

Product May Vary
Slightly From Pictured.



Owner's Manual

Safety Instructions

Customer Service

Operation

Warranty

Safety Instructions

WARNING: Weight limit is not applicable if product is used properly. This unit is not designed to support a user's weight. To reduce the risk of serious injury, please read all safety instructions before using.

1. Read this Owner's Manual and follow it carefully before using the **inSTRIDE Folding Cycle**.
2. Do not stand up on the **inSTRIDE Folding Cycle**.
3. Keep children away from the **inSTRIDE Folding Cycle**. Do not allow children to use or play around the **inSTRIDE Folding Cycle**. Keep children and pets away from the **inSTRIDE Folding Cycle** when it is in use.
4. Keep fingers clear of all pinch points when folding and unfolding the **inSTRIDE Folding Cycle**.
5. Set up and operate the **inSTRIDE Folding Cycle** on a solid, level surface like a desk or table for upper body workouts, and on an equipment mat for lower body workouts. You must always be seated when pedaling with your feet. Do not position the **inSTRIDE Folding Cycle** on loose rugs or uneven surfaces.
6. Inspect the **inSTRIDE Folding Cycle** for damaged or loose components prior to use.
7. Tighten/replace any loose or worn components prior to using the **inSTRIDE Folding Cycle**.
8. The surface of the crank housing may become hot during use, so allow it to cool before moving.
9. Consult a physician prior to commencing an exercise program. If, at any time during exercise, you feel faint, dizzy, or experience pain, stop and consult your physician.
10. Always choose the workout which best fits your physical strength and flexibility level. Know your limits and train within them. Always use common sense when exercising.
11. Do not wear loose or dangling clothing while using the **inSTRIDE Folding Cycle**.
12. Never exercise with bare feet or socks. Always wear appropriate footwear.
13. The **inSTRIDE Folding Cycle** should be used by only one person at a time.
14. The **inSTRIDE Folding Cycle** is for consumer use only. It is not for use in public or semipublic facilities.

This Product is Produced Exclusively by



2040 N. Alliance, Springfield, MO 65803

Customer Service

1 (800) 375-7520

customerservice@staminaproducts.com

www.staminaproducts.com

When calling for parts or
service, please specify the
following model number:

15-0125

MADE IN CHINA

© 2009 Stamina Products, Inc.

2009, 12

Assembly & Operational Instructions

STEP 1: Unfold the FRONT FRAME(2) from the MAIN FRAME(1) and secure with the LOCKING KNOB(20).

Adjust the STAND CAPS(3) to set the **inSTRIDE Folding Cycle** on the floor.

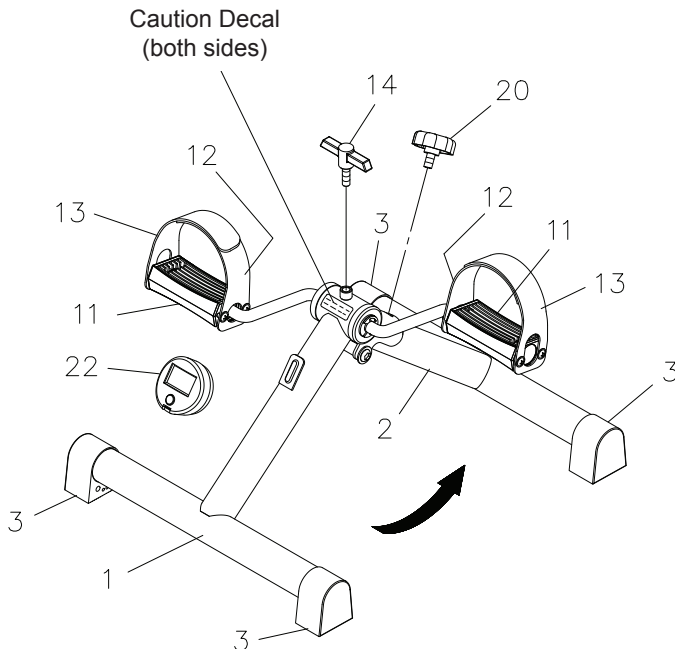
STEP 2: Bolt the T KNOB(14) into the hub on the MAIN FRAME(1).

