



POWER SPORT

FITNESS

אופני ישיבה

דגם LA 3318



יש לקרוא את כל ההוראות בטרם ההרכבה והשימוש מכשיר!

אזהרה!

עקב המאמץ הכרוך באימון על מכשיר כושר זה

אין להשתמש בו מבלי להיוועץ תחיל ברופא!!

אחזקה ותפעול

תודה שקנית את אחד ממוצרינו האיכותיים. אנו משתדלים שהמצור שתקבל יהיה תקין אך למרות מאמצינו הרבים ישנה אפשרות שחלק כלשהו יחסר או לא יפעל. במקרה כזה אנא עדכן את מחלקת השרות בחברתנו ותענה במהרה.

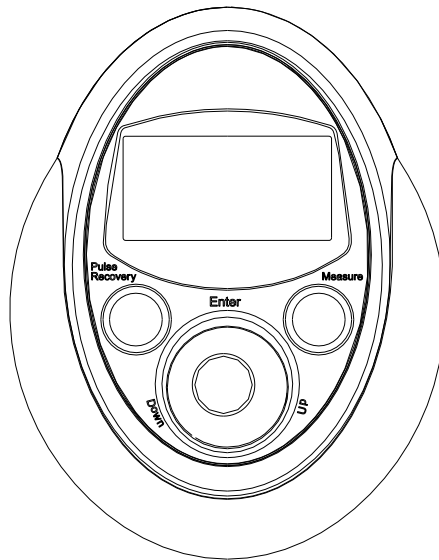
מוצר זה תוכנן לעוצב לביטחונך המלא, אך עלייך למלא אחר ההוראות הבטיחות הבאות:

1. באחריות בעל המכשיר להעביר את ההוראות הפעלה והאזהרה לכל המשתמשים.
2. יש להרחיק ילדים או בעלי חיים מהמכשיר בכל זמן.
3. יש לבדוק ולחזק בקביעות את כל חלקי המכשיר. יש להרחיק ידיים מחלקים נעים.
4. רק אדם רשאי להשתמש במכשיר בזמן פעולתו.
5. בעת הפעילות יש ללבוש בגדי אימון ולנעול נעלי אימון. אין ללבוש בגדים רפויים ואין לנעול נעליים בעלי סוליות או עקבים מעור. כמו כן יש לוודא קשירת שיער ארוך מאחור.
6. יש ליזהר ממאמץ יתר בעת האימון. באם מורגש כאב או חוסר נוחות יש להפסיק מיד את השימוש במכשיר ולהיוועץ מיד ברופא.
7. הצב את המכשיר במקום נקי, אופקי וישר.
8. אין להשתמש במכשיר במקום פתוח מחוץ לבית או בסביבת מים.
9. קרא את כל ההוראות לפני השימוש.
10. לפני תחילת האימון בצע חימום קל ע"י מתיחות ובסיטמו בצע שיחרור קל ע"י מתיחות.
11. בכל בעיה במכשיר או רעש חריג יש להפסיק את השימוש וליצור קשר עם מחלקת שירות.
12. המכשיר הינו לשימוש ביתי בלבד וכל שימוש מסחרי בו יגרור להסרת האחריות.
13. טיפול במכשיר שלא צמטעם היבואן יגרום אוטומטית צלביטול האחריות.
14. אין לבצע כל שינויים או תחזוקה במכשיר בלבד כמתואר בחוברת זו.
15. משקל משתמש מקסימלי : עד 150 ק"ג.

טלפון מחלקת שירות לקוחות: 03-9519131

מטעמי נוחות הניסוח בחוברת הוא בלשון זכר. מובהר בזאת כי האמור בלשון זכר גם בלשון נקבה במשמע, וכי האמור בלשון יחיד גם בלשון רבים משמעו.

