

ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ

Βεβαιωθείτε ότι η συσκευή έχει συναρμολογηθεί σωστά πριν ξεκινήσετε την προπόνηση.

Πριν από την πρώτη σας εκπαίδευση, εξοικειωθείτε με όλες τις διαθέσιμες λειτουργίες και ρυθμίσεις για τη συσκευή.

Ορισμένα μέρη της συσκευής ενδέχεται να διαβρωθούν. Επομένως, δεν είναι σκόπιμο να αφήσετε τη συσκευή σε δωμάτιο με υψηλή περιεκτικότητα σε υγρασία. Προσέξτε να μην αφήσετε τη συσκευή (ιδίως εσωτερικά και ηλεκτρονικά εξαρτήματα) να εκτίθεται σε νερό, ποτά, ιδρώτα κ.λπ.

Η συσκευή προορίζεται για εκπαίδευση ενηλίκων και ΔΕΝ είναι παιχνίδι. Εάν επιτρέψετε στα παιδιά να το χρησιμοποιούν κατά τη διακριτική σας ευχέρεια, πρέπει να τους παρέχετε οδηγίες κατάλληλης χρήσης και να διασφαλίζετε τη συνεχή παρακολούθηση.

Δεν πρόκειται για θεραπευτική συσκευή.

Κατά τη διάρκεια της λειτουργίας μπορεί να ακούγεται ένας ελαφρός θόρυβος, λόγω της αδράνειας του σφόνδυλου που προκαλείται από τη δομή. Δεν επηρεάζει τη λειτουργία της συσκευής. Για ποδήλατα γυμναστικής και ελλειπτικά εκπαιδευτές, τυχόν πιθανοί θόρυβοι που ακούγονται κατά την περιστροφή των πεντάλ προς τα πίσω συμβαίνουν για τεχνικούς λόγους και δεν έχουν αρνητικές συνέπειες.

Οι εκπομπές θορύβου είναι μεγαλύτερες όταν φορτώνονται.

Πριν από κάθε προπόνηση, βεβαιωθείτε ότι οι προστατευτικές συσκευές λειτουργούν και οι συνδέσεις μπουλονιών και βυσμάτων είναι σφιχτές.

Φορέστε κατάλληλα (αθλητικά) παπούτσια κατά τη διάρκεια της προπόνησης.

ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ

Η συσκευή πρέπει να συναρμολογηθεί προσεκτικά από έναν ενήλικα. Σε περίπτωση αμφιβολίας, ζητήστε βοήθεια από έναν πιο έμπειρο άτομο.

- Πριν από τη συναρμολόγηση, βεβαιωθείτε ότι το σετ περιέχει όλα τα αναφερόμενα στοιχεία και εάν κανένα από τα εξαρτήματα δεν υπέστη ζημιά κατά τη μεταφορά. Εάν λείπουν κάποια ανταλλακτικά ή έχετε άλλες κρατήσεις, επικοινωνήστε με τον πωλητή.
Ρίξτε μια ματιά στα σχέδια και τις επεξηγήσεις και ακολουθήστε το εγχειρίδιο συναρμολόγησης κατά τη συναρμολόγηση της συσκευής.
Να είστε προσεκτικοί κατά τη συναρμολόγηση. Υπάρχει κίνδυνος τραυματισμού όταν χρησιμοποιείτε τα εργαλεία και τα ανταλλακτικά.
Θυμηθείτε να διατηρήσετε το περιβάλλον σας ασφαλές. Μην αφήνετε τα εργαλεία και τα μέρη να κινούνται στο χάος. Θυμηθείτε ότι τα πλαστικά φύλλα και οι σακούλες ενέχουν κίνδυνο ασφυξίας για τα μικρά παιδιά.
Τα εξαρτήματα συναρμολόγησης που είναι απαραίτητα για ένα συγκεκριμένο βήμα στο εγχειρίδιο συναρμολόγησης εμφανίζονται σε εικόνες και περιλαμβάνονται στις οδηγίες. Χρησιμοποιήστε τα στοιχεία που αναφέρονται στο εγχειρίδιο συναρμολόγησης.
Μην σφίγγετε πλήρως τα μέρη κατά τη διάρκεια των πρώτων σταδίων της συναρμολόγησης. Σφίξτε τις συνδέσεις αφού όλα τα εξαρτήματα τοποθετηθούν και τοποθετηθούν σωστά.
Ο κατασκευαστής μπορεί να έχει συναρμολογήσει ορισμένα εξαρτήματα.

ΠΡΟΣΟΧΗ! Η χρήση ανταλλακτικών πλην εκείνων που παράγονται από τον κατασκευαστή ακυρώνει την εγγύηση. Ανταλλακτικά από άλλους προμηθευτές μπορούν να χρησιμοποιηθούν για επισκευές μετά την περίοδο εγγύησης.

ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ



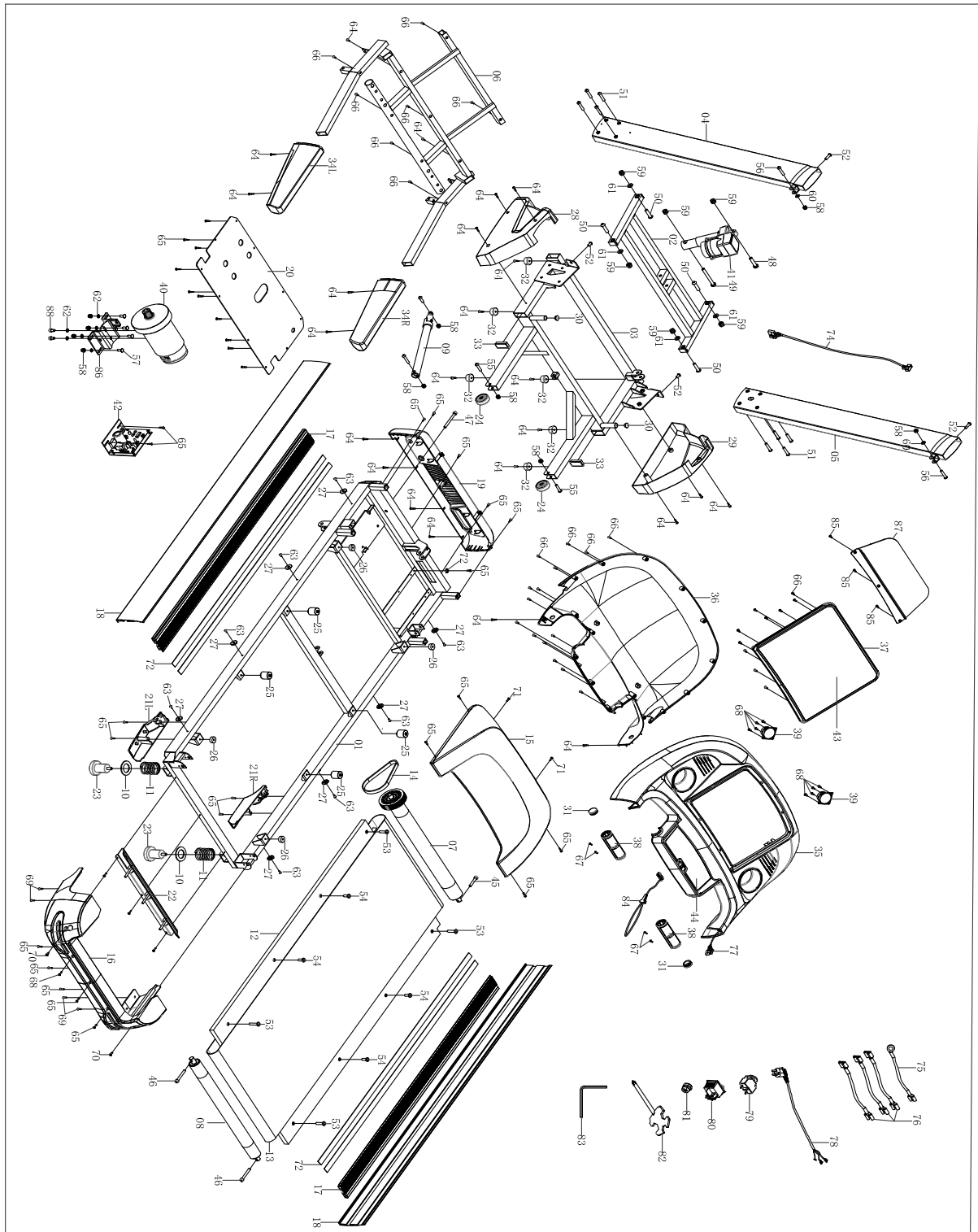
Η συσκευή παραδίδεται σε συσκευασία για να την προστατεύει από τυχόν ζημιές κατά τη μεταφορά. Η συσκευασία είναι κατασκευασμένη από μη επεξεργασμένο υλικό και μπορεί να ανακυκλωθεί. Πετάξτε τα υλικά σε κατάλληλους χρωματικούς περιέκτες για επιλεκτική συλλογή απορριμμάτων.



Προστατέψτε το περιβάλλον και μην πετάτε τις χρησιμοποιημένες μπαταρίες στα οικιακά απόβλητα. Επιστρέψτε τα στο σημείο πώλησης ή σε ειδικό κέντρο ανακύκλωσης.

Ο χρησιμοποιημένος ηλεκτρικός εξοπλισμός (συμπεριλαμβανομένου του υπολογιστή και του τροφοδοτικού) είναι ανακυκλώσιμος. Μην τα πετάτε με οικιακά απορρίμματα, καθώς ενδέχεται να περιέχουν ουσίες επικίνδυνες για την υγεία και το περιβάλλον. Μπορείτε να συμβάλλετε ενεργά στην αειφόρο χρήση των φυσικών πόρων και στην προστασία του φυσικού περιβάλλοντος παραδίδοντας τη χρησιμοποιημένη συσκευή σε ένα κέντρο ανακύκλωσης για χρησιμοποιημένες ηλεκτρικές συσκευές.

ΠΡΟΣΟΧΗ! Μην χρησιμοποιείτε εξαρτήματα άλλα από αυτά που παρέχονται από τον κατασκευαστή.



ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΣΥΝΕΛΕΥΣΗΣ

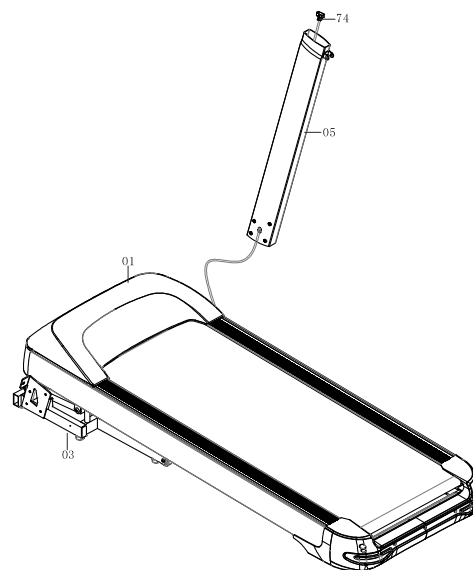
ΠΡΟΣΟΧΗ! Ακολουθήστε τα παρακάτω βήματα κατά τη συναρμολόγηση και χρησιμοποιήστε εργαλεία που παρέχονται με το προϊόν. Προετοιμάστε επαρκή χώρο για τη λειτουργία συναρμολόγησης. Συνιστάται η συναρμολόγηση του προϊόντος με άλλο άτομο λόγω του βάρους ορισμένων στοιχείων.

Βήμα 1

Αφαιρέστε όλα τα στοιχεία από το πακέτο.

Τοποθετήστε το κύριο πλαίσιο (01) σε μια επίπεδη επιφάνεια,

και ασφαλίστε το καλώδιο σήματος (74) στη δεξιά στήλη του διαδρόμου (05).

