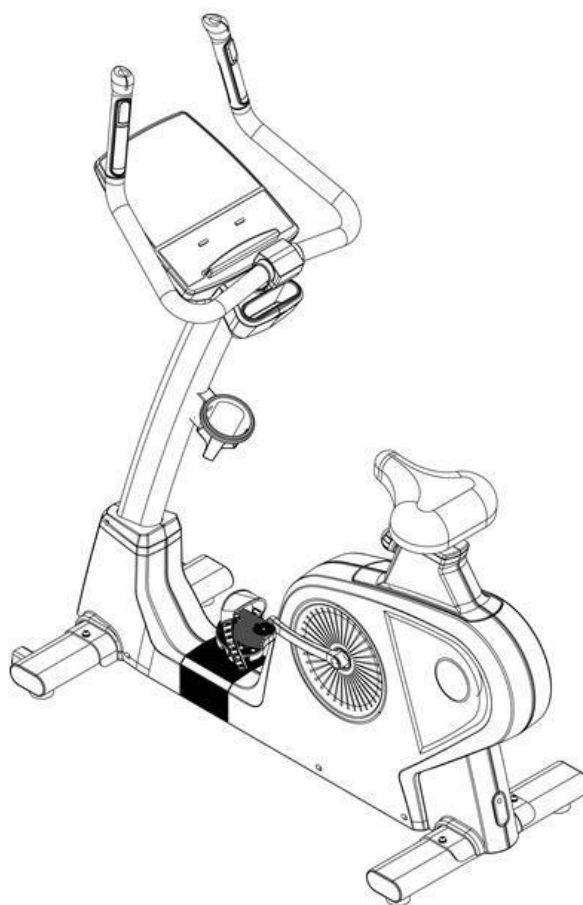




MANUAL DE UTILIZARE - RO

Bicicletă Fitness inSPORTline Gemini B200









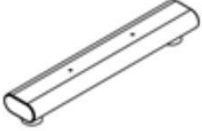
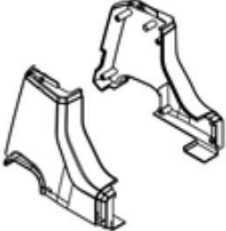
CONȚINUT



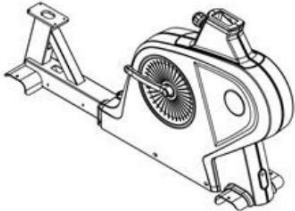




MĂSURI DE PRECAUȚIE	3
LISTĂ COMPONENTE.....	4
ACCESORII ȘI SCULE	6
PAȘII ASAMBLĂRII.....	7
INSTRUCȚIUNI DE OPERARE	10
AFIȘAJ	10
AFIȘAJ ȘI FEREASTRA DE PORNIRE	10
FUNȚII CHEIE	10
FUNȚII PROGRAM.....	11
MOD PROGRAM (PROGRAME P1~P12)	11
MOD MANUAL.....	11
MOD UTILIZATOR.....	12
MOD HRC	13
MOD WATT	14
GRAFICE PROGRAM.....	15
TERMENI ȘI CONDIȚII PENTRU GARANȚIE.....	16

MĂSURI DE SIGURANȚĂ

- Citiți cu atenție acest manual înainte de prima utilizare și păstrați-l pentru referințe viitoare.
- Urmați toate atenționările și utilizați doar conform acestui manual.
- Pentru a reduce riscul de electrocutare, întotdeauna scoateți produsul din priză imediat după utilizare și înainte de curățare și mentenanță
- Fiți atenți în timp ce conectați la tensiune pentru a evita arsurile.
- Prima oară puneți-vă pe aparat și porniți după pentru siguranță.
- Dacă nu folosiți aparatul, opriți-l și deconectați de la sursa de tensiune.
- Țineți departe de copii și animale. Niciodată nu lăsați copiii nesupravegheați lângă aparat. Nu este o jucărie
- Persoanele cu deficiențe fizice sau psihice sau persoanele neexperimentate pot folosi doar sub supravegherea unui adult.
- Antrenați-vă cu măsură. Nu vă supraestimați abilitățile. Exercițiul impropriu poate duce la vătămări serioase. Consultați-vă cu medicul înaintea începerii oricărui exercițiu.
- Utilizați doar pentru scopul destinat și nu faceți modificări improprii.
- Nu utilizați niciodată, dacă cablul sau ștecherul este deteriorat sau nu funcționează corect. Nu scăpați în apă. Pentru reparație contactați un serviciu dedicat.
- Niciodată nu folosiți cablul ca un mâner.
- Păstrați cablul departe de foc sau surse de căldură.
- Nu utilizați dacă gurile de ventilați sunt blocate. Păstrați-le curate, fără păr, praf, etc.
- Nu puneți niciun obiect în socluri și compartimente.
- Nu folosiți afară.
- Așezați pe o suprafață plană, curată și solidă. Pentru o siguranță îmbunătățită, păstrați spațiu în jurul acestui dispozitiv de cel puțin 0,6m.
- Nu utilizați în locuri unde sunt aerosoli (spray) în aer sau în locuri cu oxigen redus.
- Înainte de oprire, opriți toate comenzile și scoateți ștecherul din priză.
- Utilizați doar cu priză cu împământare.
- Verificați regulat pentru uzură. Verificați ca toate șuruburile și piulițele să fie strânse bine. Nu utilizați produsul dacă este deteriorat.
- Purtați îmbrăcăminte potrivită și încălțăminte sport. Evitați îmbrăcăminte prea largă ce ar putea fi prinsă în echipament.
- Nicio parte a aparatului nu ar trebui să vă obstrucționeze mișcările.
- Sistemul de frânare este controlat de viteză în modul watt. În alte moduri, nu este dependent de viteză.
- Bateria ar trebui schimbată lunar.
- Greutate volantă: 8.1 kg
- **Limită greutate:** 140 kg
- **Categoria: SA** (conform normelor EN957) destinată uzului comercial.
- **ATENȚIE!** Monitorul cardiac poate să nu fie complet acurat. Suprasolicitarea în timpul antrenamentului poate duce la vătămări și chiar moarte. Dacă începeți să vă simțiți amețit, opriți exercițiul imediat.

