

TCORX
FITNESS IN MOTION

UPUTE



BRXR 300



Rev: 00

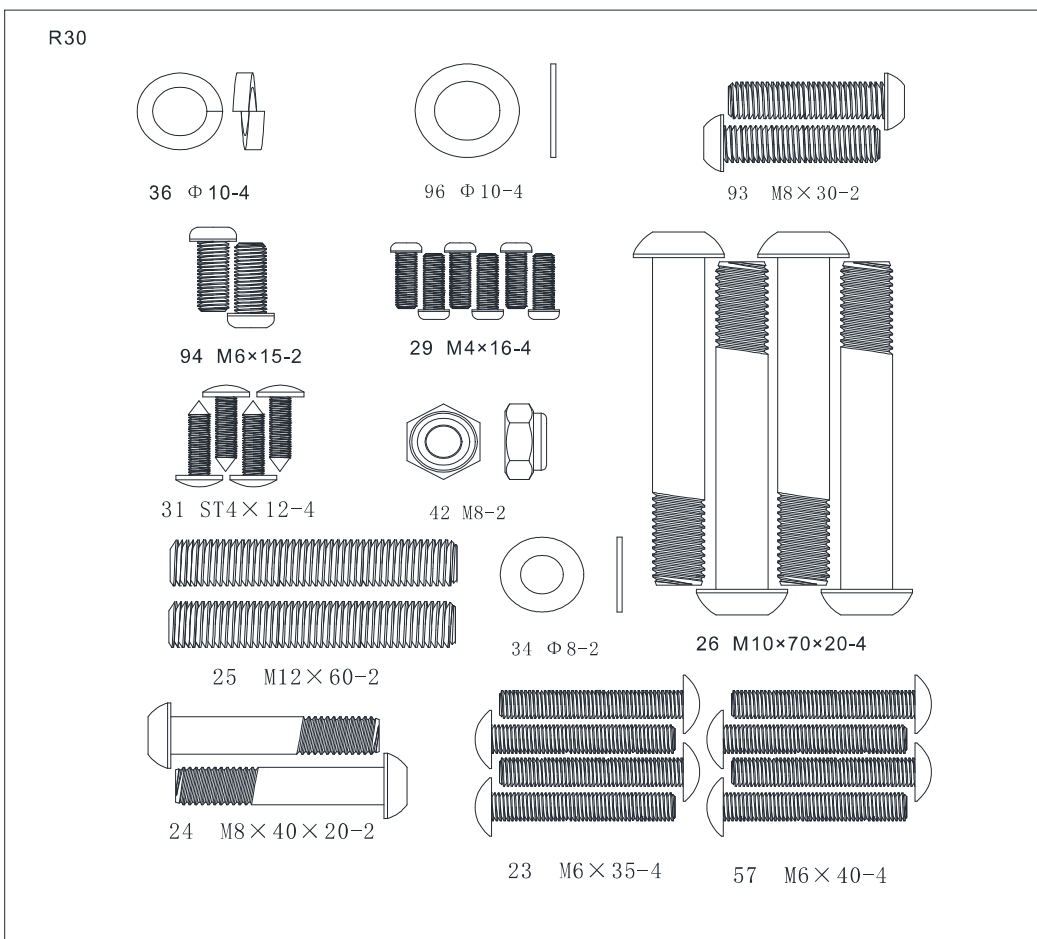
Ed : 02/17



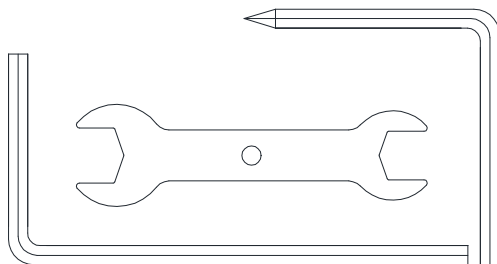
Napomene pred montažu

Otvorene kutije:

Obavezno popisujte sve dijelove koji su uključeni u okvir. Provjerite hardverski grafikon s punim brojem uključenih dijelova za pravilno sklapanje. Ako neki od dijelova nedostaje, obratite se prodavaču.



NO.	NAME	SPECIFICATION	QUANTITTY
23	Allen C.K.S full thread screw	M6×35	4
24	Allen C.K.S half thread screw	M8×50×20	2
25	Allen flat end set bolt	M12×60	2
26	Allen C.K.S. half thread screw	M10×70×20	4
29	Phillips pan head full thread screw	M4×16	6
31	Phillips C.K.S. self-tapping screw	ST4×12	4
34	Flat washer	Φ 8	2
36	Spring washer	Φ 10	4
42	Hex locking nut	M8	2
93	Allen C.K.S. full thread screw	M8x30	2
94	Allen cylinder head full thread screw	M6×15	2
96	Flat washer	Φ 10	4
57	Allen C.K.S full thread screw	M6×40	4



NAZIV	SPECIJALIZACIJA	KOLIČINA
L-shaped wrench	5×80×80S	1
L-shaped wrench	6×66×144	1
Open-end wrench	t4.0×38×145	1

