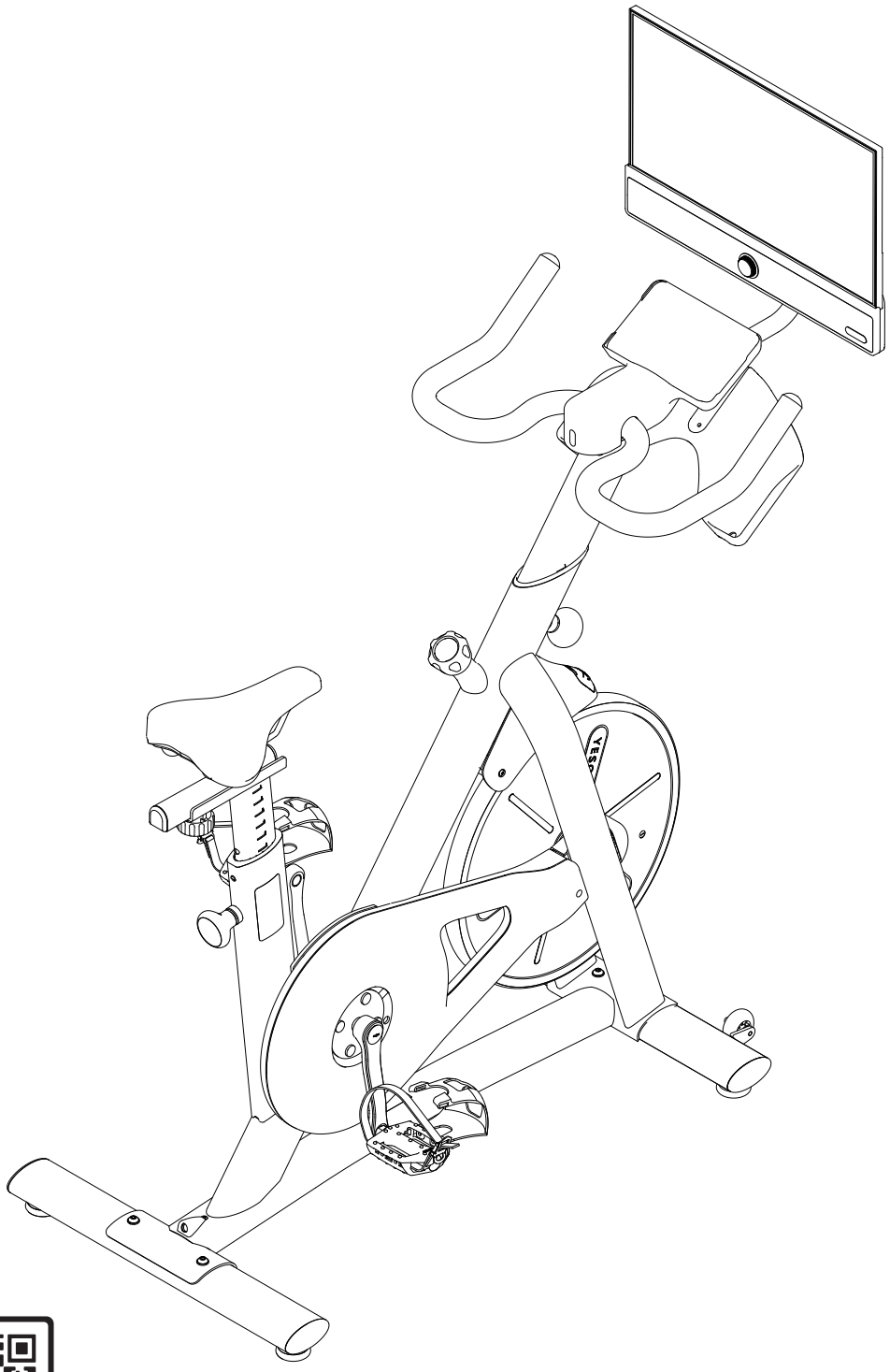
YESOUL

G1M PLUS

YESOUL BICYCLETTE

Avant d'utiliser ce produit, veuillez lire attentivement et conserver correctement ce manuel.



Scan for Installation Guide

Veuillez d'abord scanner le code QR pour regarder la vidéo d'instructions d'installation
Modèle: YS-001
Numéro de l'article : G1M PLUS

FR

YESOUL BICYCLETTE

Manuel du modèle G1M PLUS

Paramètres du produit

Dimension de l'écran	21,5 pouces (1920*1080 pixels)
Version du support logiciel	iOS 12.0 ou supérieur, Android 5.1 ou supérieur (inclus)
Système de résistance	Système de résistance magnétique contrôlée
Mode de transmission	Transmission par courroie
Entrée d'alimentation	24V⎓2A
Mode de connexion sans fil	Technologie sans fil Bluetooth®
Bluetooth	Vélo : V5.0, Boîte de haut-parleur : V5.3
Limite de taille	155~195cm
Charge maximale nominale	120kg
Poids net	34 kg
Poids brut	39,5 kg
Dimensions de l'occupation du terrain	(Longueur) 1295 mm x (Largeur) 530 mm x (Hauteur) 1450 mm

Maintenance de routine

1.Gardez le vélo sur un sol sec, aéré et plat. S'il n'est pas utilisé pendant une longue période, le vélo doit être couvert pour le garder propre et bien rangé.
2.Essuyez la sueur sur le cadre avec un chiffon après l'exercice. N'essuyez pas le vélo avec un chiffon humide pour éviter la rouille.
3.Vérifiez la poulie de courroie pour detecter de possibles fissures et déviations, et ajustez ou remplacez la courroie si besoin. Nettoyez régulièrement la rainure de la courroie pour éviter que la courroie ne saute hors de son emplacement.
4.Vérifiez que toutes les vis ne se sont pas desserrées ou ne sont pas tombées, resserrez-les ou remplacez-les si besoin.
5.Vérifiez que la molette de réglage de la résistance ne s'est pas desserrée ou n'est pas tombée. Vérifiez si la résistance est raisonnable, afin de calibrer la résistance si besoin.
6.Vérifiez les vis des pédales et des manivelles pour voir si elles sont desserrées et resserrez-les si besoin.
7.Vérifiez si la selle est lâche et serrez-la si besoin. Essuyez la selle avec un chiffon en coton pour la garder sèche.
8.Vérifiez fréquemment si le cordon d'alimentation a des fissures, des dégâts, etc., et remplacez-le à temps.

Spécifications du moniteur

Type de panneau	VA
Courbure	Écran plat
Proportion	16 : 9
Dimension	21,5 pouces
Type de rétroéclairage	LED d'entrée latérale
Taille d'affichage (H * v)	476mm*268mm
Résolution	1920* 1080
Fréquence de rafraîchissement	75Hz(Max.);60Hz (Typ.)
Luminosité	200cd/m² (Typ.);150cd/m² (Min.)
Température de couleur par défaut	6500K
Contraste	3000:1(Typ.)
Nombre de couleurs	16,7 millions
Gamme de couleurs	72% (Typ.);65%(Min.) NTSC
Angle de visibilité (horizontal / vertical)	178°
Vitesse de réponse	7ms
Modèle d'interface（HDMI/DP）	HDMI/Audio Out/DC IN+2USB+Interface série
Spécifications du haut-parleur	N/A
Tension d'entrée	Entrée CC : 24V
Mode d'indicateur lumineux (démarrage, veille)	Démarrage en vert, veille en vert respiration
Température de stockage	de -20°C à +55°C
Température de fonctionnement	de 5°C à +40°C
Humidité de fonctionnement	de 20% à 80%
Humidité de stockage	de 20% à 80%
Mode de contrôle	5 boutons physiques

Consignes de sécurité importantes

Veuillez lire attentivement les instructions. Une utilisation incorrecte peut entraîner des blessures corporelles ou la mort !

