

Life Fitness Arc Trainer

(INA, INA-CST, INA-LS4, INA-TS4, INA-CS, INA-LSL, INA-TSL, INATTS, INATLS, PFA-ARC-LB-11, PFT-ARC-TB-11, PF-INA-LBSL-ALLXM-11, PF-INA-TBSL-ALLXM-11)

Montaj Talimatları



Columbia Centre III, 9525 Bryn Mawr Avenue, Rosemont, IL 60018 • U.S.A.
847.288.3300 • FAKS: 847.288.3703
Servis telefon numarası: 800.351.3737 (ABD, Kanada içinde ücretsiz)
Global Web Sitesi: www.lifefitness.com

Uluslararası Şubeler

AMERİKA KITASI

Kuzey Amerika

Life Fitness, LLC

Columbia Centre III
9525 Bryn Mawr Avenue
Rosemont, IL 60018 U.S.A.
Telefon: (847) 288 3300
Servis E-postası:
customersupport@lifefitness.com
Satış/Pazarlama E-postası:
commercialsales@lifefitness.com

Brezilya

Life Fitness Brasil

Av. Rebouças, 2315
Pinheiros
São Paulo, SP 05401-300
BRAZIL
SAC: 0800 773 8282 opsiyon 2
Telefon: +55 (11) 3095 5200 opsiyon 2
Servis E-postası: suportebr@lifefitness.com
Satış/Pazarlama E-postası:
vendasbr@lifefitness.com

Latin Amerika ve Karayipler*

Life Fitness, LLC

Columbia Centre III
9525 Bryn Mawr Avenue
Rosemont, IL 60018 U.S.A.
Telefon: (847) 288 3300
Servis E-postası:
customersupport@lifefitness.com
Satış/Pazarlama E-postası:
commercialsales@lifefitness.com

AVRUPA, ORTA DOĞU ve AFRİKA (EMEA)

Belçika, Hollanda ve Lüksemburg

Life Fitness Atlantic BV

Bijdorpplein 25-31
2992 LB Barendrecht
THE NETHERLANDS
+3118064666
Servis E-postası:
service.benelux@lifefitness.com
Satış/Pazarlama E-postası:
marketing.benelux@lifefitness.com

İngiltere

Life Fitness UK LTD

Unit 109^a
Lancaster Way Business Park
Ely, Cambs, CB6 3NX
Telefon: Genel Müdürlük (+44)
1353.666017
Müşteri Destek (+44) 1353.665507
Servis E-postası: uk.support@lifefitness.com
Satış/Pazarlama E-postası:
life@lifefitness.com

Almanya, Avusturya, İsviçre

Life Fitness Europe GMBH

Neuhofweg 9
85716 Unterschleißheim
GERMANY
Telefon:
+49 (0) 89 / 31775166 Almanya
+43 (0) 1 / 6157198 Avusturya
+41 (0) 848 / 000901 İsviçre
Servis E-postası:
kundendienst@lifefitness.com
Satış/Pazarlama E-postası:
vendasbr@lifefitness.com

İspanya

Life Fitness IBERIA

C/Frederic Mompou 5,1^a
08960 Sant Just Desvern Barcelona
SPAIN
Telefon: (+34) 93.672.4660
Servis E-postası:
servicio.tecnico@lifefitness.com
Satış/Pazarlama E-postası:
info.iberia@lifefitness.com

Tüm diğer EMEA ülkeleri ve EMEA* iş distribütörleri

Life Fitness Atlantic BV

Bijdorpplein 25-31
2992 LB Barendrecht
THE NETHERLANDS
+3118064666
Servis E-postası:
emeaservicesupport@lifefitness.com

ASYA PASİFİK (AP)

Japonya

Life Fitness Japan, Ltd.

4-17-33 Minami Aoyama 1F/B1F
Minato-ku - Tokyo 107-0062
Japonya
Telefon:(+81) 0120.114.482
Faks: (+81) 03-5770-5059
Servis E-postası: service.lfj@lifefitness.com
Satış/Pazarlama E-postası:
sales@lifefitnessjapan.com

Hong Kong

Life Fitness Asia Pacific LTD

26/F, Global Trade Square
21 Wong Chuk Hang Road
Wong Chuk Hang
Hong Kong
Telefon: (+852) 25756262
Faks: (+852) 25756894
Servis E-postası: service.hk@lifefitness.com
Satış/Pazarlama E-postası:
marketing.hk.asia@lifefitness.com

Tüm Diğer Asya Pasifik ülkeleri ve Asya Pasifik distribütörü*

Life Fitness Asia Pacific LTD

26/F, Global Trade Square
21 Wong Chuk Hang Road
Wong Chuk Hang
Hong Kong
Telefon: (+852) 25756262
Faks: (+852) 25756894
Servis E-postası: service.ap@lifefitness.com
Satış/Pazarlama E-postası:
marketing.hk.asia@lifefitness.com

* Ayrıca yerel temsilcilikler veya distribütörler/bayiler için www.lifefitness.com adresini ziyaret edin

İçindekiler Tablosu

Başlarken

Güvenlik Talimatları.....	5
KC Sertifika Etiketleri - Kore.....	7
Kurulum.....	8
Alan Seçme ve Hazırlama.....	8
Elektrik Gücü Gereksinimleri (Harici Güç Kaynağı Kullanan Üniteler İçin Geçerlidir).....	9
Harici Güç Kaynağı Bağlama.....	9
Konsol Güç - Integrity SL'yi kontrol edin	10
Kablo TV Bağlama.....	10

Ürün Açıklaması

Ürün Özellikleri.....	11
Arc Trainer'a binme ve inme.....	11
Arc Trainer Nasıl Kullanılır.....	12

Kurulum

Ambalajlama ve Sevkiyat Seçenekleri.....	13
Montaj Prosedürü - Alt Gövde.....	13
Montaj Prosedürü - Tüm Gövde.....	28

Özellikler

Özellikler.....	46
-----------------	----

Servis ve Teknik Veriler

Koruyucu Bakım İpuçları.....	47
Onaylı ve Uyumlu Temizleyiciler.....	47
Bakım Programı.....	47
Polar® Göğüs Kayışında Sorun Giderme.....	48
Lifepulse™ Sistem Sensörlerinde Sorun Giderme.....	48
Tahrik Kayışları.....	49
Nasıl Yapılır.....	50

Garanti

Garanti Bilgisi.....	51
----------------------	----

1. Başlarken

Güvenlik Talimatları

📖 Kullanmadan önce tüm talimatları okuyun.

Ürünün konulacağı yeri seçmeden ve kurulumuna başlamadan önce lütfen aşağıdaki güvenlik talimatlarına ve önemli hususlara özellikle dikkat edin.

- ⚠️ **UYARI:** Egzersiz ekipmanının yanlış veya aşırı kullanımı sağlıkla ilgili yaralanmalara neden olabilir. LIFE FITNESS Bir egzersiz programına başlanmadan önce; kullanıcının özellikle aile geçmişinde yüksek tansiyon veya kalp rahatsızlığı varsa veya kullanıcı 45 yaşın üstündeyse veya sigara içiyorsa, kolesterol seviyesi yüksekse, obezse veya o ana kadar düzenli egzersiz yapmamışsa; bir doktora görünüp kapsamlı bir tıbbi muayeneden geçmesini ÖZELLİKLE tavsiye etmektedir. Kullanıcı, egzersiz sırasında herhangi bir zamanda halsizlik, baş dönmesi, ağrı veya nefes daralması yaşarsa, egzersizi hemen bırakmalıdır.
- ⚠️ **UYARI:** Yanık, yangın, elektrik şoku veya yaralanma riskini azaltmak için, her bir ürünü uygun şekilde topraklanmış elektrik çıkışlarına bağlamak zorunludur.
- ⚠️ **UYARI:** Kalp atış hızı izleme sistemleri yanlış olabilir. Çok fazla egzersiz yapmak ciddi yaralanmalara hatta ölüme neden olabilir. Halsizlik hissederseniz egzersiz yapmayı hemen bırakın.
- ⚠️ **UYARI:** Esneme için kullanmayın ve kayış veya diğer cihazlara bağlamayın.
- ⚠️ **UYARI:** Pilleri çocukların ulaşamayacağı bir yerde saklayın.

Bazı göğüs bantları çıkarılabilir pil içerebilir.

- Pil yutmak özofagusta potansiyel yırtılma ve kimyasal yanık oluşumuna sebep olacağından, ciddi yaralanmalara ve 2 saat kadar kısa bir süre içinde ölüme sebebiyet verebilir.
- Eğer çocuğunuzun pil yuttuğundan şüpheleniyorsanız hemen yerel zehirlenme kontrol noktanızı arayarak uzman yardımına başvurun.
- Cihazları inceleyin ve pil bölümünün doğru şekilde emniyete alındığını kontrol edin. (örneğin vidanın ya da mekanik bağlantının sıkı olduğunu.) Eğer bölme emniyete alınmamışsa kullanmayın.
- Kullanılmış pilleri güvenli bir şekilde hemen atın. Bitmiş piller halen tehlikeli olabilir.
- Düşme pillerin doğurabileceği riskler ve çocukların güvenliğinin nasıl sağlanacağı ile ilgili çevrenizdekileri bilgilendirin.
- ⚠️ **UYARI:** Ürünün arkasında en az 23,6" / 0,6 m ve yanlarında en az 12" / 30 cm boşluk bulunduğundan emin olun.
- ⚠️ **UYARI:** Bu ürün serbest tekerlek sistemi özelliğiyle donatılmamıştır. Bu nedenle, anında durdurulamaz.
- ⚠️ **UYARI:** Hareketli parçalar ve düşme tehlikesi.
 - Ciddi yaralanmalara sebebiyet vermemek için, üniteden inmeden önce ayak plakalarının tamamen durduğundan emin olun.
 - Hareket eden parçalar aniden durdurulamaz, ünitede serbest tekerlek bulunmamaktadır.
- ⚠️ **TEHLİKE:** Elektrik çarpması riskini azaltmak için temizlik veya bakım yapmadan önce ürünün fişini mutlaka çıkarın.
- LIFE FITNESS, LIFE FITNESS kapsamında sunulan ürünlerin üretiminde kullanılan bileşen parçalarının lateks içermediğini garanti etmez. Bu ürünlerin kullanıcıları, istenmeyen bir lateks reaksiyonuna yol açabilecek kazara teması önlemek için gerekli tüm önlemleri almalıdır.



- Tüm vücudunuzu, bol giysileri, ayakkabı bağcıklarını ve havluları hareketli kısımlardan uzak tutun.
- Egzersiz yapmak için kişinin ihtiyaç duyduğu güç, ürün üzerinde gösterilen mekanik güçten farklı olabilir.
- Ürünü monte ederken veya sökerken dikkatli olun. Monte etmeden önce, ayak plakasını kendinize en yakın ve en alçak konuma getirmek için hareketli kolları kullanın. Dengenizi korumanız gerektiğinde sabit gidonları kullanın. Egzersiz yaparken, hareketli kolları tutun.
- Ürünü kullanırken asla geriye doğru bakmayın.
- Ürünün arka plastik kapaklarının üzerine basmayın veya üzerinde oturmayın.
- Eğer ürün hasarlı bir güç kablosuna veya elektrik fişine sahipse ya da düşmüş, hasar görmüş veya bir bölümü su içerisine daldırılmışsa, kesinlikle çalıştırmayın. Müşteri Hizmetleri ile iletişime geçin.
- Ürünün konumunu belirlerken, güç kablosunun takılı olduğu priz kullanıcının erişebileceği bir mesafede olduğundan emin olun. Elektrik kablosunun dolanmadığından, bükülmediğinden ve diğer ekipmanların ya da cisimlerin altında sıkışmadığından emin olun.
- Eğer elektrik kaynak kablosu hasar görmüşse, üretici, yetkili bir servis bayisi veya benzer şekilde yetkili bir kişi tarafından tehlike oluşmasını engellemek için değiştirilmesi gerekir.
- Doğru kullanım için her zaman konsol talimatlarını uygulayın.

- Bu cihaz, güvenliklerinden sorumlu bir kişinin gözetiminde veya talimatıyla cihazı kullanmadıkları süre fiziksel, duyuusal veya zihinsel melekeleri ya da tecrübe veya bilgisi yetersiz kişiler (çocuklar dahil) tarafından kullanılmak üzere tasarlanmamıştır.
- Bu cihazın çocuklar tarafından kullanımı uygun değildir. 14 yaşın altındaki çocukları makineye yaklaştırmayın.
- Bu ürünü dış mekanlarda, havuz kenarında veya nemin yüksek olduğu alanlarda kullanmayın.
- Ürünü asla hava delikleri kapatılmış şekilde kullanmayın. Hava deliklerini tüy, saç veya herhangi bir diğer tıkaçıcı malzemeden uzak tutun.
- Bu ürünlerdeki herhangi bir açıklığa asla yabancı nesnelere sokmayın. İçine herhangi bir nesne düşerse; elektriğini kesin, elektrik kablosunu prizden çekin ve nesneyi düştüğü yerden dikkatlice çıkarmaya çalışın. Öğe ulaşamıyorsa, müşteri destek hizmetleri ile iletişime geçin.
- Sıvı içeren kapları aksesuar gözü veya tablası dışında ünitenin üzerine koymayın. Kapaklı kaplar kullanmanız önerilir.
- Bu ürünleri çıplak ayakla kullanmayın. Daima ayakkabı giyin. Kauçuk veya tabanı kaymayan ayakkabılar giyin. Topuklu, kösele, çivili veya çivisiz kramponlar giymeyin. Ayakkabılarınızın tabanına taş girmemiş olduğundan emin olun.
- Kullanım esnasında aletin içine veya altına uzanmayın veya aleti yana doğru eğmeyin.
- İdman sırasında diğer kişilerin kullanıcı veya ekipmana herhangi bir şekilde müdahale etmesine izin vermeyin.
- Üniteyi prize takıp kullanmadan önce bir saat LCD konsolun sıcaklık açısından "normalleşmesini" bekleyin.
- Bu ürünleri bu kılavuzda anlatılan amacına uygun kullanın. Üretici tarafından önerilmeyen bağlantı parçalarını kullanmayın.
- Ayaklı ekipman sabit ve düz bir zemine monte edilmelidir.
- Egzersize başlamadan önce, ürün üzerindeki tüm uyarıları okuyun.
- Uyarılar eksikse veya okunmuyorsa, uyarı etiketlerinin yerleştirilmesi hakkında destek almak için Müşteri Destek Hizmetlerine danışın. Uyarı etiketleri her ürünle birlikte verilir ve ürün kullanılmadan önce mutlaka yerlerine yerleştirilmiş olmalıdır. Eksik veya kayıp uyarı etiketlerinden LIFE FITNESS sorumlu değildir.

İLERİDE REFERANS OLARAK KULLANILMAK ÜZERE BU TALİMATLARI SAKLAYIN.

Test parametreleri

Ayarlanabilir fren maksimum seviyede konumlandığında ölçülen güç ve hız Güç gösterimi (Vat miktarı) ve hız (Dakikadaki Sayısı), ölçülen hız ve güç ile karşılaştırıldığında A sınıfı seviyesinde bulunmuştur. Ölçüm test noktaları:

- 25 W, 37 SPM
- 50 W, 52 SPM
- 100 W, 72 SPM
- 150 W, 86 SPM
- 175 W, 92 SPM
- 200 W, 97 SPM

KC Sertifika Etiketleri - Kore



XXXX Cert # XXXX

제품명	Arc Trainer
모델명	INA
정격입력	12 or 24 VAC, 3 A
제조년월	2024/02
제조사	LIFE FITNESS
제조국가	U.S.A.
A/S 전화	Tel: +82-2-2252-2163

Kurulum

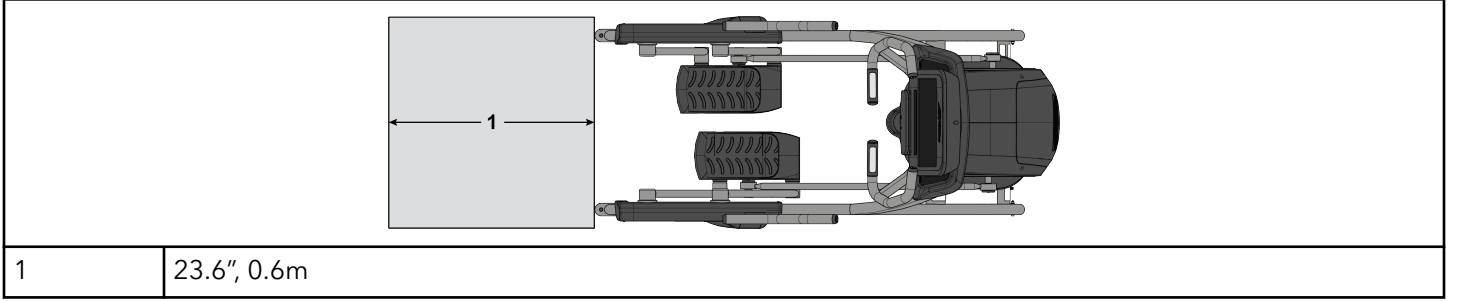
Üniteyi kurmadan önce kılavuzun tamamını okuyun.

Alan Seçme ve Hazırlama

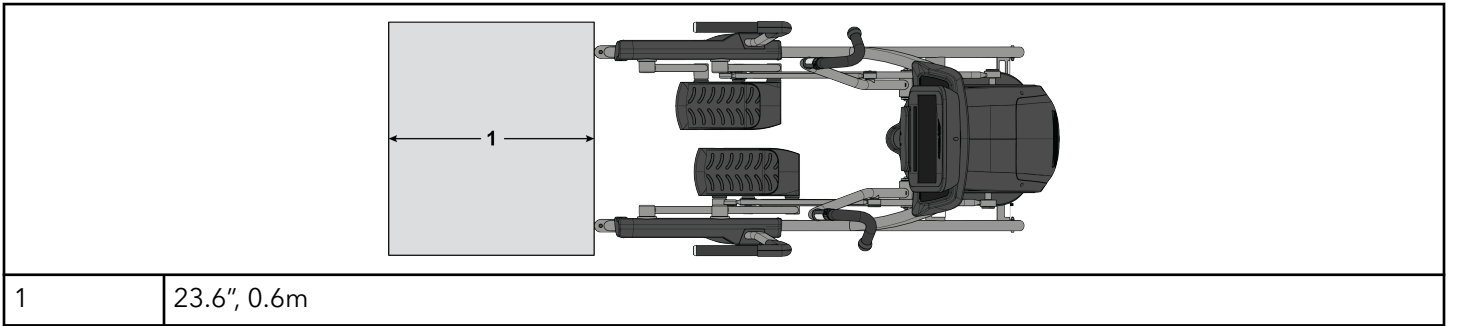
Ürünü monte etmeden önce seçilen alanın aşağıdaki kriterlere uyduğundan emin olun:

- Alan iyi aydınlatılmış olmalı ve iyi havalandırılmalıdır.
- Zemin yapısal olarak sağlam ve düz olmalıdır.
- Üniteye ve acil durumda demonte etme işlemine erişim için serbest alan. Minimum boşluk 23,6 inç (0,6 metre).
- Komşu üniteler boş alanı paylaşabilir.

Serbest Alan - Alt Gövde



Serbest Alan - Tüm Gövde



Her makinenin çevresinde güvenli kullanım ve geçiş için uygun açıklık bulunmasını sağlamak tesis/ekipman sahibinin sorumluluğundadır.

AEY'ye (Amerikan Engelliler Yasası) uygun olarak en az 30 x 48 inç alan ayrılmalı ve her çeşit egzersiz ekipmanı için en az bir açık giriş rotası bulunmalıdır. Üç taraftaki boş alan kapalıysa (ör. duvarlar veya ekipmanın kendisi ile), boş alan 36 ile 48 inç olmalıdır.

Diğer makineler tüm giriş noktalarına doğru 23" açık alan bulundurmaldır.

Bu kılavuzun montaj talimatlarında belirtilen boyutlar, maksimum etki alanı (kullanımdayken) boyutlarını içerir.

Kablosuz nabız sinyalinin doğru çalışması için üniteler arasında minimum açıklık 12" (30 cm) olmalıdır.

Elektrik Gücü Gereksinimleri (Harici Güç Kaynağı Kullanan Üniteler İçin Geçerlidir)

- Integrity SL konsolla donatılmış üniteler kendi gücüyle çalışır.
- Integrity SL konsolu isteğe bağlı olarak takılabilecek bir televizyon ile birlikte kullanılabilir. Takılabilir bir televizyon kullanımı harici bir güç kaynağı gerektirir.
- Discover konsollu üniteler için 24 VDC güç kaynağı gereklidir.

