

TCORX
FITNESS IN MOTION

NAVODILA



BRX300



Prevod izvirnih navodil

Rev: 00

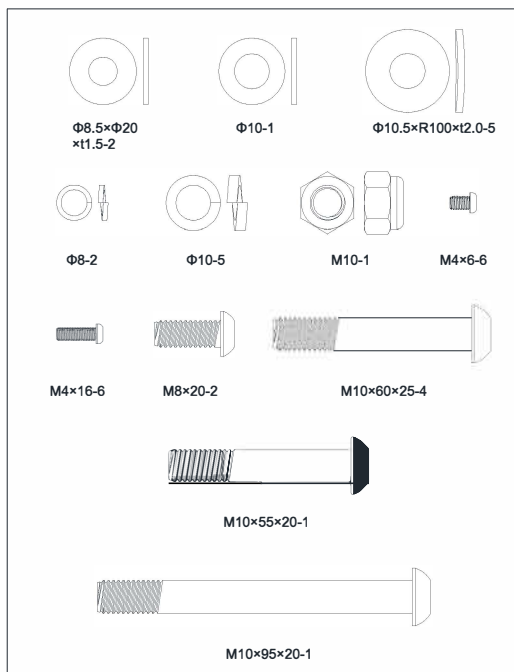
Ed : 02/17



Opombe pred sestavo:

Odpiranje škatel:

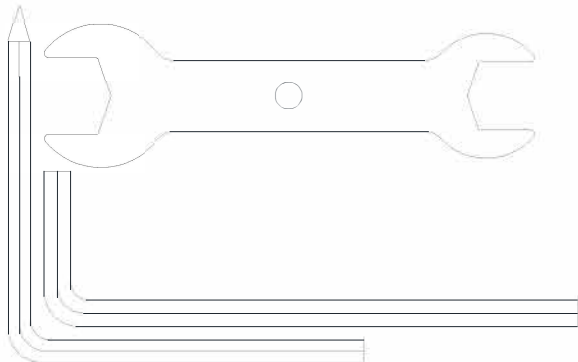
Preverite, ali so na seznamu vsi deli, ki so vključeni v škatlo. Preverite tabelo strojne opreme ter število vključenih delov za pravilno sestavljanje. Če kateri od delov manjka, se obrnite na prodajalca.



ŠT.	IME	SPECIFIKACIJE	KOLIČINA
26	Allen C.K.S. half thread screw	M10×60×25	4
27	Spring washer	$\Phi 10$	5
28	Curved washer	$\Phi 10.5 \times R100 \times t2.0$	5
29	Philips pan head full thread screw	M4×6	6
30	Allen C.K.S. full thread screw	M8×20	2
31	Spring washer	$\Phi 8$	2
32	Flat washer	$\Phi 8.5 \times \Phi 20 \times t1.5$	2
33	Hex locking nut	M10	1
34	Flat washer	$\Phi 10$	1
35	Allen C.K.S. half thread screw	M10×95×20	1
36	Allen C.K.S. half thread screw	M10×55×20	1
37	Philips pan head full thread screw	M4×16	6

ZBERITE SVOJE ORODJE

Preden začnete sestavljati napravo , zberite potrebno orodje. Če imate vso opremo pri roki , boste prihranili čas in sestavo naredili hitro in brez težav.



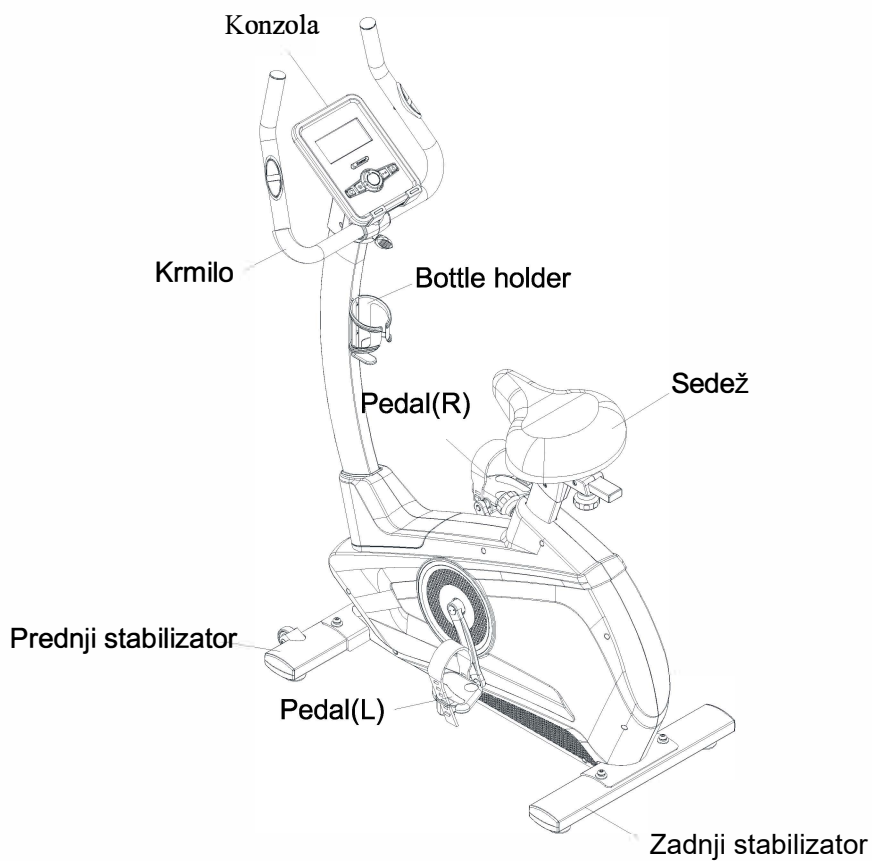
IME	ZNAČILNOST	KOLIČINA
Imbus ključ	5×80×80S	1
Imbus ključ	6×40×120	1
Ključ	t4.0×32×110	1

POČISTITE PROSTOR SESTAVE NAPRAVE

Prepričajte se , da ste naredili dovolj velik prostor za pravilno sestavljanje naprave. Prepričajte se , da v prostoru ni ničesar , kar bi lahko povzročilo poškodbe med montažo. Ko je naprava popolnoma sestavljena , se prepričajte , da je okrog nje dovolj prostora za neovirano delovanje.

