

TOORX
FITNESS IN MOTION

INSTRUKTION



ERX900 TFT



Cod : GRLDTOORXERX900T

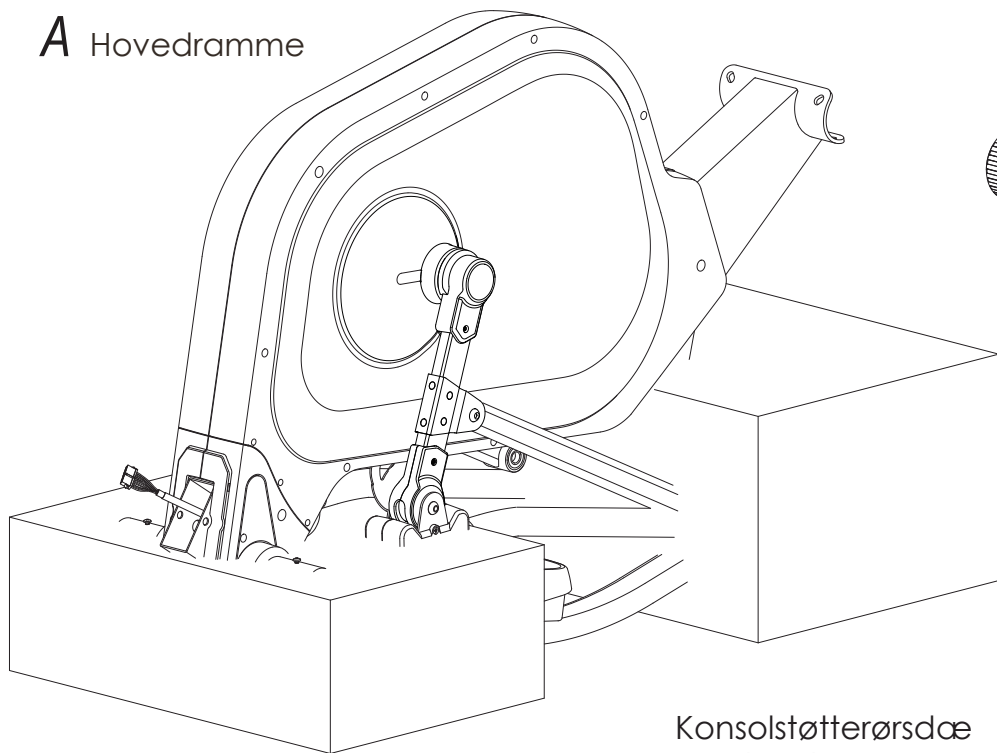
Rev : 01

Ed : 03/22

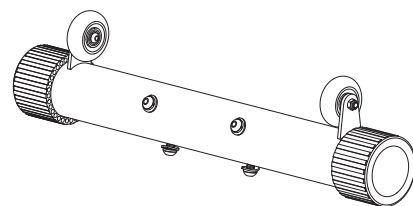


PARTS LIST

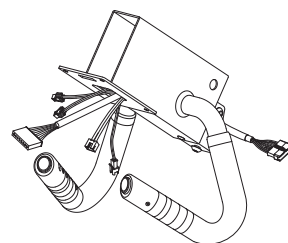
A Hovedramme



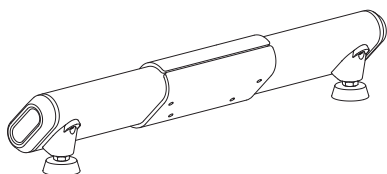
B Front fod



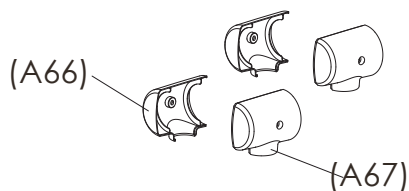
D Konsol support



C Fod bag

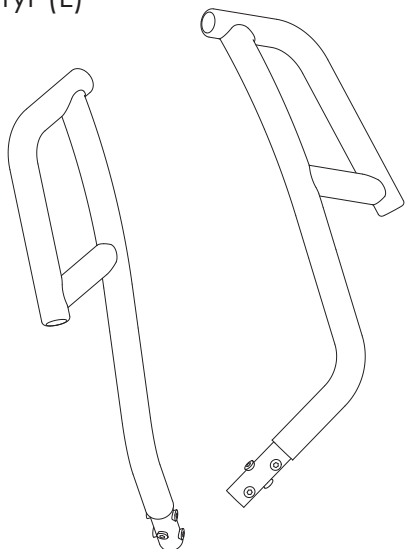


Front pedal supporting tube cover

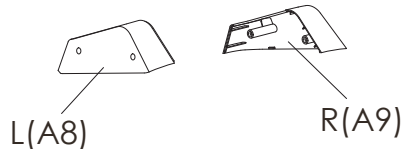


E E2 Styr (R)

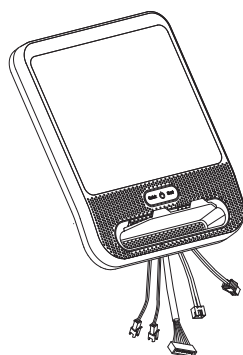
E1 Styr (L)



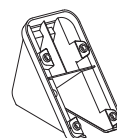
Konsolstøtterørskæ
ksel (L&R)



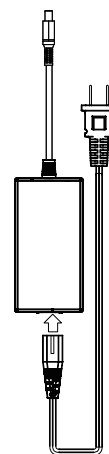
G Konsol(G1)



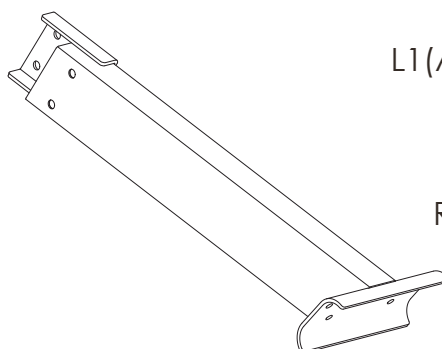
Konsol dække (G2)



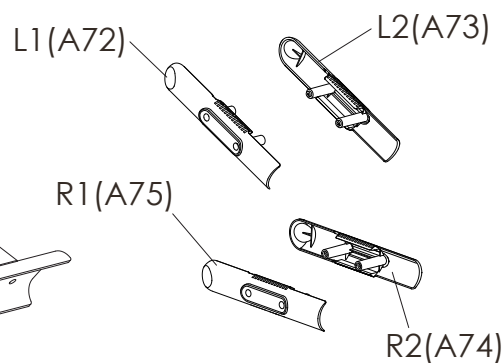
I Adaptor



F Centralt støtterør



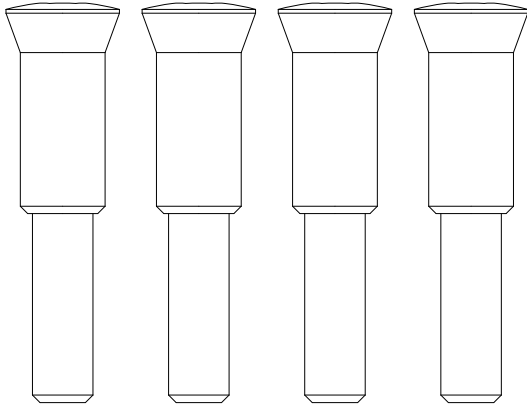
Pedalstøtterørskæ
ksel (L1&L2),(R1&R2)



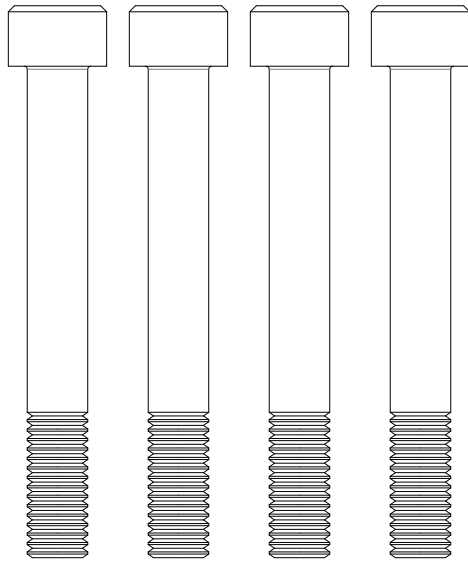
PARTS LIST

TOOL

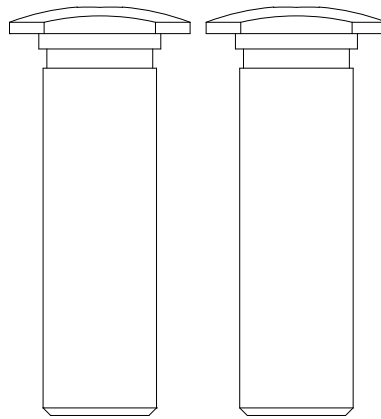
(F4) Screw M8



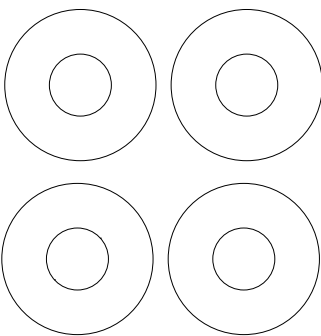
(F2) Screw M8x65



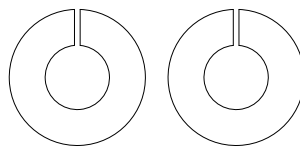
(A107) Bolt Ø15x50.5



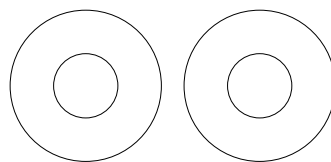
(F3) Washer M8



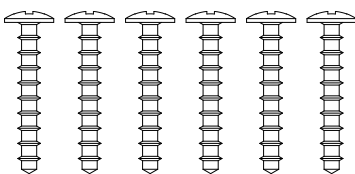
(A62) Spring washer M8



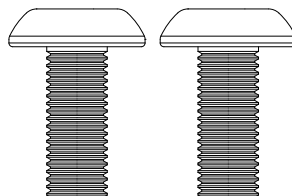
(A61) Washer M8



(A78) Screw M3x20



(A63) Screw M8x20



M6x2

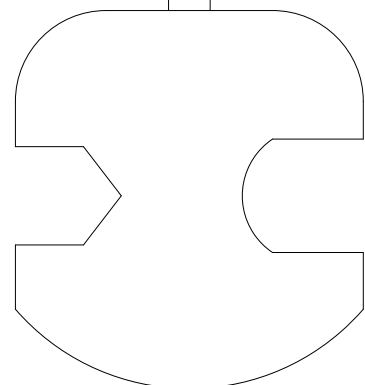
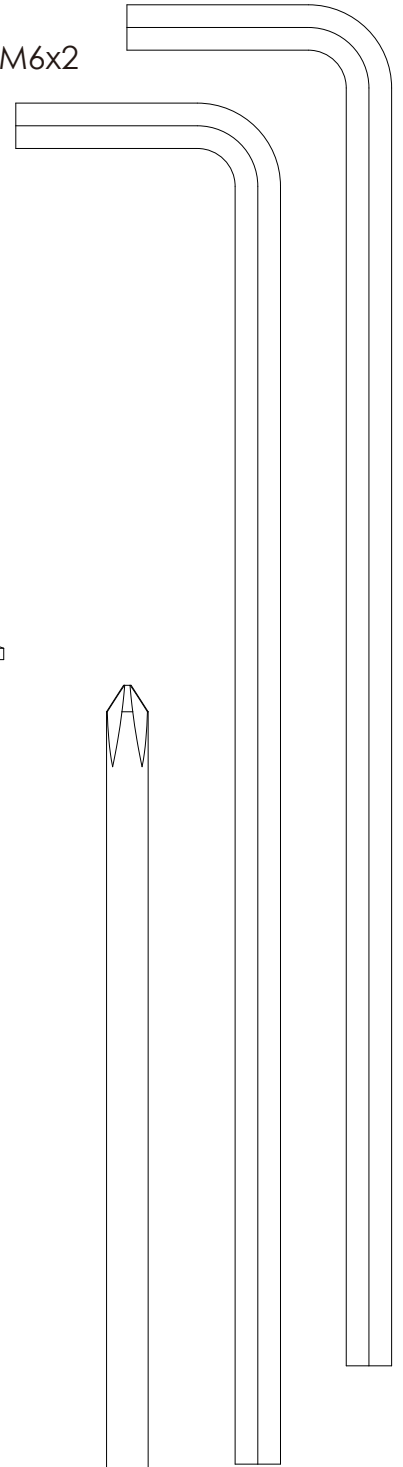


FIGURE 1

FIGURE 1

FRONT STABILISATOR (B) MONTERING

Trin 1. Fjern de fire formonterede skruer (B3), fjederskive (B4) og skive (B5) fra den forreste stabilisator (B).

