

TOORX

FITNESS IN MOTION

NAVODILA

CHRONO  LINE



iConsole App Manual

DOWNLOAD 

www.toorx.it/iconsole

ERX500



prevod izvornih navodil

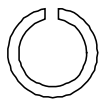
Rev : 00

Ed : 09/17

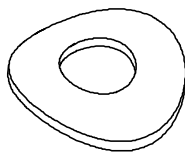


Kontrolni seznam (korak 1)

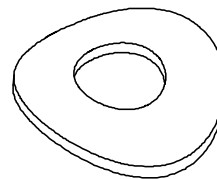
(ni prikazano v dejanski velikosti)



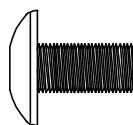
#114. Ø10 × 2T
Spring Washer (2 pcs)



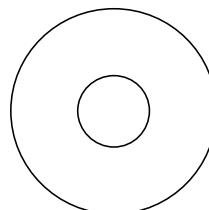
#112. Ø8 × 23 × 1.5T
Curved Washer (2 pcs)



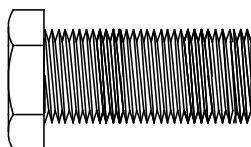
#113. Ø3/8" × 23 × 2.0T
Curved Washer (2 pcs)



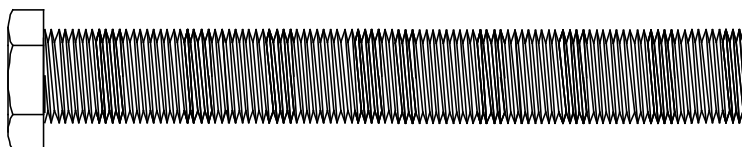
#83. M5 × 10mm
Phillips Head Screw (4 pcs)



#103. Ø5/16" × 23 × 1.5T
Flat Washer (4 pcs)

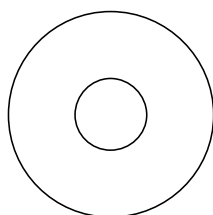


#76. 5/16" × 3/4"
Hex Head Bolt (6 pcs)



#78. 3/8" × 3-3/4"
Hex Head Bolt (2 pcs)

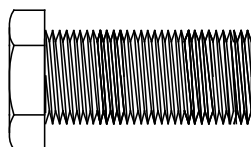
Korak 2 (ni prikazano v dejanski velikosti)



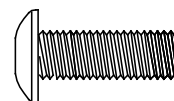
#104. Ø8.5 × 26 × 2T
Flat Washer (4 pcs)



#124. Ø17
Wave Washer (2 pcs)

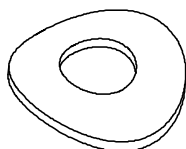


#76. 5/16" × 3/4"
Hex Head Bolt (2 pcs)

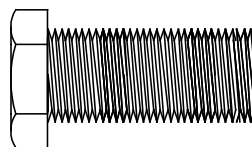


#77. 5/16" × 15mm
Button Head Socket Bolt (2 pcs)

Korak 3 (ni prikazano v dejanski velikosti)



#112. Ø8 × 23 × 1.5T
Curved Washer (6 pcs)



#76. 5/16" × 3/4"
Hex Head Bolt (6 pcs)

Korak 4 (ni prikazano v dejanski velikosti)

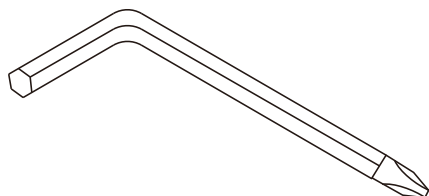


#86. 3.5 × 12mm
Sheet Metal Screw (6 pcs)

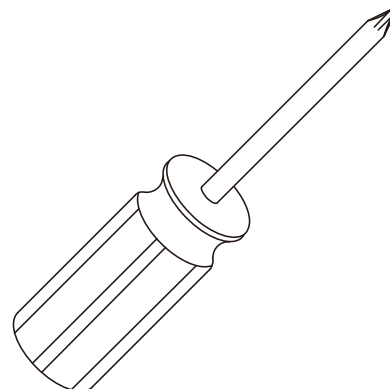


#84. M5 × 15mm
Phillips Head Screw (2 pcs)

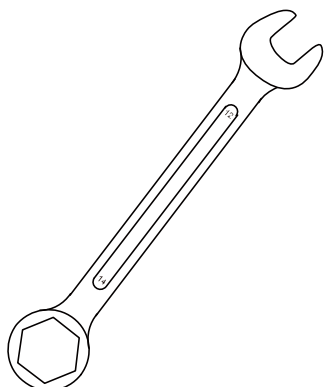
Orodje za sestavo



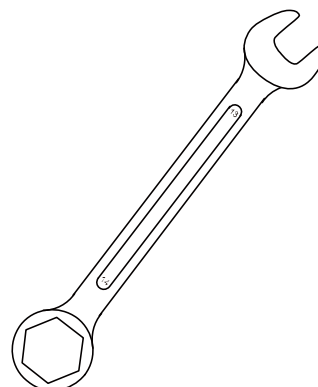
#121. Combination M5 Allen Wrench
& Phillips Head Screw Driver (1 pcs)



#120. Phillips Head Screw Driver (1 pcs)



#118. 12/14mm/m_Wrench (1 pcs)



#119. 13/14mm/m_Wrench (1 pcs)

Montaža:

