

TOORX
FITNESS IN MOTION

MANUAL DE INSTRUCCIONES

Cod : GRLDTOORXRWXSEA

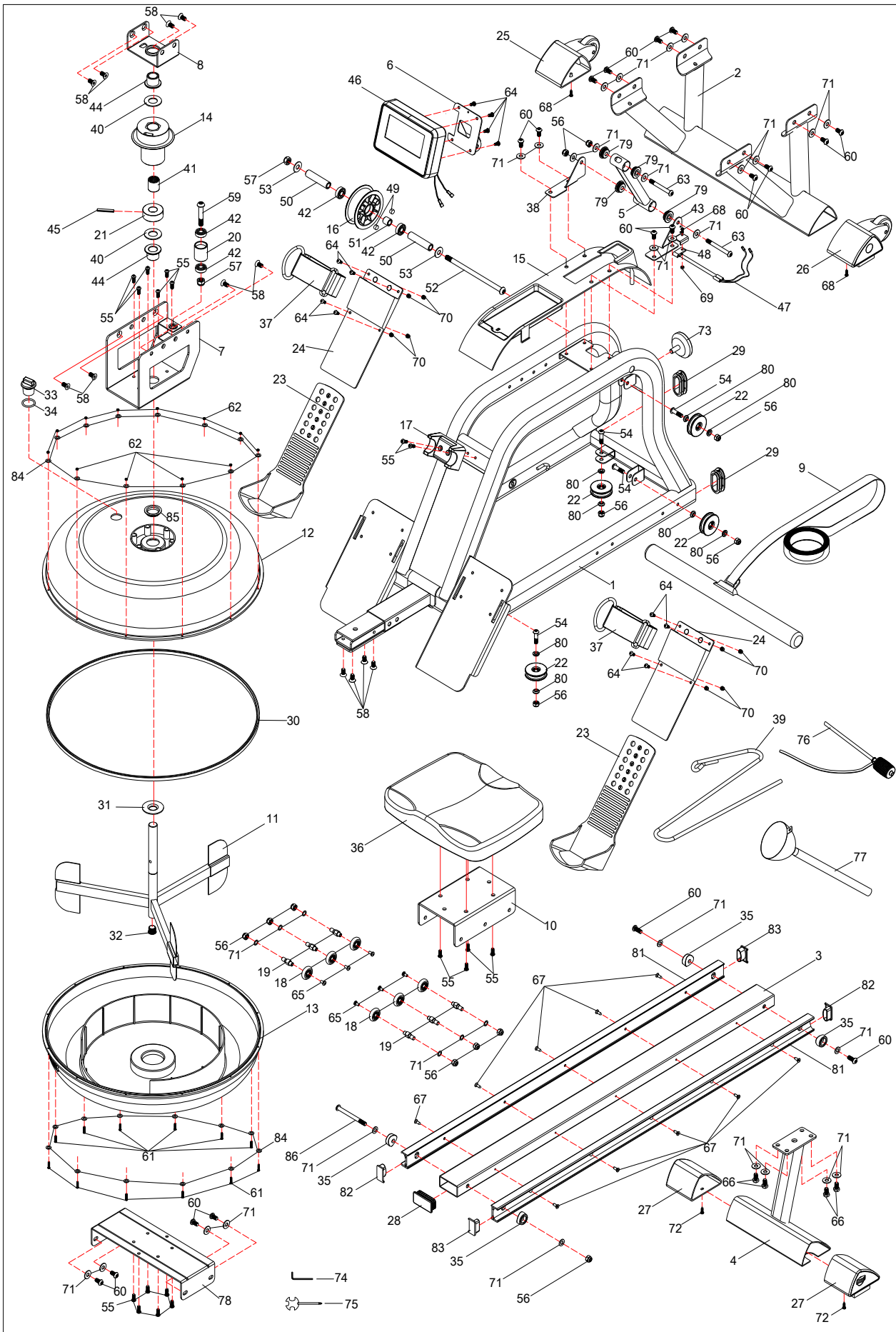


ROWERSEA

Rev : 01

Ed : 03/18

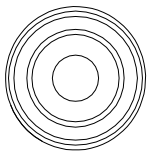




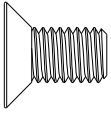
LISTA DE PIEZAS

No.	Description	Spec.	QTY	No.	Description	Spec.	QT
1	Main frame		1	44	Bushing		2
2	Front stabilizer		1	45	Pin	Ø6.0*40	1
3	Slide rail	SPHC,T=2.0	1	46	Meter		1
4	Rear stabilizer		1	47	Sensor wire		2
5	Support for computer		1	48	Sensor holder	PA, black	1
6	Support Plate		1	49	Magnet	Ø10*5	2
7	Tank plate		1	50	Spacer for mesh belt wheel	Ø16* Ø10.2*69	2
8	Plate for bushing	SPHC,T=3.0	1	51	Short spacer	Ø16* Ø10.2*16	1
9	Handlebar		1	52	Screw	M10*185	1
10	Seat carriage	SPHC,T=4.0	2	53	Washer	OD25*ID10.5*2.0	2
11	Impeller		1	54	Screw	M8*30	4
12	Upper tank	PC	1	55	Screw	M6*15	18
13	Lower tank	PC	1	56	Nylon lock nut	M8	13
14	Mesh belt wheel		1	57	Nylon lock nut	M10	2
15	Decorate cover	HIPS, black	1	58	Flat screw	M8*15	12
16	Belt wheel	POM, black	1	59	Screw	M10*55	1
17	Handlebar seat	HIPS, black	1	60	Screw	M8*15	18
18	Roller	POM, black	6	61	Screw	M3*20	12
19	Roller Shaft		6	62	Nylon lock nut	M3	12
20	Guide roller	POM, black	1	63	Screw	M8*70	2
21	Magnet Seat	POM, black	1	64	Screw	M5*12	12
22	Bungee pulley	POM, black	4	65	Screw	M5*8	6
23	Top Pedal	PP, black	2	66	Outer hex screw	M8*15	4
24	Under Pedal	PP, black	2	67	Flat cross screw	M5*15	10
25	Left end cap		1	68	Cross Screw	M4*12	3
26	Right end cap		1	69	Nylon lock nut	M4	1
27	Adjustable end cap		2	70	Nylon lock nut	M5	8
28	Rail end cap	PP, black	1	71	Washer	OD20*ID8.5*1.5	24
29	Oval plug	PP, black	2	72	Screw	ST4.2*16	2
30	Rubber sealing ring	Rubber, black	1	73	Knob		1
31	Impeller Shaft Seal	Rubber, black	1	74	Allen wrench	S5	1
32	Round plug	PP, black	1	75	Spanner	S13-S17	1
33	Fill Plug	Rubber, black	1	76	Pumping siphon		1
34	O shape ring	Rubber, black	1	77	Funnel		1
35	Stopper	Rubber, black	4	78	Lower tank plate		1
36	Seat	PU, black	1	79	Plastic Bushing	Ø27* Ø8.2*10	4
37	Pedal strap	PP, black	2	80	Spacer	Ø15* Ø8.2*4.1	8
38	Sensor stand L	SPHC,T=2.0	1	81	Aluminum	37*21*1050	2
39	Bungee cord	nylon, black	1	82	Rail endcap L	PP,black	2
40	Plastic washer	POM, black	2	83	Rail endcap R	PP,black	2
41	One way bearing	HFL2026	1	84	Stainless Washer	M3	24
42	Bearing	6000ZZ	4	85	Sealing ring for upper tank	Rubber,black	1
43	Sensor stand R	SPHC,T=2.0	1	86	Screw	M8*90	1

