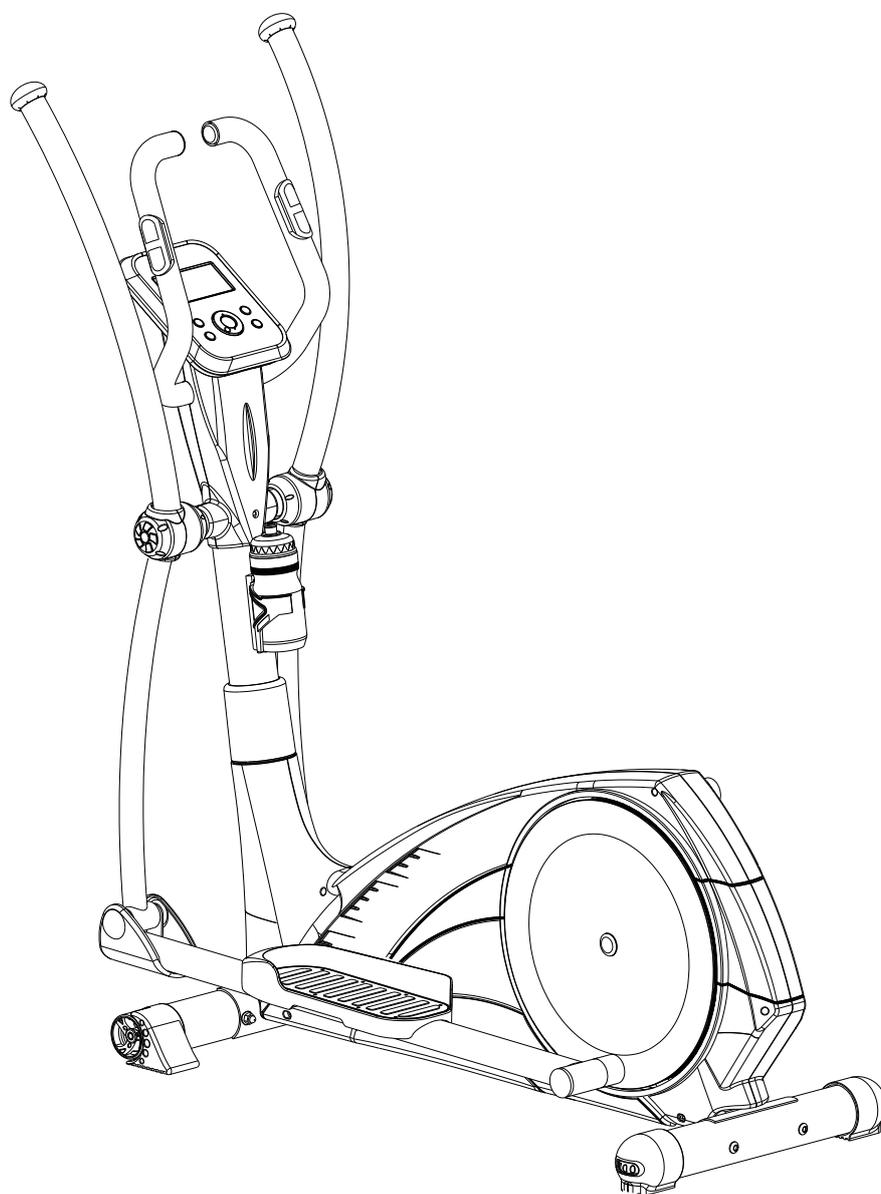




Manuale utente - EN

IN 4388 inSPORTline Bicicletta ellittica Caracas (KH-831C2)



Istruzioni di sicurezza

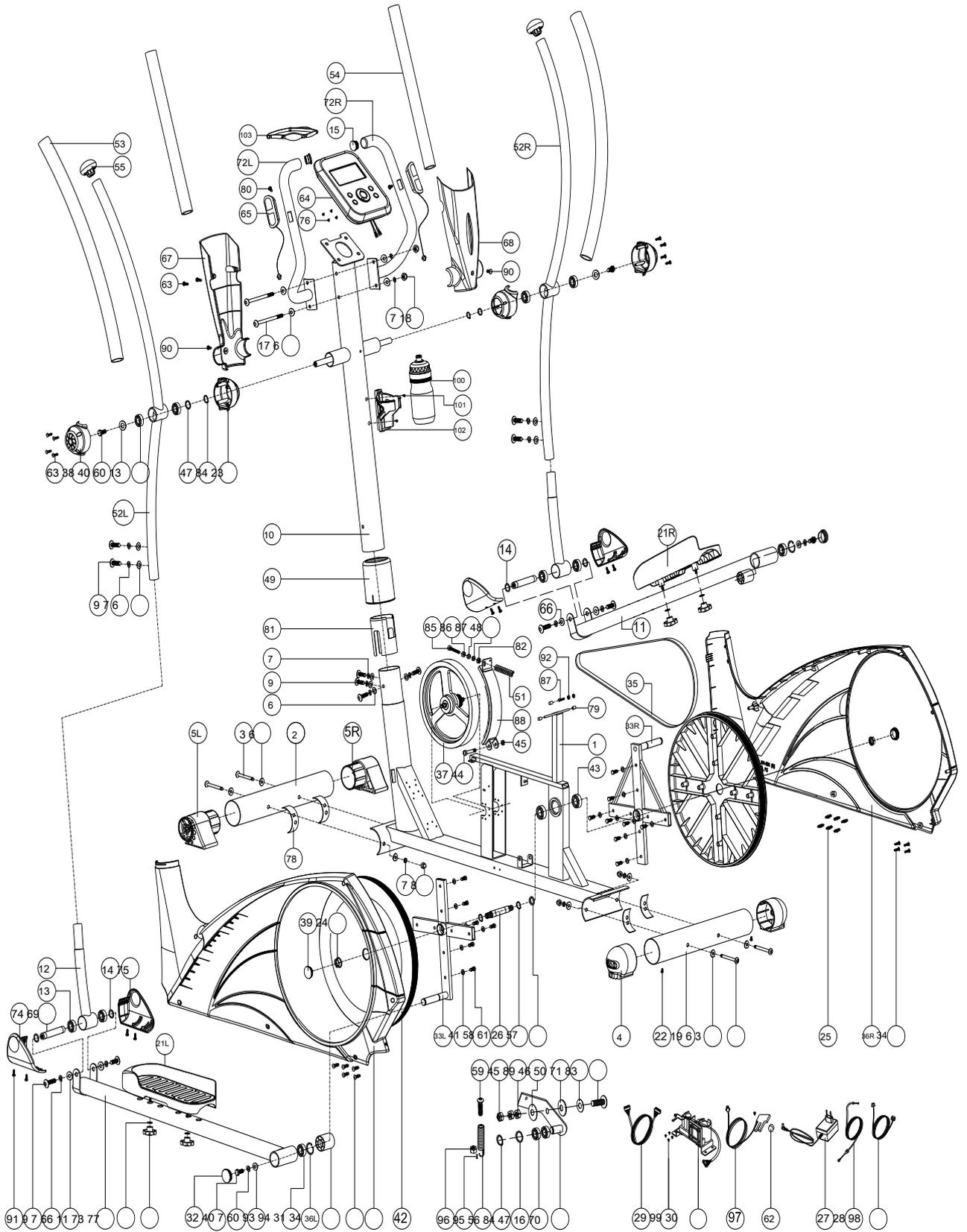
- Per garantire la migliore sicurezza dell'attrezzo ginnico, controllare regolarmente che non presenti danni e parti usurate.
- Se si passa questo attrezzo ginnico a un'altra persona o se si consente a un'altra persona di usarlo, assicurarsi che quella persona abbia familiarità con il contenuto e le istruzioni di queste istruzioni.
- Solo una persona alla volta può utilizzare l'attrezzo ginnico.
- Prima del primo utilizzo e assicurarsi regolarmente che tutte le viti, i bulloni e gli altri giunti siano adeguatamente serrati e saldamente in sede.
- Prima di iniziare l'allenamento, rimuovere tutti gli oggetti a spigoli vivi attorno all'attrezzo ginnico.
- Usa l'esercizio per il tuo allenamento solo se funziona perfettamente.
- Qualsiasi parte rotta, usurata o difettosa deve essere immediatamente sostituita e / o l'attrezzo ginnico non deve più essere utilizzato fino a quando non è stato adeguatamente mantenuto e riparato.
- I genitori e le altre persone di vigilanza dovrebbero essere consapevoli della loro responsabilità, a causa di situazioni che possono verificarsi per le quali l'attrezzo ginnico non è stato progettato e che possono verificarsi a causa del naturale istinto di gioco dei bambini e dell'interesse a sperimentare.
- Se permetti ai bambini di utilizzare questo attrezzo ginnico, assicurati di prendere in considerazione e valutare le loro condizioni e lo sviluppo mentale e fisico, e soprattutto il loro temperamento. I bambini devono utilizzare l'attrezzo ginnico solo sotto la supervisione di un adulto ed essere istruiti sull'uso corretto e appropriato dell'attrezzo ginnico. L'attrezzo ginnico non è un giocattolo.
- Assicurarsi che ci sia spazio libero sufficiente intorno all'attrezzo quando lo si installa.
- Per evitare possibili incidenti, non consentire ai bambini di avvicinarsi all'attrezzo ginnico senza supervisione, poiché potrebbero usarlo in un modo per il quale non è previsto a causa del loro naturale istinto di gioco e interesse per la sperimentazione.
- Si prega di notare che un allenamento improprio ed eccessivo può essere dannoso per la salute.
- Si noti che le leve e altri meccanismi di regolazione non sporgono nell'area di movimento durante l'allenamento.
- Quando si installa l'attrezzo ginnico, assicurarsi che sia in piedi in modo stabile e che ogni possibile irregolarità del pavimento sia livellata.
- Indossare sempre indumenti e scarpe appropriati per il proprio allenamento sull'attrezzo ginnico. Gli indumenti devono essere progettati in modo tale da non rimanere impigliati in nessuna parte dell'attrezzo ginnico durante l'allenamento a causa della loro forma (ad esempio, la lunghezza). Assicurati di indossare scarpe adeguate, adatte all'allenamento, che sostengano saldamente i piedi e che siano dotate di suola antiscivolo.
- Assicurati di consultare un medico prima di iniziare qualsiasi programma di esercizi. Potrebbe darti suggerimenti e consigli appropriati riguardo all'intensità individuale dello stress per te, nonché al tuo allenamento e alle tue abitudini alimentari ragionevoli.