צג האופניים:



1. **ENTER / RESET**. בחר בפונקציה שיש להגדיר מראש. מין-גובה-משקל-גיל-זמן-מרחק-קלוריות-דופק
 2. לחץ על כפתור זה כדי לעבור למצב ההגדרה.
 3. לחץ על כפתור זה כדי לאשר את ערכי ההגדרה.
 4. החזק שתי שניות כדי לאפס את כל הערכים לאפס.
 5. החזק יותר מ-5 שניות, התצוגה והפונקציה יחזרו להגדיר מראש את הנתונים האישיים שלך למדידת שומן בגוף.
- PULSE RECOVERY**: לחץ על כפתור זה העובר לגילוי התאוששות דופק.
- MEASURE**: לחץ על כפתור זה כדי למדוד את גילוי השומן בגופך. לפני שתפעיל פונקציה זו, עליך להזין את הנתונים האישיים שלך בצג.
1. **UP**. הגדל את ערך ההגדרה של הפונקציות הבאות. מין-גובה-משקל-גיל-זמן-מרחק-קלוריות-דופק
 2. בחר פונקציה והצג על המסך הראשי במהלך התרגיל. סריקה-זמן-מהירות-מרחק-קלוריות-דופק.
- DOWN**:
1. הקטין את ערך ההגדרה של הפונקציות הבאות. מין-גובה-משקל-גיל-זמן-מרחק-קלוריות-דופק

2. בחר פונקציה והצג על המסך הראשי במהלך האימון.
סריקה - זמן דופק-קלוריות-מרחק-מהירות.

שימוש בלחצנים:

פונקציות ופעולות

1. AUTO ON/ OFF

המוניטור יתעורר אוטומטית אם מכשיר האימון נמצא בתנועה. אם הפסקת האימון למעלה מ-4 דקות, הצג יכבה ויאפס את כל ערכי הפונקציה לאפס.

2. SCAN

לחץ על הלחצן למעלה או למטה עד שנקודת הסריקה מהבהבת על המסך. צג יציג את הפונקציה הבאה וכל פונקציה תשמור 6 שניות על המסך הראשי. זמן – מרחק-מהירות – קלוריות – דופק.

3. TIME

לחץ על כפתור UP או DOWN עד לנקודת TIME המוצגת על המסך. צג יציג את פונקציית הזמן במסך הראשי. אם ברצונך להגדיר את הערך, לחץ על כפתור הפונקציה ENTER / RESET to TIME ולחץ על כפתור UP או DOWN כדי להזין את הערך הרצוי.

לספור עד:

מבלי לקבוע את ערך הזמן, המספר יספור את הזמן בין 00:00 ~ 99:59.

ספירה לאחור:

הגדרת זמן התרגיל בין השעות 00:01 ~ 99:00, המסך יספור לאחור מערכי ההגדרה שלך. לאחר הגדרת ערך הגדרת, צג יתריע.

4. SPEED

לחץ על כפתור UP או DOWN עד לנקודה של SPEED בתצוגה. הצג יציג את המהירות הנוכחית על המסך הראשי. הצג יציג את המהירות הנוכחית בין 0.00 ~ 99.9 ק"מ או מייל.

5. DISTANCE

לחץ על כפתור UP או DOWN עד לנקודת DIST המוצגת על המסך. צג יצבור את הנסיעה למרחקים. אם ברצונך להגדיר את הערך, לחץ על כפתור ENTER / RESET ל-DIST ולחץ על כפתור UP או DOWN כדי להזין את הערך הרצוי.

לספור עד:

מבלי לקבוע את ערך המרחק, המספר יספור את המרחק בין 0.1 ~ 999.9 Km או מייל.

ספירה לאחור:

הגדרת זמן התרגיל מ 1.0 ~ 999.0 ק"מ או מייל, המסך יספור לאחור מערכי ההגדרה שלך. לאחר הגדרת ערך הגדרת, צג יתריע.

CALORIE.6

לחץ על כפתור UP או DOWN עד לנקודת CAL המוצגת על המסך. מוניטור יצבור את צריכת הקלוריות. אם ברצונך להגדיר את הערך, אנא לחץ על כפתור ENTER / RESET ל-CAL ולחץ על כפתור UP או DOWN כדי להזין את הערך הרצוי.

לספור עד:

מבלי לקבוע את ערך המרחק, המספר יספור את המרחק בין 0.1 ~ 999.0.