STEP 3: Slide the TIMER(22) onto the plate on the MAIN FRAME(1).

NOTE: The INNER and OUTER PEDAL STRAPS(12, 13) on both sides are connected together with touch fastener. To adjust, separate the pedal straps and attach them together in different location which allow your feet to be easily removed from the PEDALS(11).

CAUTION: The surface of the crank housing may become hot during use, so allow it to cool before moving. Read the cautions posted on the **inSTRIDE Folding Cycle**.

CAUTION HOT SURFACE!
The surface may become hot during use, so allow it to cool before moving.



LOAD ADJUSTMENT

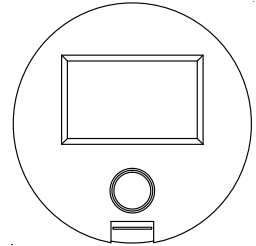
To increase the intensity of your workout, turn the T KNOB(14) clockwise. To decrease the resistance, turn the T KNOB(14) counterclockwise.

Assembly & Operational Instructions

USING THE ELECTRONIC TIMER

TIMER Function: The electronic timer displays minutes and seconds up to 99.59.

1. To time your workout, begin by pressing and holding the button on the face of the timer until zeros are displayed. Release the button.
2. Start the timer by pressing and releasing the button. Now you are ready to begin your workout.
3. To stop or pause the timer, press and release the timer button. This freezes the workout time. To resume your workout without losing the time displayed before stopping or pausing, press and release the button again.
4. When you complete your workout, press and release the timer button. The timer will automatically turn off after being in stop or pause mode for 4 minutes.



NOTE: Even after the timer automatically turns off, the time that was displayed prior to shut off will remain in memory. To resume your workout without losing the time displayed before stopping, press and release the timer button. To clear the time and start a new workout, start again at step 1.

BATTERY: The electronic timer operates with a 3v CR2032 mercury battery, included. Replace the battery when you see inconsistencies in the display.

FOLDING AND STORAGE

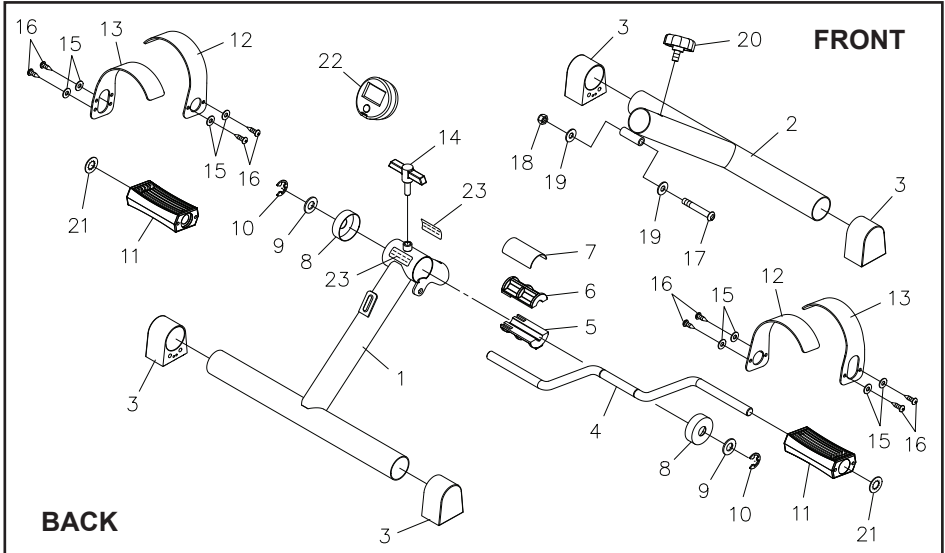
1. To store the **inSTRIDE Folding Cycle**, simply keep it in a clean dry place.
2. The minimum folded dimensions of the **inSTRIDE Folding Cycle** are approximately 15.5" long x 15" wide x 6.5" tall. Please measure your **inSTRIDE Folding Cycle** if exact dimensions are needed.
3. To fold, remove the LOCKING KNOB(20), and fold the FRONT FRAME(2) to the MAIN FRAME(1). Reattach the LOCKING KNOB(20) to the FRONT FRAME(2).
4. To avoid damage to the TIMER(22), remove the battery before storing for one year or more.

