

**TOORX**  
FITNESS IN MOTION

# NAVODILA



CHRONO  LINE

# RWX700

Prevod izvornih navodil



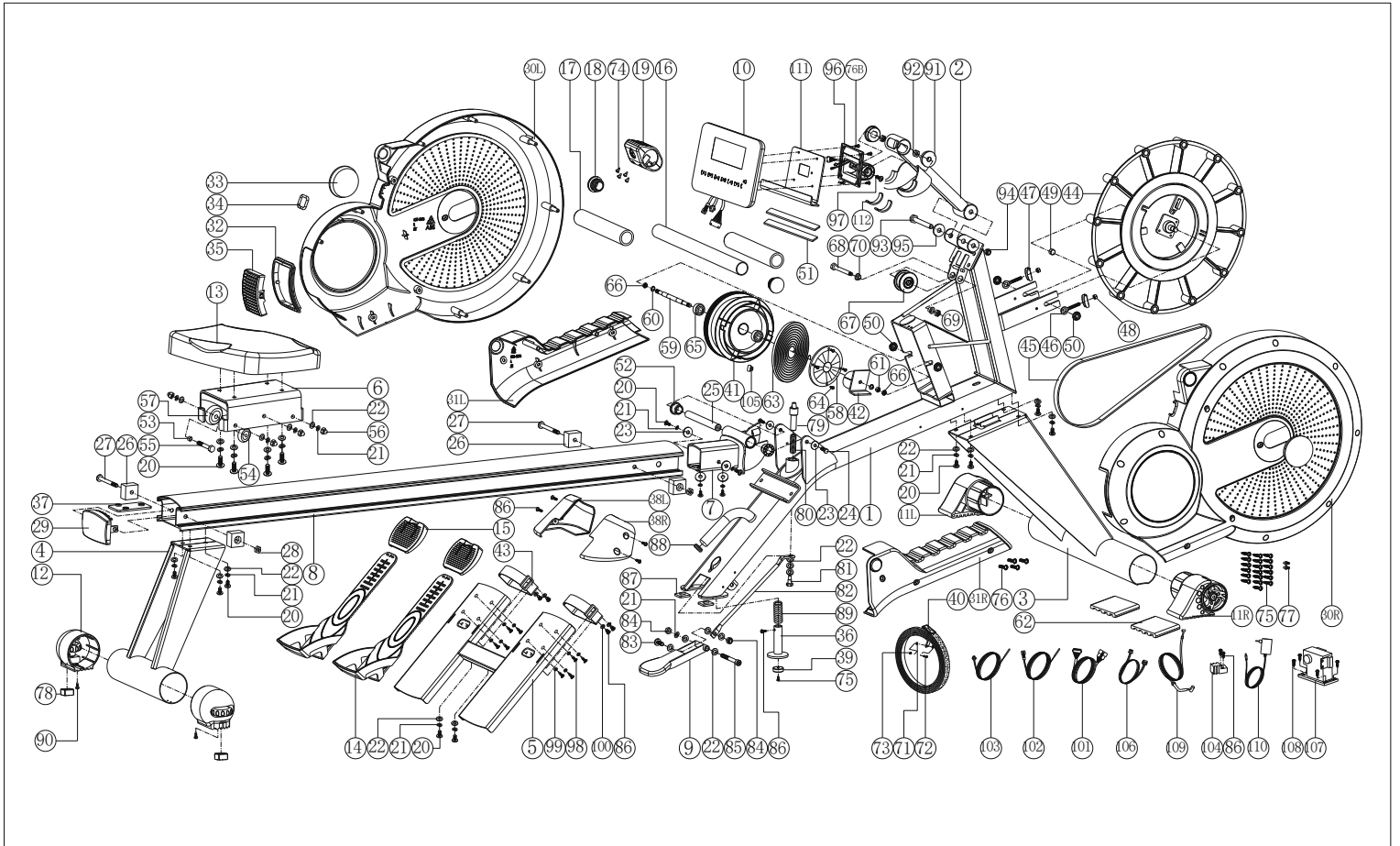
Cod: GRLDTOORXRWX700

Rev : 00

Ed : 09/17



# Razširjena slika



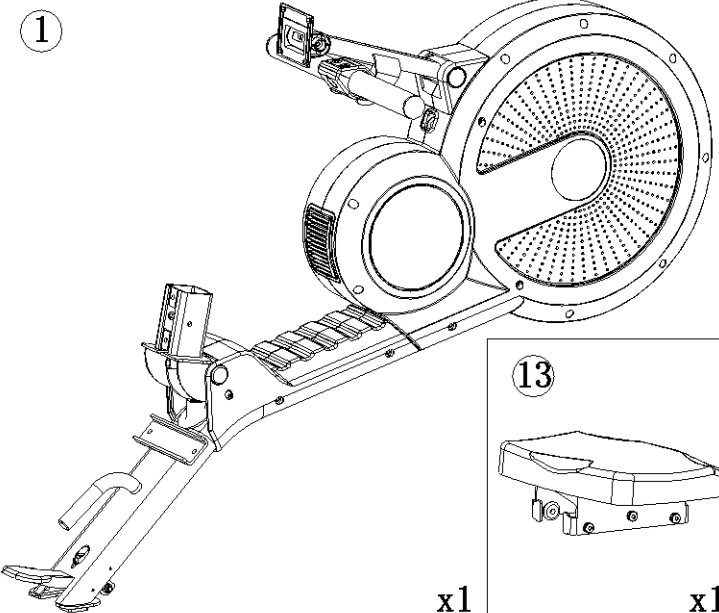
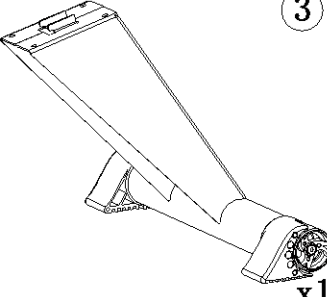