OPOMBA: Vsaka številka koraka v navodilih za sestavljanje vam pove , kaj boste počeli. Pred montažo naprave temeljito preberite in razumite vsa navodila.

Navodila izdelka



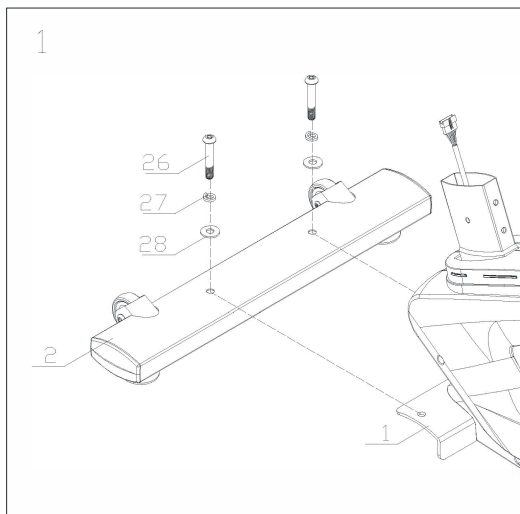
Tehnične informacije

DIMENZIJE	Sestavljene: 1090x560x1490mm
RAZMERJE HITROSTI	9
VZTRAJNIK	Zunanji magnet, dvosmerni ležaj: $\Phi 280/9\text{kg}$
GOR IN DOL	9 nivojev, 270mm razdalje
NAPREJ IN NAZAJ	70mm razdalje

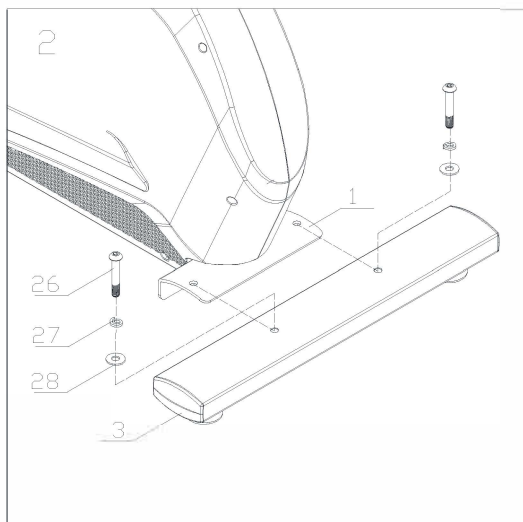
*Pridržujemo si pravico do spremembe izdelka brez predhodnega obvestila.

NAVODILA ZA SESTAVO

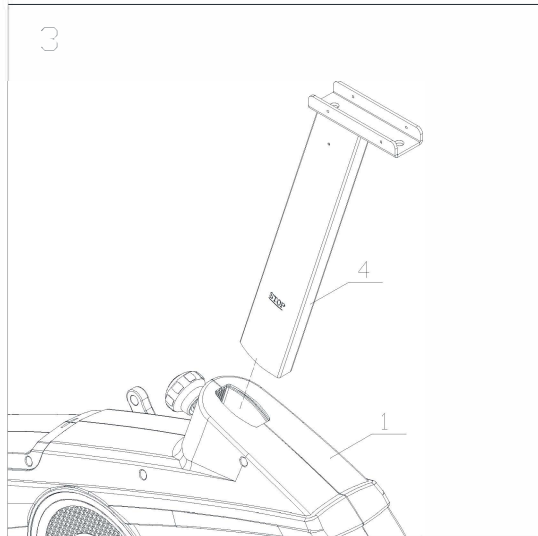
Korak 1: Sprednji stabilizator (2) pritrdite na glavni okvir (1) z ukrivljeno podložko (28), vzmetno podložko (27) in Allen C.K.S. pol navojnim vijakom (26).



Korak 2: Zadnji stabilizator (3) pritrdite na glavni okvir (1) z ukrivljeno podložko (28), vzmetno podložko (27) in Allen C.K.S. pol navojnim vijakom (26).

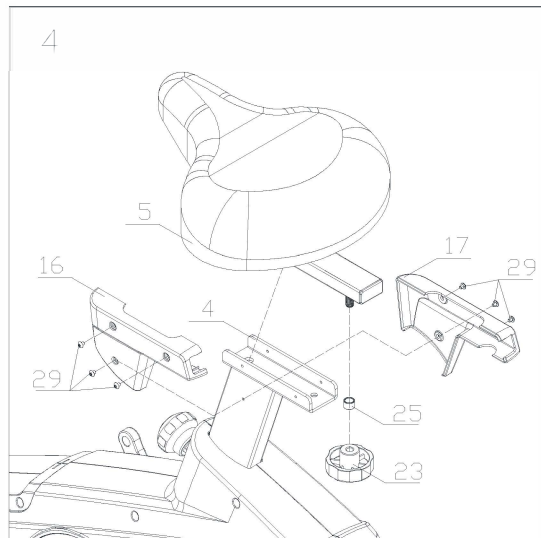


Korak 3: Sprostite gumb in pritrdite sedežni drog (4) na glavni okvir. Nato zategnite gumb.