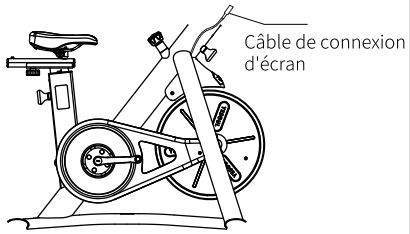
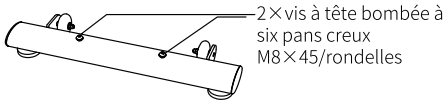
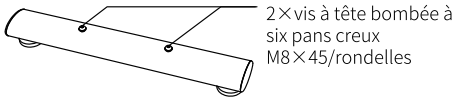
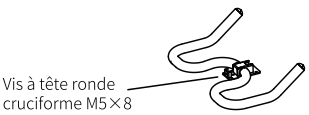
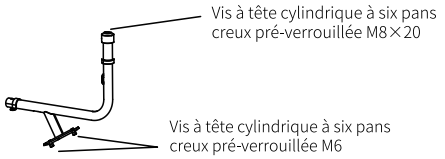
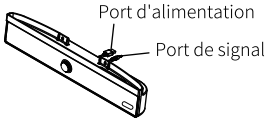
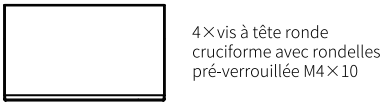
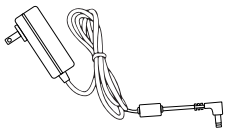
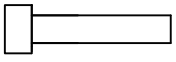
1. Ce produit est spécialement conçu pour la maison (classe H) et il n'est pas un appareil de fitness médical.
2. Ce produit ne peut pas être utilisé pour la réadaptation médicale.
3. S'il vous plaît garder les enfants et les animaux de compagnie loin de ce produit, ce produit est conçu uniquement pour les personnes de plus de 16 ans.
4. N'exposez pas le produit à l'environnement humide, ce produit n'est pas adapté à l'utilisation en extérieur ou dans tout environnement humide.
5. N'utilisez pas le produit sans chaussures appropriées. N'utilisez pas le produit aux pieds nus.
6. Veuillez utiliser le produit sur un terrain plat et propre.
7. Soulevez le tube arrière, les rouleaux sur le tube avant peuvent déplacer librement le produit ou le placer dans un endroit approprié.
8. Arrêtez d'utiliser le produit immédiatement quand il y a un défaut.
9. Vérifiez si le vélo est lâche ou endommagé avant chaque utilisation.
10. Ne mettez aucun objet, aucune partie du corps dans n'importe quelle ouverture du vélo.
11. Lorsque vous utilisez le support d'écran de vélo, vous devez placer l'appareil au milieu du support pour éviter qu'il ne tombe.
12. Ne modifiez pas le vélo ou n'utilisez pas les accessoires non originaux sans autorisation. Les non-professionnels n'ouvrent pas le boîtier pour éviter d'endommager l'appareil.
13. Assurez - vous que la molette de réglage de la hauteur de la selle est correctement fixé et n'interfère pas avec l'amplitude du mouvement pendant l'exercice.
14. Lorsqu'il n'est pas utilisé, la molette de la pièce tourne vers la droite. Vissez jusqu'à ce qu'il soit le plus serré pour verrouiller la partie correspondante de l'appareil.
15. Instructions d'utilisation du frein d'urgence : pour arrêter le mouvement, appuyez sur le frein d'urgence vers le bas jusqu'à ce qu'il s'arrête.
16. Ne tournez pas la pédale avec vos mains. Ne touchez aucun mécanisme qui tourne, sinon cela pourrait causer des dommages physiques.
17. Vous devez attendre que les roue libre / les roue d'inertie et les pédales cessent de tourner avant de pouvoir descendre du vélo. Le non - respect peut entraîner une perte de contrôle du corps et des blessures graves.
18. Veuillez porter des vêtements de vélo professionnels ou des vêtements de sport serrés, portez des chaussures de sport, serrez vos couvre - pieds pour éviter d'être tiré et impliqué par l'équipement, causant des dommages sportifs.
19. Pour faciliter l'accès, le passage et le saut d'urgence hors de l'équipement d'entraînement, l'espace occupé minimum de l'équipement d'entraînement est de laisser 600mm d'un côté de l'équipement d'entraînement.
20. Un entraînement incorrect ou excessif peut entraîner des blessures.
21. Veuillez utiliser cet appareil selon les instructions sur le manuel, réchauffez - vous suffisamment avant l'exercice.
22. Veuillez, selon les besoins, maintenir l'hydratation de votre corps durant tout le trajet à vélo.
23. Ne faites pas d'exercice à un rythme et à une intensité plus élevée sans avoir préalablement établi votre niveau de condition physique de base et obtenu un certificat médical d'aptitude. Avant d'essayer tout sprint court de haute intensité, faites attention à votre condition physique, votre posture et établissez une vitesse contrôlable.
24. Si vous ressentez un malaise dans votre corps pendant l'exercice, comme des symptômes tels que des étourdissements ou des difficultés respiratoires, arrêtez l'exercice immédiatement, descendez soigneusement du vélo et allez à l'hôpital pour un examen.
25. Pour les patients souffrant d'hypertension artérielle, des maladies cardiaques et des maladies lombaires, les femmes enceintes, les personnes à mobilité réduite, etc., veuillez obtenir le consentement du médecin avant de l'utiliser.
26. Le poids de l'utilisateur ne peut pas dépasser la charge maximale.
27. Veuillez effectuer un entretien préventif régulier.
28. Veuillez utiliser l'adaptateur d'alimentation standard. Le remplacement non autorisé de l'adaptateur d'alimentation peut entraîner de graves conséquences.

Guide d'installation - Liste des pièces

ÉTAPE 1 : Vérification des pièces

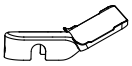
Liste des pieces

Liste des accessoires (Tableau des pièces)

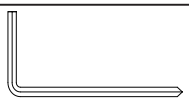
NO.	Article	Quantité	Figure
①	Cadre de bicyclette	1	
②	Tube de stabilisation avant	1	
③	Tube de stabilisation arrière	1	
④	Pédale gauche/droite	1	
⑤	Ensemble du guidon	1	
⑥	Support d' affichage	1	
⑦	Boîte de haut-parleur	1	
⑧	Écran	1	
⑨	24V⎓2A Adaptateur d'alimentation	1	
⑩	Vis à tête cylindrique à six pans creux M6×35	1	

Guide d'installation - Liste des pièces

Liste des accessoires (Tableau des pièces)

NO.	Article	Quantité	Figure
⑪	Vis à tête cylindrique à six pans creux M6×12	2	
⑫	Vis à tête cylindrique à six pans creux M6×16	2	
⑬	Tube de direction	1	
⑭	Fixation de l' écran	1	 2×vis à tête ronde cruciforme avec rondelles pré-verrouillée M4×10
⑮	Porte-bidon	1	
⑯	Dongle d'affichage	1	
⑰	Couverture de tête de bicyclette monobloc	1	
⑱	Manuel	1	 Manuel
⑲	Des pièces de rechange	1	 Vis de pièces de rechange

Liste des accessoires (Liste des outils)

NO.	Article	Quantité	Figure
A	Clé hexagonale en forme de L 5 #	1	
B	Clé hexagonale à tête cruciforme de type L 6 #	1	
C	Clé hexagonale en forme de L 8 #	1	
D	13-15 Clé à fourche	1	
E	14-17 Clé à fourche	1	

***Certaines vis de fixation sont pré-verrouillées sur les pièces correspondantes en usine.**
Veuillez les retirer avant d'installer les pièces correspondantes lors du montage.
Veuillez vous référer à la situation réelle pour les pièces de rechange.

Sens horaire Sens antihoraire



***Méthode de fixation du boulon : serrage dans le sens horaire, desserrage dans le sens antihoraire.**

Guide d'installation

ÉTAPE 2 : Installation des tubes inférieurs

1. Sortez la clé hexagonale à tête cruciforme de type L 6 # (A) du sachet hermétique;
2. Retirez les quatre vis à tête bombée à six pans creux (M8 × 45) et les rondelles du tube de stabilisation avant ② et du tube de stabilisation arrière③ avec la clé hexagonale à tête cruciforme de type L 6 # (B);



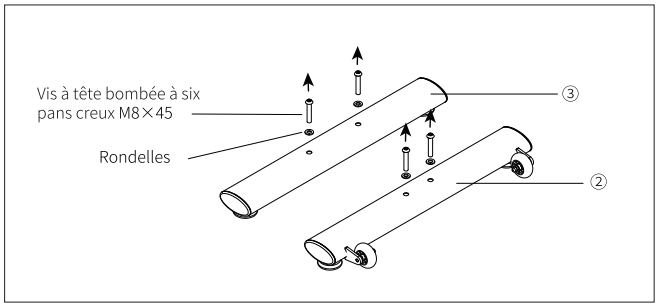
Clé hexagonale à tête cruciforme de type L 6 # (B)



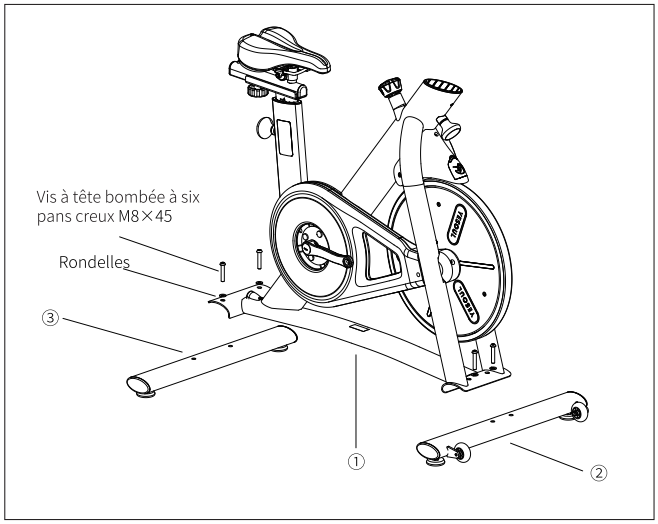
Vis à tête bombée à six pans creux M8×45 4PCS