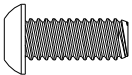
HARDWARE PACKAGE



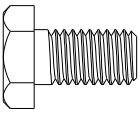
_____ #35 Tope 2uds



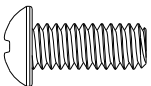
_____ #58 M8*15 4uds



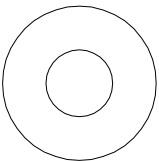
_____ #60 M8*15 14uds



_____ #66 M8*15 4uds



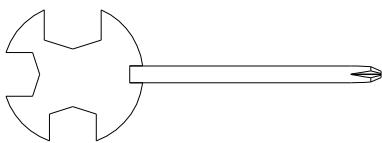
_____ #68 M4*12 2uds



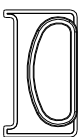
_____ #71 OD20*ID8.5*1.5 18uds



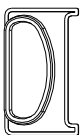
_____ #74 S5 1ud



_____ #75 S13-17 1ud

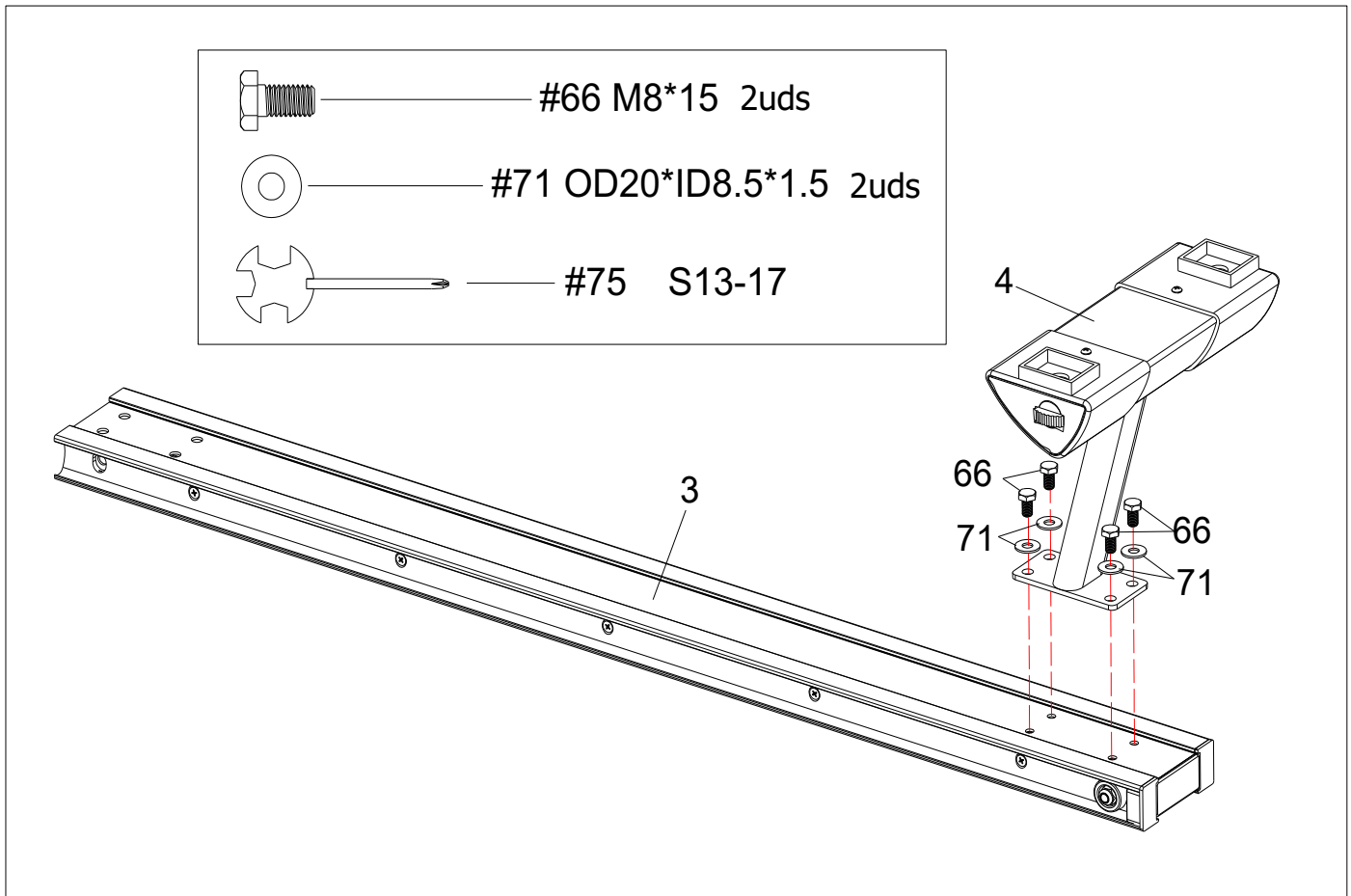


_____ #82 Tapa final del riel
IZQ 1ud



_____ #83 Tapa final del riel
DER 1ud

INSTRUCCIONES DE MONTAJE

