

*wattbike*

PROTON

KURZANLEITUNG

**wattbike**



# UNSERE MISSION

WATTBIKE ZUM ULTIMATIVEN TRAININGSPARTNER  
FÜR MEHR GESUNDHEIT UND LEISTUNG MACHEN



## **WILLKOMMEN BEI IHREM WATTBIKE PROTON**

Diese Anleitung zeigt Ihnen, wie Sie Ihr Wattbike Proton aufbauen, einrichten, Sie Ihre Geräte anschließen und wie Sie die Funktionen optimal nutzen können

# 01 SPECIFICATION

HÖHE	Min 98.2cm / Max 127.3cm
BREITE	57.3cm
LÄNGE	Min 101.7cm / Max 124.8cm
AUFSTELLFLÄCHE	124.8 x 57.3cm
GEWICHT	48kg
KARTONGEWICHT	50kg
RAHMEN	Steel
SITZ & LENKER	Aluminium
VERKLEIDUNGEN	Strapazierfähige ABS-Kunststoffkonstruktion
INTEGRIERTE GANGSCHALTER	Ja
GANGE	1-22 + benutzerdefinierte Optionen
KURBELN	170mm
SITZ	Hybrid-Komfort-Sitz
PEDALE (UK	Doppelseitige Pedale mit serienmäßigem Zehenkäfig
KETTE	Industrieller 12" x 1/8" Stahl
GURT	Zahnriemen T15
LENKERHÖHENVERSTELLBARKEIT	Bereich 50,8cm–80cm
LENKER VORN / HINTEN EINSTELLBARKEIT	Bereich 0–23cm
SITZHÖHENVERSTELLBARKEIT:	Bereich 49,8cm–82,7cm
SITZ VORN / HINTEN EINSTELLBARKEIT:	Bereich 0–20cm
GENAUIGKEI	+/-1%
LEISTUNGSBEREICH	0-1800w
WIDERSTAND	Elektromagnetisch (geschwindigkeits unabhängig)
KONNECTIVITÄT	ANT+ (FE-C), BLE (FTMS)
STEUERUNG DER SMART-FUNKTIONEN APPS VON DRITTANBIETERN:	Any ANT+FEC or Bluetooth FTMS enabled app inc Zwift, Rouvy, TrainerRoad, FulGaz, MyWhoosh...
STEIGUNG	0-25%
Q FAKTOR	160mm
MAX. BENUTZERGEWICHT	135kg
FAHRERGRÖßE	Min height 4'6" / Max height 6'6"
EXTERNE STROMVERSORGUNG ERFORDERLICH	Ja, 12V 5A DC
PRODUKTKLASSE:	Klasse HA



