

TCORX
FITNESS IN MOTION

NAVODILA



BRX900

Prevod izvirnih navodil

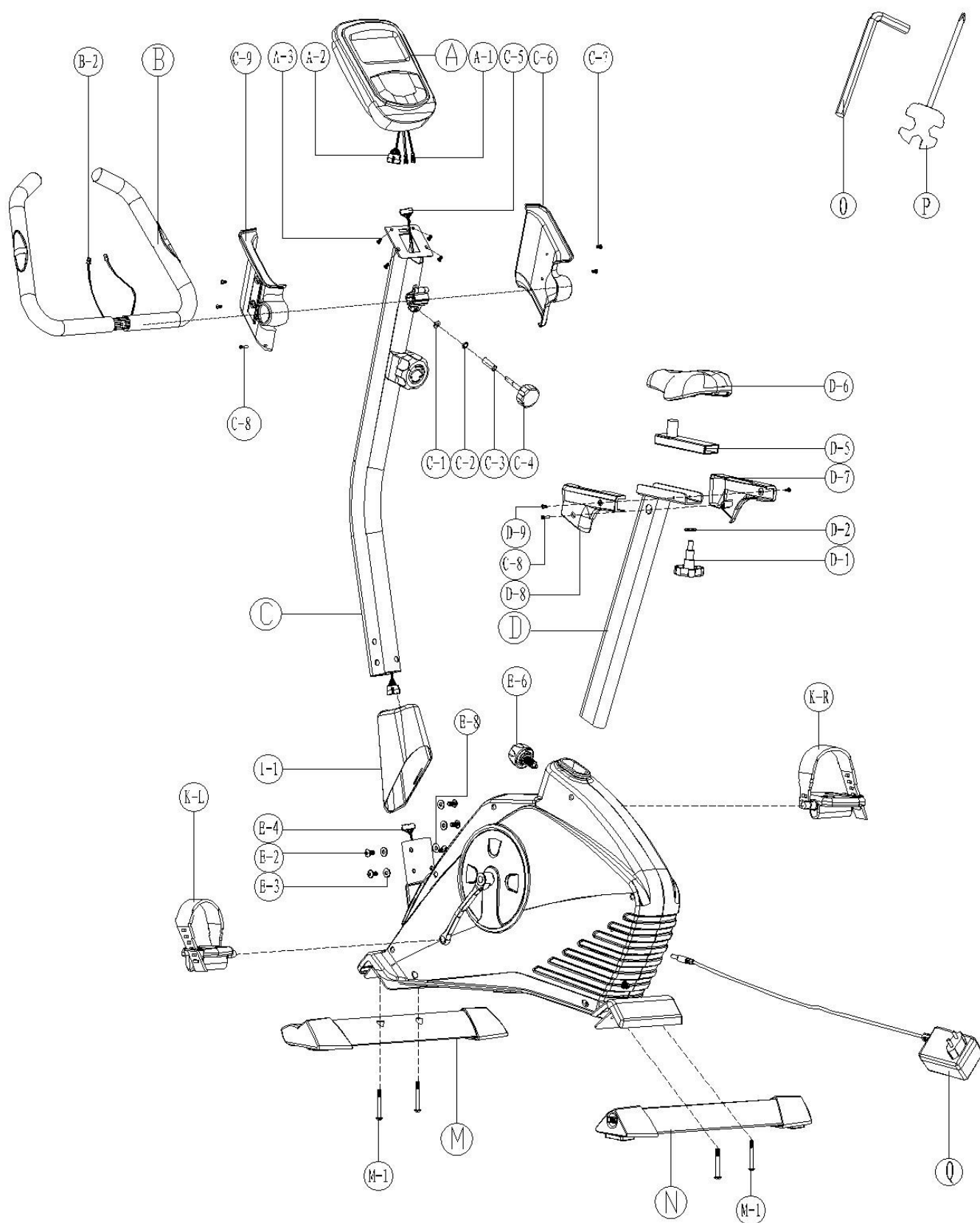


Rev : 00

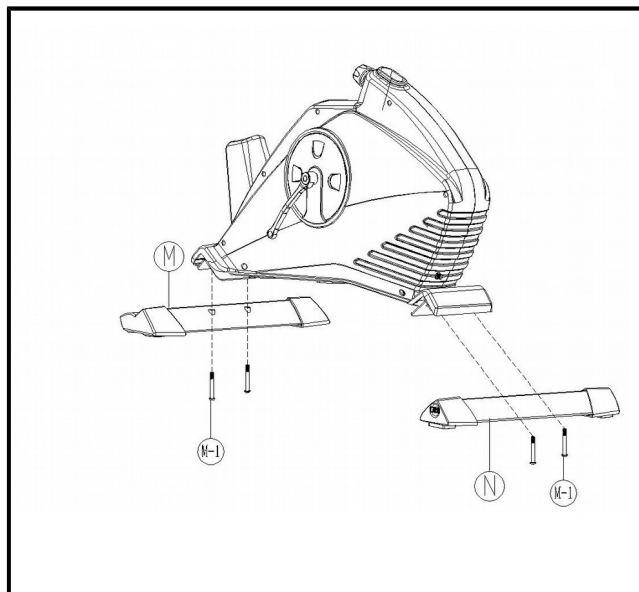
Ed : 02/17



➤ Vsi prikazani podatki so približni napotki.