Note importanti

- o Montare l'attrezzo ginnico secondo le istruzioni di montaggio e assicurarsi di utilizzare solo le parti strutturali fornite con l'attrezzo e progettate per esso. Prima dell'assemblaggio, assicurarsi che il contenuto della consegna sia completo facendo riferimento all'elenco delle parti delle istruzioni di montaggio e funzionamento.
- o Assicurarsi di posizionare l'attrezzo ginnico in un luogo asciutto e uniforme e proteggerlo sempre dall'umidità. Se si desidera proteggere il luogo in particolare da punti di pressione, contaminazione, ecc., Si consiglia di mettere un tappetino antiscivolo adatto sotto l'attrezzo ginnico.
- o La regola generale è che gli utenti e i dispositivi di allenamento non sono giocattoli. Pertanto, devono essere utilizzati solo da persone adeguatamente informate o istruite.
- o Interrompi immediatamente il tuo allenamento in caso di vertigini, nausea, dolore al petto o altri sintomi fisici. In caso di dubbio, consultare immediatamente il proprio medico.
- o Bambini, disabili e portatori di handicap devono utilizzare l'esercizio solo sotto supervisione e in presenza di un'altra persona che possa dare supporto e utili istruzioni.
- o Assicurarsi che le parti del corpo e quelle di altre persone non siano mai vicine a parti in movimento dell'attrezzo durante il suo utilizzo.
- o Quando si regolano le parti regolabili, assicurarsi che siano regolate correttamente e prendere nota della posizione di regolazione massima contrassegnata, ad esempio del supporto della sella, rispettivamente.
- o Non allenarti subito dopo i pasti!
- o EN: Classe - HA (secondo EN ISO 20957) per uso domestico. Il peso dell'utente
- o non deve superare i 150 kg.

AVVERTIMENTO! Un sistema per il monitoraggio della frequenza cardiaca potrebbe non essere preciso. Il sovraccarico durante l'allenamento può causare lesioni gravi o morte. Se provi fastidio, interrompi immediatamente l'esercizio!

DISEGNO ESPLOSO



PARTE ELENCO

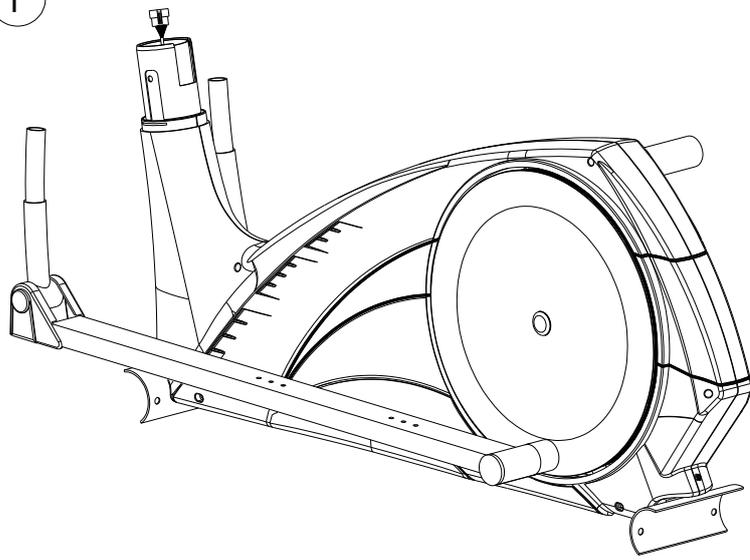
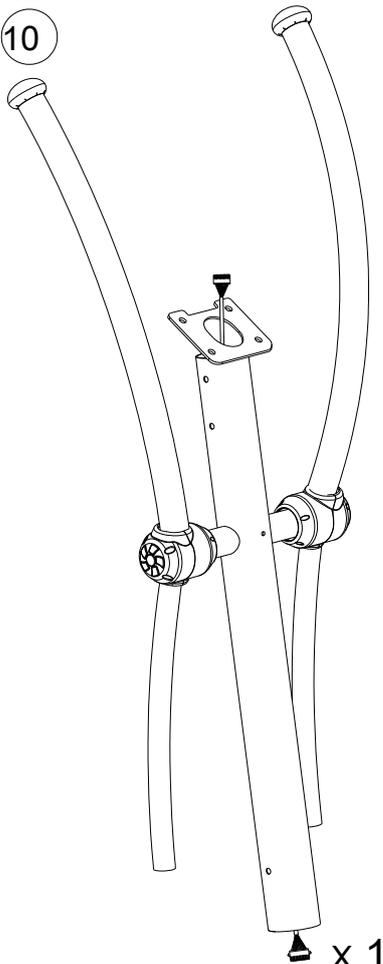
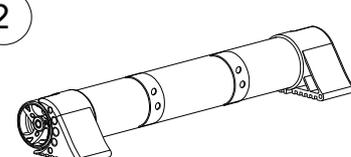
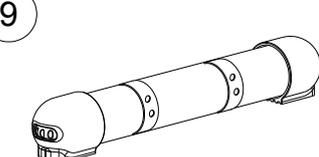
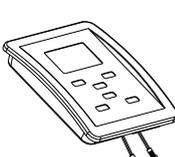
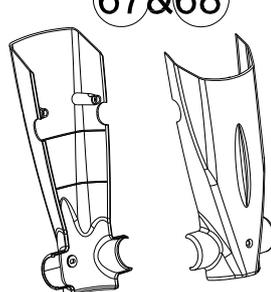
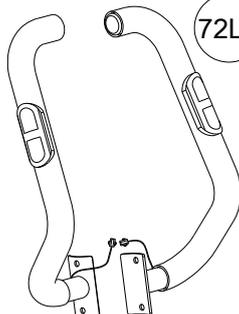
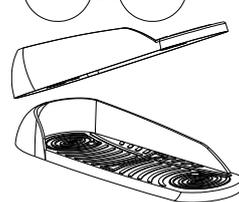
NO.	Descrizione	Q'TY	NO.	Descrizione	Q'TY
1	Cornice principale	1	31	Copri asse pedale D46x35	2
2	Stabilizzatore anteriore D76x1,5Tx480L	1	32	Tappo terminale rotondo D45 * 15	2
3	Bullone Allen interno M8 * 1,25 * 95L	4	33L	Set per saldatura pedivella sinistra	1
4	Piedino di regolazione D76 * 86	2	33R	Set di saldatura manovella destra	1
5L	Tappo piede sinistro mobile D76 * 120L	1	34	Vite a croce tonda ST4.2x1.4x20L	9
5R	Piede destro mobile tappo D76 * 120L	1	35	Cintura poly 1651 pj6	1
6	Rondella curva D22xD8.5x1.5T	20	36L	Copricatena sinistro 1200.5 * 62	1
7	Rondella elastica D15.4xD8.2x2T	20	36R	Copricatena destro 1200,5 * 66,5	1
8	Dado bombato M8x1.25x15L	4	37	Volano D300 * 32	1
9	Bullone Allen M8x1.25x20L	12	38	Tappo superiore del piede (destro) 80 * 50 * 87	2
10	Set di pali Hanllebar	1	39	Coperchio laterale D36 * 16	2
11	Palo di sostegno del pedale	2	40	Bullone M8x1.25x20	4
12	Supporto mobile inviare	2	41	Rondella piatta D14 * D6,5 * 0,8 T.	16
13	Cuscinetto # 99502ZZ	8	42	Disco tondo D456 * 29	2
14	Rondella piatta D23 * D17 * 1.2T	4	43	Cuscinetto # 6004-2RS	2
15	Tappo terminale D25.4 * 31L	2	44	Bullone M8 * 52L	1
16	Cuscinetto # 99502ZZ	2	45	Dado in nylon M8 * 1.25 * 8T	2
17	Bullone Allen interno M8x1.25x100L	2	46	Rondella piana in plastica D50 * D10 * 1.0T	1
18	Dado in nylon M8 * 1.25 * 8T	2	47	Rondella ondulata D21xD16x0.3T	3
19	Stabilizzatore posteriore D76x1,5Tx480L	1	48	Rondella piatta D13 * D6.5 * 1.0T	1
21L	Pedale sinistro	1	49	Copertura protettiva superiore	1
21R	Pedale destro	1	50	Rondella piatta D50 * D10 * 3T	1

22	Vite a croce ST4x1.41x10.L	2	51	Primavera D1.0 * 55L	1
23	Tappo piede superiore sinistro 80 * 55 * 87	2	52L	Manubrio mobile sinistro	1
24	Dado anti-allentamento M10 * 1,25 * 10T	2	52R	Manubrio mobile destro	1
25	Pin D6 * 26,5 * 7,7	6	53	Schiuma per lo spostamento del manubrio D30x3Tx680L	2
26	Anello C. D22.5 * D18.5 * 1.2T	2	54	Schiuma per manubrio fisso D23x5Tx530L, HDR	2
27	Adattatore OUTPUT : 6VA	1	55	Tappo a fungo D1 1/4 " * 45L	2
28	Cavo di tensione D1.5x800L	1	56	Molla di estensione D3 * D19 * 67L	1
29	Cavo del computer (superiore) 800L	1	57	Rondella ondulata D27 * D21 * 0,3 T.	1
30	Motore 500L	1	58	Macchia M6 * 1.0 * 15L	16

