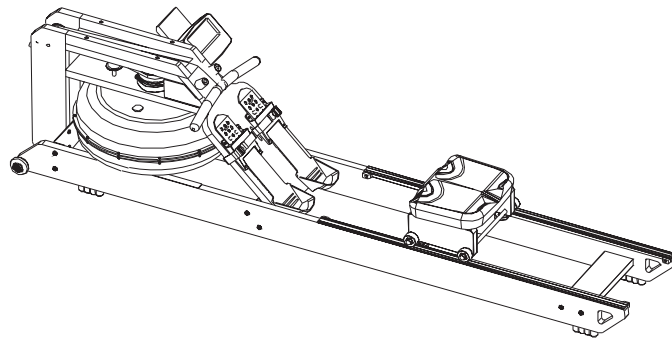


TOORX
FITNESS IN MOTION

MANUAL DE INSTRUCCIONES



ROWERCRAFT

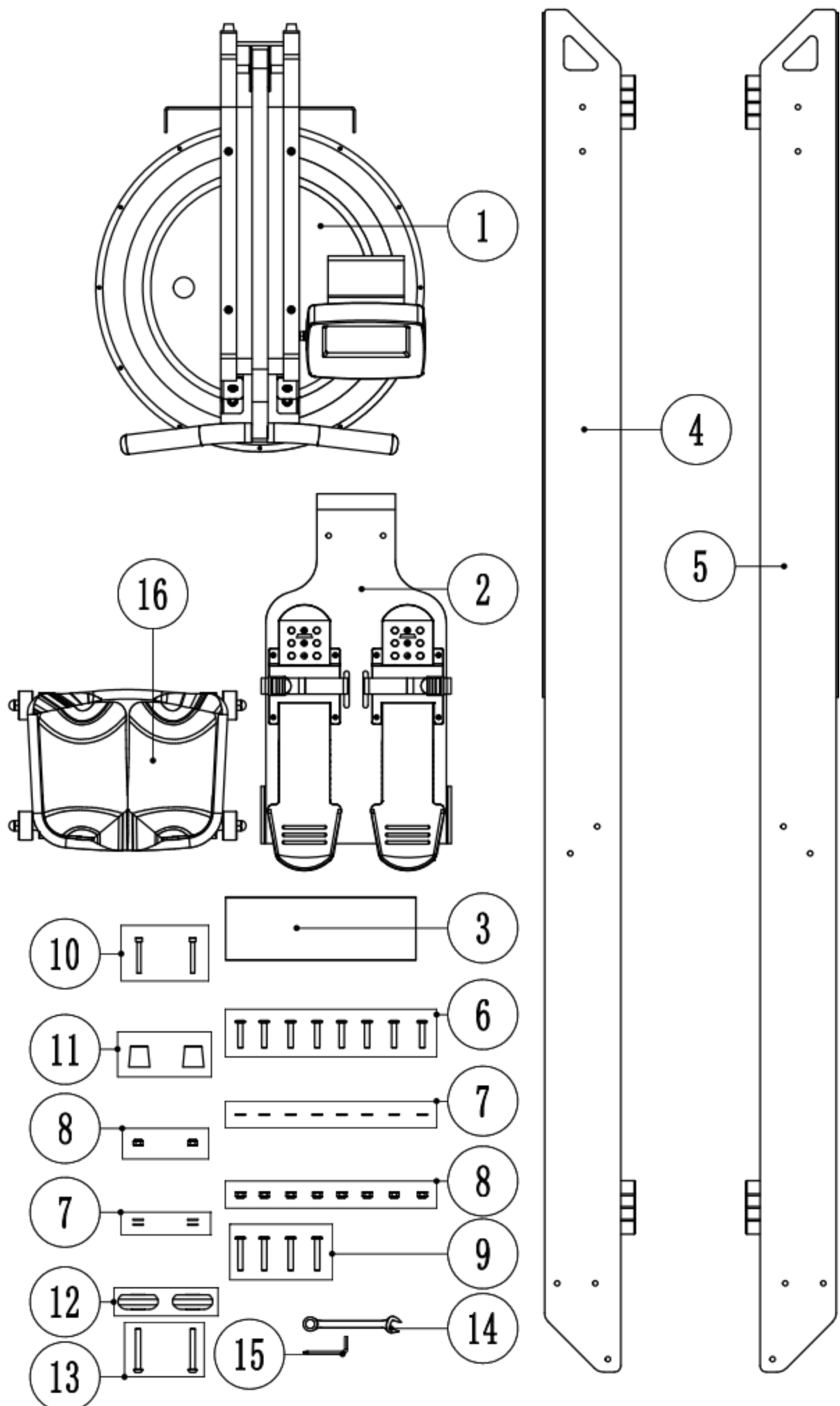


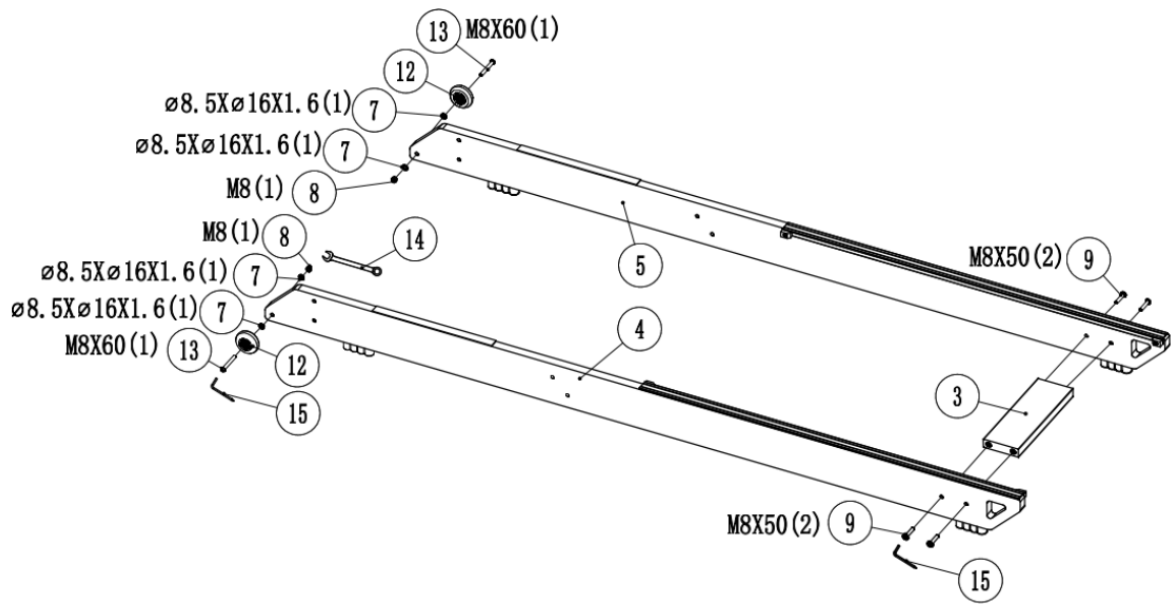
Cod: GRLDTOORXRWXCRAFT

Revisión : 00

Edición : 07/24

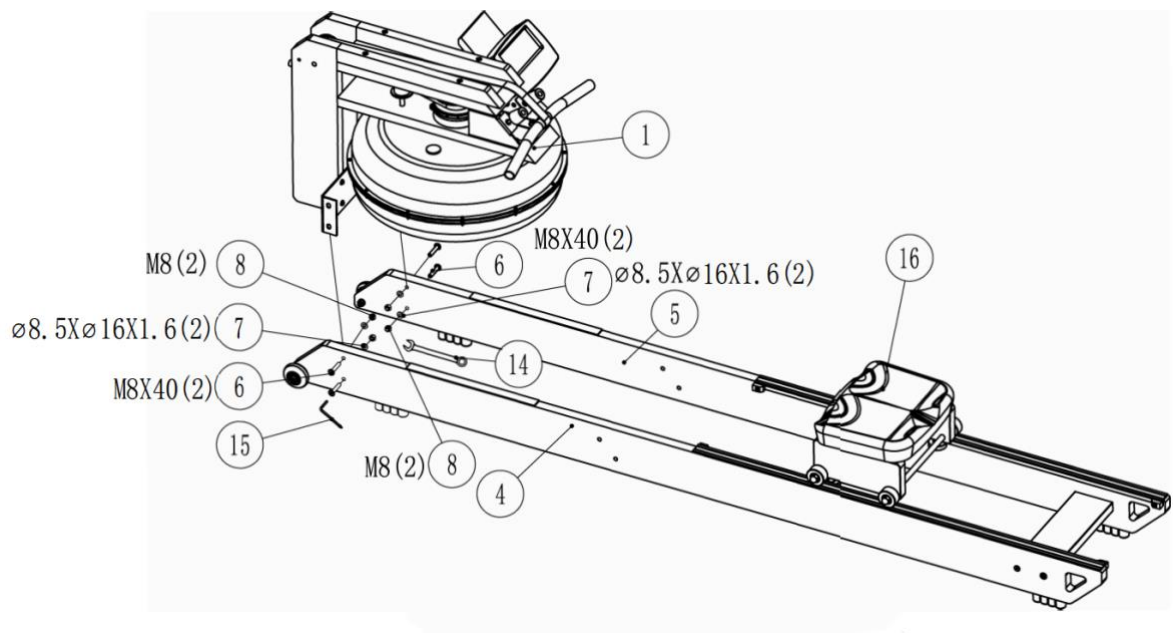






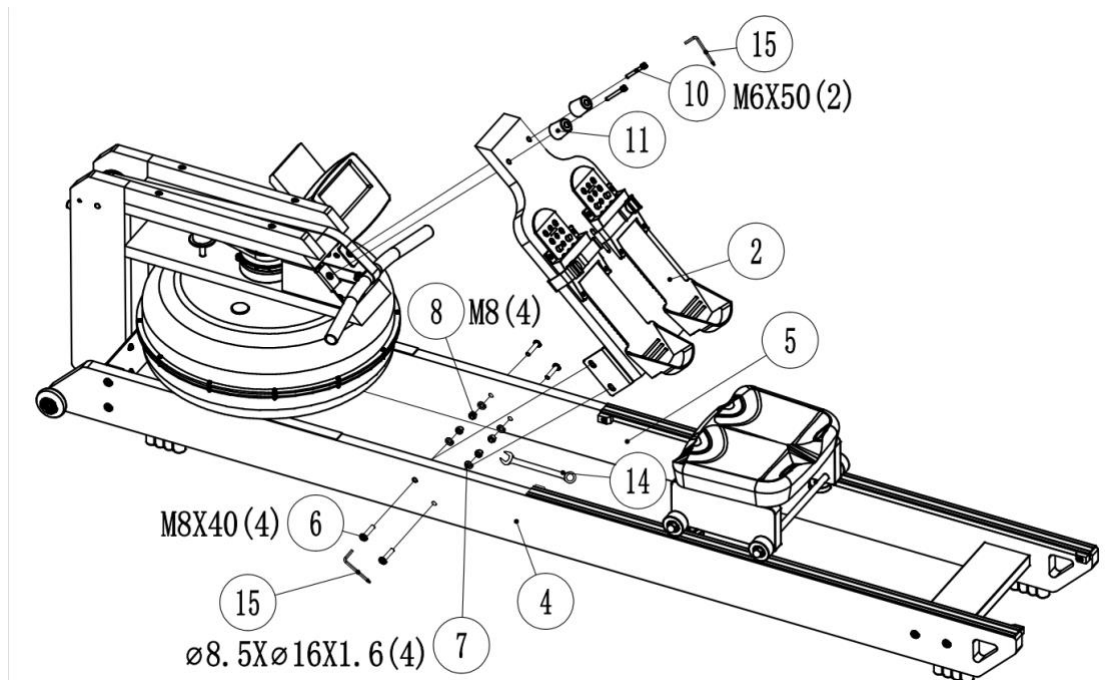
Paso 1 : Conecte la pieza 4 y la pieza 5 con la pieza 3 mediante cuatro tornillos pieza 9 (M8x50).

Conecte la pieza 12 y la pieza 5 con el tornillo de la pieza 4, la pieza 13 (M8x60) y la pieza 7 (M8).



Paso 2: Coloque la pieza 16 sobre la pieza 4 y la pieza 5, coloque la pieza 1 sobre la almohadilla de espuma de la pieza 4 y la pieza 5, alinee los orificios de montaje.

Conecte la pieza 4, la pieza 1 con la pieza 5 mediante la pieza 7(M8) y la pieza 6(M8x40), bloquéelas con la pieza 8(M8), no apriete demasiado los tornillos hasta que todas las piezas estén conectadas.



Paso 3 : Coloque la pieza 2 en la pieza 1, la pieza 4 y la pieza 5, alinee los orificios de montaje, conecte la pieza 11, la pieza 2 y la pieza 1 mediante la pieza 10(M6x50) y apriételas.

