

TOORX
FITNESS IN MOTION

MANUAL DE INSTRUCCIONES



BRX
AIR 300

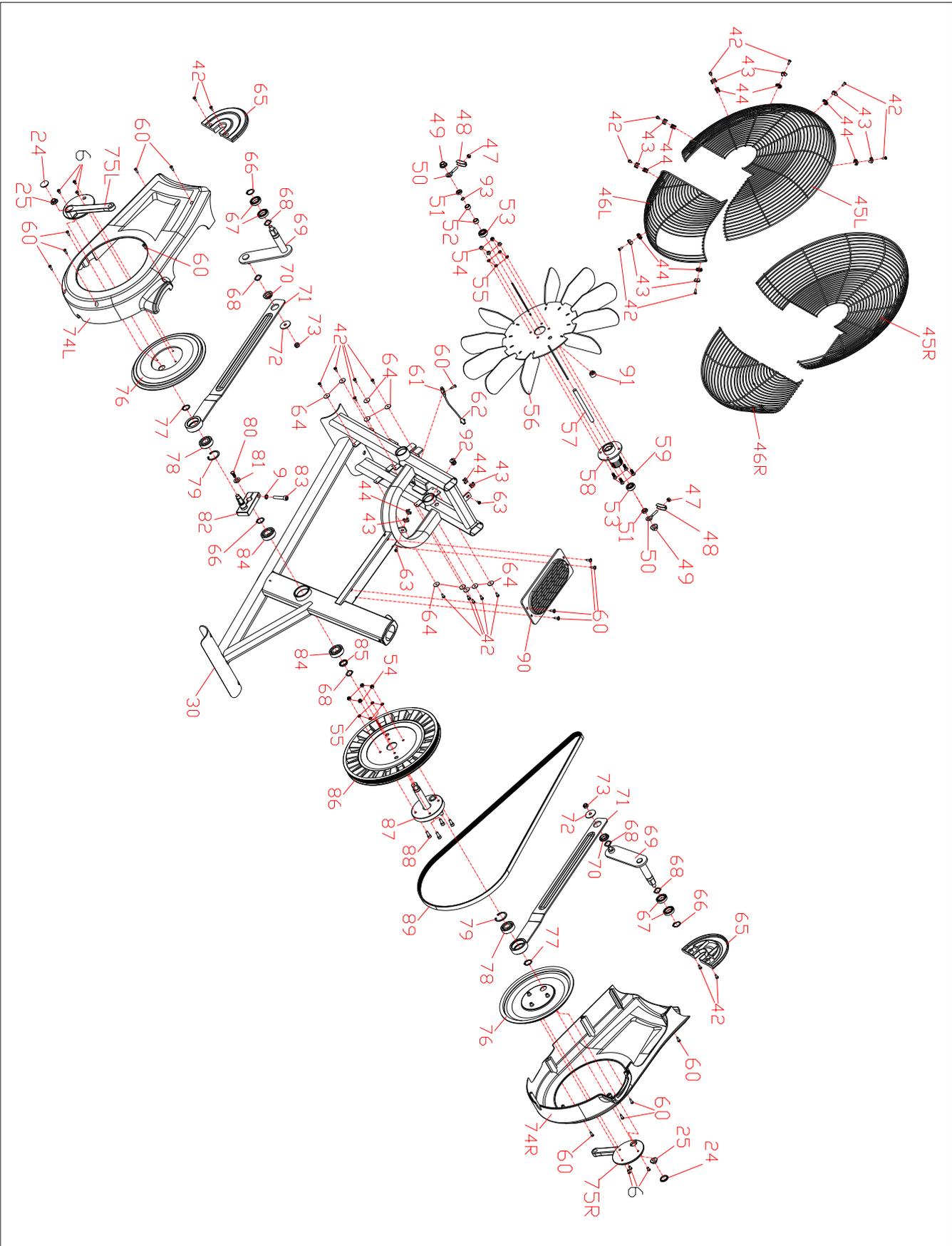


Cod : GRLDTOORXBRXAIR3

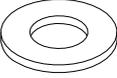
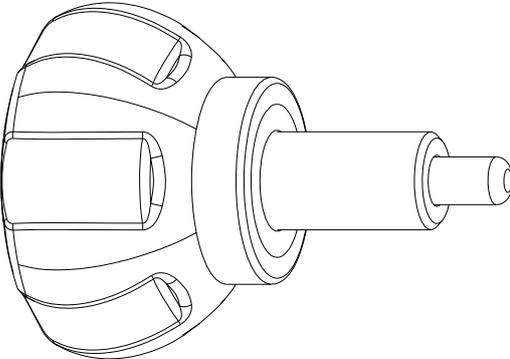
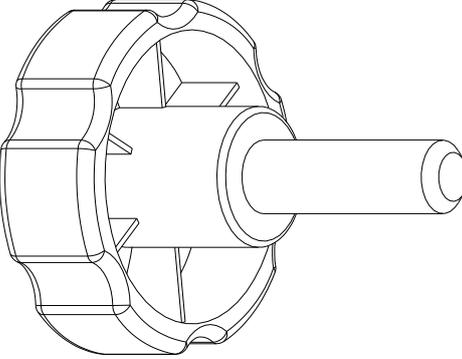
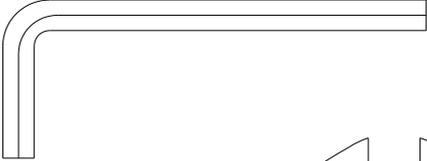
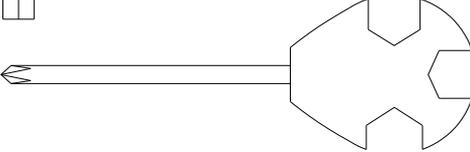
Rev : 00

Ed : 01/21





PAQUETE DEL HARDWARE

	#9 d8	4PCS
	#18 d8*Φ20*2*R38	4PCS
	#19 M8*H16*S13	4PCS
	#22 M8*90*20*H5	4PCS
	#36 d12*Φ24*2	1PC
	#32 M16*1.5*27*Φ56	1PC
	#35 M16*1.5*27*Φ56	1PC
	#A S5	1PC
	#B S13-14-15	1PC

PARTS LIST

No.	Description	Qty.
1	Computer	1
2	Bolt M5*10	4
3	End Cap	2
4	Trunk Wire	1
5	Computer Post	1
6	Bolt M5*15*Φ8.5	6
7	Bottle holder	1
8	Bolt M8*20*S5	8
9	Spring Washer d8	13
10	Arc Washer d8*Φ20*2*R16	8
11	Bolt M8*30*M6*15*S5	2
12	Bearing 608Z	4
13	Transportation Wheel φ71*24	2
14	Washer d6*Φ12*1.5	2
15	Bolt M6*15*S5	2
16	End Cap Φ76	4
17	Front Stabilizer	1
18	Arc Washer d8*Φ20*2*R38	8
19	Cap Nut M8*H16*S13	4
20	Nut M8*H5.5*S14	4
21	Adjustable Footpad	4
22	Bolt M8*90*20*H5	4
23L/R	Pedal Plate	1set
24	Crank Cover	4
25	Nut M10*1.25*H7.5*S14	4
26	Swing Bar	2
27L/R	Handlebar	1set
28	End Cap φ32*17	2
29	Foam Grip Φ30*3*280	2
30	Main Frame	1
31L/R	Pedal	1set
32	Knob M16*1.5*27*Φ56	1
33	Screw ST4.2*10*Φ8	1
34	Bushing	1
35	Knob M12*37*15*Φ58	1
36	Washer d12*Φ24*2	1
37	End Cap PT60*20*30	2
38	Saddle Tube	1

