

빠른 시작 가이드 - Korean

Wahoo KICKR 파워트레이너를 구입해 주셔서 감사합니다!

자세한 정보:

다음 웹사이트를 방문하시면 사용법 동영상, 호환되는 앱 목록, 자주 묻는 질문(FAQ) 등 다양한 정보를 얻으실 수 있습니다: www.wahoofitness.com

질문이나 우려 사항이 있는 경우 다음 연락처로 연락하십시오::

Wahoo Fitness
90 W. Wieuca Rd. NE, Suite 110
Atlanta, GA 30342 United States
이메일: support@wahoofitness.com
웹사이트: www.wahoofitness.com

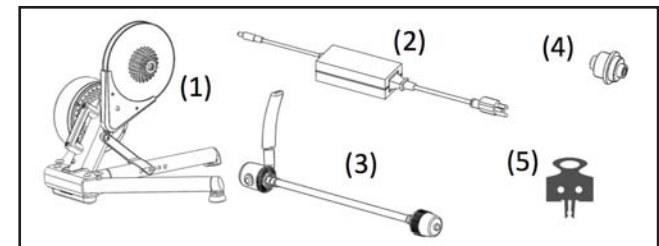
전화번호: 1-877-978-1112
폰 및 채팅 시간: 월요일 ~ 금요일
(오전 10시 ~ 오후 5시, 미국 동부표준시 기준)

주의

- 운동 프로그램을 시작하거나 변경하려는 경우 의사와 상의하십시오.
- KICKR 파워트레이너의 움직이는 부품 가까이에 손을 대거나 물체를 두지 마십시오.
- 장시간 사용할 경우 KICKR 파워트레이너의 접촉 부위가 뜨거워질 수 있습니다.
- 플라이휠이 회전하고 있는 상태에서 자전거를 탈착하려고 시도하지 마십시오.
- KICKR 파워트레이너를 사용하는 동안 어린이와 애완동물이 가까이 오지 않도록 하십시오.
- KICKR 파워트레이너를 안정되고 평평한 표면에 두고 레벨링 피트(수평 조절 장치)를 제대로 조정된 상태에서만 사용하십시오.
- KICKR 파워트레이너를 타고 있는 동안 일어설 때 주의하십시오.
- KICKR 파워트레이너가 물에 닿지 않게 하십시오.

포장 풀기

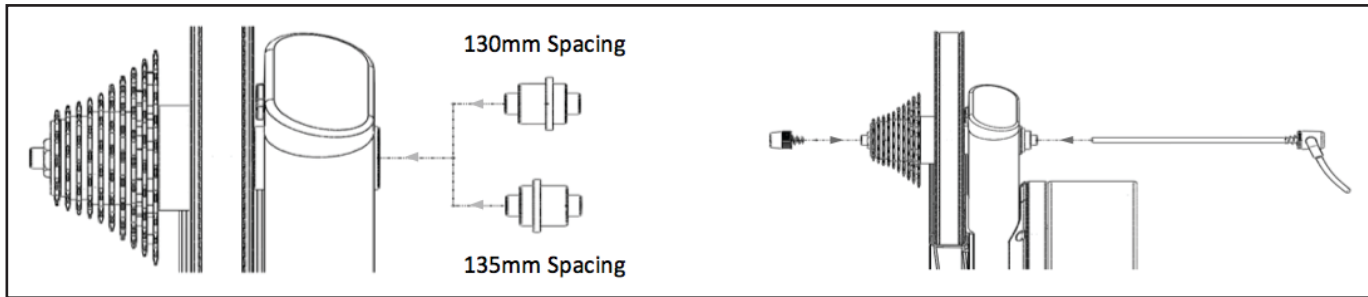
상자에는 (1) KICKR 파워트레이너, (2) AC 전원 어댑터, (3) QR(퀵 릴리즈) 스쿠어, (4) 양면 액슬 스페이서, (5) 디스크 브레이크 클리퍼 스페이서 등의 구성품이 들어 있습니다. 상자에서 KICKR 파워트레이너와 부속품들을 꺼내십시오. 보호 포장재는 제품을 운반하거나 보관할 때 사용할 수 있도록 잘 보관하십시오. (참고: 부품 (3) QR(퀵 릴리즈) 스쿠어와 부품 (4) 양면 액슬 스페이서는 KICKR 파워트레이너에 미리 설치되어 있습니다.) (6) 1.8mm 스페이서(사진 없음)



사진은 예시일 뿐 실제 제품은 다를 수 있습니다

설치

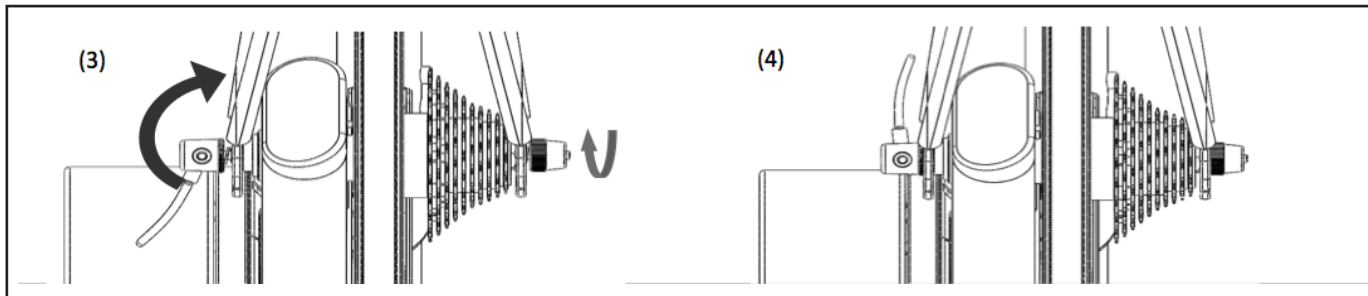
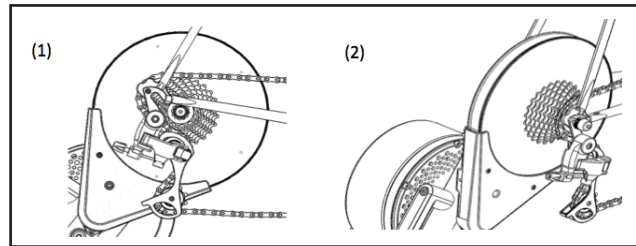
양면 액슬 스페이서는 130mm 허브 간격에 맞도록 KICKR 파워트레이너에 사전 설치되어 공급됩니다. 일반적인 로드 자전거는 130mm 간격을 사용합니다. 사이클로크로스 또는 산악 자전거는 보통 135mm 간격을 사용합니다. 허브 폭이 135mm인 자전거를 사용하는 경우 아래 그림과 같이 QR(퀵 릴리즈) 스큐어를 제거하여 스페이서를 뒤집으십시오. 그런 다음, QR(퀵 릴리즈) 스큐어를 설치하고 자전거를 쉽게 설치할 수 있도록 스큐어를 느슨하게 유지하십시오. 12x142mm 표준을 사용하는 자전거는 당사의 어댑터 키트(별매)가 필요합니다.



