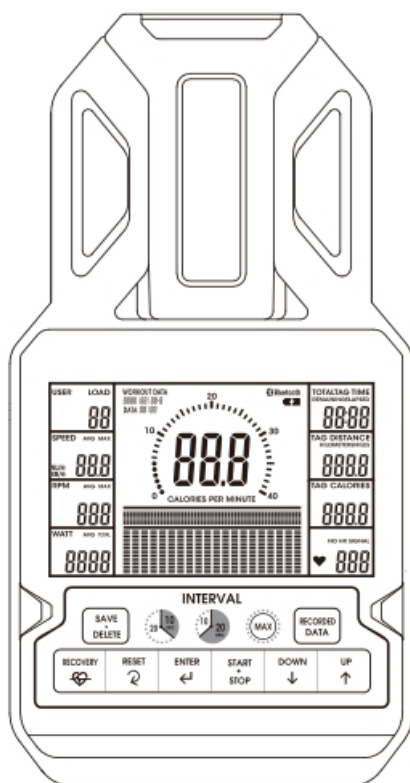


הוראות הפעלה

אליפטיקל חשמלי משולב סטפר SPORTOP CTS VE520





פונקציות הכפתור

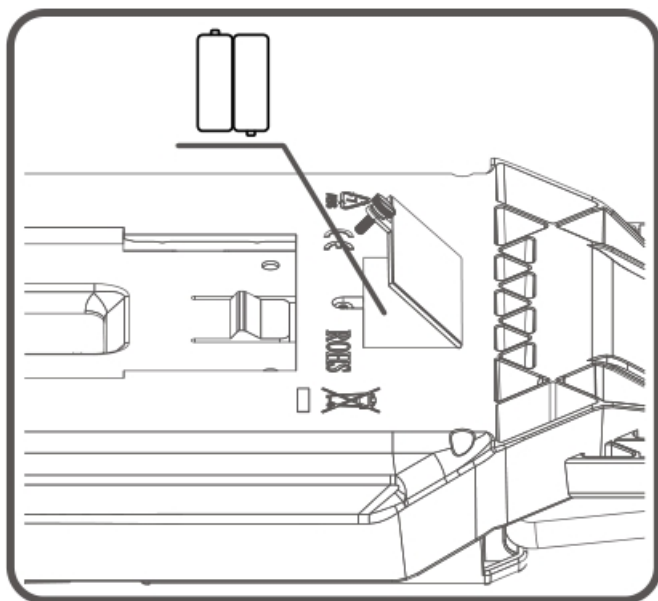
למעלה	כדי לבצע התאמה כלפי מעלה לכל נתוני פונקציה או להגדיל אימון התנגדות.	
למטה	כדי לבצע התאמה כלפי מטה לכל נתוני פונקציות או להקטין אימון התנגדות.	
כניסה	אישור כל ההגדרות.	
התחלה / הפסקה	כדי להתחיל או להפסיק את האימון לחץ על התחלה / הפסקה, זה יכול להיות התחלה מהירה לתוכנית.	
אתחול	כדי לאפס את ההגדרות ולהעביר את הצג למצב אימון ראשוני לבחירה. לחץ על כפתור אתחול למשך 2 שניות לאיפוס כולל.	
התאוששות	פונקציית ההתאוששות.	
הקלטת נתונים	במצב הפסקה, המשתמש רשאי ללחוץ על כפתור הקלטת נתונים כדי לבדוק את הנתונים.	
שמירה / מחיקה	כאשר לוחצים על הפסקה כדי להפסיק את האימון, חלון תצוגת המידע יזכיר אם הנתונים שמורים, לחץ על שמור כדי לשמור אותם, כאשר המשתמש בודק את הנתונים המקולטים, לחץ על מחק ואז המערכת תזכיר אם למחוק מידע זה, לחץ על אישור כדי לאשר.	
הפסקה	20/10	תוכנית זו מאפשרת למשתמש לעבוד 20 שניות ולנוח 10 שניות, ולחזור על זה במשך 8 מחזורים.
	10/20	תוכנית זו מאפשרת למשתמש לעבוד 10 שניות ולנוח 20 שניות, ולחזור על זה במשך 8 מחזורים.
	מקס	תוכנית זו מאפשרת למשתמש לעבוד 20 שניות עם קושי 5 ולנוח 80 שניות, ולחזור על זה במשך 8 מחזורים.

פונקציות התצוגה

זמן	הזמן ייספר בין 00:00 למקסימום 99:59, כל דקה היא תוספת.
מהירות	מציג את מהירות האימון הנוכחית. המהירות המרבית היא 99.9 קמ"ש.
סיבובים לדקה	מציג את הסיבוב לדקה. טווח תצוגה 0 ~ 999 סיבובים לדקה.
מרחק	צובר מרחק מ 0 עד 999.9 קמ"ש. המשתמש יכול להגדיר מראש את נתוני מרחק היעד על ידי לחיצה על המקש למעלה או למטה.
קלוריות	צריכת קלוריות במהלך אימון מ-0 עד 9999 קלוריות מקסימליות. כל הגדלה או ירידה היא 10 קילוגרם. (נתונים אלה הם מדריך להשוואה בין אימונים שונים אשר לא ניתן להשתמש בהם בטיפול רפואי.)
דופק	המשתמש רשאי להגדיר דופק בין 0 - 30 ל-230.
וואט	הצג וואט אימונים נוכחי. טווח תצוגה 0 ~ 999.