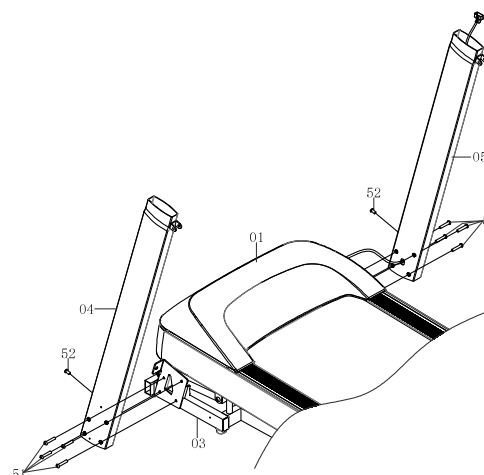


Βήμα 2

Ευθυγραμμίστε τις οπές μπουλονιών της δεξιάς στήλης διάδρομου (4)

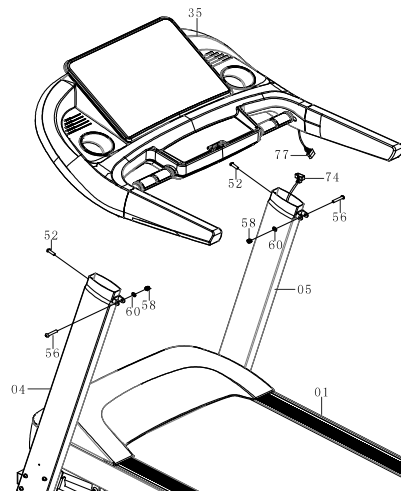
στις οπές στην αριστερή πλευρά του κάτω πλαισίου (3), και ασφαλίστε τα με μπουλόνια (51) και μπουλόνι (52) όπως φαίνεται.

Ασφαλίστε τη δεξιά στήλη διαδρόμου (5) στο κάτω πλαίσιο (3) χρησιμοποιώντας τα μπουλόνια (51) και (52) με τον ίδιο τρόπο.



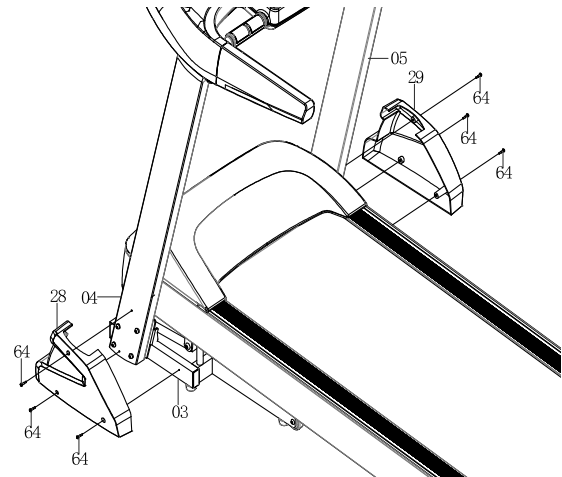
Βήμα 3

Ασφαλίστε το πλαίσιο του υπολογιστή (35) με την αριστερή και δεξιά στήλη διάδρομου (04) (05) με μπουλόνια (56), ροδέλες (60), παξιμάδια (58) και μπουλόνια (52) όπως φαίνεται.



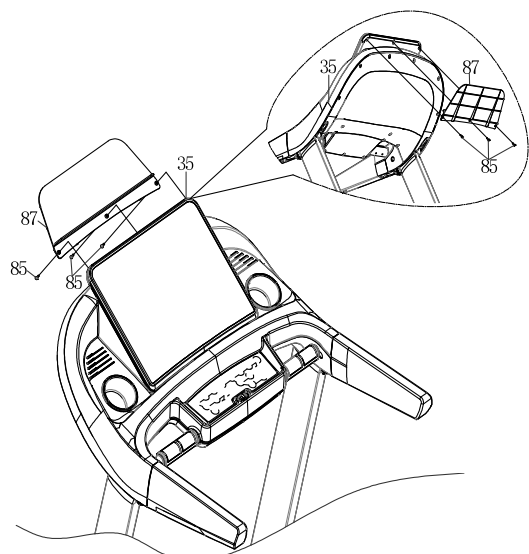
Βήμα 4

Ασφαλή καλύμματα πλευρικών πλαισίων (28) και (29) στο κάτω μέρος του κύριου πλαισίου (03) και στήλες διαδρόμου (04) (05) με μπουλόνια (64).



Βήμα 5

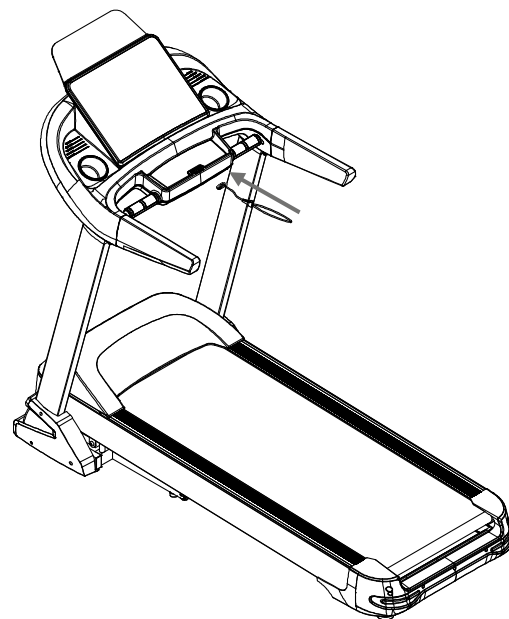
Ασφαλίστε τη θήκη της κινητής συσκευής (87) στο πάνω πλαίσιο του υπολογιστή (35) με βίδες (89) όπως φαίνεται.



Βήμα 6

Τοποθετήστε το κλειδί ασφαλείας (84) στον υπολογιστή για να ξεκινήσετε τη λειτουργία του διαδρόμου. Διαφορετικά, η συσκευή δεν θα λειτουργήσει.