NAVODILA ZA MONTAŽO

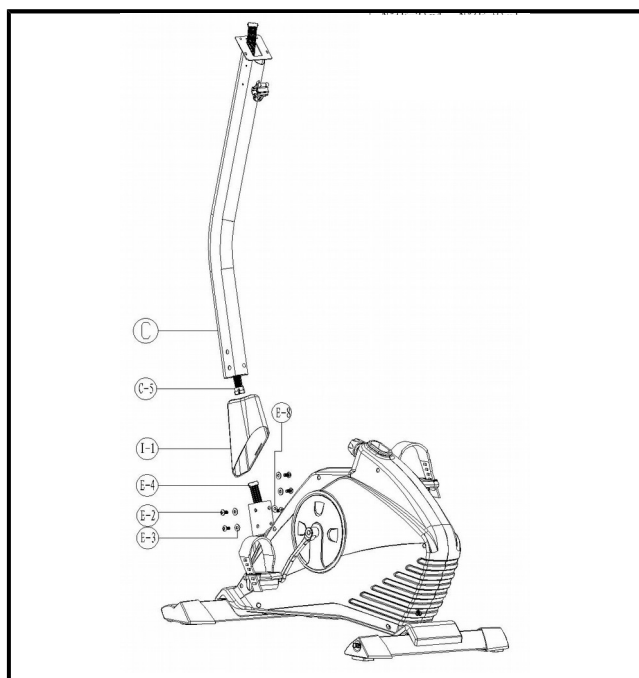
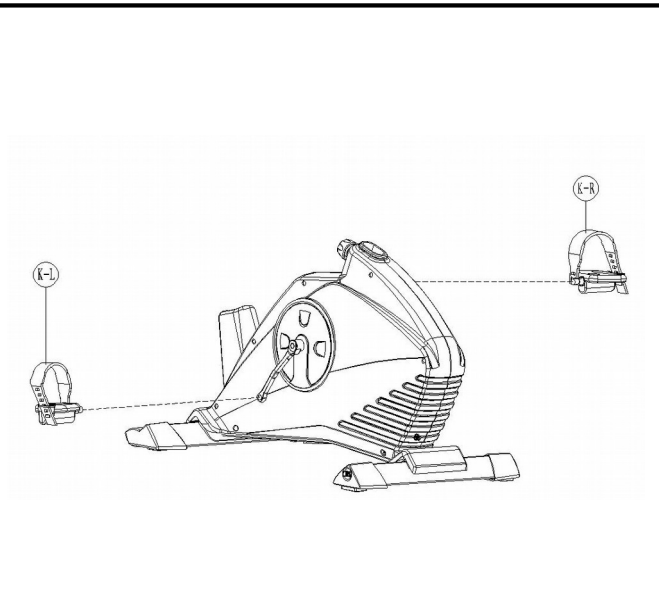


Korak 1

Zadnji in prednji stabilizator (N&M) na glavno ogrodje s 4x vijaki (M-1).

Korak 2

Levi pedal (K-L) in desni pedal (K-R) namestite na ročico.



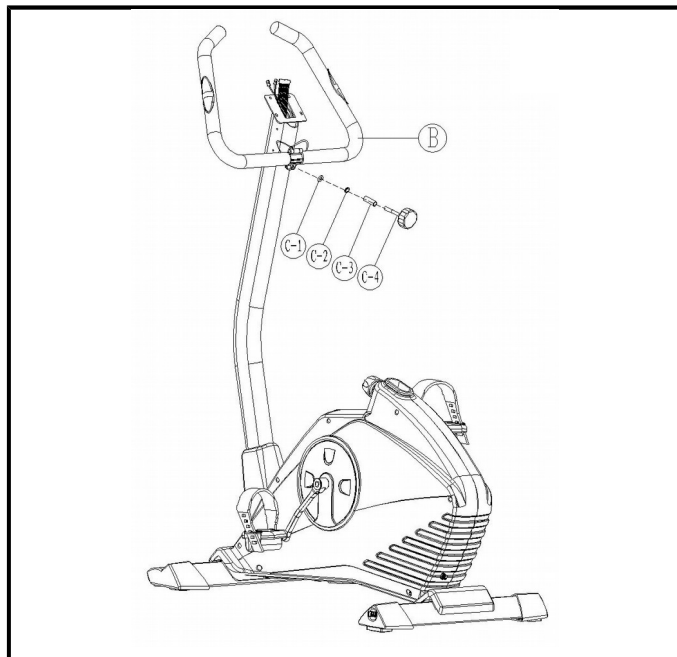
Korak 3

Nosilec za krmilo (C) potisnite skozi plastični pokrov (I-1).

Zgornji računalniški kabel povežite s spodnjim (C-5 & E-4). Po opravljenih zgornjih dveh korakih pritrdite nosilec na glavni okvir.

Privijte vijake (E-2) in podložke (E-3 & E-8), da pritrdite nosilec krmila; plastični pokrov premaknite v pravilen položaj.

NAVODILA ZA MONTAŽO



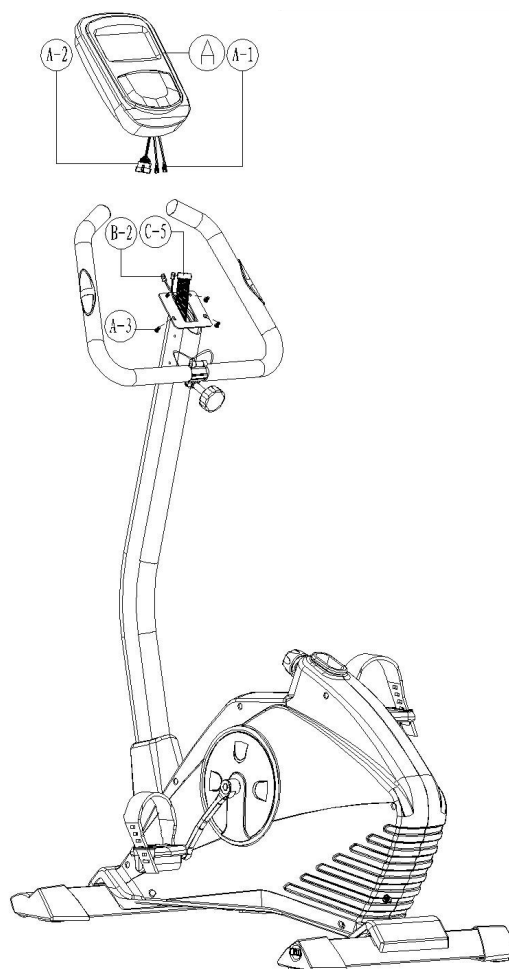
Korak 4

Med jeklenimi pokrovi pritrdite krmilo (B) na nosilec krmila, pritrdite novonastali sklop z 1x ploščato podložko (C-1), 1x vzmetno podložko (C-2), 1x pušo (C-3) in 1x gumbom (C-4).

