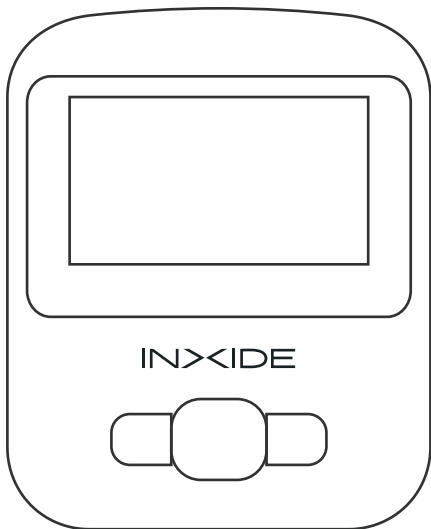


# IN><IDE

ENG  
ESP  
FRA

Exercise monitor  
instructions



FOR  
**UPRIGHTBIKE**  
**ELLIPTICAL**

**XU15**  
**XE15**

---

**ENGLISH**

---



## SPECIFICATIONS

<b>Auto Scan</b>	. . . . .	Every 4 seconds
<b>Time [TMR]</b>	. . . . .	00:00 - 99:59
<b>Speed [SPD]</b>	. . . . .	0.0 - 99.9 KM/H (ML/H)
<b>Distance [DIST]</b>	. . . . .	0.00 - 999.9 KM [ML]
<b>Calorie [CAL]</b>	. . . . .	0.00 - 9999 KCAL
<b>Odometer [ODO]</b>	. . . . .	0.0 - 9999 KM [ML]
<b>Pulse Rate [♥]</b>	. . . . .	40 ~ 240 BPM

## KEY FUNCTIONS

### Mode

Press it to select functions. Hold it for 5 seconds to convert KM/H or Mile/H.

### Set

To set value of time, distance and calories, pulse when not in scan mode.

### Reset

Press to reset time, distance and calories. Hold it for 3 seconds to reset time, distance and calories, pulse.

## FUNCTION AND OPERATIONS

### 1. Scan

Press MODE button until "SCAN" appears, monitor will rotate through the following functions: time, calories, speed, distance and total distance. Each display will hold for 4 seconds.

### 2. Time [TMR]

Count the total time from exercise start to end.

### 3. Speed [SPD]

Display current speed.

### 4. Distance [DST]

Count the distance from exercise start to end.

### 5. Calories [CAL]

Count the total calories from exercise start to end.

### 6. Total Distance [ODO]

Count the total distance after installing the batteries.

### 7. Pulse Rate

Press MODE button until "♥" appears. Before measuring your pulse rate, please place both your palms on the contact pads and the monitor will show your current heart beat rate in beats per minute[BPM] on the LCD after 3~4 seconds.

Remark: During the process of pulse measurement, because of the contact jamming, the measurement value may be higher than the virtual pulse rate during the first 2~3 seconds, then it will return to normal level. The measurement value can not be regarded as the basis of medical treatment.

### 8. Auto ON/OFF & Auto Start/Stop

Without any signal for 4 minutes, the power will turn off automatically.

When the wheel is in motion or pressing the button, the monitor is in action.

### 9. Alarm

The functions of time, distance and calorie can be set countdown, any of above value goes to zero, the computer will alarm for 5 seconds. After establishing a good target pulse, if the user's actual pulse exceed the target pulse, the computer will alarm. Press MODE to select the function, then press SET to adjust the value.

---

**ESPAÑOL**

---



## ESPECIFICACIONES

<b>Auto escáneo</b>	. . . . .	. Cada 4 segundos
<b>Tiempo [TMR]</b>	. . . . .	00:00 - 99:59
<b>Velocidad [SPD]</b>	. . . . .	0.0 - 99.9 KM/H [ML/H]
<b>Distancia [DIST]</b>	. . . . .	0.00 - 999.9 KM [ML]
<b>Calorías [CAL]</b>	. . . . .	0.00 - 9999 KCAL
<b>Odómetro [ODO]</b>	. . . . .	0.0 - 9999 KM [ML]
<b>Frecuencia del pulso [♥]</b>	. . . . .	40 ~ 240 BPM

## FUNCIONES PRINCIPALES

### Mode

Púlselo para seleccionar funciones. Manténgalo pulsado durante 5 segundos para convertir KM/H o Millas/H.

### Set

Para establecer el valor del tiempo, la distancia y las calorías, pulse cuando no esté en modo de escaneo.

### Reset

Presiona para restablecer el tiempo, la distancia y las calorías. Mantenlo presionado durante 3 segundos para restablecer el tiempo, Distancia y calorías, pulso.

## FUNCIONES

### 1. Scan

Presione el botón MODE hasta que aparezca "SCAN", el monitor girará a través de las siguientes funciones: tiempo, calorías, velocidad, distancia y distancia total. Cada pantalla se mantendrá durante 4 segundos.

### 2. Time [TMR]

Cuenta el tiempo total desde el inicio hasta el final del ejercicio.

### 3. Speed [SPD]

Muestra la velocidad actual.

### 4. Distance [DST]

Cuenta la distancia desde el ejercicio de principio a fin.

