

HANDLEIDING Toorx Active PRO Roeitrainer



Bedankt voor uw aankoop van de Toorx Active PRO Roeitrainer. Voor vragen over het gebruik van het toestel mag u ons altijd bellen via 0165512603 of mailen naar info@nrgfitness.nl,

MONTAGE INSTRUCTIES

STAP 1

Plaats de hoofdeenheid van de roeimachine zoals getoond in afbeelding A.

Plaats de ACHTERSTEUN (5) in het BASISFRAME (3) en zet vast met BUTTON HOOFD BOUTEN (M6x15mm) (63) en WASHERS (M6) (64).

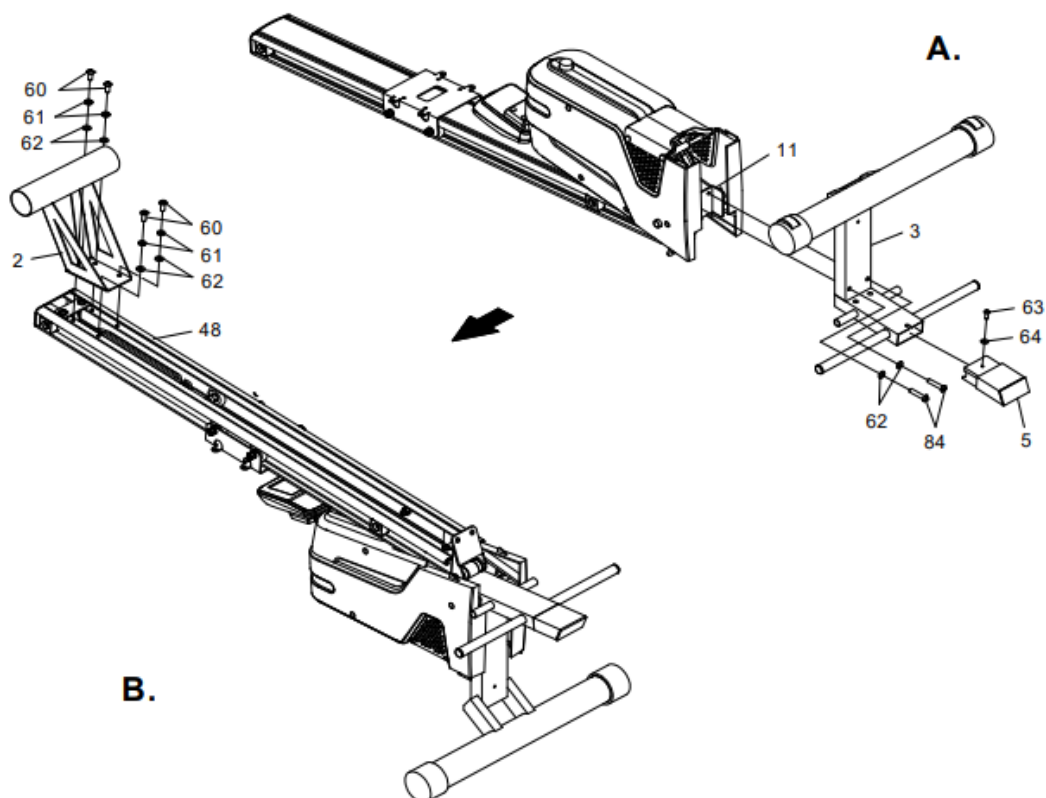
Bevestig het BASISFRAME (3) aan de VERBINDINGSBEUGEL (11) met KNOPKOP BOUTEN (M8x40mm) (84) en WASHERS (M8) (62).

STAP 2

Zie afbeelding B. Draai de hoofdeenheid van de roeitrainer ondersteboven.

Bevestig de ACHTERSTE STAND (2) aan de RAIL (48) met BUTTON HEAD BOLTS (M8x15mm)

(60), Revette (M8) (61) en WASHERS (M8) (62).



