

wattbike

# PROTON

## QUICK START GUIDE



# OUR MISSION

MAKE WATTBIKE THE ULTIMATE TRAINING PARTNER  
FOR IMPROVING HEALTH AND PERFORMANCE



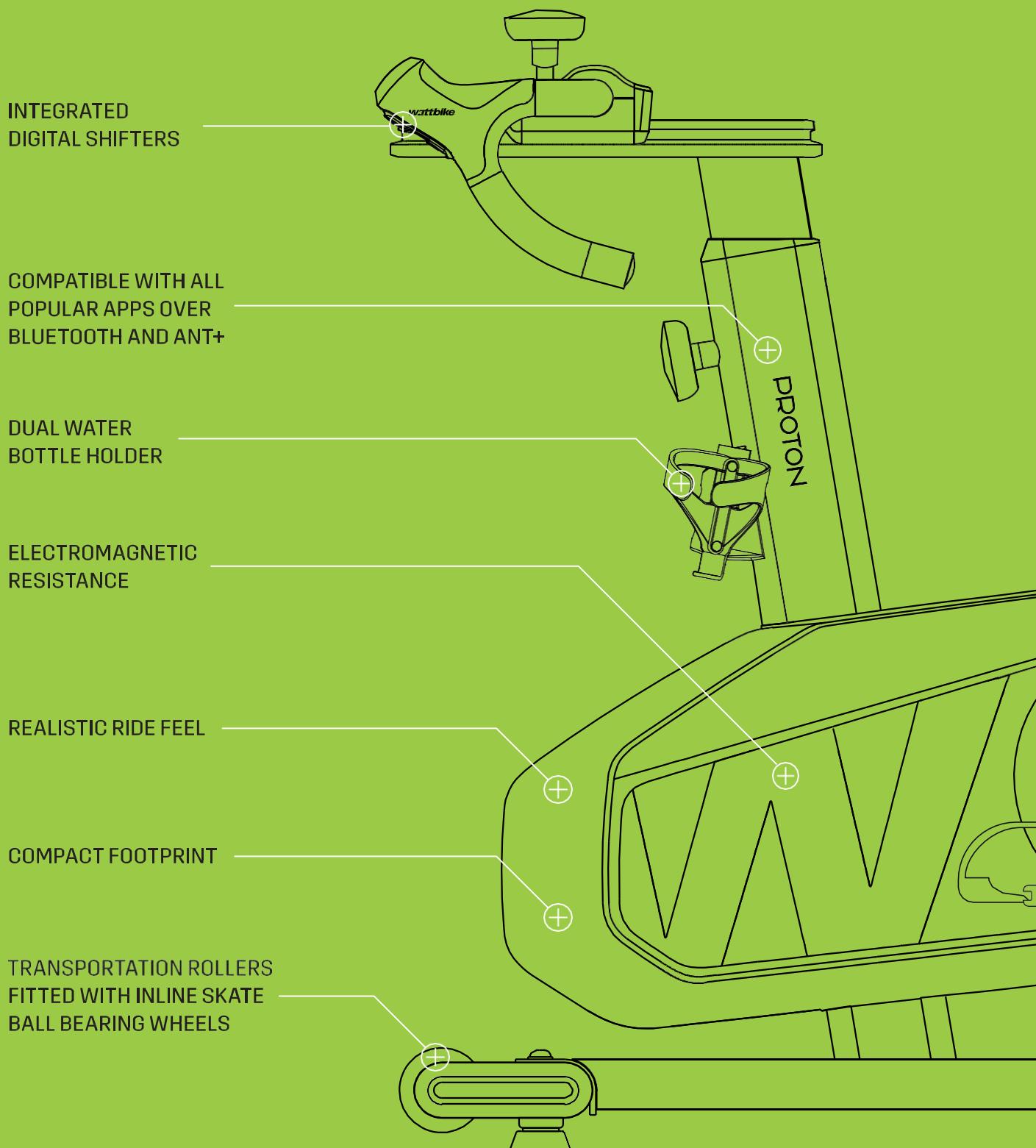
日本サイクス有限会社  
Wattbike Japan  
03-3421-5354  
[info@wattcycling.jp](mailto:info@wattcycling.jp)