MAINTENANCE

The safety and integrity designed into the **inSTRIDE Folding Cycle** can only be maintained when the **inSTRIDE Folding Cycle** is regularly examined for damage and wear. Special attention should be given to the following:

1. A light oil is applied to the pedals of your **inSTRIDE Folding Cycle** before shipping. Reapply oil if the pedals begin squeaking.
2. Verify that all nuts and bolts are properly tightened.
3. Use only Stamina Products components for maintenance and repair. For replacement parts, contact us at customerservice@staminaproducts.com or call 1-800-375-7520.
4. Keep your **inSTRIDE Folding Cycle** clean by wiping with an absorbent cloth after use.

Product Parts Drawing and Parts List



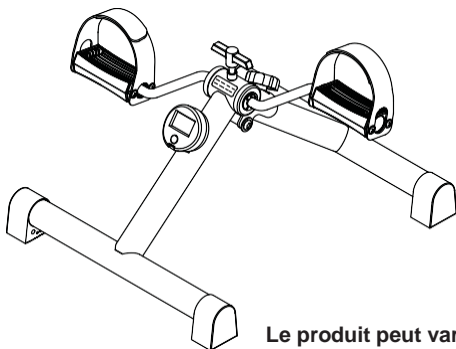
Part No. and Description	Qty	Part No. and Description	Qty
1 Main Frame	1	14 T Knob	1
2 Front Frame	1	15 Washer (M5)	8
3 Stand Cap (38.1mm)	4	16 Screw, Round Head (M5 x 12mm)	8
4 Crank	1	17 Bolt, Bottom Head (M8 x 1.25 x 55mm)	1
5 Bottom Brake Block	1	18 Nylock Nut (M8 x 1.25)	1
6 Top Brake Block	1	19 Washer (M8)	2
7 Press Plate	1	20 Locking Knob	1
8 Hub Cap	2	21 Push Nut (1/2")	2
9 Nylon Washer (1/2")	2	22 Timer	1
10 E Clip (1/2")	2	23 Caution Decal	2
11 Pedal	2	24 Owner's Manual	1
12 Inner Pedal Strap	2	25 Workout Manual	1
13 outer Pedal Strap	2		

LIMITED WARRANTY

This product is warranted to be free from defects in material and workmanship and to be in perfect working order at the time of purchase. This warranty applies to personal, family or household use. This warranty does not apply to use in athletic clubs, health clubs, spas, gymnasiums, exercise facilities, and other public or semipublic facilities.

If the product should, for any reason, become defective within 90 days of purchase, the manufacturer will replace the product once it is returned to the manufacturer. This warranty does not apply to any damage caused by accident, return transit, alteration, abuse, or misuse. There are no other warranties other than those expressly set forth herein.

Products shipped to the manufacturer must be in the original shipping carton with freight prepaid. All expenses for repairing or replacing the product, including the cost of shipping it back to the original purchaser, will be covered by the manufacturer. This warranty gives you specific legal rights, and you may have other rights which vary from state to state.



Le produit peut varier légèrement par rapport à la photo.



Guide d'utilisation

Instructions de
sécurité Service à
la clientèle
Opération
Garantie

Consignes de sécurité

AVERTISSEMENT : La limite de poids n'est pas applicable si le produit est utilisé correctement. Cet appareil n'est pas conçu pour supporter le poids d'un utilisateur. Pour réduire le risque de blessure grave, veuillez lire toutes les instructions de sécurité avant l'utilisation.