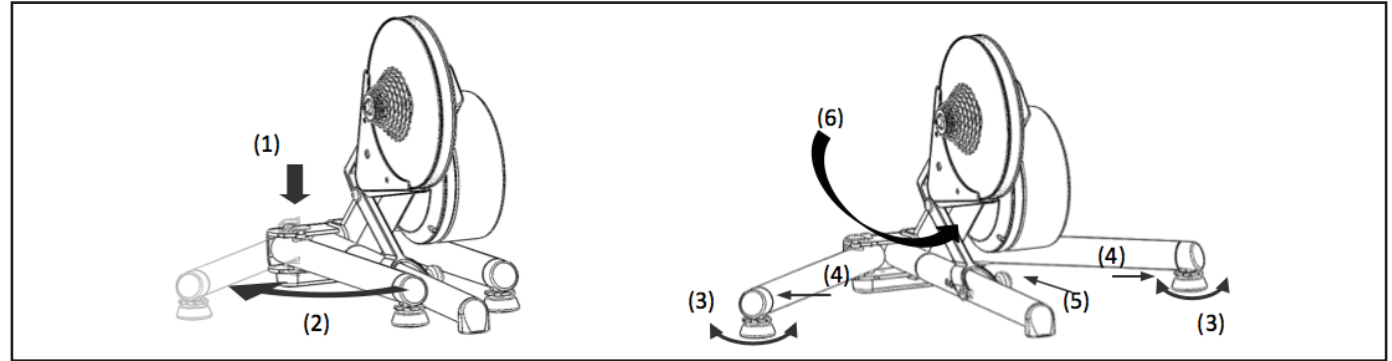
자전거 부착하기

(1) 자전거 체인을 전후면 휠에서 가장 작은 톱니바퀴로 이동한 다음 후면 휠을 제거합니다. (2) 체인을 KICKR에서 가장 작은 톱니바퀴와 정렬하여 자전거를 KICKR 파워트레이너에 설치하고, 드롭아웃(움푹 파인 슬롯)이 KICKR 파워트레이너의 액슬(축)에 완전히 장착되도록 누릅니다.

QR(퀵 릴리즈) 아콘 너트를 꼭 조이고 QR(퀵 릴리즈) 레버 셔트를 클램프로 고정하여 자전거를 고정합니다. QR(퀵 릴리즈) 레버는 자전거 프레임에서 먼 방향으로 곡선 형태가 되면 '열림' 상태가 됩니다(3). 이 레버는 자전거 프레임 방향으로 곡선 형태가 되면 '닫힘' 상태가 됩니다(4). 주의! QR(퀵 릴리즈)을 제대로 꼭 조이지 않으면 재산상의 손해나 인명 상해가 발생할 수 있습니다. 적당한 조임(장력) 상태에 대해 확신이 들지 않으면 가까운 자전거 판매점에 문의하거나 Wahoo Fitness에 연락하여 도움을 받으십시오. QR(퀵 릴리즈) 스큐어를 단단히 조이기 전에는 KICKR 파워트레이너를 타지 마십시오.



양면 액슬 스페이서는 130mm 허브 간격에 맞도록 KICKR 파워트레이너에 사전 설치되어 공급됩니다. 일반적인 로드 자전거는 130mm 간격을 사용합니다. 사이클로크로스 또는 산악 자전거는 보통 135mm 간격을 사용합니다. 허브 폭이 135mm인 자전거를 사용하는 경우 아래 그림과 같이 QR(퀵 릴리즈) 스큐어를 제거하여 스페이서를 뒤집으십시오. 그런 다음, QR(퀵 릴리즈) 스큐어를 설치하고 자전거를 쉽게 설치할 수 있도록 스큐어를 느슨하게 유지하십시오. 12x142mm 표준을 사용하는 자전거는 당사의 어댑터 키트(별매)가 필요합니다.



Rev. 1

1

KICKR POWER
TRAINER

wahoo
FITNESS

Kurzanleitung - Deutsch

Vielen Dank, dass Sie sich für den Wahoo KICKR PowerTrainer entschieden haben!

Weitere Infos:

Video-Anleitungen, kompatible Apps, FAQ und mehr finden Sie unter: www.wahoofitness.com

Bei Fragen oder Problemen kontaktieren Sie uns bitte unter:

Wahoo Fitness

90 W. Wieuca Rd. NE, Suite 110
Atlanta, GA 30342 United States
E-Mail: support@wahoofitness.com
Web: www.wahoofitness.com


Telefon: 1-877-978-1112
Telefon- und Chat-Geschäftszeiten:
Montag – Freitag 10–17 Uhr
(EST, -6 Std. zu MEZ)

SICHERHEITSHINWEISE


- Vor Beginn oder Abwandlung eines Trainingsprogramms konsultieren Sie bitte Ihren Arzt.
- Halten Sie Hände und Gegenstände von beweglichen Teilen des KICKR PowerTrainers fern.
- Der KICKR PowerTrainer kann sich unter Umständen heiß anfühlen, wenn er über längere Zeit hinweg ohne Pause verwendet wird.
- Montieren Sie das Fahrrad nicht ab, während sich das Schwungrad noch bewegt.
- Halten Sie Kinder und Haustiere vom KICKR PowerTrainer fern, wenn Sie ihn verwenden.
- Verwenden Sie den KICKR PowerTrainer nur auf einem stabilen, ebenen Boden und mit ordnungsgemäß befestigten Stellfüßen.