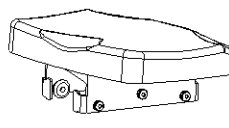
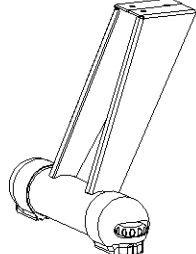
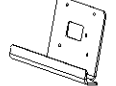
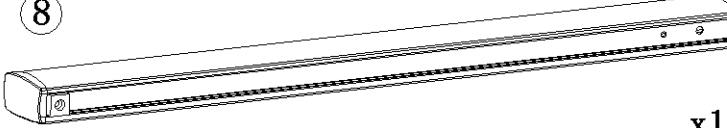
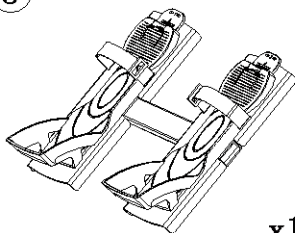
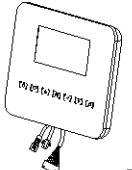


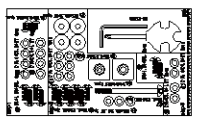
## Seznam delov

Št. Dela	Opis	Kol.	Št. Dela	Opis	Kol
1	Main frame	1	38R	Right cover for foot	1
2	Handlebar post	1	39	Buffer D25*D4.5*8T	1
3	Front stabilizer	1	40	Pulling strap	1
4	Rear stabilizer	1	41	Wheel for pulling rope	1
5	Bracket for pedal	1	42	Fixing bracket for volute spring	1
6	Supporting bracket for seat	1	43	Pedal strap	2
7	Sliding beam	1	44	Flywheel	1
8	Sliding rail	1	45	Belt	1
9	Footboard	1	46	Adjustable Washer	2
10	Computer SM5856-64	1	47	U-Washer 30*9*8	1
11L	Left foot cap	1	48	Nut M6*1*5T	2
11R	Right foot cap	1	49	Spacer D10*D14*3T	1
			50	Anti-loosen nut	4
12	Adjustable foot cap	2	51	Buffer strip	2
13	Seat	1	52	Bushing D28.6*D22.6*3T	2
14	Pedal	2	53	Bushing D12*D8.2*12.6L	6
15	Fixing plate for pedal	2	54	Pulley D32*D18*10	2
16	Foam roller	1	55	Bolt M8x1.25x35L	6
17	Foam	2	56	Domed nut M8*1.25*15T	6
18	Round cap	2	57	Pulley	4
19	Cover for foam roller	1	58	Fixing plate for spring	1
20	Allen bolt M8x1.25x20L	17	59	Flywheel axle	1
21	Spring washer D15.4xD8.2x2T	24	60	C-clip S-10(1T)	2
22	Flat washer D16*D8.5*1.2T	27	61	Nut D9.5x5T(3/8"-26UNF)	1
			62	Front anti-slip mat	2
23	Flat washer D25xD8.5x2T	6	63	Volute spring	1
24	Bolt M8*1.25*15L	2	64	Screw ST4.2*15L	4
25	Connecting axle	1	65	Bearing #6000ZZ	2
26	Buffer 34*34*22T	4	66	Nut D9.5*4T(3/8"-26UNF)*4T	2
27	Allen bolt M8*1.25*100L	2	67	Pulley	1
28	Nut M8*P1.25*6T	2	68	Ladder bolt M8*1.25*55.5L	1
29	Cover for sliding rail	1	69	Nylon nut M8*1.25*8T	1
30L	Left chain cover	1	70	Bushing D13.5*D10*9	2
30R	Right chain cover	1	71	Flat washer D15*D5.2*1.0T	2
31L	Rear chain cover (left)	1	72	Screw M5*0.8*15L	2
31R	Rear chain cover (right)	1	73	Nylon nut M5*0.8*5T	2
32	Cover for pulling strap	1	74	Screw ST3.5*25L	4
33	Side cover	2	75	Screw ST4.2*15L	20
34	Guidance for pulling strap	2	76	Bolt M5*0.8*15L	8
35	Air blade set	1	77	Pin D6*26.5*7.7	2
			78	Rear anti-slip mat	2
36	Fixing tube for spring	1	79	Locking bolt D18.9*66L	1
37	Fixing plate	1	80	Spring D2.0*D18*75L	1