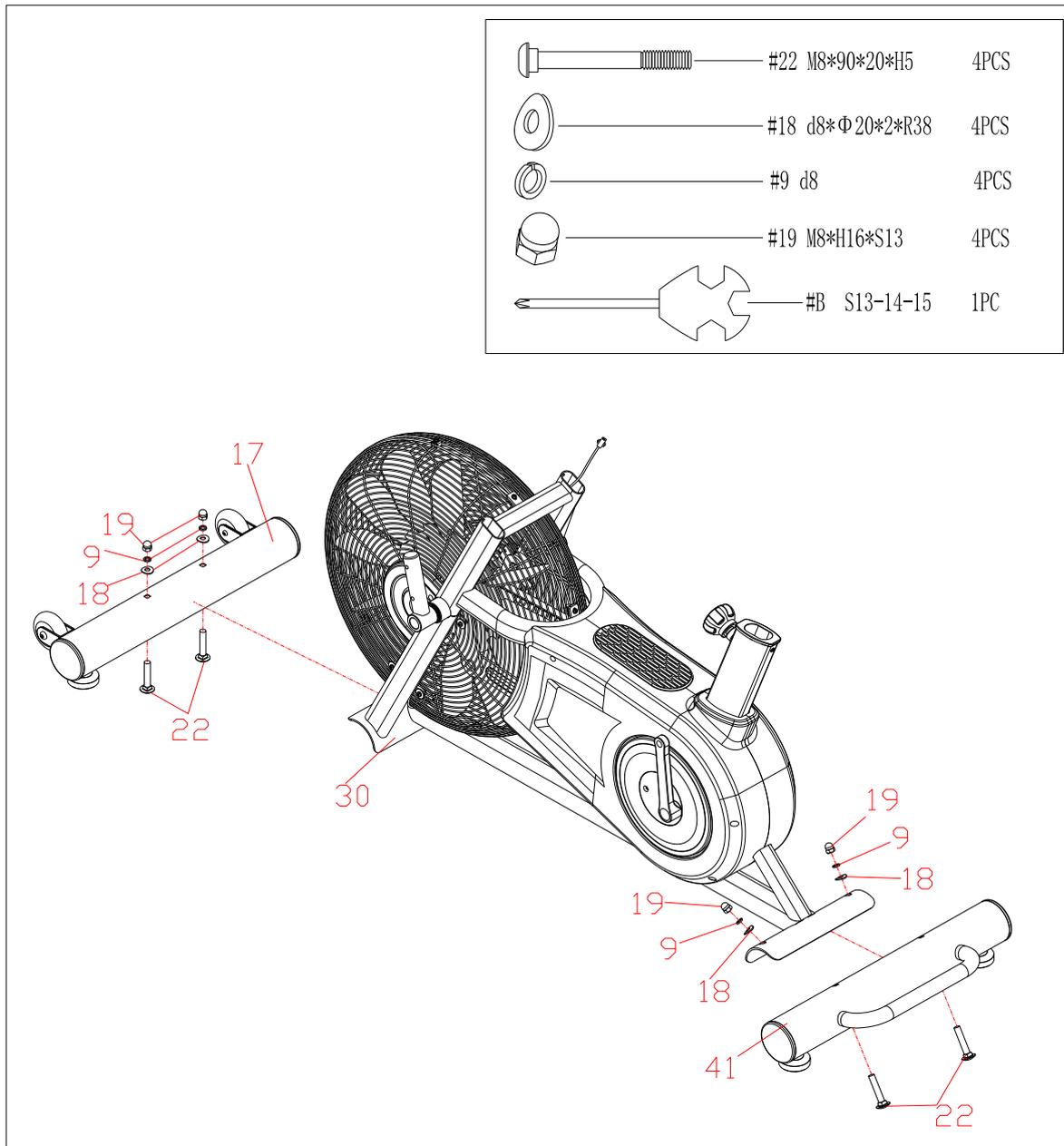
No.	Description	Qty.
39	Saddle Fixed Plate	1
40	Saddle	1
41	Rear Stabilizer	1
42	Bolt M4*10*Φ8	18
43	Outside Button Of Net-caps	10
44	Inside Button Of Net-caps	10
45L/R	Front Net-caps	1set
46L/R	Rear Net-caps	1set
47	NutM6*H6*S10	2
48	U Seat	2
49	Nut M10*1*H8*S15	2
50	Chain Bolt	2
51	Nut M10*1*H5*S17	2
52	Spacer φ10.1*φ15*9	2
53	Bearing 6000-2RS	2
54	Nylon Nut M6*H6*S10	8
55	Spring Washerd6	8
56	Fan Wheel	1
57	Shaft	1
58	Sleeve	1
59	Bolt M6*16*S10	4
60	Bolt ST4.2*19*Φ8	15
61	Sensor Seat	1
62	Sensor	1
63	Bolt M4*15*Φ8	2
64	Washer d4*Φ18*1.5	10
65	Front cover	2
66	Washer	3
67	Bearing6804-2RS	4
68	Wave washerd20*Φ26*0.3	3
69	Connector	2
70	Bushing φ 28*6.2	2
71	Rod	2
72	Washer d8*Φ32*2	2
73	Nylon NutM8*H7.5*S13	2
74L/R	Chain Cover	1set
75L/R	Crank	1set
76	Turntable	2

No.	Description	Qty.
77	Spring d17	2
78	Bearing 6203-2RS	2
79	Spring D40	2
80	Bolt M6*16*S10	1
81	Washer d6*Φ20*2	1
82	Small Crank	1
83	Bolt M8*40*S6	1
84	Bearing 6004-2RS	2
85	Spacer Φ25*Φ20.1*4	1
86	Belt Plate	1

No.	Description	Qty.
87	Axle	1
88	Bolt M6*16*S5	4
89	Belt	1
90	Plastic Pedal	1
91	Magnet φ 15*7	1
92	Grommet Φ12.5	1
93	Wave washer d10*Φ 15*0.3	1
A	Allen Wrench S5	1
B	Spanner S13-14-15	1

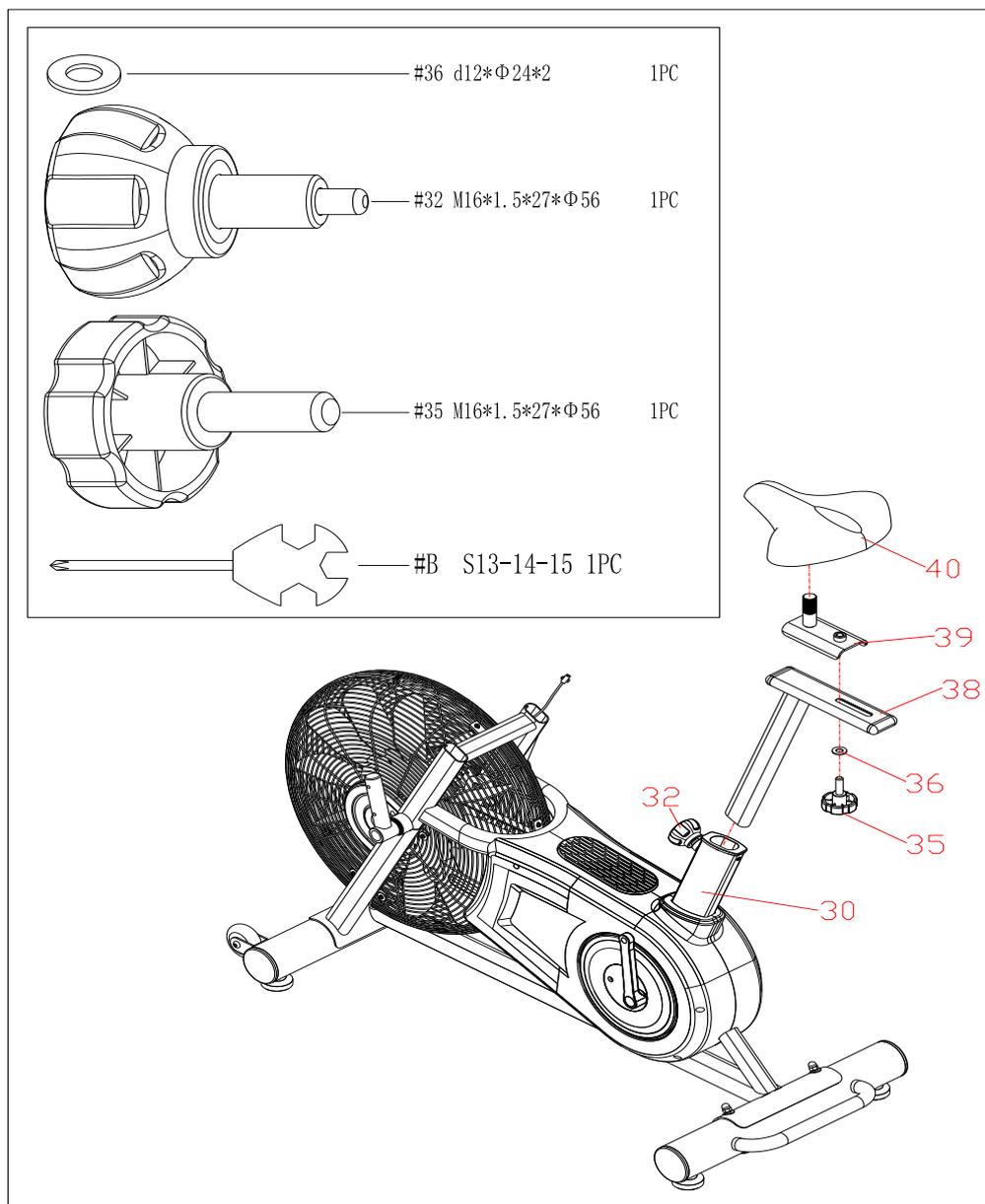
INSTRUCCIONES DE MONTAJE

PASO 1:



Acople el estabilizador delantero (17) y el estabilizador trasero (41) al bastidor principal (30) utilizando 4 pernos(22), 4 arandelas de arco(18), 4 arandelas elásticas(9) y 4 tuercas ciegas(19), mediante una llave inglesa(B).

