

TCORX
FITNESS IN MOTION

DANSK MANUAL



BRX95



Rev: 00

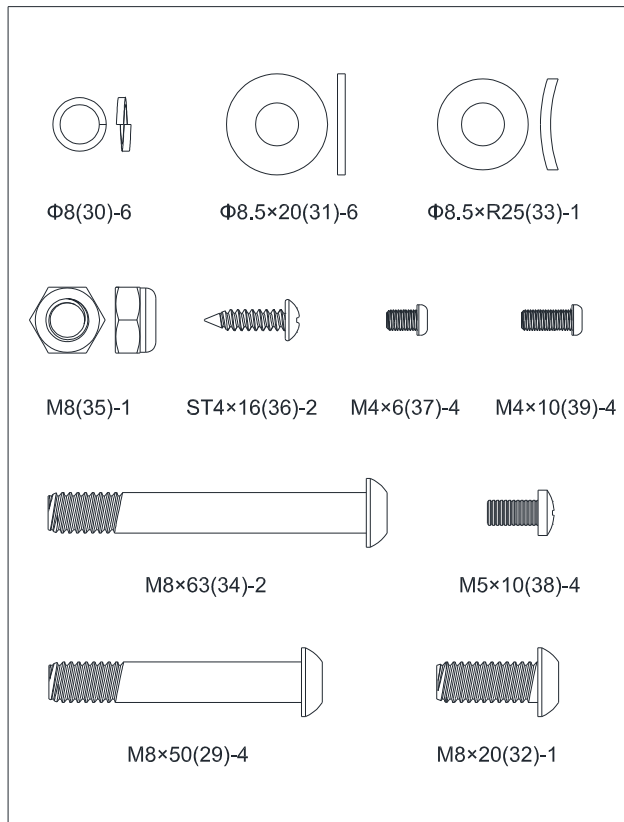
Ed: 02/17



Bemærkninger til formontering

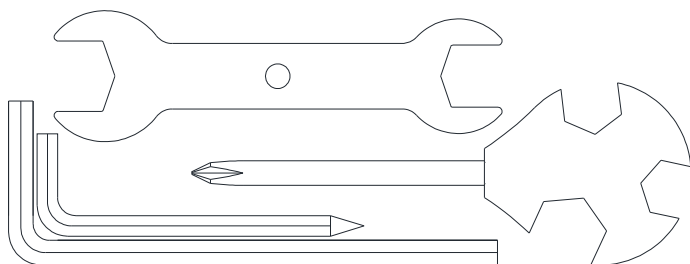
Åbn kasserne:

Sørg for at lagre alle de dele, der er inkluderet i boksen. Kontroller hardwarekortet af et fuldt antal af antallet af dele inkluderet til korrekt montering. Hvis nogen af delene er mangler, kontakt med forhandleren.



NO.	NAME	SPECIFICATION	QTY
29	Allen C.K.S. half thread screw	M8 \times 50 \times 20	4
30	Spring washer	$\Phi 8$	6
31	Flat washer	$\Phi 8.5 \times \Phi 20 \times t 1.5$	6
32	Allen C.K.S. full thread screw	M8 \times 20	1
33	Curved washer	$\Phi 8.5 \times R25 \times t 2.0$	1

34	Allen C.K.S. half thread screw	M8×63×20	2
35	Hex self-locking nut	M8	1
36	Philips C.K.S. self-tapping screw	ST4×16	2
37	Philips pan head full thread screw	M4×6	4
38	Philips pan head full thread screw	M5×10	4
39	Philips pan head full thread screw	M4×10	4



Name	Specification	QTY
L-shape wrench	5×80×80S	1
L-shape wrench	6×40×120	1
Cross spanner	15#&17#	1
Cross open spanner		1

SAMLER DINE VÆRKTØJER

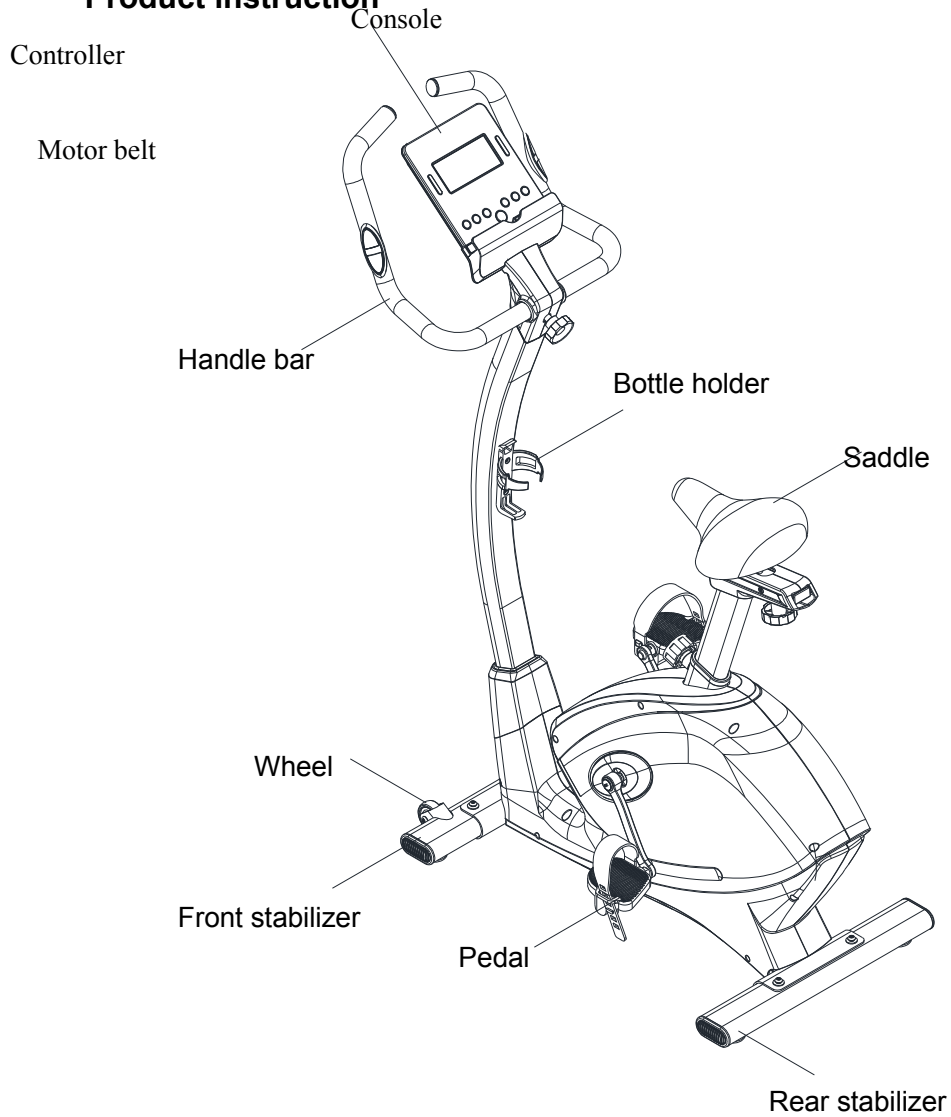
Inden du begynder monteringen af din enhed, skal du samle de nødvendige værktøjer. Når du har alt udstyret til rådighed, sparer det tid og gør monteringen hurtig og problemfri.