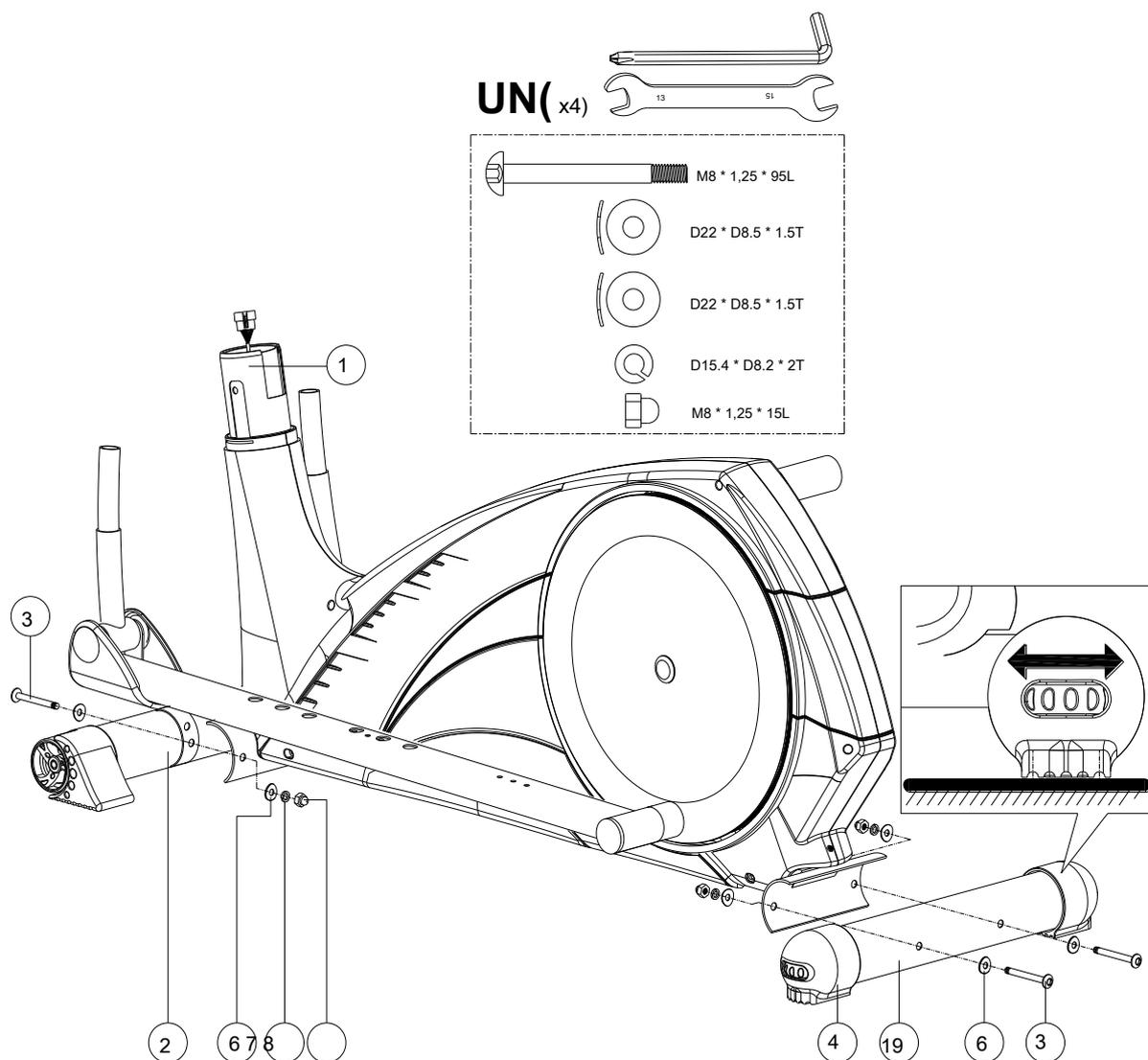
NO.	Descrizione	Q'TY	NO.	Descrizione	Q'TY
59	Allen blot M8 * 1,25 * 50L	1	81	Inserire la spina D71.5 * 108L	1
60	Rondella piatta D21 * D8.5 * 1.5T	4	82	Dado in nylon M6 * 1 * 6T	1
61	Asse manovella D20 * 116L	1	83	Bullone Allen M8x1.25x30L	1
62	Magnete rotondo M02	1	84	Anello a C S-16	3
63	Vite a croce ST4 * 1.41 * 15L	10	85	Bullone M6 * 65L	1
64	Computer SM-8808- 67	1	86	Dado M6 * 1 * 6T	1
65	Pulsazioni manuali WP1007- 12B (D22.2)	2	87	Vite a croce tonda M5 * 0,8 * 35L	1
	Cavo impulsi 600L	2	88	Piastra di fissaggio per magnete	1
66	Rondella piatta D25 * D8.5 * 2T	4	89	Dado M8 * 1.25 * 6T	2
67	Computer posteriore staffa 340 * 150 * 50	1	90	Vite a croce tonda M5x0,8x10L	2
68	Computer anteriore staffa 380 * 150 * 50	1	91	Vite a croce tonda st ST3.5 * 1.27 * 15L	8

69	Asse del pedale anteriore D15.83 * 63.2L	2	92	Dado M5 * 0,8 * 5 T.	2
70	Piastra di fissaggio per folle ruota	1	93	Cuscinetto # 2203-2RS	2
71	Rondella piatta D28 * D8.5 * 3T	1	94	Anello a C S-40	2
72L	Manubrio fisso sinistro	1	95	Copertura in plastica D3 * 30L	1
72R	Manubrio fisso destro	1	96	Dado di fissaggio V	1
73	Rondella piatta D14xD6.5x0.8T	4	97	Cavo sensore 1050L	1
74	Copertura protettiva sinistra	2	98	Cavo elettrico 1000L	1
75	Copertura protettiva destra	2	99	Vite a croce ST4.2x1.4x20L	4
76	Vite a croce M5 * 0,8 * 10L	4	100	Bottiglia di acqua	1
77	Manopola D40 * M6 * 12	4	101	Bullone a croce M5 * 0,8 * 15L	2
78	Buffer 20 * 90 * 1,7 T.	4	102	Portabottiglie 120 * 87 * 3T	1
79	Buffer D9 * D5.8 * 13	3	103	Cintura pettorale	1
80	Vite a croce tonda ST3.5x1.41x20L	2			

ELENCO DI CONTROLLO

 <p>1 x 1</p>		 <p>10 x 1</p>	
 <p>2 x 1</p>	 <p>49 x 1</p>	 <p>77 x 4</p>	
 <p>19 x 1</p>	 <p>64 x 1</p>		 <p>27 x 1</p>
 <p>67&68 x 1</p>	 <p>72L e 72R x 1</p>		 <p>21L&21R x 1</p>
 <p>17 M8 * 1,25 * 100L X 2 6</p>	 <p>○ D22 * D8,5 * 1,5T X 20 73</p>	 <p>○ D14 * D6,5 * 0,8 T. X 4</p>	
 <p>3 M8*1.25*95L X 4 7</p>	 <p>○ D15,4 * D8,2 * 2T X 14 63</p>	 <p>ST4 * 15L X 2</p>	
 <p>9 M8 * 1,25 * 20L X 8 18</p>	 <p>○ M8 * 1,25 * 8T X 2</p>	 <p>90 M5*0.8*10L X 2</p>	
 <p>20 M6 * 1 * 45L X 4 8</p>	 <p>○ M8*1.25*15L X 4</p>	 <p>X 1</p>	

PASSO 1

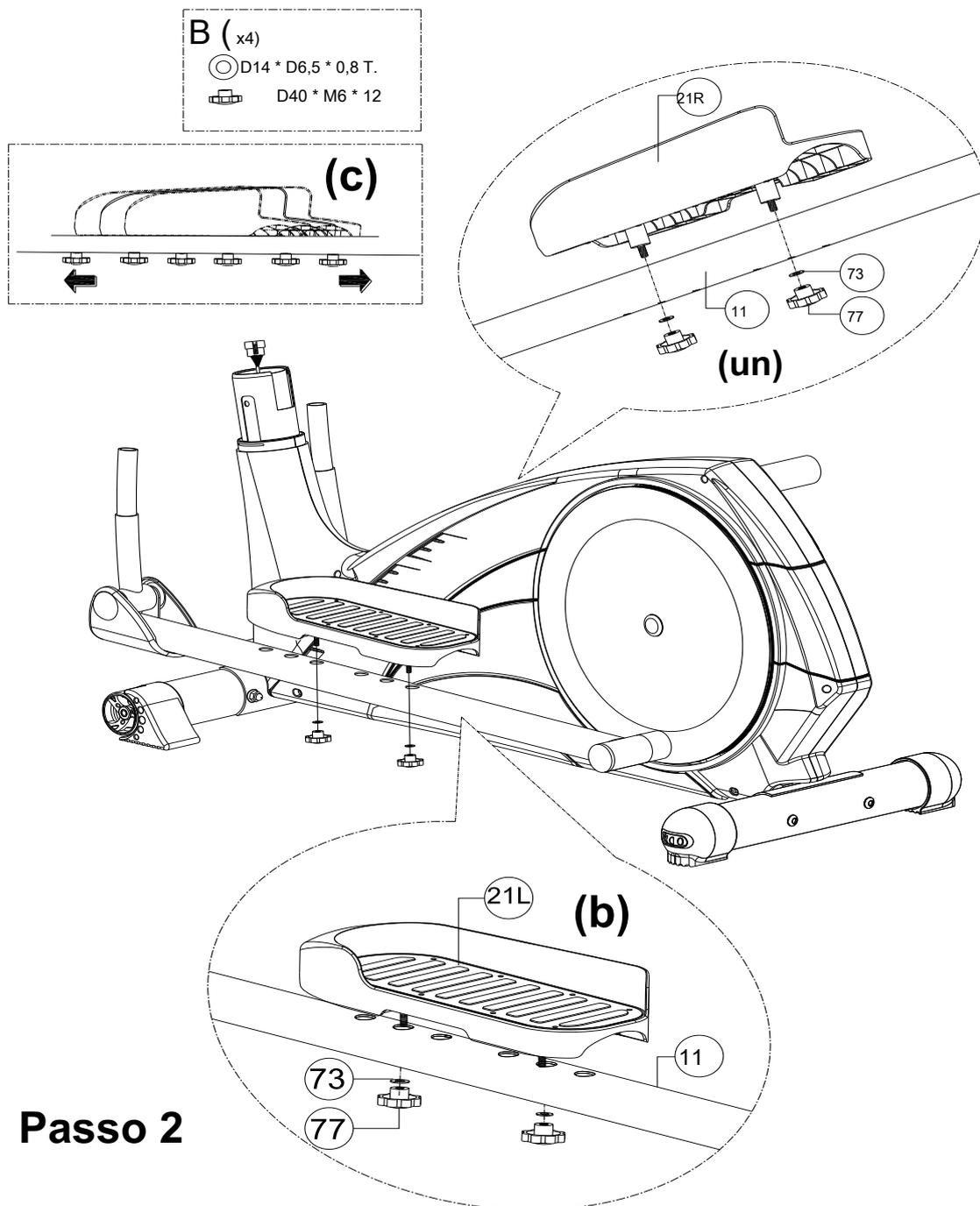


Passo 1

1) Montare lo stabilizzatore anteriore (2) e lo stabilizzatore posteriore (19) sul telaio principale (1) utilizzando la bullone (3), la rondella curva (6), la rondella elastica (7) e il dado a cupola (8).

2) Regolare l'altezza corretta girando la rotella del piedino posteriore (4).

PASSO 2

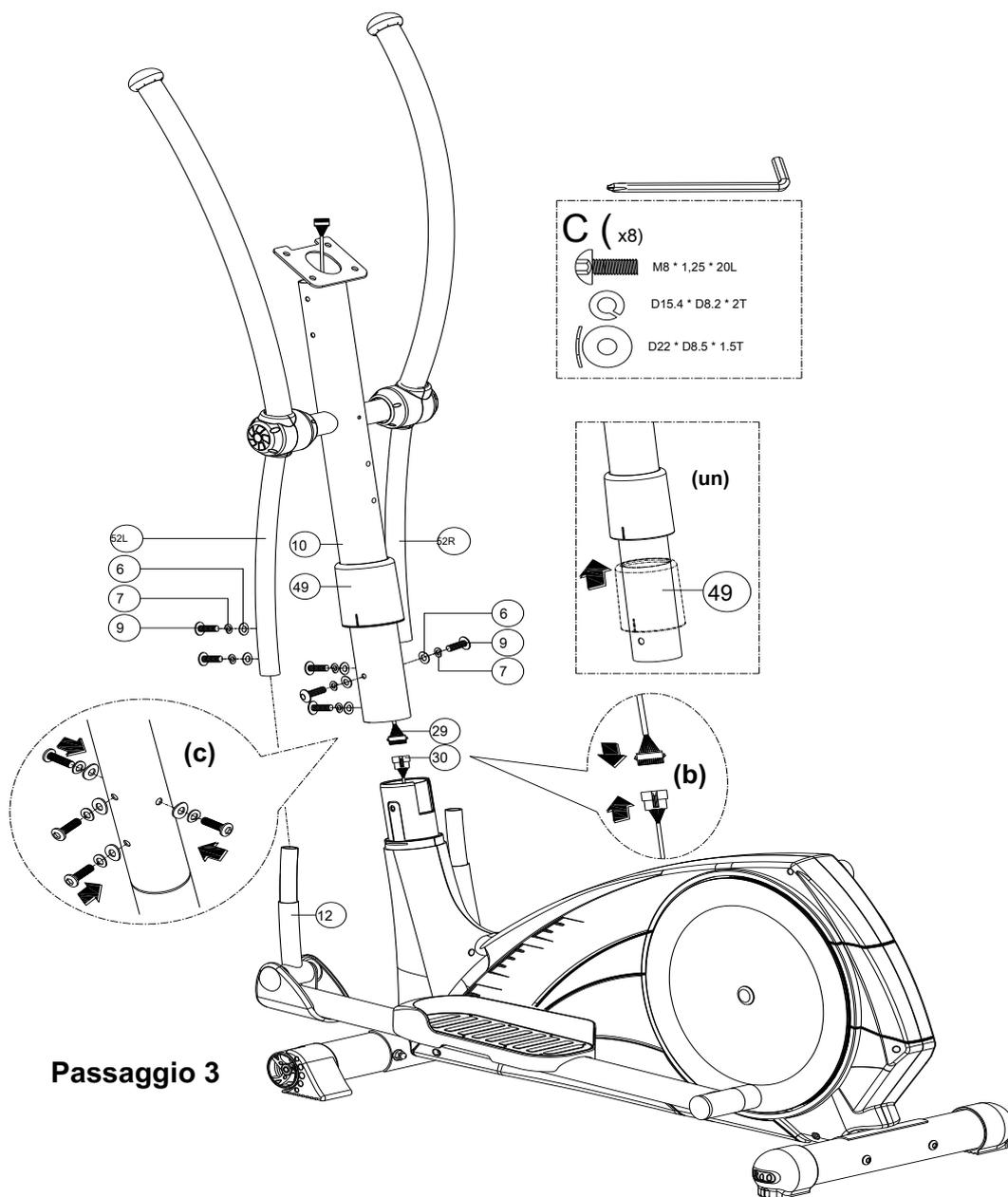


1) Montare il pedale sinistro e destro (21L e 21R) sul montante di supporto del pedale (11) utilizzando il quadrato

bullone del collo (20), rondella piatta (73) e manopola (77) come in fig. (a & b).

2) 3 posizioni opzionali per i pedali come fig. (c).

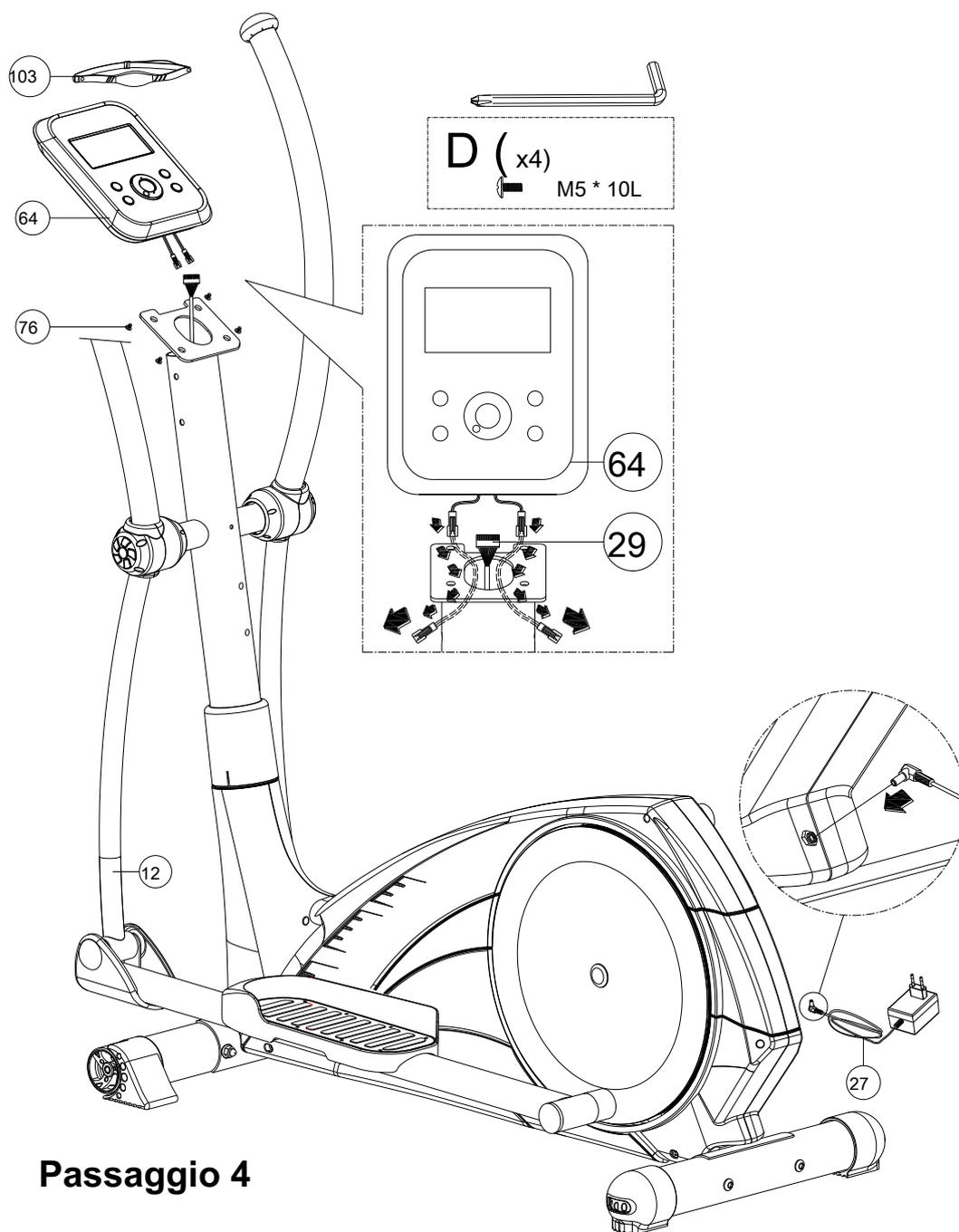
FASE 3



Passaggio 3

- 1) Sugerisci di assemblare questo passaggio da due persone.
- 2) Sollevare il coperchio di protezione superiore (49) come in fig. (b), collegare il cavo del computer (29 e 30) come in fig. (c).
- 3) Inserire il montante manubrio (10) sul telaio principale e serrarlo come in fig. (e) utilizzando la curva la rondella (6), la rondella elastica (7) e la vite a brugola (9). Posizionare la copertura protettiva superiore (49) e farlo aderire al telaio principale.
- 4) Montare il manubrio mobile sinistro e destro (52L e 52R) sul montante mobile di supporto (12) utilizzando la rondella curva (6), la rondella elastica (7) e la vite a brugola (9).

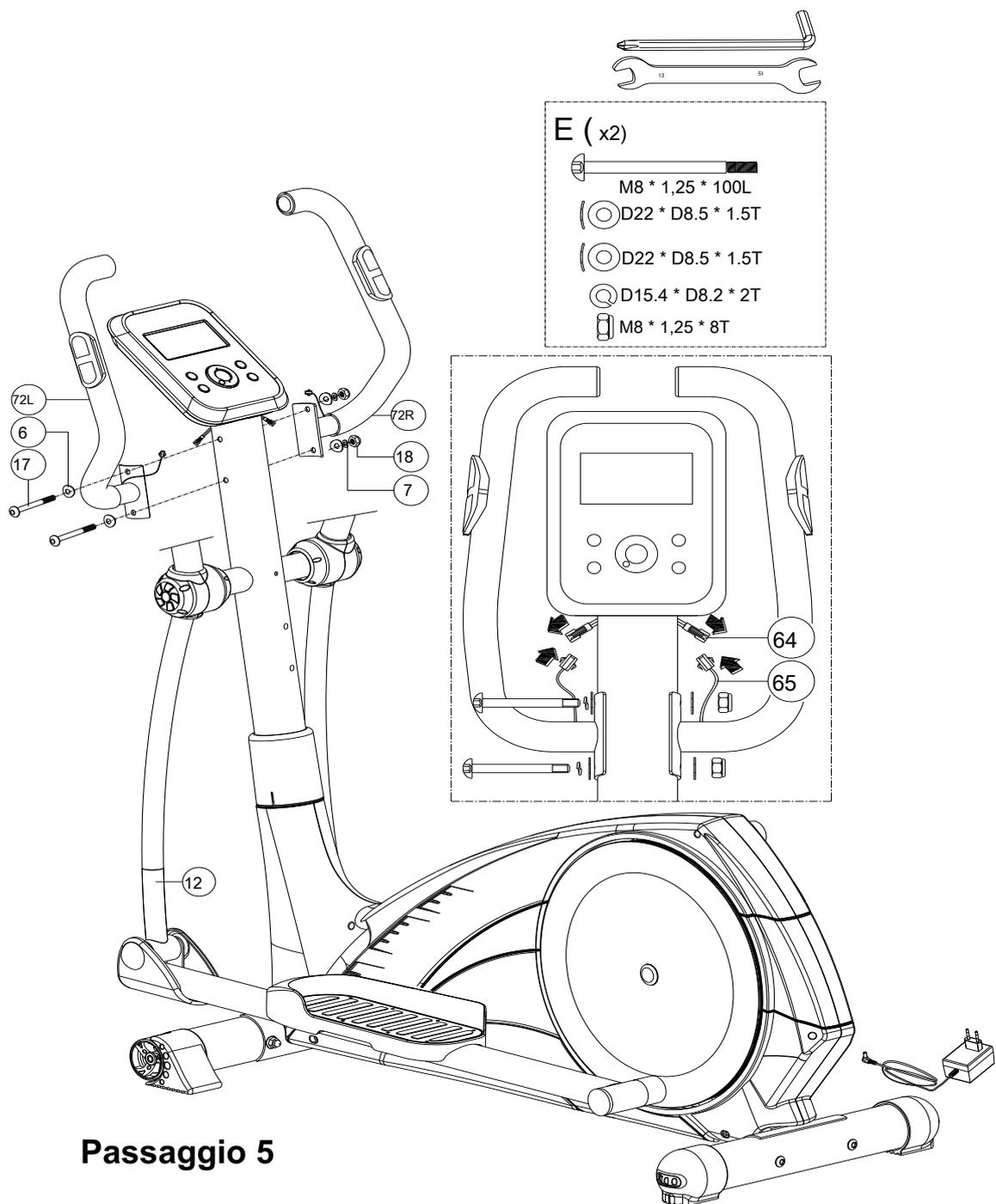
FASE 4



Passaggio 4

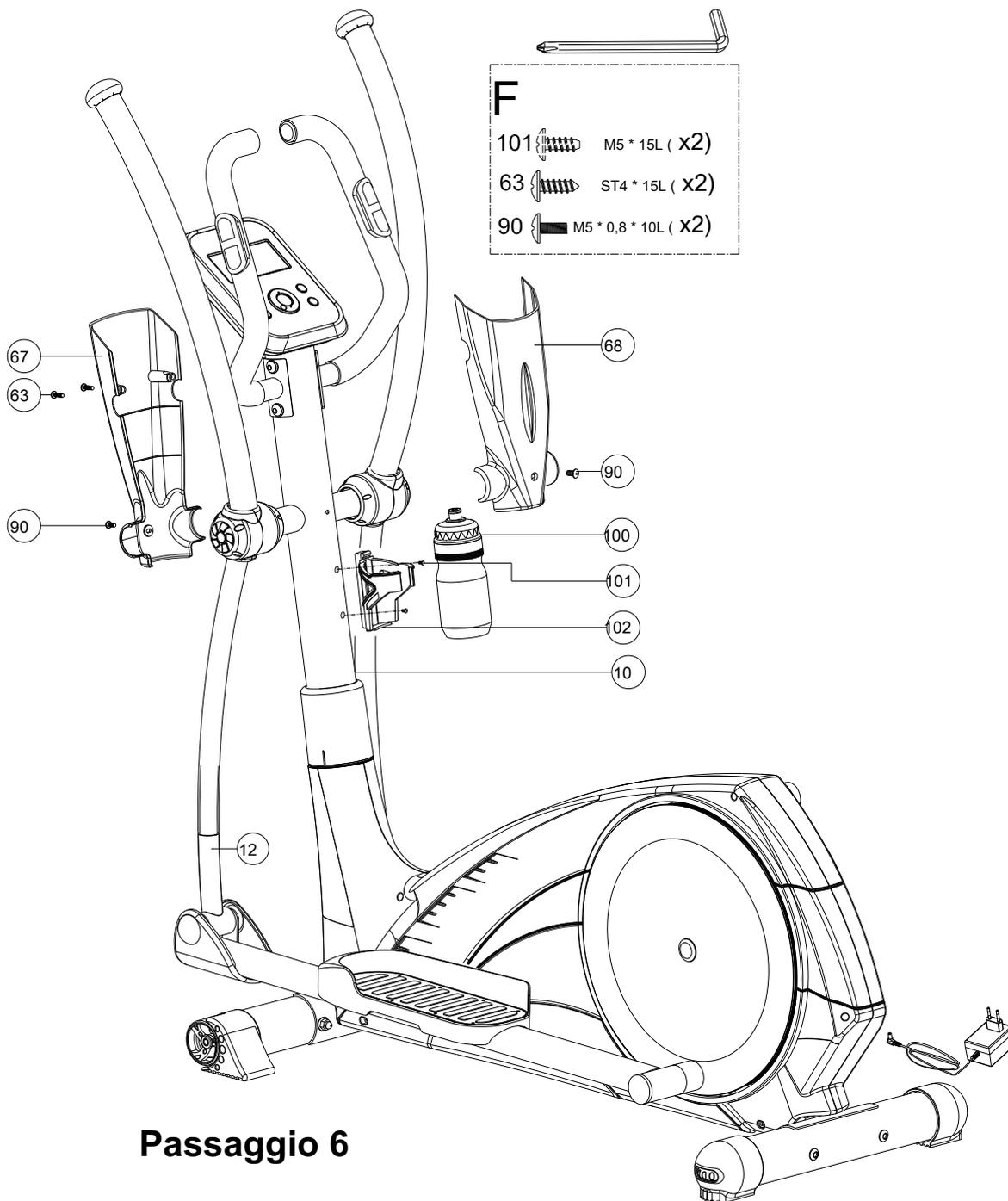
- 1) Collegare il cavo del computer (29) al computer (64), quindi fissare il computer (64) su montante anteriore (10) utilizzando le viti (76).
- 2) Collegare l'adattatore e testare la cintura toracica (103).

FASE 5



- 1) Montare il manubrio fisso sinistro e destro (72L e 72R) sul montante anteriore (10) utilizzando la
il bullone (17), la rondella curva (6), la rondella elastica (7) e il dado in nylon (18).
- 2) Collegare il cavo degli impulsi (65) al computer (64)

FASE 6



Passaggio 6

- 1) Montare la staffa posteriore del computer (67) e la staffa anteriore del computer (68) sul montante anteriore (10) utilizzando la vite a croce (63) e la vite a croce tonda (90).
- 2) Montare il portabottiglie (102) sul montante anteriore (10) utilizzando il bullone a croce (101) .Quindi mettere l'acqua bottiglia (100) nel portabottiglie (102).

MANUALE DI ISTRUZIONI DI SM8900-71

[FUNZIONI DEI PULSANTI]

SU	Per regolare verso l'alto i dati di ciascuna funzione o aumentare la resistenza all'allenamento.
GIÙ	Per effettuare la regolazione verso il basso di ogni funzione o diminuire la resistenza dell'allenamento.
MODALITÀ	Per confermare tutte le impostazioni.
STAR / STOP	Per avviare o interrompere l'allenamento.
RIPRISTINA	Per ripristinare l'impostazione corrente e fare in modo che il monitor passi alla modalità di addestramento iniziale per la selezione.
RECUPERO	Per testare lo stato di recupero della frequenza cardiaca.
GRASSO CORPOREO	Per testare la percentuale di grasso corporeo Premere il pulsante BODY FAT in modalità standby e modificare i dati utente.

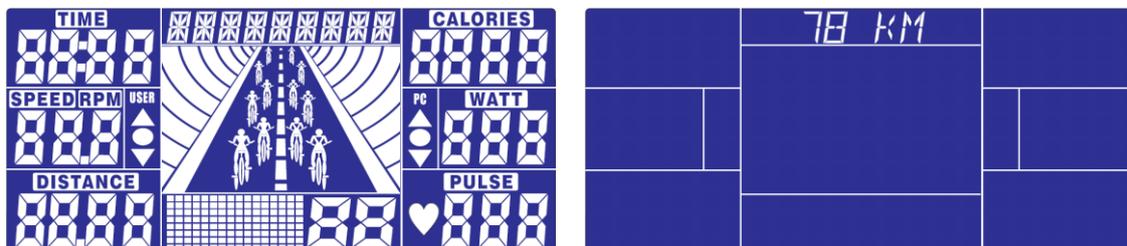
[FUNZIONI DEL DISPLAY]

TEMPO	Count up - Nessun obiettivo preimpostato, il tempo verrà conteggiato da 00:00 a un massimo di 99:59 con ogni incremento di 1 minuto. Conto alla rovescia: se ci si allena con il tempo preimpostato, il conto alla rovescia dal preimpostato a 00:00. Ciascun incremento o decremento preimpostato è di 1 minuto tra le 01:00 e le 99:00.
VELOCITÀ	Visualizza la velocità di allenamento corrente. La velocità massima è 99,9 KM / H o ML / H. Visualizza la rotazione
RPM	al minuto. Intervallo di visualizzazione 0 ~ 15 ~ 999
DISTANZA	Accumula la distanza totale da 00:00 fino a 99,99 KM o ML. L'utente può preimpostare i dati sulla distanza del target premendo il pulsante SU / GIÙ. Ogni incenso è 0,1KM o ML.
CALORIE	Accumula il consumo di calorie durante l'allenamento da 0 a un massimo di 9999 calorie. (Questi dati sono una guida approssimativa per il confronto di diverse sessioni di esercizi che non possono essere utilizzate nel trattamento medico.)
PULSE	L'utente può impostare l'impulso target da 0 - 30 a 230 e il cicalino del computer emetterà un segnale acustico quando la frequenza cardiaca effettiva è superiore al valore target durante l'allenamento. Visualizza i watt di allenamento correnti. Intervallo di
WATT	visualizzazione 0 ~ 999.

[PROCEDURA OPERATIVA]

Accensione:

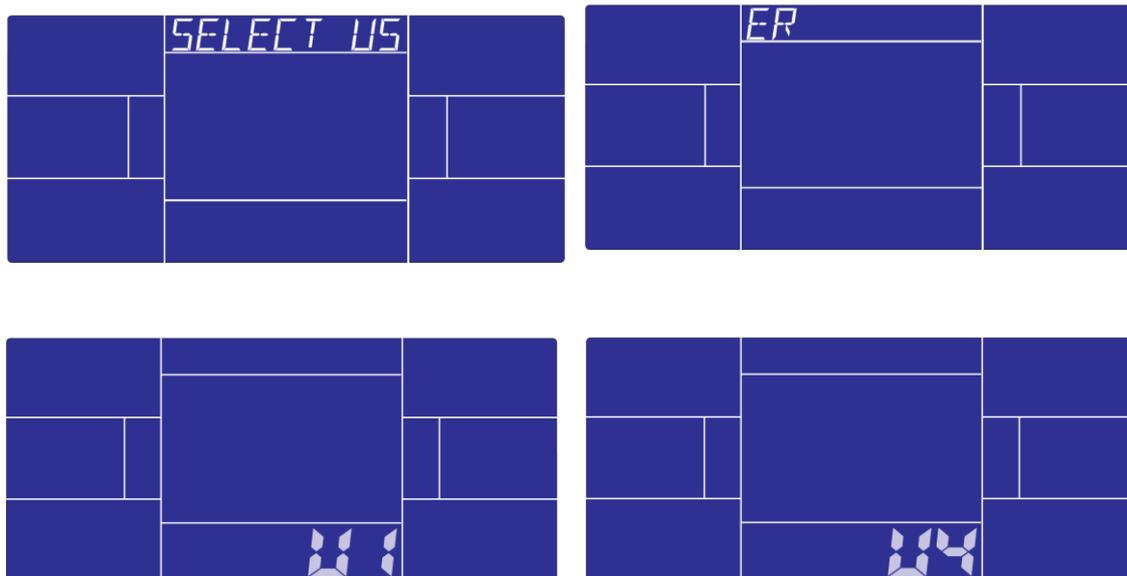
1. Collegare l'adattatore di alimentazione a DC JACK e la console si accenderà con un segnale acustico per 2 secondi e LCD visualizzano tutti i segmenti.



2. La console mostrerà "SELEZIONA UTENTE", l'utente può premere mode per accedere alla modalità di selezione utente.

Utilizzare la rotella per selezionare da U1 a U4 e premere MODE per confermare.

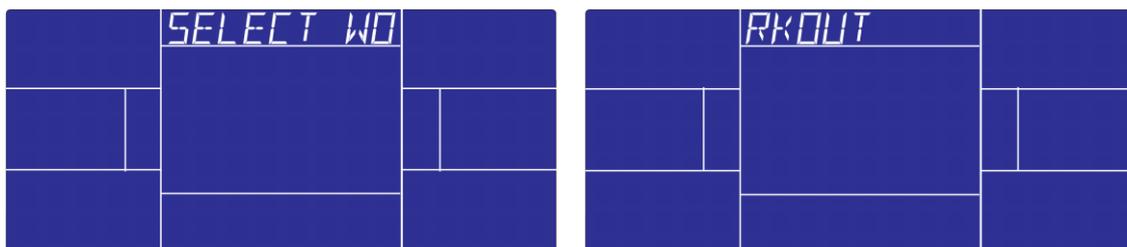
Quindi preimpostare le informazioni utente per SESSO, ETÀ, ALTEZZA e PESO.



3. In modalità standby, la console visualizzerà "SELEZIONA ALLENAMENTO", l'utente può premere MODE per entrare

modalità di selezione. E usa la rotella joggle per selezionare MANUALE • PROGRAMMA • PROGRAMMA UTENTE

- HRC, • WATT



Allenamento in modalità MANUALE:

In modalità standby, selezionare MANUALE e premere MODE per accedere.

Avvio rapido: L'utente può premere START / STOP per iniziare l'allenamento in MANUALE, tutti i valori degli esercizi inizieranno a contare da zero.

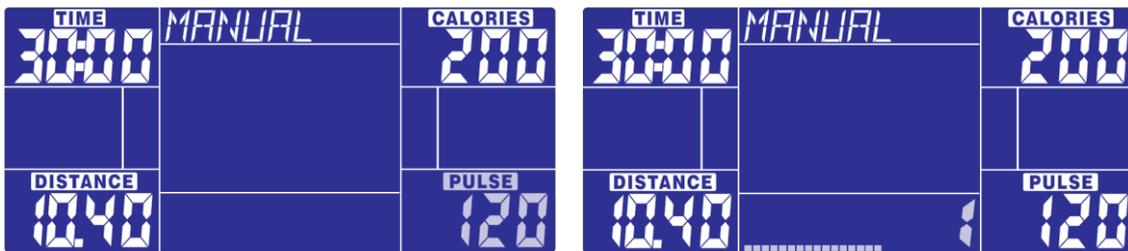
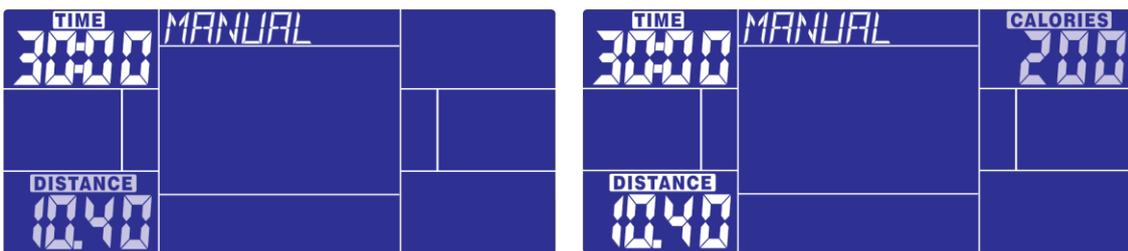
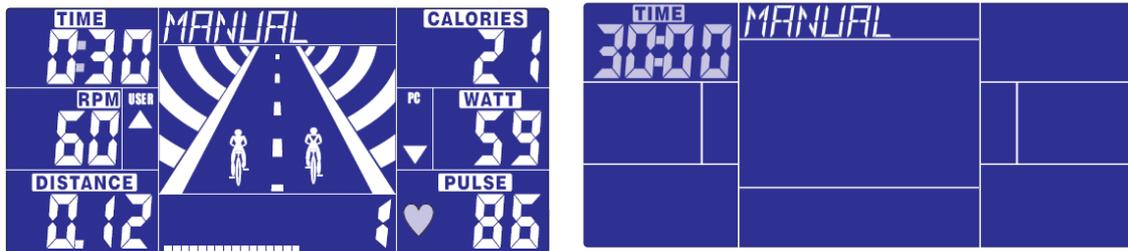
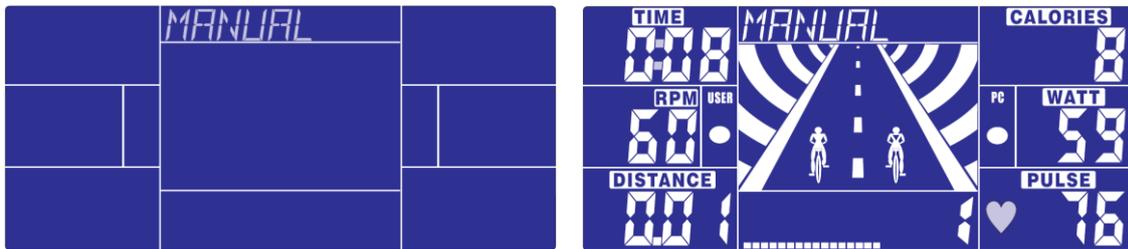
Dopo essere entrato in modalità MANUALE, l'utente può impostare TIME • DISTANZA • CALORIE • PULSE •

LIVELLO DI RESISTENZA seguendo le finestre lampeggianti e premendo START / STOP per iniziare l'allenamento. Tutti i valori inizieranno il conto alla rovescia fino a zero.

