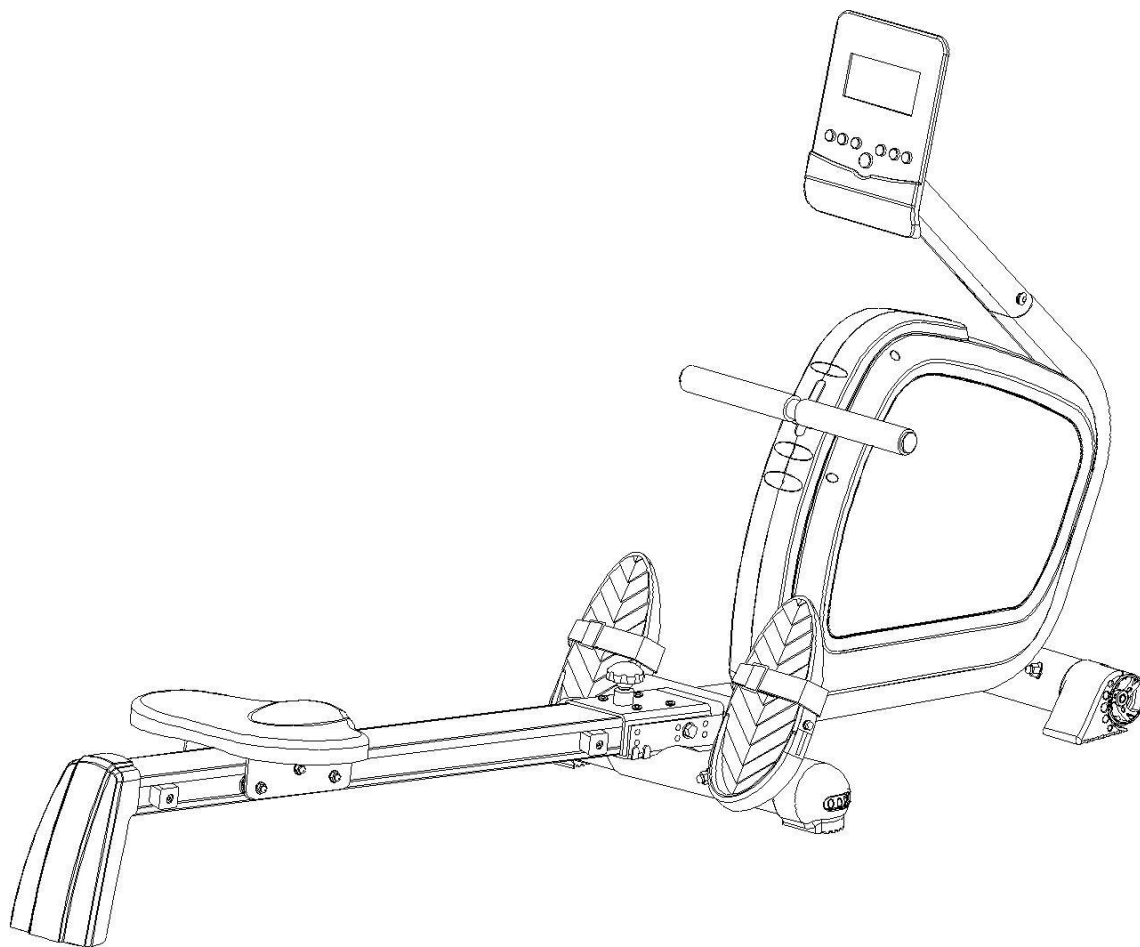




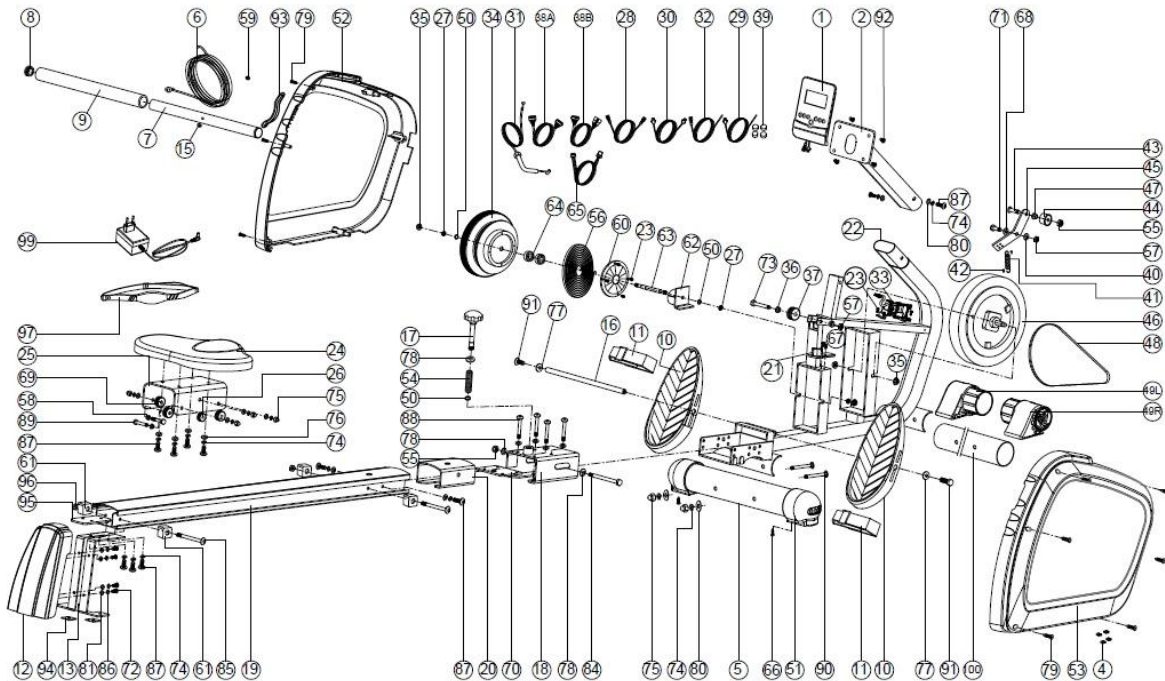
MANUAL DE UTILIZARE
IN 8722 Aparat de vaslit inSPORTline
inCondi RW60



CUPRINS

VEDERE DE ANSAMBLU	3
LISTA COMPONENTE.....	3
ASAMBLARE	6
INSTRUCTIUNI DE UTILIZARE PENTRU SM5810-64	10

VEDERE DE ANSAMBLU



LISTA COMPONENTE

NR.	DESCRIERE	CANTITATE
1	Calculator	1
2	Suport calculator	1
4	Stift	4
5	Stabilizator posterior	1
6	Cablu D5*2000L	1
7	Rola de spuma	1
8	Capac	2
9	Spuma D23x4Tx400L	1
10	Pedala	2
11	Curea glezna	2
12	Protectie spate	1
13	Cadru de suport posterior	1
15	Bucsa D10.5*D7.5*9T	1
16	Ax	1
17	Rotita	1
18	Set piese pentru grinda glisanta	1
19	Grinda glisanta	1

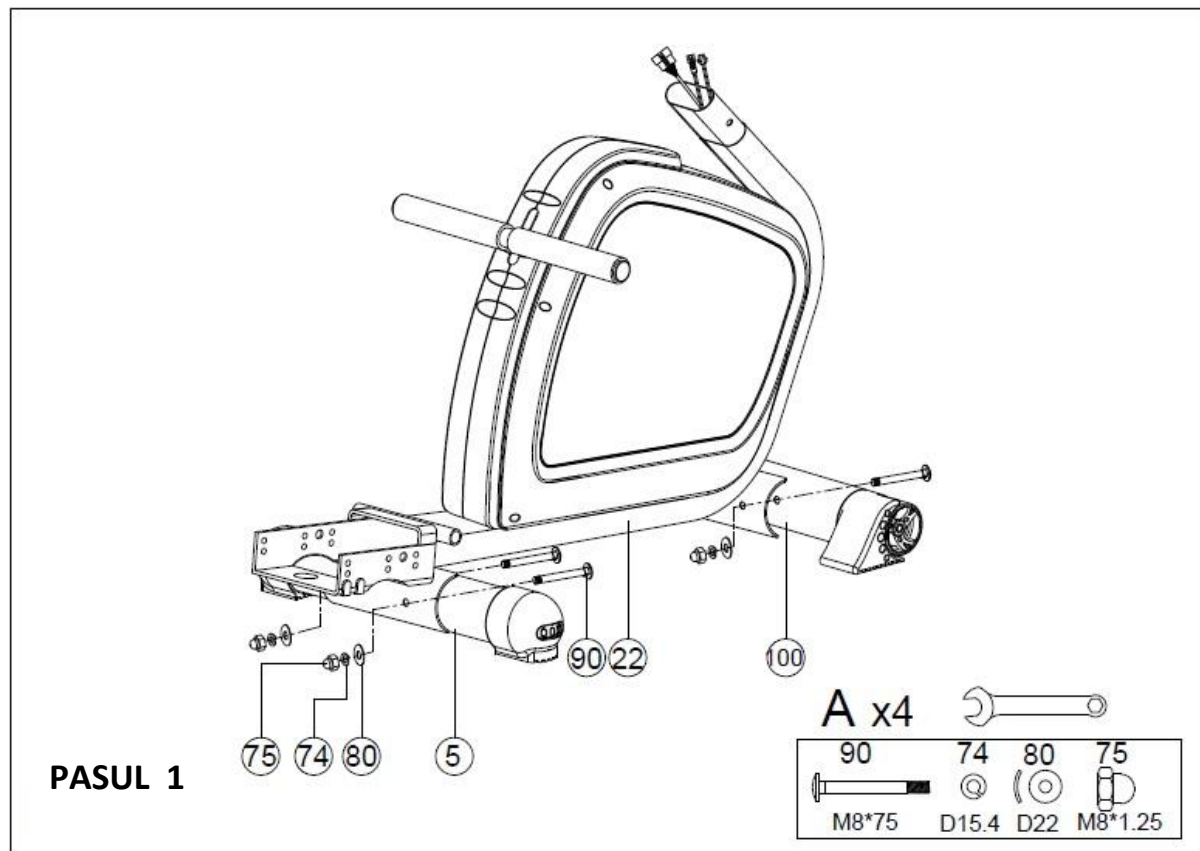
20	Placuta de fixare	1
21	Placuta de fixare pentru senzor	1
22	Cadru de baza	1
23	Surub ST4.2*15L	8
24	Scaun	1
25	Suport scaun	1
26	Scripete	2
27	Piulita D9.5x5T (3/8"-26UNF)	3
28	Cablul de conectare I	1
29	Cablu senzor I	1
30	Cablul de conectare II	1
31	Cablu rezistentă	1
32	Cablu senzor II	1
33	Motor	1
34	Roata	1
35	Piulita autoblocare 3/8"-26UNFx6.5T	4
36	Bucsa D13.5*D10*9	2
37	Scripete	1
38A	Cablul de conectare III	1
38B	Cablu senzor III	1
39	Magnet rotund	4
40	Saiba de plastic D10*D24*0.4T	1
41	Arc D2.2*D14*65L	1
42	Protectie de plastic	2
43	Surub imbus M10*35L	1
44	Rotita	1
45	Placuta de fixare pentru rotita	1
46	Sistem magnetic	1
47	Bucsa D20*D14*11.5	1
48	Curea 300 PJ5	1
49L	Capac mobil stang	1
49R	Capac mobil drept	1
50	Saiba elastica S-10(1T)	3
51	Capac ajustabil	2
52	Protectie lant partea stanga	1
53	Protectie lant partea dreapta	1
54	Arc D13*D1.2*85.5L	1
55	Piulita plastic M10x1.5x10T	1