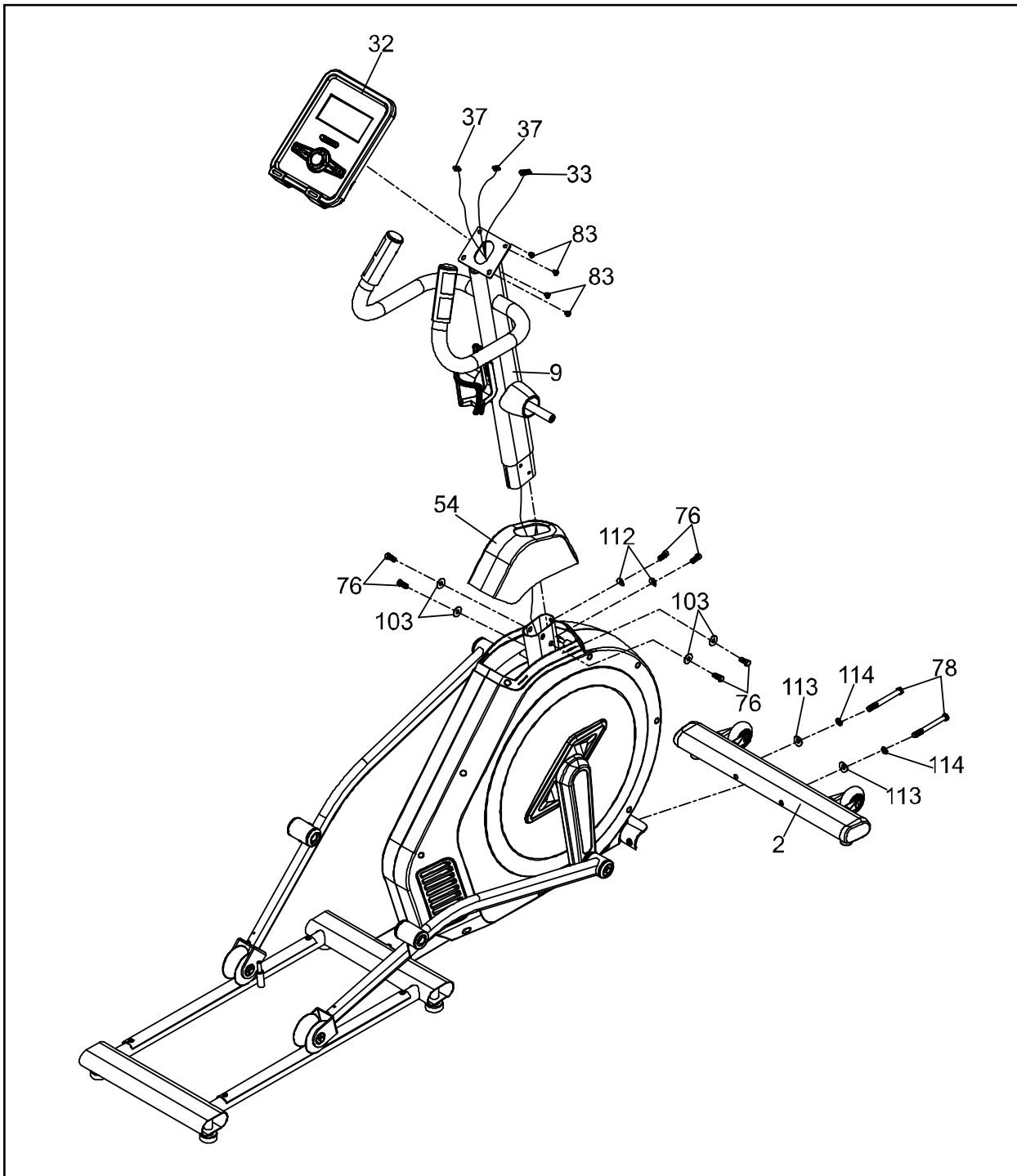
Odstranjevanje embalaže

1. Z tapetnim nožem izrežite zunanji, spodnji rob škatle vzdolž črtkane črte. Dvignite škatlo nad enoto in odpakirajte.
2. Previdno odstranite vse dele iz škatle in preglejte morebitne poškodbe ali manjkajoče dele. Če najdete poškodovane dele ali le ti manjkajo, takoj pokličite dobavitelja.
3. Strojna oprema je ločena na korake. Najprej odstranite orodje.

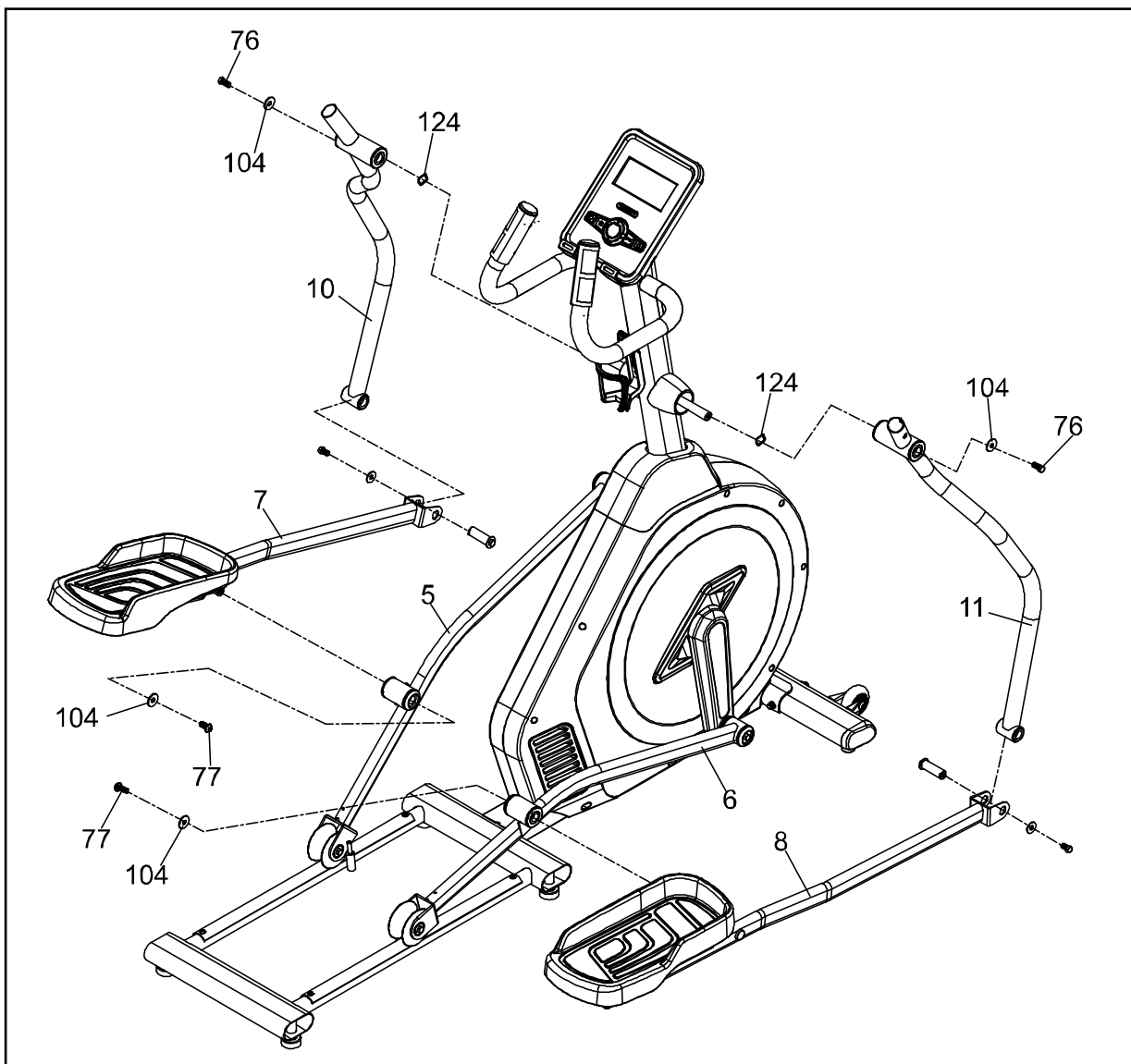
NAVODILA ZA MONTAŽO

1 SESTAVA NOSILCA KRMILA

1. Poiščite nosilec krmila (9) in pokrov nosilca (54) in ga potisnite na nosilec do konca. Prepričajte se, da je pokrov nosilca (54) obrnjen pravilno.
2. Na zgornji odprtini glavnega okvirja (1) eliptika je računalniški kabel (33). Odvijte in izravnajte računalniški kabel (33) in ga vstavite v dno cevi nosilca krmila (9) iz zgornje odprtine.
3. Namestite nosilec krmila (9) v sprejemni nosilec na vrhu glavnega okvirja (1). Pritrdite z 6 x 5/16 "x 3/4" vijaki (76) in 4x Ø5 / 16 "x Ø23 x 1,5T podloškami (103), 2x Ø8 x 23 x 1,5T podloškami (112). Zategnite s ključem 12,14 m / m (118).
OPOMBA: Skozi nosilec krmila (9) poteka električna žica. Pazite, da med postopkom ne poškodujete računalniškega kabla (33).
Sprednji stabilizator (2) povežite z glavnim okvirjem na sprednji spojni plošči z 2x 3/5 "x 3-3 / 4" vijakoma (78), 2x Ø10 x 2T podloškama (114) in 2x Ø3 / 8 "x 23 x 2.0T podloškama (113), pritrdite z 12/14 mm ključem (118).
4. Namestite konzolo (32) na nosilec, nato povežite vse kable (upoštevajte barve kablov) Nato privijte z 4x M5 x 10m / m vijak (83) z izvijačem (120) (Opomba: Prepričajte se, da so žice vstavljene v dvižni vod. Ne pritiskajte na žice).



2 SESTAVA KRMILNIH PALIC

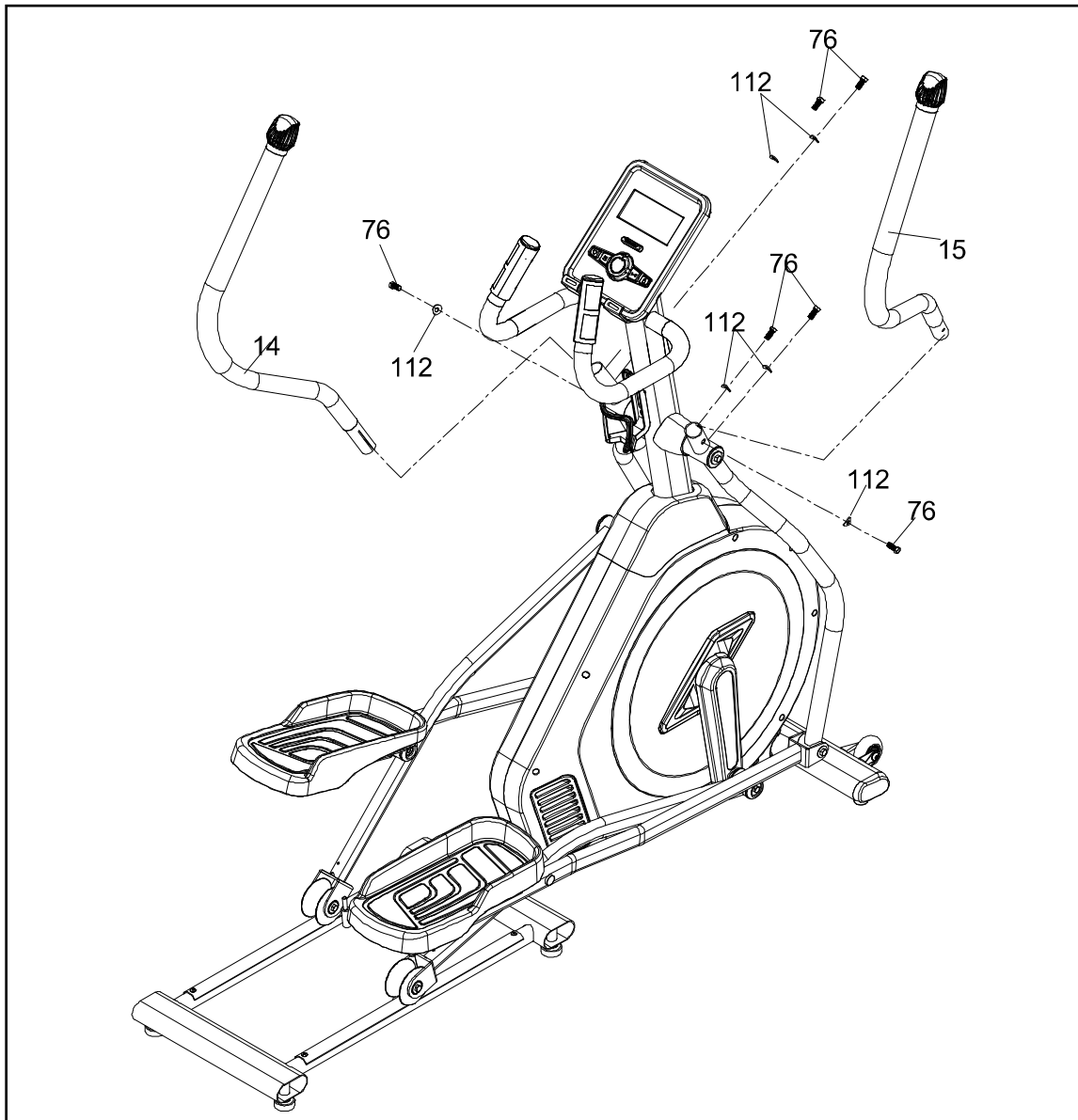


1. Vstavite 2x Ø17 podložko (124) v srednjo os konzole. Nato namestite spodnjo ročico (L) (10) v levo srednjo os konzole, nato privijte z vijakom 5/16 "× 3/4" (76) in Ø8,5 × Ø26 × 2,0T podložko (104), uporabite ključ (118). Na enak način privijte spodnjo ročico (R) (11) v desno srednjo os konzole.

