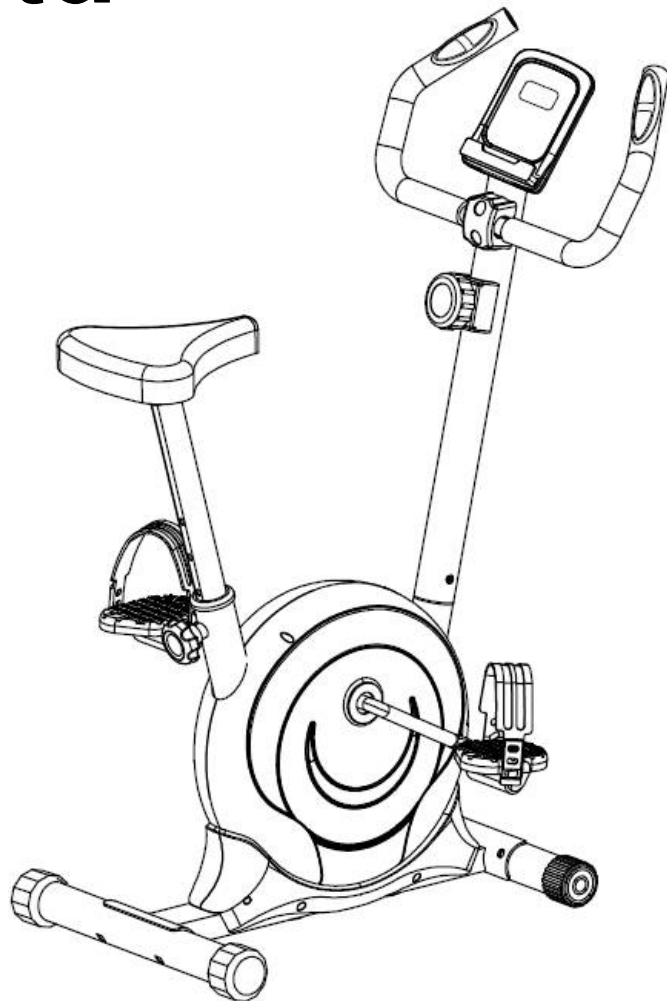


ZIPRO One S Gold

Μαγνητικό Ποδήλατο Γυμναστικής
Zipro One S Gold 5941659



ΤΕΧΝΙΚΑ ΔΕΔΟΜΕΝΑ

Ισχύς	2 μπαταρίες AAA ή UM4
Βάρος	16,5 kg
Θερμοκρασία λειτουργίας	0°C to +40°C
Θερμοκρασία αποθήκευσης	-10°C to +60°C
Μέγιστο βάρος χρήστη	110 kg
Κλάση	H
Κλάση ακρίβειας	C
Ταχύτητα	0,0-99,9 km/h
Πρότυπο προϊόντος (κύριο)	EN 20957-1:2013
Προβλεπόμενη χρήση	Μαγνητικό ποδήλατο για οικιακή χρήση

ΑΣΦΑΛΕΙΑ

ΠΡΟΣΟΧΗ! Η συσκευή μπορεί να χρησιμοποιηθεί αποκλειστικά για τον επιδιωκόμενο σκοπό της, ως συσκευή εκπαίδευσης για ενήλικες. Οποιαδήποτε άλλη χρήση μπορεί να είναι επικίνδυνη. Ο κατασκευαστής δεν φέρει καμία ευθύνη για τυχόν ζημιές που προκαλούνται από την κακή χρήση της συσκευής.

- Η συσκευή έχει σχεδιαστεί και παραχθεί χρησιμοποιώντας τα πιο πρόσφατα ευρήματα ασφαλείας. Επικίνδυνα στοιχεία που μπορεί να προκαλέσουν τραυματισμό εξαλείφθηκαν ή ασφαλίστηκαν. Μην επιχειρήσετε να επισκευάσετε ή να τροποποιήσετε μόνοι σας το προϊόν. Ελέγξτε τη στεγανότητα των μπουλονιών, των βιδών και των παξιμαδιών μία φορά κάθε μήνα ή δύο μήνες. Για να διασφαλίσετε τη μακροπρόθεσμη ασφάλεια, ελέγχετε και συντηρείτε τη συσκευή τακτικά (μία φορά το χρόνο) από ένα επαγγελματικό σημείο πώλησης. Τυχόν τροποποιήσεις που δεν περιγράφονται στο εγχειρίδιο μπορεί να προκαλέσουν ζημιά ή να αποτελέσουν άμεσο κίνδυνο για την υγεία και τη ζωή του χρήστη. Η συσκευή μπορεί να τροποποιηθεί μόνο από υπαλλήλους της τεχνικής υπηρεσίας του κατασκευαστή ή από άτομα που έχουν εκπαιδευτεί από την υπηρεσία. Όλες οι συσκευές αποτελούν μέρος της καινοτόμου διαδικασίας ανάπτυξης για να εγγυηθούμε υψηλή ποιότητα. Ο κατασκευαστής διατηρεί το δικαίωμα να εισαγάγει τεχνικές τροποποιήσεις. Οποιοσδήποτε ερωτήσεις ή αμφιβολίες σχετικά με τη συσκευή μπορούν να αντιμετωπιστούν από εξειδικευμένο σημείο πώλησης.

