

TOORX
FITNESS IN MOTION

BEDIENUNGSANLEITUNG



BRX
AIR 300



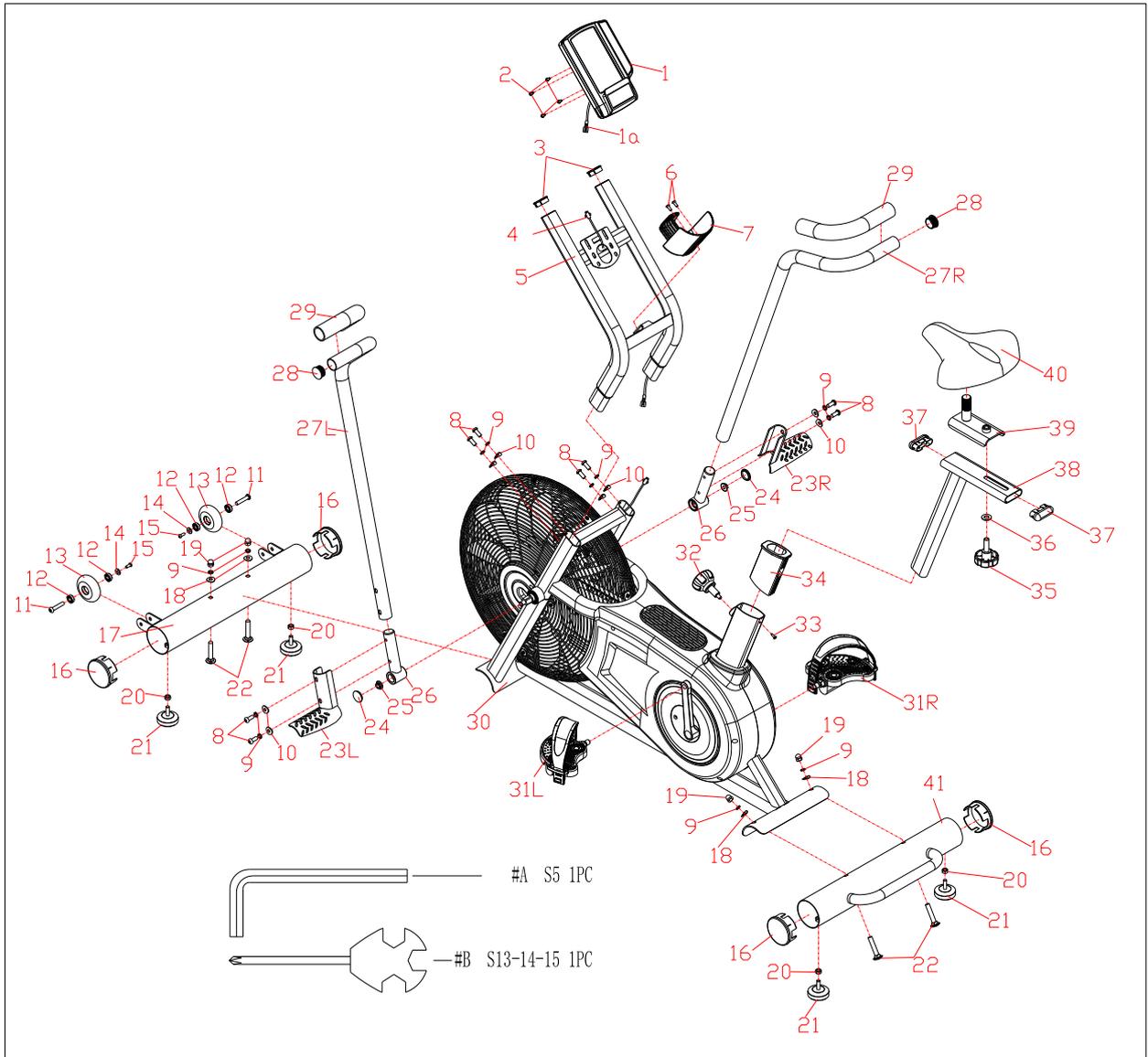
Cod : GRLDTOORXBRXAIR3

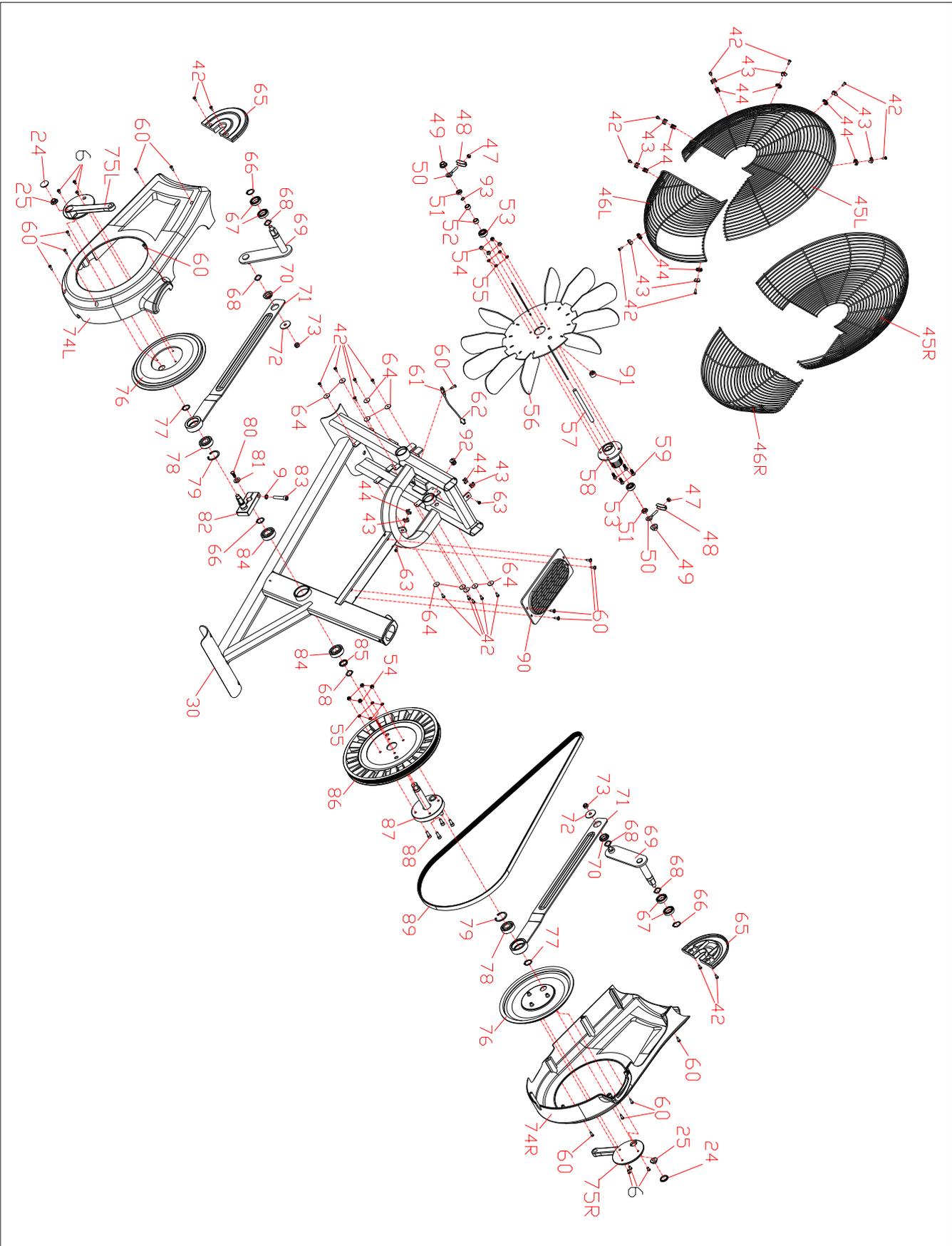
Rev : 00

Ed : 01/21

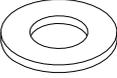
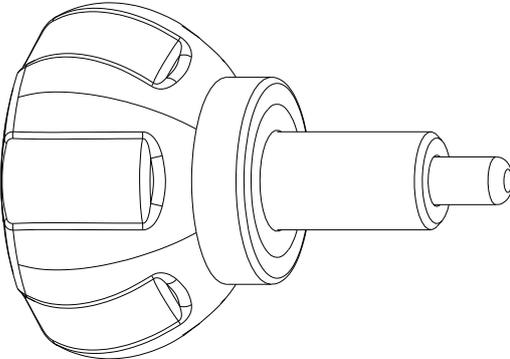
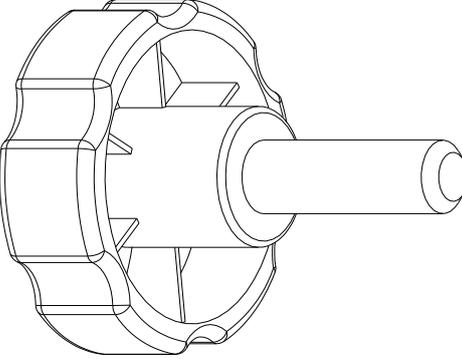
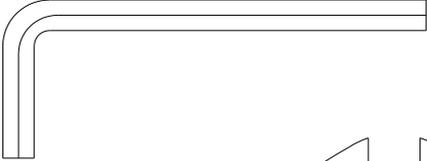
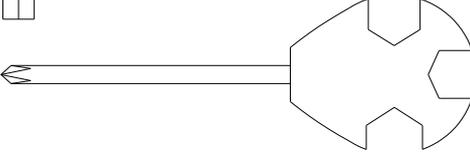


EXPLOSIONSZEICHNUNG





MONTAGEZUBEHÖR

	#9 d8	4PCS
	#18 d8*Φ20*2*R38	4PCS
	#19 M8*H16*S13	4PCS
	#22 M8*90*20*H5	4PCS
	#36 d12*Φ24*2	1PC
	#32 M16*1.5*27*Φ56	1PC
	#35 M16*1.5*27*Φ56	1PC
	#A S5 1PC	
	#B S13-14-15 1PC	