2. Vstavite gred na levi povezovalni ročici (7) na pušo na levi ročici pedala (5) in pritrdite s 5/16 "× 15m vijaki (77) skupaj s plosko podložko Ø8,5 × 26 × 2,0T (104) z uporabo ključa (121). To storite enako za desno povezovalno ročico (8) in desno ročico pedala (6).

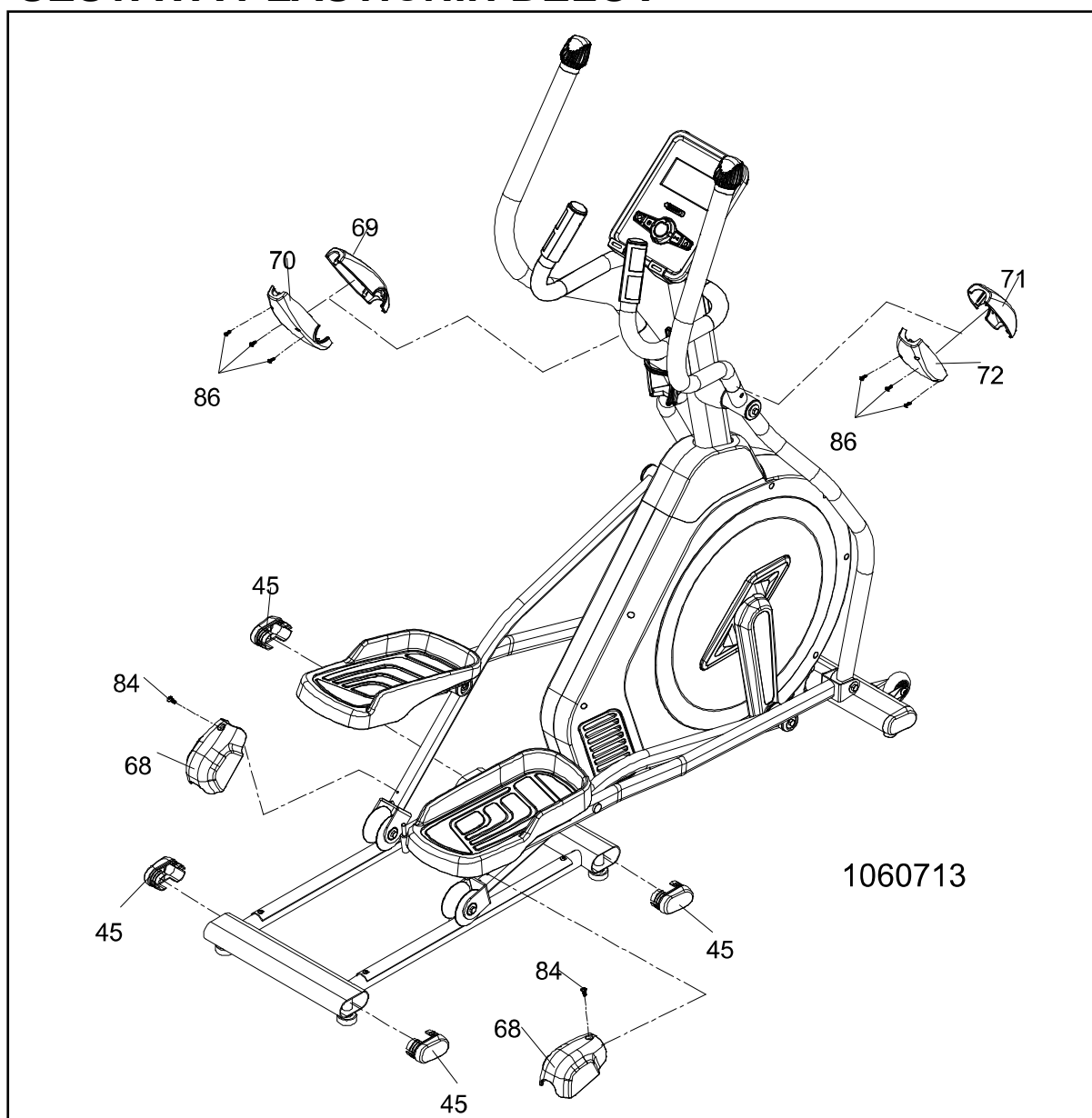
3. Sprostite zaklopki, ki sta na levi in desni povezovalni ročici (7,8). Levo in desno povezovalno ročico (7,8) povežite z levo in desno spodnjo ročico (10,11) in zavarujte z zaklopko in vijaki, zavarujte z 12 / 14m/m ključem (118).

3 SESTAVA ROČIC



1. Levo in desno nihajno ročico (14 in 15) namestite v levo in desno spodnjo ročico (10 in 11) s 6x 5/16 "× 3/4" vijaki (76) in 6x Ø8 × 23 × 1,5T podložkami (112) z uporabo 12,14m / m ključa (118).

