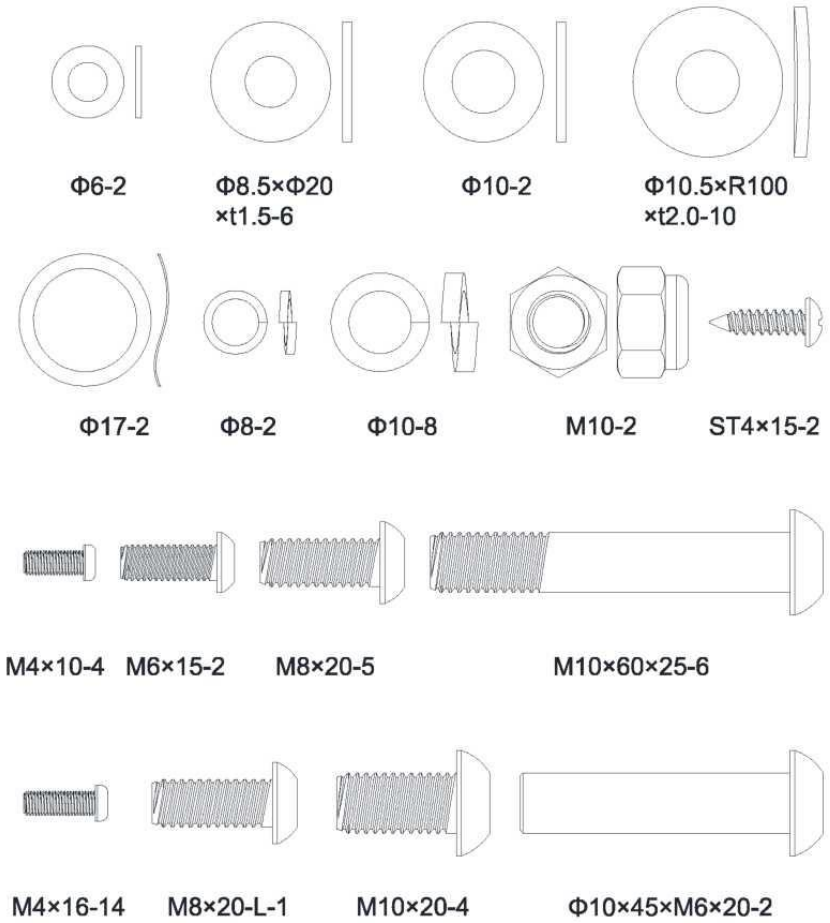
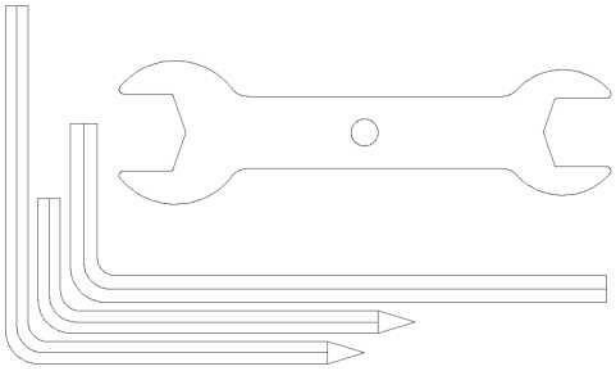
TOORX
FITNESS IN MOTION

ІНСТРУКЦІЯ З ЕКСПЛУАТАЦІЇ

Примітки до складання
Відкрийте коробки:
Обов’язково перелічіть усі частини, які входять до комплекту. Перевірте технічну карту повного підрахунку кількості деталей, що включені для правильного складання. Якщо якась із деталей відсутня, зверніться до дилера.



№	НАЗВА	СПЕЦИФІКАЦІЯ	КІЛЬКІСТЬ
26	Порожнистий гвинт з внутрішнім 6-гранником (Allen C.K.S.)	M10x60x25	6
27	Пружинна шайба	Φ10	8
28	Вигнута шайба	Φ10.5xR100xt2.0	10
29	Порожнистий гвинт з внутрішнім 6-гранником	M8x20	5
30	Пружинна шайба	Φ8	2
31	Пласка шайба	Φ8.5xΦ20xt1.5	6
32	Шестигранна гайка, що фіксується	M10	2
33	Пласка шайба	Φ10	2
36	Гвинт з напівкруглою головкою і хрестоподібним шліцом (головка Philips)	M4x16	14
37	Гвинт з напівкруглою головкою і хрестоподібним шліцом (головка Philips)	M4x10	4
38	Порожнистий гвинт з внутрішнім 6-гранником (Allen C.K.S.)	Φ10x45xM6x20	2
39	Пласка шайба	Φ6	2
40	Порожнистий гвинт з внутрішнім 6-гранником (Allen C.K.S.)	M6x15	2
41	Саморіз з хрестоподібним шліцом (головка Philips)	ST4x16	2
102	Хвиляста пружинна шайба	Φ17	2
104	Шестигранний гвинт з повною різьбою	M10x20	4
105	Шестигранний гвинт з повною різьбою (L)	M8x20-L	1



НАЗВА	ДЕТАЛІЗОВАНО	КІЛЬКІСТЬ
L-образний гайковий ключ	5x80x80S (з хрестовиною)	1
L-образний гайковий ключ	5x35x85S (з хрестовиною)	1
L-образний гайковий ключ	6x40x120	1
Гайковий ключ з відкритим зевом	15#&17#	1