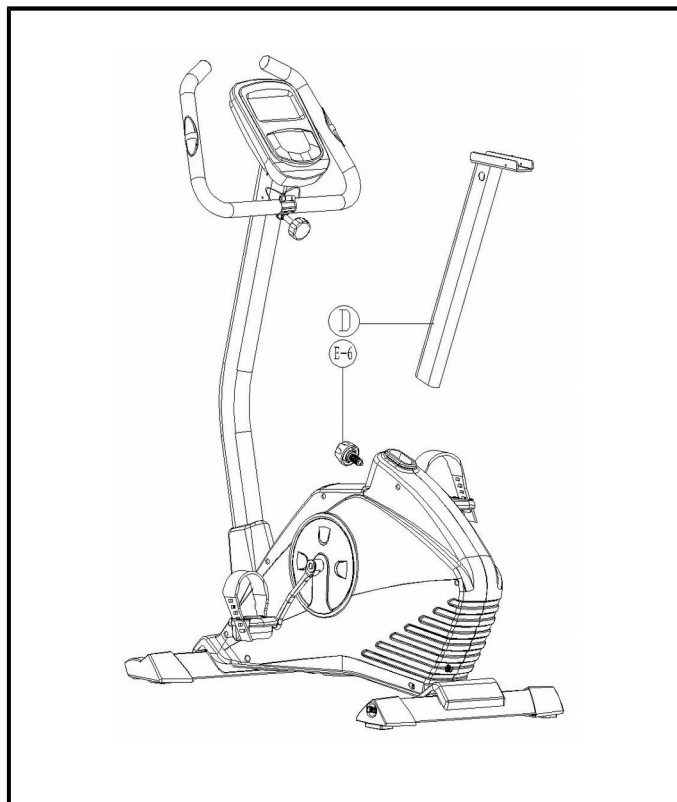
Korak 5

Priključite kablja (A-1 in B-2) med računalnikom in nosilcem krmila, priklopite kabelj motorja (A-2 & C-5) med računalnikom in nosilcem.

Računalnik pritrdite na nosilec krmila s 4x vijaki (A-3).



NAVODILA ZA MONTAŽO



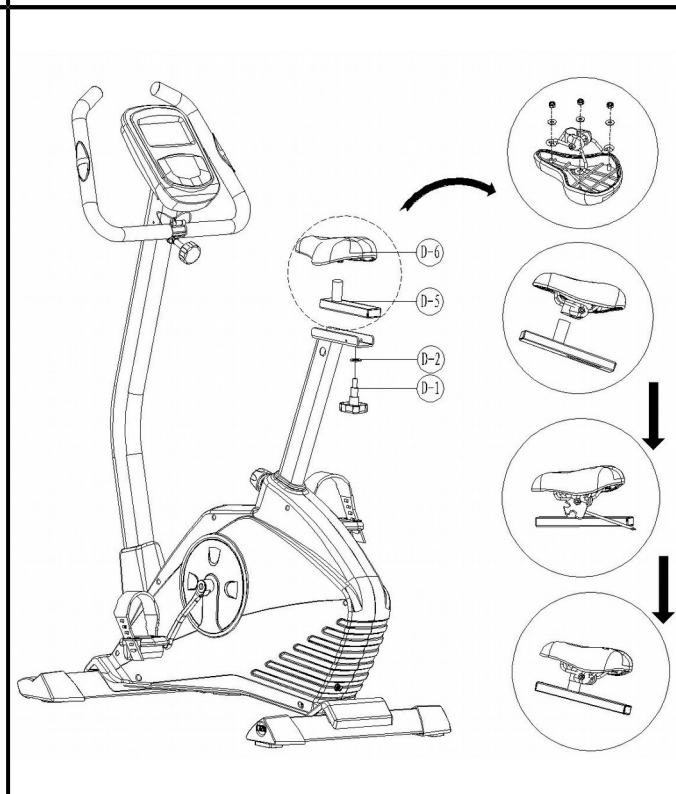
Korak 6

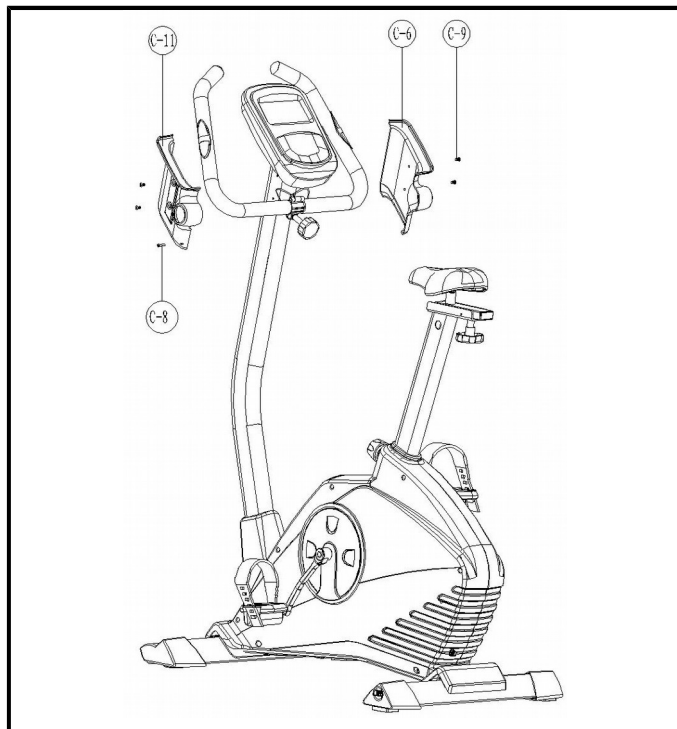
Vstavite sedežni drog (D) v glavni okvir skozi plastični tulec. Izberite za vas idealno višino na sedežnem drogu. V luknjo vstavite gumb (E-6) in ga zategnite do konca.

