

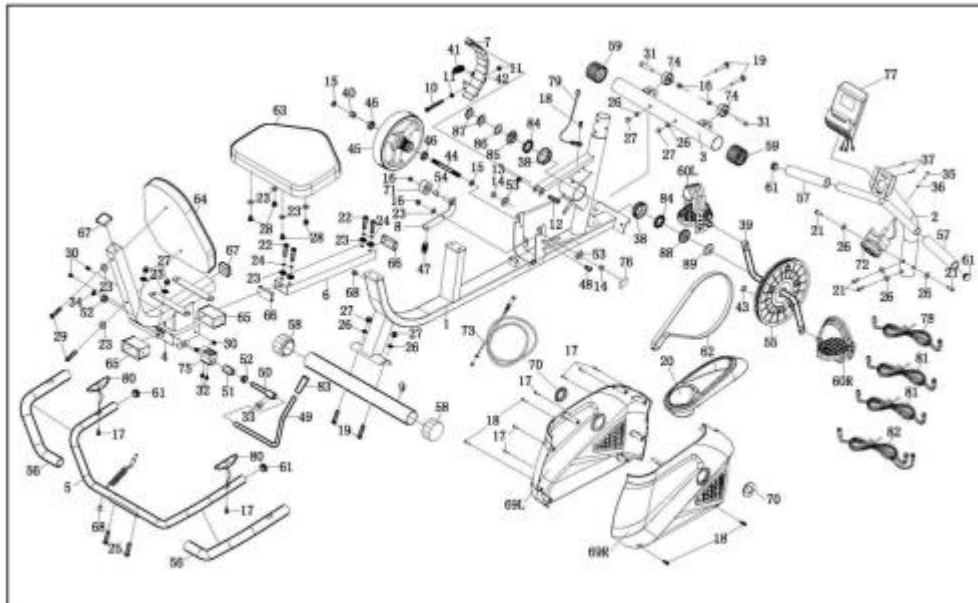


A90-232




Οριζόντιο ποδήλατο γυμναστικής με ρυθμιζόμενη πλάτη
και κάθισμα, 8 αντιστάσεις και οθόνη LCD, 121,5-
136x62,5x98cm