Rondelles 4PCS

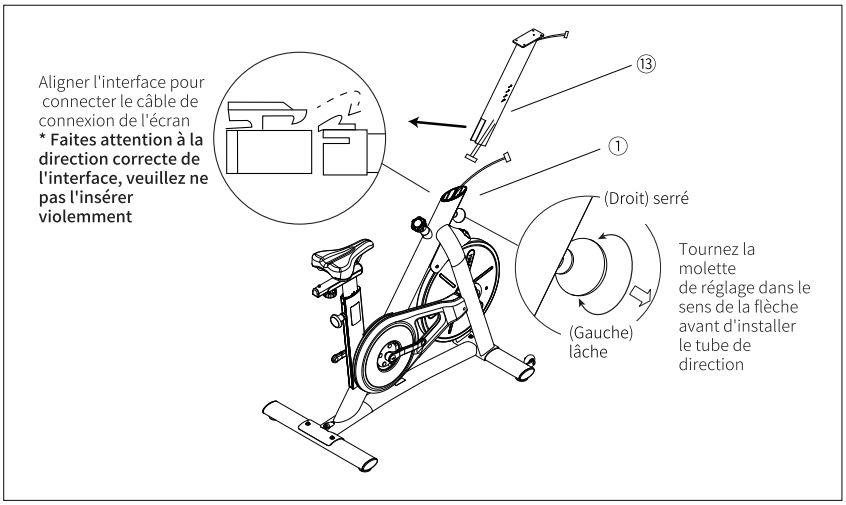


3. Alignez les trous du tube de stabilisation avant ② et du tube de stabilisation arrière③ avec les trous inférieurs du cadre du bicyclette①, vissez les rondelles et les vis à tête bombée à six pans creux (M8×45) à la main, puis serrez-les avec la clé hexagonale à tête cruciforme de type L 6 # (B).

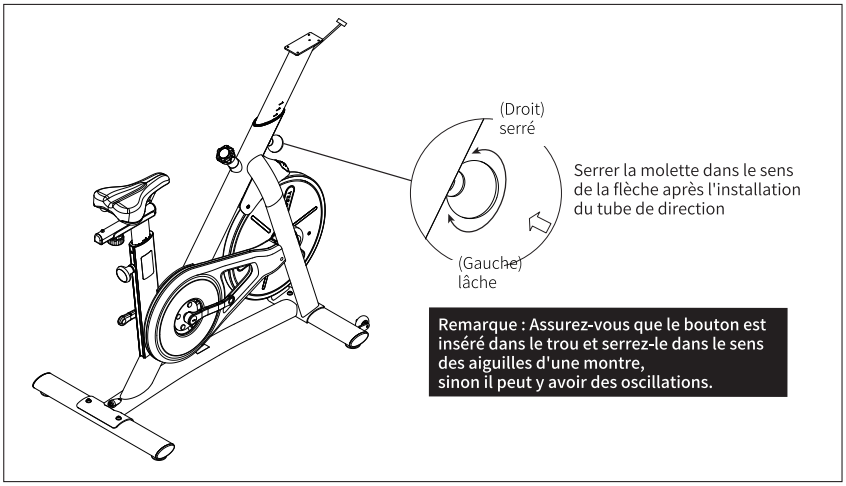


ÉTAPE 3 : Installation de tube de direction

1. Tournez d'abord la molette de réglage dans le sens de la flèche, puis connectez le câble de connexion de l'écran dans le tube de direction ⑬ avec le câble à l'intérieur du cadre de bicyclette ① (comme indiqué sur la figure), après que la connexion du câble de connexion de l'écran termine, alignez le tube de direction ⑬ sur le trou de montage du cadre de bicyclette ① (Remarque : le côté du tube de direction ⑬ avec des trous est vers l'extérieur, n'appuyez pas sur la ligne);



2. Insérez le tube de direction ⑬ dans le cadre de bicyclette ①, faites attention à garder l'échelle parallèle à la face supérieure du tube, et alignez la position du trou sur le tube de direction ⑬ avec celle sur le cadre de bicyclette ①, puis tournez la molette de réglage dans le sens de la flèche pour le serrer.



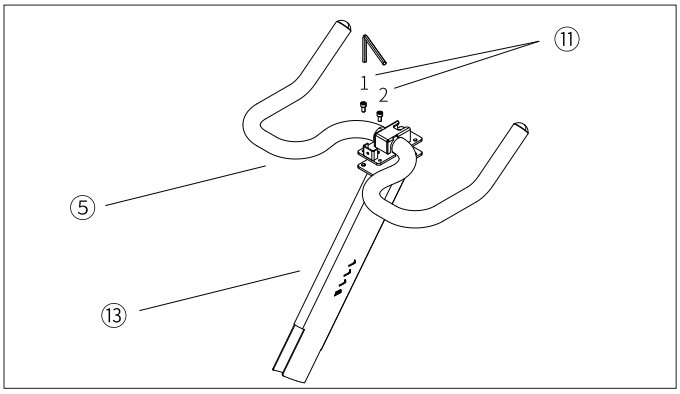
Guide d'installation

ÉTAPE 4 : Installation de l'ensemble de guidon

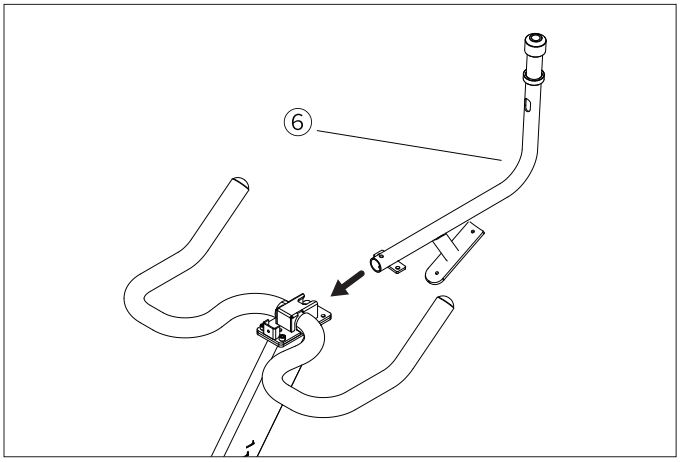
1.Alignez le trou sur la connexion de l'ensemble de guidon ⑤ avec celui sur le tube de direction ⑬ , sortez la vis à tête cylindrique à six pans creux (M6 × 12) ⑪ 1 - 2, comme indiqué sur la figure, vissez la vis 1 - 2 dans le sens horaire à la main (pas besoin de serrer à ce moment) pour la fixation ;



Vis à tête cylindrique à six pans creux M6×12⑪ 2PCS



2.Insérez le support d'affichage ⑥ dans la poignée le long de la direction de la flèche ;



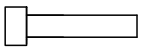
3.Après avoir aligné correctement la position du trou, utilisez la clé hexagonale en forme de L 5 # (A) pour visser successivement la vis à tête cylindrique à six pans creux (M6×16) ⑫ 3 - 4 et la vis à tête cylindrique à six pans creux (M6×35) ⑩ dans le trou et verrouiller, puis verrouiller la vis à tête cylindrique à six pans creux (M6×12) ⑪ 1 - 2;
4.Enfin, connectez le câble de connexion de l'écran au câble à l'intérieur du support d' affichage ⑥ (comme indiqué sur la figure).



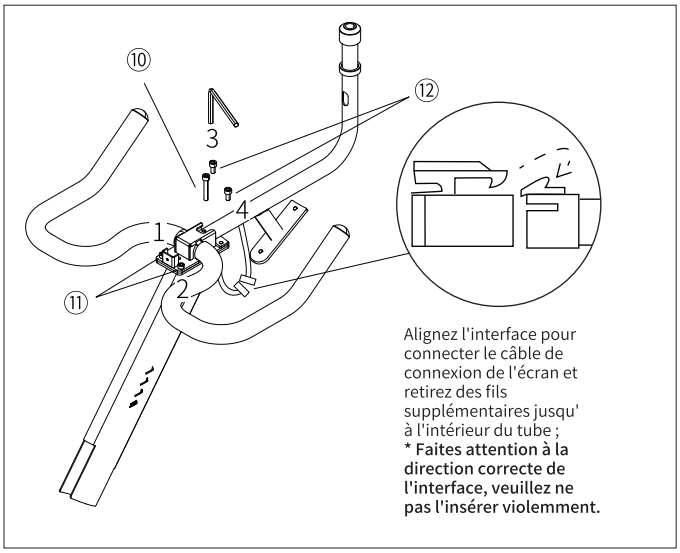
Clé hexagonale en forme de L 5 # (A)