Korak 7

Povežite sedež (D-6) in drsnik (D-5).

Drsnik pritrdite na zgornji del sedežnega droga in zavarujte z vodoravnim gumbom za nastavitev (D-1) in eno plosko podložko (D-2)



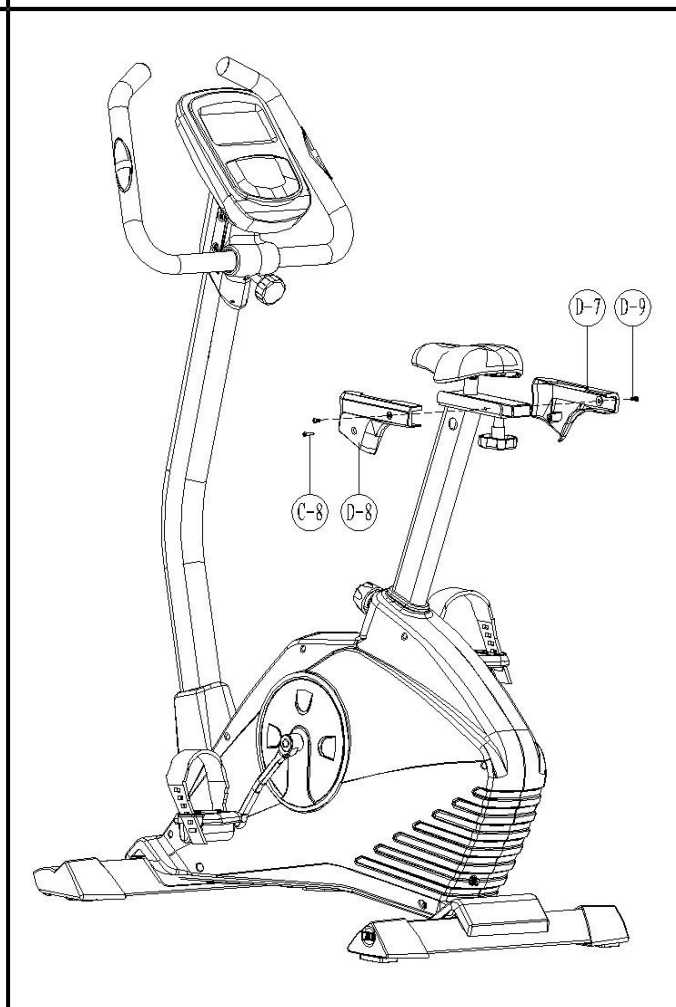


Korak 8

Pritrdite plastična pokrova levo in desno (C-11 & C-6) na krmilo, pritrdite ga z vijaki (C-8 & C-9) kot kaže leva risba.

Korak 9

Namestite pokrova drsnika levo in desno (D-8 & D-7) na drsni komplet in ga pritrdite z vijaki (C-8 & D-9).