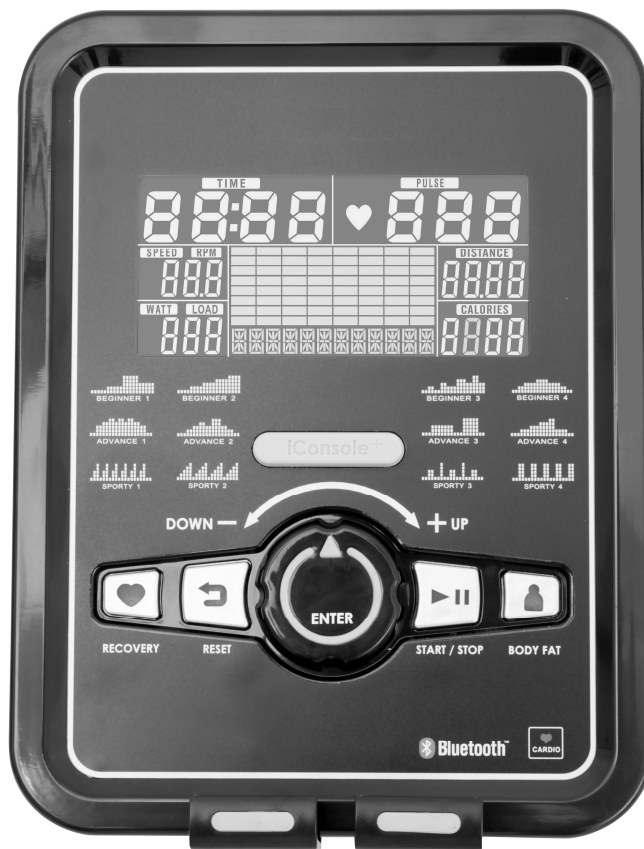
4 SESTAVA PLASTIČNIH DELOV



1. S pomočjo izvijača (120) namestite 2 drsna kolesna pokrova (68) in zavarujte z 2x M5 × 15 mm vijakoma (84).
2. Pripnite sprednji (69) in zadnji (70) pokrov ročaja na levi gredi ročice in uporabite 3x 3,5 × 12m / m vijake iz pločevine (86) in jih pritrdite z izvijačem (120). Namestite jih na desni strani na pokrovi krmila (71) in (72).
3. 4x Ø40 × Ø80 ovalne pokrove (45) zabite v glavni okvir s pomočjo plastičnega kladiva.

Vaša naprava je zdaj popolnoma sestavljena. Prepričajte se, da so vse matice in vijaki pred uporabo trdno priviti.

NAVODILA ZA UPORABO RAČUNALNIKA



FUNKCIJE ZASLONA :

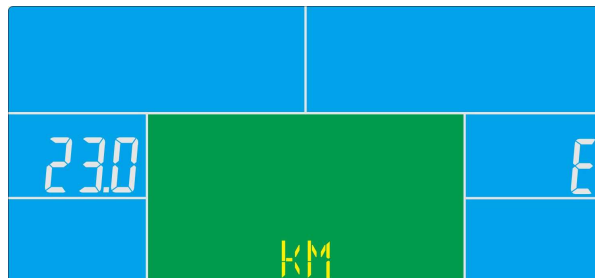
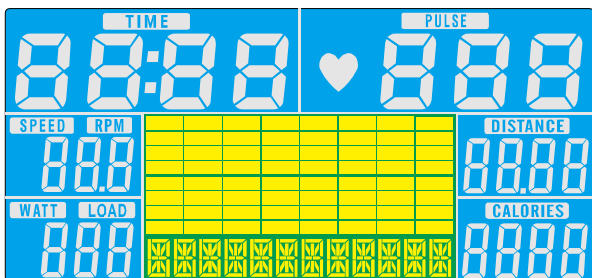
FUNKCIJA	OPIS
ČAS	.Čas vadbe .Obseg 0:00 ~ 99:59
HITROST	.Hitrost vadbe. .Obseg 0.0 ~ 99.9 KM(ML) / H
RAZDALJA	.Razdalja vadbe .Obseg 0.0 ~ 99.9 KM/ML
KALORIJE	.Izgorele kalorije .Obseg 0 ~ 9999
PULSE	.Srčni utrip (BPM - udarci na minuto). .Alarm ob presegu prednastavljene vrednosti.
RPM	.Obrati na minuto .Obseg 0 ~ 999
MOČ	.Poraba energije pri vadbi (WATT) .Obseg 0 ~ 999 . V konstantnem načinu moči bo računalnik ohranjal vnaprej nastavljeno vrednost moči (nastavitveni obseg 0 ~ 350)
MANUAL	.Način vadbe manual (ročni način).
ZAČETNIK	.4 programi na izbiro.
NAPREDNO	.4 programi na izbiro.
SPORTY	.4 programi na izbiro.
MOČ PROGRAM	.Stalni način treninga moči.
KARDIO	.Način ciljnega srčnega utripa (H. R. C.).

FUNKCIJE GUMBOV:

GUMB	OPIS
UP	. Zvišajte raven upora . . Izbira nastavitve navzgor.
DOWN	. Znižajte raven upora . . Izbira nastavitve navzdol.
MODE	. Potrdite nastavev ali izbiro.
RESET	. Držite pritisnjeno 2 sekundi, računalnik se bo znova zagnal in začel z uporabniško nastavitvijo ; Vrnite se na glavni meni med prednastavitvijo vrednosti vadbe .
START/ STOP	. Začnite ali ustavite vadbo.
RECOVERY	. Preverite stanje okrevanja srčnega utripa.
BODY FAT	. Preizkusite telesno maščobo% in ITM.

VKLOP

Vključite napajalnik, računalnik se bo čez 2 sekundi vklopil in prikazal vse segmente na LCD-ju. Po 4 minutah brez pedaliranja ali vnosa podatkov, konzola preide v način varčevanja z energijo. S pritiskom katere koli tipke se lahko konzola ponovno zažene.



IZBIRA VADBE

Pritisnite gor in dol, da izberete vadbo Manual → Začetnik → Napredno → Športno → Kardijo → Moč

ROČNI NAČIN

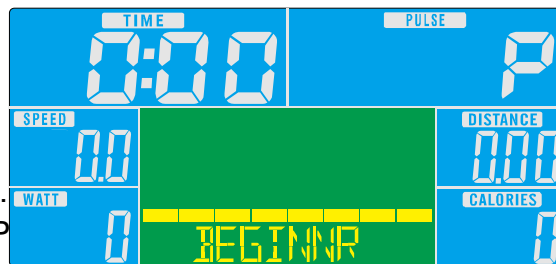
V začetnem meniju pritisnite START, če želite vadbo začeti v ročnem načinu.

1. Pritisnite GOR ali DOL, če želite izbrati program vadbe, izberite Ročno in pritisnite Mode za vstop.
2. Pritisnite GOR ali DOL, da nastavite ČAS, RAZDALJO, KALORIJE, PULZ; pritisnite MODE.
3. Za začetek vadbe pritisnite tipko START / STOP. Pritisnite GOR ali DOL, če želite prilagoditi stopnjo obremenitve.
4. Za zaustavitev vadbe pritisnite tipko START / STOP. Za vrnitev v glavni meni pritisnite RESET.