ΛΙΣΤΑ ΜΕΡΩΝ

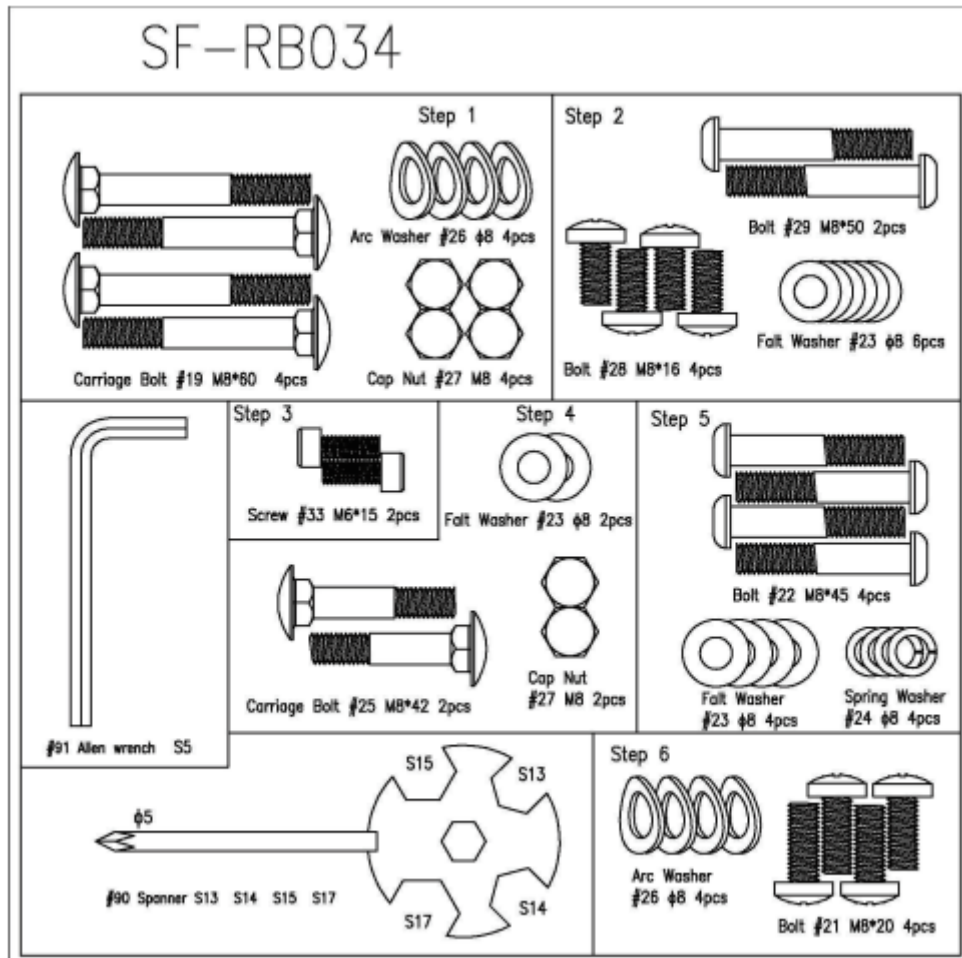


No.	Περιγραφή	Ποσότητα
1	Κύριο Πλαίσιο	1
2	Μπροστινή Στήλη	1
3	Μπροστινό Σταθεροποιητικό	1
4	Πλαίσιο Μαξιλαριού	1
5	Χειρολαβή	1
6	Ρύθμιση Καθίσματος	1
7	Μαγνητική Πλάκα	1
8	Σύνδεσμος Καθίσματος	1
9	Πίσω Σταθεροποιητικό	1
10	Σύνδεσμος Ιμάντα	1
11	Βίδα M6*70 με κεφαλή	2
12	Βίδα M10	2
13	Πλαστικό Παξιμάδι M8	1
14	Βίδα M10*14	2
15	Βίδα M10*14	2
16	Παξιμάδι M8	1
17	Βίδα ST4.2*12	6
18	Βίδα ST4.2*12	4
19	Βίδα M8*60 & 8,20	4
20	Πάνω Κάλυμμα	1
21	Βίδα M8*20	5
22	Βίδα M8*45,20,55	4

23	Παξιμάδι M8*45,20,55	4
24	Ροδέλα Άνοιξης 8#	8
25	Καροτσάκι M8*42	4
26	Καροτσάκι M8*42	6
27	Καπάκι M8	6
28	Βίδα M8*20	1
29	Βίδα M8*55	2
30	Βίδα M8*15	2
31	Βίδα M8*15	2
32	Παξιμάδι M8*15	2
33	Παξιμάδι M8	1
34	Ροδέλα M8	2
35	Βίδα M5*45	2
36	Παξιμάδι M5	1
37	Βίδα M5*10	2
38	Στήριγμα Ρουλεμάν Ø56*15	2
39	Στροφαλός	2
40	Ροδέλα 161021*7	1
41	Ελατήριο 18*48	2
42	Μαγνητική Πλάκα 402510	1
43	Μαγνητική Πλάκα 15*6	1

44	Ροδέλα 402510	2
45	Ροδέλα 401510	1
46	Εξωτερικός Τροχός	1
47	Ρουλεμάν 6000Z	2
48	Ελατήριο 18*18	1
49	Φρένο 18*18	2
50	Βίδα M8 1033	1
51	Βίδα M8 1033	2
52	Παξιμάδι M8*33	2
53	Βίδα M8*33	2
54	Πλαστικό Κάλυμμα	2
55	Αφρώδες Πιάτο	2
56	Αφρώδες Πιάτο	4
57	Καπάκι Άκρου	4
58	Καπάκι Άκρου	2
60L/R	Σωλήνας 25*15	2
61	Καπάκι Άκρου	1
62	Δερμάτινο Κάθισμα	1
63	Πίσω Κάθισμα	1
64	Ροδέλα 804015	2
66	Καπάκι Άκρου	1
67	Καπάκι 	2
68	Καπάκι	1
69L/R	Καπάκι	1
70	Βραχίονας	1
71	Βίδα M6*200	2
72	Ελατήριο 280mm	1