התקנת סוללות

הסוללה ממוקמת על מנת לשמור על לוח השנה פעיל



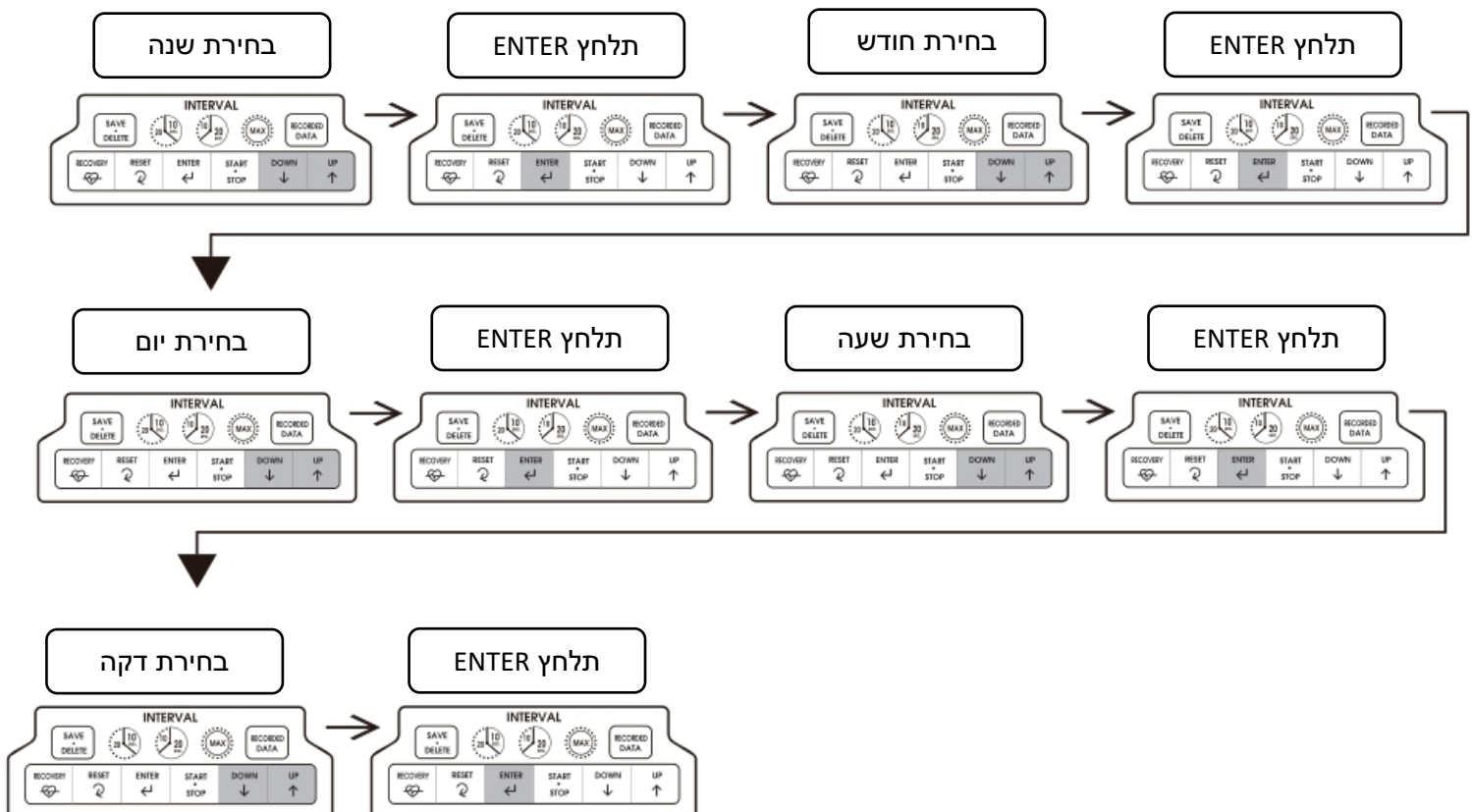
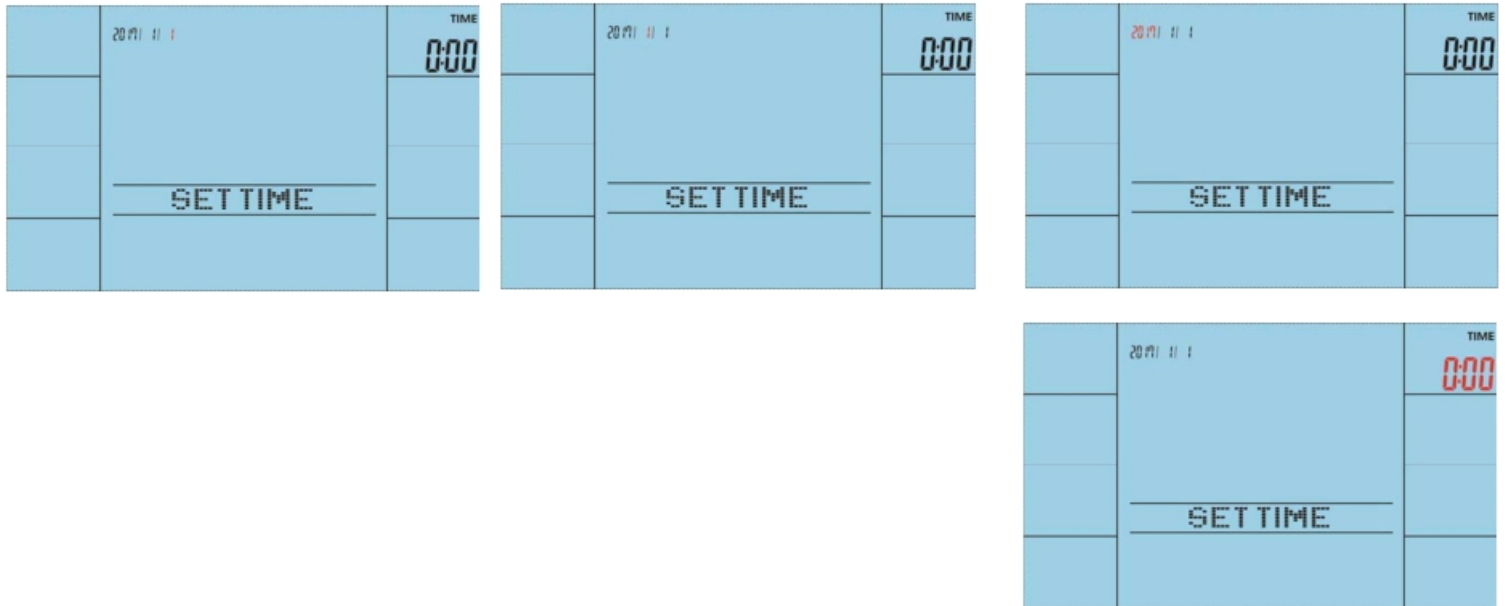
1. שחרר את הכפתור של מכסה הסוללה.
2. הסר את מכסה הסוללה.

פעילות

חבר את ספק הכוח לצג או לחץ על כפתור אתחול למשך 2 שניות, הצג יציג את כל הקטעים עם צליל צפצוף ארוך למשך 2 שניות.

