

TO-600 User Manual

číslo:1498

PERSONAL TRAINER Pro. I

Obsah:

Časti
Upozornenie
Bezpečnostné opatrenia
Údržba zariadenia
Kroky
Upozornenia
Inštalácia produktu
Konzoly
Stĺpcový displej
Operácie
Návod na obsluhu
Výkon
Pozície
Zvýraznený náčrt
Zoznam súčiastok

ČASTI:

Predná časť:

- „7“ farebný obrazový počítač
- LED Stĺpcová obrazovka
- základný rám
- stĺpec
- diaľkový ovládač
- ručné pásy
- podložka na cvičenie

Zadná časť:

- prepínač a napájací kábel

UPOZORNENIE:

Pred použitím tohto zariadenia si prečítajte všetky bezpečnostné opatrenia a pokyny v tejto príručke. Uschovajte si tento manuál pre budúce použitie.

Bezpečnostné opatrenia

Ďakujeme Vám za nákup nášho výrobku. Hoci kladieme veľké úsilie na zabezpečenie kvality každého výrobku, vyskytnú sa príležitostné chyby alebo opomenutia.

V každom prípade ak nájdete na tomto produkte defektné alebo chýbajúce časti, kontaktujte prosím vaše miesto nákupu. Nezabudnite si prečítať celý manuál pred montážou a prevádzkou. Tiež

prosíme aby ste brali na vedomie bezpečnostné opatrenia.

1. Toto zariadenie nie je určené pre osoby (vrátane detí) so zníženou telesnou, zmyslovou alebo mentálnou schopnosťou, alebo nedostatkom skúseností a vedomostí. Pokiaľ im bol poskytnutý dohľad alebo inštrukcie týkajúce sa používania zariadenia, dohliadajúca osoba zodpovedá za ich bezpečnosť.
2. Mali by ste zabezpečiť, aby sa deti nehrali so spotrebičom. Deti by ste mali držať ďaleko od vibračnej platne po celý čas.
3. Ak je sieťový kábel poškodený, musí byť nahradený výrobcom, jeho služobným agentom alebo podobne kvalifikovanou osobou s cieľom vyhnúť sa nebezpečenstvu.
4. Pred začatím akéhokoľvek programu cvičení, sa konzultujte so svojím osobným lekárom. Ak pocítite akúkoľvek bolesť alebo tesnosť v hrudníku, nepravidelný srdcový tep, dýchavičnosť, alebo iné nezvyčajné nepohodlie pri výkone, zastavte program a konzultujte sa so svojím lekárom pred ďalším pokračovaním.
5. Nevkladajte ľubovoľný objekt do otvorov na vašom zariadení.
6. Žiadna osoba s hmotnosťou väčšou ako 180 kilogramov by nemala používať tento produkt
7. Toto zariadenie môže používať len jedna osoba
8. Tento produkt nepoužívajte vonku ani v blízkosti vody.
9. Stroj opustíte až po jeho zaustavení. To znamená po skončení programu a vypnutí stroja.
10. Stroj nepoužívajte ak ste použili vybavenie na aerobic, alebo sprej .
11. Vždy kontrolujte váš stroj, či sú všetky skrutky a matice pevne priskrutkované a zatiahnuté.
12. Po použití prístroja vypnúť tlačítkom – POWER
13. Prístroj sa navrhuje používať 10-15 minút denne na získanie najlepšieho výsledku a výkonu.
14. Používateľom tohoto prístroja je navrhnuté, aby pred použitím držali počítač tohoto zariadenia v teple. Vaše cvičenia pomaly a postupne zvýšia intenzitu výkonu.

Kontraindikácie:

tehotenstvo

akútna trombóza, poruchy kardio-vaskulárneho systému

čerstvé rany vyplývajúce z operácie alebo chirurgické zásahy

bedro - koleno protézy

akútna hernia, rozličné bolesti

cukrovka a epilepsia

ťažká migréna

nosenie kardiostimulátora a nádorov

Údržba zariadenia

Pravidelnou údržbou zabezpečíte prístroju najlepšie podmienky.