RENGØR DIT ARBEJDSOMRÅDE

Sørg for, at du har ryddet en stor nok plads til korrekt montering af enheden. Sørg for, at pladsen er fri for alt, hvad der kan forårsage personskader under monteringen. Når enheden er samlet, skal du sørge for, at der er en behagelig mængde frit område omkring enheden til uhindret betjening.

BEMÆRK: Hvert trinnummer i monteringsvejledningen fortæller dig, hvad du skal gøre. Læs og forstå alle instruktioner grundigt, inden løbebåndet monteres.

Product instruction



Technical information

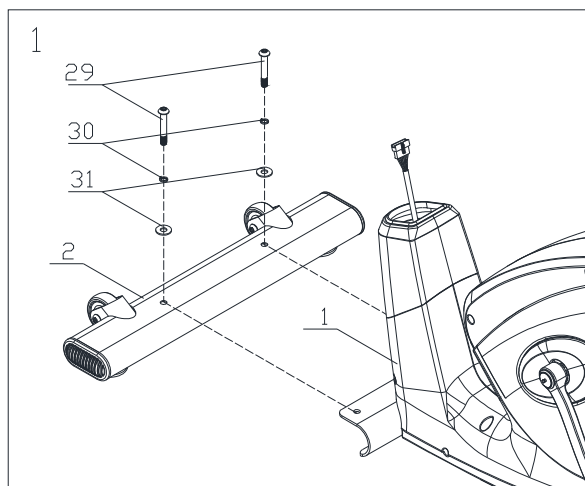
DIMENSION	Unfold : 1100x530x1400mm
FLYWHEEL	One -way, $\Phi 280/6\text{kg}$
RESISTANCE FRAGMENT	32 levels
UP&DOWN	152.4 mm distance
FRONT&BACK	70mm distance

*WE

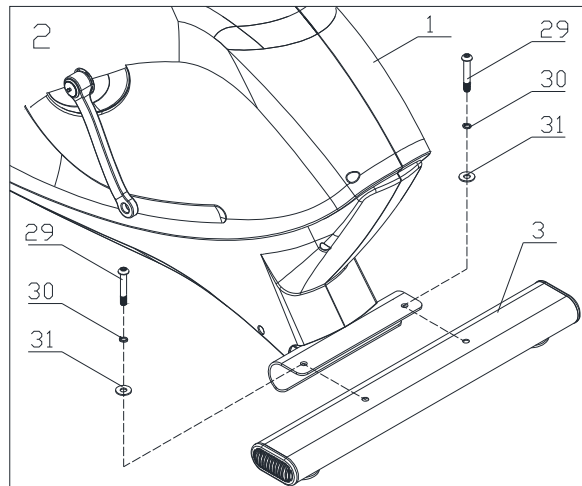
Montagevejledning

Forbehold retten til at ændre produktet uden den foregående meddelelse.

Trin 1: Fastgør den forreste stabilisator (2) til hovedrammen (1) med flad skive (31), skive (30) og skrue (29)

