

TOORX
FITNESS IN MOTION

BEDIENUNGSANLEITUNG



ROWERSEA COMPACT



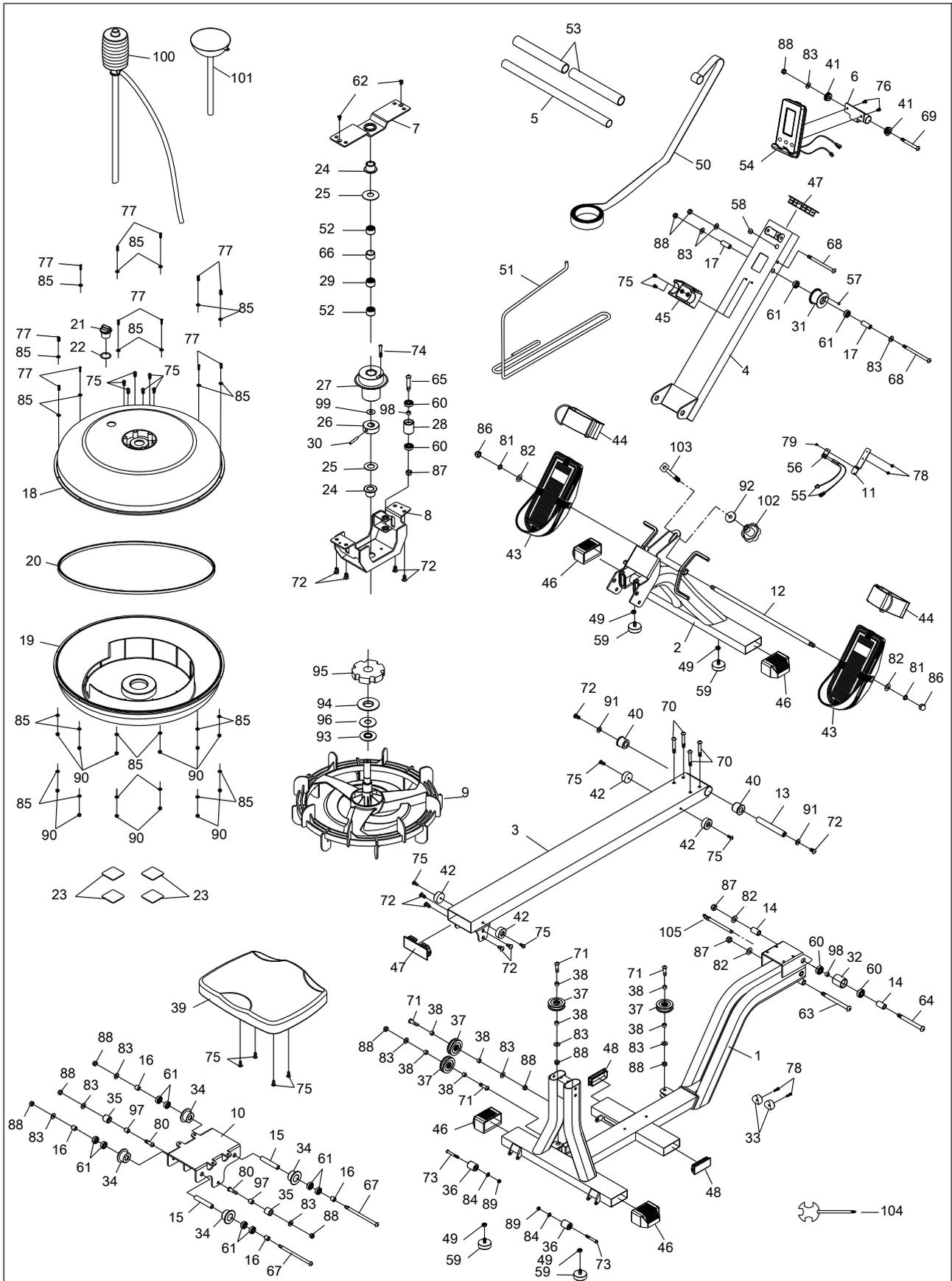
Cod : GRLDTOORXRWXSEC

Rev : 00

Ed : 09/19



EXPLOSIONSZEICHNUNG



PARTS LIST

| Part | Part Name | Spec. | Qty |
|------|-----------------------------|--------------------|-----|
| 1 | Main Frame | | 1 |
| 2 | Front Support | | 1 |
| 3 | Rail | | 1 |
| 4 | Front post | | 1 |
| 5 | Handlebar | | 1 |
| 6 | Meter Plate | | 1 |
| 7 | Mounting Bracket | | 1 |
| 8 | Tank Brace | | 1 |
| 9 | Impeller | | 1 |
| 10 | Seat Carriage | | 1 |
| 11 | Sensor Bracket | | 1 |
| 12 | Pedal Shaft | Φ 12.7*440 | 1 |
| 13 | Rail Shaft | Φ 16*114 | 1 |
| 14 | Idle Roller Long Spacer | OD16*ID10.2*23 | 2 |
| 15 | Roller Long Spacer | OD12.7*ID8.2*71.5 | 2 |
| 16 | Roller Short Spacer | OD12.7*ID8.2*12 | 4 |
| 17 | Strap Pulley Spacer | OD12.7*ID8.2*28.6 | 2 |
| 18 | Upper Tank | | 1 |
| 19 | Lower Tank | | 1 |
| 20 | Rubber Ring Seal | | 1 |
| 21 | Fill Plug | | 1 |
| 22 | Fill Plug Seal | | 1 |
| 23 | Lower Pad | 50*50*T2.0 | 4 |
| 24 | Strap/Bungee Pulley Bushing | | 2 |
| 25 | Plastic Washer | Φ 40*Φ 20.5*2.0 | 2 |
| 26 | Shaft Retainer | Φ 48*Φ 20*17 | 1 |
| 27 | Strap/Bungee Pulley | Φ 100*Φ 28*90 | 1 |
| 28 | Short Idle Roller | | 1 |
| 29 | One-way Bearing | HF2016 | 1 |
| 30 | Spring Pin | Φ 6 x 40mm | 1 |
| 31 | Strap Pulley | POM | 1 |
| 32 | Long Idle Roller | | 1 |
| 33 | Cushion pad | | 2 |
| 34 | Seat Roller | | 4 |
| 35 | Lower Seat Roller | | 2 |
| 36 | Moving Wheel | Φ 22*6.5*30 | 2 |
| 37 | Bungee Pulley | Φ51.2*Φ8.5*14.7 | 4 |
| 38 | Spacer for Bungee Pulley | Φ12 x Φ8.1 x 6.5mm | 8 |

| Part | Part Name | Spec. | Qty |
|------|-----------------------------|------------------|-----|
| 54 | Meter | | 1 |
| 55 | Sensor Wire | | 2 |
| 56 | Sensor Holder | | 1 |
| 57 | Magnet | Φ 6*5mm | 1 |
| 58 | Grommet | Φ12*11*Φ3 | 1 |
| 59 | Adjusting pad | | 4 |
| 60 | Bearing | 6000zz | 4 |
| 61 | Bearing | 608zz | 10 |
| 62 | Bolt, Flat Socket Head | M6 x 10mm | 2 |
| 63 | Bolt, Button Head | M10 x 115mm | 1 |
| 64 | Bolt, Button Head | M10 x 105mm | 1 |
| 65 | Bolt, Button Head | M10 x 55mm | 1 |
| 66 | Bearing Spacer | OD30*ID26*36 | 1 |
| 67 | Bolt, Button Head | M8 x 135mm | 2 |
| 68 | Bolt, Button Head | M8 x 110mm | 2 |
| 69 | Bolt, Button Head | M8 x 70mm | 1 |
| 70 | Bolt, Button Head | M8 x 50mm | 4 |
| 71 | Bolt, Button Head | M8 x 30mm | 4 |
| 72 | Bolt, Button Head | M8 x 15mm | 10 |
| 73 | Bolt, Button Head | M6 x 45mm | 2 |
| 74 | Bolt, Button Head | M5 x 35mm | 1 |
| 75 | Bolt, Button Head | M6 x 15mm | 16 |
| 76 | Bolt, Button Head | M5 x 10mm | 2 |
| 77 | Stainless Screw, Round Head | M3 x 20mm | 12 |
| 78 | Screw, Round Head | ST4.2 x 16mm | 4 |
| 79 | Screw, Round Head | M4 x 12mm | 1 |
| 80 | Shoulder Bolt, Button Head | Φ10*6.5*M8*18.5 | 2 |
| 81 | Lock Washer | OD15*ID10.5*T2.5 | 2 |
| 82 | Washer | OD20*ID10.5*T1.5 | 4 |
| 83 | Washer | OD16*ID8.5*T1.5 | 12 |
| 84 | Washer | OD13*ID6.5*T1.5 | 2 |
| 85 | Washer | M3 | 24 |
| 86 | Acorn Nut | M10 | 2 |
| 87 | Nylock Nut | M10 | 3 |
| 88 | Nylock Nut | M8 | 11 |
| 89 | Nylock Nut | M6 | 2 |
| 90 | Stainless Nylock Nut | M3 | 12 |
| 91 | Large Washer | OD20*ID8.5*T1.5 | 2 |

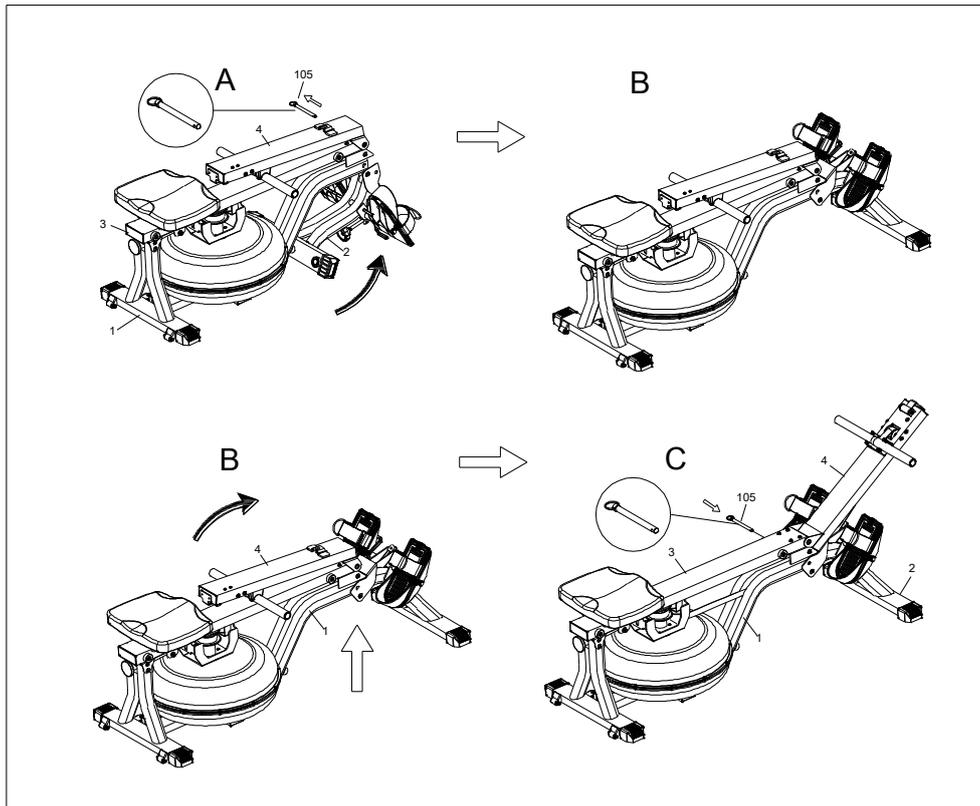
| | | | | | | | |
|----|--------------------------|----------------------|---|-----|-----------------------------|-------------------|---|
| 39 | Seat | PU | 1 | 92 | Large Washer | OD25*ID10.5*T2.0 | 1 |
| 40 | Rail Bushing | Φ16 xΦ31.8 x 12.5 | 2 | 93 | Impeller Seal | Φ 50* Φ 19*5 | 1 |
| 41 | Meter Plate Bushing | Φ 25.4* Φ 8.2*10 | 2 | 94 | Tank Seal | Φ 40* Φ 27.4*6.8 | 1 |
| 42 | Stopper | Φ33*Φ8*13 | 4 | 95 | Foam Spacer | Φ98*Φ28*20 | 1 |
| 43 | Pedal | | 2 | 96 | PC Plate | OD40*ID20*0.2 | 1 |
| 44 | Pedal Strap | | 2 | 97 | Roller Spacer | Φ8.1 x Φ10 x 13mm | 2 |
| 45 | Handlebar Seat | | 1 | 98 | Idle Roller Short Spacer | Φ14*1.5*19 | 2 |
| 46 | End cap | 30mm x 70mm | 4 | 99 | Stainless Washer | OD25*ID20.1*0.3 | 1 |
| 47 | Rectangular Plug | 40mm x 100mm | 2 | 100 | Syphon Pump | | 1 |
| 48 | Rectangular Plug | 30mm x 60mm | 2 | 101 | Funnel | | 1 |
| 49 | Hexagon nut | M8 | 4 | 102 | Knob | Φ60*M10 | 1 |
| 50 | Strap | | 1 | 103 | Knob Bolt | | 1 |
| 51 | Bungee Cord | | 1 | 104 | Combination Wrench | | 1 |
| 52 | Needle Roller Bearing | HK2010 | 2 | 105 | Safety Pin | Φ10*119 | 1 |
| 53 | Hand Grip | | 2 | | | | |

