

TCORX
FITNESS IN MOTION

INSTRUKTION



BRXR
MULTIFIT



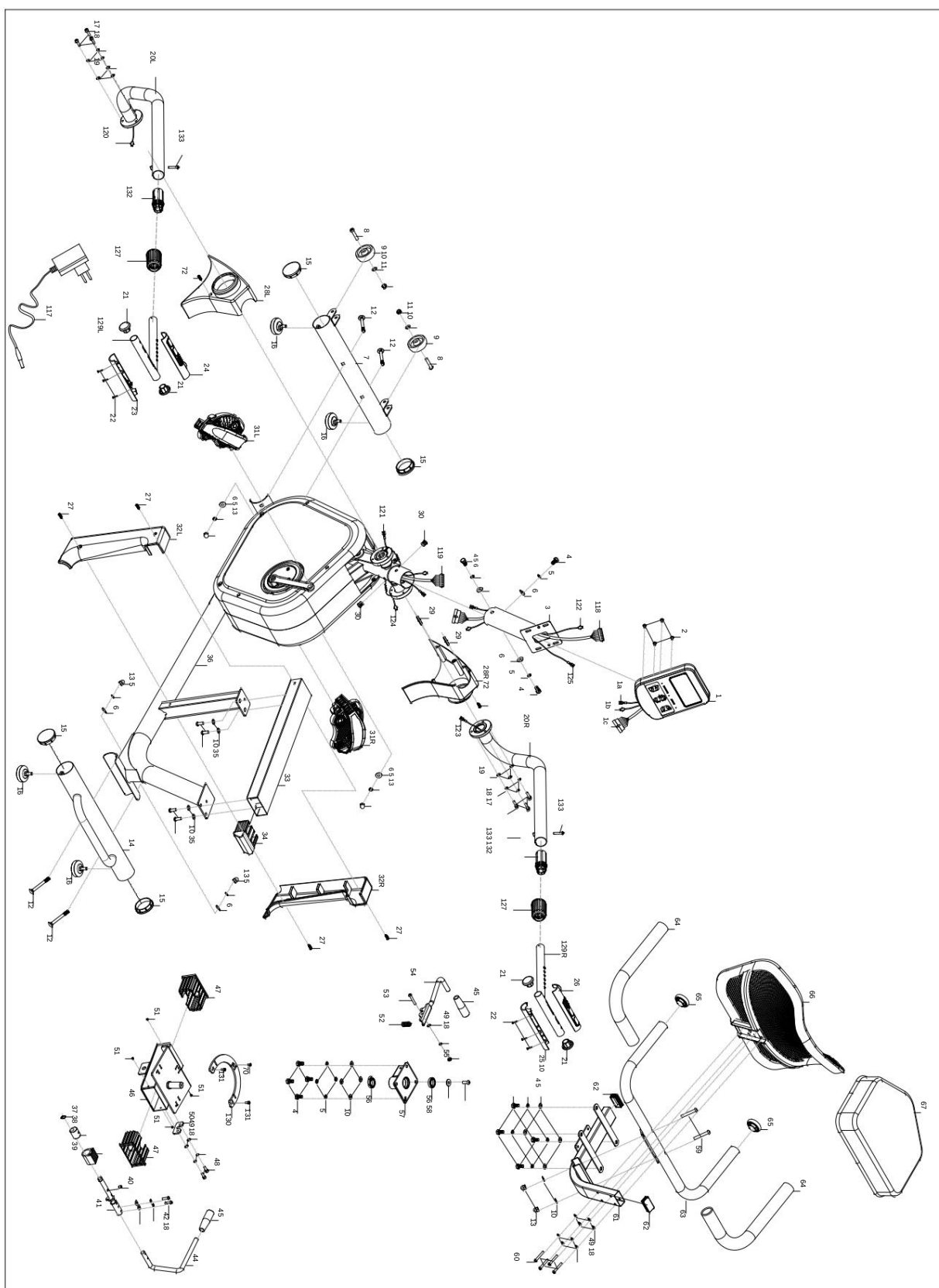
GR1DTCORXBRXRML

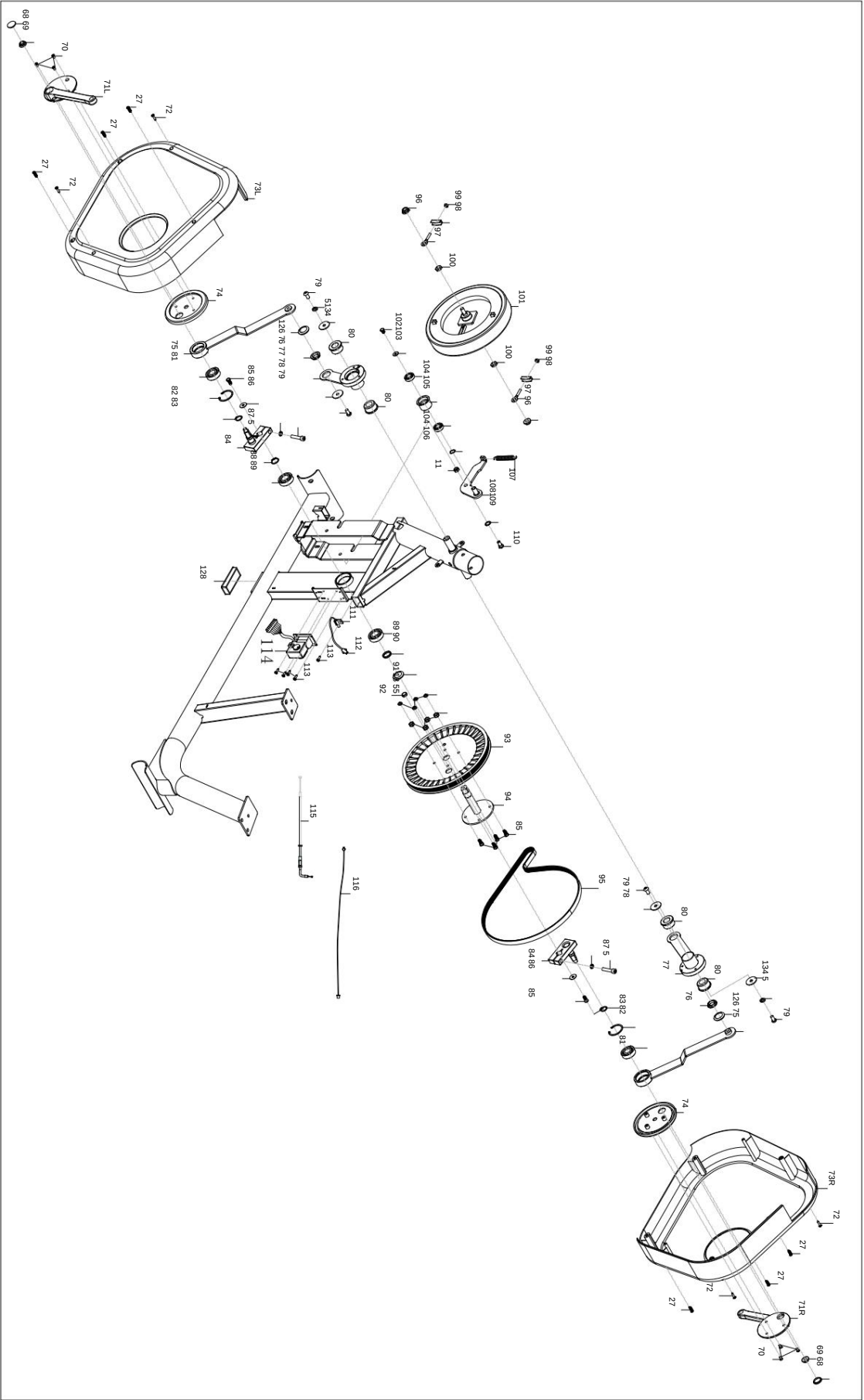
AEV: 00

Red.: 23/07



EKSPLODERINGSDIAGRAM





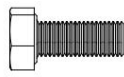
Deleliste

Ingen.	Beskrivelse	Antal	Ingen.	Beskrivelse	Antal
1	Computer	1	28L/H	Dæksel til styrstolpeforbindelse V/H	2
2	Bolt M5*10*ÿ10	4	29	Kædedæksel Plejstang	2
3	Styrstolpe	1	30	Endekappe ÿ12	2
4	Bolt M8*20*S13*ÿ13	11	31	V/H pedal	2
5	Fjederskive d8	17	32	V/H Støttedæksel V/H	2
6	Bueskive d8*ÿ20*2.0*R30	7	33	Glidebane	1
7	Forreste stabilisator	1	34	Låg til glidebane	1
8	Bolt M8*42*15*S5	2	35	Bolt M8*20*S5	5
9	Transporthjul	2	36	Hovedramme	1
10	Skive d8*ÿ16*1,5	16	37	C-klips d12	1
11	Nylonmøtrik M8*H7,5*S13	3	38	Excentrisk hjul	1
12	Bolt M8*73*20*H5	4	39	Excentrisk klemmedæksel	1
13	Hættemøtrik M8*H16*S13	6	40	Bolt M8*10	1
14	Bagerste stabilisator	1	41	Justeret skaft	1
15	Endekappe ÿ60,5	4	42	Bolt M6*20*S5	2
16	Justerbar fodpude	4	43	Bueskive d6*ÿ16*1.5*R16	2
17	Bolt M6*20*S5	6	44	Justeret håndtag	1
18	Fjederskive D6	19	45	Dæksel til justeret håndtag	2
19	Skive d6*ÿ12*1	6	46	glidende sæde	1
20	V/H Styr V/H	2	47	Bøsning	2
21	Rund Endekappe	4	48	Bolt M6*16*S5	2
22	Bolt ST3*16*ÿ5.6	6	49	Skive d6*ÿ12*1.2	7
23	Venstre håndtag Pulse øvre dæksel	1	50	Fastgørelse af flad	1
24	Venstre håndtag Pulse nederste dæksel	1	51	Bolt ST3*6*ÿ5.6	4
25	Højre håndtag Pulse nederste dæksel	1	52	Komprimeret fjeder	1

26	Højre håndtag Pulse øvre dæksel	1		53	Bolt M6*40*S5	1
27	Bolt ST4.2*16*ÿ8	10		54	Justeret stang	1
Ingen.	Beskrivelse	Antal		Ingen.	Beskrivelse	Antal
55	Nylonmøtrik M6*H6*S10	5		82	C-klips D40	2
56	Leje 6804	2		83	C-klips d17	2
57	Sadelramme	1		84	Lille omslag	2
58	Skive d8*ÿ22*2	1		85	Bolt M6*16*S10	6
59	Bolt M8*47*20*H5	2		86	Skive d6*ÿ20*1	2
60	Bolt M6*45*20*S5	4		87	Bolt M8*40*S6	2
61	Samling af sadelramme	1		88	C-klips d20	1
		2		89	Leje 6004-ZZ	2
62	Firkantet endekappe J50	1		90	Bøsningÿ20,1*ÿ25*4,0	1
63	Baghåndtag	2		91	Bølgeskive d20*ÿ26*0,3	1
64	Skumgreb	2		92	runde magneter	1
65	Rund endekappe ÿ32 66 Rygpude	1		93	Bælteplade	1