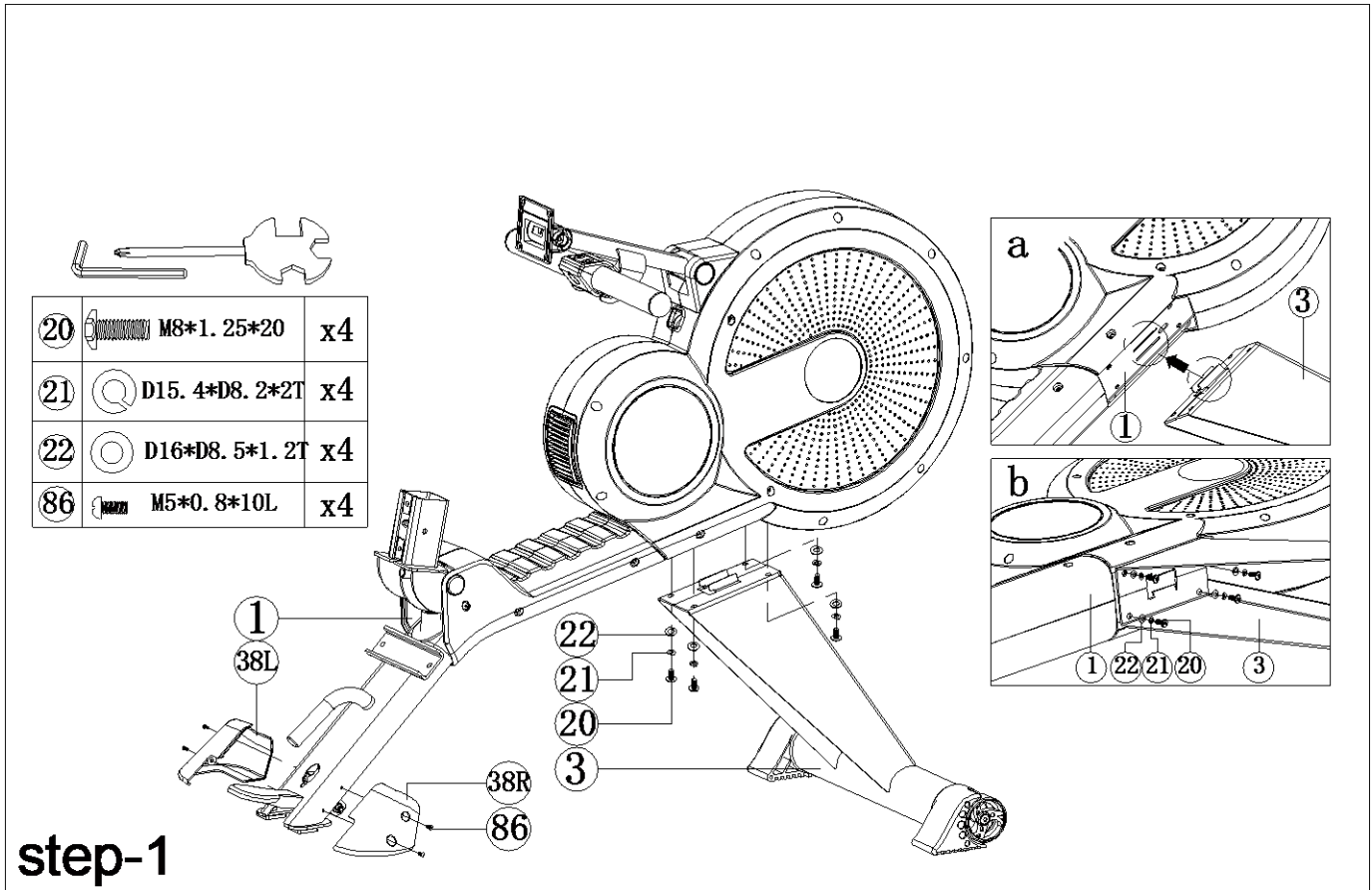
38L	Left cover for foot	1	81	Ladder bolt D8*M6*10	1
-----	---------------------	---	----	----------------------	---

Št. Dela	Opis	Kol	Št. Dela	Opis	Kol
82	Connecting rod	1	98	Screw ST4.2x1.4x10L	8
83	Allen bolt M8*1.25*25L	1	99	Flat washer D12*D4.3*1.0T	8
84	Nylon nut M8*1.25*8T	2	100	Flat washer D15*D5.2*3.0T	4
85	Allen screw M8*1.25*80L	1	101	Upper computer cable	1
86	Screw M5x0.8x10L	11	102	Sensor	1
87	Buffer 35*35*5T	2	103	Sensor (1)	1
88	Round cap	1	104	Fixing bracket for sensor	1
89	Spring D3.5*D30*60L	1	105	Round magnet	4
90	Screw ST4x1.41x10L	2	106	Power cable	1
91	Bushing D38*D8.1*6T	2	107	Motor	1
92	Nylon nut M8*1.25*8T	2	108	Screw ST4.2*1.4*15L	3
93	Bolt M10*1.5*80L	1	109	Tension cable	1
94	Nylon nut M10*1.5*10T	1	110	Adaptor	1
95	Flat washer D30*D10*3T	3	111	Computer fixed plate	1
			112	buffer	2
96	Fixing bracket for computer	2	\	Spanner	1
97	Allen bolt M8x1.25x20L	2	\	Allen spanner	1

