

הוראות הפעלה

BIOCOR 9500R+

Sportal
ציוד כושר



תצוגה:

המסך מראה את הערכים הבאים –

LEVEL- דרגת התנגדות

PROGRAM – מספר תוכנית

TIME – זמן אימון

SPEED – מהירות בקמ"ש

RPM – סיבובים לדקה

DISTANCE – מרחק בק"מ

ODO – המרחק המצטבר שעשה המכשיר

CALORIES – כמות הקלוריות שנשרפה

WATT – מראה כמות אנרגיה

TARGET HR – דופק מטרה

PULSE – דופק קצב לב



תיאור לוח מקשים:

MODE - לבחירת פונקציה רצויה

ENTER – להזנת ערך יעד

RECOVERY – התאוששות

+ העלאת התנגדות / שינוי נתונים

- הורדת התנגדות / שינוי נתונים

START / STOP ST/SP – התחלה / עצירה

אימון:

לחץ על כפתור ST/SP לתחילת האימון.
לחץ על פלוס או מינוס כדי להגביר או להוריד את ההתנגדות.
לחץ על כפתור MODE לבחירת קריאת הנתונים השונים.
בסוף האימון יש ללחוץ על כפתור ST/SP על מנת לאפס את הנתונים ל-0.

תוכניות:

P1 – ידני

P2-P7 תוכניות קבועות

P8 - מדידת שומנים BODY FAT

P9 – תוכנית דופק מטרה

P10-P12 – תוכניות דופק

P13 – תוכנית אימון אישי USER

- לאחר בחירת התוכנית המתאימה יש ללחוץ על כפתור ENTER, לחיצה על כפתורים + / - לשינוי הנתונים הרצויים.

אזהרה:

זמן שימוש רצוף מומלץ הינו שעה אחת.

פרטים נוספים ושאלות:

מחלקת שירות ספורטל 1-599-501-466

לשאלות ומידע נוסף במייל: Sportal@netvision.net.il

כתובת אתר: WWW.L-SPORTAL.CO.IL

ספורטל מאחלת לכם אימון מהנה