

**JS-1031 MANUEL DE FONCTIONNEMENT DU
SYSTÈME INFORMATIQUE DU RAMEUR
MOTORISE**

■ **Fonctionnement:**

I. Programme: 11 programmes comme suit

A: 1 Programme Manuel (Voir Fig. 1)

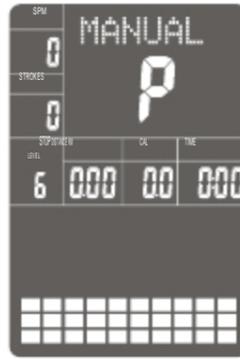


Fig. 1

B: 6 Programme Préréglé: (Voir Fig 2~Fig 7)



Fig 2



Fig 3

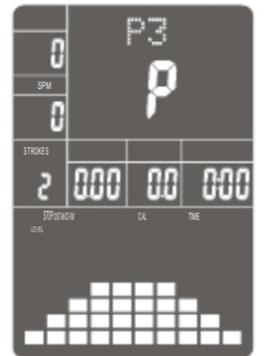


Fig 4

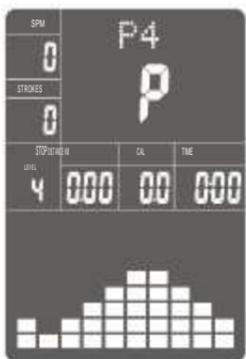


Fig 5

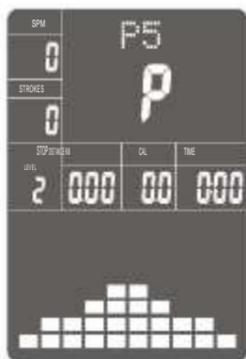


Fig 6

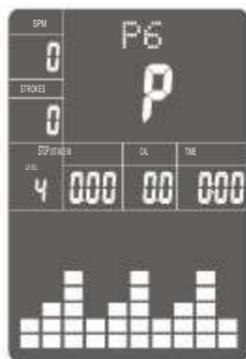


Fig 7

P1: ROULEMENT P2: VALLÉE P3: COMBUSTION P4: RAMPE P5: MONTÉE P6: INTERVALLE DE GRAISSES

C: 4 C: 4 Programme de Contrôle du Rythme Cardiaque:

Voir Fig 8 ~ Fig 11)

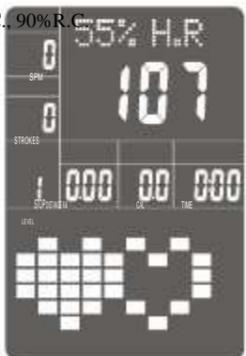
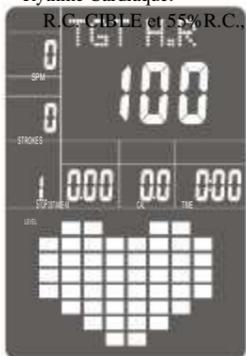


Fig 9

Fig 10

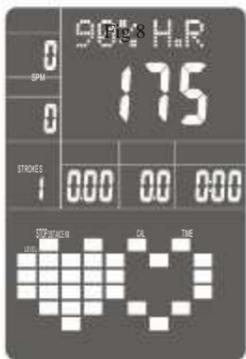


Fig 11

2. Enregistre les données de l'utilisateur : SEXE, HAUTEUR, POIDS et AGE, même éteint.
3. Afficheur à matrice à points montrant votre statut actuel. (Voir Fig 12)
4. Une simulation d'ECG mesurant le rythme cardiaque (Voir Fig 13)
5. Affiche la vitesse de ramage (SPM), TEMPS/500M, DIST., CAL., RYTHME, NIVEAU au même moment.
6. Pour un TEMPS et une DISTANCE fixés, l'ordinateur calculera la vitesse moyenne de ramage et le SPM apparaîtra. Si la vitesse actuelle de ramage est supérieure à la vitesse moyenne, « + » apparaîtra. Si la vitesse actuelle est identique à la moyenne, « 0 » apparaîtra. Si la vitesse actuelle est inférieure à la moyenne, « - » apparaîtra.
7. L'ordinateur s'éteindra automatiquement s'il n'y a pas d'utilisation, de signal de ramage et de signal du pouls après 4 minutes. En attendant, il stockera vos données d'exercice actuelles et mettra la résistance de charge au minimum. Dès que vous appuyez sur un bouton ou êtes en mouvement, l'ordinateur s'allumera automatiquement.



Fig. 12



Fig. 13

Boutons:

1. MODE

En mode « stop » (affiche STOP), appuyez sur le bouton MODE pour entrer dans la sélection du programme et choisir la valeur qui apparaît dans la fenêtre appropriée.

A: Lorsque vous choisissez le programme, appuyez sur MODE pour confirmer celui que vous aimez.