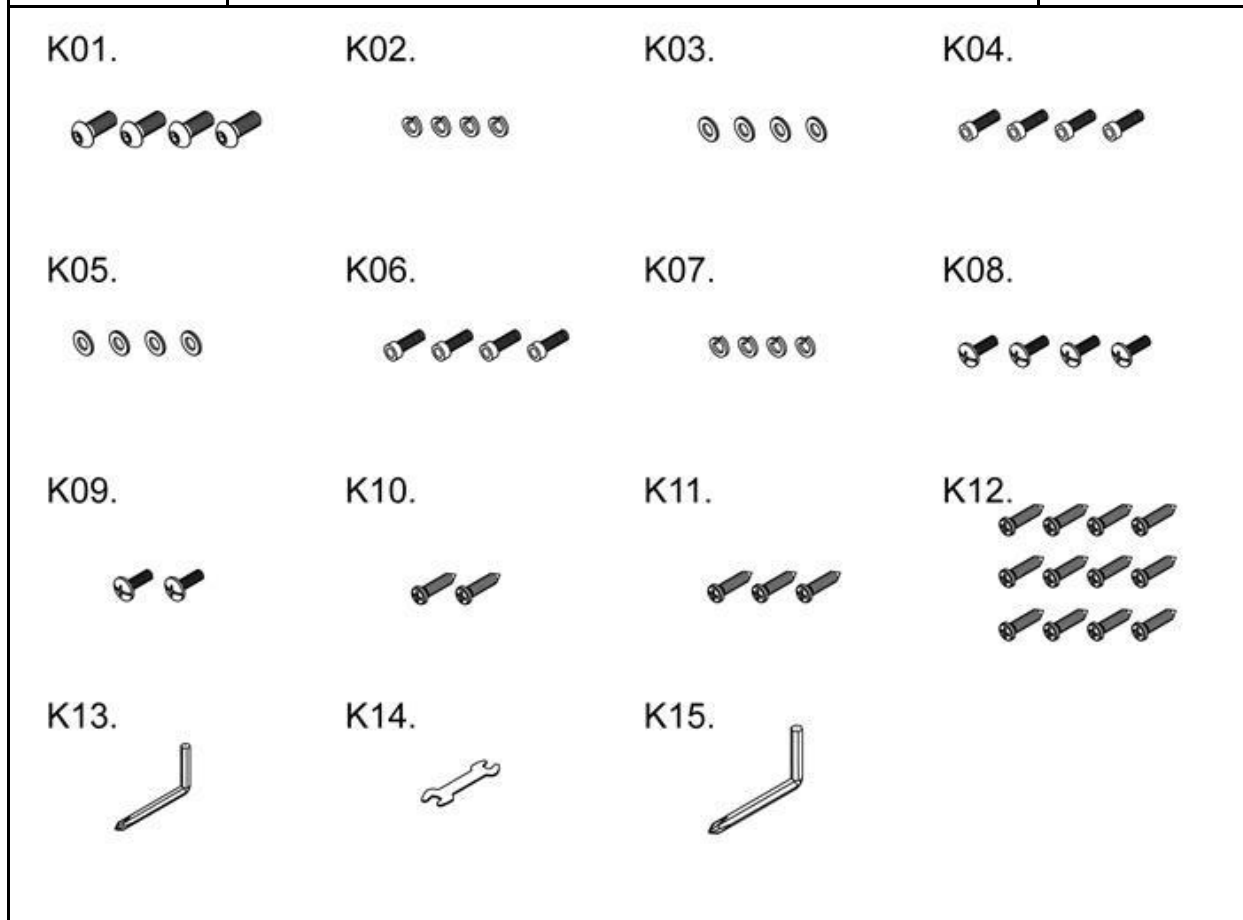
LISTĂ COMPONENTE

Semn	Poză	Descriere
A		Suport consolă
B		Set consolă
C		Capac decorativ spate consolă
D		Accesoriu suport
E		Capac frontal consolă (D/S)
F		Set stabilizator frontal
G		Set stabilizator spate
H		Capac față cadru principal (D/S)

I		Capac decorativ suport consolă (D/S)
J		Set ghidon
K		Set cadru principal
L		Set șezut
M		Suport șezut
N		Capac intermediar
O		Set pedală (D/S)