KICKR 파워트레이너에 연결하기

KICKR 파워트레이너는 ANT+™ 및 Bluetooth® 4.0(Bluetooth Smart) 기술을 통해 사용자 장치에 무선으로 연결할 수 있습니다. 연결 방법은 사용 중인 장치와 무선 기술에 따라 다릅니다.

 Bluetooth 4.0: Apple 장치(iPhone 4s 이상, iPad 3세대 이상)와 Android 장치(Android 버전 4.3 이상 사용)에서 사용 가능합니다.

 ANT+: Wahoo Fitness ANT+ 키(별매, www.wahoofitness.com에서 구입 가능)를 사용할 수 있는 Apple iOS 장치에는 30핀 커넥터가 장착된 장치와 Lightning-30핀 변환 어댑터를 사용하는 장치가 포함됩니다. USB 포트 및 ANT+ USB 어댑터가 장착된 컴퓨터. 호환되는 ANT+ 장치에 대한 정보는 www.thisisant.com/directory를 참조하십시오.

 Apple/Android 장치용 Wahoo Fitness 및 Wahoo Fitness Utility 앱을 무료로 다운로드할 수 있습니다. Wahoo Fitness 앱을 사용하면 운동 중에 KICKR 파워트레이너의 운동 강도를 조절할 수 있습니다.

KICKR PowerTrainer에는 빨강, 파랑 LED가 부착되어 있어 Bluetooth 4.0 및 ANT+와 커뮤니케이션할 수 있습니다. 여기에서 더 많은 정보를 보세요: wahoofitness.com/support

스핀다운(스핀 감소) 수행

정확한 파워 정보 수집을 위해 스핀다운(스핀 감소)을 수행하십시오.

Apple iOS 장치와 Bluetooth 4.0: Wahoo Utility 또는 Wahoo Fitness 앱을 다운로드하고 지시사항을 따르십시오.

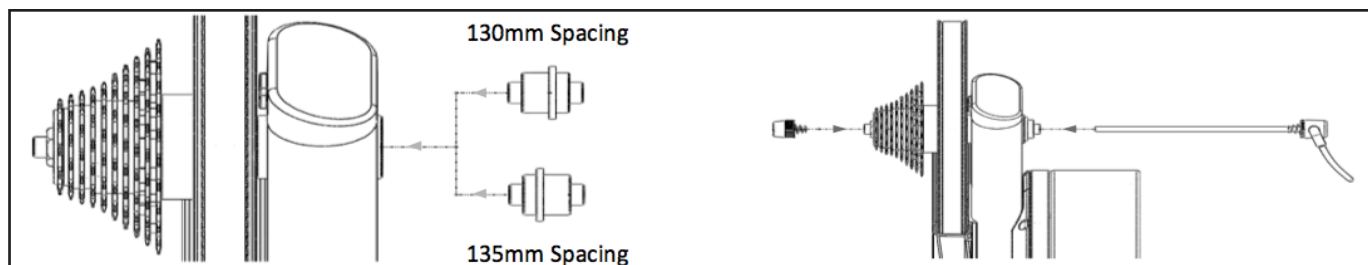
Android 장치와 Bluetooth 4.0: Wahoo Utility 앱을 다운로드하고 지시사항을 따르십시오.

Apple iOS 장치와 ANT+: Wahoo Fitness 앱을 다운로드하고 지시사항을 따르십시오.

Rev. 1

2

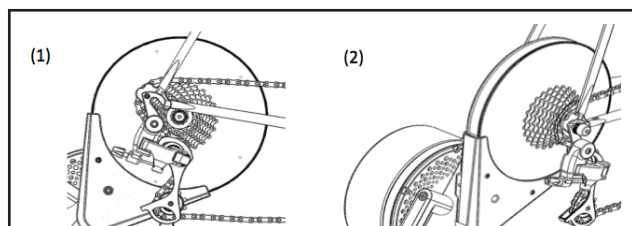
Die doppelseitige Distanzscheibe ist bereits an Ihrem KICKR PowerTrainer angebracht und schafft einen Abstand von 130 mm. Dieser Abstand ist bei den meisten Rennrädern Standard. Bei Crossrädern oder Mountainbikes beträgt der Abstand zumeist 135 mm. Sollten Sie ein Rad mit 135 mm besitzen, drehen Sie die Distanzscheibe bitte um, indem Sie den Schnellspanner wie unten abgebildet entfernen. Bringen Sie als nächstes den Schnellspanner wieder an. Ziehen Sie ihn jedoch noch nicht fest, damit Sie Ihr Fahrrad bequem anbringen können. Für Fahrräder mit dem Standard 12x142 mm ist unser Adapterset erforderlich (einzeln erhältlich)



Fahrrad montieren

(1) Schalten Sie Ihre Fahrradkette in das kleinste Zahnrad im vorderen und hinteren Rad. Lösen Sie dann das Rückrad. (2) Montieren Sie Ihr Fahrrad am KICKR PowerTrainer, indem Sie die Kette auf die kleinste Stufe am KICKR ausrichten und nach unten drücken, damit die Ausfallenden an der Achse des KICKR PowerTrainers komplett aufliegen.

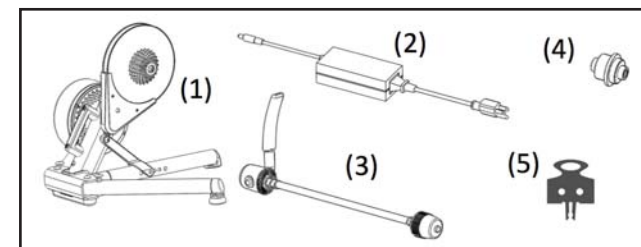
Sichern Sie Ihr Fahrrad, indem Sie die Spannmutter des



- Verwenden Sie den KICKR PowerTrainer nur auf einem stabilen, ebenen Boden und mit ordnungsgemäß befestigten Stehräufen.
- Seien Sie vorsichtig, wenn Sie sich während der Trainingseinheit auf den KICKR PowerTrainer stellen.
- Bringen Sie den KICKR PowerTrainer nicht mit Wasser in Berührung.

