

VAND - ROMASKINE

TOORX

**WP1000**

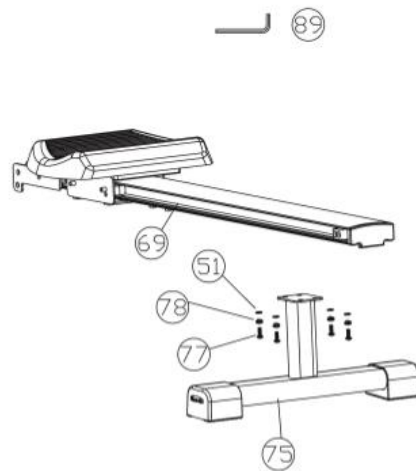


### Monteringsvejledning

Kontroller alle dele er i kassen, inden samlingen påbegyndes. Bemærk, at et antal dele er forud monteret. Derudover er der flere andre individuelle dele, der er knyttet til separate enheder. Dette gør samlingen lettere og hurtigere for dig. Samlingstid: 15 min.

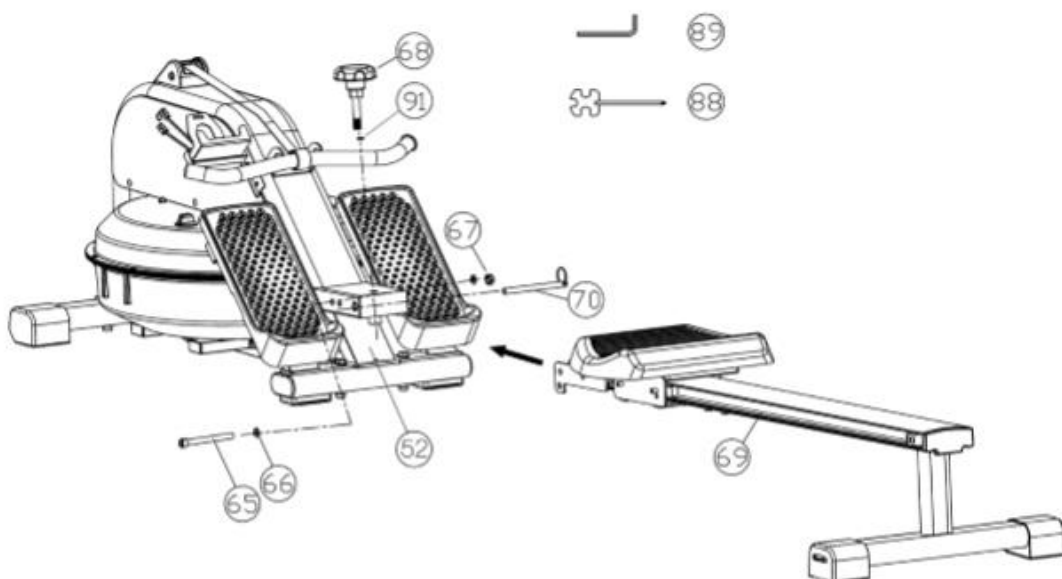
#### Trin 1:

Fastgør bagfoden (75) ved glideskinnen (69). 1. Sæt bagfoden (75) under sædeskinnen (69), og skru den stramt til ved hjælp af skruen M8x16 (77), skiver 8 // 19 (51) og spændeskiver til M8 (78).