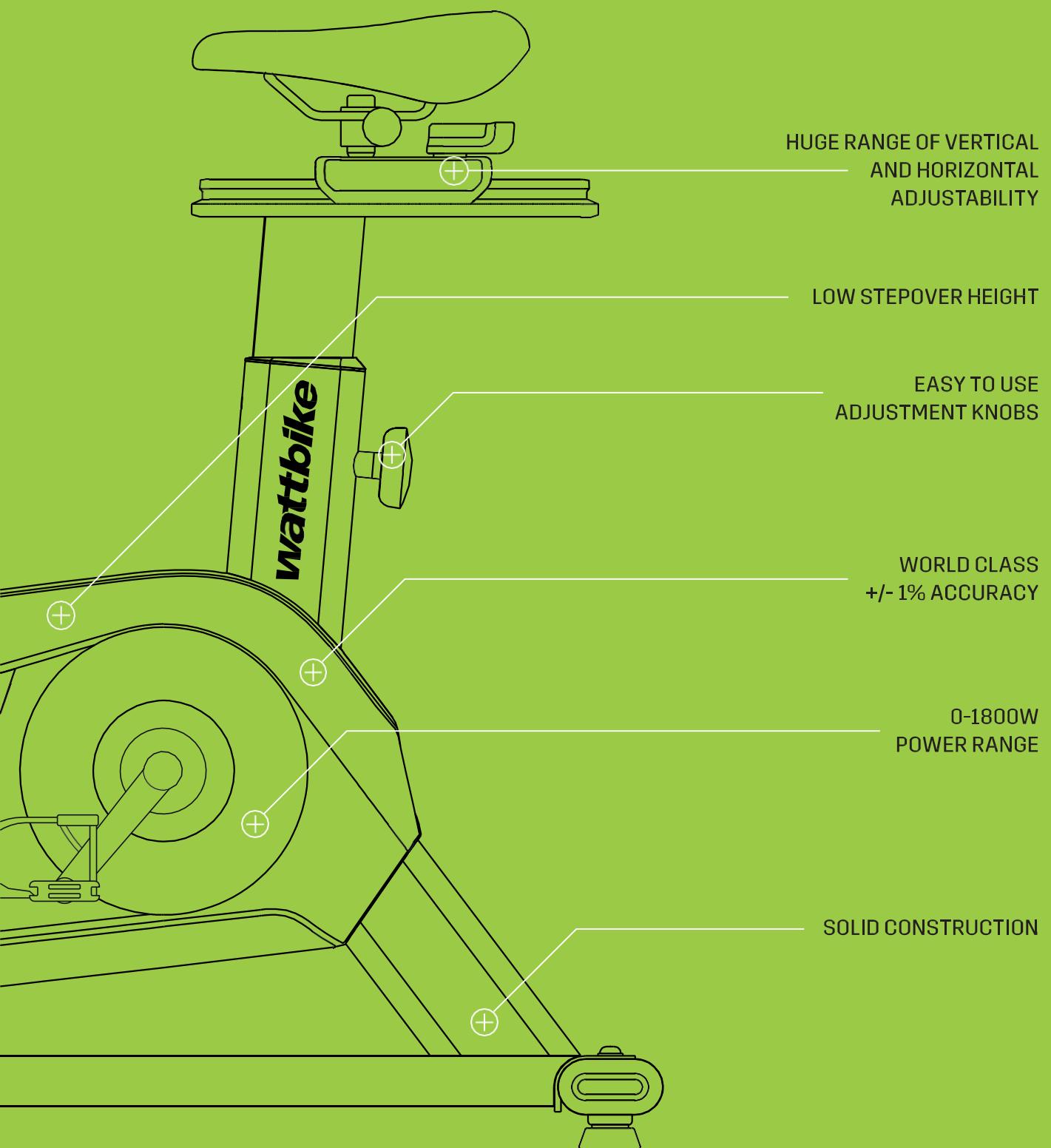
# 01 SPECIFICATION

バイク重量	48kg
バイク設置面積	102×57cm
高さ	最長127cm
フレーム	ステール
フット	高さ調整ラバーフット
ローラー	搬送ローラー付き
内蔵シフター	あり
ギア数	1~22
クランク	長さ170mm
シート	ハイブリッドコンフォートシート
ペダル	トーケージ付きフラットペダルを標準装備
カバー	高耐久ABS樹脂製
チェーン	工業用 1/2インチ×1/8インチ スチール
ベルト	T15 タイミングベルト
シートおよびハンドルシステム	アルミニウム
ハンドルバーの高さ調節範囲	51~80cm
シートの高さ調節範囲	49~83cm
負荷範囲	0~1800w
負荷	電磁負荷
勾配	0~25%
サードパーティ接続	ANT+、Bluetooth、FTMS
サードパーティアプリ対応	ANT+FEC／Bluetooth FTMS対応アプリ（Swift、ROUVY、TrainerRoad、FulGaz、MyWhooshなど）
最大使用者体重	135kg
使用者身長範囲	約137~198cm
Qファクター	160mm
外部電源	常時接続