ΠΡΟΣΟΧΗ! Ενημερώστε τυχόν παρευρισκόμενους για τους κινδύνους που προκύπτουν κατά τη χρήση της συσκευής. Να είστε εξαιρετικά προσεκτικοί όταν τα παιδιά είναι κοντά.

ΠΡΟΣΟΧΗ! Πριν ξεκινήσετε μια εκπαίδευση συμβουλευτείτε έναν γιατρό για να βεβαιωθείτε ότι θα είναι ασφαλές για εσάς να χρησιμοποιήσετε τη συσκευή. Μπορείτε να αναπτύξετε ένα πρόγραμμα κατάρτισης με έναν ειδικό. Το ακατάλληλο πρόγραμμα προπόνησης ή η υπερβολική άσκηση μπορεί να θέσουν σε κίνδυνο την υγεία και τη ζωή σας.

ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ! Τα συστήματα παρακολούθησης καρδιακών παλμών μπορεί να είναι ανακριβή. Η υπερβολική άσκηση μπορεί να οδηγήσει σε σοβαρό τραυματισμό ή θάνατο. Εάν αισθάνεστε λιποθυμία, σταματήστε αμέσως την άσκηση.

ΠΡΟΣΟΧΗ! Ακολουθήστε αυστηρά τις συστάσεις εκπαίδευσης στο εγχειρίδιο.

- Η ρύθμιση της σέλας και του τιμονιού πρέπει να λαμβάνει υπόψη τα φυσικά χαρακτηριστικά του χρήστη για να εξασφαλίσει μια άνετη και σωστή θέση προπόνησης.
- Κατά την επιλογή της θέσης κατάρτισης λάβετε υπόψη τις ασφαλείς αποστάσεις από τυχόν εμπόδια. Μην τοποθετείτε τη συσκευή κοντά σε μονοπάτια ή κίνηση (δρόμοι, πύλες, περάσματα κ.λπ.).

- Μη χρησιμοποιείτε το προϊόν κοντά σε τοίχο. Η ζώνη ασφαλείας έχει μήκος 2000 mm και δεν είναι στενότερη από τη συσκευή.

ΠΡΟΣΟΧΗ! Να είστε προσεκτικοί κατά τη διάρκεια της συναρμολόγησης και μην αφήνετε παιδιά κοντά στο χώρο της συναρμολόγησης. Ενδέχεται να καταπιούν μικρά μέρη που χρησιμοποιούνται κατά τη συναρμολόγηση (παξιμάδια, μπουλόνια κ.λπ.).

ΥΠΟΛΟΙΠΟΣ ΚΙΝΔΥΝΟΣ

Μόνο 13 από τις 230 αιτίες είναι «γενικά αποδεκτές» μετά από ελέγχους κινδύνου.

Εάν δεν εφαρμοστεί προστατευτική πτώση ή εφαρμοστεί εσφαλμένα, υπάρχει εναπομένοντας κίνδυνος πτώσης με αποτέλεσμα εκδορές του δέρματος, μώλωπες, κατάγματα οστών ή ακόμα και θάνατο.

Υπάρχει εναπομένοντας κίνδυνος ακούσιας υπερβολικής άσκησης που προκαλείται από λανθασμένη λειτουργία ή κρίση, καθώς και λανθασμένη επικοινωνία (λόγω ηλεκτρομαγνητικών παρεμβολών, σφάλματος λογισμικού κ.λπ.). Ακόμη και οι καλύτερες εγγυήσεις λογισμικού και εξοπλισμού δεν μπορούν να αποτρέψουν σφάλματα λογισμικού ή εξοπλισμού, τα οποία θεωρητικά μπορούν να προκαλέσουν υπερβολική άσκηση.

Το προϊόν είναι ηλεκτρική συσκευή. Ως εκ τούτου, είναι δυνατή η ηλεκτροπληξία, που μπορεί να οδηγήσει σε θάνατο.

Ο υπολειπόμενος κίνδυνος ασφυξίας δεν μπορεί να προληφθεί.

Μπορεί να μετριάσει ακολουθώντας τις πληροφορίες ασφαλείας στο εγχειρίδιο λειτουργίας.

Η ακούσια ή απαγορευμένη χρήση μπορεί να προκαλέσει άλλους κινδύνους που δεν προσδιορίζονται εδώ. Ο καθορισμένος κίνδυνος μπορεί να έχει εκτιμηθεί εσφαλμένα.