MONTAGEANLEITUNG

HINWEIS: Wir empfehlen, das Gerät von zwei Personen zusammenbauen zu lassen.

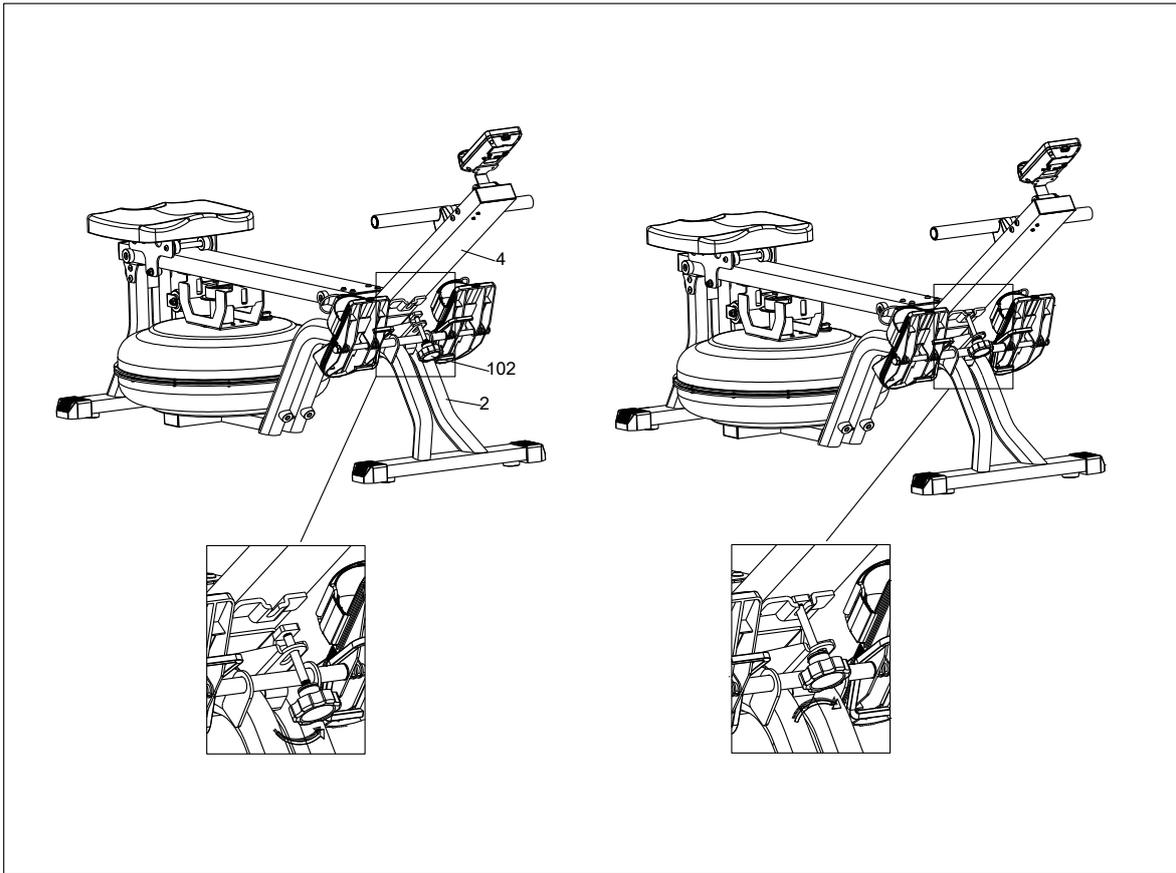
Schritt 1:

1. Ziehen Sie den Sicherheitsstift (105), der am Haupttrahmen (1) vormontiert ist, heraus und legen Sie die vordere Stütze an die richtige Stelle, wie unten abgebildet (A)(B),
2. Bringen Sie den vorderen Pfosten (4) an die richtige Stelle wie unter Bild (B)(C)

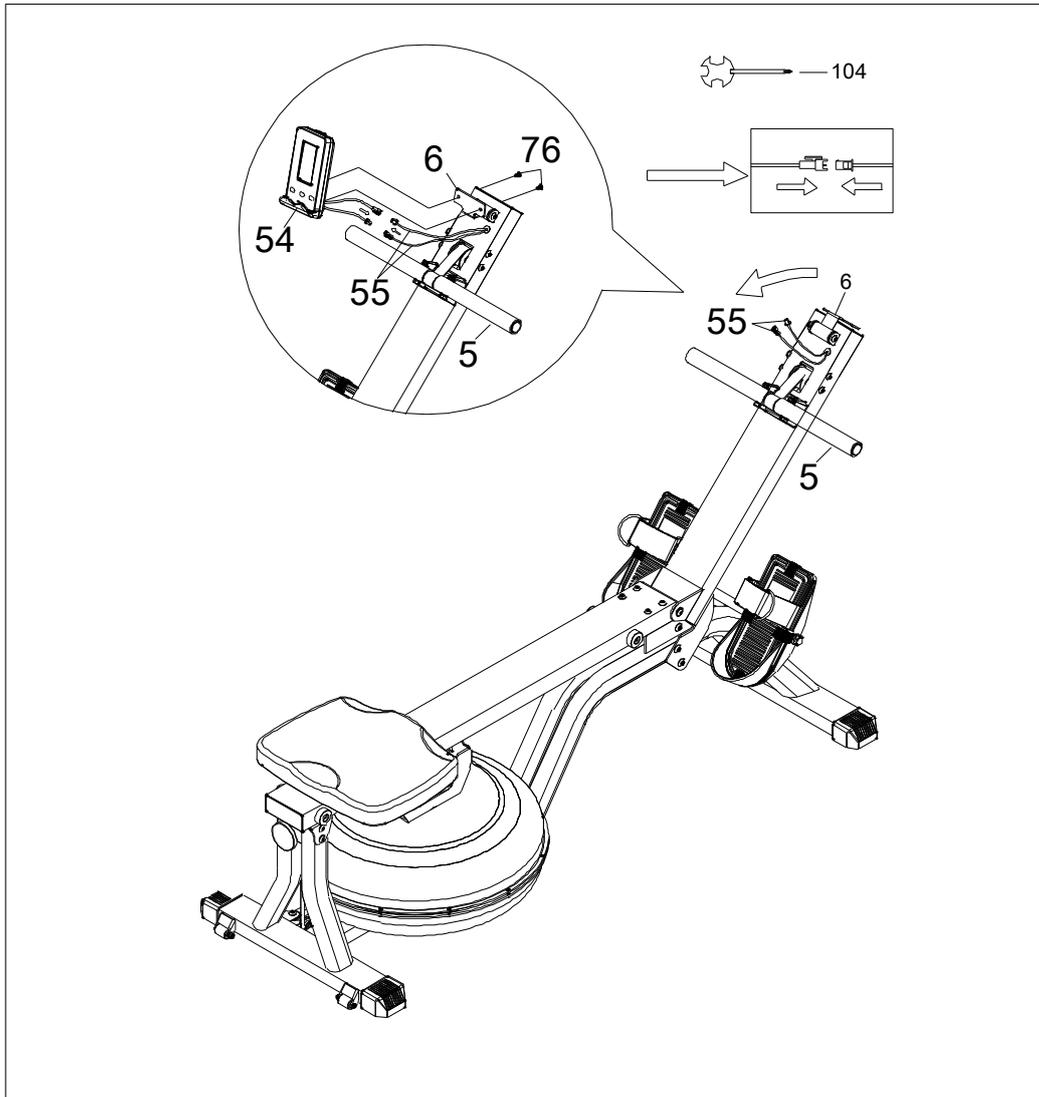


Schritt 2:

Ziehen Sie die Griffschraube (102) auf der Rückseite des vorderen Pfostens (4) fest



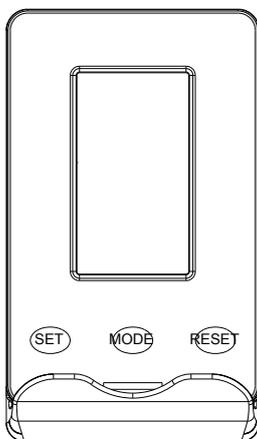
Schritt 3:



Schließen Sie das 2-teilige Sensorkabel (55) an das Messgerät (54) an.

Befestigen Sie den Computer (54) an der Messplatte (6), sichern Sie ihn mit zwei Schrauben (76)

BEDIENUNGSANLEITUNG FÜR DEN COMPUTER



VERWENDUNG DES FITNESS-MESSGERÄTS

EINSCHALTEN: den Griffbügel bewegen oder eine der Tasten am Computer drücken.

AUSSCHALTEN: Schaltet sich nach 4 Minuten Inaktivität automatisch ab.

FUNKTIONSTASTEN :

MODUS : Im Einstellmodus drücken und loslassen, um jede Funktion für voreingestellte Zielwerte für **ZEIT, ZÄHLUNG, DISTANZ, KALORIEN** und **PULS** zu wählen.

Die Taste drücken und loslassen, um Funktionen zur Anzeige für **ZEIT, ZÄHLUNG, DISTANZ, KALORIEN** und **PULS** auszuwählen.

SET : Im Einstellmodus zum Einstellen der Zielwerte drücken. Drücken Sie die Taste und halten Sie sie zwei Sekunden lang gedrückt, das Messgerät addiert die Werte weiter, lassen Sie die Taste los, um zu stoppen.

RESET : Drücken Sie im Einstellmodus die Taste , um die Einstellwerte auf Null zurückzusetzen.

Drücken Sie die Taste und halten Sie sie zwei Sekunden lang gedrückt, um alle Funktionen auf Null zurückzusetzen.

FUNKTIONEN:

SCAN: Scant automatisch **ZEIT, ZÄHLUNG, DISTANZ, KALORIEN** und **PULS** in Folge mit einem Wechsel alle sechs Sekunden. Drücken Sie die **MOUS-Taste** und lassen Sie sie los, bis „**SCAN**“ auf dem Display erscheint.

ZEIT: Zeigt die Zeit von 1 Sekunde bis zu 99:59 Minuten an. Zählt vom voreingestellten Wert herunter.