ПІДГОТУЙТЕ СВОЇ ІНСТРУМЕНТИ

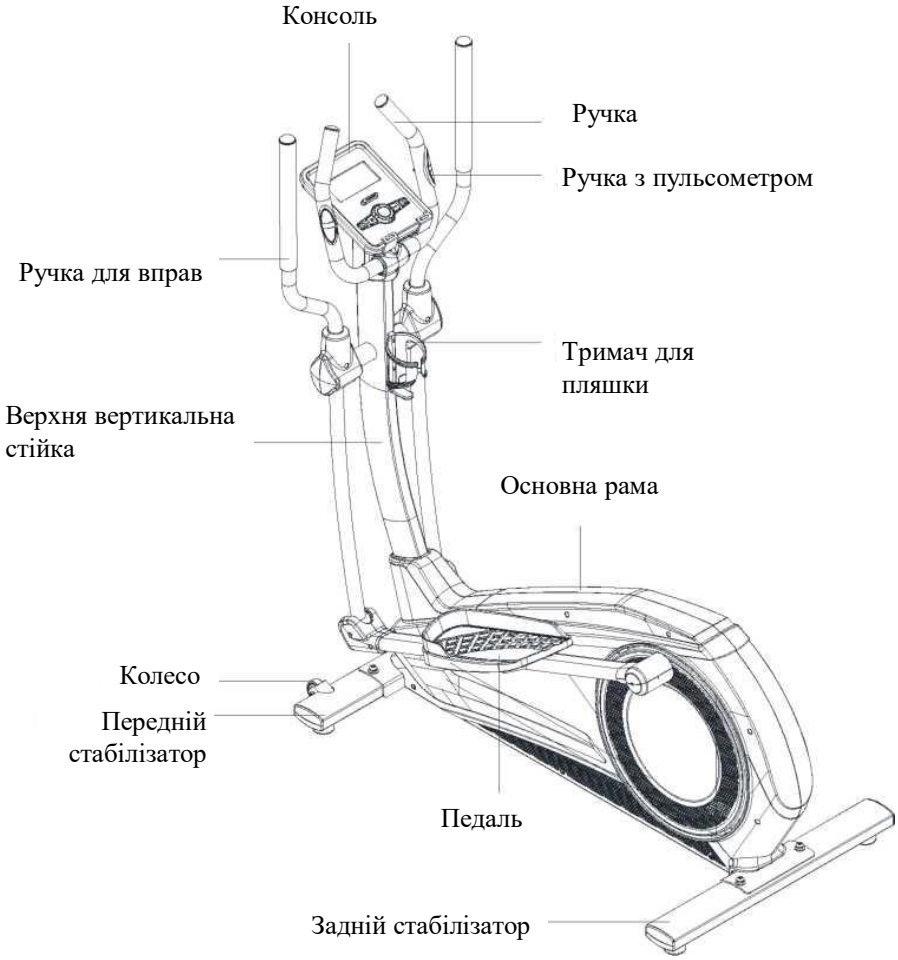
Перш ніж почати складання вашого пристрою, підготуйте необхідні інструменти. Маючи все обладнання під рукою, ви заощадите час і виконаєте складання швидко та без проблем.

ОЧИСТІТЬ СВОЮ РОБОЧУ ДІЛЯНКУ

Переконайтеся, що ви звільнили великий простір, щоб правильно зібрати пристрій. Переконайтеся, що простір вільний від будь-чого, що може спричинити травму під час складання. Після того, як пристрій повністю зібраний, переконайтеся, що є зручна вільна зона навколо пристрою для безперешкодної роботи.

ПРИМІТКА: Кожен номер кроку в інструкціях по складанню інструктує вас, що ви будете робити. Прочитайте та цілком зрозумійте всі вказівки, перш ніж збирати тренажер.

Інструкція для продукту



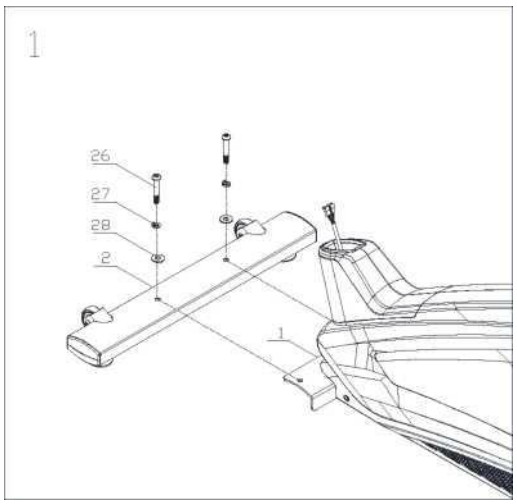
Технічна інформація

РОЗМІРИ	Зібраний: 1660x720x1580 мм
КОЕФІЦІЄНТ ШВИДКОСТІ	9
МАХОВИК	Двосторонній маховик, Ф280 / 9 кг
РІВНІ НАВАНТАЖЕННЯ	1-32
ДОВЖИНА КРОКУ	420x200 мм

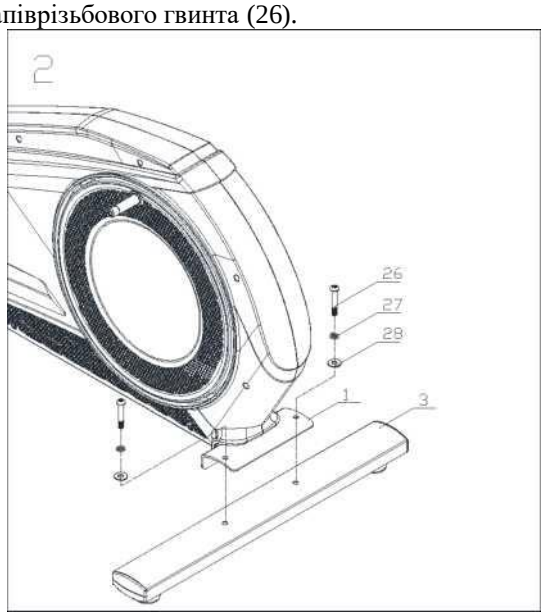
*МИ ЗБЕРІГАЄМО ЗА СОБОЮ ПРАВО ВНОСИТИ ЗМІНИ ДО ПРОДУКТУ БЕЗ ПОПЕРЕДНЬОГО ПОВІДОМЛЕННЯ.

ІНСТРУКЦІЯ ПО ЗБІРЦІ

Крок 1: Приєднайте передній стабілізатор (2) до основної рами (1) за допомогою вигнутої шайби (28), пружинної шайби (27) та шестигранного напіврізьбового гвинта (26).



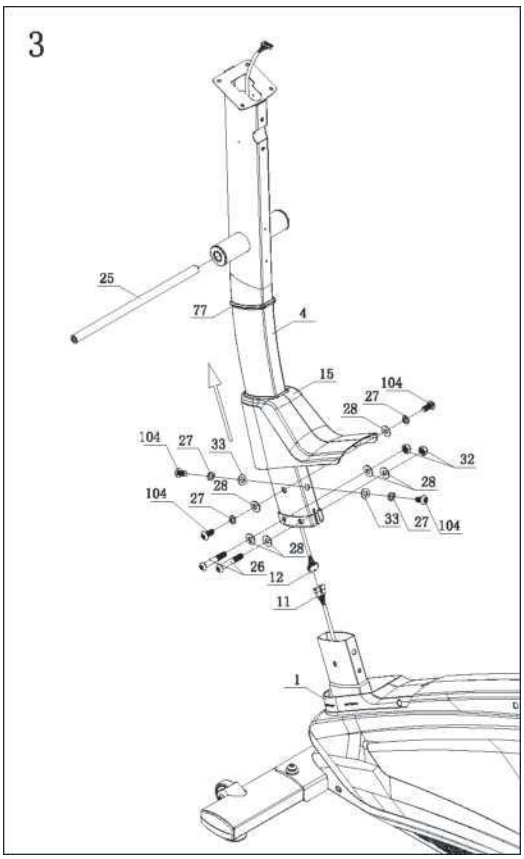
Крок 2: Приєднайте задній стабілізатор (3) до основної рами (1) за допомогою вигнутої шайби (28), пружинної шайби (27) та шестигранного напіврізьбового гвинта (26).