PARTS LIST

No.	Description	Qty.
1	Computer	1
2	Bolt M5*10	4
3	End Cap	2
4	Trunk Wire	1
5	Computer Post	1
6	Bolt M5*15*Φ8.5	6
7	Bottle holder	1
8	Bolt M8*20*S5	8
9	Spring Washer d8	13
10	Arc Washer d8*Φ20*2*R16	8
11	Bolt M8*30*M6*15*S5	2
12	Bearing 608Z	4
13	Transportation Wheel φ71*24	2
14	Washer d6*Φ12*1.5	2
15	Bolt M6*15*S5	2
16	End Cap Φ76	4
17	Front Stabilizer	1
18	Arc Washer d8*Φ20*2*R38	8
19	Cap Nut M8*H16*S13	4
20	Nut M8*H5.5*S14	4
21	Adjustable Footpad	4
22	Bolt M8*90*20*H5	4
23L/R	Pedal Plate	1set
24	Crank Cover	4
25	Nut M10*1.25*H7.5*S14	4
26	Swing Bar	2
27L/R	Handlebar	1set
28	End Cap φ32*17	2
29	Foam Grip Φ30*3*280	2
30	Main Frame	1
31L/R	Pedal	1set
32	Knob M16*1.5*27*Φ56	1
33	Screw ST4.2*10*Φ8	1
34	Bushing	1
35	Knob M12*37*15*Φ58	1
36	Washer d12*Φ24*2	1
37	End Cap PT60*20*30	2
38	Saddle Tube	1

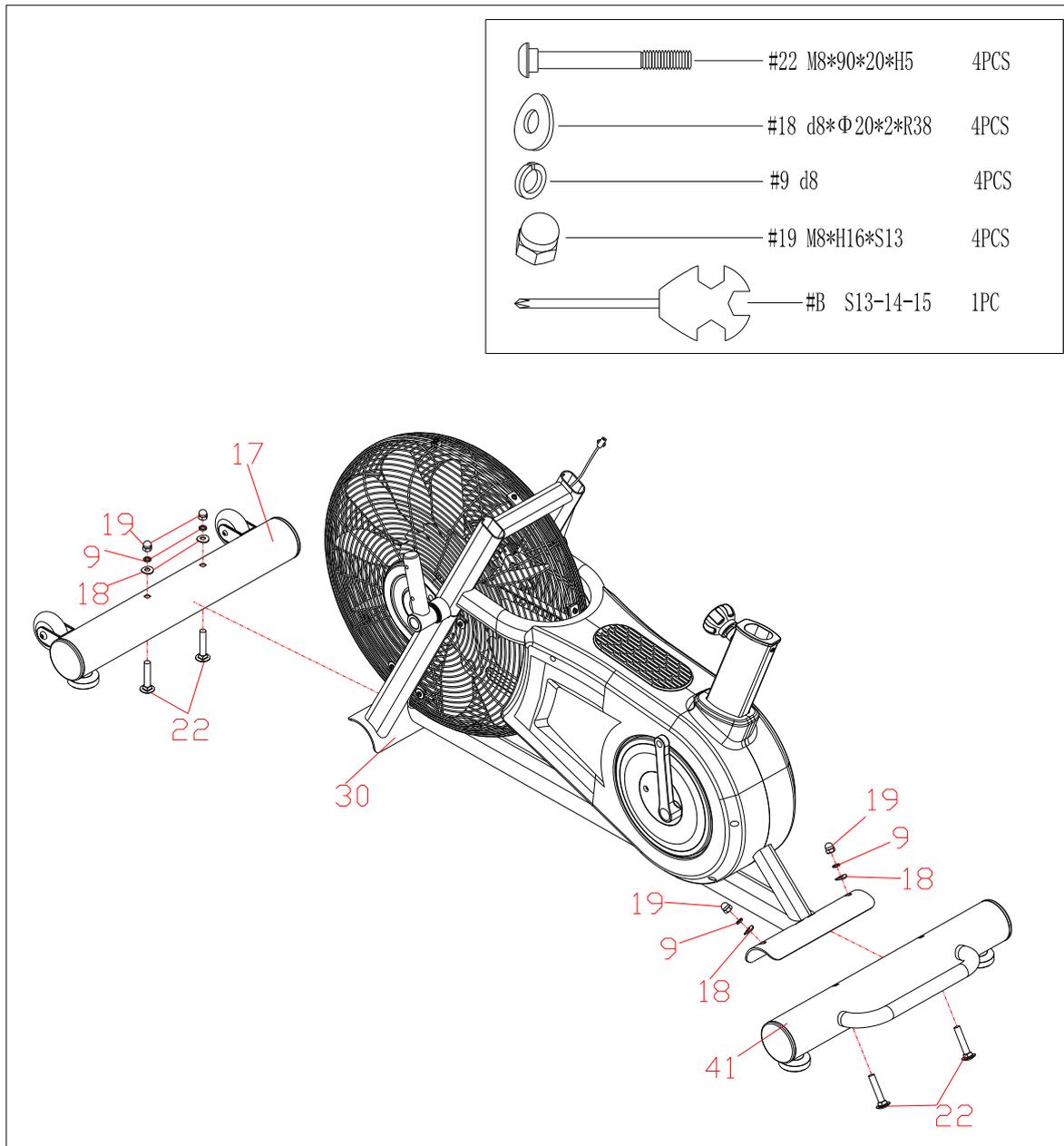
No.	Description	Qty.
39	Saddle Fixed Plate	1
40	Saddle	1
41	Rear Stabilizer	1
42	Bolt M4*10*Φ8	18
43	Outside Button Of Net-caps	10
44	Inside Button Of Net-caps	10
45L/R	Front Net-caps	1set
46L/R	Rear Net-caps	1set
47	NutM6*H6*S10	2
48	U Seat	2
49	Nut M10*1*H8*S15	2
50	Chain Bolt	2
51	Nut M10*1*H5*S17	2
52	Spacer φ10.1*φ15*9	2
53	Bearing 6000-2RS	2
54	Nylon Nut M6*H6*S10	8
55	Spring Washerd6	8
56	Fan Wheel	1
57	Shaft	1
58	Sleeve	1
59	Bolt M6*16*S10	4
60	Bolt ST4.2*19*Φ8	15
61	Sensor Seat	1
62	Sensor	1
63	Bolt M4*15*Φ8	2
64	Washer d4*Φ18*1.5	10
65	Front cover	2
66	Washer	3
67	Bearing6804-2RS	4
68	Wave washerd20*Φ26*0.3	3
69	Connector	2
70	Bushing φ 28*6.2	2
71	Rod	2
72	Washer d8*Φ32*2	2
73	Nylon NutM8*H7.5*S13	2
74L/R	Chain Cover	1set
75L/R	Crank	1set
76	Turntable	2

No.	Description	Qty.
77	Spring d17	2
78	Bearing 6203-2RS	2
79	Spring D40	2
80	Bolt M6*16*S10	1
81	Washer d6*Φ20*2	1
82	Small Crank	1
83	Bolt M8*40*S6	1
84	Bearing 6004-2RS	2
85	Spacer Φ25*Φ20.1*4	1
86	Belt Plate	1

No.	Description	Qty.
87	Axle	1
88	Bolt M6*16*S5	4
89	Belt	1
90	Plastic Pedal	1
91	Magnet φ 15*7	1
92	Grommet Φ12.5	1
93	Wave washer d10*Φ 15*0.3	1
A	Allen Wrench S5	1
B	Spanner S13-14-15	1

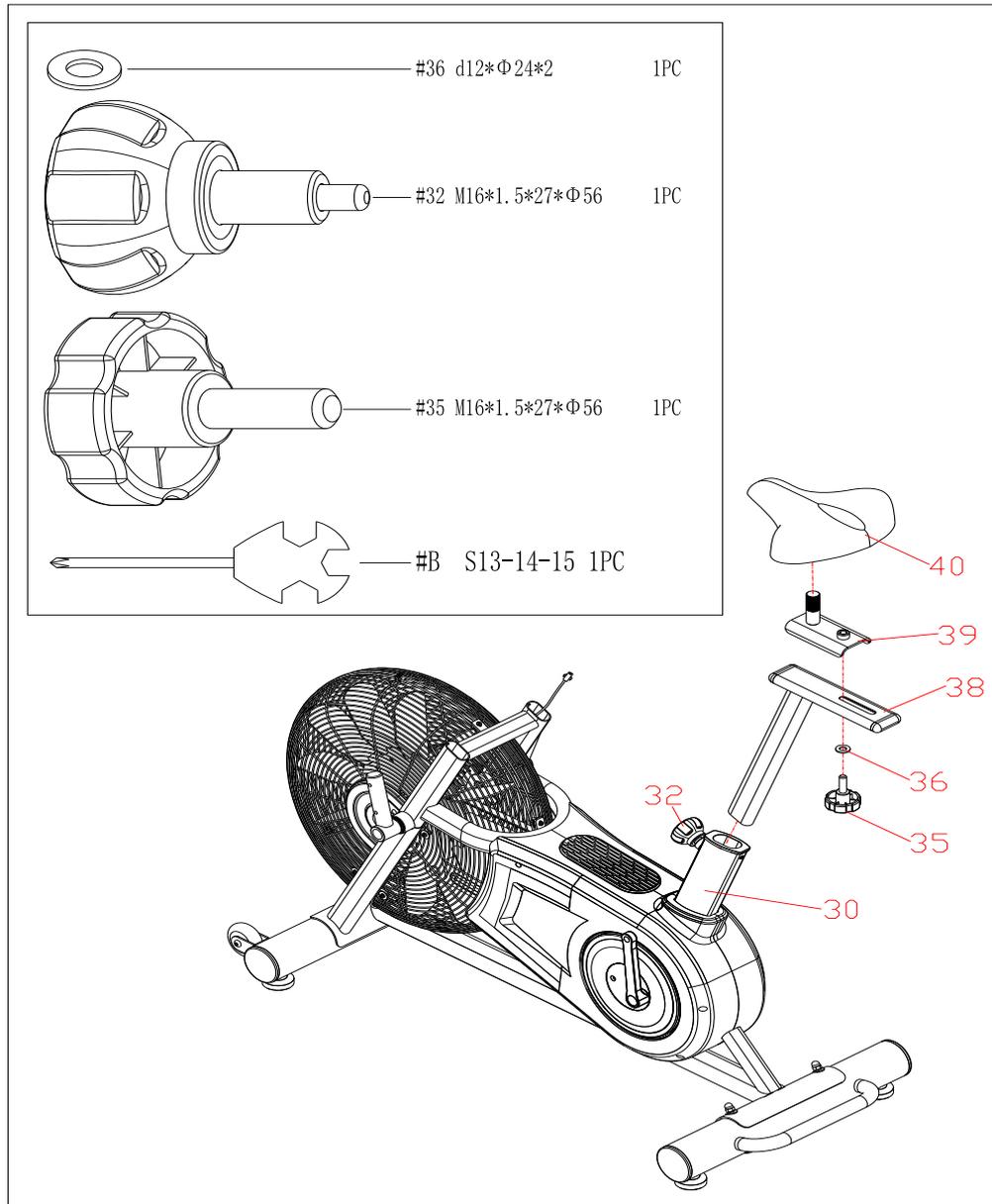
MONTAGEANLEITUNG

SCHRITT 1:



Den vorderen Standfuß(17) und den hinteren Standfuß(41) am Grundrahmen(30) mit 4 Schrauben(22), 4 Bogenscheiben(18), 4 Federscheiben(9) und 4 Hutmuttern(19) mit dem Schraubenschlüssel(B) montieren.

SCHRITT 2:

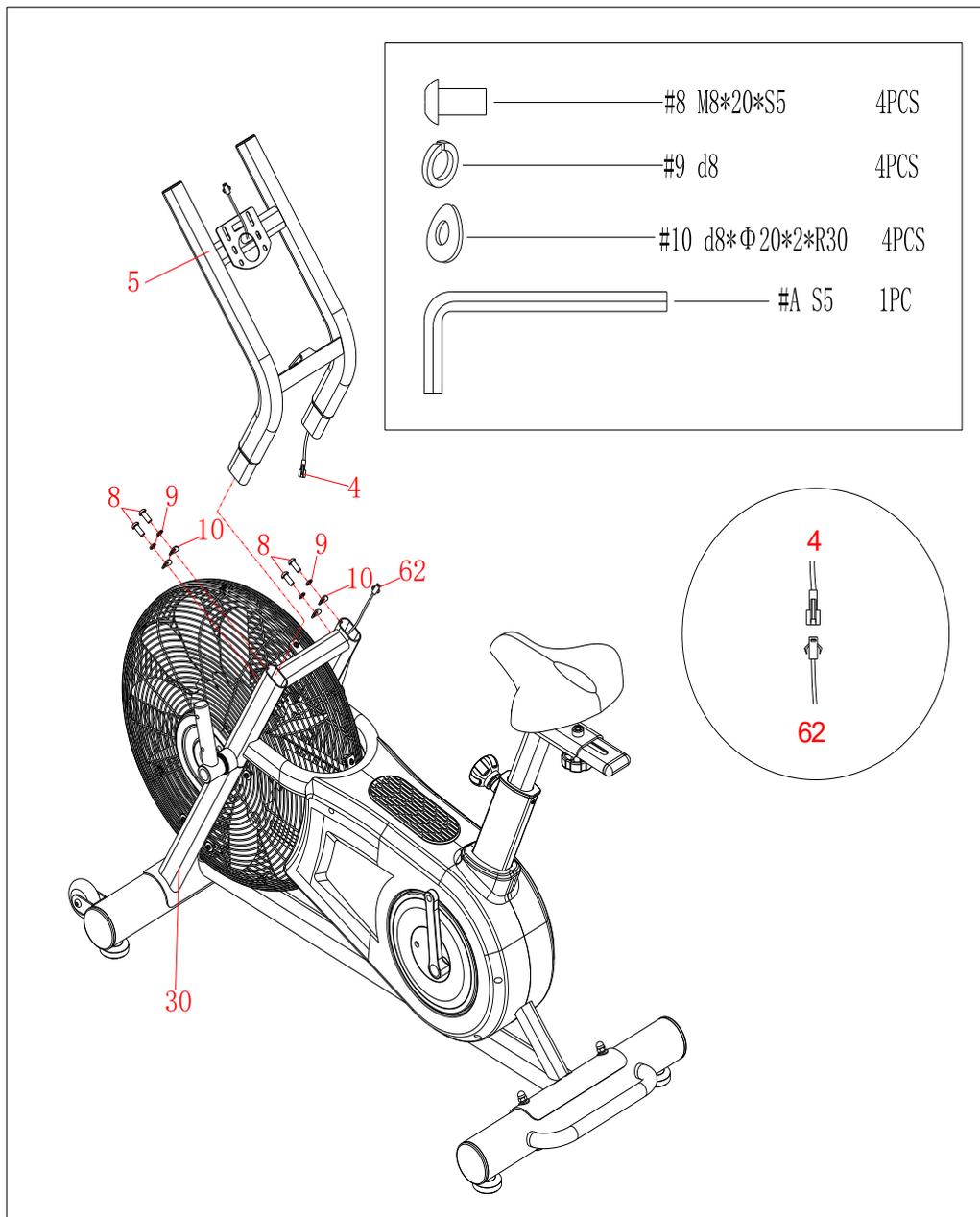


A. Das Sattelrohr (38) in den Hauptrahmen (30) einsetzen und dann mit dem Knopf (32) sichern.

B. Die feste Sattelplatte (39) im Sattelrohr (38) mit dem Knopf (35) und der Unterlegscheibe (36) befestigen.

C. Den Sattel (40) auf die Sattelhalterung (39) setzen und mit dem Maulschlüssel (B) befestigen.

SCHRITT 3:

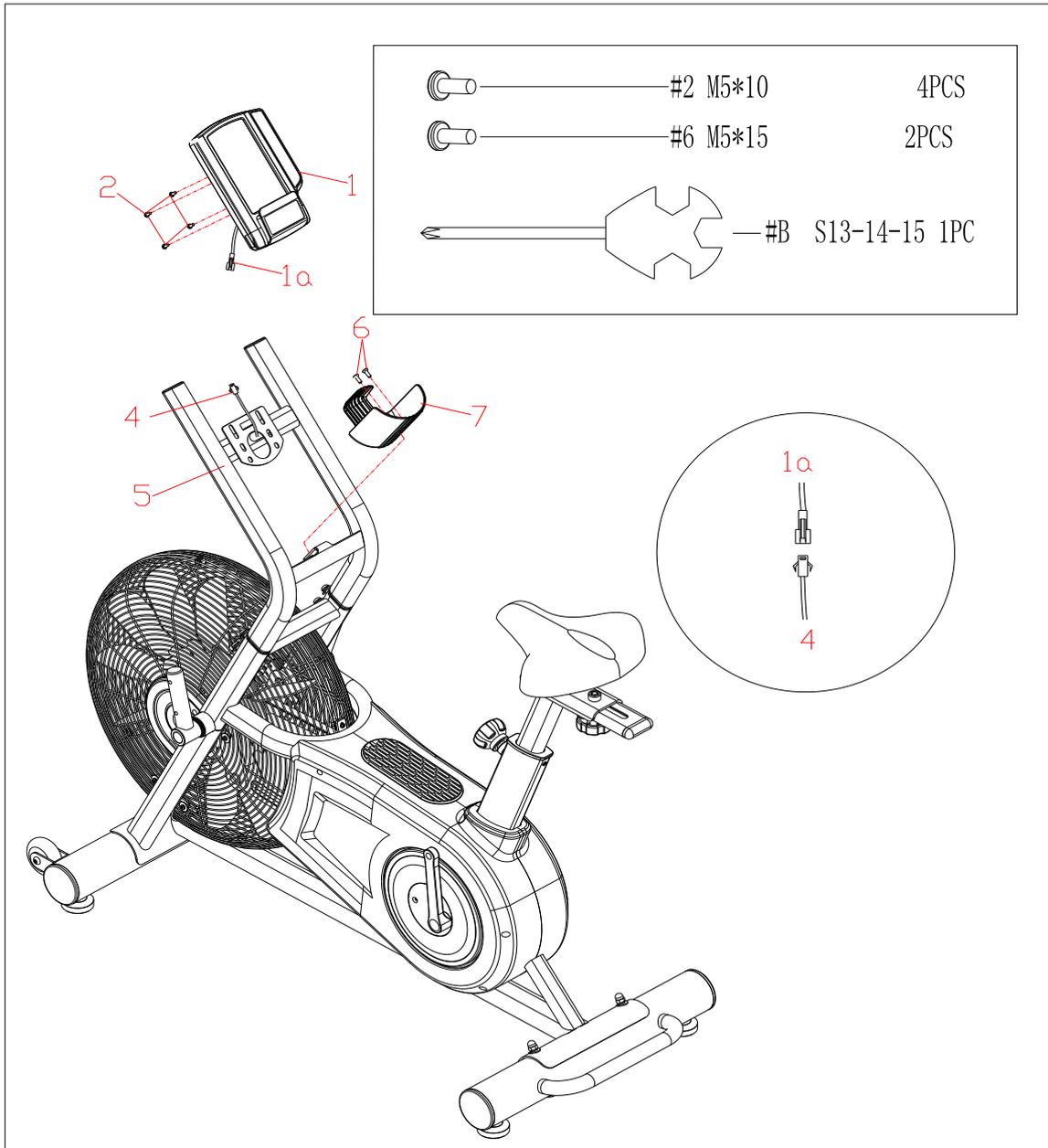


A. 4 Schrauben (8), 4 Federscheiben (9) und 4 Bogenscheiben(10) mit dem Inbusschlüssel (A) vom Hauptrahmen (5) lösen.

B. Das Sensorkabel(62) und das Stammkabel(4) gut verbinden.

C. Das Kabel in den Hauptrahmen (30) einführen, dann die Computerstütze (5) in den Hauptrahmen (30) einführen und sichern mit 4 Schrauben (8), 4 Federscheiben (9) und 4 Bogenscheiben (10) mit dem Inbusschlüssel (A) sichern.