Trin 2. Fastgør den forreste stabilisator (B) på hoveddrammen (A) med skruer (B3), fjederskive (B4) og skive (B5).

USE TOOL: 6m/m

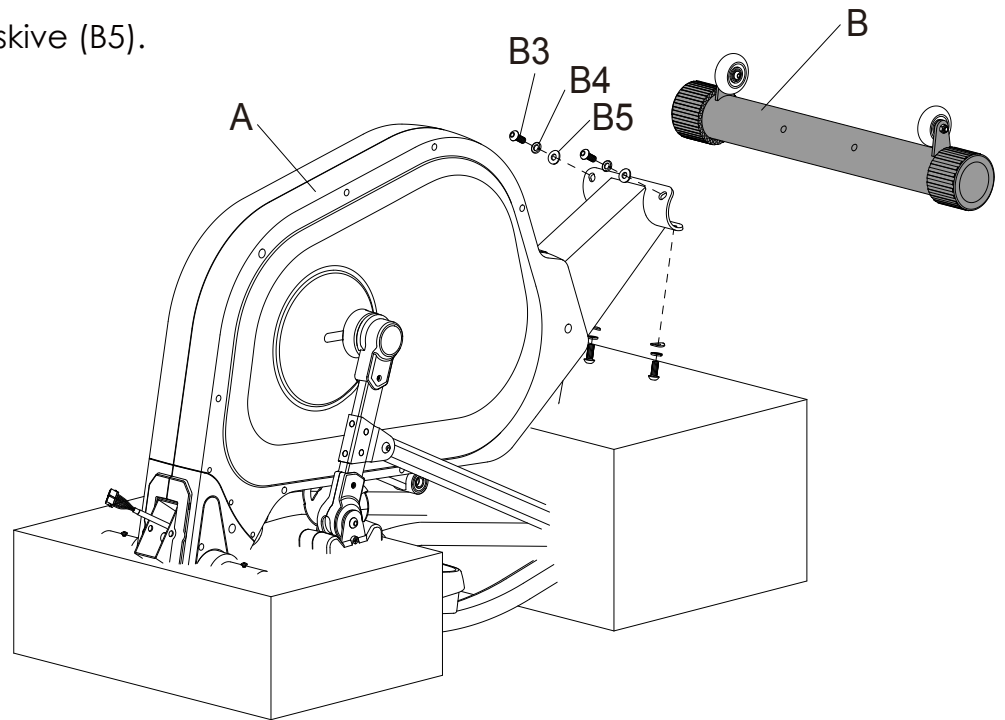


FIGURE 2

FIGURE 2 KONSOL-STØTTERØR (D) MONTERING

Trin 1. Fjern de tre formonterede skruer (D2) fra konsollens bærerør (D). Trin 2. Tilslut konsolledning (K1 & K2).

Trin 3. Fastgør konsolstøtterøret (D) på hoveddrammen (A) med skruen (D2-venstre) og skruen (D2-højre).

Trin 4. Brug to hænder til at holde det lille håndtag for at løfte hoveddrammen (A). derefter afslutte skruen (D2-midterste) samling.

Trin 5. Fjern de nederste polyfoam-stykker #5 & #6.

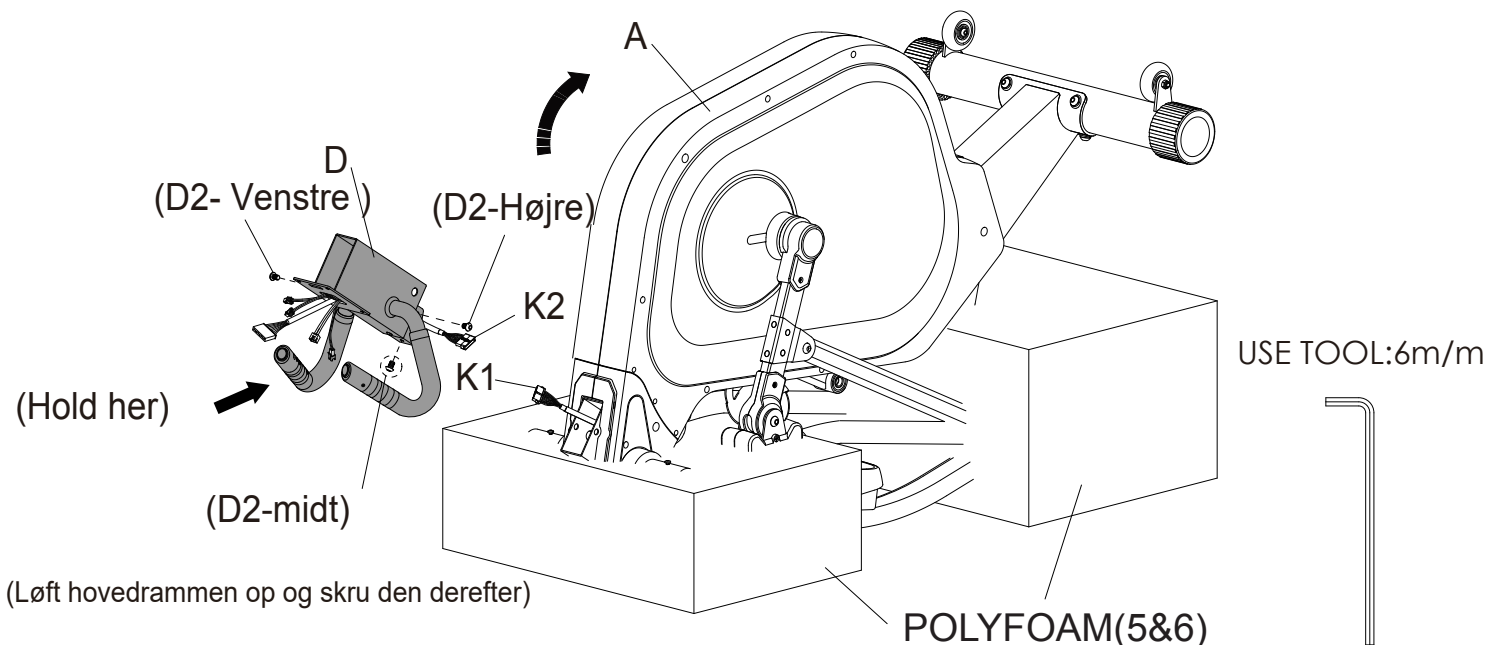
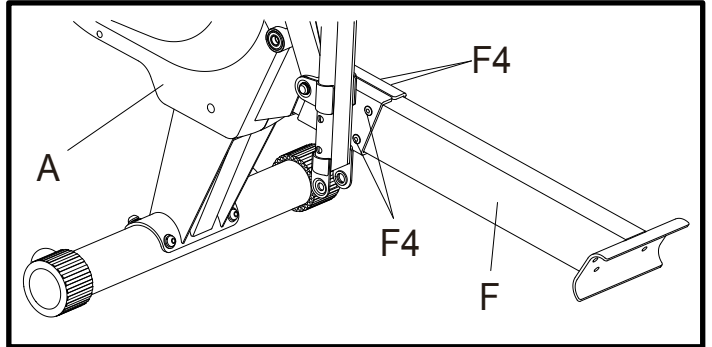
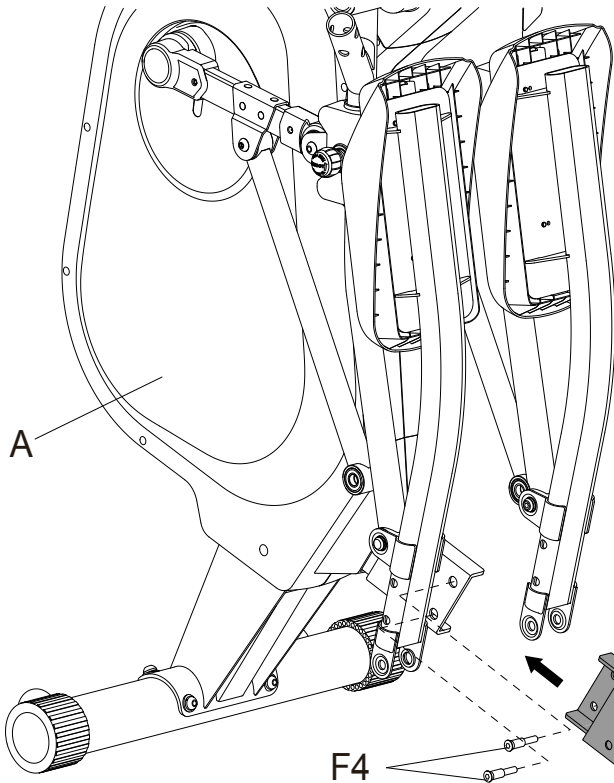
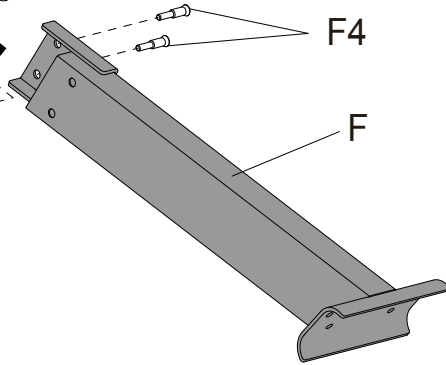


FIGURE 3 — **CENTRAL STØTTERØR (F) MONTERING**

Trin 1. Fastgør det centrale støtterør (F) på hovedrammen (A) med fire skruer (F4).



Spænd skruerne (F4) på centralt støtterør, når enheden løftes.



USE TOOL:6m/m

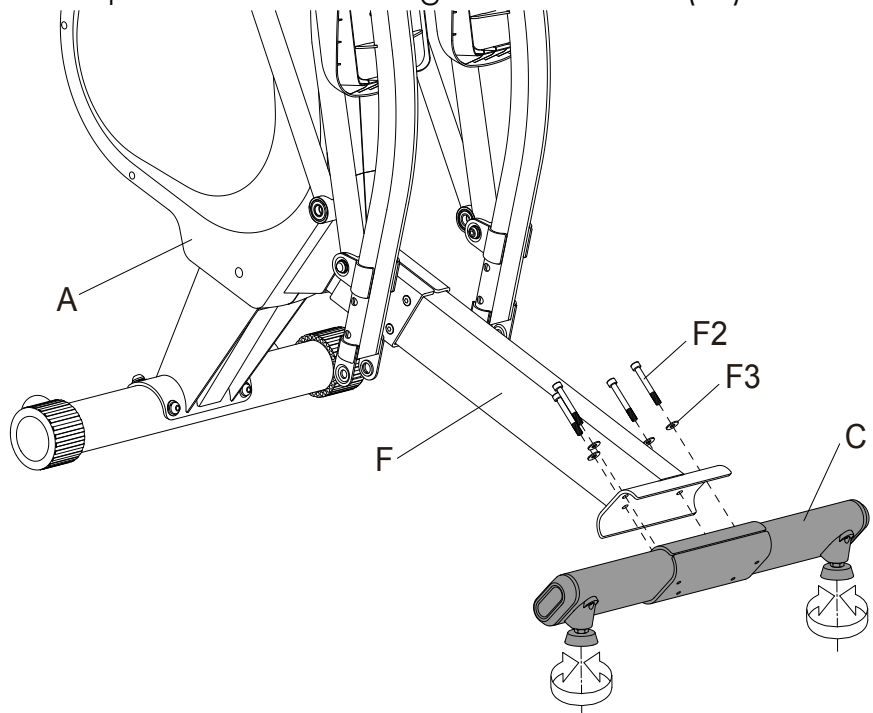


FIGURE 4

FIGURE 4 — **BAGSTABILISATOR (C) MONTERING**

Trin 1. Fastgør den bagerste stabilisator (C) på det centrale støtterør (F) med fire skruer (F2) og skive (F3).