1. Veuillez conserver ce guide et assurez-vous que les autres utilisateurs ont bien lu les instructions avant d'utiliser l'**exerciceur pliant à pédales inSTRIDE** pour la première fois.
2. Lisez ce manuel et suivez attentivement les instructions avant d'utiliser l'**exerciceur pliant à pédales inSTRIDE**.
3. Ne vous mettez pas debout sur l'**exerciceur pliant à pédales inSTRIDE**.
4. Tenez les enfants éloignés de l'**exerciceur pliant à pédales inSTRIDE**. Ne laissez pas les enfants utiliser ou jouer autour de l'**exerciceur pliant à pédales inSTRIDE**. Tenez les enfants et les animaux éloignés de l'**exerciceur pliant à pédales inSTRIDE** pendant son utilisation.
5. Évitez tout pincement des doigts lors du pliage et du dépliage de l'**exerciceur pliant à pédales inSTRIDE**.
6. Installez et utilisez l'**exerciceur pliant à pédales inSTRIDE** sur une surface solide et plane comme un bureau ou une table pour les exercices du haut du corps, et sur un tapis d'équipement pour les exercices du bas du corps. Vous devez toujours être assis lorsque vous pédalez avec vos pieds. Ne placez pas l'**exerciceur pliant à pédales inSTRIDE** sur un tapis glissant ou sur une surface inégale.
7. Inspectez l'**exerciceur pliant à pédales inSTRIDE** avant de l'utiliser afin de vérifier qu'il ne contient pas de composants endommagés ou détachés.

Assemblage et instructions opérationnelles

8. Serrez/remplacez tout composant lâche ou usé avant d'utiliser l'**exerciceur pliant à pédales inSTRIDE**.
9. La surface du boîtier de la manivelle peut devenir chaude pendant l'utilisation, il faut donc la laisser refroidir avant de la déplacer.
10. Consultez un médecin avant de commencer un programme d'exercice. Si, pendant l'exercice, vous vous sentez faible, étourdi, ou si vous ressentez des douleurs, arrêtez et consultez votre médecin.
11. Choisissez toujours la séance d'entraînement qui convient le mieux à votre force physique et à votre niveau de souplesse. Apprenez à connaître vos limites et à ne pas les dépasser.
Faites preuve de bon sens lors de vos exercices.
12. Ne portez pas de vêtements trop amples lors de l'utilisation de l'**exerciceur pliant à pédales inSTRIDE**.
13. Ne faites jamais d'exercice avec des pieds nus ou des chaussettes. Portez toujours des chaussures appropriées.
14. L'**exerciceur pliant à pédales inSTRIDE** doit être utilisé que par une seule personne à la fois.
15. L'**exerciceur pliant à pédales inSTRIDE** est uniquement destiné à un usage personnel. Il n'est pas destiné à un usage dans des lieux publics ou semi-publics.

Ce produit est fabriqué exclusivement par



2040 N. Alliance, Springfield, MO
65803, É.-U.

Service à la clientèle
1 (800) 375-7520

cs@drexel.ca

www.staminaproducts.com

Lors d'un appel pour des
pièces ou services,
veuillez préciser le
numéro de modèle : 15 -
0125

FABRIQUÉ EN CHINE
©2020 Stamina Products, Inc.
2020, 10

Assemblage et instructions opérationnelles

ÉTAPE 1 : Déplier le CADRE AVANT(2) du CADRE PRINCIPAL(1) et le fixer avec le BOUTON DE VERROUILLAGE(20).

Ajustez les BOUCHONS DE SUPPORT(3) pour régler l'*exerciceur pliant à pédales inSTRIDE*.

ÉTAPE 2 : Boulonnez le BOUTON T(14) dans le moyeu sur le CADRE

PRINCIPAL(1). ÉTAPE 3 : Faites glisser la MINUTERIE(22) sur la plaque du CADRE PRINCIPAL(1).

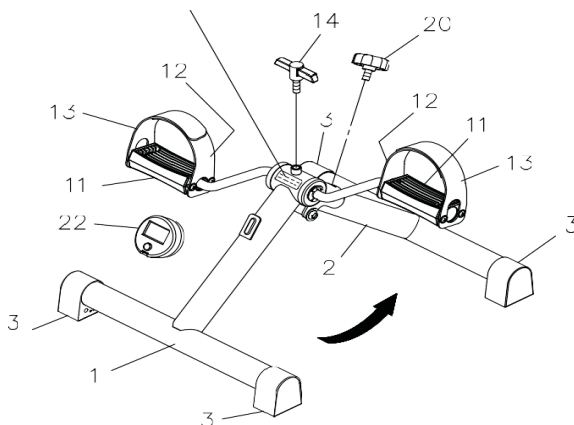
REMARQUE : Les SANGLES DE PÉDALE INTÉRIEURE et EXTÉRIEURE(12, 13) des deux côtés sont reliées entre elles par une fixation à contact. Pour ajuster, séparez les sangles de pédales et attachez-les ensemble à différents endroits, ce qui permet de retirer facilement vos pieds des PÉDALES(11).