(Per cancellare l'impostazione, premere il pulsante RESET)

In modalità manuale, l'animazione della bicicletta andrà avanti ogni 3 km e la velocità del PC sarà la stessa di

velocità dell'utente.



Allenamento in modalità PROGRAMMA: _____

In modalità standby, selezionare PROGRAM e premere MODE per accedere.

L'utente può ruotare la rotella su o giù per selezionare il programma preferito da 1 a 12 e premere MODE per confermare. Il profilo del programma lampeggerà, l'utente può alzare o abbassare il volume per regolare il livello di resistenza del profilo.

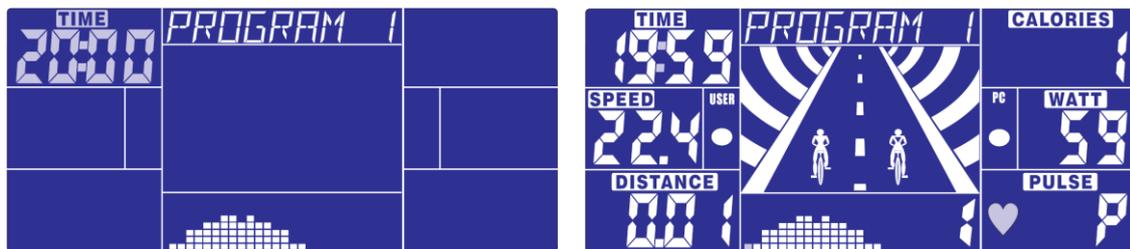
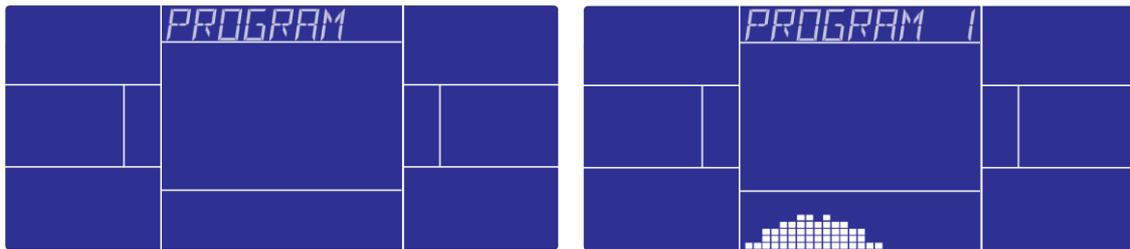
L'ORA è fissata alle 20:00, che non è regolabile. Premi START / STOP per iniziare l'allenamento e correre con il PC.

Dopo l'avvio, TIME inizierà il conto alla rovescia; l'animazione della pista seguirà l'input RPM dell'utente.

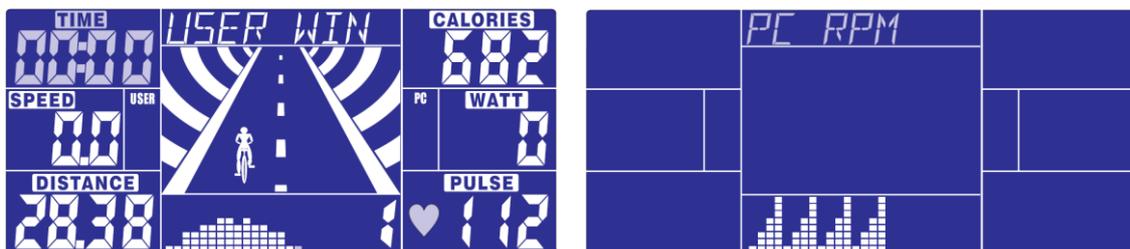
L'utente deve seguire la velocità del PC controllando i simboli seguenti per completare l'intero corso di 20 minuti:

- ▲ : Velocità UTENTE > RPM del PC: l'utente deve rallentare
- : Velocità UTENTE = RPM PC
- ▼ : Velocità UTENTE < RPM del PC: l'utente deve accelerare

Quando TIME conta alla rovescia fino a zero, la console emetterà un segnale acustico per 8 secondi e visualizzerà il risultato della corsa: PC WIN o USER WIN.



pista di decollo



Allenamento in modalità Programma utente:

In modalità standby, selezionare USER PRO e premere MODE per accedere.

L'utente può creare il proprio profilo preferito ruotando SU e GIÙ per impostare il livello di resistenza di ciascuna riga e premere MODE per confermare. L'utente può tenere premuto il pulsante MODE per terminare l'impostazione.

L'orario è fissato alle 20:00, che non è regolabile. L'utente può premere il pulsante START / STOP per iniziare l'allenamento.

Dopo l'avvio, TIME inizierà il conto alla rovescia; l'animazione della pista seguirà l'input RPM dell'utente.

L'utente deve seguire la velocità del PC controllando i simboli seguenti per completare l'intero corso di 20 minuti:

- ▲ : Velocità UTENTE > RPM del PC: l'utente deve rallentare
- : Velocità UTENTE = RPM PC
- ▼ : Velocità UTENTE < RPM del PC: l'utente deve accelerare

Quando TIME conta alla rovescia fino a zero, la console emetterà un segnale acustico per 8 secondi e visualizzerà il risultato della corsa: PC WIN o USER WIN.

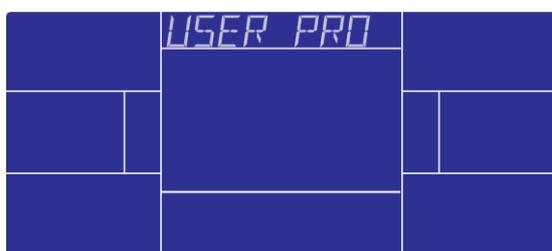


圖 37

圖 38



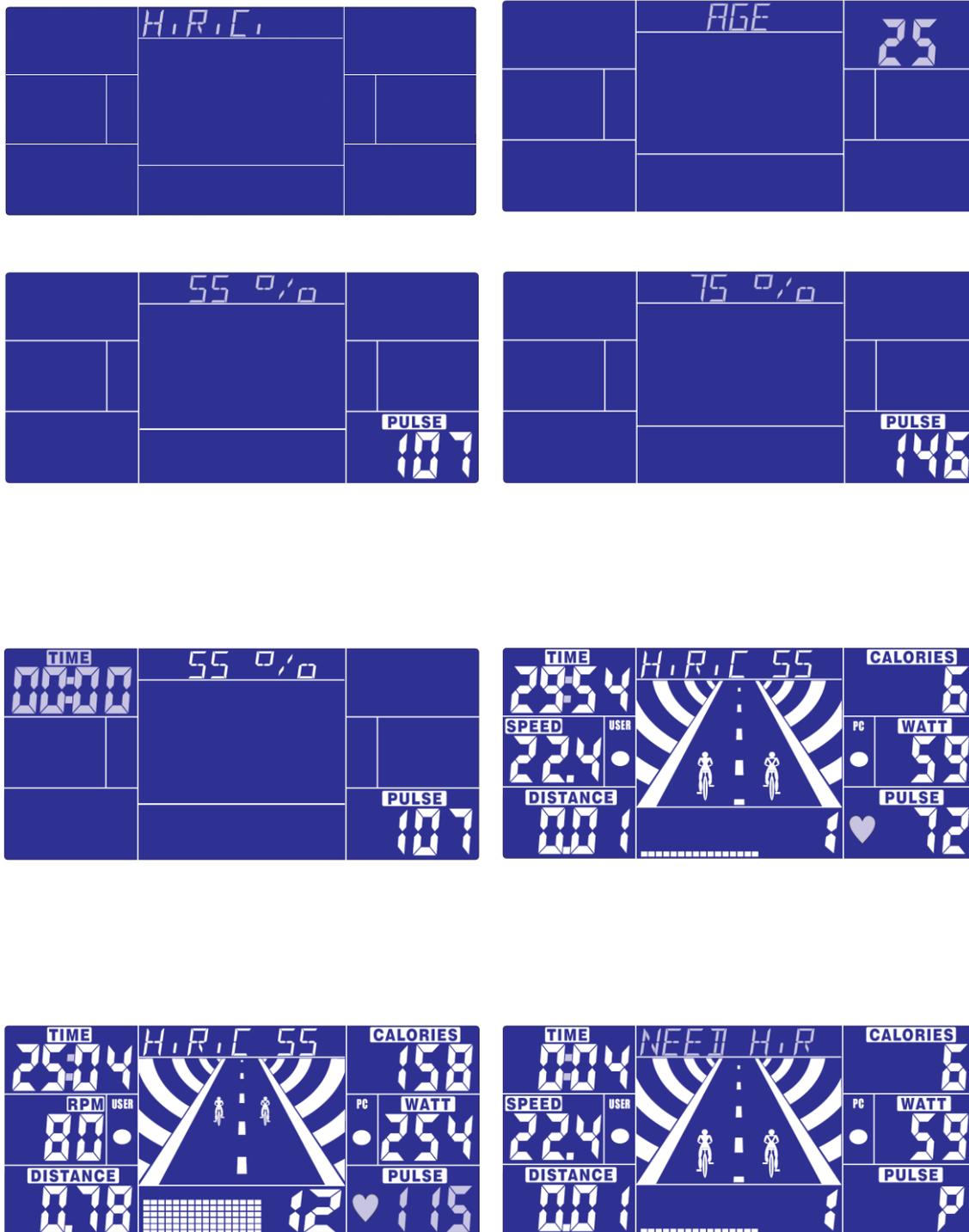
圖 39

Allenamento in modalità HRC:

In modalità standby, selezionare HRC e premere MODE per accedere.