## 02 EIGENSCHAFTEN

INTEGRIERTE DIGITALE  
SCHALTER

KOMPATIBEL MIT ALLEN  
GÄNGIGEN APPS ÜBER  
BLUETOOTH UND ANT+

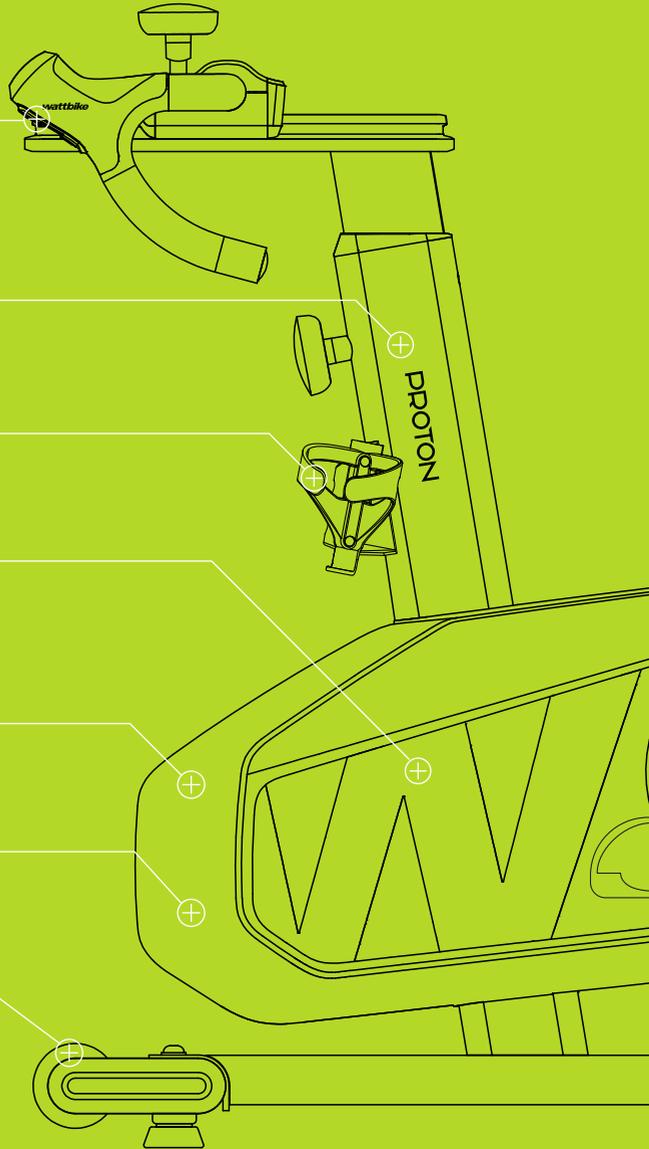
DOPPELTER  
WASSERFLASCHENHALTER

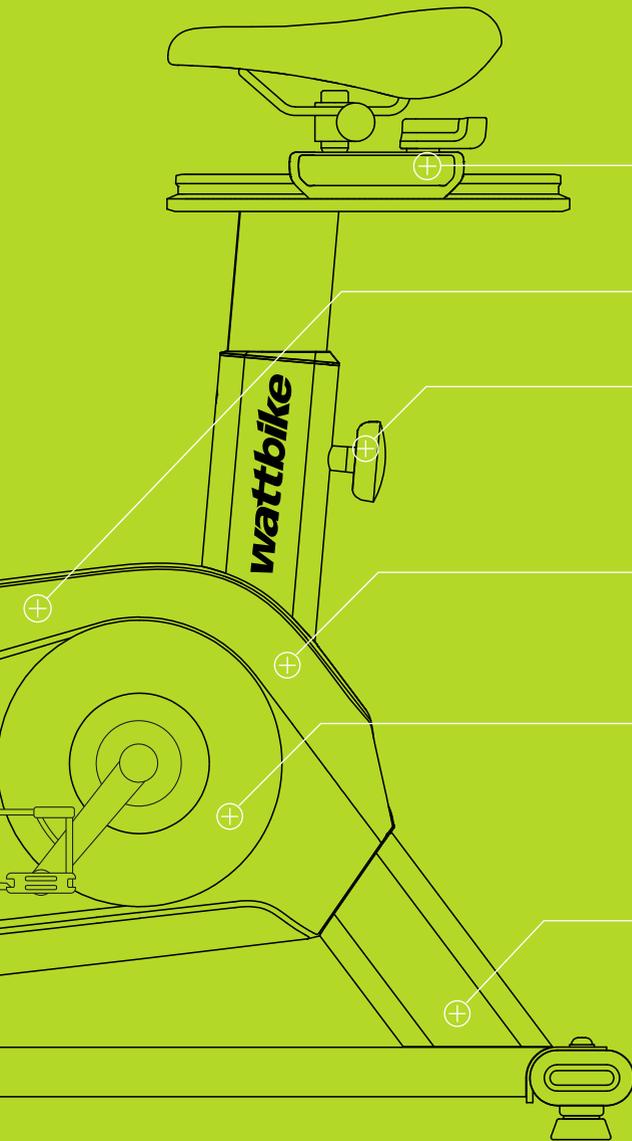
ELEKTROMAGNETISCHER  
WIDERSTAND

REALISTISCHES  
FAHRGEFÜHL

KOMPAKTE STELLFLÄCHE

TRANSPORTROLLEN  
MIT INLINE-SKATE-  
KUGELLAGERRÄDERN





GROSSER  
VERSTELLBEREICH  
IN VERTIKALER UND  
HORIZONTALER RICHTUNG

NIEDRIGE AUFSTIEGSHÖHE

EINFACH ZU BEDIENENDE  
EINSTELLKNÖPFE

WELTKLASSE +/-1%  
GENAUIGKEIT

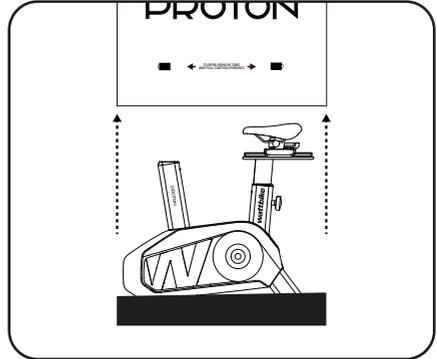
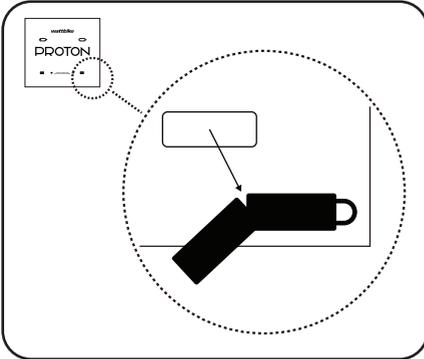
0-1800W  
LEISTUNGSBEREICH

ROBUSTE KONSTRUKTION

# 03 GET READY TO RIDE

## MONTAGE

- 1 Entfernen Sie die vier schwarzen Halteklammern vollständig und heben Sie den oberen Karton nach oben, um ihn vom Rest der Verpackung zu trennen.



Packen Sie die Komponenten aus ihren separaten Kartons aus. Die folgende Abbildung zeigt, wo sich die Komponenten befinden.



**2** 2 Überprüfen Sie, ob Sie alle Komponenten für die Montage haben:

Werkzeuge:

- 6mm Inbusschlüssel
- 15mm Pedalschlüssel
- 13 + 14mm Schraubenschlüssel

Bestandteile:



Lenkerverstellknopf



Pedale



Muttern, Schrauben und Unterlegscheiben (4 Stück)