STAP 3

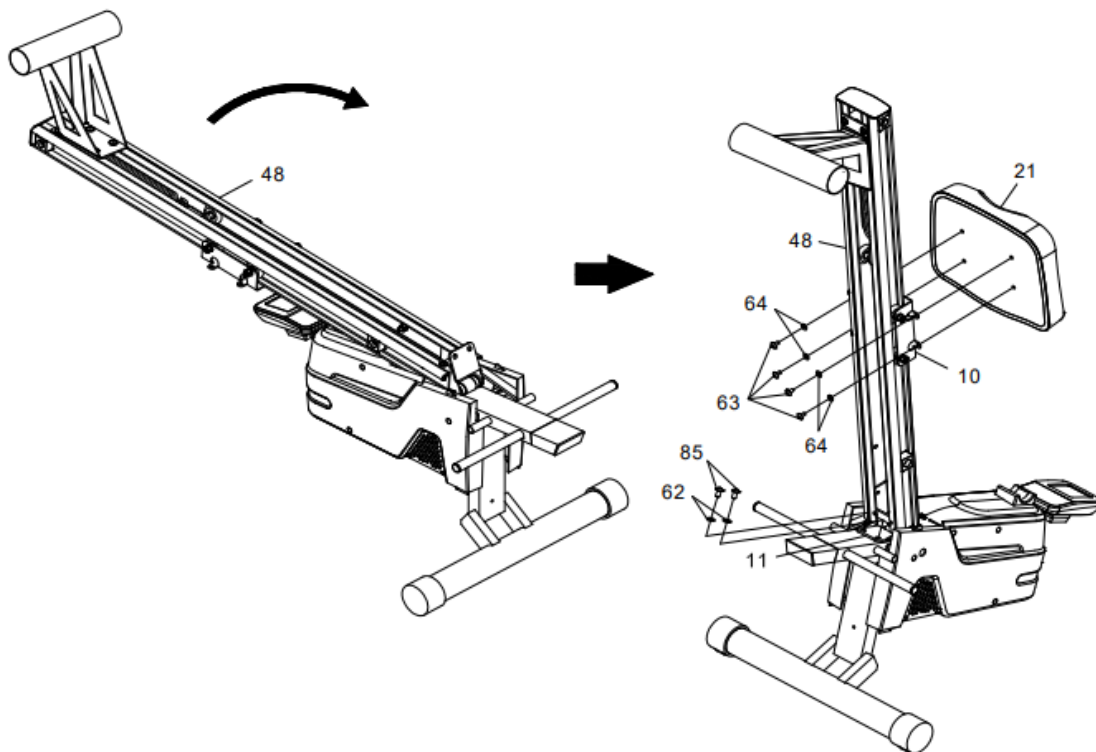
Raadpleeg de illustratie hieronder.

Vouw de RAIL open (48) en bevestig vervolgens de VERBINDINGSSTEUN (11) aan de BASE

FRAME (3) met BUTTON HEAD BOLTS (M8x20mm) (85) en WASHERS (M8) (62).

STAP 4

Bevestig de SEAT (21) aan de SEAT CARRIAGE (10) met ROUND HEAD BOLTS (M6x15mm) (63) en WASHERS (M6) (64).



STAP 5

Raadpleeg de detailweergave C. Steek de **STUURHENDEL (15)** door de **STUURHENDELMOES (111)**.

Schuif de **FOAM GRIP (22)** op het uitstekende uiteinde van de **HANDLEBAR (15)**. Druk op de **RONDE**

PLUG (23) in het uiteinde van de **STUUR (15)**.

OPMERKING: Smeer de **STUURBALK (15)** met een kleine hoeveelheid vloeibare zeep of water voor gemakkelijker

installatie van de **FOAM GRIP (22)**.

STAP6

Plaats de **END CAP (60 mm) (30)** in **REAR STAND (2)**.

STEP7

Schuif de **VOORKLEP (28)** op de **LINKER- en RECHTERKAP (17, 18)** en bevestig vervolgens