PRIKUPITE VAŠE ALATE

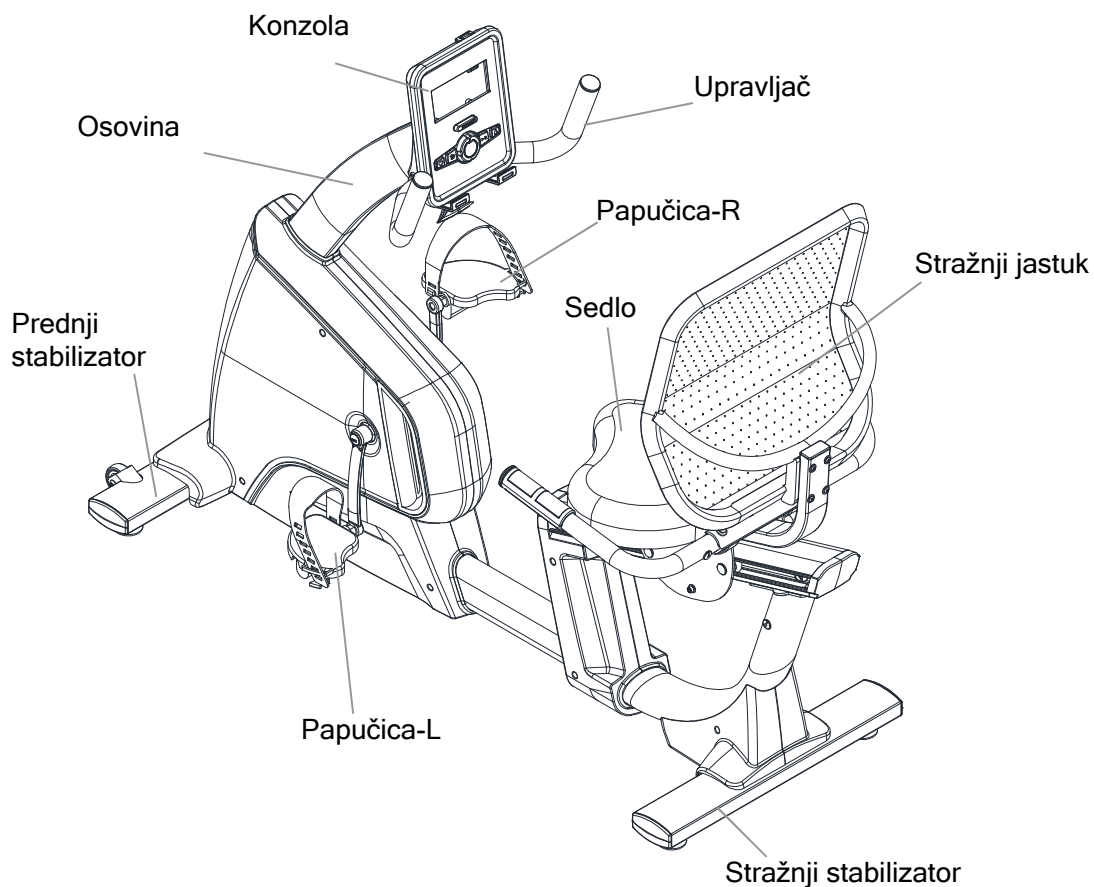
Prije započinjanja montaže vašeg uređaja, prikupite potrebne alate. Imajući svu opremu pri ruci uštedjet će vrijeme i učiniti montažu bržom i bez poteškoća.

POSPREMITE VAŠE RADNO PODRUČJE

Provjerite jeste li očistili dovoljno veliki prostor za pravilno sastavljanje jedinice. Osigurajte da u prostoru nije bilo čega što može uzrokovati ozljede tijekom sastavljanja.

NAPOMENA: Svaki broj koraka u uputama za montažu govori o tome što ćete raditi. Prije sastavljanja trenerke temeljito pročitajte i razumite sve upute.

Uputa o proizvodu



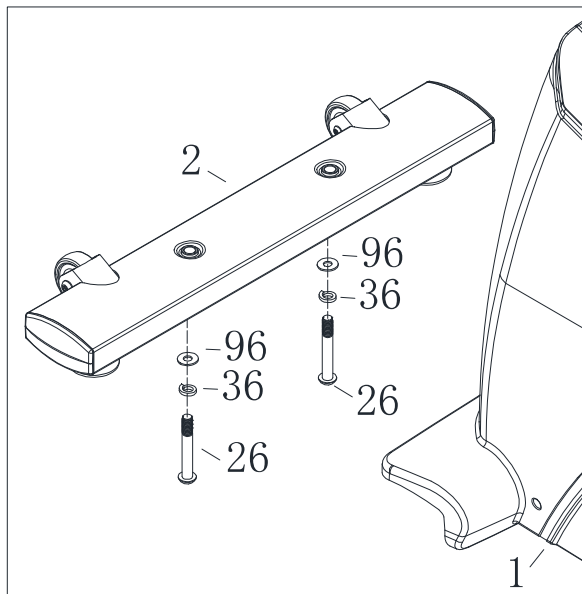
Tehničke informacije

DIMENZIJA	Razmotano: 1545x650x1140mm
BRZINA	10.3
ZAMAŠNJAK	Vanjski magnet s jednim načinom: 280/9kg

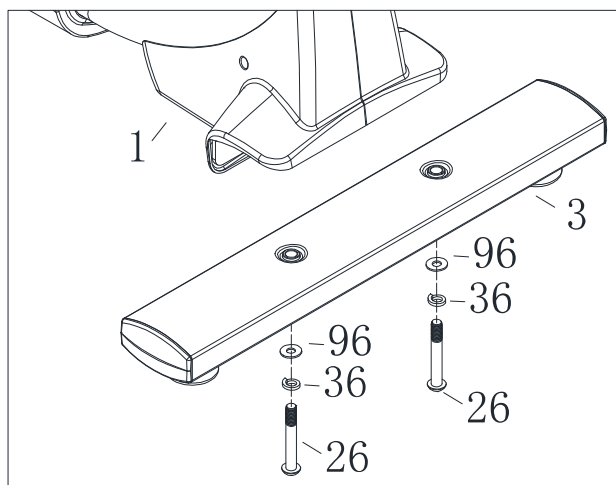
* Zadržavamo pravo na izmjenu proizvoda bez prethodne obavijesti.

UPUTE ZA SASTAVLJANJE

Korak 1: Pričvrstite prednji stabilizator (2) na glavni okvir (1) s opružnom podloškom (36), ravnom podloškom (96) i Allen C.K.S. vijkom (26).

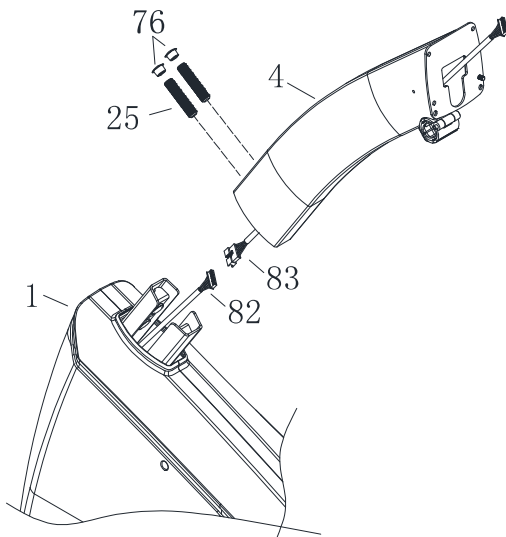


Korak 2: Pričvrstite stražnji stabilizator (3) na glavni okvir (1) s opružnom podloškom (36), ravnom podloškom (96) i Allen C.K.S. vijkom (26).