PASO 2:

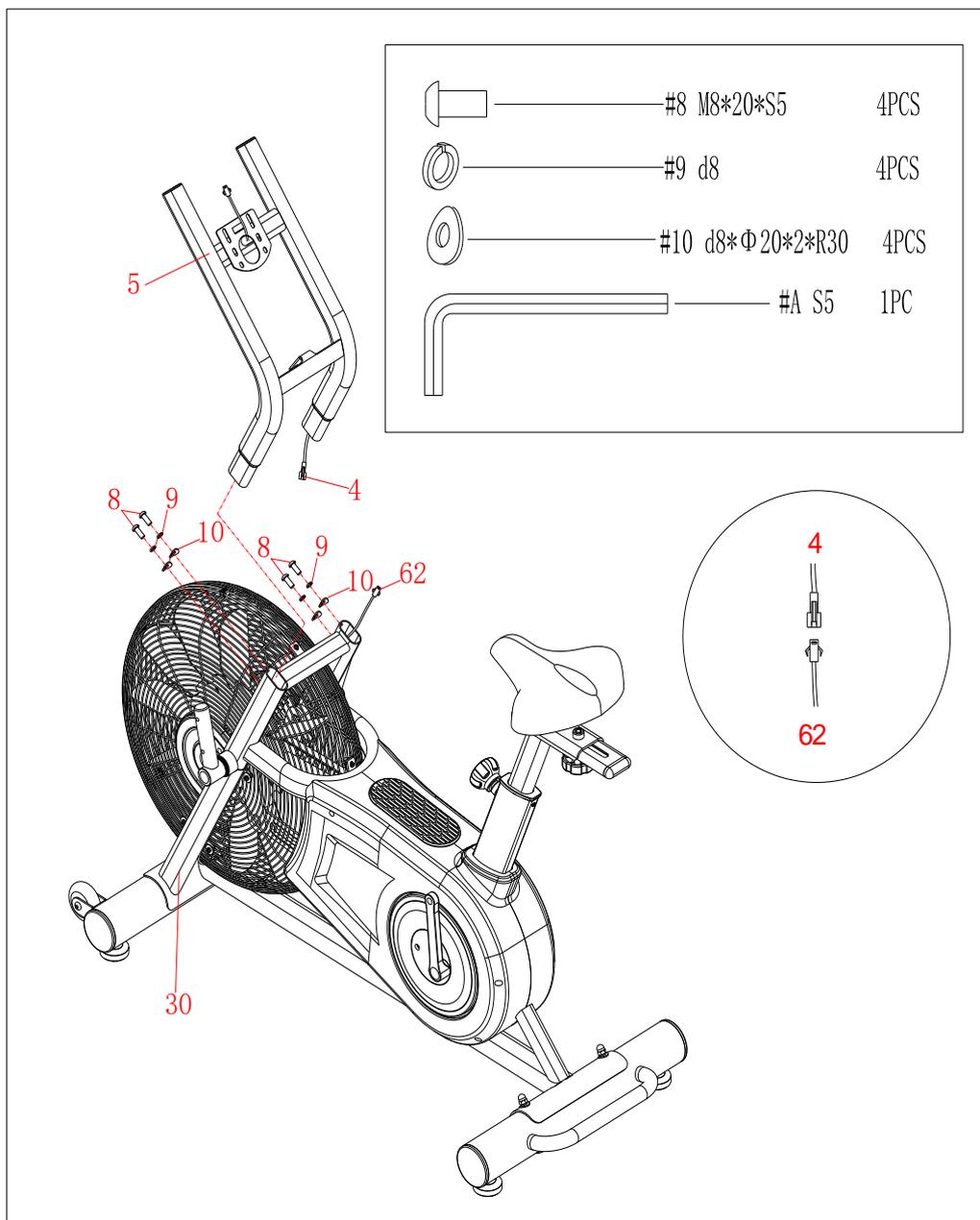


A. Inserte el tubo de sillín(38) en el bastidor principal(30), y luego apriételo con una manilla de ajuste(32).

B. Apriete la placa fija del sillín(39) en el tubo de sillín(38) utilizando una manilla de ajuste(35) y una arandela(36).

C. Enganche el sillín(40) en la placa fija del sillín(39), y luego apriételos con una llave inglesa(B).

PASO 3:

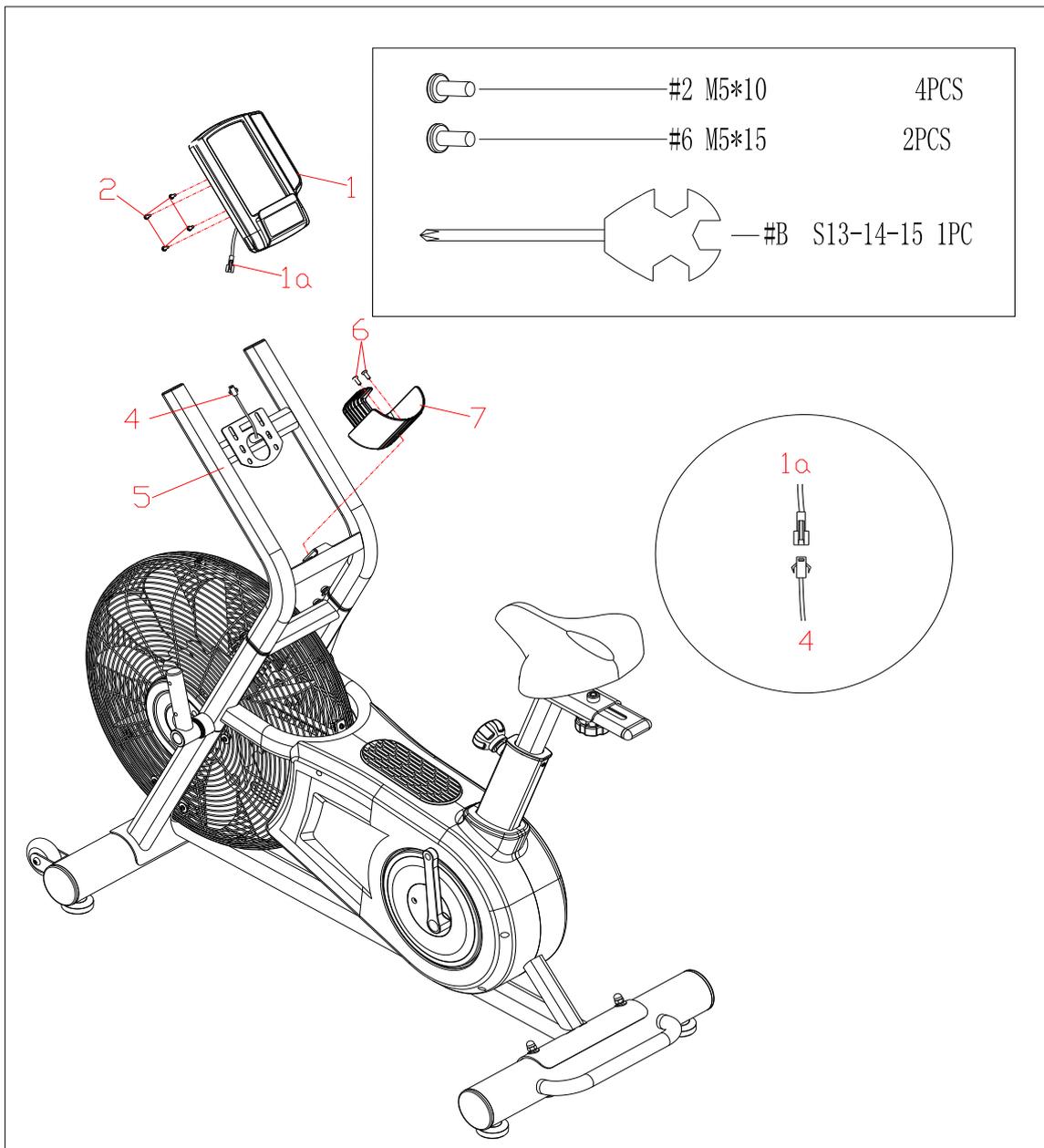


A. Desbloquee 4 pernos(8), 4 arandelas elásticas(9) y 4 arandelas de arco(10) del bastidor principal(5) con la llave inglesa(A).

B. Conecte bien el cable del sensor(62) y el cable troncal(4).

C. Inserte el cable en el bastidor principal(30), luego inserte el soporte del ordenador(5) en el bastidor principal(30) y apriételo con 4 pernos(8), 4 arandelas elásticas(9) y 4 arandelas de arco(10) con una llave inglesa(A).

PASO 4:



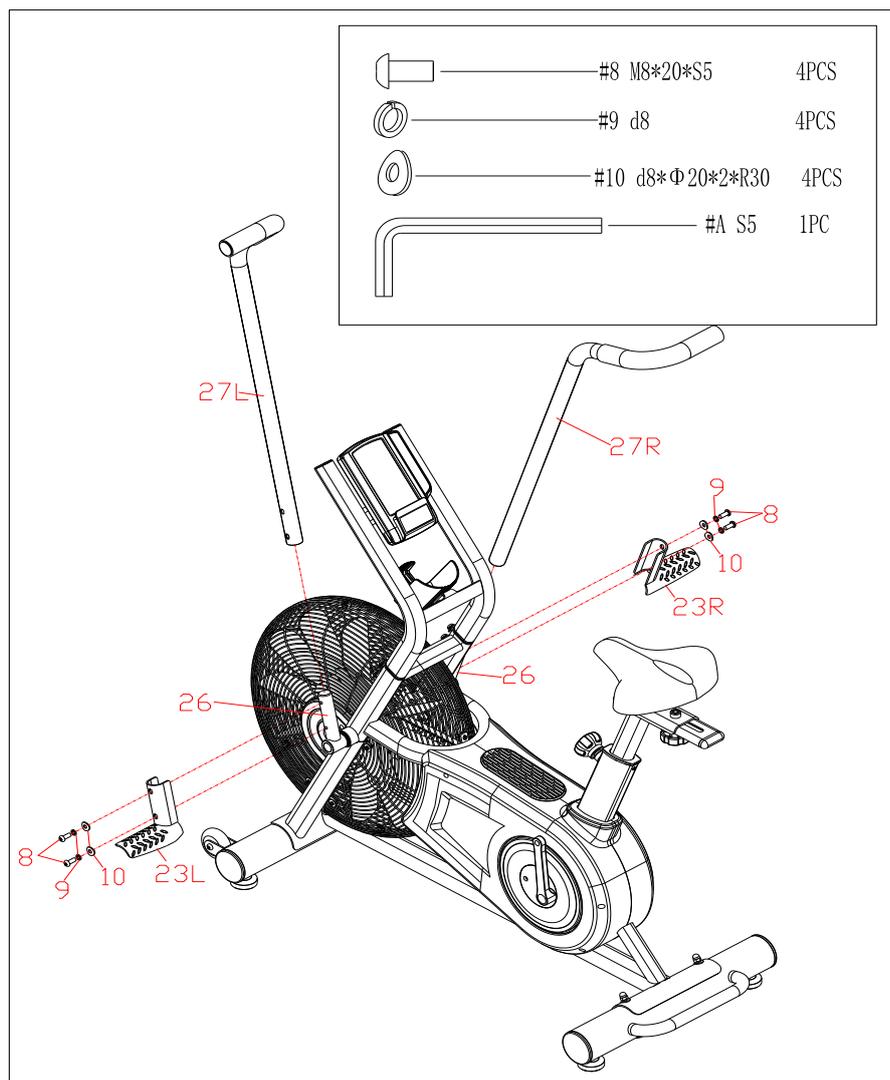
A. Desbloquee 2 pernos(6) y 4 pernos(2) del soporte del ordenador(5) con una llave inglesa (B).

B. Apriete el portabotellas(7) en el soporte del ordenador(5) utilizando 2 pernos(6) mediante una llave inglesa(B).

C. Conecte bien el cable del sensor(4) y el cable del ordenador(1a).

D. Apriete el ordenador(1) en el soporte del ordenador(5) utilizando 4 pernos(2) mediante una llave inglesa(B).

PASO 5:

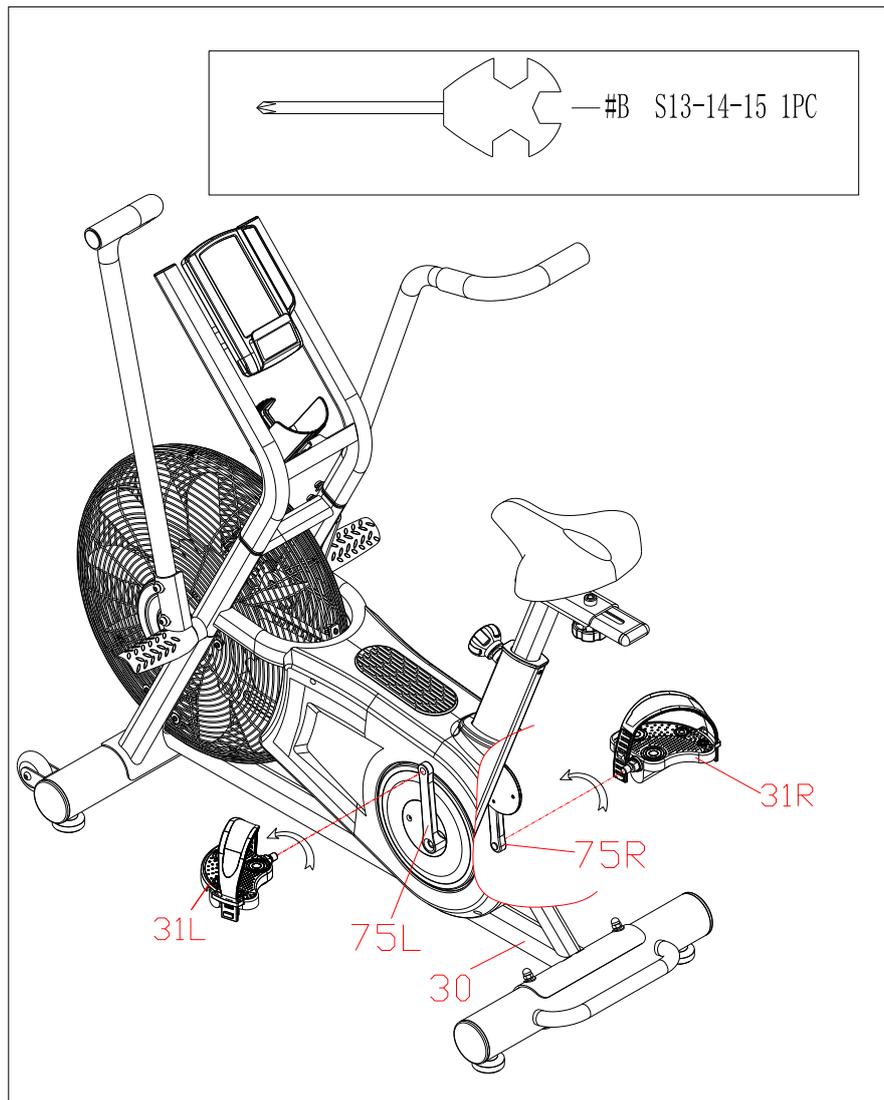


A. Desbloquee 4 pernos(8), 4 arandelas elásticas(9) y 4 arandelas de arco(10) de la barra oscilante(26) con la llave inglesa(A).

B. Fije el manubrio(27L/R) en la barra oscilante(26).

C. Apriete la placa de pedal(23L/R) y el manubrio(27L/R) en la barra oscilante(26) utilizando 4 pernos(8), 4 pernos elásticos(9) y 4 pernos de arco(10) con una llave inglesa(A).

PASO 6:



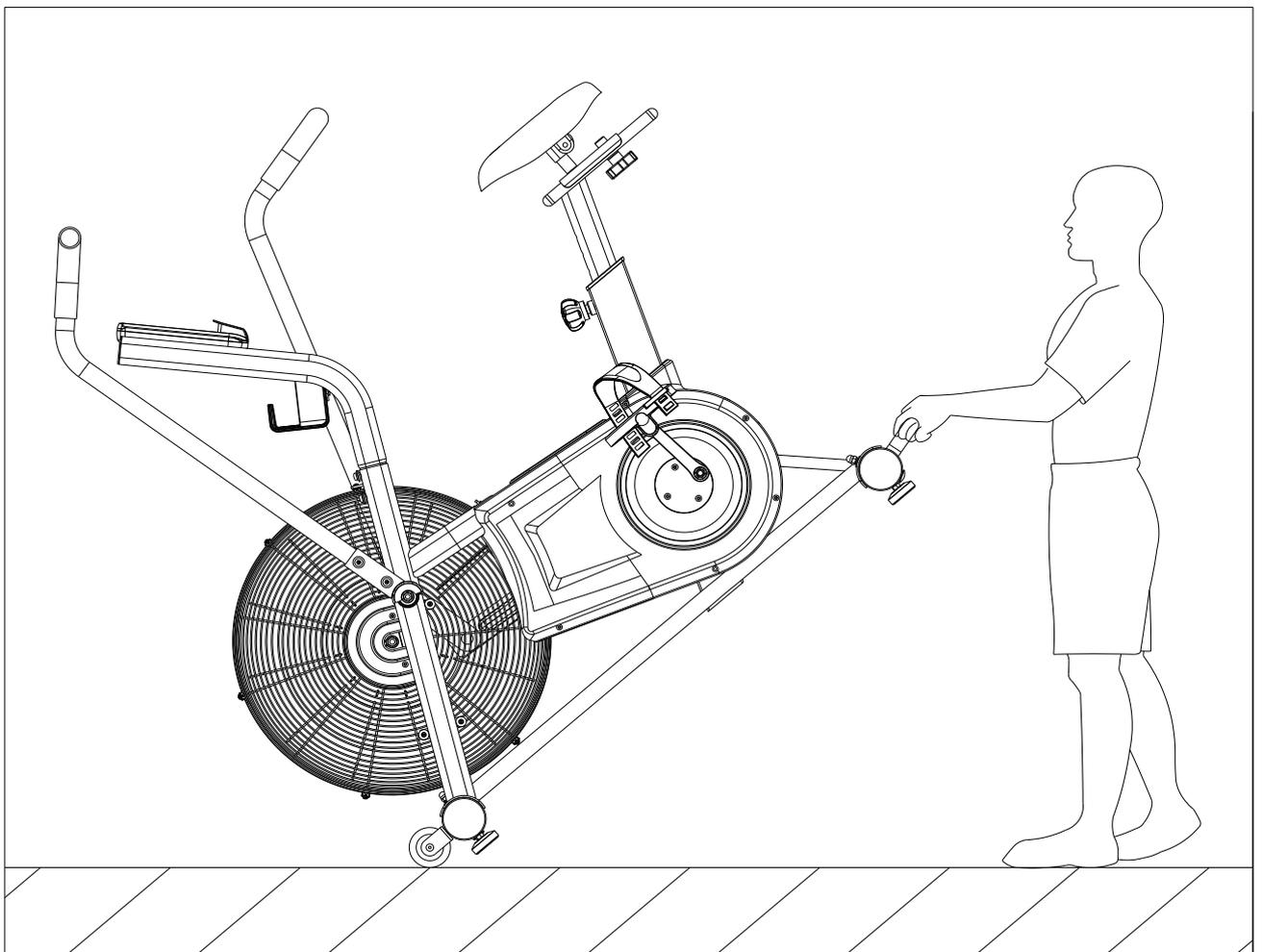
Conecte los pedales izquierdo y derecho (31L/R) en las bielas izquierda y derecha (75L/R).