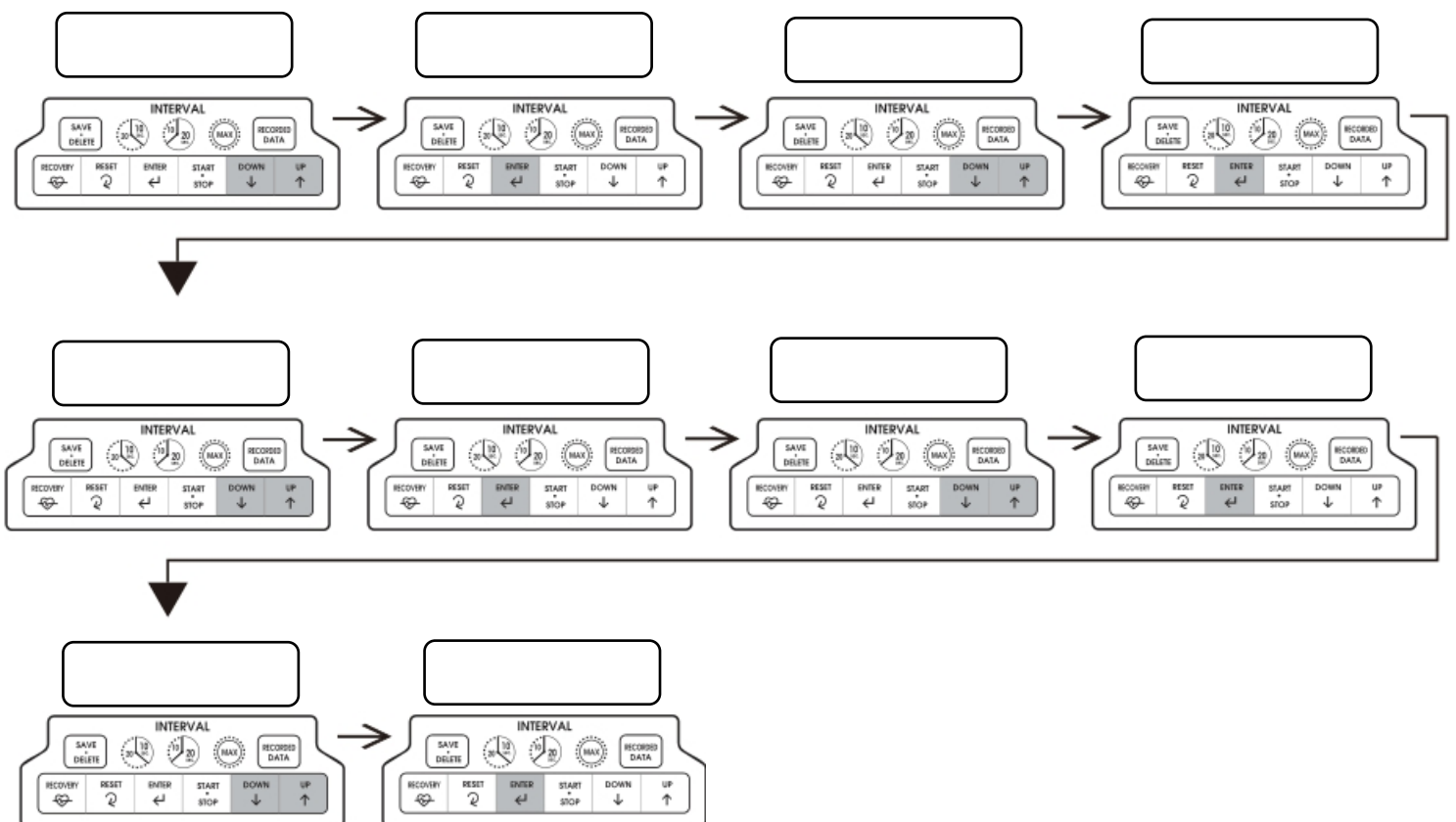
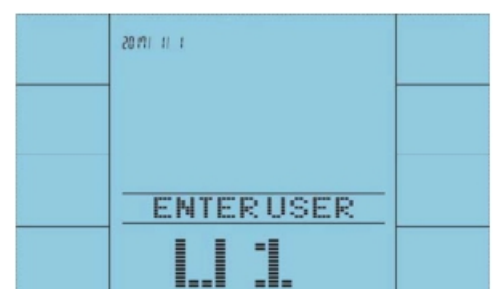
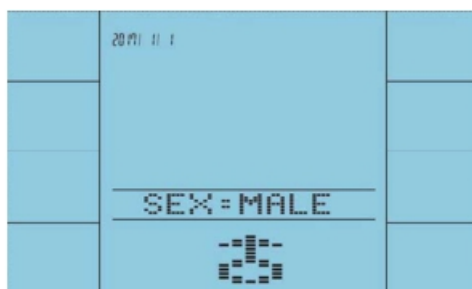


לאחר מכן עבור אל הגדרת לוח שנה ושעון, הגדר את השעון ואת לוח השנה על ידי לחיצה על "למעלה" או "למטה" באמצעות כפתור ENTER.



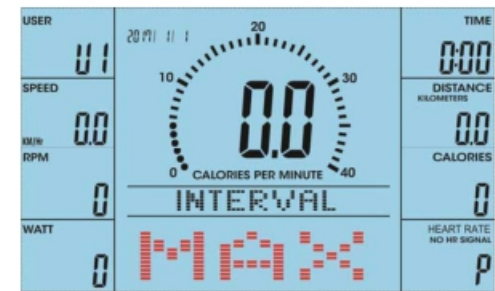
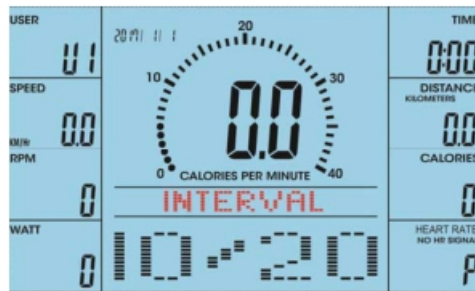
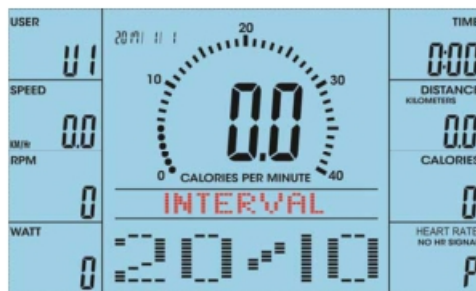
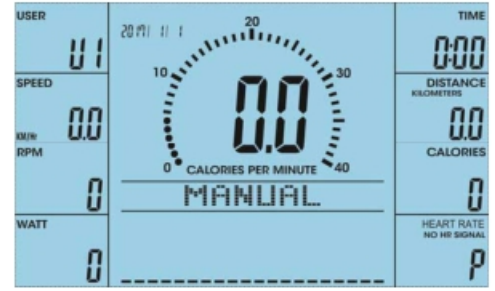
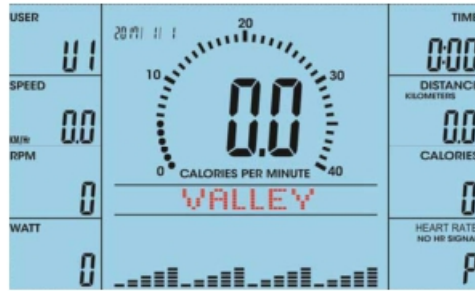
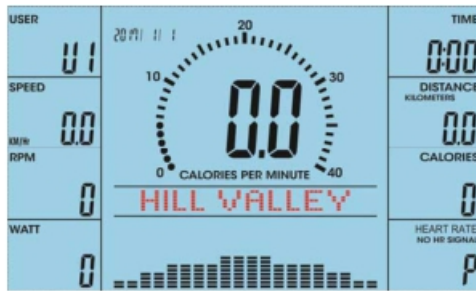
אם המשתמש מעוניין להתאים את לוח השנה, צריך להסיר את הסוללה ולהפעיל מחדש את המסוף לפני איפוס היום.

המשתמש רשאי ללחוץ על מקש "למעלה" או "למטה" כדי לבחור משתמש 1 ~
 4 ולחץ על ENTER לאישור. לאחר מכן, הגדרו מראש את פרטי המשתמש
 עבור משקל, גובה גיל ומין.



נוהל הפעולה

אפשרויות התוכנית הן ידנית.

