

CONSOLA

1. La pantalla LCD muestra la siguiente función:

A. Velocidad: 0.3-20.0 KMH

B. Tiempo: 0: 00-99: 59

C. Distancia: 0.00-99.9

D. Calorías: 0-999

E. Inclinación / frecuencia cardíaca: Muestra la pendiente de inclinación / frecuencia cardíaca. Inclinación : 0-18. Frecuencia cardíaca: 50-200 (solo como referencia)

2. Tecla de pantalla normal:

Start/stop (iniciar/detener), seleccionar, bajar velocidad, + o - intensidad, última selección, siguiente selección, botón rápido de velocidad 2, 6, 10, 14Km/h, botón rápido de inclinación 10, 15.

3. Instrucciones de función:

A. Tecla de selección : Cuando la máquina se detenga presione el botón: "0:00", "15:00", "1.00", "50.0", "P01-P02-... -P109 -FAT" (0:00 modo manual, "15:00". El modo de cuenta regresiva de tiempo "1.00". El modo de cuenta regresiva de tiempo "50.0". El modo de cuenta regresiva de calorías. "P01-P109" son programas incorporados quemadura GRASA en modo prueba.) Después de configurarlo todo, puede poner la máquina en funcionamiento.

INSTRUCCIONES

Programa

- A. Modo manual que incluye: modelo normal, pausa, calculadora de calorías y calculadora de distancia
- B. 109 programas : P01 , P02 , ... , P109.
- C. Pruebe la función quema grasa.

Instrucciones de inicio:

- A. Ponga la llave de seguridad en el adhesivo del panel.
- B. Presione la tecla start/stop y le aparecerá la velocidad. Luego la máquina mostrará: 3—2—1.

SENSOR DE FRECUENCIA CARDÍACA

| Tiempo Programa | | Establecer tiempo /20. Periodo de tiempo = tiempo de ejecución del periodo inicial y posterior | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------|-------------|--|---|---|---|----|----|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| P01 | Velocidad | 2 | 3 | 3 | 4 | 5 | 3 | 4 | 5 | 5 | 3 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 5 | 3 |
| | Inclinación | 0 | 7 | 7 | 6 | 6 | 5 | 5 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 |
| P02 | Velocidad | 2 | 4 | 4 | 5 | 6 | 4 | 6 | 6 | 6 | 4 | 5 | 6 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 5 | 4 | 1 |
| | Inclinación | 0 | 3 | 3 | 5 | 5 | 7 | 7 | 9 | 9 | 7 | 7 | 5 | 5 | 3 | 3 | 3 | 3 | 5 | 5 | 7 |
| P03 | Velocidad | 2 | 4 | 4 | 6 | 6 | 4 | 7 | 7 | 7 | 4 | 7 | 7 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 5 | 3 | 2 |
| | Inclinación | 0 | 5 | 5 | 5 | 12 | 12 | 5 | 5 | 5 | 12 | 12 | 5 | 5 | 5 | 12 | 12 | 5 | 5 | 5 | 12 |
| P04 | Velocidad | 3 | 5 | 5 | 6 | 7 | 7 | 5 | 7 | 7 | 8 | 8 | 5 | 9 | 5 | 5 | 6 | 6 | 4 | 4 | 3 |
| | Inclinación | 0 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 7 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| P05 | Velocidad | 2 | 4 | 4 | 5 | 6 | 7 | 7 | 5 | 6 | 7 | 8 | 8 | 5 | 4 | 3 | 3 | 6 | 5 | 4 | 2 |
| | Inclinación | 0 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 7 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| P06 | Velocidad | 2 | 4 | 3 | 4 | 5 | 4 | 8 | 7 | 5 | 7 | 8 | 3 | 6 | 4 | 4 | 2 | 5 | 4 | 3 | 2 |
| | Inclinación | 0 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 7 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| P07 | Velocidad | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 5 | 3 | 4 | 5 | 3 | 4 | 5 | 3 | 3 | 3 | 6 | 6 | 5 | 3 | 3 |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|-------------|---|---|---|----|---|---|----|----|---|---|----|----|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | ad | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Inclinación | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 9 | 9 | 9 | 9 | 8 | 7 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 2 |
| P08 | Velocidad | 2 | 3 | 3 | 6 | 7 | 7 | 4 | 6 | 7 | 4 | 6 | 7 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 2 |
| | Inclinación | 0 | 3 | 3 | 5 | 5 | 7 | 7 | 9 | 9 | 7 | 7 | 5 | 5 | 3 | 3 | 3 | 3 | 5 | 5 | 7 |
| P09 | Velocidad | 2 | 4 | 4 | 7 | 7 | 4 | 7 | 8 | 4 | 8 | 9 | 9 | 4 | 4 | 4 | 5 | 6 | 3 | 3 | 2 |
| | Inclinación | 0 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| P10 | Velocidad | 2 | 4 | 5 | 6 | 7 | 5 | 4 | 6 | 8 | 8 | 6 | 6 | 5 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 |
| | Inclinación | 9 | 8 | 7 | 6 | 5 | 4 | 3 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 9 | 8 | 7 | 6 | 5 | 4 |
| P11 | Velocidad | 3 | 4 | 5 | 9 | 5 | 9 | 5 | 5 | 5 | 9 | 5 | 5 | 5 | 5 | 9 | 9 | 8 | 7 | 6 | 3 |
| | Inclinación | 9 | 8 | 7 | 6 | 5 | 4 | 3 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 9 | 8 | 7 | 6 | 5 | 4 |
| P12 | Velocidad | 2 | 5 | 8 | 10 | 7 | 7 | 10 | 10 | 7 | 7 | 10 | 10 | 6 | 6 | 9 | 9 | 5 | 5 | 4 | 3 |
| | Inclinación | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |