

TCORX
FITNESS IN MOTION

UPUTE



ERX80

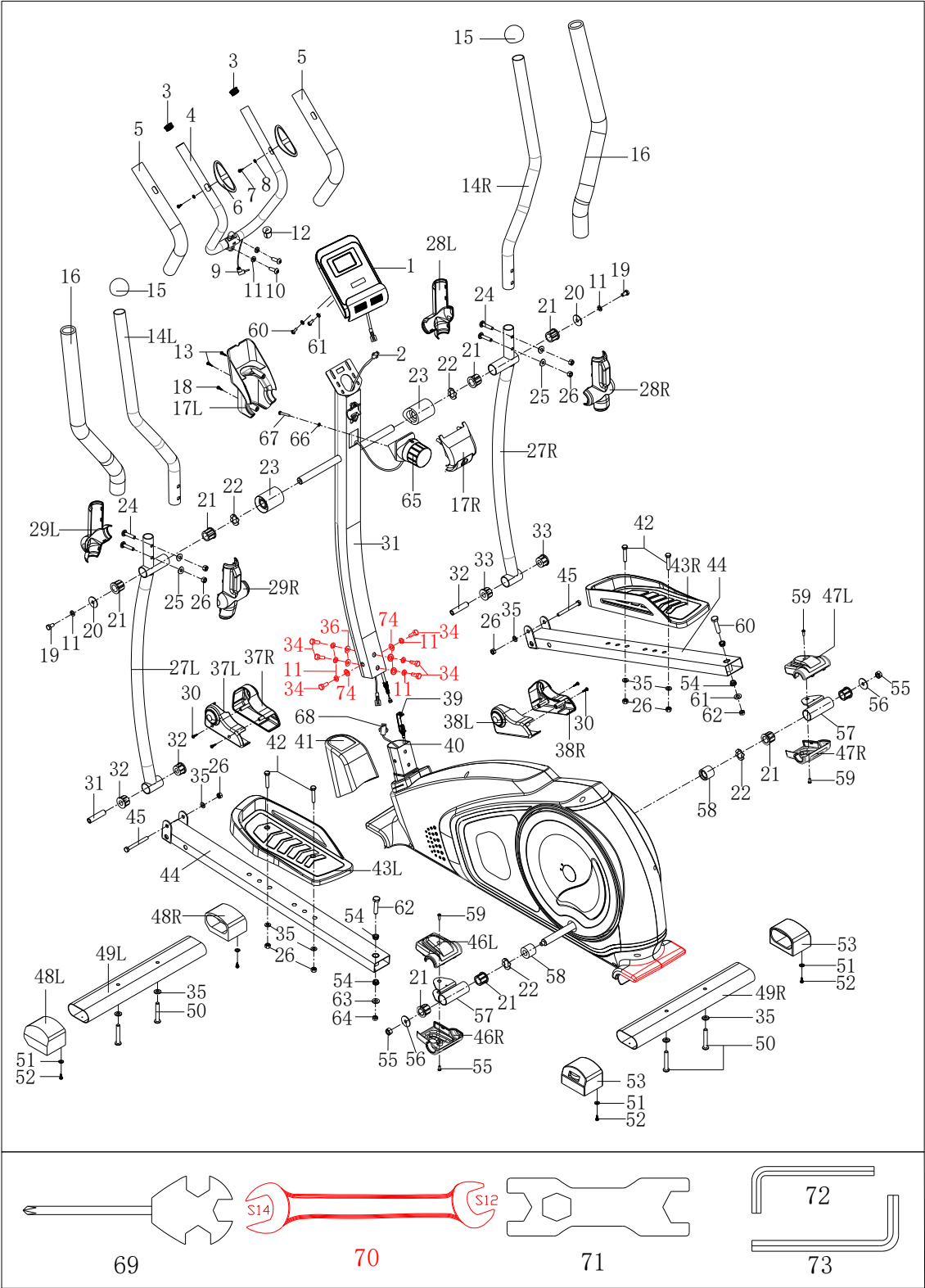


Revisione : 00

Edizione : 08/16



Eksplodirani crtež :

