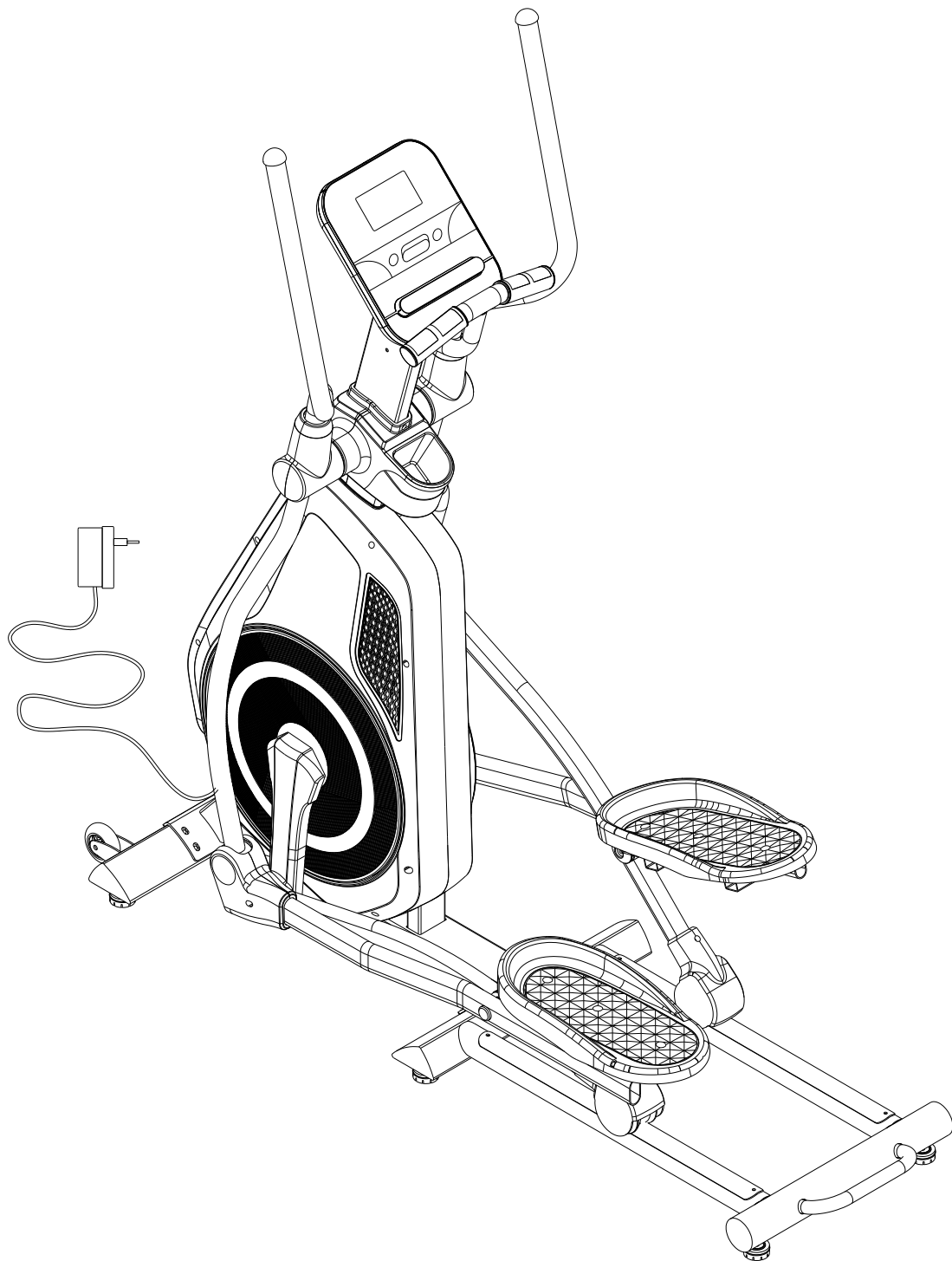


ЕЛІПТИЧНИЙ ТРЕНАЖЕР ПОСІБНИК КОРИСТУВАЧА

HSF-609T



Шановний Покупець! Перед тим, як почати користуватись тренажером, будь ласка, уважно прочитайте цей посібник користувача.

ЗАХОДИ БЕЗПЕКИ:

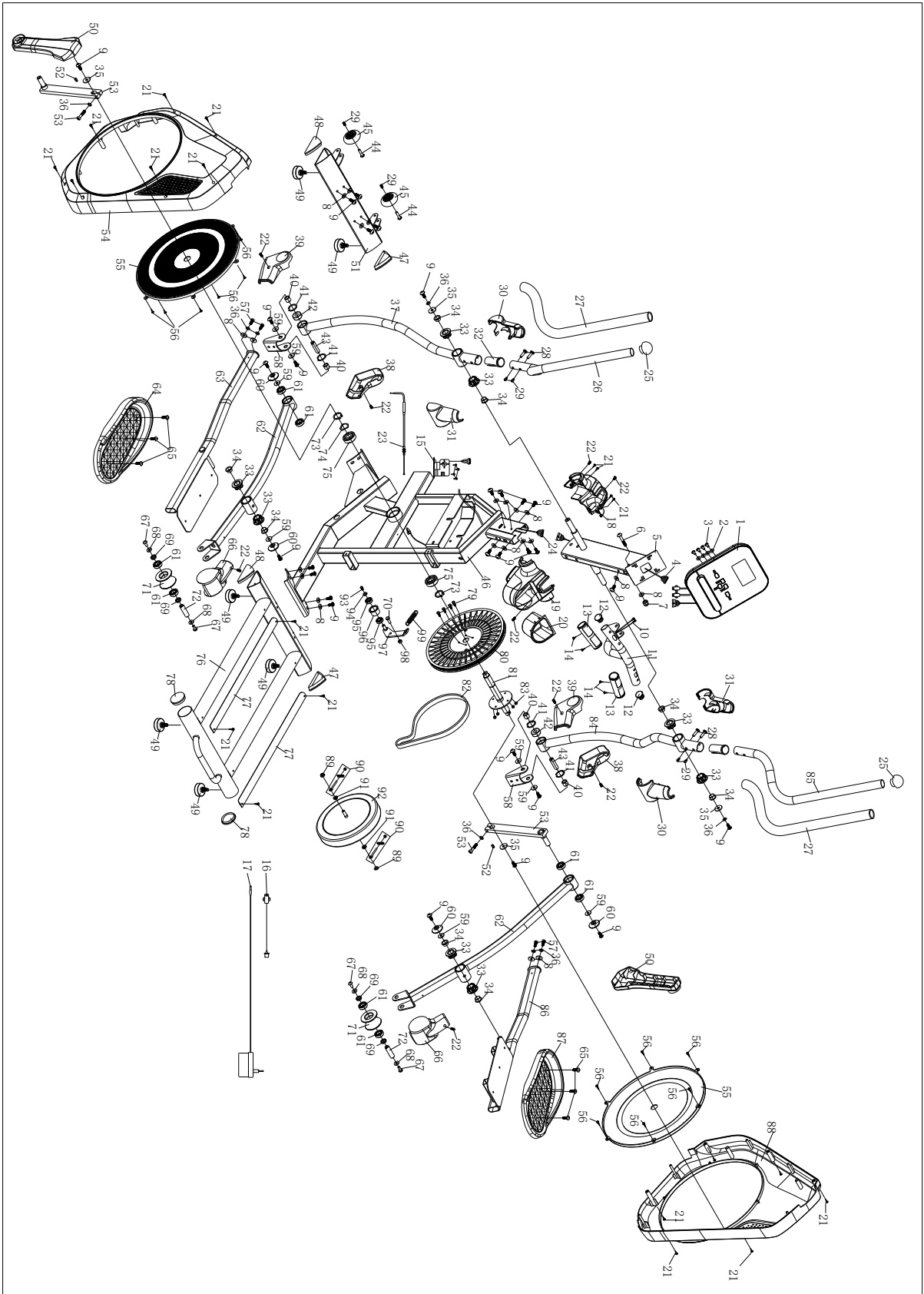
Перед складанням та користуванням цим тренажером, зверніть увагу на зазначені заходи безпеки.