Trin 2. Juster stabilisatorfødderne på den nederste bageste stabilisator (C) for at nivellere maskinen.



USE TOOL:6m/m

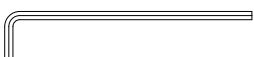


FIGURE 5

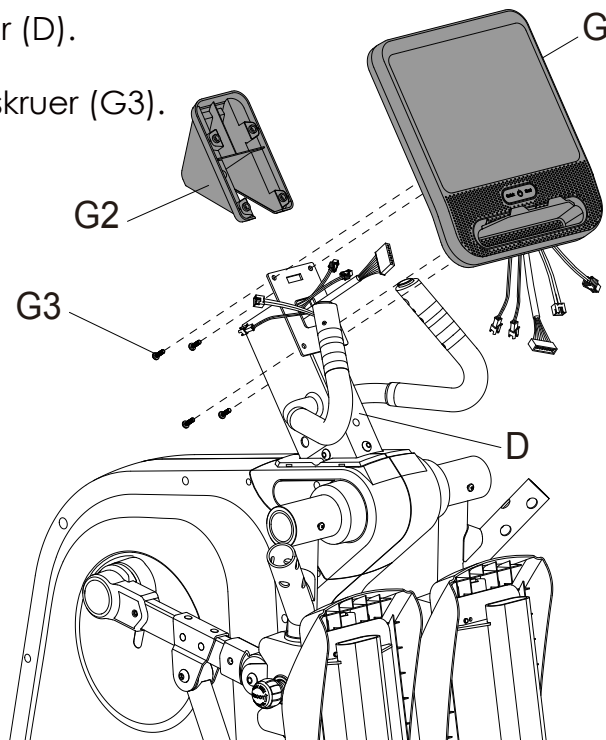
KONSOL & KONSOL DÆKSEL MONTERING

Trin 1. Fjern fire skruer (G3) fra konsollen (G). Trin 2. Tilslut alle ledninger.

Trin 3. Monter konsollen (G) til konsolstøtterøret (D).

Step 4. Skub konsollåget (G2) på konsollens støtterør (D).

Step 5. Skruerkonsol, konsolstøtterør (D) og konsollåget (G2) sammen ved hjælp af skruer (G3).



USE TOOL:

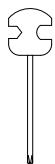
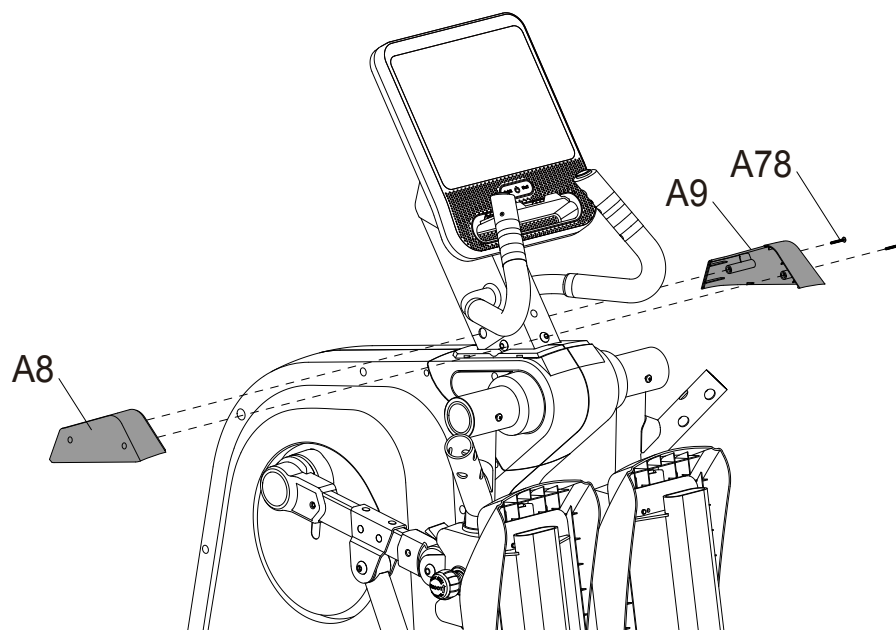


FIGURE 5

FIGURE 6

FIGURE 6 — KONSOL STØTTE RØR DÆKSEL (L&R) MONTERING

Trin 1. Fastgør konsolstøtterørskæp-L (A8) og konsolstøtterørskæp-R (A9) ved hjælp af skruer (A78).



USE TOOL:



FIGURE 7 — FORBINDINGSKSEL (A53) & FRONT PEDAL STØTTE TUBE-L&R (A64&A65) MONTERING
 Trin 1. Fastgør den forreste forbindelsesaksel (A53) og den forreste pedalstøtte rør-L (A64) ved hjælp af bolt (A107), skrue (A63), fjederskive (A62) og skive (A61).

** Gentag samme trin for at afslutte samlingen i

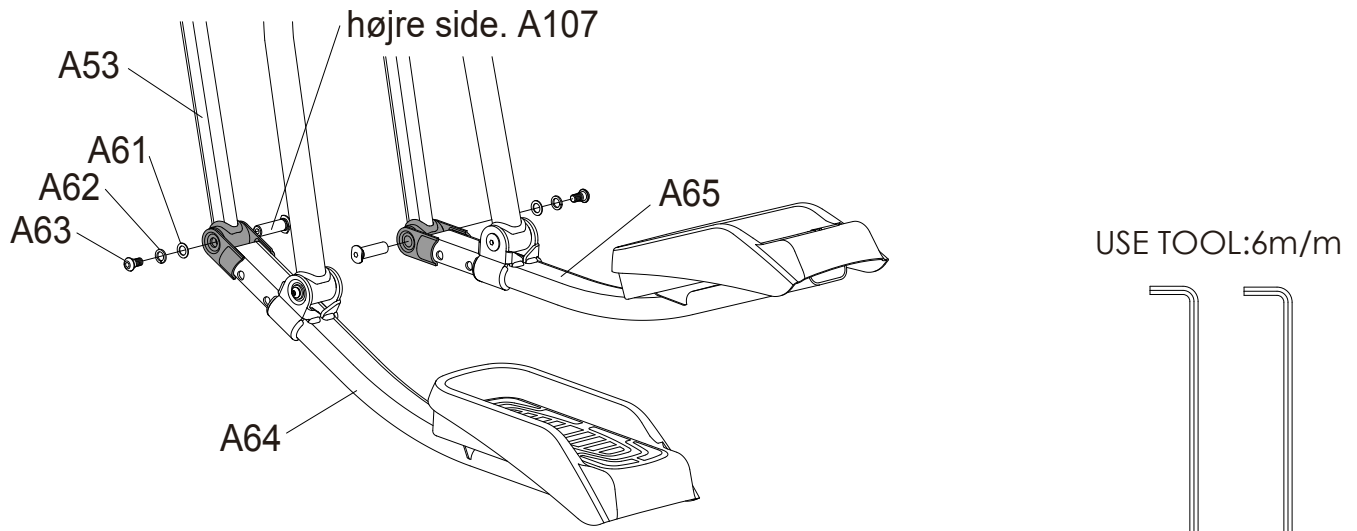


FIGURE 8

FIGURE 8 — PEDAL RØR DÆKSEL-(L&R) MONTERING

Trin 1. Monter pedalrørskæpslet-L1 (A72) og pedalrørskæpslet-L2 (A73) på det forreste pedalstøtterør-L (A64) ved hjælp af de to skrue (A78).

** Gentag samme trin for at afslutte samlingen i højre side.

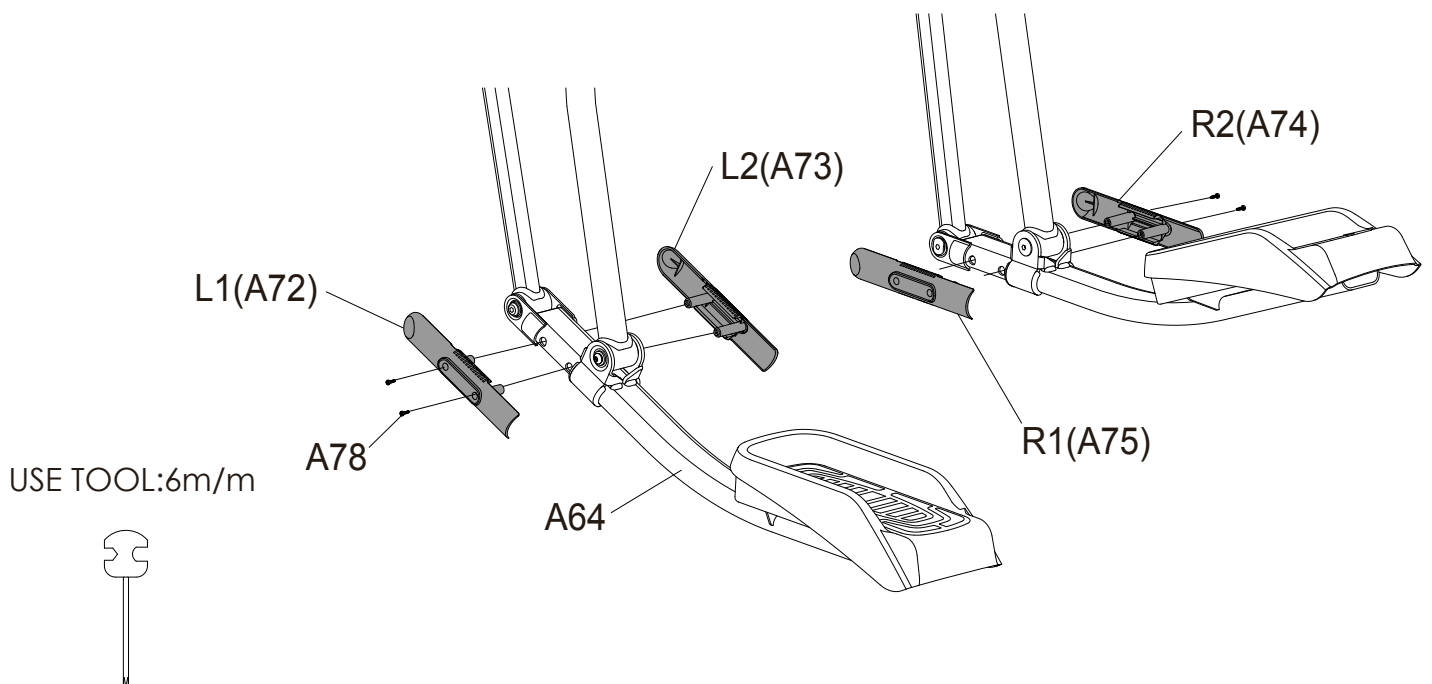


FIGURE 9

FIGURE 9 — SAMLING AF HÅNDTAG OG FRONT PEDAL UNDERSTØTTER RØR

Trin 1. Fjern de seks formonterede skruer (E4&E5) fra styret (E1). Trin 2. Fjern de to formonterede skruer (A108) fra hoveddrammen (A). Trin 3. Monter styret (E1) på hoveddramme (A) med skruer (E4&E5). Trin 4. Monter den forreste pedalstøtte

rørdæksel (A66&A67) på E1-hoveddrammen (A) med to skruer (A108).