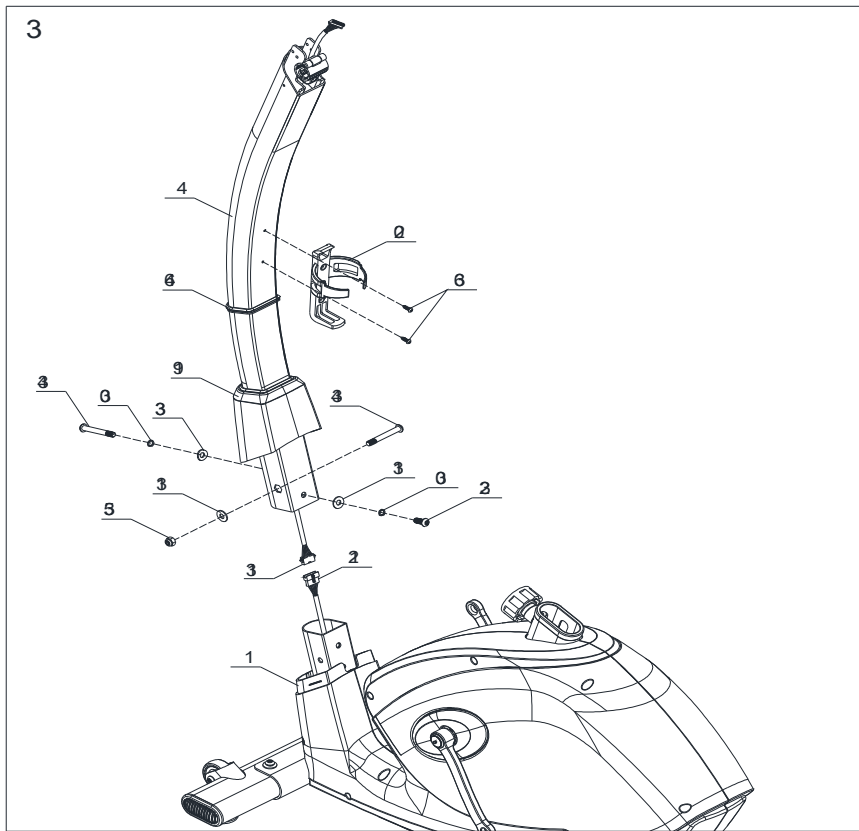


Trin 2: Fastgør bageste stabilisator (3) til hovedrammen (1) med flad skive (31), skive (30) og skrue (29).



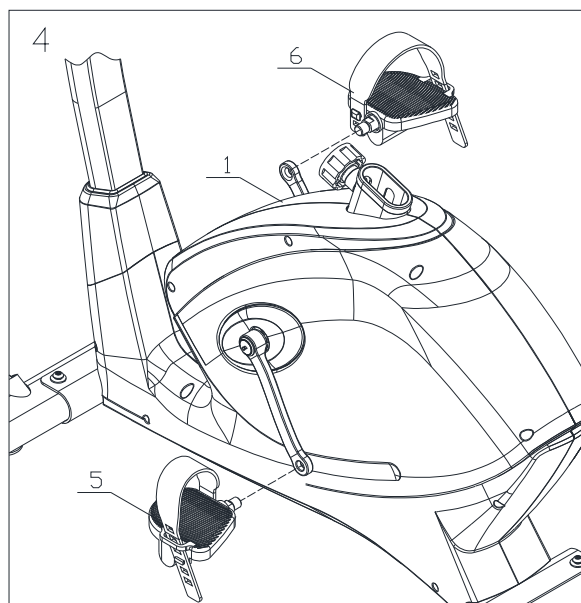
Trin 3:

1. Fastgør den lodrette stolpe dekorationstrimmel (46) til den øverste lodrette stolpe (4), tag den lodrette stolpe (19) af hovedrammen (1) og dæk den på den øverste lodrette stolpe. (4)
 2. Tilslut motorkommunikationskabel (12) og konsolkommunikationskabel (13).
 3. Fastgør den øverste lodrette stolpe (4) til hovedrammen (1) med spændeskive (33), skive (30), skrue (34) og flad skive (31), fjederskive (30), skrue (32) og flad skive (31), skrue (34), og møtrik (35)....
 4. Fastgør en lodret stolpe (19) og den lodrette stolpe (46) på hovedrammen (1).
 5. Sæt flaskeholderen (20) fast på den øverste lodrette stolpe (4) med skruen (36).
- Tip: Sæt kommunikationskablerne og modstanden indstil knapwiren i den lodrette stolpe, og sørg for, at alle skruer er i det sekskantede hul, før du spænd alle boltene.



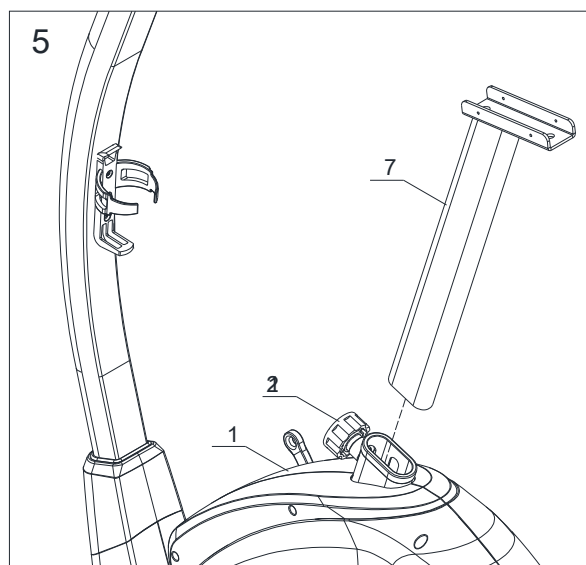
Trin 4:

Sæt pedal (L) (5) og pedal (R) (6) fast på hovedrammen (1), og stram derefter boltents.