SCHRITT 4:



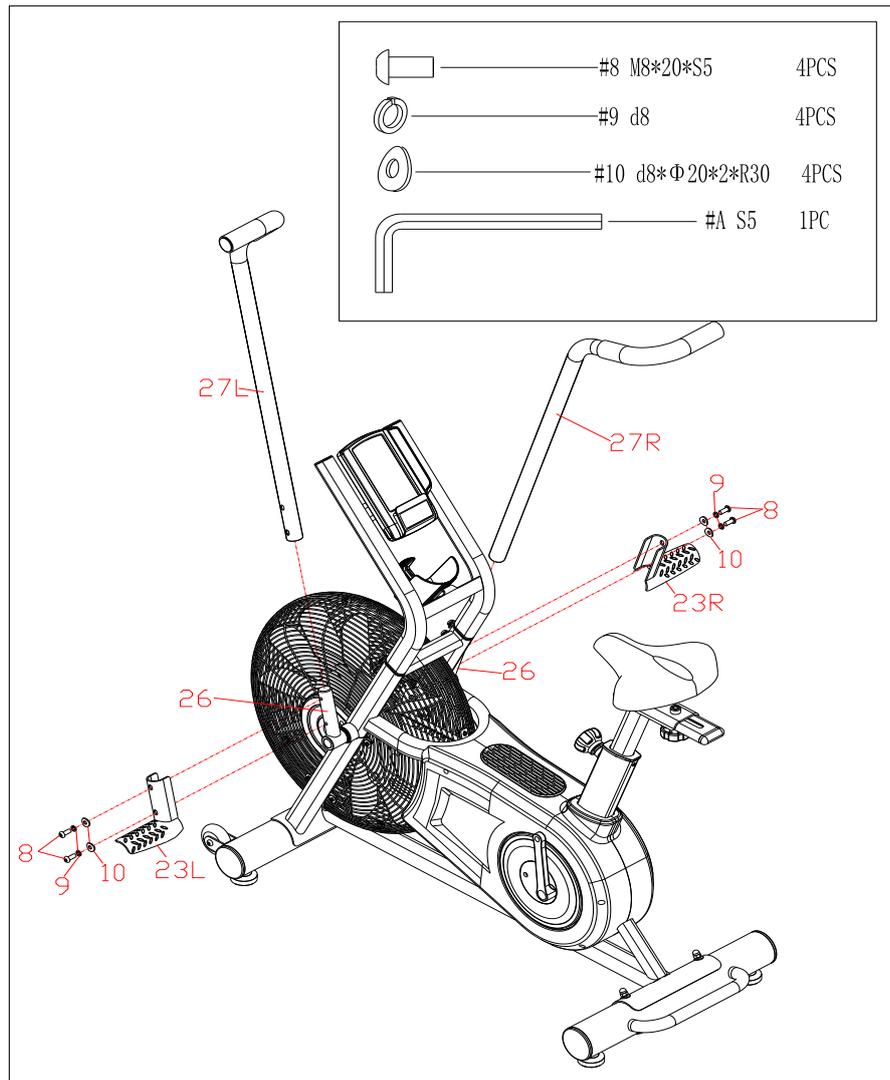
A. Die 2 Schrauben (6) und 4 Schrauben (2) an der Computersäule (5) mit dem Maulschlüssel (B) lösen.

B. Den Flaschenhalter (7) mit 2 Schrauben (6) und einem Schraubenschlüssel(B) an der Computersäule (5) befestigen.

C. Das Stammkabel (4) und das Computerkabel (1a) gut verbinden

D. Den Computer (1) an der Computersäule (5) mit 4 Schrauben (2) mit dem Schraubenschlüssel (B) sichern.

SCHRITT 5:

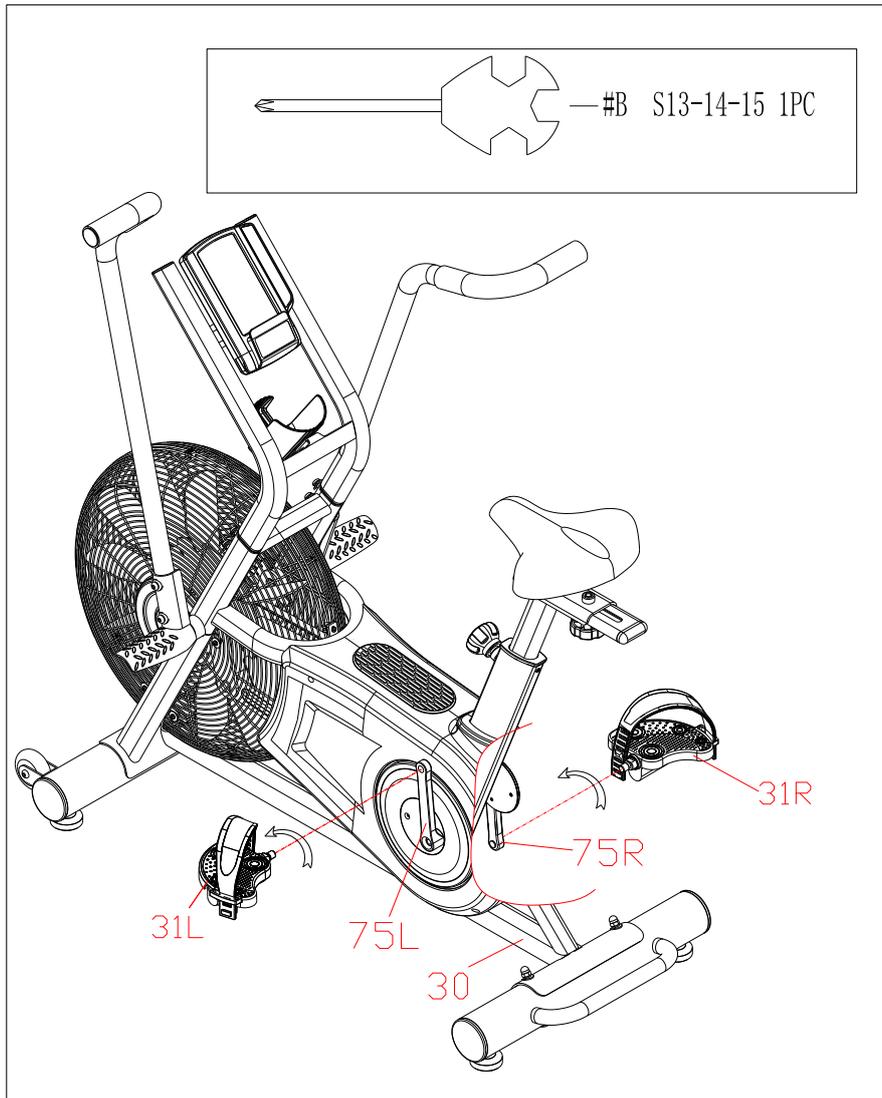


A. 4 Schrauben (8), 4 Federscheiben(9) und 4 Bogenscheiben (10) mit dem Inbusschlüssel (A) von der Schwingstange (26) lösen.

B. Den Lenker (27L/R) an der Schwingstange (26) befestigen.

C. Die Pedalplatte (23L/R) und den Lenker (27L/R) mit 4 Schrauben (8), 4 Federscheiben (9) und 4 Bogenscheiben (10) mit dem Inbusschlüssel (A) an der Schwingstange (26) befestigen.

SCHRITT 6:



Die linken und rechten Pedale (31L/R) mit den linken und rechten Kurbeln (75L/R) verbinden.

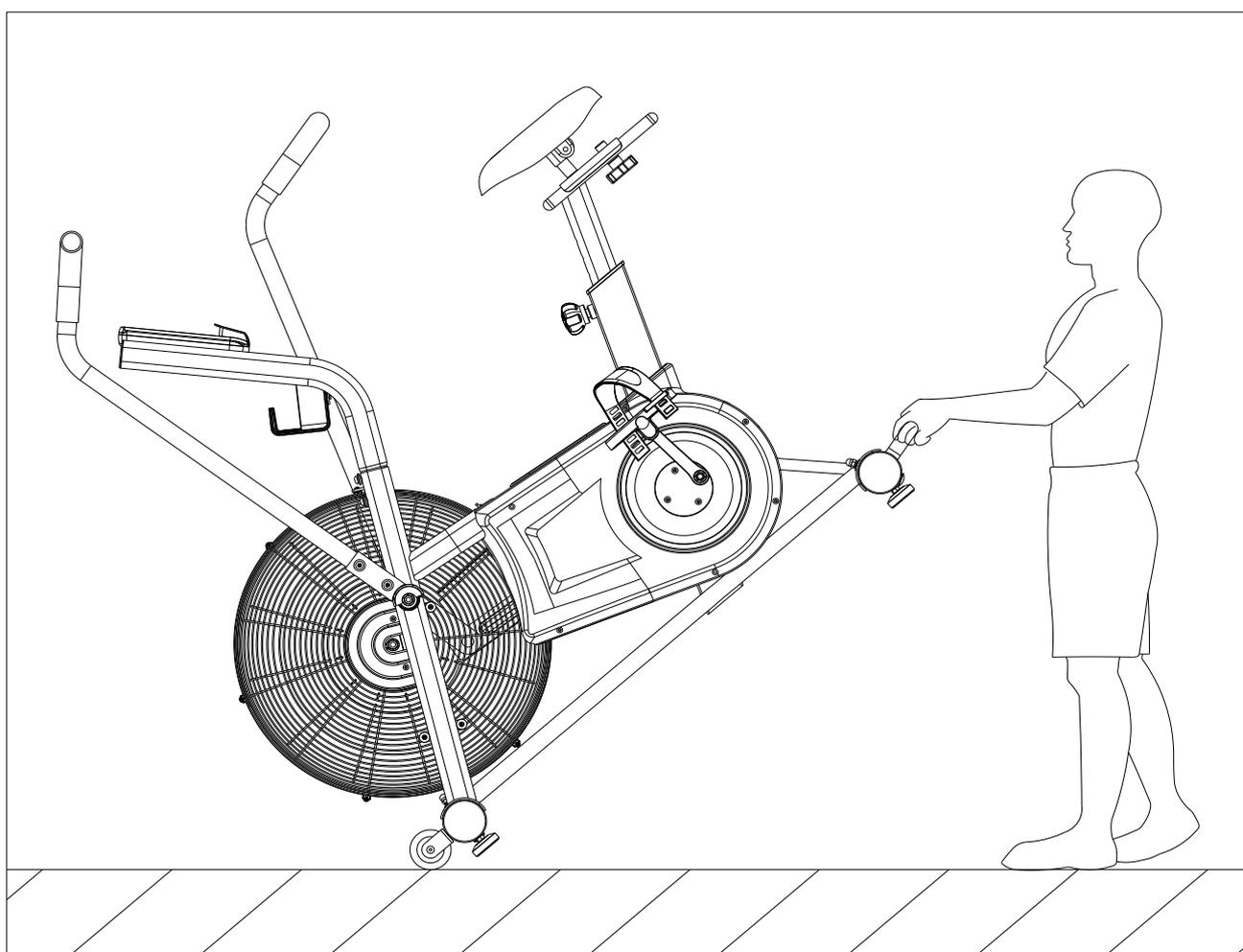
Linkes Pedal: Das linke Pedal (31L) im 90-Grad-Winkel auf die linke Kurbel (75L) ausrichten und das Pedal vorsichtig in den Kurbelarm einführen. Das Pedal mit der Hand so fest wie möglich gegen den Uhrzeigersinn drehen. Mit einem Schraubenschlüssel (B) sichern.