ZÄHLER : Zeigt die Anzahl der von Ihnen getätigten Ruderschläge von Null bis 9999 Ruderschläge an. Zählt vom voreingestellten Wert herunter.

DISTANZ : Zeigt die Entfernung von Null bis 9999 Meter an. Zählt vom voreingestellten Wert herunter.

CALORIES (KALORIEN): Zeigt die verbrannten Kalorien von Null bis 9999 Kcal an. Zählt vom voreingestellten Wert herunter.

Die Kalorienangabe ist ein Richtwert für einen Standardbenutzer. Sie darf nur zum Vergleich von mehreren Trainingseinheiten mit diesem Gerät verwendet werden.

PULSE (HERZFREQUENZ): Zeigt die Herzfrequenz an, von 40 bis 240 Impulse pro Minute.

Um diese Funktion zu nutzen , müssen Sie den **HERZFREQUENZ-SENDER** um die Brust tragen, damit der im Rudergerät eingebaute Empfänger die vom **HERZFREQUENZ-SENDER** gesendete Herzfrequenz

anzeigen kann. Jedes Herzfrequenzsignal wird von einem „❤“-Symbolblitz begleitet.

HINWEIS: Der **HERZFREQUENZ-SENDER** ist kein Medizingerät. Die Anzeige kann evtl. aufgrund des schwankenden Abstandes während eines Schlages instabil sein. Die Pulsfunktion ist ein wertvoller Parameter, um das Training zu optimieren, sollte jedoch nur als Bezugswert verstanden werden.

OPERATION MIT VOREINGESTELLTEN WERTEN:

Sie können an dem **GRIFFBÜGEL(5)** ziehen, um das Messgerät einzuschalten und direkt mit dem Messgerät zu trainieren. Oder Sie können die Funktionswerte für das Herunterzählen voreinstellen. Drücken Sie die **MODUS-Taste** und lassen Sie sie wieder los, bis „**SCAN**“ nicht auf dem Display erscheint; das Messgerät geht dann in den Einstellmodus über. Verwenden Sie die **SET-** und **RESET-Tasten** zur Eingabe der Werte, und drücken Sie die **MODUS-Taste** zur Bestätigung. Oder drücken Sie einfach die **MODUS-Taste**, um die Einstellung zu überspringen und mit der nächsten Funktion fortzufahren. Nachdem die gewünschte Einstellung gewählt wurde, den **GRIFFBÜGEL (5)** zu sich ziehen und mit dem Training beginnen.

Zeit (1:00 bis 99:00) Zählung (10 bis 9990) Distanz (100 bis 9900 Meter Kalorien (10 bis 9990 Kcal)

HINWEIS:

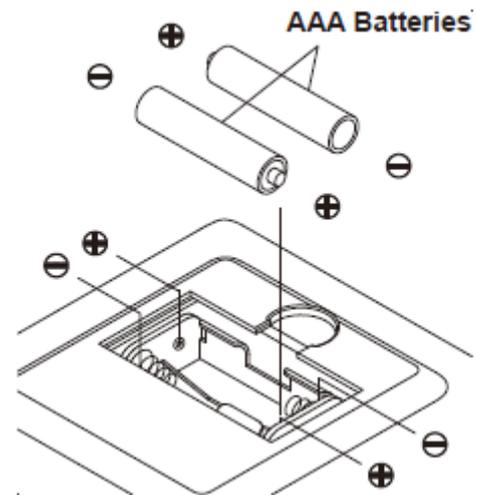
1. Sie können Werte für mehrere Funktionen voreinstellen. Die voreingestellten Funktionswerte beginnen herunterzuzählen. Wenn Sie eine der voreingestellten Funktionen abschließen, beginnt der Wert dieser abgeschlossenen Funktion aufwärts zu zählen, während die anderen voreingestellten Funktionen weiterhin abwärts zählen.
2. Das Messgerät schaltet sich nach 4 Minuten Inaktivität automatisch ab. Alle Funktionswerte werden beibehalten. Sie können mit diesen Funktionswerten weiter trainieren. Oder drücken Sie die **RESET-** oder **MODUS-Taste** und halten Sie sie zwei Sekunden lang gedrückt, um alle Funktionen auf Null zurückzusetzen.

EINLEGEN UND AUSWECHSELN DER BATTERIEN: AA -Batterien

1. Das Batteriefach an der Rückseite des Messgeräts öffnen.
2. Das Messgerät arbeitet mit zwei **AA**-Batterien (je 1,5V), die Batterien sind nicht im Lieferumfang enthalten. Für das Einlegen oder Auswechseln der Batterien siehe Abbildung.

HINWEIS:

1. Keine neuen Batterien mit alten mischen.
2. Die gleiche Art von Batterien verwenden. Alkalische Batterien dürfen nicht mit einer anderen Art von Batterie gemischt werden.
3. Es nicht empfohlen, Akkus zu verwenden.
4. **Bei der Entsorgung der Batterien sind die lokal geltenden gesetzlichen Vorschriften einzuhalten.**
5. **Die Batterien nicht verbrennen.**



FÜLLEN UND LEEREN DES TANKS

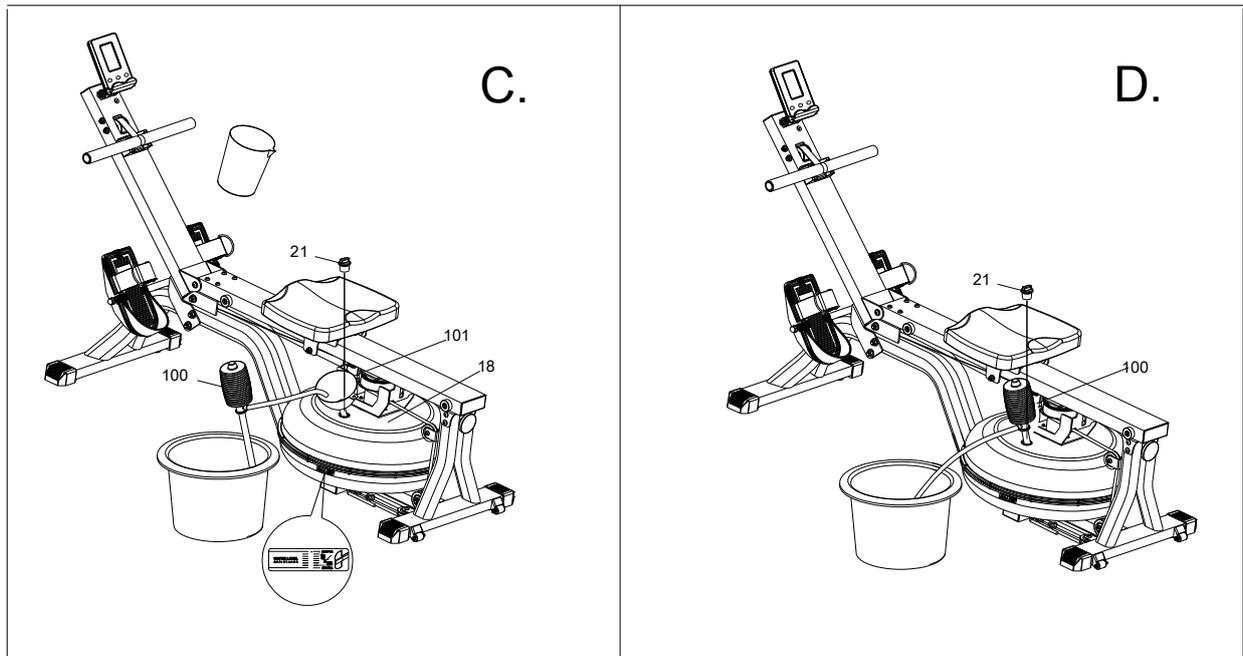
1. Den **FÜLLSTOPFEN(21)** von der Abdeckung des **TANKOBERTEILS(18)** abnehmen.
2. Zum Befüllen mit Wasser siehe Abbildung C. Setzen Sie den **FUNNEL(101)** in den Tank ein. Verwenden Sie einen Wasserbecher oder die **SYPHONPUMPE(100)** und einen Eimer, um den Tank zu füllen. Verwenden Sie einen Wasserstandmesser an der Seite des Tanks, um das Wasservolumen im Tank bis zum gewünschten Niveau zu messen.
3. Zum Entleeren des Tanks siehe Abbildung D. Stellen Sie einen Eimer neben das Rudergerät. Verwenden Sie die **SYPHONPUMPE(100)**, um das Wasser aus dem Tank in den Eimer zu pumpen.
4. Setzen Sie den **FÜLLSTOPFEN(21)** nach Fertigstellung in den **OBEREN TANK(18)** ein. Bitte wischen Sie nach dem Füllen überschüssiges Wasser von den Rahmen ab.

HINWEIS:1. Füllen Sie den Tank mit Leitungswasser, verwenden Sie kein Brunnenwasser. Wenn das Leitungswasser nicht verfügbar ist, destilliertes Wasser verwenden. Empfehlungen zur Wasseraufbereitung finden Sie im Abschnitt **Wartung**.

2. Das Wasser im Tank ist nicht für den menschlichen oder tierischen Gebrauch bestimmt. Bitte entsorgen Sie das Wasser nach der Entnahme aus dem Tank ordnungsgemäß.

WASSERFÜLLSTAND

Siehe die Detailansicht der Abbildung C. Der Wasserstandsanzeiger ist seitlich am Tank angebracht. Der maximale Füllstand zum Befüllen des Tanks ist Stufe 6. **NICHT** über die maximale Füllmenge hinaus befüllen - dies könnte zum Erlöschen der Garantie führen. Die Standardkalibrierungsstufe ist Stufe 6. Die Höhe des Widerstandes wird durch die Wassermenge im Tank bestimmt. Zum Beispiel bietet Wasser der Stufe 2 eine leichte Beständigkeit, Stufe 6 bietet die höchste Beständigkeit.



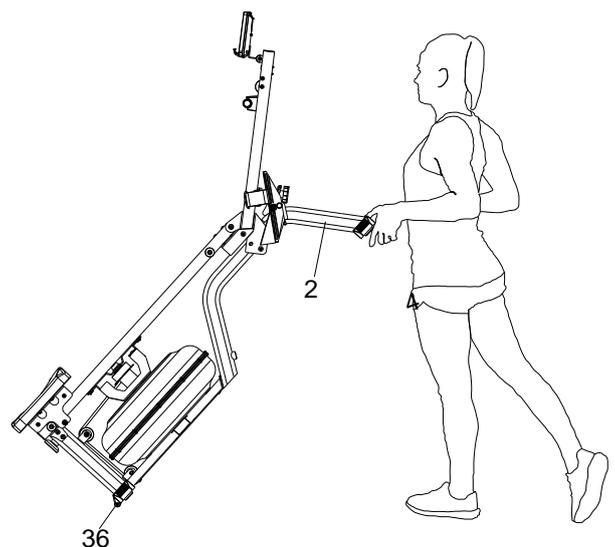
EINSTELLUNGSANLEITUNG

❖ BEWEGEN DES GERÄTS

Um die Maschine zu bewegen, heben Sie die **vordere Stütze (2)** an, bis die **beweglichen Räder (36)** am Hauptrahmen den Boden berühren. Mit den Rädern auf dem Boden können Sie das Rudergerät leicht zum gewünschten Ort

❖ EINSTELLUNG DES GLEICHGEWICHTS

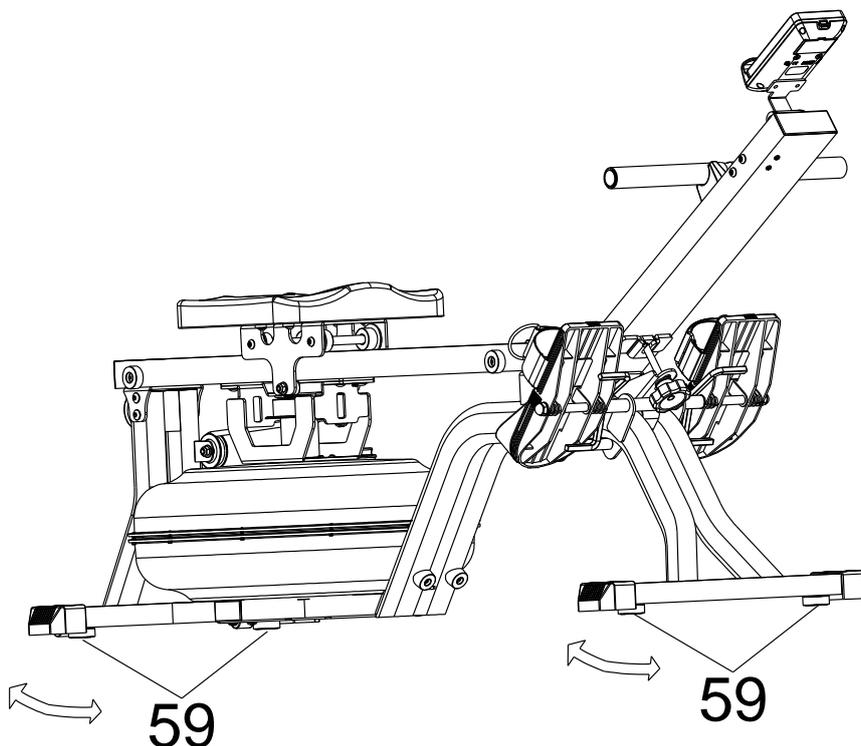
Stellen Sie den **Ständer(59)** unter den Stabilisatoren der Maschine ein, wenn die Maschine während des Gebrauchs unausgeglichen ist.