Крок 3:

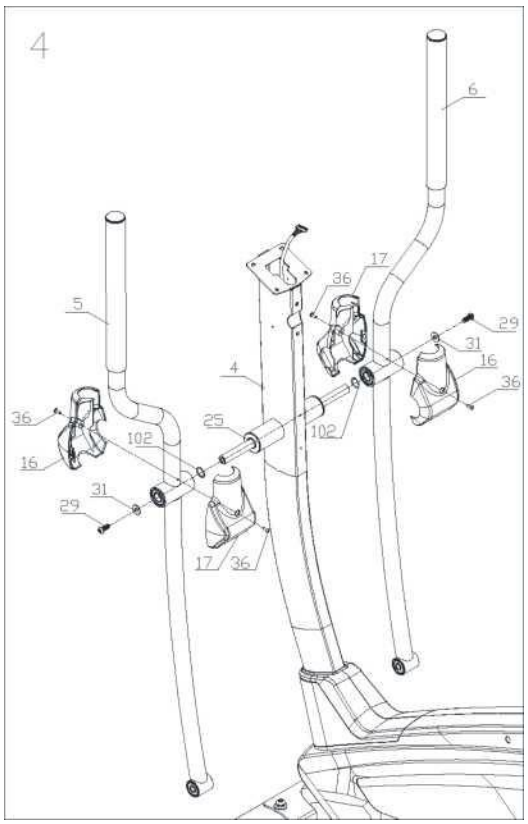
1. Прикріпіть декоративну смужку вертикальної стійки (77) до верхньої вертикальної стійки (4). Візьміть вертикальну кришку стійки (15) з основної рами (1). Потім прикріпіть до верхнього вертикального стійки (4).
2. Підключіть провід зв'язку електродвигуна (11) і провід зв'язку консолі. (12)
3. Приєднайте верхню вертикальну стійку (4) до основної рами (1) за допомогою плоскої шайби (33), пружинної шайби (27), шестигранного повнорізьбового гвинта (104) і плоскої шайби (28), пружинної шайби (27), шестигранного повнорізьбового гвинта (104) та шестигранного напіврізьбового гвинта (26), вигнутої шайби (28), шестигранної самоблокуючої гайки (32).
4. Приєднайте вертикальну кришку стійки (15) та вертикальну декоративну смугу (77) до основної рами (1) Потім встановіть вісь (25).

Порада: Поки що не затягуйте болт повністю. Переконайтеся, що всі гвинти знаходяться в шестикутному отворі.



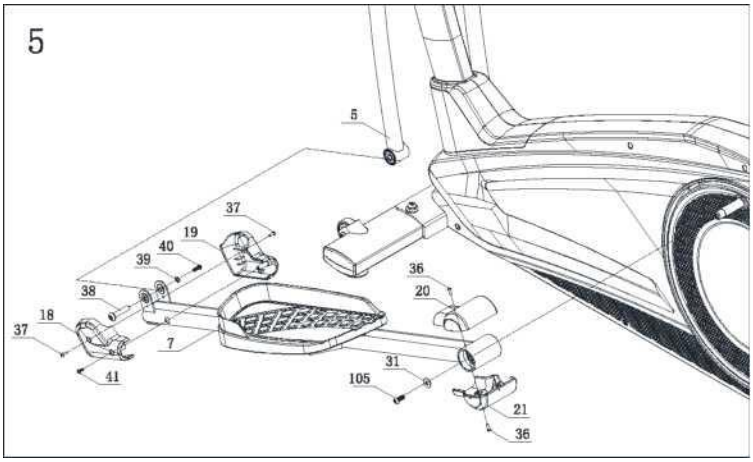
Крок 4:

1. Надіньте хвилясті пружинні шайби (102) на ліву та праву вісь (25). Потім приєднайте ліву ручку корпусу (5) та праву ручку корпусу (6) до лівої осі (25) та правої осі (25) за допомогою плоскої шайби (31) та шестигранного повнорізьбового гвинта (29).
2. Прикріпіть кришку кронштейна (16/17) до лівого кронштейна корпусу (5) за допомогою гвинта з повною різьбою та головки з хрестовим шліцем (36).
3. Повторіть останній крок, щоб прикріпити кришку (16/17) до правої ручки кронштейна (6).



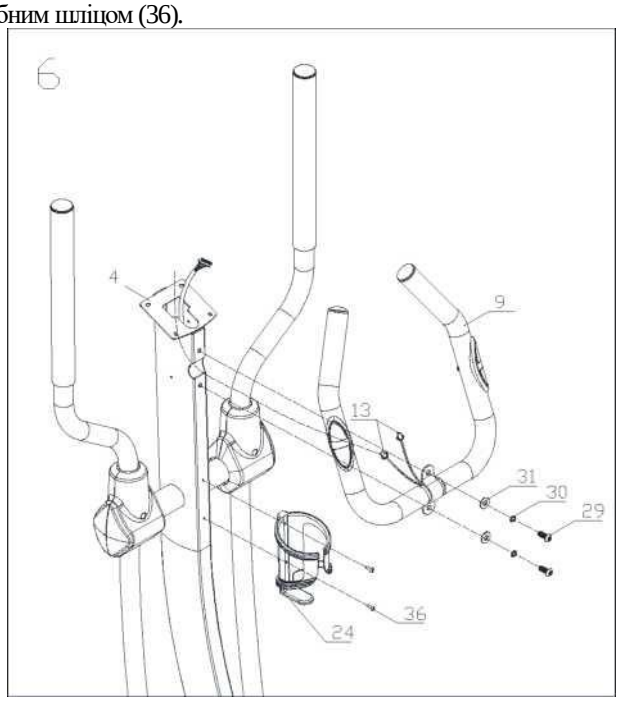
Крок 5:

1. Прикріпіть втулку осі лівої опори задньої педалі (7) до осі основної рами (1) за допомогою плоскої шайби (31) та порожнистого гвинта з внутрішнім 6-гранником (105).
2. Прикріпіть втулку осі лівої опори передньої лівої педалі (7) до лівого важеля кузова (5) за допомогою порожнистого гвинта з внутрішнім 6-гранником (38), плаской шайби (39) та порожнистого гвинта з внутрішнім 6-гранником (40).
3. Прикріпіть задню кришку опори педалі (20/21) до лівої опори педалі (7) за допомогою гвинта з напівкруглою головкою і хрестоподібним шліцом (36). Прикріпіть передню кришку опори педалі (18/19) до лівої опори педалі (7) за допомогою гвинта з напівкруглою головкою і хрестоподібним шліцом (37) та саморіз Philips C.K.S. (41).
4. Таким же чином закріпіть опору педалі (R) (8). Покладіть тильну сторону опори педалі (R) (8) на вісь основної рами (1), використовуйте плоску шайбу (31) та гвинт з повним різьбовим гайком (29) для його фіксації.