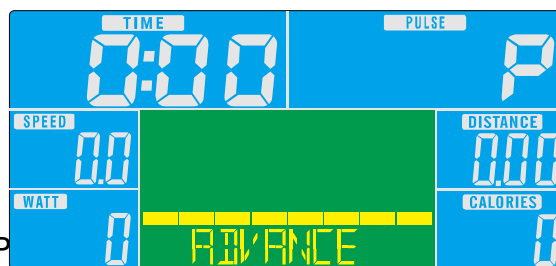
Začetniški način

1. Pritisnite GOR ali DOL, če želite izbrati program vadbe, izberite način začetnika in za vstop pritisnite MODE.
2. Pritisnite GOR ali DOL, da nastavite ČAS
3. Za začetek vadbe pritisnite tipko START / STOP.
4. Pritisnite GOR ali DOL, če želite prilagoditi obremenitev.
Za zaustavitev vadbe pritisnite tipko START / STOP
Za vrnitev v glavni meni pritisnite RESET.



Napredni način

1. Pritisnite GOR ali DOL, če želite izbrati program vadbe, izberite napredni način in za vstop pritisnite MODE.
2. Pritisnite GOR ali DOL, da nastavite ČAS
3. Za začetek vadbe pritisnite START.
Pritisnite GOR ali DOL, če želite prilagoditi upor.
4. Za zaustavitev vadbe pritisnite tipko START / STOP
Za vrnitev v glavni meni pritisnite RESET.

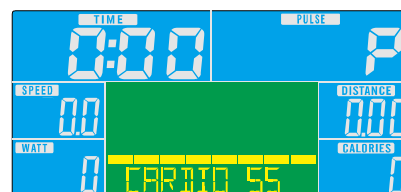
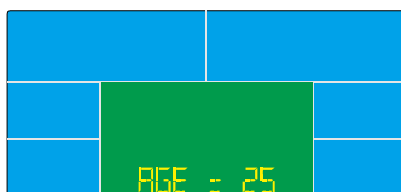
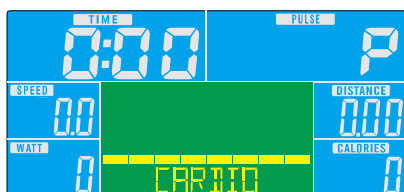


Športni način

1. Pritisnite GOR ali DOL, če želite izbrati program vadbe, izberite športni način in pritisnite MODE za vstop.
2. Pritisnite GOR ali DOL, da nastavite ČAS
3. Za začetek vadbe pritisnite START.
Pritisnite GOR ali DOL, če želite prilagoditi upor.
4. Za zaustavitev vadbe pritisnite tipko START / STOP
Za vrnitev v glavni meni pritisnite RESET.

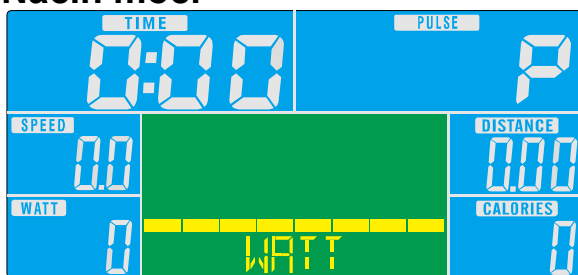


Kardio način



1. Pritisnite GOR ali DOL, če želite izbrati program vadbe, izberite H.R.C. in pritisnite Mode
2. Pritisnite gor ali dol, da izberete 55% .75% .90% ali TAG (H.R.C.) (privzeto: 100).
3. Pritisnite GOR ali DOL, da nastavite ČAS
4. Za zaustavitev vadbe pritisnite tipko START / STOP.
Za vrnitev v glavni meni pritisnite RESET.

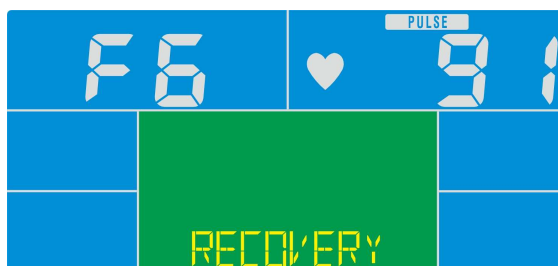
Način moči



1. Pritisnite GOR ali DOL, če želite izbrati program vadbe, izberite WATT in pritisnite MODE
2. Pritisnite GOR ali DOL za nastavev cilja WATT. (privzeto: 120)
3. Pritisnite GOR ali DOL, da nastavite ČAS
4. Pritisnite tipko START / STOP za začetek vadbe. Pritisnite GOR ali DOL, če želite prilagoditi moč
5. Za zaustavev vadbe pritisnite tipko START / STOP.
Za vrnitev v glavni meni pritisnite RESET.

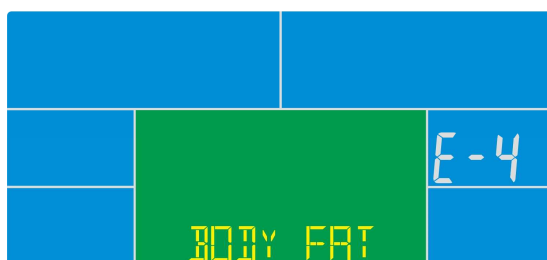
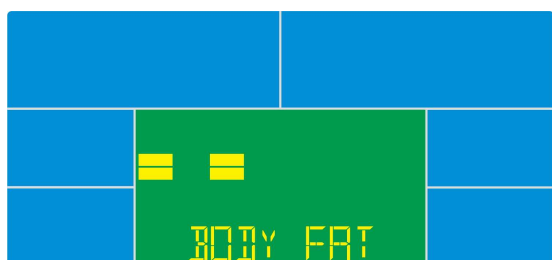
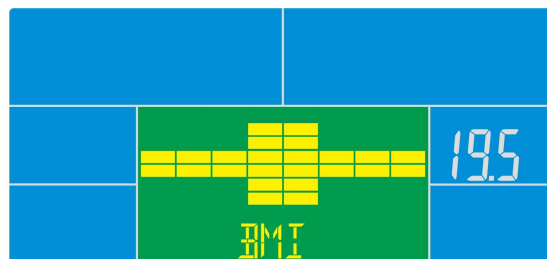
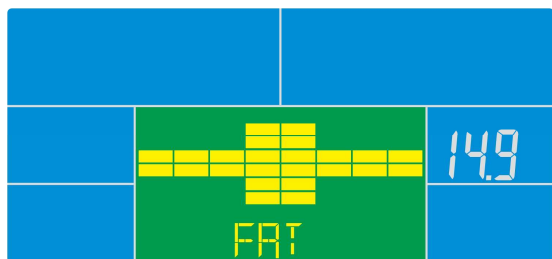
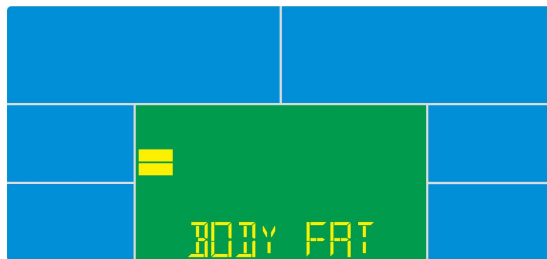
Regeneracija