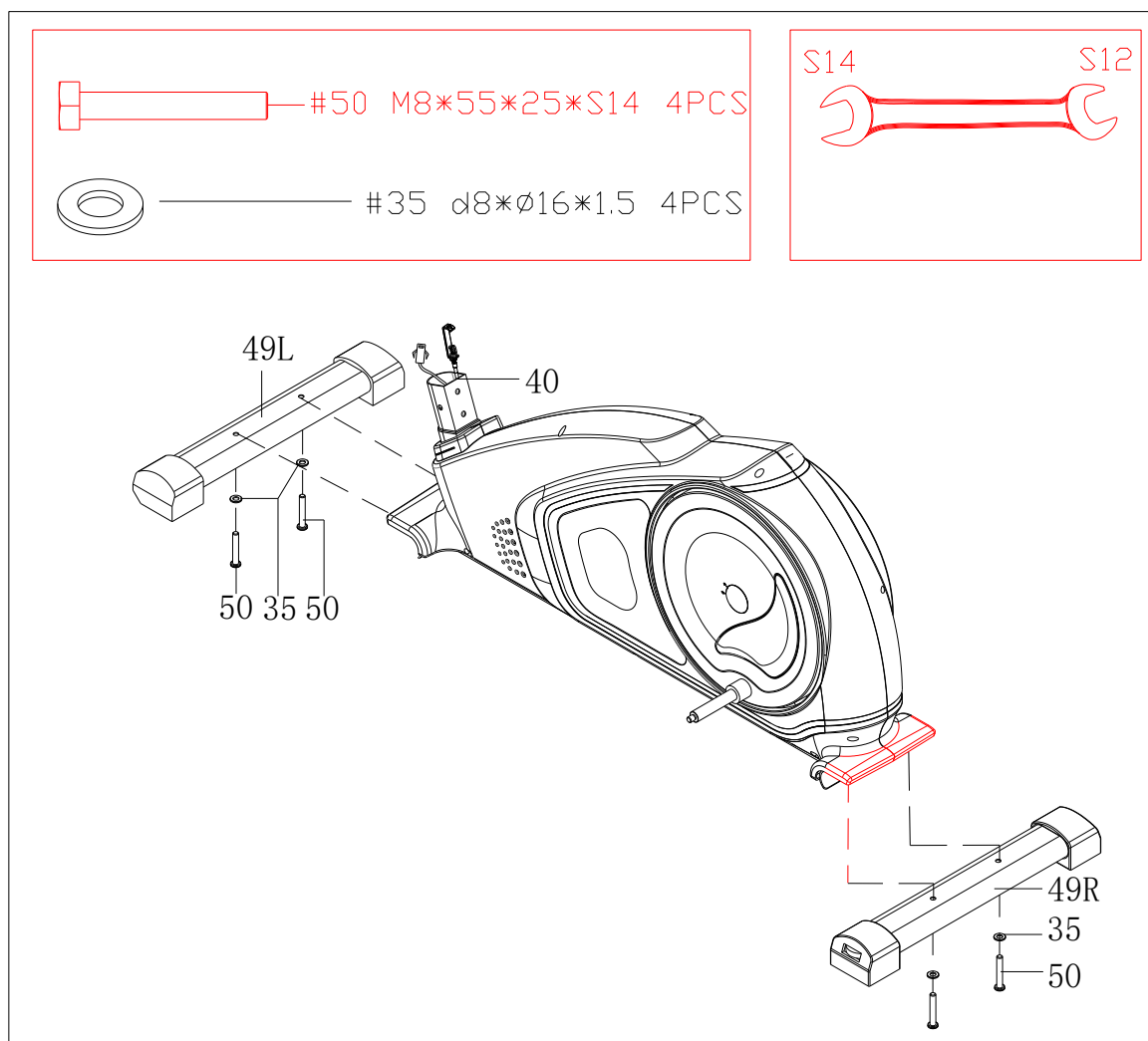


POPIS DIJELOVA

NO.	Description	QTY
1	Computer	1
2	Trunk wire 1	1
3	End cap $\Phi 31*26$	2
4	The middle handlebar	1
5	Foam grip $\Phi 23*500$	2
6	Handle pulse with $\Phi 25$ Tube	2
7	Screw ST4.0*19	2
8	Washer d6* $\Phi 12*1$	2
9	Handle pulse wire	1
10	Screw M8*25	2
11	Spring Washer d8	10
12	Grommet $\Phi 12*11$	1
13	Screw ST4.2*19	9
14L/R	Handle bar	2
15	End cap	2
16	Sponge tube $\Phi 30*630$	2
17L/R	Decoration cover	1
18	Bolt ST4.2*25	1
19	Bolt M8*16	2
20	Washer d8* $\Phi 32*2$	2
21	Alloy wrap 2	8
22	Arc washer d19* $\Phi 25*0.3$	4
23	Spacer	2
24	Bolt M8*43	4
25	Arc washer d8* $\Phi 20*2*R16$	4
26	Nylon Nut M8	10
27L/R	Swing rod	2
28L/R	swing rod cover (R/L)	2
29L/R	swing rod cover (R/L)	2
30	Screw ST4.2*16	10
31	Handle bar post	1
32	spacer	2
33	Alloy wrap 1	4
34	Bolt M8*20*S14	6
35	Washer d8* $\Phi 16*1.5$	10
36	Arc washer d8* $\Phi 20*2*R30$	2
37L/R	The cover with handle bar (R/L)	2
38L/R	The cover with handle bar (R/L)	2