Auspacken

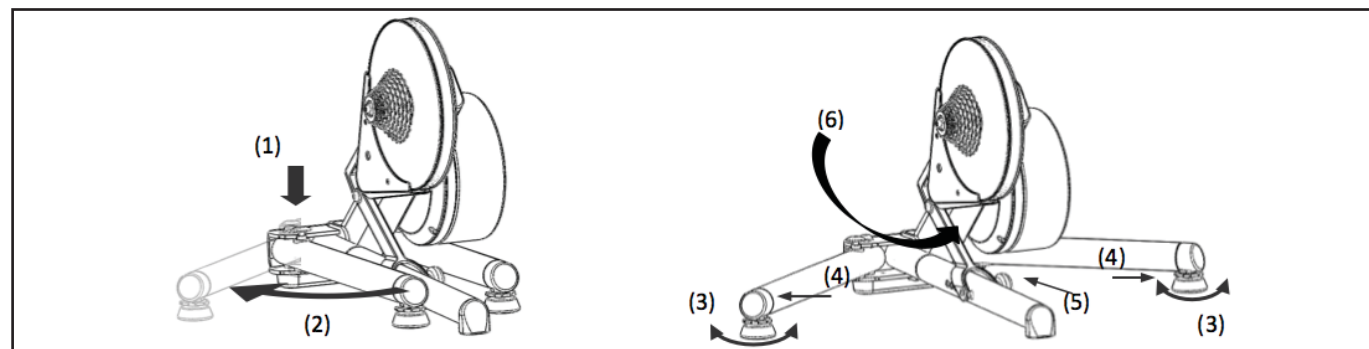
Der Karton enthält: (1) KICKR PowerTrainer, (2) AC-Netzadapter, (3) Schnellspanner, (4) doppelseitige Distanzscheiben und (5) Scheibenbrems-Distanzscheibe. Holen Sie Ihren KICKR PowerTrainer und das Zubehör aus dem Karton heraus. Heben Sie die Schutzverpackung für Transport- und Lagerzwecke des Geräts auf. (HINWEIS: Der Schnellspanner (3) und die doppelseitige Distanzscheibe (4) sind bereits an Ihrem KICKR PowerTrainer befestigt.) (6) 1,8 mm Abstandhalter (nicht abgebildet)



**Bilder sind nur Darstellungen, tatsächliche Artikel können abweichen*

Aufbauen

Stellen Sie Ihren KICKR PowerTrainer auf einen stabilen, ebenen Boden und öffnen Sie die Füße, indem Sie (1) die blauen verhakten Riegel herunterdrücken und (2) die Füße nach außen drehen, bis sie einrasten. (HINWEIS: Vergewissern Sie sich, dass die verhakten Riegel wieder nach oben gesprungen sind und die Füße in offener Position festgestellt haben.) Um den Trainer zu stabilisieren, passen Sie die zwei Stellfüße (3) an, indem Sie diese nach links oder rechts drehen, bis der Trainer gerade steht, und (4) sie in dieser Position feststellen, indem Sie die blauen Sicherungsmuttern am Fußgestell des KICKRS festziehen. (HINWEIS: Vor jeder Benutzung sollten Sie sicherstellen, dass Ihr Trainer stabil steht. Justieren Sie die Stellfüße gegebenenfalls.) Passen Sie dann die Größe des Trainers an Ihre Radgröße an, indem Sie (5) den Drehknopf für die Höhenverstellung am Mittelfuß auf die geeignete Höheneinstellung drehen. Wenn Sie Ihre Radgröße nicht genau kennen, schauen Sie bitte an der Seite des Reifens nach oder fragen Sie in Ihrem örtlichen Fahrradladen nach. (6) Nutzen Sie den enthaltenen AC-Netzadapter, um den Trainer an eine Standardsteckdose mit 120 V anzuschließen.



Rev. 1

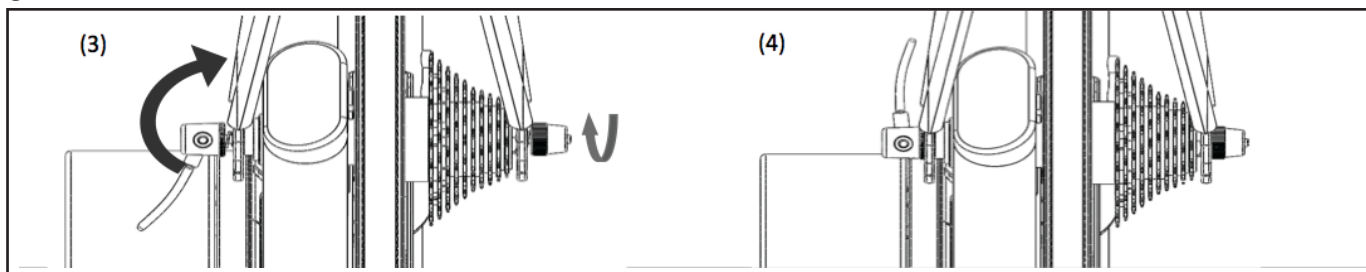
1

KICKR POWER
TRAINER

wahoo
FITNESS


快速入门指南 - Chinese


Sichern Sie Ihr Fahrrad, indem Sie die Spannmutter des Schnellspanners festspannen und den Riegel des Schnellspanners zuklemmen. Wenn der Schnellspanner vom Fahrradrahmen absteht, ist er noch offen (3). Erst wenn der Schnellspanner zum Fahrradrahmen zeigt, ist er geschlossen (4). **ACHTUNG! Sollte der Schnellspanner nicht ordnungsgemäß geschlossen sein, könnte dies Schäden und Verletzungen verursachen. Wenn Sie sich unsicher sind, wie stark sie den Schnellspanner anziehen müssen, fragen Sie lieber in Ihrem örtlichen Fahrradladen oder bei WAHOO Fitness nach. Solange der Schnellspanner noch nicht richtig geschlossen ist, dürfen Sie den KICKR PowerTrainer NICHT benutzen.**




KICKR PowerTrainer verbinden

Der KICKR PowerTrainer lässt sich drahtlos über ANT+™ und Bluetooth® 4.0 (Bluetooth Smart) mit Ihrem Gerät verbinden. Der Verbindungsprozess hängt von Ihrem Gerät und Ihrer verwendeten Drahtlos-Technologie ab.