56	Arc spiralat 20*0.7T	1
57	Piulita plastic M8*1.25*8T	2
58	Bucsa D12*D8.2*12.6L	6
59	Tampon D11*7L	1
60	Rotita suport arc spiralat	1
61	Tampon D24*D8*22	4
62	Suport arc	1
63	Ax volanta	1
64	Rulment #6000ZZ	2
65	Cablu electric	1
66	Surub ST4x1.41x10L	2
67	Surub M5*0.8*10L	2
68	Saiba plata D21*D8.5*1.5T	1
69	Scripete	4
70	Placa de fixare	1
71	Surub M8*25	1
72	Surub M6*1.0*20L	4
73	Surub M8*1.25*55.5L	1
74	Saiba grower D15.4*D8.2*2T	17
75	Piulita cu cap bombat M8*1.25*15L	6
76	Saiba plata D16xD8.5x1.2T	16
77	Saiba plata D25*D8.5x2.0T	2
78	Saiba plata D20*D11*2T	3
79	Surub ST4.2x1.4x20L	13
80	Saiba curbata D22*D8.5*1.5T	4
81	Saiba plata D13*D6.5*1.0T	4
82	Cheie	2
83	Cheie imbus	1
84	Surub M10*1.5*150L	1
85	Surub M8*1.25*95L	2
86	Saiba grower D10.5*D6.1*1.3T	4
87	Surub M8x1.25x20L	11
88	Surub M8x1.25x75L	4
89	Surub M8x1.25x35L	6
90	Surub cu gat patrat M8x1.25x75L	2
91	Surub M8*1.25*20L	2
92	Surub M5*0.8*10L	4
93	Protectie cablu	1

94	Tampon	2
95	Placuta fixare	1
96	Piulita M8*P1.25*6T	2
97	Curea piept	1
99	Adaptor	1
100	Stabilizator anterior	1

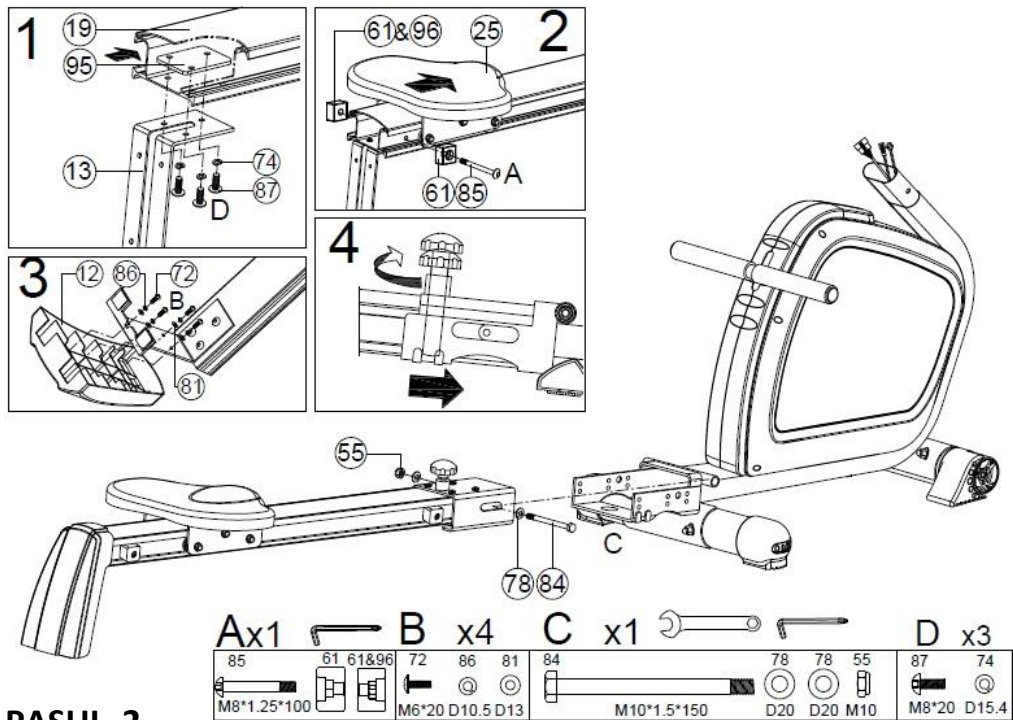
ASAMBLARE

PAS 1



- A. Atasati stabilizatorul posterior (5) la cadrul de baza (22) folosind o saiba grower (74), piulita cu cap bombat (75), saiba curbata (80) si un surub cu gat patrat (90).
- B. Atasati stabilizatorul anterior (100) la cadrul de baza (22) folosind saiba grower (74), piulita cu cap bombat (75), saiba curbata (80) surubul cu gat patrat (90).