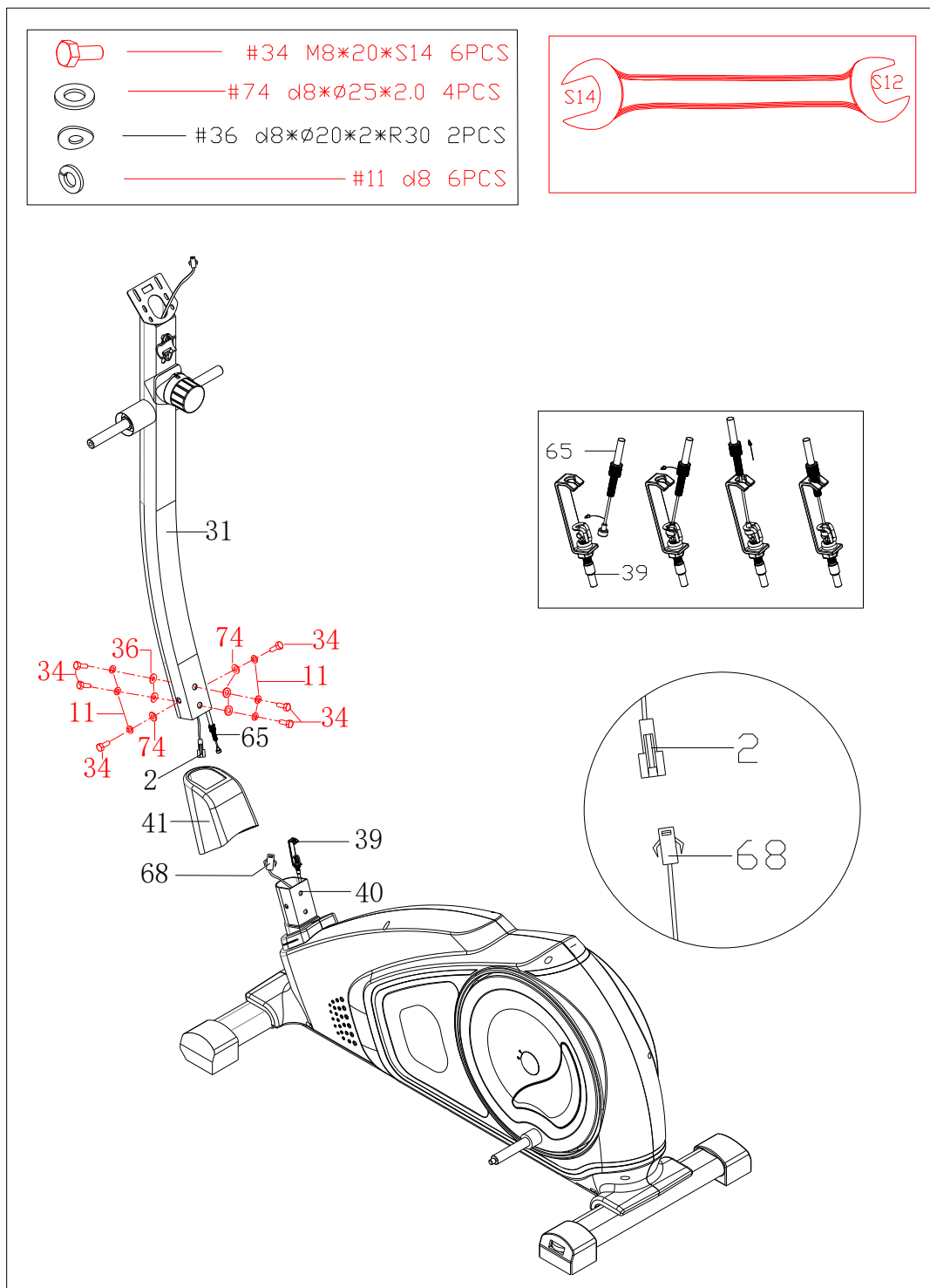
NO.	Description	QTY
39	Tension cable	1
40	Main frame	1
41	Front cover	1
42	Bolt M8*45	4
43L/R	Pedal (Right & left)	2
44	Connecting rod	2
45	Bolt M8*75	2
46L/R	Rod cover	2
47L/R	Rod cover	2
48L/R	End cap with PT80*40 Tube	1
49L/R	Front/Rear Stabilizer	2
50	Bolt M8*55*25*S14	4
51	Washer d5* $\Phi 13*1$	4
52	Screw ST4.2*25	4
53	Adjustable end cap PT80*40Tube	2
54	Space	4
55	Nylon Nut M10*1.25	2
56	Washer d10* $\Phi 32*2$	2
57	Pedal connecting	2
58	Short spacer	2
59	Screw M5*10	4
60	Screw M4*12	2
61	Washer d4* $\Phi 12*1$	2
62	Bolt M10*55	2
63	Washer d10* $\Phi 20*2$	2
64	Nylon Nut M10	2
65	Control tension	1
66	Arc washer d5* $\Phi 20*R30*1.5$	1
67	Screw M5*55	1
68	Trunk wire 2	1
69	Tool S13-14-15	1
70	Tool S12-14	1
71	Tool S17-19	1
72	Tool S5	1
73	Tool S6	1
74	Washer d8* $\Phi 25*2.0$	4

Korak 1 :



a. Pričvrstite prednji i stražnji stabilizator (49L / R) za glavni okvir (40) vijkom (50) i podloškom (35).