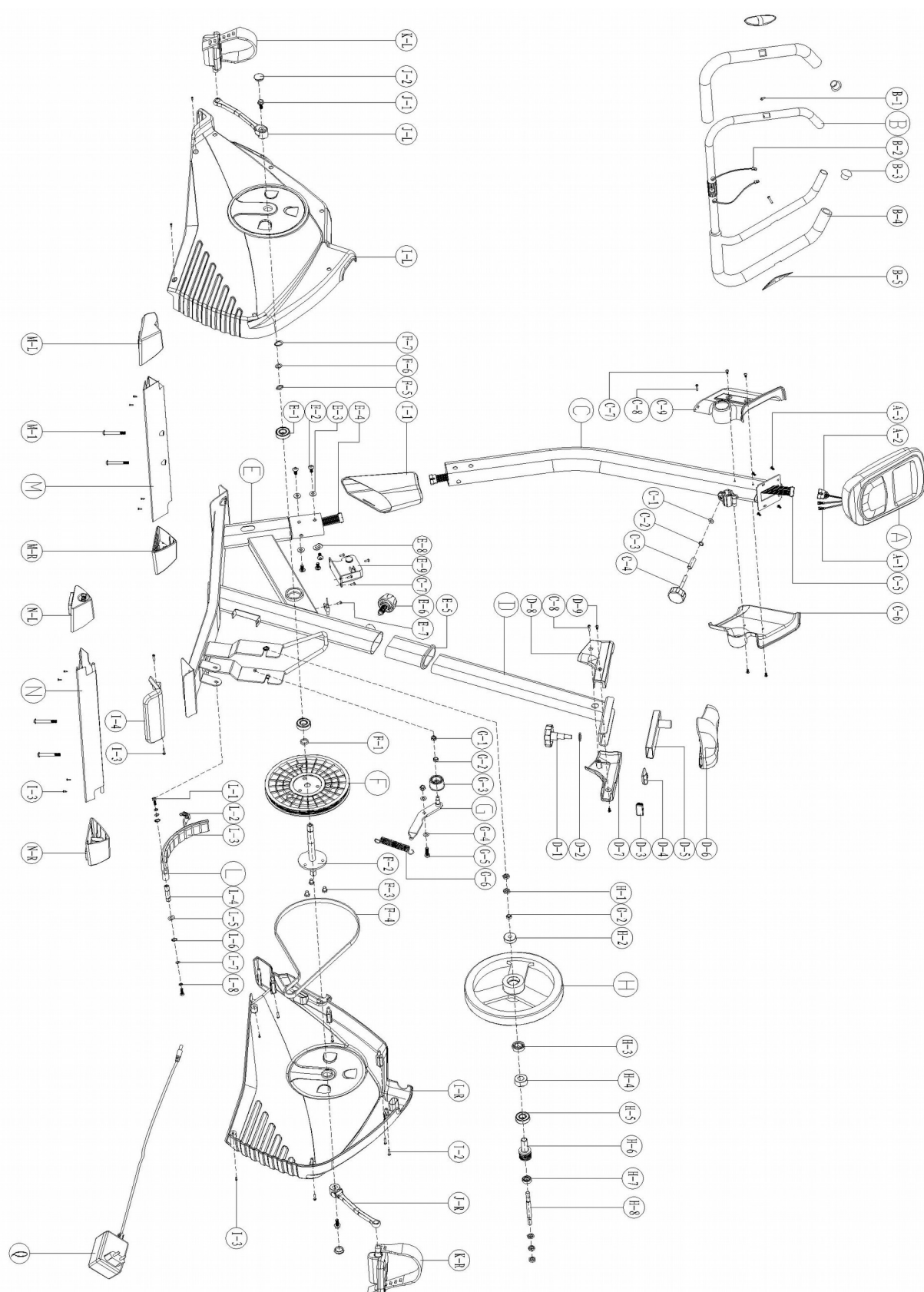


SEZNAM DELOV

Del	Opis	Kol.		Del	Opis	Kol.
A	Computer	1		F-7	C-circle	1
A-1	Pulse cable (upper)	1		G	Idle	1
A-2	Motor cable	1		G-1	Nylon nut M8	5
A-3	Screw M5*10	4		G-2	Bushing $\Phi 10 \times \Phi 14 \times 6L$	2
B	Handle bar	1		G-3	Idle wheel	1
B-1	Screw M4*20	2		G-4	Flat washer	2
B-2	Pulse cable (lower)	2		G-5	Screw M8*20L	1
B-3	End cap	2		G-6	Spring	1
B-4	Foam grip	2		H	Flywheel	1
B-5	Hand pulse	2		H-1	Screw 3/8"-26	5
C	Handle bar post	1		H-2	Bearing 6000	1
C-1	Flat washer	1		H-3	Bearing 6300	1
C-2	Spring washer	1		H-4	One way bearing	1
C-3	Bushing	1		H-5	Bearing 6203	1
C-4	Knob	1		H-6	Small belt pulley	1
C-5	Motor cable (upper)	1		H-7	Bearing 6003	1
C-6	Handle bar cover (right)	1		H-8	Mandril of flywheel	1
C-7	Screw	4		I-L	Chain cover (left)	1
C-8	Screw	2		I-R	Chain cover (right)	1
C-9	Handle bar cover (left)	1		I-1	Handle bar post cover	1
D	Seat post	1		I-2	Screw M4*20	5
D-1	Seat knob	1		I-3	Screw	12
D-2	Flat washer	1		I-4	Rear tube cover	1
D-3	Cap 20*40	2		J-L	Crank (left)	1
D-4	Slider fixed screw	1		J-R	Crank (right)	1
D-5	Slider	1		J-1	Screw M8	2
D-6	Saddle	1		J-2	Cover for crank	2
D-7	Slider cover (right)	1		K-L	Pedal (left)	1
D-8	Slider cover (left)	1		K-R	Pedal (right)	1
D-9	Screw	2		L	Magnetic set	1
E	Main frame	1		L-1	Screw M6	2
E-1	Bearing 6203	2		L-2	Spring	1
E-2	Screw M8*16L	5		L-3	Magnetic	10
E-3	Flat washer	4		L-4	Bushing	1
E-4	Motor cable (lower)	1		L-5	Wave washer	2
E-5	Plastic sleeve	1		L-6	C circle	2

E-6	Seat post knob M16	1		L-7	Spring washer	2
E-7	Screw	1		L-8	Flat washer	2
E-8	Semicircle washer	1		M	Front stabilizer	1
E-9	Motor	1		M-L	Front end cap (left)	1
F	Plastic pulley	1		M-R	Front end cap (right)	1
F-1	Bushing $\Phi 17*5T$	1		M-1	Screw M8*60L	4
F-2	Axle assembly	1		N	Rear stabilizer	1
F-3	Screw M8*10L	3		N-L	Rear end cap (left)	1
F-4	Belt	1		N-R	Rear end cap(right)	1
F-5	Wave washer	1		O	Inner hex. wrench	1
F-6	Flat washer	1		P	Harpoon wrench	1

RAZŠIRJENA SLIKA



Nastavitve računalnika

I. Za upravljanje monitorja

A-0. Priključite napajalnik za napajanje. Videli boste prvi zaslon spodaj, ki mu bo sledil desni spodaj.



A-1. S pritiskom gumbov GOR, DOL (A1) lahko izberete način treninga MANUAL, PROGRAM, USER ali TARGET H.R.

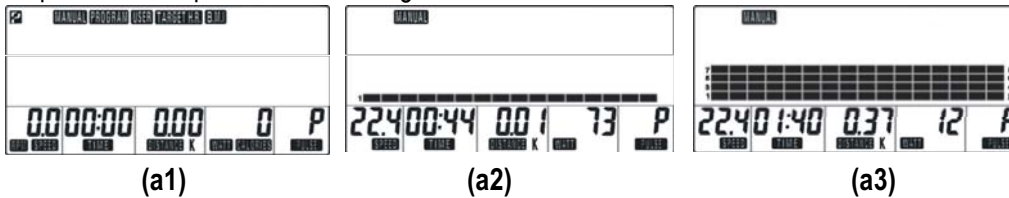
Za potrditev pritisnete gumb MODE. Lahko pa pritisnete gumb ST / STOP, da začnete trenirati neposredno v načinu MANUAL.