 **Bluetooth SMART** **Bluetooth 4.0:** Für Apple-Geräte (iPhone 4s und höher sowie iPad der 3. Generation und höher) und Android-Geräte (mit Android-Version ab 4.3).

 **ANT+:** iOS-Geräte, die mit Wahoo Fitness ANT+ Key kompatibel sind (einzeln erhältlich, verfügbar unter www.wahoofitness.com), und Geräte mit einem 30-poligen Connector oder Geräte mit einem Lightning auf 30-poligen Adapter. Computer mit einem USB-Anschluss und einem ANT+ USB-Adapter. Nähere Informationen zu kompatiblen ANT+-Geräten finden Sie unter www.thisisant.com/directory.

 Die Apps Wahoo Fitness und Wahoo Fitness Utility für Ihr Apple- oder Android-Gerät können Sie kostenlos herunterladen. Mit der App Wahoo Fitness können Sie den Widerstand des KICKR PowerTrainer während Ihrer Trainingseinheiten einstellen.

KICKR PowerTrainer ist zur Kommunikation der Bluetooth 4.0- und ANT+ -Konnektivität mit roten und blauen LEDs ausgestattet, weitere Informationen finden Sie unter: wahoofitness.com/support

Spindown durchführen

Führen Sie einen Spindown aus und erhalten Sie präzisere Kraftdaten.

Apple-Gerät mit iOS & Bluetooth 4.0: Laden Sie sich die Wahoo Utility oder Wahoo Fitness App herunter und befolgen Sie die Anweisungen.

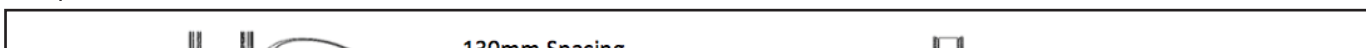
Android-Gerät mit Bluetooth 4.0: Laden Sie sich die Wahoo Utility App herunter und befolgen Sie die Anweisungen.

Apple-Gerät mit iOS & ANT+: Laden Sie sich die Wahoo Fitness App herunter und befolgen Sie die Anweisungen.

Rev. 1

2

可逆轴垫片已预装在您的KICKR PowerTrainer上, 设置以适应130mm间距。通常公路自行车使用130mm间距。越野车或山地自行车通常使用135mm间距。如果您使用的是135mm间距的自行车, 请通过拆掉快拆杆来颠倒垫片, 如下图所示。然后装上快拆杆; 保留快拆杆松动, 以便易于安装自行车。使用12x142mm标准的自行车将需要我们的适配器套件(另售)。



感谢您购买Wahoo KICKR PowerTrainer!

了解更多:
要获取教学视频、兼容应用、常见问题等, 请访问:
www.wahoofitness.com

若有任何问题或顾虑, 请与我们联系:
Wahoo Fitness
90 W. Wieuca Rd. NE, Suite 110
Atlanta, GA 30342 United States
电子邮件: support@wahoofitness.com
网址: www.wahoofitness.com

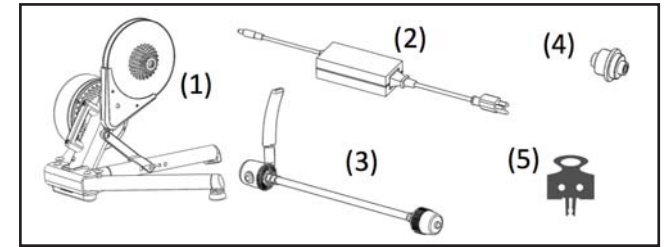
电话: 1-877-978-1112
电话和聊天时间: 周一至周五
(美国东部时间上午10点至下午5点)

警告

- 在开始或修改任何锻炼计划前, 请咨询您的医生。
- 请勿将手或物体靠近KICKR PowerTrainer的运动部分。
- 长时间使用KICKR PowerTrainer后手触会感到热。
- 当飞轮在转动时, 请勿尝试拆卸自行车。
- 使用时, 请让孩子和宠物远离KICKR PowerTrainer
- 仅平稳的地面上使用KICKR PowerTrainer, 并适当调整水平调节脚。
- 当在KICKR PowerTrainer上骑行时, 站立务必小心。
- 请保持KICKR PowerTrainer远离水源。

开箱"

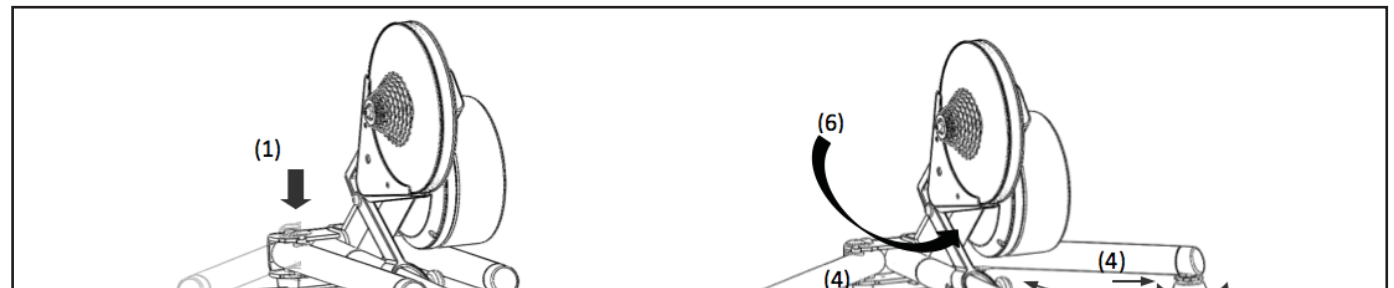
包装内应包含(1) KICKR PowerTrainer, (2) AC电源适配器, (3) 快拆杆, (4) 可逆轴垫片及(5) 碟刹卡钳垫片。从箱子内拿出KICKR PowerTrainer及配件。并且务必留着保护包装用于运输和存储。(注意: 零件(3)快拆杆和(4)可逆轴垫片已预先安装在KICKR PowerTrainer上。(6) 1.8毫米垫片(未图示)