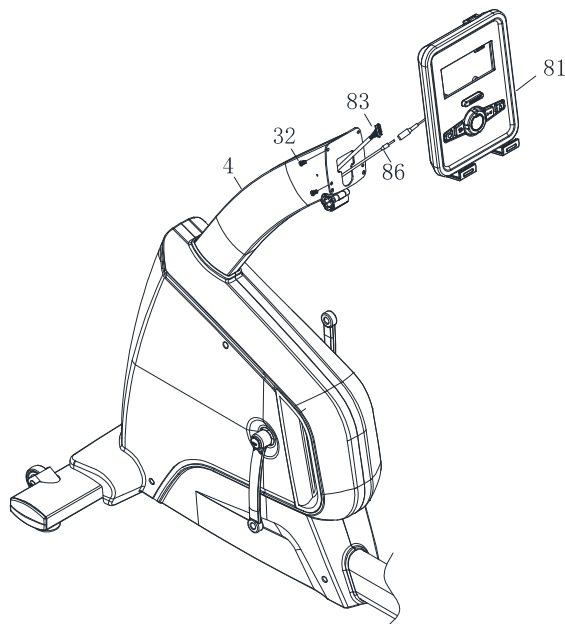
Korak 3:

1. Spojite žicu za komunikaciju motora (82) s uspravnom postolnom komunikacijskom žicom (83).
2. Pričvrstite gornji uspravni stub (4) na glavni okvir (1) s Allen vijkom s ravnim krajem (25). Zatim ga pokrijte čepom. Molimo istovremeno zaključajte dva Allen vijka s ravnim krajem i istovremeno pričvrstite vijke zakretanjem.



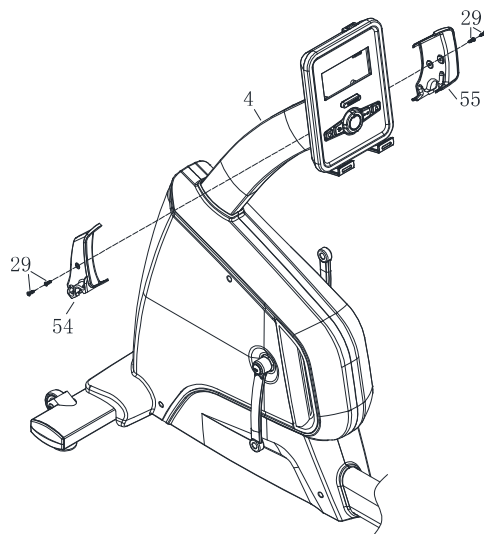
Korak 4:

1. Spojite komunikacijsku žicu konzole (83) sa stražnjim otvorom konzole. Spojite žicu za impulse ručice (86) s utičnicom na konzoli.
2. Pričvrstite konzolu (81) u osovinu (4) s Phillips C.K.S. vijakom punog navoja (32).



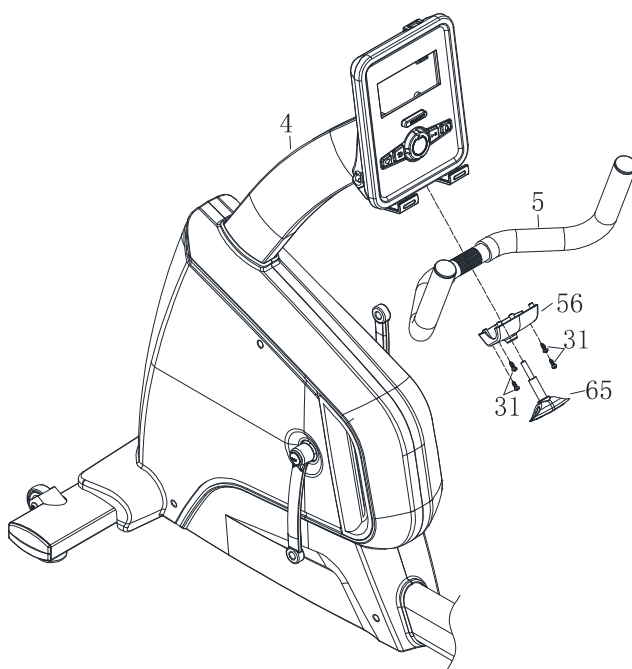
Korak 5:

1. Pričvrstite poklopac upravljača lijevo (54) i desno (55) na gornji stub (4)



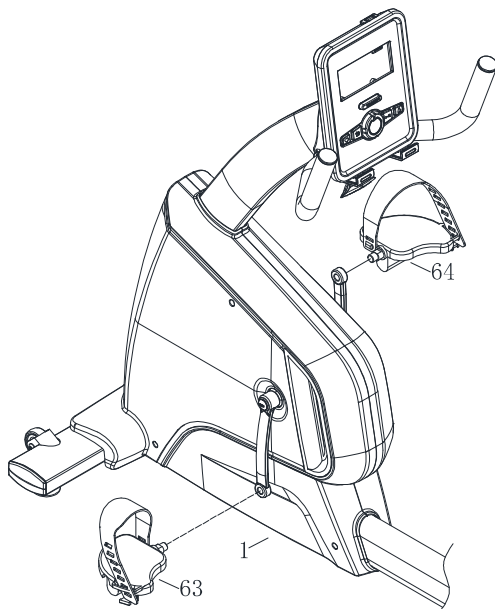
Korak 6:

1. Učvrstite postolje upravljača kroz gumb T oblika (65) izvan upravljača. Zakreni unutra. Podesite cijev upravljača u odgovarajući položaj. Čvrsto zakrenite gumb T oblika. Zatim zaključajte prednji pokrov upravljača (56) Phillips C.K.S. samo zateznim vijakom (31).