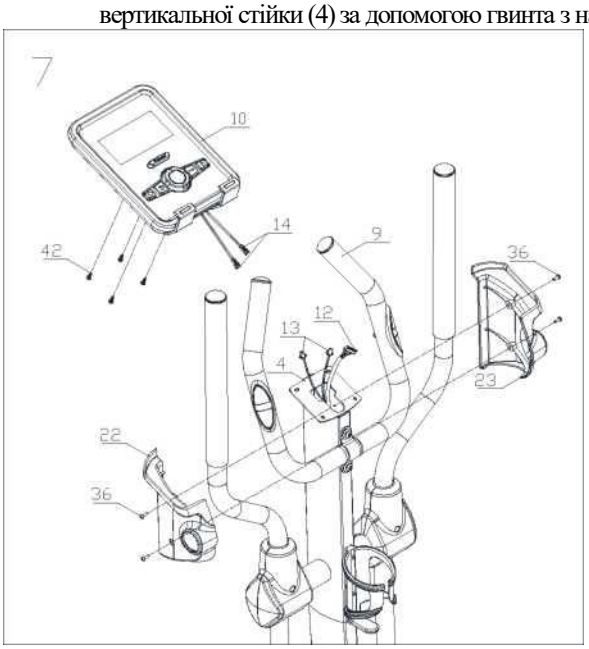
Крок 6:

1. Через імпульсний з'єднувальний дріт (13) ручки вийміть із верхнього вертикальної стійки (4). Прикріпіть ручку (9) до вертикальної стійки (4) з плоскою шайбою (31), пружинною шайбою (30) та гвинта з напівкруглою головкою і хрестоподібним шліцом (36).
2. Прикріпіть тримач для пляшок (24) до верхньої вертикальної стійки (4) за допомогою гвинта з напівкруглою головкою і хрестоподібним шліцом (36).



Крок 7:

1. З'єднайте провід зв'язку консолі (12) з інтерфейсом задньої консолі. З'єднайте імпульсний комунікаційний провід ручки (13) з консольним виходом (14).
2. Прикріпіть консоль (10) до верхньої вертикальної стійки (4) за допомогою саморіза Philips (41).
3. Через ліву кришку керма (22) та праву кришку керма (23) вийміть з керма (9). Прикріпіть їх до верхньої вертикальної стійки (4) за допомогою гвинта з напівкруглою головкою і хрестоподібним шліцом (36).

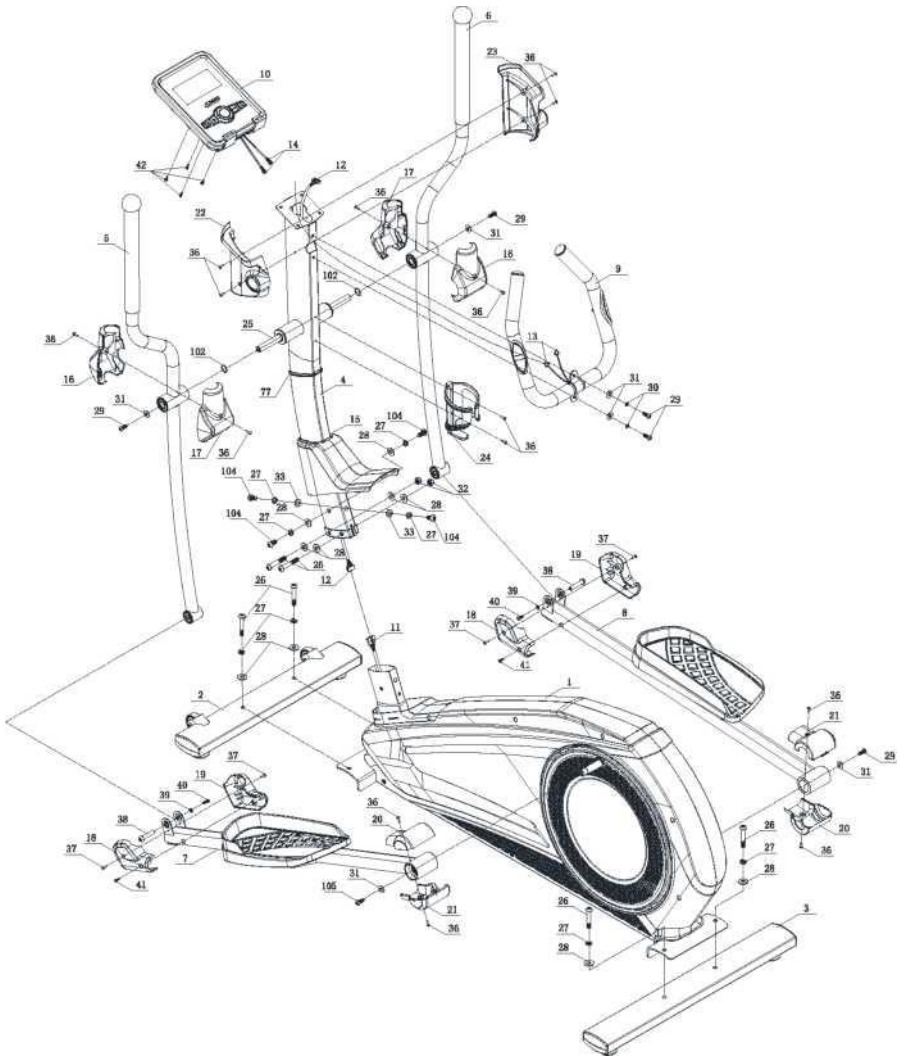


Поради щодо тренувань:

1. Користувачеві необхідно повністю поставити ноги всередину педалі та відрегулювати опір магнітним управлінням відповідно до користувача.
2. Оскільки машина з подвійними маховиками, і вона матиме величезний момент інерції, коли користувач зупиниться перед високою швидкістю, він повинен мінімізувати опір і знизити швидкість, щоб уникнути травмування своєї ноги до моменту інерції лівої та правої педалі.
3. Тренажер слід поставити на плоску підлогу і мати достатньо місця для тренування.