Vis à tête cylindrique à six pans creux M6×16⑫ 2PCS



Vis à tête cylindrique à six pans creux M6×35⑩ 1PC



Guide d'installation

ÉTAPE 5 : Installation de couverture de tête de bicyclette monobloc

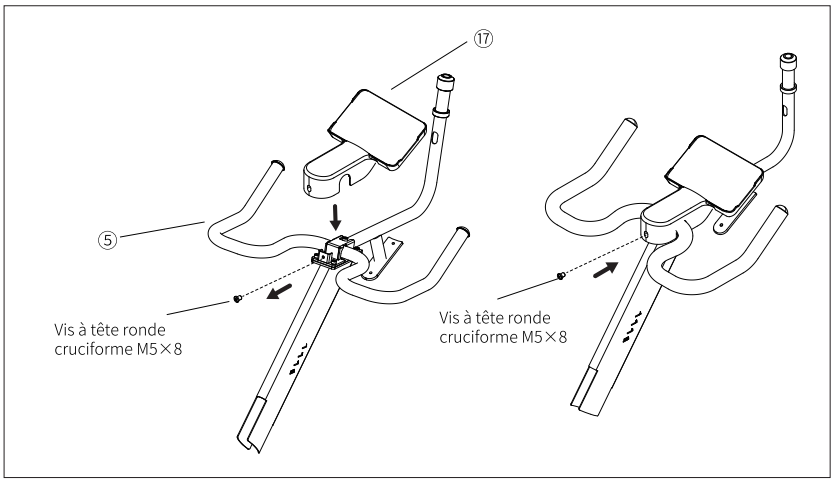
1.Utilisez la clé hexagonale à tête cruciforme de type L 6# (B) pour retirer la vis à tête ronde cruciforme (M5×8) préinstallée sur l'ensemble du guidon⑤ ;
2.Couvrez la couverture de tête de bicyclette monobloc ⑰ sur l'ensemble du guidon ⑤,
appuyez-le doucement pour le serrer ;
3.Utilisez la clé hexagonale à tête cruciforme de type L 6# (B) pour visser la vis à tête ronde cruciforme (M5×8) dans la fente cruciforme du capot monobloc⑰.



Clé hexagonale à tête cruciforme de type L 6 # (B)



Vis à tête ronde cruciforme M5×8 1PC



ÉTAPE 6 : Installation de l'écran et de l'audio

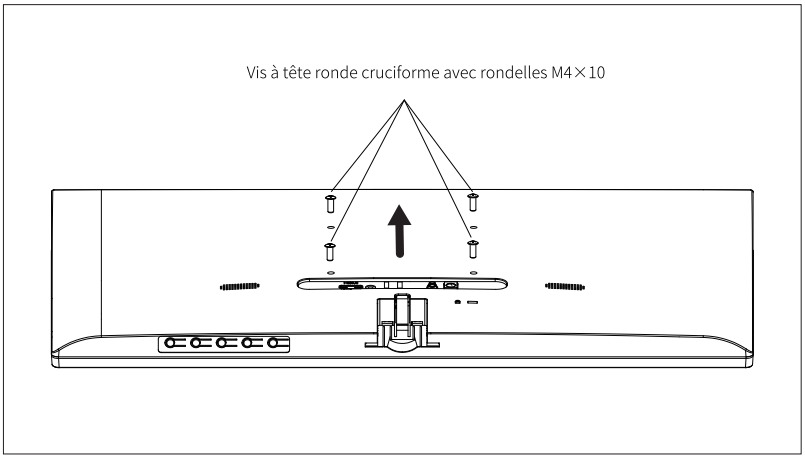
1.Utilisez la clé hexagonale à tête cruciforme de type L 6 # (B) pour retirer 4 vis à tête cylindrique cruciforme avec rondelles (M4×10) préinstallées sur l'écran ⑧, comme indiqué sur la figure ;
* s'il vous plaît mettez l'écran à plat sur une surface plate.
Ne jamais presser l'écran avec un objet dur pour éviter les dommages à l'écran !



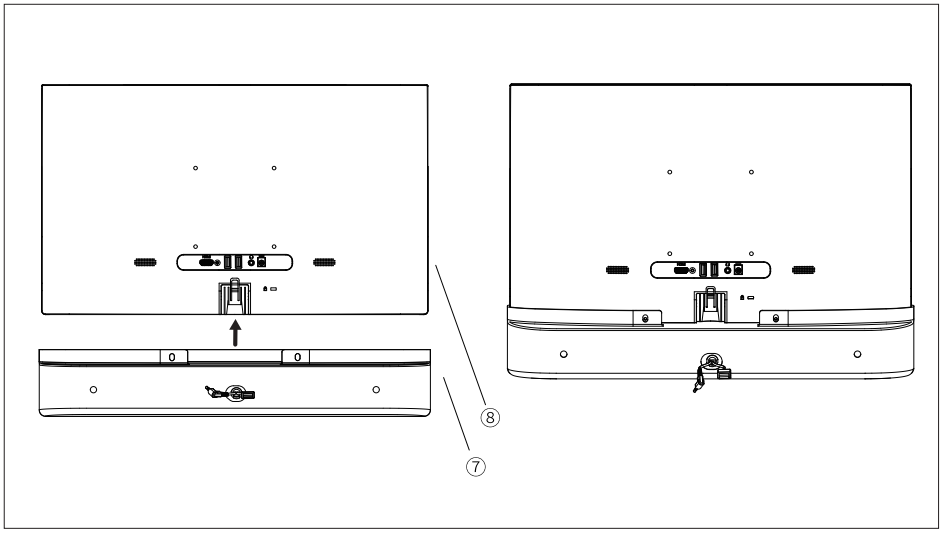
Clé hexagonale à tête cruciforme de type L 6 # (B)



Vis à tête ronde cruciforme avec rondelles M4×10 4PCS



2. Sortez l'audio ⑦ et placez-le parallèlement à l'écran⑧, placez l'écran⑧ dans la rainure de l'audio⑦, comme indiqué sur la figure ;
(Attention : Le haut-parleur est équipé d'un boîtier. Lors de la manipulation, assurez-vous que la face avant du carton est orientée vers le haut afin d'éviter tout dommage.)



Guide d'installation

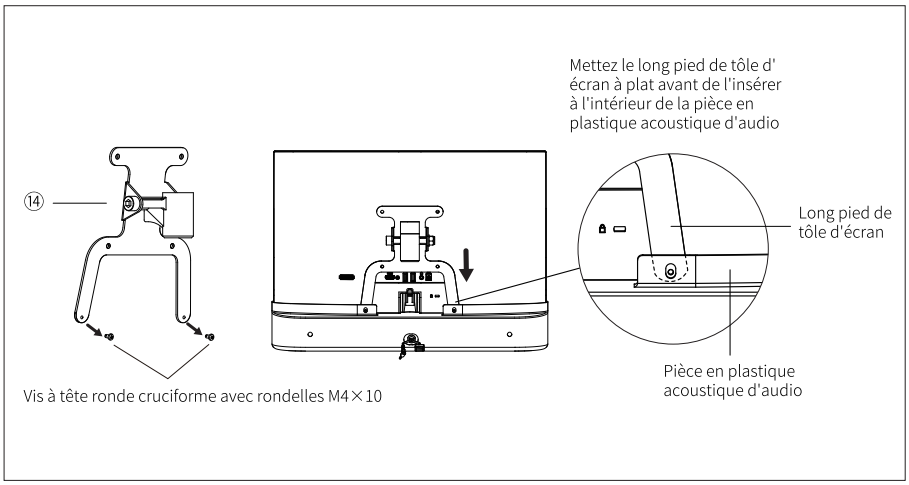
3.Sortez la tôle d'écran⑭ et utilisez la clé hexagonale à tête cruciforme de type L 6 # (B)
pour enlever la vis à tête cylindrique cruciforme avec rondelles (M4×10) pré-verrouillée
sur la tôle. Placez les pièces de fixation d'écran ⑭ à l'arrière de l'écran ;
(Remarque : mettez le long pied de tôle d'écran⑭ à plat avant de l'insérer à l'
intérieur de la pièce en plastique acoustique d'audio)



Clé hexagonale à tête
cruciforme de type L 6 # (B)



Vis à tête ronde cruciforme
avec rondelles M4×10 2PCS



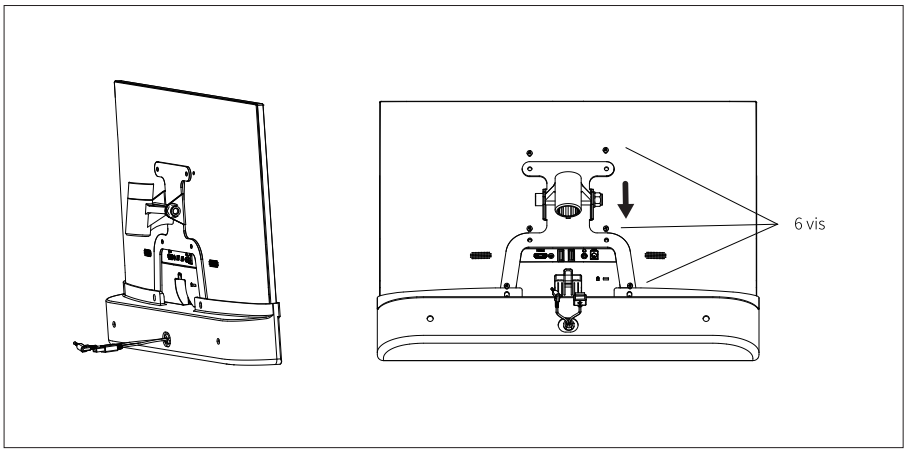
4.Alignez les trous de la tôle avec ceux de l'écran et du haut-parleur. Préfixez successivement les 6 vis retirées sans les serrer complètement. Ajustez ensuite le parallélisme entre la tôle et l'écran, puis serrez fermement toutes les vis dans le sens des aiguilles d'une montre;