⚠ UYARI: Yalnızca ürünle birlikte temin edilen adaptör ve kabloyu kullanın. 2 uçlu çıkışa bağlamak için herhangi bir modifikasyon kullanmayın. Ürün standart 3 uçlu prizlere takılmalıdır.

Konsol	Besleme Voltajı	Frekans	Çıkış Voltajı	Çıkış Akımı
Integrity SL / Discover Konsollar	95 - 264 VAC	47 - 63 Hz	24 VDC	5 A

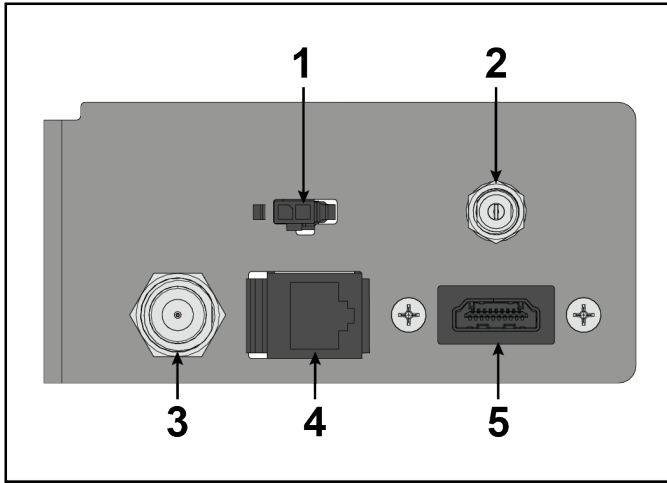
Çıkış Voltajı	Ticari Ünite Çıkışı ve Devre Kesici (Amper)	Tüketici / Ev Üniteleri Çıkışı ve Devre Kesici (Amper)
120 VAC	20 (devre kesici başına 10 üniteden fazla olmamalıdır)	15 (devre kesici başına 8 üniteden fazla olmamalıdır)
230 VAC	12 (devre kesici başına 10 üniteden fazla olmamalıdır)	12 (devre kesici başına 8 üniteden fazla olmamalıdır)

NOT:: Bu ürünle birlikte verilen fişi değiştirmeyin. Fiş mevcut prize uymuyorsa, kalifiye bir elektrikçiye uygun bir priz monte ettirin.

NOT:: Adaptörün temel üniteye güvenli şekilde bağlandığından emin olun. Gevşek bağlantı yapılması durumunda ünite harici güç alamayabilir.

Harici Güç Kaynağı Bağlama

1. Harici adaptörü bağlantısını, ünitenin ön tarafındaki harici besleme soketine takın.
2. Ünite konektörünü yerine emniyetli bir şekilde oturana kadar sıkıştırın.
3. Adaptör kablosunun ucundaki fişi bir AC prizine takın.



Parça	Açıklama	Adet
1	IR Kablo Bağlantısı	1
2	Konsol Bağlantısı için Harici Güç	1
3	Koaksiyel Kablo Bağlantısı	1
4	Ethernet Kablo Bağlantısı	1
5	HDMI Kablo Bağlantısı	1

NOT:: Eğer Konsol ışıkları yanmazsa Müşteri Destek Hizmetleri ile iletişime geçin. Tehlikeli bir durumla karşılaşmamak için yalnızca temin edilen güç kaynağını kullanın.

NOT:: CSAFE bağlantıları yalnızca konsol üzerinde yapılmalıdır.

⚠ DİKKAT: Konektörler yuvalara kolayca girmelidir. Bir bağlantı sağlamak için kuvvet uygulamak sokete ve/veya yuvaya zarar verebilir ve ürün garantisi geçersiz olabilir. Eğer güç kaynağı soketi yuvaya kolaylıkla uymuyorsa, yanlış güç kaynağı kullanılıyor demektir.

Konsol Güç - Integrity SL'yi kontrol edin

Integrity SL konsol yeniden şarj edilebilir 6 Volt'luk bir batarya ile çalışır. **Go / Yeşil Ok** tuşuna basarak bataryayı kontrol edin. Konsol "bip" sesi çıkarmalı ve ışığı yanmalıdır. Bir mesaj belirmiyorsa üniteye çıkın ve pedal çevirmeye başlayın. Konsolun ışığı yanmalı ve bir egzersiz programlanması mümkün olmalıdır. Bataryayı optimum şekilde şarj etmek için egzersiz sırasında, 10 - 20 dakika boyunca 50 RPM veya daha hızlı bir şekilde pedal çevirin. Egzersizler arasındaki pedal çevirme hareketi bataryayı şarjlı halde tutar. İsteğe bağlı olarak harici güç kaynağı kullanılabilir. Eğer ünite harici güç beslemesiyle çalışıyorsa, batarya enerjisinin korunması otomatiktir ve pedal çevirme işlemi gerekmez. Tehlikeli bir durumla karşılaşmamak için, yalnızca Life Fitness tarafından temin edilen güç kaynağını kullanın.

Kablo TV Bağlama

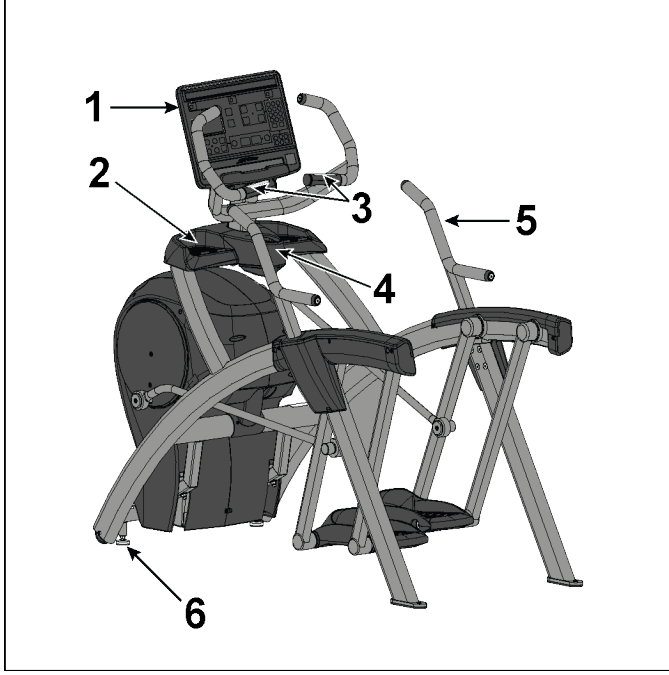
Bu konsol hem dijital hem analog yayınları alabilir. LIFE FITNESS Kablo TV bağlantısından ya da Kablo TV hizmeti sırasında gerekli olabilecek parçalardan sorumlu değildir. TV kurulumunun yapılabilmesi için 75-ohm koaksiyel kablo aracılığıyla harici TV sinyali mevcut olmalıdır.

Kablo TV hizmet görevlisi için not: Bu anımsatıcı Kablo TV sistem montajcısının dikkatini, NEC'in doğru topraklama hakkında bilgi sağlayan ve özellikle toprak kablosunun binanın topraklama sisteminin kablo girişine olabildiğinde yakın bağlanması gerektiğini bildiren 820-40 maddesine çekmek için sağlanmıştır.

2. Ürün Açıklaması

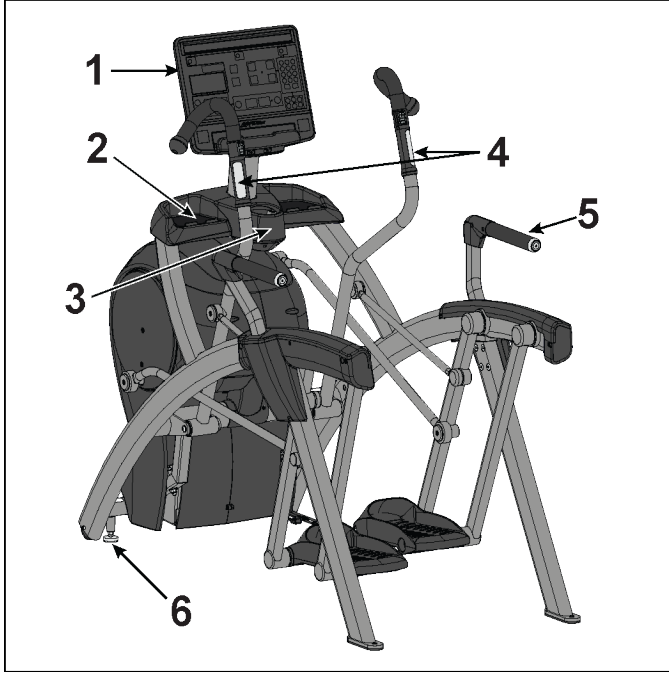
Ürün Özellikleri

Alt Vücut



Parça	Açıklama
1	Konsol
2	Aksesuar Tablaları
3	Temaslı Nabız Sensörleri
4	Bardak Tutucu
5	Yan Kollar
6	Ayak Dengeleyiciler

Tüm Gövde



Parça	Açıklama
1	Konsol
2	Aksesuar Tablaları
3	Bardak Tutucu
4	Temaslı Nabız Sensörleri
5	Yan Kollar
6	Ayak Dengeleyiciler

Arc Trainer'a binme ve inme

Ekipmana çıkmak için, ayaklarınızı önce biri sonra diğer olmak üzere ayak plakasının üzerine koyun. Gerekirse vücudunuzu gövdeyi, sabit kolu (eğer varsa), veya hareketli kolu (eğer varsa) tutarak sabitleyin. Pedalların, üzerine ağırlık bindiği anda hareket etmeye başlayacağını unutmayın. Pedallar farklı ayak pozisyonlarına uygun olması için geniş tasarlanmıştır, fakat yine de en sık kullanılan pozisyon kullanıcının ayakları öne doğru plastik ayak aralığına girecek şekilde yerleştirilmesidir.

Egzersize başlamak için pedalları aşağı ve geri doğru itmeye başlayın. Arc Trainer pedalları eğri çizecek şekilde geriye ve ileriye (dairesel veya eliptik değil) doğru hareket etmek üzere tasarlandığı için, ileri ve geri hareket kavramları geçerli değildir.

İnmek için pedalları yavaşlatarak durdurun. Kolu veya gövdenin ilgili bölümünü tutarak ayak plakasından inip makineden ayrılmanıza destek olun. Makineden inerken ayak plakalarının hareket alanında bulunmadığınızdan emin olun. Eğer makinenin üzerinde değilseniz asla makinenin iz düşümünde durmayın.

Arc Trainer Nasıl Kullanılır

Ayak plakalarının üzerinde dururken plakaları aşağı ve geri doğru iterek egzersize başlayın. Kullanıcının ellerini koymak için farklı seçenekleri bulunmaktadır, tüm seçenekler her Arc Trainer çeşidi için geçerli değildir: 1. Sabit kol gövdenin yanında, 2. Sabit kol konsolun çevresinde, 3. Hareketli kol veya 4. Kol tutmadan Bu farklı duruşlar, kullanılan kaslar ve dolayısıyla egzersiz boyunca yakılan kalori için belirleyicidir. Hareketli kolun pozisyonunu her zaman takip edin özellikle de aktif olarak tutmuyorsanız. Kol, pedallarla senkron şekilde hareket eder, yani pedala basarken kolu çekmeniz gerekmektedir. Arc Trainer hızı dakikadaki adım sayısı ile uyumlu şekilde ölçülür. En sık kullanılan hız aralığı dakikada 100 - 160 adımdır, yüksek yoğunluklu interval egzersizi yapan kullanıcılar rutin olarak bu hızı geçerler.

3. Kurulum

Ambalajlama ve Sevkiyat Seçenekleri

DİKKAT: Bu ürün iki ambalajlama ve sevkiyat seçeneği ile sunulmaktadır: Tekli kutu veya çoklu kutular.

Her iki seçenekte de konsol kaynağı sevkiyat için yatay konumda monte edilmiş durumdadır.

Tekli kutu seçenekleri için, Konsol, konsol kaynağı ve kablolar tamamen monte edilmiş durumdadır. Montaj prosedürünü tamamıyla izleyin ancak konsol montajı adımlarını atlayın.

Montaj Prosedürü - Alt Gövde

Bu işlem için iki kişi gerekmektedir.

İPUCU: Üniteyi kurmadan önce bütün talimatları ayrıntılarıyla okuyup anladığınızdan emin olun. Bütün parçaları dikkatlice kontrol edin. Eğer hasar varsa parçaları iade etmek, değiştirmek veya yeniden sipariş etmek için gereken işlemlerle ilgili bu kılavuzun Müşteri Hizmetleri bölümüyle irtibata geçin.

"Sol" ve "sağ" kelimesi kullanıcının yönünü belirtir.

Doğru paketi almış olduğunuzdan emin olun

1. Model numarasını ve voltajı (opsiyonel) görmek ve siparişle eşleştirmek için kutu etiketini okuyun.
2. Renk seçiminin sipariş ile uyumlu olduğunu kontrol edin.

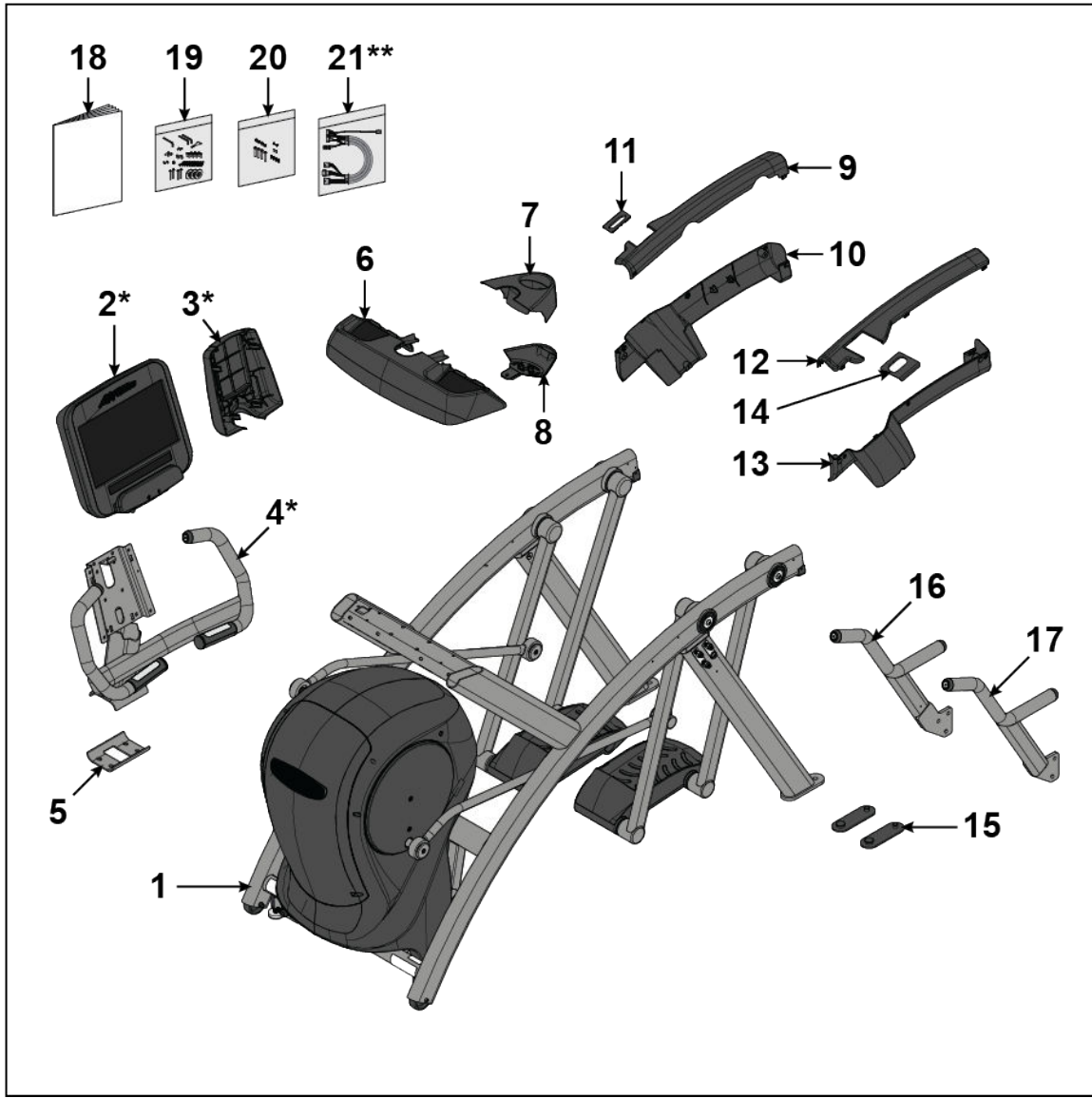
Aşağıda Gösterilen Parçalar Listesini Doğrulayın

Bileşenler

Parça	Açıklama	Adet
1	Taban Montajı	1
2*	Konsol Tertibatı	1
3*	Kapak, Konsol Arkası	1
4*	Kaynaklı parça, Konsol	1
5	Bağlantı, Alt	1
6	Altlık, Aksesuar Tablası	1
7	Kapak, Üst, Aksesuar Tablası	1
8	Kapak, Alt, Aksesuar Tablası	1
9	Kapak, Arka, Üst, Sağ	1
10	Kapak, Arka, Alt, Sağ	1
11	Conta, Arka, Sağ	1
12	Kapak, Arka, Üst, Sol	1
13	Kapak, Arka, Alt, Sol	1
14	Conta, Arka, Sol	1
15	Ayak Yastığı	2
16	Yan Kol, Sağ	1
17	Yan Kol, Sol	1
18	Montaj Talimatları	1
19	Donanım Paketi 1	1
20	Donanım Paketi 2	1
21**	Kablo Tesisatı	1

NOT:: *Tekli Kutu Seçeneğinde monte edilmiş konsol.

DİKKAT: **Kablo tesisatı gövde ve konsola bağlı olarak değişiklik gösterir ve Tekli Kutu Seçeneğinde monte edilir.

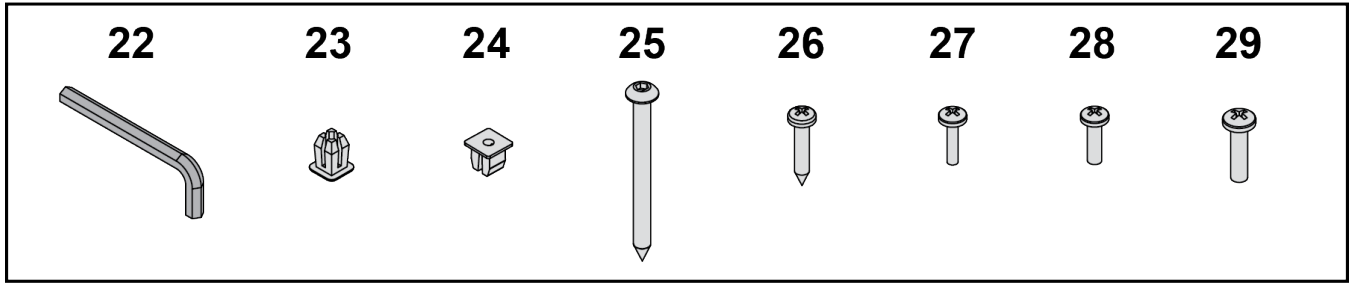


Donanım

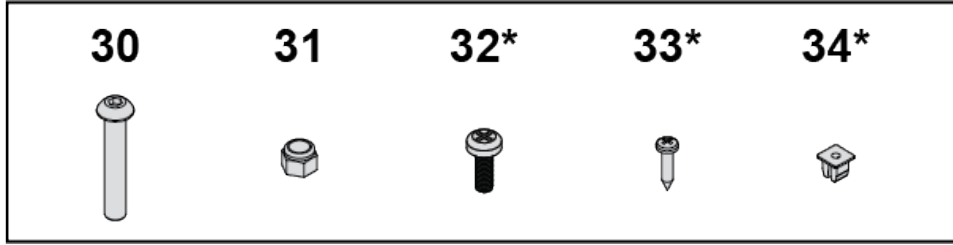
Parça	Açıklama	Adet
22	7/32" Alyen Anahtar	1
23	Rondela, Plastik, Uzun	1
24	Rondela, Plastik, Kısa	7
25	Vida, Bombe Başlı Yıldız, Tap 10-12 x 2"	4
26	Vida, Bombe Başlı Yıldız, M4,2 x 0,7 x 19	7
27	Vida, Bombe Başlı Yıldız, 6 x 0,50"	2
28	Vida, Bombe Başlı Yıldız, 8-16 x 0,50"	3
29	Vida, Bombe Başlı Yıldız, 10-24 x 0,75"	11
30	Vida, Yuvalı, 0,375-16 x 2,5"	4
31	Kilit Somunu, 0,375-16 Plastik	4
32*	Vida, Bombe Başlı Yıldız, M5 x 0,8 x 14	5
33*	Vida, Bombe Başlı Yıldız, M4,2 x 0,7 x 19	2
34*	Rondela, Plastik, Kısa	2

NOT:: *Tekli Kutu Seçeneğinde monte edilmiş konsol.