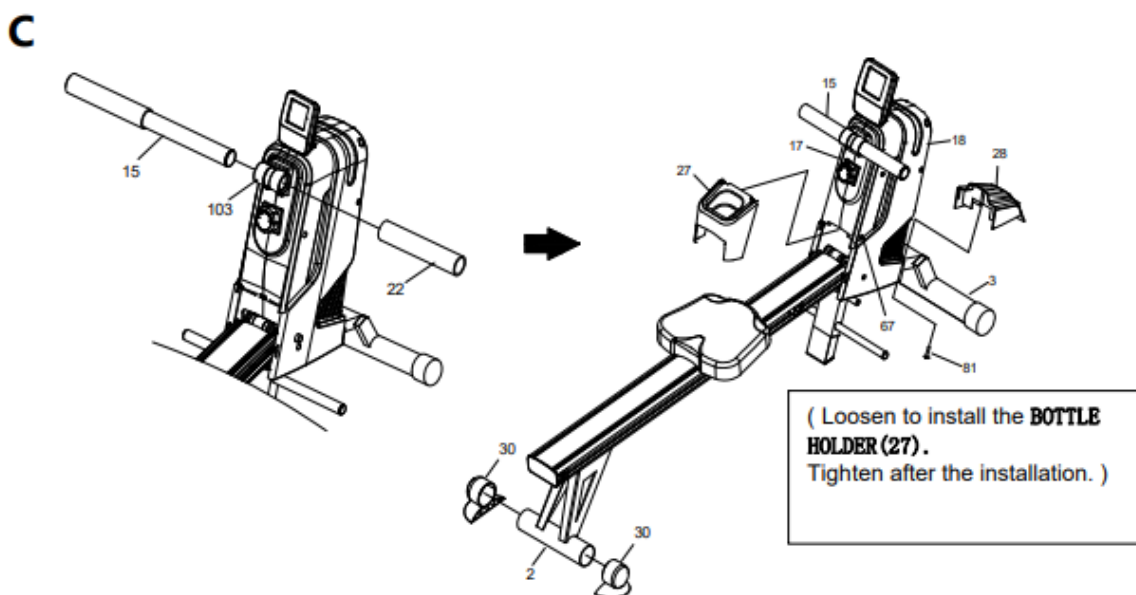
naar het **BASISFRAME (3)** met **RONDE KOPTREEP (M4.2x45mm) (81)**.

STAP 8

Om de **FLESSEHOUDER (27)** te helpen installeren, draait u de **SCHROEF (M4.2x16mm) (67)** **RECHTS** los

DEKSEL (18). Duw de **FLESHOUDER (27)** in de opening van de **LINKER** en **JUISTE DEKKINGEN (17,**

18). Draai de **SCHROEF (M4.2x20mm) (16)** op de **RECHTERKAP (18)** vast.



STAP 9

Steek de PEDALSTANG (6) door de buis in het BASISFRAME (3). Schuif een PEDAL CAP (19) op elk uiteinde van de PEDAL SHAFT (6). Zet vervolgens de PEDAL CAPS (19) vast met

KNOPKOPBOUTEN (M8x15mm) (60) en LARGE WASHERS (M8) (83) aan beide uiteinden van de

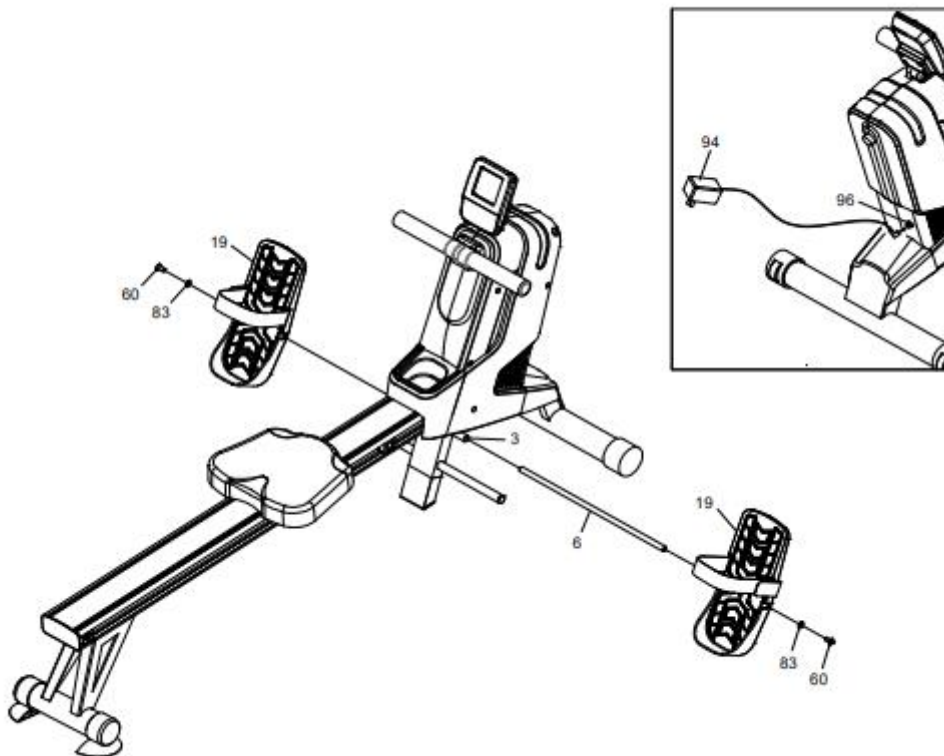
PEDAL SHAFT (6). U moet twee Allen Wrenches gebruiken om de BUTTON HEAD BOLTS aan te halen

(M8x15mm) (60) aan beide uiteinden van de PEDAL SHAFT (6) op hetzelfde moment.