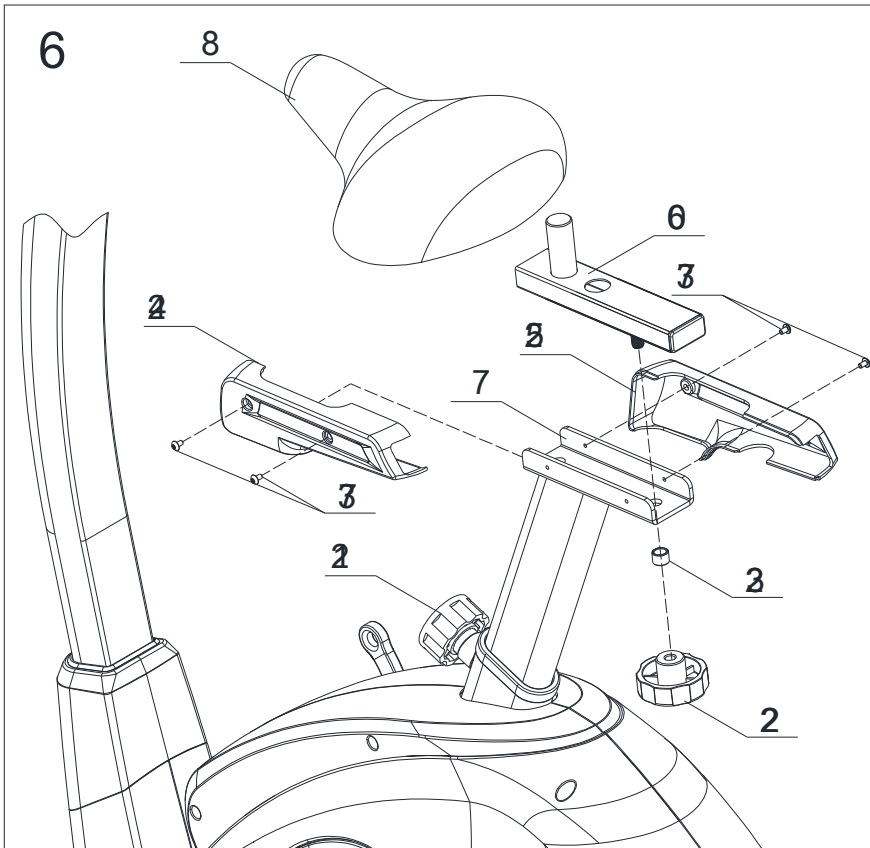
Trin 5:

1. Løsn drejebolten (21), fastgør sadelpinden (7) til hovedrammen (1), og stram derefter den drejelige håndbolt (21).



Trin 6:

- 1, fastgør sadeljusteringssættet (60) på sadelpinden (7), og placer det på den rigtige position. Lås dem med bøsning (23) og drejeknap (22).
- 2, sæt sadlen (8) på sadeljusteringssættet (60), og lås det tæt.
- 3, Sæt sadeldækslet (L) (24) og sadeldækslet (L) (25) på sadelpinden (7), og brug skruen (37) til at stramme dem.



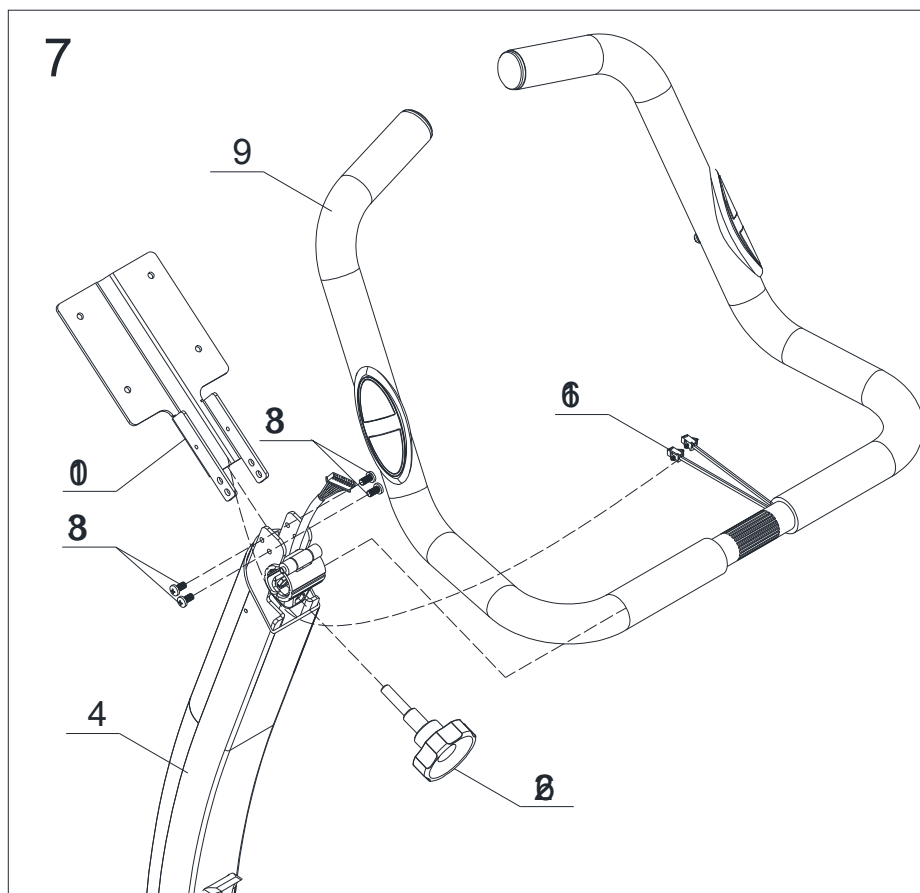
Trin 7:

1. Håndter pulsforbindelsesledningen (16) gennem den lodrette stolpe (4), og fastgør

Styret (9) til den lodrette stolpe (4), spændes med drejknappen (26)).

2 . Fastgør konsolens faste stykke (10) til den lodrette stolpe (4), spænd medll skruen (38).

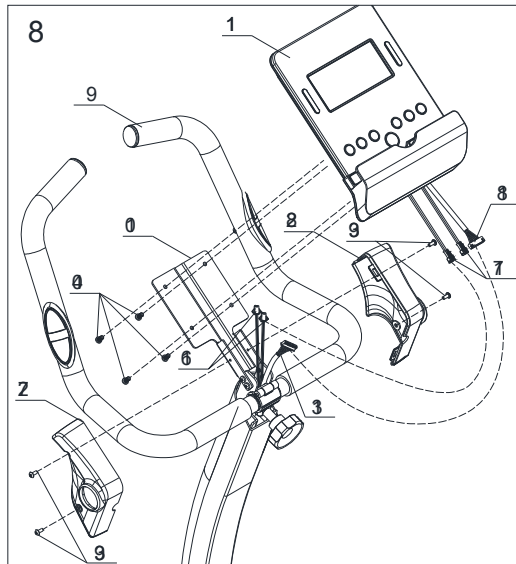
Tip: Sørg for, at alle skruer er i det sekskantede hul, før du spænd alle boltene..