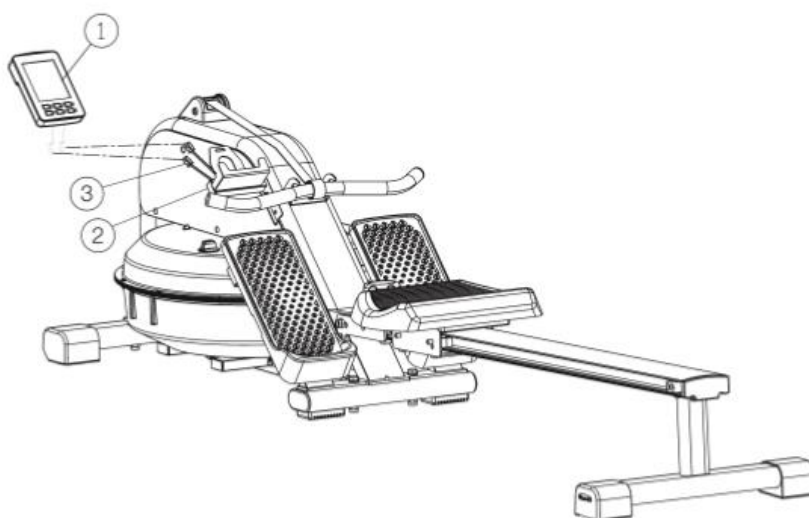
### Trin 2:

Fastgør sædeskinnen (69) ved rammen (52). 1. Sæt sædeskinnen (69) på holderen ved rammen (52), således at sidehullerne er på linje, og spænd sideskinnen (69) ved rammen (52) ved hjælp af skruen M10x125 (65), skive 10 // 20 (66) og nylonmøtrik M10 (67). Spænd ikke skruen (65) for meget, da foldesystemet fungerer let. 2. Fastgør sædeskinnen (69) inden træning med en skrue i håndgrebsskruen (68), skiven (91) og lås med låsestiften (70).



### Trin 3:

Sæt computeren (1) fast ved computerunderstøttelse (2). 1. Tag computeren (1), og indsæt batterierne (Type "AA" -1,5V penceller) ved at se efter den rigtige polaritet på bagsiden af computeren (1). (Batterier til computeren er ikke inkluderet i denne vare. 2. Før computeren (1) til computerholderen (2) og skub stikket på sensorkablerne (3) i det tilhørende stik af computeren (1). 3. Skub computeren (1) på computerholderen (2), indtil den klikker på plads.



### Trin 4: Påfyld vandtanken (16).

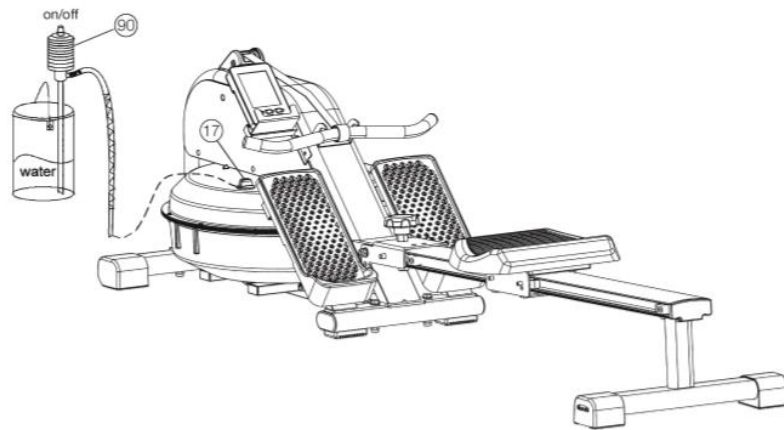
1. Brug koldt vand fra en spand til at fylde vandtanken (16). Fjern påfyldningspluggen (17) fra vandbeholderen, indsæt den fleksible rørende på vandpumpen (90) ca. 10 cm ned i vandbeholderen (16), og det stive rør ender ind i spanden med vand. 2. Drej skruehætten, og tryk på håndbælgen for at pumpe vandet ind i tanken (16). (Hvis skovlpositionen er højere end tanken, strømmer vandet automatisk ind i tanken efter tryk på nogle håndbælge. Luk skruehætten for at afbryde

Kontroller korrekt installation og funktion af alle samlinger og stikforbindelser. Installationen er dermed afsluttet. Når alt er i orden, skal du gøre dig bekendt med maskinen i en lav modstandsindstilling og foretage dine individuelle justeringer.

Bemærk: Opbevar værktøjssættet og instruktionerne på et sikkert sted, da det kan være nødvendigt for senere reparationer eller reservedelsbestillinger.