❖ AUFBEWAHRUNG

1. Das **Rudergerät** kann an einem sauberen und trockenen Ort aufbewahrt werden.
2. Um Schäden an der Elektronik zu vermeiden, entfernen Sie die Batterien, bevor Sie den **Rudergerät** für ein Jahr oder länger lagern.

3. Wasser aus dem Tank entfernen, wenn das Rudergerät länger als einen Monat unbenutzt gelagert wird.



| | | | |
|-------------------|----------------------------------|-------|------------|
| Name des Artikels | ST5887&ST5888 SPEZIFIKATION V1.0 | Datum | 25.09.2018 |
| | | Seite | 15 |

FUNKTIONSLISTE:

- A. Reichweite : Rollen
- B. 2 Stck. 3# Batterie.
- C. Hauptfunktion : ZEIT、DISTANZ、PULS、KALORIEN、SPM、RUDERSCHLÄGE、GESAMT RUDERSCHLÄGE、WATT、PULS、Manueller、INTERVALL 20-10、INTERVALL 10-20、BENUTZER-INTERVALL、ZIEL-ZEIT、ZIEL-DISTANZ、ZIEL-KALORIEN、ZIEL-RUDERSCHLÄGE、ZIEL-PULS

ANZEIGEFUNKTION:

- 1.SPM : Bereich von0~999。
- 2.TIME : Bereich von 0:00~99:59, kann aufwärts und abwärts zählen.
- 3.DISTANZ : 0~9999 K / M, kann aufwärts und abwärts zählen.
- 4.CALORIES : Bereich von 0~9999, kann aufwärts und abwärts zählen.
- 5.WATT : Bereich von 0~999。
- 6.PULS (HERZFREQUENZ) : P~30 - 230。
- 7.Manual : Allgemein -Modus
- 8.INTERVALL (ZEITSPANNE): intermittierender Ruhemodus.
- 9.TARGET : Ziel Steuerungsmodus.
- 10.METER/MILE

TASTENFUNKTIONEN :

1. SET-TASTE

- A. Erhöhen Sie den Wert jedes Mal einmal, langer Druck für eine schnelle Erhöhungseinstellung.
- B. ZEIT Einstellbereich: 0:00~99:00(Funktion INTERVALL erhöht sich um 0:01,Funktion ZEIT erhöht sich um 0:01 für jede Zeit)
- C. CAL Einstellbereich 0~9990 (Erhöhung um 10 für jede Anpassung)
- D. DIST Einstellbereich: 0~9990 (Erhöhung um 10 für jede Anpassung)
- E.RUDERSCHLÄGE Einstellbereich: 0~9990 (Erhöhung um 10 für jede Anpassung)
- F.PULS Einstellbereich: 30~230 (Voreingestellter Wert ist 100, Erhöhung um 1 für jede Anpassung)
- G. Im Standby-Modus können Sie mit der MODUS-TASTE 2 Sekunden lang drücken, um zwischen Meter und Meile umzuschalten.

2. MODUS-TASTE

- A. Drücken Sie im Funktionsauswahlmodus die Taste , um die Funktion zu bestätigen.
- B. Drücken Sie im Einstellmodus die Taste , um die Funktion zu bestätigen.
- C. Im Trainingsmodus drücken Sie die Taste in den Pausenmodus.
- H. Im Standby-Modus können Sie mit der MODUS-TASTE 2 Sekunden lang drücken, um zwischen Meter und Meile umzuschalten.

3. RESET-TASTE

- A. Drücken Sie im Funktionsauswahlmodus die Taste zurück zur vorherigen Funktion.
- B. Drücken Sie im Einstellmodus die Taste , um den aktuell eingestellten Wert zu löschen.
- C. Drücken Sie im Stopp-Modus die Taste zurück zur Standby-Anzeige.
- D. Wenn Sie die Taste drücken, ertönt ein „BI“-Ton.
- E.Drücken Sie drei Sekunden, um TOTAL RESET durchzuführen. Die elektronische Uhr löscht den aktuellen Trainingswert mit Ausnahme des GESAMT RUDERSCHLÄGE-Werts
※Der GESAMT RUDERSCHLÄGE-Wert wird automatisch gelöscht, wenn der Strom abgeschaltet wird.

EINSCHALTEN, AUSSCHALTEN:

EINSCHALTEN :

Schalten Sie die LCD-Anzeige ein, der Bildschirm wird 2 Sekunden lang angezeigt (Bild 1), gleichzeitig ertönt 2 Sekunden lang ein langer Signalton und dann in den Standby-Modus wechseln.



Abbildung 1

AUSSCHALTEN:

1. Wenn ein beliebiges Signal 4 Minuten lang in den Monitor übertragen wurde, geht die IC in den SLEEP-Modus über.
2. Wenn das Signal und die Tastatur übertragen wurden, erwacht die elektronische Uhr.

BEDIENUNGSANLEITUNG

EINSCHALTEN :

Beim Einschalten (oder Drücken von MODE/RESET 3 Sekunden), Summer klingelt 2 Sekunden, LCD zeigt 2 Sekunden an und geht dann in den Bereitschaftsmodus über.

1. Standby-Modus:

- A. Nach dem Einschalten geht die Konsole in den Standby-Modus über, MANUELL, INTERVALL, ZIEL, ZEIT, DISTANZ, KALORIE, PULS, SPM, WATT, GESAMT RUDERSCHLÄGE, RUDERSCHLÄGE und SCAN werden nacheinander 1 Sekunde angezeigt. (Bild 2~Bild 12)
- B. Im Standby-Modus muss der Benutzer keine Tasten drücken. Die elektronische Uhr geht in den SLEEP-Modus über, wenn der Benutzer 4 Minuten lang kein Drehzahl- und Herzfrequenzsignal sendet.



Bild2



Bild3

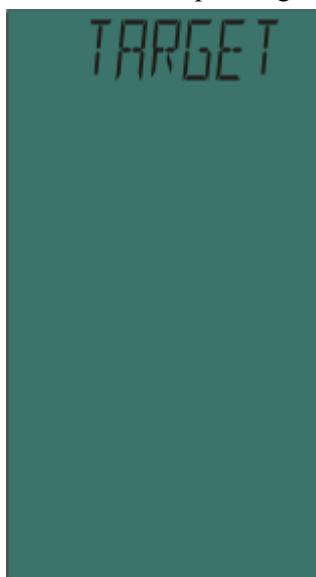


Bild4



Bild5

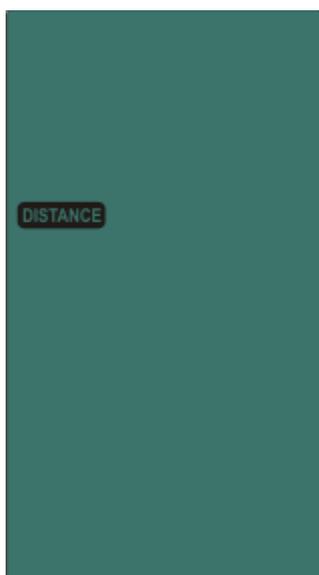


Bild6

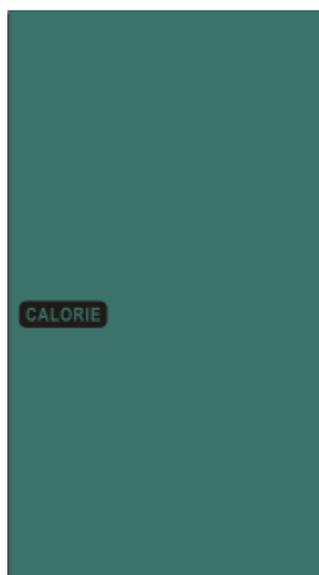


Bild7

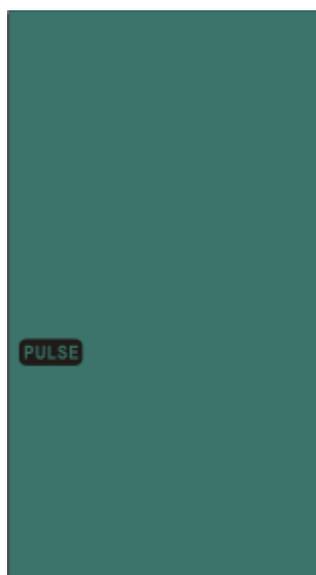


Bild8



Bild9



Bild10

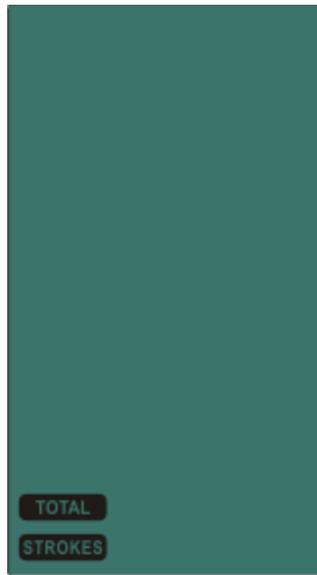


Bild11



Bild12

2. MANUELL:

- A. Im Standby-Modus, wenn das Drehzahlsignal übertragen wurde, dann sofort SCHNELL-STARTEN, gleichzeitig ertönt der Summer.(Bild 15~Bild16)r
- B. Oder drücken Sie im Bereitschaftsmodus die MODUS-TASTE, MANUAL blinkt (Bild 14), dann drücken Sie die MODUS-TASTE, um MANUAL zu starten Funktion, Summer piept 1 Minute lang.
- C. LCD-Bildschirmanzeige MANUELL, ZEIT, DISTANZ, KALORIEN, PULS, SPM, WATT, GESAMTSCHLÄGE und RUDERSCHLÄGE beginnen nach Betriebswert und Anzeige zu zählen. KALORIEN, PULS, SPM, WATT, GESAMT RUDERSCHLÄGE und RUDERSCHLÄGE werden alle 5 Sekunden zur Anzeige wechseln (Bild 15~16)。
- D. Zu Beginn des Trainings braucht der Benutzer keine Tasten zu drücken, da 4 Minuten lang kein Drehzahlsignal und kein Herzfrequenzsignal gesendet wurde, dann ertönt der Summer 0,5 Sekunden lang und geht in den Standby-Modus.
- E. Wenn der Benutzer trainiert, drücken Sie die MODUS-Taste, EXERCISE hört auf zu blinken, TIME,DISTANCE zeigen den aktuellen Trainingswert an. KALORIEN, PULS, GESAMT RUDERSCHLÄGE und RUDERSCHLÄGE wechseln die Anzeige nach 5 Sekunden, PULS zeigt die Herzfrequenz an.(Bild 17~18)。
- F. Wenn die Übung stoppt und die Anzeige STOPP blinkt, drücken Sie MODUS TASTE, electronic. Die Uhr setzt die Ausführung des Übungsbildes fort. Wenn der Benutzer RESET TASTE in STOPP drückt, elektronische Uhr wechselt in den Standby-Modus. Wenn der Benutzer keine Tasten drückt oder das Training beendet, geht die elektronische Uhr in den Standby-Modus über.