No.	Περιγραφή	Ποσότητα
73	Σύρμα Τάσης 760mm	1
74	Τροχός Μεταφοράς 418.520	2
75	Μπλοκ Φρένου 403832	2
76	Μαξιλάρι EV 40203	1
77	Υπολογιστής	1
78	Καλώδιο Κορμού 1 600mm	1
79	Αισθητήρας Βελόνας 500mm με	1
80	Αισθητήρας Παλάμης 700mm	2
81	Καλώδιο Αισθητήρα Παλάμης 1 600mm	2
82	Καλώδιο Αισθητήρα Παλάμης 2 1600mm	2
83	Χειρολαβή Φρένου 2477Hole 12	1
84	Ρουλεμάν Ø46*8	2
85	Διπλό Παξιμάδι Ø46*12 Δόντια Αριστερά	1
86	Ροδέλα Κλειδώματος Ø46*2	2
87	Παξιμάδι M8 32324	1
88	Παξιμάδι με 3 Υποδοχές Ø46*12	2
89	Ροδέλα Ø40.5*3	1
90	Κλειδί S=13 14 15 17 05	1
91	Κλειδί Allen S5	1



ΟΔΗΓΙΕΣ ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗΣ

Βήμα 1:

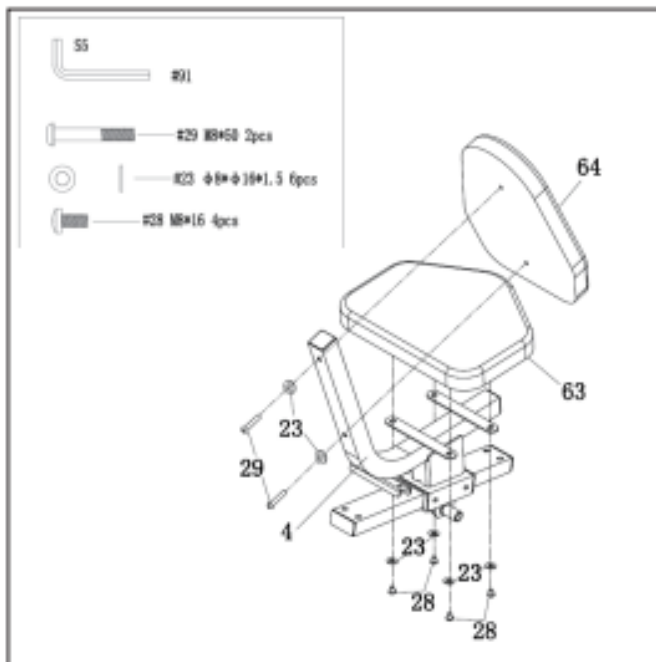
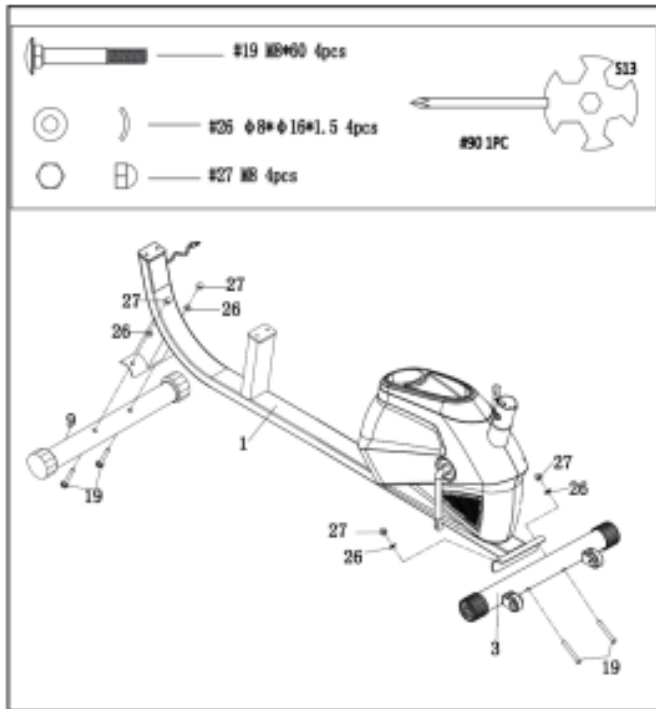
Συνδέστε το Μπροστινό Σταθεροποιητικό (No.3) στο Κύριο Πλαίσιο (No.1) χρησιμοποιώντας 2 Μπουλόνια Καροτσιού (No.19), 2 Καμπυλωτές Ροδέλες (No.26) και 2 Παξιμάδια Καλύμματος (No.27). Σφίξτε με το Κλειδί (No.90).

Συνδέστε το Πίσω Σταθεροποιητικό (No.9) στο Κύριο Πλαίσιο (No.1) χρησιμοποιώντας 2 Μπουλόνια Καροτσιού (No.19), 2 Καμπυλωτές Ροδέλες (No.26) και 2 Παξιμάδια Καλύμματος (No.27). Σφίξτε με το Κλειδί (No.90).

Βήμα 2:

Συνδέστε το Μαξιλάρι Καθίσματος (No.63) στο Πλαίσιο Μαξιλαριού (No.4), βεβαιωθείτε ότι η σωστή πλευρά είναι προς τα επάνω, χρησιμοποιώντας 4 Μπουλόνια (No.28) και 4 Επίπεδες Ροδέλες (No.23). Σφίξτε με το Κλειδί Allen (No.91).

Συνδέστε το Μαξιλάρι Πλάτης (No.64) στο Πλαίσιο Μαξιλαριού (No.4) χρησιμοποιώντας 2 Μπουλόνια (No.29) και 2 Επίπεδες Ροδέλες (No.23). Σφίξτε με το Κλειδί Allen (No.91).

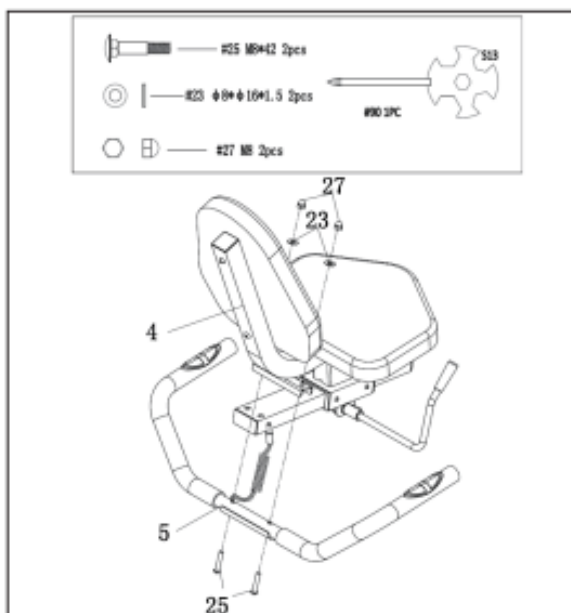
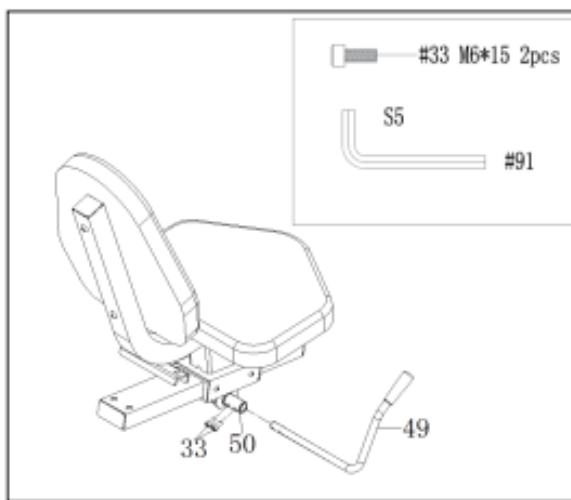


Βήμα 3:

Εισάγετε τη Λαβή Φρένου (No.49) στην οπή του Εκκεντρικού Άξονα (No.50), βεβαιωθείτε ότι η σωστή πλευρά είναι προς τα επάνω, και κλειδώστε με 2 Βίδες (No.33). Σφίξτε με το Κλειδί Allen (No.91).

Βήμα 4:

Συνδέστε τη Χειρολαβή (No.5) στο Πλαίσιο Μαξιλαριού (No.4) χρησιμοποιώντας 2 Μπουλόνια Καροτσιού (No.25), 2 Επίπεδες Ροδέλες (No.23) και 2 Παξιμάδια Καλύμματος (No.27). Σφίξτε με το Κλειδί (No.90).