Korak 4:

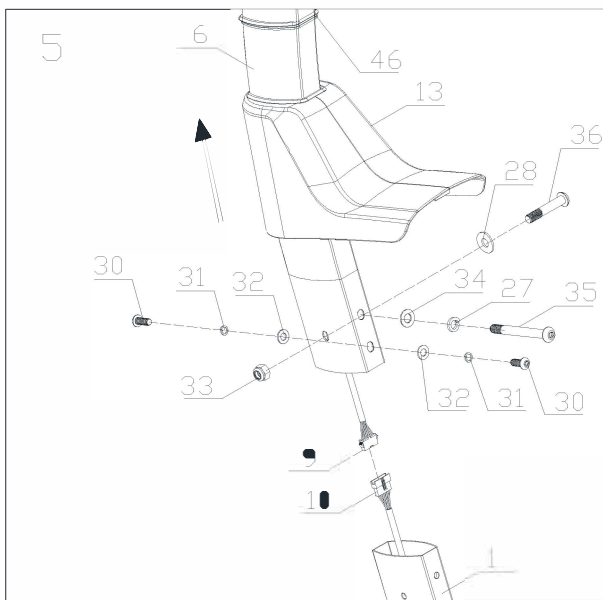
1. Pritrdite sedež (5) na sedežno oporo (4) z pušo (25) in vrtljivimi gumbi (23). Ne privijte do konca.
2. Postavite sedež (5) v želen položaj. Nato pritrdite okrasne zaščite (L)(16) in (R)(17) na sedežno oporo (4) z Philips C.K.S. vijakom s polnim navojem (29).
3. Privijte vrtljive gumbe (23).



Korak 5:

1. Okrasni trak pokončnega droga (46) pritrdite na zgornji pokončni drog (6). Snemite okrasni pokrov stebra (13) z glavnega okvirja (1) in ga nataknite na drog (6).

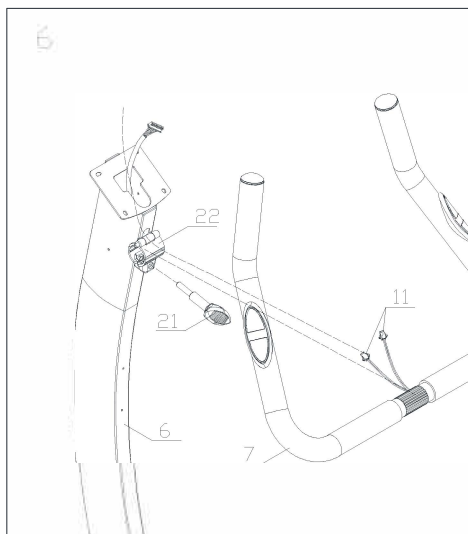
2. Povežite kabel motorja (10) s kablom konzole (9).
3. Pritrdite steblo (6) na glavni okvir (1) z ravno podložko (32), vzmetno podložko (31), imbus C.K.S. vijakom (30), ravno podložko (34), vzmetno podložko (27), Allen C.K.S. pol navojnim vijakom (35), ukrivljeno podložko (28), Allen C.K.S. pol navojnim vijakom (36) in šestkotno matico. (33)
4. Na glavni okvir (1) pritrdite okrasni pokrov stebela (13) in okrasni trak (46).



Nasvet: Vijaka še ne privijte do konca. Prepričajte se, da so vsi vijaki v šesterokotni luknji

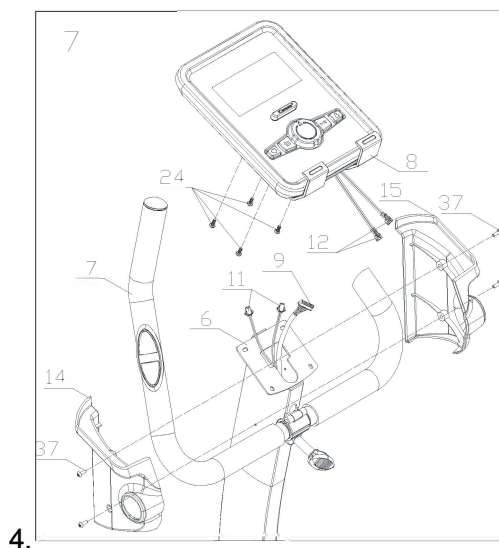
Korak 6:

Na pokončni drog (6) pritrdite žico krmila (11). Krmilo (7) pritrdite na zgornji pokončni drog (6). Zaprite objemko krmila (22) in jih zaklenite z vrtljivim gumbom (21) v obliki črke T.

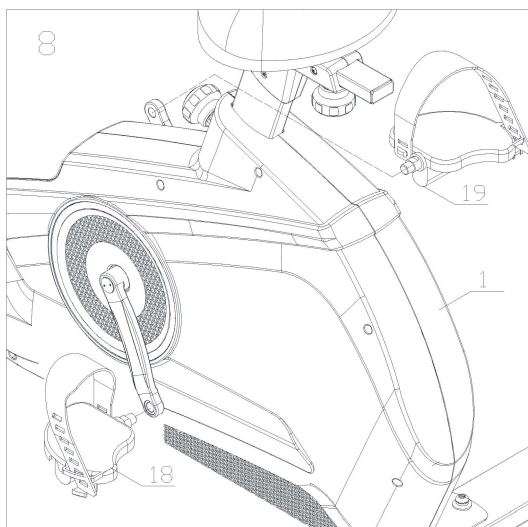


Korak 7:

1. Priključite komunikacijski kabel (9) odprtno na zadnji strani konzole. Povežite žico ročnih merilcev srčnega utripa (11) in izhodni kabel konzole (12).
2. Pritrdite konzolo (8) na zgornji pokončni drog z vijakom s polnim navojem (24).
3. Napeljite skozi pokrov droga (L) in pokrov droga (R) ven iz krmila. Nato jih pritrdite na zgornji pokončni steber (6) s Philips polnim navojnim vijakom (37).