Bild14



Bild15

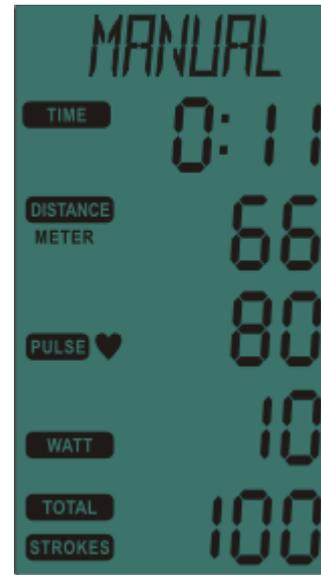


Bild16



Bild17



Bild18

3. INTERVALL :

Drücken Sie im Standby-Modus die MODUS TASTE und SET, um auf die Funktion INTERVALL zu wechseln und diese zu wählen, INTERVALL blinkt (Bild 19)

(1) INTERVALL 10/20

- A. Wenn INTERVALL blinkt , MODE-TASTE drücken , 10/20 blinkt (Bild 20) , MODE-TASTE drücken, um die 10/20-Funktion zu starten.
- B. LCD „READY“ blinkt , TIME-Anzeige und Countdown von 3 bis Null. (Bild 21) , Der Summer piept 0,5 Sekunden pro Sekunde.
- C. Nach 3 Sekunden BEREIT , Summer ertönt 0,5 Sekunden lang, „WORK 01/08“ (Bild 22) , ZEIT beginnt von 10 auf Null herunterzuzählen. ZEIT, DISTANZ, KALORIEN, PULS, SPM, WATT, GESAMT RUDERSCHLÄGE und RUDERSCHLÄGE beginnen je nach Betriebswert und Anzeige zu zählen. KALORIEN, PULS, SPM, WATT, GESAMT RUDERSCHLÄGE und RUDERSCHLÄGE werden alle 5 Sekunden zur Anzeige wechseln.



Bild19



Bild20



Bild21

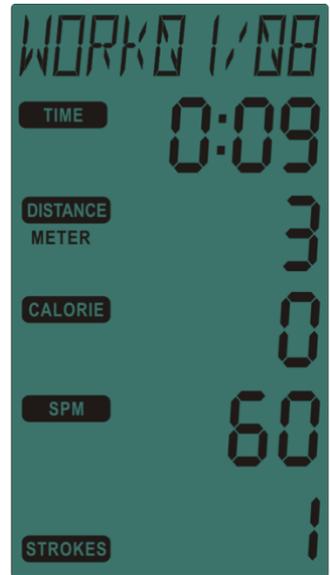


Bild22

- D. „REST 01/08“ (Bild 23), Summer piepst für jede Sekunde 0,5 Sekunden, die ZEIT beginnt von 20 auf Null herunterzuzählen. ZEIT, DISTANZ, KALORIEN, PULS, SPM, WATT, GESAMT RUDERSCHLÄGE und RUDERSCHLÄGE beginnen je nach Betriebswert und Anzeige zu zählen. KALORIEN, PULS, SPM, WATT, GESAMT RUDERSCHLÄGE und RUDERSCHLÄGE werden alle 5 Sekunden umgeschaltet, in den letzten 3 Sekunden blinkt „BEREIT“ (Bild 24).
- E. C- und D-Wiederholungszyklus, jeder Zyklus zählt plus 1 bis zur Übung „ARBEIT 08/08“, und dann den Zielbildschirm aufrufen. Der Summer piepst 0,5 Sekunden. (Bild 15 ~ 16).

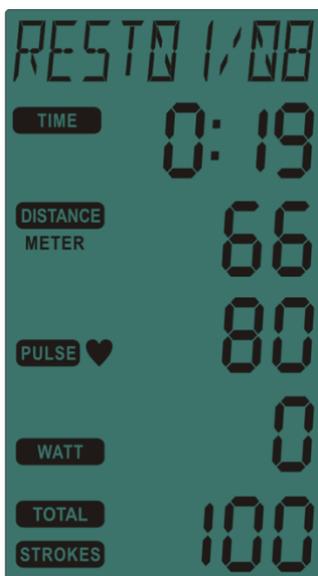


Bild23

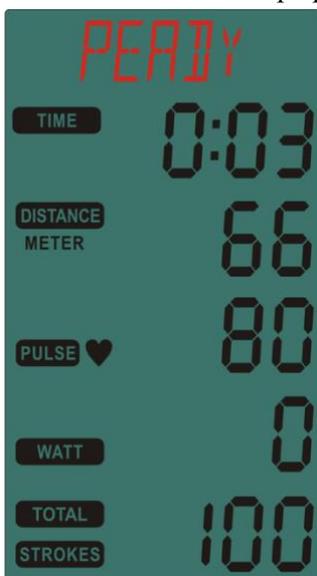


Bild24



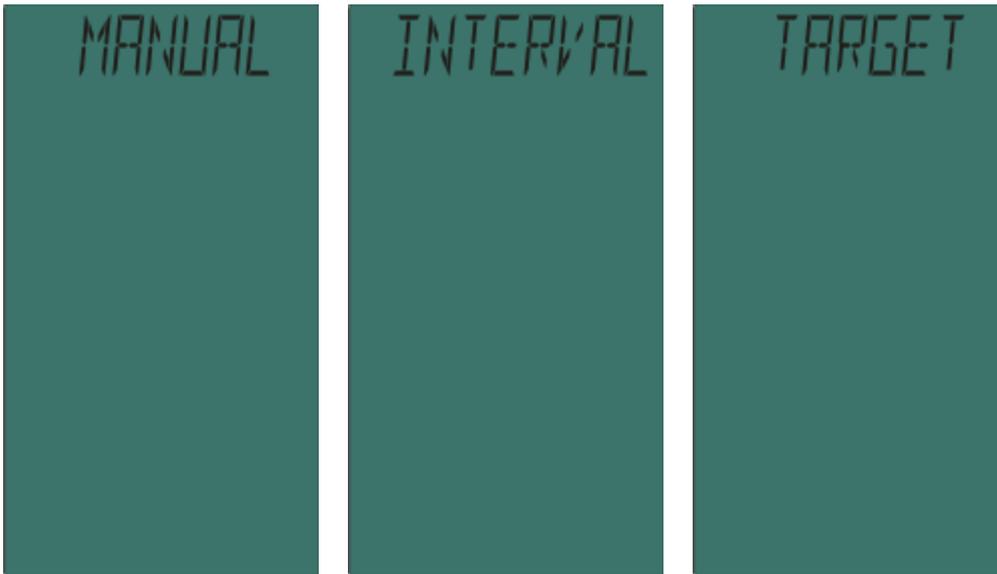
Bild25



Bild26

- F. Wenn das Training beendet ist, blinkt STOPP. ZEIT und DISTANZ zeigen den Trainingswert an, KALORIEN, PULS, GESAMT RUDERSCHLÄGE und RUDERSCHLÄGE wechseln auf Anzeige in allen 5 Sekunden, PULS Anzeige der Herzfrequenz, drücken Sie die MODUS-TASTE zur gleichen Zeit, Sie können auch die Funktion INTERVALL 10/20 ausführen. Wenn der Benutzer im Bildschirm „Training beendet“ auf RESET TASTE, die elektronische Uhr wechselt in den Standby-Modus. Der Summer piepst 0,5 Sekunden lang. Wenn der Benutzer auf dem Bildschirm „Training beendet“ keine Tasten drückt oder das Training nach 4 Minuten beendet, geht die elektronische Uhr in den Standby-Modus über, der Summer ertönt 0,5 Sekunden lang.

- G. Drücken Sie während des Trainings die MODUS-TASTE, Trainingsstopp und STOPP blinkt, ZEIT, DISTANZ Anzeige der aktuellen Übungswerte, KALORIEN, PULS, GESAMT RUDERSCHLÄGE und RUDERSCHLÄGE wechseln, um den aktuellen Trainingswert alle 5 Minuten anzuzeigen Sekunden, PULS Anzeige der Herzfrequenz, und drücken Sie die MODUS-TASTE zur gleichen Zeit, die elektronische Uhr führt weiterhin ein Trainingsbild. Wenn der Benutzer RESET TASTE drückt, elektronische Uhr wechselt in den Standby-Modus. Wenn der Benutzer im STOPP-Zustand keine Tasten drückt oder das Training 4 Minuten lang beendet hat, wechselt die elektronische Uhr in den Standby-Modus.
- H. Wenn die ARBEITS-Funktion zu arbeiten beginnt, muss der Benutzer keine Tasten drücken. Wenn nach 4 Minuten kein Drehzahlsignal und kein Herzfrequenzsignal gesendet wurde, ertönt der Summer 0,5 Sekunden lang und geht in den Bereitschaftsmodus mit Ausnahme von REST über.



(2) INTERVALL 20/10

- A. Wenn INTERVALL blinkt, drücken Sie die MOUS-Taste, drücken Sie SET, um umzuschalten, und wählen Sie die 20/10-Funktion. 20/10 blinkt (Bild 27). Drücken Sie die MODUS-Taste, um die 20/10-Funktion zu starten.
- B. Wenn das LCD „BEREIT“ blinkt, wird , TIME angezeigt und von 3 auf Null heruntergezählt. (Bild 21) der Summer ertönt 0,5 Sekunden pro Sekunde.
- C. Nach 3 Sekunden BEREIT piept der Summer 0,5 Sekunden, „WORK 01/08“, TIME beginnt von 20 auf Null herunterzuzählen (Bild 28). ZEIT, DISTANZ, KALORIEN, PULS, SPM, WATT, GESAMT RUDERSCHLÄGE und RUDERSCHLÄGE beginnen je nach Betriebswert und Anzeige zu zählen. KALORIEN, PULS, SPM, WATT, GESAMT RUDERSCHLÄGE und RUDERSCHLÄGE wechseln für 5 Sekunden zur Anzeige.
- D. "REST 01/08", Summer piept in jeder Sekunde 0,5 Sekunden, ZEIT beginnt von 10 auf 0 herunterzuzählen (Bild 19) . ZEIT, DISTANZ, KALORIEN, PULS, SPM, WATT, GESAMT RUDERSCHLÄGE und RUDERSCHLÄGE beginnen je nach Betriebswert und Anzeige zu zählen. KALORIEN, PULS, SPM, WATT, GESAMT RUDERSCHLÄGE und RUDERSCHLÄGE wechseln für 5 Sekunden zur Anzeige, in den letzten 3 Sekunden blinkt „BEREIT“ (Bild 30).
- E. C- und D-Wiederholungszyklus, jeder Zyklus zählt plus 1 bis zur Übung „ARBEIT 08/08“ , und dann den Zielbildschirm aufrufen. Der Summer piept 0,5 Sekunden. (Bild 15 ~ 16).