Η εκτίμηση της ανάλυσης κινδύνου πραγματοποιήθηκε στη συσκευή «ως έχει». Η αξιολόγηση και ο έλεγχος του προϊόντος περιπλέκουν ότι η πιθανότητα μη αποδεκτού κινδύνου είναι πολύ χαμηλή. Η συσκευή (ο σχεδιασμός, η λειτουργία και η χρήση της) δεν προκαλεί παράλογο κίνδυνο για τον χρήστη ή τα τρίτα μέρη υπό κανονικές συνθήκες.



Αυτή είναι η πάνω πλευρά. Μην ανατρέψετε.



Εύθραστο. Επιρρεπείς σε βλάβες. Προχωρήστε με προσοχή.



Χειριστείτε με προσοχή.



Προστατεύστε από την υγρασία.



Ανακυκλώσιμη συσκευασία.



Προσοχή, βαρύ προϊόν.

ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ

Βεβαιωθείτε ότι η συσκευή έχει συναρμολογηθεί σωστά πριν ξεκινήσετε την άσκηση.

- Πριν από την πρώτη σας εκπαίδευση, εξοικειωθείτε με όλες τις λειτουργίες και τις προσαρμογές που είναι διαθέσιμες για τη συσκευή.
- Ορισμένα μέρη της συσκευής ενδέχεται να διαβρωθούν. Ως εκ τούτου, δεν συνιστάται να αφήνετε τη συσκευή σε ένα δωμάτιο με υψηλή περιεκτικότητα σε υγρασία. Προσέξτε να μην αφήσετε τη συσκευή (ιδίως εσωτερικά και ηλεκτρονικά εξαρτήματα) να εκτεθεί σε νερό, ποτά, ιδρώτα κ.λπ.
- Η συσκευή προορίζεται για εκπαίδευση ενηλίκων και ΔΕΝ είναι παιχνίδι. Εάν επιτρέπετε στα παιδιά να το χρησιμοποιούν κατά την κρίση σας, πρέπει να τους δώσετε οδηγίες κατάλληλης χρήσης και να εξασφαλίσετε συνεχή επίβλεψη.
- Δεν πρόκειται για θεραπευτική συσκευή.
- Μπορεί να ακουστεί ελαφρός θόρυβος βουητού κατά τη λειτουργία λόγω της αδρανειακής κίνησης του σφονδύλου που προκαλείται από τη δομή. Δεν επηρεάζει τη λειτουργία της συσκευής. Για ποδήλατα άσκησης και ελλειπτικούς προπονητές, τυχόν θόρυβοι που ακούγονται όταν περιστρέφετε τα πεντάλ προς τα πίσω εμφανίζονται για τεχνικούς λόγους και δεν έχουν αρνητικές συνέπειες.
- Οι εκπομπές θορύβου είναι μεγαλύτερες όταν φορτώνονται.
- Πριν από κάθε προπόνηση, βεβαιωθείτε ότι οι προστατευτικές συσκευές λειτουργούν και οι συνδέσεις μπουλονιών και βύσματος είναι σφιχτές.
- Φορέστε κατάλληλα (αθλητικά) παπούτσια κατά τη διάρκεια της προπόνησης

ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ

Η συσκευή πρέπει να συναρμολογηθεί προσεκτικά από έναν ενήλικα. Σε περίπτωση αμφιβολίας, ζητήστε βοήθεια από ένα πιο έμπειρο άτομο.

Πριν από τη συναρμολόγηση, βεβαιωθείτε ότι το σετ περιέχει όλα τα αναγραφόμενα στοιχεία και αν κανένα από τα μέρη δεν έχει υποστεί ζημιά κατά τη μεταφορά. Εάν λείπουν εξαρτήματα ή έχετε άλλες κρατήσεις, επικοινωνήστε με τον πωλητή.

Ρίξτε μια ματιά στα σχέδια και τις επεξηγήσεις και ακολουθήστε το εγχειρίδιο συναρμολόγησης κατά τη συναρμολόγηση της συσκευής.

Να είστε προσεκτικοί κατά τη συναρμολόγηση. Υπάρχει κίνδυνος τραυματισμού κατά τη χρήση εργαλείων και εξαρτημάτων.

Θυμηθείτε να διατηρήσετε το περιβάλλον σας ασφαλές. Μην αφήνετε τα εργαλεία και τα μέρη να βρίσκονται στο χάος. Θυμηθείτε ότι το πλαστικό φύλλο και οι σακούλες ενέχουν κίνδυνο ασφυξίας για τα μικρά παιδιά. Τα εξαρτήματα συναρμολόγησης που είναι απαραίτητα για ένα συγκεκριμένο βήμα στο εγχειρίδιο συναρμολόγησης φαίνονται στις εικόνες και περιλαμβάνονται στις οδηγίες. Χρησιμοποιήστε τα στοιχεία που αναφέρονται στο εγχειρίδιο συναρμολόγησης.

Μην σφίγγετε εντελώς τα μέρη κατά τα πρώτα στάδια της συναρμολόγησης. Σφίξτε τις συνδέσεις αφού όλα τα μέρη τοποθετηθούν και τοποθετηθούν σωστά.