Rechtes Pedal: Das rechte Pedal (31R) im 90-Grad-Winkel auf die rechte Kurbel (75R) ausrichten und das Pedal vorsichtig in den Kurbelarm einführen. Das Pedal mit der Hand so fest wie möglich im Uhrzeigersinn drehen. Mit einem

Schraubenschlüssel (B) sichern.

BEWEGEN DES GERÄTS

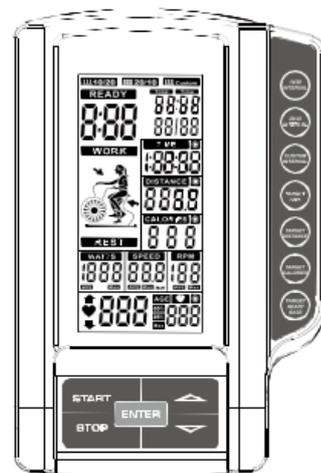
Zum Bewegen des Geräts den hinteren Standfuß (41) anheben, bis die Transporträder (17) am vorderen Standfuß (17) den Boden berühren. Mit den Rädern auf dem Boden kann das Gerät dann leicht zum gewünschten Ort transportiert werden.



Bedienungsanleitung

DISPLAY-FUNKTIONEN

TIME (ZEIT)	BESCHREIBUNG
RPM (U/min)	• Drehungen pro Minute, wobei der Bereich von 0-199 bis 999 reicht.
SPEED (GESCHWINDIGKEIT)	• Anzeige der aktuellen Trainingsgeschwindigkeit. Die maximale Geschwindigkeit ist 99,9 KM/H oder ML/H.
TIME (ZEIT)	<ul style="list-style-type: none"> • Count up - Wenn kein Ziel eingestellt wurde, wird die Zeit in Schritten von einer Minute von 00:00 bis max. 1:59:59 gezählt. ent is 1 minute. • Count down – Countdown - Die Konsole zählt von der voreingestellten Zeit bis 00:00:00 herunter, und jeder voreingestellte Anstieg oder Abfall beträgt 1 Minute zwischen 00:01:00 und 1:59:00.
DISTANCE (STRECKE)	• Hier wird die insgesamt zurückgelegte Strecke aufsummiert. Der Anzeigebereich reicht von 0,0 bis 999,9 KM oder ML. Der Benutzer kann den Zielstreckenwert mit der UP/DOWN-Taste voreinstellen. Die Anzeige ändert sich in Schritten von 1.0 km oder ML.:00 Minute.
CALORIES (KALORIEN)	• Erfasst den Kalorienverbrauch oder zählt während des Trainings von 0 bis maximal 999 Kalorien herunter, wobei der Benutzer die Zielkalorien mit der UP/DOWN-Taste voreinstellen kann.
WATT	<ul style="list-style-type: none"> • Anzeige des Stromverbrauchs während des Trainings. • Anzeigebereich: 0~1999.
PULSE (HERZFREQUENZ)	• Der Benutzer kann einen Zielwert der Herzfrequenz von 0~30 bis 230 einstellen und der Konsolensummer ertönt, wenn die tatsächliche Herzfrequenz während des Trainings über dem Zielwert liegt.



TASTENFUNKTIONEN

TIME (ZEIT)	BESCHREIBUNG
START	• Schnelles Starten des Trainings oder Fortsetzen des Trainings im Stopp-Modus.
STOPP	<ul style="list-style-type: none"> • Training stoppen/unterbrechen. • Alle Einstellungen löschen. • Diese Taste für 2 Sekunden gedrückt halten, um die Konsole neu zu starten.
DOWN (NACH UNTEN)	• Zum Einstellen von Strecke, Kalorien, Herzfrequenz, Zeit und Alter nach unten.
UP (NACH OBEN)	• Zum Einstellen von Strecke, Kalorien, Herzfrequenz, Zeit und Alter nach oben.
Zielstrecke	• Schneller Zugriff auf den Trainingsmodus Zielstrecke
Ziel-Kalorien	• Schneller Zugriff auf den Trainingsmodus Ziel-Kalorien
Ziel-Herzfrequenz:	• Schneller Zugriff auf den Trainingsmodus Ziel-Herzfrequenz
Ziel-Zeit	• Schneller Zugriff auf den Trainingsmodus Ziel-Zeit
Intervall	• Es gibt 3 Programme: INTERVALL 10/20, INTERVALL 20/10, Kundenspez.
ENTER (BESTÄTIGEN)	• Um die Einstellungen zu ändern oder das Programm aufzurufen.

BEDIENUNGSANLEITUNG

1. Wenn das Gerät eingeschaltet wird, zeigt die LCD-Anzeige 2 Sekunden (Abbildung 1) mit einem langen Piepton an, dann wird der Raddurchmesser 1 Sekunde im Bereich STRECKE angezeigt (Abbildung 2). Dann in den AGE (ALTER)-Einstellungsmodus gehen, um das AGE-Blinken einzustellen (Abbildung 3). Die AUF/AB-Taste drücken, um das Alter einzustellen, und ENTER, um in den Standby-Modus zu wechseln.



Figure 1

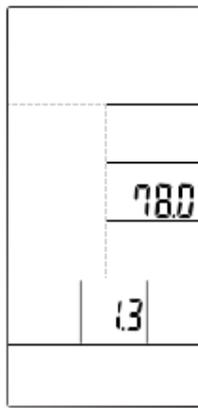


Figure 2

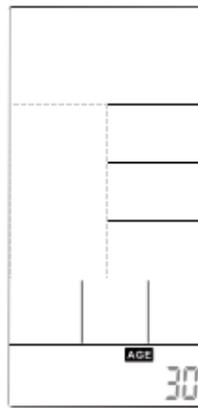


Figure 3

2. Das Fenster von INTERVAL10/20, INTERVAL10/20, INTERVAL CUSTOM, READY, WORK, REST, TIME, DISTANCE, CALORIES, WATTS, SPEED, RPM und  blinkt aufeinanderfolgend jede Sekunde (Abbildung 4~Abbildung 16).
 Wenn 60 Sekunden lang kein Tastendruck, Drehzahlsignal oder Impuls eingegeben wird, geht der Computer in den Ruhezustand über.

