta alguna de esas condiciones, deberá consultar con su médico antes de continuar con su programa de ejercicios.
3. Mantenga el equipo lejos del alcance de niños y mascotas. El equipo está diseñado para el uso exclusivo de adultos.
4. Utilice el equipo en una superficie plana y sólida con una cubierta protectora para su piso o alfombra. Para garantizar su seguridad, el equipo debe tener por lo menos 2 pies (60 cm) de espacio libre a su alrededor.
5. Asegúrese de que todas las tuercas y pernos estén bien ajustados antes de usar el equipo. Solo puede conservarse la seguridad del equipo si se inspecciona regularmente para detectar daños o desgaste.
6. Siempre utilice el equipo como se indica. Si encuentra algún componente defectuoso mientras instala o revisa el equipo, o si escucha ruidos extraños que provienen de este mientras se ejercita, deje de utilizarlo inmediatamente y no lo utilice hasta que el problema se haya corregido.
7. Use ropa adecuada cuando utilice el equipo. Evite usar ropa suelta que pueda enredarse en el equipo.
8. No coloque los dedos u objetos en las piezas móviles del equipo.
9. La capacidad de peso máximo de esta unidad es de 300 libras (135 kgs).
10. Este equipo no es adecuado para uso terapéutico.
11. Muévase con cuidado cuando levante y mueva el equipo. Siempre utilice la técnica de levantamiento adecuada y pida ayuda en caso de que sea necesario.
12. Su producto está diseñado para usarse en un lugar fresco y seco. Debe evitar tenerlo en lugares extremadamente fríos, calientes o húmedos, ya que podría provocar corrosión y otros problemas afines.
13. Este equipo está diseñado solo para uso interior; no es para uso comercial.

# LISTA DE COMPROBACIÓN PREVIA AL MONTAJE

Antes de empezar a montar, asegúrese de que todas las piezas están incluidas.

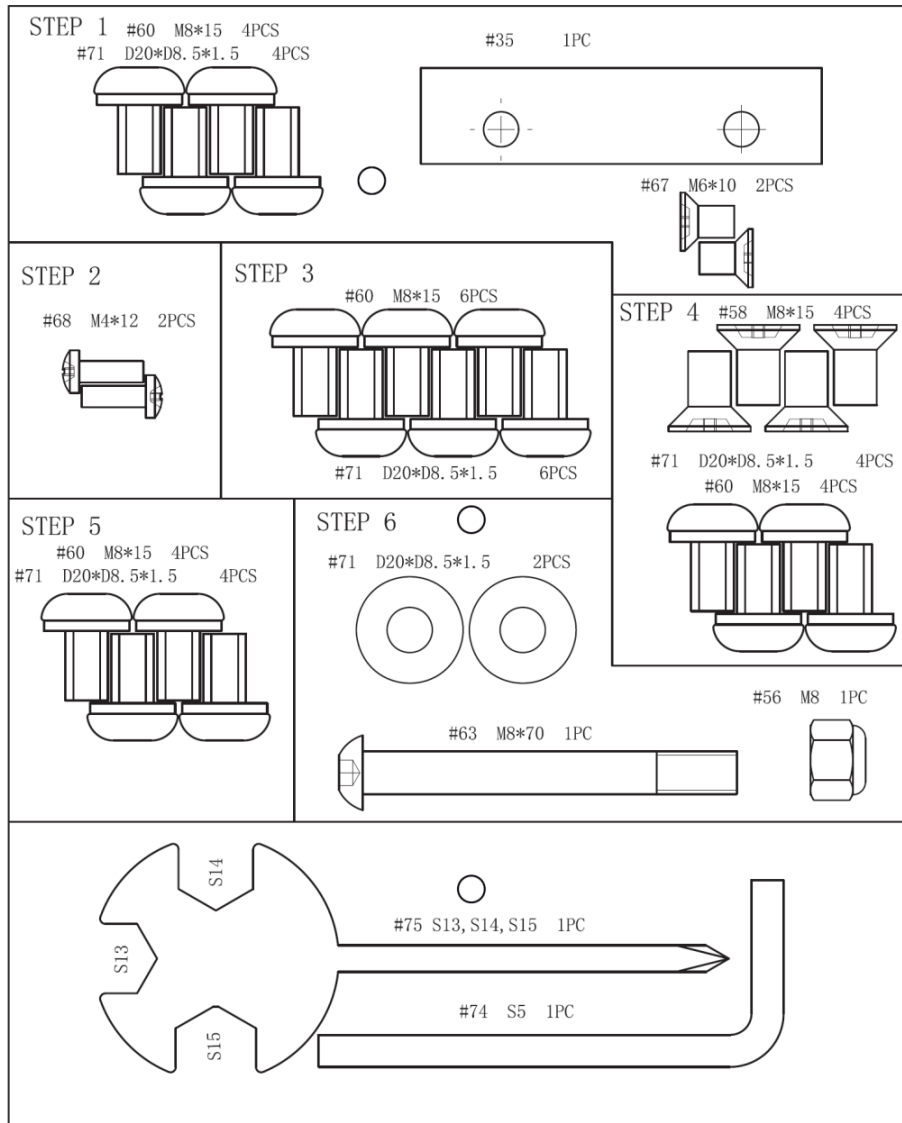


| n.º | DESCRIPCIÓN                | ESPEC     | CANT |
|-----|----------------------------|-----------|------|
| 1   | Marco Principal            |           | 1    |
| 2   | Estabilizador Delantero    |           | 1    |
| 3   | Riel Deslizante            |           | 1    |
| 4   | Estabilizador Trasero      |           | 1    |
| 5   | Soporte del Sensor         |           | 1    |
| 6   | Placa de Soporte           |           | 1    |
| 25  | Tapa del Extremo Izquierdo |           | 1    |
| 26  | Tapa del Extremo Derecho   |           | 1    |
| 36  | Asiento                    | PU, Negro | 1    |

| n.º | DESCRIPCIÓN               | ESPEC  | CANT |
|-----|---------------------------|--------|------|
| 46  | Medidor                   | X-6422 | 1    |
| 76  | Sifón de Bombeo           |        | 1    |
| 77  | Embudo                    |        | 1    |
| 96  | Soporte para Tablet       |        | 1    |
| A   | Manual                    |        | 1    |
| B   | Tarjeta de Agradecimiento |        | 1    |
| C   | Paquete de Hardware       |        | 1    |
| D   | Batería                   | AA     | 2    |
|     |                           |        |      |

# PAQUETE DE HARDWARE

## SF-RW5713 / SF-RW5713 SMART HARDWARE PACKAGE



### **Pedido de piezas de repuesto (sólo para clientes de EE.UU. y Canadá)**

Proporcione la siguiente información para que podamos identificar con precisión la(s) pieza(s) necesaria(s):

- ✓ El número de modelo (se encuentra en la portada del manual)
- ✓ Nombre del producto (en la portada del manual)
- ✓ El número de pieza que se encuentra en el "DIAGRAMA EXPLÍCITO" (páginas 28~29) y en la "LISTA DE PIEZAS" (página 27)

Póngase en contacto con nosotros en [support@sunnyhealthfitness.com](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) o en el 1-877-90SUNNY (877-907-8669).

# INSTRUCCIONES DE MONTAJE

Valoramos su experiencia con los productos Sunny Health and Fitness. Para obtener ayuda con las piezas o la resolución de problemas, póngase en contacto con nosotros en [support@sunnyhealthfitness.com](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) o en el 1-877-90SUNNY (877-907-8669).