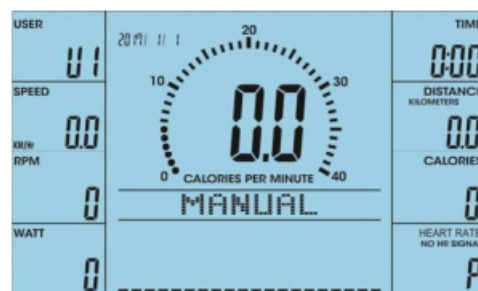


התחלה מהירה

1. לחץ על מקש ENTER למדריך.

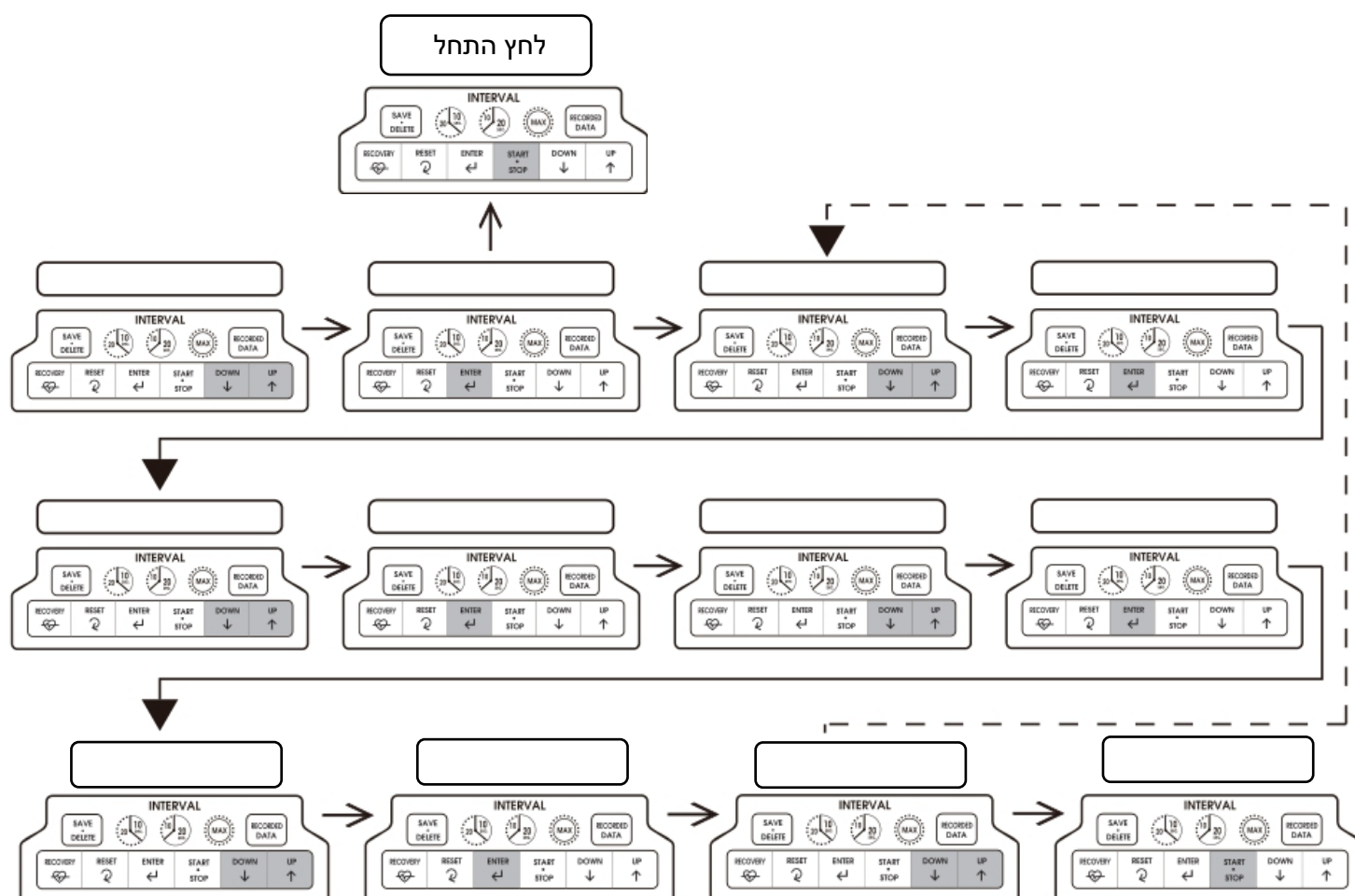
2. לחץ על מקש התחל כדי להתחיל להתאמן. רמת ההתנגדות ניתנת להתאמה במהלך הפעילות.

3. המשתמש יכול ללחוץ על הפסקה כדי להפסיק להתאמן.



מצב ידני

1. לאחר בחירת מצב ידני, לחץ על מקש ENTER כדי להיכנס. המשתמש יכול להשתמש במקשים למעלה או למטה כדי להגדיל או להקטין את רמת העומס (מ 1 ל-16) ולחץ על מקש ENTER כדי לאשר.
2. המשתמש רשאי להגדיר מראש את נתוני התרגיל של זמן / מרחק / קלוריות / דופק ולחץ התחל / עצור כדי להתחיל בפעילות גופנית. המשתמש יכול ללחוץ על אתחול כדי לחזור להגדרת ידני.
3. הרמה ניתנת להתאמה במהלך האימון. לחץ על מקש התחלה כדי להתחיל, אל תגדיר שום ערך יעד.