Vis à tête ronde cruciforme
avec rondelles M4×10 4PCS



Vis à tête ronde cruciforme
avec rondelles M4×10 2PCS



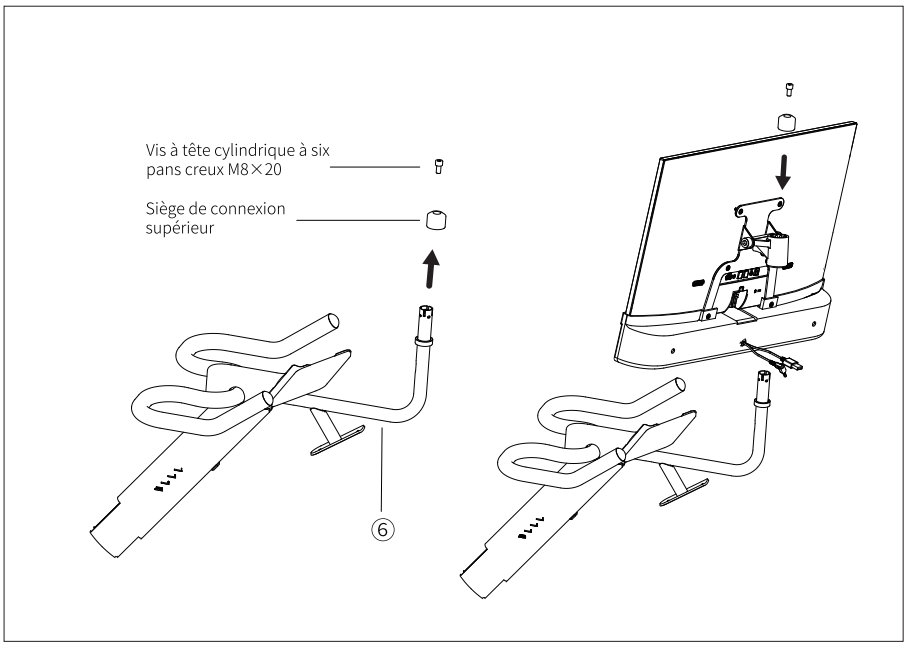
5.Détournez la vis à tête cylindrique à six pans creux (M8 × 20) pré - installée sur le support d'affichage ⑥ avec la clé hexagonale à tête cruciforme de type L 6 # (B), puis retirez le
siège de connexion supérieur ;
6.Insérez l'écran et le composant de la boîte de haut-parleur assemblé à l'étape précédente dans le support d'affichage ⑥, puis placez successivement le siège de connexion supérieur et la vis à tête cylindrique à six pans creux (M8 × 20) , verrouillez-la avec la clé hexagonale à tête cruciforme de type L 6 # (B) jusqu'à la fixation.



Clé hexagonale à tête
cruciforme de type L 6 # (B)



Vis à tête cylindrique à six
pans creux M8×20 1PC



Guide d'installation

ÉTAPE 7 : Installation du porte-bidon

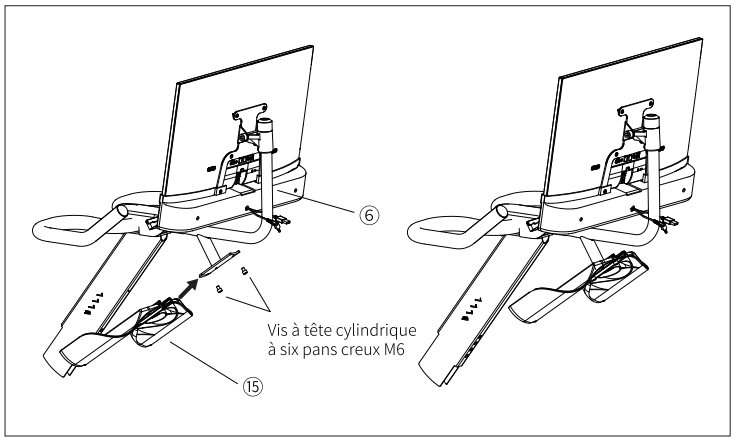
Comme indiqué sur la figure, retirez les deux vis à tête cylindrique à six pans creux M6 préinstallées sur le support d'affichage ⑥, puis alignez le porte-bidon ⑮ avec la fente de la carte du support d'affichage ⑥ et l'insérez vers le sens indiqué sur la figure. Enfin, alignez les deux vis à tête cylindrique à six pans creux M6 sur la position des trous avec la clé hexagonale en forme de L 5#(A) pour fixer le porte-bidon.



Clé hexagonale en forme de L 5 # (A)



Vis à tête cylindrique à
six pans creux M6 2PCS

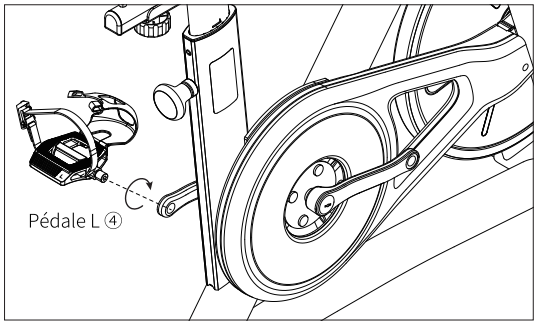


ÉTAPE 8 : Installation des pédales

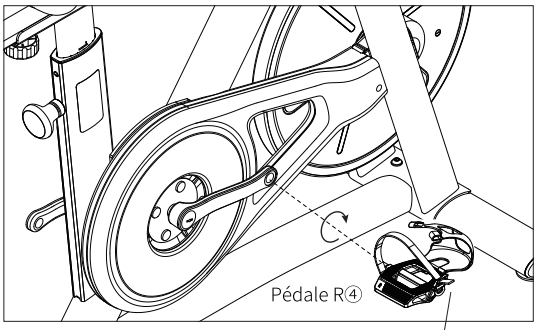
1. Sortez les pédales de l’ emballage ;
2. Distinguez les pédales gauche et droite, cela marqué R en couleur bleu est la pédale droite et cela marqué L en couleur rouge est la pédale gauche ; (Faites attention à distinguer les pédales gauche et droite, les filetages de la manivelle seront détruits si les pédales gauche et droit sont installés à l’ envers !)
3.Tenez debout derrière le siège et face au guidon, installez la pédale gauche sur la manivelle gauche, il faut que la pédale soit perpendiculaire au trou de montage de manivelle, serrez la pédale au sens de la tête de bicyclette par clé à fourche (D);



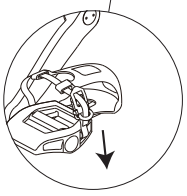
Clé à fourche (D)
(dans le sac ziplock)



4.Installez la pédale droite sur la manivelle droite, il faut que la pédale soit perpendiculaire au trou de montage de manivelle, serrez la pédale au sens de la tête de bicyclette par clé à fourche (D).
Attention : Dans l’ installation, la marque rouge sur la manivelle correspond à la marque rouge sur la pédale et la marque bleue sur la manivelle correspond à la marque bleue sur la pédale.



D’ abord, tournez et installez la pédale sur la manivelle par main ,et puis, serrez les pédales gauche et droite par clé à fourche (D). (Attention : le sens de serrage des pédales gauche et droite est vers la tête de bicyclette.)



Remarque : vérifiez que les cale-pieds des pédales sont bien attachées avant de rouler. De tirer les cale-pieds vers le bas peut les tendre.

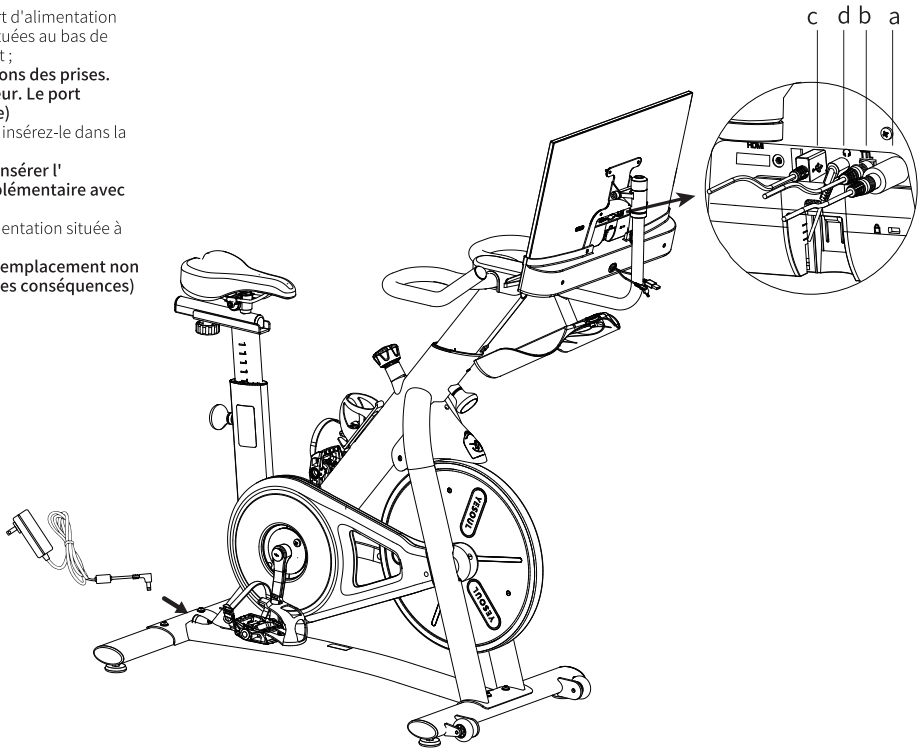
⚠ Conseil de sécurité:

La marche arrière n'est pas recommandée car cela risquerait de desserrer les pédales. Après avoir conduit en marche arrière, vérifiez si les pédales sont bien verrouillées pour éviter les problèmes de sécurité causés par des pédales desserrées.