67	Sadel	1		94	Aksel	1
68	Krumtapdæksel	2		95	Bælte	1
69	Møtrik M10*1,25*H7,5*S14	2		96	Møtrik M10*1*H8*S15	2
70	Bolt M5*15*ÿ8	7		97	Bolt M6*40*ÿ10*2,5	2
71	V/H Krank V/H	2		98	Justerbar kæde U	2
72	Bolt ST4.2*19*ÿ8	6		99	Møtrik M6*H5*S10	2
73	L/R Kædebeskytter	2		100	Møtrik M10*1*H5*S17 101	2
74	Krumtapplade	2		Svinghjul		1
75	Plejlstang	2		102	Bolt M6*10*S10	1
76	Buskørsel	2		103	Skive d6*ÿ16*1,5	1
77	Svingstang	2		104	Leje 6001-2RS	2

78	Skive d8*γ32*2	2		105	Tomgangshjul	1
79	Bolt M8*16*S5	2		106	Bølgeskive d12*γ15,5*0,3Spændingsfjederγ20*γ1	
80	Bøsning γ38	4		107	12*79*N27	1
81	Leje 6203	2		108	Lederplejlstang	1
Ingen.	Beskrivelse	Antal		Ingen.	Beskrivelse	Antal
109	Skive d12*γ17*0,5	1		123	Højre håndtag Pulsledning 1	1
110	Bolt M8*12*γ10*5*S12	1		124	Højre håndtag Pulsledning 2	1
111	Sensorholder	1		125	Højre håndtag Pulsledning 3	1
112	Sensor	1		126	Bueskive	2
113	Bolt ST4.2*8*γ8	5		127	Justeret ydre bøsning	2
114	Motor	1		128	firkantet endekappe	1
115	Elektrisk kontroltrimningstråd	1		129V	/H Styr V/H	2
116	Adapterledning	1		130	Justeret plade	1
117	Adapter	1		131	Bolt M5*10*S4	2
118	Hovedledning 1	1		132	Justering af indvendig	2
119	Hovedledning 2	1		bøsning 133	Bolt M6*42*10*S5	2
120	Venstre håndtag Pulsledning 1	1		134	Skive d8*γ25*2	2
121	Venstre håndtag Pulsledning 2	1			En skruenøgle S5	1
122	Venstre håndtag Pulsledning 3	1		B	Skruenøgle S13-15	1
					C-nøgle S13-14-15	1

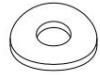
Hardware:



#4 M8*20*S13 11 STK.



#5 d8 15 stk.



#6 d8* $\dot{y}$ 20*2*R30 7 STK.



#10 d8* $\dot{\iota}$ μ 16*1,5 10 STK. #12



M8*73*20*H5 4 STK.



#13 M8*H16*S13 6 STK.



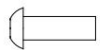
#17 M6*20*S5 6 STK.



#18 d6 12 stk.



#19 d6* $\dot{\iota}$ μ 12*1 6 STK.



#42 M6*20*S5 2 STK.



#43 d6* $\dot{\iota}$ μ 16*1,5*R16 2 STK. #49



d6* $\dot{\iota}$ μ 12*1,2 4 STK.



#59 M8*47*20*H5 2 STK.



#60 M6*45*20*S5 4 STK.



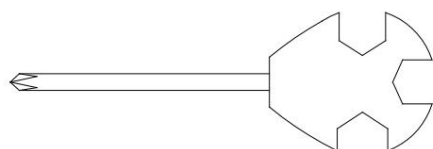
#72 ST4.2*19*8 2 STK



#A S5 1 stk.

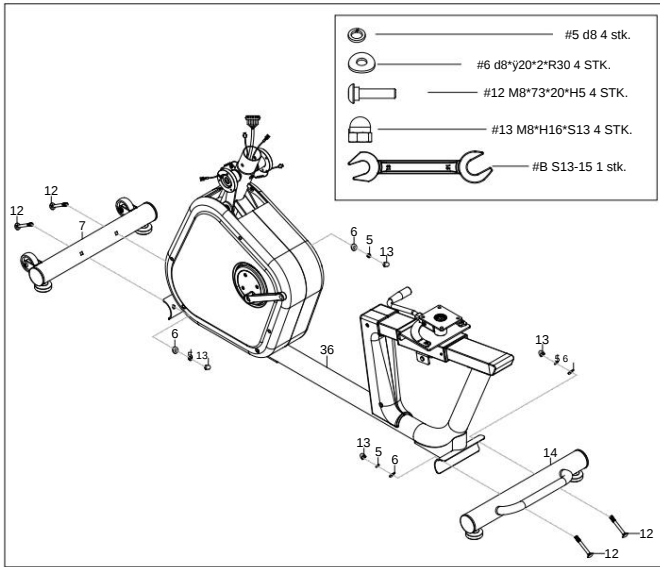


#B S13-15 1 stk.



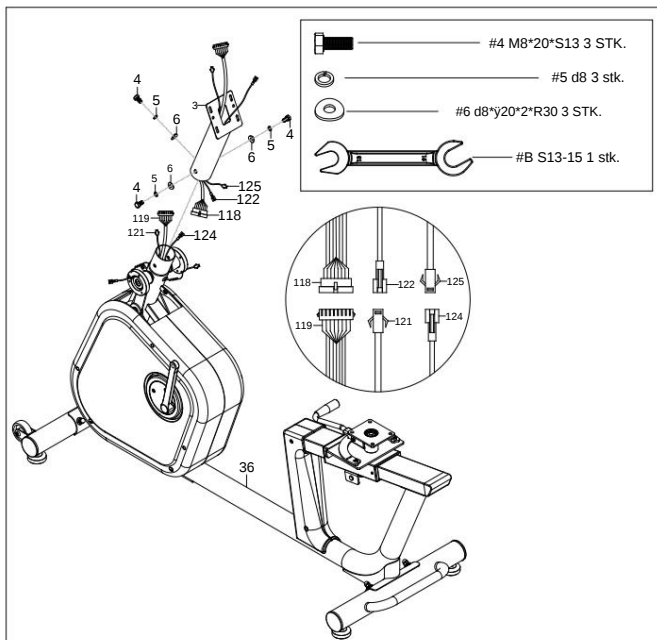
#C S13-14-15 1 stk.