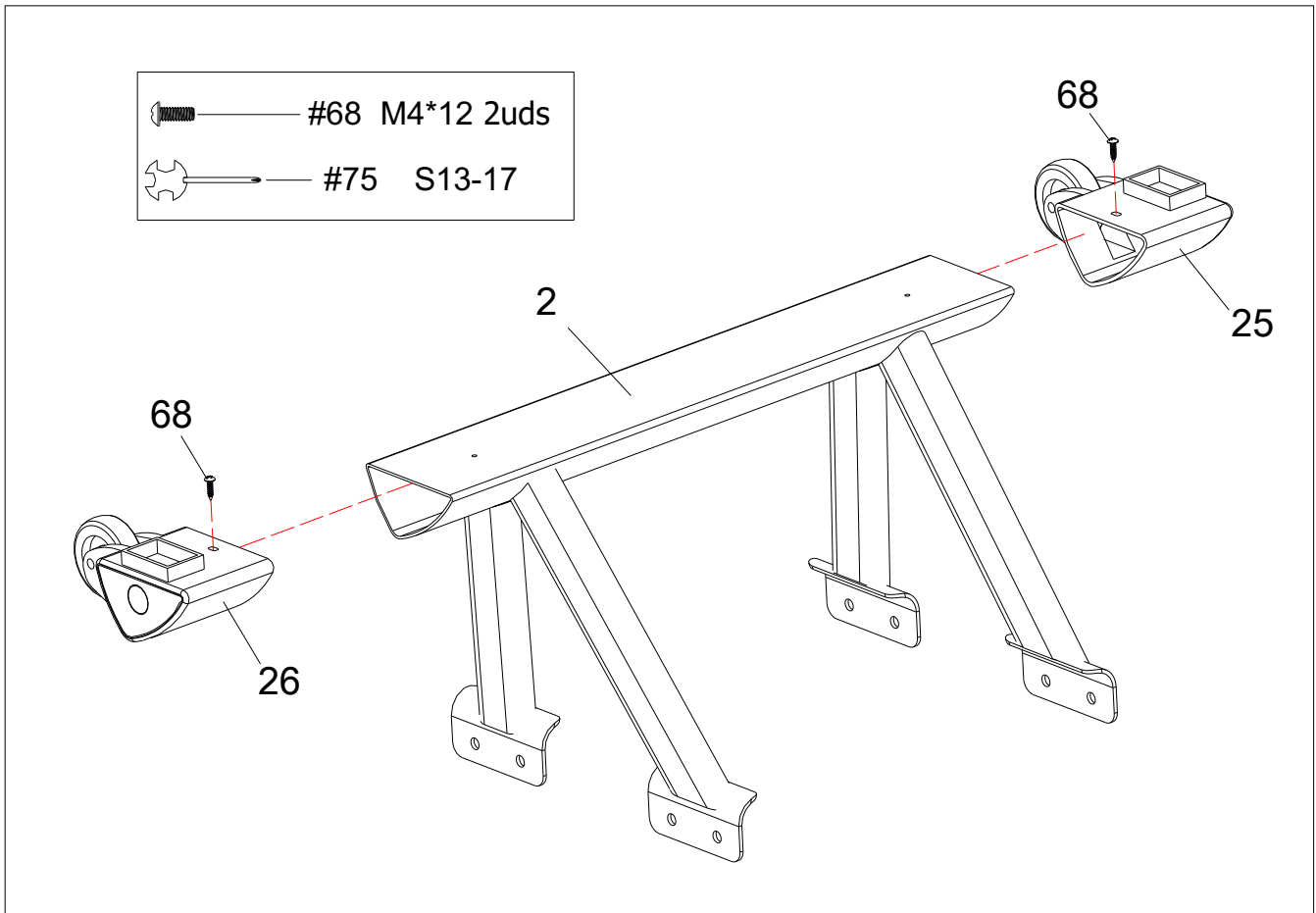


PASO 1:

NOTA: Recomendamos que haya 2 personas para montar el producto.

Gire el **Riel de deslizamiento (N°3)** tal y como se muestra arriba. Fije el **estabilizador trasero (N°4)** al **Riel de deslizamiento (N°3)** mediante 4 **Arandelas (N°71)** y 4 **Tornillos hexagonales externos (N°66)**. Apriete con una **Llave inglesa (N°75)**.

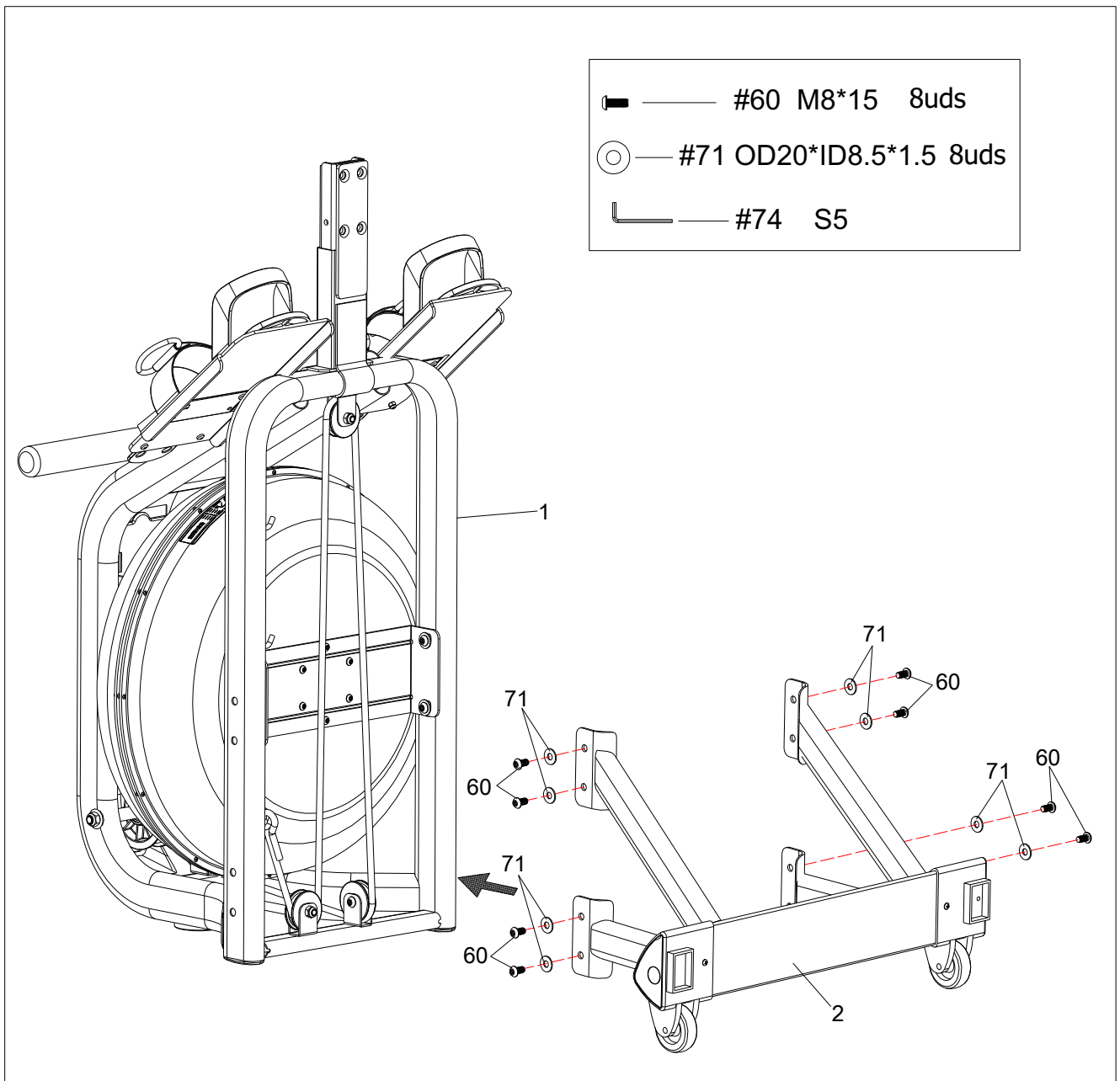
INSTRUCCIONES DE MONTAJE



PASO 2:

Fije las tapas finales IZQ. & DER. (Nº 25 & 26) al Estabilizador frontal (Nº2). Luego apriételo con 2 Tornillos de estrella (Nº68) utilizando una Llave inglesa (Nº75).