# KONTROLNI SEZNAM

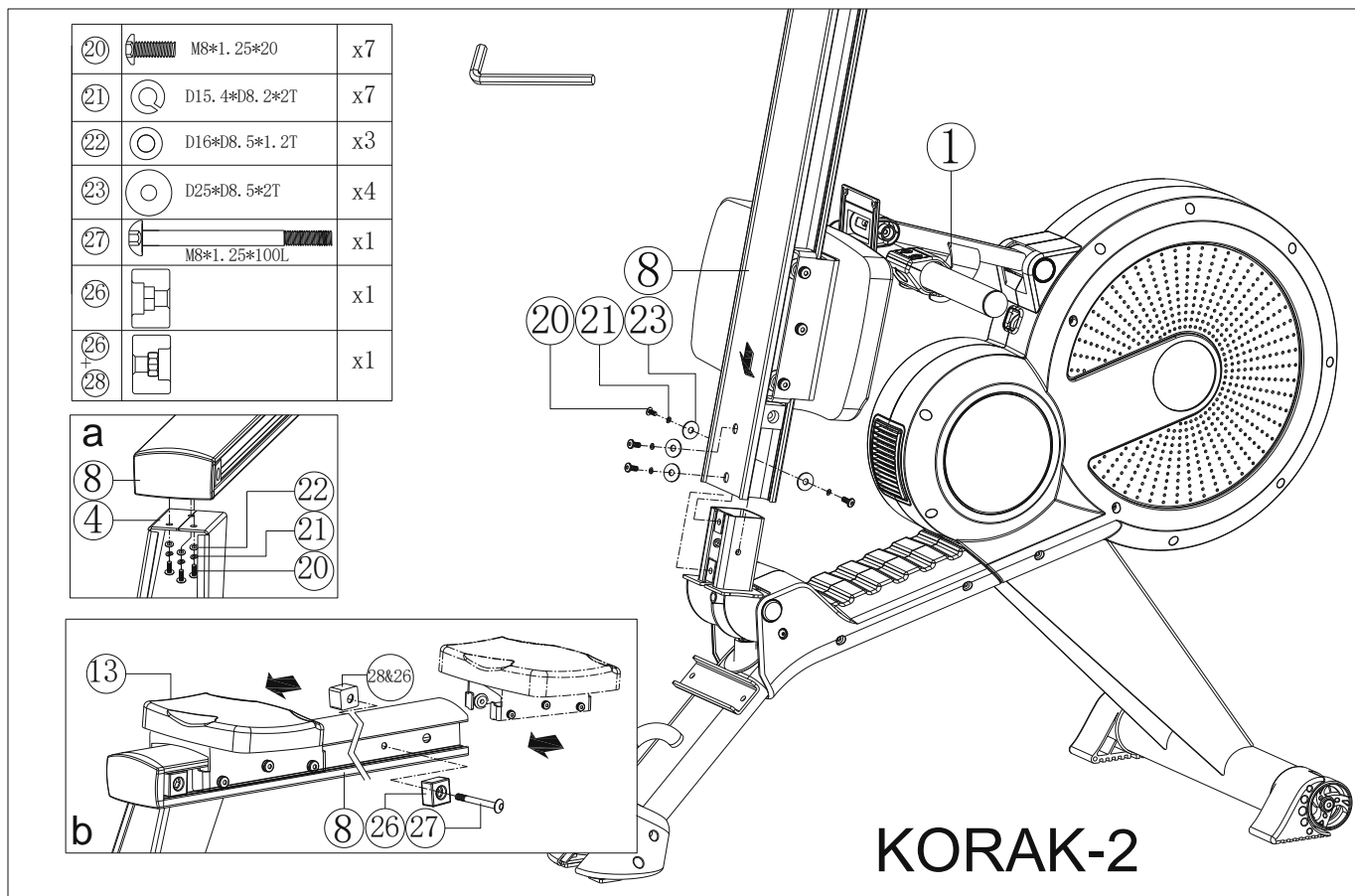
<p>①  x1</p>	<p>③  x1</p>	<p>①①①  x1</p>
<p>⑬  x1</p>	<p>④  x1</p>	<p>①①①  x1</p>
<p>⑧  x1</p>	<p>⑤  x1</p>	<p>①①  x1</p>
<p>③⑧①  x1</p>	<p>③⑧①  x1</p>	<p> x1</p>

## KORAK 1



- 1 Levi nožni pokrov (38L) in desni nožni pokrov (38R) pritrдите na glavni okvir (1) z vijaki (86) .
- 2 Sprednji stabilizator (3) namestite na glavni okvir (1) , kot je prikazano na sliki a.
- 3 Sprednji stabilizator (3) pritrđite na glavni okvir (1) z navojnimi vijaki (20) , vzmetnimi podložkami (21) , ravnimi podložkami (22) , kot je prikazano na sliki b.