## 02 FEATURES

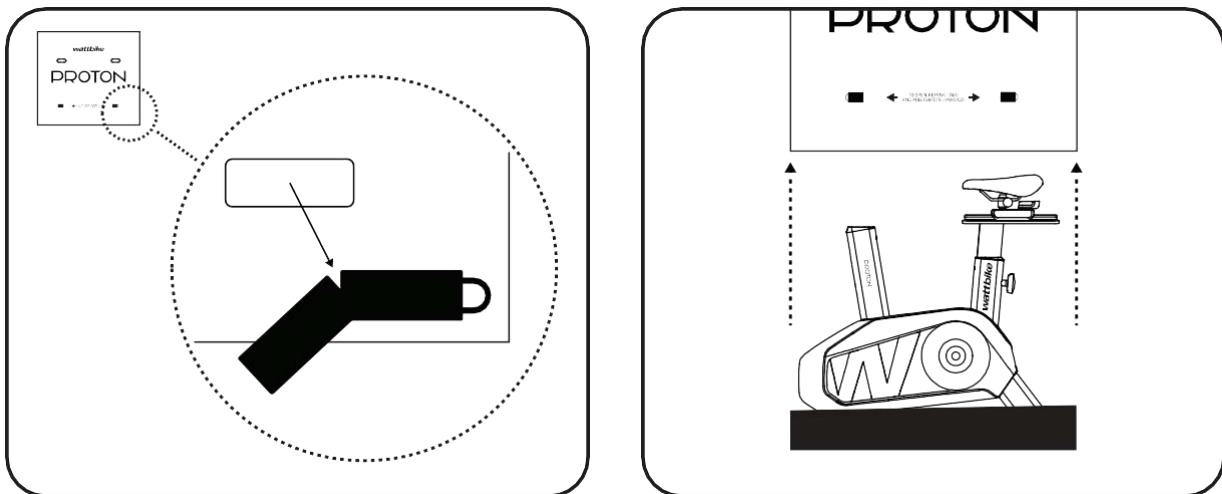




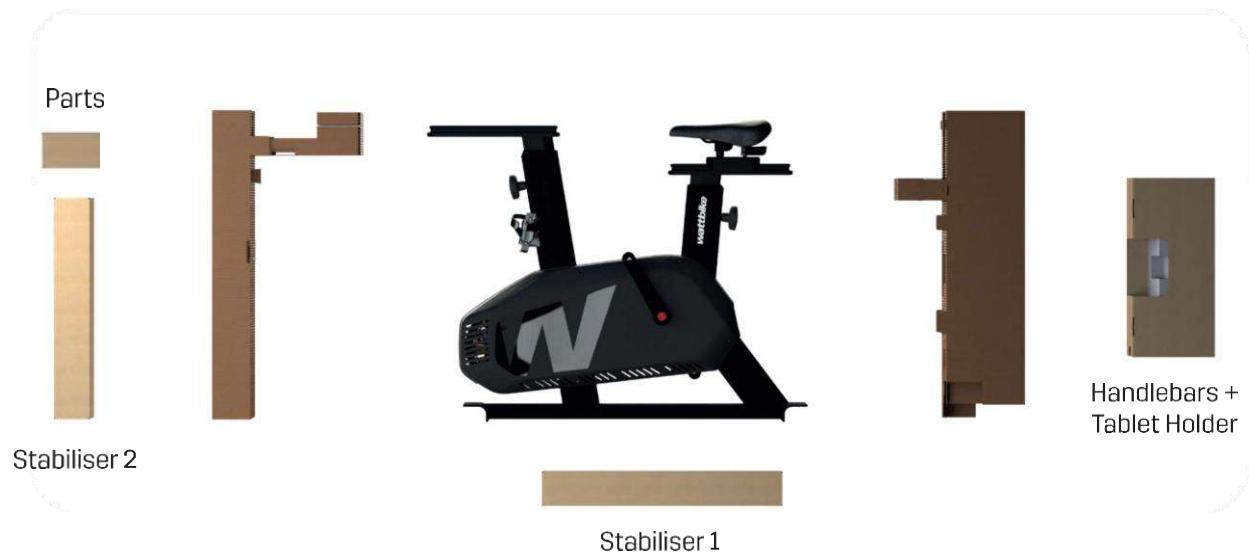
## 03 GET READY TO RIDE

### 組み立て手順

- 1 段ボール下部にある黒い固定タブを4つすべて外し、上部の箱を持ち上げて開梱します。



すべてのパーツを各箱から取り出してください。



2 各パーツが入っているか確認して下さい。

工具:

- 6mm 六角レンチ
- 15mm ペダルスパナ
- 13 + 14mm スパナ

パーツ:



Handlebar  
Adjustment Knob



Nuts, Bolts & Washers (x4)