SAMLEVEJLEDNING



TRIN 1:

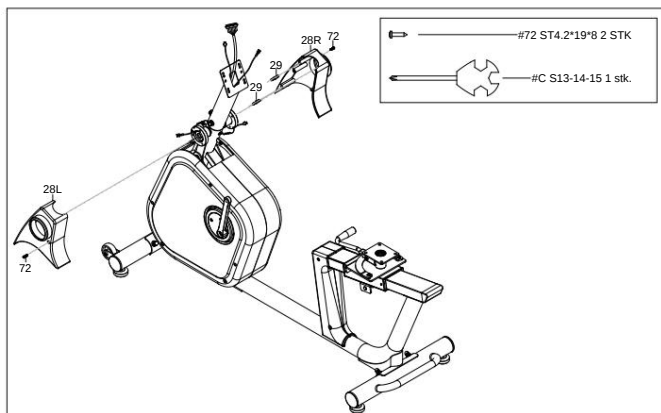
Fastgør den forreste stabilisator (7) og den bagerste stabilisator (14) til hovedrammen (36) ved hjælp af Bolte (12), bueskiver (6), fjederskiver (5) og hættetrækker (13). Spænd og fastgør med skruenøgle (B).



TRIN 2:

Forbind stamledning 1 (118) med stamledning 2 (119) godt. Tilslut venstre håndtags pulsledning 3 (122) med venstre håndtag Pulsledning 2 (121) godt. Tilslut højre håndtags pulsledning 3 (125) med højre håndtags pulsledning 2 (124) brønd, vist som billede.

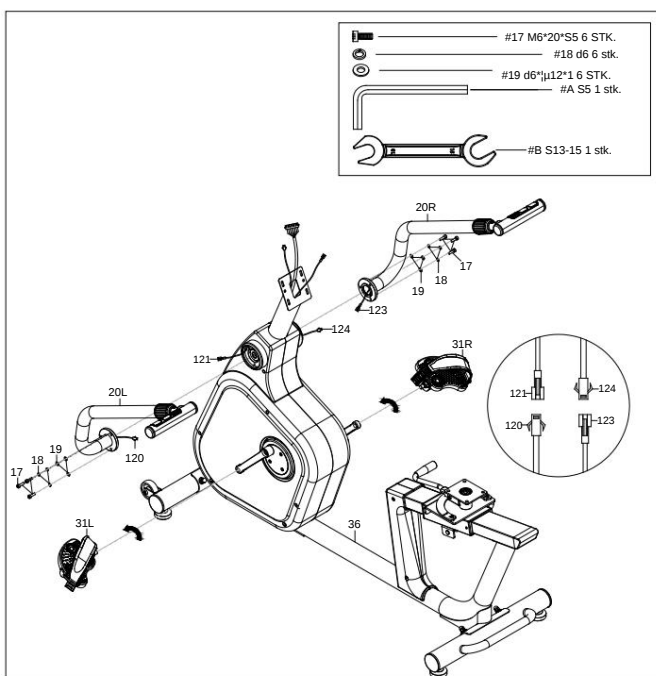
Fastgør styrstangen (3) til hovedstyret Stel (36) ved hjælp af bolte (4), bueskiver (6) og fjederskiver (5). Spænd og fastgør med skruenøgle (B).



TRIN 3:

Fastgør dækslet til styrstolpens samling

V/H (28 V/H) til hovedrammen (36) ved hjælp af Kædedækslets plejlstang (29). Spænd derefter og fastgør med bolte (72) med skruenøgle (C).



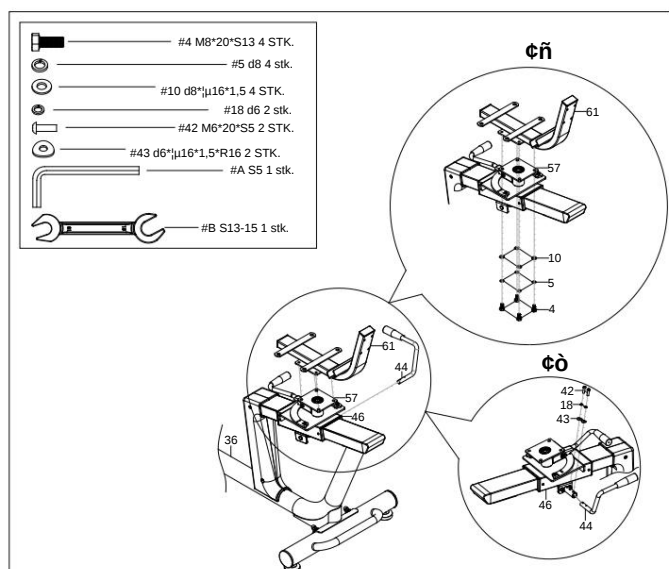
TRIN 4:

Tilslut venstre håndtags pulsledning 1 (120) med venstre håndtags pulsledning 2 (121) brønd. Tilslut højre håndtags pulsledning 1 (123) med højre håndtags pulsledning 2 (124) brønd, vist som billede.

Fastgør styret V/H (20V/H) til hovedgrebet

Stel (36) fastgøres med bolte (17), fjederskiver (18) og skiver (19). Spændes og sikres med skruenøgle (A).

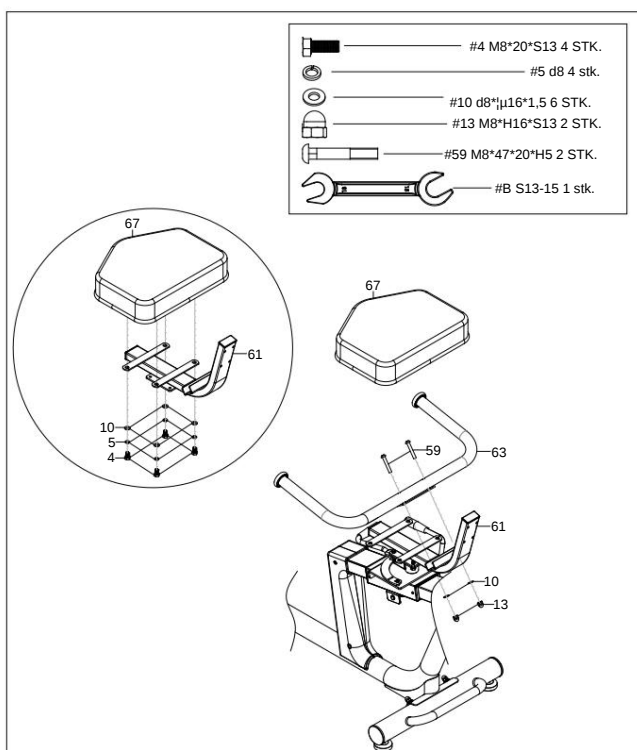
Fastgør pedalerne (31V/H) til hovedstellet (36) med skruenøglen (B).



TRIN 5:

Fastgør sadelrammen (61) til sadelrammen (57) ved hjælp af bolte (4), fjederskiver (5) og skiver (10). Spænd og fastgør med skruenøgle (B), vist som billede I.

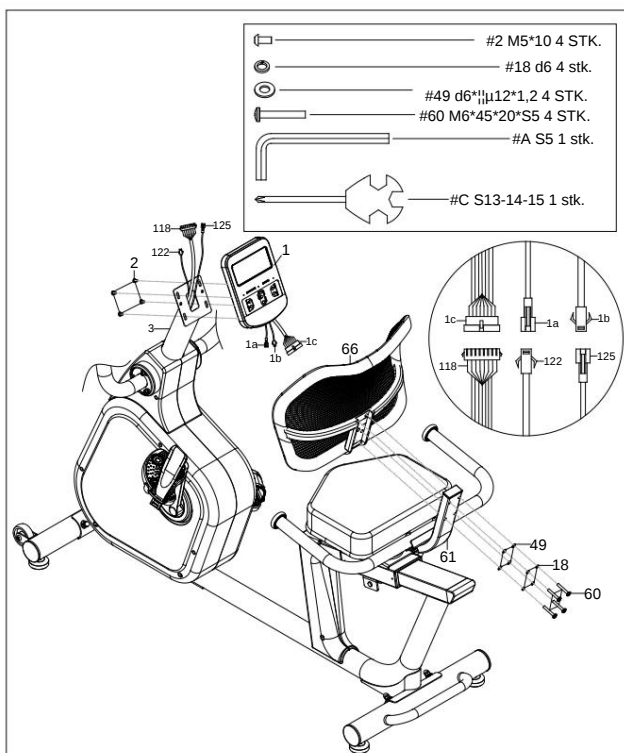
Fastgør det justerede håndtag (44) til glidesædet (46) ved hjælp af bolte (42), fjederskiver (18) og skiver (43). Spænd og fastgør med Skruenøgle (A), vist som billede II.