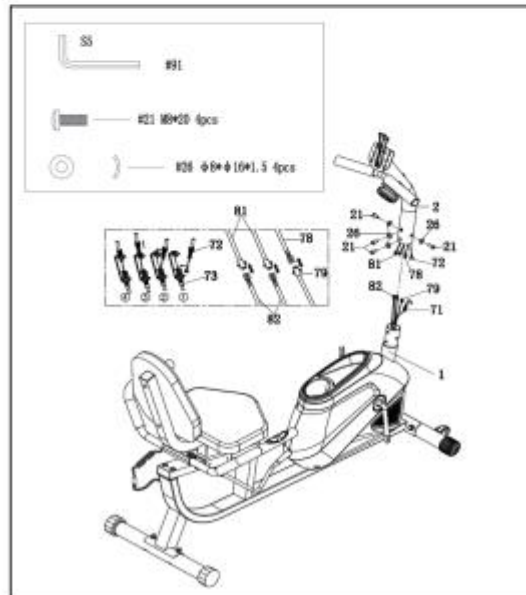
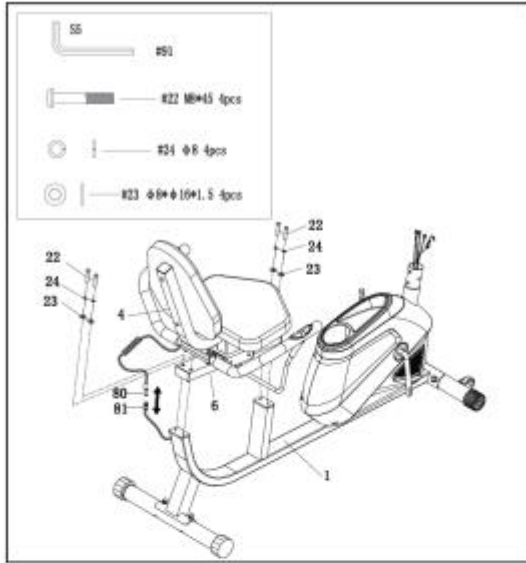
Βήμα 5:

Συνδέστε το Πλαίσιο Μαξιλαριού (No.4) στο Κύριο Πλαίσιο (No.1) χρησιμοποιώντας 4 Μπουλόνια (No.22), 4 Ροδέλες Άνοιξης (No.24) και 4 Επίπεδες Ροδέλες (No.23). Σφίξτε με το Κλειδί Allen (No.91). Στη συνέχεια, συνδέστε τον Αισθητήρα Παλάμης (No.80) με το Καλώδιο Αισθητήρα Παλάμης (No.81).

Βήμα 6:

Ρυθμίστε το Κουμπί Τάσης (No.72) στο επίπεδο 1 για να διασφαλίσετε ότι το σύρμα είναι στη μεγαλύτερη του μήκος. Εισάγετε το σύρμα του Κουμπιού Τάσης (No.72) στο Σύρμα Τάσης (No.73) όπως φαίνεται. Στη συνέχεια, συνδέστε το Καλώδιο Κορμού (No.78) με το Καλώδιο Αισθητήρα Βελόνας (No.79) και συνδέστε 2 Αισθητήρες Παλάμης (No.81) με 2 Καλώδια Αισθητήρα Παλάμης (No.82) όπως φαίνεται.

Συνδέστε τη Μπροστινή Στήλη (No.2) στο Κύριο Πλαίσιο (No.1), ευθυγραμμίζοντας τις οπές βιδών, χρησιμοποιώντας 4 Μπουλόνια (No.21) και 4 Καμπυλωτές Ροδέλες (No.26), σφίξτε με το Κλειδί Allen (No.91).



Βήμα 7:

Συνδέστε 3 καλώδια του Υπολογιστή (No.77) με 2 Καλώδια Αισθητήρα Παλάμης (No.82) και το Καλώδιο Κορμού (No.78) με τη σειρά. Στη συνέχεια, συνδέστε τον Υπολογιστή (No.77) στη Μπροστινή Στήλη (No.2) χρησιμοποιώντας 2 Μπουλόνια (No.37). Σφίξτε με το Κλειδί (No.90).