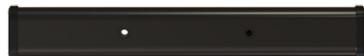
Stromversorgung



Lenker



Frontstabilisator

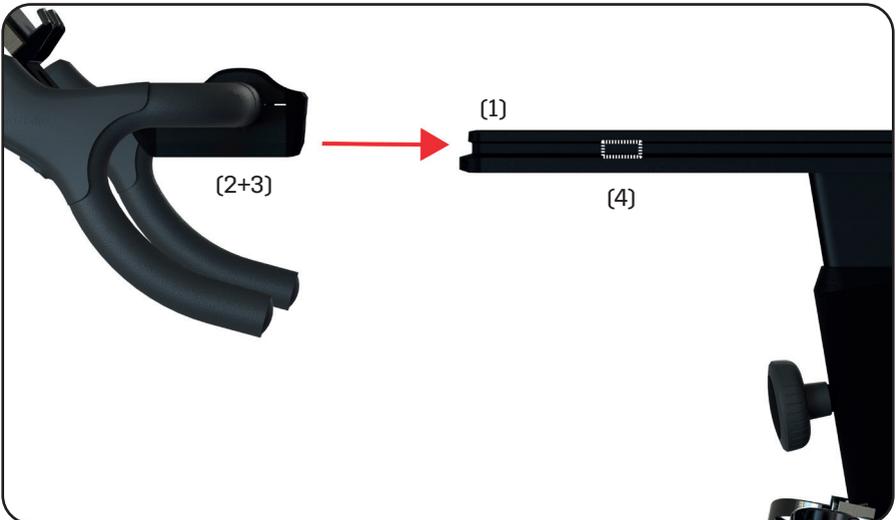


Heckstabilisator

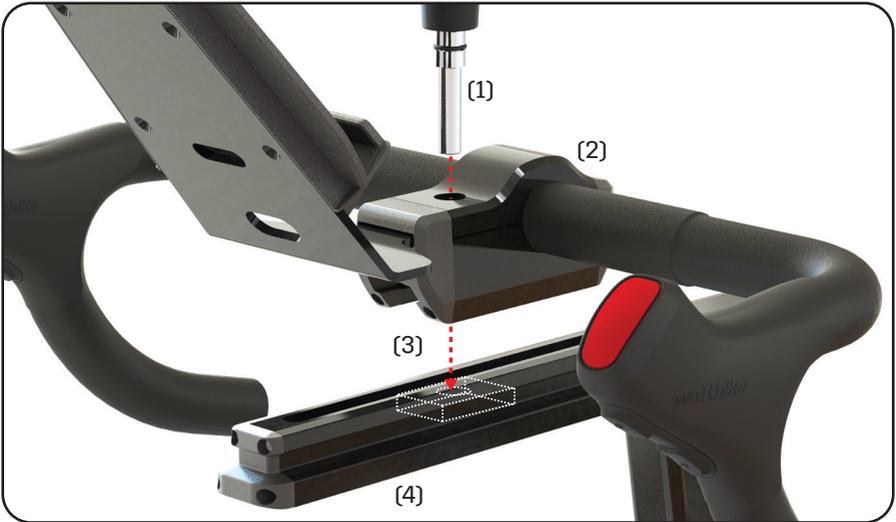
- 3 Heben Sie das Heck des Fahrrads mithilfe der Kartonverpackung an und befestigen Sie den **hinteren Stabilisator (ohne Räder)** mit einem **6mm Inbusschlüssel** und einem **17mm Schlüssel**. Führen Sie den gleichen Vorgang für den **vorderen Stabilisator (mit Rädern)** durch.



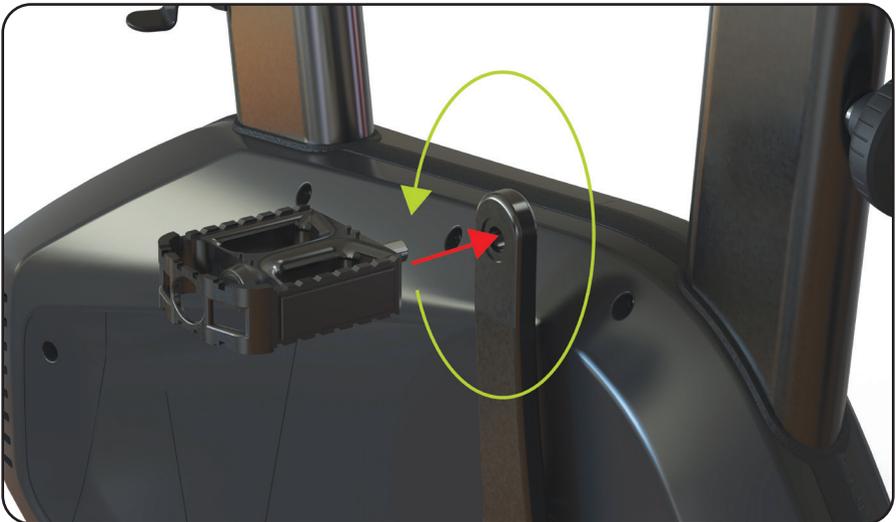
- 4 Entfernen Sie den **Schaumstoff vom Lenkerstamm (1)** und suchen Sie den **Lenker (2)** mit dem daran befestigten **Gleitblock (3)** und schieben Sie den Lenker in Position. **Der Einstellblock (4)** muss möglicherweise in eine zentrale Position gebracht werden, bevor Sie versuchen, den Lenker und den Gleiter zu befestigen.



- 5 Führen Sie den **Einstellknopf (1)** durch die Öffnung im **Lenkerhalter (2)** und schrauben Sie ihn in den **Lenker-Einstellblock (3)** im **Lenkerstamm (4)** ein.