1. Складайте тренажер чітко за описом, наведеним у посібнику користувача.
2. Перед першим використанням тренажера перевірте всі гвинти, гайки та інші з'єднання та переконайтесь, що тренажер безпечний для користування.
3. Встановіть тренажер в сухому приміщенні, на рівній підлозі, подалі від вологи та води.
4. Перед складанням підкладіть під тренажер підходящу основу (наприклад, гумовий килимок, лист фанери тощо), щоб уникнути потрапляння бруду та пилу.
5. Перед початком тренування приберіть від тренажера всі предмети в радіусі 2-х метрів.
6. Не використовуйте для чищення тренажера їдкі засоби. Для складання та для ремонту будь-яких деталей тренажера користуйтеся лише інструментами, що додаються, або відповідними власними інструментами. Відразу після закінчення тренування витирайте краплі поту з тренажера.
7. Неправильні або надмірні тренування можуть зашкодити вашому здоров'ю. Перед тим, як розпочати будь-яку програму тренувань, проконсультуйтеся з лікарем. Він визначить максимальні можливі налаштування (пульс, потужність (у ватах), тривалість тренування тощо), за якими ви можете самостійно тренуватися й отримувати точну інформацію під час тренування. Цей тренажер не підходить для терапевтичних цілей.
8. Користуйтеся лише справним тренажером. Для ремонту використовуйте лише оригінальні запасні частини.
9. На цьому тренажері одночасно може тренуватися лише одна людина.
10. Для тренувань надягайте відповідний спортивний одяг та взуття. Звичайні кросівки чи кеди підходять для занять на тренажері.
11. Якщо ви відчули запаморочення, нудоту або інші симптоми нездужання, негайно припиніть тренування та якомога швидше зверніться до лікаря.
12. Діти та інваліди можуть користуватися тренажером лише в присутності іншої людини, яка може надати допомогу та пораду.
13. Потужність тренажера зростає зі збільшенням швидкості, і навпаки. Тренажер оснащений регулятором опору. Для зменшення опору повертайте регулятор в напрямку етапу 1. Для збільшення опору повертайте регулятор в напрямку етапу 8.
14. Максимальна вага користувача: 130 кг.

Будьте обережними під час підняття або переміщення тренажера, щоб не травмувати спину. Користуйтеся належними способами і приладами для підняття та/або звертайтеся за допомогою до інших осіб.

Характеристики цього тренажера можуть дещо відрізнятись від наведених зображень і можуть бути змінені без попередження.

СХЕМА ТРЕНАЖЕРА



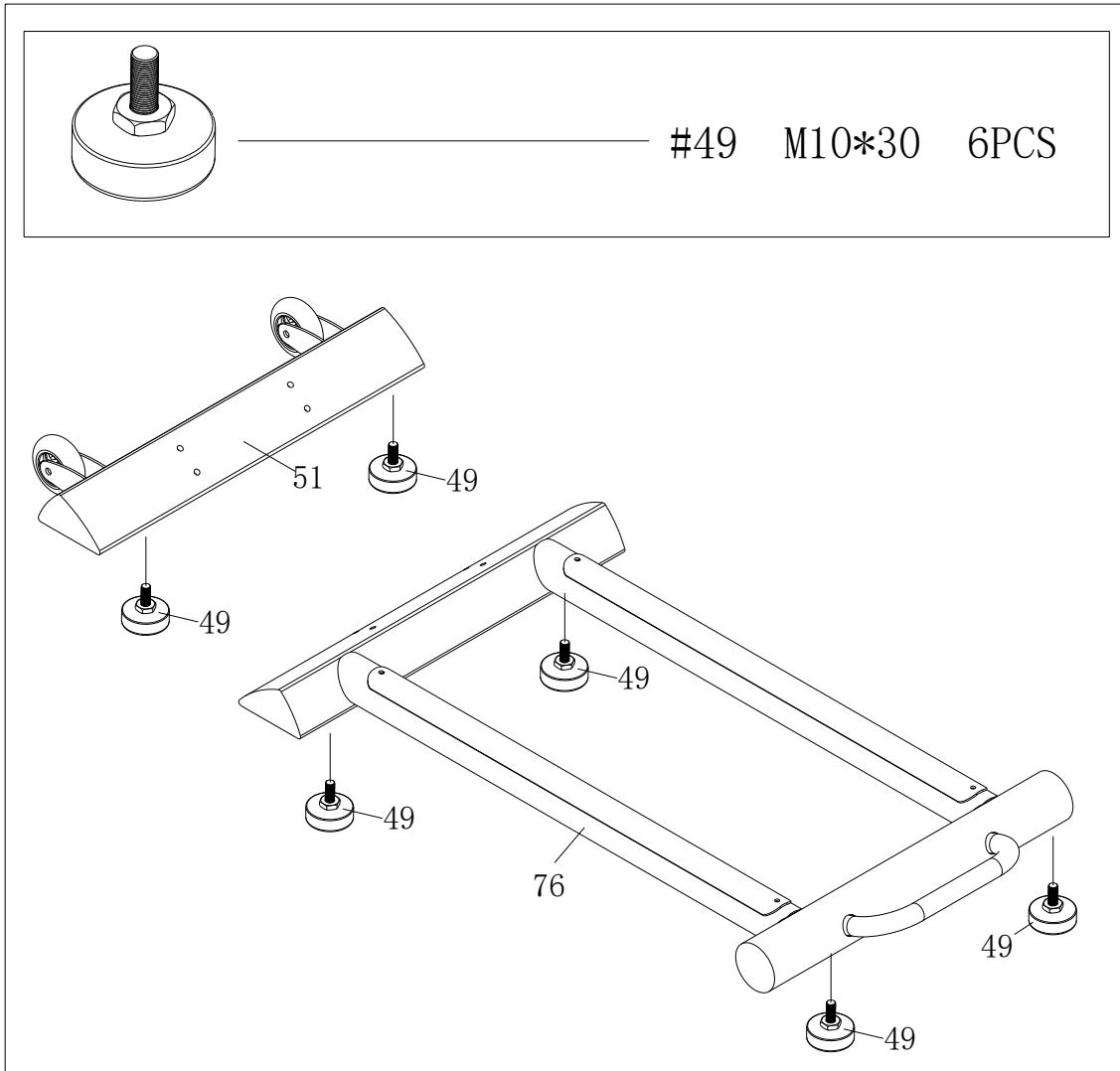
ПЕРЕЛІК ДЕТАЛЕЙ:

№	Опис	Шт.
1	Комп'ютер	1
2	Шайба d4*Ø12*1	4
3	Шуруп із хрестовинною голівкою M4*12	4
4	Середній дріт	1
5	Стояк	1
6	Вагонний болт M8*45	1
7	Ковпачкова гайка (M8)	1
8	Шайба d8*Ø20*1.5	22
9	Вагонний болт M8*16	27
10	Дріт датчика	2
11	Середня рукоятка	1
12	Заглушка Ø25	2
13	Пульсовий датчик	2
14	Шуруп ST3*12	4
15	мотор	1
16	Дріт	1
17	Адаптер живлення	1
18	Декоративний кожух (задній)	1
19	Декоративний кожух (передній)	1
20	Гільза	1
21	Шуруп ST4.2*16	19
22	Шуруп M5*10	9
23	Натяжний пас	1
24	Дріт датчика	1
25	Заглушка	2
26	Рукоятка (ліва)	1
27	М'яке покриття	2
28	Болт Ø8*31*M6	4
29	Болт M6*15	4
30	Кожух рукоятки 1	2
31	Кожух рукоятки 2	2
32	Втулка	2
33	Втулка	8
34	Втулка	8
35	Шайба d8*Ø32*2	4
36	Пружинна шайба d8	4
37	Нижня рукоятка	1
38	Кожух трубки педалі (П)	2
39	Кожух трубки педалі (Л)	2

№	Опис	Шт.
41	Шайба d35	4
42	Підшипник 2202	2
43	Вісь	2
44	Болт Ø8*35	2
45	Пасове колесо	2
46	Основна рама	
47	Заглушка трубки (права)	2
48	Заглушка трубки (ліва)	2
49	Ніжка M10*30	6
50	Малий кожух	2
51	Передня опора	1
52	Сталевий стрижень 6*6*15	2
53	Болт M8*30	2
54	Кожух ланцюга (лівий)	1
55	Круглий кожух	2
56	Шуруп ST4*10	12
57	Болт M8*16	4
58	Штекерна панель	2
59	Шайба d8*Ø25*2	6
60	Заглушка	4
61	Підшипник 6003	4
62	З'єднувальна трубка	2
63	Трубка педалі (ліва)	1
64	Педаль (ліва)	1
65	Болт M8*20	6
66	Кожух ролика	2
67	Болт M10*16	4
68	Шайба d10*Ø25*2	4
69	Розпірка	4
70	Болт M8*19	1
71	Натяжне колесо	2
72	Вісь	2
73	Стопорне кільце d25	2
74	Вигнута шайба d25	1
75	Підшипник 6205	2
76	Розсувна трубка	1
77	Алюмінієва пластина	2
78	Заглушка трубки	2
79	Болт із 6-гранною голівкою M6*15	4