Trin 8:

1. Tilslut konsolkommunikationsledningen (1 3) og n Konsolforbindelseskablet (18), tilslut håndtagspulsforbindelsesledningen (16) og konsolens udgang (17).
2. Sæt konsollen (11) fast på konsolens faste stykke (10), spænd med skruen (40).
3. Fastgør styret dæksel (L) (27) og styret dæksel (R) (28) gennem styret (9) til den lodrette stolpe (4), spænd med skruen (39)

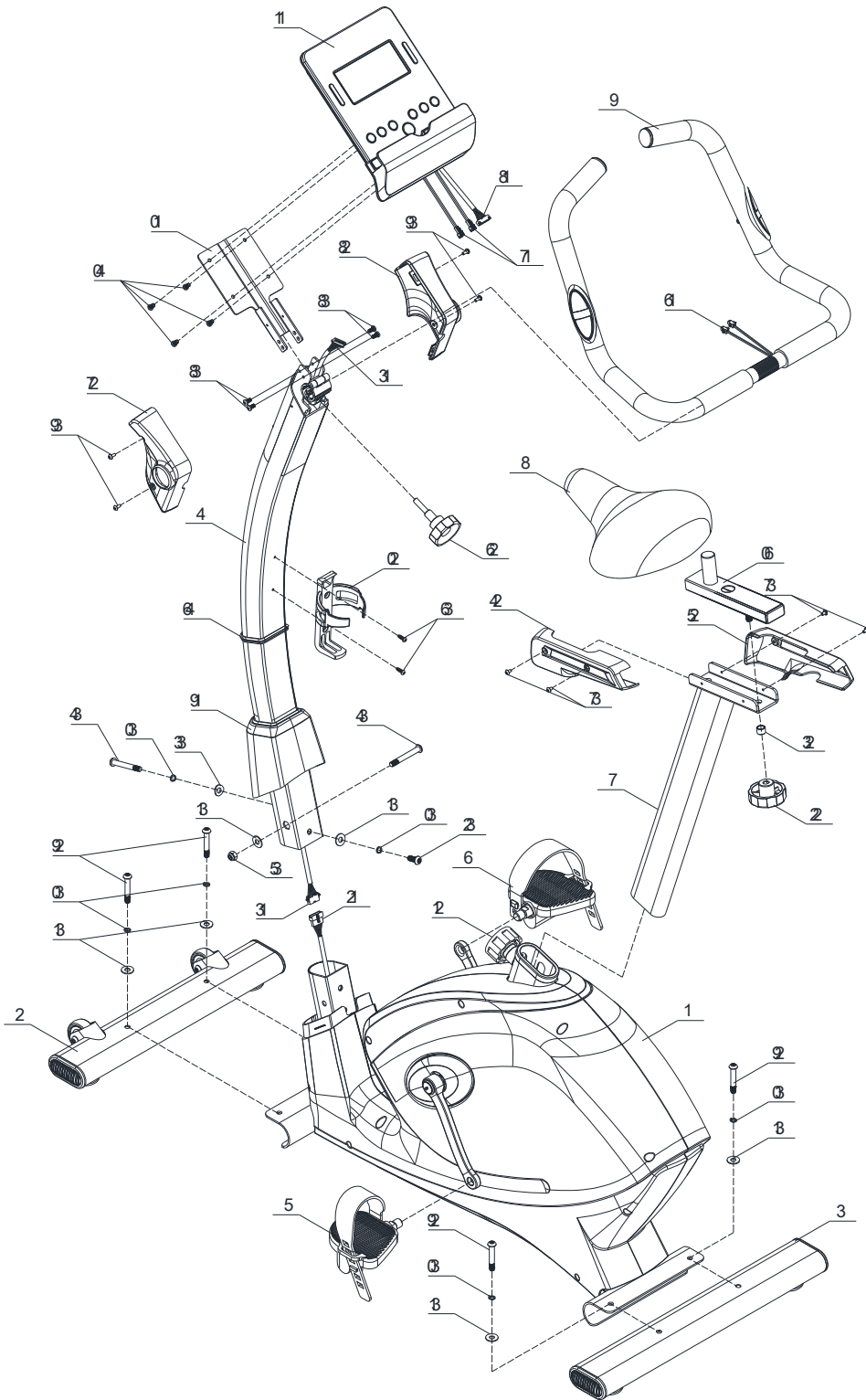
Tip: Sørg for, at alle skruer er i det sekskantede hul, før du spænd alle boltene.