1. Ko že nekaj časa telovadite, držite ročice močno in pritisnite gumb »RECOVERY«. Prikaz vseh funkcij se ustavi, razen "ČAS" začne odšteti od 00:60 do 00:00.
2. a zaslону se prikaže stanje okrevanja srčnega utripa s tipkami F1, F2.... Do F6. F1 je najboljši, F6 najslabši. Uporabnik lahko nadaljuje z vadbo za izboljšanje stanja okrevanja srčnega utripa. (Ponovno pritisnite gumb RECOVERY, da se vrnete na glavni zaslon.)



Telesna maščoba

1. V načinu STOP pritisnite tipko BODY FAT, da začnete meriti telesno maščobo.
2. Konzola bo opomnila uporabnika za vnos SPOLA, STAROSTI, VIŠINE, TEŽE, šele nato bo začela z merjenjem
3. Med merjenjem morajo uporabniki držati obe roki na ročicah. Na LCD-prikazovalniku bo 8 sekund prikazano "=" "= =", dokler računalnik ne konča merjenja.
4. Na LCD-prikazovalniku se za 30 sekund prikaže simbol telesne maščobe, odstotek maščob v telesu (risba 22) in indeks telesne mase.
5. Obvestilo o napaki:
 - *Na LCD-prikazovalniku se prikaže "= =" "= =" - pomeni, da roke ne držite pravilno ali ne nosite prsnega pasu.
 - *E-1 - ni zaznanega vnosa signala srčnega utripa.
 - *E-4 – Pojavi se, kadar je FAT% pod 5 ali presega 50, rezultat BMI pa pod 5 ali večji od 50.



Opomba:

1. Ko uporabnik preneha s treningom za 4 minute, bo računalnik prešel v način varčevanja z energijo, vsi podatki o nastavitvah in vadbi bodo shranjeni, dokler uporabnik ne začne znova.
2. Kadar konzola deluje nenavadno, izklopite adapter in ga znova priključite.
3. Če je dejanski srčni utrip nad 230 ali manj kot 30, se bo na konzoli v 4 sekundah prikazal "P" in ne simbol srčnega utripa.

iConsole+ APP

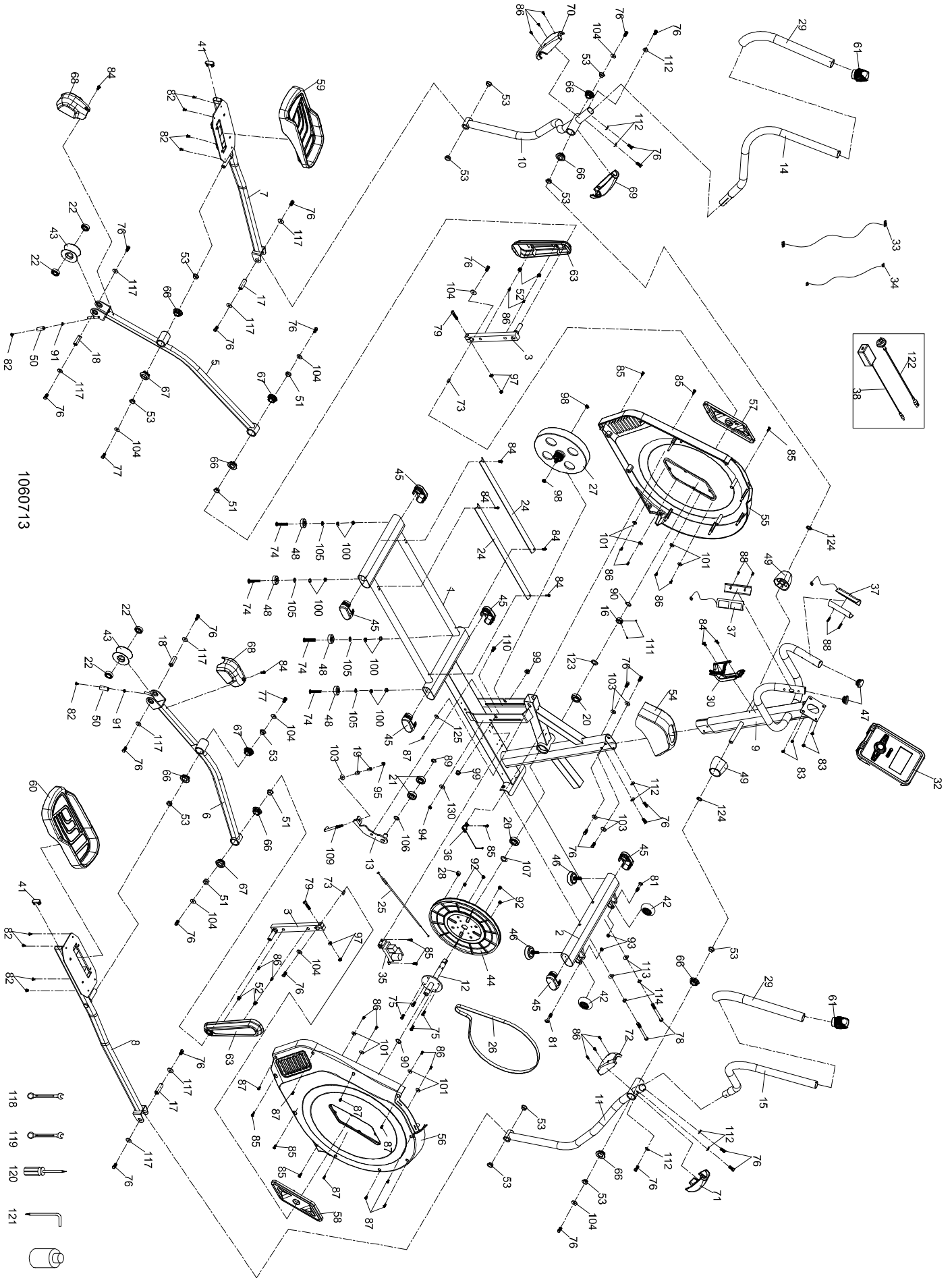
Na telefonu / tabličnem računalniku vklopite Bluetooth, poiščite napravo in pritisnite connect.
Vključite aplikacijo iconsole + na telefonu / tabličnem računalniku in pritisnite na povezavo, da začnete vadbo s telefonom / tabličnim računalnikom. (geslo: 0000)