ACCESORII ȘI SCULE

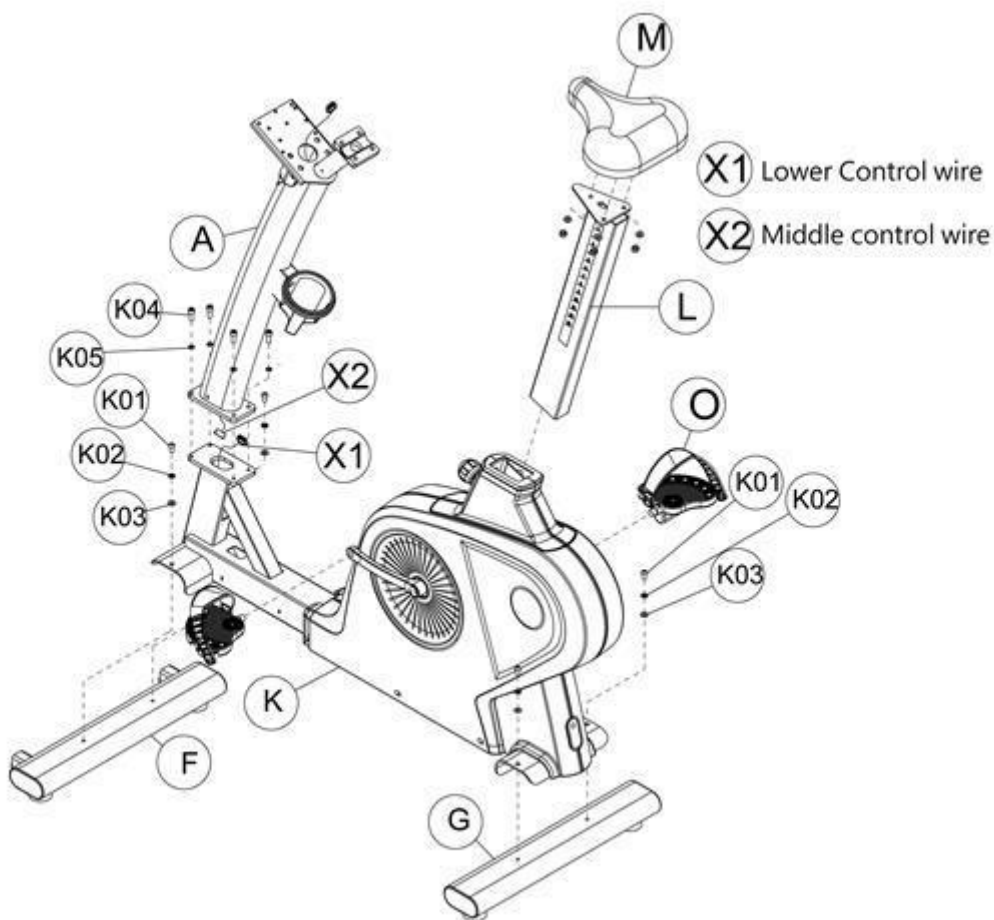
Articol	Descriere	Cantitate
K01	Șurub imbus cap plat M8xP1.25x25	4
K02	Șaibă arcuită M8	4
K03	Șaibă ø8xø16x1.5t	4
K04	Șurub hexagonal M8xP1.25x20	4
K05	Șaibă ø8xø12x1.0t	4
K06	Șurub hexagonal M8xP1.25x20	4
K07	Șaibă arcuită M8	4
K08	Șurub cruce M5xP0.8x10	4
K09	Șurub cruce M5xP0.8x12	2
K10	Șurub cruce autoforant ø4x10	2
K11	Șurub cruce autoforant ø4x20	3
K12	Șurub cruce autoforant ø4x16	12
K13	Cheie imbus L + șurubelniță cruce 5mm	1
K14	Cheie fixă 13 mm + 15 mm	1
K15	Cheie imbus L + șurubelniță cruce 6mm	1