Power Supply



Handlebars



Front  
Stabiliser

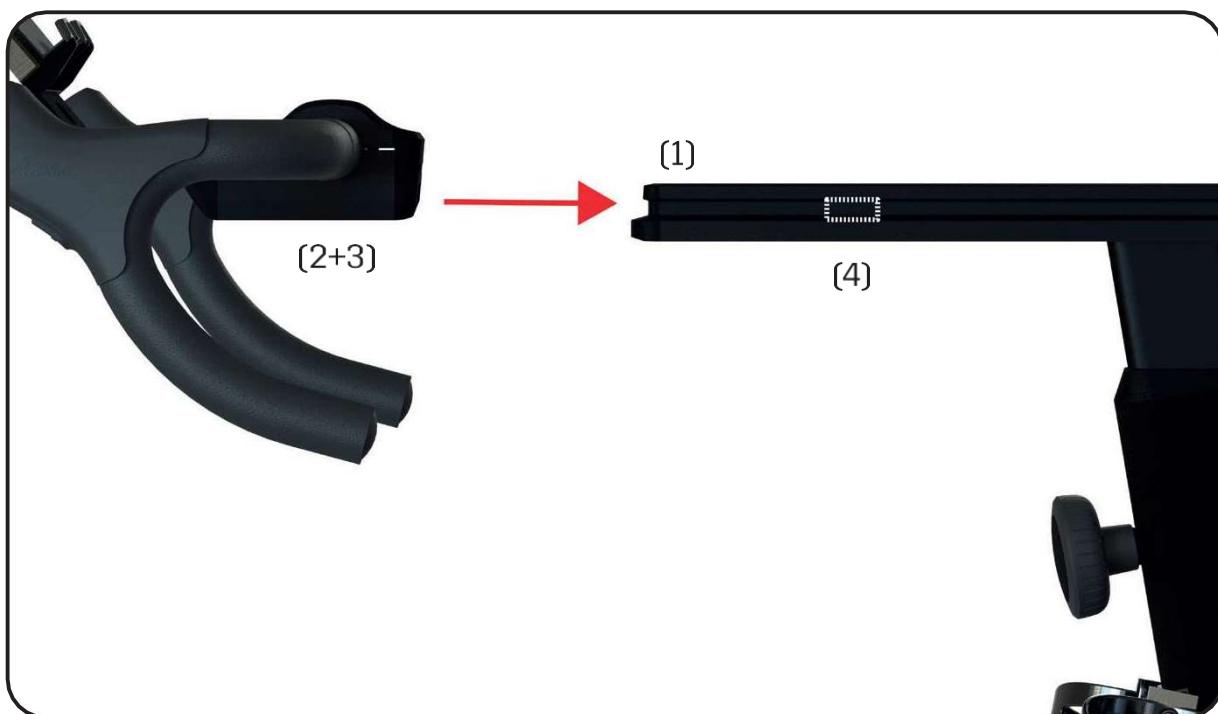


Rear  
Stabiliser

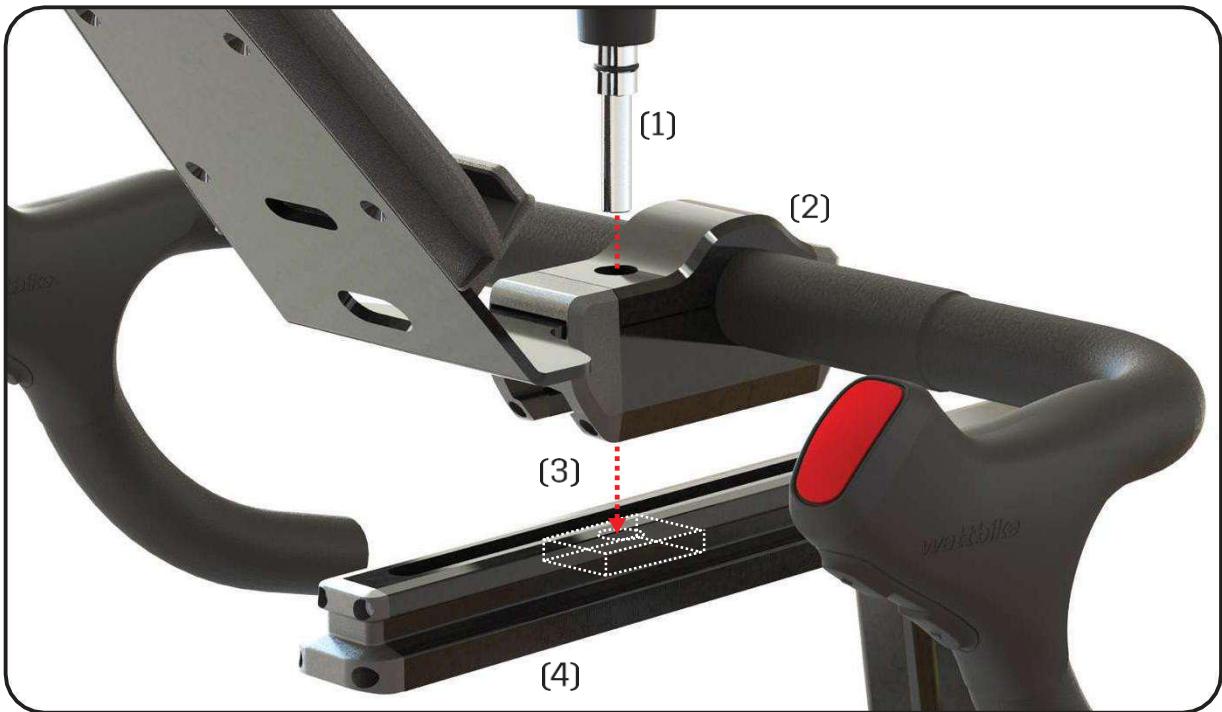
- 3 フレーム後部を持ち上げ、後方脚(キャスターなし)を取り付けます。付属のナット、ボルト、ワッシャーで固定し、6mmレンチと17mmスパナで締めます。  
同じ手順で前方脚(キャスター付き)を取り付けます。