Guide d'installation

ÉTAPE 9 : Installation du câble de connexion

1. Insérez le port d'alimentation (a), le port de signal (b), le port d'alimentation audio (c) et le port de signal (d) du moniteur dans les prises situées au bas de l'arrière du moniteur, assurez-vous pour les insérer fermement ;
(Faites attention à distinguer les couleurs et les spécifications des prises. Branchez le port d'un couleur dans la prise de même couleur. Le port d'alimentation doit être vissé et bien inséré sans être lâche)
2. Choisissez le port HDMI du câble de projection approprié et insérez-le dans la prise HDMI sous l'écran ;
(faites attention à distinguer IOS et Android, Android doit insérer l' interface d'alimentation dans la prise et fixer le câble supplémentaire avec du velcro)
3. Branchez l'adaptateur d'alimentation⑨ dans la prise d'alimentation située à l'arrière sous le cadre ①, l'indicateur reste allumé.
(Veuillez utiliser l'adaptateur d'alimentation standard, le remplacement non autorisé de l'adaptateur d'alimentation peut avoir de graves conséquences)



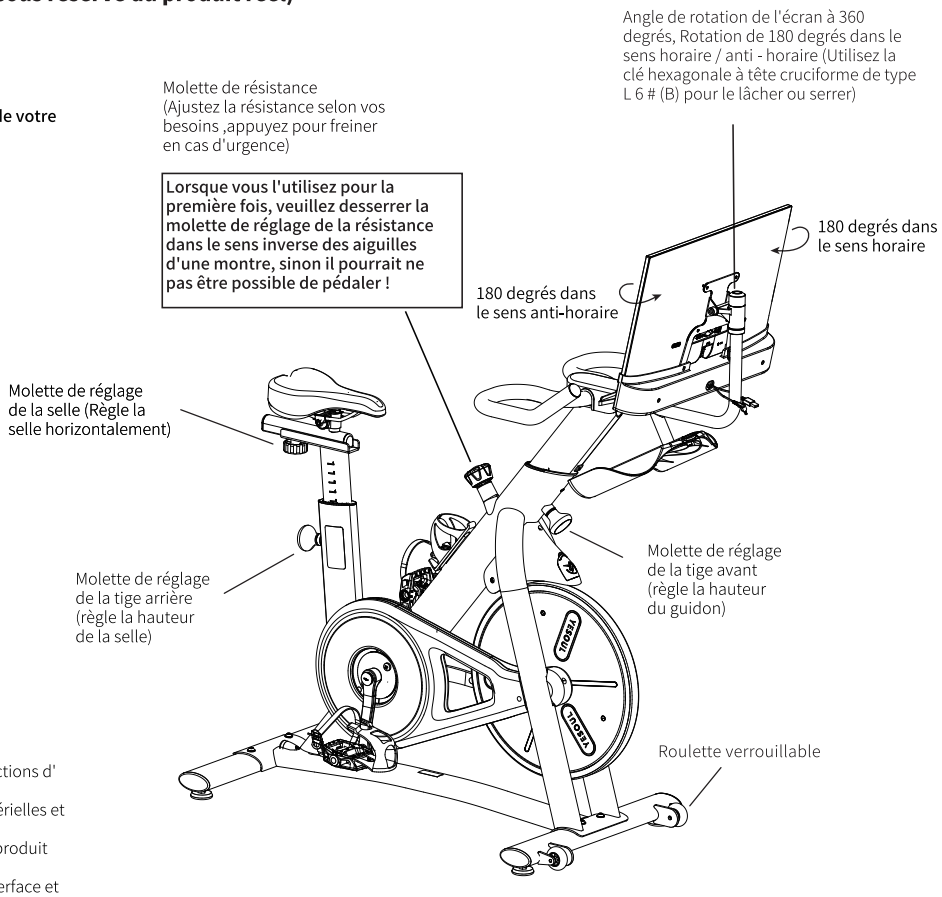
⚠ Conseil de sécurité:

- Ne branchez pas et ne débranchez pas l'interface de l'affichage sans couper l'alimentation.
- Débranchez l'alimentation lorsque vous ne l'utilisez pas.
- N'utilisez pas cet appareil pendant un orage. Débranchez immédiatement l'alimentation électrique !

Guide d'installation
(pour référence seulement, sous réserve du produit réel)

⚠ Conseil de sécurité:

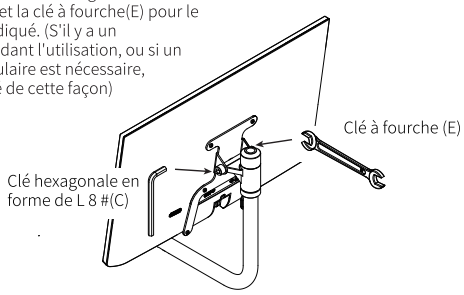
Veuillez ajuster la selle en fonction de votre condition physique avant l'usage; et serrez la molette de fixation.



Avertissement:
Ce manuel contient autant que possible l'introduction fonctionnelle et les instructions d' utilisation lorsqu'il est imprimé.
En raison de futures mises à niveau matérielles et logicielles ainsi que de modifications de conception, ce manuel peut différer du produit acheté.
En cas de différences d'apparence, d'interface et de couleur, le produit réel prévaudra.

Précautions
Vérification de l'écran

S'il vous plaît vérifier après l'installation si l'écran tombe vers le bas lorsque vous retournez vers le haut et vers le bas, si cela se produit, utilisez la clé hexagonale en forme de L 8#(C) et la clé à fourche(E) pour le serrer comme indiqué. (S'il y a un relâchement pendant l'utilisation, ou si un ajustement articulaire est nécessaire, il peut être ajusté de cette façon)

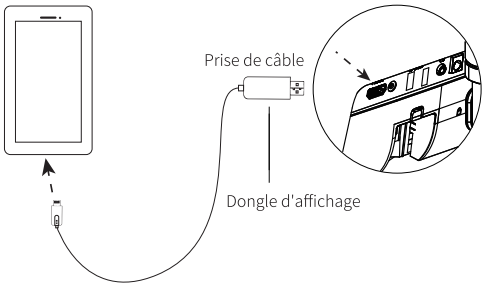


Comment régler l'écran
Réglage de l'écran

Pour régler l'écran d'affichage, veuillez utiliser la clé hexagonale à tête cruciforme de type L 6 # (B) pour retirer vis à tête ronde cruciforme avec rondelles sur le boîtier audio, retirez l'audio de haut à bas, puis ajustez-le selon les instructions de fonctionnement des touches (comme indiqué sur la figure), puis réinstaller l'audio.(Avant de régler l'écran, assurez-vous que le dispositif de mise en miroir est connecté, sinon le menu OSD ne sera pas accessible.)

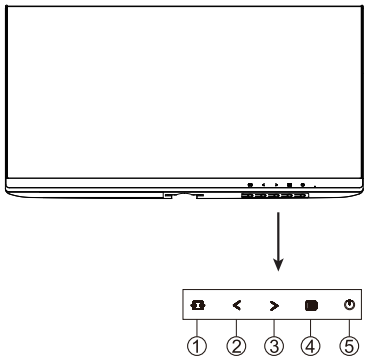
(1)Connectez-vous à l'appareil de mise en miroir d'écran

Appareils mobiles :



(2)Ajuster l'écran du moniteur

1. Version voir/quitter
2.Réduire
3. Augmenter
4. Menu / sélection
5. Interrupteur de puissance

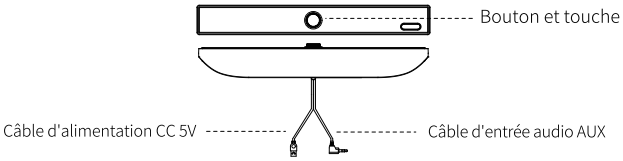


Commutateur km/mi



1. Assurez-vous que le moniteur est sous tension et en mode de mise en miroir d'écran.
2. Appuyez sur le bouton « Menu / Sélection » pour entrer dans le menu OSD.
3. Appuyez sur les boutons « Réduire » / « Augmenter » pour sélectionner l'option souhaitée (l'option de changement d'unité se trouve dans « Extra »), puis appuyez sur « Menu / Sélection » pour entrer.
4. Appuyez sur « Réduire » / « Augmenter » pour trouver « Km ou mi », puis appuyez sur « Menu / Sélection » pour passer en mode réglage.
5. Appuyez sur « Réduire » / « Augmenter » pour choisir l'unité souhaitée, puis appuyez sur « Menu / Sélection » pour enregistrer le réglage.
6. Appuyez sur « Version voir / Quitter » pour quitter le menu OSD et remettre le module haut-parleur dans sa position initiale.