Bild27



Bild28



Bild29

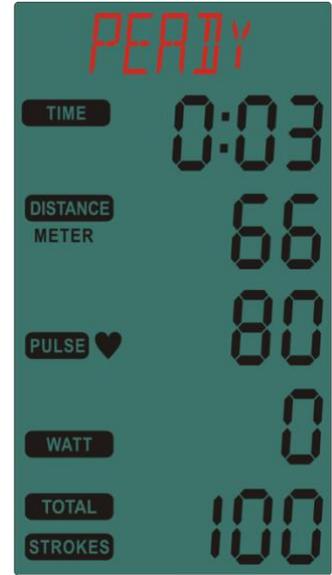


Bild30



Bild31



Bild32

- F. Wenn das Training beendet ist, blinkt STOPP. ZEIT und DISTANZ zeigen den Trainingswert an, KALORIEN, PULS, GESAMT RUDERSCHLÄGE und RUDERSCHLÄGE wechseln auf Anzeige in allen 5 Sekunden, PULS Anzeige der Herzfrequenz, drücken Sie die MODUS-TASTE zur gleichen Zeit, Sie können auch die Funktion INTERVALL 10/20 ausführen. Wenn der Benutzer im Bildschirm „Training beendet“ auf RESET TASTE, die elektronische Uhr wechselt in den Standby-Modus. Der Summer piept 0,5 Sekunden lang. Wenn der Benutzer auf dem Bildschirm „Training beendet“ keine Tasten drückt oder das Training nach 4 Minuten beendet, geht die elektronische Uhr in den Standby-Modus über, der Summer ertönt 0,5 Sekunden lang.
- I. Drücken Sie während des Trainings die MODUS-TASTE, Trainingsstopp und STOP blinkt, ZEIT, DISTANZ Anzeige aktueller Trainingswert, KALORIEN, PULS, GESAMT RUDERSCHLÄGE und RUDERSCHLÄGE wechseln, um den aktuellen Trainingswert alle 5 Sekunden anzuzeigen, PULS Anzeige der Herzfrequenz, und drücken Sie die MODUS-TASTE zur gleichen Zeit, die elektronische Uhr, führt weiter das Trainingsbild aus. Wenn der Benutzer RESET TASTE drückt, elektronische Uhr wechselt in den Standby-Modus. Wenn der Benutzer im STOPP-Zustand keine Tasten drückt oder das Training 4 Minuten lang beendet hat, wechselt die elektronische Uhr in den Standby-Modus.
- G. Wenn die ARBEITS-Funktion zu arbeiten beginnt, muss der Benutzer keine Tasten drücken. Wenn nach 4 Minuten kein Drehzahlsignal und kein Herzfrequenzsignal gesendet wurde, ertönt der Summer 0,5

Sekunden lang und geht in den Bereitschaftsmodus mit Ausnahme von REST über.

(3) INTERVALL-BENUTZERDEFINIERT :

- A. Wenn "INTERVALL" blinkt, drücken Sie die MODUS-TASTE, drücken Sie SET zum Umschalten und wählen Sie BENUTZERDEFINIERT Funktion, BENUTZERDEFINIERT blinkt, drücken Sie MODUS-TASTE und geben Sie BENUTZERDEFINIERT ein um die Funktion einzustellen.(Bild 33)
- B. "SET ROUND", ZEIT Anzeige 01 bis es blinkt, SET drücken um, ROUND einzustellen, ROUND und den Bereich von 01~99 einzustellen, dieser kann kreisförmig eingestellt werden, nach Drücken der MODUS-TASTE ertönt ein Signalton von 0,5 Sekunden und die nächste einzustellende Option wird aktiviert. (Bild 34)
- C. "SET WORK", ZEIT Anzeige 0:05 und blinkt, SET drücken um WORK TIME einzustellen, WORK TIME, Bereich von 0:05~10:00, dieser kann kreisförmig eingestellt werden, nach Drücken der MODUS-TASTE ertönt ein Signalton von 0,5 Sekunden und die nächste einzustellende Option wird aktiviert. (Bild 35)
- D. "SET REST", TIME Anzeige 0:05 und blinkt, SET drücken um RESTZEIT einzustellen, REST TIME, Bereich von 0:05~10:00, dieser kann kreisförmig eingestellt werden, nach Drücken der MODUS-TASTE ertönt ein Signalton von 0,5 Sekunden und die nächste einzustellende Option wird aktiviert. (Bild 36)

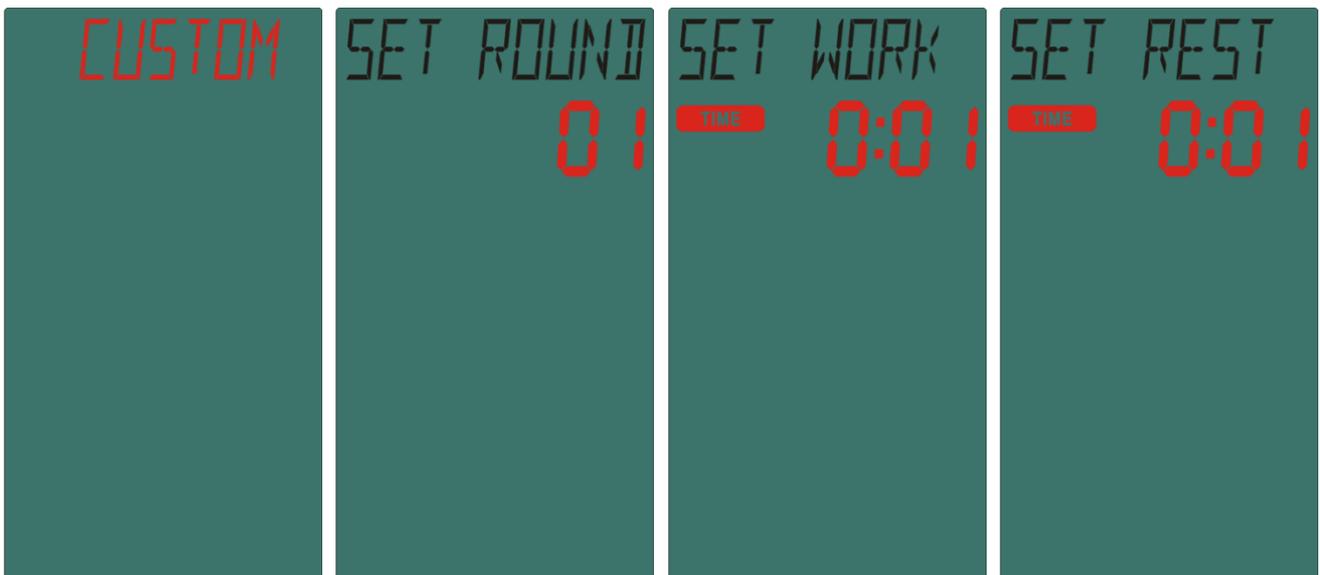


Bild33

Bild34

Bild35

Bild36

- E. LCD-Bildschirmanzeige "BEREIT" blinkt, TIME Anzeige und Countdown von 3 bis Null, Summer ertönt 0,5 Sekunden pro Sekunde. (Bild 21)
- F. Nach 3 Sekunden BEREIT, Summer piept 0,5 Sekunden Anzeige „WORK 01/XX“, ZEIT beginnt der Countdown entsprechend der Voreinstellungszeit, ZEIT, DISTANZ, KALORIEN, PULS, SPM, WATT, GESAMT RUDERSCHLÄGE und RUDERSCHLÄGE zählen entsprechend dem Betriebswert und der Anzeige. KALORIEN, PULS, SPM, WATT, GESAMT RUDERSCHLÄGE und RUDERSCHLÄGE wechseln nach 5 Sekunden zur Anzeige. (Bild 37).
- G. "REST 01/XX", Summer piept 0,25 Sekunden in jeder Sekunde (Bild 38), die ZEIT beginnt entsprechend der voreingestellten Zeit von RESET rückwärts zu zählen. ZEIT, DISTANZ, KALORIEN, PULS, SPM, WATT, GESAMTRUDERSCHLÄGE und RUDERSCHLÄGE zählen je nach Betriebswert und Anzeige. KALORIEN, PULS, SPM, WATT, GESAMTRUDERSCHLÄGE und RUDERSCHLÄGE schalten nach 5 Sekunden auf die Anzeige um, in den letzten 3 Sekunden blinkt „BEREIT“.(Bild 39)
- H. C und D wiederholen den Zyklus, jeder Zyklus zählt plus 1, bis "WERK XX/XX" Training beendet ist,

dann in den Zielbildschirm eintreten, Summer ertönt 0,5 Sekunden.



Bild37

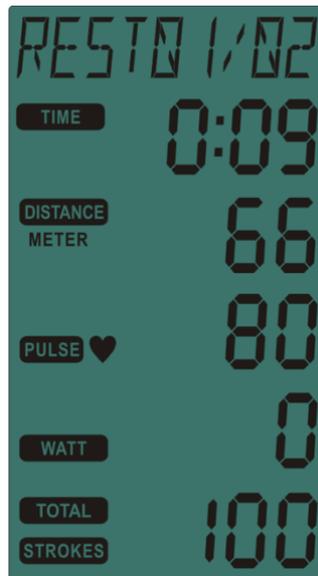


Bild38



Bild39



Bild40



Bild41

- I. Nach Beendigung der Übung (Bild 40~41), blinkt die Bildschirmanzeige STOPP. ZEIT, DISTANZ zeigen den erreichten Wert an. KALORIEN, PULS, GESAMT RUDERSCHLÄGE und RUDERSCHLÄGE wechseln zur Anzeige des Trainingswertes, wenn dieser 5 Sekunden betragen soll, PULS zeigt die Herzfrequenz an, drücken Sie die MODUS-TASTE, gleichzeitig, dann kann der Benutzer die Funktion INTERVAL CUSTOM wieder ausführen ; Im Stopp-Zustand, drücken Sie die RESET-TASTE, die elektronische Uhr geht in den Standby-Modus, Summer ertönt 0,5 Sekunden; Im STOPP-Zustand, wenn der Benutzer keine Tasten drückt oder nach Beendigung des Trainings für 4 Minuten, geht die elektronische Uhr in den Standby-Modus, Summer ertönt 0,5 Sekunden.
- J. Wenn der Benutzer trainiert, drücken Sie die MODUS-TASTE, Training stoppt und die Anzeige STOPP blinkt. ZEIT, DISTANZ zeigen den aktuellen Trainingswert an. KALORIEN, PULS, GESAMT RUDERSCHLÄGE und RUDERSCHLÄGE wechseln zur Anzeige des aktuellen Trainingswertes, wenn dieser 5 Sekunden betragen soll. PULS Anzeige der Herzfrequenz, drücken Sie die MODUS-TASTE gleichzeitig, elektronische Uhr führt weiter den Trainingsbildschirm aus, wenn Sie die RESET-TASTE drücken, elektronische Uhr geht Standby-Modus gehen. Wenn der Benutzer im STOPP-Zustand keine Tasten drückt oder das Training 4 Minuten lang beendet hat, wechselt die elektronische Uhr in den Standby-Modus.

- K. Wenn WORK zu arbeiten beginnt, drückt der Benutzer keine Tasten, da 4 Minuten lang kein Drehzahlsignal und keine Herzfrequenz gesendet wurden. Der Summer piept 0,5 Sekunden und wechselt in den Standby-Modus.