PAȘII ASAMBLĂRII

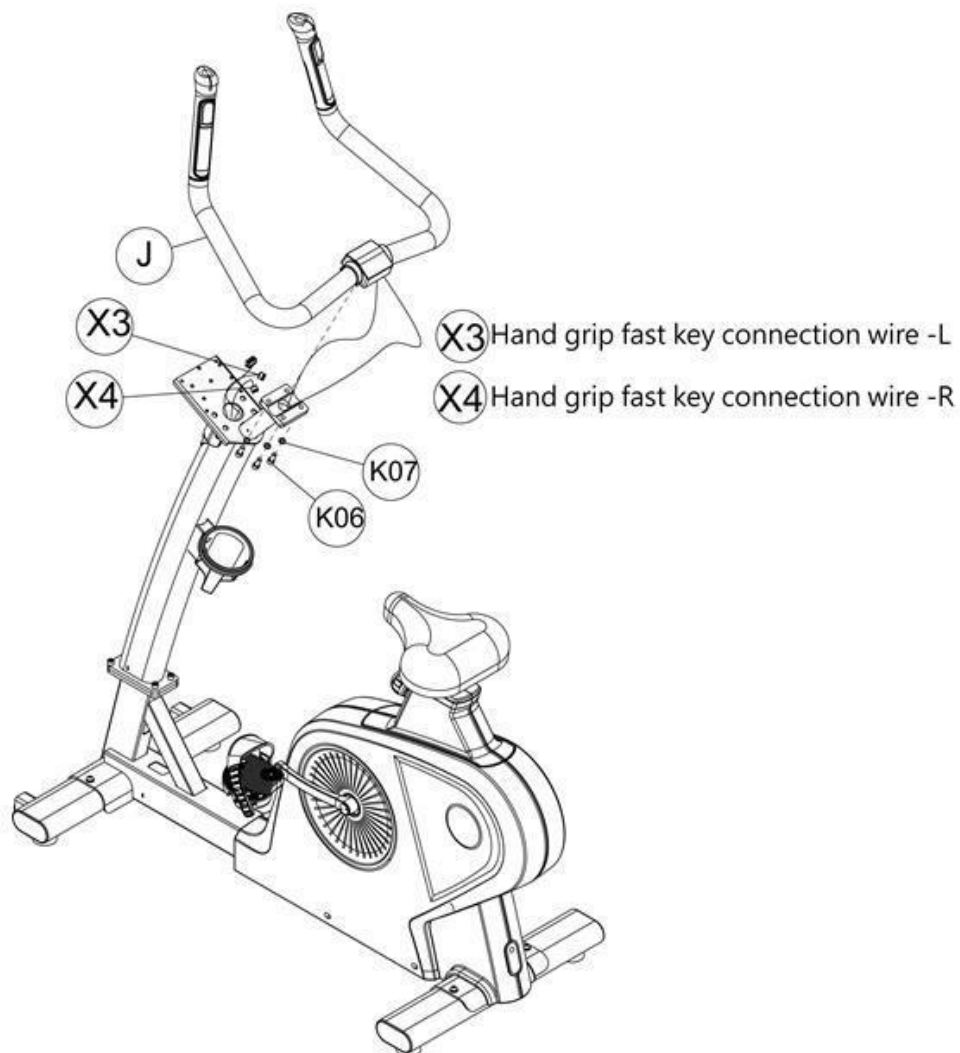
PASUL 1

- Fixați și strângeți cadrul principal (K) și stabilizatorul față și spate (F, G) folosind șuruburi (K01), șaibe grover (K02) și șaibe (K03)
- Conectați firele precum în imagine și instalați suportul consolei (A) pe cadrul principal (K) folosind șuruburi (K04), și șaibe (K05). Nu apăsați firele.
- Desfaceți șurubul și șaiba de pe suport (M) Apoi instalați suportul de șezut (M) pe șezut (L) Fixați cu șurubul și șaiba pe care ați dat-o jos inițial.
- După ce ați tras pinul, inserați sezutul (L) pe cadrul principal și asamblați pedala dreaptă și stângă (O). Distingeți pedala dreaptă de cea stângă. Sunt inscripționate cu L-stânga și R-dreapta.



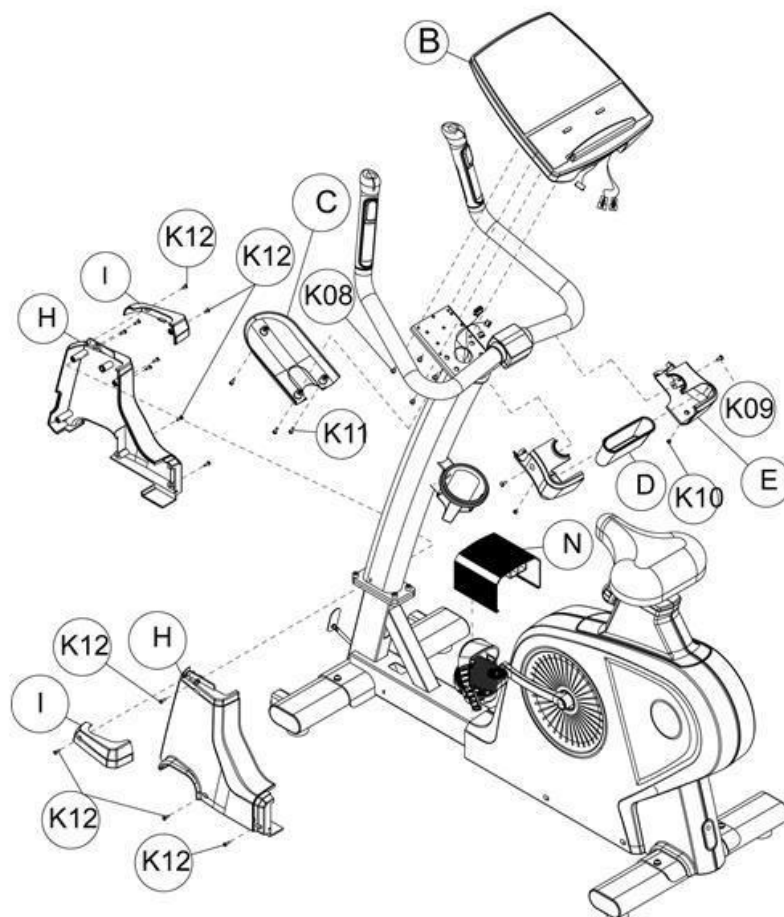
PASUL 2

- Puneți firele de la ghidon (J) treacă de suportul consolei și strângeți de ghidon (J) și tubul de control cu șurub (K06) și șaibă (K07). Nu apăsați firele.