## PASO 1:

**NOTA:** Recomendamos que sean 2 personas que armen el producto.

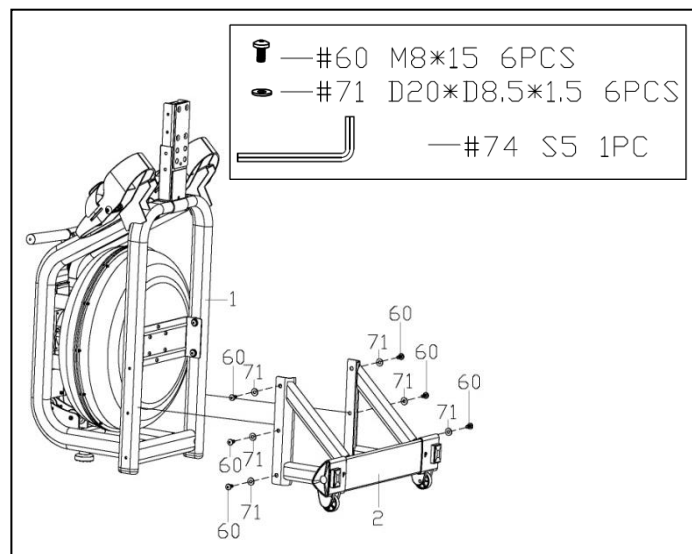
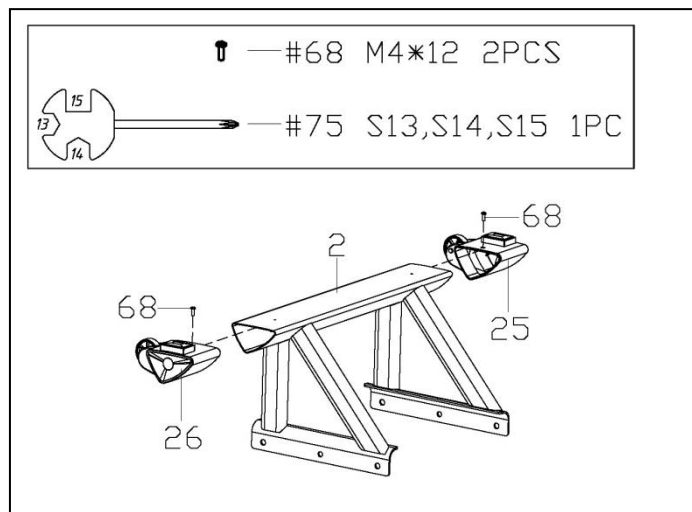
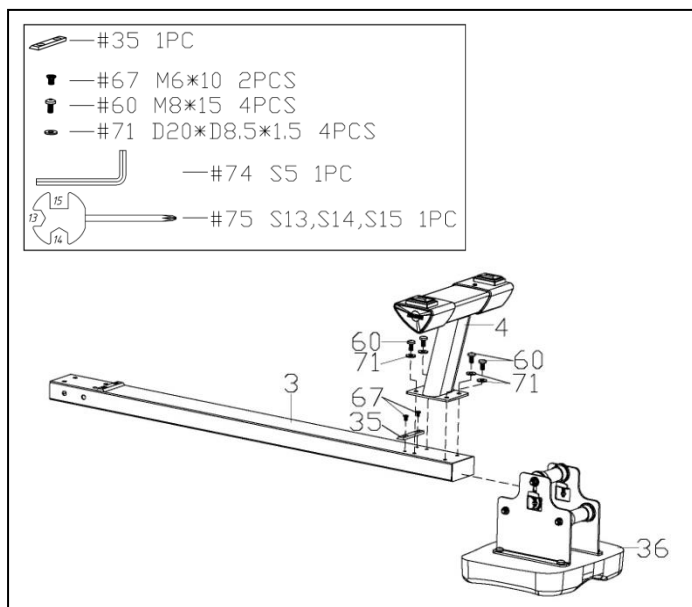
Gire el **Riel Deslizante (n.º 3)** y el **Asiento (n.º 36)** como se muestra en la foto. Deslice el **Asiento (n.º 36)** en el **Riel Deslizante (n.º 3)**. Asegure el **Tapón (n.º 35)** con 2 **Tornillos de Cabeza de Cruz Plana (n.º 67)**. Ajuste con una **Llave Inglesa (n.º 75)**. Luego, conecte el **Estabilizador Trasero (n.º 4)** al **Riel Deslizante (n.º 3)** con 4 **Arandelas (n.º 71)** y 4 **Tornillos (n.º 60)**. Ajuste con una **Llave Allen (n.º 74)**.

## PASO 2:

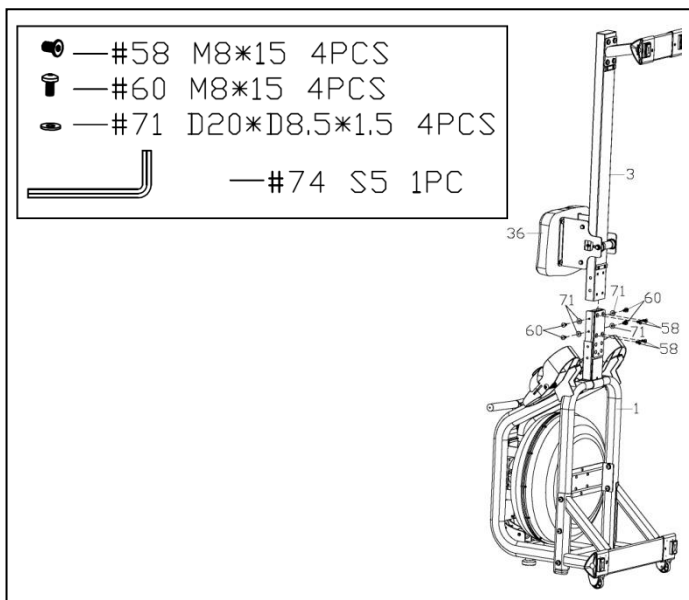
Fije las **Tapas del Extremos Izquierdo y Derecho (n.º 25 y n.º 26)** al **Estabilizador Delantero (n.º 2)**. Luego, ajuste con 2 **Tornillos de Cabeza de Cruz Plana (n.º 68)** y una **Llave Inglesa (n.º 75)**.

## PASO 3:

Mantenga el **Marco Principal (n.º 1)** en posición vertical. Fije el **Estabilizador Delantero (n.º 2)** al **Marco Principal (n.º 1)** con 6 **Arandelas (n.º 71)** y 6 **Tornillos (n.º 60)**. Primero inserte los 6 **Tornillos (n.º 60)** parcialmente en los orificios y luego ajuste con la **Llave Allen (n.º 74)**.



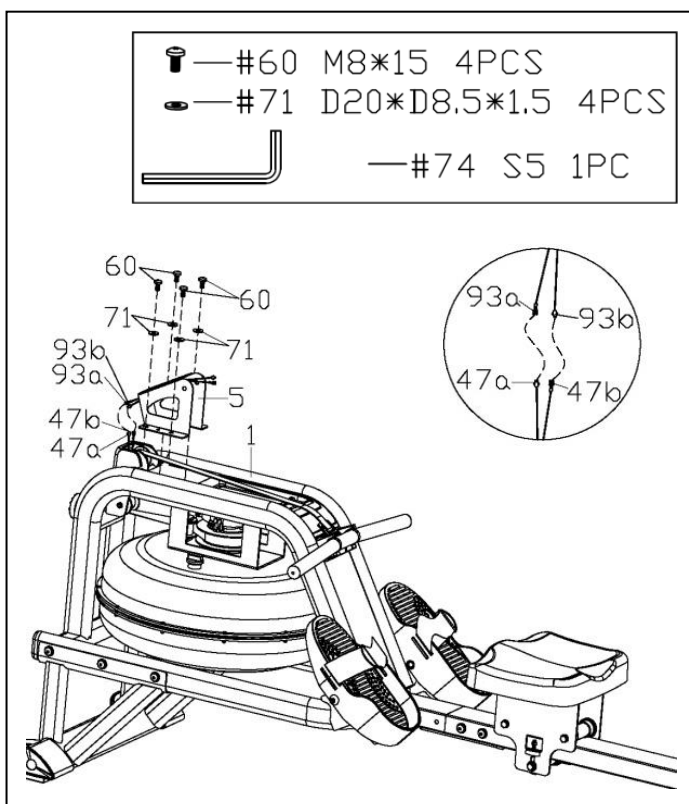
Valoramos su experiencia con los productos Sunny Health and Fitness. Para obtener ayuda con las piezas o la resolución de problemas, póngase en contacto con nosotros en [support@sunnyhealthfitness.com](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) o en el 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



#### PASO 4:

**NOTA:** Mueva el **Asiento (n.º 36)** a la parte delantera del **Riel Deslizante (n.º 3)** antes del armado, para evitar que se deslice hacia abajo durante el proceso.

