

TOORX
FITNESS IN MOTION

NAVODILA



CHRONO  LINE

RWX500



prevod izvirnih navodil

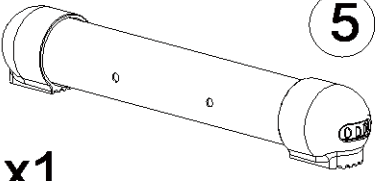
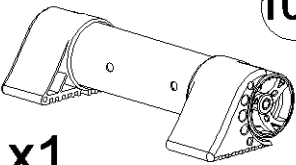
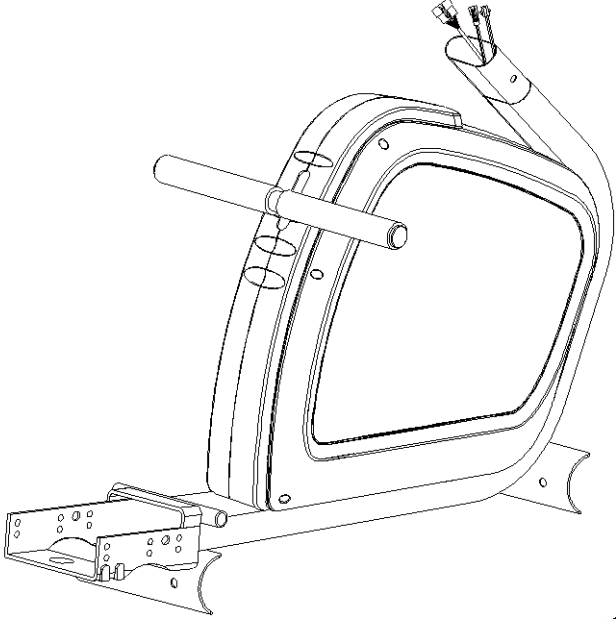
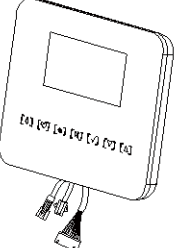
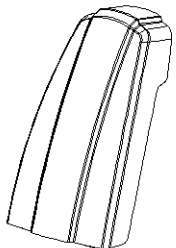
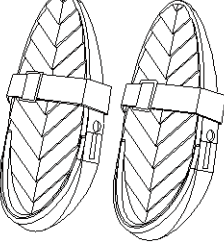
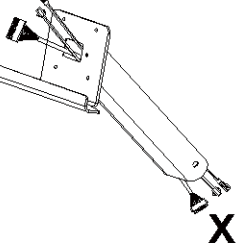
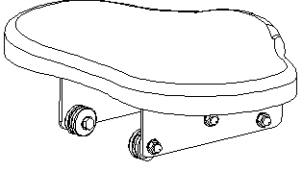
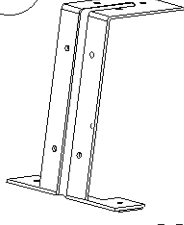
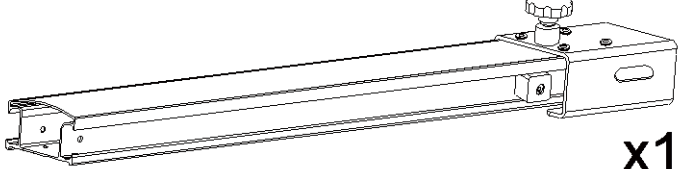
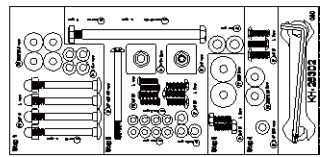
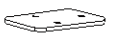
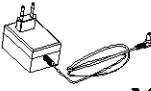
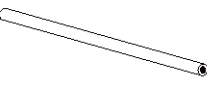
Cod : GRLDTOORXRWX500