Ο κατασκευαστής μπορεί να έχει συναρμολογήσει κάποια εξαρτήματα.

ΠΡΟΣΟΧΗ! Η χρήση ανταλλακτικών διαφορετικών από αυτά που παράγονται από τον κατασκευαστή ακυρώνει την εγγύηση. Ανταλλακτικά από άλλους προμηθευτές ενδέχεται να χρησιμοποιηθούν για επισκευές μετά την περίοδο εγγύησης.

ΑΝΤΙΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΜΠΑΤΑΡΙΩΝ

Κακή προβολή οθόνης ή καθόλου πληροφορίες που εμφανίζονται σημαίνει ότι οι μπαταρίες πρέπει να αντικατασταθούν. Αφαιρέστε το κάλυμμα της μπαταρίας και αντικαταστήστε τις παλιές μπαταρίες με δύο νέες. Κατά την αντικατάσταση των μπαταριών, σέβετε τις πολικότητες «+» και «-». Εάν η οθόνη δεν λειτουργεί σωστά μετά από επανεκκίνηση, αφαιρέστε τις μπαταρίες για μερικά λεπτά και τοποθετήστε τις πίσω.



ΠΡΟΣΟΧΗ! Οι χρησιμοποιημένες μπαταρίες είναι εκτός του πεδίου της εγγύησης. Περιέχουν επιβλαβείς ουσίες (όπως κάδμιο, υδράργυρο ή μόλυβδο) και δεν πρέπει να πετιούνται μαζί με τα οικιακά απορρίμματα. Απορρίψτε τα σε κατάλληλο κέντρο ανακύκλωσης μπαταριών.

ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ



Η συσκευή παραδίδεται σε συσκευασία για προστασία από τυχόν ζημιές κατά τη μεταφορά. Η συσκευασία είναι κατασκευασμένη από μη επεξεργασμένο υλικό και μπορεί να ανακυκλωθεί. Πετάξτε τα υλικά σε κατάλληλα δοχεία χρώματος για επιλεκτική συλλογή απορριμμάτων.