ספירה לאחור:

אם מגדירים את קלוריית התרגיל בין 1.0 ~ 999.0, המספר יספור לאחור מערכי ההגדרה שלך. לאחר הגדרת ערך הגדרת, צג יתריע.

PULSE.7

לחץ על כפתור UP או DOWN עד לנקודת הדופק המוצגת על המסך. הצג יציג את הדופק הנוכחי שלך במכות לדקה. אם ברצונך להגדיר את הערך, אנא לחץ על כפתור ENTER / RESET ל-T.H.R. ולחץ על כפתור UP או DOWN כדי להזין את הערך הרצוי.

מגבלת דופק:

הגדרת הערך של מגבלת הדופק בין 60 ל-220, הצג ימדוד את פעימות הלב שלך. לאחר הגדרת ערך הגדרת, צג יבהבה עד פעימות הלב שלך מתחת לערך ההגדרה שלך.

הניחו את כפות הידיים על שתי רפידות המגע והצג יציג את קצב פעימות הלב שלכם בקצב לדקה (BPM) בתצוגת ה-LCD.

הערה:

1. אם לא נקלט אות דופק בתוך 16 שניות, התצוגה תציין "P". זהו מכשיר לחיסכון בחשמל. הלקוח יכול ללחוץ על מקשים למעלה ולמטה כדי להפעיל מחדש את פונקציית הדופק.

PULSE RECOVERY

כשאתה עוצר להתאמן ורוצה לבדוק את התאוששות הדופק שלך. לחץ על כפתור זה כדי להמשיך בהתאוששות הדופק שלך והנח את כפות הידיים על שתי רפידות המגע למשך דקה. הצג יציג את יחס התאוששות הדופק שלך על גבי LCD. זוהי פונקציה לבדוק את מצב התאוששות הדופק המוגדל מ 1.0 ל 6.0 ואילו 1.0 פירושו הטוב ביותר ו-6.0 פירושו הגרוע ביותר והתוספת היא 0.1.

BODY FAT MEASUREMENT (Body Mass Index)

כאשר אתה מפעיל את הצג או לוחץ על כפתור ENTER / RESET במשך 6 שניות, המסך יעבור לפונקציה BODY FAT MEASUREMENT. לפני שתלחץ על כפתור המדידה למדידת שומן בגופך, עליך להזין את הנתונים האישיים שלך לצג. בחר את הנתונים האישיים ולחץ על כפתור UP או Down כדי להזין את הנתונים האישיים שלך. לאחר מכן לחץ על כפתור המידה והנח את כפות הידיים על שתי רפידות המגע. הצג יציג את יחס השומן בגוף שלך על גבי LCD. ערך ברירת המחדל של הנתונים האישיים הוא כמתואר להלן. הנתונים האישיים לא יותקנו בצג בעת כיבוי או איפוס של הצג.

מין: זכר, גובה: 175 ס"מ, משקל: 70 ק"ג, גיל: בן 30.

BMI (מדד מסת הגוף):

הצג יציג את הערך בין 1.0 ~ 99.9 על המסך.

BMR (יחס חילוף החומרים הבסיסי):

הצג יחשב את נתוני יחס השומן בגוף, משקל, גיל ומין כדי להראות את הערך שלך. הערך יופיע על המסך בין 1 ~ 9999 קק"ל.

FAT% (יחס שומן גוף):

הצג יחשב את נתוני המשקל, הגיל והמין כדי להציג את הערך שלך. הערך יופיע על המסך בין 5 ~ 50%.

סוג: ישנם 9 סוגי גופים המחולקים לפי אחוז ה-FAT המחושב. סוג 1 הוא ספורטאי אולטרה. סוג 2 הוא אידיאלי-ספורטאי. סוג 3 הוא סוג דק במיוחד. סוג 4 הוא סוג ספורטאי. סוג 5 הוא טיפוס אידיאלי-בריא. סוג 6 הוא סוג דק. סוג 7 שמן מדי. סוג 8 הוא סוג שומן. סוג 9 הוא סוג אולטרה שומן בגוף.