Rev : 00

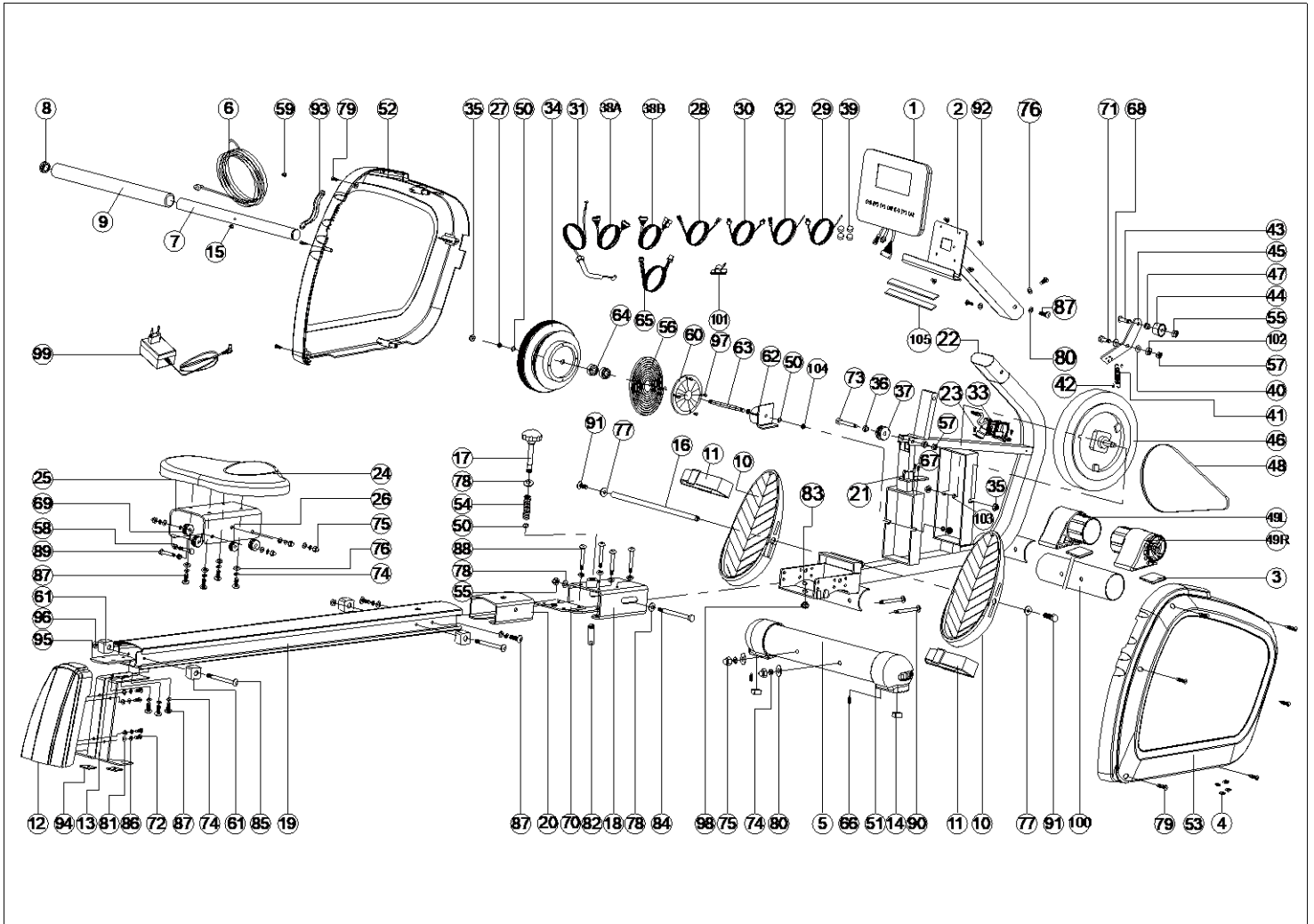
Ed : 11/17



Seznam komponent

 <p>5 x1</p>	 <p>100 x1</p>	 <p>22 x1</p>		
 <p>1 x1</p>	 <p>12 x1</p>			
 <p>10 x1</p>	 <p>2 x1</p>			
 <p>25 x1</p>	 <p>13 x1</p>	 <p>19 x1</p>		
 <p>x1</p>	 <p>95 x2</p>	 <p>99 x1</p>	 <p>16 x1</p>	