Donanım Paketi 1



Donanım Paketi 2



Gerekli Araçlar

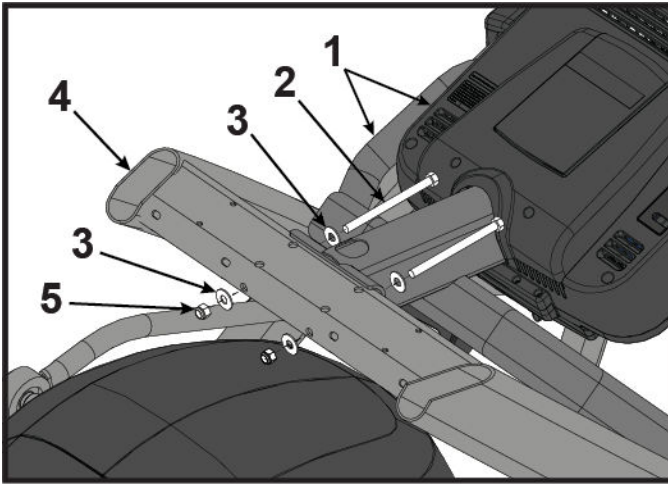
- Yıldız tornavida
- Kısa yıldız tornavida
- 6 mm Alyen Anahtar
- 7 mm Alyen Anahtar
- 7/32" Alyen Anahtar
- 17 mm açık uçlu ingiliz anahtarı
- 9/16" açık uçlu ingiliz anahtarı

Ünitenin Kaldırılması ve Taşınması

1. Trifon vidaları ve nakliye desteklerini çıkarın. Paketleme malzemelerini bağlantı kollarında bırakın. Bu, kurulum esnasında boyanın kazınmasını önleyecektir.
2. Arka ayak desteklerini sıkıca kavrayın ve her iki taraf birer kişi tarafından tutulurken kaldırın.
3. Öndeki taşıma tekerleklerinin zemine değmesi için alt arka destek ayaklarını kaldırın.
Uygun kaldırma metodlarını kullanın.
4. Üniteyi istenilen konuma taşıyın.
5. Arka destek bacaklarını alçaltın.

Konsol Kaynaklı Parçasını Yerleştirme

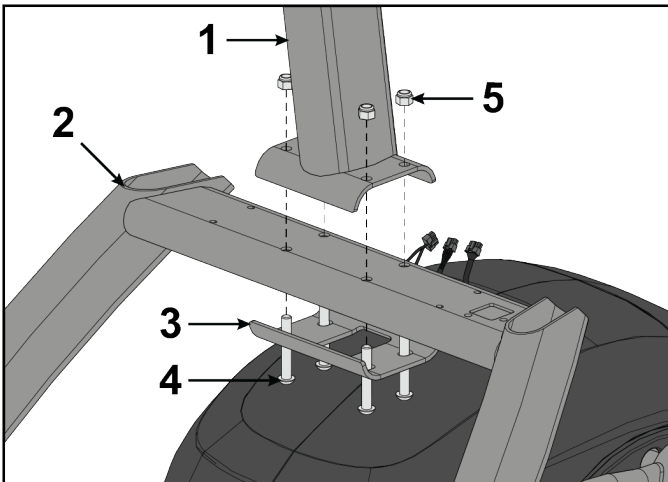
1. İki 9/16" açık uçlu anahtarı kullanarak konsol kaynağını gövdeye sabitleyen cıvatalardan kilit somunları ile rondelaları çıkarın.



Parça	Açıklama	Adet
1	Konsol tertibatı	1
2	Cıvatalar	2
3	Rondelalar	2
4	Gövde	1
5	Kilit somunu	2

NOT:: Konsol önceden monte edilmiş şekildeki tekli kutu seçeneği gösterilmektedir.

2. Konsol kaynağını tutarken iki cıvata ve rondelayı çerçeveden çıkarın. Cıvataları, rondelaları ve kilit somunlarını atın; bunlar yalnızca sevkiyat için kullanılır.
3. Konsolu, gövde ile hizalı şekilde yerleştirin.



Parça	Açıklama	Adet
1	Kaynaklı parça, Konsol	1
2	Gövde	1
3	Bağlantı, Alt	1
4	Vida, Yuvalı, 0,375-16 x 2,5"	4
5	Kilit Somunu, 0,375-16 Plastik	4

4. Dört civatayı (alt taraftan) ve alt bağlantıyı gövdeye ve konsol kaynaklı parçasına yerleştirin.
5. Dört kilit somunu civatalara el ile yerleştirin.
6. Dört civatayı ve kilit somunlarını 7/32" Alyen anahtar ve 9/16" açık ağızlı anahtar kullanarak sıkıştırın.

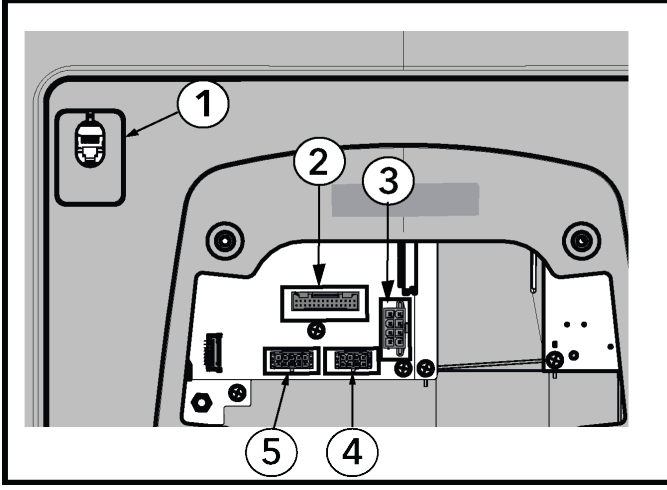
Tekli Kutu Seçeneği için Not

Konsol adımlarını atlayın ve montaja [Aksesuar Tepsisi Altlığını Yerleştirme](#). adımdan itibaren devam edin.

Gövdeden Konsola Kablo Bağlantıları

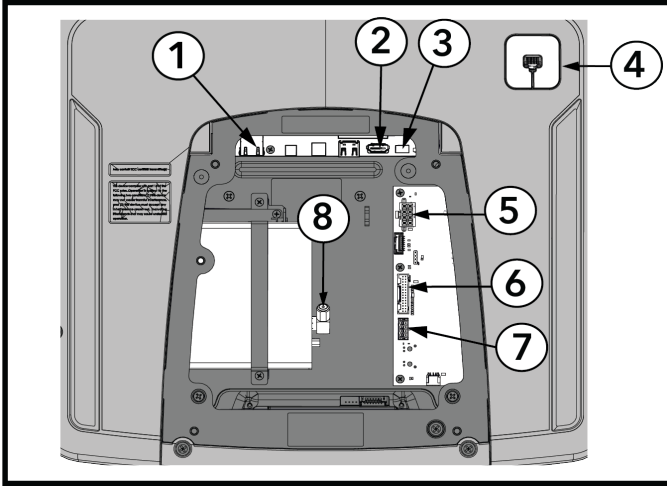
Konsol kablolarını konsola takın.

Integrity SL Konsol



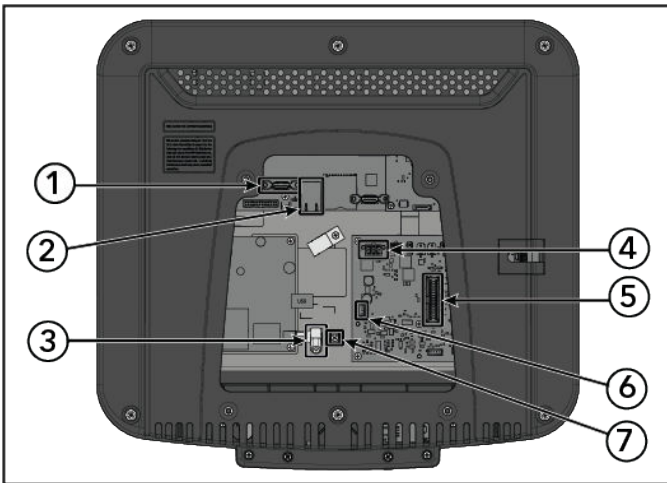
Parça	Açıklama	Adet
1	CSAFE	1
2	Gövde Anahtarları, Lifepulse	1
3	Ana Güç	1
4	Gövde İletişimi	1
5	TV (isteğe bağlı)	1

Discover SE4 Konsolu



Parça	Açıklama
1	Ethernet
2	STB HDMI
3	STB IR
4	CSAFE
5	Ana Güç
6	Baz Sinyali (Lifepulse, Baz Anahtarları)
7	Gövde İletişimi
8	RF Koaksiyel

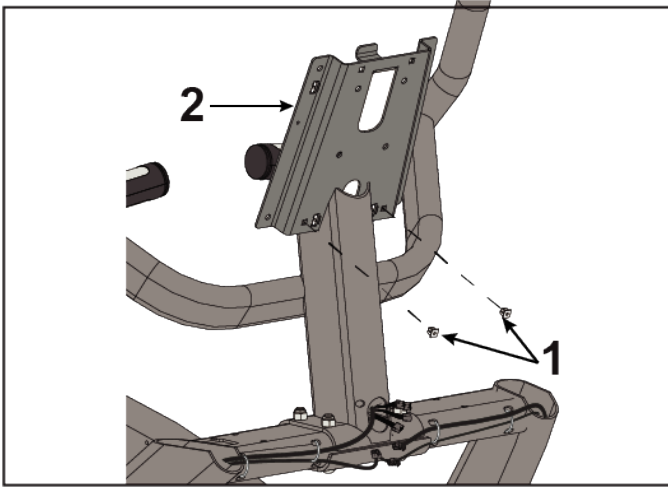
Discover SE3HD / ST Konsolları



Parça	Açıklama	Adet
1	Kablo, HDMI	1
2	Kablo, Ethernet	1
3	Kablo, Koaksiyel	1
4	Kablo, Harici Güç	1
5	Kablo, PCB'den Konsol Gücüne	1
6	Kablo, IR	1
7	Toprak Kablosu	1

Konsolu ve Konsol Arka Kapağını Takın - Integrity SL

1. Rondelaları konsolun kaynaklı parçasına takın.

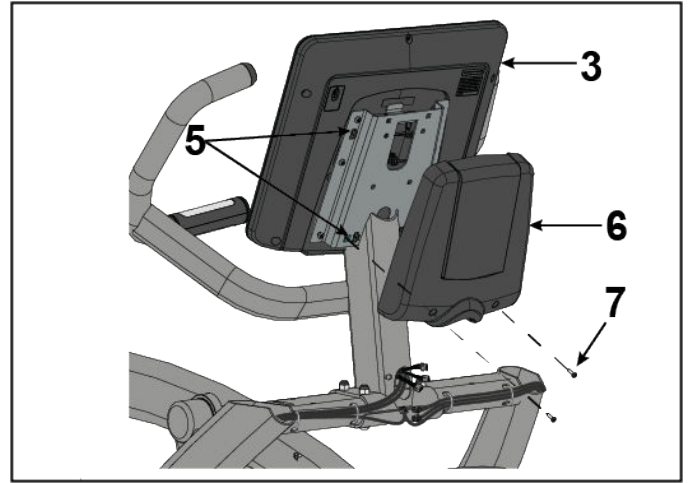
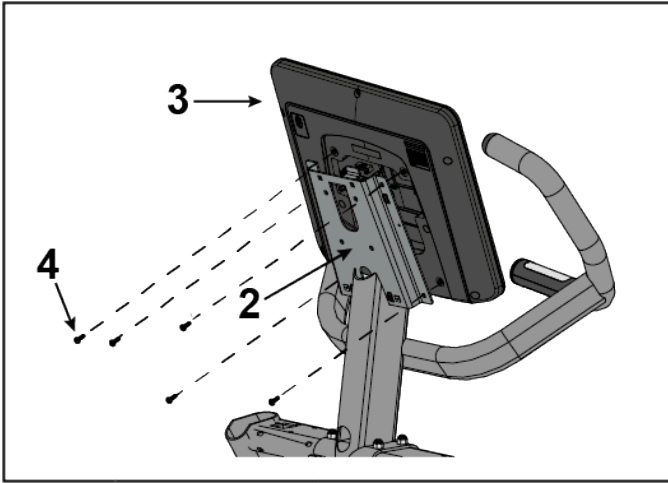


Parça	Açıklama	Adet
1	Rondela, Plastik, Kısa	2
2	Kaynaklı parça, Konsol	1

2. Konsolu takın. Arka kapağı kaynaklı parçada bulunan yaylı tırnaklara doğru bastırın. Arka kapağı konsol kaynaklı parçasına sabitleyin.

NOT:: Konsolu aşağı indirirken kabloların sıkışmamasına dikkat edin.

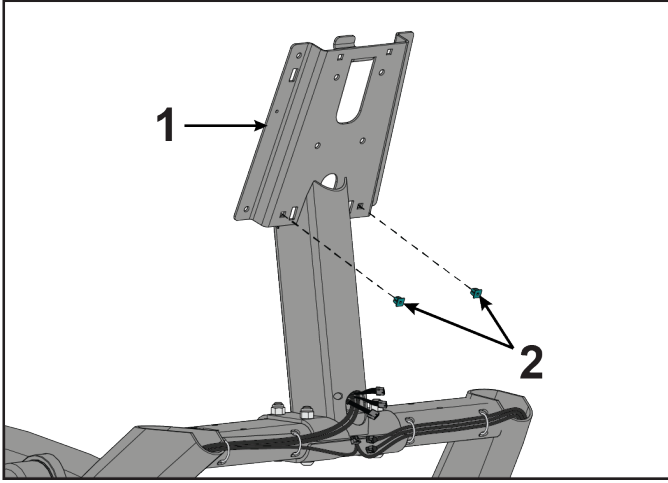
Integrity SL



Parça	Açıklama	Adet
1	Rondela, Plastik, Kısa	2
2	Kaynaklı parça, Konsol	1
3	Konsol	1
4	M5 X 14 Bombe Başlı Yıldız Vida	5
	1,5 Nm (1,1 ft. lbs.)	
5	Yaylı Tırnak Delikleri	4
6	Kapak, Konsol Arkası	1
7	M4,2 X 19 Bombe Başlı Yıldız Vida	2
	1,5 Nm (1,1 ft. lbs.)	

Konsolu ve Konsol Arka Kapağını Takın - Discover SE4

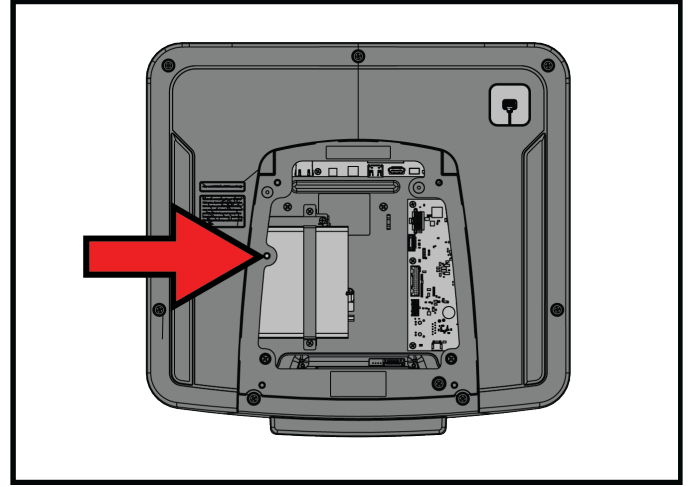
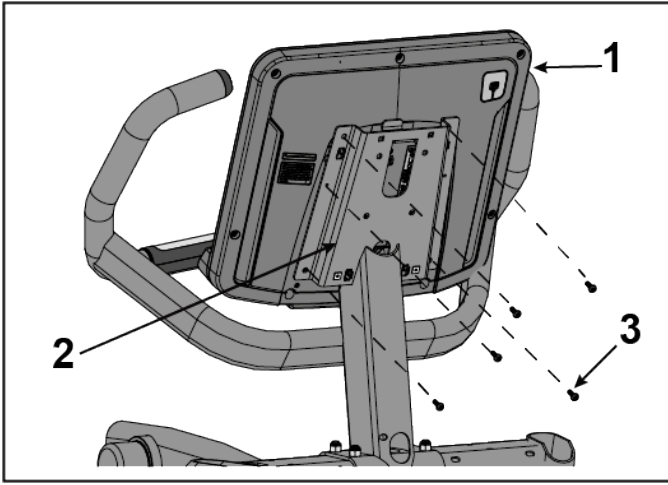
1. Rondelaları konsolun kaynaklı parçasına yerleştirin.




Parça	Açıklama	Adet
1	Kaynaklı parça, Konsol	1
2	Rondela, Plastik, Kısa	2

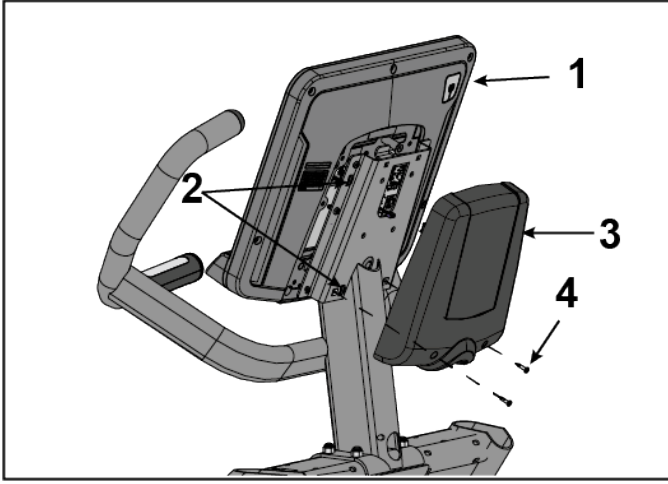
2. Konsolu, kaynaklı parça ile hizalı şekilde yerleştirin.


NOT:: Konsolu aşağı indirirken kabloların sıkışmamasına dikkat edin.



Parça	Açıklama	Adet
1	Konsol Tertibatı	1
2	Kaynaklı parça, Konsol	1
3	Vida, Bombe Başlı Yıldız, M5 x 0,8 x 14	5
	1,5 Nm (1,1 ft. lbs.)	

3. Arka kapağı kaynaklı parçada bulunan yaylı tırnaklara doğru bastırın.

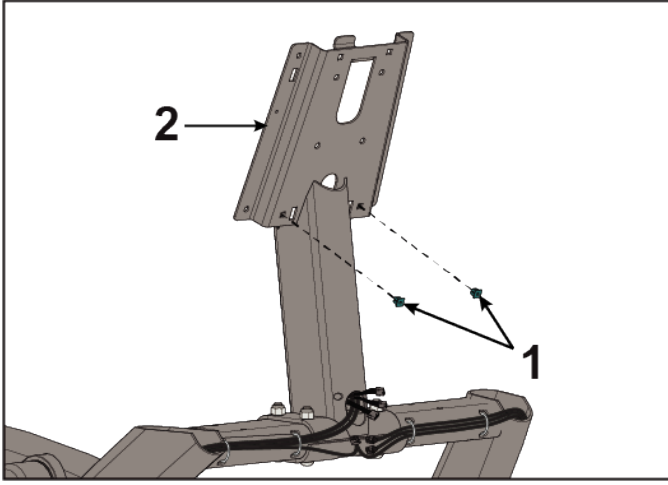


Parça	Açıklama	Adet
1	Konsol Tertibatı	1
2	Yaylı Tırnak Delikleri	4
3	Kapak, Konsol Arkası	1
4	Vida, Bombe Başlı Yıldız, M4,2 x 0,7 x 19	2
	1,5 Nm (1,1 ft. lbs.)	