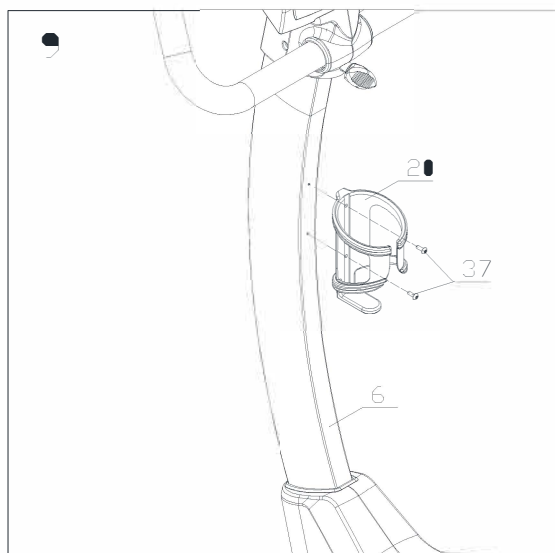


4. Levi pedal (18) in desni pedal (19) pritrdite in zaklenite na glavni okvir (1).



Korak 9:

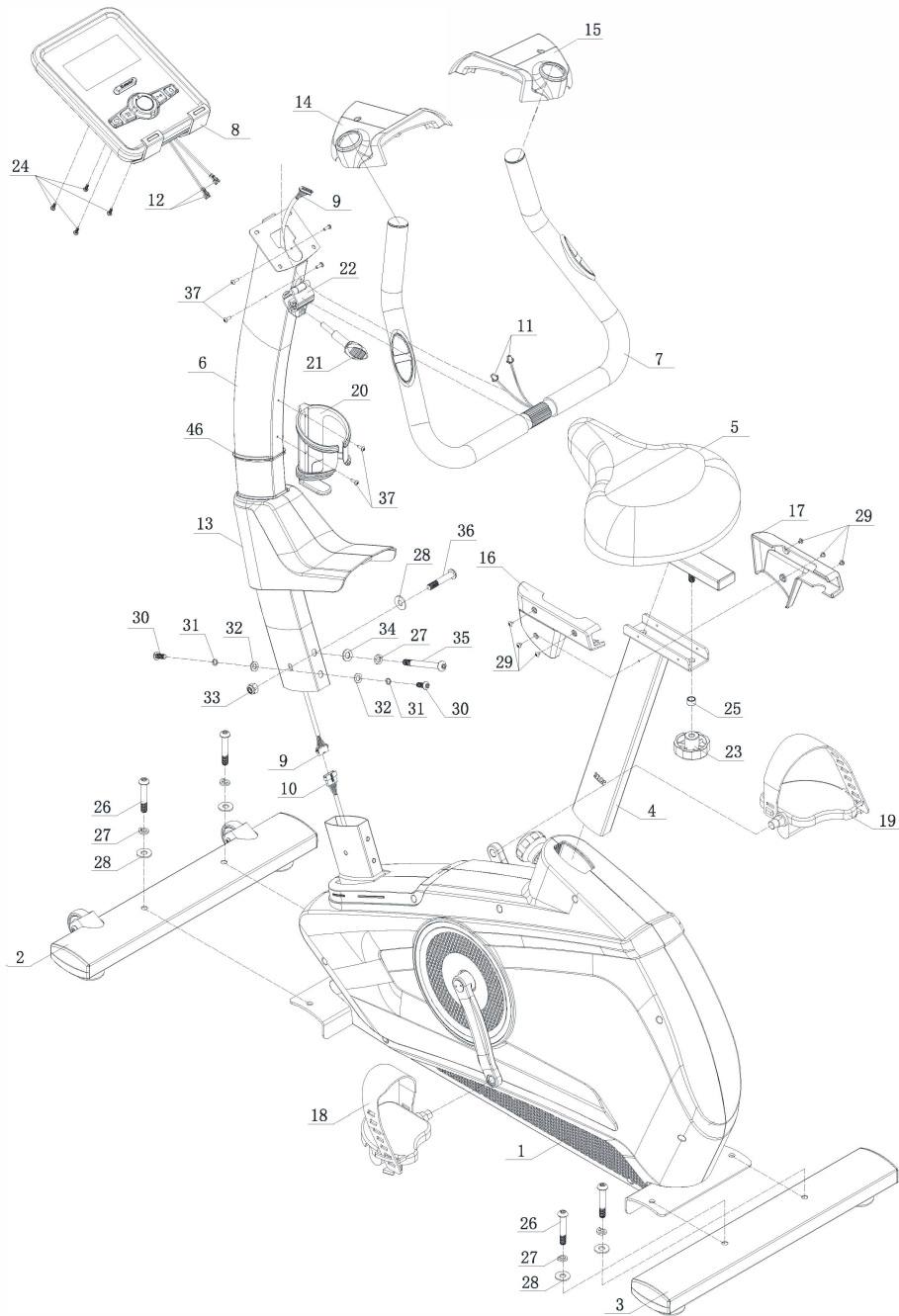
Nosilec steklenice (20) pritrđite na zgornji pokonni drog (6) s Philips vijakom s polnim navojem (37).