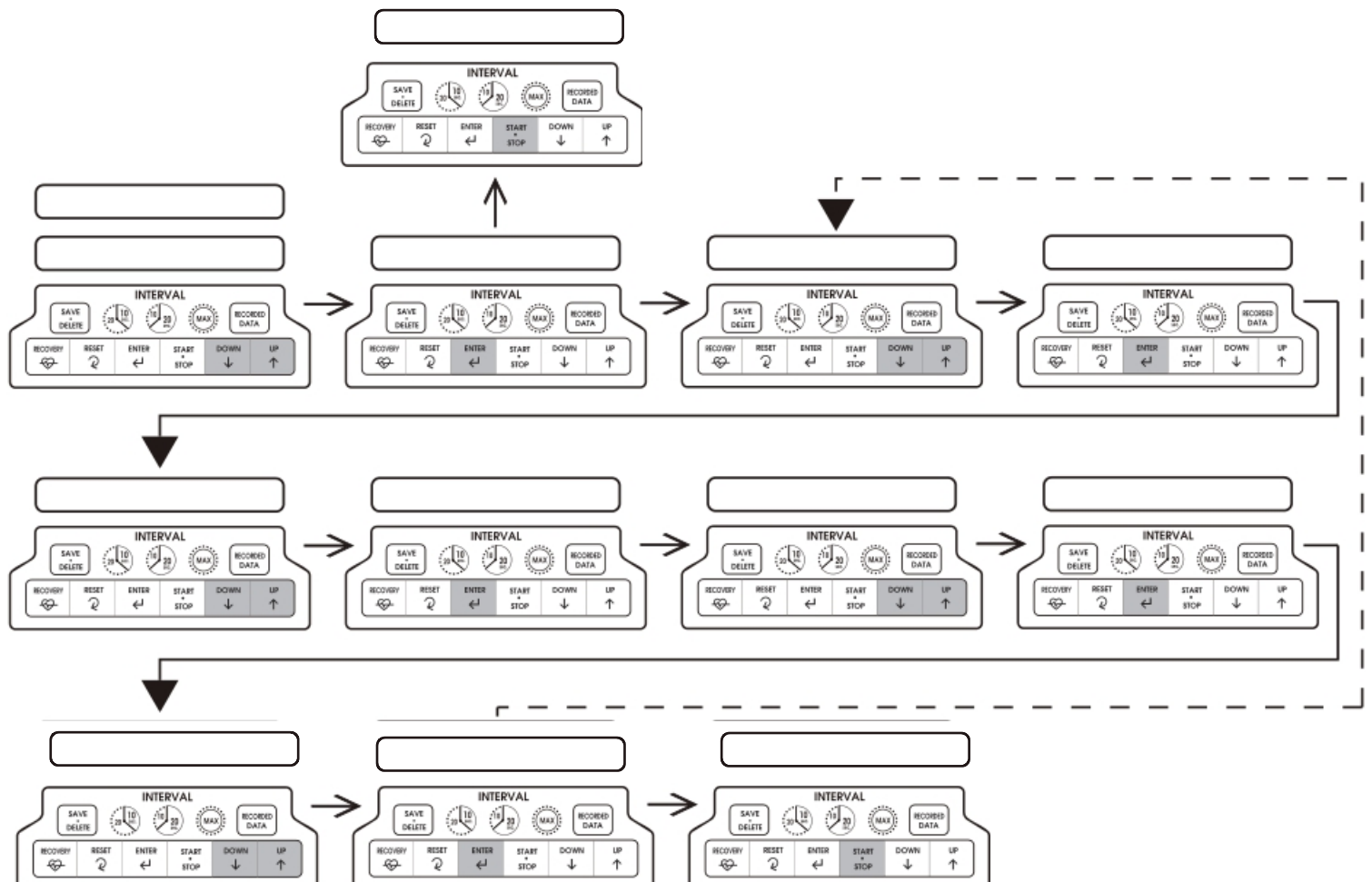
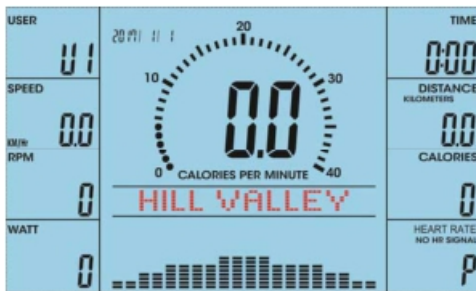


תוכנית מאמץ

1. המשתמש יכול ללחוץ על כפתור הלמעלה או הלמטה כדי לבחור VALLEY / HILL VALLEY / HIGH LAND RIFT VALLEY ואז הקש אישור כדי לאשר.

2. המשתמש יכול להגדיר מראש את נתוני הזמן ואז ללחוץ על התחלה כדי להתחיל בפעילות גופנית.

3. לאחר תחילת האימון, הזמן ייספר למטה. כאשר הזמן מגיע ל-0, המסך מהבהב וישמע ציפצוף. המשתמש יכול ללחוץ על כל כפתור כדי לעצור את הצפצוף.



אינטרוול 20/10 / אינטרוול 10/20 / אינטרוול מקס

המשתמש יכול ללחוץ על כפתור הלמעלה או הלמטה כדי לבחור בתוכנית האינטרוול ואז לחץ על אישור.

אינטרוול 10/20 (עבודה=10 שניות, מנוחה=20 שניות)

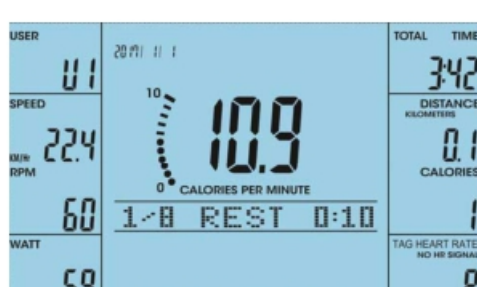
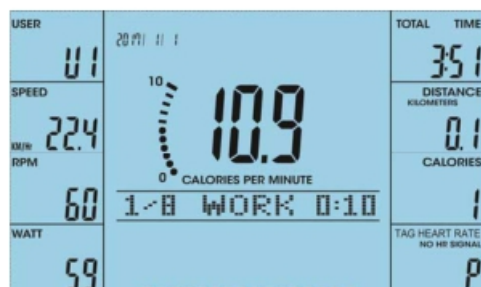
1. במצב 10/20, לחץ על התחלה ואז זה מתחיל לעבוד לאחר 3 שניות.
2. זמן העבודה יספור לאחר למשך 10 שניות, דופק / מהירות / וואט / קלוריות / מרחק מתחילים להראות את ערך התרגיל. זה יראה 1/8 עבודה 0:10, ויתחיל לספור לאחר.
3. בשלוש שניות האחרונות, יש לו צליל להזכיר למשתמש לעבור ממצב עבודה למצב מנוחה.
4. זמן המנוחה יספור לאחר למשך 20 שניות, יראה 1/8 מנוחה 0:20 ויתחיל ספירה לאחר.
5. בשלוש שניות האחרונות, יש לו צליל להזכיר למשתמש, והוא יעבור למצב עבודה.
6. שלב 2, 3, 4, 5 יחזור על עצמו כמחזור. כל מחזור נספר ב-1, עד שמוצג מנוחה. לאחר מכן, התוכנית תיפסק ותציג נתוני אימון.

אינטרוול 20/10 (עבודה=20 שניות, מנוחה=10 שניות)

1. במצב 20/10, לחץ על כפתור התחל ואז זה מתחיל לעבוד לאחר 3 שניות.
2. זמן העבודה יספור למטה למשך 20 שניות, כדי להראות את ערך התרגיל. זה יראה 1/8 עבודה 0:20, ויתחיל לספור לאחר.
3. בשנות השלוש האחרונות יש לו צליל להזכיר למשתמש לעבור ממצב עבודה למצב מנוחה.
4. זמן המנוחה יספור לאחר למשך 10 שניות, הוא יראה 1/8 מנוחה 0:10, ויתחיל לספור לאחר.
5. בשלוש שניות האחרונות, יש לו צליל, והמשתמש צריך לעבור למצב עבודה.
6. שלב 2, 3, 4, 5 יחזור על עצמו כמחזור. כל מחזור נספר ב-1, עד שמוצג מנוחה. לאחר מכן, התוכנית תיפסק ותציג נתוני אימון.