Træningstips:

- 1, bruger er nødt til at sætte fødderne helt inde i pedalen og til at justere modstanden for magnetstyring i henhold til brugeren.
- 2, Da maskinen med dobbelt svinghjul, og den vil have et enormt træghedsmoment, når brugeren stopper inden høj hastighed, skal brugeren minimere modstanden og sænke hastigheden for at undgå at skade brugerens ben i trækningsøjeblikket fra venstre og højre pedal
- 3, Maskinen skal placeres på et fladt gulv og have tilstrækkelig plads til træning

Halvtegning til samling

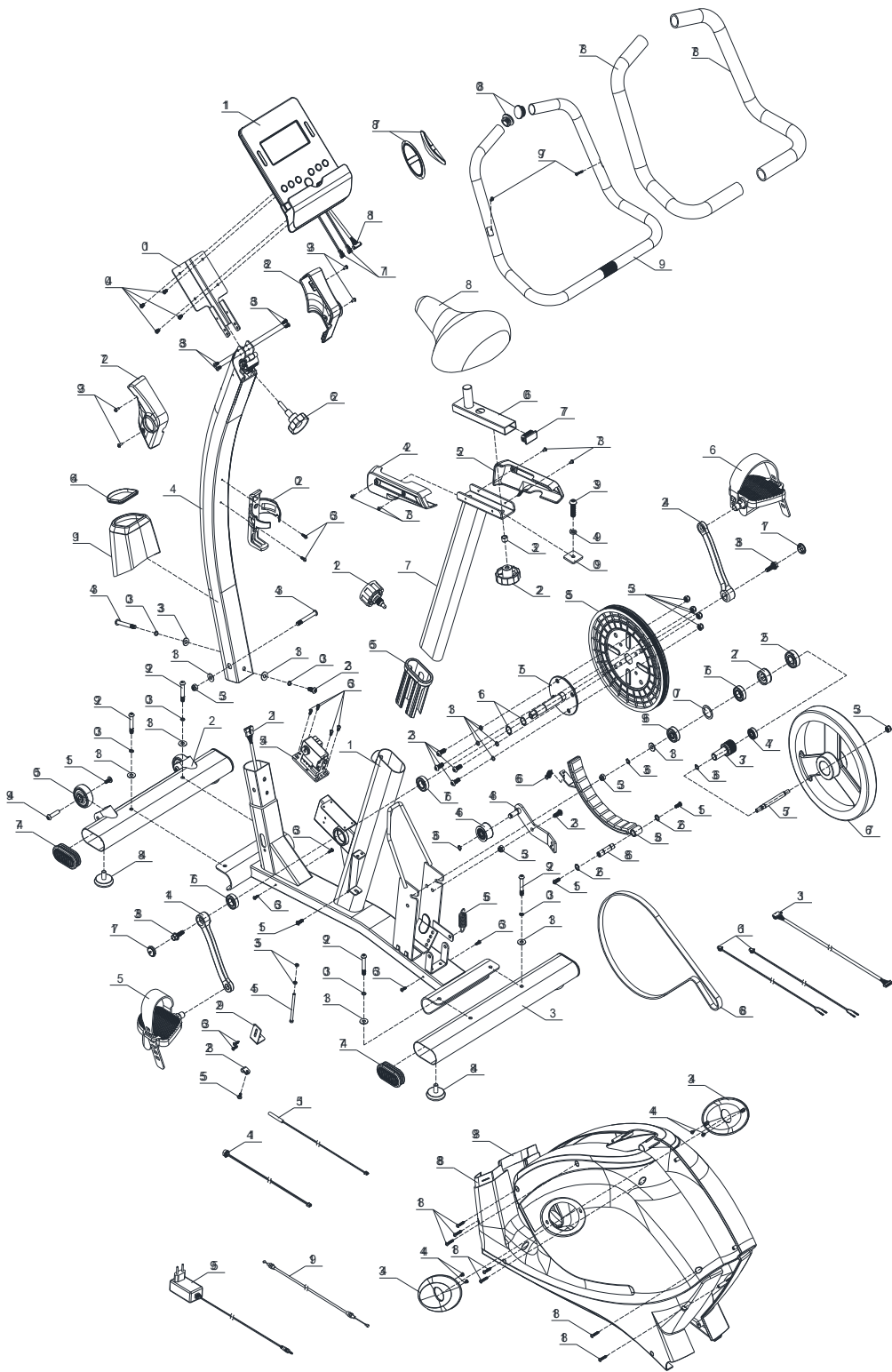


Part list

NO.	NAME	SPECIFICATION	QTY
1	Main frame		1
2	Front stabilizer		1
3	Rear stabilizer		1
4	Upright post		1
5	Pedal(L)		1
6	Pedal(R)		1
7	Saddle post		1
8	Saddle		1
9	Handlebars		1
10	Console fixed piece		1
11	Console		1
12	Magnetic sensor wire		1
13	Console communication wire		1
14	Resistance adjust knob wire		1
15	Resistance adjust knob		1
16	Handle pulse connection wire		2
17	Console outset		2
18	Console connection wire		1
19	Upright post cover		1
20	Bottle holder		1
21	Rotary hand bolt	Φ56×M16×P1.5	1

22	Handlebar rotary knob	Φ60×31×M10×20	1
23	Bushing	Φ10.5×Φ14×10	1
24	Saddle cover(L)		1
25	Saddle cover(R)		1
26	Rotary knob	Φ54×82×M8×30	1
27	Handlebar cover(L)		1
28	Handlebar cover(R)		1
29	Allen C.K.S. half thread screw	M8×50×20	4
30	Spring washer	Φ8	6
31	Flat washer	Φ8.5×Φ20×t1.5	6
32	Allen C.K.S. full thread screw	M8×20	1
33	Curved washer	Φ8.5×R25×t2.0	1
34	Allen C.K.S. half thread screw	M8×63×20	2
35	Hex self-locking nut	M8	1
36	Philips C.K.S. self-tapping screw	ST4×16	2
37	Philips pan head full thread screw	M4×6	4
38	Philips pan head full thread screw	M5×10	4
39	Philips pan head full thread screw	M4×10	4
40	Philips pan head full thread screw	M5×10	4
46	Upright post decoration strip		1
60	Saddle adjustment set		1