MISE EN GARDE : La surface du boîtier de la manivelle peut devenir chaude pendant l'utilisation, il faut donc la laisser refroidir avant de la déplacer. Lisez les mises en garde affichées sur l'*exerciceur pliant à pédales inSTRIDE*.

MISE EN GARDE!!

La surface du boîtier de la manivelle peut devenir chaude pendant l'utilisation, il faut donc la laisser refroidir avant de la déplacer.

Autocollant de mise en garde (deux côtés)



AJUSTEMENT DU POIDS

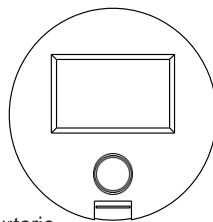
Pour augmenter l'intensité de l'entraînement, tournez le BOUTON T(14) dans le sens des aiguilles d'une montre. Pour diminuer la résistance, tournez le BOUTON T(14) dans le sens inverse des aiguilles d'une montre.

Assemblage et instructions opérationnelles

UTILISATION DE LA MINUTERIE ÉLECTRONIQUE

Fonction MINUTERIE : La minuterie électronique affiche les minutes et secondes jusqu'à 99,59.

1. Pour chronométrer votre entraînement, commencez par appuyer sur le bouton situé sur la face avant de la minuterie et maintenez-le enfoncé jusqu'à ce que des zéros s'affichent. Relâchez le bouton.
2. Démarrez la minuterie en appuyant et en relâchant le bouton. Vous êtes maintenant prêt à commencer votre entraînement.
3. Pour arrêter ou mettre en pause la minuterie, appuyez et relâchez la minuterie. Cela permet de stopper le temps d'entraînement. Pour reprendre votre entraînement sans perdre le temps affiché avant l'arrêt ou la pause, appuyez et relâchez le bouton à nouveau.
4. Lorsque vous avez terminé votre entraînement, appuyez et relâchez le bouton de la minuterie. La minuterie s'arrêtera automatiquement après avoir été en mode arrêt ou pause pendant 4 minutes.



REMARQUE : Même après l'arrêt automatique de la minuterie, l'heure qui s'est affichée avant l'arrêt restera en mémoire. Pour reprendre votre entraînement sans perdre le temps affiché avant l'arrêt, appuyez et relâchez le bouton de minuterie. Pour effacer le temps et commencer un nouvel entraînement, recommencez à l'étape 1.

PILE : La minuterie électronique fonctionne avec une pile au lithium CR2032 de 3 V, fournie. Remplacez la pile lorsque vous constatez des incohérences dans l'affichage.

PLIAGE ET RANGEMENT

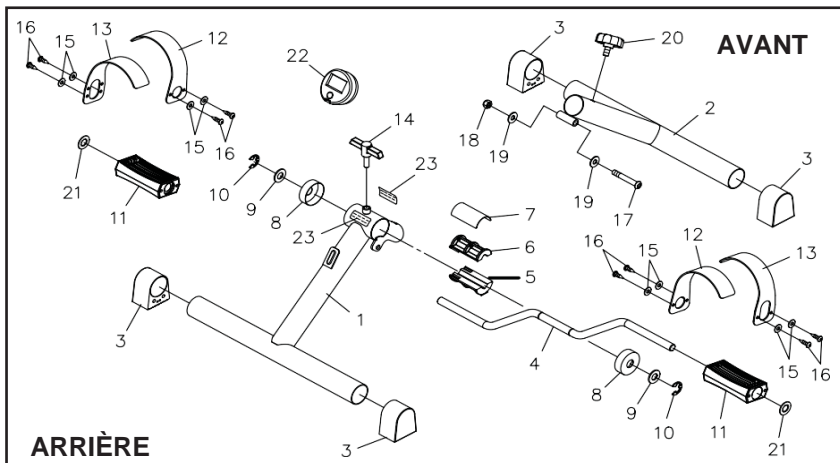
1. Pour ranger l'**exerciseur pliant à pédales inSTRIDE**, il suffit de le conserver dans un endroit propre et sec.
2. Les dimensions minimales pliées de l'**exerciseur pliant à pédales inSTRIDE** sont d'environ 15,5 po de long x 15 po de large x 6,5 po de haut. Veuillez mesurer votre **exerciseur pliant à pédales inSTRIDE** si des dimensions exactes sont nécessaires.
3. Pour plier, retirez le BOUTON DE VERROUILLAGE(20) et pliez le CADRE AVANT(2) sur le CADRE PRINCIPAL(1). Remettez le BOUTON DE VERROUILLAGE(20) en place sur le CADRE AVANT(2).
4. Pour éviter d'endommager la MINUTERIE(22), retirez la pile avant de le ranger pendant un an ou plus.