4. Konsol tertibatını arka kapaklara bağlayan vidaları, yıldız tornavida kullanarak yerleştirin.

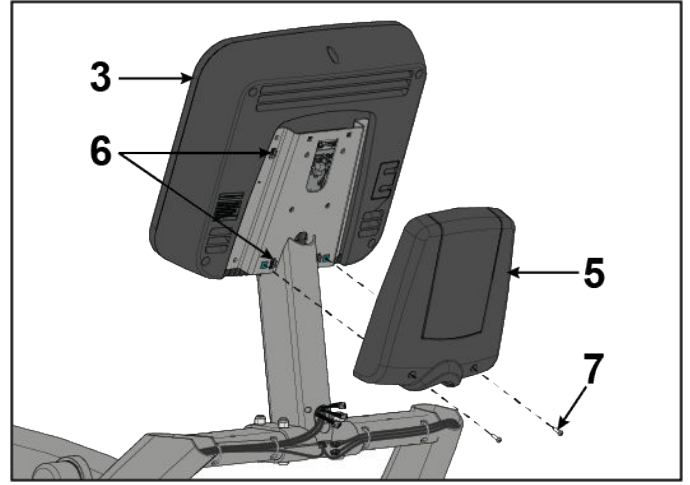
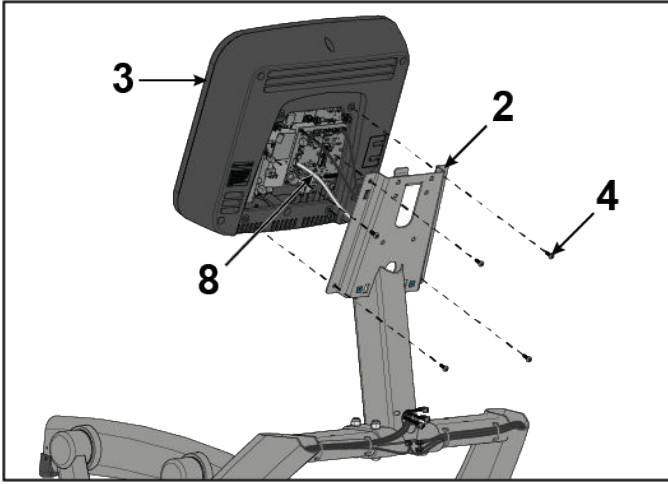
Konsolu ve Konsol Arka Kapağını Takın - Discover SE3HD / ST

1. Rondelaları konsolun kaynaklı parçasına yerleştirin.





Parça	Açıklama	Adet
1	Rondela, Plastik, Kısa	2
2	Kaynaklı parça, Konsol	1

2. Yıldız tornavida kullanarak konsolu konsol kaynak parçasına sabitleyen vidaları takın. Arka kapağı kaynaklı parçada bulunan yaylı tırnaklara doğru bastırın. Arka kapağı konsol kaynaklı parçasına sabitleyin.



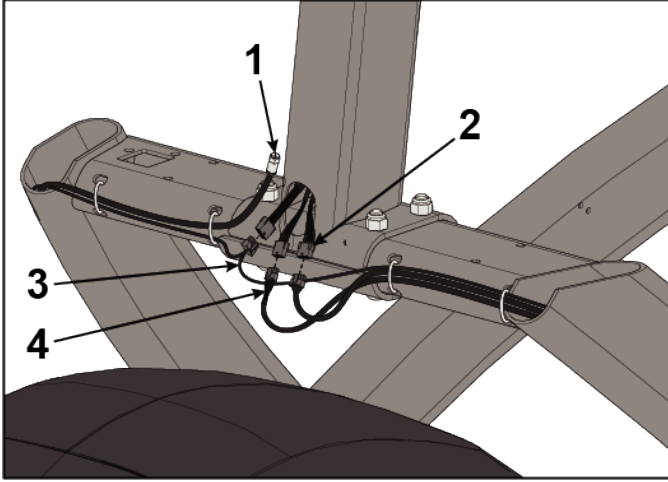
NOT:: Toprak teli konsolun kaynaklı parçasına bağlıdır. Konsola takın.

Parça	Açıklama	Adet
1	Rondela, Plastik, Kısa	2
2	Kaynaklı parça, Konsol	1
3	Konsol	1
4	M5 X 14 Bombe Başlı Yıldız Vida	5
	1,5 Nm (1,1 ft. lbs.)	
5	Kapak, Konsol Arkası	4
6	Yaylı Tırnak Delikleri	2
7	M4,2 X 19 Bombe Başlı Yıldız Vida	
	1,5 Nm (1,1 ft. lbs.)	
8	Toprak Kablosu	1

Konsol Kablolarını Tabana Yerleştirme (Temel Kablolama)

Bu prosedür Temel Kablolama opsiyonu için geçerlidir.

1. Üst ekran kablosunu alt ekran kablosuna takın.



Parça	Açıklama	Adet
1	Kablo, Koaksiyel (daha önce konsola bağlanmış)	1
2	Kablo, Konsoldan Ana Güce	1
3	Kablo, Nabız Hızı ve Tuş takımı Anahtarları	1
4	Kablo, Ana Sinyal	1

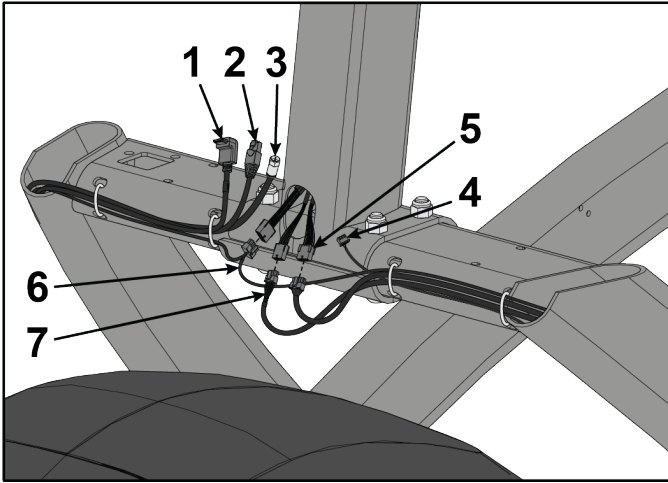
2. Üst kalp ritmi kablosunu alt kalp ritmi kablosuna takın.
3. Konsol güç kablo bağlantılarını birbirine takın.

NOT:: Konsol güç kabloları en son bağlanmalıdır.

Konsol Kablolarını Tabana Yerleştirme (Gelişmiş Kablolama)

Bu prosedür Gelişmiş Kablolama opsiyonu için geçerlidir.

1. Üst ekran kablosunu alt ekran kablosuna takın.



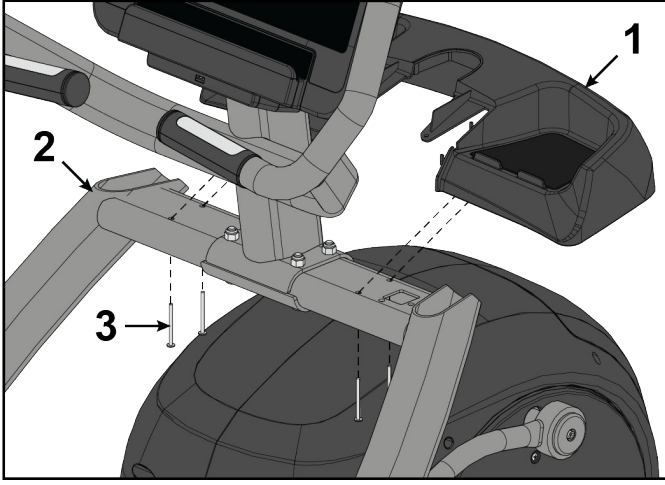
Parça	Açıklama	Adet
1	Kablo, HDMI (daha önce konsola bağlanmış)	1
2	Kablo, Ethernet (daha önce konsola bağlanmış)	1
3	Kablo, Koaksiyel (daha önce konsola bağlanmış)	1
4	Kablo, IR (daha önce konsola bağlanmış)	1
5	Kablo, Konsoldan Ana Güce	1
6	Kablo, Nabız Hızı ve Tuş takımı Anahtarları	1
7	Kablo, Ana Sinyal	1

2. Üst kalp ritmi kablosunu alt kalp ritmi kablosuna takın.
3. Konsol güç kablo bağlantılarını birbirine takın.

NOT:: Konsol güç kabloları en son bağlanmalıdır.

Aksesuar Tepsi Altlığını Yerleştirme

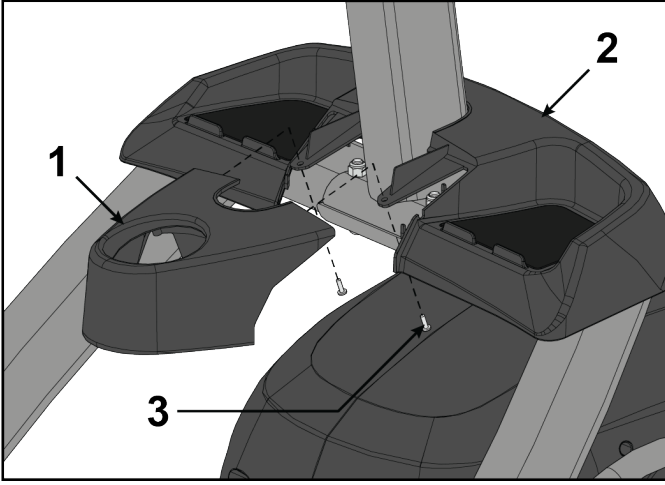
Phillips tornavida kullanarak vida ile aksesuar tepsi altlığını şasiye sabitleyin.



Parça	Açıklama	Adet
1	Aksesuar Tepsi Altlığı	1
2	Gövde	1
3	Vida, Bombe Başlı Yıldız, Tap 10-12 x 2"	4

Aksesuar Tepsi Üst Parçasını Yerleştirme

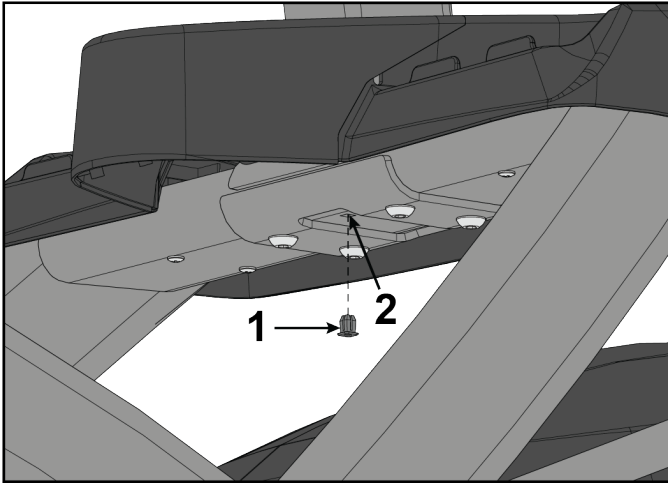
Kısa yıldız tornavida kullanarak vida ile aksesuar tepsi üst parçasını şasiye sabitleyin.



Parça	Açıklama	Adet
1	Aksesuar Tepsi Üst Parçası	1
2	Aksesuar Tepsi Altlığı	1
3	Vida, Bombe Başlı Yıldız, 8-16 x 0,50"	2

Aksesuar Tepsi Tabanını Yerleştirme

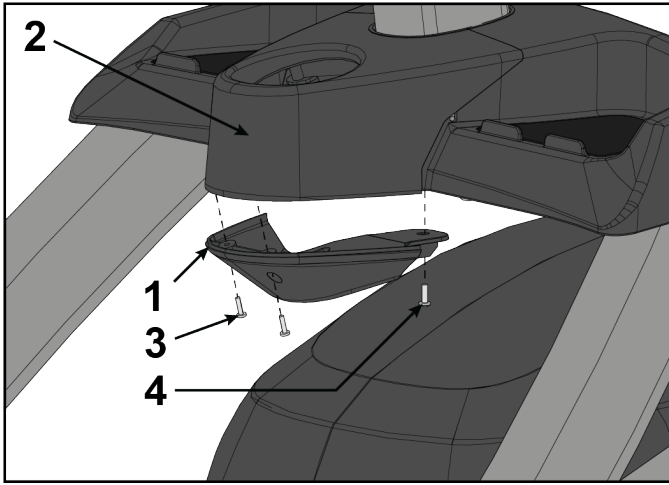
1. Rondelayı gövdeye yerleştirin.



Parça	Açıklama	Adet
1	Rondela, Plastik, Uzun	1
2	Gövde	1

2. Aksesuar tepsi tabanını aksesuar tepsi üst parçasına yıldız tornavida kullanarak vidalayın.

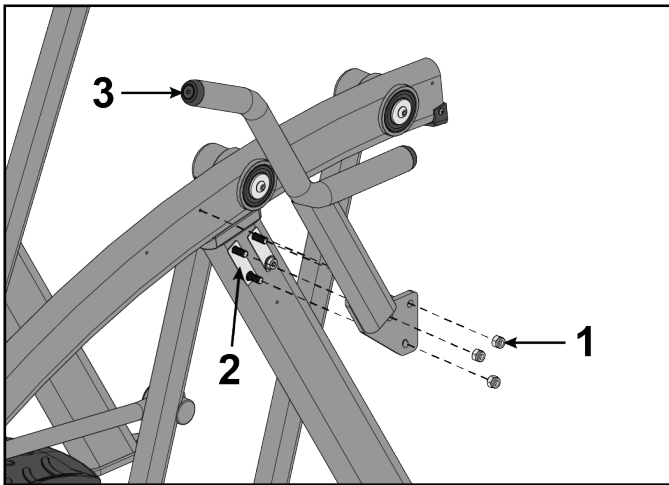
3. Yıldız tornavida kullanarak aksesuar tepsi tabanını gövdeye vidalayın.



Parça	Açıklama	Adet
1	Aksesuar Tepsi Tabanı	1
2	Aksesuar Tepsi Üst Parçası	1
3	Vida, Bombe Başlı Yıldız, 6 x 0,50"	2
4	Vida, Bombe Başlı Yıldız, 8-16 x 0,50"	1

Yan Kolları Yerleştirme

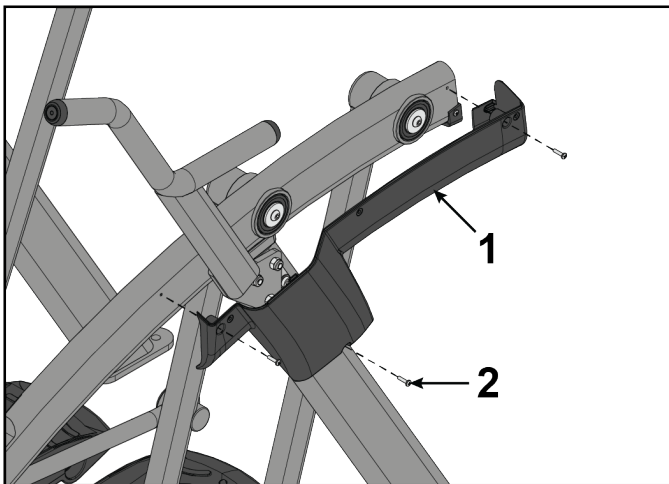
1. Sol destek ayağından 3 kilit somununu 17mm açık uçlu anahtar ve 6mm alyen anahtar kullanarak çıkarın. İki ara levhayı yerinde bırakın.



Parça	Açıklama	Adet
1	Kilit Somunu, M10 x 1,50	3
2	Ara parça	2
3	Yan Kol, Sol	1

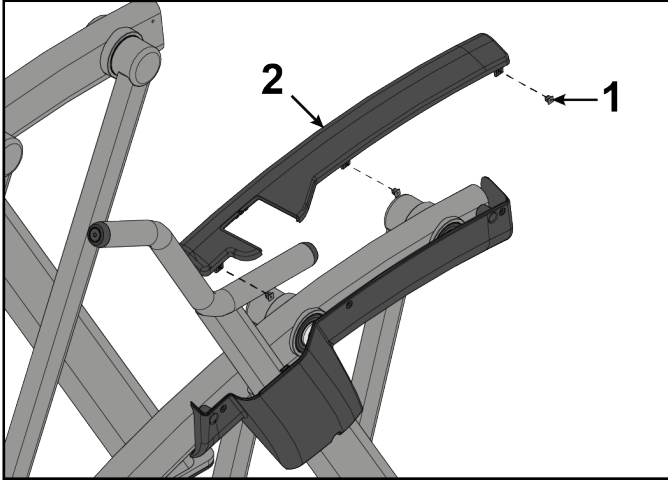
2. Sol yan kolu ve 3 kilit somununu 17mm açık uçlu anahtar ve 6mm alyen anahtar kullanarak yerleştirin. Üst yuvarlak pim gövdedeki deliğe girdiğinden emin olun.

3. Yıldız tornavida kullanarak sol alt arka kapağı gövdeye vidalayın.



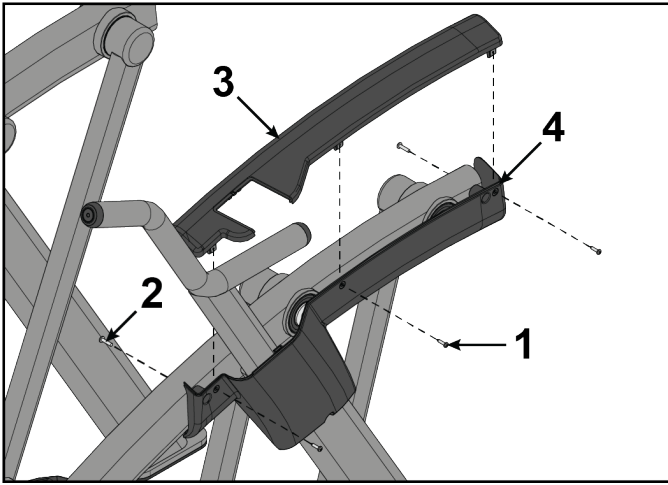
Parça	Açıklama	Adet
1	Kapak, Arka, Alt, Sol	1
2	Vida, Bombe Başlı Yıldız, 10-24 x 0,75"	3

4. Rondelaları sol üst arka kapağa yerleştirin.



Parça	Açıklama	Adet
1	Rondela, Plastik, Kısa	3
2	Kapak, Arka, Üst, Sol	1

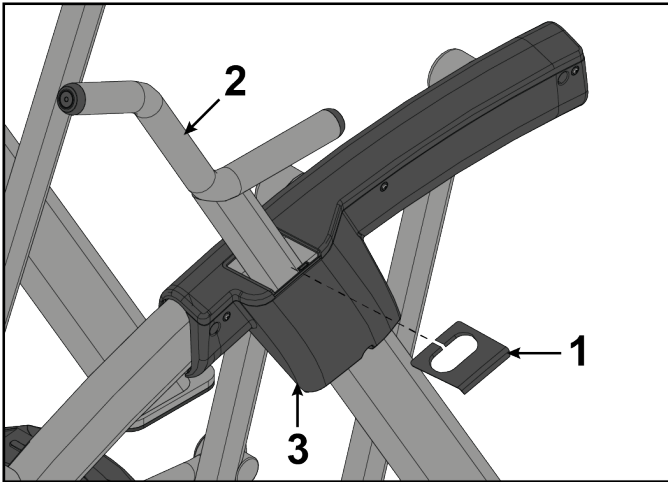
5. Yıldız tornavida kullanarak sol alt arka kapağı sol üst arka kapağa vidaları rondelalara geçirerek yerleştirin.



Parça	Açıklama	Adet
1	Vida, Bombe Başlı Yıldız, M4,2 x 0,7 x 19	3
2	Vida, Bombe Başlı Yıldız, 10-24 x 0,75"	2
3	Kapak, Arka, Üst, Sol	1
4	Kapak, Arka, Alt, Sol	1

6. Yıldız tornavida kullanarak sol üst arka kapağı gövdeye vidalayın.

7. Contayı açın ve sol yan kolu sıkıştırın. Contayı sol alt kapağa doğru ittirin.

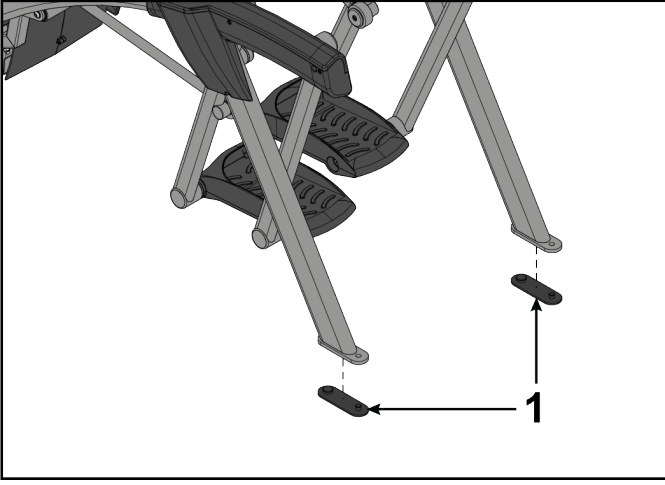


Parça	Açıklama	Adet
1	Conta	1
2	Yan Kol, Sol	1
3	Kapak, Arka, Alt, Sol	1

8. 1 ile 7 arasındaki adımları sağ taraflar için tekrarlayın.

Ayak Yastıklarını Yerleştirme

Bir kişi üniteyi kaldırırken diğer kişi arkadaki iki ayağın altına ayak yastığı yerleştiresin.



Parça	Açıklama	Adet
1	Ayak Yastıkları	2

NOT:: Sallanmanın engellenmesi için ayak yastıklarının takılması gerekmektedir.