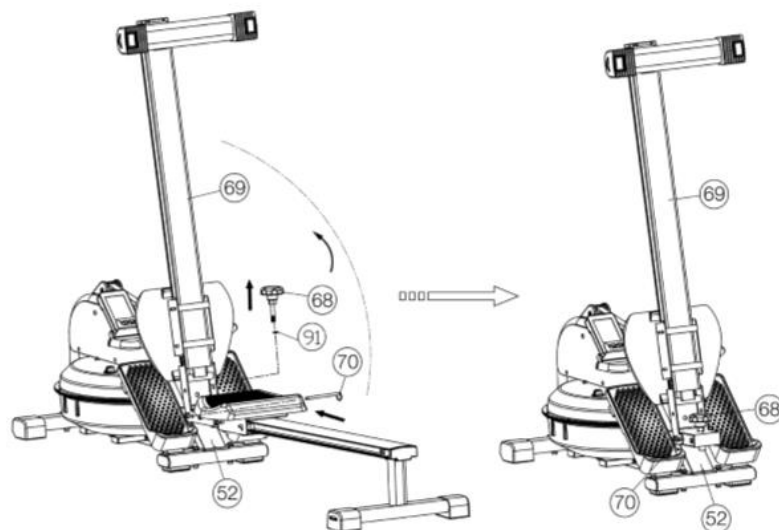
Tanken har et mærke for maks. vandstand. Denne maksimale grænse må

ikke overskrides. Hvis tanken (16) er overfyldt, vil vandet flyde over under transport og under træning og kan forårsage skade. Vi anbefaler at fylde vandstanden lidt under max. niveau, da dette giver den optimale roemodstand. Den ønskede intensitet under træning kan frit vælges med ro hastigheden. For mindre vandmodstand kan du fjerne vand fra tanken ved hjælp af håndpumpen (90) ved at skifte rørenderne på håndpumpen.



Trin 5: Fold op og opbevar romaskinen.

1. For at rejse romaskinen op, skrues håndgrebsskruen (68) helt ud og du trækker derefter i låsestiften (70) for at låse sædeskinnen (69) op. skub sædeskinnen (69) op i lodret stilling, og fastgør denne position ved at skubbe låsestiften (70) i de huller, der er på linje. Håndgrebsskruen (68), skive (91), kan du opbevare i gevindtet i bunden af rammen (52).



## COMPUTER VEJLEDNING

Hver værdi, der er relevant for træning, vises i et tilsvarende vindue med lavere display. I det øverste område kan det store display indstilles med skiftende funktioner (Scan) eller en permanent funktion. Fra begyndelsen af træningen, den krævede tid, ro-tag, ro-tag i alt, slag pr. minut, det omtrentlige kaloriforbrug og den tilbagelagte afstand. Alle værdier tæller fra nul og opad.

Computeren tændes ved kort at trykke på en tast eller blot ved at begynde at træne. Computeren begynder at registrere og vise alle værdier. Et ro ikon i det øverste displayområde viser dataoverførslen. For at stoppe computeren skal du bare stoppe træningen. Computeren stopper alle målinger og bevarer de sidste opnåede værdier i 4 minutter. (undtagen ro-tag pr. minut) Det er muligt at fortsætte træningen fra disse værdier inden for 4 min. Computeren skifter automatisk ca. 4 minutter efter træning er stoppet. Alle opnåede værdier indtil det tidspunkt nulstilles. (undtagen Strokes Total)

1. „TID“ - display: Den aktuelt krævede tid vises i minutter og sekunder. Det er muligt at specificere en bestemt værdi ved hjælp af. Tasten “+” eller “-”. Hvis der er angivet et bestemt tidspunkt, vises den resterende tid. Når den specificerede værdi er nået, indikeres dette med et akustisk signal. (Begrænsning af displayet: 99,00 minutter.)

2. "Ro-tag" - display: Den aktuelle status for ro-tag vises. Det er muligt at specificere en bestemt værdi ved hjælp af. Tasten “+” eller “-”. Hvis der er angivet antal to-tag, vises de resterende ro-tag. Når den specificerede værdi er nået, indikeres dette med et akustisk signal. (Begrænsning af ro-tag: 9990) Dette displayvindue ændres automatisk hvert 5. sekund og viser også ro-tag i alt.