ENTRETIEN

La sécurité et l'intégrité conçues dans l'**exerciseur pliant à pédales inSTRIDE** ne peuvent être préservées que si l'**exerciseur pliant à pédales inSTRIDE** est régulièrement inspecté pour prévenir un dommage ou une usure éventuelle. Veuillez lire attentivement ce qui suit :

1. Une huile légère est appliquée sur les pédales de votre **exerciseur pliant à pédales inSTRIDE** avant l'expédition. Appliquez de nouveau de l'huile si les pédales commencent à grincer.
2. Vérifiez que tous les écrous et les boulons sont bien serrés.
3. Utilisez uniquement les composants de Stamina Products pour l'entretien et la réparation. Pour les pièces de remplacement, contactez-nous à customer.care@staminaproducts.com ou composez le 1-800-375-7520.
4. Assurez-vous que l'**exerciseur pliant à pédales inSTRIDE** soit propre en le nettoyant avec un chiffon absorbant après l'utilisation.

Dessin des pièces du produit et liste des pièces



N° de pièce et description	Qté	N° de pièce et description	Qté
1 Cadre principal	1	14 Bouton T	1
2 Cadre avant	1	15 Rondelle (M5)	8
3 Bouchon de support (38,1 mm)	4	16 Vis, à tête ronde (M5 x 12 mm)	8
4 Manivelle	1	17 Boulon, à tête bombée (M8 x 1,25 x 55 mm)	1
5 Bloc de frein du bas	1	18 Écrou autobloquant (M8 x 1,25)	1
6 Bloc de frein du haut	1	19 Rondelle (M8)	2
7 Plaque de pression	1	20 Bouton de verrouillage	1
8 Bouchon de moyeu	2	21 Écrou capuchon (1/2 po)	2
9 Rondelle de nylon (1/2 po)	2	22 Minuterie	1
10 Pince en E (1/2 po)	2	23 Autocollant de mise en garde	2
11 Pédale	2	24 Guide d'utilisation	1
12 Sangle de pédale interne	2	25 Manuel d'exercice	1
13 Sangle de pédale externe	2		

GARANTIE LIMITÉE

Ce produit est garanti contre tout défaut de matériel et de fabrication et est en parfait état de fonctionnement au moment de l'achat. Cette garantie s'applique à l'utilisation personnelle, familiale ou domestique. Cette garantie ne s'applique pas à l'utilisation dans les clubs d'athlétisme, les clubs de santé, les spas, les gymnases, les installations d'exercice et autres installations publiques ou semi-publiques.

Si le produit devait, pour une raison quelconque, devenir défectueux dans les 90 jours suivant l'achat, le distributeur remplacera le produit une fois qu'il lui aura été retourné. Cette garantie ne s'applique pas aux dommages causés par un accident, un transport de retour, un assemblage incorrect, une altération, un abus ou une mauvaise utilisation. Il n'y a pas d'autres garanties que celles qui sont expressément énoncées dans le présent document.

Les produits expédiés au distributeur doivent être dans le carton d'expédition d'origine, le fret étant prépayé. Tous les frais de réparation ou de remplacement du produit, y compris les frais de réexpédition à l'acheteur d'origine, seront couverts par le distributeur. Cette garantie vous donne des droits légaux spécifiques, et vous pouvez avoir d'autres droits qui varient d'un État à l'autre.