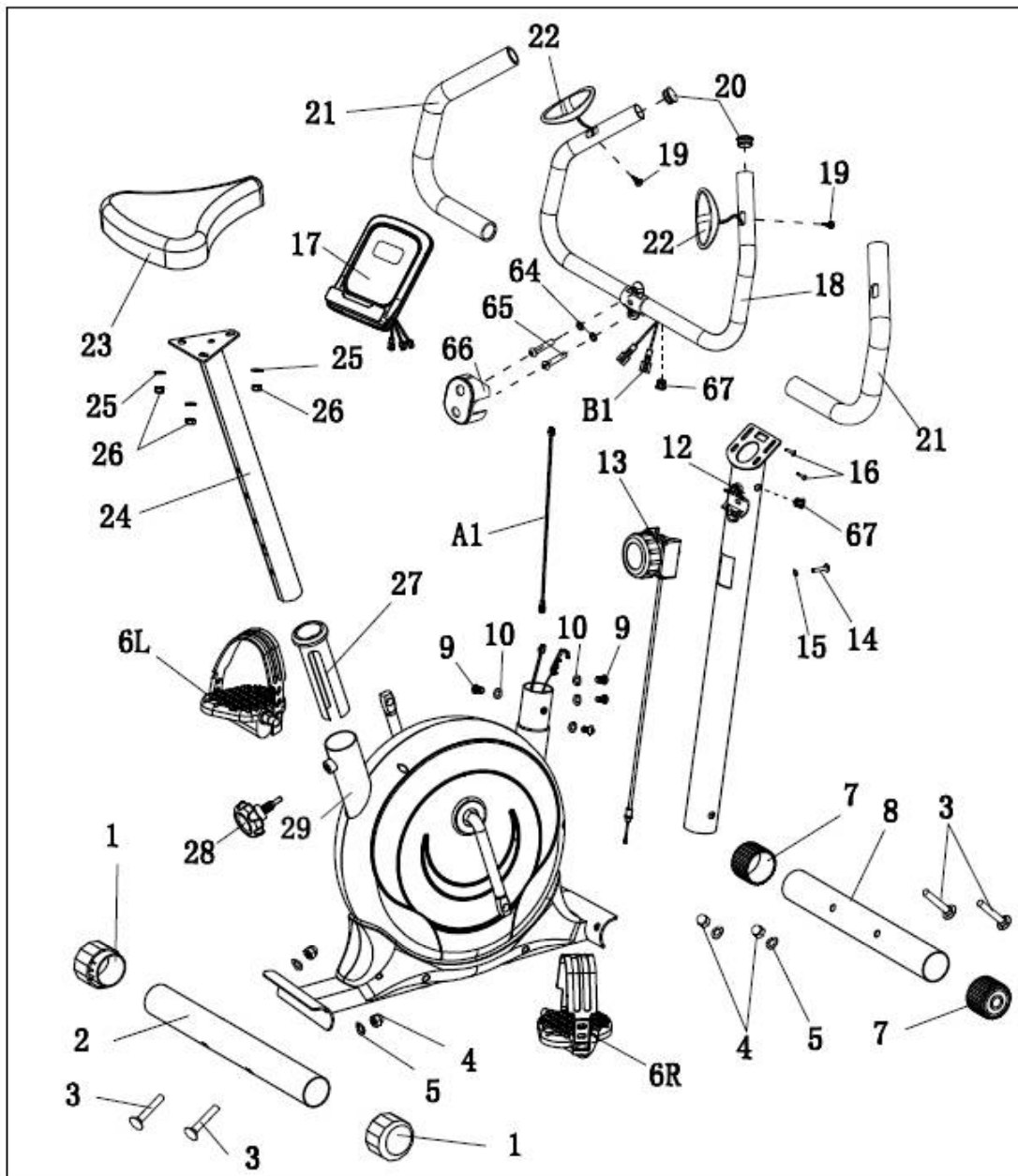


Προστατέψτε το περιβάλλον και μην πετάτε τις χρησιμοποιημένες μπαταρίες στα οικιακά απορρίμματα. Επιστρέψτε τα στο σημείο πώλησης ή σε ένα ειδικό κέντρο ανακύκλωσης.

Ο χρησιμοποιημένος ηλεκτρικός εξοπλισμός (συμπεριλαμβανομένου του υπολογιστή και του τροφοδοτικού) είναι ανακυκλώσιμος. Μην τα πετάτε μαζί με τα οικιακά απορρίμματα γιατί μπορεί να περιέχουν ουσίες επικίνδυνες για την υγεία και το περιβάλλον. Μπορείτε να συμβάλλετε ενεργά στη βιώσιμη χρήση των φυσικών πόρων και στην προστασία του φυσικού περιβάλλοντος παραδίδοντας τη χρησιμοποιημένη συσκευή σε κέντρο ανακύκλωσης μεταχειρισμένων ηλεκτρικών συσκευών.

ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗΣ

ΠΡΟΣΟΧΗ! Μην χρησιμοποιείτε άλλα μέρη εκτός από αυτά που παρέχονται από τον κατασκευαστή.



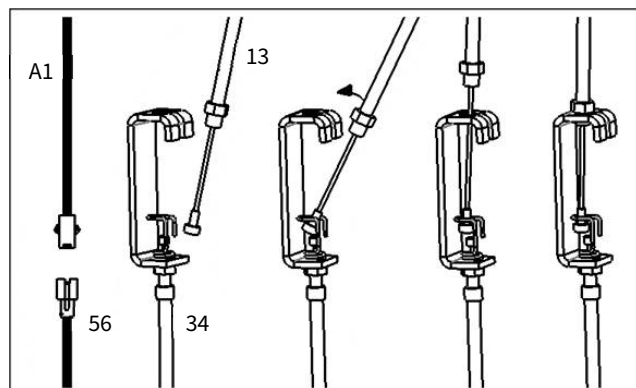
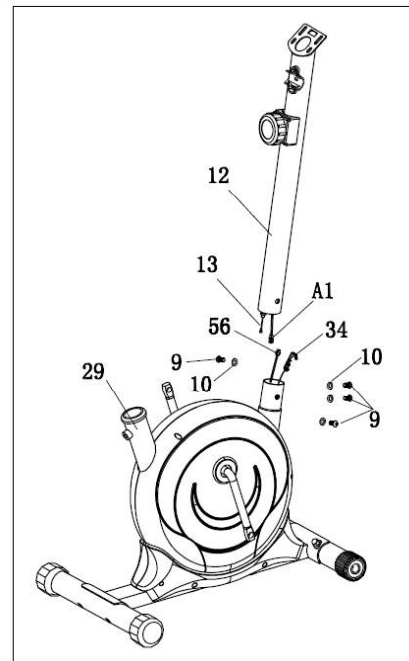
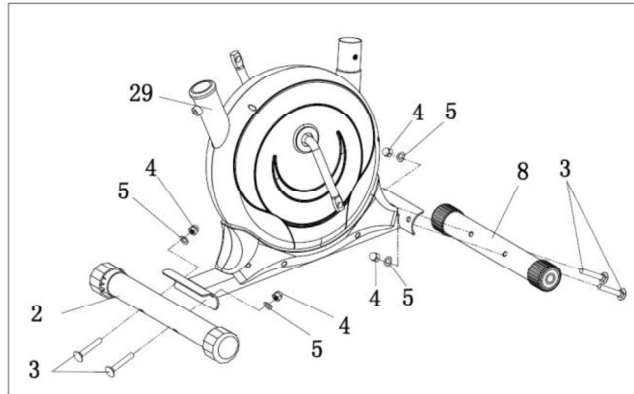
ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗΣ

ΠΡΟΣΟΧΗ! Ακολουθήστε τα παρακάτω βήματα κατά τη συναρμολόγηση και χρησιμοποιήστε τα εργαλεία που παρέχονται με το προϊόν. Προετοιμάστε επαρκή χώρο για τη λειτουργία συναρμολόγησης. Συνιστάται η συναρμολόγηση του προϊόντος με άλλο άτομο λόγω του βάρους ορισμένων στοιχείων.