1. Prosím, venujte pozornosť pokynom pri inštalácii a dodržujte všetky bezpečnostné predpisy. Prístroj jemne tahajte na určené miesto aby ste ho nepoškodili.
2. Zariadenie by mali presúvať aspoň dve osoby s použitím podvozku, postupujte pomaly aby ste zabránili škodám na ramenách a nohách.
3. Zariadenie by malo byť umiestnené rovnomerne, najlepšie na koberci alebo protišmykovej podlahe. V suchej miestnosti. To zabraňuje korózii vážho produktu.
4. Na niektorých častiach zariadenia by mali byť pravidelne vykonávané údržby. Používajte neutrálne čistiace prostriedky, povrch stroja utierajte handričkou. Nikdy nepoužívajte prostriedky zložené z metanolu, etanolu alebo aminokyselín.
5. Pri pravidelnom kontrolovaní môžete vidieť voľné skrutky a časti, ktoré sa môžu uvoľniť

Používajte iba AC 220V 50HZ 50HZ napájania. Nedotýkajte sa napájania mokrými rukami. Vodu alebo prach z prístroja odstráňte suchou tkaninou. Neumiestňujte výrobok blízko zdroja tepla a vyhýbajte sa otvoreným ohnom.

Pacienti a nezdravé osoby by mali o tomto výrobku pred začatím cvičenia hovoriť so svojim lekárom. Ak sa necítite dobre, ihneď ukončíte cvičenie. Stav nevoľnosti a potiaže by mohli spôsobiť nehody, úrazy, alebo ohroziť vaše telo.

Nikdy neopravujte a nerozoberajte výrobok.

Deti a staršie osoby musia byť počas používania tohoto výrobku pod dozorom.

Počas cvičenia na tomto výrobku by sa nemali v blízkosti zdržovať deti.

Nikdy nepoužívajte výrobok ak je morký.

Nestrkajte ruky, nohy či iné časti do otvorov na tomto výrobku.

Keď sa stane užívateľovi nehoda bez toho, aby si prečítal túto príručku, nemože obvinovať obchodnú spoločnosť. Prečítajte si pozorne tento manuál pre vašu bezpečnosť.

Konzoly operácie

zobrazenie času

čas zobrazí od 00: 20 na 10 minút, 10 sekúnd nahor a nadol

rýchlosť/hz

Z 20 hz na 60 hz, 1 hz horné a dolné regulovanie.

Hz amplitúdy-kmyty, nastavenie - vysoké a nízke

Nastavené programy

8 nastavených programov:

P1: strečink a relaxačné cvičenie

P2:cvičenie celého tela

P3:cvičenie hornej časti tela

P4:cvičenie dolnej časti tela

P5-P8:cvičenia pre pokročilých

3 Užívateľské programy - nastavenie výberu kombinácie

Štart-stlačiť- štart začať

nastavenie vybraných programov.

Stlačte na vzdialenom radiči pre nastavenie rýchlosti na 40 hz

Počas cvičenia: stlačte UP, rýchlosť vybráči sa zvyšuje.

Nastavenie: stlačte UP, čas, rýchlosť HZ, H/L a program

Počas cvičenia: stlačte DOWN, vibrácie sa znižujú

Nastavenie: stlačením DOWN sa znižuje rýchlosť HZ, H/L

Stlačte klávesu ENTER, tlačidlom potvrdíte nastavenie a prejdite na ďalší krok.

Stlačte na vzdialenom radiči tlačidlo pre rýchlosti.

Nastavenie: stlačte klávesu RETURN(návrat), vráťte sa späť na posledné nastavenie.