RAZŠIRJENA SLIKA

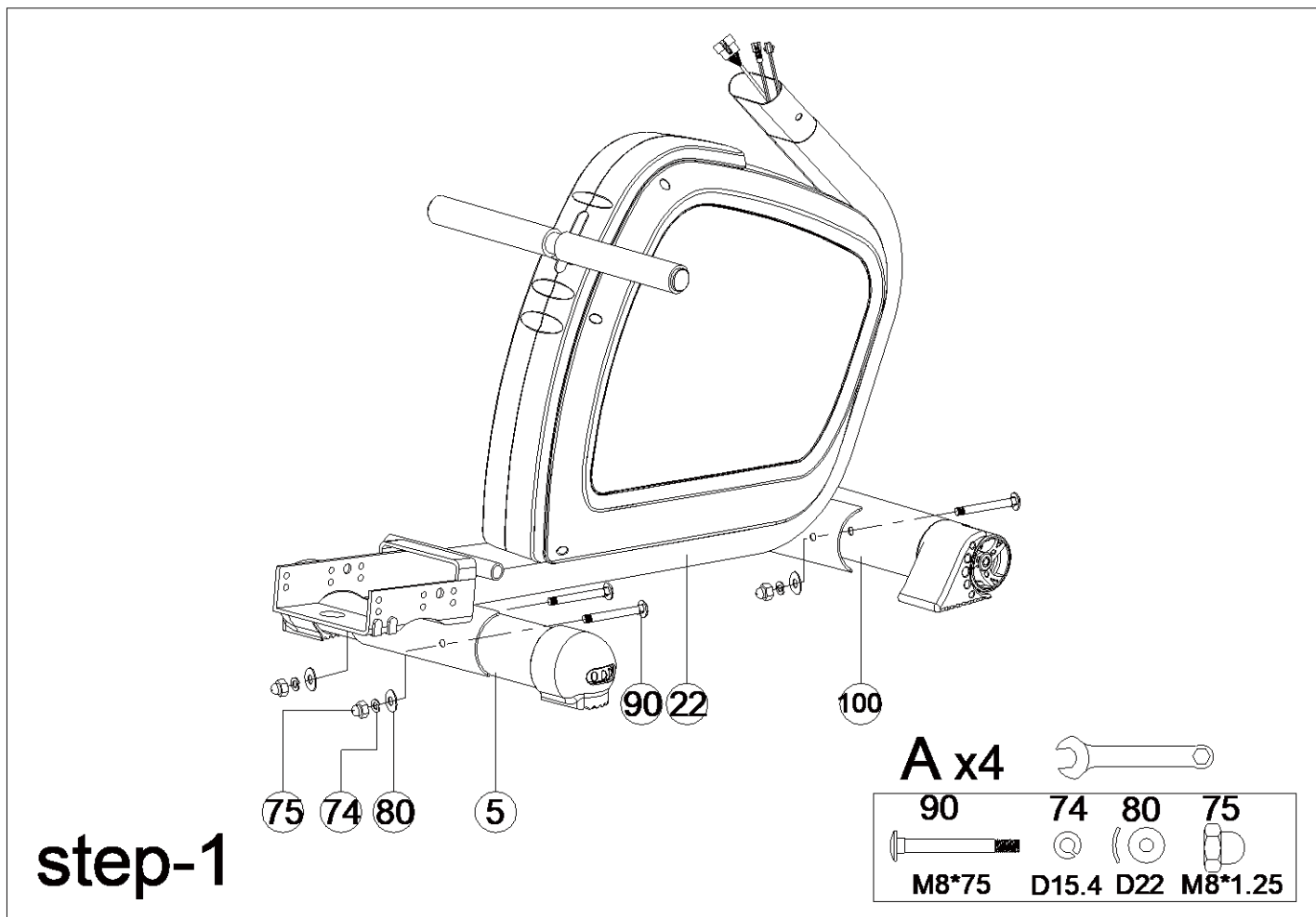


SEZNAM DELOV

Št. dela	Opis	Specifikacija	Kol.	Št. dela	Opis	Specifikacija	Kol.
1	Computer	SM-5856-64	1	54	Spring	D13*D1.2*85.5L	1
2	Handlebar post welding set		1	55	Anti-loosen nut M10x1.5x10T	M10x1.5x10T	2
3	Front anti-slip pad	44.6*50*5.3	2	56	Volute spring 20*0.8T	20*0.8T	1
4	Pin	D6*26.5*7.7	2	57	Anti-loosen nut M8*1.25*8T	M8*1.25*8T	2
5	stabilizer	D60x1.5Tx440L	1	58	Bushing of pulley axle	D12*D8.2*12.6L	6
6	Pulling rope	D5*2000L	1	59	Buffer	D11*7L	1
7	Foam roller	D25.4*400*1.4T	1	60	Fixing plate for spring	D121*3T	1
8	Half-ball cap	D25.4*31L	2	61	Square buffer	34*34*22T	4
9	Foam	D23x4Tx400L	1	62	Fixing bracket for volute spring		1
10	Foot pedal	315*137.5*67	2	63	Flywheel axle	D10*120.7	1
11	Strap	440*50	2	64	Bearing #6000ZZ	#6000ZZ	2
12	Rear cover	330*196*69	1	65	Electrical cable	620L	1
13	Rear supporting bracket set		1	66	Cross screw	ST4x1.41x10L	2
14	Rear anti-slip pad	19.4*19.4*11.5	2	67	Cross screw M5*0.8*10L	M5*0.8*10L	2
15	Bushing	D10.5*D7.5*9T	1	68	Flat washer D21*D8.5*1.5T	D21*D8.5*1.5T	1
16	Horizontal axle	D12*436L	1	69	Pulley	D37.4*D8*11	4
17	Ball knob	D50*M10*1.5*115.5L	1	70	Reinforce plate	100*78*3T	1
18	Pulley bracket	JD2300	1	71	Hex bolt	M8*25,15MM	1
19	Sliding beam	115*69.5*1210L	1	72	Cross screw M6*1.0*20L	M6*1.0*20L	4
20	Supporting fixing set	63*59*110*3T	1	73	Ladder screw M8*1.25*55.5L	M8*1.25*55.5L	1
21	Fixing set for sensor	30*28*21	1	74	Spring washer D15.4*D8.2*2T	D15.4*D8.2*2T	16
22	Main frame		1	75	Domed nut	M8x1.25x15L	10
23	Cross bolt ST4.2*15L	ST4.2*1.4*15L	2	76	Flat washer D16xD8.5x1.2T	D16xD8.5x1.2T	17
24	Seat	380*280*35,DD-PU21-5	1	77	Flat washer D25*D8.5x2.0T	D25*D8.5x2.0T	2
25	Supporting bracket for seat		1	78	Flat washer D20*D11*2T	D20*D11*2T	3
26	Pulley	D32*D18*10	2	79	Cross screw ST4.2*1.4*20L	ST4.2x1.4x20L	7
27	Hex nut D9.5x5T	D9.5x5T(3/8"-26UNF)	1	80	Curved washer D22*D8.5*1.5T	D22*D8.5*1.5T	6
28	Lower computer	450L	1	81	Flat washer	D13*D6.5*1.0T	4

	cable (l)						
29	Sensor	1100L	1	82	Connecting axle cover	M20*2.5*62L	1
30	Lower computer cable	450L	1	83	C ring S-16(1T)	S-16(1T)	2
31	Tension cable	D1.5x400	1	84	bolt M10*1.5*150L	M10*1.5*150L	1
32	Sensor (一)	1100L	1	85	Hex bolt M8*1.25*100L	M8*1.25*100L	2
33	Motor		1	86	Spring washer D10.5*D6.1*1.3T	D10.5*D6.1*1.3T	4
34	Wheel for pulling rope	D160*76L	1	87	Allen bolt M8*1.25*20L	M8x1.25x20L	12
35	Anti-loosen nut 3/8"-26UNFx6.5T	3/8"-26UNFx6.5T	4	88	Allen bolt M8*1.25*75L	M8x1.25x75L	4
36	Bushing	D13.5*D10*9	2	89	Hex bolt M8*1.25*35L	M8x1.25x35L	6
37	Pulley	D45*26L	1	90	bolt M8x1.25x75L	M8x1.25x75L	4
38A	Upper computer cable	450L	1	91	Hex screw M8*1.25*20L	M8*1.25*20L	2
38B	Lower computer cable	600L	1	92	cross screw M5*0.8*10L	M5*0.8*10L	4
39	Round magnet	M02	4	93	Guide plate of pull cable		1
40	Plastic flat washer D10*D24*0.4T	D10*D24*0.4T	1	94	Square buffer	35*35	2
41	Spring D2.2*D14*65L	D2.2*D14*65L	1	95	Fixing plate	93*50*4T	1
42	Plastic cover D3*30L	D3*30L	2	96	Hex nut M8*P1.25*6T	M8*P1.25*6T	2
43	Allen bolt M10*35L	M10*35L	1	97	cross screw ST4.2*15L	ST4.2*15L	4
44	Idle wheel	D42*D38*24	1	98	Fixing nut M10*1.5*13	M10*1.5*13	1
45	Fixing plate for Idle wheel	156*62.2*5T	1	99	Adaptor	Output:9V 500mA	1
46	Magnet system	D232*122L	1	100	Front stabilizer	D60x1.5Tx300L	1
47	Bushing D20*D14*11.5	D20*D14*11.5	1	101	Adhesive fixed clamp	16*16*6.8L	1
48	Belt	300 PJ5	1	102	Allen nut	M8*1.25*6T	1
49L	Front foot cap (L)	D60*83 L	1	103	Small spacer	D10*D14*3T	1
49R	Front foot cap (R)	D60*83 L	1	104	nut	D9.5*4T	2
50	C-ring S-10(1T)	S-10(1T)	3	105	Buffer strip	219*15*2T	2
51	Adjustable foot cap	D60*79 L	2	/	spanner	139*5T	2
52	Left chain cover	594*80.3*495	1	/	Allen cross spanner	M6	1
53	Right chain cover	594*76*495	1				

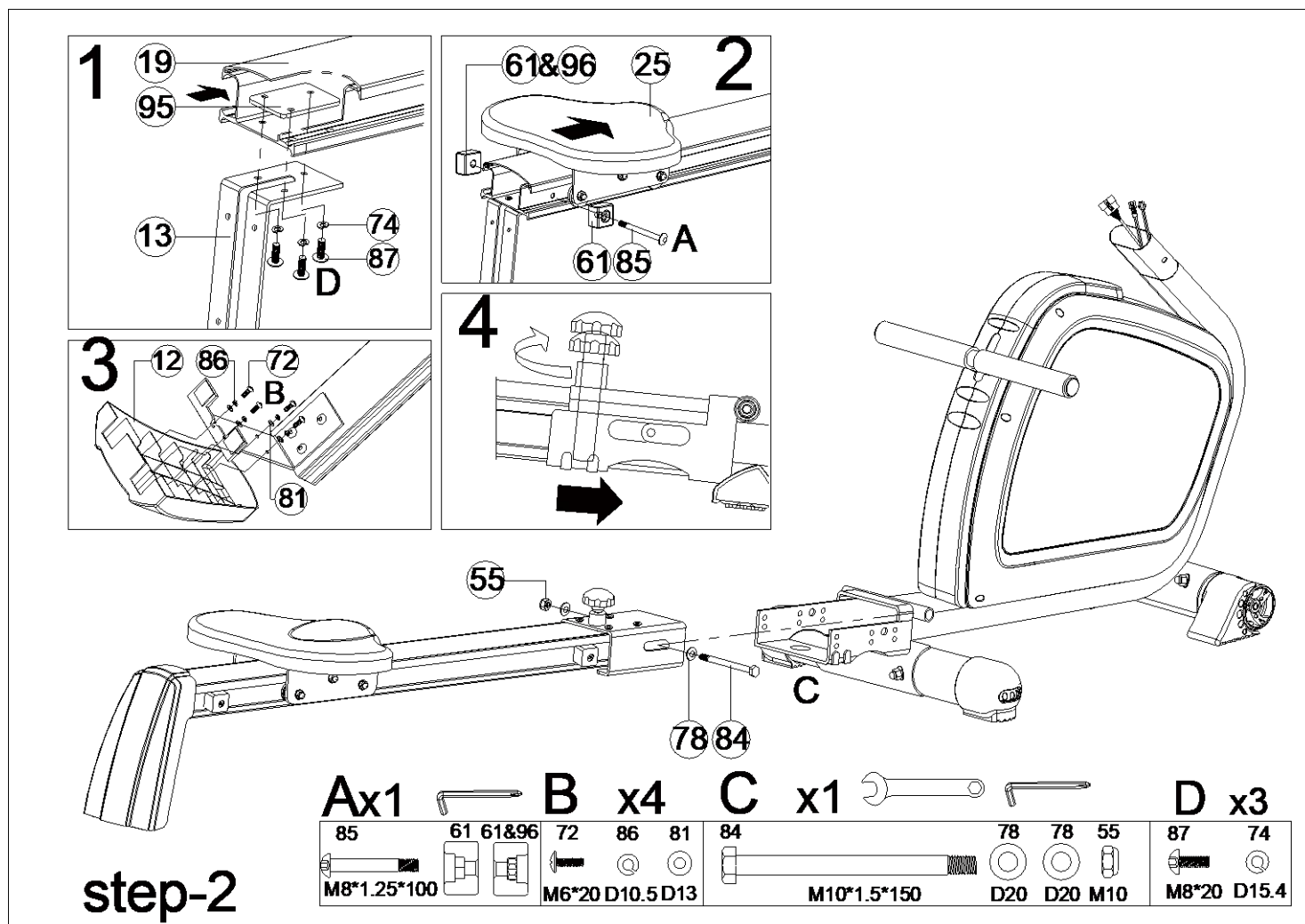
Korak 1 :