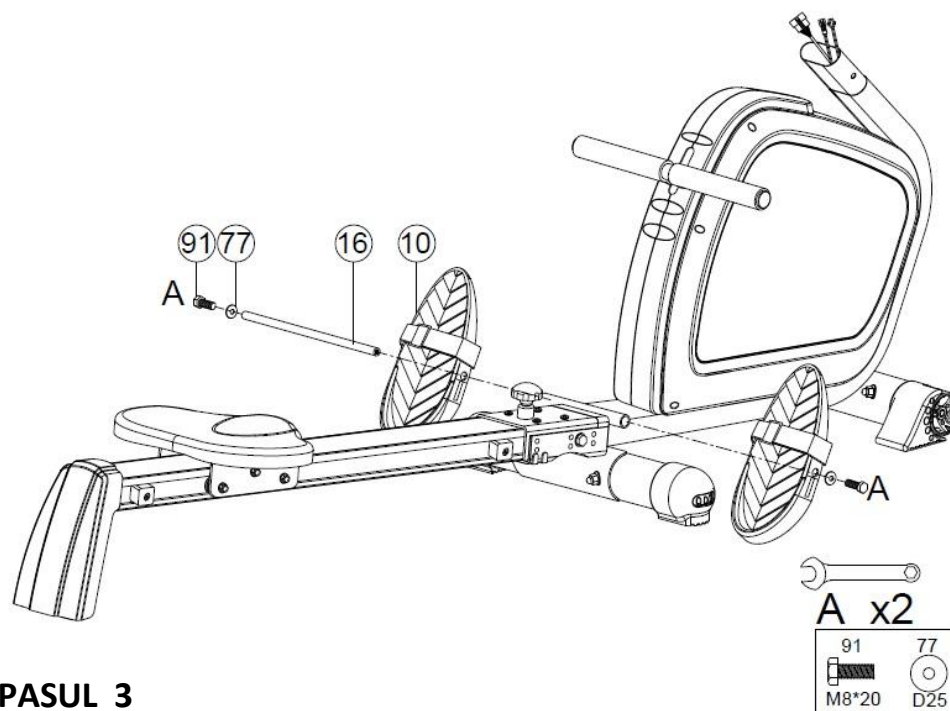
PAS 2



PASUL 2

- Atasati cadrul de suport posterior (13) la grinda glisanta (19) cu ajutorul placutei de fixare (95), a saibei grower (74) surubului cu cap hexagonal (87) conform imaginii 1.
- Fiaxati suportul pentru scaun (25) pe grinda glisanta (19) utilizand tamponul (61) piulita (96) surubul (85) conform figurii 2.
- Asamblati protectia din spate (12) la cadrul de suport posterior (13) folosind urmatoarele: surub (72), saiba plata (81), saiba grower (86) conform figurii 3.
- Asamblati intregul set de pisele ale grinzii glisante la cadrul de baza folosind piulita de plastic (55), saiba plata (78) si un surub (84). Puteti strange grinda cu ajutorul rotitei (17).