A-2. Če zaženete izbrani način, v novem monitorju vsi podatki o funkcijah začnejo šteti od nič, ob začetku vadbe (a2).

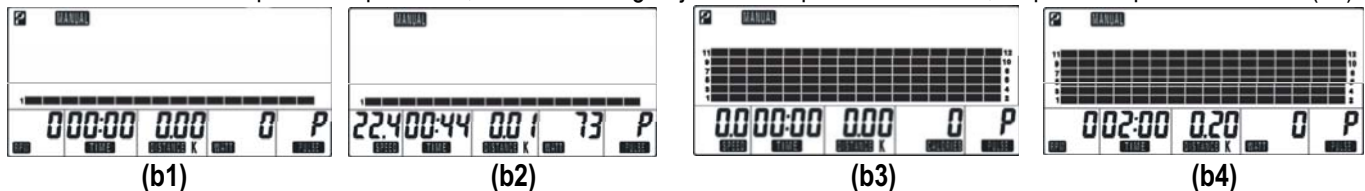
Če se odločite za prednastavitev katerega koli funkcijskega cilja (neobvezno), se bo funkcijski zaslon odšteval od vašega prednastavljenega cilja ob začetku vadbe.

A-3. Med treningom lahko prilagodite upor s pritiskom gumbov GOR, DOL (a3). Upoštevajte, da vsaka vrstica predstavlja DVE stopnji upora. Vrstica se bo spreminjala navzgor ali navzdol na vsaki dve ravni. Med prilagajanjem se bo zaslon prižgal, ko dvakrat pritisnete tipko GOR ali DOL. Na zaslonu je številka (1 do 16), ki prikazuje natančno raven upora.

A-4. Za ponastavitev pritisnite in držite gumb RESET 2 sekundi.

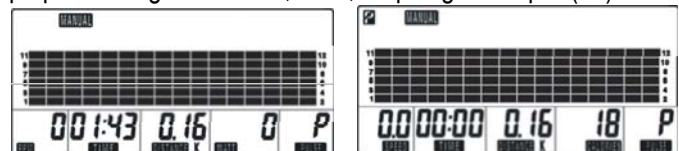


B. Vadba v načinu MANUAL - pritisnite tipko GOR, dokler se na zgornji vrstici ne prikaže MANUAL, za potrditev pritisnite MODE (b1).



B-1 Za neposredno vadbo lahko pritisnete gumb ST / STOP (b2) ali pa pritisnete gumba GOR, DOL, da prilagodite upor (b3)

Med prilagajanjem se bo zaslon prikazal, ko dvakrat pritisnete gumba GOR ali DOL. Med treningom lahko prilagodite tudi upor.



B-2 Ko prilagodite upor, lahko pritisnete ST/STOP da pričnete z z vadbo ali po izbiri nastavite vsako funkcijo (b5) (b6)

pritisnete MODE, da izberete želeno funkcijo, za katero želite nastaviti ciljne podatke. Nato z gumbom GOR, DOL nastavite vrednost. Pritisnite tipko MODE za premik na naslednje želene območje delovanja. Funkcije, ki so na voljo za prednastavitev, so čas, razdalja, kalorije in srčni utrip v načinu MANUAL (b4)

B-3 Po končanih nastavitvah pritisnite gumb ST / STOP, da pričnete z vadbo. Takoj, ko se začne vadba, se bodo vsi prednastavljeni podatki funkcij odštevali od cilja. (b5)

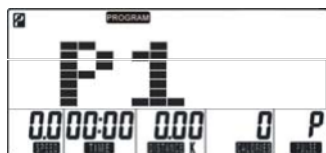
B-4 Ko so doseženi vsi ciljni podatki funkcij (šteje se do nič), bo monitor ustavil vse funkcije (na levem zgornjem kotu se prikaže P) in 8-krat zapiskal, da vas opomni. (b6)

B-5 Za ponovno vadbo lahko pritisnete gumb ST / STOP. Funkcija, ki je dosegla nič, se bo začela od štetja prejšnjih nastavljenih podatkov, drugi podatki nastavljenih funkcije pa bodo odštevali od prejšnjih zapisov.

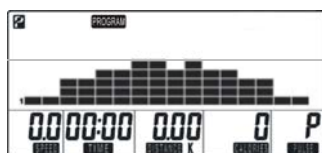
Nastavitve računalnika

B-6 Med celotnim obdobjem treninga lahko pritisnete ST / STOP, da kadar koli ustavite štetje na monitorju.

C. Vadba v načinu PROGRAM - pritisnite tipko GOR, dokler se v zgornji vrstici ne prikaže PROGRAM, za potrditev pritisnite MODE.



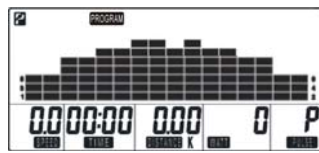
(c1)



(c2)



(c3)

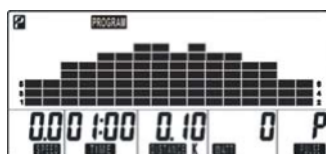


(c4)

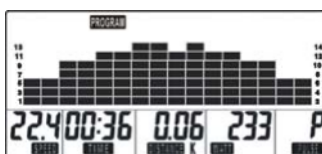
C-1 Začetni nastavljeni profil programa je P1 (c1 in c2). Na voljo je 12 profilov programa usposabljanja (P1-P12). Lahko pritisnete GOR / DOL da izberete želeni profil vadbe. Za potrditev pritisnite gumb MODE.