A. Zadnji stabilizator (5) pritrđite na glavni okvir (22) z vzmetno podložko (74), vijačno matico (75), ukrivljeno podložko (80) in kvadratnim vijakom (90).

B. Sprednji stabilizator (100) pritrđite na glavni okvir (22) s pomočjo vzmetne podložke (74), okrogle matice (75), ukrivljene podložke (80) in kvadratnega vijaka (90)

Korak 2:



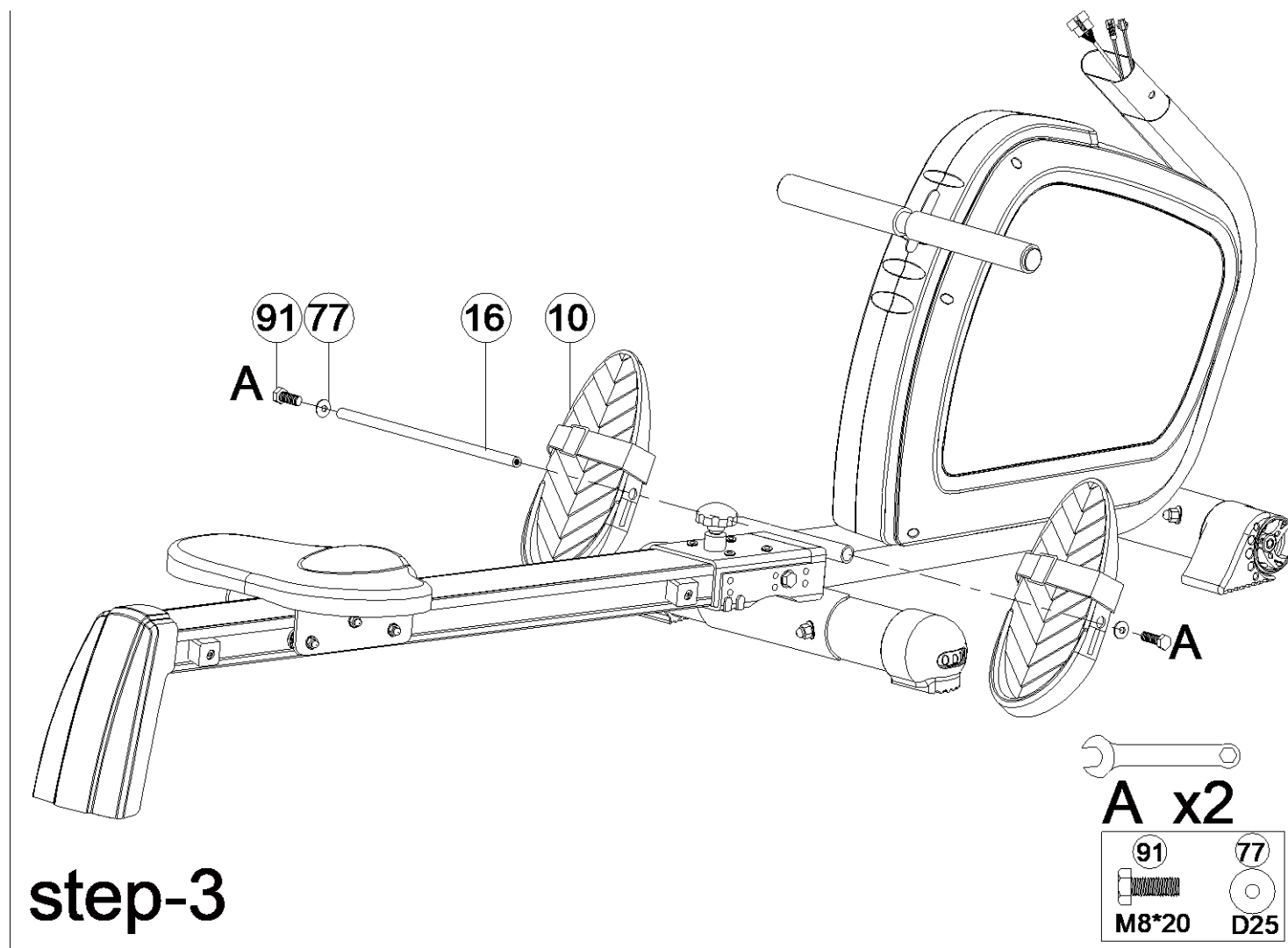
A. Sestavite zadnji nosilec (13) na tirnico (19) s pritrdilno ploščo (95), vzmetno podložko (74) in vijakom (87), kot je prikazano na sliki.

B. S pomočjo sedeža (61) in matice (96) ter vijaka (85), sestavite sedežni drsnik (25) na tirnico (19), kot je prikazano na sliki.

C. Zadnji pokrov (12) sestavite na zadnjo podporno ploščo (13) z vijakom (72), plosko podložko (81) in vzmetno podložko (86), kot je prikazano na sliki.