INSTRUCCIONES DE MONTAJE

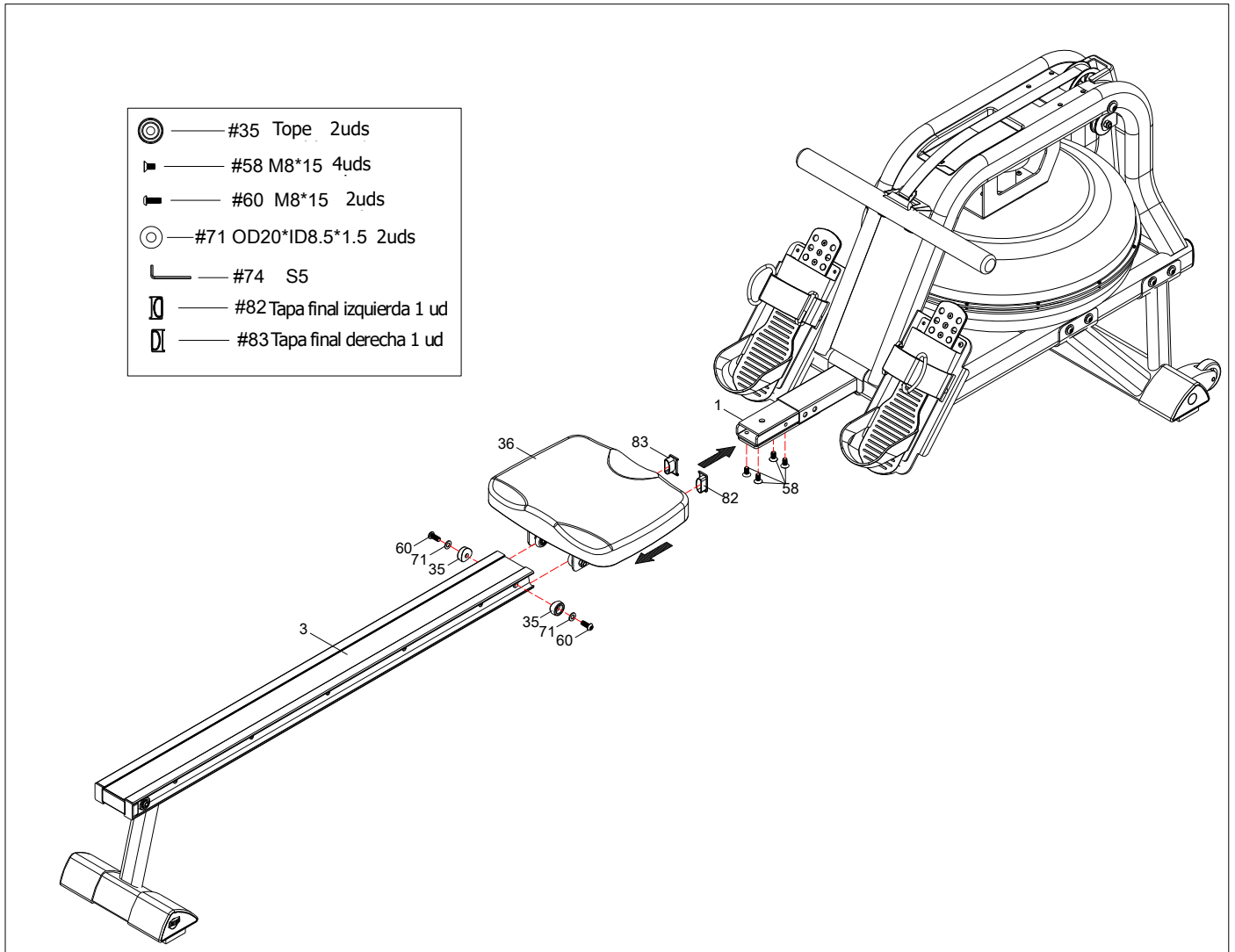


PASO 3:

Mantenga la **Estructura principal (N°1)** en vertical. Fije el **Estabilizador frontal (N°2)** a la **Estructura principal (N°1)** usando 8 **Arandelas (N°71)** y 8 **Tornillos (N°60)**. Apriete con una **llave Allen (N°74)**.

Nota: Primero puede poner 3~4 tornillos en los orificios y empezar a apretarlos con la mano. Después de colocar todos los tornillos, apriete con la herramienta.

INSTRUCCIONES DE MONTAJE



PASO 4:

Deslice el **Asiento (N°36)** hacia el **Riel de deslizamiento (N°3)**.

Fije el **Riel de deslizamiento (N°3)** a la **Estructura principal (N°1)** usando 4 **Tornillos planos (N°58)**.

Fije el **Tope (N°35)** con 2 **Tornillos (N°60)** y **Arandelas (N°71)**. Inserte 6 tornillos forma parcial en los orificios y luego, apriételos con una **llave Allen (N°74)**.

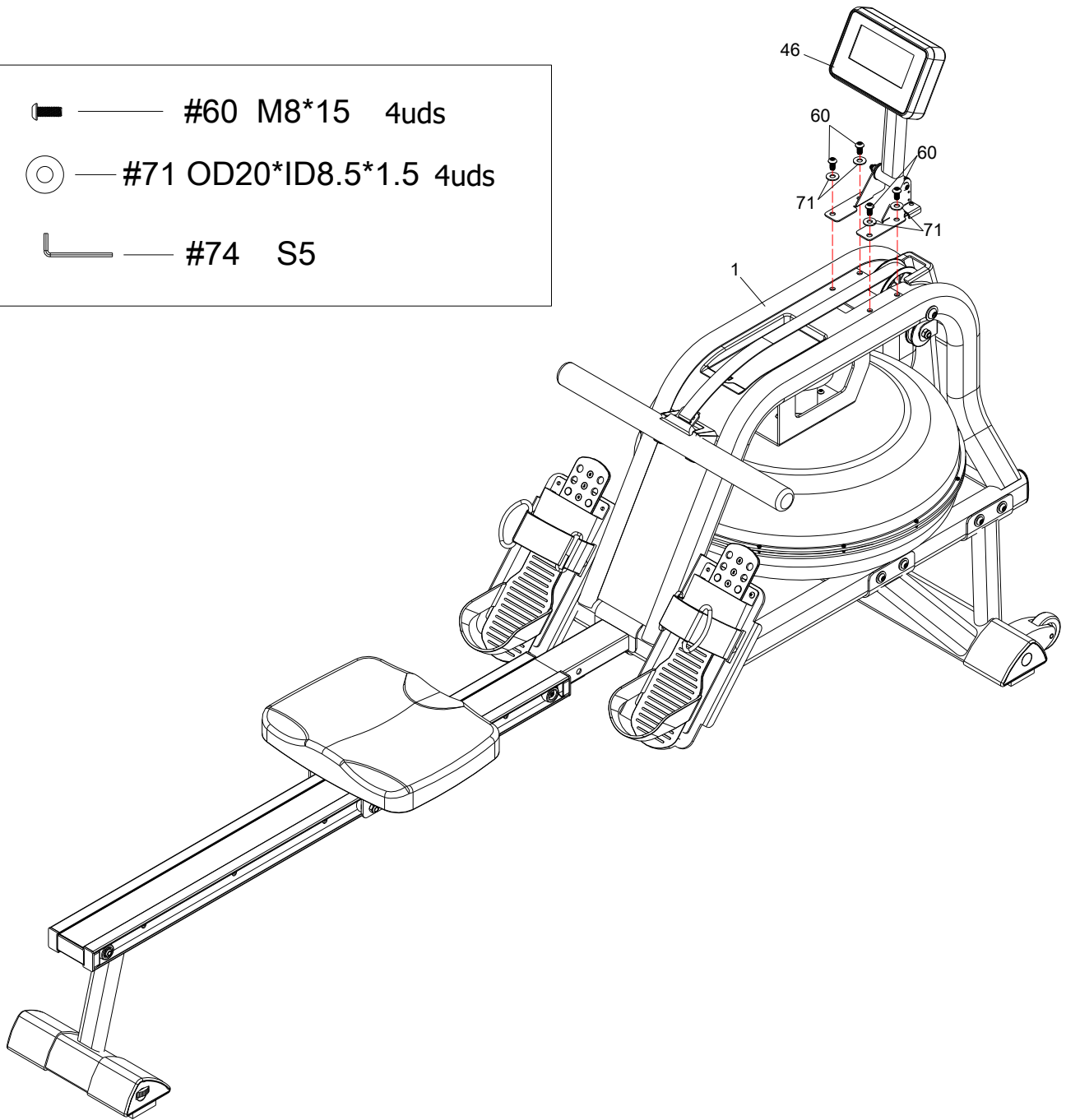
Fije Tapa final del riel IZQ (N°82) y Tapa final del riel DER (N°83) al **Riel de deslizamiento (N°3)**.