PASUL 3

- Conectați consola (B) cu firele de la suportul consolei. După aceea fixați cu șurub (K08).
- Strângeți decorația frontală a consolei (E) folosind șurub (K09) după aceea strângeți suportul accesoriilor (D) cu șurub (K10). Apoi fixați și strângeți partea inferioară a capacului decorațiunii (C) cu șurub (K11).
- Apoi, fixați capacul frontal al cadrului (H) pe cadrul principal folosind șurub (K12). Apoi fixați capacul suportului consolei (I) cu șurub (K12).



INSTRUCȚIUNI DE OPERARE

AFIȘAJ

Aceasta este consola cu afișaj LED: Funcții incluse: RPM, SPEED (VITEZA), TIME (TIMP), CALORIES (CALORII), DISTANCE (DISTANȚĂ), WATTS (WATI), LEVEL (NIVEL). Afișaj grafice PROGRAM

AFIȘAJ ȘI FEREASTRA DE PORNIRE

MOD STANDBY

După ce consola a pornit, vor fi afișate unități METRICE (sau imperiale) KM (sau ML) și U1, grafic. Se poate selecta între U1-U4.






MODUL SLEEP


Atunci când consola este în standby și RPM-ul este sub 30 sau nu este nicio apăsare de buton pentru 15 secunde, programul intră în modul de atenționare pentru 16 secunde. După 16 secunde va semnala sonor și va intra în modul sleep. În timpul celor 16 secunde, dacă RPM-ul va fi peste 30 sau este apăsată o cheie, cronometrarea (16 secunde) va fi anulată și consola va intra din nou în standby.

În pagina de setări (setări utilizator, setări greutate și setări program), dacă RPM-ul este sub 30 pentru 10 secunde, programul va fi oprit și va intra în modul standby. Dacă RPM-ul este în continuare sub 30 și nu este tastat niciun buton pentru 5 secunde programul va intra în atenționare pentru 16 secunde și după alte 16 secunde va intra în modul sleep. În perioada cronometrată (16 secunde) dacă RPM-ul este peste 30 sau vreun buton este apăsat, cronometrarea va fi anulată și consola se va întoarce în modul standby.

Când operați toate programele, dacă RPM-ul nu a atins valoarea 30, afișajul va arăta o desfășurare a RPM-ului pentru 5 secunde. După aceea, dacă RPM-ul este în continuare sub 30, afișajul va indica PAUSE (pauză) pentru 5 secunde.

FUNCȚII CHEIE

	START	<ul style="list-style-type: none">Apăsând această cheie programul va porni cu funcția QUICK START automat.
	RECOVERY	<ul style="list-style-type: none">În timpul antrenamentului țineți senzorul de puls până fereastra PULSE începe să afișeze ritmul cardiac. Apoi apăsați RECOVERY. Apoi afișajul se va opri la Fereastra TIME va începe să numere de la 60 secunde. După ce atinge zero, va afișa rezultatele ratei de Recuperare a pulsului (F1-F6). F1 este cel mai bun rezultat pe care îl puteți obține
	PAUZĂ	<ul style="list-style-type: none">Dacă exercițiul a fost început, apăsați PAUSE pentru 5 secunde și aparatul va intra în pauză.<ul style="list-style-type: none">Dacă apăsați în timpul procesului de setare, vă întoarceți la program și selectați pagina din nou.
	STOP	<ul style="list-style-type: none">Apăsați STOP pentru a opri. Puteți folosi tasta ENTER pentru a schimba afișajul ecranului: SPEED-TIME-DISTANCE/RPM-CALORIES-WATTS.
	ENTER	<ul style="list-style-type: none">În timpul setării programului, apăsați ENTER pentru a confirma selecția și mergeți la următoarea pagină

	DIRECTION	<ul style="list-style-type: none"> • Aceste chei sunt folosite pentru a crește sau a scădea Valori variate (greutate, înălțime, vârstă, sex, puls, Timp) și selecția modurilor funcționale (watt, HRC, user, program, manual) sau ajustarea rezistenței.
---	-----------	---

FUNCȚII PROGRAM

MOD PROGRAM (P1~P12 PROGRAM)