אינטרוול מקסימום (עבודה=20 שניות, מנוחה=דקה ו20 שניות)

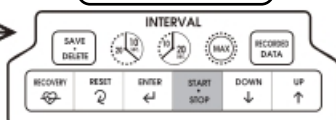
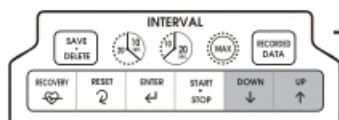
1. במצב מקסימום, לחץ על מקש התחל ואז זה מתחיל לעבוד לאחר 3 שניות.
2. זמן העבודה יספור לאחר למשך 20 שניות והעומס יגדל ל-5, דופק / מהירות / וואט / קלוריות / מרחק מתחילים להראות את ערך התרגיל. זה יראה 20 שניות עבודה ויתחיל לספור לאחר.
3. בשלוש שניות האחרונות, יש לו צליל להזכיר למשתמש לעבור ממצב עבודה למצב מנוחה.
4. זמן המנוחה יספור לאחר למשך דקה ו20 שניות והעומס ירד ל-1, הוא יראה 1/8 מנוחה 1:20, ויתחיל לספור לאחר.
5. בשלוש שניות האחרונות, יש לו צליל להזכיר למשתמש לעבור למצב עבודה.
6. שלב 2, 3, 4, 5 יחזור על עצמו כמחזור. כל מחזור נספר ב-1, עד שמוצג 08/08. לאחר מכן, התוכנית תיפסק ותציג נתוני אימון.



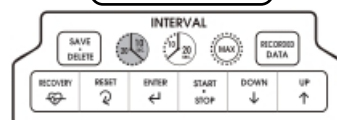
אינטרוול 10/20

לחץ התחל

לחץ 10/20



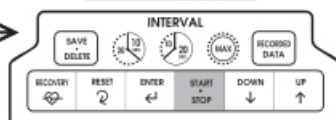
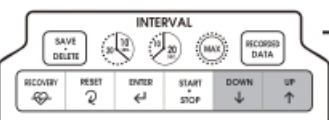
OR



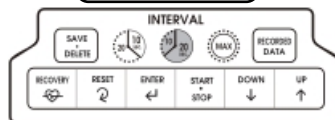
אינטרוול 20/10

לחץ התחל

לחץ 20/10



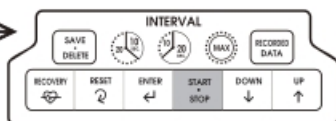
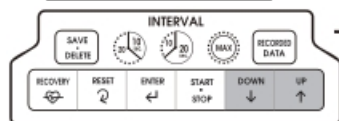
OR



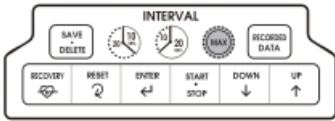
אינטרוול מקס

לחץ התחל

לחץ מקס



OR

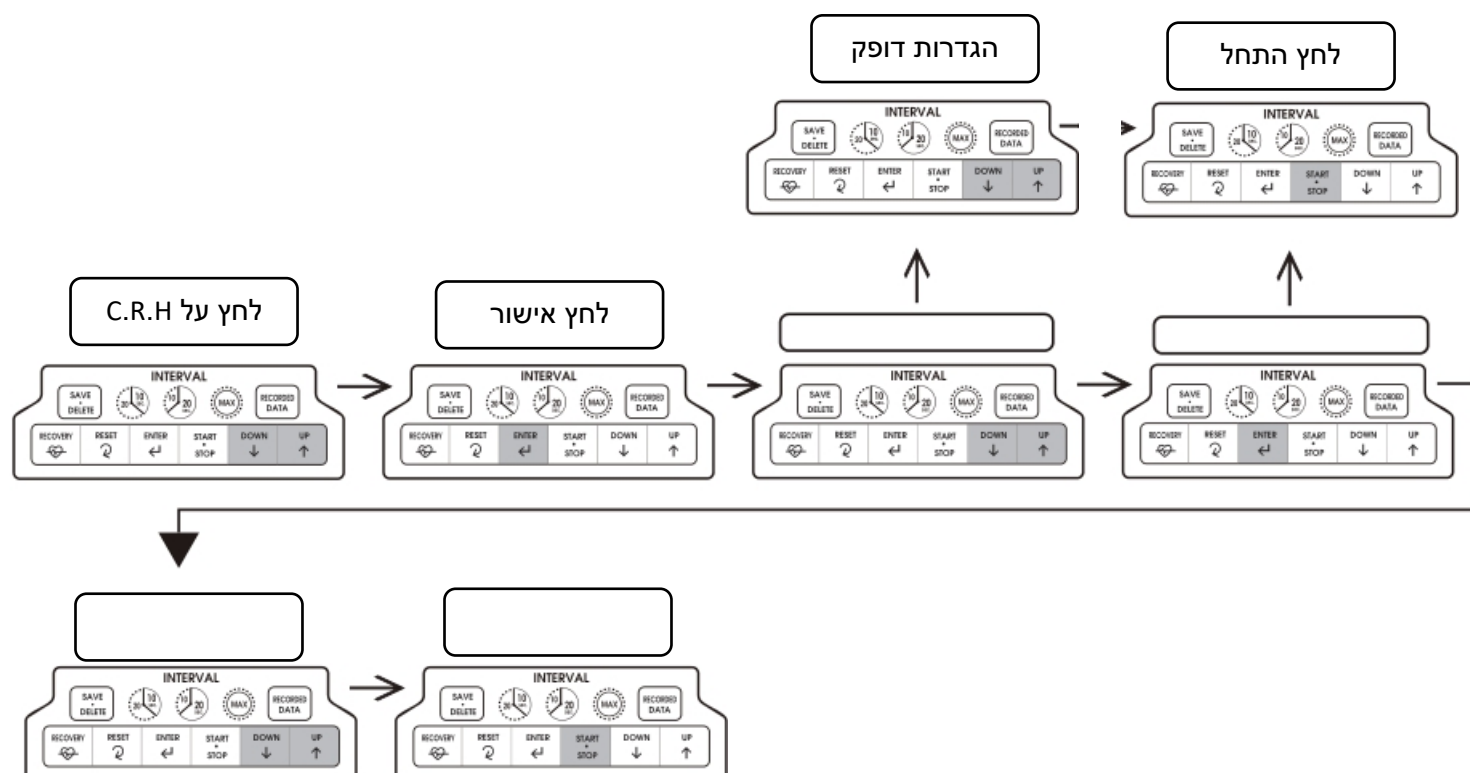
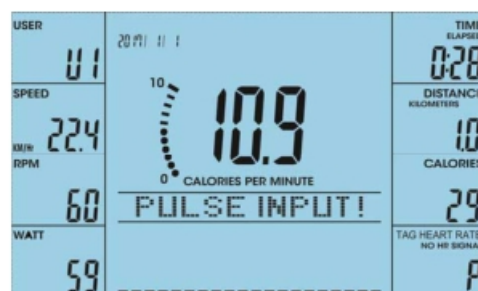
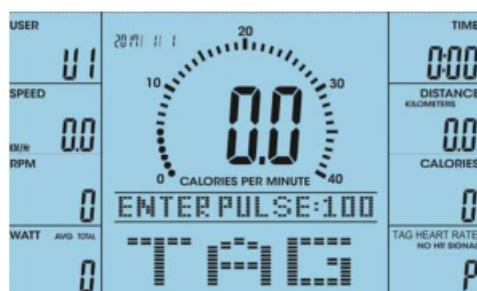
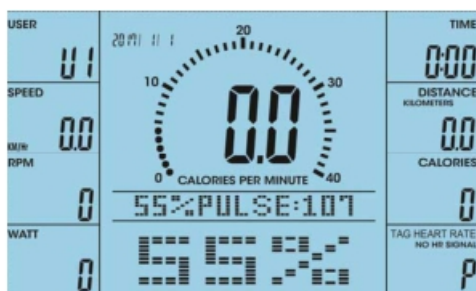


בקרת קצב לב

1. לאחר כניסה למצב בקרת הלב, המסך יציג אחוז דופק 55%, 75%, 90% ויעד. המשתמש יכול לבחור אחוז דופק על ידי לחיצה על הכפתור למעלה או למטה לאימון.