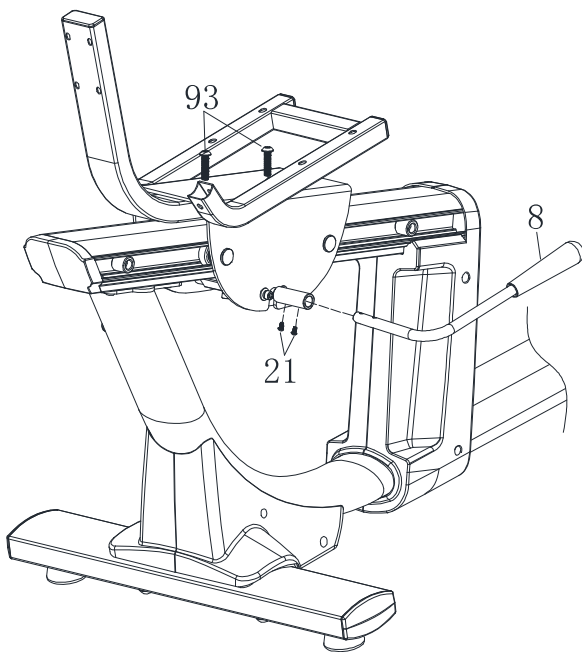
Korak 7:

1. Pričvrstite papučicu - L (63) i R (64) na glavni okvir (1).



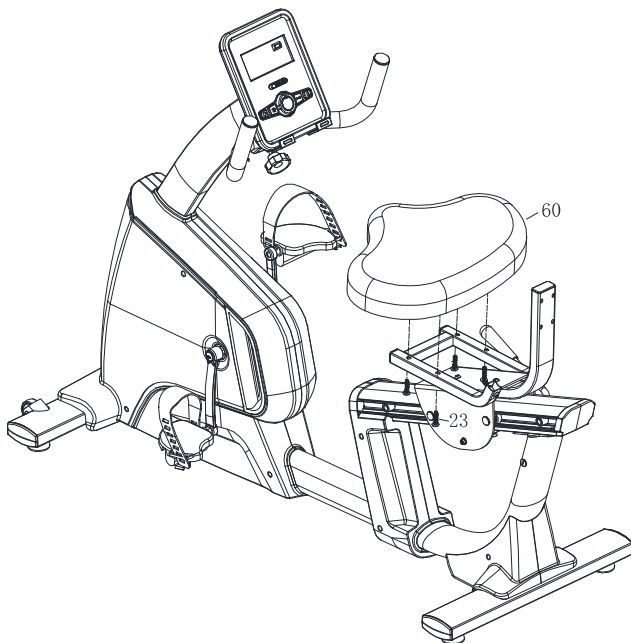
Korak 8:

1. Pričvrstite okruglu traku za podešavanje kočenja (8) na bazu sedla s Allen C.K.S. vijakom punog navoja (21).
2. Pričvrstite stražnju cijev jastuka na bazu sedla s Allen C.K.S. vijakom punog navoja (93).



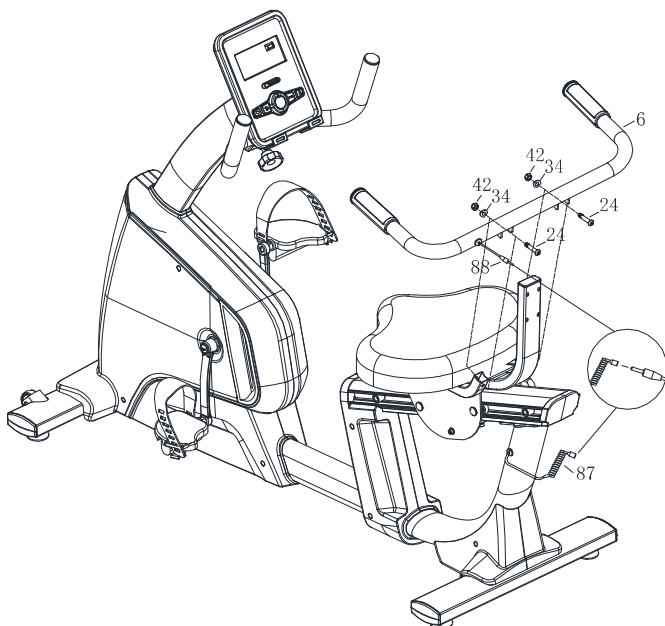
Korak 9:

1. Pričvrstite sedlo (60) na bazu sedla s Allen C.K.S. vijakom punog navoja (23).



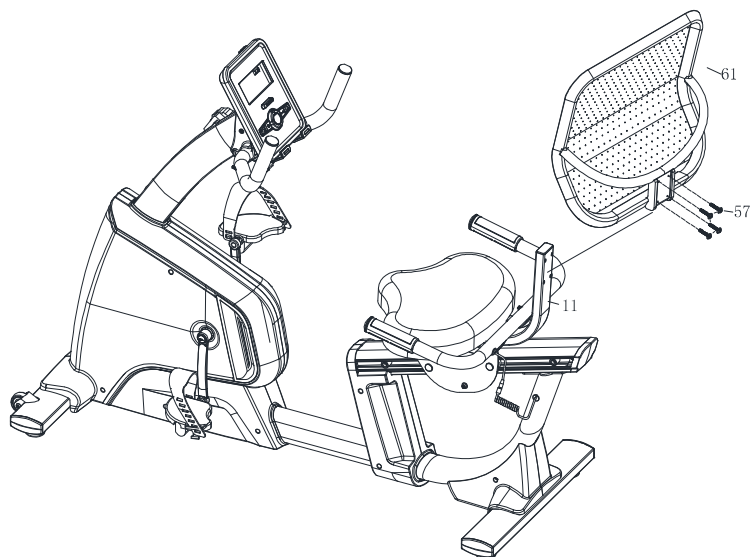
Korak 10:

1. Pričvrstite pulsnu cijev ručke (6) na sedlo i zaključajte s Allen C.K.S. vijakom s pola navoja (24), šesterokutnom maticom (42) i ravnom podloškom (34).
2. Spojite priključnu žicu za impulse ručice (87) i (88). Kao što je prikazano ispod slike.