STAP 10

Raadpleeg de detailweergave. Sluit de ADAPTER (94) aan op de SOCKET van de DC POWER WIRE (96)

bevindt zich aan de voorkant van de roeier. Sluit de ADAPTER (94) aan op een stopcontact.



PEDAALBAND AANPASSING

Als u denkt dat het comfortabeler is voor uw training, kunt u de PEDAL STRAP (20) aan de

onderste positie in de PEDAALKAP (19) zoals getoond in illustratie 1 hieronder.

Leid de PEDAALBAND (20) door de opening vanaf de onderkant van de PEDAALKAP (19). Trek aan de

PEDAALBAND (20) om de knoop te maken tegen de onderkant van de PEDAALKAP (19).

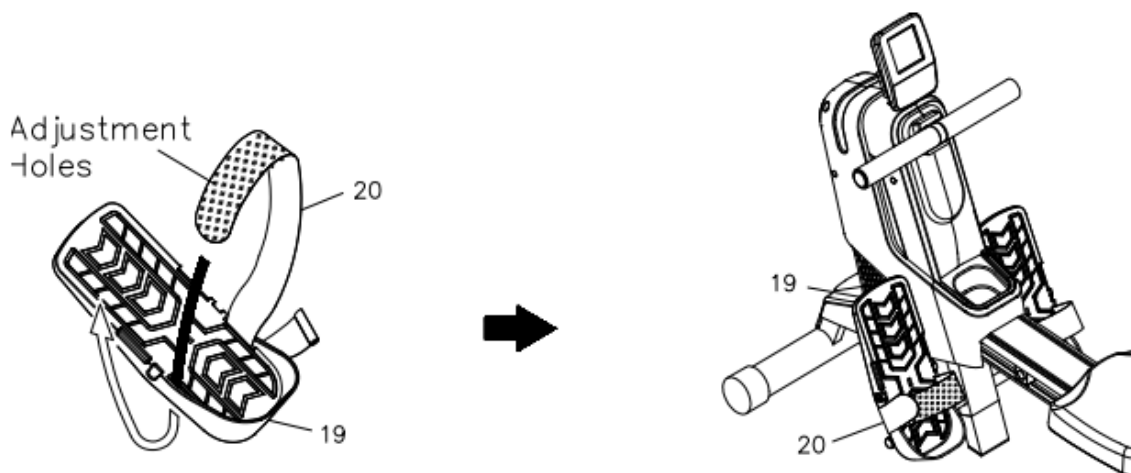
Leid de PEDAALBAND (20) door de opening in de PEDAALKAP (19) aan de andere kant

de bovenkant zoals getoond in afbeelding 1, en maak dan het uiteinde van de PEDAALBAND (20) omhoog om te bevestigen

op het bovenste deel van de PEDAL-STRAP (20) met de Hook & LoopPad.

Bevestig het uiteinde van de PEDALBAND (20) op een andere positie met het klittenband om aan te passen

de lengte. Zie afbeelding 2.