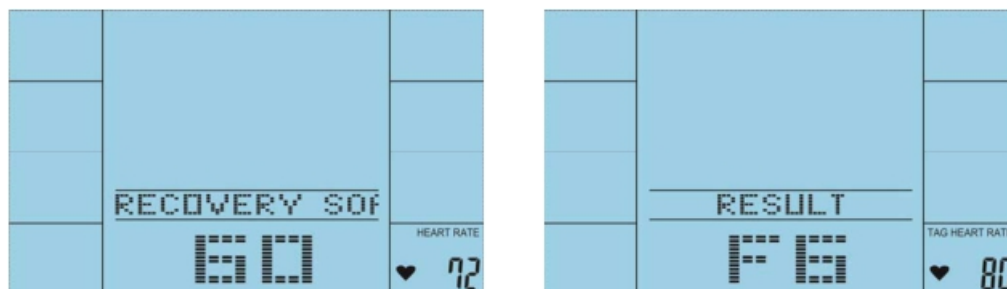
2. המשתמש יכול להגדיר מראש את נתוני הזמן ואז ללחוץ על התחל / הפסק כדי להתחיל בפעילות גופנית.

3. לאחר תחילת האימון, הזמן ייספר למטה. כאשר הזמן מגיע לאפס המסך מהבהב והציפצוף מצלצל. המשתמש יכול ללחוץ על כל כפתור כדי לעצור את הציפצוף. אם אין קלט HR במשך 6 שניות, הצג יציג "PULSE INPUT" לתזכורת עד להזנת אות HR.



התאוששות

לאחר הפעילות, המשיך להחזיק באחיזות היד ולחץ על כפתור "התאוששות". כל תצוגת הפונקציות תיפסק מלבד הזמן. לאחר מכן, המכשיר מתחיל לספור לאחור בין 00:60 ל 00:00. כאשר המסוף מזהה אות דופק, הצג יציג "סריקת שחזור"; אף על פי שאין קלט דופק, הצג יזכיר עם הצגת הדופק. המסך יציג את מצב התאוששות הדופק שלך באמצעות F1, F2 ... ל F6 כאשר F1 הוא הטוב ביותר, F6 הוא הגרוע ביותר. המשתמש עשוי להמשיך להתאמן כדי לשפר את מצב התאוששות הדופק. (לחץ שוב על כפתור התאוששות כדי להחזיר את התצוגה הראשית).

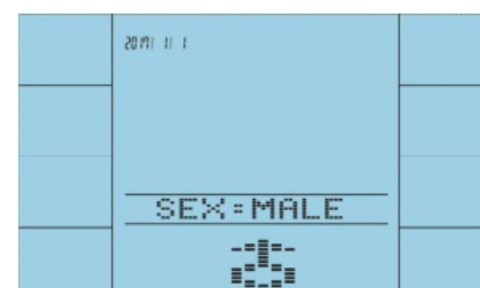
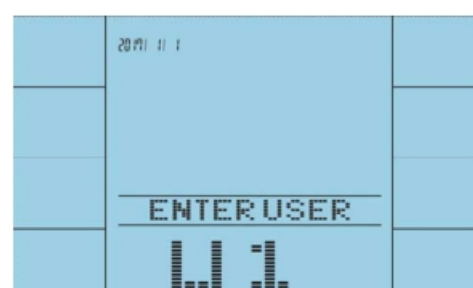
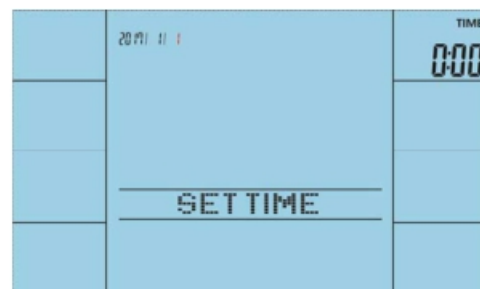
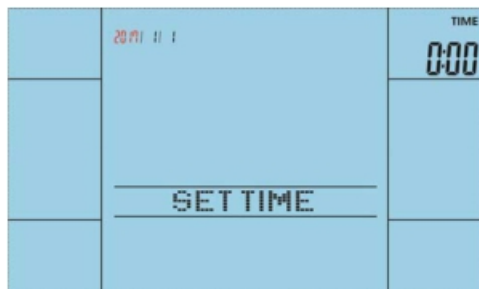


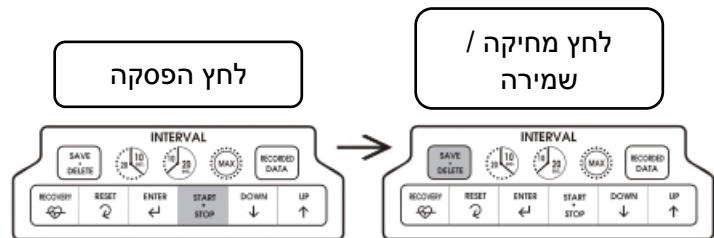
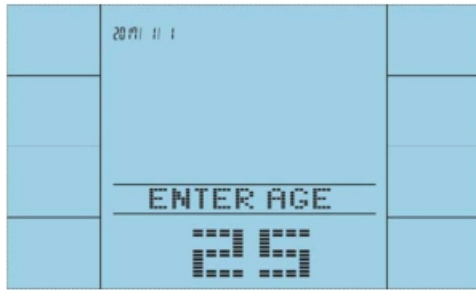
קבלת גישה לבדוק או למחוק נתונים שמורים

1. לאחר ההפעלה, המשתמש צריך להגדיר את לוח השנה ואת נתוני המשתמש U1 ~ U4. (יש להגדיר את לוח השנה במדויק)

2. לחץ על כפתור התחל / הפסקה במהלך האימון, התצוגה תשהה ולחץ על כפתור שמור / מחק. זה יראה "שמור" ונתוני האימון נשמרו.

הקונסולה תשמור כל תאריך אימונים, רשומות, זמן, ממוצע מהירות, ממוצע סל"ד, ממוצע מרחק וואט, וקלוריות.