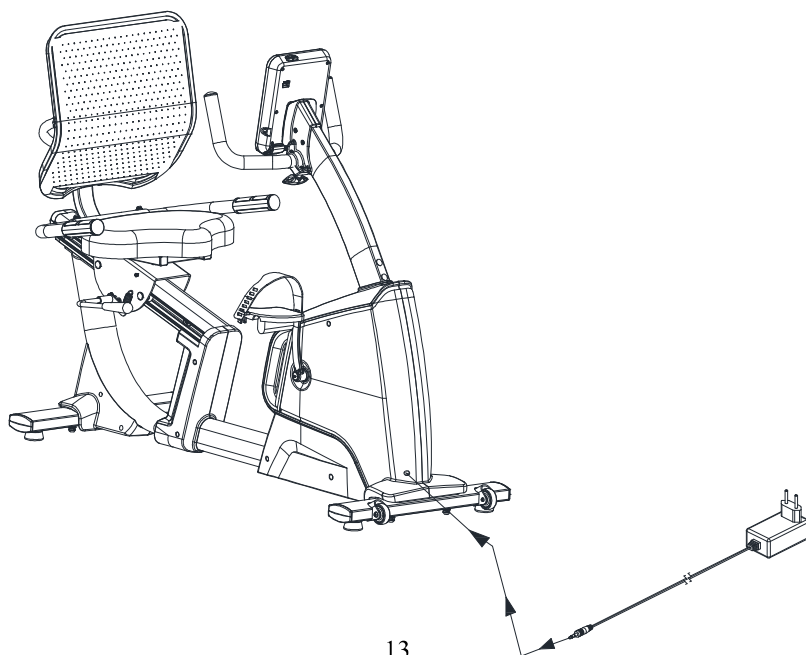
Korak 11:

1. Pričvrstite stražnji jastuk (61) na cijev stražnjeg jastuka (11) s Allen C.K.S. vijakom punog navoja (57).



12. korak:

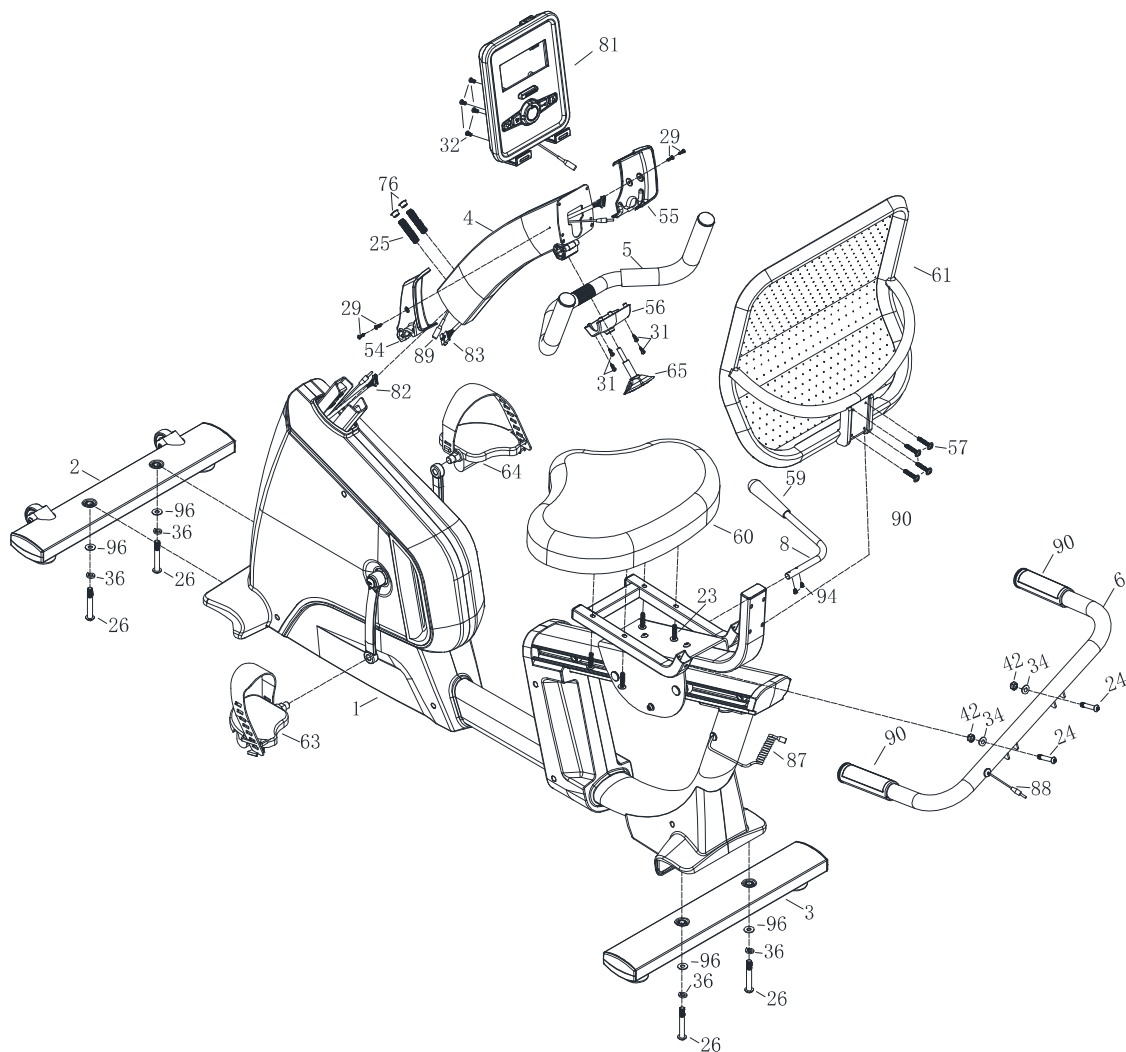
1. Umetnite utikače u otvor za napajanje kao što je prikazano u nastavku. Sastavljanje je završeno.



Savjeti za vježbanje:

1. Korisnik treba potpuno izbaciti noge unutar papučice i prilagoditi otpor upravljanja magnetima prema korisniku.
2. Budući da stroj s dvostrukim zamašnjacima ima ogroman inercijski trenutak, kada se korisnik zaustavi prije velike brzine, korisnik bi trebao smanjiti otpor i smanjiti brzinu, kako ne bi povrijedio nogu korisnika do trenutka inercije lijeve i desna papučica.
3. Stroj treba staviti na ravni pod i imati dovoljno prostora za vježbanje.