Fije el **Riel Deslizante (n.º 3)** al **Marco Principal (n.º 1)** con 4 **Arandelas (n.º 71)**, 4 **Tornillos (n.º 60)** y 4 **Tornillos de Cabeza Plana (n.º 58)**. Primero inserte los 8 tornillos parcialmente en los orificios y luego ajuste con la **Llave Allen (n.º 74)**.



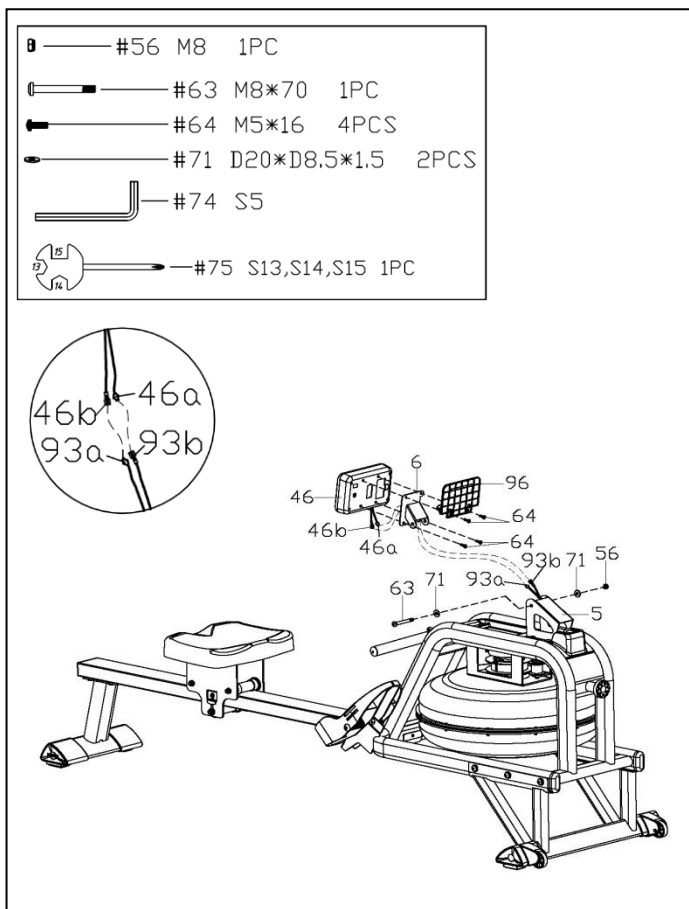
#### PASO 5:

Conecte el **Cable Inductor A (n.º 47a)** al **Cable del Sensor A (n.º 93a)**, conecte el **Cable Inductor B (n.º 47b)** al **Cable del Sensor B (n.º 93b)**.

Fije el **Soporte del Sensor (n.º 5)** al **Marco Principal (n.º 1)** con 4 **Arandelas (n.º 71)** y 4 **Tornillos (n.º 60)**. Ajuste con una **Llave Allen (n.º 74)**.

Si está sentado en el asiento, la flecha adhesiva en el **Soporte del Sensor (n.º 5)** debe apuntar hacia usted. Esto significa que el **Soporte del Sensor (n.º 5)** está instalado en la dirección correcta.

Valoramos su experiencia con los productos Sunny Health and Fitness. Para obtener ayuda con las piezas o la resolución de problemas, póngase en contacto con nosotros en [support@sunnyhealthfitness.com](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) o en el 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



### PASO 6:

Retire los 4 Tornillos (n.º 64) del Medidor (n.º 46) con la Llave Inglesa (n.º 75).

Tire del Cable de Medidor A (n.º 46a) y del Cable de Medidor B (n.º 46b) a través de la Placa de Soporte (n.º 6), luego fije el Medidor (n.º 46) y el Soporte para Tabletas (n.º 96) a la Placa de Soporte (n.º 6) con los 4 Tornillos (n.º 64) que acaba de retirar. Apriételos y fíjelos con la Llave Inglesa (n.º 75).

Conecte el Cable del Sensor A (n.º 93a) al Cable de Medidor B (n.º 46b), conecte el Cable del Sensor B (n.º 93b) al Cable de Medidor A (n.º 46a).

Fije la Placa de Soporte (n.º 6) al Soporte del Sensor (n.º 5) utilizando 1 Perno (n.º 63), 2 Arandelas (n.º 71) y 1 Tuerca de Bloqueo de Nailon (n.º 56). Apriete con la Llave Allen (n.º 74) y la Llave Inglesa (n.º 75).

Asegúrese de que no esté demasiado ajustado para ajustar el ángulo del Medidor (n.º 46).

*¡El armado está completo!*

# CÓMO LLENAR Y VACIAR EL TANQUE

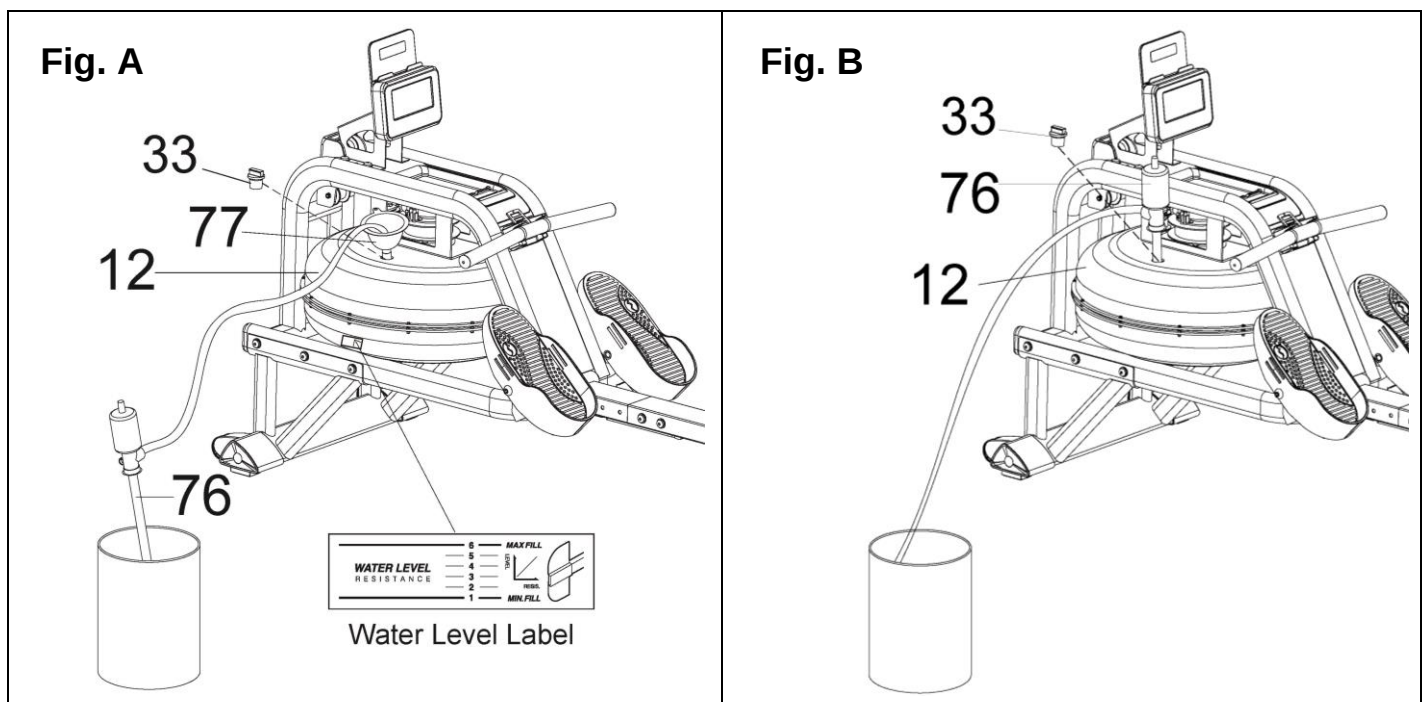
1. Retire el **Tapón del Tanque (n.º 33)** de la **Cubierta Superior del Tanque (n.º 12)**.
2. Para llenar el tanque con agua, consulte la Fig. A. Inserte el **Embudo (n.º 77)** en el tanque, luego use una taza o la **Sifón de Bombeo (n.º 76)** y un balde para llenar el tanque. Utilice el indicador de nivel de agua en el lado del tanque para medir el nivel de agua deseado.
3. Para vaciar el tanque, consulte la Fig. B. Coloque un balde al lado de la remadora, y utilice la **Sifón de Bombeo (n.º 76)** para bombear el agua del tanque al balde.
4. Inserte el **Tapón del Tanque (n.º 33)** en la **Cubierta Superior del Tanque (n.º 12)**. Limpie el exceso de agua del marco.