Малюнок для складання

ERX 300

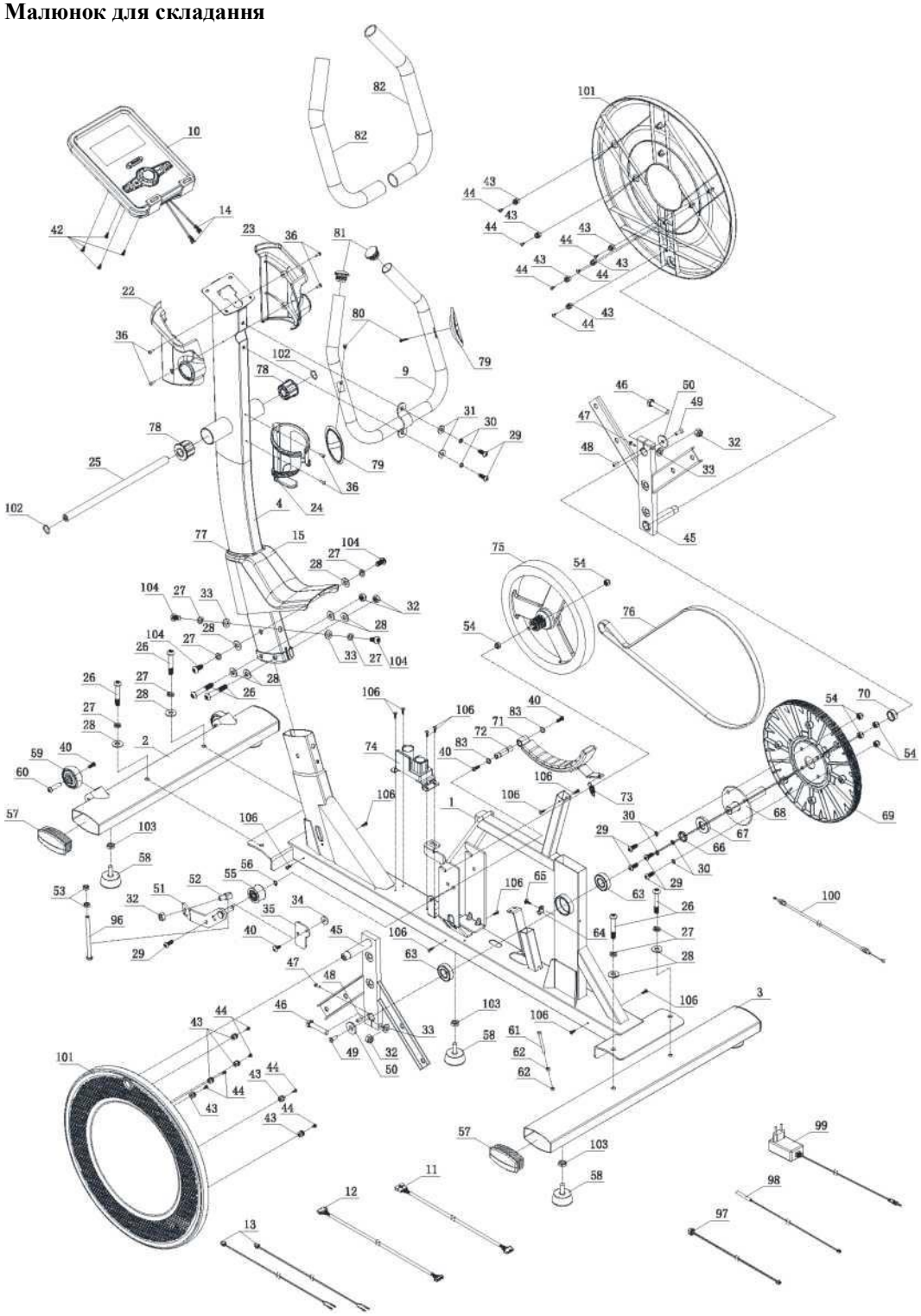


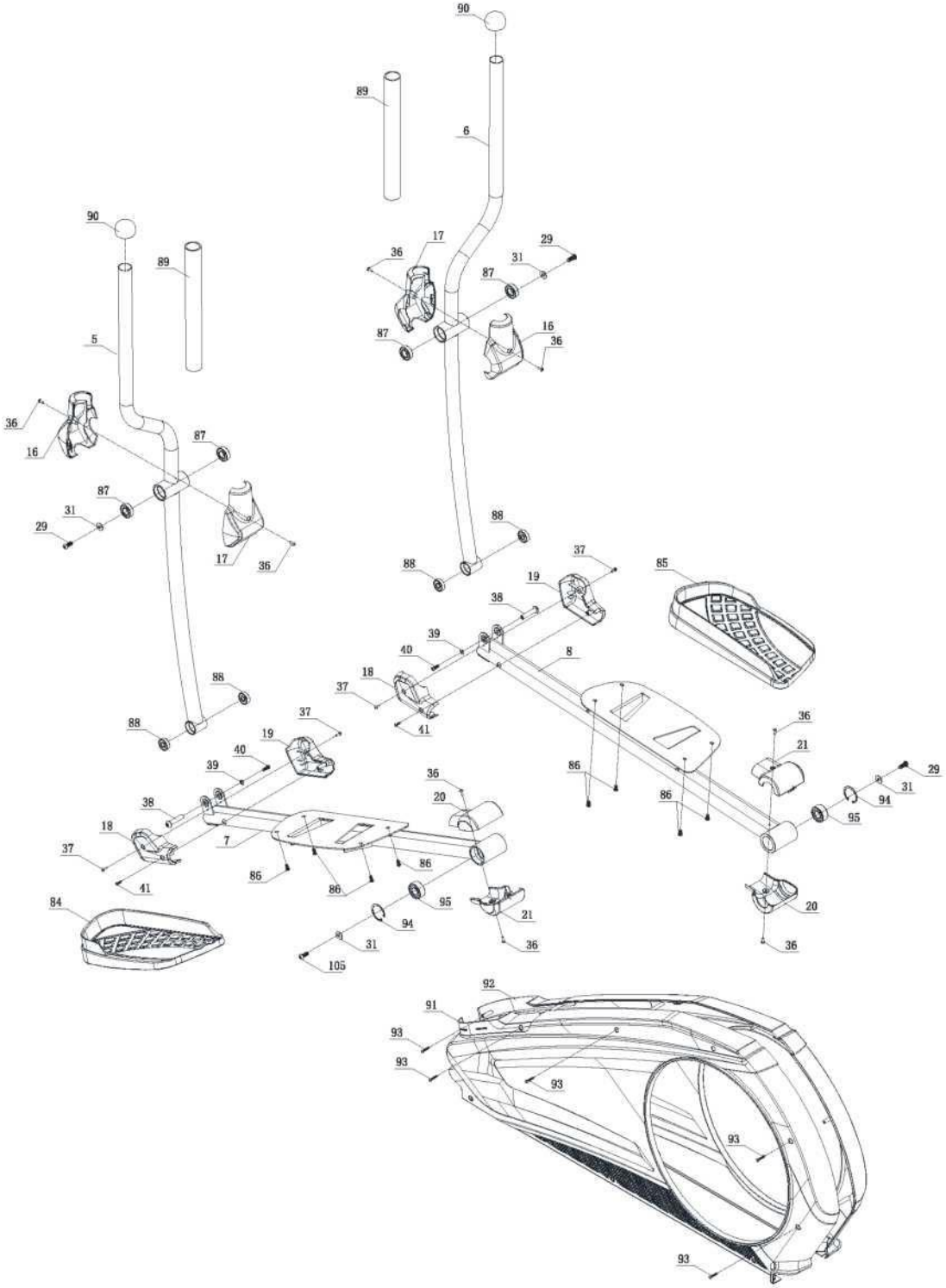
Список елементів

№	НАЗВА	ОПИС	КІЛЬКІСТЬ
1	Основна рама		1
2	Передній стабілізатор		1
3	Задній стабілізатор		1
4	Верхня вертикальна стійка		1
5	Ручка для вправ (L)		1
6	Ручка для вправ (R)		1
7	Підтримувач педалі (L)		1
8	Підтримувач педалі (R)		1
9	Рулі		1
10	Консоль		1
11	Комунікаційний провід двигуна		1
12	Консольний комунікаційний провід		1
13	Ручка імпульсного з'єднувального проводу		2
14	Початок консолі		2

15	Обкладинка вертикальної стійки		1
16	Чохол на руку		2
17	Чохол на руку		2
18	Кришка опори передньої педалі		2
19	Кришка опори передньої педалі		2
20	Кришка опори задньої педалі		2
21	Кришка опори задньої педалі		2
22	Кришка керма (L)		1
23	Кришка керма (R)		1
24	Тримач для пляшок	Ф93x150	1
25	Вісь	Ф17x339.5	1
26	Порожнистий гвинт з внутрішнім 6-гранником	M10x60x25	6
27	Пружинна шайба	Ф10	8
28	Вигнута шайба	Ф10.5xR100xt2.0	10
29	Порожнистий гвинт з внутрішнім 6-гранником	M8x20	5
30	Пружинна шайба	08	2
31	Плоска шайба	Ф8.5xФ20xt1.5	6
32	Шестигранна гайка, що фіксується	M10	2
33	Плоска шайба	Ф10	2
36	Гвинт з напівкруглою головкою і хрестоподібним шліцом (головкою Philips)	M4x16	14
37	Гвинт з повною різьбою з хрестоподібним шліцом (головкою Philips)	M4x10	4
38	Порожнистий гвинт з внутрішнім 6-гранником	Ф10x45xM6x20	2
39	Плоска шайба	Ф6	2
40	Порожнистий гвинт з внутрішнім 6-гранником	M6x15	2
41	Саморіз з хрестоподібним шліцом (Philips)	ST4x15	2
42	Гвинт з напівкруглою головкою і хрестоподібним шліцом	M5x10	4
102	Махнула пружинна шайба	Ф17	2