Üniteyi Görsel Olarak İnceleyin

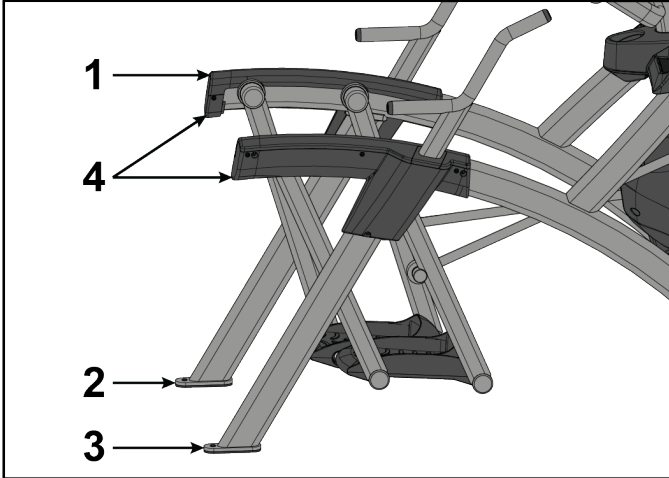
1. Paketlemeye ait her türlü malzemeyi üniteden sökün.
2. Montajın doğru yapıldığından ve tamamlandığından emin olmak için üniteyi inceleyin.

Üniteyi Dengeleme

Bu prosedür arka ayaktaki yükü eşit biçimde ayarlayarak ünitenin dengelenmesini sağlayacaktır. Ünitenin dengelenmesi kullanım sırasında sarsıntı olmasını engeller.

NOT:: Sol ve sağ referans işaretleri kullanıcı perspektifine göre yönleri işaret eder.

1. Ayak plakalarının tam anlamıyla durduğundan emin olun.
2. Arka kapaklardan birini tutun ve arka ayağı yerden yavaşça kaldırın. Arka ayağı yere doğru alçaltın.



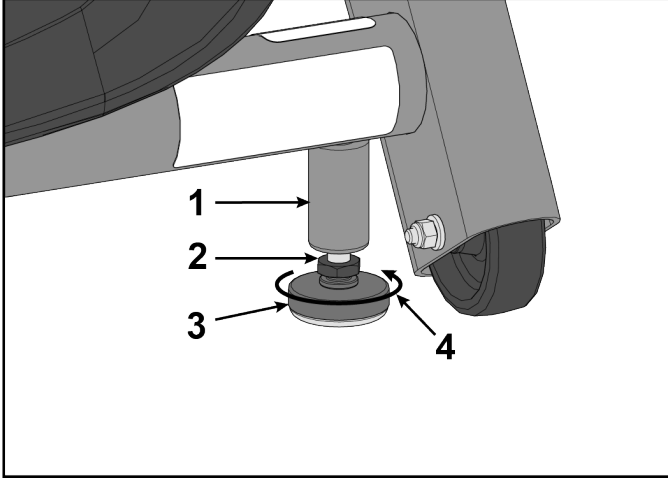
Parça	Açıklama	Adet
1	Arka Kapak	2
2	Sol Arka Ayak	1
3	Sağ Arka Ayak	1
4	Buradan Kaldırın	

3. Diğer arka kapağı tutun ve arka ayağı yerden yavaşça kaldırın. Arka ayağı yere doğru alçaltın.

NOT:: Hangi ayağın kaldırıırken daha kolay geldiğini not alın.

Eğer her iki ayakta da eşit ağırlık varsa 17 mm açık ağızlı ingiliz anahtarı kullanarak her iki ayaktaki dengeleme ayağındaki sıkıştırma somunlarını sıkın. Ünite dengelendi.

Sol dengeleme ayağı gösterilmektedir

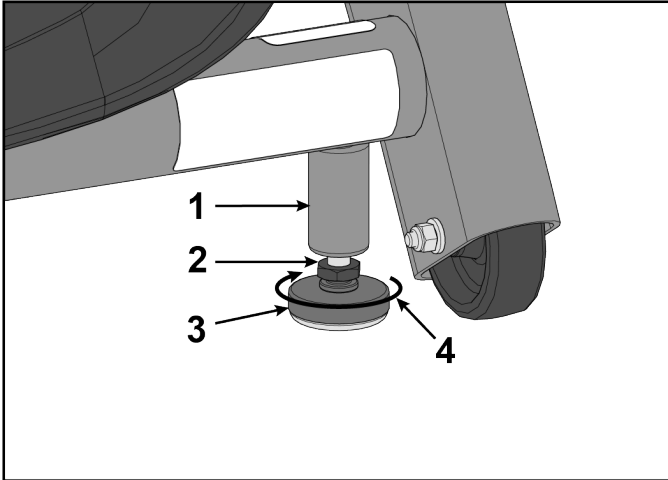


Parça	Açıklama	Adet
1	Gövde Kolonu	1
2	Sıkıştırma Somunu	1
3	Dengeleme Ayağı	1
4	Saat Yönünün Tersine Çevirerek Sıkıştırın	

4. Arka ayaktaki yükü 17 mm açık ağızlı ingiliz anahtarı kullanarak ayarlayın.

- Eğer **sol** arka ayak daha hafifse, **sağ** dengeleme ayağı daha alçak seviyeye getirin.
- Eğer **sağ** arka ayak daha hafifse, **sol** dengeleme ayağı daha alçak seviyeye getirin.

Sol dengeleme ayağı gösterilmektedir



Parça	Açıklama	Adet
1	Gövde Kolonu	1
2	Dengeleme Ayağı Somunu	1
3	Dengeleme Ayağı	1
4	Dengeleme Ayağını Ayarlamak İçin Saat Yönünde Çevirin	

5. Arka ayaktaki yük dağılımını yeniden test edin. Her iki ayak da eşit ağırlığa gelene kadar dengeleme ayaklarını ayarlamaya devam edin.
6. 17 mm açık ağızlı ingiliz anahtarı kullanarak sıkıştırma somunlarını sıkın. Ünite dengelendi.

Montaj Prosedürü - Tüm Gövde

Bu işlem için iki kişi gerekmektedir.

İPUCU: Üniteyi kurmadan önce bütün talimatları ayrıntılarıyla okuyup anladığınızdan emin olun. Bütün parçaları dikkatlice kontrol edin. Eğer hasar varsa parçaları iade etmek, değiştirmek veya yeniden sipariş etmek için gereken işlemlerle ilgili bu kılavuzun Müşteri Hizmetleri bölümüyle irtibata geçin.

"Sol" ve "sağ" kelimesi kullanıcının yönünü belirtir.

Doğru paketi almış olduğunuzdan emin olun

1. Model numarasını ve voltajı (opsiyonel) görmek ve siparişle eşleştirmek için kutu etiketini okuyun.
2. Renk seçiminin sipariş ile uyumlu olduğunu kontrol edin.

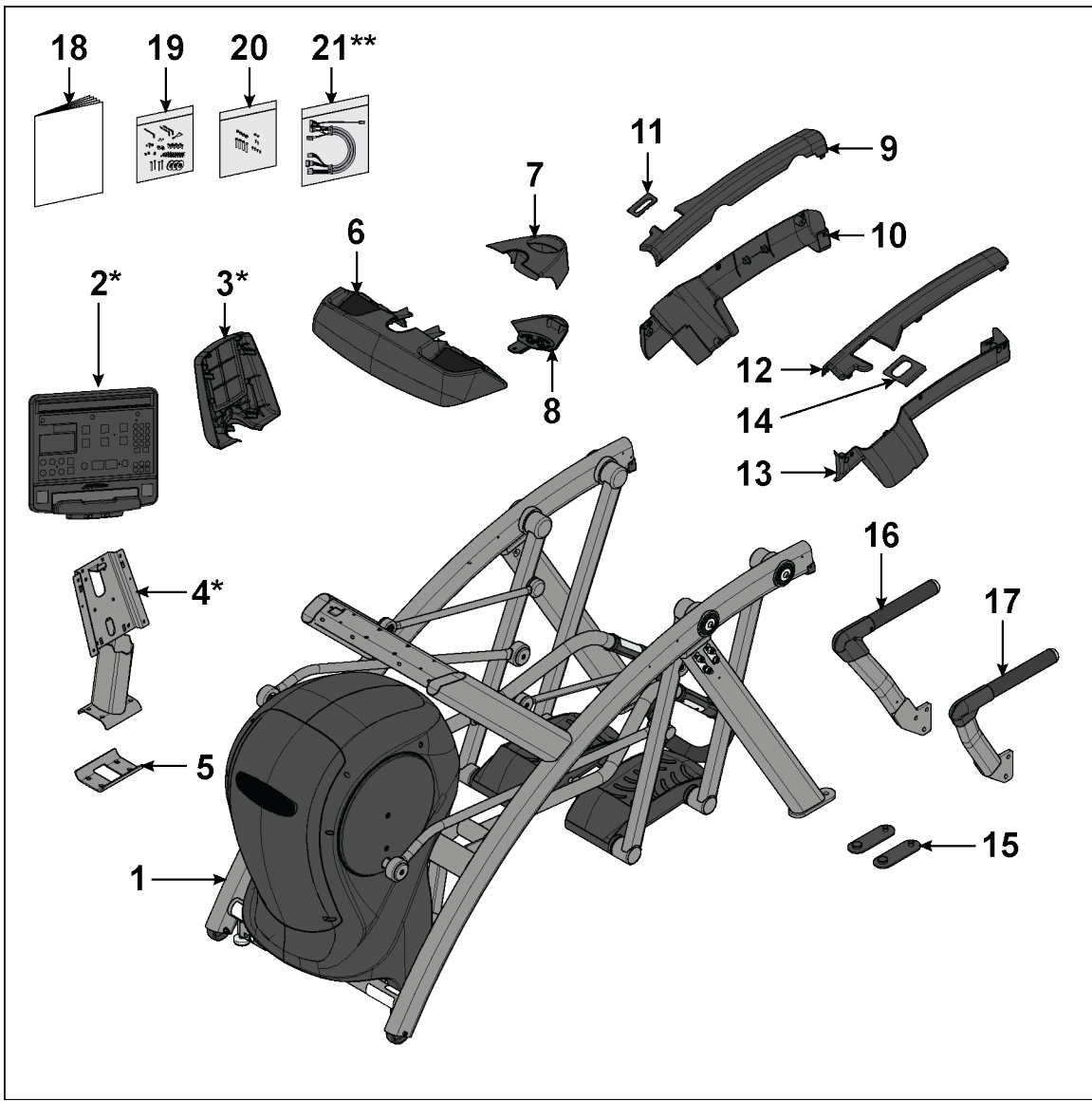
Aşağıda Gösterilen Parçalar Listesini Doğrulayın

Bileşenler

Parça	Açıklama	Adet
1	Taban Montajı	1
2*	Konsol Tertibatı	1
3*	Kapak, Konsol Arkası	1
4*	Kaynaklı parça, Konsol	1
5	Bağlantı, Alt	1
6	Altlık, Aksesuar Tablası	1
7	Kapak, Üst, Aksesuar Tablası	1
8	Kapak, Alt, Aksesuar Tablası	1
9	Kapak, Arka, Üst, Sağ	1
10	Kapak, Arka, Alt, Sağ	1
11	Conta, Arka, Sağ	1
12	Kapak, Arka, Üst, Sol	1
13	Kapak, Arka, Alt, Sol	1
14	Conta, Arka, Sol	1
15	Ayak Yastığı	2
16	Yan Kol, Sağ	1
17	Yan Kol, Sol	1
18	Montaj Talimatları	1
19	Donanım Paketi 1	1
20	Donanım Paketi 2	1
21**	Kablo Tesisatı	1

NOT: *Tekli Kutu Seçeneğinde monte edilmiş konsol.

DİKKAT: **Kablo tesisatı gövde ve konsola bağlı olarak değişiklik gösterir ve Tekli Kutu Seçeneğinde monte edilir.



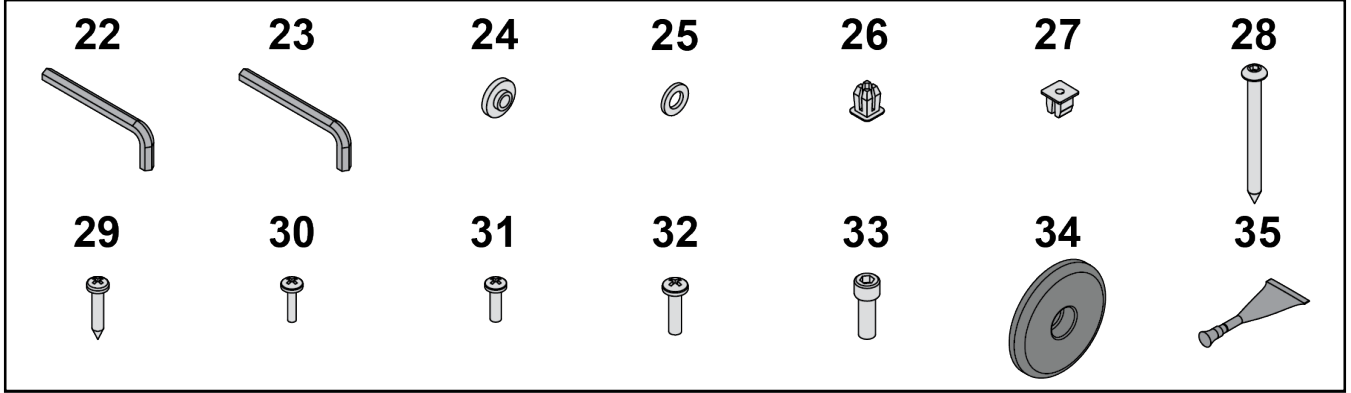
Donanım

Parça	Açıklama	Adet
22	3/16" Alyen Anahtar	1
23	7/32" Alyen Anahtar	2
24	Kenar Halkası	2
25	Conta, Yassı, 0,281 ID x 0,500 OD x 0,062"	2
26	Rondela, Plastik, Uzun	1
27	Rondela, Plastik, Kısa	7
28	Vida, Bombe Başlı Yıldız, Tap 10-12 x 2"	4
29	Vida, Bombe Başlı Yıldız, M4,2 x 0,7 x 19	7
30	Vida, Bombe Başlı Yıldız, 6 x 0,50"	2
31	Vida, Bombe Başlı Yıldız, 8-16 x 0,50"	3
32	Vida, Bombe Başlı Yıldız, 10-24 x 0,75"	11
33	Vida, Yuvalı Başlı, 0,250-20 UNC-3A SS	2
34	Bağlantı Çubuk Kapağı 2,00 Dış Çap (1 ekstra)	3
35	Loctite #242	1

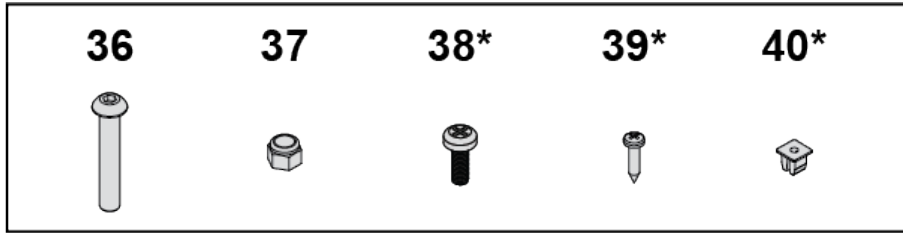
Parça	Açıklama	Adet
36	Vida, Yuvalı, 0,375-16 x 2,5"	4
37	Kilit Somunu, 0,375-16 Plastik	4
38*	Vida, Bombe Başlı Yıldız, M5 x 0,8 x 14	5
39*	Vida, Bombe Başlı Yıldız, M4,2 x 0,7 x 19	2
40*	Rondela, Plastik, Kısa	2

NOT:: *Tekli Kutu Seçeneğinde monte edilmiş konsol.

Donanım Paketi 1



Donanım Paketi 2



Gerekli Araçlar

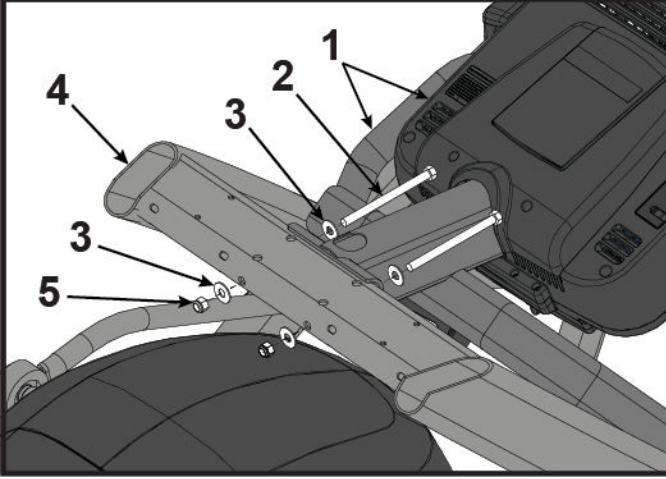
- Yıldız tornavida
- Kısa yıldız tornavida
- 6 mm Alyen Anahtar
- 7 mm Alyen Anahtar
- 3/16" Alyen Anahtar
- 7/32" Alyen Anahtar (x2)
- 17 mm açık uçlu ingiliz anahtarı
- 9/16" açık uçlu ingiliz anahtarı

Ünitenin Kaldırılması ve Taşınması

1. Trifon vidaları ve nakliye desteklerini çıkarın. Paketleme malzemelerini bağlantı kollarında bırakın. Bu, kurulum esnasında boyanın kazınmasını önleyecektir.
2. Arka ayak desteklerini sıkıca kavrayın ve her iki taraf birer kişi tarafından tutulurken kaldırın.
3. Öndeki taşıma tekerleklerinin zemine değmesi için alt arka destek ayaklarını kaldırın.
Uygun kaldırma metodlarını kullanın.
4. Üniteyi istenilen konuma taşıyın.
5. Arka destek bacıklarını alçaltın.

Konsol Kaynaklı Parçasını Yerleştirme

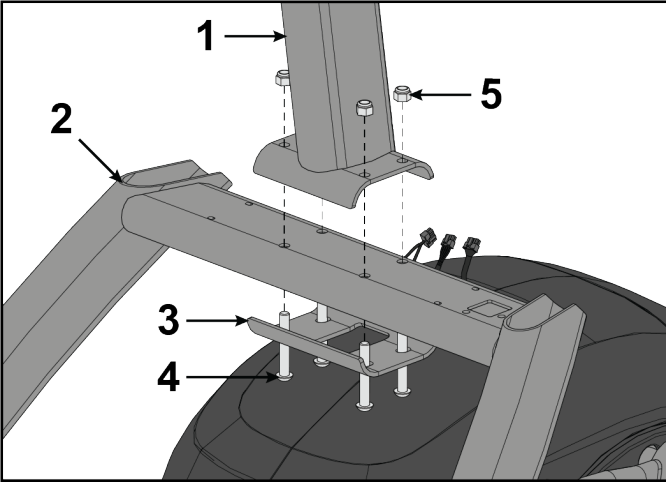
- İki 9/16" açık uçlu anahtar kullanarak konsol kaynağını gövdeye sabitleyen cıvatalardan kilit somunları ile rondelaları çıkarın.



Parça	Açıklama	Adet
1	Konsol tertibatı	1
2	Cıvatalar	2
3	Rondelalar	2
4	Gövde	1
5	Kilit somunu	2

NOT:: Konsol önceden monte edilmiş şekildeki tekli kutu seçeneği gösterilmektedir.

- Konsol kaynağını tutarken iki cıvata ve rondelayı çerçeveden çıkarın. Cıvataları, rondelaları ve kilit somunlarını atın; bunlar yalnızca sevkiyat için kullanılır.
- Konsolu, gövde ile hizalı şekilde yerleştirin.



Parça	Açıklama	Adet
1	Kaynaklı parça, Konsol	1
2	Gövde	1
3	Bağlantı, Alt	1
4	Vida, Yuvalı, 0,375-16 x 2,5"	4
5	Kilit Somunu, 0,375-16 Plastik	4

- Dört civatayı (alt taraftan) ve alt bağlantıyı gövdeye ve konsol kaynaklı parçasına yerleştirin.
- Dört kilit somunu civatalara el ile yerleştirin.
- Dört civatayı ve kilit somunlarını 7/32" Alyen anahtar ve 9/16" açık ağızlı anahtar kullanarak sıkıştırın.