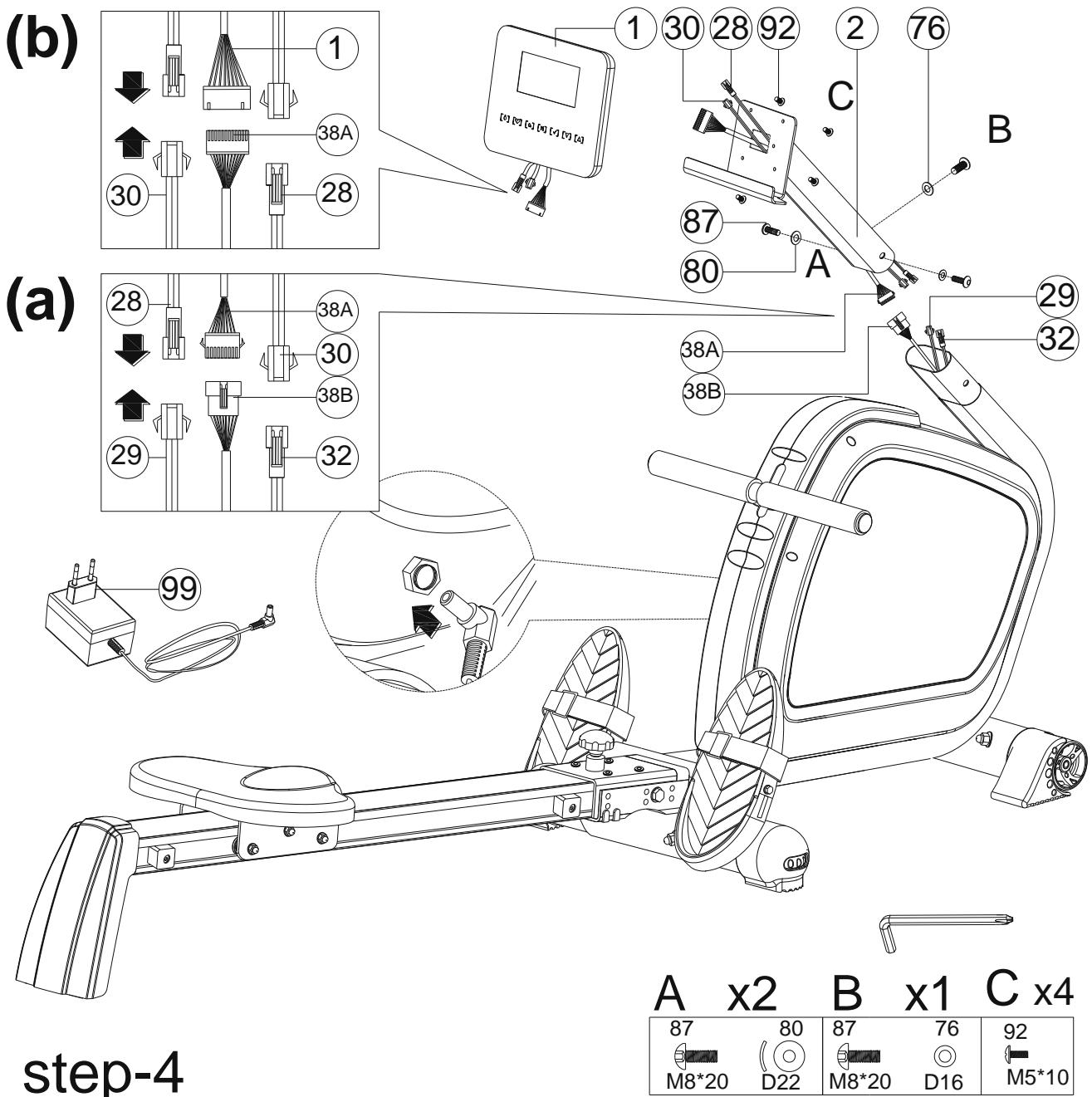
D. Sestavite celoten drsni komplet z glavnim okvirjem z najlonsko matico (55), plosko podložko (78) in vijakom (84). Drsno tirnico lahko zložite s pritiskom na gumb (17).

Korak 3:



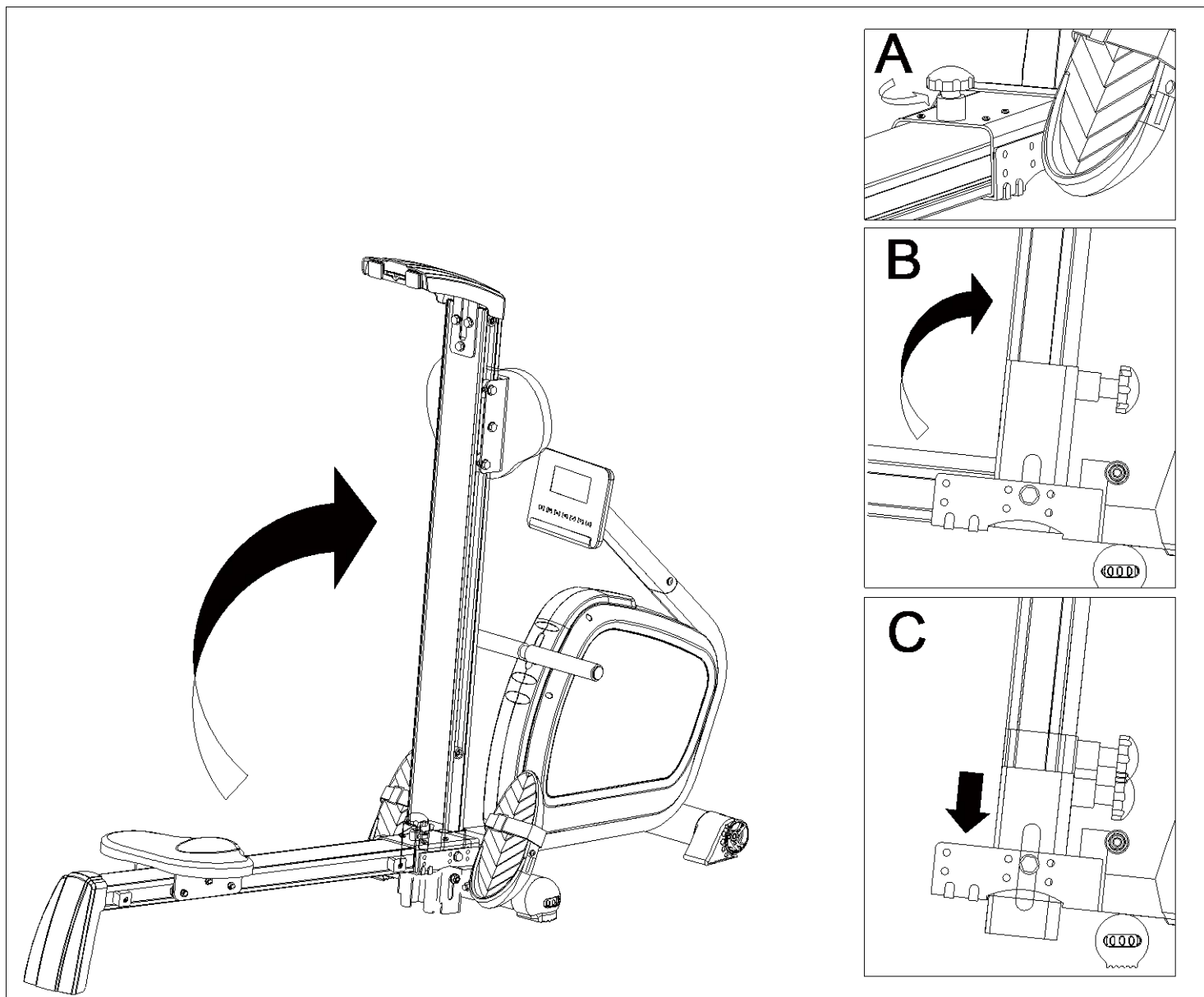
A. Sestavite stopalke (10) z osjo (16), plosko podložko (77) in vijakom (91).