## KORAK 2

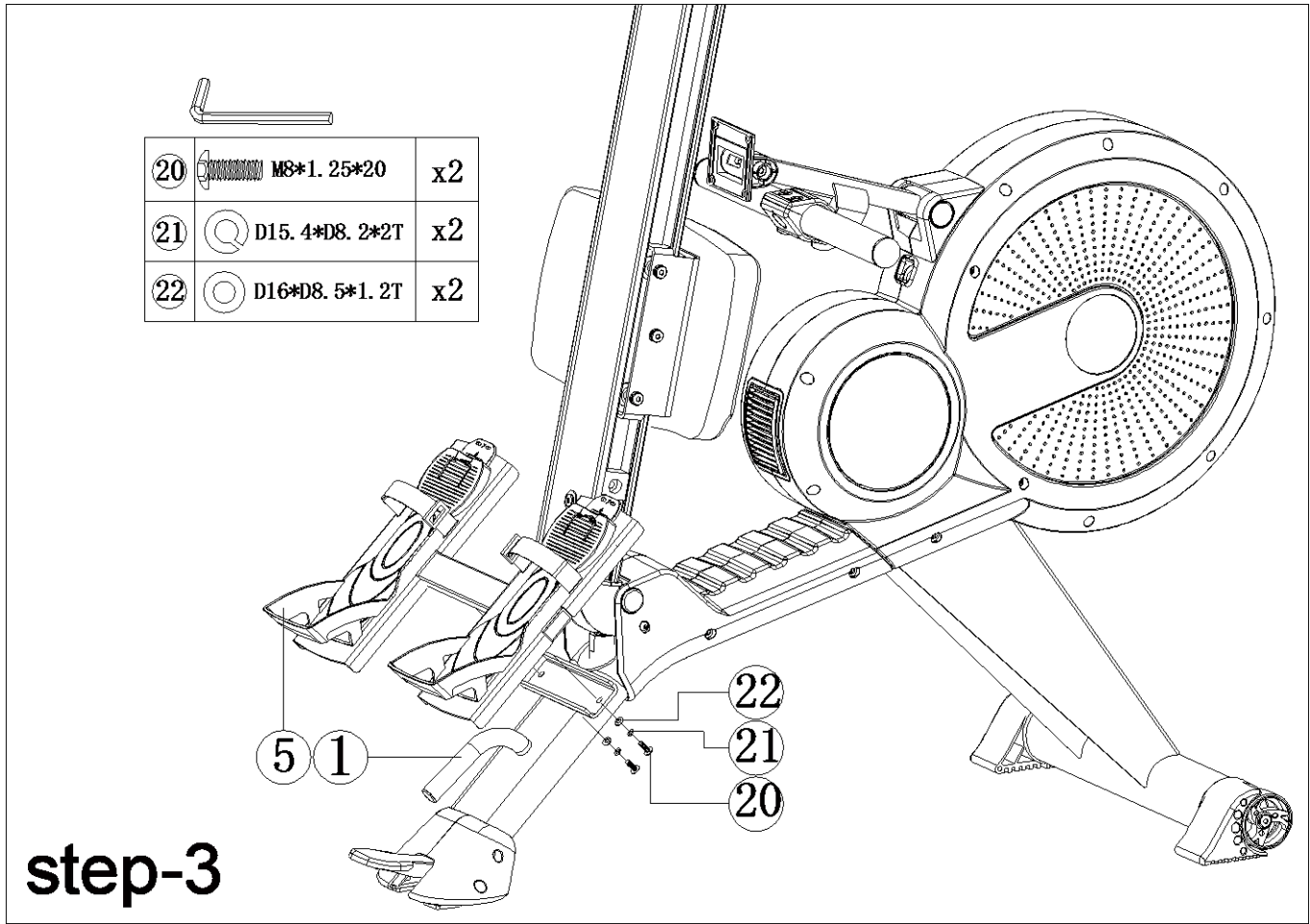


1 S pomočjo vijaka (27), kot je prikazano na sliki b, pritrđite sedež (13) na drsni nosilec (8), nato namestite vnaprej sestavljen odbojnik (28 in 26) in odbojnik (26) na drsni nosilec (8).

2 Zadnji stabilizator (4) pritrđite na drsni nosilec (8) z vijaki (20), vzmetnimi podloškami (21) in ravnimi podloškami (22), kot je prikazano na sliki a.

3 S pomočjo vijakov (20), vzmetnih podlošk (21) in ravnih podlošk (23) sestavite drsni nosilec (8) na glavni okvir (1).

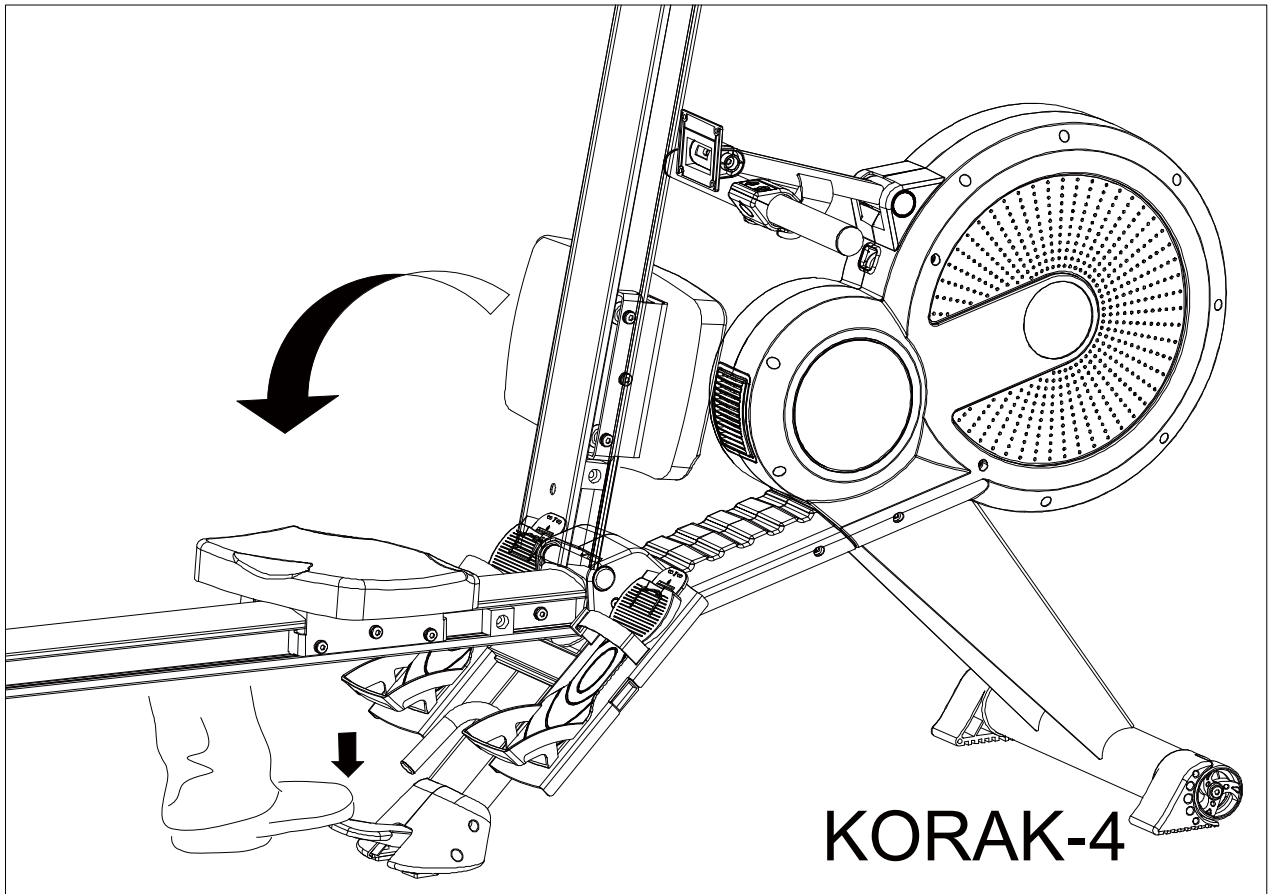
## KORAK 3



1. Z vijaki (20), vzmetnimi podloškami (21) in ravnimi podloškami (22) pritrdite nosilec za stopalki (5) na glavni okvir (1) .