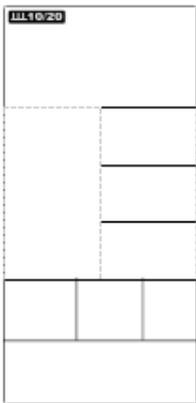


Figure 4

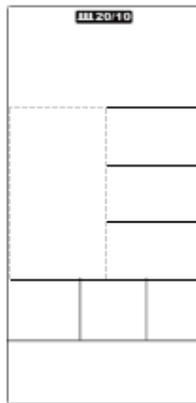


Figure 5



Figure 6

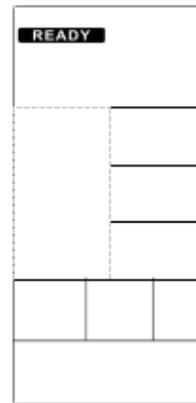


Figure 7

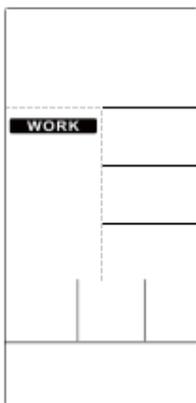


Figure 8

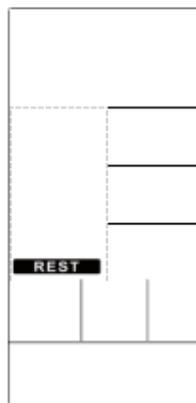


Figure 9



Figure 10

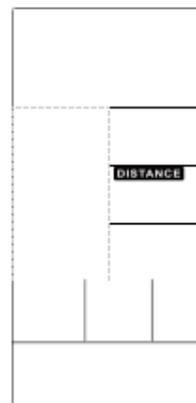


Figure 11

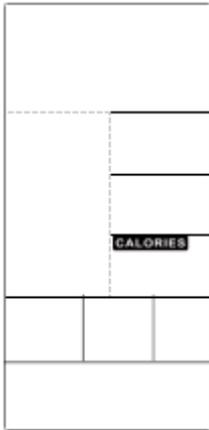


Figure 12

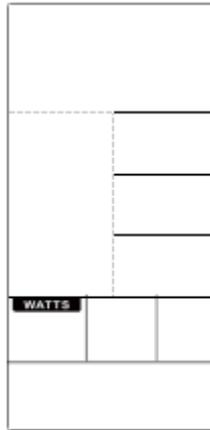


Figure 13

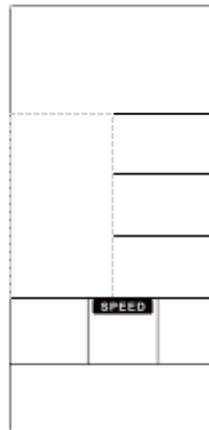


Figure 14



Figure 15

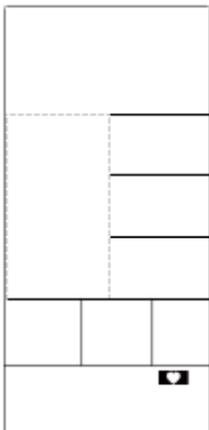


Figure 16



Figure 17

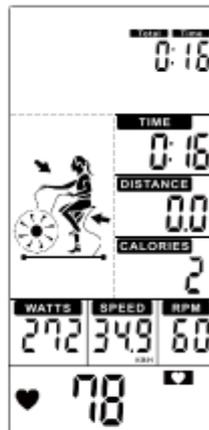


Figure 18



Figure 19



Figure 20



Figure 21



Figure 22



Figure 23

3. Wählen **Manuell, Interval Ziel Strecke, Ziel Kalorien, Ziel Herzfrequenz Ziel Zeit** Programm:

3.1 Manual (Manueller) Modus

- ① Im Standby-Modus die START-Taste drücken, um das Training schnell zu starten; der Summer ertönt 1 Sekunde lang TOTAL TIME (GESAMTZEIT) TIME (ZEIT)/ DISTANCE (STRECKE)/ CALORIES (KALORIEN) WATTS (WATT)/ SPEED (GESCHWINDIGKEIT)/ RPM (U/MIN) beginnen hochzuzählen (Abbildung 17).
- ② Immer wenn ein Impulssignal ankommt, leuchtet auf und das Symbol blinkt und zeigt den Wert der Herzfrequenz (Abbildung 18). Ohne Eingang der Herzfrequenz wird "P" angezeigt (Abbildung 17).
- ③ Kein Signaleingang für 30s, Summer ertönt 1 kurzer Piepton und Übergang in den Aufwachmodus. Beliebige Taste drücken, um die Konsole zu wecken.
- ④ Die START-Taste einmal drücken, um das Training zu unterbrechen, der Summer ertönt alle 30 Sekunden für 0,5 Sekunden. Alle Werte werden auf dem LCD-Display angezeigt und blinken im 4-Sekunden-Takt. Wenn das Training 5

Minuten lang unterbrochen wird, ertönt der Summer 2 Sekunden lang und das Gerät wechselt in den Aufwachmodus. START drücken, um das Training fortzusetzen.

⑤ STOP-Taste drücken, ZEIT zeigt die gesamte Trainingszeit an; STRECKE zeigt die gesamte Trainingsdistanz an; KALORIEN zeigt den

Gesamtverbrauch während des Trainings; WATT, GESCHWINDIGKEIT und U/MIN wechseln zur Anzeige von DURCHSCHNITT und MAX. Das HERZFREQUENZ-Fenster wechselt alle 5s zur Anzeige von 65%, 85% MAX (Abbildung 21~23).

⑥ Wenn ein Herzfrequenzsignal eingegeben wird, zeigt das HERZFREQUENZ-Fenster die aktuelle Herzfrequenz des Benutzers an. Das Herzfrequenz-Fenster zeigt nichts an, wenn kein Signal eingegeben wird (Abbildung 19~20).

⑦ Eine beliebige PROGRAMM-Taste drücken und das Programm entsprechend ausführen.

3.2 Interval 20/10 mode:

① Die Taste INTERVAL drücken, um INTERVAL20/10 auszuwählen, ENTER drücken, dann leuchtet INTERVAL20/0 auf und es ertönt ein langer Ton für 1 Sekunde.

② Die Zykluszeit wird von 3 auf 0 heruntergezählt, dann wird die Konsole gestartet, während der Summer einmal pro Sekunde piept und READY (BEREIT) einmal pro Sekunde blinkt, der Zähler zeigt '00/08' an (Abbildung 24).

③ Die Zykluszeit wird von 20 auf 0 heruntergezählt und WORK blinkt einmal pro Sekunde. In der Zwischenzeit zeigt das Fenster eine Rotationsanimation und einen Countdown von 4 Minuten an. Dann beginnen die Berechnungen von GESAMTZEITZEIT, STRECKE, KALORIEN, WATT, GESCHWINDIGKEIT und U/MIN, und es wird "01/08" angezeigt (Abbildung 25).

④ Die Zykluszeit wird von 10 auf 0 heruntergezählt und REST blinkt einmal pro Sekunde zusammen mit 10 Pieptönen (Abbildung 26), während READY (BEREIT) in den letzten 3 Sekunden blinkt (Abbildung 27).

⑤ Die oben genannten ③ & ④ setzen die Zykluszahl fort und addieren 1 pro Zyklus, bis 08/08 WORK angezeigt wird, dann zur Seite Ende gehen.

⑧ Die START-Taste einmal drücken, um in den PAUSE-Modus zu gelangen. Der Summer ertönt innerhalb von 30 Sekunden für 0,5 Sekunden pro Sekunde. Alle Werte werden auf dem LCD-Display angezeigt und blinken im 4-Sekunden-Takt.

Wenn das Training 5 Minuten lang unterbrochen wird, ertönt der Summer 2 Sekunden lang und das Gerät wechselt in den Aufwachmodus. START drücken, um das Training fortzusetzen.

⑦ STOP drücken oder das Training beenden, der Summer piept 1 Sekunde lang und zeigt dann 30 Sekunden lang GESAMTZEIT, ZEIT, STRECKE und KALORIEN an, und WATT, GESCHWINDIGKEIT und U/MIN wechseln zur Anzeige von DURCHSCHN. und MAX. Das HERZFREQUENZ-Fenster wechselt alle 5 Sekunden zur Anzeige von 65%, 85% MAX (Abbildung 21~23).

⑥ Wenn ein Herzfrequenzsignal eingegeben wird, zeigt das HERZFREQUENZ-Fenster die aktuelle Herzfrequenz und 65%, 85% MAX (Abbildung 21 bis 23) an. Und des Benutzers an. Das Herzfrequenz-Fenster zeigt nichts an, wenn kein Signal eingegeben wird (Abbildung 19~20).

⑨ Eine beliebige PROGRAMM-Taste drücken und das Programm entsprechend ausführen.

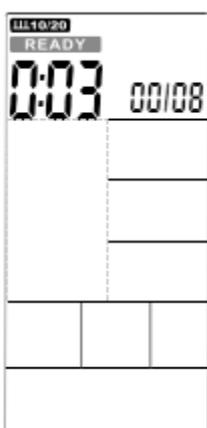


Figure 24



Figure 25



Figure 26



Figure 27

3.3 Interval 10-20-Modus:

① INTERVAL drücken, um INTERVAL10/20 auszuwählen, ENTER drücken, dann leuchtet INTERVAL10/20 auf und der Summer piept 1 Sekunde lang.

② Die Zykluszeit wird von 3 auf 0 heruntergezählt, dann wird die Konsole gestartet, während der Summer einmal pro Sekunde piept und READY (BEREIT) einmal pro Sekunde blinkt, der Zähler zeigt '00/08' an (Abbildung 28).

③ Die Zykluszeit wird von 10 auf 0 heruntergezählt und WORK blinkt einmal pro Sekunde. In der Zwischenzeit leuchtet REMAINING (VERBLEIBEND) auf und zählt

von 4 Minuten abwärts. Dann beginnen die Berechnungen von GESAMTZEIT, STRECKE, KALORIEN, WATT, GESCHWINDIGKEIT und U/MIN, und es wird "01/08" angezeigt (Abbildung 29).

- ④ Die Zykluszeit wird von 20 auf 0 heruntergezählt und **REST** blinkt einmal pro Sekunde zusammen mit 30 Pieptönen (Abbildung 31), während **READY (BEREIT)** in den letzten 3 Sekunden blinkt (Abbildung 31).
- ⑤ Die oben genannten ③ & ④ setzen die Zykluszahl fort und addieren 1 pro Zyklus, bis 08/08 **WORK** angezeigt wird, dann zur Seite Ende gehen.
- ⑧ Die **START**-Taste einmal drücken, um in den **PAUSE**-Modus zu gelangen. Der Summer ertönt innerhalb von 30 Sekunden für 0,5 Sekunden pro Sekunde. Alle Werte werden auf dem LCD-Display angezeigt und blinken im 4-Sekunden-Takt. Wenn das Training 5 Minuten lang unterbrochen wird, ertönt der Summer 2 Sekunden lang und das Gerät wechselt in den Aufwachmodus. **START** drücken, um das Training fortzusetzen.
- ⑦ **STOP** drücken oder das Training beenden, der Summer piept 1 Sekunde lang und zeigt dann 30 Sekunden lang **GESAMTZEIT**, **ZEIT**, **STRECKE** und **KALORIEN** an, und **WATT**, **GESCHWINDIGKEIT** und **U/MIN** wechseln zur Anzeige von **DURCHSCHN.** und **MAX.** Das **HERZFREQUENZ**-Fenster wechselt alle 5s zu Anzeige 65%, 85% **MAX** (Abbildung 21~23).
- ⑧ Wenn ein Herzfrequenzsignal eingegeben wird, zeigt das **HERZFREQUENZ**-Fenster die aktuelle Herzfrequenz des Benutzers an. Das Herzfrequenz-Fenster zeigt nichts an, wenn kein Signal eingegeben wird (Abbildung 19~20).
- ⑨ Eine beliebige **PROGRAMM**-Taste drücken und das Programm entsprechend ausführen.