## NOTA:

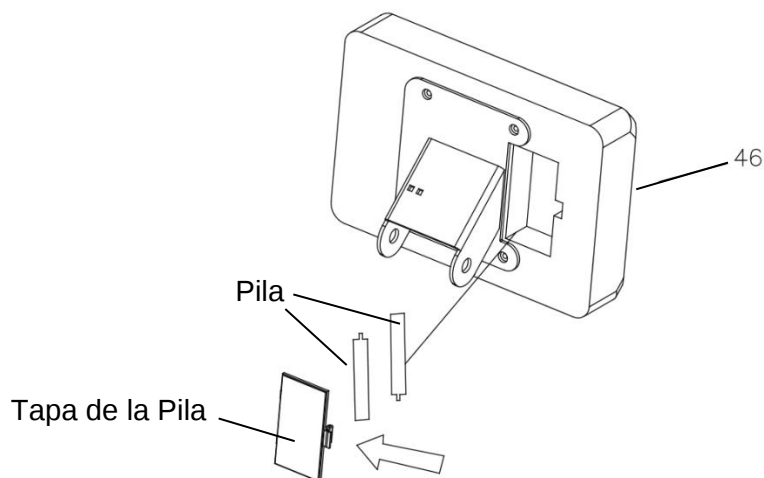
- Llene el tanque solo con agua entubada. Agregue 1 tableta de purificación de agua (se incluye 1 paquete). Nunca use cloro de piscina o lejía de cloro. Esto dañará el tanque y anulará la garantía.
- Agregue una tableta de purificación de agua cada 6 meses o según sea necesario. Si el agua permanece turbia, reemplace el agua del tanque.
- El agua del tanque no es adecuada para consumir. Deseche el agua después de sacarla del tanque.

## NIVEL DEL AGUA

- Vea la Fig. A. El indicador de nivel de agua está en el lado del tanque. El nivel de llenado máximo es 6. Nunca llene por encima de este límite. Si el tanque se llena por encima de este límite, anulará la garantía.
- La resistencia depende del nivel de agua en el tanque. El nivel 1 de agua es la resistencia más baja. El nivel 6 de agua es la resistencia más alta.



# INSTALACIÓN Y REEMPLAZO DE LA PILA



## INSTALACIÓN DE LA PILA:

1. Saque 2 pilas AA de la parte posterior del **Medidor (n.º 46)**.
2. Presione la hebilla de la tapa de la pila en la parte posterior del **Medidor (n.º 46)**, luego retire la tapa de la pila.
3. Instale 2 pilas AA en la caja de la pila en la parte posterior del **Medidor (n.º 46)**. Preste atención a los polos + y - de la pila antes de instalar.
4. Presione la hebilla de la cubierta de la pila, luego coloque la cubierta de la pila en la parte posterior del **Medidor (n.º 46)**.
5. ¡La instalación está completa!

## REEMPLAZO DE LA PILA:

1. Presione la hebilla de la tapa de la batería en la parte posterior del **Medidor (n.º 46)**, luego retire la tapa de la batería.
2. Retire las 2 pilas AA viejas del estuche de las pilas e instale 2 pilas AA nuevas en el estuche de las pilas en la parte posterior del **Medidor (n.º 46)**. Preste atención a los polos + y - de las pilas antes de instalarlas.
3. Presione la hebilla de la tapa de las pilas y vuelva a colocar la tapa de las pilas en la parte posterior del **Medidor (n.º 46)**.

*La sustitución se ha completado!*

**NOTA:** Siempre cambie ambas pilas al mismo tiempo. No mezcle tipos de pilas y no mezcle pilas viejas y nuevas. Deseche las pilas de acuerdo con las regulaciones estatales y regionales.

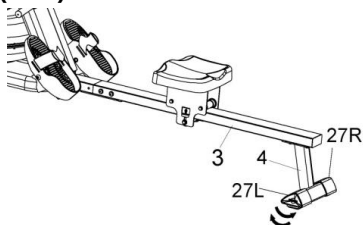
# GUÍA DE AJUSTES

## AJUSTE DEL BALANCE

Ajuste la **Tapas del Extremo Ajustable Izquierdo & Derecha (n.º 27L & n.º 27R)** en el **Estabilizador Trasero (n.º 4)** del remo si éste se desequilibra durante el uso.

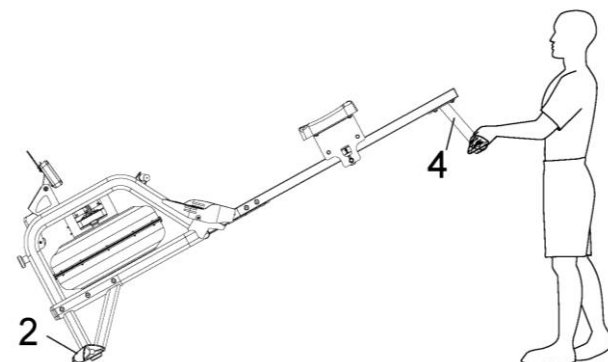
### ¡PRECAUCIÓN!

Las partes móviles, como el asiento, pueden aplastar y cortar. Mantenga las manos alejadas del **Riel Deslizante (n.º 3)** durante el uso.



## TRASLADO DE LA MÁQUINA

Para mover el remo, levante el **Estabilizador Trasero (n.º 4)** hasta que las ruedas de transporte del **Estabilizador Delantero (n.º 2)** toquen el suelo. Con las ruedas en el suelo, puede transportar el remo al lugar deseado con facilidad.



## ALMACENAMIENTO

### ¡PRECAUCIÓN!

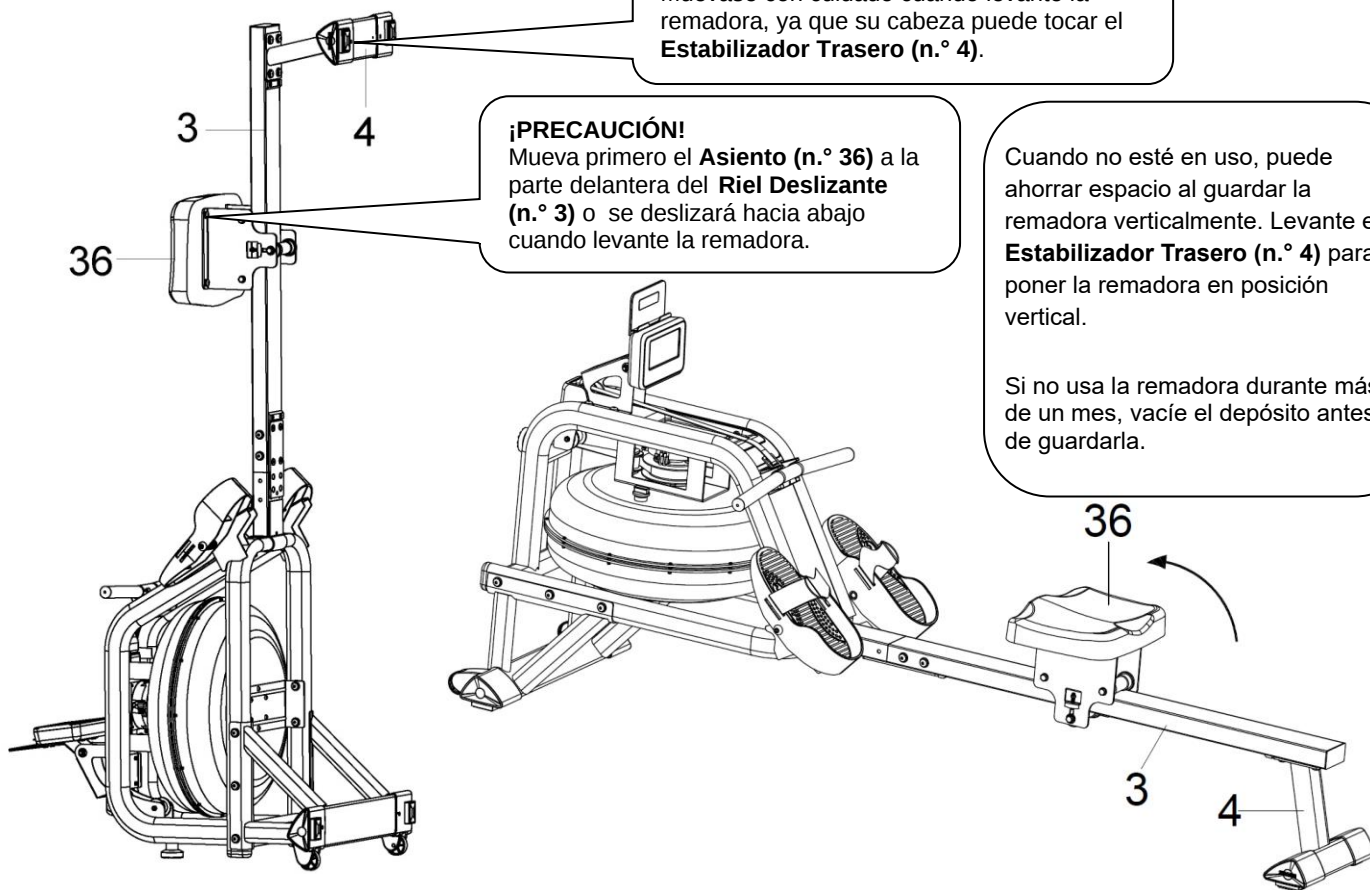
Muévase con cuidado cuando levante la remadora, ya que su cabeza puede tocar el **Estabilizador Trasero (n.º 4)**.