B: Lors du choix, appuyez sur MODE pour confirmer la valeur que vous aimeriez pré-régler.

En mode « start » (affiche START), appuyez sur MODE pour choisir d'afficher le temps ou le temps/500m, ou basculer automatiquement.

Pour tout mode, gardez ce bouton appuyé pendant 2 secondes pour réinitialiser totalement l'ordinateur.

2. SUPÉRIEUR:

En mode stop avec apparition du caractère de la matrice à points, appuyez sur ce bouton pour choisir le programme supérieur. Si la valeur de la fenêtre appropriée apparaît, appuyez sur ce bouton pour augmenter la valeur.

En mode start (affiche START), appuyez sur ce bouton pour augmenter la résistance à l'entraînement.

3. INFÉRIEUR:

En mode stop et avec apparition du caractère de la matrice à points, appuyez sur ce bouton pour choisir le programme inférieur. Si la valeur de la fenêtre appropriée apparaît, appuyez sur ce bouton pour diminuer la valeur.

En mode start (affiche START), appuyez sur ce bouton pour diminuer la résistance à l'entraînement.

4. RÉCUPÉRATION DU POULS:

Testez d'abord votre rythme cardiaque actuel et une fois la valeur de votre rythme cardiaque affichée, appuyez sur ce bouton pour entrer en mode tester la récupération du pouls.

Lorsque vous êtes en mode récupération du pouls, appuyez sur ce bouton pour en sortir.

UTILISATION

1. Allumez l'ordinateur

Branchez une extrémité de l'adaptateur à la source électrique CA et connectez l'autre extrémité à l'ordinateur. L'ordinateur émettra un bip et se mettra en mode initial. (Voir Fig 14)

2.Choix de programme et choix des valeurs (Lorsque « STOP » est affiché)

● Programme Manuel et Programme Préréglé P1-P6

A. Appuyez sur le bouton INFÉRIEUR, SUPÉRIEUR pour choisir le programme que vous aimez. (Voir Fig. 15)

B. Appuyez sur le bouton MODE pour confirmer le programme sélectionné et entrer dans la fenêtre de choix du temps.

C. Le temps apparaîtra, et appuyez ensuite sur le bouton INFÉRIEUR, SUPÉRIEUR pour choisir votre temps.

Appuyez sur MODE pour confirmer la valeur. (Voir Fig. 16)

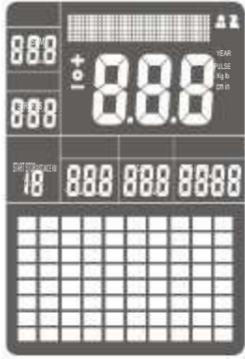


Fig. 14



Fig. 15

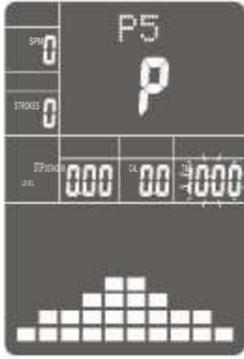


Fig. 16

D. La distance apparaîtra. Appuyez ensuite sur SUPÉRIEUR, INFÉRIEUR pour choisir la valeur désirée pour la distance. Appuyez sur MODE pour confirmer la valeur. (Voir Fig. 17) Si le temps est déjà choisi, « SPM » clignotera sur la partie supérieure gauche du LCD et la vitesse cible moyenne s'affichera.

E. Les calories apparaîtront. Appuyez ensuite sur SUPÉRIEUR, INFÉRIEUR pour choisir la valeur de calories que vous désirez brûler.

Appuyez sur MODE pour confirmer la valeur. (Voir Fig 18)

F. Lorsque vous commencez à ramer, le « STOP » basculera en « START ». (Voir Fig. 19)

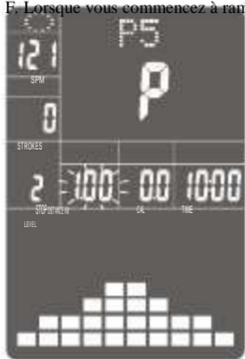


Fig 17

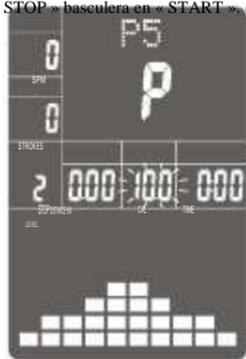


Fig 18



Fig 19

● PROGRAMME DE CONTRÔLE DU RYTHME CARDIAQUE: RYTHME CARDIAQUE CIBLE

L'utilisateur peut choisir un rythme cardiaque cible pour faire les exercices.