Workout tips:

1. Uporabnik mora stopala popolnoma vstaviti v pedal in prilagoditi upor magnetnega nadzora glede na pripravljenost.
2. Ker ima naprava z dvojnimi vztrajniki ogromen vztrajnostni trenutek, mora uporabnik, ko se želi ustaviti pri visoki hitrosti, zmanjšati upor in znižati hitrost, da v trenutku prenehanja gonjenja, pedali ne poškodujeta uporabnika.
3. Naprava naj bo položena na ravna tla in imeti dovolj prostora za vadbo

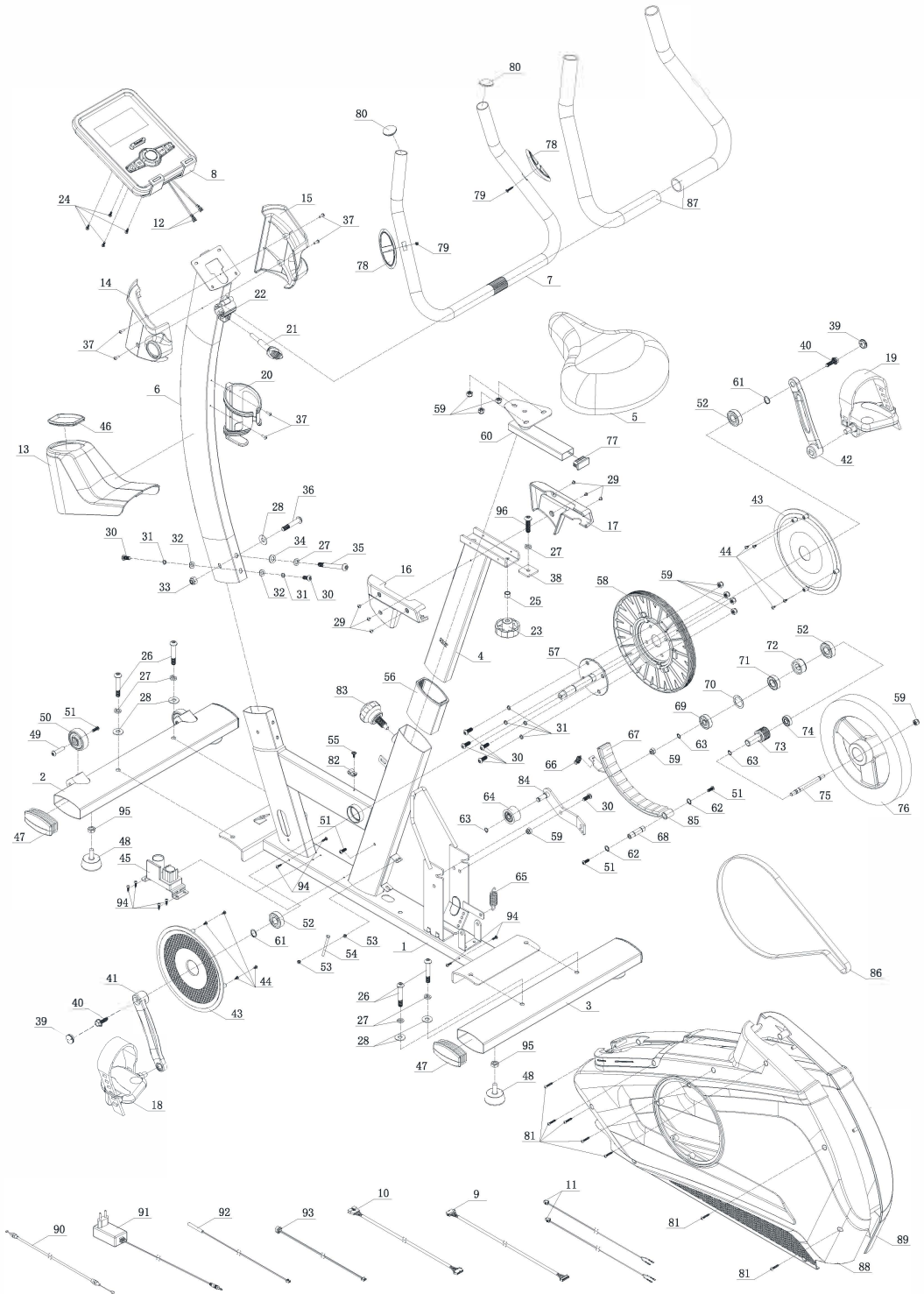
Slika delov



Seznam delov

ŠT.	IME	OPIS	KOL
1	Main frame		1
2	Front stabilizer		1
3	Rear stabilizer		1
4	Saddle post		1
5	Saddle		1
6	Upper upright post		1
7	Handlebar post		1
8	Console		1
9	Console communication wire		1
10	Motor communication wire		1
11	Handle pulse connection wire		2
12	Console outlet		2
13	Upright post cover		1
14	Handlebar cover(L)		1
15	Handlebar cover(R)		1
16	Saddle cover(L)		1
17	Saddle cover(R)		1
18	Pedal(L)		1
19	Pedal(R)		1
20	Bottle holder	Φ93×150	1
21	T-shaped rotary knob	M8×30	1
22	Handlebar clamp ring		1
23	Handlebar rotary knob		1
24	Philips C.K.S. full thread screw	M5×10	4
25	Bushing tube	Φ10.5×Φ14×10	1
26	Allen C.K.S. half thread screw	M10×60×20	4
27	Spring washer	Φ10	5
28	Curved washer	Φ10.5×R100×t2.0	5
29	Philips pan head full thread screw	M4×6	6
30	Allen C.K.S. full thread screw	M8×20	2
31	Spring washer	Φ8	2
32	Flat washer	Φ8.5×Φ20×t1.5	2
33	Hex socking screw	M10	1
34	Flat washer	Φ10	1
35	Allen C.K.S. half thread screw	M10×95×20	1
36	Allen C.K.S. half thread screw	M10×55×20	1
37	Philips pan head full thread screw	M4×16	6

Slika za sestavo



Seznam delov

ŠT.	IME	OPIS	KOL
1	Main frame		1
2	Front stabilizer		1
3	Rear stabilizer		1
4	Saddle post		1
5	Saddle		1
6	Upper Upright post		1
7	Handlebars		1
8	Console		1
9	Console communication wire		1
10	Motor communication wire		1
11	Handle pulse connection wire		2
12	Console outset		2
13	Upright post cover		1
14	Arm cover		1
15	Arm cover		1
16	Saddle cover(L)		1
17	Saddle cover(R)		1
18	Pedal(L)		1
19	Pedal(R)		1
20	Bottle holder	Φ93×150	1
21	T-shaped rotary knob	M8×30	1
22	Handlebar clamp ring		1
23	Handlebar rotary knob		1
24	Philips C.K.S. full thread screw	M5×10	4
25	Bushing tube	Φ10.5×Φ14×10	1
26	Allen C.K.S. half thread screw	M10×60×20	4
27	Spring washer	Φ10	6
28	Curved washer	Φ10.5×R100×t2.0	5
29	Philips pan head full thread screw	M4×6	6
30	Allen C.K.S. full thread screw	M8×20	7
31	Spring washer	Φ8	6

32	Flat washer	Φ8.5×Φ20×t1.5	2
33	Hex locking nut	M10	1
34	Flat washer	Φ10	1
35	Allen C.K.S. half thread screw	M10×95×20	1
36	Allen C.K.S. half thread screw	M10×55×20	1
37	Philips pan head full thread screw	M4×16	6
38	Saddle locking piece		1
39	Crank cover	Φ23×6×M22×P1.0	2
40	Hex flange full thread screw	5/16-18UNC-1"	2
41	Crank(L)		1
42	Crank(R)		1
43	Disc		2
44	Philips C.K.S. self-tapping screw	ST4×12	8
45	Magnet motor		1
46	Upright post trim strip	102×57×8	1
47	End cap	45×90×t1.5	4
48	Feet pad	Φ49×22×M10×26	4
49	Allen C.K.S. hollow screw	Φ8×33×M6×15	2
50	Wheels	Φ55×25.8	2
51	Allen C.K.S. full thread screw	M6×15	5
52	Deep groove ball bearing	6203-2RS	3
53	Hex nut	M5	2
54	Hex full head screw	M5×60	1
55	Philips washer head end-cutting and self-tapping bolt	ST4×12	1
56	Saddle post bushing	115×90×45	1
57	Crank axis	Φ17×150	1
58	Belt pulley	Φ263×22	1
59	Hex locking nut	M8	9
60	Saddle adjustment		1
61	Circlip for shaft	Φ17	2
62	Circlip for shaft	Φ12	2
63	Circlip for shaft	Φ10	3

64	Tension wheel	Φ38×22	1
65	Tension spring	Φ18×Φ2.0×14	1
66	Tension spring	Φ11.5×Φ1.2×13	1
67	Square magnet	30×25×t12	10
68	Magnet axis	Φ12×50	1
69	Deep groove ball bearing	6300-2RS	1
70	Flat washer	Φ34×Φ25×t1.0	1
71	Deep groove ball bearing	6003-2RS	1
72	One-way kingpin ball bearing	Φ35×Φ17×16	1
73	Small belt pulley	Φ30×64	1
74	Deep groove ball bearing	6000-2RS	1
75	Flywheel axis	Φ10×112.5	1
76	Flywheel	Φ280	1
77	Square pipe plug	20×40×t1.5	1
78	Handle pulse		2
79	Philips C.K.S. self-tapping screw	ST4×20	2
80	Round pipe plug	Φ28×t1.5	2
81	Philips C.K.S. self-tapping screw	ST4×25	7
82	Fixed magnet		1
83	Rotary hand bolt	Φ9×M16×P1.5×83	1
84	Fixed tension wheel		1
85	Magnet		1
86	Motor belt	440PJ6	1
87	Foam grip	Φ29×t3.0×600	2
88	Cover(L)		1
89	Cover(R)		1
90	Brake cable	L=350	1
91	Power adapter		1
92	Magnetic sensor		1
93	Power communication wire		1
94	Philips C.K.S. self-tapping screw	ST4×16	8
95	Hex nut	M10	4
96	Allen C.K.S. full thread screw	M10×38	1

FUNKCIJE RAČUNALNIKA

TIME	.Območje prikaza 0:00 ~ 99:59; Območje nastavitve 0: 00 ~ 99: 00
DISTANCE	.Display Range 0.0 ~ 99,99; Območje nastavitve 0,0 ~ 99,90
CALORIES	.Območje prikaza od ~ 9999 kal .; Območje nastavitve 0 ~ 9990 Cal
PULSE	Območje prikaza P-30 ~ 230; Območje nastavitve 0-30 ~ 230
WATT	.Območje prikaza: 0 ~ 999; Območje nastavitve 1 0 ~ 350
SPEED	.Obseg 0.0 ~ 99,9 KM / H
RPM	.Območje 0 ~ 999

FUNKCIJE GUMBOV :