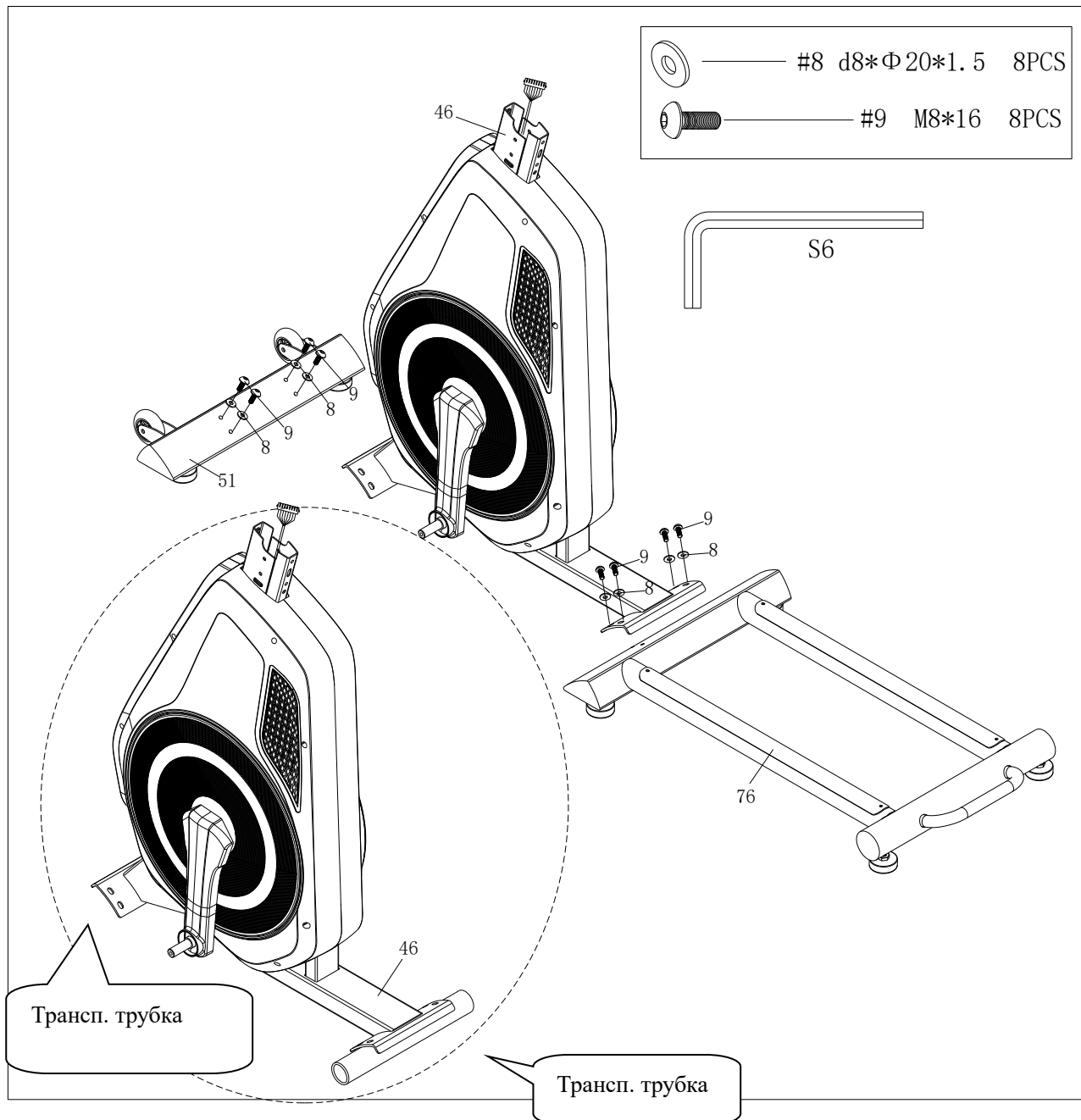
СКЛАДАННЯ

Крок 1:



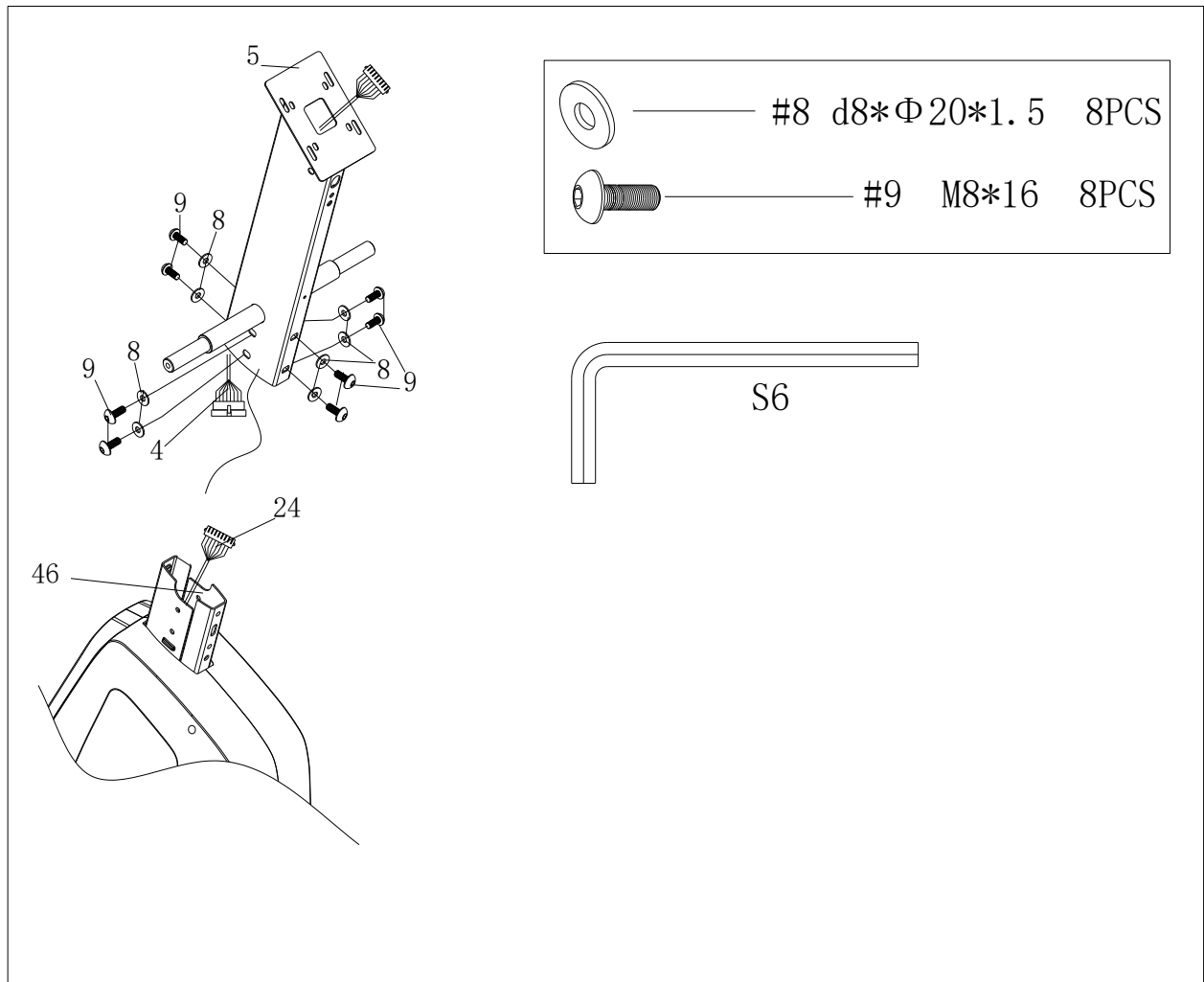
Встановіть ніжки (49) на передню опору (51) і раму ковзної рейки (76), тримайте кожну ніжку на однаковій висоті, а потім зафіксуйте гайки на ніжках.

Крок 2:



- Зніміть транспортувальну трубку з основної рами (46).
- Прикріпіть передню опору (51) і розсуну трубку (76) до основної рами (46) за допомогою болта (9) і шайби (8).