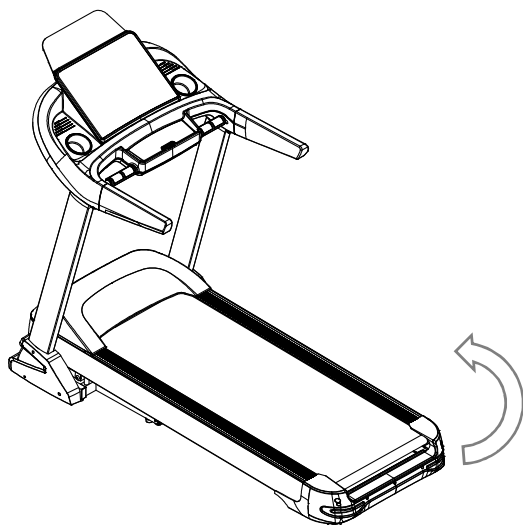
ΠΡΟΣΟΧΗ! Το κλειδί ασφαλείας προορίζεται για άμεση διακοπή έκτακτης ανάγκης. Συνιστάται να τοποθετείτε το κλειδί στα ρούχα σας κατά τη διάρκεια κάθε προπόνησης για λόγους ασφαλείας.



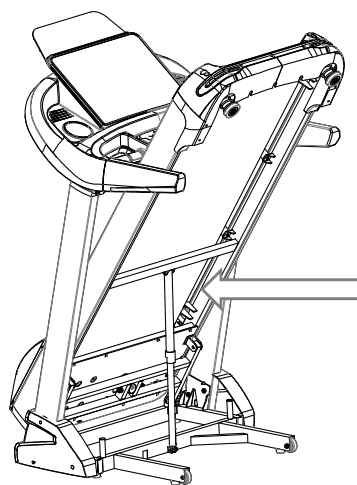
Συγχαρητήρια! Έχετε συναρμολογήσει τον διάδρομο!
Διαβάστε προσεκτικά το εγχειρίδιο πριν χρησιμοποιήσετε τον διάδρομο.

ΔΙΠΛΩΜΑ ΚΑΙ ΞΕΔΙΠΛΩΜΑ

ΠΑΡΑΚΑΛΩ ΣΗΜΕΙΩΣΤΕ! Πριν ξεκινήσετε να αναδιπλώνετε, ελέγξτε αν όλα τα μπουλόνια είναι σφιχτά και αποσυνδέστε το καλώδιο τροφοδοσίας.



Αναδίπλωση της συσκευής
Σηκώστε τον ιμάντα κίνησης της συσκευής στην οριζόντια θέση μέχρι να ασφαλίσει το κλείδωμα. .



Ξετυλίγοντας τη συσκευή
Κρατήστε τον ιμάντα κίνησης και ελευθερώστε την αναδιπλούμενη κλειδαριά (υποδεικνύεται με το βέλος). Χαμηλώστε τη ζώνη στο επίπεδο του κιγκλιδώματος.

Ο ιμάντας θα πέσει τώρα αυτόματα. **ΠΑΡΑΚΑΛΩ ΣΗΜΕΙΩΣΤΕ!** Βεβαιωθείτε ότι δεν υπάρχει τρίτο μέρος ή ζώα σε άμεση γειτνίαση με διάδρομο όταν ο ιμάντας είναι χαμηλότερα.

ΡΥΘΜΙΣΗ ΕΝΤΑΣΗΣ ΙΜΑΝΤΑ

ΠΟΤΕ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΑΥΞΗΣΩ ΤΗΝ ΕΝΤΑΣΗ ΙΜΑΝΤΑ;

Ως αποτέλεσμα της τακτικής χρήσης, ο ιμάντας κίνησης μπορεί να απαιτεί τάνυση.

- Ένας πολύ χαλαρός ιμάντας μπορεί να σταματήσει παρά τον κινητήρα που λειτουργεί. Μην υπερβάλλετε τον ιμάντα καθώς μπορεί να προκαλέσει ζημιά στον κινητήρα, τον άξονα ή τα έδρανα.
Ένας σωστά τεντωμένος ιμάντας μπορεί να ανυψωθεί στις πλευρές έως περίπου 5-7,5 cm. Είναι εύκολα επαληθεύσιμο. Ο ιμάντας τεντώνεται σωστά εάν μπορείτε να χωρέσετε τρία δάχτυλα κάτω από αυτόν.

Ο ιμάντας πρέπει να τεντωθεί όταν αρχίσει να γλιστρά, να γλιστράει στο πλάι ή να κυρτώνεται κατά τη διάρκεια της προπόνησης.

Τοποθετήστε το διάδρομο σε επίπεδη επιφάνεια. Ενεργοποιήστε τον διάδρομο με ταχύτητα περίπου 6-8 km / h και σημειώστε την απόκλιση του ιμάντα κίνησης.

ΑΥΞΗΣΗ ΤΗΣ ΕΝΤΑΣΗΣ ΙΜΑΝΤΑ

Ένα ειδικό κλειδί συμπεριλήφθηκε στην παράδοση. Τοποθετήστε το στον κοχλία ρύθμισης του αριστερού ιμάντα στο πίσω μέρος του διαδρόμου. Περιστρέψτε το κλειδί 90 μοίρες δεξιόστροφα (Εικ. C). Με αυτόν τον τρόπο, τεντώνετε τον πίσω κύλινδρο και αυξάνετε την τάση του ιμάντα. Επαναλάβετε για το σωστό μπουλόνι. Βεβαιωθείτε ότι τα μπουλόνια σφίγγονται εξίσου.

Επαναλάβετε και στις δύο πλευρές έως ότου η ένταση του ιμάντα είναι σωστή.