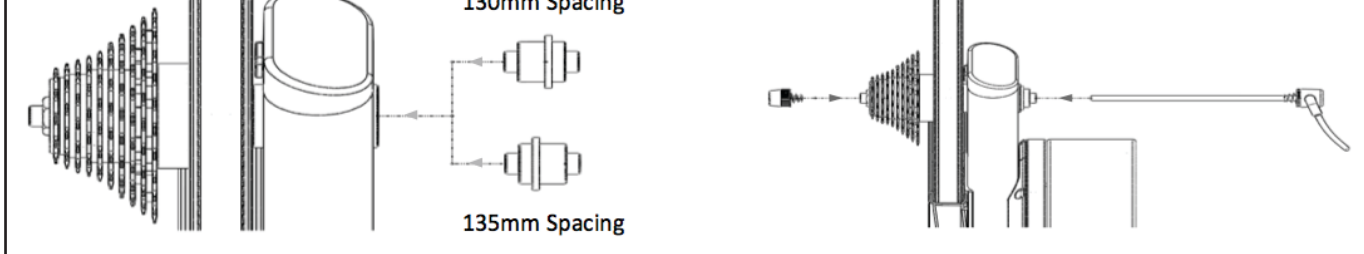


图片仅为代表式样, 实际物品可能有所不同

安装

将您的KICKR PowerTrainer放在一个平稳的表面上, 打开支脚, 方法是(1) 向下按蓝色脚锁按钮, (2) 向外转直到卡到位。(注意: 请确保脚锁弹回来以锁住在打开位置的支脚。) 要让训练器保持平稳, 请调整两个水平调节脚(3) 向左或右扭转它们直至训练器平稳(4) 对着KICKR脚架拧紧蓝色螺母将其锁到位。(注意: 每次骑行前请检查您的训练器是否平稳; 若有需要, 请重新调整水平调节脚。) 调整训练器高度以适应您的具体车轮大小, 方法是(5) 将中间支脚上的高度调节旋钮重新调到适当的位置。若您不确定您的车轮大小, 请查看轮胎侧壁或咨询您的本地自行车店。(6) 使用附带的AC电源适配器将训练器连接到一个标准120v墙壁插座上。

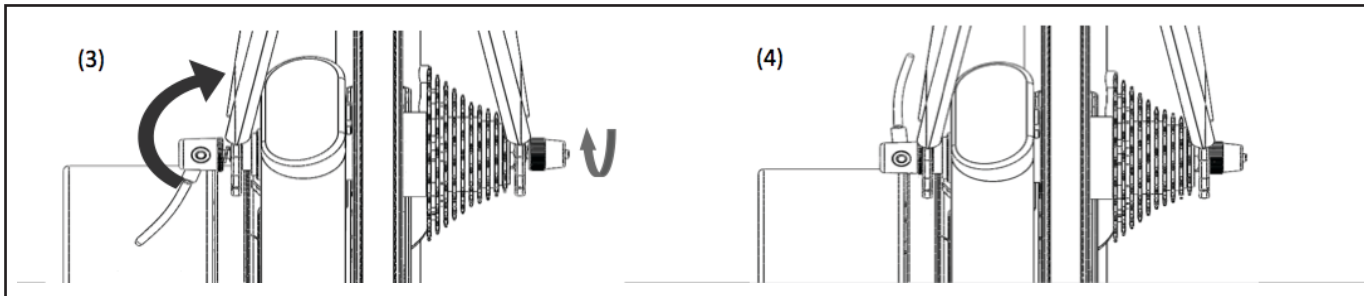
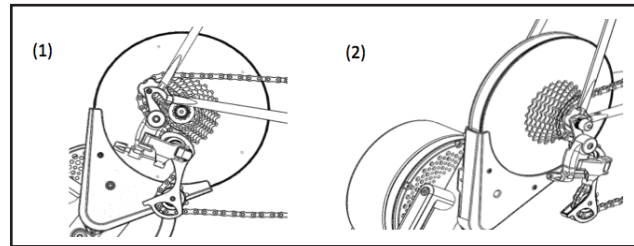




安装自行车

(1) 将自行车链条移到前后最小的链轮上，然后拆下后轮。
 (2) 将您的自行车安装到KICKR PowerTrainer上，方法是将链条与KICKR上最小的链轮对齐并下按以将后又端完全固定在KICKR PowerTrainer的车轴上。

通过拧紧快拆盖形螺母和夹紧快拆杆来固定您的自行车。当快拆杆以弧线离开自行车车架时则“开”(3);以弧线靠近自行车车架时则“关”。(4) 注意! 如果没有正确拧紧快拆杆，可能会导致财产损失或人身伤害。如果您不能确定适当的紧度，请咨询您当地的自行车店或联系Wahoo Fitness以寻求帮助。请不要骑KICKR PowerTrainer直到快拆杆拧紧。



连接KICKR PowerTrainer

可以通过无线ANT+™和蓝牙®4.0(蓝牙智能)技术将KICKR PowerTrainer与您的设备进行连接。连接过程取决于所使用的设备和无线技术。

Bluetooth SMART 蓝牙4.0: 在Apple设备(iPhone 4s及以上, iPad第3代及以上)和Android设备(使用Android 4.3版及以上)上可用。

ANT+ Apple iOS设备可以使用Wahoo Fitness ANT+ Key (在www.wahoofitness.com单独有售), 包括30-pin连接器的设备, 或使用Lightning to 30-pin适配器的设备。以及有一个USB端口的电脑和一个ANT+ USB适配器。可参见www.thisisant.com/directory查看兼容ANT+的设备。

可免费下载用于Apple和Android设备的Wahoo Fitness和Wahoo Fitness Utility应用程序。Wahoo Fitness应用使您可以在锻炼时控制您的KICKR PowerTrainer的阻力。

KICKR PowerTrainer 配备有红蓝光LED灯, 用于Bluetooth 4.0通信和ANT+连接, 欲了解更多信息, 请访问:
wahoofitness.com/support

执行一次消旋



Rev. 1

1

KICKR POWER TRAINER

wahoo
FITNESS

クイックスタートガイド - Japanese

Wahoo KICKR/パワートレーナーのご購
入ありがとうございます!