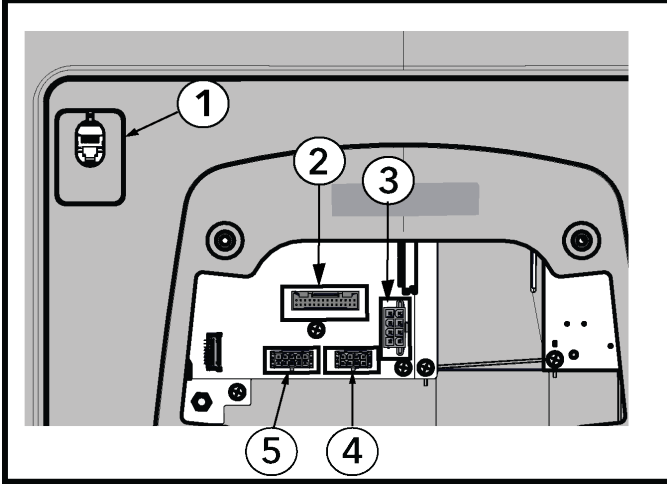
Tekli Kutu Seçeneği için Not

Konsol adımlarını atlayın ve montaja [Aksesuar Tepsi Altlığını Yerleştirme](#). adımdan itibaren devam edin.

Gövdeden Konsola Kablo Bağlantıları

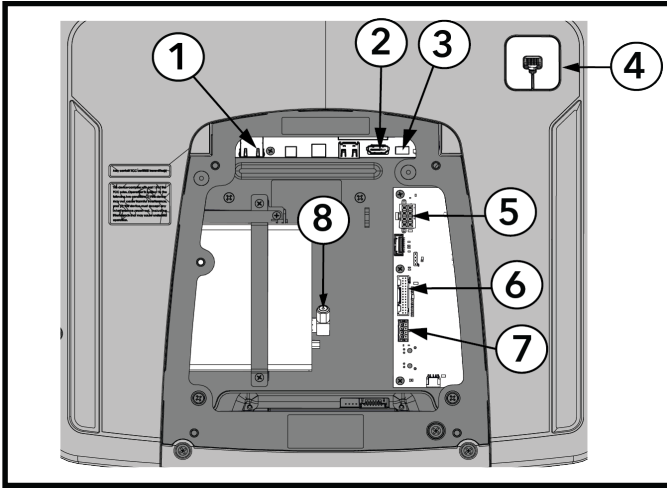
Konsol kablolarını konsola takın.

Integrity SL Konsol



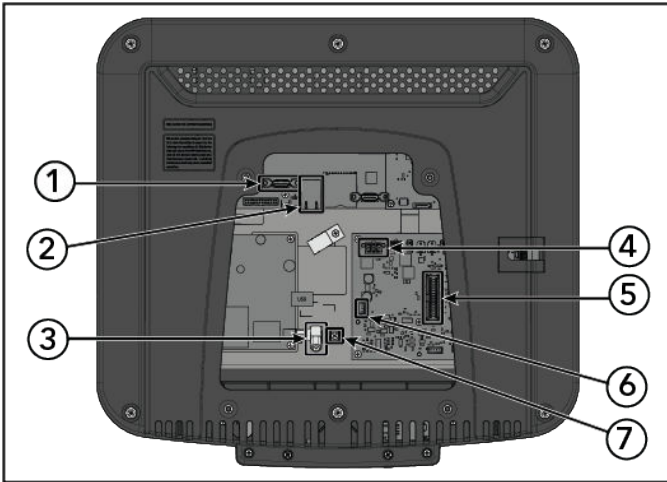
Parça	Açıklama	Adet
1	CSAFE	1
2	Gövde Anahtarları, Lifepulse	1
3	Ana Güç	1
4	Gövde İletişimi	1
5	TV (isteğe bağlı)	1

Discover SE4 Konsolu



Parça	Açıklama
1	Ethernet
2	STB HDMI
3	STB IR
4	CSAFE
5	Ana Güç
6	Baz Sinyali (Lifepulse, Baz Anahtarları)
7	Gövde İletişimi
8	RF Koaksiyel

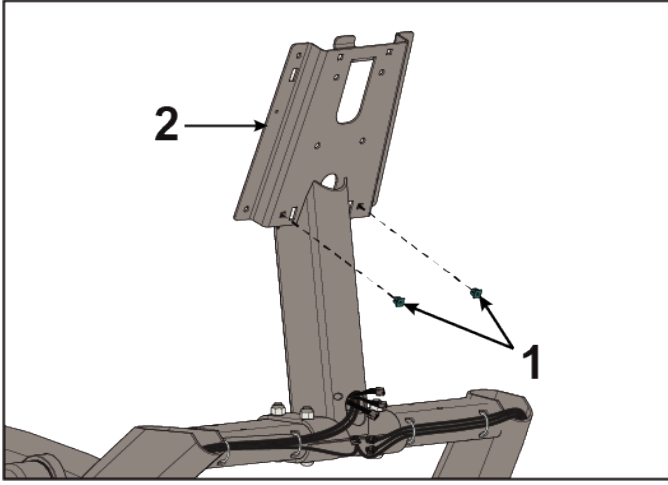
Discover SE3HD / ST Konsolları



Parça	Açıklama	Adet
1	Kablo, HDMI	1
2	Kablo, Ethernet	1
3	Kablo, Koaksiyel	1
4	Kablo, Harici Güç	1
5	Kablo, PCB'den Konsol Gücüne	1
6	Kablo, IR	1
7	Toprak Kablosu	1

Konsolu ve Konsol Arka Kapağını Takın - Integrity SL

1. Rondelaları konsolun kaynaklı parçasına takın.

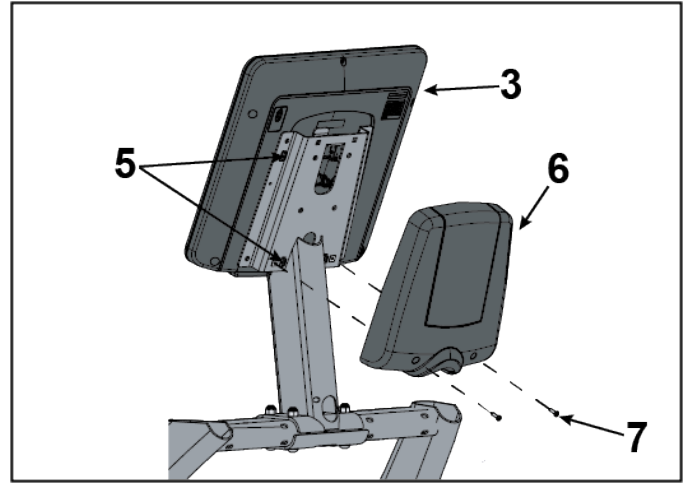
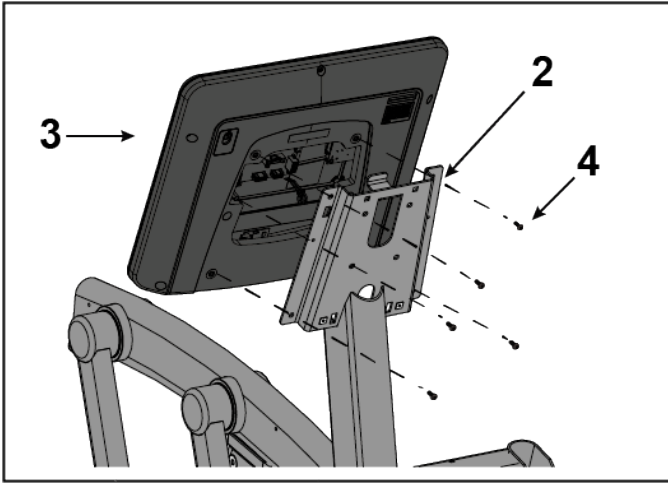


Parça	Açıklama	Adet
1	Rondela, Plastik, Kısa	2
2	Kaynaklı parça, Konsol	1

2. Konsolu takın. Arka kapağı kaynaklı parçada bulunan yaylı tırnaklara doğru bastırın. Arka kapağı konsol kaynaklı parçasına sabitleyin.

NOT:: Konsolu aşağı indirirken kabloların sıkışmamasına dikkat edin.

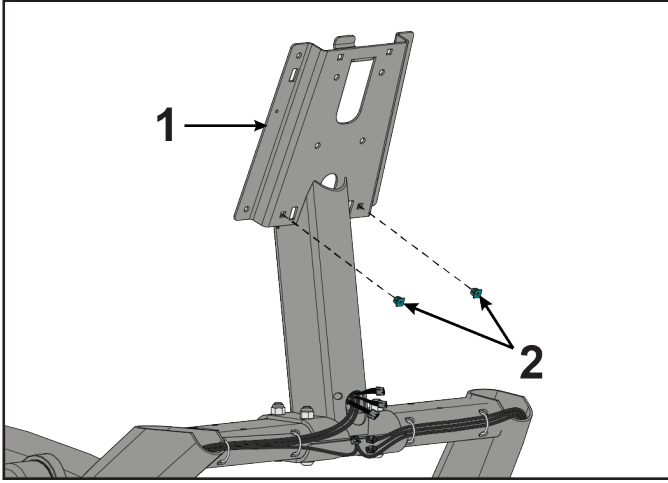
Integrity SL



Parça	Açıklama	Adet
1	Rondela, Plastik, Kısa	2
2	Kaynaklı parça, Konsol	1
3	Konsol	1
4	M5 X 14 Bombe Başlı Yıldız Vida	5
	1,5 Nm (1,1 ft. lbs.)	
5	Yaylı Tırnak Delikleri	4
6	Kapak, Konsol Arkası	1
7	M4,2 X 19 Bombe Başlı Yıldız Vida	2
	1,5 Nm (1,1 ft. lbs.)	

Konsolu ve Konsol Arka Kapağını Takın - Discover SE4

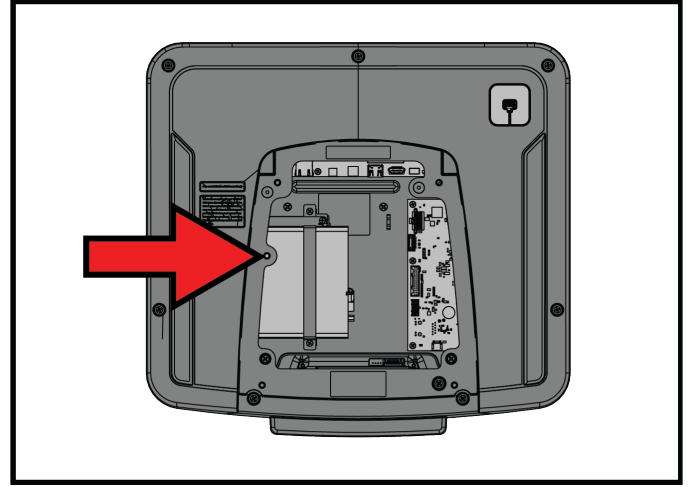
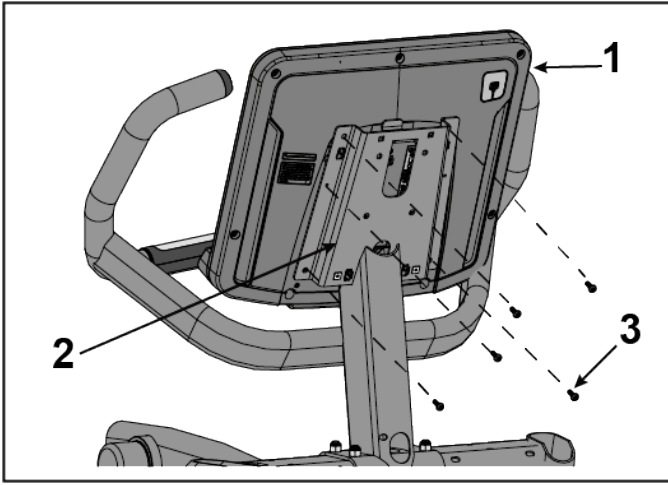
1. Rondelaları konsolun kaynaklı parçasına yerleştirin.




Parça	Açıklama	Adet
1	Kaynaklı parça, Konsol	1
2	Rondela, Plastik, Kısa	2

2. Konsolu, kaynaklı parça ile hizalı şekilde yerleştirin.

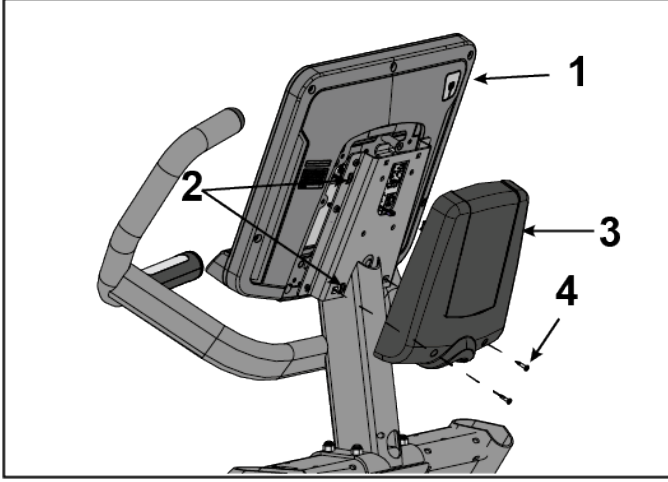
NOT:: Konsolu aşağı indirirken kabloların sıkışmamasına dikkat edin.




NOT:: Discover SE4 konsolunda bir Setüstü Senkronizasyon (STB) alıcısı varsa vidayı gösterilen konuma (okun yanına) takmayın! Vida, konsolun içindeki STB alıcısına çarpacaktır.

Parça	Açıklama	Adet
1	Konsol Tertibatı	1
2	Kaynaklı parça, Konsol	1
3	Vida, Bombe Başlı Yıldız, M5 x 0,8 x 14	5
	1,5 Nm (1,1 ft. lbs.)	

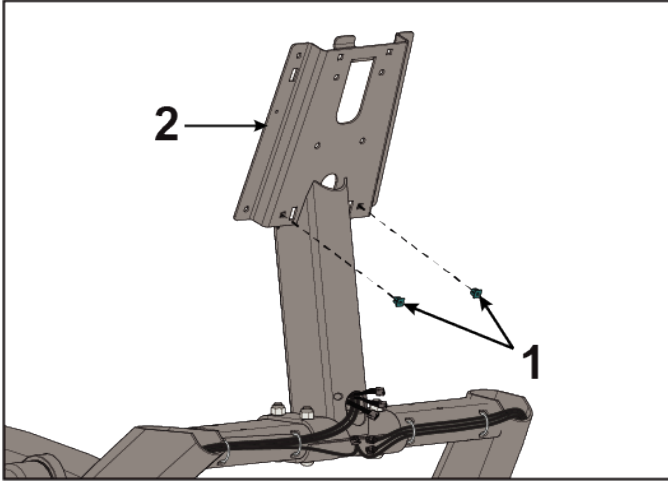
3. Arka kapağı kaynaklı parçada bulunan yaylı tırnaklara doğru bastırın.



Parça	Açıklama	Adet
1	Konsol Tertibatı	1
2	Yaylı Tırnak Delikleri	4
3	Kapak, Konsol Arkası	1
4	Vida, Bombe Başlı Yıldız, M4,2 x 0,7 x 19	2
	1,5 Nm (1,1 ft. lbs.)	

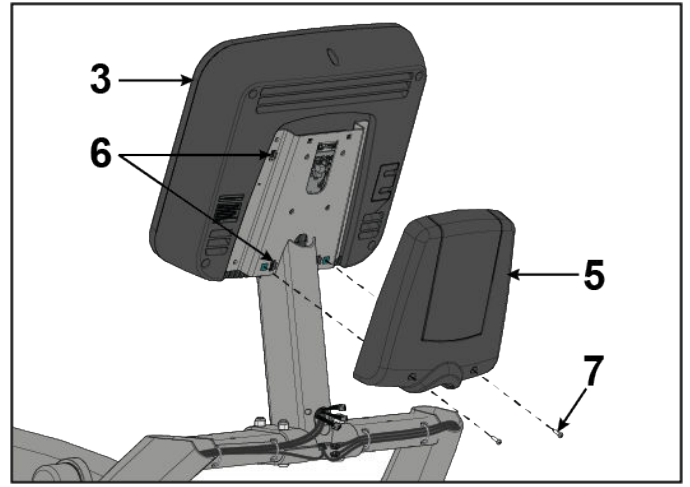
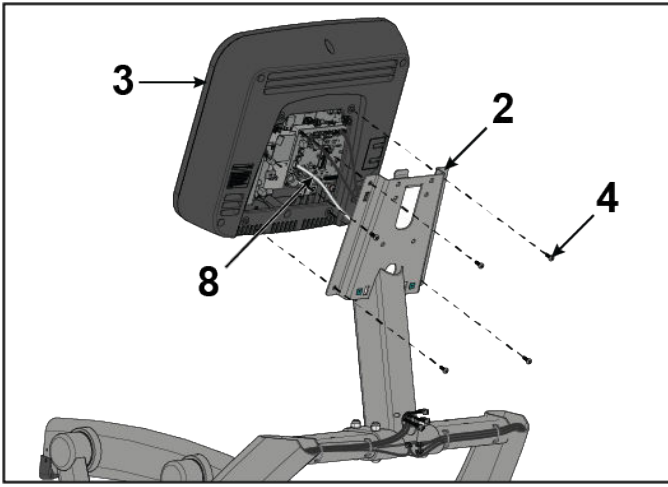
Konsolu ve Konsol Arka Kapağını Takın - Discover SE3HD / ST

1. Rondelaları konsolun kaynaklı parçasına yerleştirin.





Parça	Açıklama	Adet
1	Rondela, Plastik, Kısa	2
2	Kaynaklı parça, Konsol	1

2. Yıldız tornavida kullanarak konsolu konsol kaynak parçasına sabitleyen vidaları takın. Arka kapağı kaynaklı parçada bulunan yaylı tırnaklara doğru bastırın. Arka kapağı konsol kaynaklı parçasına sabitleyin.



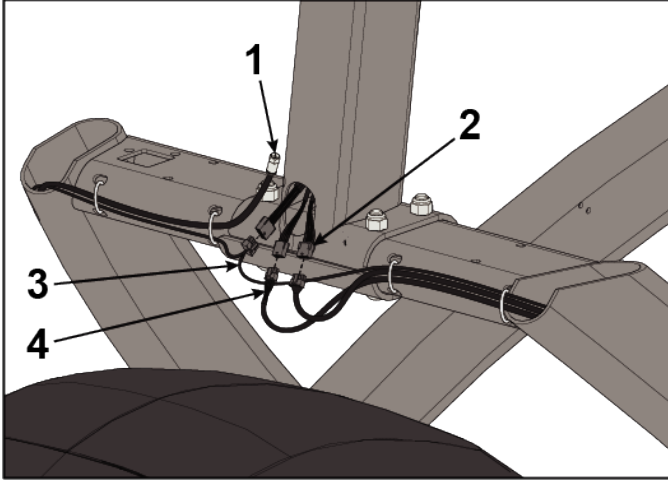
NOT:: Toprak teli konsolun kaynaklı parçasına bağlıdır. Konsola takın.

Parça	Açıklama	Adet
1	Rondela, Plastik, Kısa	2
2	Kaynaklı parça, Konsol	1
3	Konsol	1
4	M5 X 14 Bombe Başlı Yıldız Vida	5
	1,5 Nm (1,1 ft. lbs.)	
5	Kapak, Konsol Arkası	4
6	Yaylı Tırnak Delikleri	2
7	M4,2 X 19 Bombe Başlı Yıldız Vida	
	1,5 Nm (1,1 ft. lbs.)	
8	Toprak Kablosu	1

Konsol Kablolarını Tabana Yerleştirme (Temel Kablolama)

Bu prosedür Temel Kablolama opsiyonu için geçerlidir.

1. Üst ekran kablosunu alt ekran kablosuna takın.



Parça	Açıklama	Adet
1	Kablo, Koaksiyel (daha önce konsola bağlanmış)	1
2	Kablo, Konsoldan Ana Güce	1
3	Kablo, Nabız Hızı ve Tuş takımı Anahtarları	1
4	Kablo, Ana Sinyal	1

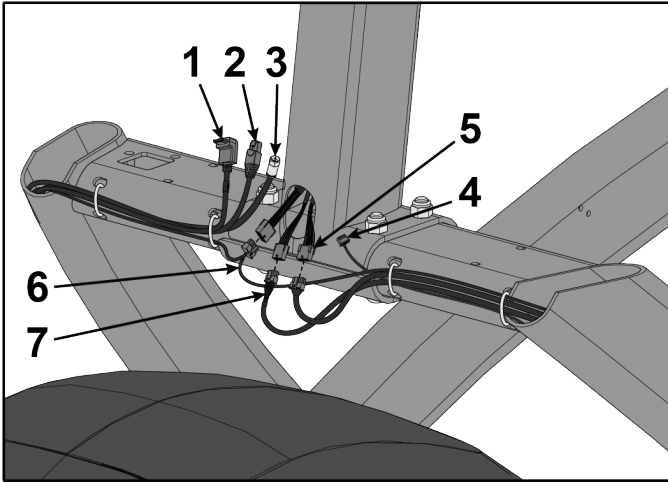
2. Üst kalp ritmi kablosunu alt kalp ritmi kablosuna takın.
3. Konsol güç kablo bağlantılarını birbirine takın.