START/STOP	Začnite ali ustavite vadbo
RESET	Med prednastavitvijo vrednosti vadbe ali v načinu zaustavitve se vrnite v glavni meni Držite pritisnjeno 2 sekundi, računalnik se bo znova zagnal in zagnal od uporabniške nastavitve.
UP(+)	1. Premaknite se navzgor po nastavitvah 2. Povišajte izbrano vrednost
MODE/ENTER	V načinu STOP pritisnite, da potrdite nastavev in jo vnesete.
DOWN(-)	1. Premaknite se navzdol po nastavitvah 2. Znižajte izbrano vrednost
RECOVERY	Preizkusite stanje okrevanja srčnega utripa
BODY FAT	Izmerite % telesne maščobe in ITM

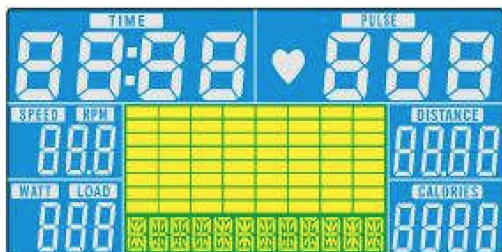
DELOVANJE:

VKLOP

Priključite napajalnik, računalnik se bo vklopil z dolgim piskom in za dve sekundi prikazal vse segmente na LCD-zaslonu (risba 1). Vstopite v način izbire uporabnika (risba 2) in način nastavitve osebnih podatkov (starost, spol, višina, teža).

Po 4 minutah brez vrtenja pedala ali pulznega vnosa bo konzola prešla v način varčevanja z energijo.

Pritisnite katero koli tipko, da se konzola zbudi.

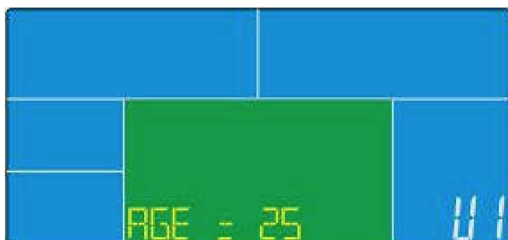


Slika 1

Nastavitev osebnih podatkov

Po izbiri uporabnika med U1 ~ U4 pritisnite ENTER za potrditev. Pritisnite GOR (+) ali DOL (-), da nastavite SPOL, STAROST (risba 3), VISINA, TEŽA in potrdite s pritiskom na ENTER. Vsi podatki bodo shranjeni kot uporabniški profil.

Po nastavitvi konzole pojdite v glavni meni in prikažite kot Risba 4. Na tej strani lahko uporabnik začne vadbo neposredno s pritiskom na gumb START / STOP.



Slika 3



Slika 4

Izbira vadbe

Na glavni strani utripa prvi program MANUAL (risba 5). Uporabnik lahko pritisne GOR (+) ali DOL (-), da izbere: ROČNO -> PROGRAM -> UPORABNIŠKI PROGRAM -> H.R.C. -> WATT, za potrditev pritisnite ENTER.

Manual Mode (ročni način)

1. Pritisnite GOR (+) ali DOL (-), da izberete program vadbe, izberite Ročno (risba 4) in za potrditev pritisnite tipko ENTER.
2. Pritisnite GOR (+) ali DOL (-), da nastavite vrednost TIME / DISTANCE / CALORIES / PULSE in pritisnite ENTER za potrditev.
3. Za začetek vadbe pritisnite tipki START / STOP. Med vadbo lahko uporabnik pritisne GOR in DOL, da prilagodi stopnjo obremenitvel od 1-16.
4. Pritisnite tipke TART / STOP, da zaustavite vadbo. Pritisnite RESET, da se vrnete v glavni meni

Program Mode (programski način)

1. . Pritisnite GOR (+) ali DOL (-), da izberete program vadbe, izberite Program (risba 5) in za potrditev pritisnite tipko ENTER.
2. . Pritisnite GOR (+) ali DOL (-), da izberete program med P01-P12, profil programa se bo prikazal po vrsti.
3. . Pritisnite GOR (+) ali DOL (-), da prednastavite ČAS vadbe.
4. Za začetek vadbe pritisnite tipki START / STOP. Med vadbo lahko uporabnik pritisne GOR (+) ali DOL (-), da prilagodi stopnjo obremenitve od 1-16.
5. Za zaustavitev vadbe pritisnite tipki START / STOP. Pritisnite RESET, da se vrnete v glavni meni.



Slika 5

H.R.C. mode (vaba s srčnim utripom)

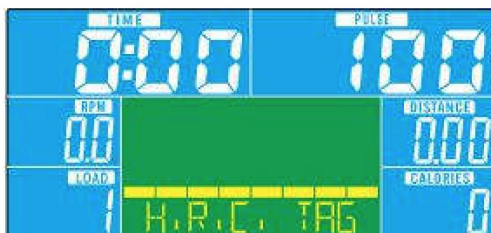
1. Pritisnite GOR (+) ali L (-), da izberete program vadbe, izberite H.R.C. (Risba 7) in za potrditev pritisnite tipko ENTER.
2. Pritisnite GOR (+) ali L (-), da izberete: H.R.C 55 (risba 8), H.R.C75, H.R.C 90 ali TAG (TARGET H.R.) (privzeto: 100, risba 9) in potrdite s pritiskom na ENTER.
3. Ko izberete H.R.C 55, H.R.C75, H.R.C 90, bo konzola prikazala prednastavljene ciljne vrednosti glede na starost uporabnika. Pritisnite GOR (+) ali DOL (-) in ENTER, da prednastavite ČAS vadbe.
4. Ko izberete TAG H.R., prednastavljena vrednost 100 utripa kot risba 9. Pritisnite GOR (+) ali DOL (-), da prilagodite vrednost od 30 do 230 in potrdite z ENTER. Prednastavite čas vadbe s pritiskom na GOR (+) in DOL (-).
5. Pritisnite gumb START / STOP, da začnete ali ustavite vadbo. Pritisnite RESET, da se vrnete v glavni meni.