A. Appuyez sur SUPÉRIEUR, INFÉRIEUR pour choisir le programme RYTHME CARDIAQUE CIBLE.

B. Appuyez sur MODE pour confirmer votre choix et entrez dans la fenêtre de choix du temps.

C. L'afficheur de temps clignotera. Appuyez ensuite sur SUPÉRIEUR, INFÉRIEUR pour choisir le temps désiré pour les exercices. Appuyez sur MODE pour confirmer la valeur.

D. La distance s'affichera. Appuyez ensuite sur SUPÉRIEUR, INFÉRIEUR pour choisir la distance désirée. Appuyez sur MODE pour confirmer la valeur. Si le temps est déjà choisi, « SPM » apparaîtra et affichera la vitesse moyenne cible de ramage.

E. Les calories s'afficheront. Appuyez ensuite sur SUPÉRIEUR, INFÉRIEUR pour choisir la quantité de calories à brûler. Appuyez sur MODE pour confirmer la valeur.

F. Le rythme cardiaque cible s'affichera. Appuyez ensuite sur SUPÉRIEUR, INFÉRIEUR pour choisir votre rythme cardiaque cible. Appuyez sur MODE pour confirmer la valeur. (Voir Fig. 20)

PROGRAMME DE CONTRÔLE DU RYTHME CARDIAQUE: 55% H.R, 75% H.R et 90% H.R (Lorsque « STOP » est affiché)

Le rythme cardiaque maximum dépend de l'âge, et ce programme vous assurera l'exécution des exercices sains dans les limites du rythme cardiaque maximum.

A. Appuyez sur SUPÉRIEUR, INFÉRIEUR pour choisir le programme de contrôle du rythme cardiaque.

B. Appuyez sur MODE pour confirmer le programme de contrôle du rythme cardiaque, et entrez dans la fenêtre de choix du temps

C. Le temps apparaîtra. Appuyez ensuite sur SUPÉRIEUR, INFÉRIEUR pour choisir le temps désiré. Appuyez sur MODE pour confirmer la valeur.

D. La distance apparaîtra. Appuyez ensuite sur SUPÉRIEUR, INFÉRIEUR pour choisir la distance désirée. Appuyez sur MODE pour confirmer la valeur. Si le temps est déjà choisi, « SPM » apparaîtra et affichera la vitesse moyenne cible de ramage.

E. Les calories apparaîtront. Appuyez ensuite sur SUPÉRIEUR, INFÉRIEUR pour choisir la quantité de calories à brûler. Appuyez sur MODE pour confirmer la valeur.

F. L'âge apparaîtra. Appuyez ensuite sur SUPÉRIEUR, INFÉRIEUR pour choisir l'âge de l'utilisateur. Appuyez sur MODE pour confirmer la valeur (Voir Fig. 21)

G. Lorsque le programme de contrôle du rythme cardiaque apparaît, l'ordinateur affichera le rythme cardiaque cible de l'utilisateur en fonction de son âge.

H. Lorsque vous commencez à ramer, l'affichage « STOP » basculera sur « START ».



Fig 20

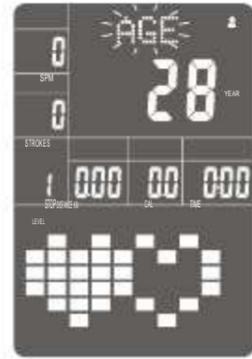


Fig 21

G. Lorsque vous commencer à ramer, l'affichage « STOP » basculera sur « START ».

NOTE: Pendant l'exercice, la valeur du rythme cardiaque de l'utilisateur dépend du niveau de résistance et de la vitesse. Le programme de contrôle du rythme cardiaque est destiné à assurer votre rythme cardiaque dans les limites de la valeur pré-réglée. Lorsque l'ordinateur détecte que votre rythme cardiaque actuel est supérieur au rythme pré-réglé, il diminuera automatiquement le niveau de résistance, ou vous pourrez ralentir l'exercice. Lorsqu'il détecte un rythme cardiaque inférieur au rythme pré-réglé, il augmentera la résistance vous pourrez accélérer.

3. Test de récupération du pouls

Le test de récupération du pouls consiste à comparer votre rythme cardiaque avant et après l'exercice. Il est destiné à déterminer la force de votre cœur via la mesure. Veuillez effectuer le test comme suit:

A. Portez une sangle ventrale pour mesurer votre rythme cardiaque, l'ordinateur affichera la valeur actuelle de votre pouls.

B. Appuyez sur RÉCUPÉRATION pour entrer en mode test de récupération du pouls et le programme informatique se mettra en statut stop. (Voir Fig. 22).