V priebehu cvičenia stlačte klávesu PAUSE/STOP zastavte výkon, alebo sa vráťte na poslednú stranu.

návod na obsluhu

otvorenie:

1. stlačte tlačidlo UP zobrazí sa posledná stránka
2. stlačte tlačidlo DOWN zobrazí sa ďalšia stránka
3. každá stránka sa vám bude zobrazovať 10 sekúnd a potom prejde na ďalšiu
4. Zobrazia sa varovné signály, zobrazí sa stránka MENU pre výber programu, stlačte klávesu DOWN-pre rýchly vstup na stránku ponúk

Menu:

- 1.v štyroch prevádzkových režimoch: manuál, prednastavenie, používateľ, preventívne opatrenia
2. Stlačením klávesy DOWN vyberte program
- 3.Po zvolení každého programu stlačte ENTER

Vzdialenosť: Uvedené cvičenie vzdialenosť 99.99 km za 0,01 km

Krok: Uvedené číslo kroku od 0 (nuly) do 9, 999

Cvičenie na displeji:

1. V priebehu cvičenia je možné pomocou tlačidiel UP/DOWN regulovať cvičenie na horné a dolné.
2. Prostredníctvom rýchlotlačidla na diaľkovom ovládaní stlačte 30hz, 40hz, 50hz
3. Pomocou tlačidla RUN spustíte časový interval, ktorý bude odpočítavať až na 0 (nulu), po celkovom odpočítaní do 0 (nuly) je cvičenie ukončené. Ak chcete pokračovať stlačte tlačidlo RETURN, ktoré vás vráti späť na program.
4. Ak chcete počas cvičenia prístroj zastaviť, stlačte tlačidlo STOP. Ak sa chcete vrátiť do programu, stlačte RETURN, ktoré vás privedie znovu do programu, alebo na začiatok a môžete pokračovať v tréningovom cvičení.
5. Prosím sledujte pomocné cvičenia a čítajte všetky inštrukcie, poučenia a typy na ďalšie cviky.

Prevádzkové inštrukcie

1. Stlačte tlačidlo UP/DOWN- upravte čas, frekvenciu a úroveň.
2. Stlačením klávesu ENTER potvrdte nastavenie a prejdite na ďalší krok.
3. Stlačte tlačidlo RETURN a presunúť sa na posledné nastavenie
4. Stlačte TIME, FREQ a LEVELset, PROGRAM SETING bude dokončený
5. Stlačte START a môžete začať s cvičením.
6. Stlačte STOP/PAUSE a vráťte sa opäť do MENU
7. čas od 00: 20 minút 10: 00, interval 10 sekúnd, hore a dole
8. HZ rozsah 20-60:1 Hz nahor a nadol
9. Počas prevádzky, nastavte rýchlosť hore a dole pre interval 1 hz

Zoznam:

- 1, Predná rukoväť
- 2, Skrutka
- 3, Podložka
- 4, Display-zobrazenie
- 5, Kryt horného displeja

6, Hlavný stlpec
7, Dolný stlpec-zobrazenie súboru
8, Dolné zobrazenie PCB
9, Dolný kryt displeja
10, Dolné displejové nálepky
11, Krížová skrutka
12, Horné zobrazenie displeja, kábel
13, Horné zobrazené tlačidlá
14, Gumená podložka
15, Vypínač
16, Poistná hranatá zátvorka
17, Krížová skrutka
18, Elektrická zásuvka
19, Krížová skrutka
20,
21, Stlpové gumené podložky
22, Podložka
23, Matica
24, Gumené čalúnené nohy
25, Gumená podpora
26, Gumená vložka (dolná)
27,
28, Gumené čalúnené nohy
29, Podložka
30, Krížová skrutka
31, Inventor
32, Krížová skrutka
33, Železný rám
34, Matica
35, Pripojenie rámu
36, Gumená vložka(horná)
37, Skrutka
38, Pružinová podložka
39, Motor
40, Základný rám
41, Nálepka
42, Matica
43, Podložka
44, Držadlo na remene,pásy
45, Cvičná podložka noh
46, Ručné popruhy
47, Horný kontrolny drotik
48, Dolné ovládanie
49, Stredné ovládanie
50, Kábel z vypínača-inventor
51, Napájací kábel
52, Kábel z vypínača zásuvka 1
53, Kábel z vypínača zásuvka 2
54, Krížová skrutka
55, Zobrazovací počítačový panel
56, Krížová skrutka
57, Prípojka kábla na hlavnú dosku