### ¡PRECAUCIÓN!

Mueva primero el **Asiento (n.º 36)** a la parte delantera del **Riel Deslizante (n.º 3)** o se deslizará hacia abajo cuando levante la remadora.

Cuando no esté en uso, puede ahorrar espacio al guardar la remadora verticalmente. Levante el **Estabilizador Trasero (n.º 4)** para poner la remadora en posición vertical.

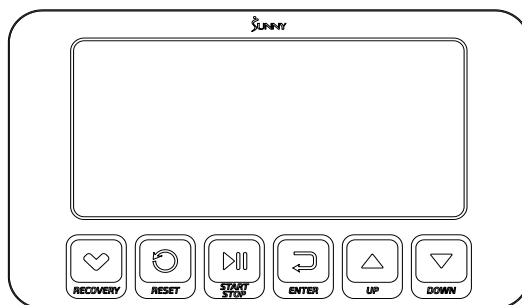
Si no usa la remadora durante más de un mes, vacíe el depósito antes de guardarla.



## AJUSTE DEL PEDAL

La correa del pedal es ajustable y se puede personalizar para adaptarse al tamaño del pie del usuario.

# MEDIDOR DE EJERCICIO



La consola de visualización computarizada de la Obsidian Surge Máquina de Remo de 500 m de Sunny permite que el usuario realice un entrenamiento personalizado y supervise su progreso. Durante un entrenamiento, la consola de visualización mostrará de forma alterna y repetida su TIME (TIEMPO), TIME (TIEMPO)/500 M, SPM, DISTANCE (DISTANCIA), STROKES (LATIDOS), TOTAL STROKES (LATIDOS TOTALES), CALORIES (CALORÍAS), WATT (VATIOS), y PULSE (PULSO) (todo lo anterior).

## **BOTONES DE FUNCIÓN**

UP ▲/ DOWN ▼ (ARRIBA ▲/ ABAJO ▼): Pulse estos dos botones para desplazarse por la selección disponible.

Para ajustar el valor de la función hacia arriba y hacia abajo.

ENTER (INGRESAR): Para confirmar su selección.

Durante el entrenamiento, pulse el botón para explorar cada función de la pantalla.

START/STOP (INICIAR/DETENER): Para iniciar y detener el programa de entrenamiento seleccionado.

RESET (RECUPERACIÓN): Pulse el botón Stop para detener el ejercicio, pulse brevemente el botón RESET (RECUPERACIÓN) para borrar los valores del ejercicio [excepto las TOTAL STROKES (LATIDOS TOTALES)].

Mantenga pulsado el botón RESET durante 2 segundos, el medidor se reiniciará y se borrarán todos los valores del ejercicio [excepto las TOTAL STROKES (LATIDOS TOTALES)].

Si necesita borrar las TOTAL STROKES (LATIDOS TOTALES), puede recargar las pilas.

RECOVERY (RECUPERACIÓN): Cuando aparezca el valor de la frecuencia cardíaca en el medidor, pulse el botón RECOVERY (RECUPERACIÓN) para iniciar/salir de la función de recuperación de la frecuencia cardíaca y evaluar el estado de recuperación de la frecuencia cardíaca del usuario.

## **FUNCIONES DE VISUALIZACIÓN**

TIME (TIEMPO): (1) Muestra el tiempo de remo del usuario.

(2) En modo manual, ajuste el tiempo de remo objetivo (intervalo de ajuste 1:00-99:00, valor de ajuste  $\pm 1:00$ ).

TIME (TIEMPO)/500M: Su tiempo medio de 500 metros se mostrará automáticamente y se actualizará continuamente.

SPM: Latidos por minuto.

DISTANCE (DISTANCIA): (1) Muestra la distancia recorrida por el usuario.

(2) En modo manual, ajuste la distancia de remo objetivo (Rango de ajuste 100-99900 metros, valor de ajuste  $\pm 100$  metros).

STROKES (LATIDOS): (1) Muestra el número de latidos que ha remado el usuario.

(2) En modo manual, establezca las latidos de remo objetivo (Rango de ajuste 10-9990 latidos, valor de ajuste  $\pm 10$  latidos).

TOTAL STROKES (LATIDOS TOTALES): Muestra el número total de latidos de remo (rango de visualización 0-9999 latidos).

CALORIES (CALORÍAS): (1) Muestra el número de calorías consumidas por el usuario.

(2) En modo manual, ajuste el objetivo de consumo de calorías (rango de ajuste 10-9990 cal, valor de ajuste  $\pm 10$  cal).

WATT (VATIOS): Muestra la potencia de ejercicio del usuario.

PULSE (PULSO): (1) Muestra el valor actual de la frecuencia cardíaca del usuario. Antes de comprobar la frecuencia cardíaca, es necesario llevar puesto el pulsómetro. La función de medición del pulso sólo funciona con pulsómetros de pecho de 5,3KHz.

(2) En modo manual, ajuste la frecuencia cardíaca objetivo (rango de ajuste 30-240 BPM, valor de ajuste  $\pm 1$  BPM).

## OPERATION (OPERACIÓN)

1. Instale 2 pilas AA (incluidas) y el medidor emitirá un pitido durante 2 segundos (Fig. 1).

- (1) El reloj parpadeará en el medidor. Pulse los botones UP (ARRIBA) o DOWN (ABAJO) para seleccionar la hora. Pulse ENTER (INGRESAR) para confirmar la selección. Pulse los botones UP (ARRIBA) o DOWN (ABAJO) para seleccionar el minuto. Pulse ENTER (INGRESAR) para confirmar.
- (2) El año parpadea en el indicador. Pulse los botones UP (ARRIBA) o DOWN (ABAJO) para seleccionar el año. Pulse ENTER (INGRESAR) para confirmar.
- (3) El mes parpadea en el indicador. Pulse los botones UP (ARRIBA) o DOWN (ABAJO) para seleccionar el mes. Pulse ENTER (INGRESAR) para confirmar.
- (4) El día parpadea en el medidor. Pulse los botones UP (ARRIBA) o DOWN (ABAJO) para seleccionar el día. Pulse ENTER (INGRESAR) para confirmar.
- (5) La alarma aparecerá en el medidor. Si desea ajustar una alarma, pulse los botones UP (ARRIBA) o DOWN (ABAJO) para activar/desactivar la alarma. Si la alarma está activada, pulse ENTER (INGRESAR), el despertador parpadeará. Pulse los botones UP (ARRIBA) o DOWN (ABAJO) para ajustar la alarma que desee.
- (6) Si no se ajusta ninguna alarma, pulse ENTER (INGRESAR), el medidor pasará a la pantalla SPORT (Fig. 2).