Korak 2 :

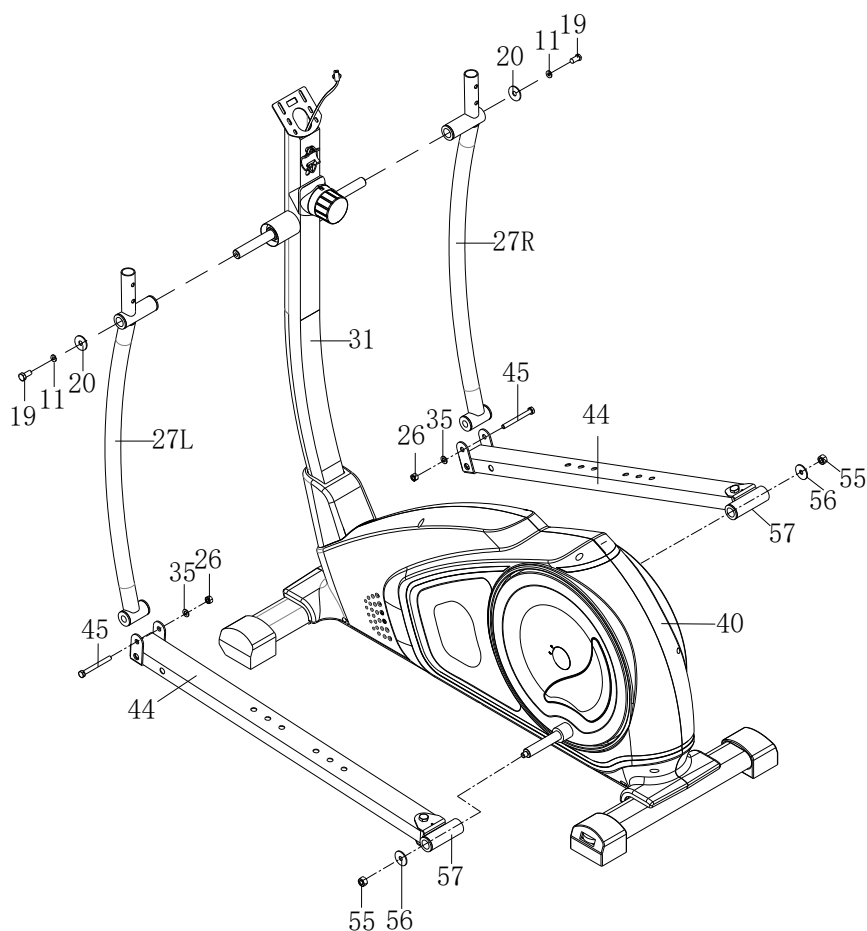
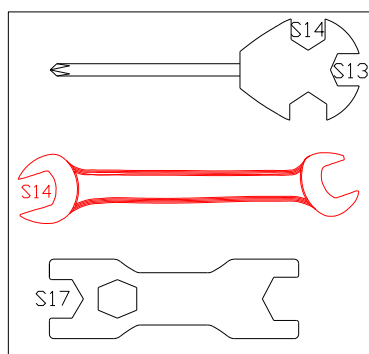


- Umetnite prednji poklopac (41) u nosač šipke ručke (31).
- Spojite žicu prtljažnika 1 (2) s žicom prtljažnika 2 (68)
- Dobro spojite kontrolor napetost (65) s zateznom žicom (39)

d. Osigurajte nosač šipke ručke (31) za glavni okvir (40) vijkom (34), podlošcima (74) i lučnim podloškama (36)

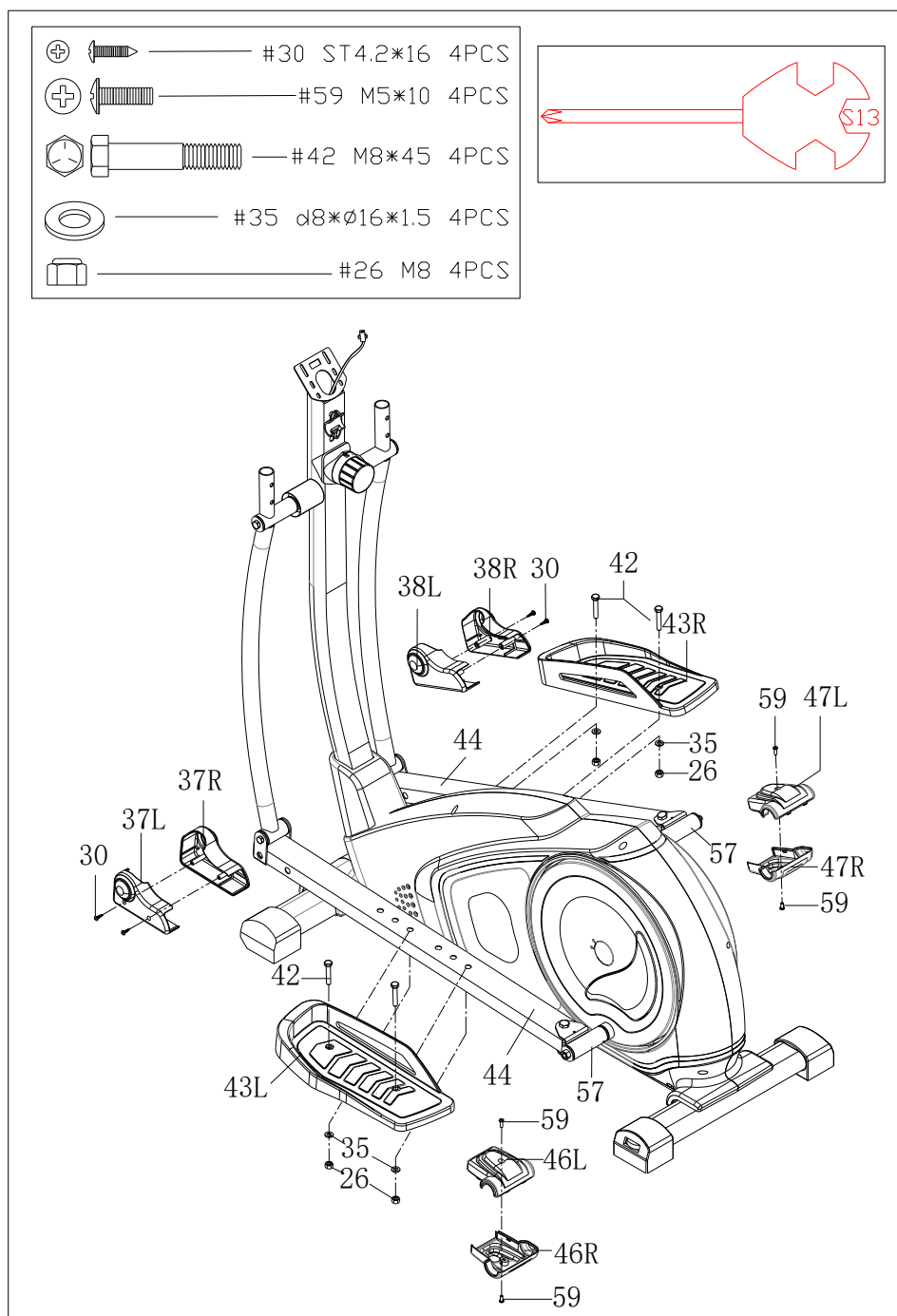
Korak 3:

	#19 M8*16 2PCS
	#45 M8*75 2PCS
	#11 d8 2PCS
	#35 d8*ø16*1.5 2PCS
	#26 M8 2PCS
	#55 M10*1.25 2PCS
	#20 d8*ø32*2.0 2PCS
	#56 d10*ø32*2.0 2PCS



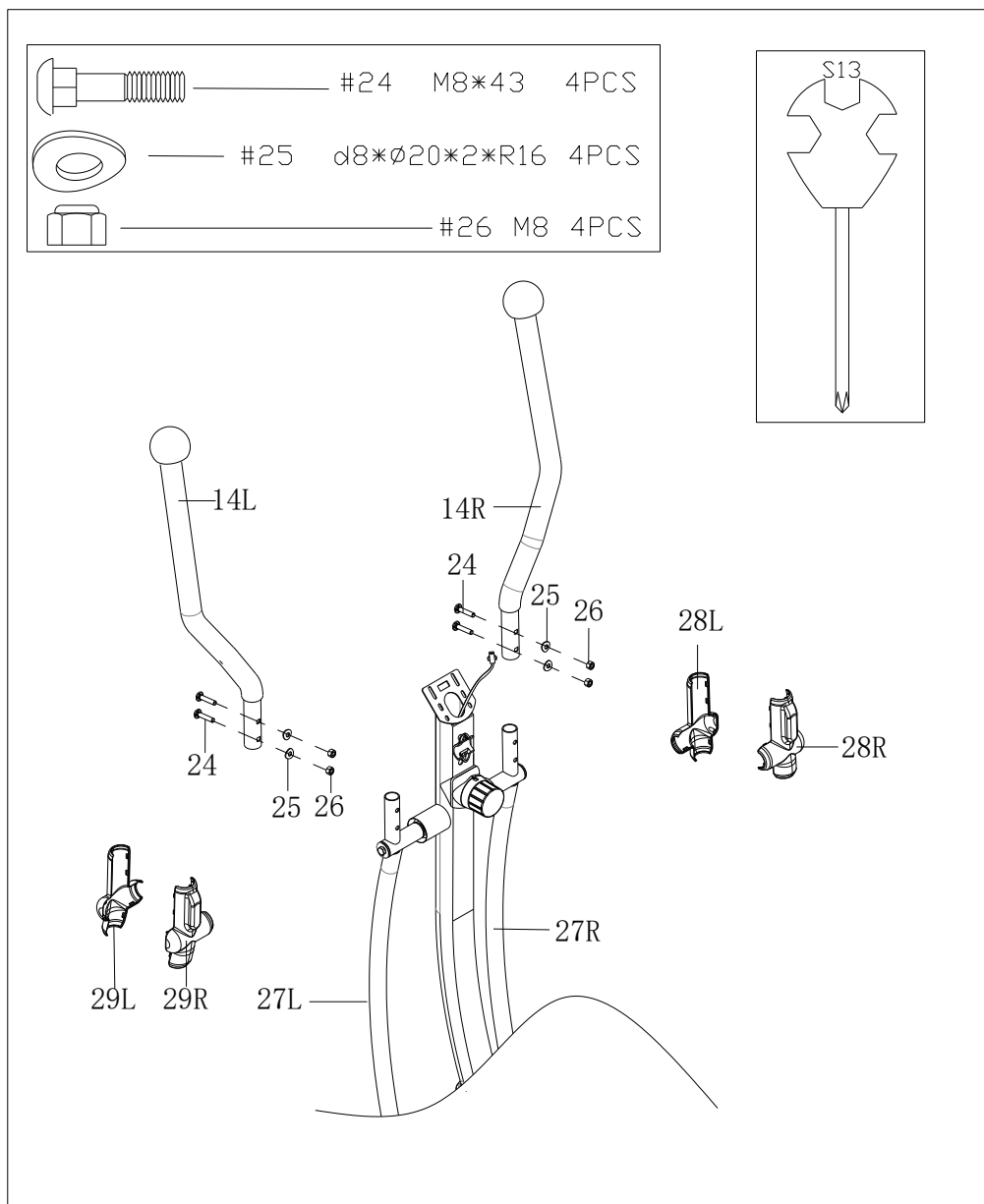
- Osigurajte šipku ručke (27L / R) s nosačem šipke ručke (31) s vijcima (19), podloškama (11) i maticama (20).
- Pričvrstite spoj pedale (57) na glavni okvir (40) najlonskom maticom (55) i podloškom (56)
- Osigurajte klipnjaču (44) za šipku ručke (27 L / R) vijcima (45), podloškama (35) i maticama (26).