NOT:: Konsol güç kabloları en son bağlanmalıdır.

Konsol Kablolarını Tabana Yerleştirme (Gelişmiş Kablolama)

Bu prosedür Gelişmiş Kablolama opsiyonu için geçerlidir.

1. Üst ekran kablosunu alt ekran kablosuna takın.



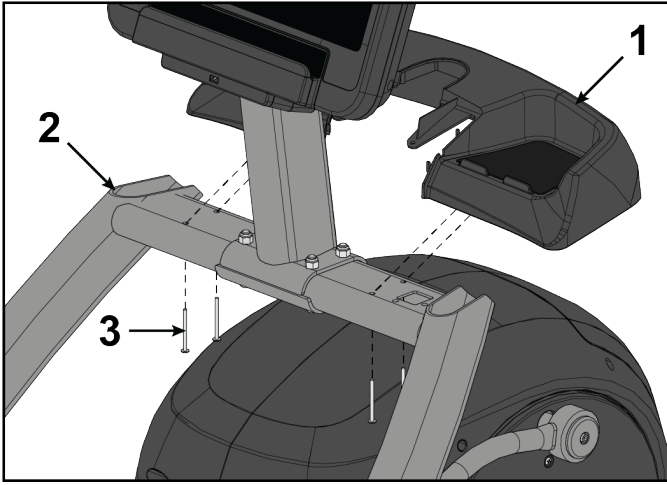
Parça	Açıklama	Adet
1	Kablo, HDMI (daha önce konsola bağlanmış)	1
2	Kablo, Ethernet (daha önce konsola bağlanmış)	1
3	Kablo, Koaksiyel (daha önce konsola bağlanmış)	1
4	Kablo, IR (daha önce konsola bağlanmış)	1
5	Kablo, Konsoldan Ana Güce	1
6	Kablo, Nabız Hızı ve Tuş takımı Anahtarları	1
7	Kablo, Ana Sinyal	1

2. Üst kalp ritmi kablosunu alt kalp ritmi kablosuna takın.
3. Konsol güç kablo bağlantılarını birbirine takın.

NOT:: Konsol güç kabloları en son bağlanmalıdır.

Aksesuar Tepsi Altlığını Yerleştirme

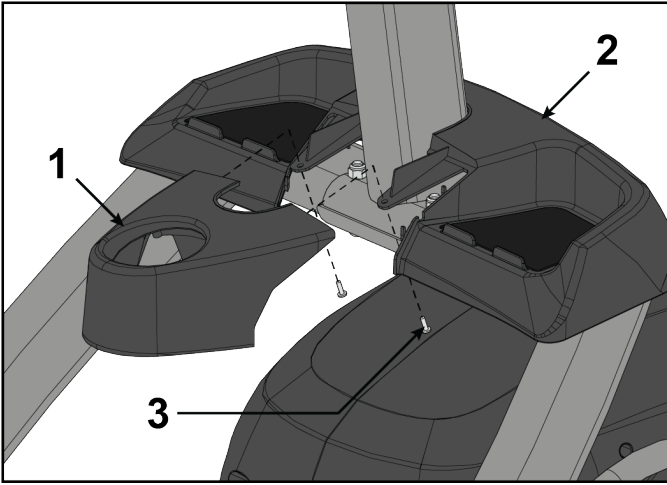
Phillips tornavida kullanarak vida ile aksesuar tepsi altlığını şasiye sabitleyin.



Parça	Açıklama	Adet
1	Aksesuar Tepsi Altlığı	1
2	Gövde	1
3	Vida, Bombe Başlı Yıldız, Tap 10-12 x 2"	4

Aksesuar Tepsi Üst Parçasını Yerleştirme

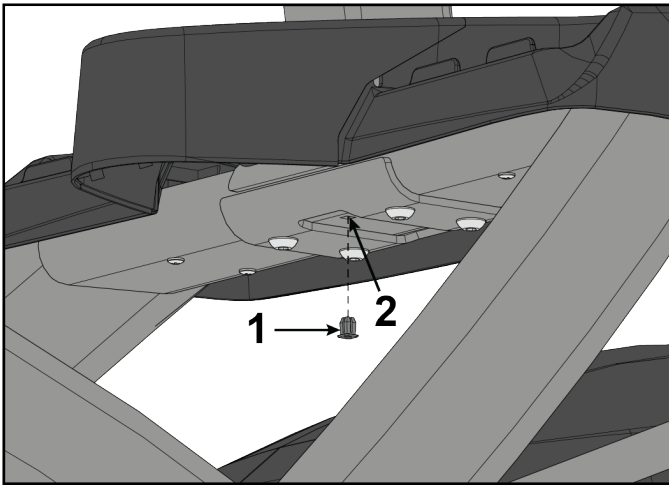
Kısa yıldız tornavida kullanarak vida ile aksesuar tepsi üst parçasını şasiye sabitleyin.



Parça	Açıklama	Adet
1	Aksesuar Tepsi Üst Parçası	1
2	Aksesuar Tepsi Altlığı	1
3	Vida, Bombe Başlı Yıldız, 8-16 x 0,50"	2

Aksesuar Tepsi Tabanını Yerleştirme

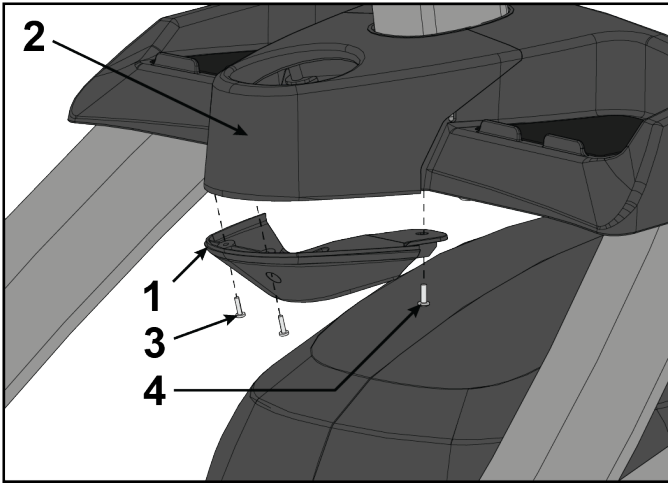
1. Rondelayı gövdeye yerleştirin.



Parça	Açıklama	Adet
1	Rondela, Plastik, Uzun	1
2	Gövde	1

2. Aksesuar tepsi tabanını aksesuar tepsi üst parçasına yıldız tornavida kullanarak vidalayın.

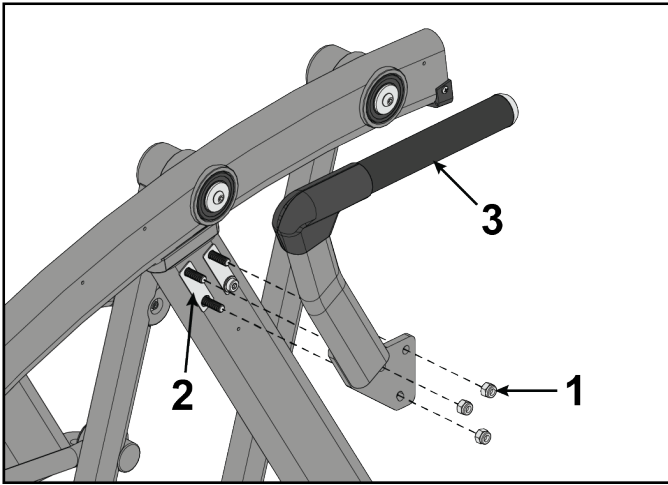
3. Yıldız tornavida kullanarak aksesuar tepsi tabanını gövdeye vidalayın.




Parça	Açıklama	Adet
1	Aksesuar Tepsi Tabanı	1
2	Aksesuar Tepsi Üst Parçası	1
3	Vida, Bombe Başlı Yıldız, 6 x 0,50"	2
4	Vida, Bombe Başlı Yıldız, 8-16 x 0,50"	1

Yan Kolları Yerleştirme

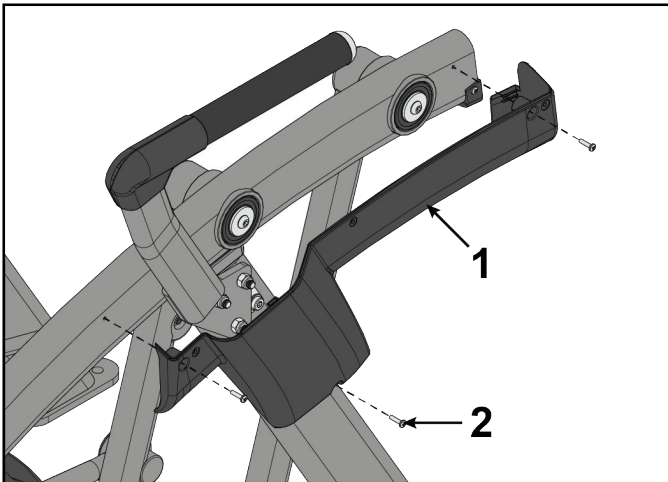
1. Sol destek ayağından 3 kilit somununu 17mm açık uçlu anahtar ve 6mm alyen anahtar kullanarak çıkarın. İki ara levhayı yerinde bırakın.



Parça	Açıklama	Adet
1	Kilit Somunu, M10 x 1,50	3
	28 Nm (250 in. lbs.)	
2	Ara parça	2
3	Yan Kol, Sol	1

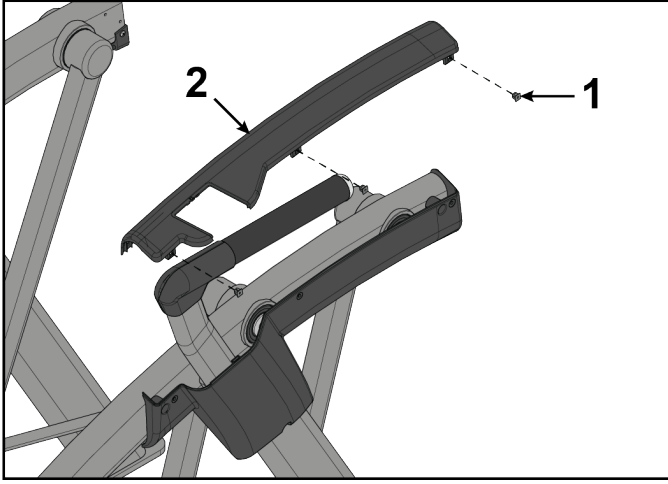
2. Sol yan kolu ve 3 kilit somununu 17mm açık uçlu anahtar ve 6mm alyen anahtar kullanarak yerleştirin. Üst yuvarlak pim gövdedeki deliğe girdiğinden emin olun.

3. Yıldız tornavida kullanarak sol alt arka kapağı gövdeye vidalayın.



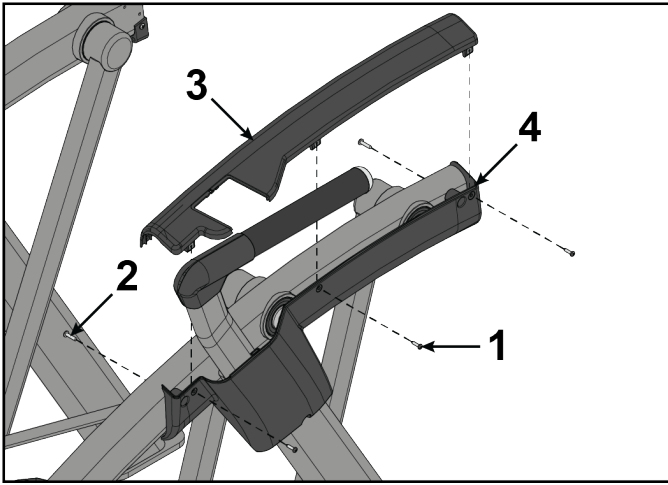
Parça	Açıklama	Adet
1	Kapak, Arka, Alt, Sol	1
2	Vida, Bombe Başlı Yıldız, 10-24 x 0,75"	3

4. Rondelaları sol üst arka kapağa yerleştirin.



Parça	Açıklama	Adet
1	Rondela, Plastik, Kısa	3
2	Kapak, Arka, Üst, Sol	1

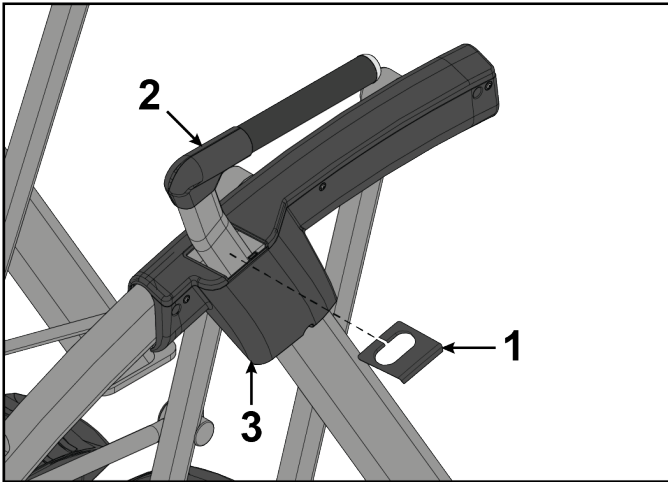
5. Yıldız tornavida kullanarak sol alt arka kapağı sol üst arka kapağa vidaları rondelalara geçirerek yerleştirin.



Parça	Açıklama	Adet
1	Vida, M4.2 x 0,7 x 19	3
2	Vida, Bombe Başlı Yıldız, 10-24 x 0,75"	2
3	Kapak, Arka, Üst, Sol	1
4	Kapak, Arka, Alt, Sol	1

6. Yıldız tornavida kullanarak sol üst arka kapağı gövdeye vidalayın.

7. Contayı açın ve sol yan kolu sıkıştırın. Contayı sol alt kapağa doğru ittirin.

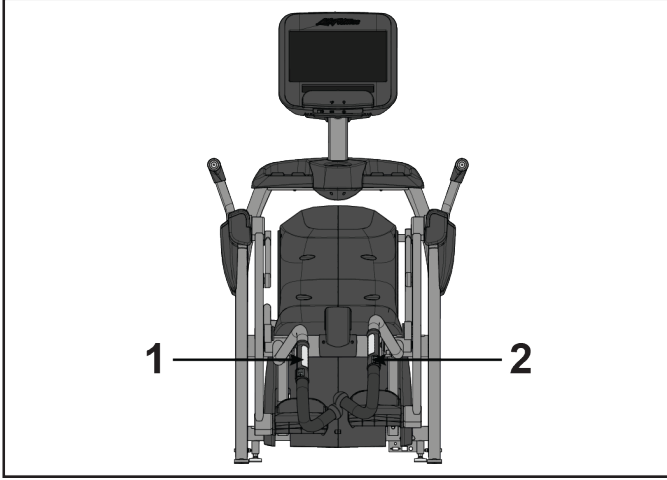


Parça	Açıklama	Adet
1	Conta	1
2	Yan Kol, Sol	1
3	Kapak, Arka, Alt, Sol	1

8. 1 ile 7 arasındaki adımları sağ taraflar için tekrarlayın.

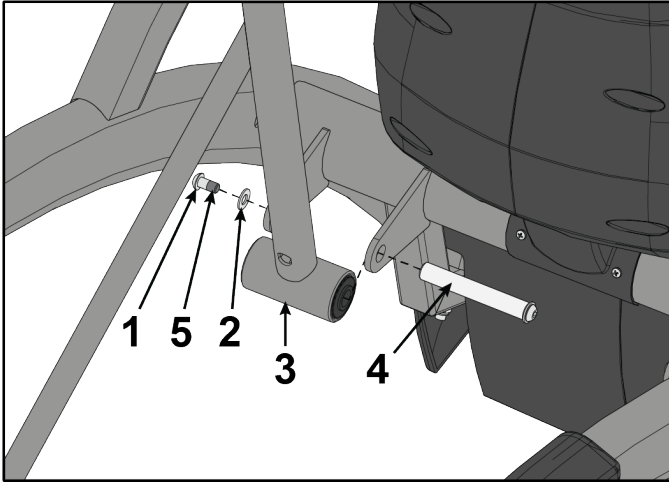
Sol ve Sağ Kol Tertibatlarını Çıkarın

Sol ve sağ kol tertibatları döndürülmüş pozisyonda taşınır. Kol tertibatları, doğru montaj ve kurulum için çıkarılmalı ve 180 derece döndürülmelidir.



Parça	Açıklama	Adet
1	Sol Kol Tertibatı	1
2	Sağ Kol Tertibatı	1

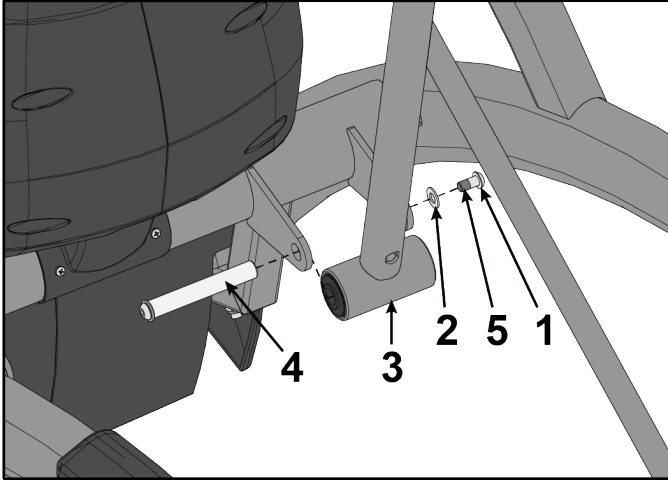
- İki 7/32" alyen anahtar kullanarak vida ve contaı sol kol tertibatından çıkarın.



Parça	Açıklama	Adet
1	Vida	1
2	Conta	1
3	Gidon Tertibatı, Sol	1
4	Pivot Pimi Montajı	1
5	Loctite (Japon Yapıştırıcı) #242	1

- Pivot pimi tertibatını dışarı kaydırın ve sol kol tertibatını çıkarın.
- Sol kol tertibatını 180 derece döndürün.
- Pivot pim ve vida içerisindeki yivlere japon yapıştırıcı uygulayın.
- Sol kol tertibatını doğru pozisyona getirin ve pivot pimi tertibatını tekrar yerine oturtun.
- Vida ve contaı sol kol tertibatına iki adet 7/32" alyen anahtar kullanarak yerleştirin.

7. Vida ve contayı sağ kol tertibatından iki adet 7/32" alyen anahtar kullanarak çıkartın.



Parça	Açıklama	Adet
1	Vida	1
2	Conta	1
3	Gidon Tertibatı, Sağ	1
4	Pivot Pimi Montajı	1
5	Loctite (Japon Yapıştırıcı) #242	1

8. Pivot pimi tertibatını dışarı kaydırın ve sağ kol tertibatını çıkarın.

9. Sağ kol tertibatını 180 derece döndürün.

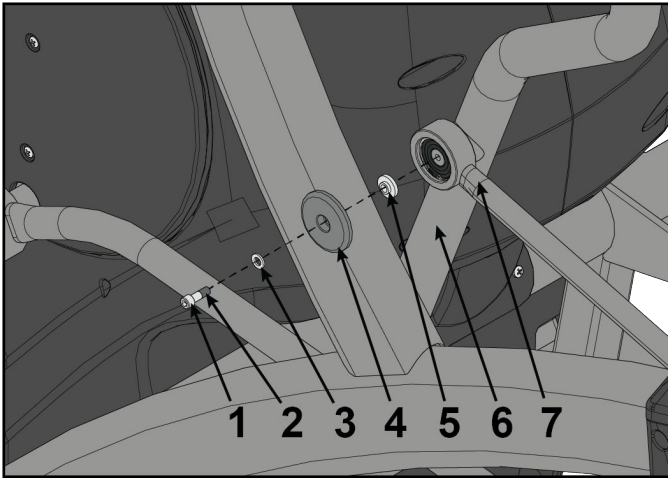
10. Pivot pim ve vida içerisindeki yivlere japon yapıştırıcı uygulayın.