Conecte la pieza 4, la pieza 5 con la pieza 2 mediante la pieza 6(M8x40) y la pieza 7(M8), bloquearlas mediante la pieza 6(M8).

Ajuste la separación entre la pieza 1 y la pieza 2, apriete todos los tornillos pieza 6(M8x40).

Manual de instrucciones



Encendido

La pantalla LCD completa se mostrará 2 segundos después de instalar las baterías. Entrará en el modo de espera.

Botones de función:

RECOVERY : Pulse este botón para probar la recuperación de pulsaciones durante 60 segundos. El ordenador necesita contar con la señal de pulsaciones.

RESET : 1、Púlselo para regresar al valor predeterminado durante el modo de ajuste de los parámetros. Púlselo de nuevo para regresar a la selección del programa.

2. Pulse para regresar al modo suspensión durante la parada.

3. Manténgalo pulsado durante 2 segundos y el ordenador se reiniciará.

START/STOP : INICIO/PARADA del entrenamiento.

ENTER : 1 、 Confirma la selección del programa.

2. Confirma la configuración del parámetro e introduce la próxima configuración.

3. Pulse para cambiar la pantalla de valores funcionales durante el entrenamiento.



: 1 、 Aumente el parámetro de configuración

2 、 Seleccione el PROGRAMA (QUICK 、 TARGET GOALS 、 RACE)



: 1 、 Disminuya el parámetro de configuración.

2 、 Seleccione el PROGRAMA (QUICK 、 TARGET GOALS 、 RACE)

FUNCIONES DE VISUALIZACIÓN

TIME: Visualiza el tiempo de entrenamiento.

TIME/500M : Muestra el tiempo medio de 500 metros.

SPM: brazadas por minuto.

DISTANCE : Muestra la distancia de entrenamiento de 0~99999

STROKES: Visualiza las brazadas actuales.



CALORIES: Visualiza las calorías de consumo.



PULSE: Muestra la frecuencia cardíaca del usuario durante el entrenamiento.

A+: Visualiza el valor funcional medio de tiempo, calorías, vatios y pulsaciones.

Funcionamiento:



QUICK START : Pulse   para escoger el arranque rápido y luego START/STOP para comenzar el entrenamiento. (El usuario no puede cambiar ningún parámetro durante el QUICK START MODE)

TARGET GOALS : Pulse   para elegir TARGET GOALS y luego pulse ENTER para confirmar y entrar en cuatro ajustes de TARGET Time 、 TARGET Distance 、 TARGET Calories 、 TARGET PULSE.

A TARGET Time: Se puede preconfigurar solo el tiempo. Pulse START/STOP para iniciar el entrenamiento tras finalizar la configuración. El intervalo de ajuste es de 00:00~99:00, cada aumento/disminución es de 1:00.

B TARGET Distance: Se puede preconfigurar solo la distancia. Pulse START/STOP para iniciar el entrenamiento tras finalizar la configuración. El rango de ajuste es de 0~99900, cada incremento/disminución es de 100.

C TARGET Calories: Se pueden preconfigurar solo las calorías. Pulse START/STOP para iniciar el entrenamiento tras finalizar la configuración. El rango de ajuste es de 0~5000, cada incremento/disminución es de 50.

D TARGET Pulse: Se puede preconfigurar solo la frecuencia cardíaca deseada de 90 a 200 Lpm. Pulse START/STOP para iniciar el entrenamiento tras finalizar la configuración.

Cuando se oiga un bip, entonces la frecuencia cardíaca será mayor que TARGET Pulse.

RACE : Pulse   para escoger RACE y luego ENTER para confirmar.

Después, pulse   para seleccionar L1~L15. Pulse ENTER para

confirmar y entrar en la configuración de la DISTANCIA. La DISTANCIA parpadeará. Luego pulse ARRIBA o ABAJO para ajustar. Pulse ENTER para DETENER el modo y luego pulse START para entrenar.

La matriz de puntos mostrará una U y el gráfico PC para la carrera.