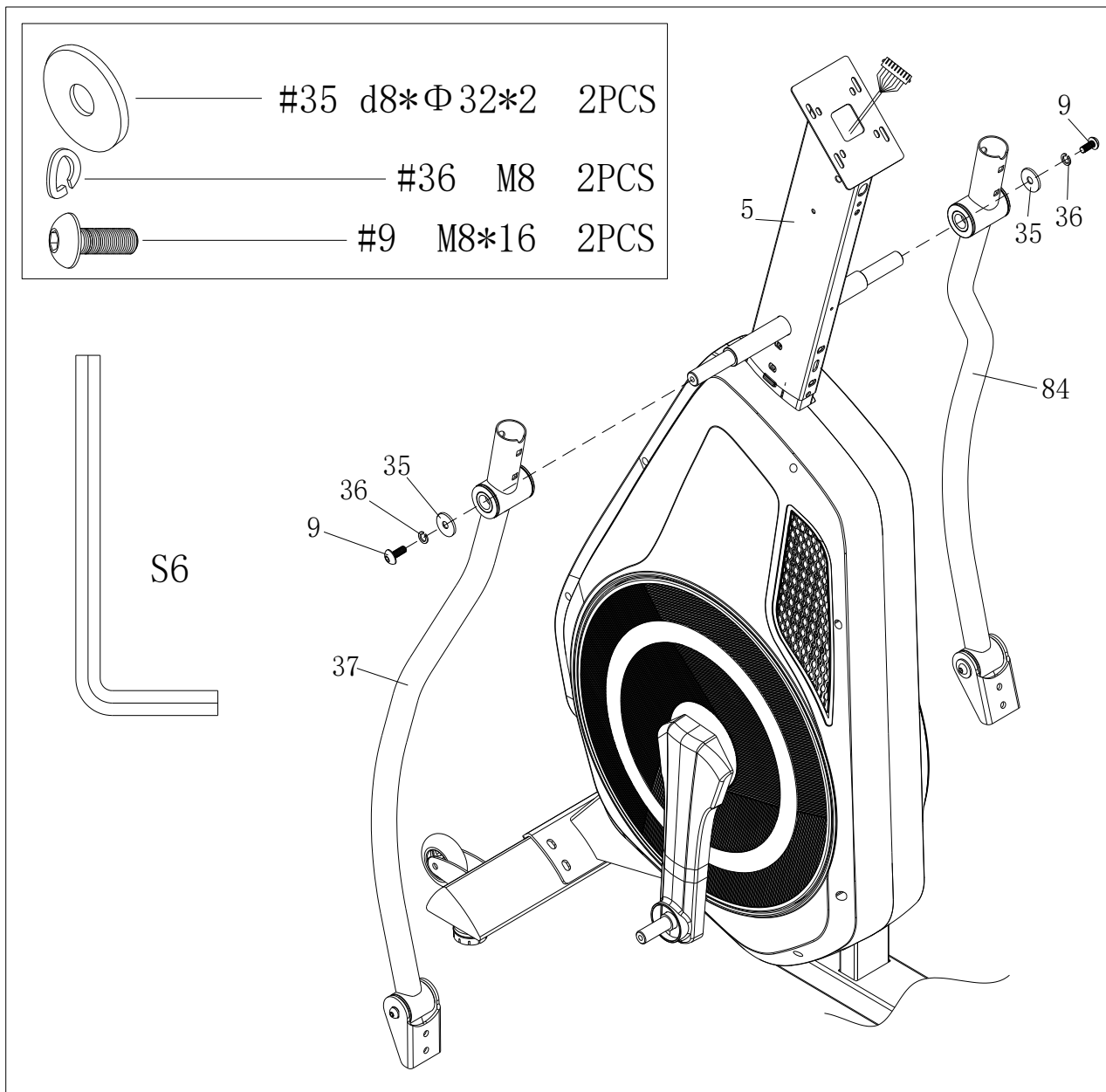
Крок 3:



- Підключіть дрід датчика (24) і (4).
- Закріпіть вертикальний стояк (5) до основної рами (46) за допомогою болта (9) та шайби (8).

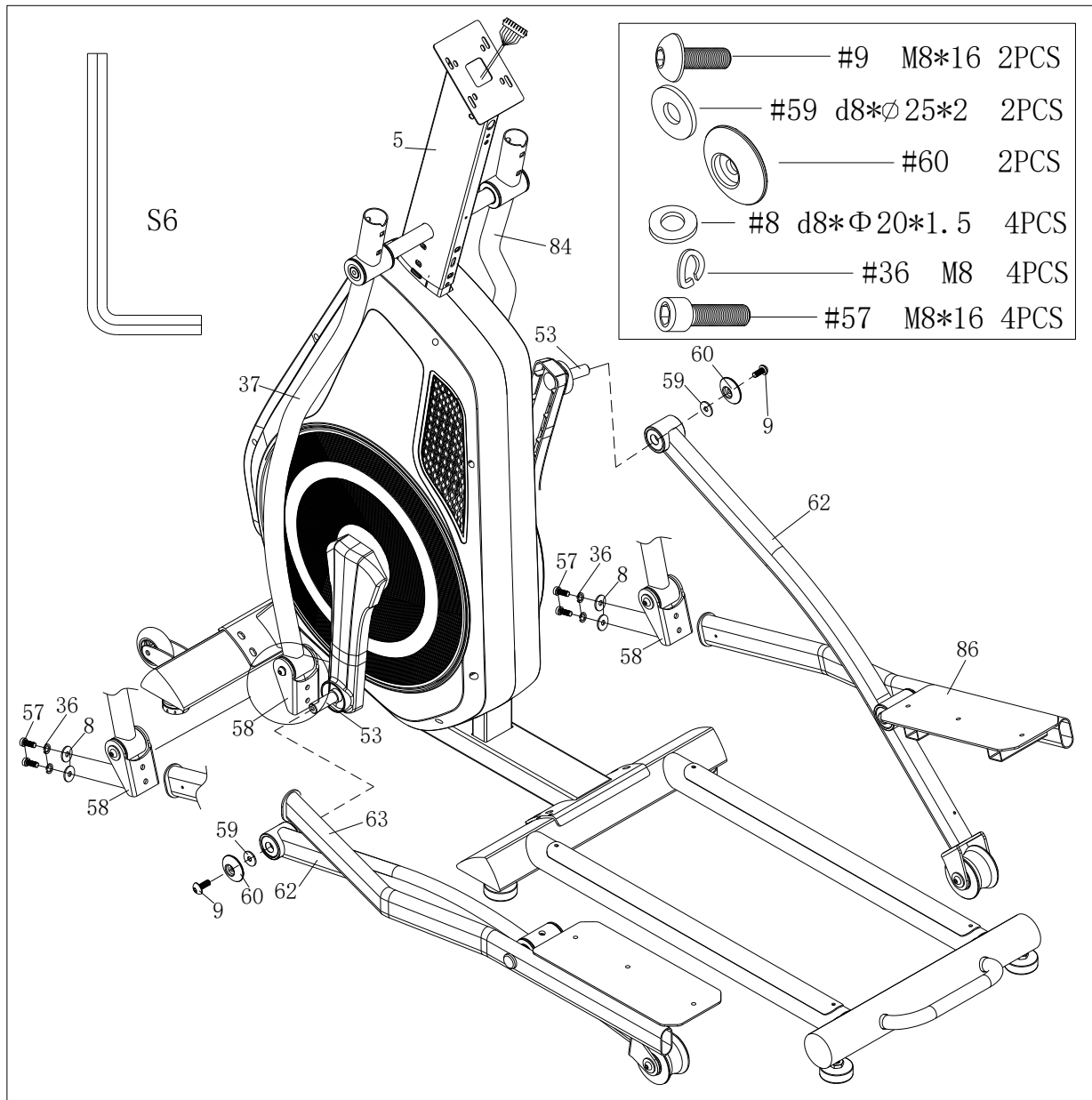
Примітка: Закрутіть болт (9) та шайбу (8).

Крок 4:



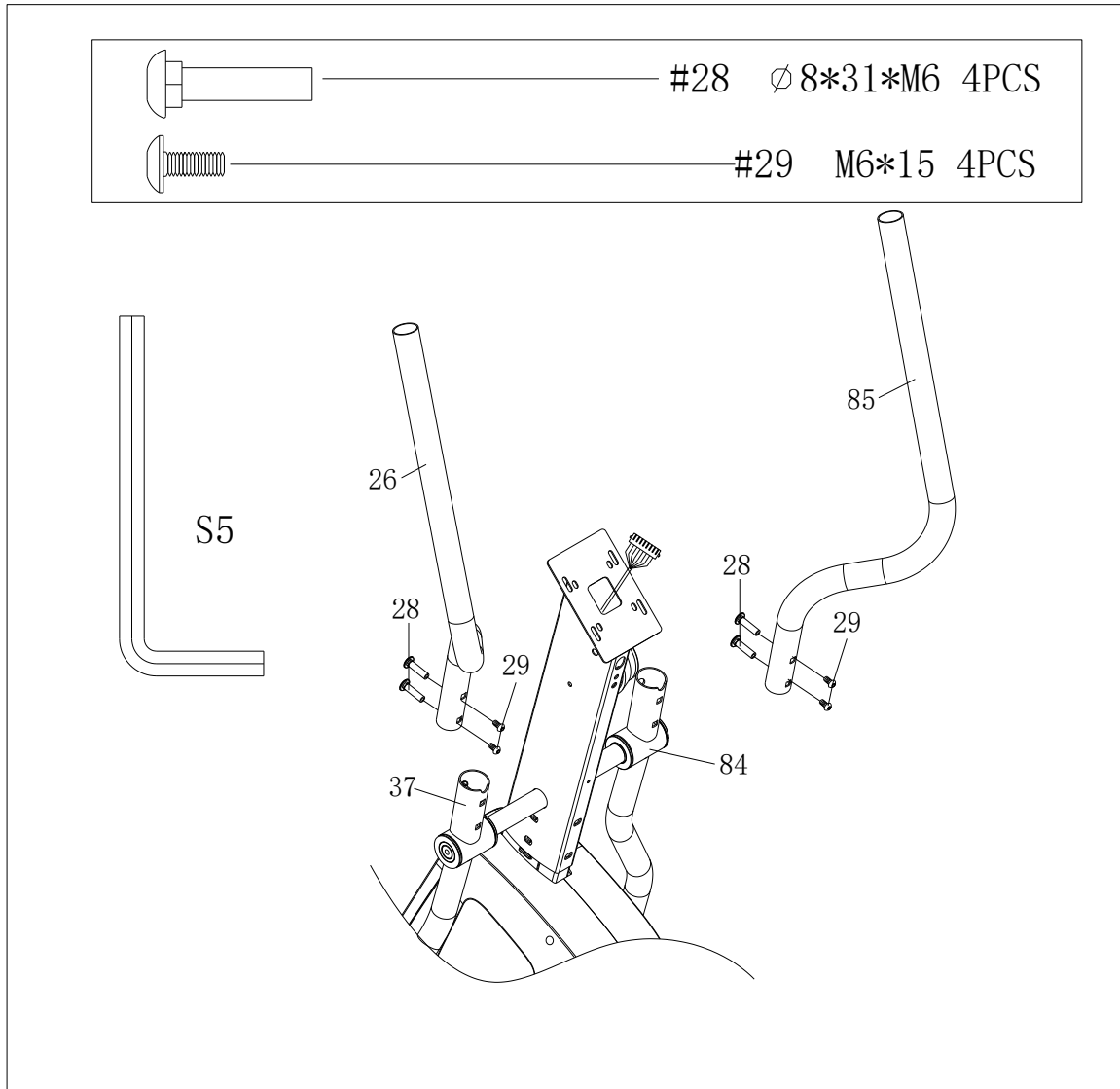
- а. Закріпіть нижню рукоятку (37/84) на вертикальному стояку (5) за допомогою болта (9), пружинної шайби (36), шайби (35).