C-2 Pritisnite tipko ST / STOP, da začnete neposredno trenirati (c3) ali pa pritisnete gumba GOR, DOL, da prilagodite stopnjo upora (c4). Med prilagajanjem se bo zaslon prikazal, ko dvakrat pritisnete tipko GOR ali DOL.

C-3 Po prilagajanju upora lahko pritisnete ST / STOP za začetek treninga ali, po želji, nastavite vsak cilj podatkovnih funkcij po istem postopku, kot je navedeno v B-2 zgoraj. Funkcije, ki so na voljo za prednastavitev, so: čas, razdalja, kalorije in srčni utrip v načinu PROGRAM (c5)



(c5)



(c6)



(c7)

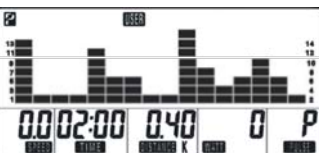
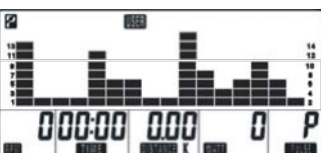
C-4 Po končanih nastavitvah pritisnite gumb ST / STOP, da začnete z vadbo. Takoj, ko se začne vadba, se prikažejo vsi prednastavljeni podatki o funkcijah cilja. (C6)

C-5 Ko so doseženi vsi ciljni podatki funkcij (šteje se do nič), bo monitor ustavil vse funkcije (na levem zgornjem kotu se prikaže P) in 8-krat zapiskal, da vas opomni. (c7)

C-6 Za ponovno vadbo lahko pritisnete gumb ST / STOP. Funkcija, ki je dosegla nič, se bo začela od štetja prejšnjih nastavljenih podatkov, drugi podatki nastavljene funkcije pa bodo odštevali od prejšnjih zapisov.

C-7 Med celotnim obdobjem trniga lahko pritisnete ST / STOP, da kadar koli ustavite štetje monitorja.

D. Vadba v načinu USER - pritisnite tipko GOR, dokler se na zgornji vrstici ne prikaže USER, za potrditev pritisnite MODE (d1). V načinu USER lahko nastavite svoj želeni program treninga.



D-1 Obstaja 16 profilnih enot, s katerimi lahko nastavite željeno stopnjo upora za vsako enoto, da ustvarite svoj program treninga.

Pritisnite gumba GOR, DOL, da prilagodite raven upora prve profilne enote. Med prilagajanjem boste videli, da se zaslon spremeni, če dvakrat pritisnete gumba GOR ali DOL (d3).

Pritisnite gumb MODE za prehod na naslednjo profilno enoto. Nato ponovno uporabite gumba GOR, DOL, da nastavite željeno raven upora, dokler ne izpolnite vseh 16 profilnih enot. Upor lahko nastavite tudi med treningom.



D-2 Po koncu nastavitve programa treninga lahko pritisnete ST / STOP, da začnete z vadbo, ali po želji nastavite vsak cilj podatkovnih funkcij po istem postopku, kot je navedeno v B-2 zgoraj. Funkcije, ki so na voljo za prednastavitev, so: čas, razdalja, kalorije in srčni utrip v načinu USER. (d4)

D-3 Po končanih nastavitvah pritisnite gumb ST / STOP za začetek treninga. Takoj, ko se začne vadba, se bodo vsi prednastavljeni podatki funkcij odštevali od cilja. (d5)

D-4 Ko so doseženi vsi ciljni podatki o funkcijah (odšteje se do nič), bo monitor ustavil vse funkcije (na levem zgornjem kotu se prikaže P) in vas opozoril 8-krat s piskom.

Nastavitve računalnika

D-5 Za ponovno vadbo lahko pritisnete gumb ST / STOP. Funkcija, ki je dosegla nič, se bo začela od štetja prejšnjih nastavljenih podatkov, drugi podatki nastavljene funkcije pa bodo odštevali od prejšnjih zapisov.

D-6 Med celotnim obdobjem treninga lahko pritisnete ST / STOP, da kadar koli ustavite štetje na monitorju.

E. Vadba v načinu TARGET H.R. - pritisnite tipko GOR, dokler se na zgornji vrstici ne prikaže TARGET H.R. za potrditev pritisnite MODE.

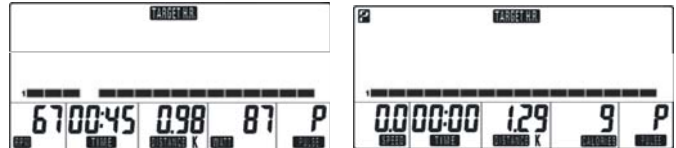
Monitor bo najprej prikazal začetno nastavljeno starost AGE 20 (e1). Vnesite starost s pritiskom gumba GOR, DOL in MODE za potrditev. Monitor bo nato prikazal začetni ciljni odstotek srčnega utripa 55% (e2). Pritisnite gumb GOR za izbiro 75%, 90% ali THR za nadaljnjo izbiro. V spodnjem desnem polju zaslona se prikaže ciljna vrednost srčnega utripa, ki se izračuna glede na vašo starost in izbrani odstotek srčnega utripa. Če izberete THR, je v desnem spodnjem polju zaslona prikazana začetna številka ciljne vrednosti srčnega utripa 100. Lahko pritisnete tipko MODE in s tipkami GOR, DOL nastavite želeno ciljno vrednost srčnega utripa, nastavitveno območje je lahko od 30 do 240 bpm.



E-1 Za takojšen začetek treninga lahko pritisnete gumb ST / STOP

Lahko pa nastavite vsak cilj podatkovnih funkcij po istem postopku, kot je navedeno v B-2 zgoraj.

Funkcije, ki so na voljo za prednastavitve, so: čas, razdalja in kalorije v načinu TARGET H.R.