EKSPLODIRANI CRTEŽ A

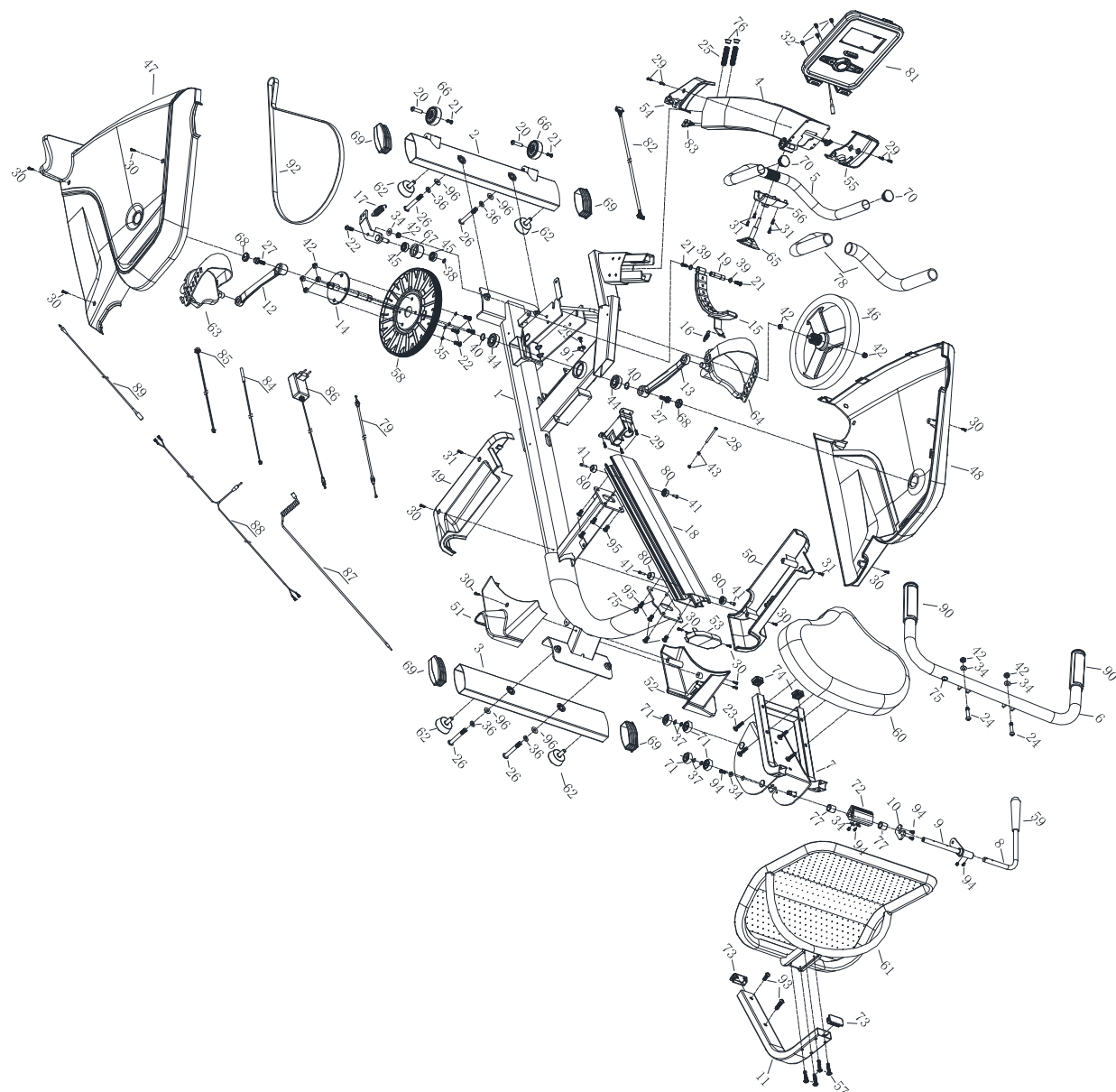


Popis dijelova

NO.	NAME	DESCRIPTION	QTY
1	Main frame		1
2	Front stabilizer		1
3	Rear stabilizer		1
4	Upright post		1
5	Handlebar post		1
6	Upper upright post		1

8	Brake adjustment round bar		1
12	Crank leg - left		1
13	Crank leg - right		1
24	Allen C.K.S. half thread screw	M8×40×20	2
25	Allen flat end set bolt	M12×60	2
26	Allen C.K.S. half thread screw	M10×70×20	4
29	Phillips pan head full thread screw	M4×16	6
31	Phillips C.K.S. self-tapping screw	ST4×12	4
32	Phillips C.K.S. full thread screw	M5×10	4
34	Spring washer	Φ8	2
36	Spring washer	Φ10	4
42	Hex locking nut	M8	2
54	Handlebar cover - left		1
55	Handlebar cover - right	(E30-24)	1
56	Handlebar front cover	(E30-25)	1
57	Allen C.K.S full thread screw		4
59	Brake adjustment handle		1
60	Saddle		1
61	Back cushion		1
63	Pedal - left		1
64	Pedal - right		1
65	T shape knob		1
76	Hole plug		2
81	Console		1
82	Motor communication wire	L-800mm	1
87	Spring wire	L-2000mm	1
88	Handle pulse connection wire 1	L-2×100mm	1
89	Handle pulse connection wire 2	L-650mm	1
90	Handle pulse		2
94	Allen cylinder head full thread screw	M6×15	2
96	Flat washer	Φ10	4

EKSPLODIRANI CRTEŽ B



Popis dijelova

NO.	NAME	DESCRIPTION	QTY
1	Main frame		1
2	Front stabilizer		1
3	Rear stabilizer		1
4	Upright post		1
5	Handlebar post		1
6	Handle pulse		1
7	Saddle		1
8	Brake adjustment round bar		1
9	Brake connection axis		1
10	Brake fixed piece		1
11	Back cushion tube		1
12	Crank leg - left		1
13	Crank leg - right		1
14	Crank axis		1
15	Fixed magnet		1
16	Brake tension spring	$\Phi 11.5 \times \Phi 1.2 \times 13$	1
17	Tension spring	$\Phi 18.5 \times \Phi 2.5 \times 11.5$	2
18	Aluminium sliding rail		1
19	Magnetic control axis		1
20	Allen C.K.S. hollow screw	$\Phi 8 \times 33 \times M6 \times 15$	2
21	Allen C.K.S. full thread screw	$M6 \times 15$	6
22	Allen C.K.S. full thread screw	$M8 \times 20$	5
23	Allen C.K.S. full thread screw	$M6 \times 35$	4
24	Allen C.K.S. half thread screw	$M8 \times 40 \times 20$	2
25	Allen flat end set bolt	$M12 \times 60$	2
26	Allen C.K.S. half thread screw	$M10 \times 70 \times 20$	4
27	Hex flange full thread screw	5/16-18UNC-1"	2
28	Hex full thread screw	$M5 \times 60$	1
29	Phillips pan head full thread screw	$M4 \times 16$	4