104	Шестигранний гвинт з повною різьбою	M10x20	4
105	Шестигранний гвинт з повною різьбою (L)	M8x20-L	1
77	Вертикальна смуга для прикраси стійки		1

Малюнок для складання





Список елементів

№	НАЗВА	СПЕЦИФІКАЦІЯ	КІЛЬКІСТЬ
1	Основна рама		1
2	Передній стабілізатор		1
3	Задній стабілізатор		1
4	Верхня вертикальна стійка		1
5	Ручка для вправ (L)		1

6	Ручка для вправ (R)		1
7	Підтримувач педалі (L)		1
8	Підтримувач педалі (R)		1
9	Рулі		1
10	Консоль		1
11	Провід зв'язку двигуна		1
12	Консольний провід зв'язку		1
13	Ручка імпульсного з'єднувального проводу		2
14	Початок консолі		2
15	Обкладинка вертикальної стійки		1
16	Кришка ручки для вправ 2		2
17	Кришка ручки для вправ 1		2
18	Кришка опори передньої педалі 1		2
19	Кришка опори передньої педалі 2		2
20	Кришка опори задньої педалі 1		2
21	Кришка опори задньої педалі 2		2
22	Кришка ручки (L)		1
23	Кришка ручки (R)		1
24	Тримач для пляшок	Ф93x150	1
25	Вісь	Ф17x339.5	1
26	Порожнистий гвинт з внутрішнім 6-гранником	M10x60x25	6
27	Пружинна шайба	Ф10	8
28	Вигнута шайба	Ф10.5xR100xt2.0	10
29	Порожнистий гвинт з внутрішнім 6-гранником	M8x20	10
30	Пружинна шайба	Ф8	6
31	Плоска шайба	Ф8.5XФ20xt1.5	6
32	Шестигранна гайка, що фіксується	M10	5
33	Плоска шайба	Ф10	4
34	Плита з обмеженим простором 1		1
35	Плита з обмеженим простором 2		1
36	Гвинт з повною різьбою з головкою піддону Philips	M4x16	14
37	Гвинт з повною різьбою з головкою піддону Philips	M4x10	4
38	Порожнистий гвинт з внутрішнім 6-гранником	Ф10x45xM6x20	2
39	Плоска шайба	Ф6	2
40	Порожнистий гвинт з внутрішнім 6-гранником	M6x15	7
41	Philips C.K.S. саморіз	ST4x15	2