ΜΕΙΩΣΗ ΤΗΣ ΕΝΤΑΣΗΣ ΙΜΑΝΤΑ

Η τάση του ιμάντα μειώνεται με παρόμοιο τρόπο με τον τρόπο με τον οποίο αυξάνεται. Περιστρέψτε το κλειδί αριστερόστροφα.

ΚΕΝΤΡΑΤΩΝΤΑΣ ΤΟΝ ΙΜΑΝΤΑ ΕΚΤΕΛΕΣΗΣ ΠΟΤΕ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΚΕΝΤΡΑΡΩ ΤΟΝ ΙΜΑΝΤΑ;

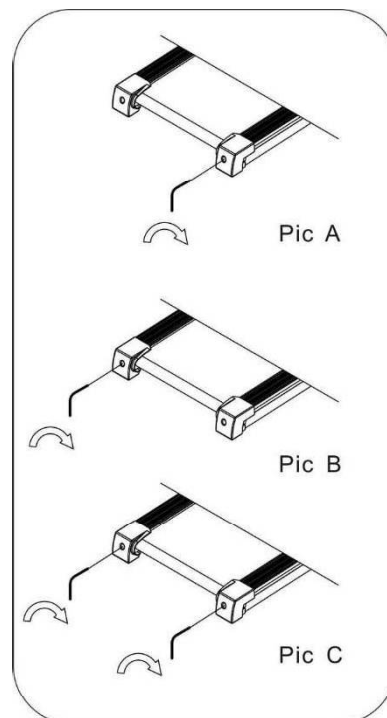
Ο ιμάντας μπορεί να κινηθεί προς τη μία πλευρά ως αποτέλεσμα διαφορετικών στυλ λειτουργίας (συχνότερα μεγαλύτερο φορτίο σε ένα πόδι). Αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο ο ιμάντας μπορεί να χρειάζεται να προσαρμόζεται κατά καιρούς.

Ο ιμάντας θα πρέπει να κεντραριστεί καθώς χρησιμοποιείται ο διάδρομος. Πρέπει να ρυθμιστεί όταν αποκλίνει προς τα δεξιά ή προς τα αριστερά.

ΚΕΝΤΡΑΡΩΝΤΑΣ ΤΟΝ ΙΜΑΝΤΑ

Εκτελέστε τον διάδρομο με χαμηλή ταχύτητα (π.χ. 3 km / h). Ελέγξτε σε ποια πλευρά κινείται ο ιμάντας.

- Εάν ο ιμάντας κινείται προς τα δεξιά, τοποθετήστε το κλειδί στο σωστό μπουλόνι ρύθμισης. Περιστρέψτε το κλειδί 90 μοίρες δεξιόστροφα (Εικ. Α). Σημειώστε εάν ο ιμάντας είναι στο κέντρο. Εάν συνεχίσει να αποκλίνει προς τα δεξιά, περιστρέψτε το κλειδί ξανά 90 μοίρες. Εάν ο ιμάντας κινείται προς τα αριστερά, ενεργήστε ομοίως στο αριστερό μπουλόνι ρύθμισης (Εικ. Β).



ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ

Προκειμένου να διασφαλιστεί η μέγιστη ασφάλεια λειτουργίας του διαδρόμου, συνιστάται να ελέγχετε τακτικά τη φθορά των μερών του. Σε ανησυχίες ειδικότερα στεγανότητα και κατάσταση παξιμαδιών, μπουλονιών, κινούμενων μερών, δακτυλίων κ.λπ.

Αποθηκεύστε τη συσκευή σε ξηρό και ζεστό μέρος. Μην εκθέτετε τη συσκευή σε άμεσο ηλιακό φως.

ΠΡΟΣΟΧΗ! Απενεργοποιείτε πάντα το διάδρομο και αποσυνδέετε το καλώδιο τροφοδοσίας πριν από τη συντήρηση.

ΚΑΘΑΡΙΣΜΑ

Ο τακτικός καθαρισμός θα παρατείνει τη διάρκεια ζωής της συσκευής και θα εξασφαλίσει υψηλή απόδοση. Καθαρίστε το διάδρομο με ένα μαλακό και υγρό πανί. Αυτό δεν ισχύει για ηλεκτρικά στοιχεία, τον κινητήρα, ή εσωτερικά μέρη. Μην αφήνετε το νερό να φτάσει σε αυτές τις περιοχές. Προστατέψτε την επιφάνεια του ιμάντα κίνησης (και την κάτω επιφάνεια) από το νερό.

ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ ΤΟΥ ΜΟΤΕΡ

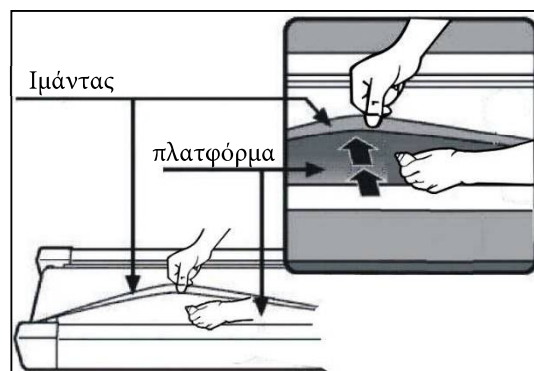
Αφαιρέστε τη σκόνη από τον κινητήρα τουλάχιστον μία φορά το χρόνο. Για το σκοπό αυτό, αποσυνδέστε το καλώδιο τροφοδοσίας του διαδρόμου, περιμένετε περίπου μία ώρα και αφαιρέστε το κάλυμμα του κινητήρα. Χρησιμοποιήστε πεπιεσμένο αέρα ή βούρτσα για να αφαιρέσετε προσεκτικά τη σκόνη. Επανατοποθετήστε το κάλυμμα του κινητήρα και συνδέστε τη συσκευή στο δίκτυο. Ο διάδρομος είναι έτοιμος για χρήση.