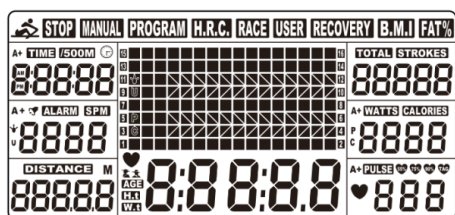


Fig. 1

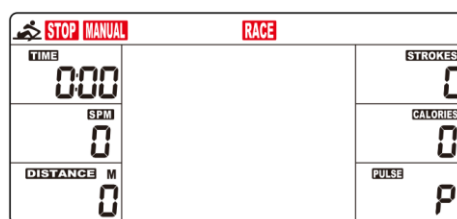


Fig. 2

2. Al entrar en la pantalla SPORT, MANUAL y RACE (CARRERA) parpadearán. Pulse UP (ARRIBA) o DOWN (ABAJO) para seleccionar MANUAL o RACE (CARRERA). Pulse ENTER (INGRESAR) para confirmar su selección.

(7) MANUAL (Fig. 3):

- A. Entre en el modo MANUAL, pulse el botón UP (ARRIBA) para ajustar la cifra parpadeante de la TIME (TIEMPO). Pulse el botón ENTER (INGRESAR) para confirmarlo. A continuación, puede pulsar el botón UP para ajustar DISTANCE (DISTANCIA)→STROKES (LATIDOS)→CALORIES (CALORÍAS)→PULSE (PULSO)→TIME (TIEMPO) inmediatamente. (Si ha ajustado el valor objetivo para el TIEMPO, entonces no se podrá ajustar la DISTANCIA, y viceversa).
- B. Pulse el botón START (INICIAR) para empezar, el icono STOP (DETENER) desaparecerá. Pulse el botón ENTER (INGRESAR) para seleccionar las funciones.
- C. Cuando la función seleccionada llegue a cero o pulse el botón STOP (DETENER), el medidor se detendrá y mostrará el valor medio. (Si se establece el valor objetivo de la frecuencia cardíaca, cuando el valor de la frecuencia cardíaca del usuario sea superior al valor objetivo de la frecuencia cardíaca, el medidor emitirá una alarma y el valor de la frecuencia cardíaca parpadeará).

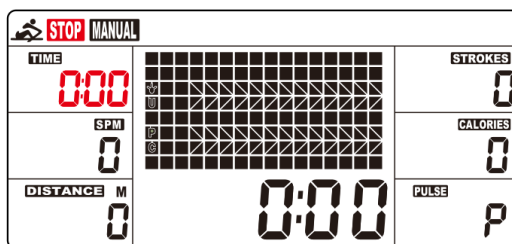


Fig. 3

(8) RACE (CARRERA) (Fig. 4):

- A. Seleccione el modo RACE (CARRERA) y L9 parpadeará. TIME (TIEMPO) /500M mostrará 4:00. A continuación, pulse UP (ARRIBA) o DOWN (ABAJO) para seleccionar de L1 a L15. Pulse ENTER (INGRESAR) para confirmar. A continuación, puede establecer la distancia de la carrera (de 500 M a 10000 M) mientras el valor de DISTANCE parpadea. Pulse ENTER (INGRESAR) y la imagen de la carrera aparecerá en la pantalla.

Los valores para TIME (TIEMPO) /500M de los programas son los siguientes:

| L1   | L2   | L3   | L4   | L5   | L6   | L7   | L8   | L9   | L10  | L11  | L12  | L13  | L14  | L15  |
|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| 8:00 | 7:30 | 7:00 | 6:30 | 6:00 | 5:30 | 5:00 | 4:30 | 4:00 | 3:30 | 3:00 | 2:30 | 2:00 | 1:30 | 1:00 |

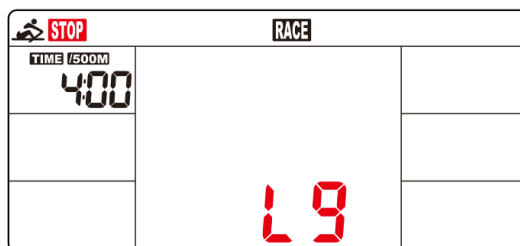


Fig. 4

- B. Pulse el botón de START (INICIAR) para iniciar y STOP (DETENER) desaparecerá. USER (USUARIO) y PC (COMPUTADORA) se mostrarán en la matriz (Fig. 5). La computadora se detendrá cuando el usuario o la computadora haya alcanzado la distancia de carrera que se estableció. A continuación, la matriz muestra "PC WIN" ("GANA LA PC") o "USER WIN" ("GANA EL USUARIO") (Fig. 6).

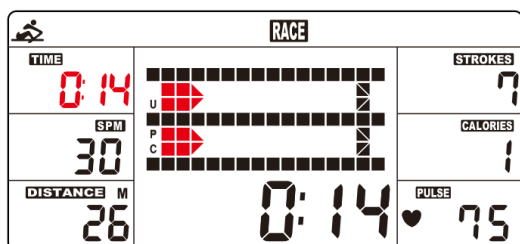


Fig. 5

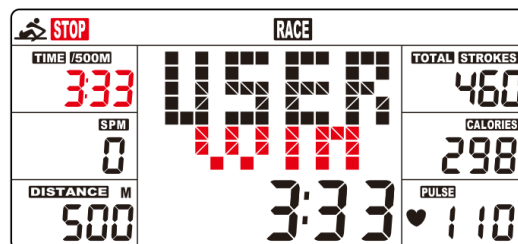


Fig. 6

(9) RECOVERY (RECUPERACION):

- Este medidor funciona con un monitor de frecuencia cardíaca con correa de pecho de 5.3 kHz (no incluido). Después de hacer ejercicio durante un período, siga usando el monitor con correa de pecho y pulse el botón "RECOVERY (RECUPERACION)". Todas las pantallas funcionales se detendrán, salvo que "TIME (TIEMPO)" comienza a contar desde 00:60 hasta 00:00.
- La pantalla mostrará su estado de recuperación del ritmo cardíaco con F1, F2 hasta F6. F1 es excepcional. F6 es pobre. El usuario puede seguir haciendo ejercicio para mejorar el estado de recuperación del ritmo o cardíaco. (Pulse nueva nuevamente el botón RECOVERY (RECUPERACION) para volver a la pantalla principal).

(10) H.R.C:

- Entre en el modo MANUAL y pulse el botón ENTER (INGRESAR) hasta que el valor de PULSE (PULSO) parpadee.
- Pulse los botones UP (ARRIBA) y DOWN (ABAJO) para ajustar el pulso del ejercicio. Los valores de ajuste de 30-240 BPM.
- La alarma del medidor y el valor del PULSE (PULSO) parpadean cuando la frecuencia cardíaca está por encima del valor SET.

**SLEEP MODE (MODO DE SUSPENSIÓN)**

Si no se recibe ninguna señal durante 4 minutos y no se pulsa el botón, el medidor se apagará automáticamente y entrará en modo de reposo. Inicie el ejercicio o pulse cualquier botón y el medidor se reiniciará.

**BATTERY (PILA)**

Este medidor utiliza 2 pilas AA, que están incluidas. Si cambia las pilas, se restablecerán todos los valores. Si hay un problema con la pantalla, intente cambiar las pilas primero. Cuando cambie las pilas, cambie ambas. No mezcle diferentes tipos de pilas. No mezcle pilas viejas y nuevas. Deseche las pilas viejas de acuerdo con sus directrices regionales.

## CONEXIÓN A LA APP:

Conecte el equipo inteligente a la SunnyFit App:

1. Escanee para descargar SunnyFit de la tienda de aplicaciones:



2. Asegúrese de que la función Bluetooth está activada desde su dispositivo móvil.
3. Si es la primera vez que utiliza la aplicación SunnyFit, siga las instrucciones de la aplicación para registrarse en su cuenta gratuita de SunnyFit e inicie sesión.
4. Comience cualquier actividad de entrenamiento que coincida con su equipo inteligente y, a continuación, siga las indicaciones en pantalla para buscar y conectarse a su equipo inteligente.
5. Una vez conectado, sus estadísticas y récords se mostrarán al final de su curso/sesión y se registrarán en el perfil de su cuenta!