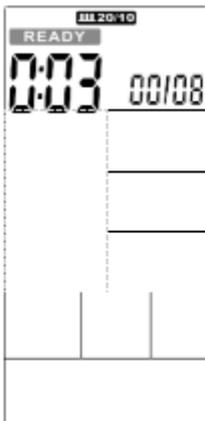


Figure 28

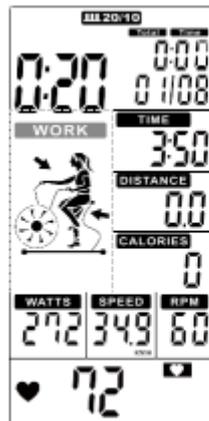


Figure 29



Figure 30



Figure 31

3.4 Intervall BENUTZERDEFINIERT:

- ① **INTERVAL** drücken, um **INTERVAL CUSTOM (BENUTZERDEFINIERT)** auszuwählen, **ENTER** drücken, um in diesen Modus zu gelangen und dann blinkt **INTERVAL CUSTOM** 00/XX zusammen mit den 1s-Signaltönen einzustellen. **UP/DOWN** drücken, um 00/XX im Bereich 1~99 einzustellen. **ENTER** drücken, um die Einstellung zu bestätigen, während der Summer 1 Sekunde lang ertönt, und dann zur nächsten Einstellung übergehen (Abbildung 32).
- ② Die **TIME**-Anzeige leuchtet weiter, **WORK** und 0:01 blinken, **UP/DOWN** drücken, um die Trainingszeit zwischen 0:00 und 9:59 einzustellen (Abbildung 33). **ENTER** drücken, um zu bestätigen, dass der Summer 1 Sekunde lang ertönt und **INTERVAL CUSTOM** weiter aufleuchtet.
- ③ Die **TIME**-Anzeige leuchtet weiter, **REST** blinkt, **UP/DOWN** drücken, um die Trainingszeit zwischen 0:01 und 9:59 einzustellen (Abbildung 34).

ENTER

- drücken, um zu bestätigen, dass der Summer 1 Sekunde lang ertönt und **INTERVAL CUSTOM** weiter aufleuchtet.
- ④ Die Zykluszeit wird von 3 auf 0 heruntergezählt, dann wird die Konsole gestartet, während der Summer einmal pro Sekunde piept und **READY (BEREIT)** einmal pro Sekunde blinkt, der Zähler zeigt '00/XX' an (Abbildung 35).
 - ⑤ Die Zykluszeit wird von 10 auf 0 heruntergezählt und **WORK** blinkt einmal pro Sekunde. Dann beginnen die Berechnungen von **GESAMTZEIT**, **STRECKE**, **KALORIEN**, **WATT**, **GESCHWINDIGKEIT** und **U/MIN**, und es wird '01/XX' angezeigt (Abbildung 36).
 - ⑥ Die Zykluszeit zählt abwärts und **REST** blinkt einmal pro Sekunde zusammen mit den Signaltönen (Abbildung 37),

während **READY** in den letzten 3s blinkt

(Abbildung 38)

- Die oben genannten ③ & ④ setzen die Zykluszählung fort und addieren 1 pro Zyklus, bis 08/08 WORK angezeigt wird, dann zur Seite Ende gehen.
- Im **WORK**-Modus ertönt der Summer 1 Sekunde lang und geht dann in den Aufwachmodus über, wenn innerhalb von 30 Sekunden kein Signal eingeht.
- Die START-Taste einmal drücken, um in den PAUSE-Modus zu gelangen. Der Summer ertönt innerhalb von 30 Sekunden für 0,5 Sekunden pro Sekunde Alle Werte werden auf dem LCD-Display angezeigt und blinken im 4-Sekunden-Takt. Wenn das Training 5 Minuten lang unterbrochen wird, ertönt der Summer 2 Sekunden lang und das Gerät wechselt in den Aufwachmodus. START drücken, um das Training fortzusetzen.
- ⑩ STOP drücken oder das Training beenden, der Summer piept 1 Sekunde lang und zeigt dann 30 Sekunden lang GESAMTZEIT, ZEIT, STRECKE und KALORIEN an, und WATT, GESCHWINDIGKEIT und U/MIN wechseln zur Anzeige von DURCHSCHN. und MAX Das HERZFREQUENZ-Fenster wechselt alle 5 Sekunden zur Anzeige von 65%, 85% MAX (Abbildung 21~23).

⑪ Wenn ein Herzfrequenzsignal eingegeben wird, zeigt das HERZFREQUENZ-Fenster die aktuelle Herzfrequenz des

Benutzers an. Anzeige Herzfrequenzfenster

Das Fenster zeigt nichts an, wenn kein Signal eingegeben wird (Abbildung 19~20).

⑫ Eine beliebige PROGRAMM-Taste drücken und das Programm entsprechend ausführen.

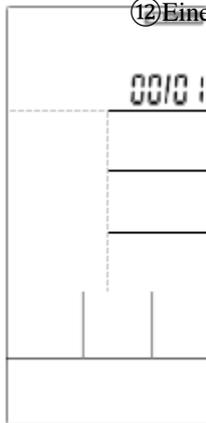


Figure 32

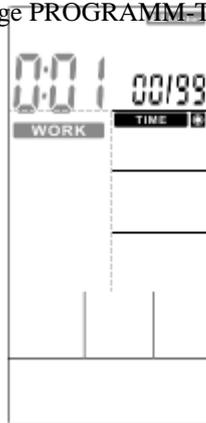


Figure 33



Figure 34

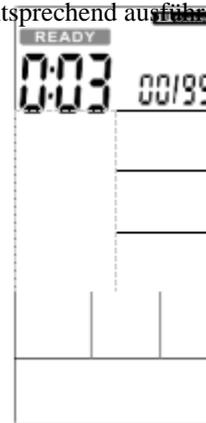


Figure 35

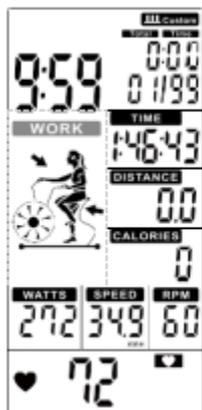


Figure 36



Figure 37



Figure 38

3.5 Ziel ZEIT-Modus:

- ① Im Standby-Modus die Taste Zielzeit drücken und **TIME (ZEIT)** leuchtet auf, und es ertönt 1 Sekunde lang ein langer Ton.
- ② Der TIME-Wert blinkt, UP und DOWN drücken, um den Wert einzustellen (Abbildung 39), und ENTER drücken, um den Wert zu bestätigen, während der Summer 1 Sekunde lang piept und **TIME** dauerhaft aufleuchtet.
- ③ Der voreingestellte Zeitwert zählt abwärts, die Werte für STRECKE, KALORIEN, WATTEN, SPEEED und RPM beginnen aufwärts zu zählen. (Abbildung 40)

- ④ Die START-Taste einmal drücken, um in den PAUSE-Modus zu gelangen. Der Summer ertönt innerhalb von 30 Sekunden für 0,5 Sekunden pro Sekunde. Alle Werte werden auf dem LCD-Display angezeigt und blinken im 2-Sekunden-Takt. Wenn das Training 5 Minuten lang unterbrochen wird, ertönt der Summer 2 Sekunden lang und das Gerät wechselt in den Aufwachmodus. START drücken, um das Training fortzusetzen.
- ⑤ Kein Signaleingang für 30s, Summer ertönt 1 kurzer Piepton und Übergang in den Aufwachmodus.
- ⑥ STOP drücken oder das Training beenden, TIME zeigt die Gesamttrainingszeit an; DISTANCE zeigt die Gesamttrainingsstrecke; CALORIES zeigt den Gesamtverbrauch während des Trainings an; WATT, SPEED und RPM wechseln zur Anzeige von DURCHSCHN. & MAX. Das HERZFREQUENZ-Fenster wechselt alle 5 Sekunden zur Anzeige von 65%, 85% MAX (Abbildung 21~23).
- ⑦ Wenn ein Herzfrequenzsignal eingegeben wird, zeigt das HERZFREQUENZ-Fenster die aktuelle Herzfrequenz des Benutzers an. Das Herzfrequenz-Fenster zeigt nichts an, wenn kein Signal eingegeben wird (Abbildung 19~20).