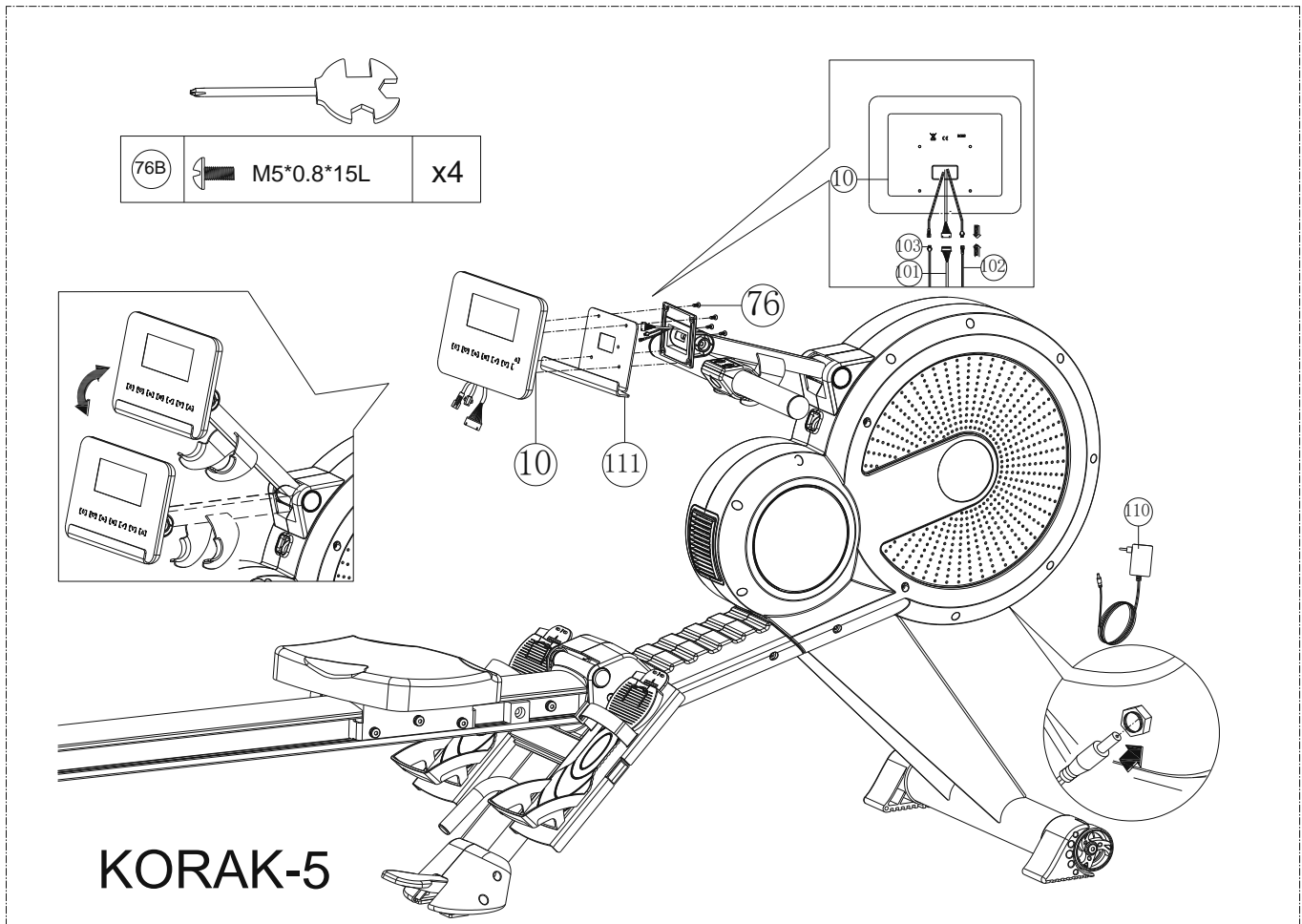


## KORAK 4



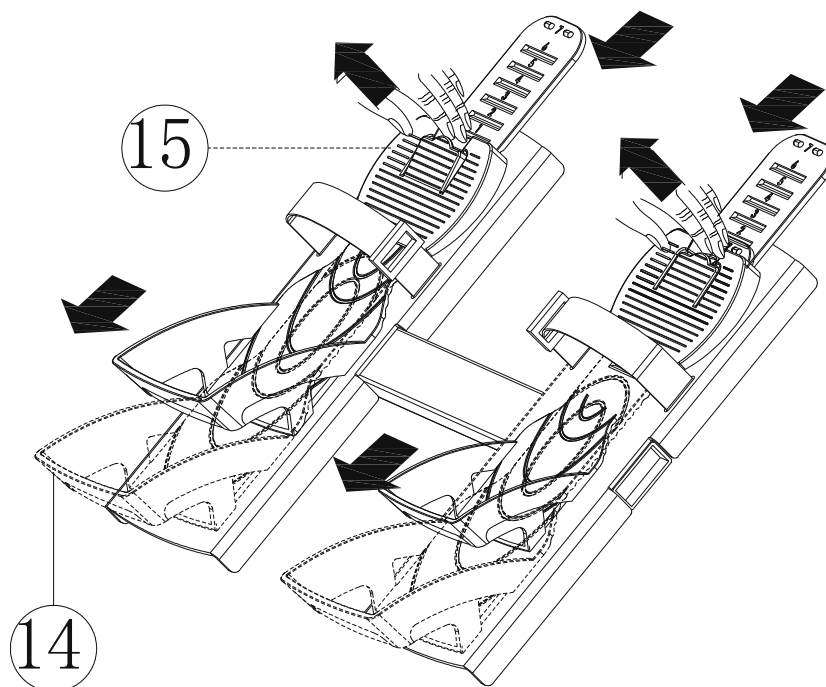
Stopite na pedalo (9) , da dvignete ali spustite drsni nosilec, kot je prikazano na sliki.