4. ZIEL :

Drücken Sie im Bereitschaftsmodus die „MODUS“-TASTE, drücken Sie gleichzeitig den „SET“-Tastenschalter, um „ZIEL“-Funktion zu wählen , LCD blinkende Anzeige „ZIEL“ (Bild42)。

(2) ZIEL ZEIT :

- A. Wenn LCD blinkt, wird das ZIEL-Bild angezeigt, drücken Sie die „MODUS“-TASTE, zu diesem Zeitpunkt drücken Sie die SET-Taste, um die Funktion ZIEL-ZEIT zu wählen, die LCD-Anzeige leuchtet und zeigt „ZIEL“ an, ZEIT blinkt (Bild 43), drücken Sie die „MODUS“-TASTE starten, um die ZEIT-Funktion einzustellen.
- B. LCD Anzeige leuchtet weiter „SET“, „TIME“ blinkt Anzeige „0“ (Bild 44) , Drücken Sie die Taste „SET“, um den Zielwert „KALORIEN“ von 0 ~ 9990 einzustellen. , kann im Zyklus eingestellt werden, drücken Sie die „MODUS“-TASTE-Summer ertönt 0,5 Sekunden, dann in Trainingsmodus wechseln
- C. Wenn die LCD-Anzeige blinkt, wechseln Sie zur Anzeige“ ZIEL“, „ „, TIME“-Bilder alle 2 Sekunden(Bilder 45~46) „, ZEIT“ zählt vom Einstellwert abwärts, ZEIT, DISTANZ, KALORIEN, PULS, SPM, WATT, GESAMT RUDERSCHLÄGE & RUDERSCHLÄGE beginnen entsprechend den Betriebsdaten zu zählen, KALORIEN, PULS, SPM, WATT, GESAMT RUDERSCHLÄGE & RUDERSCHLÄGE schalten alle 5 Sekunden auf Anzeige um.
- D. Während des Trainings , drücken Sie die MODUS-TASTE, hören Sie auf zu arbeiten und die LCD-Anzeige blinkt STOPP, ZEIT , DISTANZ leuchtet und zeigt die aktuellen Sportdaten an . KALORIEN, PULS, GESAMT RUDERSCHLÄGE und RUDERSCHLÄGE wechseln alle 5 Sekunden zur Anzeige der aktuellen Sportdaten. PULS zeigt sofortigen Herzfrequenz-Wert, und drücken Sie dann MODUS-TASTE , zu diesem Zeitpunkt , die Konsole implementiert weiterhin den Arbeitsbildschirm , wenn die RESET-TASTE gedrückt wird, geht die Konsole auf den Standby-Bildschirm, wenn der STOPP-Zustand eintritt, keine Tasten gedrückt werden oder die Arbeit nach 4 Minuten beendet wird, geht die Konsole in den Standby-Modus.
- E. Nach Beendigung dem Training , LCD Anzeige blinkt STOPP(Bild 47~48), ZEIT , DISTANZ leuchtet und zeigt den Sportwert an . KALORIEN, PULS, GESAMT RUDERSCHLÄGE und RUDERSCHLÄGE wechseln auf die Anzeige der aktuellen Sportdaten alle 5 Sekunden, zu diesem Zeitpunkt , drücken Sie die MODUS-TASTE, der Benutzer kann die Funktion ZIEL-ZEIT erneut ausführen, wenn das Training wieder beendet wird , drücken Sie die RESET-TASTE, die Konsole geht in den Standby-Modus, der Summer ertönt 5 Sekunden ; jetzt , wenn die Sportart wieder beendet wird , keine Tasten drücken oder die Arbeit nach 4 Minuten beenden, geht die Konsole in den Standby-Modus, der Summer ertönt 5 Sekunden.
- F. Bei Arbeitsbeginn, ohne eine Taste zu drücken, ohne Drehzahlsignal und ohne Herzschlagsignaleingabe, geht der Summer nach 4 Minuten für 0,5 Sekunden in den Standby-Modus.

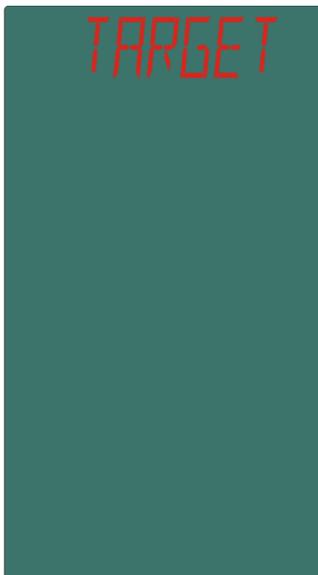


Bild42



Bild43



Bild44



Bild45



Bild46



Bild47



Bild48

(3) ZIEL-DISTANZ :

- A. Wenn die LCD-Anzeige blinkt wird das ZIEL Bild(Bild42), drücken Sie die „MODUS“-TASTE, zu diesem Zeitpunkt drücken Sie die „SET“-Taste, um die Funktion ZIEL-DISTANZ zu wählen, die LCD-Anzeige leuchtet und zeigt „ZIEL“an, DISTANZ leuchtet weiter (Bild49), drücken Sie die „MODUS-TASTE“ starten, um die DISTANZ-Funktion einzustellen.
- B. LCD Anzeige leuchtet weiter „SET“, DISTANZ blinkt Anzeige „0“(Bild 50) drücken sie die Taste „SET“ um den Zielwert „KALORIEN“ von 0~9990 einzustellen, kann in Zyklus eingestellt werden, drücken Sie die „MODUS“-TASTE Summer ertönt 0,5 Sekunden, dann in den Trainingsmodus wechseln.
- C. Wenn die LCD-Anzeige blinkt, wechseln Sie zur Anzeige „ZIEL“ 、 „DISTANZ“-Bilder alle 2 Sekunden(Bilder 51~52) , DISTANZ zählt vom Einstellwert abwärts, ZEIT、 DISTANZ、 KALORIEN、 PULS、 SPM、 WATT、 GESAMTRUDERSCHLÄGE & RUDERSCHLÄGE beginnen gemäß den Operationsdaten zu zählen, KALORIEN、 PULS、 SPM、 WATT、 GESAMT RUDERSCHLÄGE& RUDERSCHLÄGE schalten alle 5 Sekunden auf Anzeige um.
- D. Während des Trainings , drücken Sie die MODUS-TASTE, hören Sie auf zu arbeiten und die

LCD-Anzeige blinkt STOPP, ZEIT , DISTANZ leuchtet und zeigt die aktuellen Sportdaten an . KALORIEN, PULS, GESAMT RUDERSCHLÄGE und RUDERSCHLÄGE wechseln alle 5 Sekunden zur Anzeige der aktuellen Sportdaten. PULS zeigt sofortigen Herzfrequenz-Wert, und drücken Sie dann MODUS-TASTE , zu diesem Zeitpunkt , die Konsole implementiert weiterhin den Arbeitsbildschirm , wenn die RESET-TASTE gedrückt wird, geht die Konsole auf den Standby-Bildschirm, wenn der STOPP-Zustand eintritt, keine Tasten gedrückt werden oder die Arbeit nach 4 Minuten beendet wird, geht die Konsole in den Standby-Modus.

- E. Nach Beendigung des Trainings,LCD-Anzeige blinkt STOPP(Bild 53~54), ZEIT , DISTANZ leuchtet und zeigt den Sportwert an. KALORIEN, PULS, GESAMT RUDERSCHLÄGE und RUDERSCHLÄGE wechseln auf die Anzeige der aktuellen Sportdaten alle 5 Sekunden, zu diesem Zeitpunkt , drücken Sie die MODUS-TASTE, der Benutzer kann die Funktion ZIEL-DISTANZerneut ausführen, wenn das Training wieder beendet wird, drücken Sie die RESET-TASTE, die Konsole geht in den Standby-Modus, der Summer ertönt 5 Sekunden ; jetzt, wenn die Sportart wieder beendet wird, keine Tasten drücken oder die Arbeit nach 4 Minuten beenden, geht die Konsole in den Standby-Modus, der Summer ertönt 5 Sekunden.
- F. Bei Arbeitsbeginn, ohne eine Taste zu drücken, ohne Drehzahlsignal und ohne Herzschlagsignaleingabe, geht der Summer nach 4 Minuten für 0,5 Sekunden in den Standby-Modus.

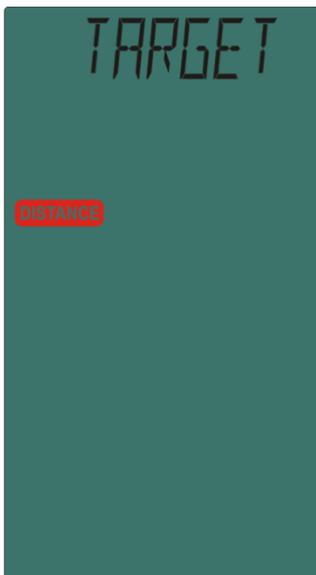


Bild 49



Bild 50



Bild 51

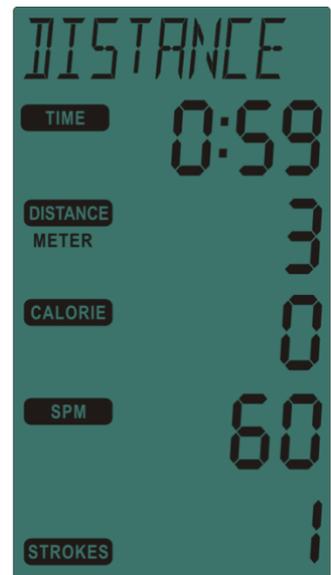


Bild 52



Bild 53



Bild 54

(4) ZIEL-KALORIEN :

- A. Wenn die LCD-Anzeige blinkt wird das ZIEL-Bild angezeigt, drücken Sie die „MODUS“-TASTE, zu diesem Zeitpunkt drücken Sie die „SET“-Taste, um die Funktion ZIEL-DISTANZ zu wählen, die LCD-Anzeige leuchtet und zeigt „ZIEL“ an, KALOREIN leuchtet weiter (Bild 55), drücken Sie die „MODUS-TASTE“ starten, um die KALORIEN-Funktion einzustellen.

- B. LCD Anzeige leuchtet weiter „SET“, KALORIEN blinkt Anzeige „0“ (Bild 56) drücken sie die Taste „SET“ um den Zielwert „KALORIEN“ von 0~9990 einzustellen, kann in Zyklus eingestellt werden, drücken Sie die „MODUS“-TASTE Summer ertönt 0,5 Sekunden, dann in den Trainingsmodus wechseln.

- C. Wenn die LCD-Anzeige blinkt, wechseln Sie zur Anzeige „ZIEL“, „RUDERSCHLÄGE“-Bilder alle 2 Sekunden (Bilder 57~58), KALORIEN zählt vom Einstellwert abwärts, ZEIT, DISTANZ, KALORIEN, PULS, SPM, WATT, GESAMT RUDERSCHLÄGE & RUDERSCHLÄGE beginnen entsprechend den Betriebsdaten zu zählen, KALORIEN, PULS, SPM, WATT, GESAMT RUDERSCHLÄGE & RUDERSCHLÄGE schalten alle 5 Sekunden auf Anzeige um.

- D. Während des Trainings, drücken Sie die MODUS-TASTE, hören Sie auf zu arbeiten und die LCD-Anzeige blinkt STOPP, ZEIT, DISTANZ leuchtet und zeigt die aktuellen Sportdaten an. KALORIEN, PULS, GESAMT RUDERSCHLÄGE und RUDERSCHLÄGE wechseln alle 5 Sekunden zur Anzeige der aktuellen Sportdaten. PULS zeigt sofortigen Herzfrequenz-Wert, und drücken Sie dann MODUS-TASTE, zu diesem Zeitpunkt, die Konsole implementiert weiterhin den Arbeitsbildschirm, wenn die RESET-TASTE gedrückt wird, geht die Konsole auf den Standby-Bildschirm, wenn der STOPP-Zustand eintritt, keine Tasten gedrückt werden oder die Arbeit nach 4 Minuten beendet wird, geht die Konsole in den Standby-Modus.