1. Συναρμολογήστε την μπροστινή και την πίσω βάση

Στερεώστε την πίσω (2) και την μπροστινή βάση (8) στο κύριο πλαίσιο (29) χρησιμοποιώντας μπουλόνια (3), καμπύλες ροδέλες (5) και παξιμάδια βελανιδιάς (4). **ΠΡΟΣΟΧΗ!** Αφαιρέστε τυχόν πλαστικά ή χαρτόνια ένθετα ασφαλείας πριν από τη συναρμολόγηση.

2. Συναρμολογήστε τη στήλη του τιμονιού
Συνδέστε το μεσαίο καλώδιο υπολογιστή (A1) στο κάτω καλώδιο του υπολογιστή (56). Ρυθμίστε το κουμπί αντίστασης στο χαμηλότερο επίπεδο και συνδέστε το κάτω καλώδιο ρύθμισης αντίστασης (34) με το ανώτερο καλώδιο ρύθμισης αντίστασης (13), όπως φαίνεται στην επόμενη εικόνα. Σύρετε το περικόχλιο του άνω καλωδίου ρύθμισης της αντίστασης (13) στην υποδοχή του βραχίονα του κάτω καλωδίου ρύθμισης της αντίστασης (34), τραβήξτε και σφίξτε το άνω καλώδιο (13) και μετακινήστε τον κάτω βραχίονα καλωδίου (34) κάθετα. Το περικόχλιο καλωδίου πρέπει να βρίσκεται στη βάση, όπως φαίνεται στην εικόνα. Τοποθετήστε τη στήλη τιμονιού (12) στο κύριο πλαίσιο (29) και στερεώστε την με μπουλόνια Allen (9) και καμπύλες ροδέλες (10).



3. Τοποθετήστε το τιμόνι

Στερεώστε το τιμόνι (18) στη στήλη τιμονιού (12) χρησιμοποιώντας εξαγωνικά μπουλόνια (65) και παξιμάδια (64) και στη συνέχεια στερεώστε το πλαστικό καπάκι τιμονιού (66). Βγάλτε το βύσμα καλωδίου (67) από τη στήλη τιμονιού (12), περάστε το από το άνοιγμα του καλωδίου καρδιακών παλμών και, στη συνέχεια, κλειδώστε το βύσμα (67).

Συνδέστε τα καλώδια του υπολογιστή (17β) με τα καλώδια μέτρησης του καρδιακού ρυθμού από το τιμόνι (B1) και το καλώδιο ρύθμισης της αντίστασης (A1), στο καλώδιο του υπολογιστή (17α).

Στερεώστε τον υπολογιστή (17) κάθετα στο στήριγμα στη στήλη τιμονιού (12) με το μπουλόνι (16).

4. Τοποθετήστε τη σέλα

Βιδώστε τη σέλα (23) στη στήλη της σέλας (24) χρησιμοποιώντας επίπεδες ροδέλες (25) και παξιμάδια ασφάλισης (26). Τοποθετήστε τη στήλη της σέλας (24) με τη σέλα (23) στο κύριο πλαίσιο (29) και κλειδώστε την στο σωστό ύψος με το κουμπί ύψους σέλας (28).

ΣΗΜΕΙΩΣΗ! Μην υπερβαίνετε το μέγιστο και ελάχιστο ύψος επάνω η θέση του τιμονιού κατά τη ρύθμιση του ύψους της σέλας.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ! Πριν χρησιμοποιήσετε τη συσκευή, βεβαιωθείτε ότι η σέλα είναι σταθερή στον οδηγό.

5. Τοποθετήστε το δεξί και το αριστερό πεντάλ

Τοποθετήστε τον ιμάντα ασφάλισης στο αριστερό πεντάλ (6L).