Korak 4:



- 1) Priključite zgornji računalniški kabel (38A) in spodnji računalniški kabel (38B), spodnji računalniški kabel (—) (28) in senzor (—) (29), spodnji računalniški kabel (30) in senzor (—) (32) in nato sestavite krmilo (2) na glavni okvir s plosko podložko (76), ukrivljeno podložko (80) in navojnim vijakom (87), kot prikazuje slika.
- 2) Priključite spodnji računalniški kabel (28), s spodnjim računalniškim kablom (30) in zgornji računalniški kabel (38A) s kabli, pritrjenimi na računalnik (1) z vijakom (92), kot je prikazano na sliki.
- 3) Priključite adapter in vklopite računalnik.

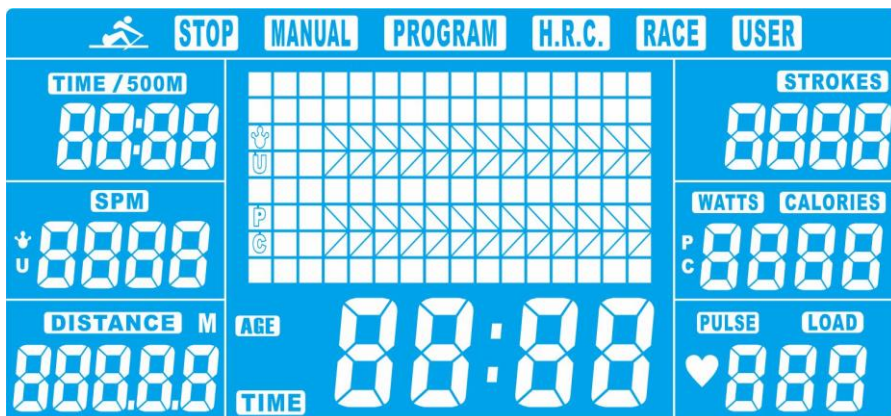
Zlaganje naprave:



NAVODILA ZA UPORABO

RAČUNALNIKA

Slika celotnega zaslona:



FUNKCIJE ZASLONA

FUNKCIJA	OPIS
WATTS	· Moč - Obseg zaslona 0 ~ 999
CALORIES	· Izgorele kalorije med veslanjem. · Obseg zaslona 0 ~ 9999; območje nastavitve 0 ~ 9990 cal
DISTANCE	· Prikaz razdalje veslanja uporabnika · Obseg zaslona 0 ~ 99999; vsako večanje / zmanjšanje je ± 100 .
PULSE	· Srčni utrip (BPM) med veslanjem. · Obseg zaslona 0-30 ~ 230
TIME/500M	· Prikaz časa vadbe med veslanjem. · Obseg zaslona 0: 00 ~ 99: 00 · Optično branje vsakih 6 sekund: računalnik bo prikazal čas, potreben za prehod 500 metrov glede na trenutno hitrost.
SPM	· Vesljaji na minuto · Obseg zaslona 0 ~ 99; vsako večanje / zmanjšanje je ± 5 .
LOAD	· Raven upora pri veslanju · Območje nastavitve 1 ~ 16
STROKES	· Celotno število vesljajev. · Obseg zaslona: 0 ~ 9999 · Poskenira vsakih 6 sekund za skupno število vesljajev. · Ko izključite adapter se zbršejo vesljaji.
TIME	· Prikaz skupnega časa vadbe.
MANUAL	· Vadba v privzetem načinu.
PROGRAM	· 12 programov na izbiro (prednastavljeni.)
H.R.C.	· Ciljni srčni utrip.
RACE	· Tekmovanje med uporabnikom in računalnikom.
USER	· Uporabnik ustvari profil ravni upora.

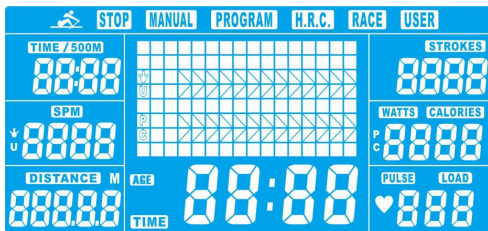
FUNKCIJE GUMBOV:

GUMB	OPIS
Gor	· Povečajte vrednosti funkcije ali izbiro nastavitve.
Dol	· Zmanjšate vrednosti funkcije ali izbiro nastavitve.
ENTER	· Potrdite nastavev ali izbiro.
Reset	· Držite pritisnjeno 2 sekundi, računalnik se bo znova zagnal. · Izbrišite nastavljeno vrednost · Po končani vadbi se vrnete v glavni meni.
Start/ Stop	· Začnite ali prenehajte z veslanjem.
Recovery	· Spremljanje stanja okrevanja srčnega utripa uporabnika.

POSTOPEK DELOVANJA:

1. VKLOP

Priključite napajalnik (ali pritisnite gumb RESET za 2s), računalnik se bo vklopil z enim piskom in 2 sekundi prikazoval vse segmente na LCD-ju (slika 1). Potem pridete do izbire USER, pritisnite GOR ali DOL, če želite izbrati U1 ~ U4 in potrdite s tipko ENTER. Nato vstopite v način nastavitve vadbe. Ne glede na to, kje se motor ustavi, se bo vedno vrnil v LEVEL = 1 položaj.



Slika 1

2. NAČIN MIROVANJA

Če se 4 minute ne vnese noben signal v konzolo, se bo LCD izklopil. Motor se vrne na 0. Sistem preneha delovati, vsa izračunana vrednost se shrani, pri naslednji vadbi se funkcije nadaljujejo.

3. IZBIRA FUNKCIJ

V načinu nastavitve vadbe MANUAL bo utripala pika. Pritisnite gumb GOR ali DOL, da izberete: Manual -> Program -> H.R.C. --> Dirka -> Uporabnik; potrdite s pritiskom na ENTER.