詳細:
教育ビデオ、準拠アプリ、FAQ、その他
以下をご確認ください:
www.wahoofitness.com

ご質問、またはお気づきの点がございましたら:

Wahoo Fitness

90 W. Wieuca Rd. NE, Suite 110

Atlanta, GA 30342 United States

Eメール: support@wahoofitness.com

ウェブ: www.wahoofitness.com

電話: 1-877-978-1112

電話とチャット利用可能時間:

月曜 - 金曜

(10am - 5pm アメリカ東海岸時間)

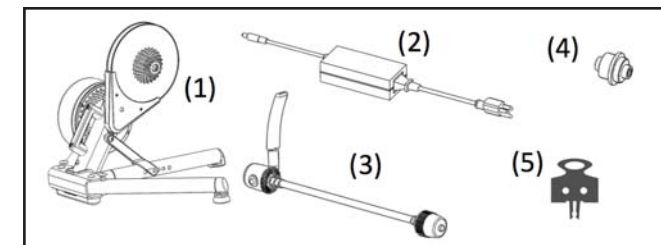
警告

- エクササイズプログラムを開始または編集する前に、医師に相談してください。
- KICKR/パワートレーナーの移動部品の近くに手や物体を置かないでください。
- KICKR/パワートレーナーは使用時間を超過して使用する際、触った際に熱くなる場合がございます。
- フライホイールが動いている間は自転車から降りないでください。
- KICKR/パワートレーナー使用中に子供やペットを近づけないでください。
- KICKR/パワートレーナーは安定した平らな場所で、水平調整脚を適切に調整してからご使用ください。
- KICKR/パワートレーナーを立ててご使用する場合、ご注意ください。
- KICKR/パワートレーナーは水から離してご使用ください。

開梱中"

ボックスには以下のものが含まれます(1) KICKR/パワートレーナー (2) AC電源アダプター(3)クイックリリーススキューアー (4) リバーシブルのアクセルスペーサー (5) ディスクブレーキキャリパースペーサー。ボックスからKICKR/パワートレーナーとアクセサリを取り出します。運搬と保管のため、保護パッケージを保存してください。(メモ: 部品(3) クイックリリーススキューアー (4) リバーシブルのアクセルスペーサー はKICKR/パワートレーナーに予めインストールされています。)

(6) 1. 8mm スペーサー (写真はありません)



写真は参照例で、実際の商品は異なることがあります

設定

执行一次消旋可获取最精确的功率数据。

Apple iOS设备和蓝牙4.0: 下载Wahoo Utility或Wahoo Fitness应用, 并按照说明操作。

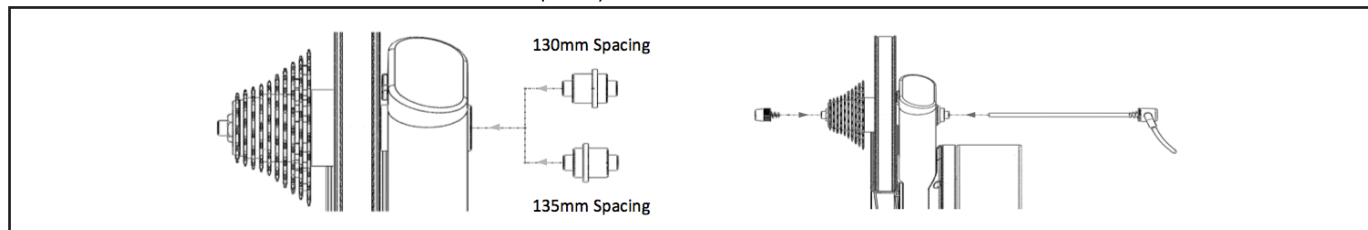
Android设备和蓝牙4.0: 下载Wahoo Utility应用, 并按照说明操作。

Apple iOS设备& ANT+: 下载Wahoo Fitness, 并按照说明操作。

Rev. 1

2

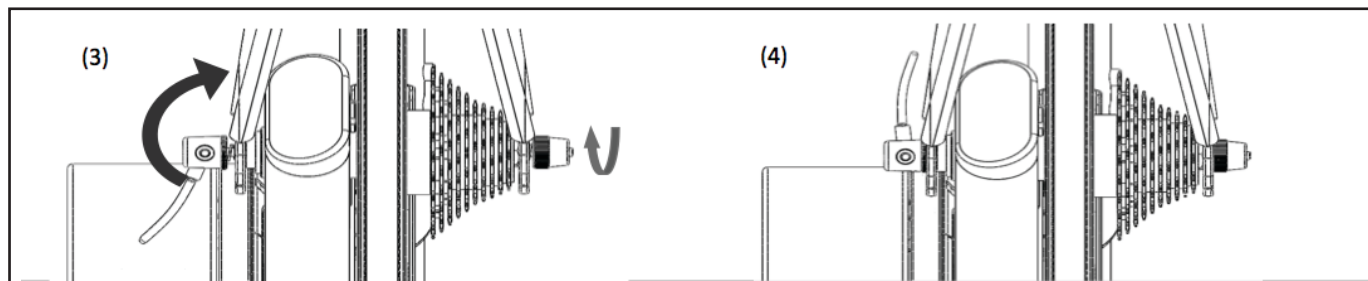
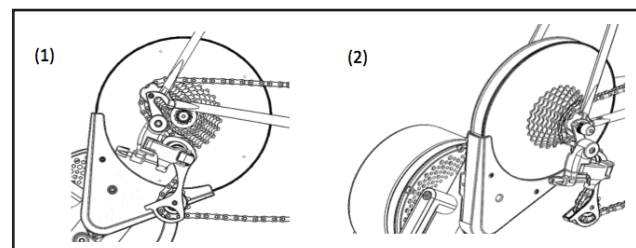
KICKRQuickStartGuide24 = "リバーシブルのアクセルスペーサーはKICKR/パワートレイナーセットに予めインストールされており130mmのスペースに対応します。通常のロードバイクは130mmのスペースを使用しています。サイクロクロスまたはマウンテンバイクは135mmのスペースを使用します。通常のロードバイクは130mmのスペーサーを使用しています。サイクロクロスまたはマウンテンバイクは135mmのスペーサーを使用します。135mmのスペーサーを自転車で使用する場合、以下に示されているようにクイックリリーススキューアーを取り外し、スペーサーを反対向きに取り付けてください。次にクイックリリーススキューアーをインストールし、スキューアーを緩めておくと自転車のインストールが簡単に行えます。12x142mmの標準の自転車は当社のアダプターキットが必要です(別売)。