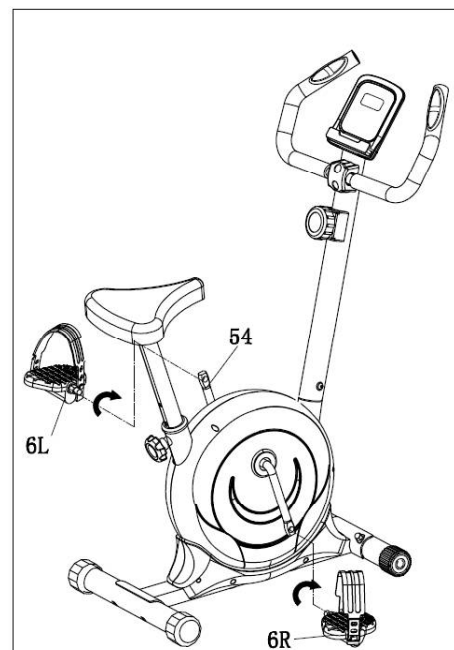
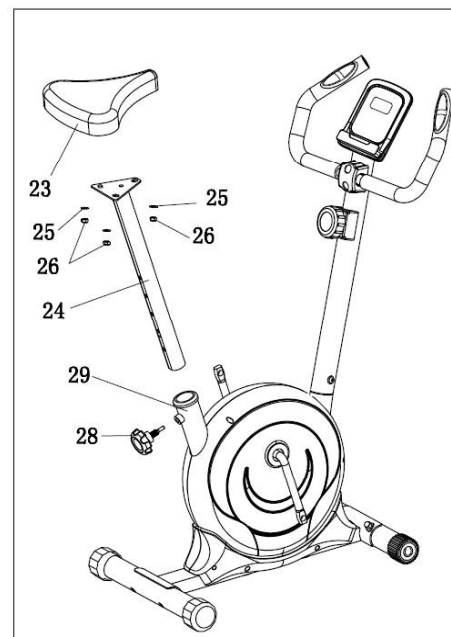
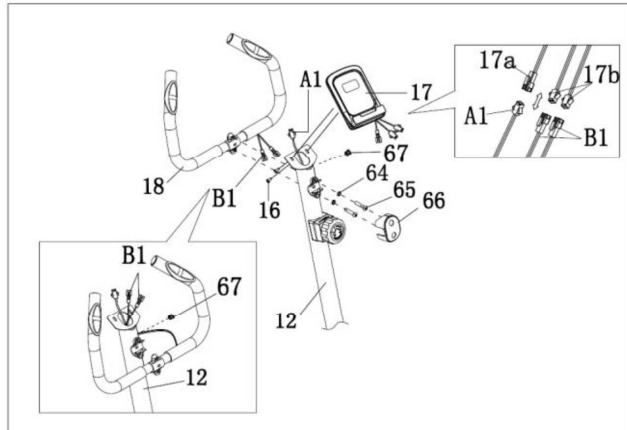
Επισημαίνεται με ένα L'. Κάντε το ίδιο με το δεξί πεντάλ (6R).

Στερεώστε τα πεντάλ στον στρόφαλο (54) στις κατάλληλες πλευρές. Βίδα

το μπουλόνι του δεξιού πεντάλ (6R) δεξιόστροφα. Βιδώστε το αριστερό πεντάλ μπουλονιού (6L) αριστερόστροφα.

ΠΡΟΣΟΧΗ! Το δεξί πεντάλ φέρει την ένδειξη «R» και το αριστερό πεντάλ φέρει την ένδειξη 'L'. Το δεξί πεντάλ βρίσκεται δεξιά όταν κάθεται στο ποδήλατο.

Συγχαρητήρια! Έχετε συναρμολογήσει μαγνητικό ποδήλατο! Διαβάστε προσεκτικά το εγχειρίδιο πριν χρησιμοποιήσετε το ποδήλατο.



ΡΥΘΜΙΣΕΙΣ

Ρύθμιση αντίστασης

Για να αυξήσετε την αντίσταση, γυρίστε το κουμπί αντίστασης δεξιόστροφα. Για να μειώσετε την αντίσταση, γυρίστε το κουμπί αντίστασης αριστερόστροφα.

Ύψος σέλας

Χαλαρώστε το κουμπί ρύθμισης. Τοποθετήστε τη σέλα στο σωστό ύψος και σφίξτε το κουμπί. Βεβαιωθείτε ότι η σέλα είναι ασφαλισμένη.

Ρύθμιση ιμάντων πεντάλ

Στερεώστε την πλευρά του ελαστικού ιμάντα με τρεις οπές στο εσωτερικό τμήμα του πεντάλ. Στερεώστε το άλλο άκρο σε ένα από τα ανοίγματα ρύθμισης, έτσι ώστε τα πόδια να είναι σταθερά κατά τη διάρκεια της προπόνησης και να τα βγάξετε εύκολα. Επαναλάβετε για το άλλο πεντάλ.

ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ

Εκτελέστε δραστηριότητες συντήρησης σε τακτά χρονικά διαστήματα. Οι εργασίες που αναφέρονται παρακάτω πρέπει να εκτελούνται τουλάχιστον κάθε 20 ώρες λειτουργίας.

- Ελέγξτε τα κινούμενα μέρη της συσκευής. Εάν χρειάζονται λίπανση, χρησιμοποιήστε γράσο ρουλεμάν ποδηλάτου.
- Ελέγξτε τις συνθήκες των εξαρτημάτων όπως μπουλόνια και παξιμάδια. Βεβαιωθείτε ότι είναι σφιχτά.
- Σκουπίστε τον ιδρώτα από τη συσκευή μετά από κάθε προπόνηση. Βεβαιωθείτε ότι η οθόνη δεν έρχεται σε επαφή με νερό ή υγρασία.
- Καθαρίστε το προϊόν μόνο με σαπουνόνερο. Μη χρησιμοποιείτε καθαριστικά.
- Αποθηκεύστε τη συσκευή σε ξηρό και ζεστό μέρος.
- Μην εκθέτετε τη συσκευή σε άμεσο ηλιακό φως.