E-2 Ko so vse nastavitve končane, pritisnite gumb ST / STOP za začetek treninga. Takoj, ko se začne vadba, se prikažejo vsi prednastavljeni podatki o funkcijah od cilja. Ko trenirate v načinu TARGET H.R., se uporni trening samodejno prilagodi odvisno od vašega trenutnega srčnega utripa. Če je vaš srčni utrip zelo visok v primerjavi z vnaprej določenim ciljem, se bo upor takoj zmanjšal za eno stopnjo in nadaljeval zniževati za eno stopnjo vsakih 15 sekund s spremljanjem trenutne spremembe srčnega utripa. Če se je vadbeni upor zmanjšal na prvo raven, vendar je vaš srčni utrip še vedno visok, bo monitor samodejno zaustavil vse funkcije (zaščitni ukrep). Če je vaš srčni utrip zelo nizek v primerjavi s predhodno zastavljenim ciljem, se bo upor povečal za eno stopnjo vsakih 30 sekund do 16. stopnje. Upora NE boste mogli sami prilagoditi, ko trenirate v načinu Target H.R.

E-3 Ko so doseženi vsi ciljni podatki o funkcijah (odšteje se do nič), bo monitor ustavil vse funkcije (na levem zgornjem kotu se prikaže P) in vas opozoril 8-krat s piskom.

E-4 Za ponovno vadbo lahko pritisnete gumb ST / STOP. Funkcija, ki je dosegla nič, se bo začela od štetja prejšnjih nastavljenih podatkov, drugi podatki nastavljene funkcije pa bodo odštevali od prejšnjih zapisov.

E-5 Med celotnim obdobjem treninga lahko pritisnete ST / STOP, da kadar koli ustavite štetje na monitorju.

II. Funkcije gumbov

GOR	Če želite prilagoditi navzgor podatke ali povečati upornost vadbe ali izberati nastavitve osebnih podatkov.
DOL	Če želite prilagoditi navzdol podatke ali zmanjšati upornost vadbe ali izberati nastavitve osebnih podatkov.
MODE	Za potrditev izbire funkcij ali vnosa podatkov.
RECOVER	Vklop / izklop funkcije za regeneracijo srčnega utripa.
RESET	Pritisnite gumb RESET 2 sekundi, da ponastavite trenutne nastavitve in preklopite monitor na začetni način.
START/STOP	Začetek ali konec treniga

III. Funkcije

SCAN	Ko se vadba začne, se bodo na zaslonu izmenično spreminjali podatki o RPM in HITROSTI. Enako je s podatki o moči in kalorijah.
HITROST	Prikaz trenutne hitrosti treninga od 0,0 do največ 99,9 km.

Nastavitve računalnika

RPM	Prikaže trenutne rotacije na minuto.
ČAS	Seštevanje - če prednastavljenega cilja ni, se čas šteje od 00:00 do največ 99:59 z vsako 1 sekundo. Odštevanje - Če vadite z vnaprej nastavljenim časom, se čas odšteva od prednastavljene vrednosti do 00: 00. Vsak prednastavljeni prirast ali zmanjšanje je za 1 minuto med 1:00 in 99:00.
RAZDALJA	Seštevanje - Če ni prednastavljenega cilja, se razdalja šteje od 0,00 do največ 99,90 z vsakim prirastkom 0,1 milje. Odštevanje - Če vadite z vnaprej določenim ciljem, bo oddaljenost odšteta od prednastavljene vrednosti do 0,00. Vsak prednastavljeni prirastek ali zmanjšanje znaša 0,1 milje med 0,00 do 99,90.
KALORIJE	Seštevanje - če ni prednastavljenega cilja, se kalorije štejejo od 0 do največ 999 z vsakim prirastkom 1 cal. Odštevanje - Če vadite z vnaprej določenim ciljem, se kalorije odštevajo od prednastavljene vrednosti do 0. Vsak prednastavljeni prirastek ali zmanjšanje je 10 cal, od 0 do 990 cal.
SRČNI UTRIP	Monitor bo zaznal srčni utrip prek ročnih senzorjev, ko se boste z obema rokama držali senzorjev na krmilu. Če imate v treningu za ročni, programski ali uporabniški način nastavljen ciljni srčni utrip, se bo monitor oglasil, ko vaš trenutni srčni utrip doseže prednastavljeni cilj. Če želite izbrati način vadbe za ciljni srčni utrip za vadbo, glejte zgornje "Vadba v načinu ciljnega srčnega utripa". Da bi zagotovili stabilnost odčitavanja srčnega utripa, med vadbo primite senzorje z obema rokama.
REGENERACIJA	Ko že nekaj časa trenirate, držite senzorje in pritisnite gumb "RECOVERY". Prikaz vseh funkcij se ustavi, razen "Čas", ki se začne odštevati od 00:60 - 00:59 - 00:58 - do 00:00. Držite senzorje, dokler "Čas" ne doseže 00:00. Ko bo doseženo 00:00, bo na spodnjem delu zaslona prikazano stanje okrevanja srčnega utripa z oceno F1, F2,... F6. F1 je najboljši, F6 pa najslabši. Nadaljujte z vadbo za izboljšanje stanja okrevanja srčnega utripa iz dneva v dan od F6 do F1.
MOČ	** Ponovno pritisnite gumb RECOVERY, da se vrnete nazaj na glavni zaslon. Prikaže trenutno proizvedeno moč (watt).

IV. Opomba

1. Monitor se samodejno izklopi, če z vadbo prenehate za 4 - 5 minut. Vsi podatki o vadbi bodo ob pritisku katerega koli gumba shranjeni in ponovno prikazani, ko ponovno pričnete s treningom.
2. Monitor se napaja preko napajalnika (DC 8V, 500mA). Pred uporabo monitorja priključite napajalnik.

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