Solución de problemas:

- Si tienes problemas para conectar tu equipo inteligente, visita [www.sunnyfit.com/guide](http://www.sunnyfit.com/guide) o escanea el siguiente código QR:



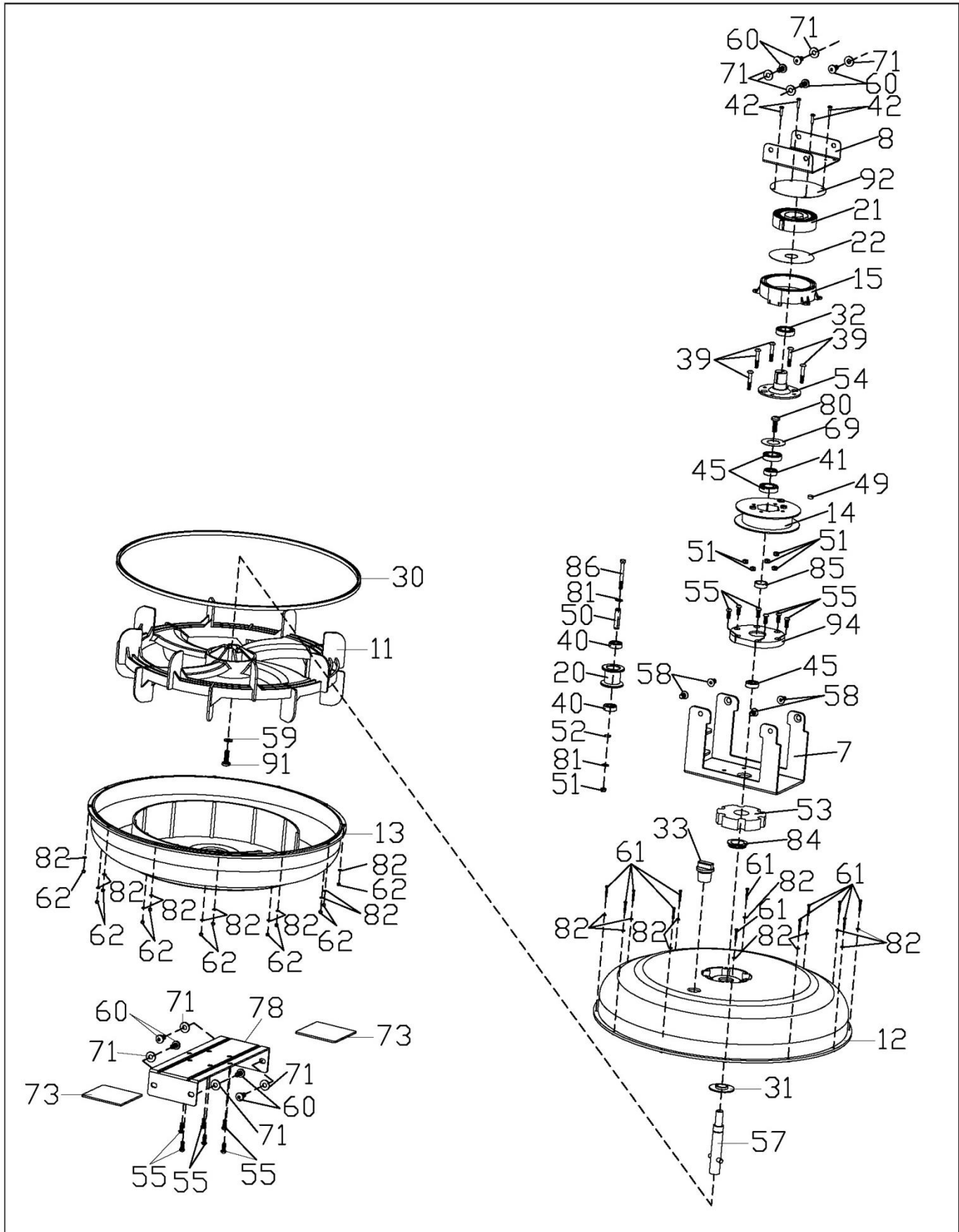
- Si necesitas más ayuda, ponte en contacto con [support@sunnyfit.com](mailto:support@sunnyfit.com).

# LISTA DE PIEZAS

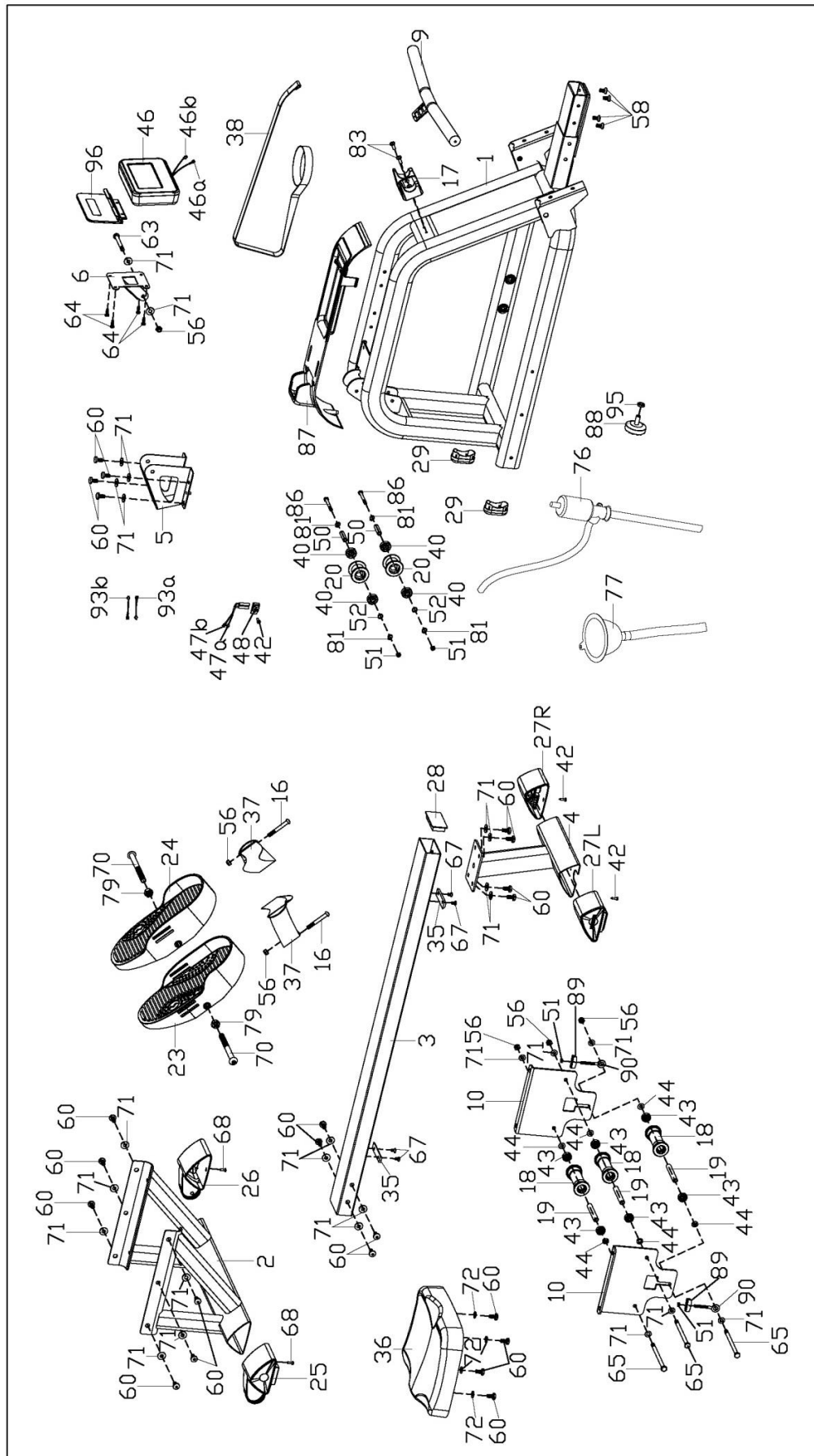
| n.º | DESCRIPCIÓN                                       | ESPEC                   | CANT |
|-----|---------------------------------------------------|-------------------------|------|
| 1   | Marco Principal                                   |                         | 1    |
| 2   | Estabilizador Delantero                           |                         | 1    |
| 3   | Riel Deslizante                                   |                         | 1    |
| 4   | Estabilizador Trasero                             |                         | 1    |
| 5   | Soporte del Sensor                                |                         | 1    |
| 6   | Placa de Soporte                                  |                         | 1    |
| 7   | Placa del Tanque                                  |                         | 1    |
| 8   | Placa de Conexión                                 |                         | 1    |
| 9   | Manubrio                                          |                         | 1    |
| 10  | Soporte de Asiento                                | SPHC,T=4.0              | 2    |
| 11  | Impulsor                                          |                         | 1    |
| 12  | Cubierta Superior del Tanque                      | PC                      | 1    |
| 13  | Cubierta Inferior del Tanque                      | PC                      | 1    |
| 14  | Disco de Correa de Malla                          |                         | 1    |
| 15  | Rueda de Correa de Malla                          | 115*110*34.5            | 1    |
| 16  | Tornillo                                          | M8*60*20 S5             | 2    |
| 17  | Asiento del Manubrio                              | HIPS, Negro             | 1    |
| 18  | Rodillo                                           | POM, Negro              | 3    |
| 19  | Espaciador                                        | ABS, Negro              | 3    |
| 20  | Rueda de Correa de Malla                          | POM, Negro              | 3    |
| 21  | Resorte de Voluta                                 | T0.5*22*5080            | 1    |
| 22  | Tablero de Plástico Para Rueda de Correa de Malla | Ø90*Ø25.2*0.5           | 1    |
| 23  | Pedal Izquierdo                                   | PP, Black               | 1    |
| 24  | Pedal Derecho                                     | PP, Black               | 1    |
| 25  | Tapa del Extremo Izquierdo                        |                         | 1    |
| 26  | Tapa del Extremo Derecho                          |                         | 1    |
| 27L | Tapa del Extremo Ajustable Izquierdo              |                         | 1    |
| 27R | Tapa del Extremo Ajustable Derecho                |                         | 1    |
| 28  | Tapa del Extremo del Riel                         | PP, Negro               | 1    |
| 29  | Tapón Oval                                        | PP, Negro               | 2    |
| 30  | Anillo de Sellado de Goma                         | Ø500*Ø488*7.5           | 1    |
| 31  | Anillo de Sellado de Goma                         | Ø50*Ø19.5*6             | 1    |
| 32  | Rodamiento                                        | 6905                    | 1    |
| 33  | Tapón del Tanque                                  | Goma,Negro              | 1    |
| 34  | N/A                                               |                         | -    |
| 35  | Tapón                                             | Goma, Negro             | 2    |
| 36  | Asiento                                           | PU, Negro               | 1    |
| 37  | Correa de Pedal                                   | PP, Negro               | 2    |
| 38  | Correa de Malla                                   | Nailon, Negro           | 1    |
| 39  | Tornillo                                          | M6*35*15*S5             | 5    |
| 40  | Rodamiento                                        | 6000                    | 6    |
| 41  | Cojinete Unidireccional                           |                         | 1    |
| 42  | Tornillo                                          | ST4.2*16                | 7    |
| 43  | Rodamiento                                        | 608ZZ                   | 6    |
| 44  | Envoltura de Aleación                             | Base de cobre en aceite | 6    |
| 45  | Rodamiento                                        | 6904                    | 3    |
| 46  | Medidor                                           | X-6422                  | 1    |
| 46a | Cable de Medidor A                                | 100mm                   | 1    |
| 46b | Cable de Medidor B                                | 100mm                   | 1    |
| 47a | Cable Inductor A                                  | 400mm                   | 1    |
| 47b | Cable Inductor B                                  | 400mm                   | 1    |