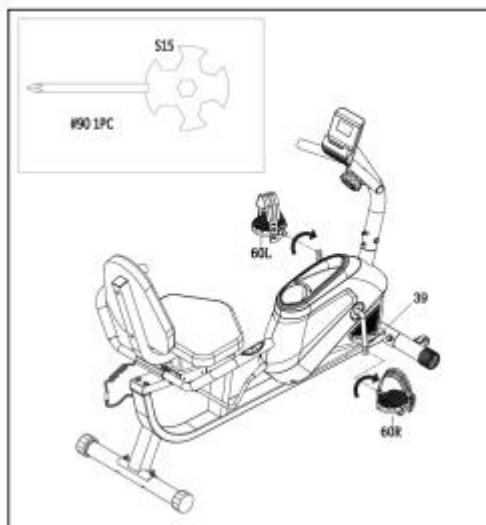
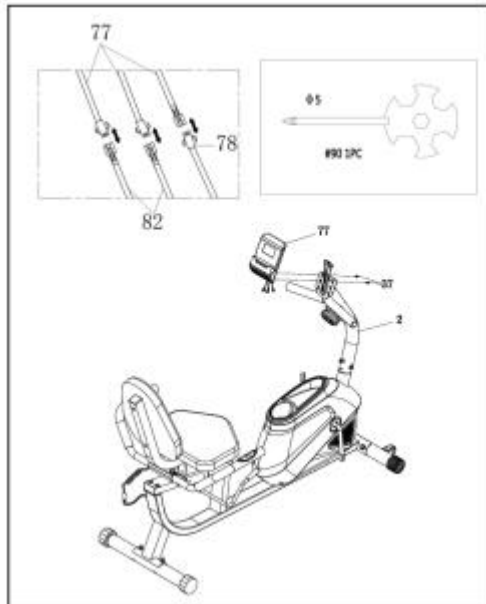
Βήμα 8:

Συνδέστε τα Πεντάλ (No.60L/R) στον Στροφαλό (No.39).

Αριστερό Πεντάλ: Ευθυγραμμίστε το Αριστερό Πεντάλ (No.60L) με τον Αριστερό Βραχίονα Στροφάλου (No.39) στις 90 μοίρες και εισάγετε απαλά το πεντάλ στον βραχίονα στροφάλου. Γυρίστε το πεντάλ αριστερόστροφα όσο το δυνατόν πιο σφιχτά με το χέρι σας και στη συνέχεια ασφαλίστε με το Κλειδί (No.90).

Δεξί Πεντάλ: Ευθυγραμμίστε το Δεξί Πεντάλ (No.60R) με τον Δεξί Βραχίονα Στροφάλου (No.39) στις 90 μοίρες και εισάγετε απαλά το πεντάλ στον βραχίονα στροφάλου. Γυρίστε το πεντάλ δεξιόστροφα όσο το δυνατόν πιο σφιχτά με το χέρι σας και στη συνέχεια ασφαλίστε με το Κλειδί (No.90).

Η συναρμολόγηση ολοκληρώθηκε!



ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ ΚΑΘΙΣΜΑΤΟΣ

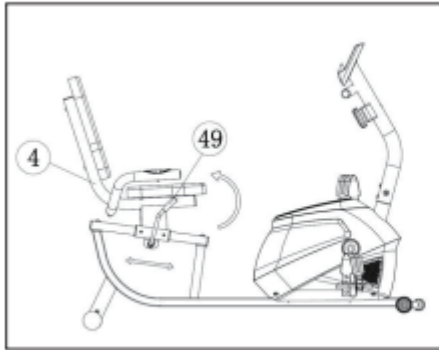


Fig. 1

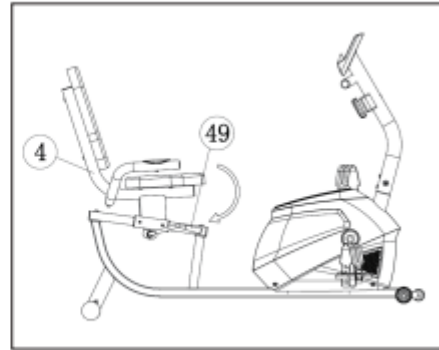
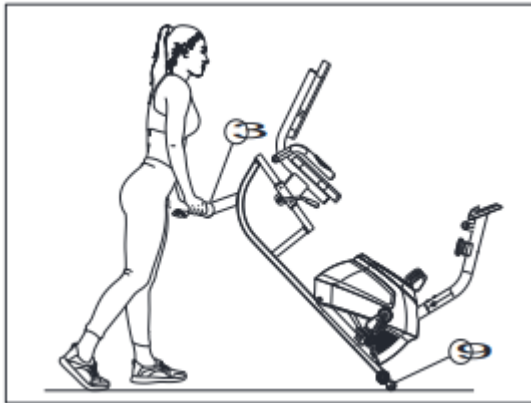