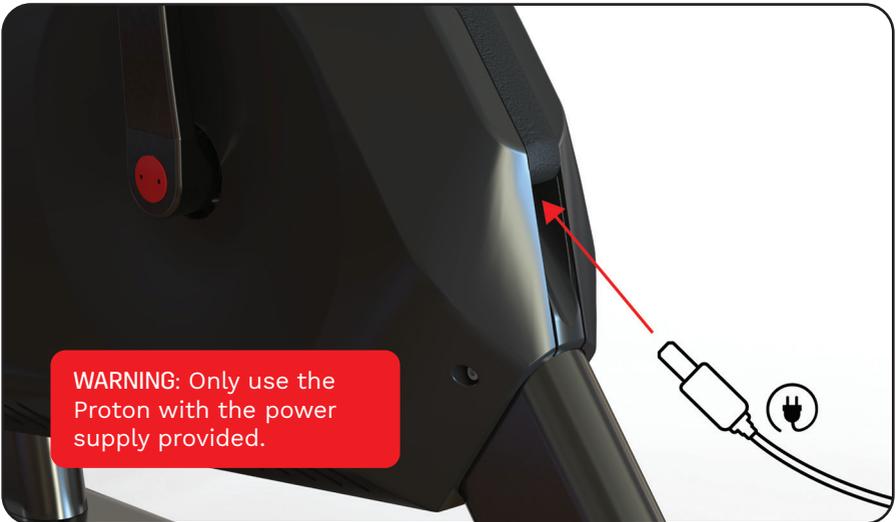
- 6 Befestigen Sie die **Pedale** (oder ersetzen Sie sie durch Ihre eigenen) mit dem **Pedalschlüssel**. Achten Sie darauf, das Gewinde nicht zu überdrehen.



- 7 Stellen Sie den Lenkervorbau, den Lenker, die Sattelstütze und den Sattelschieber auf Ihre gewünschte Fahrposition ein und befestigen Sie diese. Weitere Anleitungen finden Sie unter [support.wattbike.com](https://support.wattbike.com).



- 8 Schließen Sie das Fahrrad mit dem mitgelieferten **12V 5A Netzteil** an und verbinden Sie es über Ihr Mobilgerät mit dem Wattbike Hub (siehe nächster Abschnitt). Möglicherweise werden Sie bei der ersten Verbindung aufgefordert, ein Firmware-Update durchzuführen



## **FAHRERPOSITION**

Die Einstellung der Fahrposition ist ein komplexes Thema. Die folgenden Diagramme sind ein grober Leitfaden für den Einstieg.

### **EINSTELLUNG DER SATTELHÖHE**

Stellen Sie die Sattelhöhe so ein, dass sie sich ungefähr auf Höhe Ihrer Hüftknochen befindet. Sie wollen nicht, dass Ihr Bein am unteren Ende der Bewegung ganz durchgestreckt ist, oder Ihr Bein am oberen Ende der Bewegung so hoch ist, dass die Hüften beim Treten mitwippen.



### **EINSTELLUNG DER HORIZONTALEN POSITION DES SATTELS**

Wenn Ihre Füße waagrecht stehen, sollte die Vorderseite Ihres Knies ungefähr auf einer Linie mit dem Fußballen sein.



### **EINSTELLUNG VON LENKERHÖHE UND REICHWEITE**

Stellen Sie die Lenkerhöhe und den Lenkerabstand so ein, dass Sie eine bequeme Fahrposition einnehmen können. Ein guter Ausgangspunkt ist, dass sich Ihre Oberarme und Ihr Körper in einem 90-Grad-Winkel befinden und der Lenker auf der gleichen Höhe wie Ihr Sattel ist.



Dies ist eine ungefähre Anleitung – weitere Informationen und Anleitungen finden Sie unter [support.wattbike.com](https://support.wattbike.com).

# 04 VERBINDEN

Sobald Ihr Wattbike Proton eingerichtet ist, müssen Sie Ihre Geräte verbinden, bevor Sie mit dem Fahren beginnen können.