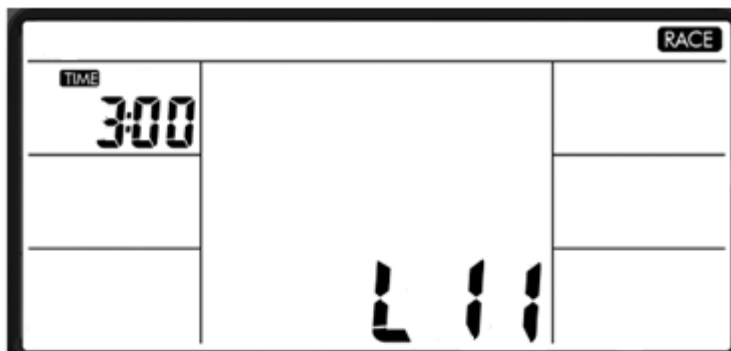
Una vez que el ordenador o el usuario alcancen el fin del entrenamiento, el ordenador se detendrá.

TIME window can press ENTER to switch display TIME and TIME/500M A+ `

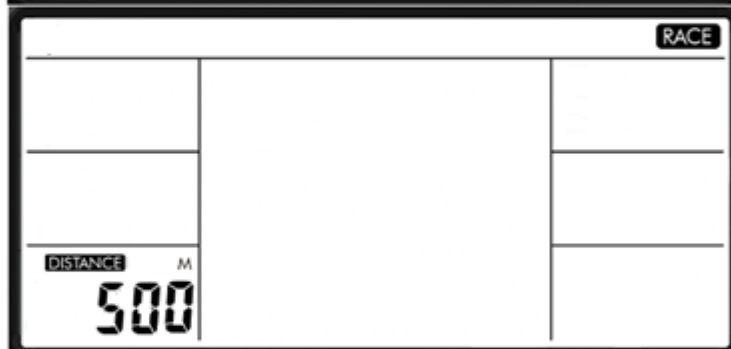
SPM window display SPM A+ `DISTANCE display training distance and PULSE

window display PULSE A+ ` The dot-matrix will show PC WIN or USER WIN

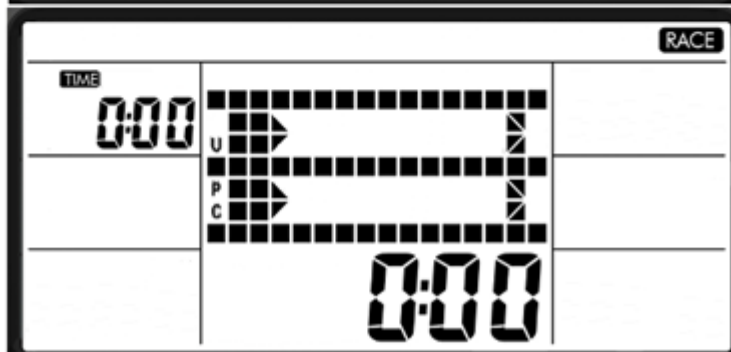
RACE
mode



DIST
set



START



Observación: 1. RACE PROGRAM: solo puede configurarse la DISTANCIA,

TIME/500M es fijo y TIME/500M para L1-L15 es el siguiente:

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

Entrará en el modo de reposo después de detener el entrenamiento y ninguna operación en 256 segundos todo el valor se restablecerá a cero automáticamente. Empiece el entrenamiento o pulse cualquier botón para activar el ordenador.

Nota:

1. Entrará en el modo suspensión tras dejar de entrenar durante 4 minutos y todos los valores se pondrán a cero automáticamente excepto las BRAZADAS TOTALES. Empiece el entrenamiento o pulse cualquier botón para activar el ordenador.
2. Si el ordenador se presenta de manera anormal, se ruega instalar de nuevo la batería y volverlo a intentar tras 15 segundos.
3. Espec. de la batería: 1.5 V UM-3 o AA (2 piezas). Las baterías se deben sacar del aparato antes de desguazarlo y se han de desechar de forma segura.
4. Por favor, cambie las baterías cuando el ordenador se cuelgue o se reinicie, es decir, cuando la potencia de las baterías no sea suficiente.
5. No deseche aparatos eléctricos como residuos urbanos sin clasificar, sino diríjase a centros de recogida selectiva.
6. Contacte con su administración local para obtener información sobre los sistemas de recogida disponibles.
7. Si los aparatos eléctricos se desechan en vertederos o basureros, se pueden liberar sustancias peligrosas en las aguas freáticas y entrar en la cadena alimentaria, dañando con ello su salud y bienestar.
8. Al sustituir equipos antiguos por otros nuevos, el minorista está obligado legalmente a retirar su antiguo equipo para eliminarlo al menos, de forma gratuita.





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