Fig. 2

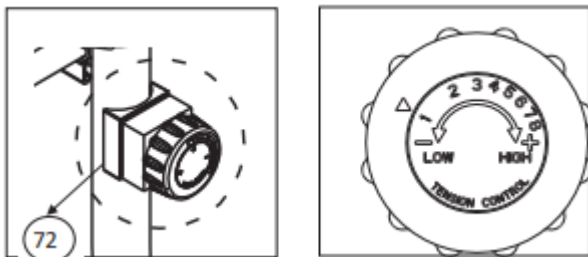
Τραβήξτε τη Λαβή Φρένου (No.49) προς τα πάνω για να χαλαρώσετε (Εικ. 1). Κρατήστε τα πόδια σας στο πάτωμα ως μοχλό και στη συνέχεια μετακινήστε το Πλαίσιο Μαξιλαριού (No.4) στη επιθυμητή θέση. Σπρώξτε τη Λαβή Φρένου (No.49) προς τα κάτω για να σφίξετε (Εικ. 2).

ΠΩΣ ΝΑ ΜΕΤΑΚΙΝΗΣΕΤΕ ΤΟ ΠΟΔΗΛΑΤΟ



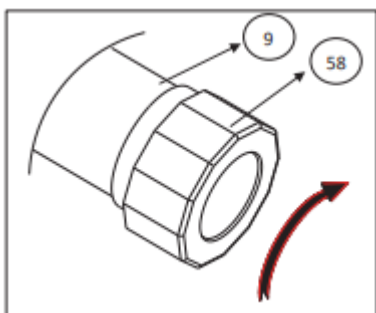
Κρατήστε το Πίσω Σταθεροποιητικό (No.3) και σηκώστε το ποδήλατο μέχρι οι τροχοί στο Μπροστινό Σταθεροποιητικό (No.9) να αγγίζουν το έδαφος. Τώρα μπορείτε να μετακινήσετε το ποδήλατο στη θέση που επιθυμείτε.

ΡΥΘΜΙΣΗ ΤΗΣ ΑΝΤΙΣΤΑΣΗΣ



Ρυθμίστε την αντίσταση του ποδηλάτου χρησιμοποιώντας το Κουμπί Τάσης (No.72). Αυξήστε το επίπεδο αντίστασης γυρίζοντας το κουμπί τάσης προς τα ΔΕΞΙΑ (δεξιόστροφα), μειώστε το επίπεδο αντίστασης γυρίζοντας το κουμπί τάσης προς τα ΑΡΙΣΤΕΡΑ (αριστερόστροφα).

ΡΥΘΜΙΣΗ ΤΟΥ ΥΨΟΥΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΙΣΟΡΡΟΠΙΑΣ



ΟΔΗΓΙΕΣ ΥΠΟΛΟΓΙΣΤΗ

Κουμπίά λειτουργίας:

MODE: Πατήστε για επιλογή λειτουργιών.

SET: Πατήστε για να ρυθμίσετε τις τιμές του χρόνου, της απόστασης, των θερμίδων ή των παλμών όταν δεν είστε σε λειτουργία SCAN.

RESET: Πατήστε για να επαναφέρετε τον χρόνο, την απόσταση και τις θερμίδες στο μηδέν όταν δεν είστε σε λειτουργία SCAN. Πατήστε και κρατήστε πατημένο για λίγα δευτερόλεπτα για να επαναφέρετε όλες τις τιμές.

AUTO ON/OFF: Για να ενεργοποιήσετε τον μετρητή, αρχίστε να πετάτε ή πατήστε οποιοδήποτε πλήκτρο. Μετά από περίπου 4 λεπτά αδράνειας, η οθόνη θα απενεργοποιηθεί. Αυτός ο μετρητής μπορεί (1) να μετρήσει τις τιμές αυτής της άσκησης ή (2) να μετρήσει αντίστροφα από μια τιμή που έχετε ορίσει.

ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΕΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ:

SCAN: Πατήστε το κουμπί MODE μέχρι ο δείκτης να δείχνει SCAN. Η οθόνη θα εναλλάσσεται ανάμεσα σε όλες τις 6 λειτουργίες: Χρόνος, Ταχύτητα, Απόσταση,

Θερμίδες, ΟΔΟ και Παλμούς. Ο δείκτης θα δείχνει τη λειτουργία που εμφανίζεται. Κάθε λειτουργία θα εμφανίζεται για 4 δευτερόλεπτα. Αν θέλετε να δείτε μια συγκεκριμένη λειτουργία, πατήστε το κουμπί MODE μέχρι ο δείκτης να δείξει τη λειτουργία που θέλετε.