42	Philips C.K.S. гвинт з повною головкою	M5x10	4
43	Дискова пластикова пряжка	Ф12.4x13	12
44	Philips C.K.S. саморіз з кінцевим різанням	ST4x10	12
45	Кривошипне залізо		2
46	Шестигранний гвинт з половиною різьби	M10x55x20	2
47	Шестигранний гвинт з половиною різьби	M4x12	2
48	Плоский ключ	5x5x15	2
49	Шестигранний гвинт з повною різьбою	M6x15	2
50	Плоска шайба	Ф8xФ30xt3.0	2
51	Фіксований холостий хід		1
52	З'єднувальний вал холостого ходу	Ф15x30	1
53	Шестигранна гайка	M8	2
54	Шестигранна контргайка	M8	6
55	Натяжний шків	Ф38x22	1
56	Стопорний вал	Ф10	1
57	Заглушка	45x90xt1.5	4
58	Накладка для ніг		5
59	Колеса		2
60	Порожнистий гвинт з внутрішнім 6-гранником	Ф8x33xM6x15	2
61	Шестигранний гвинт з повною різьбою	M5x60	1
62	Шестигранна гайка	M5	2
63	Однорядний радіальний кульковий підшипник	6004-2RS	2
64	Фіксована магнітна індукція		1
65	Саморіз з головкою под шайбу Philips	ST4x12	1
66	Втулка кривошипної осі 1		1
67	Втулка кривошипної осі 3		1
68	Кривошипна вісь	Ф20x115	1
69	Ремінь шківа	Ф308x22	1
70	Втулка кривошипної осі 2		1
71	Набір фіксованих магнітів		1
72	Магнітне керування нерухомою віссю	Ф12x50	1
73	Пружина натягу гальма		1
74	Магнітний двигун		1
75	Подвійний маховик	Ф280/9KG	1
76	Ремінь двигуна	540PJ6	1

77	Декоративна смуга вертикальної стійки		1
78	Пластиковий чохол	Ф42.5x30	2
79	Ручка пульсу		2
80	Саморіз Philips C.K.S.	ST4x20	2
81	Трубна пробка	Ф28xt1.5	2
82	Затискач з піни	Ф32xt3.0x480	2
83	Стопорний привід для вала	Ф12	2
84	Педаль (L)	406x187x74	1
85	Педаль (R)	406x187x74	1
86	Порожнистий гвинт з внутрішнім 6-гранником	M6x12	8
87	Однорядний радіальний кульковий підшипник	6003-2RS	4
88	Однорядний радіальний кульковий підшипник	6200-2RS	4
89	Затискач з піни	Ф36xt3.0x720	2
90	Трубна пробка	Ф32xt1.5	2
91	Кришка двигуна (L)		1
92	Кришка двигуна (R)		1
93	Саморіз Philips C.K.S.	ST4x25	5
94	Стопорний отвір для отворів	Ф40	2
95	Кульковий підшипник, що вирівнюється	2203-2RS	2
96	Шестигранний гвинт з повною різьбою	M8x120	1
97	Провід живлення зв'язку		1
98	Магнітний датчик		1
99	Блок живлення		1
100	Гальмівна лінія		1
101	Диск		2
102	Хвиляста пружинна шайба	Ф17	2
103	Шестигранна гайка	M10	5
104	Порожнистий гвинт з внутрішнім 6-гранником	M10x20	4
105	Порожнистий гвинт з внутрішнім 6-гранником (L)	M8x20-L	1
106	Гвинт з напівкруглою головкою і хрестоподібним шліцом	ST4x16	12

ФУНКЦІЇ ДИСПЛЕЯ:

ПОЗИЦІЯ	**ОПИС**
ЧАС	. Діапазон відображення 0:00 ~ 99:59; Діапазон налаштувань 0:00-99:00
ШВИДКІСТЬ	. Діапазон 0.0 ~ 99.9КМ/Н

ВІДСТАНЬ	. Діапазон відображення 0.0 ~ 99.99; Діапазон налаштувань 0.0-99.90
КАЛОРІЇ	. Діапазон відображення 0 ~ 9999Cal.; Діапазон налаштувань 0~9990Cal.
ПУЛЬС	. Діапазон відображення P-30 ~ 230; Діапазон налаштувань 0-30 ~ 230
ЧИСЛО ОБЕРТІВ ЗА ХВИЛИНУ	. Діапазон 0 ~ 999
ВАТТ	. Діапазон відображення:0~999; Діапазон налаштувань 10 ~ 350

КНОПКИ:

ПУНКТ	ОПИС
Up (+)	• Виберіть функцію або збільште рівень опору.
Down (-)	• Виберіть функцію або зменшіть рівень опору
Enter	• У режимі STOP натисніть для підтвердження налаштувань або вибору.
Reset	• Утримуйте натиснутою протягом 2 секунд, комп'ютер перезавантажиться і почне з налаштувань користувача. • Перехід до головного меню під час попереднє налаштованого значення тренування або в режимі зупинки.
Start/ Stop	• Почніть або припиніть тренування.
Recovery	• Перевірте стан відновлення частоти серцевого ритму.
Body fat	• Перевірити % жиру тіла та BMI (індекс маси тіла).

РОБОТА:
ВКЛЮЧЕННЯ
Підключіть джерело живлення, комп'ютер увімкнеться з довгим звуковим сигналом і відобразить усі сегменти на РК-дисплеї протягом 2 секунд (Малюнок 1). Увійдіть у режим вибору користувача (Малюнок 2) та режиму налаштування особистих даних (Вік, стать, зріст, вага).
Через 4 хвилини без натискання педалей або імпульсного входу консоль перейде в режим енергозбереження. Натискання будь-якої кнопки може активувати консоль.

Малюнок 1

Налаштування особистих даних
Після вибору користувача з U1 ~ U4, натисніть ENTER для підтвердження. Натисніть UP (+) або DOWN (-), щоб встановити SEX (СТАТЬ), AGE (ВІК) (Малюнок3), HEIGHT (ЗРІСТ), WEIGHT (ВАГУ) і підтвердіть, натиснувши ENTER. Усі дані будуть збережені як профіль користувача. Після налаштування консоль переходить до головного меню та відображається як на Малюнку 4. На цій сторінці користувач може розпочати безпосередньо тренування, натиснувши кнопку START/STOP.

Малюнок 3

Малюнок 4

Вибір тренування

На головній сторінці блимає перша програма MANUAL (Малюнок 5). Користувач може натиснути UP (+) або DOWN (-), щоб обрати: MANUAL-->PROGRAM-->USER PROGRAM-->H.R.C.-->WATT, для підтвердження натисніть ENTER.

Ручний режим

1. Натисніть UP (+) або DOWN (-), щоб вибрати програму тренування, виберіть Manual (Малюнок 4) і натисніть кнопку ENTER для підтвердження.
2. Натисніть UP (+) або DOWN (-), щоб встановити попереднє значення TIME/DISTANCE/CALORIES/PULSE, і натисніть ENTER для підтвердження.
3. Натисніть клавіші START/STOP, щоб розпочати тренування. Під час тренування користувач може натискати UP та DOWN для регулювання рівня навантаження від 1 до 16.
4. Натисніть кнопки START/STOP, щоб призупинити тренування. Натисніть RESET, щоб повернутися до головного меню.