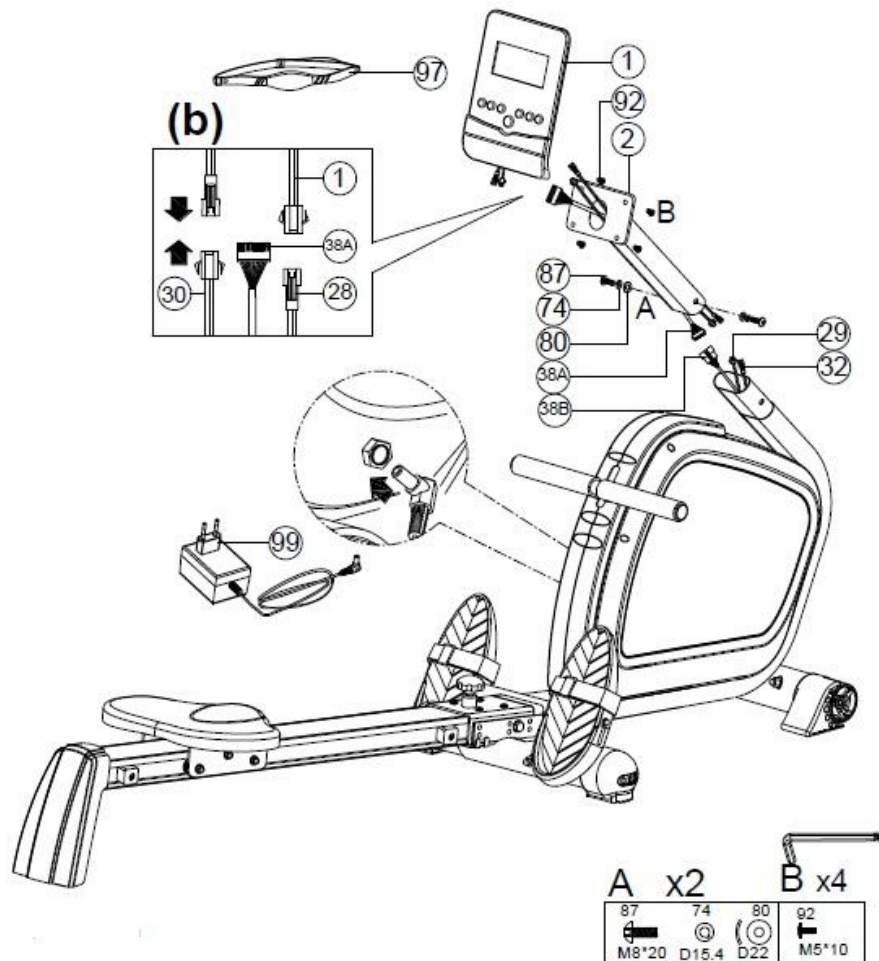
PAS 3



PASUL 3

Asamblati pedalele (10) folosind axul (16), saiba plata (77) si un surub (91).

PAS 4



PASUL 4

- A. Conectati cablul de conectare III (38A) si cablul senzorului III (38B), apoi atasati suportul calculatorului (2) la cadrul de baza folosind urmatoarele: saiba grower (74), saiba curbata (80) surub cu cap hexagonal (87) conform figurii A .
- B. Conectati cablul de conectare I (28), cablul de conectare II (30) si cablul de conectare III (38A) la cablurile atasate la calculator (1) conform figurii (b). Fixati calculatorul (1) la suportul pentru calculator (2) folosind un surub (92) conform figurii B.

INSTRUCTIUNI DE UTILIZARE PENTRU SM5810-64

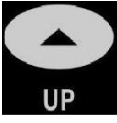







FUNCTII CALCULATOR

FUNCTIA	DESCRIERE
SPM	<ul style="list-style-type: none"> Nr. vasliri pe minut Valori cuprinse intre 0~999
Time/500m	<ul style="list-style-type: none"> Afiseaza timpul. Valori cuprinse intre 0:00~99:59 Scanare la fiecare 6 secunde, calculatorul va afisa timpul necesar vaslirii pe o distanta de 500 metri la viteza curenta
METERS	<ul style="list-style-type: none"> Distanta parcursa Valori cuprinse intre 0~99999
CALORIES	<ul style="list-style-type: none"> Afiseaza numarul caloriilor consumate in timpul exercitiului. Valori cuprinse intre 0~9990
STROKES	<ul style="list-style-type: none"> Miscarea completa de vaslire. Valori cuprinse intre: 0~9990 Scanare la fiecare 6 secunde cu Total Stroke.
TOTAL STROKES	<ul style="list-style-type: none"> Numarul Total Strokes se reseteaza dupa ce scoateti din priza cablul de alimentare. Valori cuprinse intre 0~99999 Scanare la fiecare 6 secunde cu Stroke.
WATT	<ul style="list-style-type: none"> Setarea valorilor intre 0-10~350
DISTANCE	<ul style="list-style-type: none"> Distanta parcursa in urma vaslirii Valori cuprinse intre 0~99900 metri
PULSE	<ul style="list-style-type: none"> Afiseaza numarul de batai pe minut in timpul vaslirii.