Korak 4:



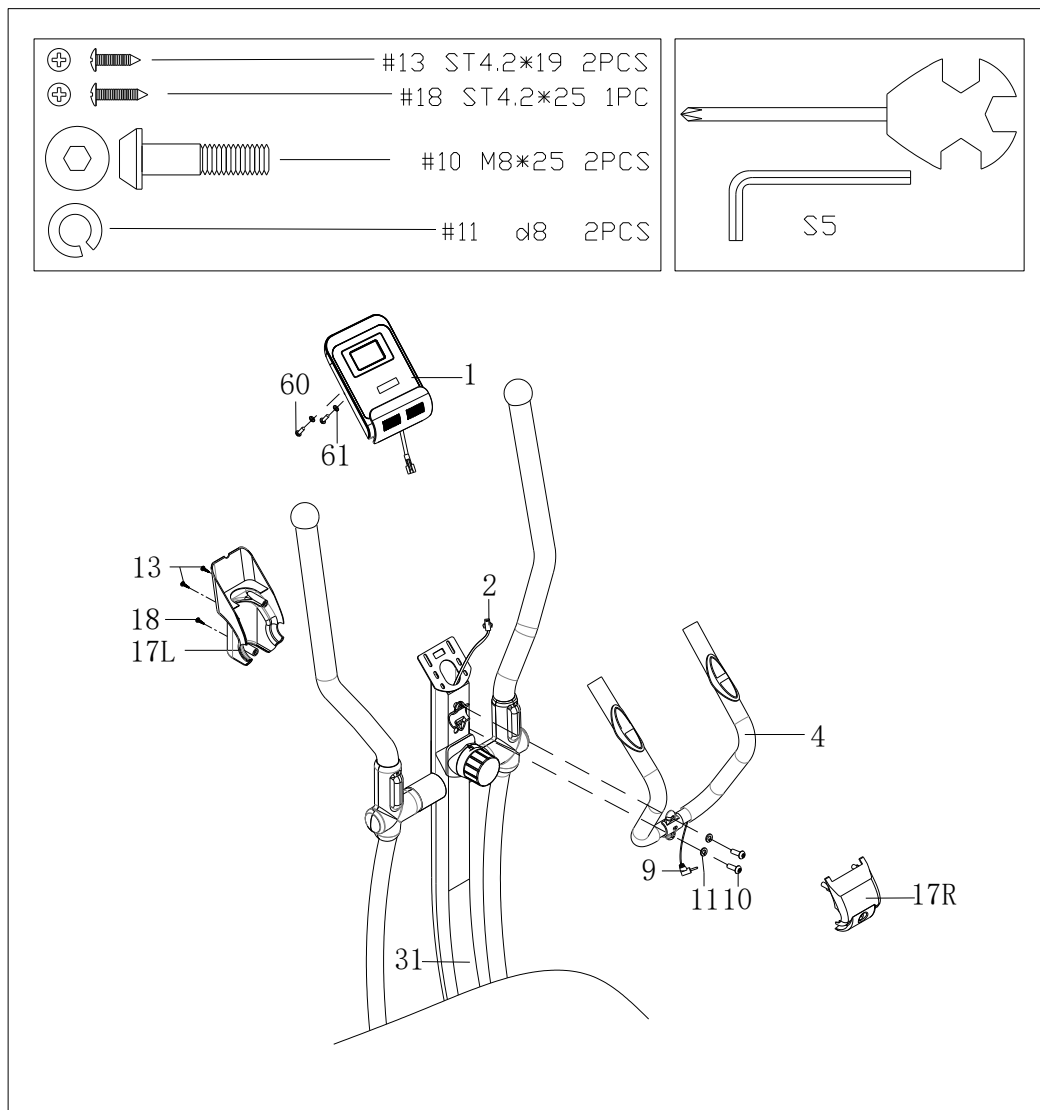
- Osigurajte papučicu (43 L / R) na klipnjači (44) vijcima (42) i maticama (26).
- Pričvrstite poklopac šipke ručke (37 L / R) i poklopac šipke ručke (38 L / R) na klipnjaču (44) vijcima (30);
- Zatim pričvrstite poklopac šipke (46L / R) i poklopac šipke (47L / R) na klipnjaču (57) vijcima (59).