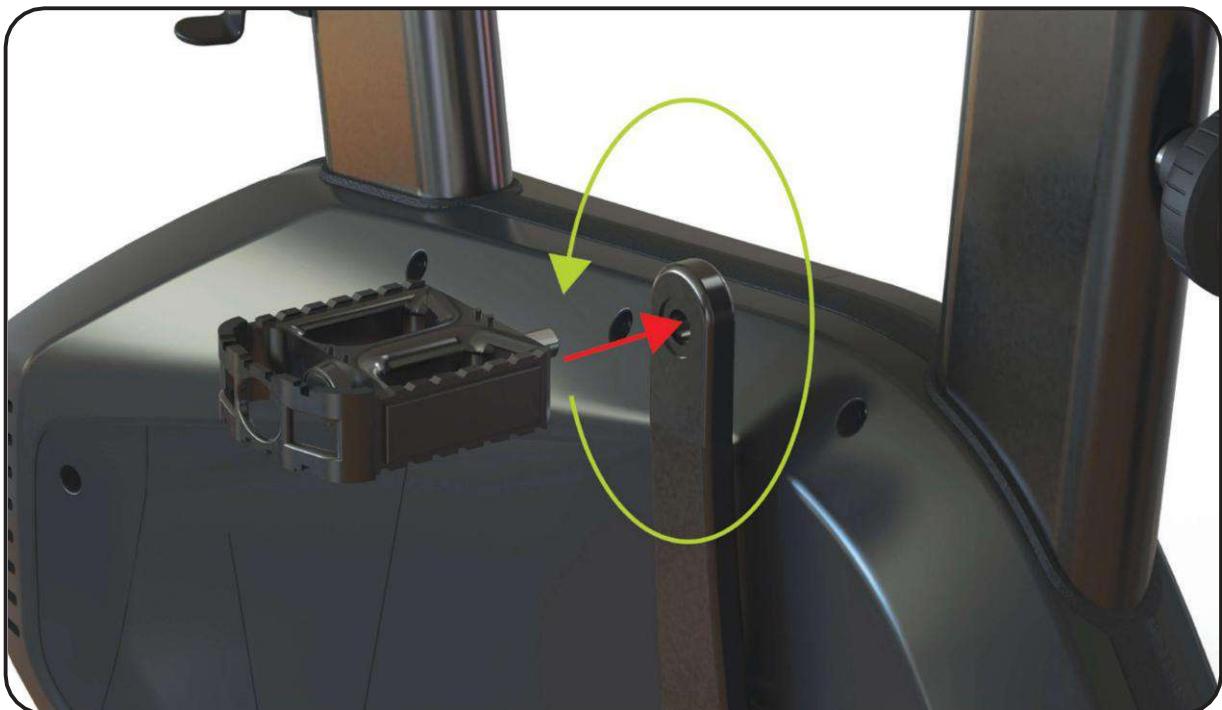
- 4 ハンドルステムの緩衝材を取り外し、ハンドルバーを差し込みます。  
ハンドルステム内部のアジャストメントブロックが中央に位置するようにします。



**5** アジャストメントレバーを(1)の穴に通し、(3)アジャストメントブロックに差し込む。ノブを締めて固定する。



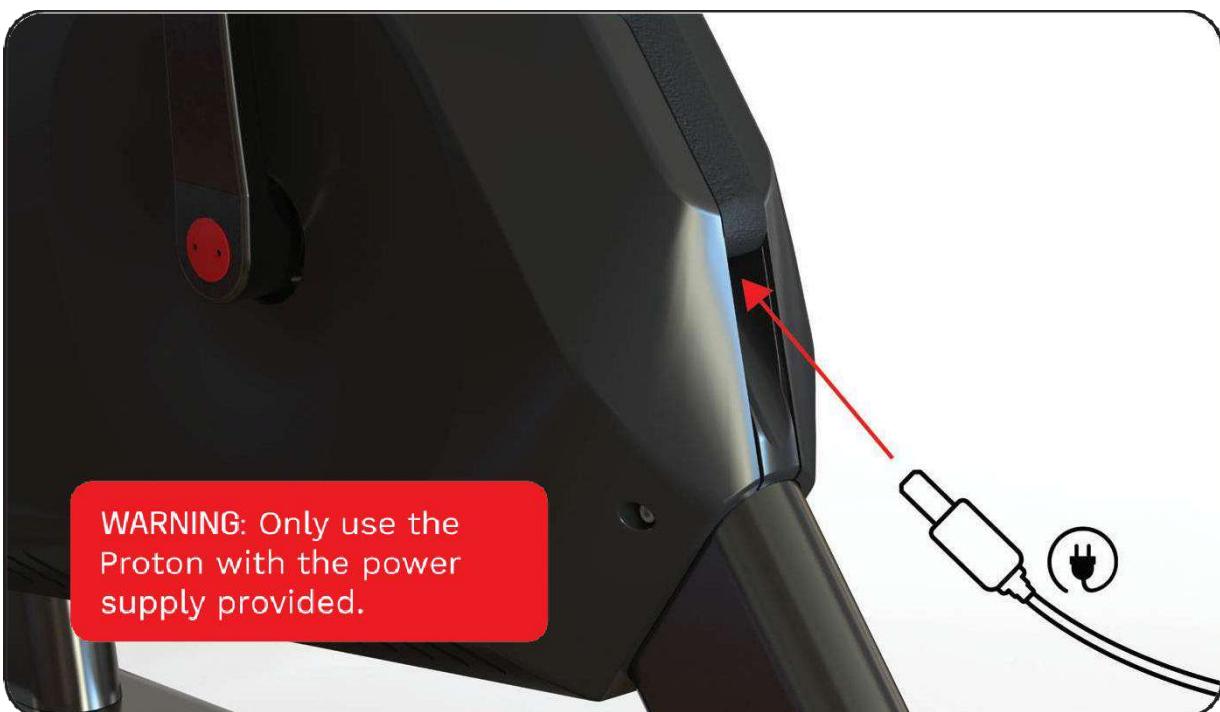
**6** 付属のペダル、または任意のペダルを取り付けます。ネジ穴を壊さないよう注意して下さい。