TRIN 6:

Fastgør det bageste håndtag (63) til sadelstellets (61) samling ved hjælp af bolte (59), skiver (10) og hættetrækker (13). Spænd og fastgør med skruenøgle (B).

Fastgør sadlen (67) til sadelrammens samling (61) ved hjælp af bolte (4), fjederskiver (5) og skiver (10). Spænd og fastgør med Skruenøgle (B).



TRIN 7:

Fastgør ryghynden (66) til sadelstellets samling (61) ved hjælp af bolte (60), fjederskiver (18) og skiver (49). Spænd og fastgør med skruenøgle (A).

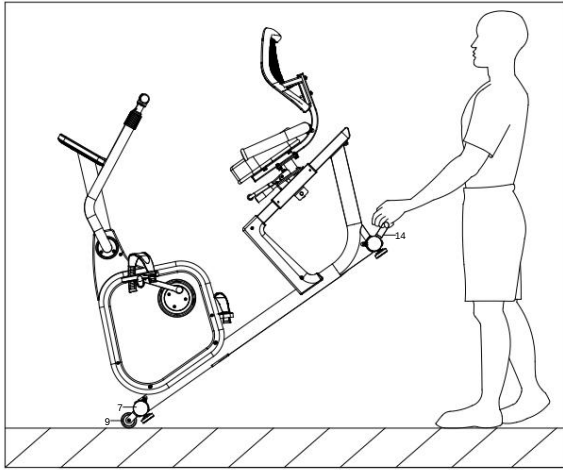
Forbind computerens ledning (1c) og trunk-ledning 1 (118) i brønden; Forbind computerens ledning (1a) og højre håndtags pulsledning 3 (122) i brønden.; Forbind computerens ledning (1b) og højre håndtags pulsledning 3 (125) i brønden.

Fastgør computeren (1) til styrstangen (3) med boltene (2). Spænd og fastgør med skruenøglen (C).

Samlingen er færdig!

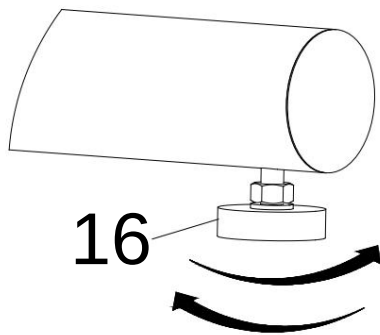
JUSTERINGSVEJLEDNING

1. FLYTNING AF MASKINEN



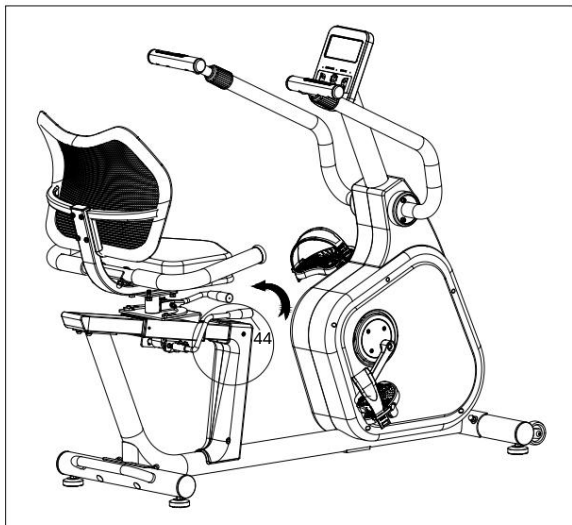
For at flytte maskinen skal du løfte styret (14), indtil transporthjulene (9) på det forreste bundrør rører jorden. Med hjulene på jorden kan du nemt transportere cyklen til den ønskede placering.

2. JUSTERING AF BALANCEN

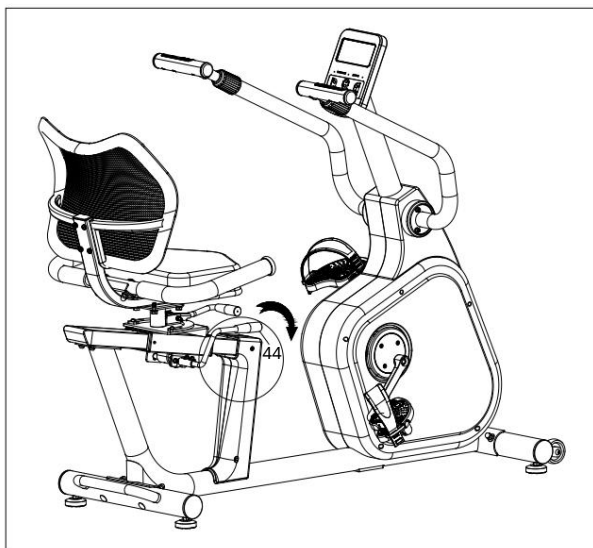


Når dette produkt står på en ujævn overflade, skal begge fodpuder (16) justeres i henhold til ovenstående instruktioner. billede.

3. JUSTERING AF STYRET:

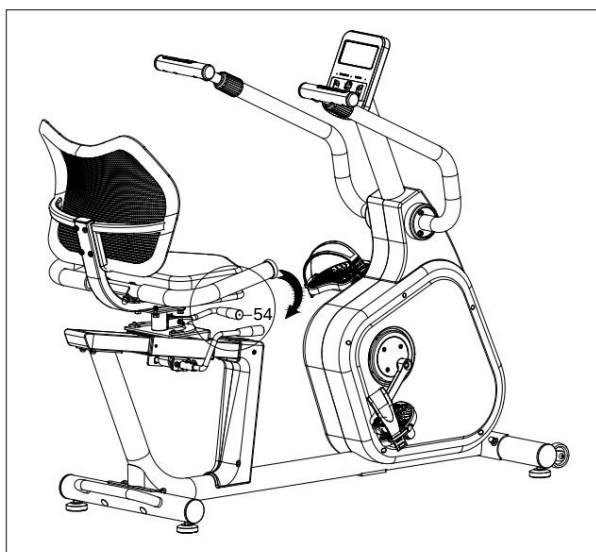


Justér sædet til en passende placering, træk det justerede håndtag (44) op til vandret position, og lås det derefter.



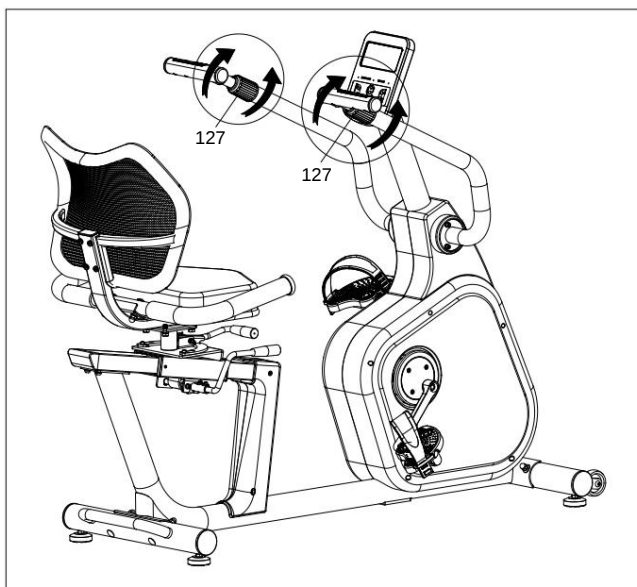
Sædet kan flyttes i vandret retning, når man bruger det justerbare håndtag (44), og når man træder på pedalen.

4. JUSTERING AF DEN JUSTEREDE STANG:



Når du stopper for at træne, træk den justerede stang (54) op. Sadlen kan drejes til højre eller venstre. Sadlen roterer ikke, før du hører en lyd, hvorefter du kan forlade sadlen.