Korak 5:



- Osigurajte gornju šipku ručke (14L / R) na šipku ručke (27L / R) vijcima (24), podloškama za luk (25) i maticama (26).
- Pričvrstite poklopac gornje šipke ručke (29 L / R) i poklopac gornje šipke ručke (28 L / R) na šipku ručke (27 L / R).

Korak 6:



- Osigurajte srednju šipku upravljača (4) za nosač upravljača (31) vijcima (10) i opružnim podloškama (11).
- Spojite računalnu žicu (1) sa žicom prtljažnika 1 (2), a zatim učvrstite računalo (1) za stub upravljača (30) vijkom (60) i podloškama (61).
- Pričvrstite ukrasni poklopac (17 L / R) na onsač upravljača (31), a zatim ga učvrstite vijcima (13) i (18).
- Umetnite pulsnu žicu ručke (9) u otvor na stražnjoj strani računala.
- Skupština završena

MONITOR S OBNOVOM TIJELA I PULSA

UPUTE ZA UPORABU

NO.00171

■ TIPKE

1. MODE

Pritisnite ovaj gumb za prikaz prebacivanja ili odaberite prozor koji treba postaviti.

2. RECOVERY / UP

- i. U statusu podešavanja pritisnite ovu tipku da biste povećali vrijednost postavke u odgovarajućem bljeskajućem prozoru za TIME, DIST, CAL i TEMP (°C ili °F)
- ii. U statusu ne-vježbanja ili neprilagođenosti, pritisnite ovaj gumb za ulazak / izlaz iz funkcije oporavka impulsa.

3. DOWN

U statusu podešavanja pritisnite ovu tipku da biste smanjili vrijednost postavke u odgovarajućem treptajućem prozoru za TIME, DIST, CAL i TEMP (°C ili °F)

4. RESET/GO

- i. U statusu podešavanja pritisnite ovu tipku za resetiranje vrijednosti u odgovarajućem treptajućem prozoru za TIME, DIST i CAL.
- ii. U statusu postavljanja parametara za tjelesnu masnoću, pritisnite ovaj gumb za ulazak u test tjelesne masnoće.
- iii. U statusu monitora držite ovaj gumb 3 sekunde da biste vratili sve vrijednosti na nulu.

5. BODYFAT

U stanju ne vježbanja, pritisnite ovaj gumb za ulazak / izlazak iz postavljanja parametara tjelesne masti.

■ FUNKCIJE

1. SPEED/BODYFAT RATIO/RPM(IF HAVE)

- i. Prikažite trenutnu brzinu i raspon je 0,0 ~ 99,9 KM / H. Ili, ako monitor prikazuje M, domet će biti 0,0 ~ 99,9 MIL / H. Maks. signal za podizanje je 1500 o / min.
- ii. Prikažite trenutno ponavljanje u minuti (RPM) tijekom vježbe. Odražava frekvenciju papučice. Raspon je 0 ~ 1500 brzina u minuti. (AKO IMAJU)
- iii. Prikaži omjer tjelesne masti.

2. TIME/BMI

- i. Broji ukupno vrijeme od početka vježbe do kraja i raspon je 0 ~ 99M59S.
- ii. Vrijeme vježbanja može se unaprijed postaviti, kad se približi unaprijed zadanom vremenu, monitor će alarmirati 10 sekundi. Maksimalno unaprijed postavljeno vrijeme je 99 minuta.
- iii. Prikaz indeksa tjelesne mase (BMI).

3. DISTANCE/BMR

- i. Prebrojite ukupnu udaljenost od početka vježbanja do kraja, a raspon je 0,00 ~ 9,99 ~ 99,9 KM. Ili , ako mjerač pokazuje M, raspon će biti 0,00 ~ 9,99 ~ 99,9 MILE.
- ii. Udaljenost vježbanja može se unaprijed postaviti, kad se približi unaprijed postavljenoj udaljenosti , monitor će alarmirati 10 sekundi. Maksimalna unaprijed postavljena udaljenost je 99,9 KM ili MILE (ako monitor prikazuje M).
- iii. Prikaz bazalne brzine metabolizma (BMR).

4. CALORIES/TEMPERATURE

- i. Prebrojite ukupne kalorije potrošene od početka vježbanja do kraja, a raspon je 0,0 ~ 99,9 ~ 999 KCAL.
- ii. Vrijednost kalorija može se unaprijed postaviti, kada se približi unaprijed postavljenoj kaloriji, monitor će se alarmirati 10 sekundi.
- iii. Prikažite sobnu temperaturu (TEMP).

5. PULSE

- i. Držite pulsni senzor i očitajte puls u minuti. Raspon je 40 ~ 240bpm.
- ii. Prikazat će "P" za pauziranje pulsnog ispitivanja ako tijekom 60 sekundi nema impulsnog signala. Možete ponovno pritisnuti GORE ili DOLJE za ponovni ulazak u pulsni test.

6. WHEEL DIAMETER

Opseg kotača postavljen je prema zahtjevima klijenta.

7. ALARM

Monitor će "oglasiti zvuk" kada pritisnete tipke "MODE", "RECOVERY / UP", "DOWN", RESET / GO ili "BODYFAT".

8. AUTO ON/OFF & AUTO START/STOP

- Bez ikakvih znakova vježbanja ili rada tijekom 8 minuta, napajanje će se automatski isključiti i sva će se memorija očistiti, osim parametara tjelesne masti i temperature.
- Jednom kada primi signal za vježbu ili rad, monitor će se automatski uključiti.

■ OPERACIJA

1. SET

Pritisnite MODE za odabir prozora zaslona koji treba unaprijed postaviti i vrijednost u odgovarajućem prozoru će treptati. Zatim pritisnite UP / DOWN da biste povećali / smanjili vrijednost kako biste dosegli željeno vrijeme alarma, udaljenost alarma ili kaloriju alarma. Držite UP / DOWN da biste brzo povećali / smanjili vrijednost. Pritisnite RESET za resetiranje vrijednosti u odgovarajućem treptajućem prozoru.

2. PULSE RATE

Prije mjerenja pulsa, pritisnite bilo koji gumb za promjenu "P" u "P" u prozoru, a zatim udite u pulsni način. Postavite oba dlana na kontaktne pločice i monitor će prikazati vašu trenutnu brzinu otkucaja srca u otkucajima u minuti (BPM) na LCD-u nakon 3 ~ 4 sekunde.

Napomena: Tijekom postupka mjerenja pulsa, zbog zaglavljivanja kontakta, vrijednost mjerenja može biti veća od virtualne brzine pulsa tijekom prvih 2 ~ 3 sekunde, a zatim će se vratiti na normalnu razinu. Vrijednost mjerenja ne može se smatrati osnovom liječenja.

3. PULSE RECOVERY

U statusu koji se ne postavlja i ne vježba, prvo testirajte puls kako je gore spomenuto. Zatim pritisnite RECOVERY / UP za ulazak u funkciju oporavka impulsa. Na zaslonu će se prikazati odbrojavanje od 1 minute, kao i puls. Držite pulsni senzor dok ne odbroji do nule. Tada će se pojaviti vaša razina oporavka pulsa od F1 do F6, odnosno od najbržeg oporavka do najsporijeg. Najbrži oporavak F1 pokazuje najbolje. Pritisnite RECOVERY / UP ponovno za izlaz iz funkcije oporavka impulsa.

4. BODYFAT, BMI & BMR

U statusu ne vježbanja, pritisnite BODYFAT za ulazak u postavke parametara tjelesne masti. Možete odabrati iz sljedećeg slijeda: broj vježbača (1 ~ 8), težina (KG), visina (CM), dob (GODINA), spol. Ali, ako mjerac pokazuje M, težina će pokazivati "lb", dok će visina pokazivati "in". Pritisnite MODE da biste nastavili do sljedeće postavke parametara. Pritisnite RECOVERY / UP za povećanje vrijednosti postavke, dok pritisnite DOLJE za smanjenje. Kad završite s podešavanjem, držite pulsni senzor i pritisnite RESET / GO. Tada će zaslon za 6 sekundi prikazati vašu tjelesnu masnoću.

Ponovno pritisnite BODYFAT za izlaz iz testa tjelesne masti.

Napomena:

- Tijekom podešavanja parametara automatski će izaći iz testa tjelesne masnoće ako tijekom 10 sekundi ne otkrije nikakav radni signal.
- Tijekom testa tjelesne masti prikazat će Er.1 ako nema smisla da se test testira tijekom 10 sekundi.

5. AUDIO AMPLIFIER AND SPEAKER [AKO IMA]

Spojite audio ulazni priključak na audio uređaj, uključite prekidač za zvuk na desnoj strani računala. U tom slučaju zvuk se može reproducirati.

■ KONTRAST TIJELA

Spol / dob	Pothranjenost	Zdravo	Približno prekomjerna težina	Prekomjerna težina	Pretilost
Muški/ ≤ 30	< 14%	14%~20%	20.1%~25%	25.1%~35%	> 35%
Muški/ > 30	< 17%	17%~23%	23.1%~28%	28.1%~38%	> 38%
Ženski/ ≤ 30	< 17%	17%~24%	24.1%~30%	30.1%~40%	> 40%
Ženski/ > 30	< 20%	20%~27%	27.1%~33%	33.1%~43%	> 43%

■ ZAMJENA BATERIJE

Kad zaslon postane zatamnjen ili nečitljiv, izvadite bateriju i zamijenite ga SIZE AAA UM4 R03.

DISTRIBUTER:

Enim sport d.o.o.
Vladimira Varićaka 18
HR-10 000 Zagreb
M: +385 (0)99 421 01 01
T: +385 (0)1 55 86 324
I: www.enimsport.hr



UVOZNIK:

GARLANDO SPA

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