4. NAČIN MANUAL (PRIVZETI NAČIN)

4.1 Pritisnite START /STOP v glavnem meniju lahko začnete veslati neposredno v privzetem načinu.

4.2 Pritisnite GOR ali DOL, če želite izbrati privzet način, in pritisnite ENTER za potrditev.

4.3 Pritisnite GOR ali DOL, če želite nastaviti ciljno vrednost ČAS / RAZDALJA, KALORIJE, PULZ, za potrditev pritisnite ENTER. (Slika2) (Časa in oddaljenosti ni mogoče nastaviti istočasno.)

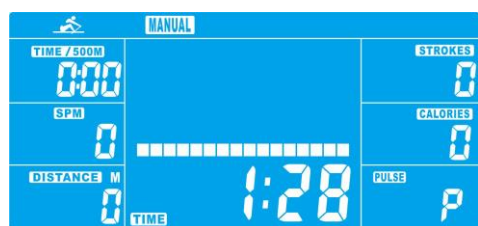
4.4 Za začetek veslanja pritisnite tipko START / STOP (Slika 3). Nastavljena vrednost se začne odšteti od ciljne vrednosti. Pritisnite GOR ali DOL, če želite prilagoditi raven upora od 1 do 16.

4.5 Če se katera koli prednastavljena vrednost vadbe odšteje do 0, se konzola ustavi. Funkcija utripa in sproži se alarm. Nato se prikaže povprečna vrednost. (Pritisnite katero koli tipko, da zaustavite alarm.)

4.6 Pritisnite RESET za vrnitev v glavni meni.



Slika 2



Slika 3

5. PROGRAMSKI NAČIN

5.1 Pritisnite GOR ali DOL, če želite izbrati programski način, in pritisnite ENTER za potrditev.

5.2 Pritisnite GOR ali DOL, če želite izbrati profil (P1 ~ P12, Slika 4), in pritisnite ENTER za potrditev.

5.3 Pritisnite GOR ali DOL, da nastavite ČAS (slika 5) in pritisnite ENTER za potrditev.

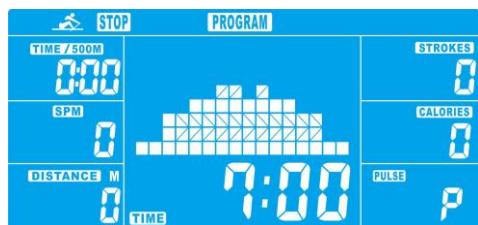
5.4 Za začetek veslanja pritisnite tipko START / STOP. Pritisnite GOR ali DOL, če želite prilagoditi raven upora od 1 do 16.

5.5 Ko ČAS odšteje do 0, se računalnik ustavi in sproži se alarm. Nato konzola prikaže povprečno vrednost. (Pritisnite katero koli tipko za zaustavitev alarma.) Računalnik bo povrnil prejšnjo nastavljeno vrednost.

5.6 Za vrnitev v glavni meni pritisnite RESET.



Slika 4



Slika 5

6. H.R.C. - NAČIN CILJNEGA SRČNEGA UTRIPA

6.1 Pritisnite GOR ali DOL, da izberete H.R.C. in potrdite s tipko ENTER.

6.2 Pritisnite GOR ali DOL, če želite nastaviti AGE (prednastavitev = 25, slika 6), za potrditev pritisnite ENTER.

6.3 Pritisnite GOR ali DOL, da izberete 55%, 75%, 90% (Slika 7).

Ko izberete Target H.R., se v oknu PULSE prikaže prednastavljena vrednost 55% (privzeto: 107bpm), 75% (privzeto: 146bpm), 90% (privzeto: 175bpm), TAG (privzeto: 100bpm). Ko izberete TAG, utripa prednastavljena vrednost PULSE 100 (Slika8), pritisnite GOR ali DOL, če želite nastaviti PULSE: 0-30~230

6.4 Pritisnite GOR ali DOL, da nastavite ČAS (slika 9).

6.5 Pritisnite tipko START / STOP za začetek vadbe. Če po zagonu ni impulznega vhoda, bo LCD zaslon prikazal ♥; Ko ČAS odšteje do 0: 00, se bo vklopil alarm. Nato se prikaže povprečna vrednost. (Pritisnite katero koli tipko za zaustavitev alarma.) ČAS bo povrnil prejšnjo nastavljeno vrednost.

6.6 Ko uporabnikov dejanski utrip ne doseže prednastavljene vrednosti, bo sistem povečal zahtevnost za 1 nivo v 30s, dokler ne doseže LEVEL = 16; Ko dejanski utrip uporabnika preseže prednastavljeno vrednost, se bo sistem znižal za 1 nivo na 15 s, dokler ne doseže LEVEL = 1 (alarm piska vsako sekundo). Če uporabnikov utrip še vedno presega prednastavljeno vrednost, ko je LEVEL = 1 za 30s, se računalnik zaradi varnosti uporabnika samodejno ustavi. Če v konzolo ni vnosa impulza, bo sistem takoj znižal 1 nivo in nato vsakih 15 sekund znižal še en nivo s piskom, dokler ne doseže LEVEL = 1.

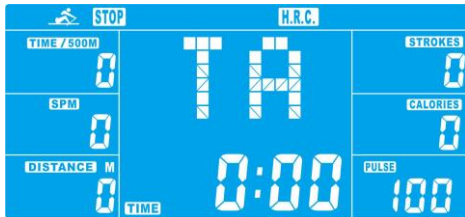
6.7 Za vrnitev v glavni meni pritisnite RESET



Slika 6



Slika 7



Slika 8



Slika 9

7. NAČIN DIRKE

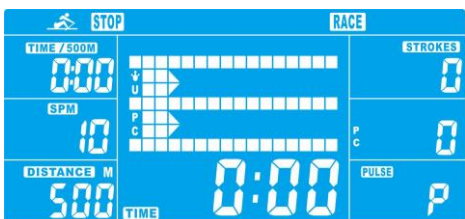
7.1 Pritisnite GOR ali DOL, če želite izbrati način dirke (Slika 10), in potrdite s tipko ENTER.

7.2 Pritisnite GOR ali DOL, da nastavite SPM (prednastavitev = 10) in RAZ. (prednastavitev = 500) (Slika 11). (Skupna raven=15, L1=1: 00 ČAS / 500M, L15=8: 00 ČAS /500M, privzeto povečanje: 0:30 ČAS/500M).