INSTRUCCIONES DE MONTAJE

— #60 M8*15 4uds

○ — #71 OD20*ID8.5*1.5 4uds

└ — #74 S5



PASO 5:

Fije el **Medidor completo (N°46)** a la **Estructura principal (N°1)** usando 4 **Arandelas (N°71)** y 4 **Tornillos (N°60)**. Apriételos con una **llave Allen (N°74)**.

¡Ya está terminado el montaje!

CÓMO LLENAR Y VACIAR EL DEPÓSITO

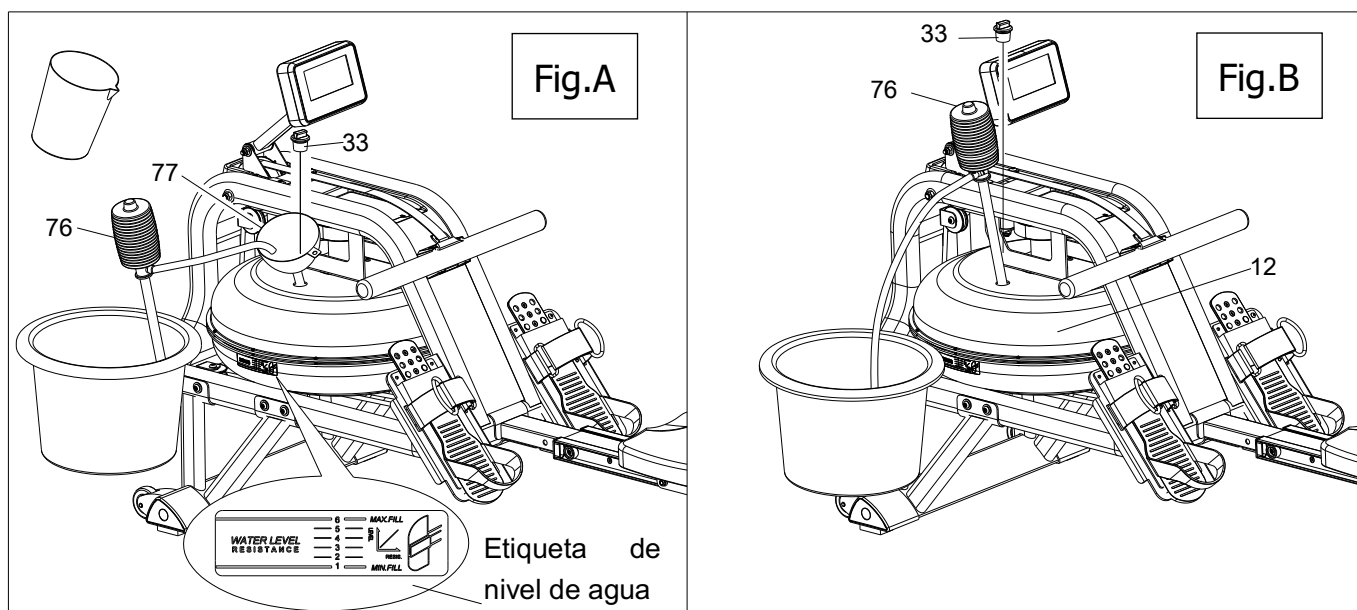
1. Quite el **tapón de llenado (N°33)** de la **Cubierta del depósito superior (N°12)**.
2. Para el depósito de llenado con agua, véase la Fig. A. Introduzca el **Embudo (N°77)** en el depósito, luego, use una taza o el **Sifón de bombeo (N°76)** y un cubo para llenar el depósito. Use el indicador de nivel de agua en el lateral del depósito para medir el nivel de agua deseado en el mismo.
3. Para vaciar el depósito, véase la Fig.B. Coloque el cubo al lado de la máquina de remo y use el **Sifón de bombeo (N°76)** para bombear el agua desde el depósito al cubo.
4. Coloque el **tapón de llenado (N°33)** en la **Cubierta del depósito superior (N°12)**. Seque el exceso de agua de la estructura.

NOTA:

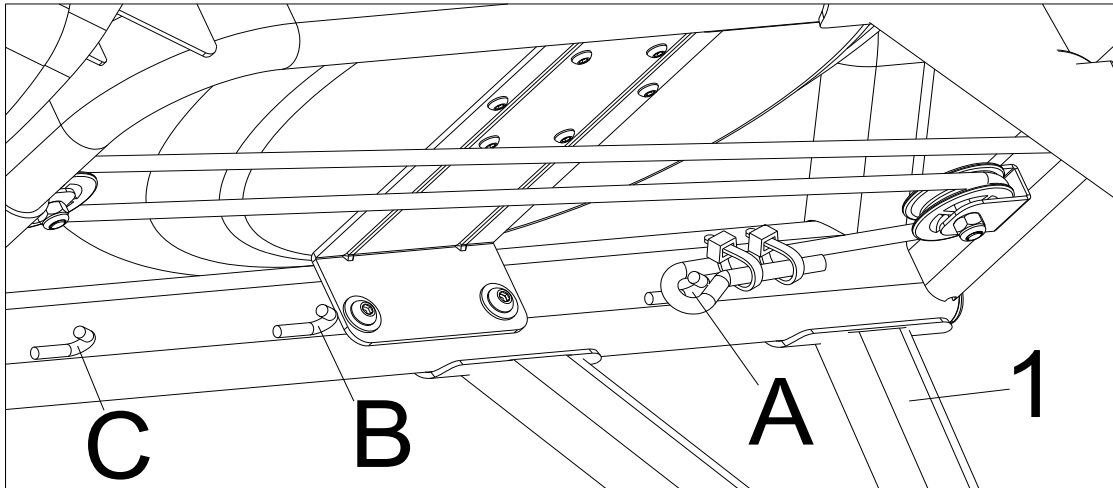
- Llene el depósito solo con agua del grifo. Añada 1 pastilla de purificación del agua (se incluye 1 paquete). No use nunca cloro de piscina o blanqueador con cloro. Esto dañará el depósito y anulará la garantía.
- Añada una pastilla de purificación del agua cada 6 meses o cuando sea necesario. Si el agua permanece turbia, sustituya el agua del depósito.
- El agua del depósito no es apta para su consumo. Deseche el agua después de extraerla del depósito.