**Gentag samme trin for at afslutte højre sidesamling.

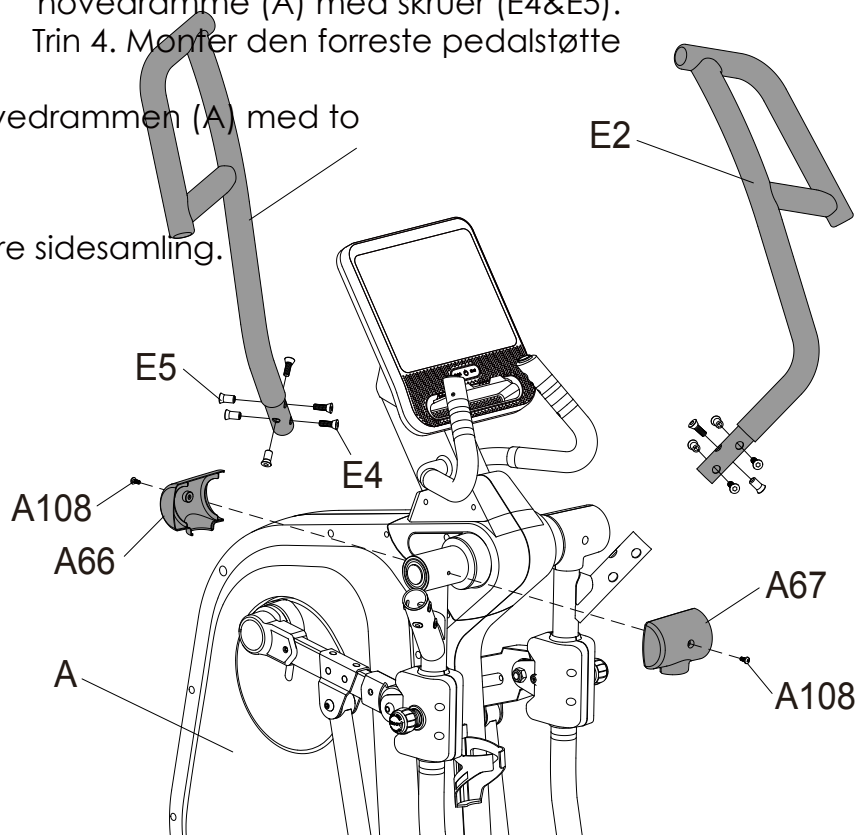
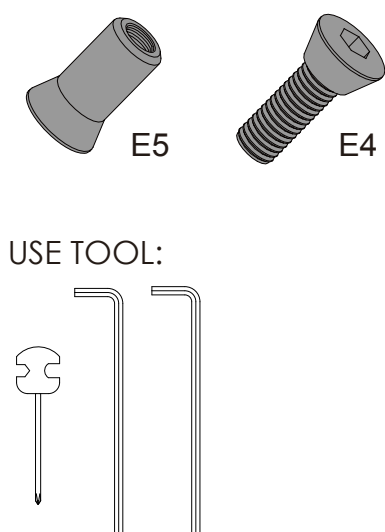
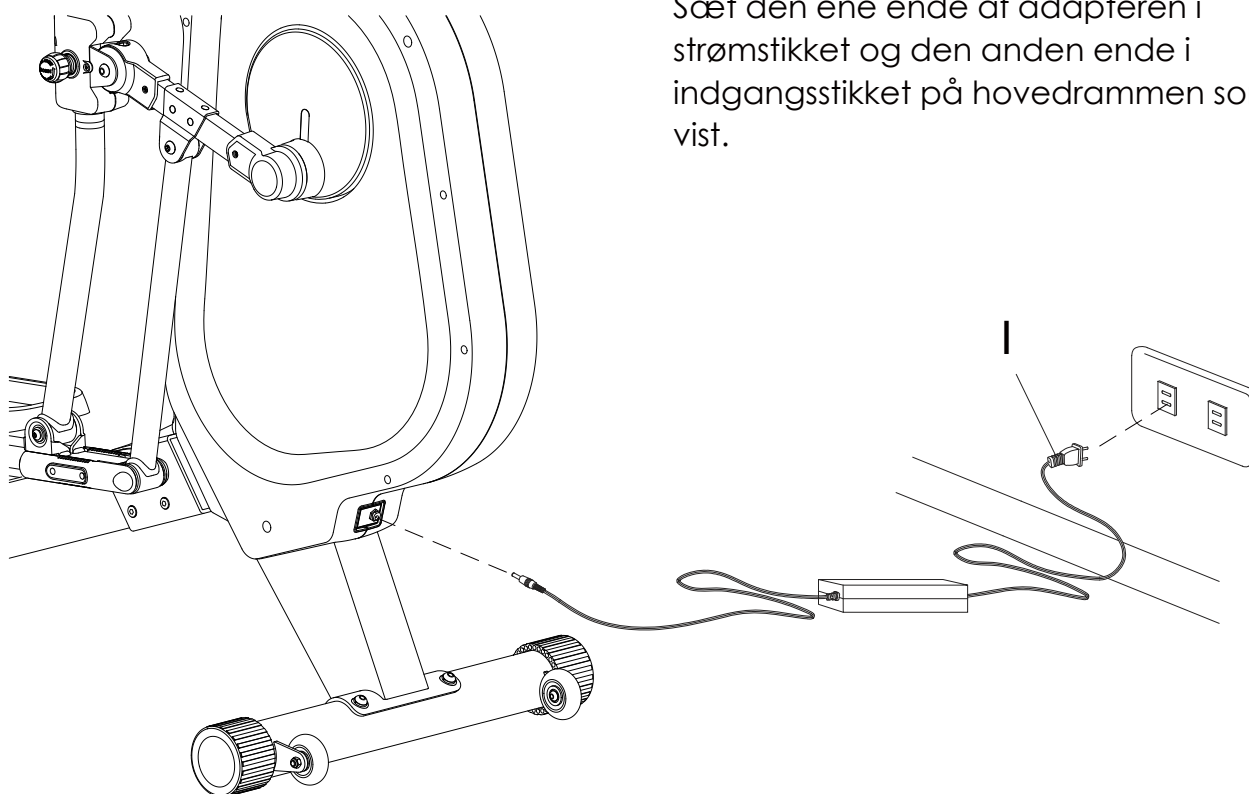


FIGURE 10

FIGURE 10 — ADAPTERMONTERING

Sæt den ene ende af adapteren i strømstikket og den anden ende i indgangsstikket på hoveddrammen som vist.



SÅDAN TRANSPORTERER DU MASKINEN

FIGURE 11

FIGURE 11

Hvis maskinen skal transporteres til et andet sted, løftes den bagerste stabilisator op, indtil de forreste transporthjul går i indgreb med jorden. Du kan nu flytte maskinen til det ønskede sted. Efter flytningen skal du forsigtigt sætte maskinen ned på dens nye placering og justere niveauerne på den nederste bageste stabilisator for at nivellere maskinen

hvis det er nødvendigt.

ADVARSEL: Forsøg aldrig selv at løfte maskinen, spørg om yderligere hjælp, hvis det er nødvendigt og forsøg aldrig at løfte maskinen, hvis du har nogen medicinske problemer.

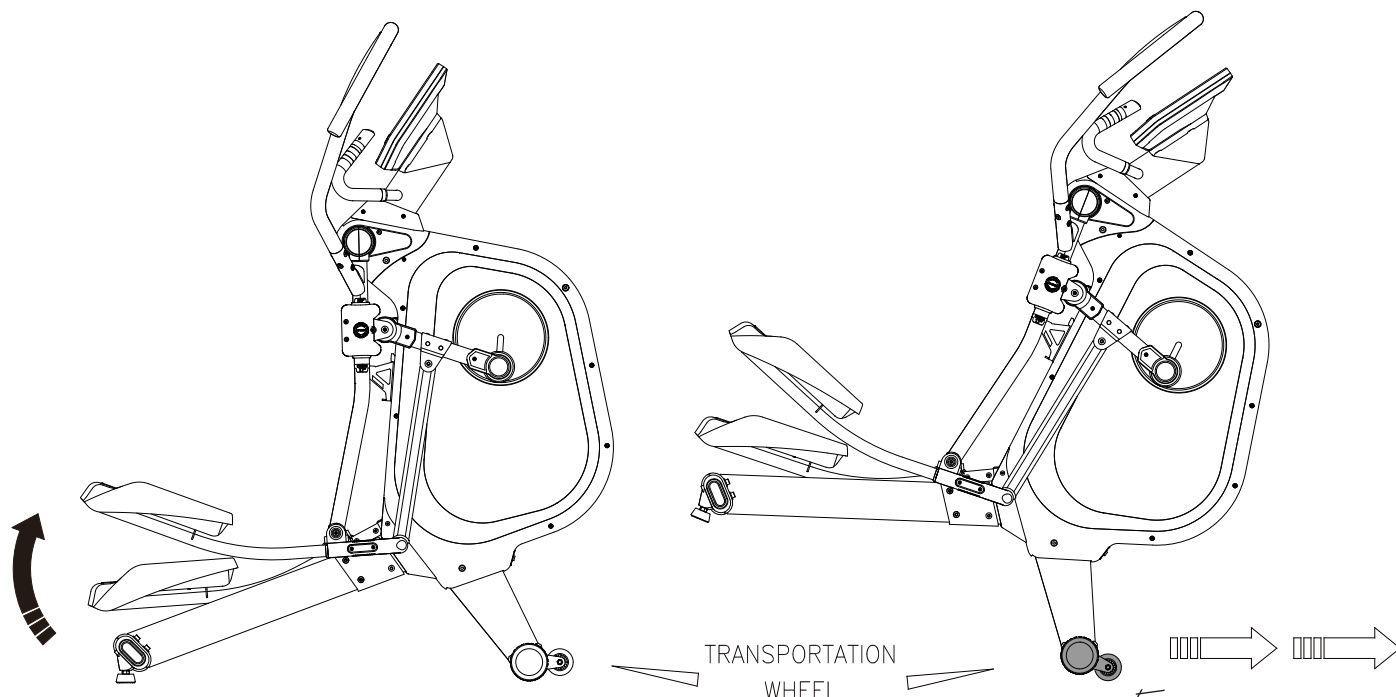
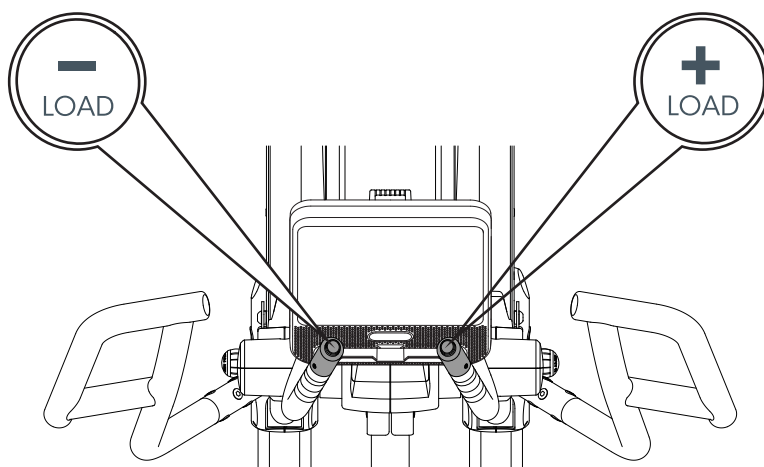


FIGURE 12

SÅDAN BRUGER DU VILKNAPPEN TIL AT JUSTERE MODSTAND

Når konsollen er tændt, kan du trykke på skifteknapperne på det lille styr for at justere modstanden: Tryk på "+LOAD"-knappen på højre side for at øge modstanden, og tryk på "-LOAD"-knappen i venstre side for at mindske modstanden.



SÅDAN JUSTERES STRIDET

Trin 1. Der er 2 forskellige skridtvalg på 1280ef. De er 17" og 22".