	<ul style="list-style-type: none"> • Valori cuprinse intre 0-30~240.
Temperature	<ul style="list-style-type: none"> • Afiseaza temperatura camerei in timpul modului de economisire a energiei.(power saving mode)
Calendar	<ul style="list-style-type: none"> • YY/MM/DD afiseaza anul, luna , ziua in modul de economisire a energiei.
Clock	<ul style="list-style-type: none"> • Afiseaza timpul.
MANUAL	<ul style="list-style-type: none"> • Modul MANUAL.
PROGRAM	<ul style="list-style-type: none"> • Selectie de 12 PROGRAME.
H.R.C	<ul style="list-style-type: none"> • Modul pentru Ritm Cardiac. (Setati intai varsta)
RACE	<ul style="list-style-type: none"> • Modul pentru competitie.
USER	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizatorul poate seta nivelul de rezistenta dorit.

TASTE

	Up	<ul style="list-style-type: none"> • Seteaza selectia. • Cresterea nivelului rezistentei.
	Down	<ul style="list-style-type: none"> • Seteaza selectia. • Scaderea nivelului rezistentei.
	ENTER	<ul style="list-style-type: none"> • Confirma setarea sau selectia.
	Reset	<ul style="list-style-type: none"> • Tineti apasat timp de 2 secunde, iar calculatorul se va restarta. • Sterge valoarea setarii. • Intoarcere la meniul principal dupa finalizarea exercitiului.
	Start/ Stop	<ul style="list-style-type: none"> • Porniti sau opriti exercitiul.
	Recovery	<ul style="list-style-type: none"> • Testeaza statusul de revenire la normal a ritmului cardiac.

UTILIZARE

PORNIRE

Introduceti cablul de alimentare in priza, iar calculatorul va porni si va afisa toate functiile pe ecranul LCD timp de 2 secunde. Accesati modul pentru ceas si calendar.

Dupa 4 minute in care nu vasliti, consola va intra in modul pentru economisire a energiei si va afisa timpul, calendarul si temperatura camerei.

PROGRAMME

MODUL MANUAL

1. Apasati tasta START din meniul principal pentru a incepe exercitiul in modul MANUAL.
2. Apasati tasta UP sau DOWN pentru a alege modul MANUAL si apasati ENTER pentru a confirma.
3. Apasati tasta UP sau DOWN pentru a preseta LEVEL, TIME, STROKES, CALORIES, WATT si PULSE, apoi apasati tasta ENTER pentru confirmare. (Time si Meters nu pot fi setate in acelasi timp.)
4. Apasati tasta START/STOP pentru a incepe exercitiul. Apasati UP sau DOWN pentru ajustarea nivelului rezistentei.
5. Atunci cand valoarea modului presetat ajunge la 0, consola scoate un sunet de tip bi-bi si se va opri.
6. Apasati tasta START/STOP pentru a opri exercitiul. Apasati tasta RESET pentru intoarcere la meniul principal.

MODUL PROGRAM

1. Apasati UP sau DOWN pentru a selecta modul PROGRAM si apasati tasta ENTER pentru a confirma.
2. Apasati UP sau DOWN pentru a selecta profilul (P1~P12) si apasati tasta ENTER pentru a confirma.
3. Apasati UP sau DOWN pentru a preseta LEVEL, TIME, STROKES, CALORIES, si PULSE, apoi apasati tasta ENTER pentru confirmare. (Time si Meters nu pot fi presetate in acelasi timp.)
4. Apasati tasta START/STOP pentru a incepe exercitiul. Apasati UP sau DOWN pentru ajustarea rezistentei.
5. Atunci cand valoarea modului presetat ajunge la 0, consola scoate un sunet de tip bi-bi si se va opri.
6. Apasati tasta START/STOP pentru a opri exercitiul. Apasati tasta RESET pentru intoarcere la meniul principal.