ΛΙΠΑΝΣΗ ΤΟΥ ΔΙΑΔΡΟΜΟΥ

Το διάστημα λίπανσης του διαδρόμου εξαρτάται από την ένταση της χρήσης. Εάν η συσκευή χρησιμοποιείται περισσότερο από πέντε ώρες την εβδομάδα, πρέπει να λιπαίνεται κάθε δύο έως τρεις μήνες. Εάν χρησιμοποιείται λιγότερο, λιπάνετε μία φορά κάθε επτά ή οκτώ μήνες.

Απλώστε γράσο κάτω από τον ιμάντα κίνησης.

Χρησιμοποιήστε περισσότερο γράσο στο σημείο όπου τα πόδια αγγίζουν τη ζώνη κατά το τρέξιμο.



ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΥΠΟΛΟΓΙΣΤΗ START/STOP

Η συσκευή ξεκινά πέντε δευτερόλεπτα αφού πατήσετε το κουμπί START / STOP.

ΕΞΟΙΚΟΝΟΜΗΤΗΣ ΕΝΕΡΓΕΙΑΣ

Ο υπολογιστής διαδρομών μπαίνει αυτόματα σε λειτουργία εξοικονόμησης ενέργειας εάν δεν πραγματοποιηθεί καμία ενέργεια εντός 10 λεπτών. Πατήστε οποιοδήποτε κουμπί για να ενεργοποιήσετε το σύστημα.

ΠΡΟΣΟΧΗ! Συνδέστε το κλειδί ασφαλείας στα ρούχα σας σε κάθε προπόνηση.

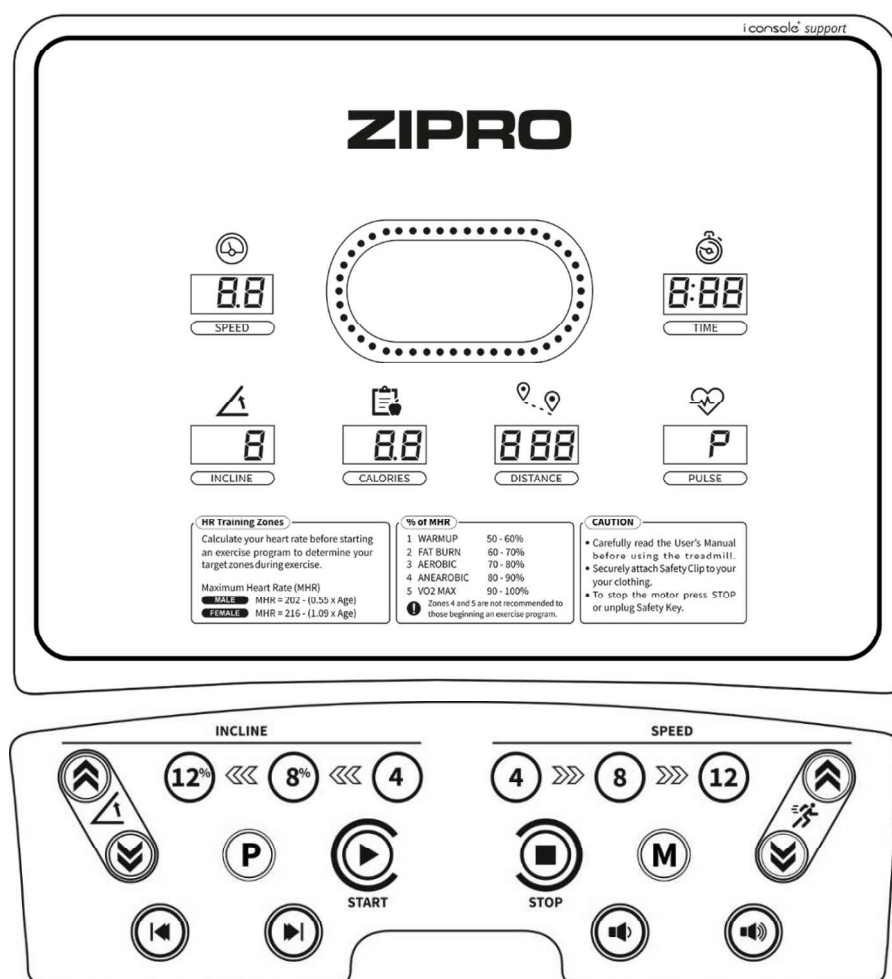
Θα πρέπει να χρησιμοποιείται μόνο σε καταστάσεις έκτακτης ανάγκης. Μην το χρησιμοποιείτε ως κανονικό διακόπτη διακοπής.

Όταν τοποθετηθεί λανθασμένα, το κλειδί ασφαλείας εμποδίζει την εκκίνηση του διαδρόμου.

ΠΡΟΣΟΧΗ! Βεβαιωθείτε ότι το σύστημα διακοπής έκτακτης ανάγκης λειτουργεί πριν χρησιμοποιήσετε τον διάδρομο. Αφαιρέστε το κλειδί ασφαλείας τραβώντας το καλώδιο. Μετά την αφαίρεση του κλειδιού, ο διάδρομος σταματά με καθυστέρηση ανάλογα με την ταχύτητα λειτουργίας. Το σύστημα ανύψωσης μάντα κίνησης σταματά επίσης (εάν υπάρχει). Η συσκευή ακούγεται σύντομα ήχος. Όλα τα πεδία της επίδειξης «---». Μετά την επανασύνδεση του κλειδιού, η συσκευή επαναφέρεται.

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ

Ο υπολογιστής προσφέρει 3 προσαρμοσμένα προγράμματα που πρέπει να ρυθμιστούν χειροκίνητα, 99 αυτόματα προγράμματα αποθηκευμένα στη μνήμη, 3 λειτουργίες αντίστροφης μέτρησης (χρόνος, θερμίδες, απόσταση) και μια λειτουργία μέτρησης λιπώδους ιστού (σωματικό λίπος).