Крок 5:



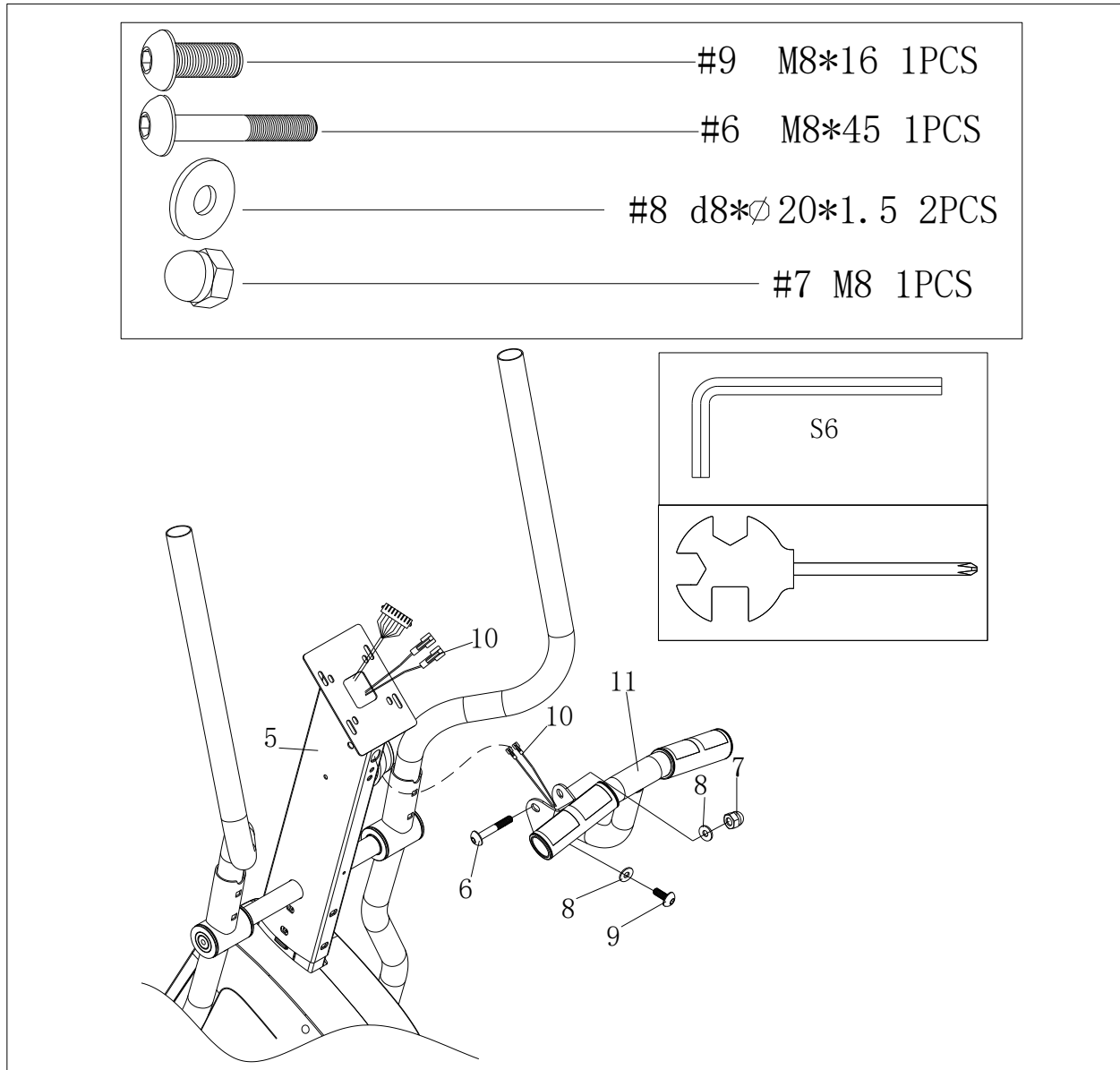
- Прикріпіть трубку педалі (62) до кривошипа (53) за допомогою болта з 6-гранною голівкою (9), заглушки (60) і шайби (59), використовуючи розпірку (S6).
- Прикріпіть з'єднувальну трубку (62) до штекерної панелі (58) за допомогою болта (57), дугоподібної шайби (36) і шайби (8).

Крок 6:



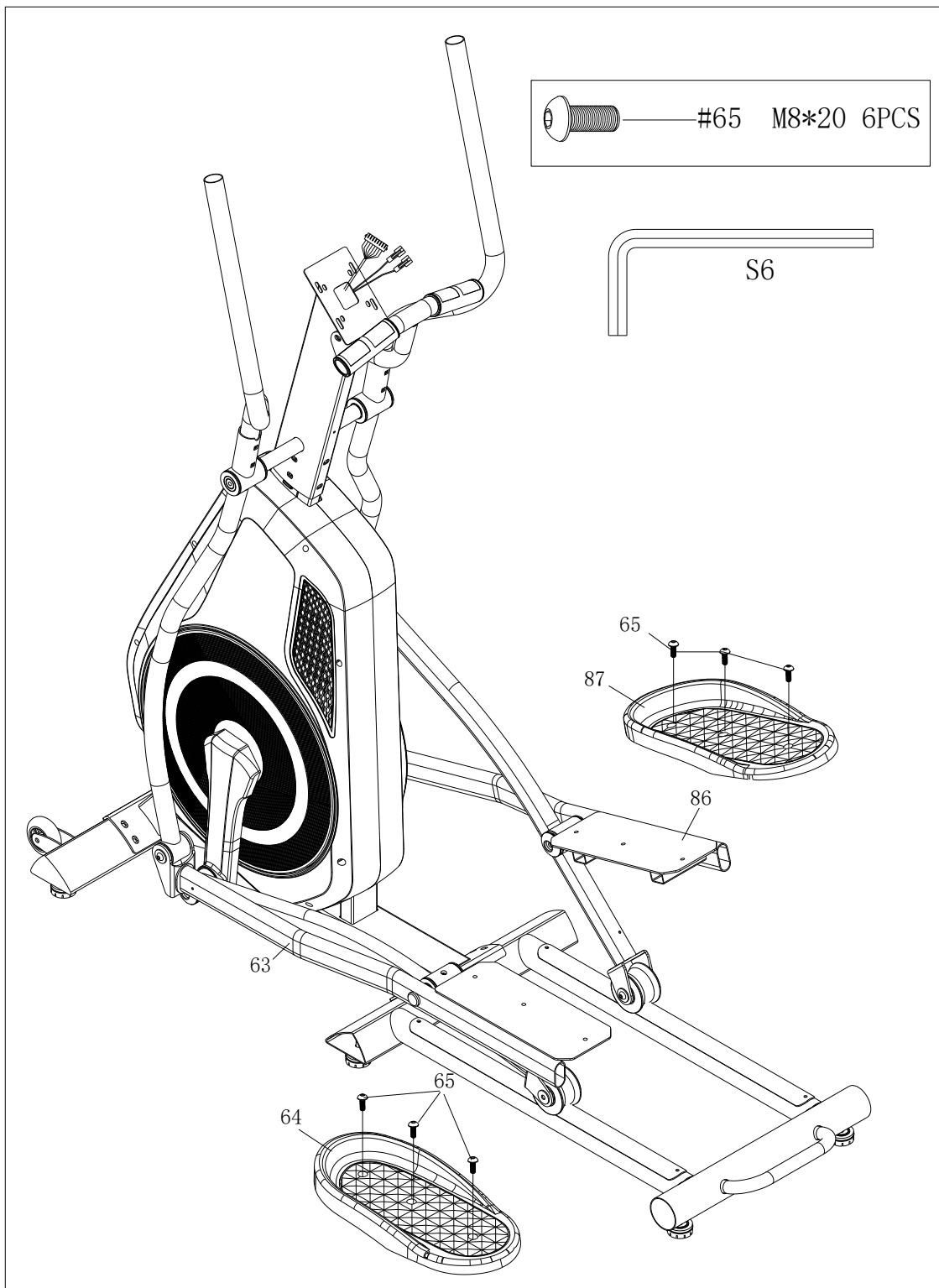
Закріпіть рукоятку (26/85) на нижній рукоятці (37/84) за допомогою болта (28) та ковпачкової гайки (29).