Pedal izquierdo: Alinee el pedal izquierdo (31L) a la biela izquierda (75L) a 90 grados e inserte suavemente el pedal en el conjunto de bielas. Gire el pedal con la mano en el sentido contrario a las agujas del reloj lo más que pueda. Apriete con una llave inglesa (B).

Pedal derecho: Alinee el pedal derecho (31R) a la biela derecha (75R) a 90 grados e inserte suavemente el pedal en el conjunto de bielas. Gire el pedal con la mano en el sentido de las agujas del reloj lo más que pueda. Apriete con una llave inglesa (B).

DESPLAZAMIENTO DE LA MÁQUINA

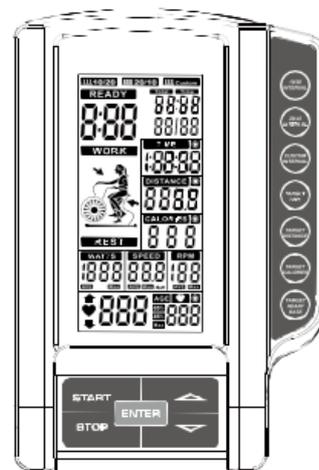
Para mover la máquina, levante el manubrio del estabilizador trasero(41) hasta que las ruedas de transporte(17) del estabilizador delantero(17) toquen el suelo. Con las ruedas en el suelo, puede transportar la bicicleta al lugar deseado con facilidad.



Manual de instrucciones

FUNCIONES DE PANTALLA

TIEMPO	DESCRIPCIÓN
RPM	<ul style="list-style-type: none"> Muestra la rotación por minuto con un rango de 0~199.
VELOCIDAD	<ul style="list-style-type: none"> Muestra la velocidad de entrenamiento actual. La velocidad máxima es de 99.9 km/h o ml/h.
TIEMPO	<ul style="list-style-type: none"> Cuenta ascendente - Sin objetivo preestablecido, el tiempo contará desde las 00:00 hasta un máximo de 1:59:59, con incremento de 1 minuto. Cuenta atrás - La consola hará una cuenta atrás desde el tiempo preestablecido hasta 00:00:00 y cada incremento o disminución preestablecida será de 1 minuto entre 00:01:00 y 1:59:00.
DISTANCIA	<ul style="list-style-type: none"> Acumula la distancia total desde 0.0 hasta 999.9 km o ml, o cuenta atrás desde el valor preestablecido. El usuario puede preestablecer el valor de la distancia objetivo con la tecla UP/DOWN (ABAJO/ARRIBA) Cada incremento es de 1.0 km o ml.
CALORÍAS	<ul style="list-style-type: none"> Acumula el consumo de calorías o cuenta hacia atrás durante el entrenamiento desde 0 a un máximo de 999 calorías. El usuario puede preestablecer las Calorías objetivo con la tecla UP/DOWN (ARRIBA/ABAJO).
VATIOS	<ul style="list-style-type: none"> Muestra el consumo de energía durante el entrenamiento. Margen de visualización: 0~1999
PULSACIONES	<ul style="list-style-type: none"> El usuario puede configurar el valor de pulsaciones objetivo de 0~30 a 230 y el zumbador de la consola emitirá un pitido cuando la frecuencia cardíaca real supere el valor objetivo durante el entrenamiento.



FUNCIÓN DE LOS BOTONES

TIEMPO	DESCRIPCIÓN
START (INICIO)	<ul style="list-style-type: none"> Para iniciar el entrenamiento rápidamente o reanudar el entrenamiento en modo Stop (parada).
STOP (PARADA)	<ul style="list-style-type: none"> Para parar/pausar el entrenamiento. Para eliminar todos los ajustes. Mantenga pulsada esta tecla durante 2 segundos para reiniciar la consola
DOWN (ABAJO)	<ul style="list-style-type: none"> Para ajustar hacia abajo el valor de Distancia, Calorías, Frecuencia cardíaca, y Tiempo.
UP (ARRIBA)	<ul style="list-style-type: none"> Para ajustar hacia arriba el valor de Distancia, Calorías, Frecuencia cardíaca, y Tiempo.
Distancia objetivo	<ul style="list-style-type: none"> Acceso rápido al modo de entrenamiento con Distancia objetivo.
Calorías objetivo	<ul style="list-style-type: none"> Acceso rápido al modo de entrenamiento con Calorías objetivo.
Frecuencia cardíaca objetivo	<ul style="list-style-type: none"> Acceso rápido al modo de entrenamiento con Frecuencia cardíaca objetivo.
Tiempo objetivo	<ul style="list-style-type: none"> Acceso rápido al modo de entrenamiento con Tiempo objetivo.
Intervalo	<ul style="list-style-type: none"> Hay 3 programas: INTERVALO 10/20, INTERVALO 20/10, Personalizado.
ENTER (ENTRAR)	<ul style="list-style-type: none"> Para confirmar los ajustes o ingresar a un programa.

INSTRUCCIONES DE FUNCIONAMIENTO

- Durante el ENCENDIDO, la pantalla LCD se mostrará completa durante 2s (Figura 1) con un sonido de pitido prolongado, luego se mostrará el diámetro de la rueda durante 1s en la zona DIST. (Figura 2). Luego entre en modo de ajuste de la EDAD, la EDAD parpadea para que se configure (Figura 3). Pulse UP/DOWN (ABAJO/ARRIBA) para ajustar la edad y pulse ENTER (ENTRAR) para confirmar; luego, se pasa al modo de espera.



Figure 1

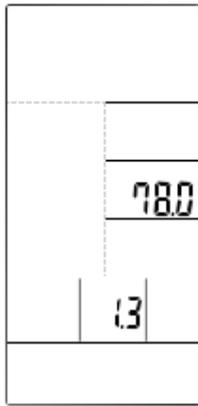


Figure 2

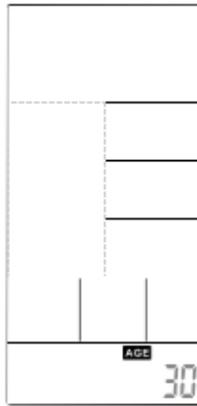


Figure 3

2. La

ventana

de

INTERVALO10/20, INTERVALO10/20, INTERVALO

PERSONALIZADO, LISTO, TRABAJO, DESCANSO, TIEMPO, DISTANCIA, CALORÍAS, VATIOS, VELOCIDAD, RPM y

parpadeará en secuencia cada 1s (Figura 4~Figura 16).

Si no se pulsa un teclado, no se detecta la señal RPM o no hay pulsaciones durante 60s, el ordenador entrará en modo de reposo.

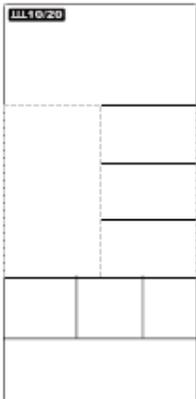


Figure 4

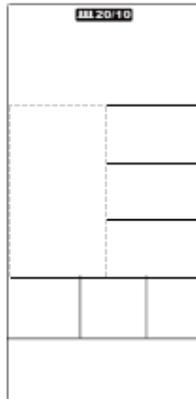


Figure 5



Figure 6

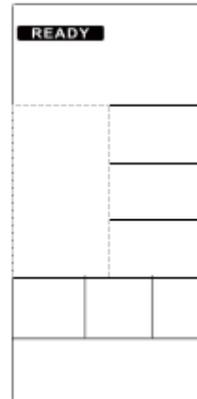


Figure 7

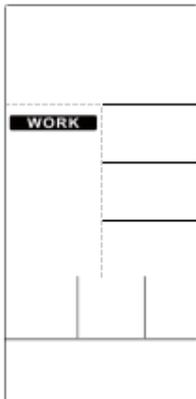


Figure 8

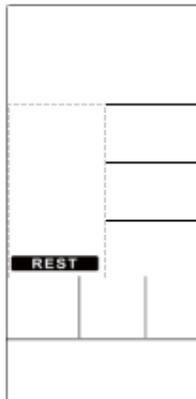


Figure 9

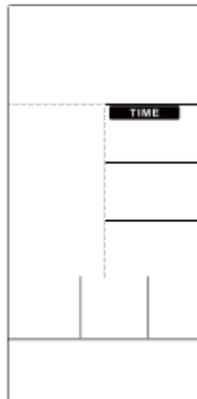


Figure 10



Figure 11

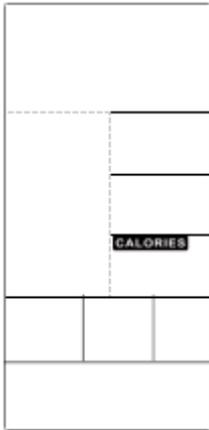


Figure 12

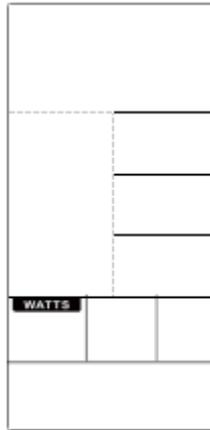


Figure 13

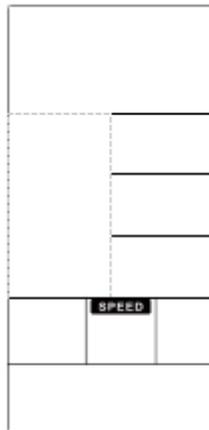


Figure 14



Figure 15

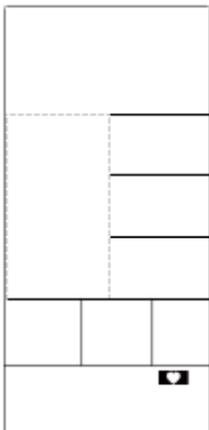


Figure 16



Figure 17

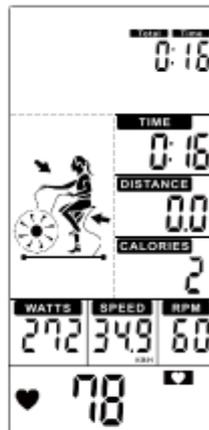


Figure 18



Figure 19



Figure 20



Figure 21



Figure 22



Figure 23

3. Seleccione programa **Manual**, **Intervalo**, **Distanciaobjetivo** , **Caloríasobjetivo** , **Frecuencia cardíacaobjetivo** , **Tiempo objetivo**:

3.1 Modo manual:

- ① En modo de espera, pulse START (INICIO) para iniciar el entrenamiento rápidamente, el zumbador emite un sonido durante 1 segundo. TIEMPO TOTAL / TIEMPO / DISTANCIA / CALORÍAS / VATIOS / VELOCIDAD / RPM comienzan a contar hacia arriba (Figure 17).
- ② Cuando haya una entrada de señal de pulsaciones, se iluminará,  el símbolo parpadeará y se mostrará el valor de las pulsaciones (Figura 18). Si no se detectan pulsaciones, mostrará "P" (Figura 17).
- ③ Ninguna entrada de señal durante 30s, el zumbador emite 1 pitido corto y entra en modo despierto. Pulse cualquier tecla para despertar la consola.
- ④ Pulse la tecla START (INICIO) una vez para pausar el entrenamiento, el zumbador emitirá un sonido durante 0.5s cada 30s. Todos los valores se muestran en la pantalla LCD y parpadean cada 4s. Si sigue parando el entrenamiento

durante 5 minutos, el zumbador emite un sonido durante 2s y entra en modo despierto. Pulse START (INICIO) para reanudar el entrenamiento.

- ⑤ Pulse la tecla STOP (PARADA), TIEMPO mostrará el tiempo de entrenamiento total; DISTANCIA mostrará la distancia de entrenamiento total; CALORÍAS mostrará el consumo total durante el entrenamiento; VATIOS, VELOCIDAD y RPM cambiarán en la pantalla, la ventana PULSACIONES MEDIAS Y MÁX cambiará para mostrar el 65%, 85% MÁX (Figura 21~23) cada 5s.
- ⑥ Con la entrada de señal de pulsaciones, la ventana PULSACIONES mostrará las pulsaciones actuales del usuario. La ventana Pulsaciones no muestra nada si no se detecta la señal de pulsaciones (Figura 19~20).
- ⑦ Pulse cualquier tecla PROGRAMA, y luego ejecute el programa correspondiente.

3.2 modo intervalo 20/10:

- ① Pulse la tecla INTERVALO para seleccionar INTERVALO20/10, pulse ENTER (ENTRAR) y luego INTERVALO20/10 se iluminará, junto con un sonido prolongado de 1s.
- ② El tiempo de ciclo cuenta hacia atrás de 3 a 0, entonces la consola se inicia; mientras tanto, el zumbador emite un sonido una vez por segundo y READY (LISTO) parpadea una vez por segundo, el conteo muestra '00/08' (Figura 24).
- ③ El tiempo de ciclo cuenta hacia atrás de 20 a 0, y WORK (TRABAJO) parpadea una vez por segundo. Mientras tanto, las ventanas muestran la animación de la rotación y la cuenta atrás de 4 minutos. Luego, TIEMPO TOTAL, DISTANCIA, CALORÍAS, VATIOS, VELOCIDAD Y RPM comienzan a calcular, el conteo muestra '01/08' (Figura 25).
- ④ El tiempo de ciclo cuenta hacia atrás de 10 a 0 y REST (DESCANSO) parpadea una vez por segundo, junto con 10 pitidos cortos (Figura 26), mientras tanto READY (LISTO) parpadeará durante los últimos 3s (Figura 27).
- ③ Y ④ continúan el inventario cíclico y añaden 1 por cada ciclo, hasta que se muestre 08/08 TRABAJO; luego, pasan a la última página.
- ⑥ Pulse el botón START (INICIO) una vez para entrar en modo PAUSE (PAUSA), el zumbador emitirá un sonido durante 0.5s cada 30s. Todos los valores se muestran en la pantalla LCD y parpadean cada 4s. Si sigue parando el entrenamiento durante 5 minutos, el zumbador emite un sonido durante 2s y entra en modo despierto. Pulse START (INICIO) para reanudar el entrenamiento.
- ⑦ Pulse STOP (PARADA) o final del entrenamiento, el zumbador emite un sonido durante 1s y luego muestra TIEMPO TOTAL, DISTANCIA, CALORÍAS durante 30s, y VATIOS, VELOCIDAD Y RPM cambiarán en la pantalla, la ventana PULSACIONES MEDIAS Y MÁX cambiará para mostrar el 65%, 85% MÁX (Figura 21~23) cada 5s.
- ⑧ Con la entrada de señal de pulsaciones, la ventana PULSACIONES mostrará las pulsaciones actuales del usuario y el 65%, 85% MÁX (Figura 21~23). La ventana Pulsaciones no muestra nada si no se detecta la señal de pulsaciones (Figura 19~20).
- ⑨ Pulse cualquier tecla PROGRAMA, y luego ejecute el programa correspondiente.

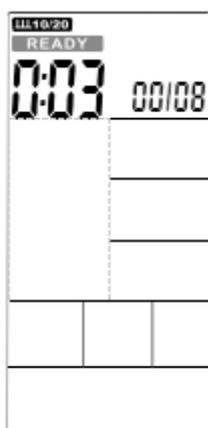


Figure 24



Figure 25



Figure 26



Figure 27

3.3 modo intervalo 10-20:

- ① Pulse INTERVALO para seleccionar INTERVALO10/20, pulse ENTER (ENTRAR) y luego INTERVALO10/20 se iluminará, junto con pitidos emitidos por el zumbador durante 1s.
- ② El tiempo de ciclo cuenta hacia atrás de 3 a 0, entonces la consola se inicia; mientras tanto, el zumbador emite un sonido una vez por segundo y READY (LISTO) parpadea una vez por segundo, el conteo muestra '00/08' (Figura 28).
- ③ El tiempo de ciclo cuenta hacia atrás de 10 a 0 y WORK (TRABAJO) parpadea una vez por segundo. Mientras tanto, REMAINING (RESTANTE) se iluminará y contará hacia atrás de 4 minutos. Luego, TIEMPO TOTAL, DISTANCIA, CALORÍAS, VATIOS, VELOCIDAD Y RPM comienzan a calcular, el conteo muestra '01/08' (Figura 29).

- ④ El tiempo de ciclo cuenta hacia atrás de 20 a 0 y **REST (DESCANSO)** parpadea una vez por segundo, junto con 30 pitidos cortos (Figura 30), mientras tanto **READY (LISTO)** parpadeará durante los últimos 3s (Figura 31).
- ⑤ **Y**④ continúan el inventario cíclico y añaden 1 por cada ciclo, hasta que se muestre 08/08 **TRABAJO**; luego, pasan a la última página.
- ⑥ Pulse el botón **START (INICIO)** una vez para entrar en modo **PAUSE (PAUSA)**, el zumbador emitirá un sonido durante 0.5s cada 30s. Todos los valores se muestran en la pantalla LCD y parpadean cada 4s. Si sigue parando el entrenamiento durante 5 minutos, el zumbador emite un sonido durante 2s y entra en modo despierto. Pulse **START (INICIO)** para reanudar el entrenamiento.
- ⑦ Pulse **STOP (PARADA)** al final del entrenamiento, el zumbador emite un sonido durante 1s y luego muestra **TIEMPO TOTAL**, **DISTANCIA**, **CALORÍAS** durante 30s, y **VATIOS**, **VELOCIDAD** Y **RPM** cambiarán en la pantalla, la ventana **PULSACIONES MEDIAS Y MÁX** cambiará para mostrar el 65%, 85% **MÁX** (Figura 21~23) cada 5s.
- ⑧ Con la entrada de señal de pulsaciones, la ventana **PULSACIONES** mostrará las pulsaciones actuales del usuario. La ventana **Pulsaciones** no muestra nada si no se detecta la señal de pulsaciones (Figura 19~20).
- ⑨ Pulse cualquier tecla **PROGRAMA**, y luego ejecute el programa correspondiente.