## KORAK 5

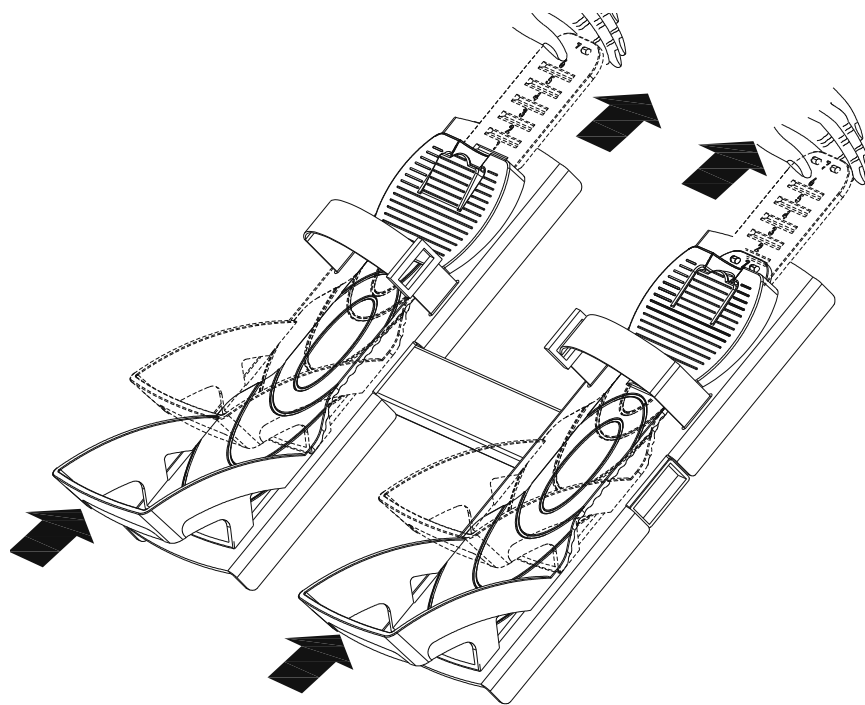


1. Povežite zgornji računalniški kabel (101), senzor (102), senzor 1 (103) na računalnik (10)
2. Z vijaki (76), kot je prikazano na zgornji sliki, pritrdite računalnik (10) na nosilec za računalnik.
3. Prilagodite krmilo v ustrezen položaj, kot je prikazano na približani sliki.
4. Sestavite adapter in vklopite računalnik.

Prilagodite položaj stopalk navzdol: izvlecite sponke na pritrdilnih ploščah stopalk (15), hkrati pa potegnite stopalke navzdol, kot je prikazano na zgornji sliki.



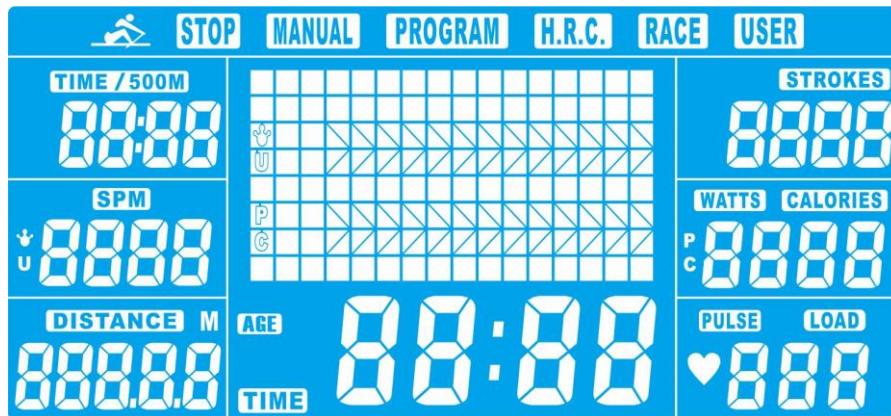
Prilagodite položaj stopalk navzgor: Ni potrebno izvleči sponke, stopalki neposredno povlecite navzgor, kot je prikazano na zgornji sliki.



# 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 $\pm 100$ .
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 $\pm 5$ .
LOAD	· Raven upora pri veslanju · Območje nastavitve 1 ~ 16
STROKES	· Celotno število veslajev. · Obseg zaslona: 0 ~ 9999 · Poskenira vsakih 6 sekund za skupno število veslajev. · Ko izključite adapter se zbrišejo vsljaji.
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.

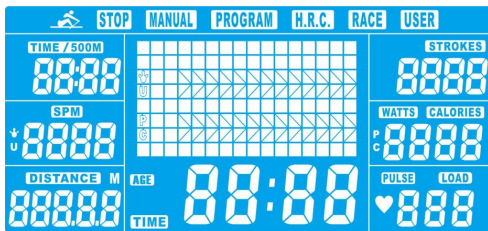
## **FUNKCIJE GUMBOV:**

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

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



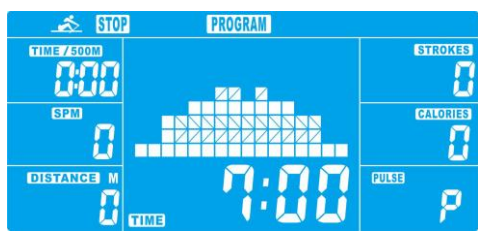
Slika 3

## 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

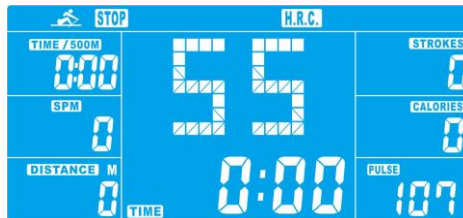
- 6.4 Pritisnite GOR ali DOL, da nastavite ČAS (slika 9).
- 6.5 Pritisnite tipko START / STOP za začetek vadbe. Če po zagonu ni impulznega vhoda, bo LCD zaslon prikazal ♥ ;. Ko ČAS odšteje do 0: 00, se bo vklopil alarm. Nato se prikaže povprečna vrednost. (Pritisnite katero koli tipko za zaustavitev 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.

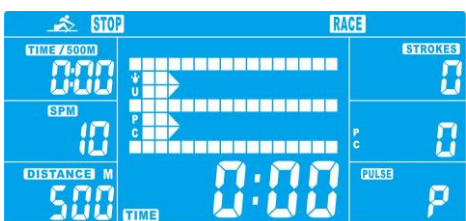
7.2 Pritisnite GOR ali DOL, da nastavite SPM (prednastavitev = 10) in RAZ. (prednastavitev = 500) (Slika 11). (Skupna raven=15, L1=1: 00 ČAS / 500M, L15=8: 00 ČAS /500M, privzeto povečanje: 0:30 ČAS/500M).