Comment régler l'audio
Opération de fonction d'audio



	Article	Condición Previa	Étapes d'opération	Résultat	Son	LED
Démarrage/ Éteindre	Démarrage	/	Cliquez une fois s ur le bouton	Démarrage	Son de démarrage (hello)	Lumière rouge toujours allumée
	Éteindre	/	Appuyez sur le bouton pendant 3 secondes	Éteindre	Son d'éteindre (Effet sonore Shutdown)	Lumière rouge éteint
État de veille	Démarrage	/	Si la boîte de haut-parleur ne reçoit pas de signal AUX ou de signal Bluetooth plus de 10 minutes	La boîte de haut-parleur entre dans l'état de veille	/	Lumière rouge éteint
Réveil Fonction	État de veille	État de veille	Lorsque vous cliquez sur le bouton (le clic simple ne changera pas de mode), les fonctions d'entrer le signal audio, de régler le volume et de connecter Bluetooth peuvent être réveillé	Entrer dans l'état de pré-réveil	/	Lumière rouge toujours allumée
Fonction	Augmenter le volume	/	Tournez le bouton de volume dans le sens horaire	Augmentation progressive du volume, augmentation équilibrée du volume pendant la rotation	Lorsque le volume est augmenté au maximum, il y a un son de notification (DI DI)	Lumière rouge toujours allumée
	Diminuer le volume	/	Tournez le bouton de volume dans le sens anti-horaire	Diminution progressive du volume, diminution équilibrée du volume pendant la rotation	/	Lumière rouge toujours allumée
	Changement de mode	État de démarrage	Cliquez une fois sur le bouton	Changement de mode AUX ou mode Bluetooth	Changez au mode Bluetooth Il y a un son de notification (Bluetooth pairing on)	1.Mode AUX Lumière rouge toujours allumée 2.Mode Bluetooth: Flash de lumière rouge
Fonction d'appairage	Appairage de Bluetooth	État de démarrage	Cliquez une fois le bouton pour changer au mode Bluetooth	1.État de recherche d'appairage, flash de lumière rouge 2. Si 'appairage dépasse 10 minutes, l'appareil entre dans l'état de veille	Son d'éteindre Son d'éteindre (Effet sonore Shutdown)	Flash de lumière rouge
	Changer au mode d'appairage (le Bluetooth peut être détecté par le téléphone mobile)	État de démarrage	Recherchez de connexion sur l'appareil	Le dispositif Bluetooth recherche "Speaker" et se connecte, l'appariage réussi émet un son de notification	La connexion réussie émet un son de notification (Paired (Dong)	Lumière rouge toujours allumée
	Déconnecté	État de connexion	Désactiver la fonction Bluetooth du téléphone Annulation de l'appairage Bluetooth sur le téléphone mobile Déconnexion de Bluetooth sur le téléphone mobile	1.Le son de notification est diffusé (Pairing) 2.La boîte de haut-parleur entre dans l'état d'appairage	La déconnexion émet le son de notification (Pairing)	Flash de lumière rouge
	Reconnexion à distance excessive	État de déconnexion	1. L'appareil se connecte avec le téléphone pour l'appairage, puis déplacez l'appareil mobile à la distance dépassée de communication de Bluetooth normale 2. Déplacez l'appareil jusqu'à la distance de communication de Bluetooth dans 10 minutes, et la reconnexion est réussi	1. Après la déconnexion de la distance excessive, La boîte des haut-parleurs entre dans l'état d'appairage, la lumière rouge clignote 2. Si aucun appareil n'est reconnecté après 10 minutes, la boîte des haut-parleurs entre dans l'état de veille	La déconnexion émet le son de notification (Pairing)	Flash de lumière rouge
	Reconnexion automatique	(Le mode Bluetooth a un enregistrement d'appairage)	Après changer au mode Bluetooth reconnexion automatique	Reconnexion automatique réussie de l'appareil au téléphone mobile	La connexion réussie émet le son de notification (Paired)	Lumière rouge toujours allumée
	Reconnexion automatique		Après changer au mode Bluetooth reconnexion automatique	1.Reconnectez le dernier téléphone connecté dans 10 minutes, la reconnexion échoue et entrez dans l'état de veille	La connexion réussie émet le son de notification (Paired)	Lumière rouge toujours allumée
	Restaurez les paramètres d' usine (en mode Bluetooth)	État de démarrage	Dans le mode de Bluetooth, appuyez trois fois sur le bouton rotatif du haut-parleur	1. Retour à l'état de démarrage par défaut (Entrer dans le mode AUX) 2. Effacez les enregistrements de connexion Bluetooth, effacez les enregistrements d' apparage des boîtes de haut-parleurs avant et arrière, restaurez le volume au volume par défaut (volume maximum 50%) 3. Entrez dans l'état AUX	La restauration réussie émet un son de notifican (hello)	Lumière rouge toujours allumée

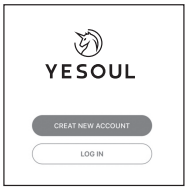
Remarque : accédez à la projection filaire lorsque le Bluetooth de téléphone est connecté à la boîte des haut-parleurs, veuillez changer la boîte des haut-parleurs en mode AUX.

Guide d'utilisation de l'Application (APP)
Installation et Inscription de l'APP

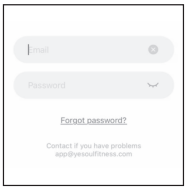
·Vous pouvez scanner le QR code ci-dessous pour télécharger l'APP et s'inscrire.



1.Scannez le QR code ci-dessous et téléchargez l'APP



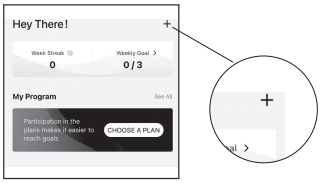
2. Entrez la page de connexion de l'APP



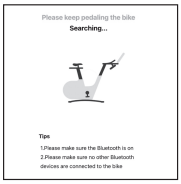
3. Inscrivez-vous pour créer un compte sur l'APP

Connexion de l'appareil

·Pour la première utilisation, vous pouvez cliquer le marque 「+」 sur le coin supérieur droit de la page de l'accueil, ou enterez le cours, connectez l'appareil selon le guide de la page.



4. Entrez la page d'accueil de l'APP



5. Cherchez l'appareil

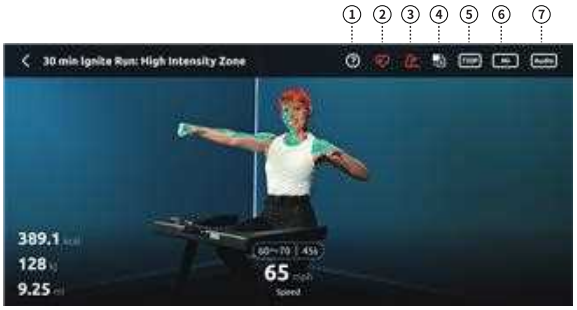
·Pour une utilisation ultérieure, il suffit de monter sur l'appareil, d'ouvrir le mode sport ou un cours dans l'application, puis d'appuyer sur le bouton (/ /) pour établir automatiquement la connexion.
·l'Appareil ne supporte pas connexion avec plusieurs mobiles, il faut vérifier s'il y a d' autre utilisateur connecte l'appareil avec utilisation.
·Le Bluetooth déconnecte automatiquement si l'appareil soit éteint.
·A part le YESOUL FITNESS APP, le Bluetooth peut être connecté avec les applications Kinomap et Zwift.
·L'écran se mettra automatiquement en veille 10 minutes après la fin de l'exercice.

Kinomap Zwift

Acheter un abonnement à l'application

Ouvrez l'application, allez dans 「Page d'accueil」–「Paramètres」–「Avantages membres」, puis suivez les instructions à l'écran pour finaliser l'achat de l'abonnement.

Descriptions des icônes des cours dans l'application



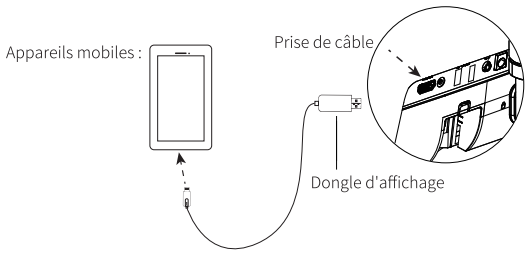
1. Guide d'exercices étape par étape
2. Connecter et surveiller la fréquence cardiaque
3. Synchroniser les données avec les équipements de gym
4. Traduire l'audio et les sous-titres
5. Ajuster la qualité vidéo à l'écran
6. Basculer entre les unités impériales et métriques
7. Régler le volume de la voix et de la musique

· L'icône « Synchroniser les données avec les équipements de gym » peut varier selon le type d'appareil pris en charge par chaque cours. Veuillez suivre les instructions à l'écran pour connecter l'appareil approprié.
· En raison des variations de configuration des appareils terminaux, certaines fonctionnalités peuvent
ne pas fonctionner correctement. Veuillez choisir un appareil compatible en fonction de votre situation réelle.
· Les illustrations et données ci-dessus peuvent différer légèrement du produit réel. En raison des mises à jour logicielles continues et des tolérances de fabrication, veuillez vous référer à l'utilisation réelle pour plus de précision.