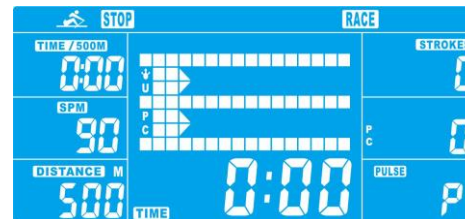
7.3 Pritisnite tipko START / STOP za začetek vadbe. Na zaslonu se prikaže stanje vadbe UPORABNIK in PC . prikaz razdalje vadbe v stolpcu PC, medtem ko je prikaz razdalje vadbe v stolpcu UPORABNIK (slika 13)

7.4 Ko katera od funkcij doseže ciljno vrednost, se sistem ustavi. PC ali USER bo prikazal končane podatke.

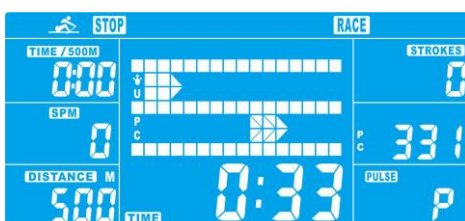
7.5 Za vrnitev v glavni meni pritisnite RESET



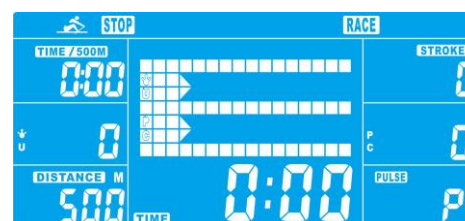
Slika 10



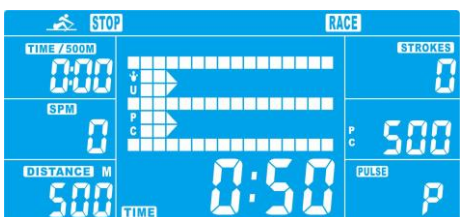
Slika 11



Slika 12



Slika 13



Slika 14

8. NAČIN UPORABNIKA

8.1 Pritisnite GOR ali DOL, če želite izbrati USER način, in pritisnite ENTER za potrditev.

8.2 Pritisnite GOR/DOL, da nastavite raven upora vsakega stolpca (slika 15). Pritisnite ENTER za naslednjega. Držite pritisnjeno MODE za 2s, da končate nastavitvev.

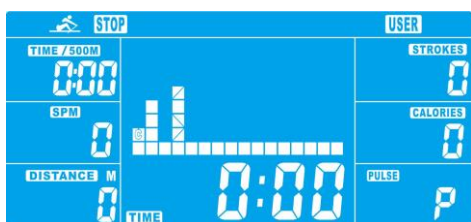
8.3 Pritisnite GOR ali DOL, da nastavite ČAS (Slika 16), in pritisnite ENTER za potrditev.

8.4 Pritisnite tipko START / STOP za začetek vadbe. Pritisnite GOR ali DOL, če želite prilagoditi raven upora.

8.5 Ko se prednastavljena vrednost vadbe odšteje do 0, se računalnik ustavi in aktivira se alarm. Pritisnite katero koli tipko, da ustavite alarm.

8.6 Pritisnite tipko START / STOP za prekinitev vadbe.

8.7 Za vrnitev v glavni meni pritisnite RESET.



Slika 15



Slika 16

9. NAČIN REGENERIRANJA

9.1 V načinu regeneracije mora uporabnik nositi prsni pas. Ko se vrednost utripa prikaže v računalniku, pritisnite tipko RECOVERY za začetek merjenja.

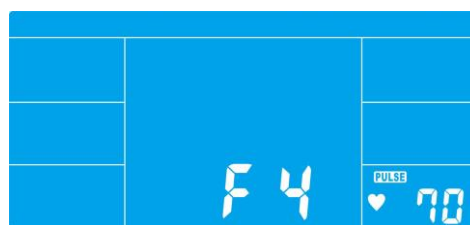
9.2 Nato se ustavijo vse funkcije, razen ČAS in PULSE (Slika 17). ČAS prikazuje "0:60" (sekunde) in začne odštevati do 0:00.

9.3 Računalnik bo prikazal stanje okrevanja srčnega utripa po odštevanju TIME do 0:00 s FX (X = 1 ~ 6) (slika 18), kot je prikazano na spodnjem grafikonu.

9.4 Ponovno pritisnite RECOVERY, da se vrnete v glavni meni.



Slika 17



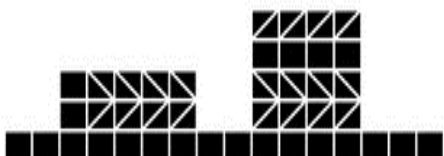
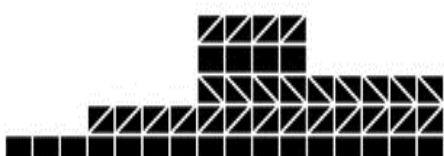
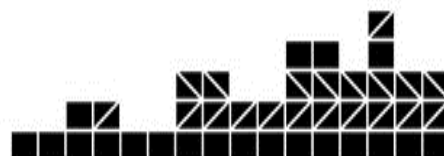
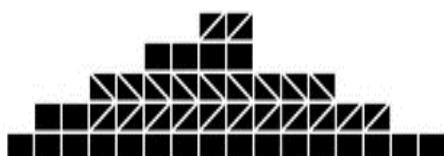
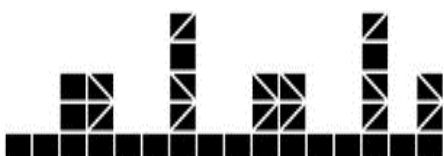
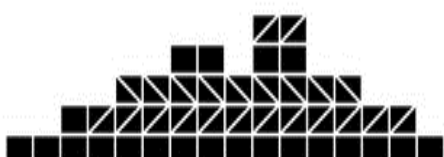
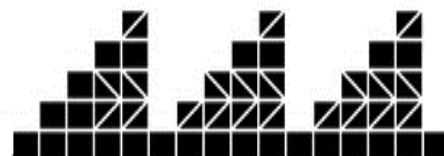
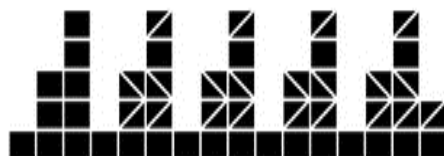
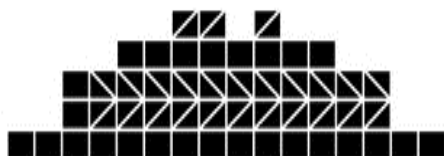
Slika 18

1.0	OUTSTANDING
$1.0 < F < 2.0$	EXCELLENT
$2.0 < F < 2.9$	GOOD
$3.0 < F < 3.9$	FAIR
$4.0 < F < 5.9$	BELOW AVERAGE
6.0	POOR

Opomba:

1. Če monitor prikazuje E-2, preverite, ali so kabli dobro povezani ali poškodovani.
2. Po 4 minutah brez veslanja ali vnosa signala, računalnik preide v način mirovanja.

Program profila: P01~P12



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