Figure 39

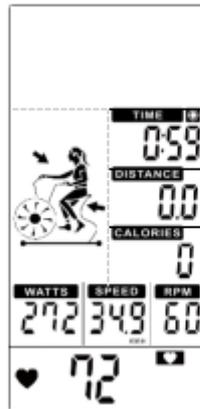


Figure 40

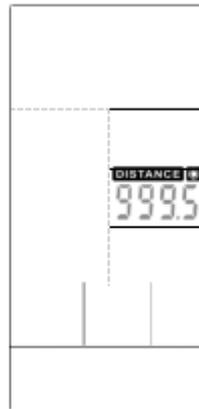


Figure 41



Figure 42

3.6 Ziel Strecken-Modus:

- ① Im Standby-Modus die Taste Zielzeit drücken und **TIME (ZEIT)**  leuchtet auf, und es ertönt 1 Sekunde lang ein langer Ton.
- ② **DISTANCE**-Wert blinkt, UP und DOWN drücken, um Änderungen vorzunehmen (Abbildung 41). ENTER drücken, um den Vorgang abzuschließen, während der Summer 1 Sekunde lang piept und **DISTANCE** dauerhaft aufleuchtet.
- ③ Der voreingestellte Wert STRECKE zählt abwärts, die Werte für ZEIT, KALORIEN, WATT, GESCHWINDIGKEIT und U/MIN beginnen aufwärts zu zählen. (Abbildung 42)
- ④ Die START-Taste einmal drücken, um in den PAUSE-Modus zu gelangen. Der Summer ertönt innerhalb von 30 Sekunden für 0,5 Sekunden pro Sekunde. Alle Werte werden auf dem LCD-Display angezeigt und blinken im 2-Sekunden-Takt. Wenn das Training 5 Minuten lang unterbrochen wird, ertönt der Summer 2 Sekunden lang und das Gerät wechselt in den Aufwachmodus. START drücken, um das Training fortzusetzen.
- ⑤ Kein Signaleingang für 30s, Summer ertönt ein Piepton für 1s und Übergang in den Aufwachmodus.
- ⑥ STOP drücken oder das Training beenden, TIME zeigt die Gesamttrainingszeit an; DISTANCE zeigt die Gesamttrainingsstrecke; CALORIES zeigt den Gesamtverbrauch während des Trainings an; WATT, SPEED und RPM wechseln zur Anzeige von DURCHSCHN. & MAX. Das HERZFREQUENZ-Fenster wechselt alle 5 Sekunden zur Anzeige von 65%, 85% MAX (Abbildung 21~23).
- ⑦ Wenn ein Herzfrequenzsignal eingegeben wird, zeigt das HERZFREQUENZ-Fenster die aktuelle Herzfrequenz des Benutzers an. Das Herzfrequenz-Fenster zeigt nichts an, wenn kein Signal eingegeben wird (Abbildung 19~20).
- ⑧ Eine beliebige PROGRAMM-Taste drücken und das Programm entsprechend ausführen.

3.7 Ziel-Kalorien-Modus:

- ① Im Standby-Modus die Ziel-Kalorien-Taste drücken und **CALORIES**  leuchtet auf, zusammen mit einem langen Ton für 1s.
- ② **CALORIES**-Wert blinkt, UP und DOWN drücken, um Änderungen vorzunehmen (Abbildung 43). ENTER drücken, um 

den Vorgang abzuschließen, während der Summer 1 Sekunde lang piept

und **CALORIES** dauerhaft aufleuchtet.

- ③ Der voreingestellte Wert KALORIEN zählt abwärts, die Werte für ZEIT, STRECKE, WATT, GESCHWINDIGKEIT und U/MIN beginnen aufwärts zu zählen. (Abbildung 44)
- ④ Die START-Taste einmal drücken, um in den PAUSE-Modus zu gelangen. Der Summer ertönt innerhalb von 30 Sekunden für 0,5 Sekunden pro Sekunde. Alle Werte werden auf dem LCD-Display angezeigt und blinken im 2-Sekunden-Takt. Wenn das Training 5 Minuten lang unterbrochen wird, ertönt der Summer 2 Sekunden lang und das Gerät wechselt in den Aufwachmodus. START drücken, um das Training fortzusetzen.
- ⑤ Kein Signaleingang für 30s, Summer ertönt ein Piepton für 1s und Übergang in den Aufwachmodus.
- ⑥ STOP drücken oder das Training beenden, TIME zeigt die Gesamttrainingszeit an; DISTANCE zeigt die Gesamttrainingsstrecke; CALORIES zeigt den Gesamtverbrauch während des Trainings an; WATT, SPEED und RPM wechseln zur Anzeige von DURCHSCHN. & MAX. Das HERZFREQUENZ-Fenster wechselt alle 5 Sekunden zur Anzeige von 65%, 85% MAX (Abbildung 21~23).
- ⑦ Wenn ein Herzfrequenzsignal eingegeben wird, zeigt das HERZFREQUENZ-Fenster die aktuelle Herzfrequenz des Benutzers an. Das Herzfrequenz-Fenster zeigt nichts an, wenn kein Signal eingegeben wird (Abbildung 19~20).
- ⑧ Eine beliebige PROGRAMM-Taste drücken und das Programm entsprechend ausführen.



Figure 43



Figure 44

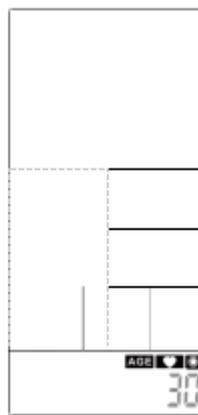


Figure 45

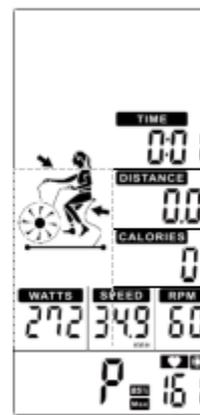


Figure 46

3.8 Ziel-Herzfrequenz-Modus:

- ① Im Standby-Modus die Herzfrequenz-Zieltafel aufleuchten, die aufleuchtet und 1 Sekunde lang einen Ton von sich gibt.
- ② AGE-Wert blinkt, UP und DOWN drücken, um das ALTER einzugeben (Abbildung 45). ENTER drücken, um zu bestätigen, dass der Summer 1 Sekunde lang ertönt und HERZFREQUENZ weiter aufleuchtet.
- ③ Bei Trainingsbeginn leuchtet **MAX HR** auf, 65% und 85% Herzfrequenz werden angezeigt. ZEIT/STRECKE/ KALORIEN/ WATT/ GESCHWINDIGKEIT/ U/Min. berechnen den Trainingswert (Abbildung 46).
- ④ Wenn die Herzfrequenz unter 65% liegt, & blinkt der Wert und der Summer ertönt alle 10 Sekunden, bis die Herzfrequenz des Benutzers über 65% liegt (Abbildung 47).
- ⑤ Wenn die Herzfrequenz 85% erreicht, & blinkt der Wert und der Summer ertönt alle 10 Sekunden, bis die Herzfrequenz des Benutzers unter 85% liegt (Abbildung 48).
- ⑥ Wenn die Herzfrequenz zwischen 65% und 85% liegt, blinkt der Wert nur noch (Abbildung 49).
- ⑦ Kein Signaleingang für 30s, Summer ertönt 1 kurzer Piepton und Übergang in den Aufwachmodus.
- ⑧ Die START-Taste einmal drücken, um in den PAUSE-Modus zu gelangen. Der Summer ertönt innerhalb von 30 Sekunden für 0,5 Sekunden pro Sekunde. Alle Werte werden auf dem LCD-Display angezeigt und blinken im 2-Sekunden-Takt. Wenn das Training 5 Minuten lang unterbrochen wird, ertönt der Summer 2 Sekunden lang und das Gerät wechselt in den Aufwachmodus. START drücken, um das Training fortzusetzen.
- ⑨ Erneut STOP drücken oder das Training in 15s beenden, TIME zeigt die Gesamttrainingszeit an; DISTANCE zeigt die Gesamttrainingsstrecke; CALORIES zeigt den Gesamtverbrauch während des Trainings an; WATT, SPEED und RPM wechseln zur Anzeige von DURCHSCHN. & MAX. Das HERZFREQUENZ-Fenster wechselt alle 5 Sekunden zur Anzeige von 65%, 85% MAX (Abbildung 21~23).
- Wenn ein Herzfrequenzsignal eingegeben wird, zeigt das HERZFREQUENZ-Fenster die aktuelle Herzfrequenz des Benutzers an. Das Herzfrequenz-Fenster zeigt nichts an, wenn kein Signal eingegeben wird (Abbildung 19~20).
- Eine beliebige PROGRAMM-Taste drücken und das Programm entsprechend ausführen.



Figure 47

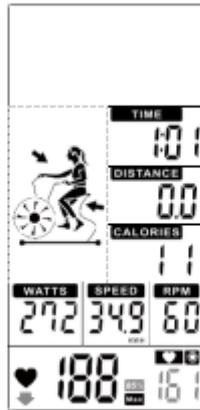


Figure 48

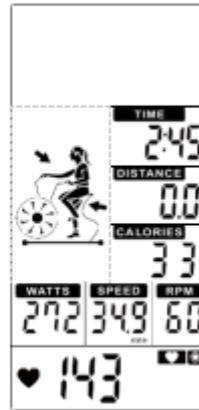


Figure 49

EINSTELLEN VON OPTIONEN:

EINSTELL-Modus

1. Die Taste START&ENTER 2 Sekunden lang gedrückt halten, der Summer gibt 1 langen Signalton ab. SPEED leuchtet weiter, M/H, KM/H blinken einmal pro Sekunde (Abbildung 50-51).
2. UP oder DOWN drücken, um KM/H oder M/H zu wählen, ENTER drücken, um in den Standby-Modus zu wechseln.
3. Findet 30 Sekunden lang keine Aktion an der Konsole statt, dann geht sie in den Standby-Modus.

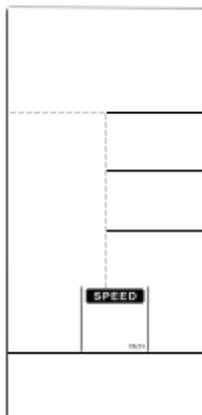


Figure 50

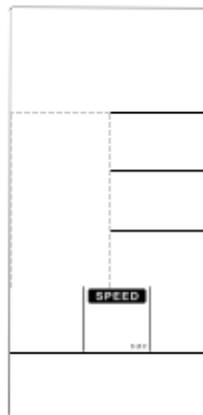


Figure 51

RESET-Modus

1. In einem beliebigen Modus 2 Sekunden lang STOP drücken, das System führt einen TOTAL RESET durch.
2. Die LCD-Anzeige wird alle 2 Sekunden eingeblendet, der Summer ertönt 2 Sekunden lang.
3. Zurück zur Standby-Seite, alle Einstellungen werden auf den voreingestellten Wert zurückgesetzt.

SCHLAF-Modus

Wenn im Standby-Modus 30 Sekunden lang keine Taste gedrückt wird, geht die Konsole in den SLEEPING (SCHLAF) - Modus.



GARLANDO SPA
Via Regione Piemonte, 32 - Zona Industriale D1
15068 - Pozzolo Formigaro (AL) - Italy
www.toorx.it - info@toorx.it