(Når du vælger 17", vil du se det orange klistermærke på det forreste pedalstøtterør,

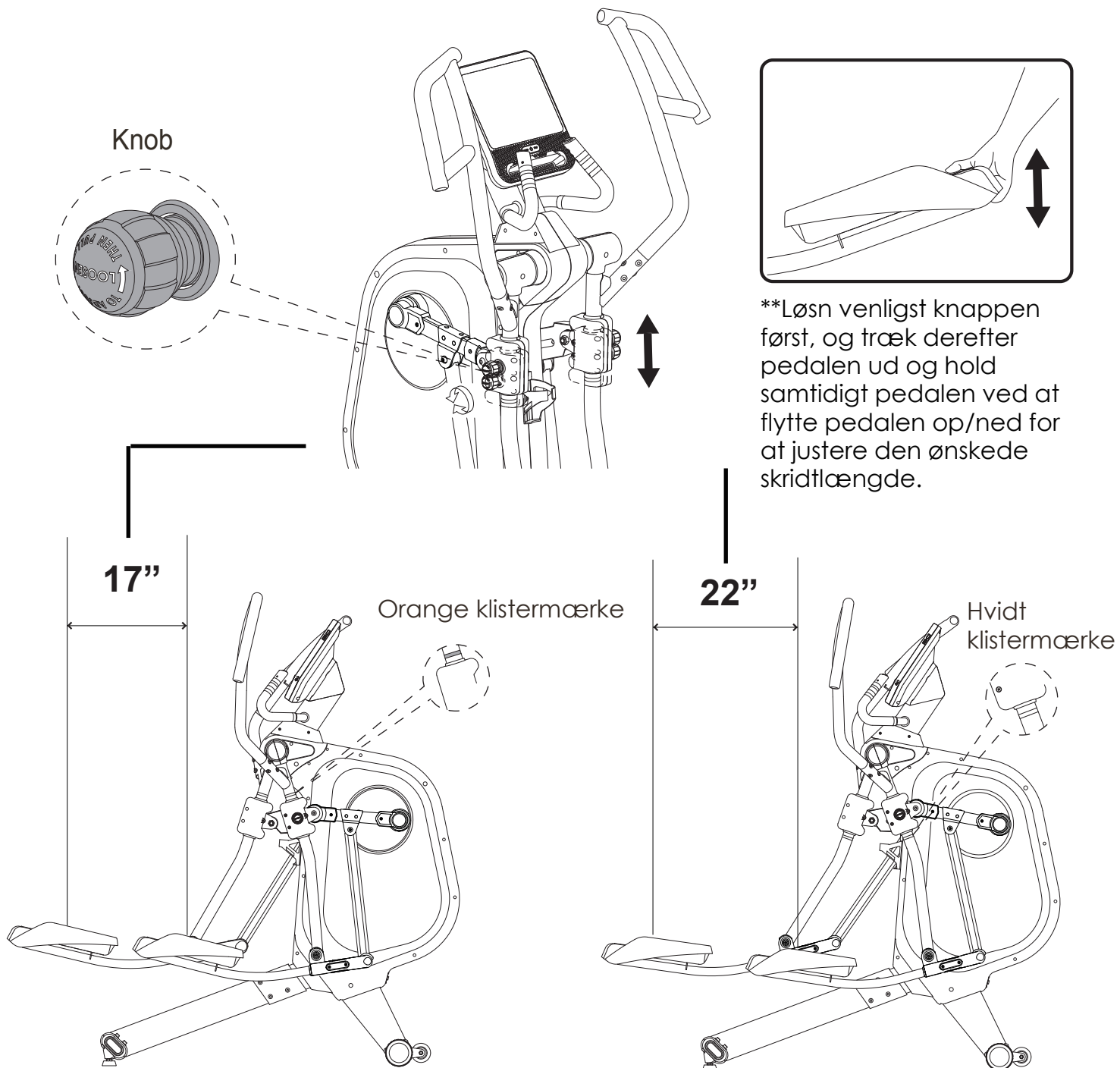
når du vælger 22", vil du se det hvide klistermærke på det forreste pedalstøtterør.) Trin 2. Løsn knappen og træk ud for at justere skridtlængden som du ønsker.

Trin 3. Efter valg af skridtlængde skrues knappen fast igen.

Trin 4. Gentag dette for at justere skridtlængden for den anden side.

ADVARSEL: Juster ALDRIG skridtlængden, mens du står på maskinen.

Juster altid både højre og venstre skridt til den samme indstilling. Ujævne positioner anbefales aldrig og farlige.



**Løsn venligst knappen først, og træk derefter pedalen ud og hold samtidigt pedalen ved at flytte pedalen op/ned for at justere den ønskede skridtlængde.

KONSOL DISPLAY

10.1" TFT



Trin-for-trin instruktioner

- **Power-up**

Tryk på Quick Start-knappen for at tænde for konsollen.

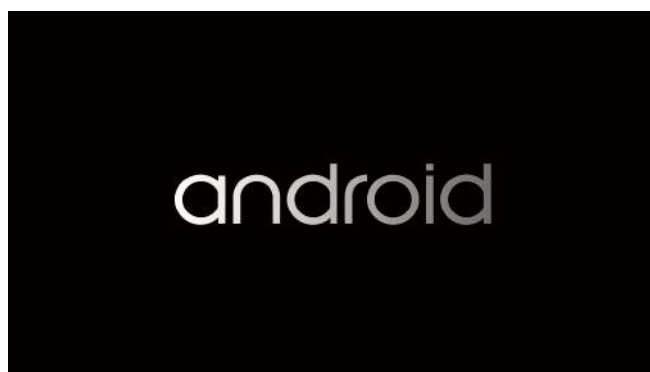


Fig 1. TÆND DISPLAY

Efter et stykke tid bliver displayet til startskærm. Tjek venligst figur 2.

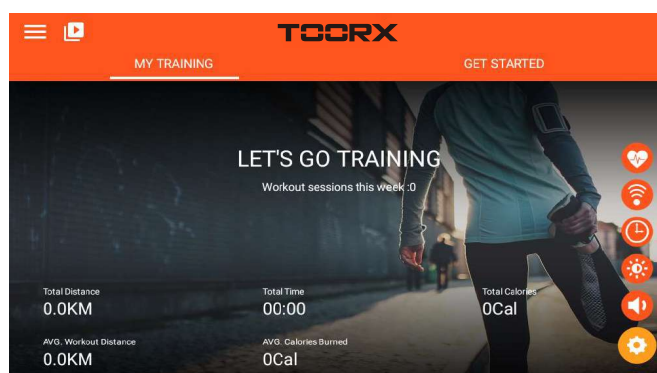
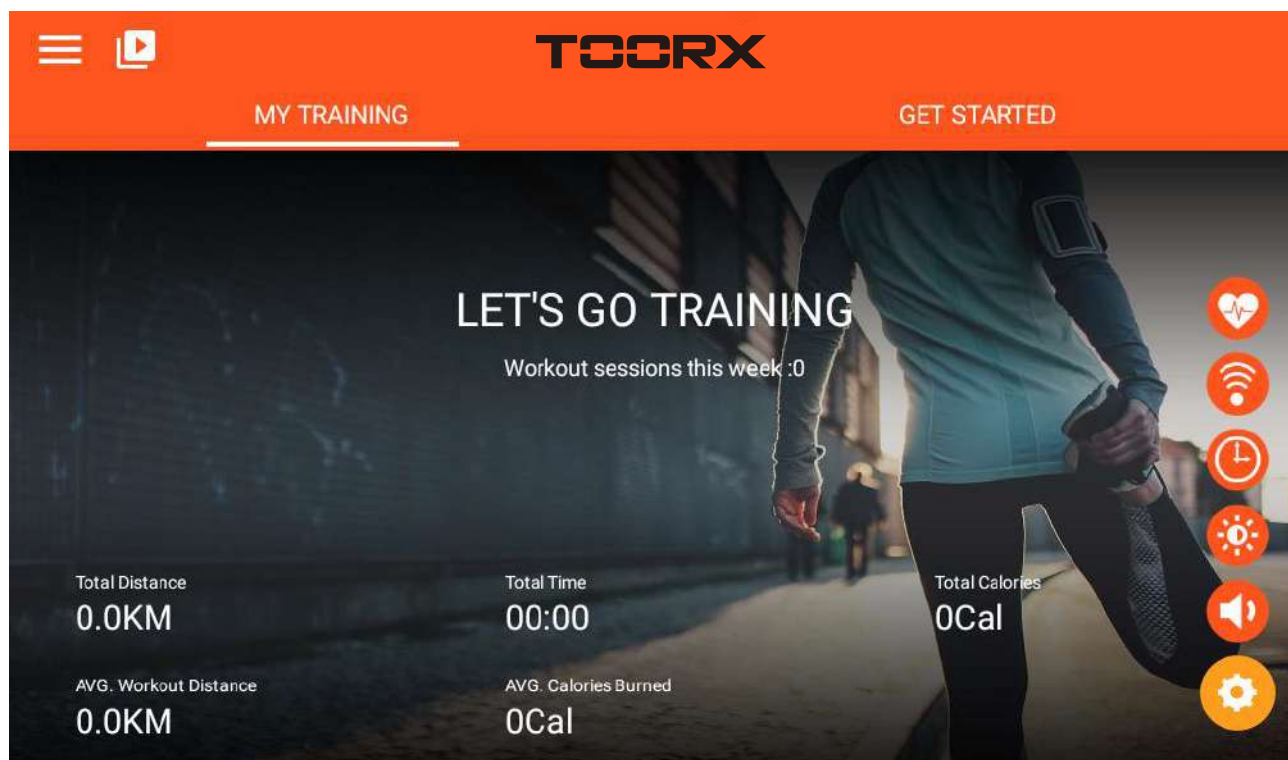


Fig 2. Startskærm

*** Bemærk, at hvis konsollen allerede er blevet åbnet, vil den skifte fra sort skærm ind på startskærmen, umiddelbart efter du har trykket på hurtigstartknappen.

BRUGSANVISNING

1. TÆND (Startside):



2. Beskrivelse af funktionspecifikation

A. MIN TRÆNING: Viser samlede træningsdata


B. KOM I GANG:

HURTIG START / INTERVAL / KORT DIN RUTE / Konstant strøm / Programmer / Puls


Kontrol/FTMS


1. I alt seks træningsformer at vælge imellem

2. FTMS : for at aktivere FTMS Bluetooth-forbindelsen

C. Systemindstilling  : Denne side kan betjene login-konto/hjemmeside/historiske data/nye links konto/Indstillinger og andre funktioner


D. Lydstyrkekontrol: 

E. Lysstyrkejusteringsfunktion: 

F. Valg af tidszone: 

G. WIFI indstillingsfunktion: 

H. Bluetooth-hjerteslagstilpasningsfunktion: 

I. Multimedietilstand: 

NETLIX, YOUTUBE, SPOTIFY, KINOMAP, CHROME, FACEBOOK, TWITTER, INSTAGRAM, AMAZON PRIME VIDEO

3. Skærmområde:

ITEM	Description
DISTANCE	· Vis bevægelsesafstanden · Vis værdiområde 0,0 ~ 99 i cyklus
SPEED	· Display the movement speed · Display Value range 0.0 ~ 99.9
RPM	· Display RPM · Value range 0 ~ 999
TIME	· Display the movement time · Display value range 0:00 ~ 99:59 in Cycle
Heart Rate	· Display the movement heart rate. · Value range 0 ~ 230
HR Zone	· Display the movement HR Zone. · Value range 0% ~ 100%
BAI	· Display the consumption BAI value during the workout. · Value range 0 ~ 999
CAL	· Display the workout consumption of CAL · Display range 0~999
WATT	· Display the movement power consumption · Display range 0~999

4. Knapfunktion:

START/PAUSE: Når du er i startstatus, trykker du på denne tast, vil den stoppe træningen, og når du er i stoptilstand, trykker du på denne tast, vil den begynde at virke.

STOP: Tryk på denne tast stop træning.

OP: Skift knap for at øge belastningsniveauet.

NED: Skift knap for at mindske belastningsniveauet.

5. BETJENING AF SYSTEMINDSTILLING:

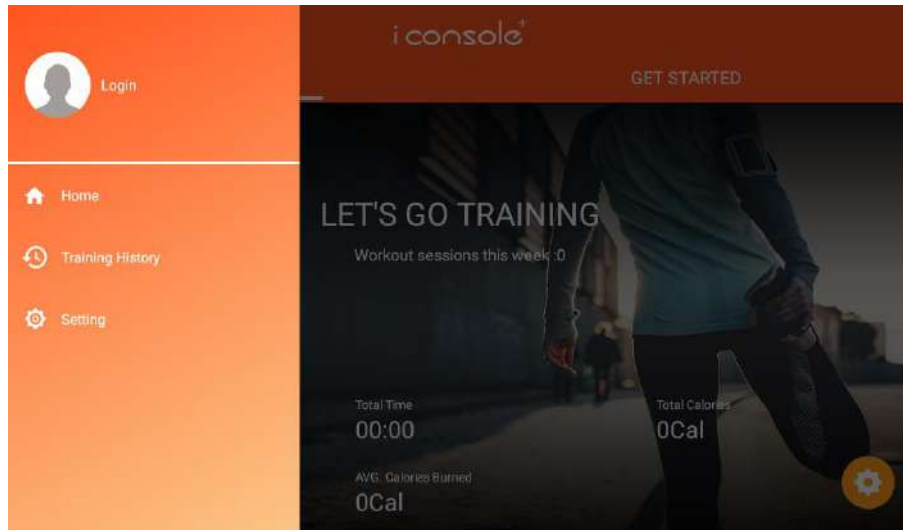
A. LOGO IN: (foto) Personlige oplysninger log ind og opret,
log ind konto

(E-mail-applikation, FB, We Chat, GOOGLE login)

B . HJEM: Tilbage til startside

C. TRÆNINGSHISTORIE: Forespørgsel om træningsoplysninger
(påkrævet login)

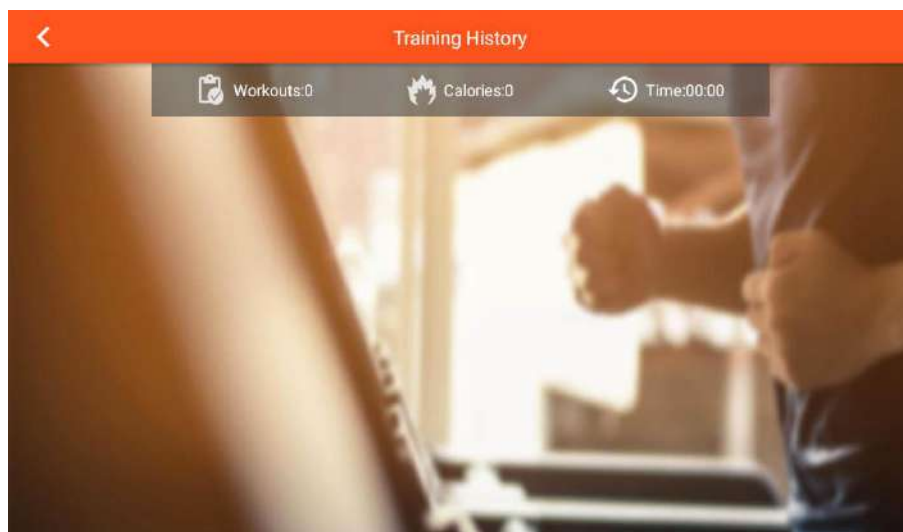
D. SETTING: Indstillingstilstand



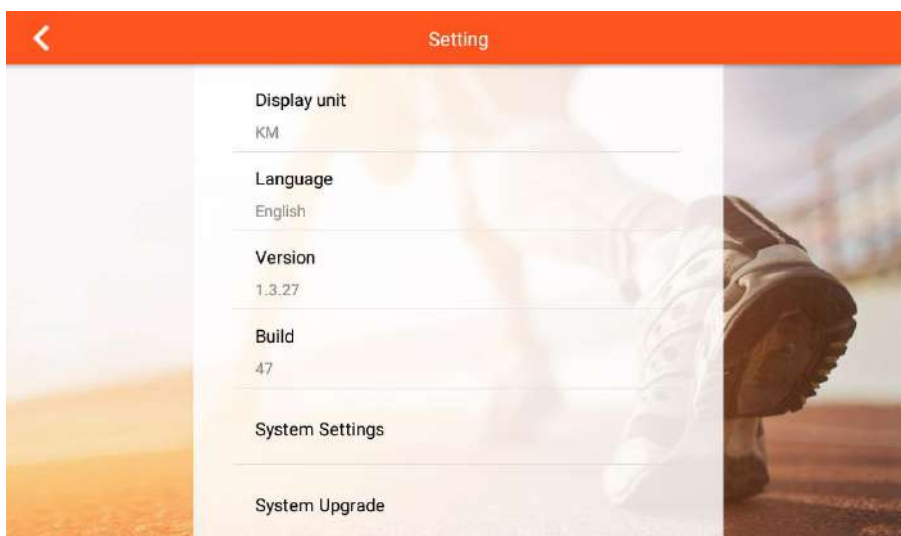
A. Klik på Logo in (foto) for at logge på kontoen, vælg face book /GOOGLE/ We Chat / indtast e-mail-adgangskoden for at logge IND.



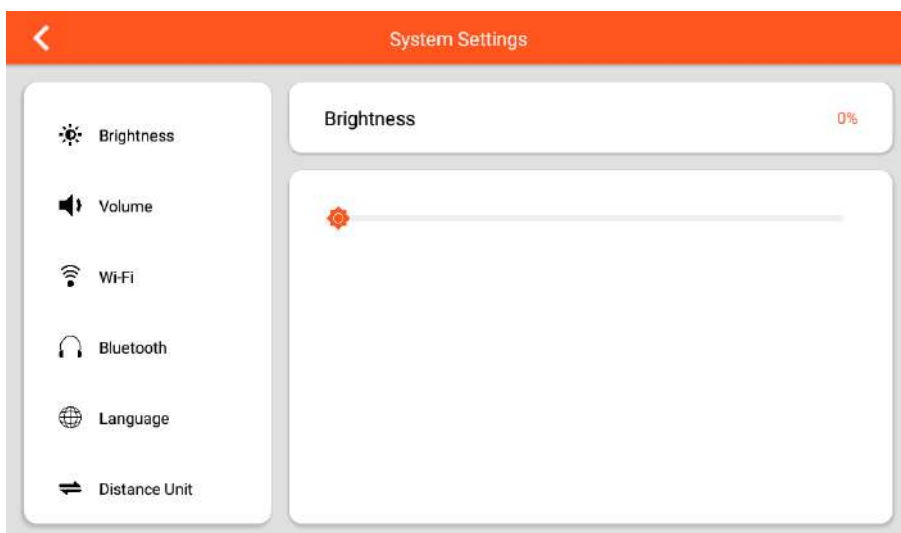
B. TRAINING HISTORY



C.SETTING:





Klik på SYSTEMINDSTILLINGER for at gå ind i systemindstillingen (wifi, lysstyrke, lydstyrke, BT, sprog, KM/ML)






6. Multimedietilstand (skub siden til venstre og højre for at vælge det APP-ikon, du vil bruge):

A. Vælg APP :NETLIX, YOUTUBE, SPOTIFY, KINOMAP, CHROME, FACEBOOK,

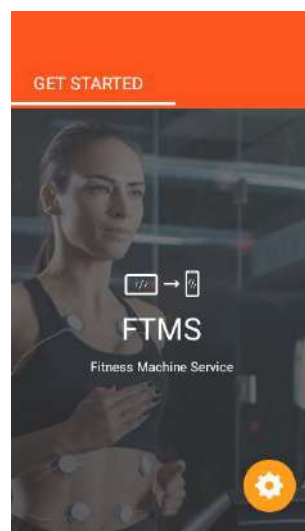
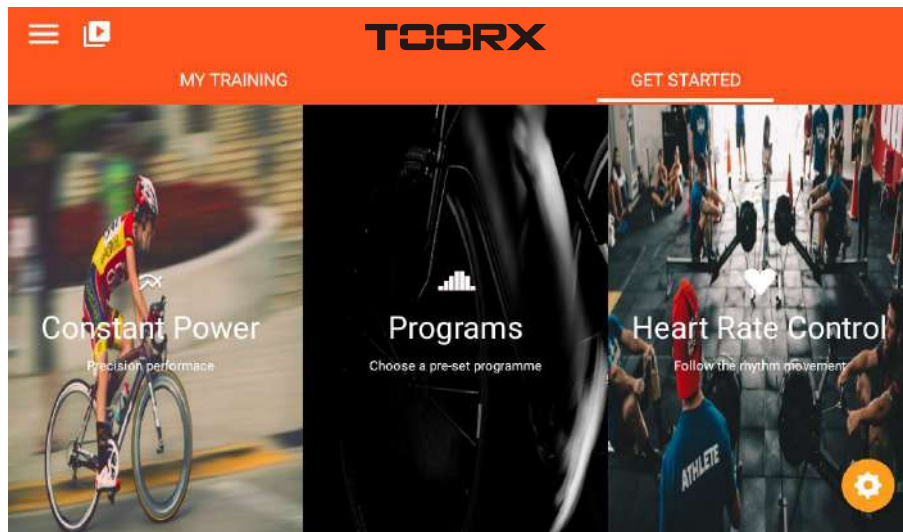
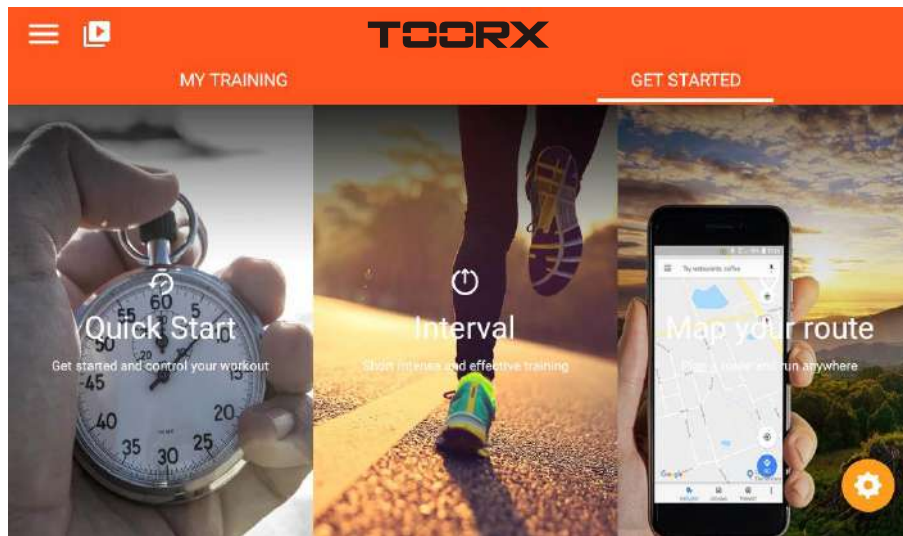
TWITTER, INSTAGRAM, AMAZON PRIME VIDEO

I multimedietilstand kan brugeren trykke på  for at vise eller skjule bevægelsesværdien, tryk på "  tilbage til

sidste systemfunktionsside., tryk på "  til startside, tryk  "for at begynde at træne, tryk  " stop øvelse.

7. Funktionsintroduktion

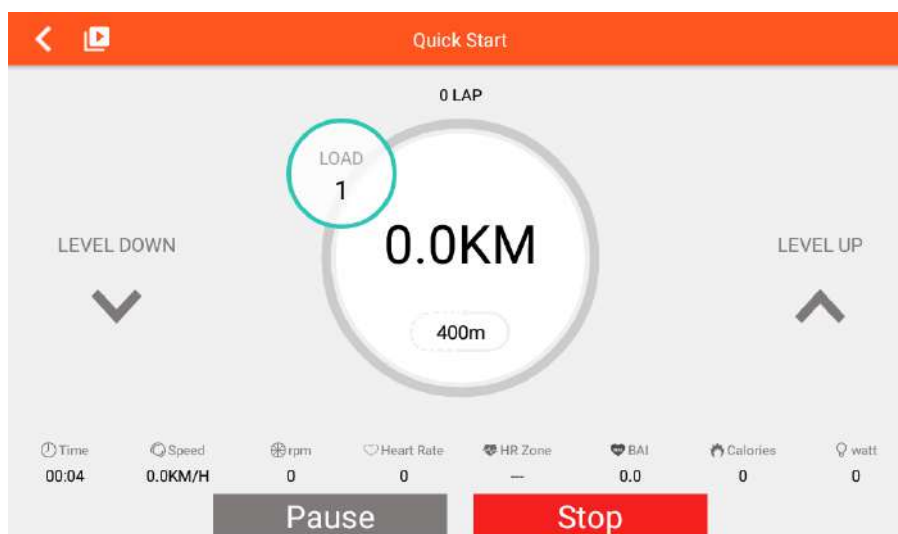
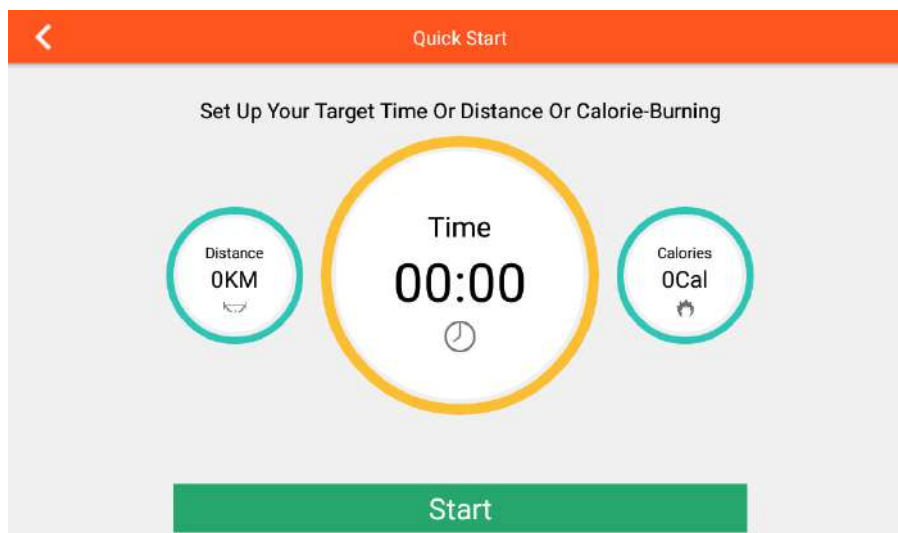
Hurtig start / Interval / Kortlæg din rute / Konstant strøm / Programmer / Pulskontrol / FTMS



A. HURTIG STARTTILSTAND:

1. Indstilling af træningsværdien (DIST/TIME/CAL), Tryk på "START" for at gå til træning, data begynder at tælle.
2. Når starttræningen kan justere NIVEAU OP&NED, tryk på "PAUSE" gå ind i pausetilstand, tryk på "STOP" for at forlade denne tilstand.