- Apăsați cheia de direcție pentru a selecta programul P1-P12.
- Apăsați ENTER pentru a intra în setările valorilor țintă.
- După ce apăsați ENTER, indicatorul TIME se va aprinde și LED-ul va indica pe afișaj la TIME. Valoarea inițială a TIME este: 0:00. Folosiți cheile de direcție pentru setarea TIME
- După ce ați setat TIME apăsați ENTER Indicatorul DISTANCE se va lumina și indicatorul LED va lumina pe afișaj la DISTANCE. Valoarea inițială a distanței este: 0.0. Folosiți cheile direcție pentru a seta DISTANȚA.
- După ce ați setat DISTANȚA, apăsați ENTER Indicatorul CALORIES va lumina și LED-ul indicator va afișa pe display CALORIES Valoarea inițială a calorilor este: 0. Folosiți tastele de direcție pentru a seta CALORIES.
- TIME-DISTANCE-CALORIES pot fi setate într-un ciclu. După ce valorile țintă timp, distanță și calorii sunt setate, apăsați START, pentru a porni.
- În timpul antrenamentului apăsați ENTER pentru a schimba, fixa sau afișa pe ecran VITEZA-TIMP-DISTANȚĂ/RPM-CALORII-WATTI
- În timpul exercițiului apăsați PAUSE și programul va intra în pauză. Afișajul TIME/DISTANCE/CALORIES vor fi afișate pe rând.
- În pauză, dacă doriți să continuați antrenamentul anterior, apăsați START și programul va continua cu datele acumulate de la TIMP/DISTANȚĂ/CALORII ca înainte pauzei.
- Apăsați STOP pentru a opri programul. Apăsați din nou pentru a șterge datele antrenamentului și a merge înapoi pe pagina de selecție program (MANUAL/PROGRAM/USER/HRC/WATTS).

MESAJELE AFIȘAJULUI

În timpul exercițiului, dacă RPM-urile nu au atins valoarea 30, ecranul va afișa de două ori mesajul RPM↑ pentru 5 secunde. După acest mesaj, dacă RPM-ul tot nu a fost atins, programul va

MOD MANUAL

- Apăsați tastele direcției și selectați MANUAL.
- Apăsați ENTER pentru a intra în pagina de setare a valorii țintă.
- După apăsarea butonului ENTER, indicatorul TIME se aprinde, iar indicatorul LED luminează pe ecranul TIME. Valoarea inițială a TIME este: 0:00. Utilizați tastele direcționale pentru a seta TIME.
- După ce ați setat ora, apăsați ENTER. Indicatorul DISTANCE se aprinde, iar indicatorul LED luminează pe afișajul DISTANCE. Valoarea inițială a distanței este: 0.0. Utilizați tastele direcționale pentru a seta DISTANCE.

- După ce ați setat DISTANCE, apăsați ENTER. Indicatorul CALORIES se aprinde, iar indicatorul LED luminează pe ecranul CALORIES. Valoarea inițială a calorii este: 0. Utilizați tastele direcționale pentru a seta CALORIILE.
- TIMP-DISTANTA-CALORII pot fi setate într-un ciclu. După ce valorile țintă ale timpului, distanței și kaloriilor sunt stabilite, apăsați START pentru a începe operațiile.
- În timpul antrenamentului, apăsați ENTER pentru a comuta, fixa și afișa ecranul SPEED-TIME-DISTANCE / RPM-CALORIES-WATTS.
- În timpul antrenamentului apăsați PAUSE și programul se va întrerupe. Ecranul TIME / DISTANCE / CALORIES va afișa datele de mișcare prin rotire.
- În pauză, dacă doriți să continuați antrenamentul anterior, apăsați butonul START și programul va continua cu datele acumulate despre TIME / DISTANCE / CALORIES așa cum a fost înainte de pauză.
- Apăsați STOP pentru a opri programul. Apăsați din nou pentru a curăța datele despre exerciții și pentru a reveni la pagina principală de selectare a programului (MANUAL / PROGRAM / USER / HRC / WATTS).

MESAJELE MATRICEI PUNCTATE

În timpul exercițiului, dacă valoarea RPM nu a atins valoarea de 30, ecranul va afișa de două ori rotația RPM ↑ pentru 5 secunde. După acest mesaj, dacă RPM nu este încă atins, programul va fi întrerupt și ecranul va afișa de două ori șirul de rulare PAUSE timp de 5 secunde.

MOD UTILIZATOR

- Apăsați tastele de direcție și selectați USER.
- Apăsați ENTER pentru a intra în pagina de setare a valorii țintă.
- După apăsarea butonului ENTER, indicatorul TIME se aprinde, iar indicatorul LED luminează pe ecranul TIME. Valoarea inițială a TIME este: 0:00. Utilizați tastele direcționale pentru a seta TIME.
- După ce ați setat TIME (ORA), apăsați ENTER. Indicatorul DISTANCE se aprinde, iar indicatorul LED luminează pe afișajul DISTANCE. Valoarea inițială a distanței este: 0.0. Utilizați tastele direcționale pentru a seta DISTANCE.
- După ce ați setat DISTANCE, apăsați ENTER. Indicatorul CALORIES se aprinde, iar indicatorul LED luminează pe ecranul CALORIES. Valoarea inițială a calorii este: 0. Utilizați tastele direcționale pentru a seta CALORIILE.
- TIMP-DISTANTA-CALORII pot fi setate într-un ciclu. După ce valorile țintă ale timpului, distanței și kaloriilor sunt stabilite, apăsați START pentru a începe operațiile.