TIME: Εμφανίζει τη διάρκεια της άσκησής σας.

SPEED: Εμφανίζει την τρέχουσα ταχύτητα.

DISTANCE: Εμφανίζει την απόσταση που έχετε διανύσει.

CALORIES: Εμφανίζει τον κατά προσέγγιση αριθμό θερμίδων που κάψατε.

ODOMETER: Εμφανίζει τη συνολική συσσωρευμένη απόσταση. Πατώντας το κουμπί RESET δεν επαναφέρετε τον οδόμετρο. Η αφαίρεση των μπαταριών επαναφέρει τον οδόμετρο.

PULSE: Πατήστε το κουμπί MODE μέχρι ο δείκτης να δείξει PULSE. Πριν μετρήσετε τους παλμούς σας, τοποθετήστε τις παλάμες σας και στα δύο σημεία επαφής και ο μετρητής θα εμφανίσει τον τρέχοντα καρδιακό ρυθμό σας σε παλμούς ανά λεπτό (BPM) στην οθόνη μετά από 6-7 δευτερόλεπτα.

Κατά τη διαδικασία μέτρησης των παλμών, η τιμή μέτρησης μπορεί να είναι υψηλότερη από την εικονική τιμή κατά τα πρώτα 2-3 δευτερόλεπτα, μετά θα επανέλθει στη φυσιολογική τιμή. Η μετρούμενη τιμή δεν μπορεί να θεωρηθεί ως βάση ιατρικής θεραπείας.

ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΑΝΤΙΣΤΡΟΦΗΣ ΜΕΤΡΗΣΗΣ:

Ο μετρητής έχει λειτουργία αντίστροφης μέτρησης για ΧΡΟΝΟ, ΑΠΟΣΤΑΣΗ και ΘΕΡΜΙΔΕΣ. Για να χρησιμοποιήσετε τη λειτουργία αντίστροφης μέτρησης, πατήστε MODE για να επιλέξετε ΧΡΟΝΟ, ΑΠΟΣΤΑΣΗ ή ΘΕΡΜΙΔΕΣ. Πατήστε SET για να ορίσετε την τιμή. Μπορείτε να αρχίσετε να πετάτε. Ο μετρητής θα μετρήσει αντίστροφα από την τιμή που έχετε ορίσει. Όταν η αντίστροφη μέτρηση τελειώσει, θα αρχίσει αυτόματα να μετράει από το μηδέν.



ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Αν η οθόνη είναι αγνή ή δεν εμφανίζει στοιχεία, αντικαταστήστε τις μπαταρίες. Όταν αντικαθιστάτε τις μπαταρίες, αντικαταστήστε και τις δύο ταυτόχρονα. Μην αναμιγνύετε τύπους μπαταριών. Μην αναμιγνύετε παλιές και νέες μπαταρίες. Απορρίψτε τις παλιές μπαταρίες σύμφωνα με τις κρατικές και τοπικές οδηγίες.

ΠΡΟΔΙΑΓΡΑΦΕΣ:

ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ	ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ
AUTO SCAN	Κάθε 4 δευτερόλεπτα
ΧΡΟΝΟΣ	00:00~9:59'
ΤΡΕΧΟΥΣΑ ΤΑΧΥΤΗΤΑ	Το μέγιστο σήμα που μπορεί να ληφθεί είναι 99.9 MI/H
ΑΠΟΣΤΑΣΗ ΤΑΞΙΔΙΟΥ	0.0099.99 MI ή 0.009999 MI
ΘΕΡΜΙΔΕΣ	0.1~999.9 KCAL
ΟΔΟΜΕΤΡΟ	0.1999.9 MI ή 19999 MI
ΡΥΘΜΟΣ ΠΑΛΜΩΝ	40~206 BPM

| ΤΥΠΟΣ ΜΠΑΤΑΡΙΑΣ | 2 τεμ. του ΜΕΓΕΘΟΥΣ –AAA ή UM –4 |

| ΘΕΡΜΟΚΡΑΣΙΑ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ | 0°C ~ +40°C (32°~104°F) |

| ΘΕΡΜΟΚΡΑΣΙΑ ΑΠΟΘΗΚΕΥΣΗΣ | -10°C ~ +60°C (-14°~140°F) |