NIVEL DE AGUA

- Véase la Fig. A. El indicador de nivel de agua se encuentra en el lateral del depósito. El nivel máximo de llenado es 6. No lo llene nunca por encima de este límite. El hecho de llenar el depósito por encima de este límite anulará la garantía.
- La resistencia depende del nivel de agua en el depósito. El nivel de agua 1 es la resistencia más baja. El nivel 6 es la resistencia más alta.



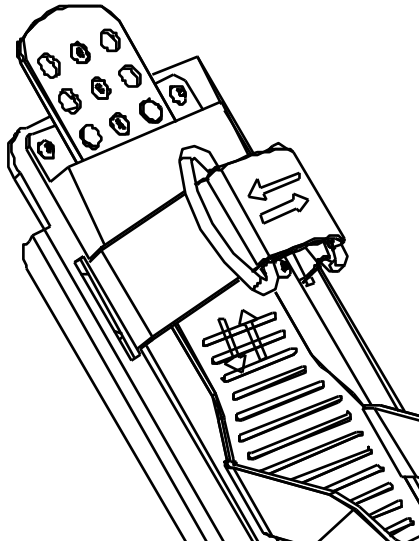
GUÍA DE AJUSTE



Hay 3 ganchos (A, B ,C) para el cable elástico, situado dentro de la estructura debajo del depósito de agua. Si engancha el cable elástico en el B o C, aumenta el retorno asistido de la cinta de malla. C es el retorno más rápido.
Úselo con cuidado al ajustar el cable elástico.

GUÍA DE AJUSTE

❖ AJUSTE DE PEDAL



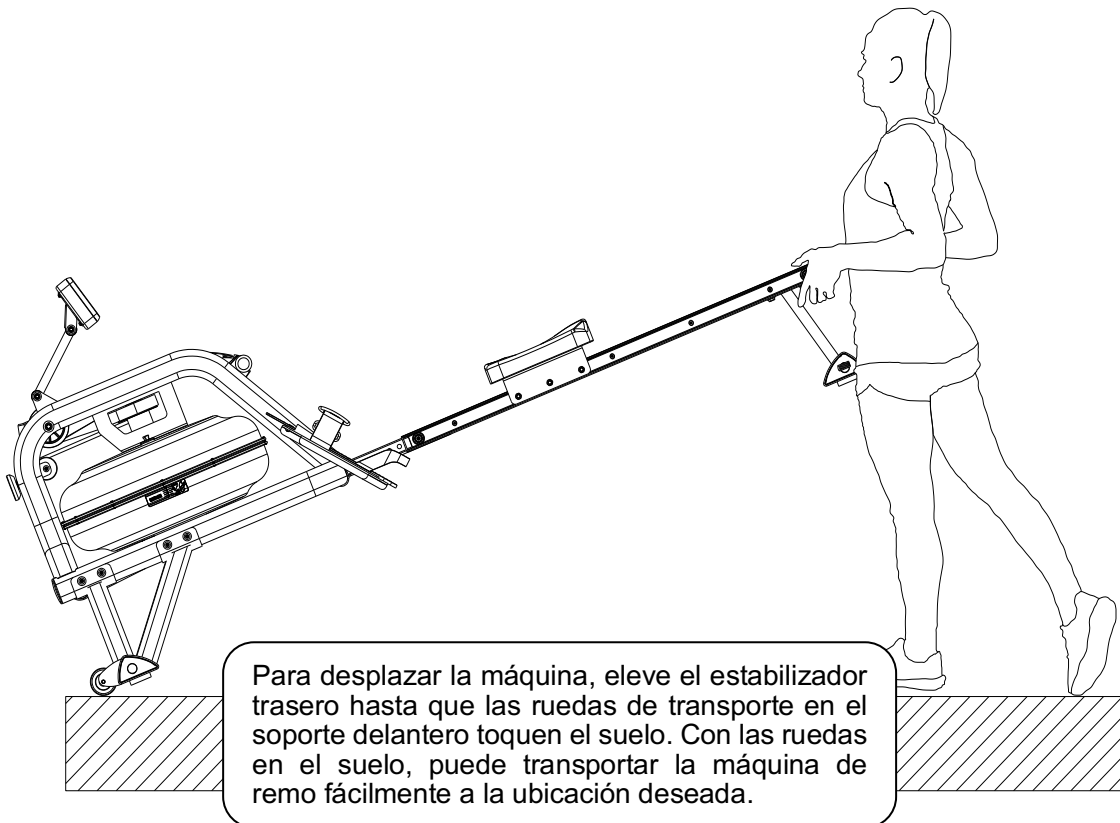
La correa del pedal se puede ajustar y personalizar al tamaño de pie del usuario.

Para ajustar una correa de pedal, retire el Velcro al final de la cinta por el lado de malla tirando hacia arriba y luego hacia la izquierda.

Una vez retirado, puede agrandar la apertura de la correa del pedal tirando del final de la malla hacia arriba y luego, hacia la derecha.