5. JUSTERING AF STYRET:



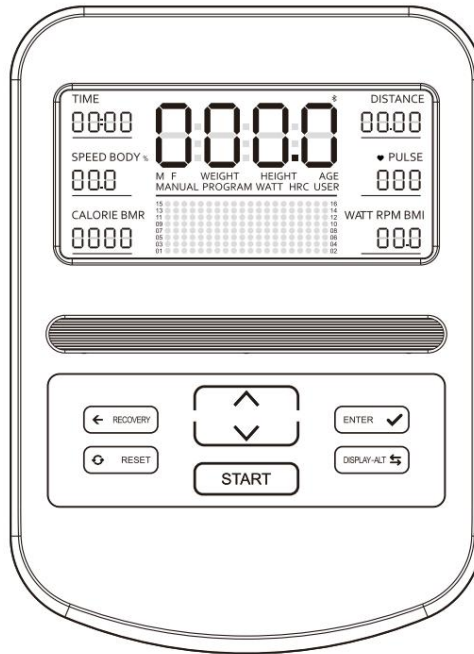
Drej mod uret til den justerede ydre bøsning (127) for at justere håndtagets længde til den behagelige position. Drej derefter med uret til den justerede ydre bøsning (127) for at stramme og fastgøre.

Brugsanvisning

Tak, fordi du har købt vores produkt. For at få den bedste brugeroplevelse anbefaler vi, at du tager dig tid til at

Læs denne manual omhyggeligt.

Beskrivelse af instrumentvinduet



PUNKT	BESKRIVELSE	RÆKKEVIDDE
TID	Nuværende tidspunkt for træning	0 min: 00 sek. ~ 99 min: 00 sek.
HASTIGHED	Bevægelseshastighed under træning	0,0 ~ 99,9 km/t (mile/t)
AFSTAND	Aktuel distance for træning	0,00 ~ 999 km (mil)
KALORIER	Aktuelt anslået kalorieforbrænding under træningen 0,0 ~ 9999 kcal	
PULS	Puls under træning	40 ~ 240 slag i minuttet
Omdrejninger i minuttet	Rotationshastigheder	0 ~ 999 omdr./min
WATT	Magt	0 ~ 899 tommer

ÿ I træningstilstand viser hovedvinduet:

1. Scanningstilstand: hvert 6. sekund vises det i følgende rækkefølge:

TID ÿ AFSTAND ÿ HASTIGHED ÿ PULS ÿ KALORIER ÿ WATT

2. Tryk på



-tasten til at vælge og fastsætte en bestemt funktion, der skal vises i hovedvinduet.

ÿ I træningstilstand vises de små vinduer i venstre og højre side som følger:

Tryk på



tast for at skifte visning af RPM ÿ WATT.

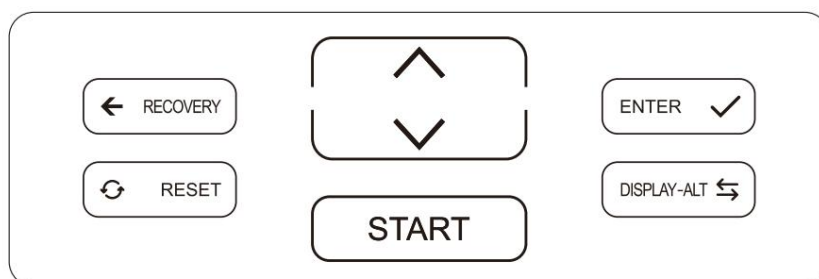
Display til justering af modstand med 16 niveauer.

Beskrivelse af instrumentfunktioner

PUNKT	BESKRIVELSE	NOTER
MANUEL	(PROGRAM 1) Træningstilstand med 1 manuel justering af modstandsækvivalent program	
PROGRAM	(PROGRAM 2 ~ 11) Træningstilstand med 10 automatiske modstandsjusteringer tilsvarende programmer	
KROPSFEDT	(PROGRAM 12) Test af kropsfedtprocent, kropsmasseindeks og basalmetabolisme sats	
WATT	(PROGRAM 13) Træningstilstand for bevægelsesmodstandækvivalent styret af tilpasset wattværdi	
HRC	(PROGRAM 14 ~ 17) Træningstilstand med bevægelsesmodstand tilsvarende kontrolleret efter hjertefrekvens, hvoraf 65%, 75% og 85% er selvdefineret hjertefrekvens værdier	
BRUGERPROGRAM	(PROGRAM 18 ~ 21) Træningstilstand for bevægelsesmodstandsækvivalent defineret af brugeren	
GENDANNELSE	Test af evnen til at genoprette puls	
BLUETOOTH & APP	Understøtter applikation via Bluetooth-styring	Valgfri
TRÅDLØS PULS	Understøtter standard 5,3 KHZ trådløs pulsbrystrøm	Valgfri

Bemærkninger: Valgfrit - brugerne kan vælge, om de vil have denne funktion til produktet.

Beskrivelse af nøglefunktioner

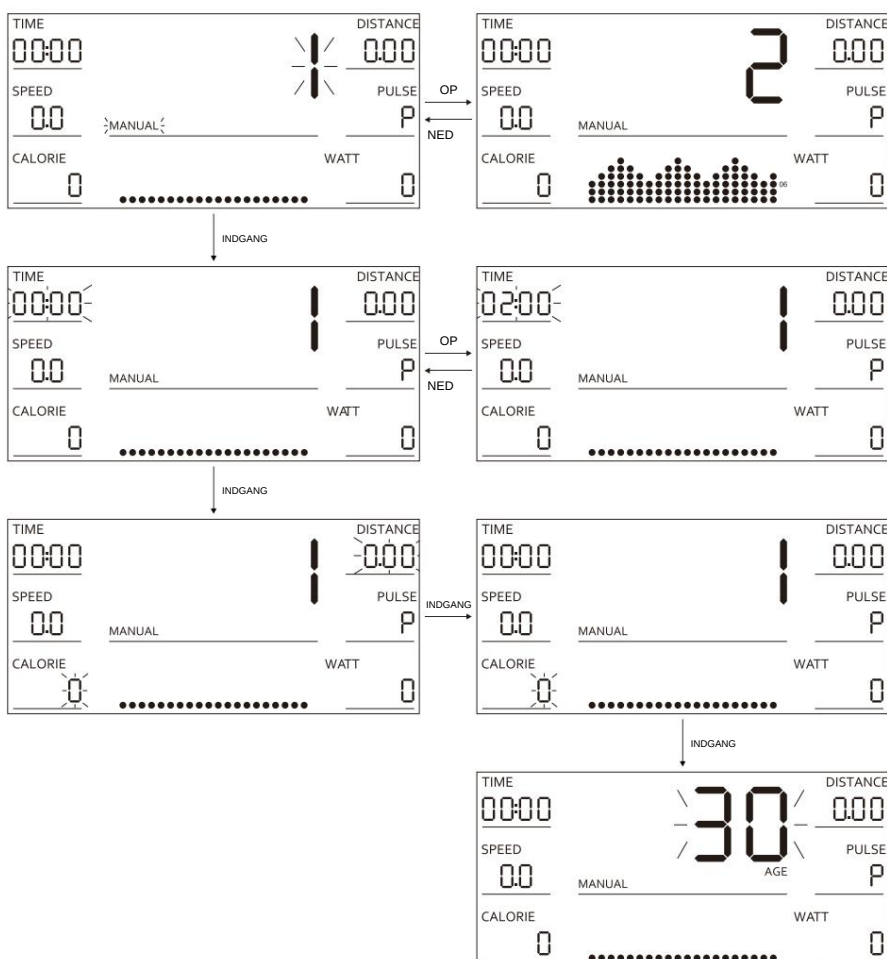


PUNKT	BESKRIVELSE
↑	Vælg funktionstilstand opad, juster opad under indstilling, og øg LEVEL-værdien under øvelse
↓	Vælg funktionstilstand nedad, juster nedad under indstilling, og sænk LEVEL-værdien under øvelse
NULSTIL	Gå tilbage til PROGRAM 1 i enhver tilstand (undtagen U1-U4, WATT, tilpassede pulsværdier); resten er ryddet
ST./SP.	Start eller stop træning
REKOVERI	Test af hjerterytmens evne til at genoprette hjerteslag
INDGANG	Skift visning af RPM/WATT under træning Skift mellem hver indstilling, når du ikke træner
DISPLAY-ALT	Vælg og fastsæt en bestemt funktion, der skal vises i hovedvinduet

Parameterenheder

HØJDE	VÆGT	PULS	KALORIEAFSTAND		WATT
cm (ft' in)	kg (lbs)	slag i minuttet	kcal	m	slag pr. minut
					l

MANUEL (PROGRAM 1)