ΚΟΥΜΠΙΑ

- **START** - χρησιμοποιείται για την εκκίνηση του διαδρόμου στη χειροκίνητη λειτουργία ή για την εκκίνηση ενός επιλεγμένου προγράμματος.
STOP - σταματά έναν διάδρομο που τρέχει. Όταν πατηθεί, οι ρυθμίσεις επαναφέρονται επίσης. Μετά την επανεκκίνηση, η συσκευή βρίσκεται σε χειροκίνητη λειτουργία.
PROGRAM (P) - χρησιμοποιείται για την αυτόματη επιλογή ενός προγράμματος προπόνησης (P1 - P99) ενός προγράμματος χρήστη (U1-U3) ή της λειτουργίας σωματικού λίπους πριν ξεκινήσει ο διάδρομος.
MODE (M) - μπορεί να χρησιμοποιηθεί για να επιλέξετε τη λειτουργία αντίστροφης μέτρησης: ώρα, απόσταση ή θερμίδες.
-  **SPEED**   —Χρησιμοποιείται για τη ρύθμιση (αύξηση και μείωση) της ταχύτητας σε βήματα 0,1 km / h. Τα κουμπιά βρίσκονται στον υπολογιστή και στις χειρολισθήρες.
- **Κουμπιά γρήγορης ταχύτητας**— χρησιμοποιούνται για τον καθορισμό της ταχύτητας απευθείας (4, 8, 12 km / h h).
 **INCLINE**   αυτό το κουμπί χρησιμοποιείται για τη ρύθμιση (αύξηση και μείωση) της κλίσης του ιμάντα κίνησης κατά ένα επίπεδο κατά τη διάρκεια της προπόνησης. Τα κουμπιά βρίσκονται στον υπολογιστή και στις χειρολισθήρες.
 **ΓΡΗΓΟΡΑ ΚΟΥΜΠΙΑ ΕΙΣΑΓΩΓΗΣ** - χρησιμοποιούνται για την απευθείας επιλογή της κλίσης του ιμάντα κίνησης (επίπεδα 4, 8 και 12) κατά τη διάρκεια της προπόνησης.

Ο διάδρομος μπορεί να παίξει μουσική από ηχεία ή μέσω ακουστικών. Η υποδοχή 3,5 mm μπορεί να χρησιμοποιηθεί για τη σύνδεση συσκευών.



ένταση πάνω /κάτω



προηγούμενο / επόμενο κομμάτι

ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΕΣ(ΕΠΕΞΗΓΗΣΗ)

SPEED	Εμφανίζει την τρέχουσα ταχύτητα.	1-22 km/h
TIME	Συνολική διάρκεια άσκησης, από την αρχή έως το τέλος.	00:00-99:59 min
INCLINE	Δείχνει το τρέχον επίπεδο κλίσης του ιμάντα κίνησης.	0-20 levels
CALORIES	Συνολικές θερμίδες που καίγονται από την αρχή έως το τέλος της άσκησης. (Η μέτρηση είναι μια προσέγγιση για τη σύγκριση συνεδριών προπόνησης. Μην το χρησιμοποιείτε για ιατρικούς σκοπούς).	0,0-999 kcal
DISTANCE	Συνολική απόσταση από την αρχή έως το τέλος της άσκησης.	0,0-99,9 km
PULSE	Εμφανίζει τον τρέχοντα καρδιακό ρυθμό.	40-199 BPM

ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΚΑΡΔΙΑΚΟΥ ΡΥΘΜΟΥ

Αφού ξεκινήσετε τον διάδρομο, κρατήστε και τις δύο παλάμες στους αισθητήρες καρδιακού ρυθμού. Ο τρέχων καρδιακός ρυθμός εμφανίζεται μετά από 30 δευτερόλεπτα. Κατά τη διάρκεια της μέτρησης, ο υπολογιστής εμφανίζει ένα εικονίδιο καρδιάς.

ΠΡΟΣΟΧΗ! Ο καρδιακός ρυθμός μετράται μόνο για αθλητικούς σκοπούς (όχι για ιατρική χρήση).

ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

Το μη αυτόματο πρόγραμμα είναι ένας προεπιλεγμένος τρόπος λειτουργίας της συσκευής. Ο διάδρομος αρχίζει να λειτουργεί σε αυτό μόλις πατήσετε **START** και δεν έχει επιλεγεί άλλο πρόγραμμα προπόνησης.

Η προεπιλεγμένη λειτουργία στη χειροκίνητη λειτουργία είναι 1 km / h.

Η γωνία ταχύτητας και κλίσης μπορεί να αλλάξει χρησιμοποιώντας κουμπιά στον υπολογιστή.

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ

Επιλέξτε ένα από τα 99 προγράμματα αυτόματης προπόνησης, πατώντας το κουμπί PROGRAM (P) μέχρι να εμφανιστεί ο σχετικός αριθμός στην οθόνη.

- Αφού κάνετε την επιλογή σας, εμφανίζεται το παράθυρο TIME που αναβοσβήνει «30: 00».

Ο χρόνος προγράμματος προπόνησης μπορεί να ρυθμιστεί χρησιμοποιώντας τα κουμπιά SPEED.

→

- Πατήστε START για να ξεκινήσετε ένα πρόγραμμα.

ΤΕΛΩΝΕΙΑΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ

Ο υπολογιστής προσφέρει τρία προσαρμοσμένα προγράμματα που μπορείτε να ορίσετε: U1, U2 και U3.

ΡΥΘΜΙΣΗ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

- Πατήστε PROGRAM (P) σε κατάσταση αναμονής για να επιλέξετε ένα προσαρμοσμένο πρόγραμμα. Διαδοχικοί αριθμοί αυτόματων προγραμμάτων και, στη συνέχεια, προσαρμοσμένα προγράμματα εμφανίζονται στον πίνακα.
Όταν εμφανίζεται ένα σχετικό πρόγραμμα, πατήστε MODE (M) για να επεξεργαστείτε την πρώτη ενότητα του προγράμματος.
Χρησιμοποιήστε το SPEED για να ρυθμίσετε την ταχύτητα.
Χρησιμοποιήστε το INCLINE για να ρυθμίσετε την κλίση του ιμάντα κίνησης.
Πατήστε MODE (M) για να επιβεβαιώσετε τις ρυθμίσεις παραμέτρων για την πρώτη ενότητα και να προχωρήσετε στη δεύτερη.