| n.º | DESCRIPCIÓN                                       | ESPEC           | CANT |
|-----|---------------------------------------------------|-----------------|------|
| 48  | Soporte del Sensor                                | Nailon, Negro   | 1    |
| 49  | Imán                                              | Ø10*5           | 1    |
| 50  | Tubería de Cubierta Para Rueda de Correa de Malla | Ø10*Ø6.2*40     | 3    |
| 51  | Tuerca de Bloqueo de Nailon                       | M6*H6*S10       | 10   |
| 52  | Arandela                                          | D10*Ø15*0.3     | 3    |
| 53  | Algodón En Bruto                                  | Ø96.9*Ø60*20    | 1    |
| 54  | Eje del Resorte de Voluta                         | PA66+20% Fibre  | 1    |
| 55  | Tornillo                                          | M6*15           | 12   |
| 56  | Tuerca de Bloqueo de Nailon                       | M8              | 6    |
| 57  | Eje de Acero Inoxidable                           | Ø20*163*M8      | 1    |
| 58  | Tornillo de Cabeza Plana                          | M8*15           | 8    |
| 59  | Arandela                                          | D8*Ø20*2        | 1    |
| 60  | Tornillo                                          | M8*15           | 30   |
| 61  | Tornillo                                          | M3*20           | 12   |
| 62  | Tuerca de Bloqueo de Nailon                       | M3              | 12   |
| 63  | Perno                                             | M8*70           | 1    |
| 64  | Tornillo                                          | M5*16           | 4    |
| 65  | Perno                                             | M8*125          | 3    |
| 66  | N/A                                               |                 | -    |
| 67  | Tornillo de Cabeza de Cruz Plana                  | M6*10           | 4    |
| 68  | Tornillo de Cabeza de Cruz Plana                  | M4*12           | 2    |
| 69  | Arandela                                          | D8*D24*2        | 1    |
| 70  | Perno                                             | M12*135         | 2    |
| 71  | Arandela                                          | D20*D8.5*1.5    | 34   |
| 72  | Arandela                                          | D16*D8.5*1.5    | 4    |
| 73  | Almohadilla de Silicon                            | 80*80*3         | 2    |
| 74  | Llave Allen                                       | S5              | 1    |
| 75  | Llave Inglesa                                     | S13, S14,S15    | 1    |
| 76  | Sifón de Bombeo                                   |                 | 1    |
| 77  | Embudo                                            |                 | 1    |
| 78  | Placa Inferior del Tanque                         |                 | 1    |
| 79  | Tuerca Hexagonal                                  | M12             | 2    |
| 80  | Tornillo                                          | M8*25           | 1    |
| 81  | Sujetador C                                       | D10             | 6    |
| 82  | Arandela Inoxidable                               | M3              | 24   |
| 83  | Tornillo Phillips                                 | M6*15           | 2    |
| 84  | Anillo de Sellado Superior                        | Caucho          | 1    |
| 85  | Espaciador                                        | Ø25*Ø20.2*10    | 1    |
| 86  | Perno                                             | M6*55*15*S10    | 3    |
| 87  | Cubierta Protectora                               | 532.5*119*166.7 | 1    |
| 88  | Almohadilla de Pie                                | Ø52*40*M10      | 1    |
| 89  | Ajuste U de Asiento                               | 30*9*1.5        | 2    |
| 90  | Tornillo de Ajuste                                | M6*40*Ø10*2.5   | 2    |
| 91  | Tornillo                                          | M8*25*S6        | 1    |
| 92  | Tablero Externo de Plástico                       |                 | 1    |
| 93a | Cable del Sensor A                                | 150mm           | 1    |
| 93b | Cable del Sensor B                                | 150mm           | 1    |
| 94  | Asiento de Fijación Giratorio                     |                 | 1    |
| 95  | Tuerca Hexagonal                                  | M10             | 1    |
| 96  | Soporte para Tablet                               |                 | 1    |

# EXPLODED DIAGRAM 1



# EXPLODED DIAGRAM 2



CONNECT  
with us

## DOWNLOAD

Track your fitness progress & join  
**FREE** workout courses!

Download  **SUNNYFIT** today!



---

## FOLLOW

Find us on social media @sunnyhealthfitness

 @sunnyhealthfitness

 @sunnyhealthandfitness

 @sunnyhealthfit

 /sunnyhealthfitness

 /sunnyhealthfitness

 /sunnyhealthandfitness

[www.sunnyhealthfitness.com](http://www.sunnyhealthfitness.com)