1. Tryk på

START

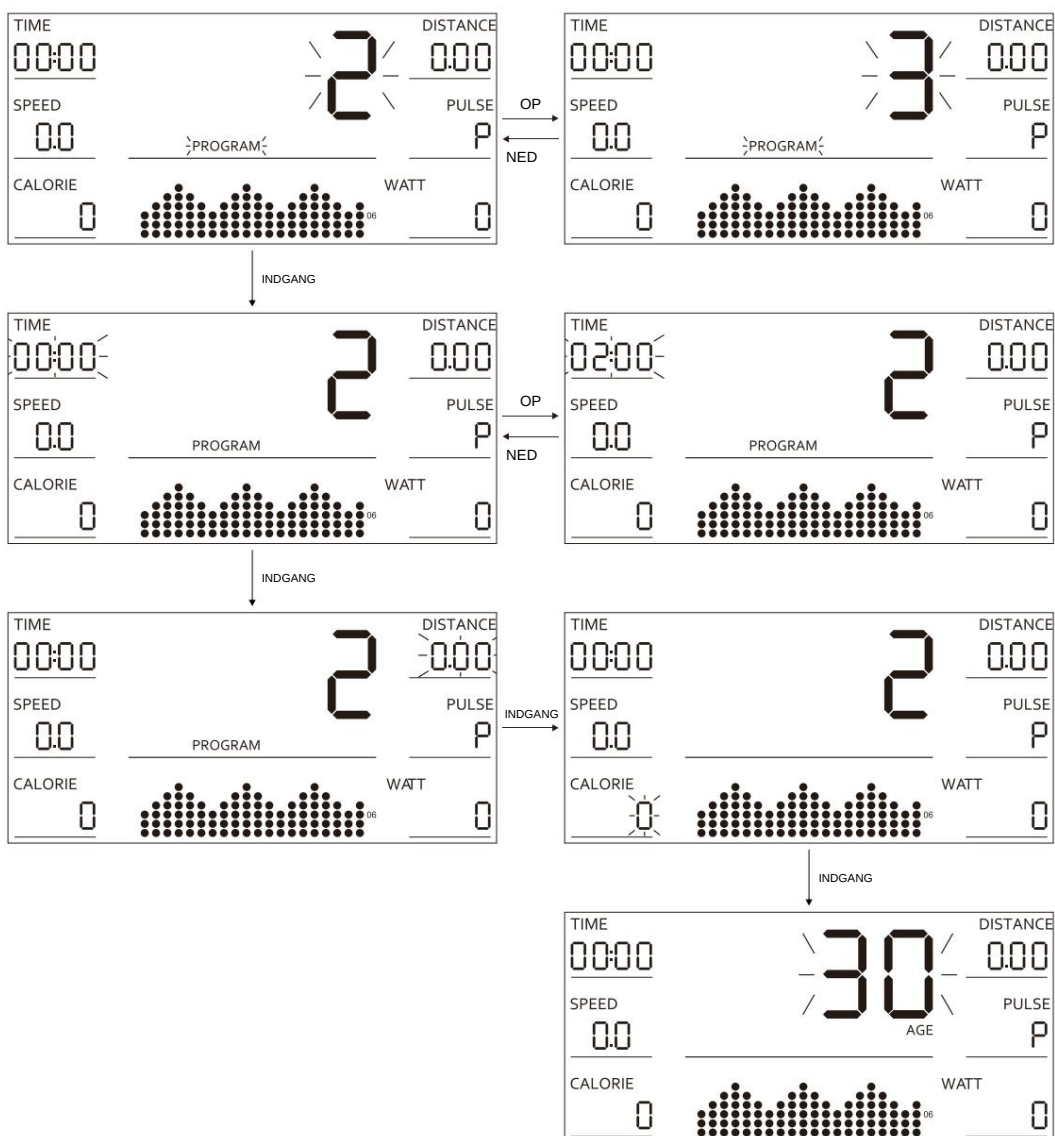
tasten for at starte træningen, eller tryk på

ENTER ✓

tasten for at gå ind i indstillingstilstand.

- Tryk på knappen i indstillet tilstand  tast til at vælge de indstillede elementer i rækkefølge, og de valgte elementer (tid, distance, kalorier, alder) vil blinke.
- Tryk på  eller  tasten for at justere opad eller nedad, og tryk på  tast til at vælge den næste vare.
- Når alle valg er foretaget, forlader den automatisk den indstillede tilstand, eller du kan trykke direkte på  nøgle at starte i den indstillede tilstand.
- I træningstilstand justeres modstandsværdien automatisk i henhold til det indstillede program, eller du kan bruge  eller  tast for at øge eller mindske værdien.
- Hvis der er indstillet tid, distance eller kalorier, vises dette element som en nedtælling i træningstilstand. Når nedtællingen er afsluttet når 0, stopper træningen automatisk med en "DI DI" lydprompt.
- Tryk på knappen i træningstilstand  tasten for at stoppe enheden fra at køre.

PROGRAM (PROGRAM 2-11)



1. Tryk på



eller

-tasten for at vælge programtilstand.

2. Tryk på



tasten for at starte træningen, eller tryk på



tasten for at gå ind i indstillingstilstand.

3. Tryk på knappen i indstillet tilstand



tast til at vælge de indstillede elementer i rækkefølge, og de valgte elementer (tid, distance,

kalorier, alder) vil blinke.

4. Tryk på



eller

tasten for at justere opad eller nedad, og tryk på



tast for at vælge

den næste vare.

5. Når alle valg er foretaget, forlader den automatisk den indstillede tilstand, eller du kan trykke direkte på



nøgle

at starte i den indstillede tilstand.

6. I træningstilstand justeres modstandsværdien automatisk i henhold til det indstillede program, eller du kan bruge



eller

tast for at øge eller mindske værdien.

7.

Hvis der er indstillet tid, distance eller kalorier, vises dette element som en nedtælling i træningstilstand. Når nedtællingen er afsluttet

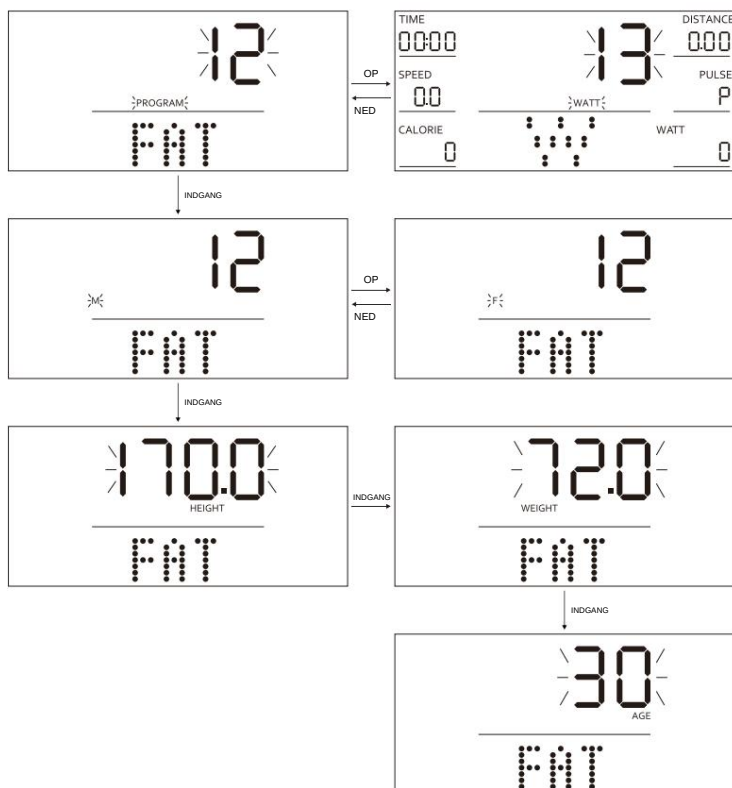
når 0, stopper træningen automatisk med en "DI DI" lydprompt.

8. Tryk på knappen i træningstilstand



tasten for at stoppe enheden fra at køre.

KROPSFEDTMÆNGDE (PROGRAM 12)



1. Tryk på



tasten for at gå ind i indstillingstilstand.

2. I indstillet tilstand er indstillingssekvensen: køn y højde y vægt y alder. Tryk på



eller

nøgle

at justere.

3. Efter at have trykket på START -tasten for at starte testen i 8 sekunder, måleren viser BMI-kropsmasseindeks,

FAT% - kropsfedtprocent og BMR - basalstofskifte hastighed.