1 Vergewissern Sie sich, dass die Bluetooth™-Funktion Ihres Telefons oder Tablets eingeschaltet ist.

2 Laden Sie die Wattbike Hub App aus Ihrem App Store herunter.

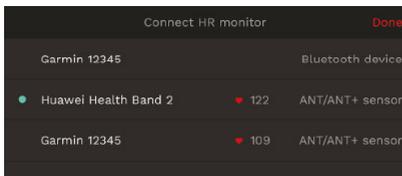


3 Öffnen Sie die App und melden Sie sich an oder registrieren Sie sich. So verbinden Sie Ihr Proton:

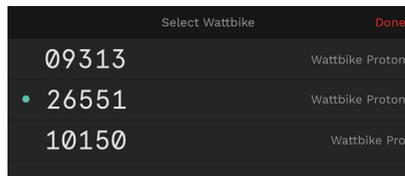
- Tippen Sie auf Quick Ride oder das gewünschte Training
- Tippen Sie auf Wattbike in der oberen rechten Ecke
- Wählen Sie Ihre Proton-ID aus der Liste aus.

4 Schließen Sie Ihr Herzfrequenzmessgerät an. Das Air-Pro kann mit Bluetooth™-, ANT+- und ANT (Suunto)-Herzfrequenzmessern verbunden werden.

**TIPP:** Befeuchten Sie die Kontakte Ihres Herzfrequenzgurts und tragen Sie ihn, bevor Sie ihn mit Ihrem Proton verbinden. Für weitere Informationen besuchen Sie [support.wattbike.com](https://support.wattbike.com)



Klicken Sie hier, um Ihren Herzfrequenzgurt zu **verbinden**



Klicken Sie hier, um Ihr **Proton** zu u verbinden



Sie können über Bluetooth™ oder ANT+  
eine Verbindung zu anderen Trainings-Apps  
herstellen, darunter:



## **WIDERSTANDSMODI**

– Sie haben die Möglichkeit, während eines Trainings zwischen zwei Widerstandsmodi zu wechseln.

**Gangmodus:** Verwenden Sie die Auf- und Ab-Tasten, um den Gang zu wechseln. Dieser Modus ähnelt am ehesten dem Fahrradfahren. Dies ist der Standard-Gangmodus für „Schnellfahrt“.

**Ergo-Modus:** In diesem Modus hält das Proton unabhängig von Ihrer Trittfrequenz eine Zielleistung ein. Dies ist der Standardmodus für das Training. Um zwischen den Modi zu wechseln, drücken Sie die Aktionstaste am rechten Schalter..

**TIPP:** Die Tastenkonfiguration und die benutzerdefinierte Übersetzung können in den Fahr-Einstellungsoptionen der Wattbike Hub-App bearbeitet werden, auf die Sie vor Beginn eines Trainings oder während einer Pause über den Fahrbildschirm zugreifen können. Weitere Informationen finden Sie unter [support.wattbike.com](https://support.wattbike.com).



HR



Setup



000116

## **VERWENDUNG DER SCHALTER**

Die Schalter an Ihrem Proton steuern bestimmte Aktionen;

### **Der Schalter auf der rechten Seite:**

- Aktionsknopf – Auswahl des Widerstandsmodus
- Aufwärts-Taste:
  - Klicken: Gang oder Ziel-Wattzahl erhöhen
  - Halten: Gang oder Ziel-Wattzahl erhöhen + mehrere Änderungen
- Abwärts-Taste
  - Klicken: Gang oder Ziel-Wattzahl verringern
  - Halten: Gang oder Ziel-Wattzahl verringern + mehrere Änderungen

### **Der Schalter auf der linken Seite:**

- Aktionsknopf: + 1 Runde (nur für die Modi „Just Ride“ und „Climb“)
- Aufwärts-Taste:
  - Klicken: Zur nächsten Ansicht scrollen
- Abwärts-Taste



**AKTIONSKNOPF**

**AUFWÄRTS-  
TASTE**

**ABWÄRTS-  
TASTE**

**TIPP:** Wenn Sie den Aktionsknopf drücken, drücken Sie in die Mitte des roten Teils des Schalters.

# 05 PFLEGE FÜR IHR PROTON

## NACH JEDER ANWENDUNG

Um sicherzustellen, dass Ihr Proton in gutem Zustand bleibt, verwenden Sie nach jeder Anwendung ein sauberes weiches Tuch und einen nicht scheuernden Flüssigreiniger. Wir empfehlen das Muc-off Care Pack zum Reinigen.