Крок 7:



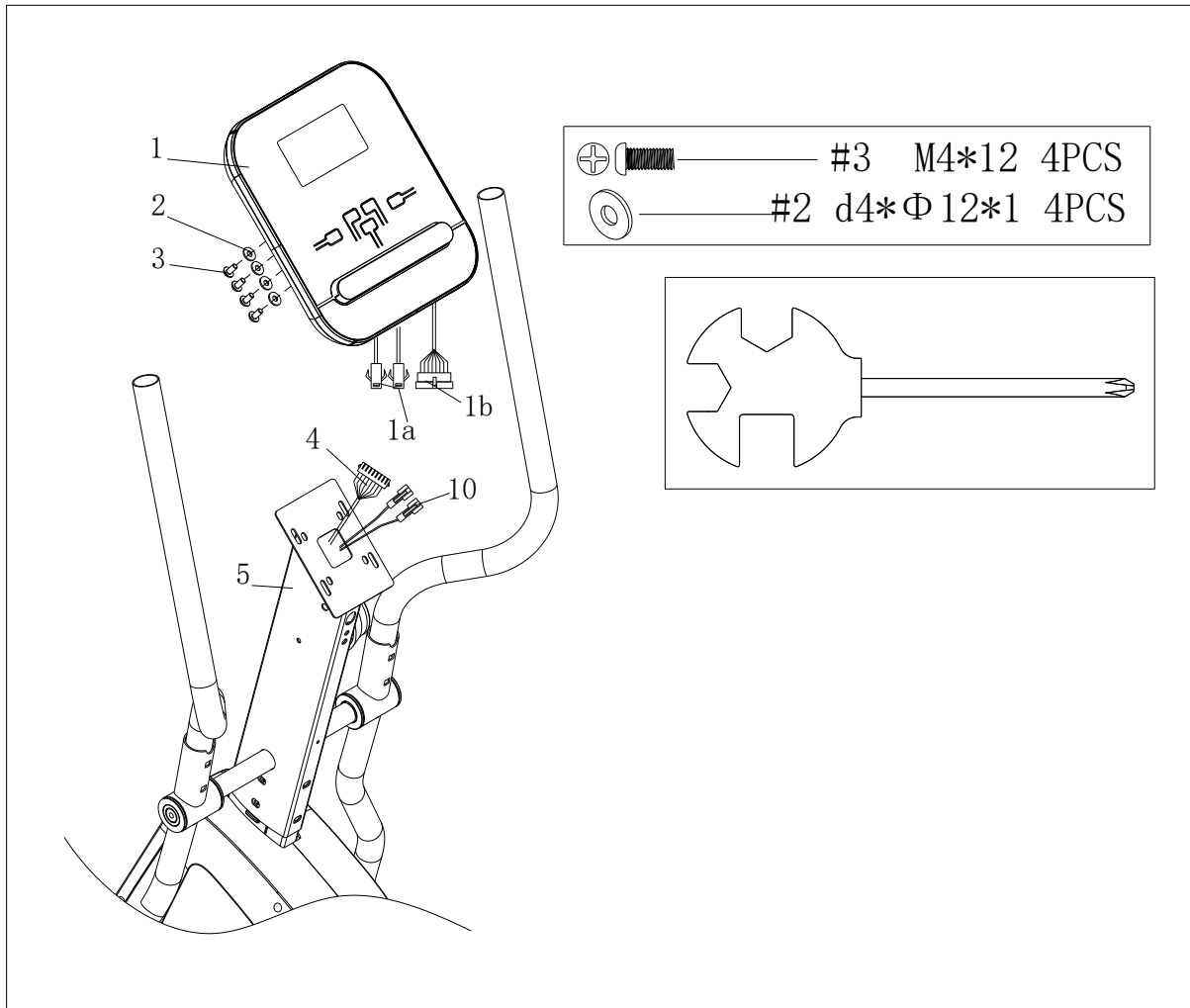
Прикріпіть середню рукоятку (11) до вертикального стояка (5) за допомогою болта (6), шайби (8) і гайки (7/9), протягніть дрід датчика (10) через вертикальну трубку (5).

Крок 8:



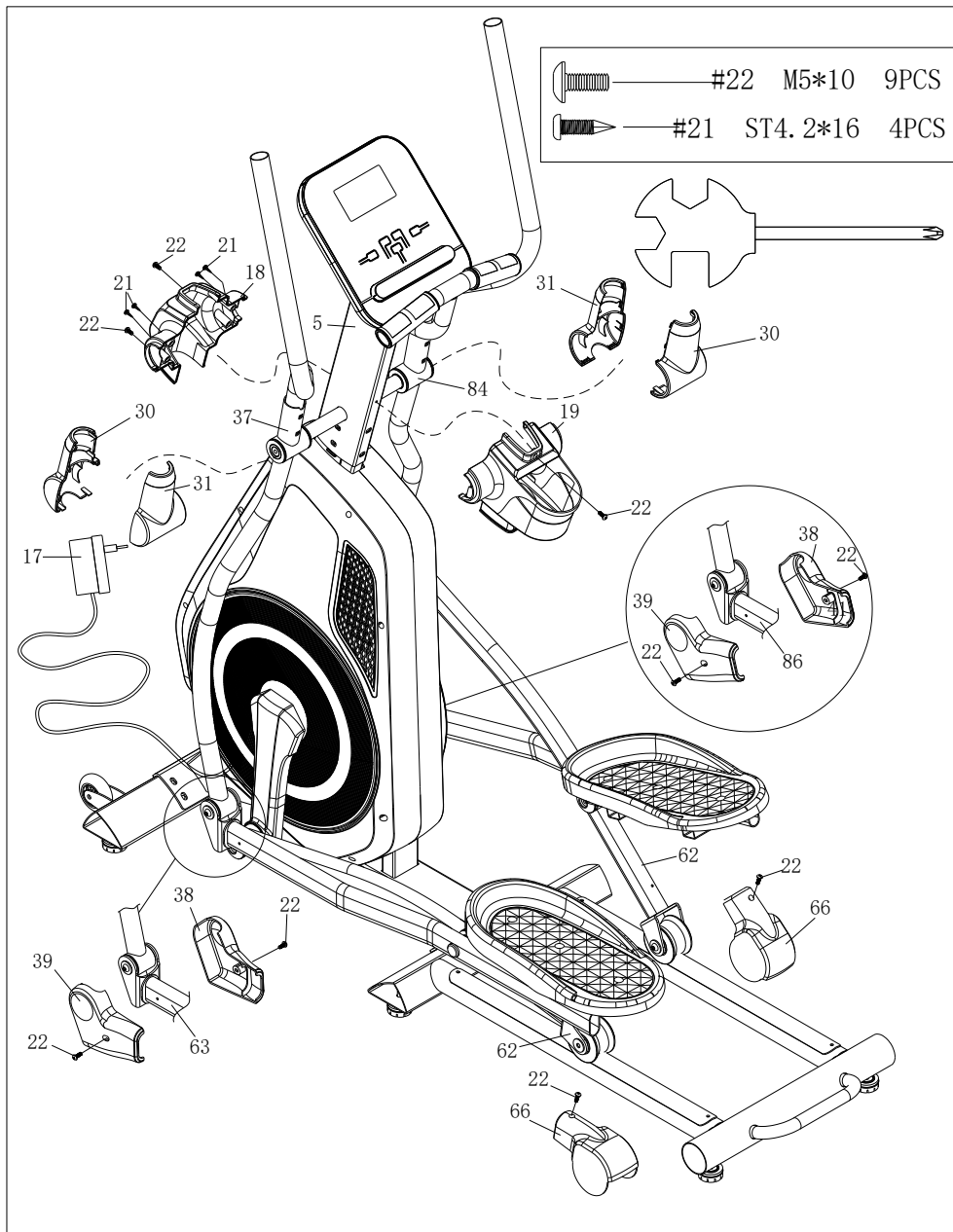
Прикріпіть педаль (64/87) до трубки педалі (62/86) за допомогою болта (65).

Крок 9:



З'єднайте дріт комп'ютера (1a) з дротом пульсового датчика (10). Потім прикріпіть комп'ютер (1) до вертикального стояка (5) за допомогою шурупа (3) та шайби (2).

КРОК 10:



Прикріпіть декоративний кожух (18/19) до вертикального стояка (5) за допомогою шурупа (21/22).

Окремо прикріпіть кожух рукоятки (30/31) до нижньої рукоятки (37/84).

Прикріпіть кожух трубки педалі (38/39) до трубки педалі (62/86) за допомогою шурупа з хрестовою голівкою (22).