À propos de projection filaire

Instructions d'installation pour la projection d'écran filaire :

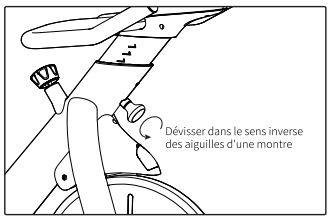
1. Téléchargez l'application Yesoul Fitness et inscrivez-vous.
2. Connectez votre appareil dans l'application.
3. Branchez votre téléphone avec un câble de diffusion d'écran.
(Le téléphone doit être compatible DisplayPort).

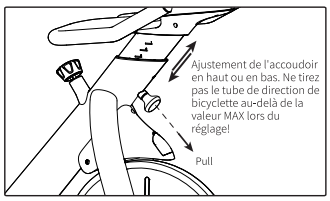


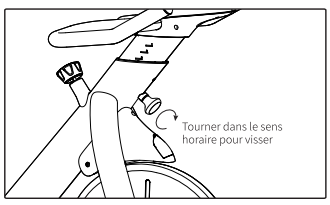
Comment régler le vélo

1. Réglage de la hauteur du montant avant :

Tournez la molette de réglage de colonne avant 4 à 5 fois vers la gauche par un main, tirez et maintenez, et puis tirez (ou presser) la tête de bicyclette, ajustez à la position désirée, puis relâchez le montant et tirez doucement la colonne vers le haut et vers le bas pour que le ressort se réenclenche automatiquement (entendez un"clic" indiquant que le montant a glissé dans le trou de la colonne), puis vissez le montant vers la droite à son état le plus serré.



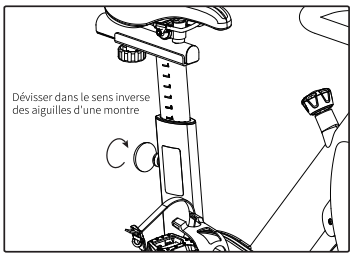


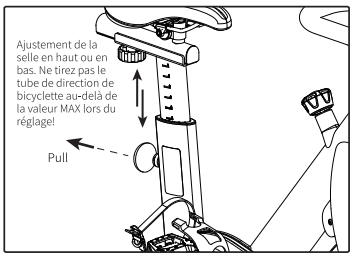


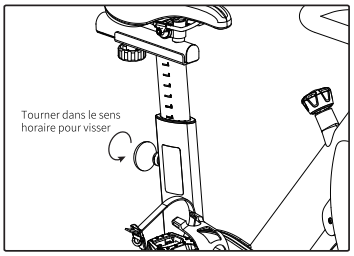
***Attention :Assurez-vous d'aligner le trou avant de le verrouiller. Ne pas dépasser la ligne MAX au plus haut.**

2. Réglage de la hauteur de la selle :

Tournez du montant de colonne derrière 4 à 5 fois vers la gauche par un main, tirez et maintenez ; et puis tirez (ou presser) la selle de bicyclette, ajustez à la position désirée, puis relâchez le montant et tirez doucement la colonne vers le haut et vers le bas pour que le ressort se réenclenche automatiquement (entendez un "clic"indiquant que le montant a glissé dans le trou de la colonne), puis vissez du montant vers la droite à son état le plus serré.



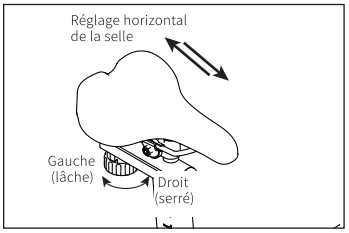




***Attention :Assurez-vous d'aligner le trou avant de le verrouiller. Ne pas dépasser la ligne MAX au plus haut.**

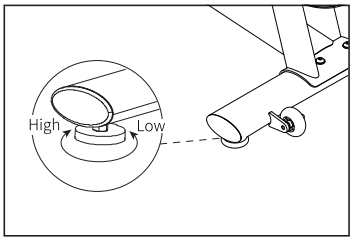
3. Réglage horizontal de la selle :

Desserrez la molette sous la selle, faites glisser la selle en avant ou en arrière jusqu'à la position souhaitée et serrez la molette au maximum.



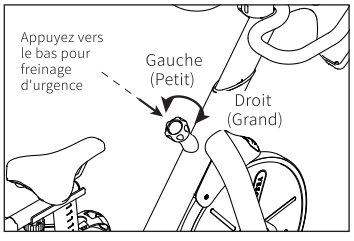
4. Réglage de la hauteur :

Il y a quatre pieds de réglage au bas des tubes avant et arrière. Vissez les jusqu'à ce qu'ils soient en contact avec sol et que vélo soit stable.



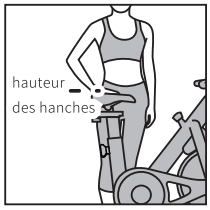
5.Régler la molette de réglage :

Lorsque vous ne l'utilisez pas, tournez la molette à droite jusqu'à l'arrêt de verrouillage. Lorsque vous roulez, tournez la molette à gauche vers le haut pour déverrouiller la molette (vous pouvez tourner la molette à gauche et à droite pour ajuster la résistance en fonction des besoins de pilotage). En cas de freinage d'urgence ou d'arrêt du mouvement, appuyez sur appuyez la molette de réglage jusqu'au fond afin de l'arrêter.

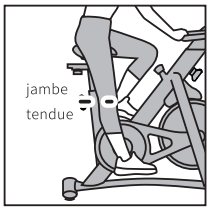


Comment déterminer la bonne position de conduite

1. Réglage de la position correcte de la selle
hauteur de la selle
Joignez vos pieds, placez-vous sur un côté de la selle et ajustez la selle à la hauteur des hanches (Fig. 1). Asseyez-vous ensuite sur la selle et appuyez fortement sur les pédales jusqu'à ce qu'elles s'arrêtent à 6 heures et que la jambe puisse être complètement tendue (Fig. 2).



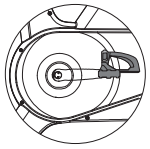
(Fig. 1)

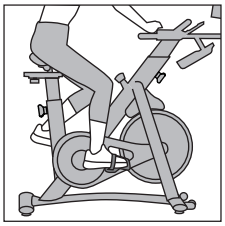


(Fig. 2)

Position horizontale de la selle
Placez votre pied droit dans la pédale et appuyez sur les pédales jusqu'à ce que la pédale droite soit à 3 heures et que l'avant de votre genou soit sur la même ligne verticale que la pédale, la selle est donc à la bonne position. (Fig. 3).

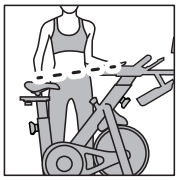
3 heures : la manivelle droite est parallèle au sol dans le bon sens



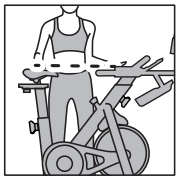


(Fig. 3)

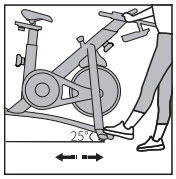
2. Réglage de la bonne hauteur du guidon
Chaque utilisateur peut régler la hauteur de guidon en fonction de sa taille et de son expérience de conduite.
Recommandation : Le guidon doit être légèrement plus haut que la selle pour les nouveaux utilisateurs (Fig. 1) et affleurant ou légèrement plus bas que la selle pour les utilisateurs expérimentés (Fig. 2).
Les utilisateurs sujets à des tensions musculaires lombaires et à une spondylose lombaire peuvent faire du vélo avec l'accord d'un médecin. Il est recommandé de régler le guidon dans une position plus haute.
Presser les accoudoirs pour soulever le tube de pied de plus de 25°, déplacez la bicyclette stationnaire à l'aide d'une poulie mobile.



(Fig. 1)



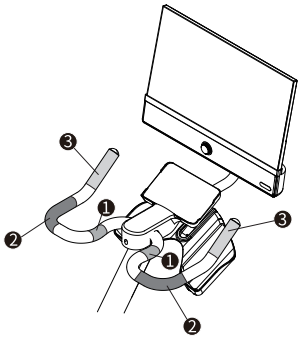
(Fig. 2)



(Fig. 3)

3. Agencement des positions des mains sur le guidon
Pendant l'exercice, les entraîneurs afficheront la positions des mains appropriée sur les parties correspondantes du guidon, comme indiqué ci-dessous.

❶ position des mains 1
❷ Position des mains 2
❸ Position des mains 3



G1M PLUS2605V0