3. "Strokes Total" - display: Ro-tagene for alle træningpas vises. Det er ikke muligt at specificere en bestemt værdi ved hjælp af. Tasten “+” eller “-”. (Begrænsning af ro-tag: 9990) Dette displayvindue ændres automatisk hvert 5. sekund og viser også ro-tag.

4. „Tag pr. Minut“ (SPM) - display: Ro-tag pr. Minut vises. Det er ikke muligt at specificere en bestemt værdi ved hjælp af. Tasten “+” eller “-”. (Visning af ro-tag: 99)

5. „Afstand“ - display: Den aktuelle status for den aktuelle afstand i km .

Det er muligt at specificere en bestemt værdi ved hjælp af. Tasten "+" eller "-". Hvis der er angivet en bestemt afstand, vises de resterende kilometer. Når den specificerede værdi er nået, indikeres dette med et akustisk signal. (Begrænsning af displayet: 99,00 km.)

6. „KALORIER“ - display: Den aktuelle status for de forbrugte kalorier vises. Det er muligt at specificere en bestemt værdi ved hjælp af. Tasten "+" eller "-". Hvis der er angivet et bestemt forbrug, vises det resterende antal kalorier, der skal forbruges. Når den specificerede værdi er nået, indikeres dette med et akustisk signal. (Begrænsning af displayet: 9990 kalorier.)

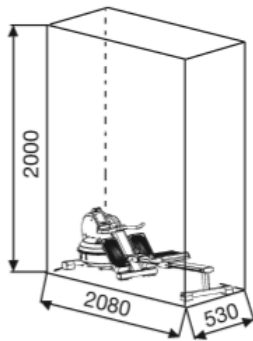
7. "SCAN" -funktion: Når computeren er tændt, forindstilles scanningsfunktionen automatisk. SCAN lyser på displayet og angiver aktivering. I den kontinuerlige ændring på ca. 6 sekunder vises de aktuelle værdier for alle funktioner successivt i det øverste, store displayvindue. For den permanente visning af en funktion i dette displayvindue skal du vælge den ønskede funktion med tasten „E“.

Taster: 1. "E" -tast: Ved at trykke kort på denne tast gør det muligt at skifte fra en funktion til en anden, dvs. de respektive funktioner kan vælges, for hvilke indtastninger der kan foretages ved hjælp af "+" eller "-" -tasten . Den aktuelt valgte funktion vises med et ikon i det respektive vindue.

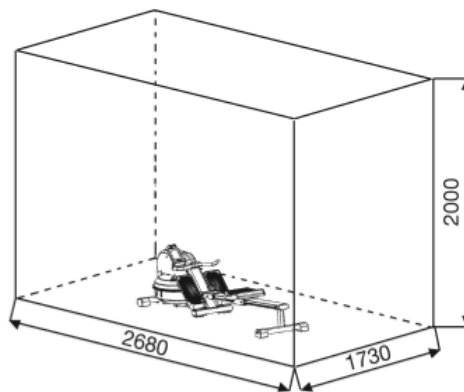
2. "+" eller "-" -tast: Ved at trykke på denne tast en gang er det muligt at specificere værdier trin for trin i de respektive funktioner. Til dette skal den ønskede funktion først vælges ved hjælp af "E" -tasten. Ved at holde tasten nede aktiveres hurtigere kørsel. Når træningen begynder, tælles de angivne værdier derefter ned til nul.

3. "L" –tast: Foretag et tryk på denne tast for at slette en given værdi i en funktion.

4. "Total reset" –tast: Ved at trykke på denne tast kan den totale sletning af alle sidst opnåede værdier foretages. Alle værdier for alle skærme er indstillet til nul, bortset fra funktionen Strokes Total. Denne funktion kan slettes, når batteriet skiftes.



Areal til maskinen



Anbefalet frit areal til træning.