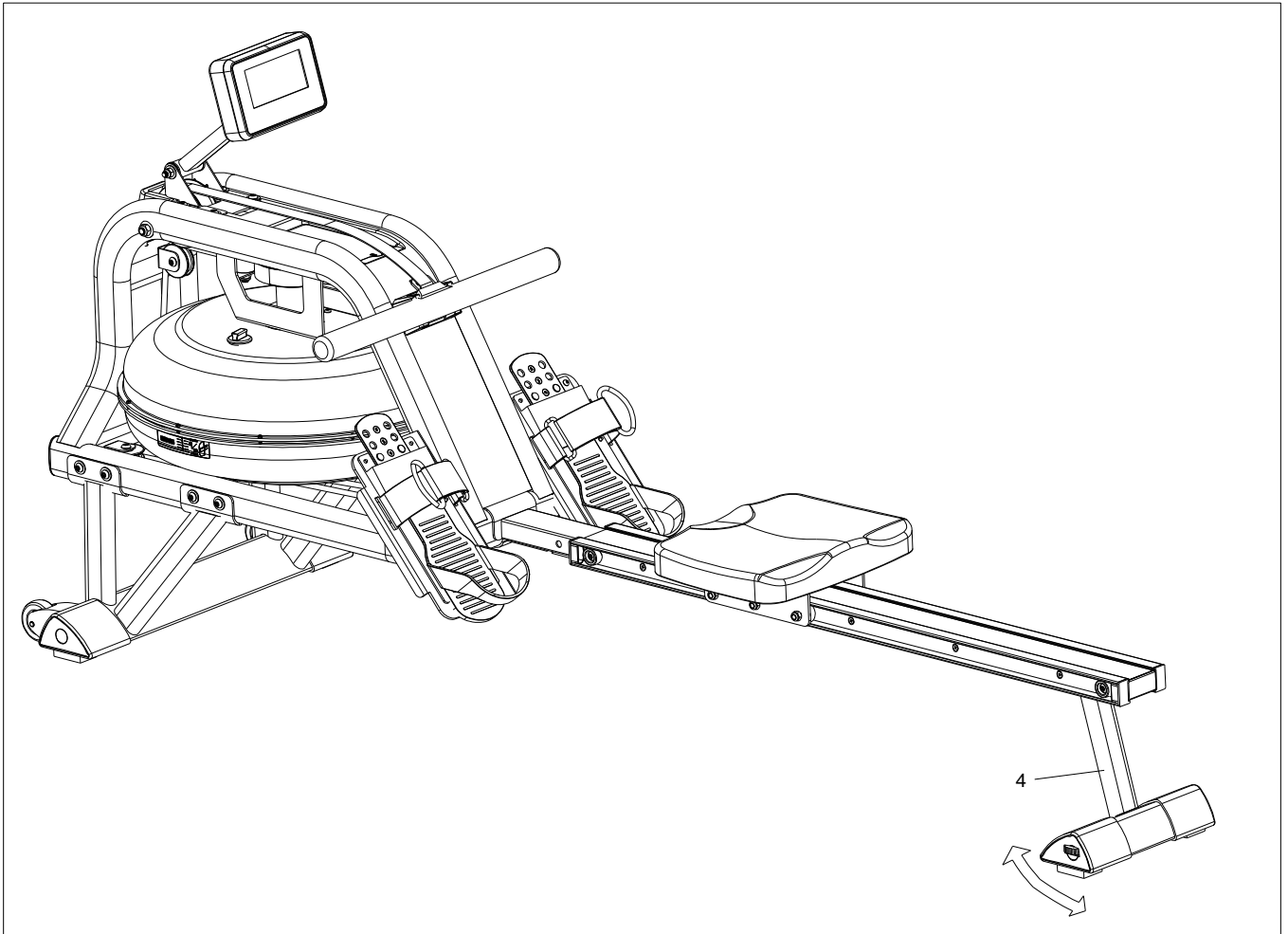
Para apretarla, tire del final del Velcro de la correa del pedal hacia arriba y luego, hacia la derecha y hacia abajo para fijarla al lado de malla de la correa.

❖ DESPLAZAMIENTO DE LA MÁQUINA



Para desplazar la máquina, eleve el estabilizador trasero hasta que las ruedas de transporte en el soporte delantero toquen el suelo. Con las ruedas en el suelo, puede transportar la máquina de remo fácilmente a la ubicación deseada.

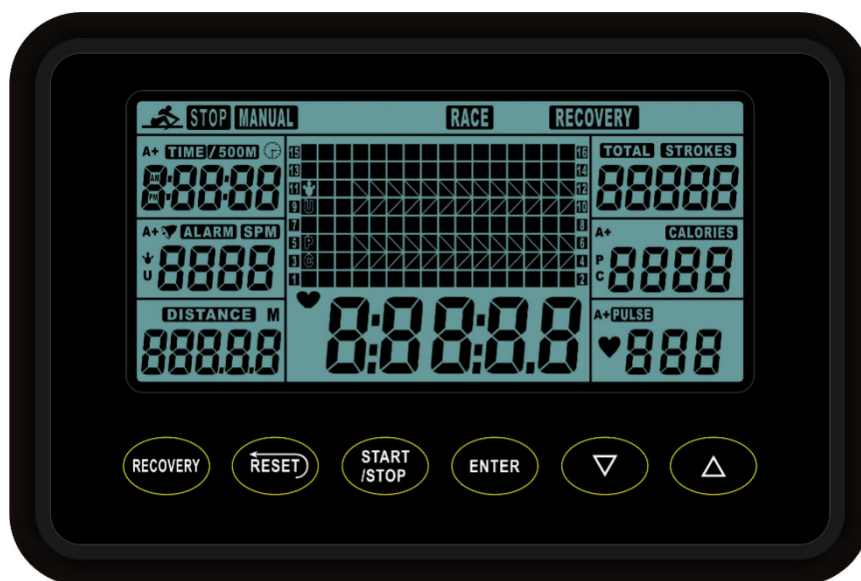
GUÍA DE AJUSTE



❖ AJUSTE DEL EQUILIBRADO

Ajuste las Tapas finales en el **Estabilizador Trasero (Nº4)** de la máquina si la misma está desequilibrada durante su uso.

MEDIDOR DE EJERCICIO



【BOTONES DE FUNCIÓN】

- UP▲/ DOWN▼ : pulse ambos botones a través de la selección disponible.
Para ajustar el valor de la función hacia arriba o abajo.
- ENTER: para confirmar su selección.
Durante el entrenamiento, pulse el botón para explorar cada función de visualización.
- START / STOP : para iniciar o detener su programa de entrenamiento elegido.
- RESET : para reiniciar el ordenador y volver al menú principal.
- RECOVERY : para activar el RECOVERY PROGRAM (PROGRAMA DE RECUPERACIÓN) que automáticamente evalúa su condición física tras el entrenamiento.

【FUNCIONES DE VISUALIZACIÓN】

- TIEMPO : preconfigure el tiempo objetivo pulsando los botones UP y DOWN (1min ~ 99 min), el ajuste de aumento o disminución es de 1 minuto.
- TIEMPO/500M : su tiempo medio en 500 metros se mostrará automáticamente y se actualizará de forma continua.
- SPM: brazadas por minuto.
- DISTANCIA : preconfigure el valor objetivo pulsando los botones UP y DOWN (0 ~ 99900 metros), el ajuste de aumento o disminución es de 100 metros.
- BRAZADAS : preconfigure el valor objetivo pulsando los botones UP y DOWN (0 ~ 9990 brazadas), el ajuste de aumento o disminución es de 10.
- BRAZADAS TOTALES : acumula las brazadas totales de 0 a 9999.
- CALORÍAS : preconfigure las CALORÍAS objetivo pulsando los botones UP y DOWN (10cal ~ 9990cal), el ajuste de aumento o disminución es de 10 calorías.
- PULSO: preconfigure el valor objetivo pulsando “up/down/mode” desde 30 a 240, cada ajuste de aumento/disminución es 1. El monitor mostrará la frecuencia cardíaca del usuario durante el entrenamiento. La función de medición del pulso se usa únicamente a través del sistema de cinturón de pecho;
- CALENDARIO: el monitor mostrará el año, el mes y el día cuando se encuentre en estado de suspensión.
- TEMPERATURA: el monitor mostrará la temperatura actual de la habitación cuando se encuentre en estado de suspensión.
- RELOJ: el monitor mostrará la hora actual cuando se encuentre en estado de suspensión.