- 7 ハンドルとサドルの高さ・前後調整を自分の体に合わせて調整します。



- 8 Wattbikeに電源アダプタ(12V 5A)を差し込みます。  
スマホ/タブレットで「Wattbike Hub」アプリを起動し、接続します。  
※初回はファームウェアの更新を求められることがあります。

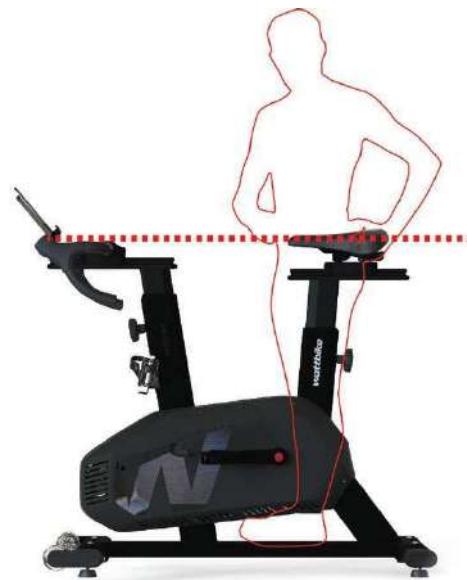


## **RIDE POSITION**

Bike fitting is a complex subject. The following diagrams are a rough guide to get you started.

### **SETTING THE SADDLE HEIGHT**

Set the saddle height to be roughly in line with your hip bone. You don't want your leg fully extended at the bottom of the stroke, or so high that your hips rock while pedalling.



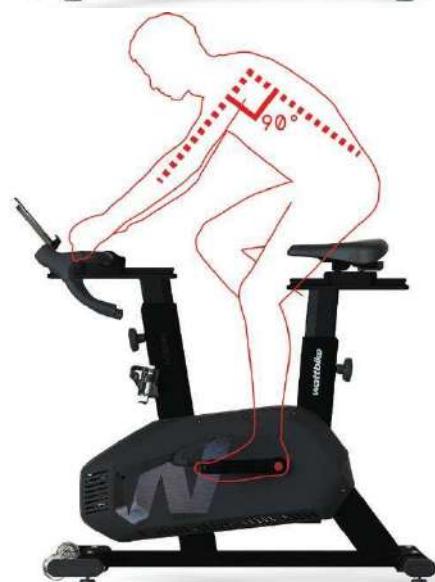
### **SETTING SADDLE HORIZONTAL POSITION**

When your feet are level, the front of your knee should be roughly inline with the ball of the foot.



### **SETTING HANDLEBAR HEIGHT AND REACH**

Set the handlebar height and reach so it is comfortable to hold the riding position, a good starting point is to have your upper arms and body at a 90 degree angle, and the bars at the same height as your saddle.



This is an approximate guide - visit [support.wattbike.com](http://support.wattbike.com) for further information and guidance.

## 04 GET CONNECTED

Wattbike Protonのセットアップが完了したら、ライドを始める前にデバイスを接続する必要があります。

- 1 スマホ／タブレットのBluetoothをオンにします。

- 2 App storeまたはGoogle Playから**Wattbike Hub**アプリをダウンロードします。



Download on the  
App Store

GET IT ON  
Google Play

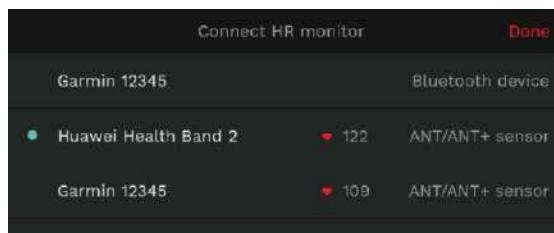
- 3 Hubアプリにログイン、または新規登録(sign up)をします。

接続方法：

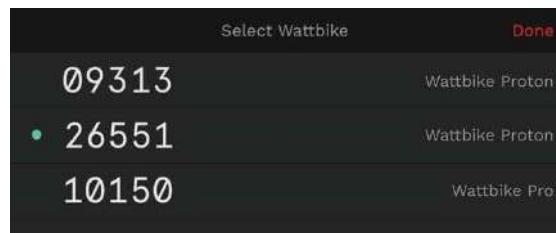
1. Quick Ride または任意のワークアウトをタップ
2. 右上の「Wattbike」ボタンをタップ。
3. ご自身のProtonのIDを選択。