### 5. Calories [CAL]

Cuenta las calorías desde el ejercicio de principio a fin.

### 6. Total Distance [ODO]

Cuente la distancia total después de instalar las baterías.

### 7. Pulse Rate

Presione el botón MODE hasta que aparezca "♥". Antes de medir su pulso, coloque ambas palmas en las almohadillas de contacto y el monitor mostrará su ritmo cardíaco actual en latidos por minuto [BPM] en la pantalla LCD después de 3 a 4 segundos.

Observación: Durante el proceso de medición de impulsos, debido al atasco de contactos, el valor de medición puede ser más alto que la frecuencia de impulsos virtual durante los primeros 2 a 3 segundos, luego volverá al nivel normal. El valor de medición no puede considerarse como base de un tratamiento médico.

### 8. Auto ON/OFF & Auto Start/Stop

La alimentación se apagará automáticamente, sin no hay señal durante 4 minutos. Cuando la rueda está en movimiento o presionando el botón, el monitor está en acción.

### 9. Alarm

Las funciones de tiempo, distancia y calorías se pueden configurar en cuenta atrás, cualquiera de los valores anteriores se pone a cero, la computadora emitirá una alarma durante 5 segundos. Después de establecer un buen pulso objetivo, si el pulso real del usuario supera el pulso objetivo, la computadora emitirá una alarma. Presione MODE para seleccionar la función, luego presione SET para ajustar el valor.

---

**FRANÇAIS**

---



## ESPECIFICATIONS

<b>Auto scanner</b>	. . . . .	Toutes les 4 secondes
<b>Temps (TMR)</b>	. . . . .	00:00 - 99:59
<b>Vitesse (SPD)</b>	. . . . .	0.0 - 99.9 KM/H (ML/H)
<b>Distance (DST)</b>	. . . . .	0.00 - 999.9 KM (ML)
<b>Calories (CAL)</b>	. . . . .	0.00 - 9999 KCAL
<b>Odomètre (ODD)</b>	. . . . .	0.0 - 9999 KM (ML)
<b>Fréquence d'impulsion (♥)</b>	. . . . .	40 ~ 240 BPM

## FONCTIONS PRINCIPALES

### Mode

Appuyez sur pour sélectionner des fonctions. Maintenez la touche enfoncée pendant 5 secondes pour convertir les km/h ou les milles/h.

### Ensemble

Pour définir la valeur du temps, de la distance et des calories, appuyez dessus lorsque vous n'êtes pas en mode scan.

### Réinitialiser

Appuyez sur pour réinitialiser le temps, la distance et les calories. Maintenez la touche enfoncée pendant 3 secondes pour réinitialiser le temps, la distance et les calories, le pouls.

## FONCTIONS

### 1. Scan

Appuyez sur le bouton MODE jusqu'à ce que "SCAN" apparaisse, le moniteur utilisera les fonctions suivantes: temps, calories, vitesse, distance et distance totale. Chaque écran restera visible pendant 4 secondes.

### 2. Heure (TMR)

Compte le temps total du début à la fin de l'exercice.

### 3. Vitesse (SPD)

Affiche la vitesse actuelle.

### 4. Distance (DST)

Compte la distance de l'exercice du début à la fin.

### 5. Calories (CAL)

Compte les calories brûlées durant l'exercice.

### 6. Distance totale (ODD)

Compte la distance totale après avoir installé les piles.

### 7. Taux de presse

Appuyez sur le bouton MODE jusqu'à ce que "♥" apparaisse. Avant de mesurer votre pouls, placez les deux paumes sur les pavés de contact et le moniteur affichera votre fréquence cardiaque actuelle en battements par minute (BPM) sur l'écran LCD au bout de 3 à 4 secondes.

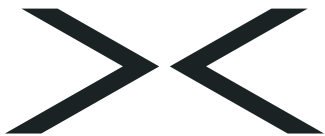
Remarque: pendant le processus de mesure du pouls, en raison du bourrage de contact, la valeur de mesure peut être supérieure à la fréquence du pouls virtuel pendant les 2 à 3 premières secondes, puis elle reviendra au niveau normal. La valeur mesurée ne peut pas être considérée comme une base pour un traitement médical.

### 8. Auto ON / OFF et Auto Start / Stop

L'appareil s'éteindra automatiquement, sans signal pendant 4 minutes. Lorsque la roue est en mouvement ou que vous appuyez sur le bouton, le moniteur est en action.

### 9. Alarme

Les fonctions de temps, de distance et de calories peuvent être définies dans le compte à rebours, l'une des valeurs précédentes est définie sur zéro, l'ordinateur émet une alarme pendant 5 secondes. Après avoir établi un test de pulsation cible correcte, si le pouls réel de l'utilisateur dépasse le pouls cible, l'ordinateur émettra une alarme. Appuyez sur MODE pour sélectionner la fonction, puis appuyez sur SET pour ajuster la valeur.



## INXIDE WARRANTY

Structure . . . . .	5 years
Mechanical problem . . . . .	2 years
Wear pieces . . . . .	6 months



Don't forget to register your machine in our website on the first 15 days after the purchase to activate your full warranty!