AGE 25 lampeggia dopo essere entrati in modalità HRC, è possibile impostare la propria età ruotando il pulsante SU / GIÙ e premere MODE. Il monitor calcolerà automaticamente il valore della frequenza cardiaca preimpostato in base all'impostazione dell'età. Lo schermo mostrerà la percentuale di frequenza cardiaca 55%, 75%, 90% e TARGET. È possibile selezionare la percentuale di frequenza cardiaca tramite il pulsante SU / GIÙ / INVIO per l'allenamento.

Se non è presente alcun input di FC per 5 secondi, il display LCD visualizzerà "NEED HR" fino all'ingresso del segnale di HR.



Allenamento in modalità costante WATT:

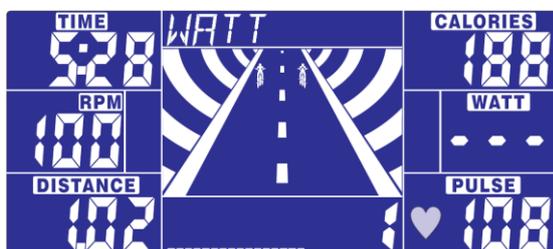
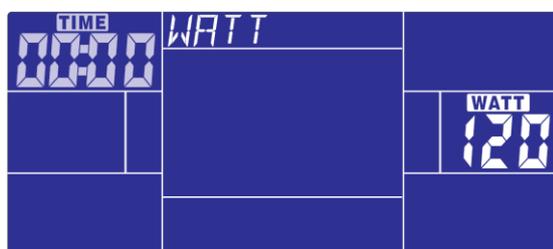
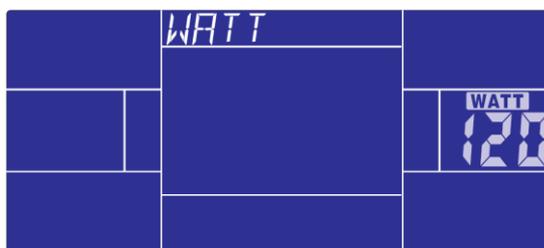
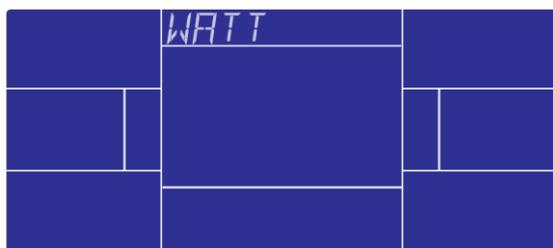
In modalità standby, selezionare WATT e premere MODE per accedere.

Il valore di watt preimpostato 120 lampeggia sullo schermo nella modalità di impostazione WATT, selezionare UP / DOWN / ENTER per

impostare il valore target da 10 a 350. Premere il pulsante START per iniziare l'allenamento.

Dopo l'avvio, il livello viene regolato in base all'RPM per raggiungere l'impostazione WATT.

- ▲ : WATT > impostazione WATT 25% - l'utente deve rallentare
- : WATT = impostazione 25%
- ▼ : WATT < impostazione del 25% - l'utente deve accelerare
- : WATT > o < impostazione WATT 50% (OVER SPEC) ---



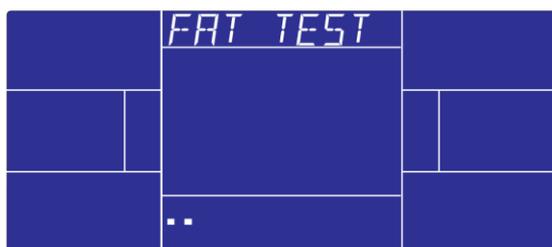
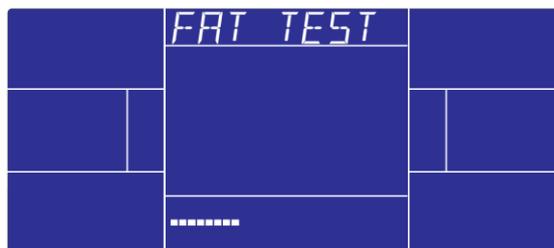
GRASSO CORPOREO

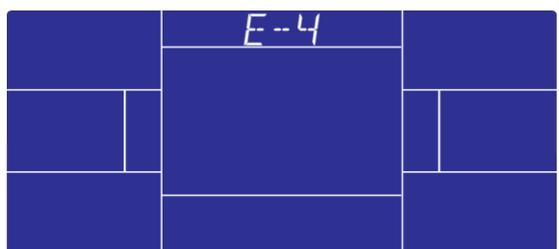
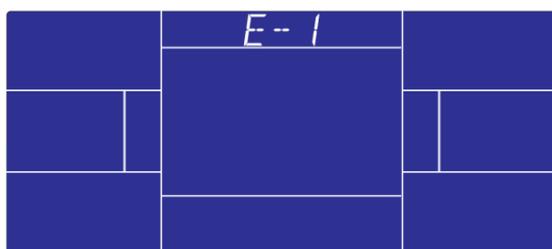
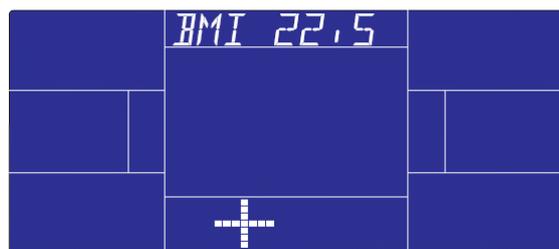
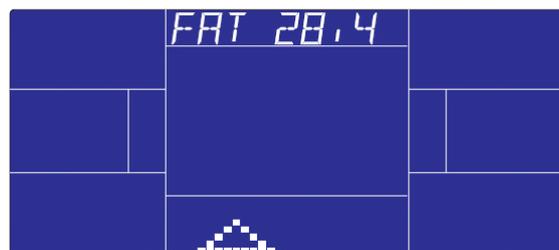
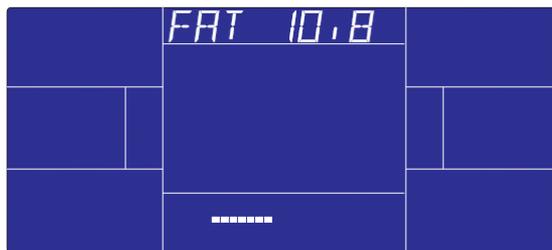
È possibile eseguire il test e ricevere il consiglio BODY FAT quando il computer è in modalità STOP. Si prega di seguire i passaggi come di seguito:

1. Premere il pulsante BODY FAT e tenere premuta l'impugnatura per avviare il test del grasso corporeo.
2. Il simbolo "- - - - -" verrà visualizzato durante il periodo di test entro 8 secondi. Dopo 8 secondi, vedrai il consiglio di GRASSO CORPOREO in percentuale e BMI e il consiglio di grasso in un simbolo diverso.
3. Sarebbe possibile visualizzare altre indicazioni se si ha la seguente situazione:
 - "E-1" - Quando vedi questa indicazione, significa che non hai messo il pollice correttamente su conduttore. Per favore riprova.
 - "E-4" - Quando vedi questa indicazione, significa che il consiglio di GRASSO CORPOREO è superato rispetto a quello disponibile area che è fissata nel programma.

Dopo il test BODY FAT, premere il pulsante BODY FAT per ripristinare il funzionamento del computer dai dati precedenti prima del test. La cifra del consiglio di GRASSO CORPOREO e l'IMC scompariranno.

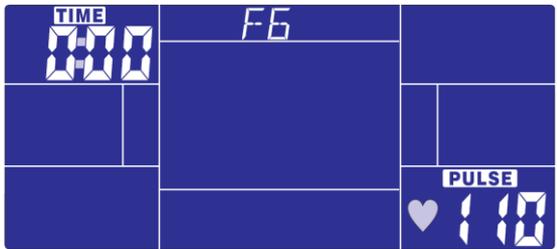
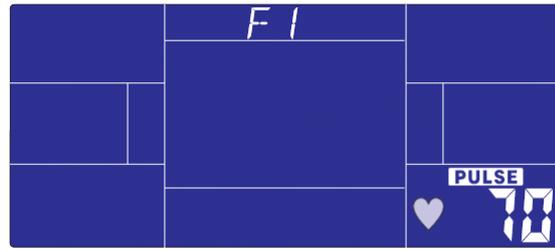
SIMBOLO					
SESSO	GRASSO%	BASSO	BASSA / MEDIA	MEDIO	MEDIO / ALTO
MASCHIO		<13%	13% -25,8%	26% -30%	> 30%
FEMMINA		<23%	23% -35,8%	36% -40%	> 40%





RECUPERO:

Dopo aver fatto esercizio per un certo periodo di tempo, continuare a tenere le impugnature e premere il pulsante "RECUPERO". Il display di tutte le funzioni si interromperà tranne che "TIME" inizia il conto alla rovescia da 00:60 a 00:00. Lo schermo visualizzerà lo stato di recupero della frequenza cardiaca con F1, F2 ... a F6. La F1 è la migliore, la F6 è la peggiore. L'utente può continuare ad allenarsi per migliorare lo stato di recupero della frequenza cardiaca. (Premere di nuovo il pulsante RECOVERY per tornare al display principale.)



NOTA:

1. Questo computer richiede un adattatore da 9 V, 1 A o 9 V, 0,5 A.
2. Quando l'utente smette di pedalare per 4 minuti, il computer entrerà in modalità di risparmio energetico, tutti i dati di impostazione e di esercizio verranno memorizzati fino a quando l'utente non inizierà nuovamente l'esercizio.
3. Quando il computer funziona in modo anomalo, scollegare l'adattatore e ricollegarlo.
4. Se i cavi tra il computer e il servomotore sono rotti, il computer visualizzerà E2. L'utente può prima controllare se i cavi sono ben collegati o consultare il nostro agente.