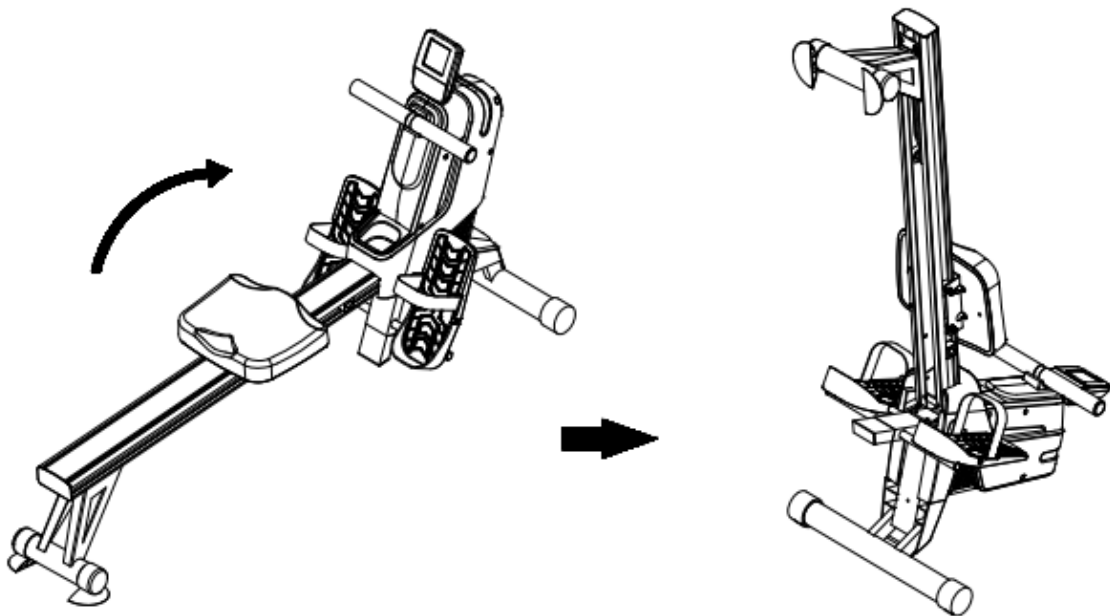
OPSLAG

1. Bewaar de roeitrainer eenvoudig op een schone, droge plaats.
2. Verplaats de roeimachine met de bewegende wielen op de voorste stabilisator van het BASISFRAME (3). Lift

de ACHTERSTE STAND (2) om de roeimachine te verplaatsen. Gebruik de SEAT (21) niet om de roeimachine te verplaatsen.

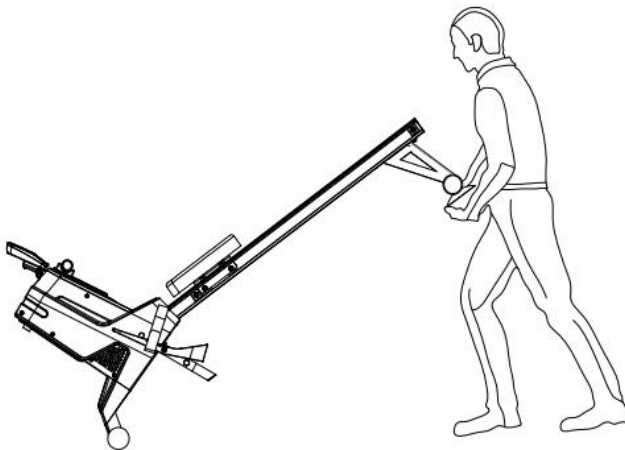
De SEAT (21) zal bewegen en de SEAT CARRIAGE (10) kan uw hand of vingers kneuzen.

3. Raadpleeg de onderstaande illustratie. U kunt de Roeitoestel aan het einde laten staan om op te slaan.



De roeitrainer verplaatsen

Verhoog de achterste stabilisator en druk op de roeimachine wanneer u hem wilt verplaatsen.



COMPUTER INSTRUCTIES



A. Start:

Sluit alle kabels op de monitor aan.

b. Na het opstarten lichten alle LCD-segmenten gedurende 2 seconden op en wordt de CPU gereset. De monitor gaat naar de beginmodus.

Als de verbindingkabels onjuist zijn geïnstalleerd, werkt de motor niet. Alvorens service te vragen, controleer of alle verbindingkabels goed zijn aangesloten en reset vervolgens de computer of druk op "START / STOP (vasthouden om te resetten)" knop naar herstart systeem. Als de motor nog steeds niet werkt, bel dan met de klantenservice.