4. Før testen skal du trykke på pulsmåleren og holde pulsen normal i kontinuerlig visning.

5. Testen bør udføres, når kroppen er afslappet, og pulsen er rolig.

6. BMI (kropsmasseindeks)

Køn/alder	Tynd	Normal	Lidt fed	Fedt	Overvægtige
Mand ≤ 30	< 14	14 ~ 20	20,1 ~ 25	25,1 ~ 35	> 35
Mand > 30	< 17	17 ~ 23	23,1 ~ 28	28,1 ~ 38	> 38
Kvinde ≤ 30	< 17	17 ~ 24	24,1 ~ 30	30,1 ~ 40	> 40
Kvinde > 30	< 20	20 ~ 27	27,1 ~ 33	33,1 ~ 43	> 43

KROPSFEDT (kropsfedtprocent)

Køn	Lav	Medium	Mellem/Høj	Høj
Han	< 13%	13% - 25,9% 26% - 30%		> 30%
Kvinde	< 23%	23% - 35,9% 36% - 40%		> 40%

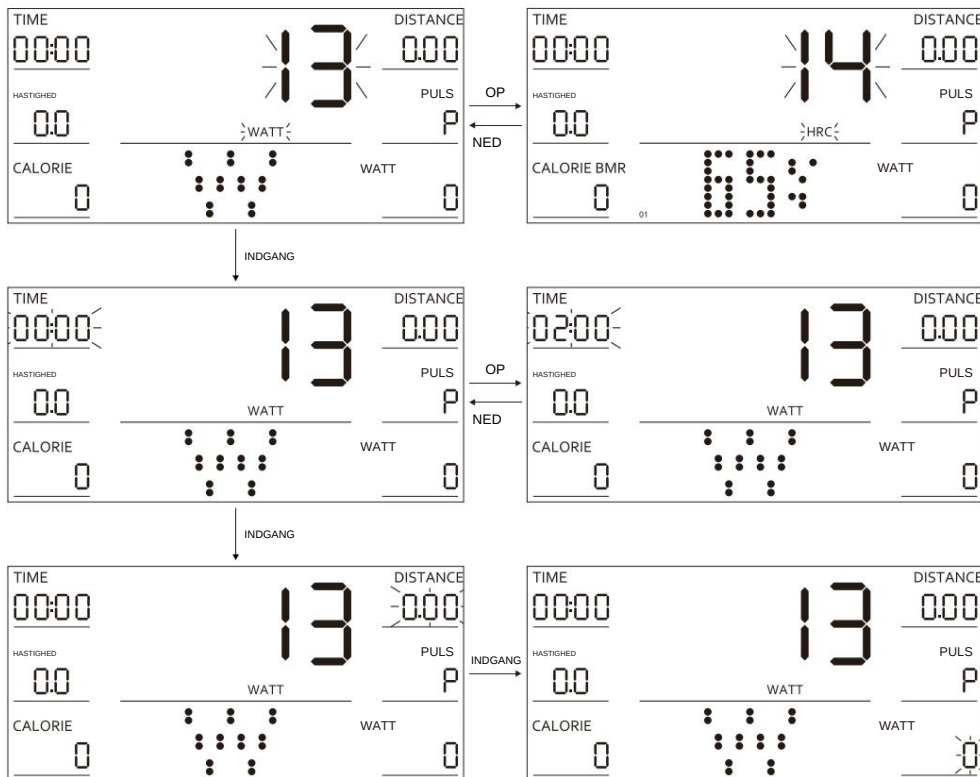
BMR (grundstofskifte, som er det gennemsnitlige antal kalorier, der indtages for at opretholde den grundlæggende overlevelsesstatus på daglig basis)

Referenceværdi: 1300 ± 100 (22-40 år gammel)

KROPSTYPE (kompositfigur)

B1	B2	B3	B4	B5	B6	B7	B8	B9
Ekstremt tynd	Tynd	Relativt tynd	Under normal	Normal	Over normal	Overvægtig	Fed	Ekstremt fed

WATT (PROGRAM 13)

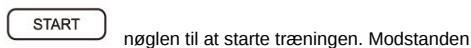


1. Tryk på  tasten for at gå ind i indstillingstilstand.

2. I indstillet tilstand er indstillingssekvensen: tid y distance y watt. Tryk på



tryk på  tasten for at indtaste den næste indstilling, og tryk på



nøglen til at starte træningen. Modstanden under træning justeres automatisk i henhold til den indstillede wattværdi.

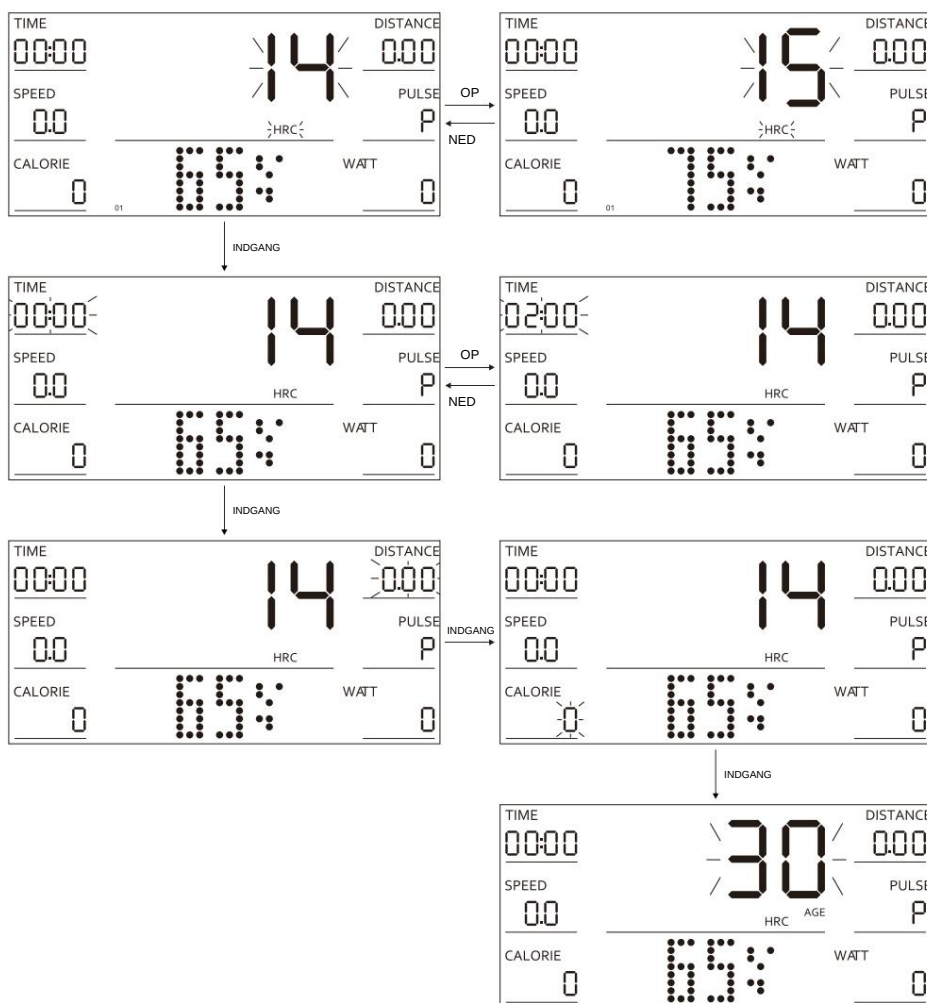
3. Hvis der er indstillet tid eller distance i træningstilstand, vises dette element som en nedtælling. Når nedtællingen når 0, øvelsen stopper automatisk med en "DI DI" lydprompt.

4. Tryk på knappen i træningstilstand  tasten for at stoppe enheden fra at køre.

Bemærkninger: Wattværdien bestemmes af drejningsmoment og rotationshastighed. I dette program forbliver wattværdien konstant.

Det betyder, at hvis du træder hurtigt i pedalerne, vil belastningsmodstanden falde; hvis du træder langsomt i pedalerne, vil belastningsmodstanden falde øge for at sikre, at wattværdien er konstant

HRC (PROGRAM 14-17)



1. Tryk på  eller  -tasten til at vælge målpulstilstanden.

2. PROGRAM 14 - 16:

1) Tryk på  tasten for at gå ind i indstillingstilstand.

2) I indstillet tilstand er indstillingssekvensen: tid y distance y kalorier y alder. Standardpulsværdien er indstilles automatisk efter alder. 65%, 75% og 85% angiver, at målpulsværdien er 65%, 75%, og henholdsvis 85 % af standardpulsværdien.

3) Tryk på  eller  nøgle til at justere.

3. Tryk på  tasten for at starte træningen, og modstanden justeres automatisk i henhold til målværdien af pulsen i træningstilstand.