- E. Nach Beendigung des Trainings, LCD-Anzeige blinkt STOPP (Bild 59~61), ZEIT, DISTANZ leuchtet und zeigt den Sportwert an. KALORIEN, PULS, GESAMT RUDERSCHLÄGE und RUDERSCHLÄGE wechseln auf die Anzeige der aktuellen Sportdaten alle 5 Sekunden, zu diesem Zeitpunkt, drücken Sie die MODUS-TASTE, der Benutzer kann die ZIEL-Funktion wieder ausführen, wenn das Training wieder beendet wird, drücken Sie die RESET-TASTE, Summer ertönt 5 Sekunden; jetzt, wenn die Sportart

wieder beendet wird , keine Tasten drücken oder die Arbeit nach 4 Minuten beenden, geht die Konsole in den Standby-Modus, Summer ertönt 5 Sekunden.

- F. Bei Arbeitsbeginn, ohne eine Taste zu drücken, ohne Drehzahlssignal und ohne Herzschlagsignaleingabe, geht der Summer nach 4 Minuten für 0,5 Sekunden in den Standby-Modus.

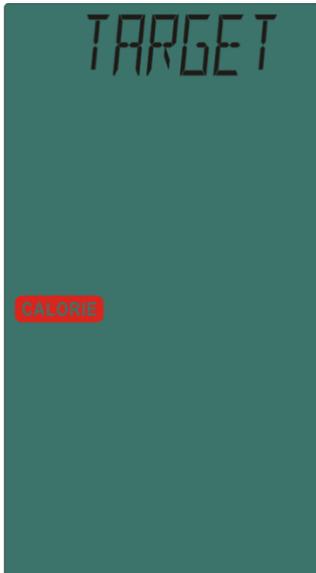


Bild 55

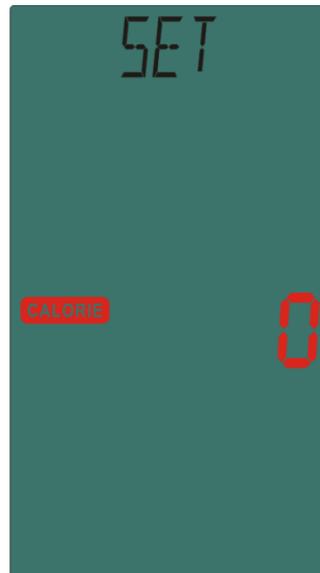


Bild 56



Bild 57



Bild 58



Bild 59



Bild 60

(5) ZEIT RUDERSCHLÄGE :

- Wenn die LCD-Anzeige blinkt wird das ZIEL-Bild angezeigt, drücken Sie die „MODUS“-TASTE, zu diesem Zeitpunkt drücken Sie die „SET“-Taste, um die Funktion ZIEL-DISTANZ zu wählen, die LCD-Anzeige leuchtet und zeigt „ZIEL“ an, RUDERSCHLÄGE leuchtet weiter (Bild 61), drücken Sie die „MODUS“-TASTE starten, um die RUDERSCHLÄGE-Funktion einzustellen.
- LCD Anzeige leuchtet weiter „SET“ : (Bild 62), RUDERSCHLÄGE blinkt Anzeige „0“ drücken sie die Taste „SET“ um den Zielwert „RUDERSCHLÄGE“ von 0~9990 einzustellen, kann in Zyklus eingestellt werden, drücken Sie die „MODUS“-TASTE, Summer ertönt 0,5 Sekunden, dann in den Trainingsmodus wechseln
- Wenn die LCD- Anzeige blinkt, wechseln Sie zur Anzeige“ ZIEL“ „ RUDERSCHLÄGE“-Bilder alle 2

Sekunden(Bilder 63~64) ,RUDERSCHLÄGE zählt vom Einstellwert abwärts, ZEIT、DISTANZ、KALORIEN、PULS、SPM、WATT、GESAMT RUDERSCHLÄGE & RUDERSCHLÄGE beginnen entsprechend den Betriebsdaten zu zählen, KALORIEN、PULS、SPM、WATT、GESAMT RUDERSCHLÄGE & RUDERSCHLÄGE schalten alle 5 Sekunden auf Anzeige um.

- D. Während des Trainings , drücken Sie die MODUS-TASTE, hören Sie auf zu arbeiten und die LCD-Anzeige blinkt STOPP, ZEIT , DISTANZ leuchtet und zeigt die aktuellen Sportdaten an . KALORIEN, PULS, GESAMT RUDERSCHLÄGE und RUDERSCHLÄGE schalten um, um alle 5 Sekunden die aktuellen Sportdaten anzuzeigen . PULS zeigt sofortigen Herzfrequenz-Wert, und drücken Sie dann MODUS-TASTE , zu diesem Zeitpunkt , die Konsole implementiert weiterhin den Arbeitsbildschirm , wenn die RESET-TASTE gedrückt wird, geht die Konsole auf den Standby-Bildschirm, wenn der STOPP-Zustand eintritt, keine Tasten gedrückt werden oder die Arbeit nach 4 Minuten beendet wird, geht die Konsole in den Standby-Modus.
- E. Nach Beendigung des Trainings , drücken Sie die MODUS-TASTE , hören Sie auf zu trainieren und die LCD-Anzeige blinkt STOPP, ZEIT , DISTANZ leuchtet und zeigt die aktuellen Sportdaten an . KALORIEN, PULS, GESAMT RUDERSCHLÄGE und RUDERSCHLÄGE schalten um, um alle 5 Sekunden die aktuellen Sportdaten anzuzeigen . PULS zeigt sofortigen Herzfrequenz-Wert, und drücken Sie dann MODUS-TASTE , zu diesem Zeitpunkt , die Konsole implementiert weiterhin den Arbeitsbildschirm , wenn die RESET-TASTE gedrückt wird, geht die Konsole auf den Standby-Bildschirm, wenn der STOPP-Zustand eintritt, keine Tasten gedrückt werden oder die Arbeit nach 4 Minuten beendet wird, geht die Konsole in den Standby-Modus.
- F. Bei Arbeitsbeginn, ohne eine Taste zu drücken, ohne Drehzahlssignal und ohne Herzschlagsignaleingabe, geht der Summer nach 4 Minuten für 0,5 Sekunden in den Standby-Modus.

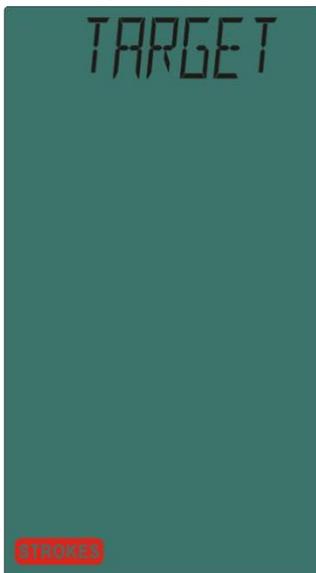


Bild 61



Bild 62



Bild 63

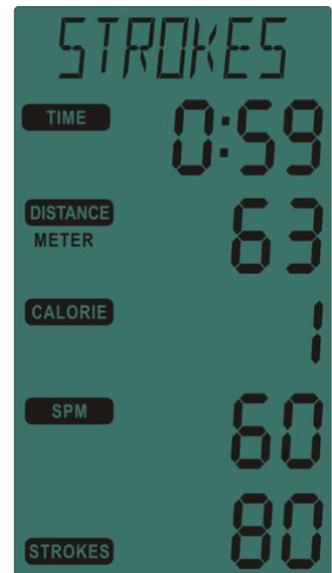


Bild 64



Bild 65

Bild 66

(6) ZIEL PULS :

- A. Wenn die LCD-Anzeige blinkt werden ZIEL-Bilder angezeigt, drücken Sie die MODUS-TASTE, drücken Sie dann SET, um die Funktion ZIEL-DISTANZ zu wählen, die LCD-Anzeige leuchtet und zeigt ZIEL an, die Anzeige PULS blinkt (Abbildung 67), drücken Sie die MODUS-TASTE, um die Funktion PULS-Einstellung zu starten.
- B. Die LCD-Anzeige leuchtet weiterhin „SET“ (Bild 68), der PULS- "Bildschirm blinkt, der voreingestellte Wert 100 angezeigt. Drücken Sie die "SET"-Taste, stellen Sie das Ziel ein PULS, Einstellbereich ist von 30~230, kann im Zyklus eingestellt werden, drücken Sie die MODUS-TASTE, der Summer ertönt 0,5 Sekunden, dann in den Trainingsmodus wechseln.
- C. LCD schaltet auf die Anzeige „ZIEL“, „PULS“ alle 2 Sekunden (Bild 69~ Bild 70), ZEIT, DISTANZ, KALORIEN, PULS, SPM, WATT, GESAMT RUDERSCHLÄGE & RUDERSCHLÄGE zählt entsprechend den Operationsdaten, KALORIEN, PULS, SPM, WATT, GESAMT RUDERSCHLÄGE & RUDERSCHLÄGE schalten auf Anzeige alle 5 Sekunden um.
- D. Während des Trainings, wenn die tatsächliche Herzfrequenz die voreingestellte Herzfrequenz überschreitet, ertönt alle 1 Sekunde der Summer BI.
- E. Drücken Sie während des Trainings die MODUS-TASTE, hören Sie auf zu trainieren und die blinkende LCD-Anzeige STOPP, ZEIT, DISTANZ leuchtet und zeigt die aktuellen Sportdaten an. KALORIEN, PULS, GESAMT RUDERSCHLÄGE und RUDERSCHLÄGE schalten um, um alle 5 Sekunden die aktuellen Sportdaten anzuzeigen. PULS zeigt sofortigen Herzfrequenz-Wert, und drücken Sie dann MODUS-TASTE, zu diesem Zeitpunkt, die Konsole implementiert weiterhin den Arbeitsbildschirm, wenn die RESET-TASTE gedrückt wird, geht die Konsole auf den Standby-Bildschirm, wenn der STOPP-Zustand eintritt, keine Tasten gedrückt werden oder die Arbeit nach 4 Minuten beendet wird, geht die Konsole in den Standby-Modus.
- F. Bei Arbeitsbeginn, ohne eine Taste zu drücken, ohne Drehzahlsignal und ohne Herzschlagsignaleingabe, geht der Summer nach 4 Minuten für 0,5 Sekunden in den Standby-Modus.

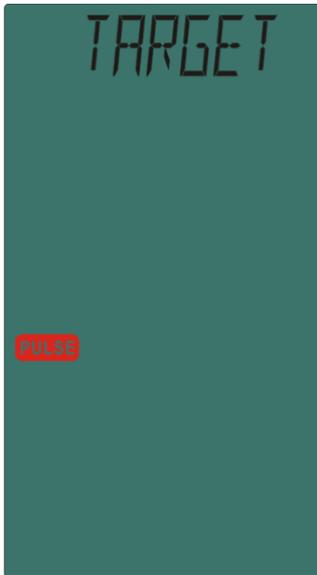


Bild 67

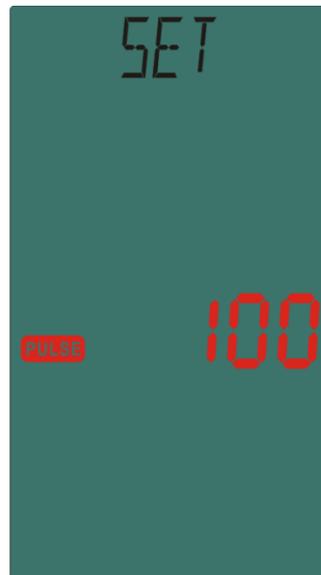


Bild 68



Bild 69

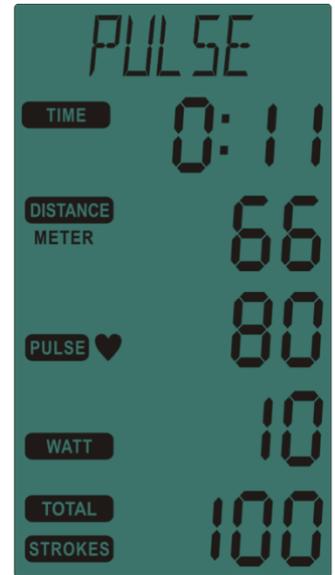


Bild 70



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