Прикріпіть кожухи ролика (66) до лівої/правої з'єднувальної трубки (62) за допомогою шурупів з хрестовою голівкою (22).

Щоб почати користуватися тренажером, підключіть адаптер живлення до розетки, а другий кінець дроту - до тренажера.

УВАГА: ПЕРЕД ПОЧАТКОМ ТРЕНУВАННЯ ПЕРЕКОНАЙТЕСЯ, ЩО ВСІ БОЛТИ ТА ГАЙКИ НАДІЙНО ЗАКРУЧЕНІ.

ПРИМІТКА: ЗАГЛУШКА НА ПЕРЕДНІЙ ОПОРІ ВИКОРИСТОВУЄТЬСЯ ДЛЯ ЛЕГКОГО ПЕРЕМІЩЕННЯ ТРЕНАЖЕРА.

ІНСТРУКЦІЯ ДО ТРЕНУВАЛЬНОГО КОМП'ЮТЕРА

Функції:

1. Програма (Program) Цей тренажер має 21 тренувальну програму; їх опис наданий нижче.

A: 1 Ручна програма (Manual)

TIME	SPEED	PULSE
0:00	0.0	P
DIST. M		LEVEL
0.0		6
MANUAL		

B: 10 Встановлені програми P1-P10)

TIME	P1	PULSE
0:00	P 1	P
DIST. M		LEVEL
0.0		4
PROGRAM		

TIME	P2	PULSE
0:00	P 2	P
DIST. M		LEVEL
0.0		12
PROGRAM		

TIME	P3	PULSE
0:00	P 3	P
DIST. M		LEVEL
0.0		2
PROGRAM		

TIME	P4	PULSE
0:00	P 4	P
DIST. M		LEVEL
0.0		4
PROGRAM		

TIME	P5	PULSE
0:00	P 5	P
DIST. M		LEVEL
0.0		2
PROGRAM		

TIME	P6	PULSE
0:00	P 6	P
DIST. M		LEVEL
0.0		4
PROGRAM		

TIME	P7	PULSE
0:00	P 7	P
DIST. M		LEVEL
0.0		6
PROGRAM		

TIME	P8	PULSE
0:00	P 8	P
DIST. M		LEVEL
0.0		6
PROGRAM		

TIME	P9	PULSE
0:00	P 9	P
DIST. M		LEVEL
0.0		3
PROGRAM		

TIME	P 10	PULSE
0:00	P 10	P
DIST. M		LEVEL
0.0		6
PROGRAM		

P1: ПРОБІЖКА ПО ПАГОРБАХ, P2: ПРОБІЖКА ПО ДОЛИНІ, P3: СПАЛЕННЯ ЖИРУ, P4: НАХИЛ, P5: ПРОБІЖКА ПО ГОРАХ, P6: ІНТЕРВАЛИ, P7: КАРДІОТРЕНУВАННЯ, P8: ВИТРИВАЛІСТЬ, P9: ПРОБІЖКА ВГОРУ, P10: ПРОБІЖКА З ВІДНОВЛЕННЯМ СИЛ

C: 1 Контроль навантаження (WATT PRO: P16)

TIME	P 16	PULSE
0:00		P
DIST. M		LEVEL
0.0		6
		WATT PRO

D: 4 Контроль серцевого ритму: (PULSE PRO: P17-P20) 55% цільового серцевого ритму, 75% цільового серцевого ритму, 95% цільового серцевого ритму та цільовий серцевий ритм.

TIME	P 17	PULSE
0:00		P
DIST. M		LEVEL
0.0		1
		PULSE PRO

TIME	P 18	PULSE
0:00		P
DIST. M		LEVEL
0.0		1
		PROGRAM
		PULSE PRO

TIME	P 19	PULSE
0:00		P
DIST. M		LEVEL
0.0		1
		PULSE PRO

TIME	P 20	PULSE
0:00		P
DIST. M		LEVEL
0.0		1
		PULSE PRO

E: 5 користувацьких програм: CUSTOM1 - CUSTOM5 ((P11 ~ P15))

TIME	P 11	PULSE
0:00		P
DIST. M		LEVEL
0.0		1

TIME	P 12	PULSE
0:00		P
DIST. M		LEVEL
0.0		1

TIME	P 13	PULSE
0:00		P
DIST. M		LEVEL
0.0		1

TIME	P 14	PULSE
0:00		P
DIST. M		LEVEL
0.0		1

TIME	P 15	PULSE
0:00		P
DIST. M		LEVEL
0.0		1

1. Запам'ятовує користувацькі дані у 5-ти користувацьких програмах.
2. Відображає одночасно швидкість (в обертах на хвилину), час та потужність, калорії та дистанцію.
3. Комп'ютер автоматично відключиться, якщо протягом 4 хвилин не поступатиме сигнал руху чи сигнал пульсового датчика. При відключенні він збереже ваші поточні дані тренування та переключить рівень навантаження на мінімум. Якщо натиснути будь-яку кнопку або якщо почати рухати педалі, комп'ютер автоматично ввімкнеться.

Кнопки:

1. ENTER:

- В режимі STOP натисніть кнопку ENTER, щоб увійти в режим вибору програми та налаштувань. Відповідні символи почнуть блимати на екрані.

A: Після вибору програми натисніть Enter для підтвердження.

B: В режимі налаштувань натисніть ENTER, щоб підтвердити обране значення.

- В режимі START натисніть ENTER, щоб вибрати спосіб відображення швидкості (км/год, оберти на хвилину чи почергове відображення обома способами).

2. START/STOP:

- Натисніть кнопку START/STOP, щоб запустити або зупинити програму.
- У будь-якому режимі натисніть та утримуйте цю кнопку протягом 2-х секунд, якщо ви бажаєте повністю скинути всі дані комп'ютера.

3. ВГОРУ (UP):

- В режимі stop, коли блимають символи, натисніть цю кнопку, щоб обрати наступну програму. Якщо у відповідному віконці блимає якесь значення, натисніть цю кнопку, щоб збільшити це значення.
- В режимі start натисніть цю кнопку, щоб збільшити навантаження під час тренування.

4. ВНИЗ (DOWN):

- В режимі stop, коли блимають символи, натисніть цю кнопку, щоб обрати попередню програму. Якщо у відповідному віконці блимає якесь значення, натисніть цю кнопку, щоб зменшити це значення.
- В режимі start натисніть цю кнопку, щоб зменшити навантаження під час тренування.

5. ВІДНОВЛЕННЯ ПУЛЬСУ (RECOVERY):

- Спочатку перевірте свій поточний пульс та коли на екрані з'явиться значення вашого пульсу, натисніть цю кнопку, щоб увійти в режим перевірки відновлення пульсу.
- В режимі перевірки відновлення пульсу натисніть цю кнопку для виходу з цього режиму.

ПРИМІТКА: ① В одних моделях передбачені кнопки UP (вверх) та DOWN (вниз), а в інших - поворотні регулятори.

②Рекомендується розміщувати руки точно на пластинах датчиків для отримання більш точних значень.

Порядок дій:

1. Ввімкнення

Підключіть роз'єм адаптера до комп'ютера, а штекер адаптера - до електричної мережі. Пролунає звуковий сигнал і комп'ютер увійде до початкового режиму.

2. Вибір програми та налаштування значень

- Ручна програма (Manual) та встановлені програми (P1~P10)

A. Натисніть кнопки UP або DOWN для вибору бажаної програми.

B. Натисніть кнопку ENTER, щоб підтвердити обрану програму та увійти в режим налаштувань.

C. Значення часу (time) почне блимати; натисніть кнопки UP чи DOWN для вибору бажаного значення часу. Натисніть ENTER, щоб підтвердити обране значення.

D. Значення дистанції (distance) почне блимати; натисніть кнопки UP чи DOWN для вибору бажаного значення дистанції. Натисніть ENTER, щоб підтвердити обране значення.

E. Значення калорій (calories) почне блимати; натисніть кнопки UP чи DOWN для вибору бажаного значення калорій. Натисніть ENTER, щоб підтвердити обране значення.

F. Натисніть START/ STOP, щоб почати тренування.

- Програма контролю Watt (WATT PRO: P16)

A. Натисніть кнопки UP або DOWN для вибору бажаної програми контролю навантаження.

B. Натисніть кнопку ENTER, щоб підтвердити обрану програму контролю навантаження та увійти в режим налаштування часу.

C. Значення часу (time) почне блимати; натисніть кнопки UP чи DOWN для вибору бажаного значення часу. Натисніть ENTER, щоб підтвердити обране значення.

D. Значення дистанції (distance) почне блимати; натисніть кнопки UP чи DOWN для вибору бажаного значення дистанції. Натисніть ENTER, щоб підтвердити обране значення.

E. Значення калорій (calories) почне блимати; натисніть кнопки UP чи DOWN для вибору бажаного значення калорій. Натисніть ENTER, щоб підтвердити обране значення.

F. Значення навантаження (watt) почне блимати; натисніть кнопки UP чи DOWN для вибору бажаного значення навантаження. Натисніть ENTER, щоб підтвердити обране значення.