Dacă utilizatorul dorește să opereze programul de editare a graficului:

- Intrați în programul USER. Indicatorul TIME se va aprinde și LED-ul indicator va lumina la TIME (TIMP). Valoarea inițială a TIME este: 0:00.
- Pentru editarea graficului, apăsați ENTER și mențineți pentru 3 secunde. Apoi, primul rând de pe matricea punctată va fi mișcat. La afișarea TIME, graficul va afișa codul S-1 pentru a afișa editarea.
- Apăsați tastele direcției pentru a seta LEVEL. După confirmarea completă, apăsați ENTER pentru a seta nivelul programului pentru rândul următor.
- Când intrați în setarea LEVEL, dar nu s-a reușit setarea, utilizatorul poate apăsa ENTER și poate converti următorul program de setare a operației. Există locații de la S-1 ~ S-16 pentru setare. După ce ați setat aceste locații, acest dispozitiv se sări în programul de setare TIME pentru funcționare.
- În timpul antrenamentului, apăsați ENTER pentru a comuta, fixa și afișa ecranul SPEED-TIME-DISTANCE / RPM-CALORIES-WATTS.

- În timpul antrenamentului apăsați PAUSE și programul va întrerupe. Ecranul TIME / DISTANCE / CALORIES va afișa datele de mișcare prin rotire.
- În pauză, dacă doriți să continuați antrenamentul anterior, apăsați butonul START și programul va continua cu datele acumulate despre TIME / DISTANCE / CALORIES așa cum au fost înainte de pauză.
- Apăsați STOP pentru a opri programul. Apăsați din nou pentru a curăța datele despre exerciții și pentru a reveni la pagina principală de selectare a programului (MANUAL / PROGRAM / USER / HRC / WATTS).

MESAJELE MATRICEI PUNCTATE:

În timpul exercițiului, dacă valoarea RPM nu a atins valoarea de 30, ecranul va afișa de două ori rotația RPM ↑ pentru 5 secunde. După acest mesaj, dacă RPM nu este încă atins, programul va fi întrerupt și ecranul va afișa de două ori șirul de rulare de PAUSE timp de 5 secunde.

MODUL HRC

- Apăsați tastele de direcție pentru a selecta HRC.
- Apăsați ENTER pentru a intra în pagina de setare a valorii țintă.
- După apăsarea butonului ENTER, indicatorul HEIGHT se aprinde, iar pe afișajul matricei punctate se va afișa HEIGHT. Valoarea inițială a înălțimii este: 170. Utilizați tastele direcționale pentru a seta înălțimea.
- După ce ați setat HEIGHT, apăsați ENTER, iar indicatorul AGE se aprinde, iar matricea punctată afișează AGE. Valoarea inițială a vârstei este: 30. Utilizați tastele de direcție pentru a seta vârsta.
- După ce ați setat vârsta, apăsați ENTER și indicatorul SEX se aprinde, iar matricea punctată afișează GENDER. Valoarea inițială a sexului este: M pentru bărbat (F pentru femeie). Utilizați tastele de direcție pentru a seta sexul.
- După ce ați setat SEX-ul, apăsați ENTER și indicatorul TARGET 90%, 75%, 55% se aprinde și se afișează valoarea inițială la PULSE. Utilizați tastele direcționale pentru a selecta valoarea țintă. TARGET permite utilizatorului să stabilească valoarea ritmului cardiac țintă utilizând tastele de direcție. Valoarea inițială de 90%, 75% și 55% depinde de înălțimea, vârsta și sex.
- După finalizarea setării PULSE, apăsați ENTER. Indicatorul TIME se aprinde, iar indicatorul LED luminează pe ecranul TIME. Valoarea inițială a timpului este 0:00. Utilizați tastele direcționale pentru a seta TIME.
- După ce ați setat ora, apăsați ENTER. Indicatorul DISTANCE se aprinde, iar indicatorul LED luminează pe afișajul DISTANCE. Valoarea inițială a distanței este: 0.0. Utilizați tastele direcționale pentru a seta DISTANCE.
- După ce ați setat DISTANCE, apăsați ENTER. Indicatorul CALORIES se aprinde, iar indicatorul LED luminează pe ecranul CALORIES. Valoarea inițială a caloriei este: 0. Utilizați tastele direcționale pentru a seta CALORIILE.
- Timp-Distanța-Calorii pot fi setate într-un ciclu. După ce valorile țintă ale timpului, distanței și kaloriilor sunt stabilite, apăsați START pentru a începe operațiile.
- În timpul antrenamentului, apăsați ENTER pentru a comuta, fixa și afișa ecranul SPEED-TIME-DISTANCE / RPM-CALORIES-WATTS.
- În timpul antrenamentului apăsați PAUSE și programul va întrerupe. Ecranul TIME / DISTANCE / CALORIES va afișa datele de mișcare prin rotire.
- În pauză, dacă doriți să continuați antrenamentul anterior, apăsați butonul START și programul va continua cu datele acumulate despre TIME / DISTANCE / CALORIES așa cum a fost înainte de pauză.
- Apăsați STOP pentru a opri programul. Apăsați din nou pentru a curăța datele despre exerciții și pentru a reveni la pagina principală de selectare a programului (MANUAL / PROGRAM / USER / HRC / WATTS)

A. OPERAREA FUNCȚIEI DE ÎNCĂLZIRE

- Rezistența este prestabilită la nivelul 1. Funcția de control al ritmului cardiac va funcționa automat după 1 min.
- Utilizatorul poate utiliza în continuare tastele direcționale pentru a regla rezistența.