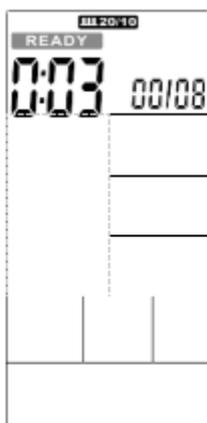


Figure 28



Figure 29



Figure 30



Figure 31

3.4 PERSONALIZACIÓN del intervalo:

- ① Pulse **INTERVALO** para seleccionar **PERSONALIZACIÓN DEL INTERVALO**, pulse **ENTER (ENTRAR)** para ingresar a este modo, y luego **PERSONALIZACIÓN DEL INTERVALO 00/XX** parpadea

para que se configure, junto con pitidos emitidos por el zumbador durante 1s. Pulse **ARRIBA/ABAJO** para ajustar **00/XX** dentro de 1~99 circularmente. Pulse **ENTER (ENTRAR)** para confirmar, junto con pitidos emitidos por el zumbador durante 1s, y luego pase al ajuste siguiente (Figura 32).

- ② **TIME** permanece encendido, **TRABAJO** y 0:01 parpadearán, pulse **ARRIBA/ABAJO** para ajustar el tiempo de entrenamiento dentro de 0:00~9:59 circularmente

(Figura 33). Pulse **ENTER (ENTRAR)** para confirmar, junto con pitidos emitidos por el zumbador durante 1s, y **PERSONALIZACIÓN DEL INTERVALO** permanece encendido.

- ③ **TIME** permanece encendido, **DESCANSO** parpadeará, pulse **ARRIBA/ABAJO** para ajustar el tiempo de descanso dentro de 0:01~9:59 circularmente (Figura 34). Pulse

ENTER

(**ENTRAR**) para confirmar, junto con pitidos emitidos por el zumbador durante 1s, y **PERSONALIZACIÓN DEL INTERVALO** permanece encendido.

- ④ El tiempo de ciclo cuenta hacia atrás de 3 a 0, entonces la consola se inicia; mientras tanto, el zumbador emite un sonido una vez por segundo y **READY (LISTO)** parpadea una vez por segundo, el conteo muestra '00/XX' (Figura 35).

- ⑤ El tiempo de ciclo cuenta hacia atrás del tiempo total preestablecido y **WORK (TRABAJO)** parpadea una vez por segundo. Luego, **TIEMPO TOTAL**, **DISTANCIA**,

CALORÍAS, **VATIOS**, **VELOCIDAD** Y **RPM** comienzan a calcular, el conteo muestra '01/08' (Figura 25).

- ⑥ El tiempo de ciclo cuenta hacia atrás de 20 a 0 y **REST (DESCANSO)** parpadea una vez por segundo, junto con los

pitidos cortos del zumbador(Figura 37), mientras tanto **READY** (LISTO) parpadeará durante los últimos 3s (Figura 38).

- ③Y④ continúan el inventario cíclico y añaden 1 por cada ciclo, hasta que el valor de ajuste de TRABAJO haya terminado; luego, pasan a la Última página.
- En modo **WORK (TRABAJO)** el zumbador emite un sonido durante 1s, luego entra en modo despierto, si no hay señales de entrada dentro de 30s.
- Pulse el botón START (INICIO) una vez para entrar en modo PAUSE (PAUSA), el zumbador emitirá un sonido durante 0.5s cada 30s. Todos los valores se muestran en la pantalla LCD y parpadean cada 4s. Si sigue parando el entrenamiento durante 5 minutos, el zumbador emite un sonido durante 2s y entra en modo despierto. Pulse START (INICIO) para reanudar el entrenamiento.

⑩Pulse STOP (PARADA) o final del entrenamiento, el zumbador emite un sonido durante 1s y luego muestra TIEMPO TOTAL, DISTANCIA, CALORÍAS durante 30s, y VATIOS, VELOCIDAD

Y RPM cambiarán la pantalla, la ventana PULSACIONES MEDIAS Y MÁX cambiará para mostrar el 65%, 85% MÁX (Figura 21~23) cada 5s.

⑪Con la entrada de señal de pulsaciones, la ventana PULSACIONES mostrará las pulsaciones actuales del usuario. La

ventana Pulsaciones no muestra nada si no se detecta la señal de pulsaciones (Figura 19~20).

⑫Pulse cualquier tecla PROGRAMA, y luego ejecute el programa correspondiente.

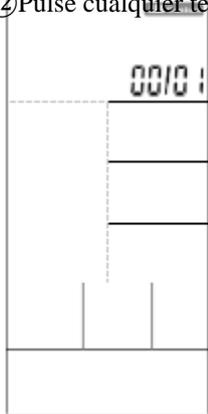


Figure 32

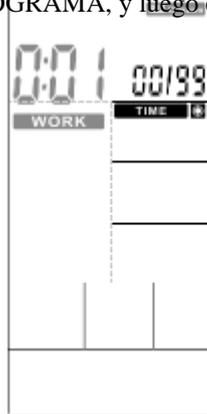


Figure 33



Figure 34

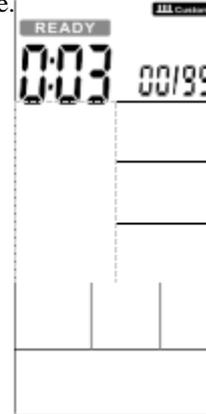


Figure 35

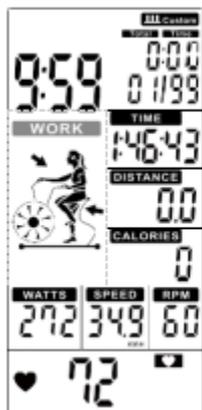


Figure 36



Figure 37



Figure 38

3.5 Modo TIEMPO Objetivo :

- ① In modo de espera, pulse la tecla Tiempo objetivo y **TIEMPO** se iluminará, junto con un sonido prolongado de 1s.
- ② El valor TIEMPO está parpadearo, pulse ARRIBA y ABAJO para ajustar el valor (Figura 39) y pulse ENTRAR para confirmar, mientras tanto, el zumbador emite un sonido durante 1s y **TIEMPO** permanece encendido.
- ③ El valor del TIEMPO preestablecido cuenta atrás; DISTANCIA, CALORÍAS, VATIOS, VELOCIDAD, RPM comienzan a contar hacia arriba. (Figura 40)
- ④ Pulse el botón START (INICIO) una vez para entrar en modo PAUSE (PAUSA), el zumbador emitirá un sonido

durante 0.5s por segundo dentro de 30s. Todos los valores se muestran en la pantalla LCD y parpadean cada 2s. Si sigue parando el entrenamiento durante 5 minutos, el zumbador emite un sonido durante 2s y entra en modo despierto. Pulse START (INICIO) para reanudar el entrenamiento.

- ⑤ Ninguna entrada de señal durante 30s, el zumbador emite 1 pitido corto y entra en modo despierto.
- ⑥ Pulse la tecla STOP (PARADA) o final del entrenamiento, TIEMPO mostrará el tiempo de entrenamiento total; DISTANCIA mostrará la distancia de entrenamiento total; CALORÍAS mostrará el consumo total durante el entrenamiento; VATIOS, VELOCIDAD y RPM cambiarán en la pantalla, la ventana PULSACIONES MEDIAS Y MÁX cambiará para mostrar el 65%, 85% MÁX (Figura 21~23) cada 5s.
- ⑦ Con la entrada de señal de pulsaciones, la ventana PULSACIONES mostrará las pulsaciones actuales del usuario. La ventana Pulsaciones no muestra nada si no se detecta la señal de pulsaciones (Figura 19~20).

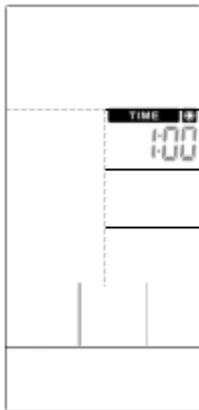


Figure 39



Figure 40

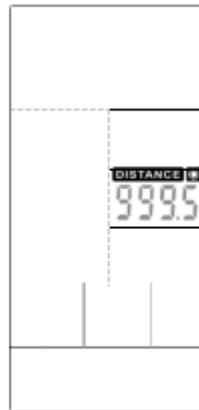


Figure 41



Figure 42

3.6 Modo Distancia objetivo :

- ① En modo de espera, pulse la tecla Tiempo objetivo y **TIEMPO** se iluminará, junto con un sonido prolongado de 1s.
- ② El valor **DISTANCIA** está parpadeando, presione ARRIBA y ABAJO para ajustarlo (Figura 41). Pulse ENTER (ENTRAR) para confirmar, mientras tanto, el zumbador emite un sonido durante 1s y **DISTANCIA** permanece encendido.
- ③ El valor de la DISTANCIA preestablecido cuenta atrás; TIEMPO, CALORÍAS, VATIOS, VELOCIDAD, RPM comienzan a contar hacia arriba. (Figura 42)
- ④ Pulse el botón START (INICIO) una vez para entrar en modo PAUSE (PAUSA), el zumbador emitirá un sonido durante 0.5s por segundo dentro de 30s. Todos los valores se muestran en la pantalla LCD y parpadean cada 2s. Si sigue parando el entrenamiento durante 5 minutos, el zumbador emite un sonido durante 2s y entra en modo despierto. Pulse START (INICIO) para reanudar el entrenamiento.
- ⑤ Ninguna entrada de señal durante 30s, el zumbador emite un sonido durante 1s y entra en modo despierto.
- ⑥ Pulse la tecla STOP (PARADA) o final del entrenamiento, TIEMPO mostrará el tiempo de entrenamiento total; DISTANCIA mostrará la distancia de entrenamiento total; CALORÍAS mostrará el consumo total durante el entrenamiento; VATIOS, VELOCIDAD y RPM cambiarán en la pantalla, la ventana PULSACIONES MEDIAS Y MÁX cambiará para mostrar el 65%, 85% MÁX (Figura 21~23) cada 5s.
- ⑦ Con la entrada de señal de pulsaciones, la ventana PULSACIONES mostrará las pulsaciones actuales del usuario. La ventana Pulsaciones no muestra nada si no se detecta la señal de pulsaciones (Figura 19~20).
- ⑧ Pulse cualquier tecla PROGRAMA, y luego ejecute el programa correspondiente.