30	Phillips C.K.S. self-tapping screw	ST4×16	18
31	Phillips washer head end-cutting self-tapping screw	ST4×12	6
32	Phillips C.K.S. full thread screw	M5×10	4
33	Phillips pan head self-tapping screw	ST3×30	4
34	Flat washer	Φ8	14
35	Spring washer	Φ8	4
36	Spring washer	Φ10	4
37	Circlip for shaft	Φ8	4
38	Circlip for shaft	Φ10	3
39	Circlip for shaft	Φ12	2
40	Circlip for shaft	Φ17	2
41	Allen cylinder head full thread screw	M6×20	4
42	Hex locking nut	M8	11
43	Hex nut	M5	2
44	Deep groove ball bearing		2
45	Deep groove ball bearing		3
46	Flywheel(8510-61)		1
47	Motor cover – left		1
48	Motor cover – right		1
49	Aluminum track cover – left		1
50	Aluminum track cover – right		1
51	Rear stabilizer cover - left		1
52	Rear stabilizer cover – right		1
53	Aluminum track end cover		1
54	Handlebar cover – left		1
55	Handlebar cover - right		1
56	Handlebar front cover		1
57	Allen C.K.S full thread screw		4
58	Belt pulley		1
59	Brake adjustment handlebar		1
60	Saddle		1
61	Back cushion		1

62	Foot pad		4
63	Pedal – left		1
64	Pedal – right		1
65	T shape knob		1
66	Wheel		2
67	Tension wheel		1
68	Crank cover		2
69	End cap	$45 \times 90 \times t1.5$	4
70	Round pipe plug	$\Phi 28 \times t1.5$	2
71	PU wheel		4
72	Brake block		1
73	Square pipe plug	$25 \times 50 \times t1.5$	2
74	Square pipe plug	$25 \times 25 \times t1.5$	2
75	Wire plug		2
76	Hole plug		2
77	Brake clearance set		2
78	Foam grip		2
79	Brake line		1
80	Tapered foot pad	$\Phi 23 \times \Phi 18 \times \Phi 5 \times 11$	4
81	Console		1
82	Motor communication wire	L-800mm	1
83	Console communication wire	L-600mm	1
84	Magnetic inductor	L-200mm	1
85	Power communication wire	L-750mm	1
86	Power adapter	240V	1
87	Spring wire	L-2000mm	1
88	Handle pulse connection wire 1	L-2 × 100mm	1
89	Handle pulse connection wire 2	L-650mm	1
90	Handle pulse		2
91	Fixed magnet		1
92	Motor belt		1
93	Allen C.K.S. full thread screw	M8x30	2
94	Allen cylinder head full thread screw	M6 × 15	7

95	Allen cylinder head full thread screw	M8 × 15	8
96	Flat washer	Φ 10	4

Funkcije gumba

START/STOP	Započnite ili zaustavite vježbanje
RESET	Preokrenite glavni izbornik tijekom podešavanja vrijednosti vježbanja ili u načinu zaustavljanja Držite pritisnuto 2 sekunde i računalo će ponovno pokrenuti sustav s početnim postavkama korisnika.
UP(+)	1. Prilagodite izborni način treninga povećano 2. Prilagodite vrijednost smanjena
MODE/ENTER	U STOP načinu pritisnite za potvrdu postavke i unesite je.
DOWN(-)	1. Prilagodite izborni način treninga smanjeno 2. Prilagodite vrijednost smanjena
RECOVERY	Test stanja oporavka otkucaja srca
BODY FAT	Ispitajte tjelesnu masnoću i BMI

FUNKCIJE PRIKAZIVANJA:

TIME	Raspon prikaza 0:00 - 99:59; Raspon podešavanja 0:00 - 99:00
DISTANCE	Raspon zaslona 0,0 - 99,99; Raspon podešavanja 0,0 - 99,90
CALORIES	Raspon zaslona 0 - 9999 Cal .; Raspon podešavanja 0 - 9990 Cal.
PULSE	Raspon zaslona P-30 - 230; Raspon podešavanja 0-30 - 230
WATT	Raspon zaslona 0 - 999; Raspon podešavanja 10 - 350
SPEED	Raspon 0,0 - 99,9 KM / h
RPM	Raspon 0 - 999

RAD:

POWER ON

Uključite u struju, računalo će se uključiti dugim zvučnim signalom i prikazivati sve segmente na LCD-u u trajanju od 2 sekunde (crtanje 1). Uđite u odabir korisnika (Crtež 2) i persona! način podešavanja podataka (dob, spol, visina, težina).

Nakon 4 minute bez pedaliranja ili unosa impulsa, konzola će ući u mod uštede energije.

Pritisnite bilo koju tipku može se probuditi konzola.



Crtež 1

Personalno podešavanje podataka

Nakon odabira korisnika iz U1 - U4, pritisnite ENTER za potvrdu. Pritisnite GORE (+) ili DOLJE (-) za podešavanje SEX, AGE (crtanje 3), HEIGHT, WEIGHT i potvrdite pritiskom na ENTER. Svi podaci bit će spremljeni kao korisnički profil.

Nakon postavljanja, konzola prijeđe na glavni izbornik i prikazuje se kao crtež 4. Na ovoj stranici korisnik može započeti vježbanje izravno pritiskom gumba START / STOP.



Crtež 3



Crtež 4

Izbor treninga

Na glavnoj stranici treperi prvi program MANUAL (Crtež 5). Korisnik može pritisnuti UP (+) ili DOLJE (-) za odabir: MANUAL -> PROGRAM -> USER PROGRAM -> H.R.C. --> WATT, a za potvrdu pritisnite ENTER.

Ručni mod

1. Pritisnite GORE (+) ili DOLJE (-) za odabir programa vježbanja, odaberite Ručno (Crtanje 4) i pritisnite tipku ENTER za potvrdu.
2. Pritisnite GORE (+) ili DOLJE (-) za unaprijed postavljenu vrijednost TIME / DISTANCE / CALORIES / PULSE i pritisnite ENTER za potvrdu.
3. Pritisnite tipke START / STOP za početak vježbanja. Tijekom vježbanja, korisnik može pritisnuti GORE i DOLJE za podešavanje razine opterećenja! od 1-16.
4. Pritisnite tipke START / STOP za zaustavljanje rada. Pritisnite RESET za povratak na glavni izbornik.