B. OPERAREA PROGRAMULUI DE CONTROL AL RITMULUI CARDIAC

- În compararea programului, între ritmul cardiac real și ritmul cardiac prestabilit (55%, 75%, 90% / TARGET) se va efectua o dată la fiecare 10 secunde.
- Dacă programul nu reușește să detecteze frecvența cardiacă reală, programul va fi întrerupt și rezistența nu va crește. Pe afișajul PULSE va fi afișat mesajul "P".
- Utilizatorul poate folosi tastele direcționale pentru a mări sau micșora rezistența.
- Când ritmul cardiac efectiv este mai mic decât ritmul cardiac prestabilit timp de 4 minute, programul va crește automat rezistența. Fiecare pas reprezintă 1 nivel. Maximul pentru creștere este nivelul 16.
- Când ritmul cardiac efectiv este mai mare decât ritmul cardiac prestabilit timp de 4 minute, programul va reduce automat rezistența. De fiecare dată când descreșterea este 1 nivel. Minimul de scădere este nivelul 1.
- Dacă ritmul cardiac efectiv atinge valoarea presetată a ritmului cardiac pentru 3 minute consecutive sau timpul de presetare este depășit, programul oprește automat funcția de control al ritmului cardiac și intră în modul COOL DOWN.

C. COOL DOWN (timp de 1 minut după controlul ritmului cardiac)

- La pornirea funcției de răcire de 1 minut, programul oferă un sunet lung (bip) și afișajul cu matrice punctată indică COOL. Afișajul TIME va începe să apară timp de 1 minut.
- În funcția COOL DOWN, nivelul de rezistență va fi 1 și toate datele vor continua de la controlul anterior al ritmului cardiac. Acestea continuă să fie utilizate și acumulate.
- În această funcție se poate utiliza numai tasta STOP / RESET.

MODUL WATTI

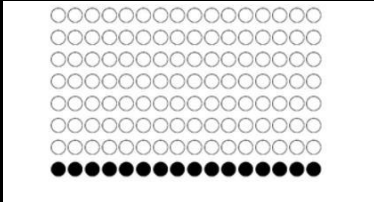
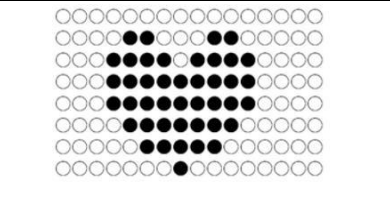
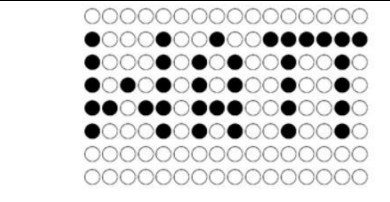
- Apăsați tastele de direcție și selectați WATTS.
- Apăsați ENTER pentru a intra în pagina de setare a valorii țintă.
- După apăsarea butonului ENTER, indicatorul WATTS se aprinde, iar indicatorul LED-uri luminează pe ecranul WATTS. Valoarea inițială a WATTS este: 120. Utilizați tastele direcționale pentru a seta WATTS.
- După setarea butonului WATTS, apăsați ENTER. Indicatorul TIME se aprinde, iar indicatorul luminos LED luminează pe ecranul TIME. Valoarea inițială a timpului este: 0:00. Utilizați tastele direcționale pentru a seta TIME.
- După ce ați setat ora, apăsați ENTER. Indicatorul DISTANCE se aprinde, iar indicatorul LED luminează pe afișajul DISTANCE. Valoarea inițială a distanței este: 0.0. Utilizați tastele direcționale pentru a seta DISTANCE.
- După ce ați setat DISTANCE, apăsați ENTER. Indicatorul CALORIES se aprinde, iar indicatorul LED luminează pe ecranul CALORIES. Valoarea inițială a calorii este: 0. Utilizați tastele direcționale pentru a seta CALORIILE.
- TIMP-DISTANTA-CALORII pot fi setate într-un ciclu. După ce valorile țintă ale timpului, distanței și caloriilor sunt stabilite, apăsați START pentru a începe operațiile.
- În timpul antrenamentului, apăsați ENTER pentru a comuta, fixa și afișa ecranul SPEED-TIME-DISTANCE / RPM-CALORIES-WATTS.

- În timpul antrenamentului apăsați PAUSE și programul va întrerupe. Ecranul TIME / DISTANCE / CALORIES va afișa datele de mișcare prin rotire.
- În pauză, dacă doriți să continuați antrenamentul anterior, apăsați butonul START și programul va continua cu datele acumulate despre TIME / DISTANCE / CALORIES așa cum a fost înainte de pauză.
- Apăsați STOP pentru a opri programul. Apăsați din nou pentru a curăța datele despre exerciții și pentru a reveni la pagina principală de selectare a programului (MANUAL / PROGRAM / USER / HRC / WATTS).

MESAJELE MATRICEI PUNCTATE

În timpul exercițiului, dacă valoarea RPM nu a atins valoarea de 30, ecranul va afișa de două ori rotația RPM ↑ pentru 5 secunde. După acest mesaj, dacă RPM nu este încă atins, programul va fi întrerupt și ecranul va afișa de două ori șirul de rulare de PAUZĂ timp de 5 secunde.

GRAFICELE PROGRAMULUI

		
MANUAL	HRC	WATT