3.7 Modo Calorías objetivo :

- ① En modo de espera, pulse la tecla Calorías objetivo y CALORÍAS  se iluminará, junto con un sonido prolongado de 1s.
- ② El valor de las CALORÍAS está parpadeando, presione ARRIBA y ABAJO para ajustarlo (Figura 43). Pulse ENTER (ENTRAR) para confirmar, mientras tanto, el zumbador emite un sonido durante 1s y  permanece encendido.
- ③ El valor de las CALORÍAS preestablecido cuenta atrás; TIEMPO, DISTANCIA, VATIOS, VELOCIDAD, RPM comienzan a contar hacia arriba (Figura 44).
- ④ Pulse el botón START (INICIO) una vez para entrar en modo PAUSE (PAUSA), el zumbador emitirá un sonido durante 0.5s por segundo dentro de 30s. Todos los valores se muestran en la pantalla LCD y parpadean cada 2s. Si sigue parando el entrenamiento durante 5 minutos, el zumbador emite un sonido durante 2s y entra en modo despierto. Pulse START (INICIO) para reanudar el entrenamiento.
- ⑤ Ninguna entrada de señal durante 30s, el zumbador emite un sonido durante 1s y entra en modo despierto.
- ⑥ Pulse la tecla STOP (PARADA) o final del entrenamiento, TIEMPO mostrará el tiempo de entrenamiento total; DISTANCIA mostrará la distancia de entrenamiento total; CALORÍAS mostrará el consumo total durante el entrenamiento; VATIOS, VELOCIDAD y RPM cambiarán en la pantalla, la ventana PULSACIONES MEDIA Y MÁX cambiará para mostrar el 65%, 85% MÁX (Figura 21~23) cada 5s.
- ⑦ Con la entrada de señal de pulsaciones, la ventana PULSACIONES mostrará las pulsaciones actuales del usuario. La ventana Pulsaciones no muestra nada si no se detecta la señal de pulsaciones (Figura 19~20).
- ⑧ Pulse cualquier tecla PROGRAMA, y luego ejecute el programa correspondiente.



Figure 43

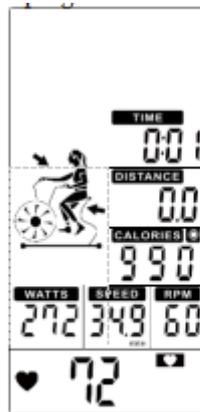


Figure 44

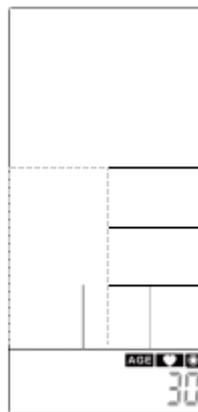


Figure 45

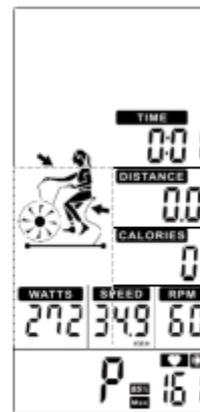


Figure 46

3.8 Modo Frecuencia cardíaca objetivo :

- ① En modo de espera, pulse la tecla Frecuencia cardíaca objetivo  y  se iluminará, junto con un sonido prolongado de 1s.
- ② El valor EDAD está parpadeando, presione ARRIBA y ABAJO para configurar su Edad (Figura 45). Pulse  ENTER (ENTRAR) para confirmar, junto con pitidos emitidos por el zumbador durante 1s y FRECUENCIA CARDÍACA permanece encendido.
- ③ Cuando comienza el entrenamiento  Frecuencia cardíaca MÁX se ilumina, Frecuencia cardíaca 65% y 85% cambiará en la pantalla. TIEMPO/ DISTANCIA/ CALORÍAS/ VATIOS/ VELOCIDAD/ RPM calcularán el valor del entrenamiento (Figura 46).
- ④ Cuando la Frecuencia cardíaca  disminuye por debajo del 65%,  Y  el valor parpadeará. El zumbador emite un sonido cada 10s hasta que la frecuencia cardíaca del usuario sobrepase el 65% (Figura 47).
- ⑤ Cuando la Frecuencia cardíaca  excede el 85%,  Y  el valor parpadeará. El zumbador emite un sonido cada 10s hasta que la frecuencia cardíaca del usuario disminuya por debajo del 85% (Figura 48).
- ⑥ Cuando la Frecuencia cardíaca varía entre  65% y el 85%, solo parpadeará (Figura 49).
- ⑦ Ninguna entrada de señal durante 30s, el zumbador emite 1 pitido corto y entra en modo despierto.
- ⑧ Pulse el botón START (INICIO) una vez para entrar en modo PAUSE (PAUSA), el zumbador emitirá un sonido durante 0.5s por segundo dentro de 30s. Todos los valores se muestran en la pantalla LCD y parpadean cada 2s. Si sigue parando el entrenamiento durante 5 minutos, el zumbador emite un sonido durante 2s y entra en modo despierto. Pulse START (INICIO) para reanudar el entrenamiento.
- ⑨ Pulse la tecla STOP (PARADA) otra vez o final del entrenamiento en 15s, TIEMPO mostrará el tiempo de entrenamiento total; DISTANCIA mostrará la distancia de entrenamiento total; CALORÍAS mostrará el consumo total durante el entrenamiento; VATIOS, VELOCIDAD y RPM cambiarán en la pantalla, la ventana PULSACIONES MEDIAS Y MÁX cambiará para mostrar el 65%, 85% MÁX (Figura 21~23) cada 5s.
- ⑩ Con la entrada de señal de pulsaciones, la ventana PULSACIONES mostrará las pulsaciones actuales del usuario. La ventana Pulsaciones no muestra nada si no se detecta la señal de pulsaciones (Figura 19~20).

① Pulse cualquier tecla PROGRAMA, y luego ejecute el programa correspondiente.

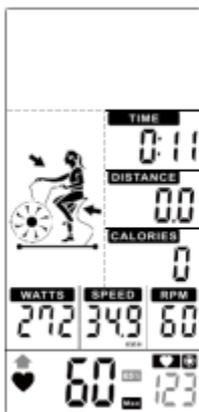


Figure 47

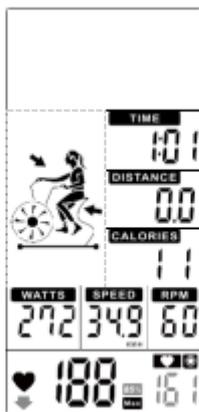


Figure 48

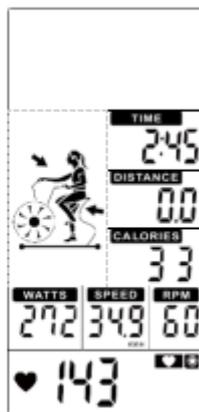


Figure 49

AJUSTE DE OPCIÓN:

Modo de AJUSTE-

1. Mantenga pulsada la tecla START&ENTER (INICIOYENTRAR) durante 2s, el zumbador emitirá 1 pitido prolongado. VELOCIDAD permanece encendido, M/H,KM/H parpadea una vez por segundo (Figura 50~51).
2. Pulse ARRIBA o ABAJO para seleccionar KM/H o M/H, pulse ENTER (ENTRAR) para confirmar, y luego pase al modo de espera.
3. Si no se realiza ninguna acción durante 30s, la consola entrará en modo de espera.

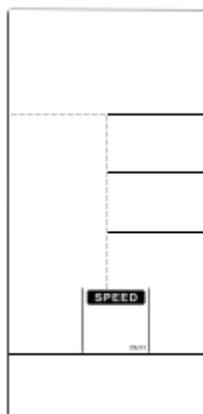


Figure 50

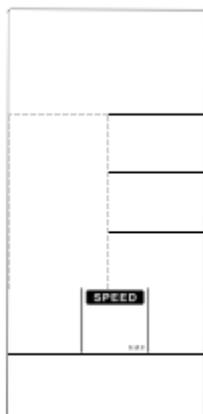


Figure 51

Modo REINICIO-

1. En cualquier modo, pulse STOP (PARADA) durante 2s, el sistema realizará el REINICIO TOTAL.
2. La pantalla LCD parpadea cada 2 segundos, el zumbador emite un sonido durante 2 segundos.
3. Regrese a la página de espera, todos los ajustes se reanudan al valor preestablecido.

Modo de REPOSO-

En modo de espera, si no se pulsa una tecla/RPM durante 30s, la consola entrará en modo de REPOSO.



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