Програмний режим

1. Натисніть UP (+) або DOWN (-), щоб вибрати програму тренування, виберіть Program (Малюнок 5) і натисніть кнопку ENTER для підтвердження.
2. Натисніть UP (+) або DOWN (-), щоб вибрати програму з P01 ~ P12, профіль програми відображатиметься по черзі.
3. Натисніть UP (+) або DOWN (-), щоб встановити TIME тренування.
4. Натисніть клавіші START/STOP, щоб розпочати тренування. Під час тренування користувач може натискати UP (+) або DOWN (-), щоб налаштувати рівень навантаження від 1 до 16.
5. Натисніть кнопки START/STOP, щоб призупинити тренування. Натисніть RESET, щоб повернутися до головного меню.

Малюнок 5

Режим H.R.C.

1. Натисніть UP (+) або DOWN (-), щоб вибрати програму тренування, виберіть H.R.C. (Малюнок 7) і натисніть кнопку ENTER для підтвердження.
2. Натисніть UP (+) або DOWN (-), щоб вибрати: H.R.C 55 (Малюнок 8), H.R.C 75, H.R.C 90 або TAG (TARGET H.R.) (за замовчуванням: 100, Малюнок 9). Підтвердіть, натиснувши ENTER.
3. При виборі H.R.C 55, H.R.C 75, H.R.C 90 на консолі відображатиметься задане цільове значення відповідно до віку користувача. Натисніть UP (+) або DOWN (-) та ENTER, щоб встановити TIME тренування.
4. Якщо вибрати TAG H.R., попередньо налаштоване значення 100 блимає, як на Малюнку 9. Натисніть UP (+) або DOWN (-), щоб відрегулювати значення від 30 до 230, та натисніть ENTER для підтвердження. Налаштуйте час тренування TIME, натиснувши UP (+) або DOWN (-).
5. Натисніть кнопку START/STOP, щоб розпочати або припинити тренування. Натисніть RESET, щоб повернутися до головного меню.

Малюнок 7

Малюнок 8

Малюнок 9

Режим WATT

1. Натисніть UP (+) або DOWN (-), щоб вибрати програму тренування, виберіть WATT (Малюнок 10) і натисніть кнопку ENTER для підтвердження.

2. Натисніть UP (+) або DOWN (-), щоб попередньо налаштувати WATT. (за замовчуванням: 120)

3. Натисніть UP (+) або DOWN (-), щоб попередньо налаштувати TIME тренування.

4. Натисніть кнопку START/STOP, щоб розпочати тренування. Під час тренування користувач може натиснути UP (+) або DOWN (-), щоб налаштувати рівень WATT від 10-350.

5. Натисніть кнопку START/STOP, щоб призупинити тренування. Натисніть RESET, щоб повернутися до головного меню.

Малюнок 10

Режим Body Fat (рівень підшкірного жиру)

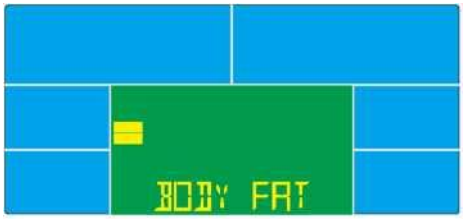
1. Під час тренування натисніть START/STOP, щоб припинити тренування, натисніть кнопку BODY FAT, щоб почати вимірювання. (Малюнок 11)

2. Тримайтеся за ручки, через 8 секунд на комп'ютері з'явиться BMI, FAT% та символ жиру.

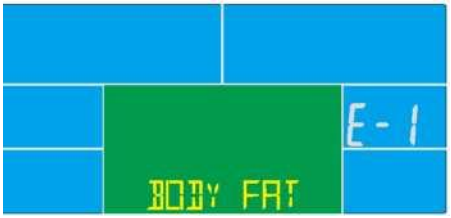
3. Знову натисніть кнопку BODY FAT, щоб повернутися до головного меню.

4. Код помилки:

"Консоль відображає E-1 (Малюнок 12): користувач неправильно тримає ручки.
"Консоль відображає E -4 (малюнок 13): FAT% перевищує діапазон налаштувань (5,0% -50,0%)



Малюнок 11



Малюнок 12

Малюнок 13

<ДОВІДКА>

B.M.I. (Індекс маси тіла) інтегрований

	B.M.I	НИЗЬКИЙ	НИЗЬКИЙ/ СЕРЕДНІЙ	СЕРЕДНІЙ	СЕРЕДНІЙ/ ВИСОКИЙ
	МАСШТАБ	<20	20-24	24.1-26.5	>26.5

ЖИР ТІЛА:

ПІКТОГРАМА	—	+	▲	♦
FAT% (ЖИР) SEX (СТАТЬ)	НИЗЬКИЙ	НИЗЬКИЙ/ СЕРЕДНІЙ	СЕРЕДНІЙ	СЕРЕДНІЙ/ ВИСОКИЙ
ЧОЛОВІК	**<13%**	**13%-25.9%**	**26%-30%**	**>30%**
ЖІНКА	**<23%**	**23%-35.9%**	**36%-40%**	**>40%**

<u>Відновлення</u>

1. Коли на комп'ютері відображається значення пульсу (утримуйте ручки), натисніть кнопку RECOVERY.
2. Всі функції, окрім "TIME'', зупиняться, та почнеться рахунок у зворотному порядку з 00:60 до 00:00 (Малюнок 14). Коли TIME буде рахувати у зворотному порядку до 0, на екрані відображається ваш стан відновлення частоти серцевого ритму за допомогою FX (X = 1 ~ 6, Малюнок 15). F1 - найкращий, F6 - найгірший. (Див. таблицю нижче). (Натисніть кнопку RECOVERY ще раз, щоб повернутися до головного відображення.)
3. Під час RECOVERY користувач може натиснути кнопку RECOVERY, щоб повернутися до головного меню.
4. Без введення пульсу натискання кнопки ВІДНОВЛЕННЯ недійсне.

Малюнок 14

Малюнок 15

1.0	НАДЗВИЧАЙНО
1.0 < F < 2.0	ВІДМІННО
2.0 < F < 2.9	ДОБРЕ
3.0 < F < 3.9	ПОСЕРЕДНЬО
4.0 < F < 5.9	НИЖЧЕ СЕРЕДНЬОГО
6.0	ПОГАНО

ПРИМІТКА:

1. Для цього комп’ютера потрібен адаптер 9V, 1300mA.
2. Коли користувач припинить крутити педалі на 4 хвилини, комп’ютер увійде в режим енергозбереження, усі дані про налаштування та вправи будуть зберігатися доти, поки користувач знову не почне тренування.
3. Якщо комп’ютер неправильно працює, вийміть адаптер і підключіть знову.

Garlando
GARLANDO SPA Via Regione Piemonte, 32 - Zona Industriale D1 15068 - Pozzolo Formigaro (AL) - Italy
www.toorx.it - info@toorx.it