B. Overzicht knoppen:

START STOP:

1. Om de training te starten of te pauzeren.

FUN / SCAN:

1. Stop conditie, druk op deze knop om de parameters Instellingen in te voeren
2. Bevestig de ingestelde waarden van de parameters en in de volgende parameter Instelling
3. De START-status, druk op deze knop geeft de huidige vaste parameterwaarden weer, en

druk vervolgens op de schakelaar voor het automatisch weergeven van de functieparameters

c. ○, + ▲:

1. Verhoog om de parameterwaarden aan te passen in de toestand van parameterinstellingen

2. Verhoog de weerstandsbeweging in de START-status

d. ○, - ▼:

1. Verklein om parameterwaarden aan te passen in de toestand van parameterinstellingen

2. Verminder in de START-stand de weerstandsbeweging.

PROG / RESET:

1. STOP-status, selecteer de gewenste bewegingspatronen van de gebruiker

2. Elke staat, houd deze knop lang ingedrukt gedurende 5 seconden, elektronisch reset van het horloge, naast

de ODO reset alle gegevens

f. Een toetsencombinatie: FUN / SCAN en tegelijkertijd de UP (+) knop gedurende 3 seconden in de

introspectie van de motor

g. Toetsencombinatie 2: tegelijkertijd de PROGRAMMA en de DOWN (-) knop gedurende 3 seconden,

onderzocht de ODO-waarden

11

C. FUNCTIES:

PROGRAMMA:

Selectie van trainingsmodus. Er zijn in totaal 19 programma's P01-P15, U1-U4.

TIJD:

De trainingsduur wordt tijdens het sporten op het display weergegeven. Als er binnenin geen signaal wordt gedetecteerd

256 seconden, ga naar SLEEP MODE. Werk de computer op door op een willekeurige toets of signaalingang of te drukken

begin met trainen, alle waarden zullen nul resetten.

Tel op: zonder de tijdwaarde in te stellen, telt de monitor de tijd op van 0:00 tot 99:59.

Aftellen: als u de trainingstijd instelt, telt de monitor af van uw ingestelde waarden.

Zodra de instelwaarde bereikt is, produceert de monitor BEEP-geluiden en stopt dan, druk op START / STOP

toets om het formulier 0:00 op te tellen

AFSTAND

De afstand wordt in het venster weergegeven. De monitor begint vanaf 1 meter te berekenen

999meter en de maateenheid is 1 meter. Na het bereiken van 1 KM wordt de maateenheid 0,1

KM (100 meter). De monitor zal van 1.000 KM tot 9.999 KM weergeven.

Tel op: zonder de afstandswaarde in te stellen, telt de monitor op van 1M-9.999 KM.

Aftellen: als u de trainingsafstand instelt, telt de monitor af van uw ingestelde waarden.

Zodra de instelwaarde bereikt is, produceert de monitor pieptonen en stopt dan, druk op START / STOP

sleutel om op te tellen vanaf 1 meter

CALORIE

De verbrande calorieën worden in het venster weergegeven. Het toepassingsgebied is 0.0-999kcal.

Tel op: zonder de caloriewaarde in te stellen, telt de monitor het aantal op van 0,0 tot 999.

Aftellen: als u het calorieverbruik opgeeft, telt de monitor af van uw instelling waarden. Zodra de instelwaarde bereikt is, produceert de monitor piepgeluiden en stopt dan, druk op

START / STOP-toets om het formulier 0.0 op te tellen.

Count:

De telling wordt getoond op het scherm tijdens het trainen. Als er binnen 256 geen signaal wordt gedetecteerd

seconden, wordt nul gereset.

Tel op: zonder de telwaarde in te stellen, telt de monitor de telling op van 0 tot 9999.

Aftellen: als u de trainingstijd instelt, telt de monitor af van uw ingestelde waarden.

Zodra de instelwaarde bereikt is, produceert de monitor pieptonen en stopt dan, druk op START / STOP

sleutel om formulier 0 te tellen.

WATT

De waarde van de huidige watt tijdens het trainen, die zal veranderen als de weerstand of snelheid veranderingen.

SLAGEN / MIN

Het betekent de bewegingstijden van de roeier per minuut.

D. OPERATIONELE ORDE:

Er zijn in totaal 20 programma's en USER kan de trainingsduur instellen en vervolgens verdeelt het programma dit

werktijd in 10 delen,

Als de gebruiker de werktijd niet instelt, telt het programma op per seconde en per onderdeel

tel 1 minuut.

Handmatig programma

Vooraf ingesteld programma: Programma 01 - Programma 14

1. Druk op de PROGRAM-knop tot het gewenste programma
2. Druk op de knop FUN / SCAN om het programma te openen.
3. Het tijddisplay knippert en druk vervolgens op de knop "omhoog of omlaag" om het gewenste in te stellen

tijd om de oefening te doen. Druk op de knop FUN / SCAN om uw instellingswaarde te bevestigen

4. Het telscherf knippert en druk vervolgens op de knop "omhoog of omlaag" om het gewenste in te stellen

waarde. Druk op de knop FUN / SCAN om uw instellingswaarde te bevestigen.