Sie sollten die äußeren Abdeckungen, den Rahmen, den Sattel und den Lenker abwischen und sicherstellen, dass der Lenkervorbau und die Sattelstütze nicht über den Markierungen liegen.

## WARTUNG

Falls erforderlich:

- Saugen Sie den Boden unter und um den Air-Pro herum um zu verhindern, dass das Fahrrad Staub aufnimmt.
- Überprüfen Sie die Fußschrauben, die Sattel- und Lenkerschieber und die Gerätehalterung auf Bewegung und Korrosion. Ziehen Sie sie nach Bedarf fest.
- Überprüfen Sie die Einstellungen der Sattelstütze und des Lenkervorbaus. Ziehen Sie sie nach Bedarf fest
- Achten Sie darauf, dass sich kein Schweiß/keine Flüssigkeit auf den Metallteilen oder Abdeckungen ansammelt.
- Prüfen Sie, ob die Pedale sicher und gebrauchstauglich sind
- Stellen Sie sicher, dass die Pedale fest angezogen sind, um Schäden am Fahrrad oder Verletzungen des Benutzers zu vermeiden. Wir empfehlen, den festen Sitz regelmäßig zu überprüfen, da sich die Pedale mit der Zeit durch den Gebrauch lösen können.
- Achten Sie besonders auf Teile, die Verschleißerscheinungen aufweisen.
- Entfernen und ersetzen Sie beschädigte Teile so schnell wie möglich und/oder wenden Sie sich an Wattbike, um Unterstützung oder eine Reparatur zu erhalten.
- Die regelmäßige Wartung gefährlicher und verschleißanfälliger Teile kann die Sicherheit der Ausrüstung gewährleisten.

TIPP: Umfassende Servicepakete sind unter [wattbike.com](http://wattbike.com) erhältlich. Oder wenden Sie sich für weitere Informationen an den Kundendienst.

## ZUSÄTZLICHE RESSOURCEN

Weitere Informationen und vollständige Einrichtungsanleitungen finden Sie unter [support.wattbike.com](http://support.wattbike.com)



# WARNUNG!

- Das Gerät darf nur mit dem mitgelieferten Netzgerät verwendet werden.
- Dieses Gerät kann von Kindern ab 8 Jahren und darüber sowie von Personen mit verringerten physischen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder mangelnder Erfahrung und Kenntnis benutzt werden, wenn sie beaufsichtigt oder bezüglich des sicheren Gebrauchs des Geräts unterwiesen wurden und die daraus resultierenden Gefahren verstehen.
- Kinder dürfen nicht mit dem Gerät spielen.
- Die Reinigung und Wartung durch den Benutzer darf nicht von Kindern ohne Aufsicht durchgeführt werden.
- Das Gerät ist nur für den Gebrauch in Innenräumen geeignet.
- Bei Gebrauch sollte um das Gerät herum ein Freiraum von 0,6 m gelassen werden.
- Das Gerät muss auf einer stabilen und ebenen Fläche verwendet werden.
- Stellen Sie sicher, dass keine Hebel oder Einstellpunkte hervorstehen, die während der Fahrt zu Verletzungen führen können

Adresse: Wattbike LTD, Unit 13, Nottingham South &  
Wilford Industrial Estate, Nottingham, NG11 7EP  
email: [info@wattbike.com](mailto:info@wattbike.com)



# *wattbike*



/wattbike



@wattbike



@wattbike



/wattbike



/wattbike



/clubs/10729