自転車を取り付けています

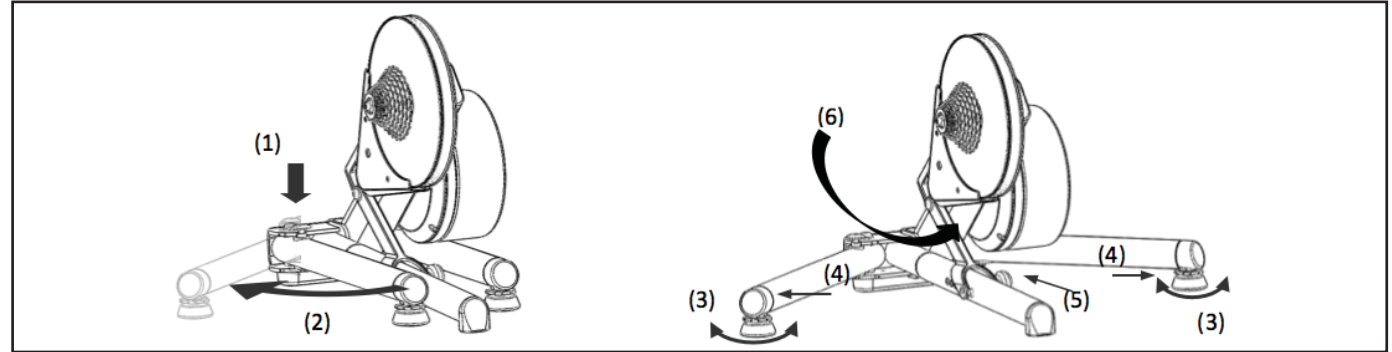
(1) フロントとリアの最小スプロケットにチェーンをシフトして、後輪を取り外します。(2) KICKRの最小スプロケットとチェーンを調整して自転車をKICKR/パワートレイナーにインストールします。KICKR/パワートレイナーのアクセルに完全にはまる様に押します。

クイックリリースエキコーン・ナットをきつく締め、クイックリリースレバーをしめて自転車を安定させます。クイックリリースレバーは自転車フレームから引き離されていると「開」状態になります(3); レバーが「閉」の際、自転車のフレームに向かって曲げられます(4)。警告!クイックリリースが適切に締められていない場合、所有物の破損または怪我につながる恐れがあります。どの程度締めたらいいかわからない場合、お近くの自転車店に尋ねるか、Wahoo Fitnessまでご連絡ください。クイックリリーススキューアーが締められるまでKICKR/パワートレイナーに乗らないでください。




安定した、水平面に置かれたKICKR/パワートレイナーは以下の動作を行って脚を開きます(1)青の脚ロックタブを押し(2)カチッと音がするまで脚を開きます。(メモ: 脚ロックタブが上がり、開いた位置に安全に固定されていることを確認してください。)


KICKR/パワートレイナー安定した、水平面に設置し、以下のようにして脚を開きます。(3)トレイナーが水平になるまで左右に脚を回転させます(4) KICKRの脚フレームに対して青のロックナットをきつく締め位置をロックします(メモ: 毎回乗る前にトレイナーが安定していることをご確認ください; 必要に応じて、水平調整脚を調整します。)トレイナーの高さを調整し、次のように特定のホイールサイズに合わせてください(5) 中心の脚の高さ調整ノブを移動して適切に設定します。ホイールサイズがわからない場合は、タイヤの側面を確認してください。または、お近くの自転車屋にお問い合わせください。(6) 同梱のAC電源アダプターを使用して標準の120vの壁のコンセントにトレイナーを接続してください。;



あなたのKICKR/パワートレイナーに接続中です

KICKR/パワートレイナーはANT+™とBluetooth® 4.0 (Bluetooth Smart)テクノロジーを通してワイヤレスであなたのデバイスに接続します。接続処理はデバイスとご利用中のワイヤレステクノロジーに応じて異なります。

 **Bluetooth SMART 4.0:** Appleのデバイスで利用可能(iPhone 4s以降のバージョン、iPad 第三世代以上)、Androidデバイス(Androidバージョン4.3以降)。

 Wahoo Fitness ANT+ Key対応Apple iOSデバイスの使用が可能です (別売でwww.wahoofitness.comからご購入頂けます)。30ピンコネクターまたはLightning - 30ピンアダプタを使用するデバイスを含みます。USBポートがあるコンピューターとANT+ USBアダプターでご使用ください。www.thisisant.com/directoryを表示して準拠するANT+デバイスをご確認ください。

 AppleまたはAndroid対応Wahoo FitnessとWahoo Fitness Utilityアプリは無料でダウンロードできます。Wahoo Fitnessアプリのご利用で、ワークアウト中、KICKR/パワートレイナーの耐性を管理できます。

KICKR PowerTrainerはBluetooth 4.0とANT+接続で通信するための赤と青LEDを備えています。詳細情報はここをご覧ください：
wahoofitness.com/support

スピンドアウン実行

最も正確なパワーデータを取得するためにスピンドアウンを実行。

Apple iOSデバイス& Bluetooth 4.0: Wahoo UtilityまたはWahoo Fitnessアプリをダウンロードして指示に従ってください。

Androidデバイス&Bluetooth 4.0: Wahoo Utilityアプリをダウンロードして指示に従ってください。

Apple iOSデバイス&ANT+: Wahoo Fitnessアプリをダウンロードして指示に従ってください。

Rev. 1

2

KICKR

QUICK START GUIDE



wahoo
FITNESS
www.wahoofitness.com



wahoo
FITNESS