OPOMBA:

1. Ko se konzola poveže s telefonom / tabličnim računalnikom prek Bluetooth, se LCD izklopi.

RAZŠIRJENA SLIKA



1060713

SEZNAM DELOV

Št.	Opis	Kol.
1	Main Frame	1
2	Front Stabilizer Bar	1
3	Crank Arm Assembly	2
5	Pedal Arm (L)	1
6	Pedal Arm (R)	1
7	Connecting Arm (L)	1
8	Connecting Arm (R)	1
9	Console Mast	1
10	Lower Handle Bar (L)	1
11	Lower Handle Bar (R)	1
12	Crank Axle	1
13	Idler Wheel Assembly	1
14	Swing Arm (L)	1
15	Swing Arm (R)	1
16	Axle Stopper	1
17	Swing for Axle	2
18	Axle for Slide Wheel	2
19	Ø11.9 × Ø8.5 × 15m/m_Rod End Sleeve	2
20	6004_Bearing	2
21	6203_Bearing	2
22	6003_Bearing	4
24	Aluminum Rail	2
25	360m/m_Steel Cable	1
26	Drive Belt	1
27	Flywheel	1
28	Magnet	1
29	Handgrip Foam	2
30	Drink Bottle Holder	1
32	Console Assembly	1
33	1350m/m_Computer Cable	1
34	350m/m_DC Power Cord	1
35	Gear Motor	1
36	500m/m_Sensor W/Cable	1
37	850m/m_Handpulse W/Cable Assembly	2
38	Power Adaptor	1
41	Ø20 × Ø40_Oval End Cap	2
42	Ø65_Transportation Wheel	2
43	Ø78_Slide Wheel , Urethane	2
44	Ø330_Drive Pulley	1
45	Ø40 × Ø80_Oval End Cap	6
46	Ø60 × 15mm_Adjustment Foot	2
47	Ø32(1.8T)_Button Head Plug	4
48	Ø35 × 10_Rubber Foot	4
49	Cover Swing Arm Axle	2
50	Ø15 × Ø8.6 × 38.5L_Sleeve	2
51	WFM-1719-12_Bushing	4
52	End Cap Stopper	4
53	J4FM-1719-09_Bushing	12

Št.	Opis	Kol.
54	Console Mast Cover	1
55	Side Case (L)	1
56	Side Case (R)	1
57	Side Case Plate(L)	1
58	Side Case Plate(R)	1
59	Pedal Arm Cover (L)	1
60	Pedal Arm Cover (R)	1
61	Handgrip End Cap	2
63	Crank Arm End Cap	2
66	Ø42 x Ø19 x 15L_Bushing	8
67	Ø42 x Ø19 x 21L_Bushing	4
68	Slide Wheel Cover	2
69	Front Handle Bar Cover (L)	1
70	Rear Handle Bar Cover (L)	1
71	Front Handle Bar Cover (R)	1
72	Rear Handle Bar Cover (R)	1
73	7 x 7 x 19mm_Woodruff Key	2
74	3/8" x 2"_Flat Head Socket Bolt	4
75	1/4" x UNC20 x 3/4"_Hex Head Bolt	4
76	5/16" x UNC18 x 3/4"_Hex Head Bolt	26
77	5/16" x 15m/m_Button Head Socket Bolt	2
78	3/8" x 3-3/4"_Hex Head Bolt	2
79	M8 x 35m/m_Socket Head Cap Bolt	2
81	5/16" x UNC18 x 1-3/4"_Button Head Socket Bolt	2
82	M5 x 10m/m_Phillips Head Screw	10
83	M5 x 10m/m_Phillips Head Screw	4
84	M5 x 15m/m_Phillips Head Screw	8
85	5 x 19m/m_Tapping Screw	9
86	3.5 x 12m/m_Sheet Metal Screw	18
87	3.5 x 16m/m_Sheet Metal Screw	9
88	3 x 20m/m_Tapping Screw	4
89	Ø17_C Ring	1
90	Ø20_C Ring	2
91	E7_E-Clip	2
92	1/4" x 8T_Nyloc Nut	4
93	5/16" x 7T_Nyloc Nut	2
94	M8 x 7T_Nyloc Nut	1
95	M8 x 9T_Nyloc Nut	1
97	M8 x 6.3T_Luck Nut	4
98	3/8" x UNF26 x 4T_Luck Nut	2
99	3/8" x UNF26 x 11T_Nut	2
100	3/8" x 7T_Luck Nut	8
101	Ø5 x Ø15 x 1.5T_Flat Washer	8
103	Ø5/16" x Ø23 x 1.5T_Flat Washer	5
104	Ø8.5 x Ø26 x 2.0T_Flat Washer	8
105	Ø3/8" x Ø19 x 1.5T_Flat Washer	4
106	Ø17 x Ø23.5 x 1.0T_Flat Washer	1
107	Ø20 x Ø30 x 2T_Flat Washer	1
109	M8 x P1.25 x 155L_J Bolt	1

Št.	Opis	Kol.
110	M8 x 20m/m_Carriage Bolt	1
111	M5 x 5m/m_Slotted Set Screw	2
112	Ø8 x 23 x 1.5T_Curved Washer	8
113	Ø3/8" x 23 x 2.0T_Curved Washer	2
114	Ø10 x 2T_Spring Washer	2
117	Ø5/16" x Ø23 x 3T_Flat Washer	8
118	12/14m/m_Wrench	1
119	13/14m/m_Wrench	1
120	Phillips Head Screw Driver	1
121	Combination M5 Allen Wrench & Phillips Head Screw Driver	1
122	Transformer Power Cord	1
123	Rubber Pad	1
124	Ø17 x 0.5T_Wave Washer	2
125	1/4" x 19_Flat Washer	1
130	Ø5/16" x Ø35 x 1.5T_Flat Washer	1

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