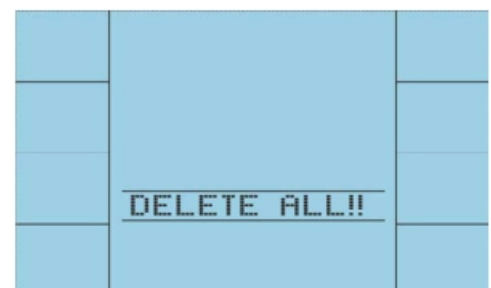
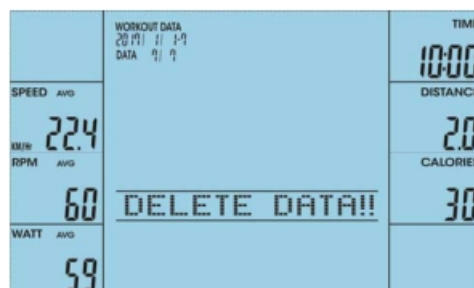
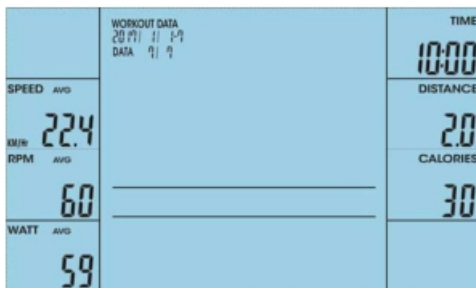


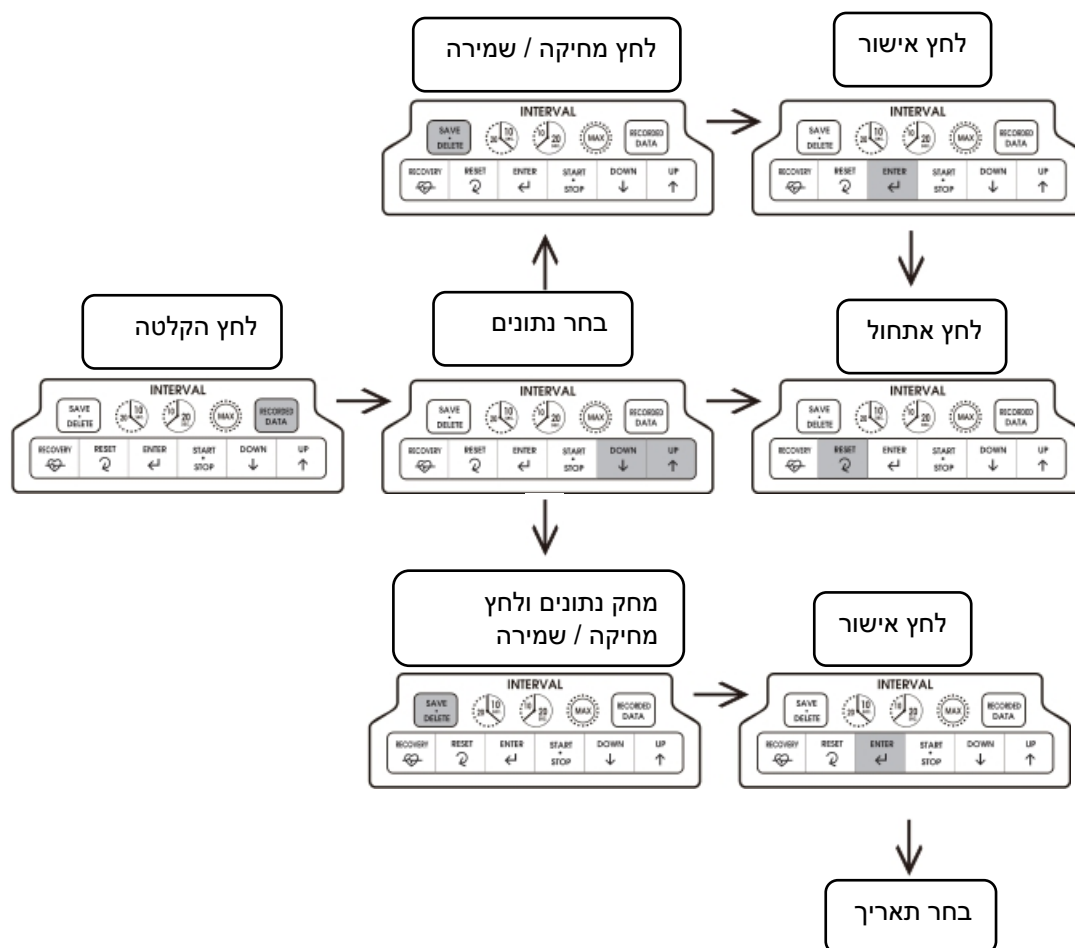


3. אם המשתמש רוצה לבדוק את הנתונים, צריך להיות במצב בחירת התוכנית הראשית, וללחוץ על הלחצן הקלטה ואז על מקש למעלה / למטה כדי לסקור את הנתונים השמורים הקודמים.

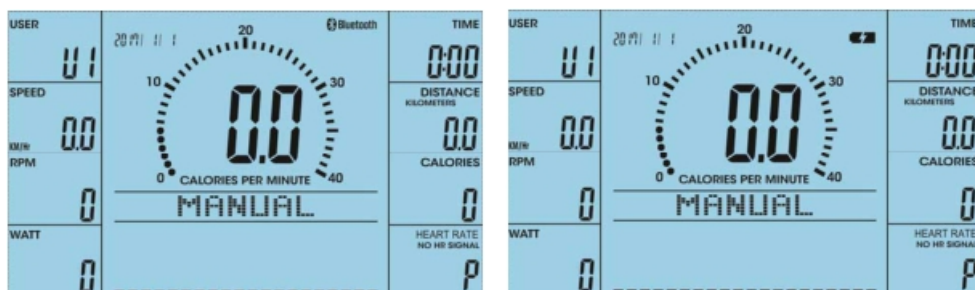
4. תחת בדיקת נתונים מוקלטים, לחץ על לחצן מחיקה / שמירה ואז לחץ על אישור כדי לאשר מחיקת הרשומה.

5. מחק את כל הנתונים: תחת הגדרת לוח שנה או בדיקת נתונים מוקלטים, לחץ על לחצן שמור / מחק והחזק למשך 6 שניות, הוא יראה "מחק הכל !!". לאחר מכן, לחץ על אישור כדי לאשר, כל הנתונים יימחקו. לאחר 15 שניות, המחשב יופעל מחדש, מחזיר את ברירת המחדל של לוח השנה 01/01/2017.





חיבור Bluetooth וציור סמל מטען חשמל USB



כאשר המשתמש מפסיק לדווש במשך 4 דקות, המחשב יעבור למצב חיסכון בחשמל, נתוני ההגדרה והפעילות הגופנית יישמרו עד שהמשתמש יתחיל להתאמן שוב. כאשר המחשב מתנהג כלא תקין, חבר את המתאם וחבר שוב לחשמל.

ספורטל מאחלת לכם אימון מהנה.

לפרטים נוספים אנא פנו למחלקת שירות לקוחות בטלפון: 1-599-501-466

לשאלות ומידע נוסף אנא פנו במייל: SPORTALFITNESS1@GMAIL.COM