Programski način rada

1. Pritisnite GORE (+) ili DOLJE (-) za odabir programa vježbanja, odaberite Program (Crtanje 5) i pritisnite tipku ENTER za potvrdu.
2. Pritisnite GORE (+) ili DOLJE (-) za odabir programa iz P01-P12, profil programa prikazat će se okretanjem.
3. Pritisnite GORE (+) ili DOLJE (-) da biste postavili TIME za vježbanje.
4. Pritisnite tipke START / STOP za početak vježbanja. Tijekom vježbanja, korisnik može pritisnuti GORE (+) ili DOLJE (-) za podešavanje razine opterećenja! od 1-16.



5. Pritisnite tipke START / STOP za zaustavljanje rada. Pritisnite RESET za povratak na glavni izbornik.

Crtež 5

H.R.C. način

1. Pritisnite GORE (+) ili DOLJE (-) za odabir programa vježbanja, odaberite H.R.C. (Crtanje 7) i pritisnite tipku ENTER za potvrdu.
2. Pritisnite GORE (+) ili DOLJE (-) za odabir: H.R.C 55 (Crtanje 8), H.R.C75, H.R.C 90 ili TAG (TARGET H.R.) (zadano: 100, Crtanje 9) i potvrdite pritiskom na ENTER.
3. Kad odaberete H.R.C 55, H.R.C75, H.R.C 90, konzola će prikazati unaprijed postavljenu vrijednost cilja u skladu s dobi korisnika. Pritisnite GORE (+) ili DOLJE (-) i ENTER da biste postavili TIME za vježbanje.
4. Kad odaberete TAG H.R., unaprijed postavljena vrijednost 100 trepće kao Crtanje 9. Pritisnite GORE (+) ili DOLJE (-) za podešavanje vrijednosti od 30-230, a potvrdite ENTER. Unaprijed postavljeno vježbanje TIME pritiskom na tipke GORE (+) i DOLJE (-).
5. Pritisnite tipku START / STOP za pokretanje ili zaustavljanje vježbanja. Pritisnite RESET za povratak na glavni izbornik.



Crtanje 7



Crtanje 8



Crtanje 9

WATT način

1. Pritisnite GORE (+) ili DOLJE (-) za odabir programa vježbanja, odaberite WATT (Crtanje 10) i pritisnite Tipku ENTER za potvrdu.
2. Pritisnite GORE (+) ili DOLJE (-) da biste postavili cilj WATT. (zadano: 120)
3. Pritisnite GORE (+) ili DOLJE (-) da biste postavili TIME za vježbanje.
4. Pritisnite tipku START / STOP za početak vježbanja. Tijekom vježbanja, korisnik može pritisnuti UP (+) ili DOLJE (-) za podešavanje WATT razine od 10 ~ 350.
5. Pritisnite tipku START / STOP za zaustavljanje treninga. Pritisnite RESET za povratak na glavni izbornik.



Crtež 10

Način BODY FAT

1. Za vrijeme vježbanja pritisnite START / STOP za zaustavljanje vježbanja, a zatim pritisnite tipku BODY FAT za početak mjere.

(Crtež 11)

2. Držite ručne hvataljke, nakon 8 sekundi računalno će pokazati BMI, FAT% i simbol masti.

3. Pritisnite tipku BODY FAT ponovo prema glavnom izborniku.

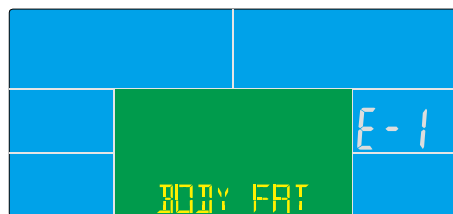
4. Kôd pogreške

* Prikaz konzole E-1 (crtež 12): korisnik ne drži ispravno hvatanje ruku.

* Prikaz konzole E-4 (crtež 13): FAT% prelazi raspon podešavanja (5,0% - 50,0%)



Crtež 11



Crtež 12



Crtež 13

<REFERENCE>

B.M.I. (Indeks tjelesne mase) integriran

B.M.I SCALE	LOW	LOW/MED	MEDIUM	MED/HIGH
RANGE	<20	20-24	24.1-26.5	>26.5

BODY FAT:

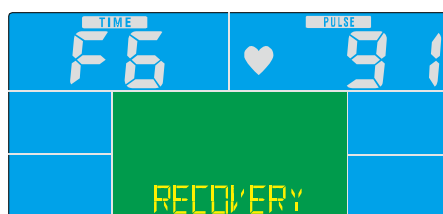
SYMBOL	—	+	▲	◆
FAT% SEX	LOW	LOW/MED	MEDIUM	MED/HIGH
MALE	<13%	13%-25.9%	26%-30%	>30%
FEMALE	<23%	23%-35.9%	36%-40%	>40%

Oporavak

1. Kad se na računalu prikaže vrijednost pulsa (držite ručne gripe), pritisnite tipku RECOVERY.
2. Prebacivanje svih funkcija za izuzetak osim TIME "počinje odbrojavati od 00:60 do 00:00 (crtanje 14) - Kada se TIME odbroji na 0, na ekranu će se prikazati status oporavka vašeg pulsa pomoću FX (X = 1-6, Crtanje 15). F1 je najbolji, F6 je najgori. (Pogledajte tablicu ispod)
(Ponovno pritisnite tipku RECOVERY za povratak na glavni zaslon)
3. Tijekom RECOVERY, korisnik može pritisnuti gumb RECOVERY za povratak na glavni izbornik.
4. Bez unesenog impulsa nevaljano je pritisnuti tipku RECOVERY.



Cртеž 14



Cртеž 15

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

BILJEŠKA:

1. Ovo računalo zahtijeva adapter od 9 V, 1300mA.
2. Kad korisnik prestane pedalirati na 4 minute, računalo će ući u način uštede energije, svi podaci o podešavanjima i vježbama bit će pohranjeni dok korisnik ponovno ne počne s vježbom.
3. Kad je računalo normalno, ponovno uključite adapter i uključite utikač.

DISTRIBUTER:

Enim sport d.o.o.
Vladimira Varićaka 18
HR-10 000 Zagreb
M: +385 (0)99 421 01 01
T: +385 (0)1 55 86 324
I: www.enimsport.hr



UVOZNIK:

GARLANDO SPA

Via Regione Piemonte, 32 - Zona Industriale D1
15068 - Pozzolo Formigaro (AL) - Italy
www.toorx.it - info@toorx.it