C. Når du er færdig, viser SUMMARY .



B. INTERVALTILSTAND:

A. Kan indstille funktionsværdien for CYKLUS / TID / NIVEAU / TARGET RPM separat, tryk på "START" gå til

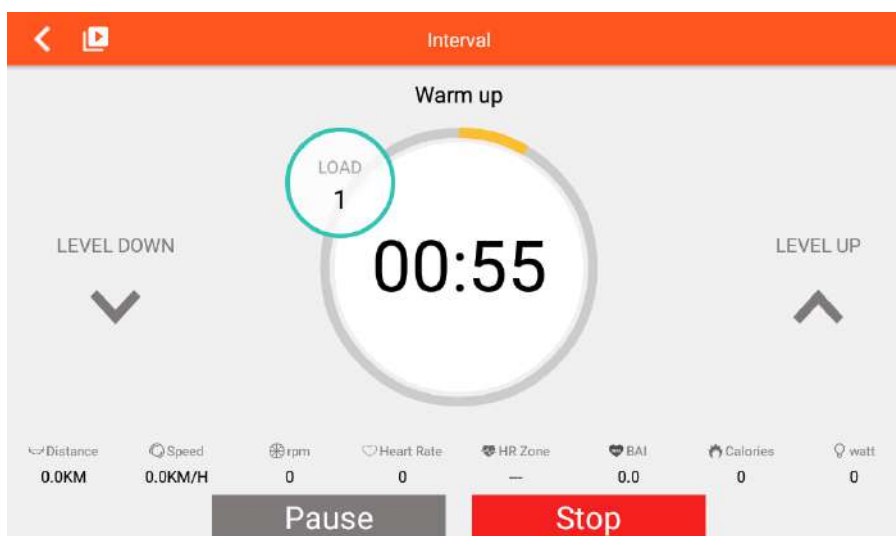
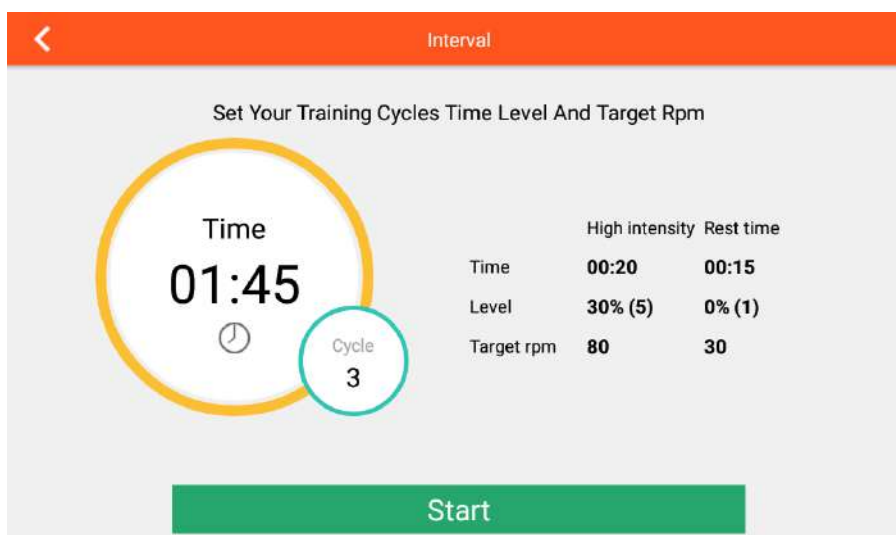
uddannelse.

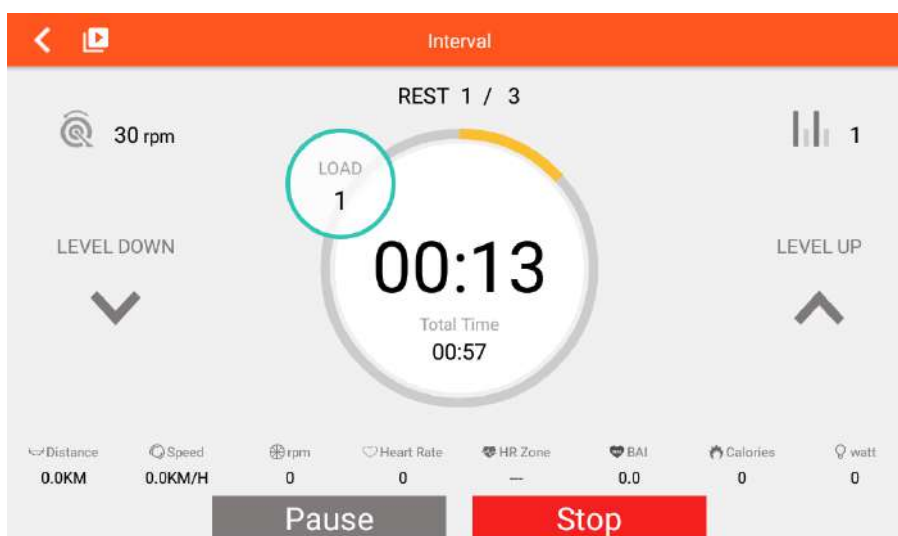
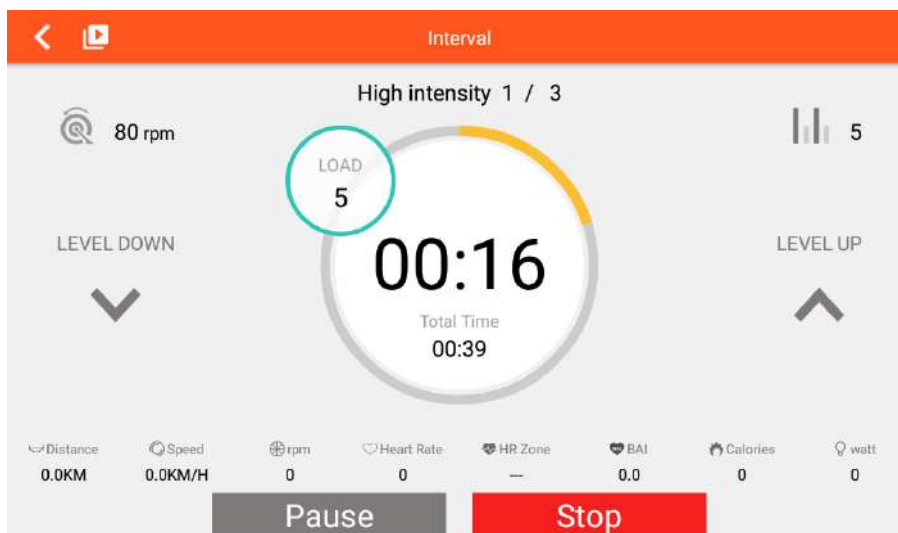
B. Varm først op, og start derefter INTERVAL-tilstand

C. I høj intensitet tid kan justere belastningsniveauet (vis niveauet som indstillet) Når i hviletid justeres belastningsniveauet, fortsæt med at vise niveauet som indstillet.

D. Tryk på "PAUSE" for at gå ind i pausetilstand, tryk på "STOP" forlad denne tilstand.


E. Når du er færdig, viser SUMMARY .





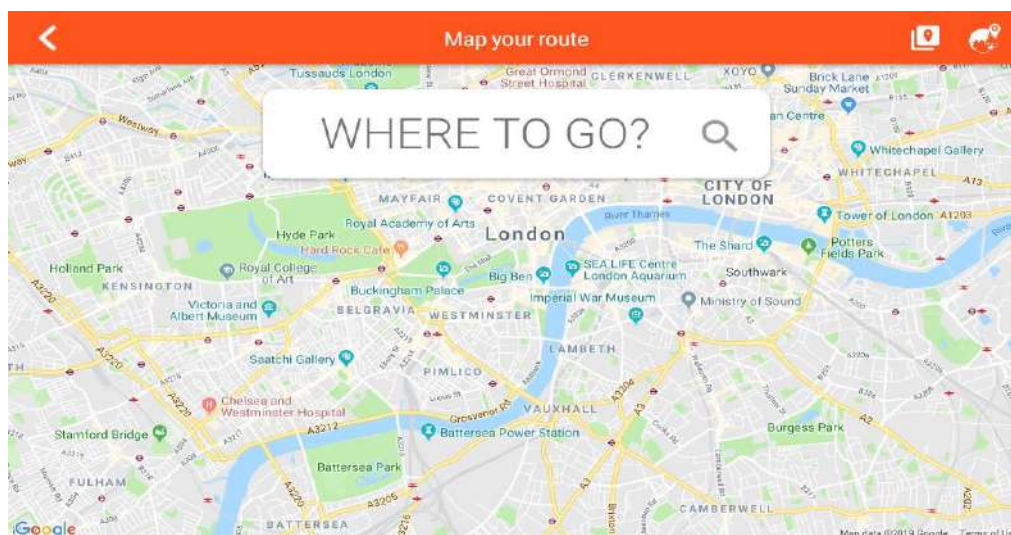


C. KORT DIN RUTE TILSTAND:

1. Efter at have gået ind i denne tilstand, vil den finde den aktuelle region, klik på "" indlæs det forudindstillede link, skelne

kinesisk og ikke-kinesisk region.; klik på "" kan skifte til verdenskortet (GOOGLE MAP) eller Kina-kortet.

Tryk "" som kortet over Kina, og "" som verdenskortet.



2. Planlægning af kortvejen, et langt tryk én gang vil vise startpositionen “ ”, langt tryk to gange vil

vis den endelige position “ ”, tryk tre gange for at vise vendepunktet “ ”(med maks. antal).