4. Hvis der er indstillet tid, distance eller kalorier, vises dette element som en nedtælling i træningstilstand. Når nedtællingen er afsluttet når 0, stopper træningen automatisk med en "DI DI" lydprompt.

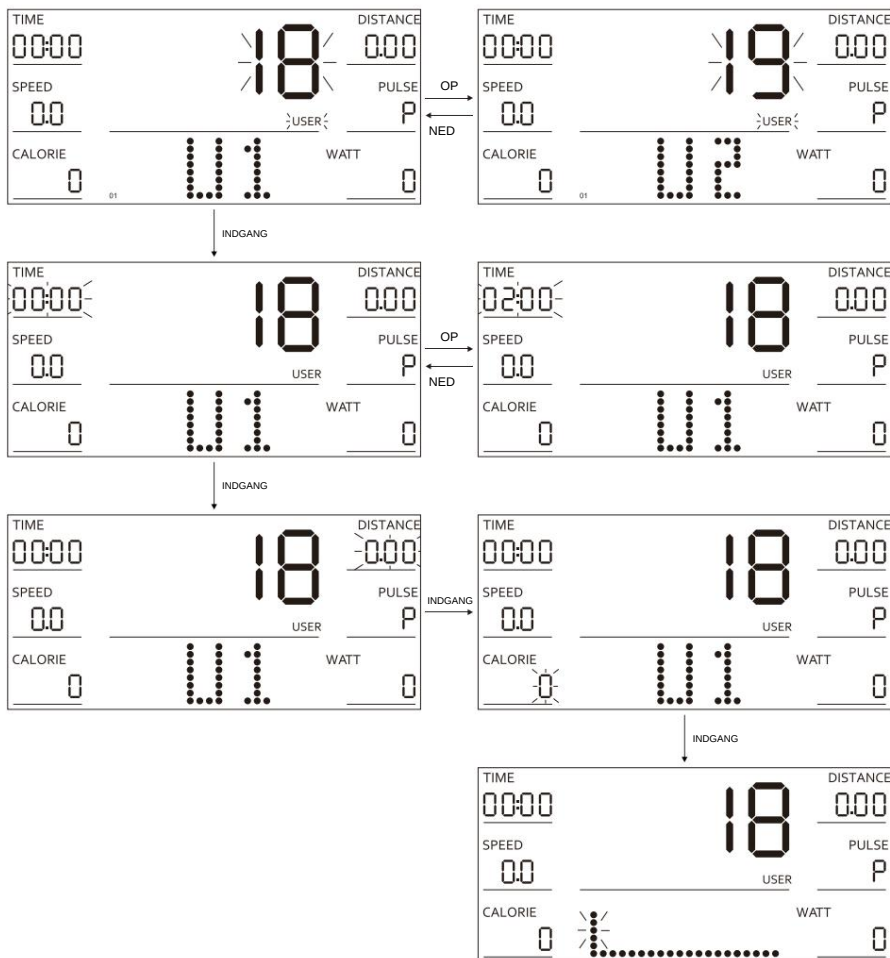
5. Tryk på knappen i træningstilstand  tasten for at stoppe enheden fra at køre.

Bemærkninger: For at forbedre brugeroplevelsen af HRC-funktionen anbefales det at bruge enheden under træning.

udstyret med en trådløs pulsmodtager, og brugerne skal bære en trådløs brystrem. Hvis måleren ikke

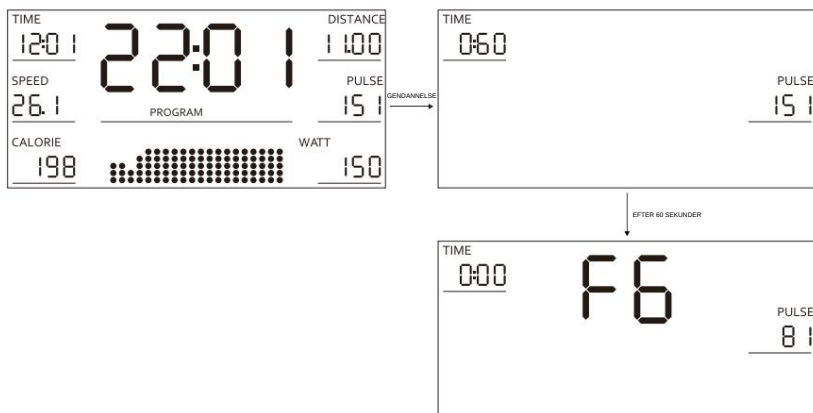
ikke registrerer hjerteslagsværdien, ændres modstanden ikke automatisk, men træningen kan stadig fortsætte.

UESR-PROGRAM (PROGRAM 18-21)



- Tryk på  eller  tast til at vælge tilstand U1 - U4.
- Tryk på  tasten for at starte træningen, eller tryk på  tasten for at gå ind i indstillingstilstand.
- I indstillet tilstand er indstillingssekvensen: tid y distance y kalorier y alder y modstandsværdi for hver kolonne.
- Tryk på  eller  tast for at justere opad og nedad, og tryk på  at vælge næste vare.
- Tryk på  nøgle til at starte træningen, modstanden justeres automatisk i henhold til målpulsen værdien under træningen, som også kan justeres ved at trykke på  eller  nøgle.
- Hvis der er indstillet tid, distance eller kalorier, vises dette element som en nedtælling i træningstilstand. Når nedtællingen er afsluttet når 0, stopper træningen automatisk med en "DI DI" lydprompt.
- Tryk på knappen i træningstilstand  tasten for at stoppe enheden fra at køre.

8. GENOPRETNING



1. Når måleren viser herteslagsværdien i træningstilstand, skal du trykke på



nøgle og hold herteslaget

overvågning.

2. TIME viser "0:60" (sekunder), nedtællingen starter ved 60 sekunder, og systemet begynder at teste.

3. Når TIME-displayet tæller ned til "0:00", viser målerens hovedvindue F1 ~ F6, hvilket angiver niveauet af evne til at genoprette herteslag.

4. Det anbefales at teste pulsværdien inden for den aerobe pulsværdi under træning, så den ikke at påvirke testresultatet, hvis værdien er for høj eller for lav.

F1 = 1,0	Optimal
1,0 < F2 < 2,0	God
2,0 < F3 < 2,9	Relativt god
3,0 < F4 < 3,9	Normal
4,0 < F5 < 5,9	Relativt dårlig
F6 = 6,0	Dårlig

Bluetooth-app (valgfri)



1. Tænd for Bluetooth på mobiltelefonen, start FitShow-appen, og klik på "Søg efter enhed".

2. Vælg enheden, og klik på "Opret forbindelse". Bluetooth-ikonet på målerens skærm vises nu.



3. Enter for at vælge sceneøvelsestilstanden. Standardindstillingen er ingen scenetilstand.

4. Klik på knappen "Start" for at starte træningen.

5. Du kan vælge "Kontrol" og tillade appen at styre din enhed, og finde alle oplysningerne i appen.

6. Klik på knappen "Stop" for at afslutte øvelsen og uploade oplysningerne.

Bemærkninger: Hvis der opstår et nedbrud efter tilslutning til APP'en, skal du genoprette forbindelsen eller trykke på RESET-tasten på måleren for at gendanne og genoprette forbindelsen.

BRUG ET BRYSTBÆLTE Valgfrit



Dette produkt er kompatibelt med en standard 5,3 kHz bærbar pulsmåler. Under træning måles pulsen.

vises på displayet, når du har en brystbælte på. For at få en nøjagtig aflæsning skal brystbæltet være i direkte retning

kontakt med din hud. Når du har taget brystremmen på, skal du vende dig mod displaykonsollen i mindst 15 sekunder. Dette giver mulighed for

modtageren i konsollen til at genkende signalet fra brystremmen.



Diagram A



Diagram B



Diagram C

1. Fugt forsigtigt bagsiden af remmen med vand fra hanen (diagram A).

Vigtigt: Brug ikke deioniseret vand. Det indeholder ikke de rette mineraler og salte til at lede elektrisk udstyr. impulser.

2. Juster stroppen, og fastgør den omkring brystet. Stroppen skal føles stram, ikke for stram (Diagram B).
3. Sørg for, at brystremmen vender med den rigtige side opad, ligger vandret hen over brystet og er centreret midt på dit bryst (Diagram C).

Når disse trin er fuldført, er du klar til at se din puls.



GARLANDO SPA

Via Regione Piemonte, 32 - Industriområde D1 15068
- Pozzolo Formigaro (AL) - Italien
www.toorx.it - info@toorx.it