5. De afstandsdisplay knippert en druk vervolgens op de "omhoog of omlaag" knop om de

gewenste afstand die u wilt bereiken. Druk op de knop FUN / SCAN om uw instelling te bevestigen

waarde

6. De calorieweergave knippert en druk vervolgens op de knop "omhoog of omlaag" om het gewenste in te stellen

calorie die je graag zou willen bereiken. Druk op de knop FUN / SCAN om uw instellingswaarde te bevestigen

7. Druk op de START / STOP-knop om te beginnen met trainen.

Notitie:

1. Druk op de knop FUN / SCAN naar de volgende functie-instelling.
2. Er zullen piepgeluiden klinken wanneer u de gewenste waarde bereikt.

Als er meer dan één gewenste waarde is, drukt u op de START / STOP-knop om door te gaan met trainen

na een piep en om de volgende te bereiken.

Competitieprogramma: Programma 15

- 1 Druk op de PROGRAM-knop tot P15.

- 2 Druk op de knop FUN / SCAN om naar het wedstrijdprogramma te gaan.

- 3 Het tijddisplay knippert en druk vervolgens op de knop "omhoog of omlaag" om het te configureren

gewenste tijd om de oefening te doen. Druk op de knop FUN / SCAN om uw instellingswaarde te bevestigen

4 De afstandsdisplay knippert en druk vervolgens op de knop "omhoog of omlaag" om de

gewenste afstand die u wilt bereiken. Druk op de FUN / SCAN-knop om uw te bevestigen

waarde bepalen

5 Druk op de START / STOP-knop om te beginnen met trainen.

Notitie:

1. Druk op de FUN / SCAN-knop om de volgende functie in te stellen.

2. Er zijn twee delen van weergave: het bovenste en het onderste deel.

De bovenste: eenheid werkt de afstand uit, elke balk betekent 1/10 van de gewenste afstand

De down: unit werkt tijd uit, elke balk betekent 1/10 van de gewenste tijd

3. Wanneer de gebruiker de trainingsduur van de eenheid bereikt, en de afstand minder is dan dat de eenheid traint

afstand. De afstandsbalk knippert en betekent dat de gebruiker het gewenste werk niet bereikt

afstand. Anders zullen de balken groter worden, zodat de training goed is.

GEBRUIKERSPROGRAMMA: (U1-U4)

1. Druk op de PROGRAM-knop om U1-U4 te selecteren.

2. Druk op de knop FUN / SCAN om het USER-programma te openen.

3. Het tijddisplay knippert en druk vervolgens op de knop "omhoog of omlaag" naar

Stel de gewenste tijd in om de oefening te doen. Druk op de FUN / SCAN-knop om uw te bevestigen

waarde bepalen

Het telscherm zal knipperen en druk vervolgens op de knop "omhoog of omlaag" om het te configureren

Gewenste waarde. Druk op de knop FUN / SCAN om uw instellingswaarde te bevestigen.

4. De afstandsdisplay knippert en druk vervolgens op de knop "omhoog of omlaag"

om de gewenste afstand in te stellen die u wilt bereiken. Druk op de FUN / SCAN-knop tot

bevestig uw instellingswaarde

5. De calorieweergave knippert en druk vervolgens op de knop "omhoog of omlaag" naar

stel de gewenste calorie in die u wilt bereiken. Druk op de knop FUN / SCAN om te bevestigen

uw instellingswaarde

6. Profiel knippert en druk vervolgens op de knop "omhoog of omlaag" om het te configureren

gewenste profielwaarde die u wilt bereiken. Druk op de FUN / SCAN-knop om uw te bevestigen

waarde bepalen. Op dezelfde manier instellen tot alle profielen klaar zijn.

7. Druk op de START / STOP-knop om te beginnen met trainen.

Notitie:

1. Er zullen piepgeluiden klinken wanneer de gewenste waarde bereikt is ..

2. Als er meer dan één gewenste waarde is, drukt u op een willekeurige toets om door te gaan met oefenen na piepton,

en om de volgende te bereiken.