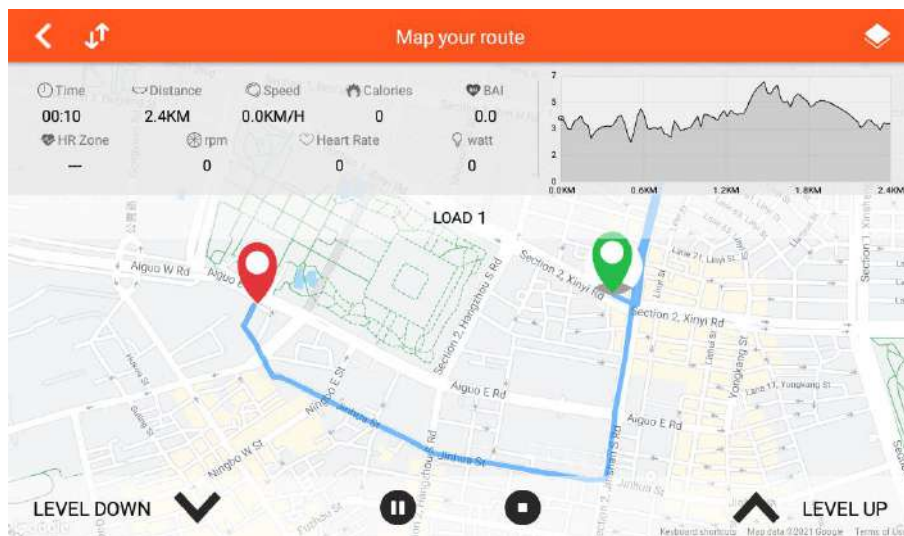
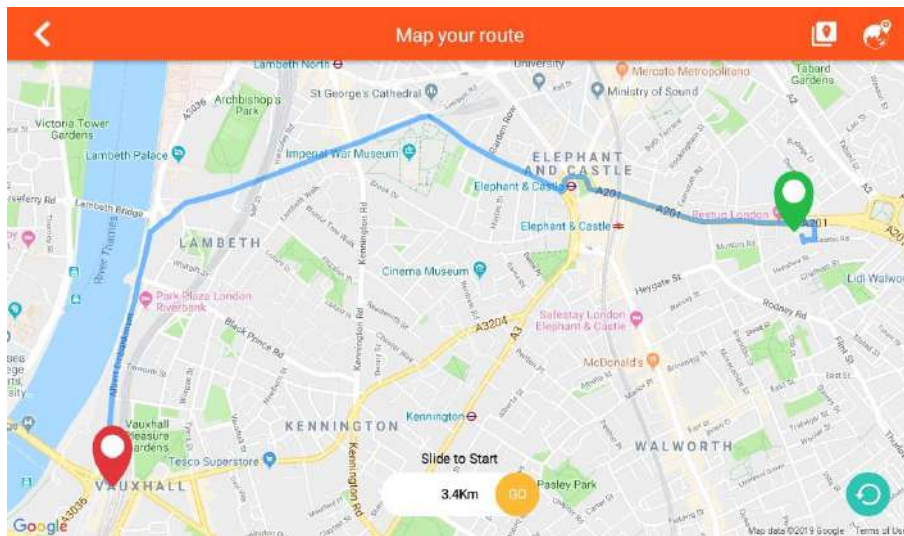
Slidningen, tryk på " " kan nulstille kortet.

3. Tryk på “ ” vis eller skjul træningsværdien, tryk på “ ” skift kort/Google-gade/satellit-tilstand, og vis kortet/Google-gade/satellit pr. 3s i cyklus. Brugeren kan også justere



LEVEL/CLINE/FAN, LEVEL vil blive justeret i henhold til hæringskortet.

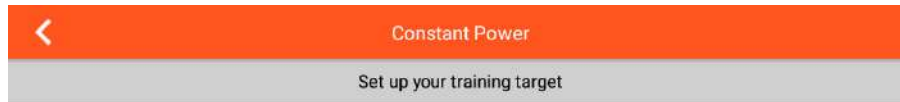
4. Kan justere NIVEAU OP ELLER NED, tryk på “ ” gå til pausetilstand, tryk på “ ” forlad denne tilstand.

5. Når du er færdig, viser SUMMARY .



D, konstant strømtilstand:

1. Brugeren kan indstille TID/MÅL EFFEKT og derefter trykke på "START" for at gå til træning.
2. LEVEL vil blive justeret i henhold til værdien af WATT.
3. Tryk på " START/PAUS  "gå til pausetilstand, tryk på " STO  " forlad denne tilstand.
4. Når du er færdig, viser SUMMARY .



 Time 0:00

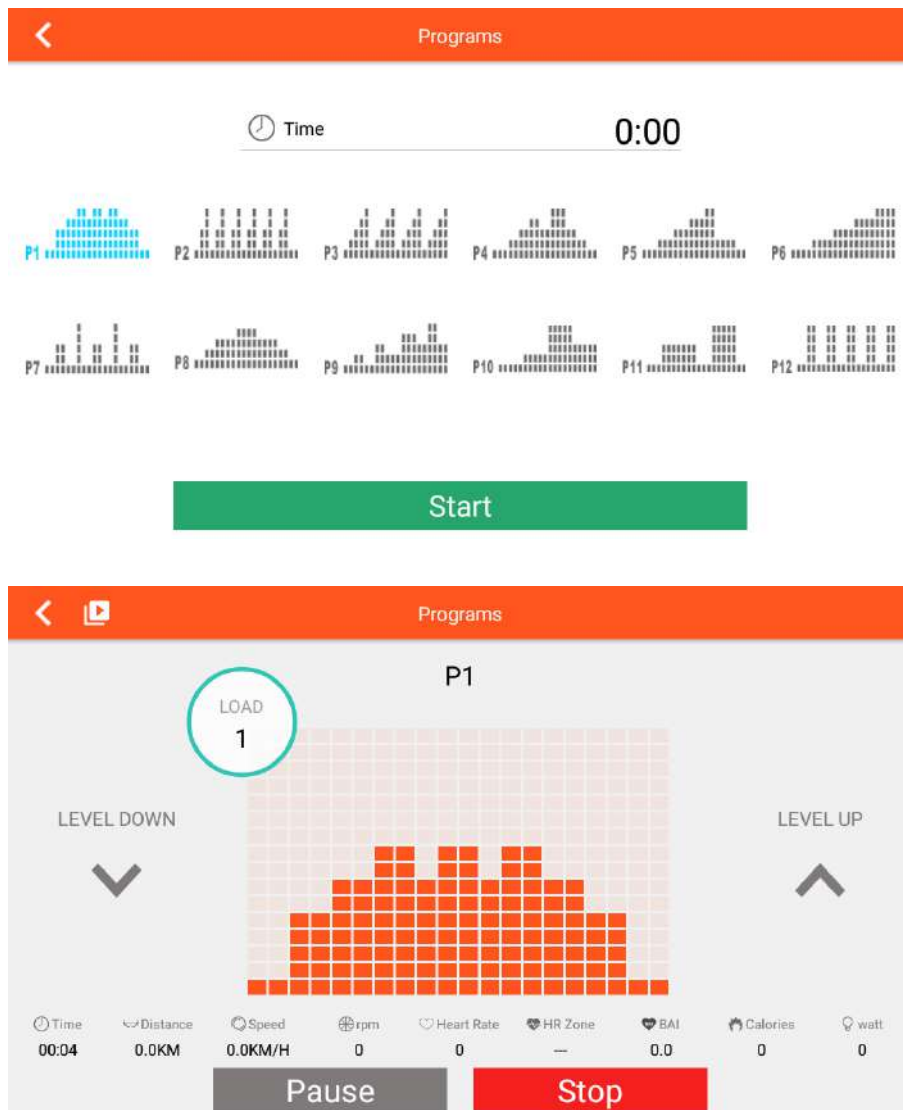
 Target Power 100^{watt}

Start



E. PROGRAMS MODE:

1. Indstil TID og vælg P1~P12 PROGRAM, tryk på " START" for at gå til træning.
2. Når startbrugeren kan justere NIVEAU OP&NED, vil niveauet blive justeret i henhold til PROGRAMMET.
3. Tryk på "PAUSE" for at gå ind i pausetilstand, tryk på "STOP" for at forlade denne tilstand.
4. Når du er færdig, viser SUMMARY .



F. PULSKONTROL:

1. Brugeren kan indstille ALDER/TID/MÅL 55% 75% 90% TAGPULSE, tryk på "START" for at gå til træning.

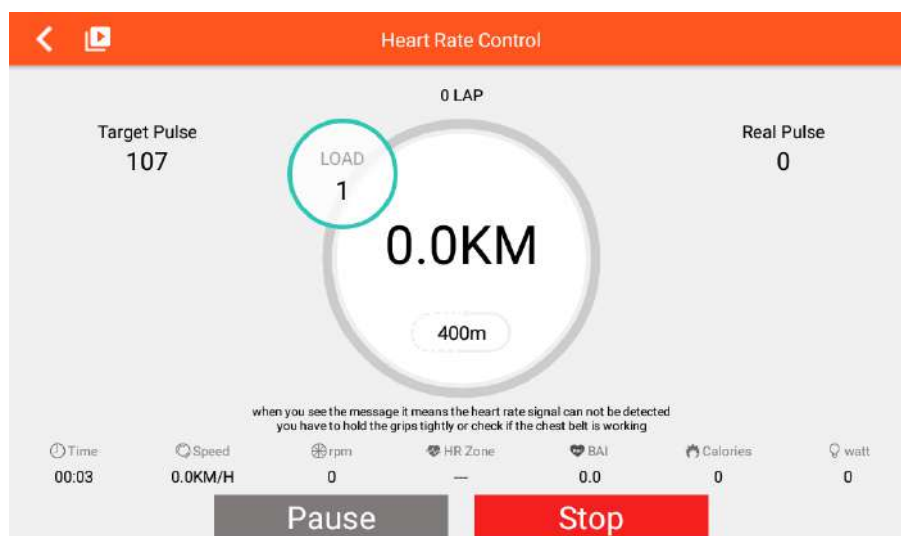
2. NIVEAU vil blive justeret i henhold til målværdien for puls, hvis målværdien ikke nås, belastningen

niveauet vil stige, hvis over målværdiniveauet falder automatisk.

3. Hvis uden pulsindtastning omkring 30 sekunder, forlader den denne tilstand automatisk.

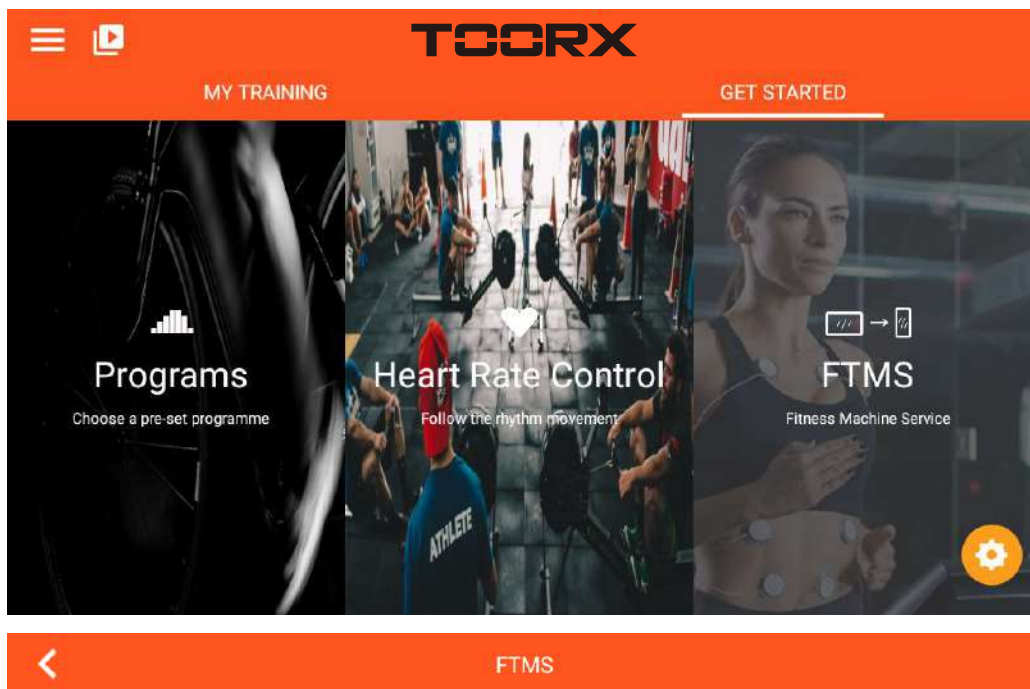
4. Tryk på " PAUSE" for at gå ind i pausetilstand, tryk på "STOP" for at forlade denne tilstand.

E. Når du er færdig, viser SUMMARY .



G. FTMS:

1. Brugeren kan trykke på "ON" for at tænde for FTMS Bluetooth-forbindelsen.
2. Når FTMS er aktiveret, bliver logoet blåt.



ON

OFF



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