Drawig for assembly



Part list

NO.	NAME	SPECIFICATION	QTY
1	Main frame		1
2	Front stabilizer		1
3	Rear stabilizer		1
4	Upright post		1
5	Pedal(L)		1
6	Pedal(R)		1
7	Saddle post		1
8	Saddle		1
9	Handlebars		1
10	Console fixed piece		1
11	Console		1
12	Motor communication wire		1
13	Console communication wire		1
14	Power communication wire		1
15	Magnetic sensor		1
16	Handle pulse connection wire		2
17	Console outset		2
18	Console connection wire		1
19	Upright post cover		1
20	Bottle holder		1
21	Rotary hand bolt	$\Phi 56 \times M16 \times P1.5$	1

22	Handlebar rotary knob	$\Phi 60 \times 31 \times M10 \times 20$	1
23	Bushing	$\Phi 10.5 \times \Phi 14 \times 10$	1
24	Saddle cover(L)		1
25	Saddle cover(R)		1
26	rotary knob	$\Phi 54 \times 82 \times M8 \times 30$	1
27	Handlebar cover(L)		1
28	Handlebar cover(R)		1
29	Allen C.K.S. half thread screw	M8×50×20	4
30	Spring washer	$\Phi 8$	6
31	Flat washer	$\Phi 8.5 \times \Phi 20 \times t1.5$	7
32	Allen C.K.S. full thread screw	M8×20	6
33	Curved washer	$\Phi 8.5 \times R25 \times t2.0$	1
34	Allen C.K.S. half thread screw	M8×63×20	2
35	Hex self-locking nut	M8	8
36	Philips C.K.S. self-tapping screw	ST4×16	12
37	Philips pan head full thread screw	M4×6	4
38	Philips pan head full thread screw	M5×10	4
39	Philips pan head full thread screw	M4×10	4
40	Philips pan head full thread screw	M5×10	4
41	Crank(L)		1
42	Crank®		1
43	Crank cover		2
44	Philips C.K.S. self-tapping screw	ST4×12	4

45	Magnetic motor		1
46	Upright post decoration strip		1
47	End cap		4
48	Feet pad	$\Phi 47 \times 10.5 \times M10 \times 20$	4
49	Hex nut	$\Phi 8 \times 33 \times M6 \times 15$	2
50	Wheels	$\Phi 55 \times 25.8$	2
51	Allen C.K.S. full thread screw	M6×15	5
52	Deep groove ball bearing	6203-2RS	1
53	Hex nut	M5	2
54	Allen C.K.S. full thread screw	M5×80	1
55	Philips C.K.S. self-tapping screw	ST4×12	1
56	Saddle post bushing		1
57	Crank axle	$\Phi 17 \times 154.3$	1
58	Belt pulley	$\Phi 263 \times 19$	1
59	Power adapter		1
60	Saddle adjustment set		1
61	Circlip shaft	$\Phi 17$	2
62	Circlip shaft	$\Phi 12$	2
63	Circlip shaft	$\Phi 10$	3
64	Tension pulley	$\Phi 38 \times 22$	1
65	Tension spring		1
66	Brake tension spring		1
67	Deep groove ball bearing	6003-2RS	3

68	Magnetic control fixed axle	Φ12×50	1
69	Deep groove ball bearing	6300-2RS	1
70	Flat washer	Φ34×Φ25×t1.0	1
71	Crank cover		2
72	Unidirectional needle bearing	Φ35×Φ17×16	1
73	Small belt pulley set	Φ30×64	1
74	Deep groove ball bearing	6000-2RS	1
75	Flywheel axle	Φ10×109.5	1
76	Flywheel	Φ280/6kg	1
77	Square end cap	20×40×t1.5	1
78	Handle pulse set		2
79	Philips C.K.S. self-tapping screw	ST4×20	2
80	Round end cap	Φ25×t1.5	2
81	Philips C.K.S. self-tapping screw	ST4×25	7
82	Fixed magnet set		1
83	Allen C.K.S. full thread screw	5/16-18UNC-1"	2
84	Tension pulley		1
85	Magnetic control fixed axle		1
86	Motor belt	440PJ6	1
87	Foam grip	Φ22×t3.0×680	2
88	Cover (L)		1
89	Cover (R)		1
90	Saddle locking piece		1

91	Brake wire		1
92	Sensor wire fixed piece		1
93	Spring washer	Φ10	1
94	Allen pan head full thread screw	M8×38	1

Computer Vejledning

Knap funktioner

START/STOP	At starte eller stoppe systemet.
RESET	Nulstilling: I stoptilstand skal du trykke på knappen for at gå tilbage til hovedmenuen og rydde al indstillet værdi; Total nulstilling: Hold RESET-tasten nede i 2 sekunder, LCD fuld display 2s og tilbage til startside.
UP	For at vælge træningstilstand og justere funktionen eller værdien op.
MODE	I stoptilstand skal du bekræfte al træningsdataindstilling (Tid, DST, CAL, Puls osv.) Og gå ind i programmet.
DOWN	For at vælge træningstilstand og justere funktionen eller værdien ned.
RECOVERY	Sådan testes status for genoprettelse af hjerterytme.
BODY FAT	Til måling af kropsfedt.

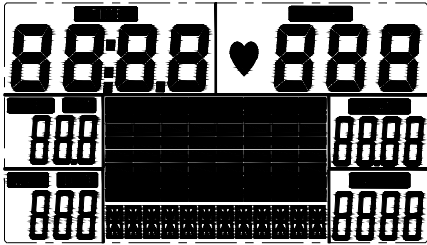
DISPLAY FUNKTIONER

TIME	Display range 0:00~99:59 ; Setting range 0:00~99:00 minutes
PULSE	Display range P-30~230 ; Setting range 0-30~230
SPEED	0.0~99.9km/H
DISTANCE	Display range 0.00~99.99 ; Setting range 0.00~99.9km
WATT	Display range 0~999; Setting range 10~350
CALORIES	Display range 0~9999; Setting range 0~9990 Cl
RPM	0~999

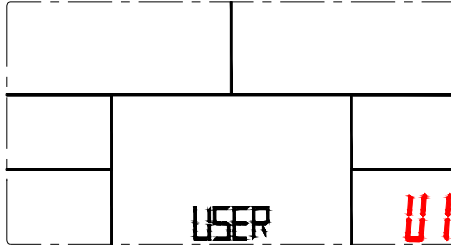
BRUG

TÆND

Når der er tændt, lyder summer i 1 sekund. Samtidig viser LCD fuld skærm 2 sekunder (billede 1). Gå derefter ind i indstillingerne for personoplysninger.