Τα προγράμματα αποτελούνται από 20 ενότητες. Επαναλάβετε την παραπάνω διαδικασία μέχρι να ρυθμιστούν όλες οι ενότητες. Τα προγράμματα αποθηκεύονται στη μνήμη έως ότου επεξεργαστούν. Τα δεδομένα δεν χάνονται σε περίπτωση διακοπής ρεύματος.

ΕΝΑΡΞΗ ΧΕΙΡΟΚΙΝΗΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

Πατήστε PROGRAM (P) σε κατάσταση αναμονής για να επιλέξετε ένα προσαρμοσμένο πρόγραμμα. Αφού κάνετε την επιλογή σας, εμφανίζεται το παράθυρο TIME που αναβοσβήνει «30: 00».

Χρησιμοποιήστε το SPEED, INCLINE για να ορίσετε τη διάρκεια της προπόνησης. Ο καθορισμένος χρόνος προπόνησης χωρίζεται αναλογικά σε 20 στάδια.

Για να ξεκινήσετε, πατήστε START.

ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΑΝΤΙΣΤΡΟΦΗΣ ΜΕΤΡΗΣΗΣ

Πατήστε MODE (M) για να επιλέξετε έναν από τους 3 τρόπους αντίστροφης μέτρησης.

- Χρησιμοποιήστε το **SPEED**  , **INCLINE**   κουμπιά για να ορίσετε την τιμή αντίστροφης μέτρησης.
 - Ο διάδρομος και η αντίστροφη μέτρηση θα ξεκινήσει μόλις πατήσετε το κουμπί START.

ΠΑΡΑΜΕΤΡΟΙ ΑΝΤΙΣΤΡΟΦΗΣ ΜΕΤΡΗΣΗΣ

- TIME: η αρχική τιμή αντίστροφης μέτρησης είναι 30 λεπτά.
Ο χρόνος μπορεί να ρυθμιστεί από 5 έως 99 λεπτά (βήματα ενός λεπτού).
CALORIES: η αρχική τιμή αντίστροφης μέτρησης είναι 50 kcal.
Η τιμή θερμίδων μπορεί να οριστεί από 20 έως 990 kcal (βήματα δέκα kcal).
DISTANCE : η αρχική τιμή αντίστροφης μέτρησης είναι 1 km.
Η τιμή απόστασης μπορεί να οριστεί από 1,0 έως 99,9 km (βήματα 1 km).

ΛΙΠΟΣ ΣΩΜΑΤΟΣ

Πατήστε το κουμπί PROGRAM (P) μέχρι να εμφανιστεί το FAT στον πίνακα.

Χρησιμοποιήστε το MODE (M) για να εισαγάγετε παραμέτρους:

- ο F1 - φύλο - 01 άνδρες / 02 γυναίκες
- ο F2 - ηλικία - 10-99
- ο F3 - ύψος - 100-220
- ο F4 - βάρος - 20-150

Χρησιμοποιήστε το SPEED, INCLINE για να ορίσετε παραμέτρους.

Αφού επιλεγούν οι παράμετροι, εμφανίζεται το F5. Βάλτε και τα δύο χέρια στους αισθητήρες καρδιακού ρυθμού. Μετά από 5-6 δευτερόλεπτα, ο υπολογιστής εμφανίζει πληροφορίες FAT. Το FAT μετρά τη σχέση μεταξύ του ύψους και του βάρους σας, όχι των αναλογιών του σώματος.

Το σωστό αποτέλεσμα είναι μεταξύ 20 και 25. Μια τιμή κάτω των 20 σημαίνει λιποβαρή, 26-29, υπέρβαρα και άνω των 29 ετών, παχυσαρκία.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ! Τα αποτελέσματα δεν πρέπει να χρησιμοποιούνται για διαγνωστικά ή για ιατρικούς σκοπούς.

ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΣΥΖΕΥΞΗΣ BLUETOOTH

Ο υπολογιστής είναι συμβατός με το iConsole + Training.

Ξεκινήστε την εκπαίδευσή σας και απολαύστε νέες δυνατότητες:

Κατεβάστε την εφαρμογή.

Ενεργοποιήστε το Bluetooth στην κινητή συσκευή σας.

Ξεκινήστε την εφαρμογή και επιλέξτε τη συσκευή ZIPRO που θέλετε να αντιστοιχίσετε.

Όταν το ZIPRO είναι συνδεδεμένο με την εφαρμογή, ο υπολογιστής απενεργοποιείται και η οθόνη είναι κενή. Από τώρα και στο εξής, ελέγχετε το ZIPRO μέσω της κινητής συσκευής σας.



Συμβατότητα iOS: έκδοση 11.0 watchOS 4.2 ή νεότερη έκδοση

Συμβατότητα με iPhone, iPad και iPod Touch

Συμβατότητα με Android: έκδοση 5.0 ή νεότερη

Κατασκευασμένο για iPod, κατασκευασμένο για iPhone και Made for iPad σημαίνει ότι οι ηλεκτρονικές συσκευές πληρούν τα πρότυπα της Apple και έχουν σχεδιαστεί για να επικοινωνούν με iPod, iPhone ή iPad. Η Apple δεν φέρει καμία ευθύνη για τη λειτουργία των συσκευών. Η χρήση των συσκευών ενδέχεται να επηρεάσει την απόδοση του ασύρματου δικτύου. Τα iPad, iPhone, iPod Classic, iPod Nano, iPod Shuffle και iPod Touch είναι εμπορικά σήματα της Apple Inc. που έχουν καταχωριστεί στις Ηνωμένες Πολιτείες της Αμερικής και σε πολλές άλλες χώρες.