C. Maintenez la détection du pouls.

D. Le temps sera décompté à partir de 60 secondes à 0 seconde.

E. Lorsque le temps atteint 0, le résultat du test (F1-F6) apparaît sur l'afficheur.

F1=Excellent F2=Bon F3=Raisonnable F4=moyenne inférieure F5= Pas Bon F6= Pauvre (Voir Fig. 23)

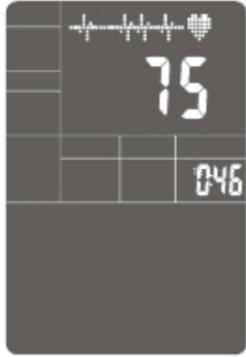


Fig. 22

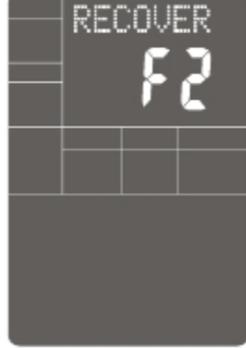


Fig. 23

F. Si l'ordinateur ne détecte pas d'abord votre rythme cardiaque actuel, appuyer sur RÉCUPÉRER ne permettra d'entrer en mode test de récupération du pouls. Au cours du test de récupération du pouls, appuyez sur RÉCUPÉRATION pour quitter le test et retourner au statut stop.

4. Mesure du pouls

Portez la sangle ventrale et mesurez votre rythme cardiaque. L'ordinateur affichera votre rythme cardiaque actuel en battements par minute (BPM) sur le LCD après 3~4 secondes. Au cours de la mesure, l'icône du cœur clignotera. Avec affichage de l'ECG de simulation.

Remarque: Lors du processus de mesure du pouls, à cause du coincement lors du contact, la valeur de mesure pourrait ne pas être stable lors du démarrage, puis elle retournera au niveau normal. La valeur de mesure ne peut être considérée comme la base du traitement médical.

■ Spécifications

SPM: montre la fréquence de ramage actuelle par minute. Gamme :0-999.

TEMPS/500M: Affiche le temps pour une distance de 500m au-dessous de la fréquence actuelle. Gamme: 00:00-99M59S.

TEMPS: le temps d'exercice accumulé, gamme: 0:00 99M59S.

L'intervalle de temps pré-réglé est 5:00 99M00S. L'ordinateur commencera à décompter à partir du temps pré-réglé à 0:00 avec un temps moyen pour chaque niveau de résistance. Lorsqu'il atteint zéro, le programme s'arrêtera et l'ordinateur émettra une alarme. Si vous ne pré-réglez pas le temps, il fonctionnera avec une diminution d'une minute à chaque niveau de résistance.

DIST: la distance de ramage cumulée. Gamme : 0.00 9.99 99.9KM(MILE)

La gamme de distance pré-réglée :0.50 9.50 99.5. Lorsque la distance atteint 0, le programme s'arrêtera et l'ordinateur émettra une alarme.

CALORIE: le taux cumulé de calories brûlées par l'exercice. Gamme: 0.0 99.9 999

La gamme de calories pré-réglée :10.0 90.0 990. Lorsque le taux de calories atteint 0, le programme s'arrêtera et l'ordinateur émettra une alarme.

POULS: montre la valeur du rythme cardiaque pendant l'exercice. Gamme: 60 220BPM (battement par minute)

NIVEAU DE RESISTANCE: montre le niveau de résistance. Gamme:1 16 avec un affichage de 8 segments.

NOTE: 1. TEMPS et DISTANCE peuvent être fixés au même moment. Mais une fois TEMPS et DISTANCE fixés, l'utilisateur ne peut fixer CALORIES.

2. L'utilisateur ne peut fixer TEMPS et CALORIE, ou DISTANCE et CALORIE en même temps.

C'est-à-dire que si le temps est fixé, mais pas la distance, au cours du processus pour fixer les calories, le temps sera réinitialisé à zéro. Si la distance est fixée, mais pas le temps, au cours du processus pour fixer les calories, le temps sera réinitialisé à zéro.

3. Si TEMPS, DISTANCE ou CALORIE sont pré-réglés, l'ordinateur affichera « STOP » et émettra une alarme lorsque l'une des valeurs pré-réglées atteint zéro. Mais si le ramage est maintenu, le « STOP » basculera sur « START » et le comptage recommencera sur la fenêtre du zéro.

4. Après pré-réglage de TEMPS et DISTANCE, l'ordinateur calculera et affichera automatiquement la vitesse cible moyenne. Même lorsque le temps ou la distance pré-réglés atteignent zéro, l'ordinateur continuera à afficher la vitesse moyenne cible, et la vitesse moyenne ne sera effacée que si vous changez programme de ramage ou faites une réinitialisation.

■ AFFICHAGE APRÈS PANNE

1. Lorsque l'ordinateur affiche ERROR1, veuillez vérifier si le moteur fonctionne et si les câbles du moteur sont bien connectés.

■ ADAPTATEUR

ENTRÉE: CA (La tension dépend du pays)

SORTIE: 8V CC 500mA