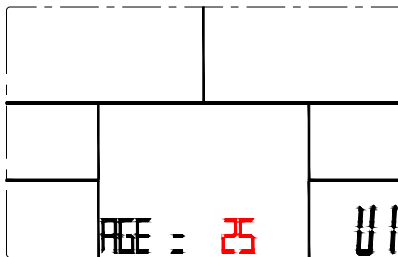
Picture 1



Picture 2

2.USER PROFILE SETTING

Ved indstilling af personoplysninger, skal du trykke OP eller NED for at vælge: BRUGER U1 ~ U4 (Picture2), køn, alder (Picture3), højde, vægt. Tryk på MODE for at bekræfte. Derefter kommer du til valg af træningsside (billede 4).



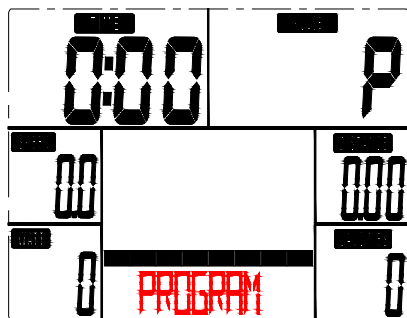
Picture 3



Picture 4

3.VÆLG TRÆNINGSMODE

Når du går i træningstilstand, skal du trykke på OP eller NED for at vælge: MANUEL → PROGRAM (Billede5) → Brugerprogram → H.R.C (Billede6) → WATT. Tryk på MODE for at bekræfte.



Picture 5



Picture 6

3.1.MANUEL MODE

Når der er tændt, kan brugeren muligvis trykke på START / STOP for at starte træningen direkte i MANUAL MODE. Før træning i manuel tilstand, kan brugeren trykke på OP- eller NED-knappen for at forudindstille mål TID / DISTANCE / KALORIER / PULSE. Tryk på START / STOP for at starte træningen. I START-tilstand kan brugeren også trykke på OP- eller NED-knappen for at justere LOAD-niveau (1 ~ 32).

3.2.PROGRAM MODE

I PROGRAM-tilstand kan brugeren trykke på OP- eller NED-knappen for at vælge program med P1 ~ P12 og trykke på MODE for at bekræfte. Tryk på START / STOP for at starte træningen.

I START-tilstand kan brugeren trykke på OP- eller NED-knappen for at justere LOAD-niveau (OP til max.32, NED til min.1).

3.3.Brugerprogram

Brugeren kan trykke på OP- eller NED-knappen for at oprette personlig programprofil med 20 segmenter og bekræfte ved at trykke på MODE. Brugeren kan fortsætte med at trykke på MODE-knappen i 2 sekunder for at afslutte profilindstillingen. Tryk derefter på START / STOP for at starte træningen. For at sætte træningen på pause halvvejs skal du holde MODE-knappen nede i 2 sekunder.

3.4.H.R.C. MODE

I H.R.C-tilstand skal brugeren indstille AGE først og bekræfte med ENTER. Det viser forudindstillet værdi i PULSE-område i henhold til AGE. Hvis du vælger TARGET, vises den forudindstillede værdi 100 i PULSE-området. Tryk på OP- og NED-knappen for at justere målværdien fra 30 ~ 240. Tryk på START / STOP for at starte træningen. I denne træningstilstand skal brugeren bære brystbælte eller holde hænderne i håndstængerne.

3.5.WATT MODE

Når du går ind i WATT-tilstand, vises den forudindstillede værdi 120. Bruger tryk på OP eller NED for at justere WATT-værdien. Efter start justerer systemet indlæringsniveauet automatisk i henhold til den indsatte WATT-værdi, brugeren er, og træningsstatus. Tryk på START / STOP for at starte træningen.

4. Gendannelsesindstilling

Efter at have trent i en periode, skal du holde på håndtagene eller bære brystbælte. Når der vises PULSE, skal du trykke på knappen "RECOVERY". Alle funktionsdisplayer stopper undtagen "TID", der begynder at tælle fra 00:60 til 00:00. Skærmen viser din pulsgenoprettelsesstatus med F1, F2... til F6. F1 er den bedste, F6 er den værste.

I gendannelses tiden skal du trykke på "RECOVERY" igen, og konsollen går tilbage til forrige side.

5. Kropsfedt

I STOP-tilstand skal du trykke på knappen BODY FAT for at starte måling af kropsfedt.

Under måling skal brugeren holde begge hænder på håndgreb. Efter 8 sekunder viser LCD BODY .FAT-rådgivning i FAT% og BMI og fedt-rådgivningen i forskellige symboler. Når bruger ikke

hold håndtag korrekt, computeren viser E-1; Når Krops fedt rådgivning overskrider. Tilgængeligt område, der er fastlagt i programmet, computeren viser E-4.Bruger kan holde BODY FAT-knappen i 2 sekunder for at nulstille individuelle data. Efter indstillingen vil systemet direkte måle BODY FAT.

6. USB-strømplader

Konsollen leverer kun USB-oplader til tablet og smarttelefon, kræver DC 9V / 1.3A.



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