G. Натисніть START/ STOP, щоб почати тренування.

ПРИМІТКА: Значення WATT залежить від крутного моменту та кількості обертів на хвилину. В цій програмі значення WATT є постійним. Це означає, що якщо ви крутитимете педалі швидше, навантаження буде зменшуватися, а якщо ви крутитимете педалі повільніше, навантаження буде збільшуватися. При цьому значення watt залишається однаковим.

- ПРОГРАМА КОНТРОЛЮ СЕРЦЕВОГО РИТМУ 55% цільового серцевого ритму, 75% цільового серцевого ритму та 95% цільового серцевого ритму (PULSE PRO: P17-P19)

Максимальний серцевий ритм залежить від віку людини. Ця програма забезпечить вам правильне тренування в межах вашого максимального серцевого ритму.

A. Натисніть кнопки UP або DOWN для вибору бажаної програми контролю серцевого

ритму.

В. Натисніть кнопку ENTER, щоб підтвердити обрану програму контролю серцевого ритму та увійти в режим налаштування віку (AGE).

TIME		PULSE
0:00	25	P
DIST. M		LEVEL
00		1
		PULSE PRO

С. Значення часу (time) почне блимати; натисніть кнопки UP чи DOWN для вибору бажаного значення часу. Натисніть ENTER, щоб підтвердити обране значення.

Д. Значення дистанції (distance) почне блимати; натисніть кнопки UP чи DOWN для вибору бажаного значення дистанції. Натисніть ENTER, щоб підтвердити обране значення.

Е. Значення калорій (calories) почне блимати; натисніть кнопки UP чи DOWN для вибору бажаного значення калорій. Натисніть ENTER, щоб підтвердити обране значення.

Є. Значення віку (age) почне блимати; натисніть кнопки UP чи DOWN для вибору потрібного значення віку. Натисніть ENTER, щоб підтвердити обране значення.

Г. Коли блимає значення цільового серцевого ритму, комп'ютер відображає цільовий серцевий ритм користувача відповідно до його віку.

Н. Натисніть START/ STOP, щоб почати тренування.

● **ПРОГРАМА КОНТРОЛЮ СЕРЦЕВОГО РИТМУ ЦІЛЬОВИЙ СЕРЦЕВИЙ РИТМ (PULSE PRO: P20)**

Користувач сам може встановити значення цільового серцевого ритму для свого тренування.

А. Натисніть кнопки UP або DOWN для вибору бажаної програми цільового серцевого ритму.

В. Натисніть кнопку ENTER, щоб підтвердити обрану програму та увійти в режим налаштувань часу.

С. Значення часу (time) почне блимати; натисніть кнопки UP чи DOWN для вибору бажаного значення часу. Натисніть ENTER, щоб підтвердити обране значення.

Д. Значення дистанції (distance) почне блимати; натисніть кнопки UP чи DOWN для вибору бажаного значення дистанції. Натисніть ENTER, щоб підтвердити обране значення.

Е. Значення калорій (calories) почне блимати; натисніть кнопки UP чи DOWN для вибору бажаного значення калорій. Натисніть ENTER, щоб підтвердити обране значення.

Є. Значення цільового серцевого ритму (target heart rate) почне блимати; натисніть кнопки UP чи DOWN для вибору бажаного значення цільового серцевого ритму. Натисніть ENTER, щоб підтвердити обране значення.

Г. Натисніть START/ STOP, щоб почати тренування.

ПРИМІТКА: Під час тренування значення цільового серцевого ритму користувача залежить від рівня навантаження та швидкості. Програма контролю серцевого ритму контролюватиме ваш серцевий ритм в межах встановленого значення. Якщо комп'ютер

виявить, що ваш поточний серцевий ритм є вищим, ніж встановлений, він автоматично зменшить рівень навантаження; або ви також можете самі знизити швидкість тренування. Якщо ваш поточний серцевий ритм є нижчим, ніж встановлений, комп'ютер збільшить навантаження; або ви також можете самі збільшити швидкість тренування.

• Користувацькі програми (User Profile Programs): CUSTOM1~CUSTOM5 (P11-P15)

A. Натисніть кнопки UP або DOWN для вибору користувацької програми.

B. Натисніть кнопку ENTER, щоб підтвердити обрану програму та увійти в режим налаштувань часу.

C. Значення часу (time) почне блимати; натисніть кнопки UP чи DOWN для вибору бажаного значення часу. Натисніть ENTER, щоб підтвердити обране значення.

D. Значення дистанції (distance) почне блимати; натисніть кнопки UP чи DOWN для вибору бажаного значення дистанції. Натисніть ENTER, щоб підтвердити обране значення.

E. Значення калорій (calories) почне блимати; натисніть кнопки UP чи DOWN для вибору бажаного значення калорій. Натисніть ENTER, щоб підтвердити обране значення.

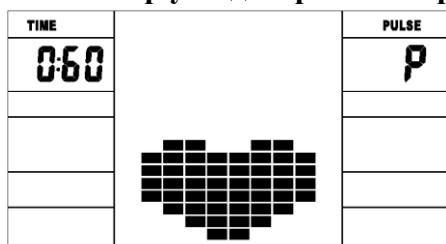
F. Значення першого рівня навантаження (resistance) почне блимати; натисніть кнопки UP чи DOWN для вибору потрібного значення навантаження. Натисніть ENTER, для підтвердження. Потім повторіть вищенаведені кроки для налаштування рівнів навантаження з 2 по 10.

G. Натисніть START/ STOP, щоб почати тренування.

Перевірка відновлення пульсу призначення для того, щоб порівняти ваш серцевий ритм до та після тренування. Вона допомагає визначити витривалість вашого серця. Для здійснення перевірки відновлення пульсу зробіть такі кроки:

A. Покладіть обидві руки на пульсовий датчик або скористуйтеся бездротовим передатчиком (при наявності), та комп'ютер відобразить ваш поточний пульс.

B. Натисніть RECOVERY, щоб увійти в режим перевірки відновлення пульсу та комп'ютер увійде в режим stop.



C. Виміряйте пульс, утримуючи руки на пульсових датчиках.

D. Час буде відраховуватись у зворотному напрямку з 60 секунд до 0.

E. Коли час досягне значення 0, на екрані з'являться результати перевірки (F1-F6).

F1=відмінно, F2=добре, F3=непогано, F4=нижче середнього, F5=незадовільно, F6=погано

F. Якщо комп'ютер спочатку не отримав від датчика дані про ваш поточний пульс, натискання кнопки RECOVERY не призведе до входу в режим перевірки відновлення пульсу. В режимі перевірки відновлення пульсу натисніть RECOVERY, щоб вийти з режиму та повернутися до режиму stop.

4. Вимірювання пульсу

Візьміться обома руками за контактні поверхні та за 3-4 секунди екран покаже ваш поточний пульс в ударах на хвилину (BPM). Під час вимірювання на екрані відобразатиметься символ серця, імітуючи режим ЕКГ.

Примітка: Під час процесу вимірювання пульсу, через затискання контактів, відображене значення у перші 2-3 секунди може бути вищим, ніж фактичне, та потім воно повертається до нормального рівня. Це відображене значення не може братися до уваги у медичних цілях.

ПРИМІТКА: Якщо комп'ютер також обладнаний бездротовим пристроєм для вимірювання серцевого ритму та з функцією вимірювання пульсу, пріоритетним є сигнал від ручних пульсових датчиків.

Характеристики

Швидкість км/год (миль/год): відображає вашу поточну швидкість. Діапазон: 0.0~99.9 км/год (миль/год).

Оберти на хвилину: відображає поточну кількість обертів на хвилину. Діапазон: 0 - 999.

Час: відображає загальний час тренування. Діапазон (загальний): 0:00 - 99:59.

Діапазон відображення: 5:00 - 99:00. Комп'ютер відраховує час у зворотному напрямку від встановленого значення до 0:00, із приблизно однаковими інтервалами для кожного рівня навантаження. Коли час доходить нуля, програма зупиняється та лунає звуковий сигнал. Якщо не встановити значення часу, кожний рівень навантаження триватиме одну хвилину.

Дистанція: загальна дистанція тренування. Діапазон: 0.0~99.9~999 км (миль). Діапазон відображення: 1.0~99.0~999. Коли дистанція доходить нуля, програма зупиняється та лунає звуковий сигнал.

Калорії: загальна кількість калорій, спалених під час тренування. Діапазон: 0,0 - 99,9 - 999. Діапазон відображення: 10,0 - 90,0 - 990. Коли значення калорій доходить нуля, програма зупиняється та лунає звуковий сигнал.

Пульс: відображає значення серцевого ритму під час тренування.

Діапазон: 60~240 уд/хв (ударів на хвилину)

Рівень навантаження: відображає рівень навантаження під час тренування. Діапазон: 1 - 16

WATT: відображає watt, з інтервалом 10, між 30 - 350

■ АДАПТЕР

НА ВХОДІ: 230 В (змінний струм)

НА ВИХОДІ: 8 В (постійний струм), 500 мА