Εγχειρίδιο υπολογιστών

Αφαιρέστε την ταινία ασφαλείας από την οθόνη πριν από τη χρήση.

ΥΠΟΛΟΓΙΣΤΗΣ (ΜΟΝΤΕΛΟ)

MRMS01-GLD

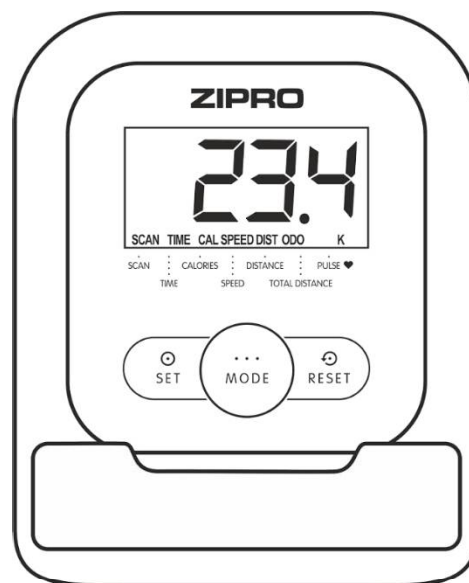
AUTO ON/OFF

Ο υπολογιστής είναι ενεργοποιημένος όταν κινείται ο σφόνδυλος ή πατάτε οποιοδήποτε κουμπί. Στην οθόνη εμφανίζεται ένα επάνω βέλος.

Ο υπολογιστής απενεργοποιείται μετά από τέσσερα λεπτά αδράνειας.

ΚΟΥΜΠΙΑ

- MODE - επιλέγει την παράμετρο.
- SET - ορίζει τιμές παραμέτρων.
- RESET - επαναφέρει αμέσως το χρόνο, την απόσταση και τις θερμίδες.



ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΕΣ (ΠΡΟΔΙΑΓΡΑΦΕΣ)

SCAN	Εμφανίζει όλες τις μετρημένες παραμέτρους προπόνησης σε έναν κύκλο.	κάθε 4 δευτερόλεπτα
TIME	Συνολική διάρκεια άσκησης, από την αρχή μέχρι το τέλος.	00:00-99:59 min
SPEED	Εμφανίζει την τρέχουσα ταχύτητα.	0,0-99,9 km/h
DISTANCE	Συνολική απόσταση από την αρχή έως το τέλος της άσκησης.	0,0-9999 km
CALORIES	Συνολικές θερμίδες που καίγονται από την αρχή έως το τέλος της άσκησης. Η μέτρηση είναι μια προσέγγιση για τη σύγκριση των εκπαιδευτικών συνεδριών. Μην το χρησιμοποιείτε για ιατρικούς σκοπούς).	0,0-9999 kcal
TOTAL DISTANCE (ODO)	Συνολική απόσταση από την εγκατάσταση της μπαταρίας.	0-9999 km
PULSE	Εμφανίζει τον τρέχοντα καρδιακό ρυθμό.	40-240 BPM

ΡΥΘΜΙΣΗ ΤΙΜΩΝ ΑΝΤΙΣΤΡΟΦΗΣ ΜΕΤΡΗΣΗΣ

- Πατήστε επανειλημμένα το κουμπί MODE για να επιλέξετε την παράμετρο στην οποία θέλετε να βασιστεί η προπόνησή σας: χρόνος, απόσταση, θερμίδες ή ανώτερη τιμή καρδιακού ρυθμού. (Στην οθόνη πρέπει να εμφανίζεται μόνο η παράμετρος, χωρίς την επιλογή SCAN.)
- Πατήστε SET πολλές φορές για να ορίσετε την τιμή.
- Η αντίστροφη μέτρηση ξεκινά όταν ξεκινάτε να κάνετε πετάλι. Ένα κάτω βέλος θα εμφανιστεί στην οθόνη.
- Όταν τελειώσει η αντίστροφη μέτρηση ή φτάσετε στην καθορισμένη τιμή καρδιακού ρυθμού, η συσκευή κάνει έναν ήχο.

ΚΑΡΔΙΑΚΟΣ ΣΦΥΓΜΟΣ

ΠΡΟΣΟΧΗ! Ο καρδιακός ρυθμός μετράται μόνο για αθλητικούς σκοπούς (όχι για ιατρική χρήση).

- Πατήστε MODE έως ότου η οθόνη εμφανίσει PULSE.
Βάλτε και τα δύο σας χέρια στους αισθητήρες καρδιακών παλμών στο τιμόνι. Κατά τη μέτρηση, ο υπολογιστής εμφανίζει ένα εικονίδιο καρδιάς.
Ο υπολογιστής εμφανίζει τον τρέχοντα καρδιακό ρυθμό μετά από τρία έως τέσσερα δευτερόλεπτα.