MODUL H.R.C.

1. Apasati UP sau DOWN pentru a selecta modul H.R.C. si apasati tasta ENTER pentru confirmare.
2. Apasati tasta UP sau DOWN pentru a seta AGE, apoi apasati tasta ENTER pentru a confirma.
3. Apasati tasta UP sau DOWN pentru a selecta 55%, 75%, 90% si Target (implicit:100bpm).
4. Apasati tasta UP sau DOWN pentru a seta TIME (sau Meters), STROKES, CALORIES, apoi apasati ENTER pentru confirmare. (Time si Meters nu pot fi setate in acelasi timp.)
5. Apasati tasta START/STOP pentru a incepe exercitiul.
6. Atunci cand valoarea modului presetat ajunge la 0, consola scoate un sunet de tip bi-bi si se va opri.
7. Apasati START/STOP pentru a opri exercitiul. Apasati tasta RESET pentru intoarcere la meniul principal.

MODUL RACE

1. Apasati tasta UP sau DOWN pentru a selecta modul RACE si apasati tasta ENTER pentru confirmare.
2. Apasati UP sau DOWN pentru a preseta nivelul Challenge si apasati ENTER pentru confirmare. Nivel Total=15:

L1=8:00 TIME/500M	L6=5:30 TIME/500M	L11=3:00 TIME/500M
L2=7:30 TIME/500M	L7=5:00 TIME/500M	L12=2:30 TIME/500M
L3=7:00 TIME/500M	L8=4:30 TIME/500M	L13=2:00 TIME/500M
L4=6:30 TIME/500M	L9=4:00 TIME/500M	L14=1:30 TIME/500M
L5=6:00 TIME/500M	L10=3:30 TIME/500M	L15=1:00 TIME/500M

3. Apasati tasta START/STOP pentru a incepe exercitiul. Apasati UP sau DOWN pentru ajustarea rezistentei.
4. Dupa parcurgerea distantei, calculatorul va afisa castigatorul, PC win sau User win.
5. Apasati tasta START/STOP pentru a opri exercitiul. Apasati tasta RESET pentru intoarcere la meniul principal.

MODUL USER

1. Apasati UP sau DOWN pentru a selecta modul USER si apasati tasta ENTER pentru a confirma.
2. Apasati UP sau DOWN pentru a seta nivelul rezistentei la fiecare coloana, si apasati ENTER pentru a trece la urmatoarea. (Total coloana = 16)
3. Tineti apasata tasta MODE pentru finalizare.
4. Apasati UP sau DOWN pentru a seta LEVEL, TIME, STROKES, CALORIES, si PULSE, apoi apasati ENTER pentru a confirma. (Time si Meters nu pot fi presetate in acelasi timp.)
5. Apasati START/STOP pentru a incepe exercitiul. Apasati tasta UP sau DOWN pentru a ajusta rezistenta.
6. Atunci cand valoarea modului presetat ajunge la 0, consola scoate un sunet de tip bi-bi si se opreste.
7. Apasati tasta START/STOP pentru a opri exercitiul. Apasati tasta RESET pentru intoarcere la meniul principal.

MODUL RECOVERY

1. Utilizatorul trebuie sa poarte centura pentru piept. Cand valoarea pulsului este afisata pe ecranul calculatorului apasati tasta RECOVERY.
2. TIME afiseaza "0:60" (secunde) si numaratoarea inversa. Calculatorul afiseaza F1 pana la F6 dupa numaratoarea inversa pana la 0 pentru a testa statusul ritmului cardiac.

1.0	UIMITOR
$1.0 < F < 2.0$	EXCELENT
$2.0 < F < 2.9$	BINE
$3.0 < F < 3.9$	MEDIU
$4.0 < F < 5.9$	SUB MEDIU
6.0	SLAB

EROARE

E-2: Verificati daca cablurile sunt corect conectate sau sunt rupte .