【FUNCIONAMIENTO】

1. Instale 2UDs pilas AA→ un pitido largo durante 2 segundos → mientras tanto, se realiza la prueba del segmento durante 2 segundos (Fig.1).
Luego, el monitor accede al MODO RELOJ y CALENDARIO (Fig.2).
2. En primer lugar, acceda al campo del RELOJ para configurar el AÑO (en el área de BRAZADAS); el MES (en el área de CALORÍAS); el DÍA (en el área de PULSO). Tras confirmar, la ALARMA parpadeará. Pulse la tecla UP para configurar ON/OFF que representa la señal de ALARMA. Si no se muestra la señal, puede pulsar el botón ENTER para saltar a la siguiente. Cuando se muestra una señal de ALARMA en “ON”, puede pulsar el botón ENTER para configurar la hora de la ALARMA (del mismo modo se configura el RELOJ). Tras la configuración, puede pasar a la imagen SPORT (Fig.3).

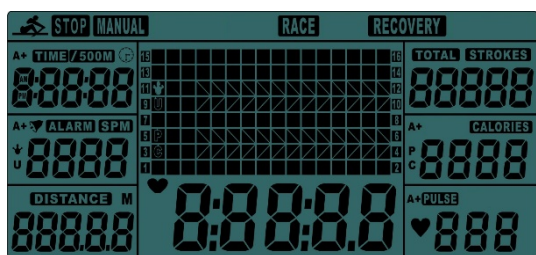


Fig.1



Fig.2



Fig.3

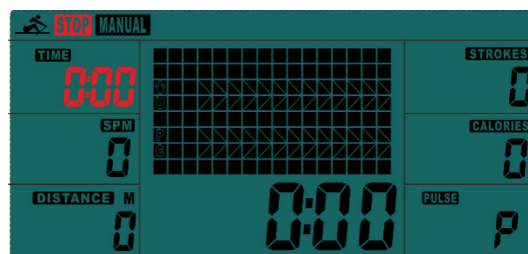


Fig.4

3. Cuando accede a la imagen de SPORT, parpadearán las opciones MANUAL & RACE a elegir. Pulse UP o DOWN para seleccionarlo, luego pulse ENTER y confirme todo lo que ha seleccionado.

(1) MODO MANUAL(Fig.4):

- A. Acceda al modo MANUAL, pulse UP para configurar la figura intermitente de la HORA. Pulse ENTER para confirmar. Luego, puede pulsar UP para configurar inmediatamente la DISTANCIA→BRAZADAS→CALORÍAS→PULSO→HORA. (Si ha configurado el valor objetivo para la HORA, la DISTANCIA no podrá configurarse y viceversa).
- B. Pulse la tecla START para comenzar, el icono de STOP desaparecerá. Pulse UP o DOWN para seleccionar las funciones.
- C. Cuando la función que ha elegido cuenta hacia atrás hasta CERO o ha pulsado la tecla STOP, el monitor se detendrá y mostrará el valor medio.

(2) MODO RACE (Fig.5) :

- A. Acceda al modo RACE y L9 brillará, el TIEMPO/500M probablemente mostrará 4:00. Luego, pulse UP o DOWN para configurar L1 ~ L15 inmediatamente; pulse ENTER para confirmar. A partir de ahí, puede configurar la distancia del recorrido (500m~10000m) mientras que el valor de la DISTANCIA esté parpadeando.
Pulse ENTER y la imagen del recorrido se mostrará claramente en la pantalla.

El valor de TIEMPO/500M es de la siguiente forma:

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



Fig.5

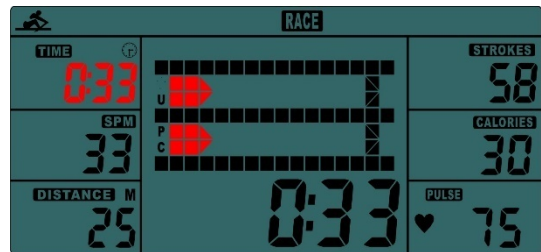


Fig.6

- B. Pulse la tecla START para comenzar, y el STOP desaparecerá. El USUARIO y el PC aparecerán en la matriz (Fig.6). El monitor se DETENDRÁ cuando uno haya alcanzado la distancia de recorrido que haya sido establecida anteriormente; luego, la matriz muestra "PC WIN o USER WIN" (PC GANA o USUARIO GANA) (Fig.7) y mostrará el estado de energía tras 6 segundos.

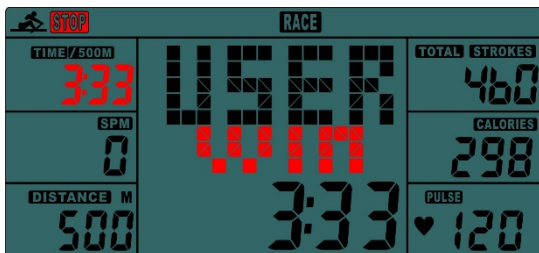


Fig.7

- C. Cuando acabe la carrera, puede pulsar el botón START para reanudar la carrera de nuevo. Pulse RESET para abandonar la imagen de la carrera.

(3) RECUPERACIÓN :

1. Este medidor funciona con un monitor de frecuencia cardiaca con cinturón de pecho a 5.3 KH (no incluido). Después de realizar el ejercicio durante un tiempo, siga llevando el monitor con correa de pecho y pulse el botón "RECOVERY". Todas las funciones de visualización se detendrán salvo "TIME", que empezará una cuenta atrás de 00:60 hasta 00:00.
2. La pantalla mostrará el estado de recuperación de su frecuencia cardíaca con F1, F2....hasta F6.
3. F1 es excepcional. F6 es insuficiente. El usuario puede seguir ejercitándose para mejorar el estado de recuperación de la frecuencia cardíaca. (Pulse la tecla RECOVERY de nuevo para volver a la pantalla principal).

ALARMA

La alarma solo funciona mientras el ordenador está en modo suspensión. La alarma no sonará durante el ejercicio.

Pulse y mantenga pulsado RESET para acceder a la pantalla del reloj para configurar la ALARMA.

MODO SUSPENSIÓN

El ordenador entrará en modo suspensión tras 4 minutos de inactividad.

BATERÍA

Este medidor utiliza pilas 2 AA, las cuales están incluidas. Al cambiar las pilas se reiniciarán todos los valores. Si hay un problema con la visualización, intente cambiar primero las pilas. Al cambiar las pilas, cámbielas todas juntas. No mezcle los tipos de pilas. No mezcle pilas nuevas con viejas. Deseche las pilas antiguas de acuerdo con las directrices regionales.



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