- 4 ProtonはBluetooth、ANT+、ANT(Suunto)の心拍計に対応しています。

心拍計はセッション開始前や一時停止中に接続できます。

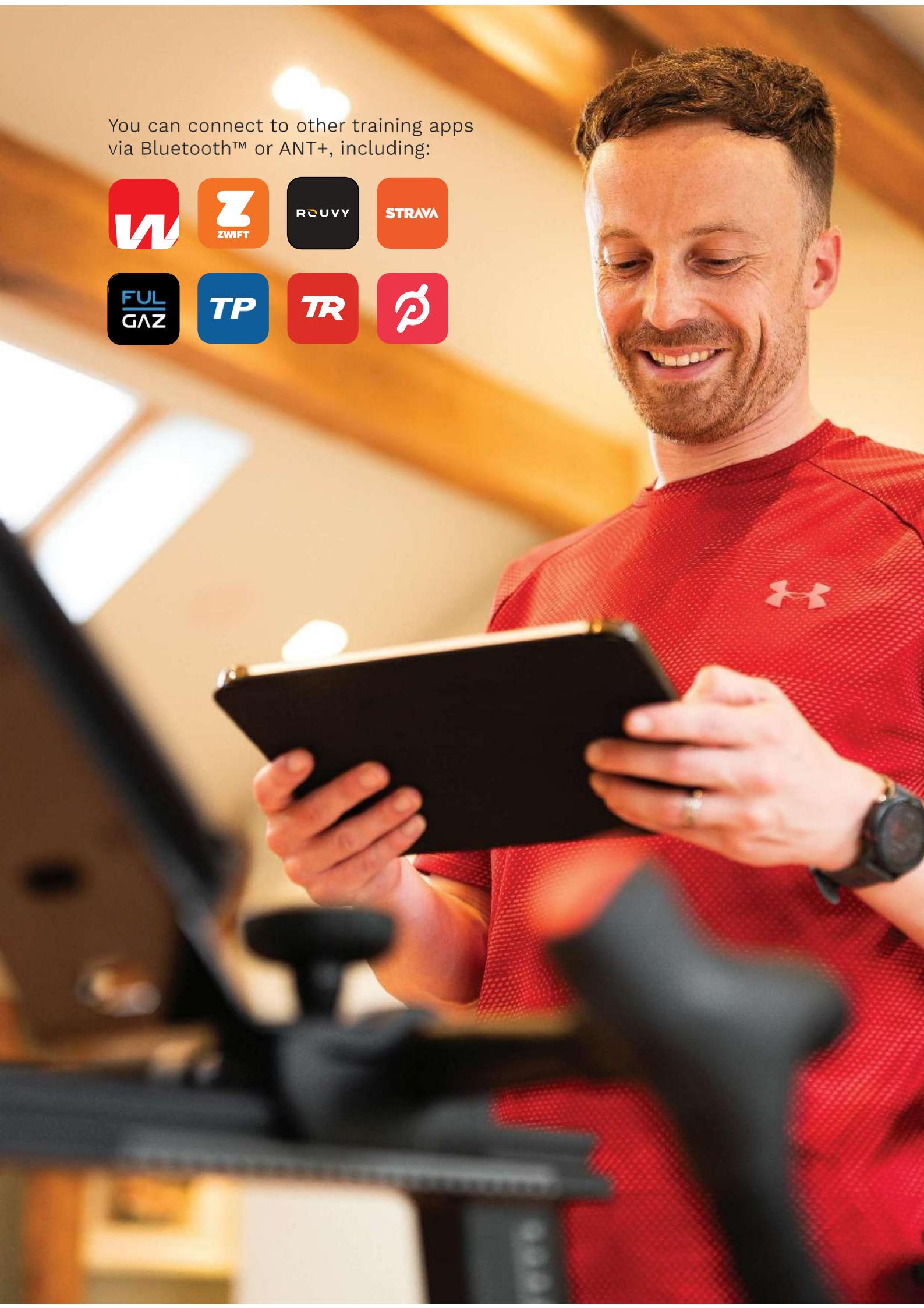


Click here to connect your **HR belt**



Click here to connect the **Proton**





You can connect to other training apps via Bluetooth™ or ANT+, including:



## RESISTANCE MODES

Wattbike Protonは2種類の負荷システムを搭載しており、セッション中に変更できます。

**ギアモード(Gear Mode)** : Upボタン／Downボタンでギアを変更。実際のロードバイクに近い感覚でライドできます。Quick Rideの標準モードです。

**エルゴモード(Ergo Mode)** : 回転数に合わせて目標Watt数を自動で維持します。ワークアウト時の標準モードです。

※右シフターのActionボタンでギアモード↔エルゴモードを切り替え

ボタン設定とカスタムギア設定はライドスクリーンの上部に表示される「Setup」ボタンで編集できます。



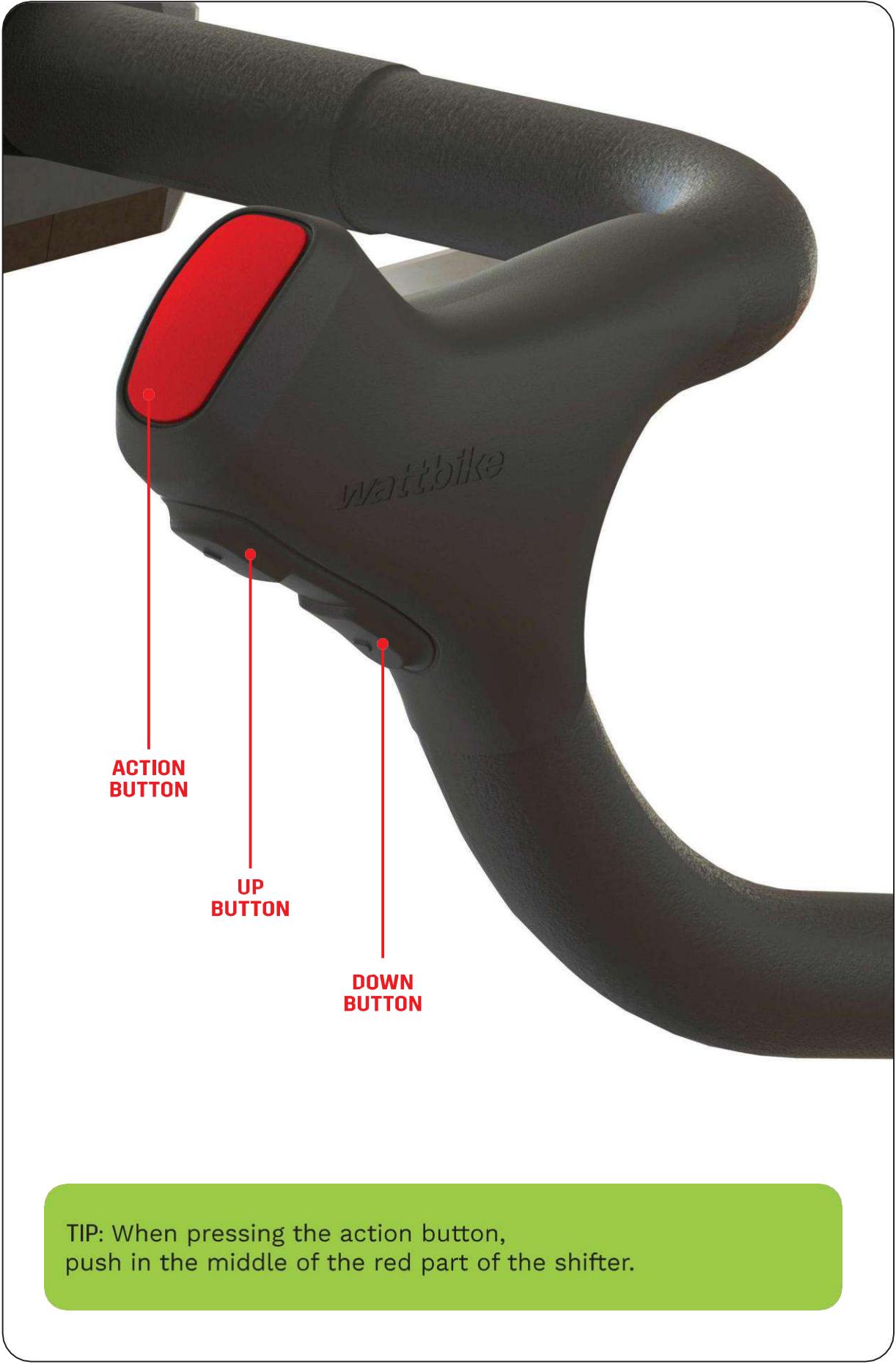
## HOW TO USE THE SHIFTERS

### •右シフター

- Actionボタン – 負荷システムの変更 ギアモード↔エルゴモード
- Upボタン
  - クリック→ギアとWatt数アップ
  - 長押し → 連続でアップ
- Downボタン
  - クリック→ギアとWatt数ダウン
  - 長押し → 連続でダウン

### •左シフター

- Actionボタン – +1LAP (Just Ride／Climbモード時)
- Upボタン
  - 画面の変更(進む)
- Downボタン
  - 画面の変更(戻る)



TIP: When pressing the action button,  
push in the middle of the red part of the shifter.

# 05 CARING FOR YOUR PROTON

## AFTER EACH SESSION

To ensure your Proton stays in good condition, use a clean, soft cloth and non-abrasive liquid cleaner after each session. We recommend the Muc-off Care Pack, to remove sweat, dust and dirt.

You should wipe down the exterior covers, frame, saddle and handlebars and make sure that the handlebar stem and seat post are not over the maximum markers.

## MAINTENANCE

Where necessary:

- Vacuum the floor under and around the Proton to prevent the bike from picking up dust
- Inspect the feet bolts, saddle and handlebar sliders and device holder for movement and corrosion. Tighten as necessary
- Inspect the seat post and handlebar stem adjustments. Tighten as necessary
- Ensure that no sweat/liquid is pooling on the metalwork or covers
- Check that the pedals are secure and fit for use
- Ensure pedals are tightened thoroughly to avoid damage to the bike or injury to the user. We advise that you periodically check the tightness as pedals may loosen over time with use
- Pay special attention to parts subject to wear and tear
- Remove and replace damaged parts as soon as possible and/or contact Wattbike for support or repair
- Regular maintenance of hazardous and wearable parts can ensure the safety of the equipment

TIP: Comprehensive service packages are available from [wattbike.com](http://wattbike.com). Alternatively contact Customer Support for more information.

## ADDITIONAL RESOURCES

For more information and full set-up guides visit [support.wattbike.com](http://support.wattbike.com)



# **WARNING!**

- The appliance is only to be used with the power unit provided.
- This appliance can be used by children aged from 8 years and above and persons with reduced physical, sensory or mental capabilities or lack experience and knowledge if they have been given supervision or instruction concerning use of the appliance in a safe way and understand the hazards involved.
- Children shall not play with the appliance.
- Cleaning and user maintenance shall not be made by children without supervision.
- The appliance is only suitable for indoor use
- 0.6m free space should be left around the appliance when in use
- Appliance must be used on a stable and flat surface
- Ensure there are no levers or adjustment points protruding which may cause injury while riding

address: Wattbike LTD, Unit 13, Nottingham South &  
Wilford Industrial Estate, Nottingham, NG11 7EP  
email: info@wattbike.com



# wattbike



/wattbike



@wattbike



@wattbike



/wattbike



/wattbike



/clubs/10729