7.3 Pritisnite tipko START / STOP za začetek vadbe. Na zaslonu se prikaže stanje vadbe UPORABNIK in PC.

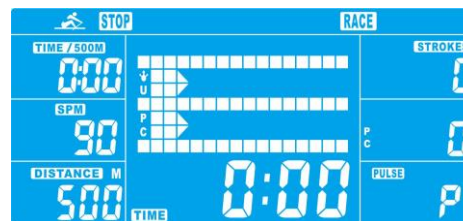
prikaz razdalje vadbe v stolpcu PC, medtem ko je prikaz razdalje vadbe v stolpcu UPORABNIK (slika 13)

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

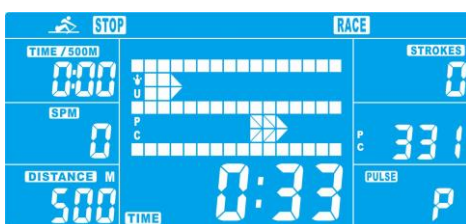
7.5 Za vrnitev v glavni meni pritisnite RESET



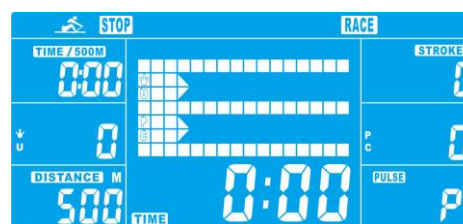
Slika 10



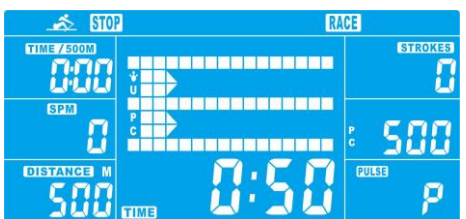
Slika 11



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

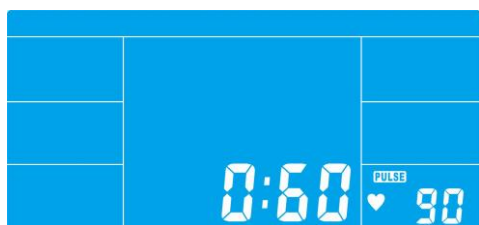
## 9. NAČIN REGENERIRANJA

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

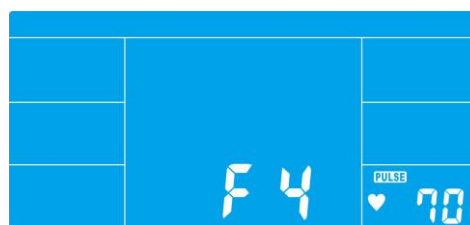
9.2 Nato se ustavijo vse funkcije, razen ČAS in PULSE (Slika 17). ČAS prikazuje "0:60" (sekunde) in začne odšteti do 0:00.

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

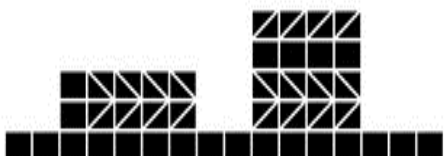
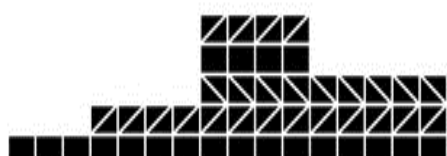
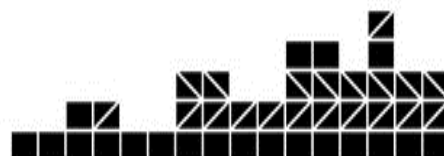
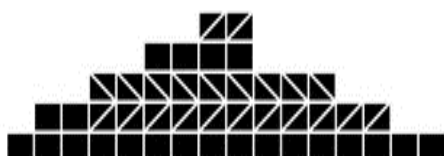
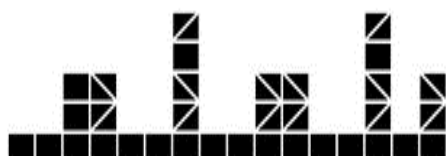
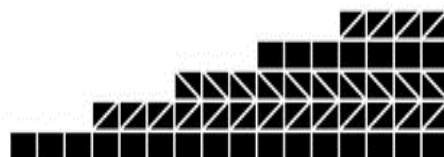
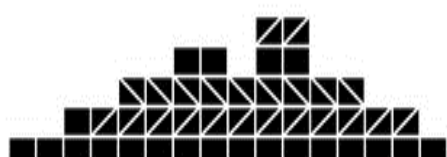
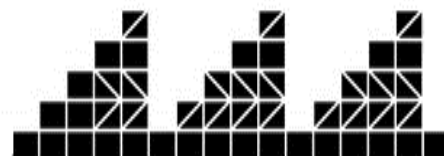
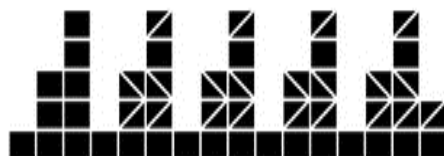
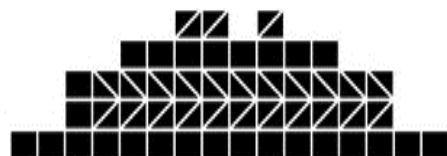
1.0	OUTSTANDING
$1.0 < F < 2.0$	EXCELLENT
$2.0 < F < 2.9$	GOOD
$3.0 < F < 3.9$	FAIR
$4.0 < F < 5.9$	BELOW AVERAGE
6.0	POOR



**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](http://www.enim.si)  
E: [info@enim.si](mailto:info@enim.si)



**GARLANDO SPA**  
Via Regione Piemonte, 32 - Zona Industriale D1  
15068 - Pozzolo Formigaro (AL) - Italy  
[www.toorx.it](http://www.toorx.it) - [info@toorx.it](mailto:info@toorx.it)