Risba 7



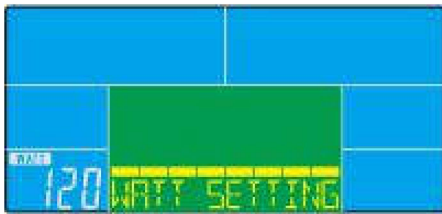
Risba 8



Risba 9

WATT Mode (Watt način)

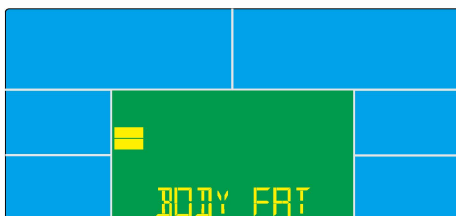
1. Pritisnite GOR (+) ali L (-), da izberete program vadbe, izberite WATT (risba 10) in za potrditev pritisnite tipko ENTER.
2. Pritisnite GOR (+) ali L (-), da prednastavite cilj WATT. (privzeto: 120)
3. Pritisnite GOR (+) ali L (-), da prednastavite ČAS vadbe.
4. Za začetek vadbe pritisnite gumb START / STOP. Med vadbo lahko uporabnik pritisne GOR (+) ali DOL (-), da prilagodi nivo WATT od 10 ~ 350.
5. Pritisnite gumb START / STOP, da zaustavite vadbo. Pritisnite RESET, da se vrnete v glavni meni.



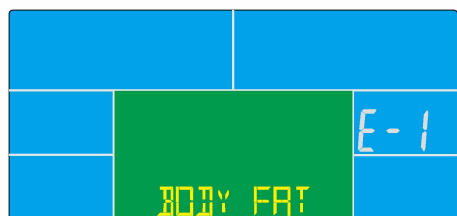
Slika 10

Način telesne maščobe

1. Med vadbo pritisnite START / STOP, da končate vadbo, pritisnite tipko BODY FAT, da začnete meriti. Slika (11)
2. Držite ročaje, po 8 sekundah bo računalnik prikazal ITM, FAT% in maščobo.
3. Ponovno pritisnite tipko BODY FAT in se vrnete v glavni meni.
4. Koda napake:
 - * Prikaz konzole E-1 (risba 12): uporabnik ne drži ročajev pravično.
 - * Prikaz konzole E-4 (risba 13): FAT% presega območje nastavitve (5,0% ~ 50,0%)



Slika 11



Slika 12



Slika 13

<REFERENCE>

B.M.I. (Body indeks mase) integriran

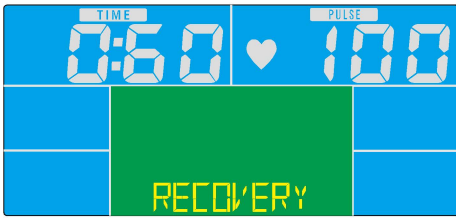
T.M.I.	NIZEK	NIZ./SRED.	SREDNJI	SRED./VISOK
RAZPON	<20	20-24	24.1-26.5	>26.5

TELESNA MAŠČOBA

SIMBOL	—	+	▲	◆
SPOL	NIZEK	NIZ./SRED.	SREDNJI	SRED./VISOK
MOŠKI	<13%	13%-25.9%	26%-30%	>30%
ŽENSKI	<23%	23%-35.9%	36%-40%	>40%

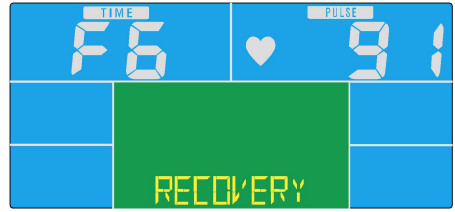
Okrevanje srčnega utripa

1. Ko se na računalniku prikaže vrednost impulza (držite roke), pritisnite gumb RECOVERY.
2. Prikaz funkcije All se ustavi, razen TIME "začne odšteti od 00:60 do 00:00 (risba 14). Ko TIME odšteva do 0, se na zaslonu prikaže stanje okrevanja vašega srčnega utripa s FX (X = 1 ~ 6, Risba 15). F1 je najboljši, F6 najslabši (glej spodnji diagram) (Ponovno pritisnite gumb RECOVERY, da se vrnete na glavni zaslon.)
3. Med obnovitvijo lahko uporabnik pritisne gumb RECOVERY za vrnitev v glavni meni.
4. Brez vnosa impulza pritisk gumba RECOVERY ni veljaven.



Slika 14

1.0
 1.0 ≤ F ≤ 2.0
 2.0 ≤ F ≤ 2.9
 3.0 ≤ F ≤ 3.9
 4.0 ≤ F ≤ 5.9
 6.0



Slika 15

IZJEMNO
 ODLIČNO
 DOBRO
 ZADOSTNO
 PODPOVPREČNO
 SLABO

OPOMBE:

1. Ta računalnik potrebuje 9V, 1300mA adapter.
2. Ko uporabnik za 4 minute ustavi vrtenje pedalov, računalnik preide v način varčevanja z energijo, vsi podatki o nastavitvah in vadbi se shranijo, dokler uporabnik znova ne začne vaditi.
3. Če računalnik deluje nenormalno, priključite adapter in ga ponovno priključite.

DISTRIBUTER:

ENIM d.o.o.
Tržaška cesta 23
SI-2000 MARIBOR
T: 02 292 77 90
W: www.enim.si
E: info@enim.si



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