11. Sağ kol tertibatını yerine yerleştirin ve pivot pim tertibatını tekrar yerine oturtun.

12. Vida ve contayı sağ kol tertibatına iki adet 7/32" alyen anahtar kullanarak yerleştirin.

Sol Bağlantı Çubuğunun Yerleştirilmesi

1. Sol kol tertibatını yukarı kaldırın ve sol bağlantı çubuğunu kola doğru kaydırın.



Parça	Açıklama	Adet
1	Vida, Yuvalı Başlı, 0,250-20 UNC-3A SS	1
	 10,2 Nm (90 in. lbs. minimum)	
2	Loctite #242	1
3	Conta, Yassı, 0,281 ID x 0,500 OD x 0,062"	1
4	Bağlantı Çubuk Kapağı 2,00 OD	1
5	Kenar Halkası	1
6	Sol Kol	1
7	Sol Bağlantı Çubuğu	1

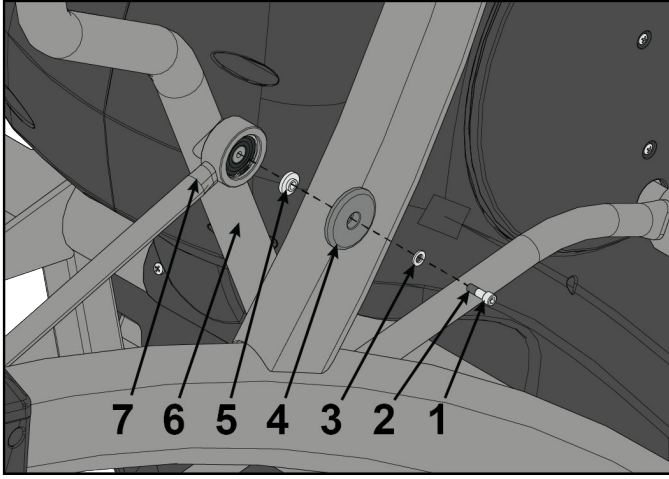
2. Vidaya bir parça japon yapıştırıcısı sürün.


3. 3/16" alyen anahtar kullanarak vidayı, contayı, bağlantı çubuğu ucunu ve kenar halkasını yerleştirin.

4. Vidayı en az 90 in-lbs seviyesinde sıkıştırın.

Sağ Bağlantı Çubuğunun Yerleştirilmesi

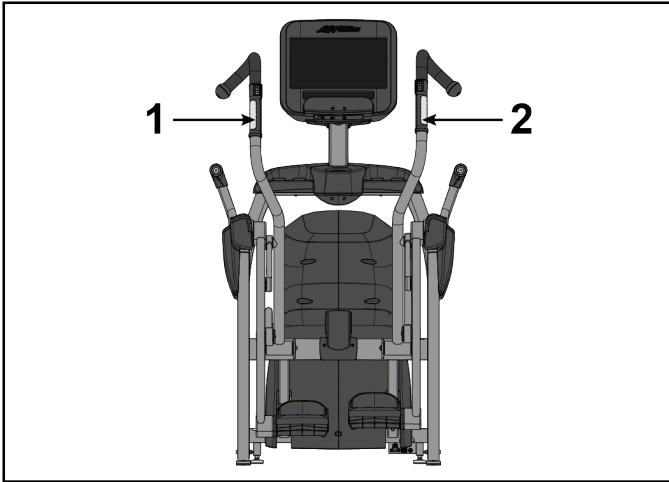
1. Sağ kol tertibatını yukarı kaldırın ve sağ bağlantı çubuğunu kola doğru kaydırın.



Parça	Açıklama	Adet
1	Vida, Yuvalı Başlı, 0,250-20 UNC-3A SS	1
	10.2 Nm (90 in. lbs. minimum)	
2	Loctite #242	1
3	Conta, Yassı, 0,281 ID x 0,500 OD x 0,062"	1
4	Bağlantı Çubuk Kapağı 2,00 OD	1
5	Kenar Halkası	1
6	Sağ Kol	1
7	Sağ Bağlantı Çubuğu	1

2. Vidaya bir parça japon yapıştırıcısı sürün.
3. 3/16" alyan anahtar kullanarak vidayı, contayı, bağlantı çubuğu ucunu ve kenar halkasını yerleştirin.
4. Vidayı en az 90 in-lbs seviyesinde sıkıştırın.

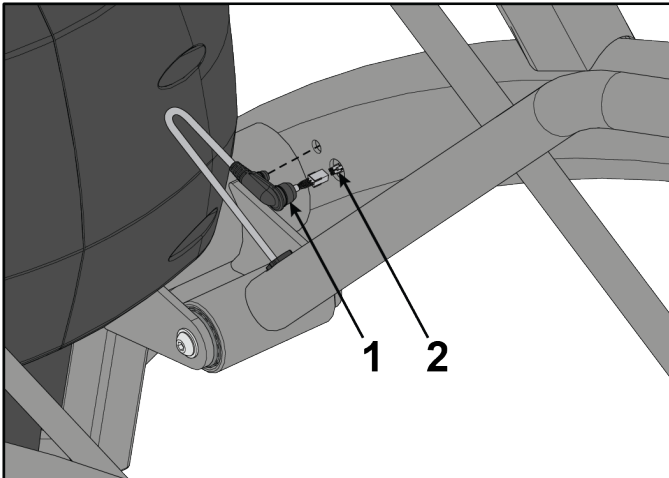
Kol tertibatının monte edilmiş ve doğru pozisyonda olduğundan emin olun.



Parça	Açıklama	Adet
1	Sol Kol Tertibatı	1
2	Sağ Kol Tertibatı	1

Kalp ritm kontak kablosunu takın

1. Kol nabız hızı kablosunu gövde nabız hızı kablosuna bağlayın.

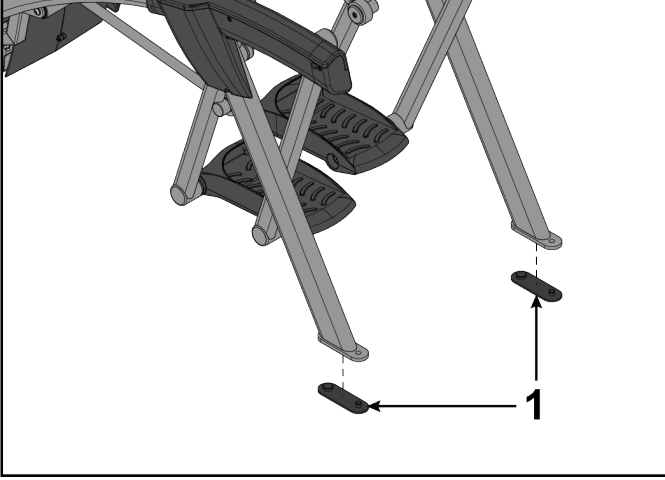


Parça	Açıklama	Adet
1	Kalp Ritmi Kablosu, Kol	1
2	Kalp Ritmi Kablosu, Gövde	1

2. Nabız hızı kablosunun uçlarını gövdeye bastırın.
3. Diğer taraftaki kolun nabız hızı kablolarını bağlarken aynı adımları tekrarlayın.

Ayak Yastıklarını Yerleştirme

Bir kişi üniteyi kaldırırken diğer kişi arkadaki iki ayağın altına ayak yastığı yerleştirsin.



Parça	Açıklama	Adet
1	Ayak Yastıkları	2

NOT:: Sallanmanın engellenmesi için ayak yastıklarının takılması gerekmektedir.

Üniteyi Görsel Olarak İnceleyin

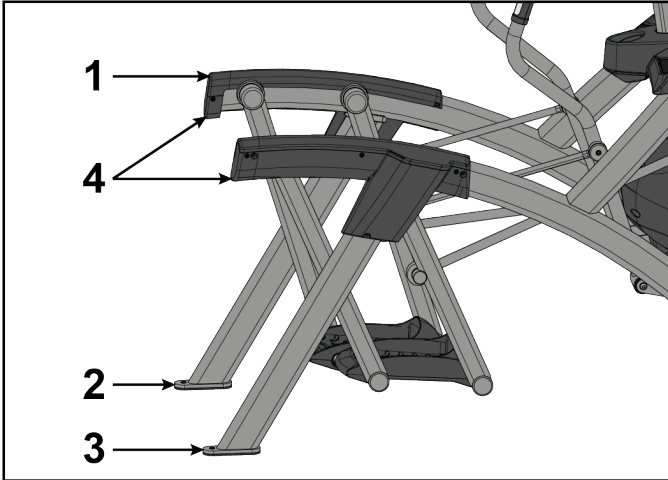
1. Paketlemeye ait her türlü malzemeyi üniteden sökün.
2. Montajın doğru yapıldığından ve tamamlandığından emin olmak için üniteyi inceleyin.

Üniteyi Dengeleme

Bu prosedür arka ayaktaki yükü eşit biçimde ayarlayarak ünitenin dengelenmesini sağlayacaktır. Ünitenin dengelenmesi kullanım sırasında sarsıntı olmasını engeller.

NOT:: Sol ve sağ referans işaretleri kullanıcı perspektifine göre yönleri işaret eder.

1. Ayak plakalarının tam anlamıyla durduğundan emin olun.
2. Arka kapaklardan birini tutun ve arka ayağı yerden yavaşça kaldırın. Arka ayağı yere doğru alçaltın.



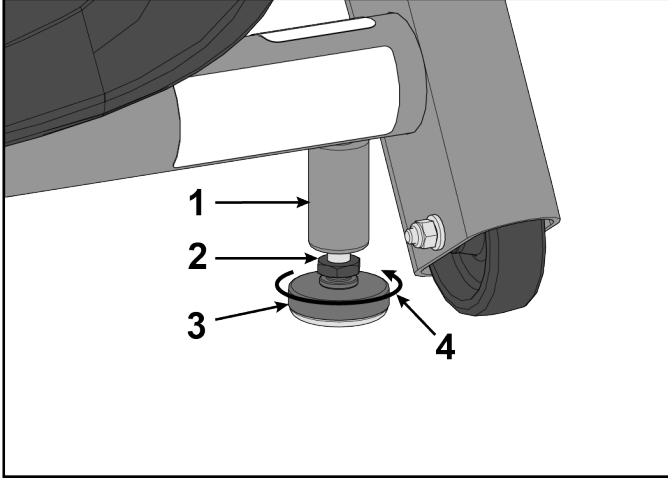
Parça	Açıklama	Adet
1	Arka Kapak	2
2	Sol Arka Ayak	1
3	Sağ Arka Ayak	1
4	Buradan Kaldırın	

3. Diğer arka kapağı tutun ve arka ayağı yerden yavaşça kaldırın. Arka ayağı yere doğru alçaltın.

NOT:: Hangi ayağın kaldırıırken daha kolay geldiğini not alın.

Eğer her iki ayakta da eşit ağırlık varsa 17 mm açık ağızlı ingiliz anahtarı kullanarak her iki ayaktaki dengeleme ayağındaki sıkıştırma somunlarını sıkın. Ünite dengelendi.

Sol dengeleme ayağı gösterilmektedir

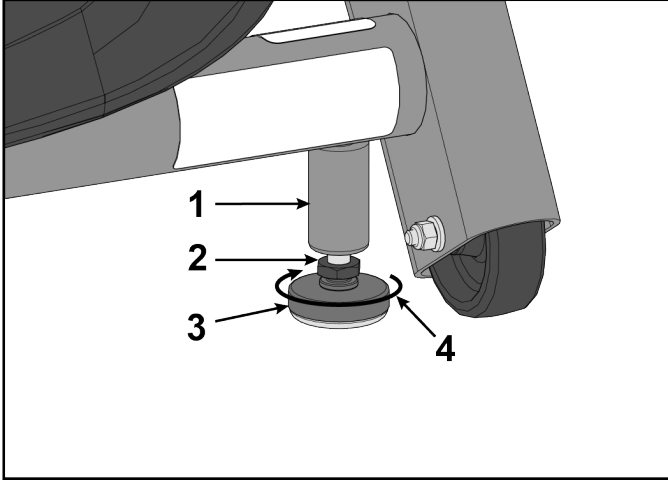


Parça	Açıklama	Adet
1	Gövde Kolonu	1
2	Sıkıştırma Somunu	1
3	Dengeleme Ayağı	1
4	Saat Yönünün Tersine Çevirerek Sıkıştırın	

4. Arka ayaktaki yükü 17 mm açık ağızlı ingiliz anahtarı kullanarak ayarlayın.

- Eğer **sol** arka ayak daha hafifse, **sağ** dengeleme ayağı daha alçak seviyeye getirin.
- Eğer **sağ** arka ayak daha hafifse, **sol** dengeleme ayağı daha alçak seviyeye getirin.

Sol dengeleme ayağı gösterilmektedir



Parça	Açıklama	Adet
1	Gövde Kolonu	1
2	Dengeleme Ayağı Somunu	1
3	Dengeleme Ayağı	1
4	Dengeleme Ayağını Ayarlamak İçin Saat Yönünde Çevirin	

5. Arka ayaktaki yük dağılımını yeniden test edin. Her iki ayak da eşit ağırlığa gelene kadar dengeleme ayaklarını ayarlamaya devam edin.
6. 17 mm açık ağızlı ingiliz anahtarı kullanarak sıkıştırma somunlarını sıkın. Ünite dengelendi.

4. Özellikler

Özellikler

Alt Gövde Arc Trainer

Sınıflandırma	EN ISO 20957 Class S (Studio) (INA-LS4, INA-LSL, PFA-ARC-LB-11, INATLS, PF-INA-LBSL-ALLXM-11)
Kesinlik	A
Montajlanmış Uzunluk	76.25" (194 cm)
Montajlanmış Genişlik	36.28" (92 cm)
Montajlanmış Yükseklik	62.5" (159 cm)
Ürün Ağırlığı	412 lbs. (187 kg.)
Nakliye Ağırlığı	520 lbs. (236 kg)
Gönderilen Boyutlar (Uzunluk x Genişlik x Yükseklik)	79.5" x 31.75" x 48.25" (202 cm x 80.64 cm x 122.55 cm)
Eğim Seviyeleri	0-20
Direnç Seviyeleri	1-100
Adım Uzunluğu	24" (61 cm) sabit uzunluk
Direnç Aralığı	0 ila 900 watt.
Maksimum Kullanıcı Ağırlığı	400 lbs. (180 kg).
Güç Sınıfı	100 - 240 VAC~, 50/60 Hz, 2,5A/3,0A, 1-faz.

Tüm Gövde Arc Trainer

Sınıflandırma	EN ISO 20957 Class S (Studio) (INA-TS4, INA-TSL, PFT-ARC-TB-11, INATTS, PF-INA-TBSL-ALLXM-11)
	EN ISO 20957 Sınıf H (Ev) (INA-CST, INA-CS)
Kesinlik	A
Montajlanmış Uzunluk	76.25" (194 cm)
Montajlanmış Genişlik	36.28" (92 cm)
Montajlanmış Yükseklik	62.5" (159 cm)
Ürün Ağırlığı	412 lbs. (187 kg.)
Nakliye Ağırlığı	520 lbs. (236 kg.)
Gönderilen Boyutlar (Uzunluk x Genişlik x Yükseklik)	79.5" x 31.75" x 48.25" (202 cm x 80.64 cm x 122.55 cm)
Eğim Seviyeleri	0-20
Direnç Seviyeleri	1-100
Adım Uzunluğu	24" (61 cm) sabit uzunluk
Direnç Aralığı	0 ila 900 watt.
Maksimum Kullanıcı Ağırlığı	400 lbs. (180 kg).
Güç Sınıfı	100 - 240 VAC~, 50/60 Hz, 2,5A/3,0A, 1-faz.

5. Servis ve Teknik Veriler

Koruyucu Bakım İpuçları

LIFE FITNESS ürünler LIFE FITNESS 'in mükemmel mühendisliği ve güvenilirliği ile desteklenir ve bugün piyasada bulunan en sağlam ve sorunsuz egzersiz ekipmanlarındandır.

NOT:: Ekipmanın güvenliği, yalnızca ekipman hasara veya aşınmaya karşı düzenli olarak kontrol edildiğinde sağlanabilir. Arızalı parçalar onarılan ya da değiştirilene kadar cihazı kullanmayın. Aşağıda açıklandığı gibi aşınan parçalara özellikle dikkat edin.

Aşağıda belirtilen önleyici bakım ipuçları LIFE FITNESS ürününün her zaman yüksek performanslı çalışmasını sağlar:

- Ürünü serin, kuru bir ortama yerleştirin.
- Ekran konsolunu ve tüm dış yüzeyleri onaylı veya uyumlu bir temizlik maddesi (bkz. LIFE FITNESS Onaylı Temizlik Maddeleri) ve mikro fiber bez ile temizleyin.
- Uzun tırnaklar konsol yüzeyinin zarar görmesine ya da çizilmesine neden olabilir; konsoldaki seçim düğmelerine basmak için parmak pedlerini kullanın.
- Ayak altlıklarının üst yüzeyini düzenli olarak temizleyin.
- Gövdeyi ve hareketli kolları düzenli olarak iyice temizleyin.

Onaylı ve Uyumlu Temizleyiciler

Tercih edilen iki temizlik maddesi güvenilirlik uzmanları tarafından onaylanmıştır: PureGreen 24 ve Gym Wipes. Her iki temizlik maddesi de tozların, kirlerin ve terin ekipmandan güvenli ve etkili bir biçimde çıkarılmasını sağlar. PureGreen 24 ve Gym Wipes'in Anti-bakteriyel Güçlü Formülü MRSA ve H1N1'e karşı etkili dezenfektanlardır.

Sprey formatındaki PureGreen 24, spor salonu personeli tarafından kolayca kullanılabilir. Spreyi mikrofiber beze uygulayarak ekipmanı silin. PureGreen 24'ü genel dezenfektan olarak en az 2 dakika, mantar ve viral kontrolör olarak da en az 10 dakika boyunca ekipmana uygulayın.

Gym Wipes, egzersizlerden önce ve sonra olmak üzere ekipmana uygulanabilen dayanıklı ve önceden nemlendirilmiş bezlerdir. Gym Wipes'ı genel dezenfektan olarak en az 2 dakika boyunca ekipmana uygulayın.

Bu temizlik maddelerini sipariş etmek için Müşteri Destek Hizmetleri'yle iletişime geçin (1-800-351-3737 veya e-posta: customersupport@lifefitness.com).

Ekranları ve dış yüzeylerin tümünü temizlemek için, hafif sabun ve su karışımı veya aşındırıcı olmayan yumuşak bir ev temizlik ürünü de kullanılabilir. Yalnızca mikrofiber bez kullanın. Temizlemeden önce temizlik maddesini mikrofiber beze uygulayın. Amonyak veya asit bazlı temizlik maddeleri KULLANMAYIN. Aşındırıcı temizlik maddeleri KULLANMAYIN. Kağıt havlu KULLANMAYIN. Temizlik maddelerini doğrudan ekipman yüzeyine UYGULAMAYIN.

Bakım Programı

Parça	Haftalık	Aylık	Yıllık
Konsol Kaplamaları	Temizleyin		Kontrol edin
Şişe Tutucular / Aksesuar Tepsileri	Temizleyin	Kontrol edin	
Konsol Montaj Cıvataları			Kontrol edin
Tahrik Kayışları			Kontrol edin
Donanım			Kontrol edin
Gövdeler	Temizleyin		Kontrol edin
Plastik Kapaklar	Temizleyin	Kontrol edin	Kontrol edin
Lifepulse Sensörleri	Temizleyin / Kontrol edin		
Ayak Altlıkları	Temizleyin	Kontrol edin	
Ayak Dengeleyiciler		Kontrol edin / Ayarlayın	

Polar® Göğüs Kayışında Sorun Giderme

Nabız oranı değeri hatalı veya tamamen eksik

Olası Neden	Çözüm
Kemerdeki vericinin elektrotları, doğru nabız değerlerinin elde edilmesini sağlayacak kadar ıslak değil.	Kemerdeki verici elektrotlarını ıslatın.
Kemerdeki verici elektrotları cilde düz temas etmiyor.	Kemerdeki verici elektrotlarının cilde düz temas ettiğinden emin olun.
Kemer vericisinin temizlenmesi gerekiyor.	Kemer vericisini yumuşak sabun ve suyla yıkayın.
Kemer vericisi doğru ayarlanmadı.	Kemer vericisini ayarlamak için öncelikle vericiyi alıcının 30,5 cm yakınına getirmeniz gerekmektedir. Alıcı konsolda bulunur. Kalp ritmi konsoldaki ekranda görüldükten sonra iletişim mesafesi 91,4 cm'ye çıkar.
Göğüs bandı pili bitmiştir.	Müşteri Destek Hizmetlerini arayın ve göğüs bandının nasıl değiştirileceği konusunda yardım alın.

Anormal derecede yüksek nabız değerleri

Olası Neden	Çözüm
Şunlardan gelen elektromanyetik parazitler: <ul style="list-style-type: none">• Televizyon setleri ve/veya antenler• Cep telefonları• Bilgisayarlar• Arabalar• Yüksek voltajlı enerji hatları• Motorla çalışan egzersiz ekipmanı	Nabız okuma doğru hale gelinceye kadar, egzersiz ekipmanını olası parazit kaynağından veya olası parazit kaynağını koşu bandından birkaç santim uzaklaştırın.

Lifepulse™ Sistem Sensörlerinde Sorun Giderme

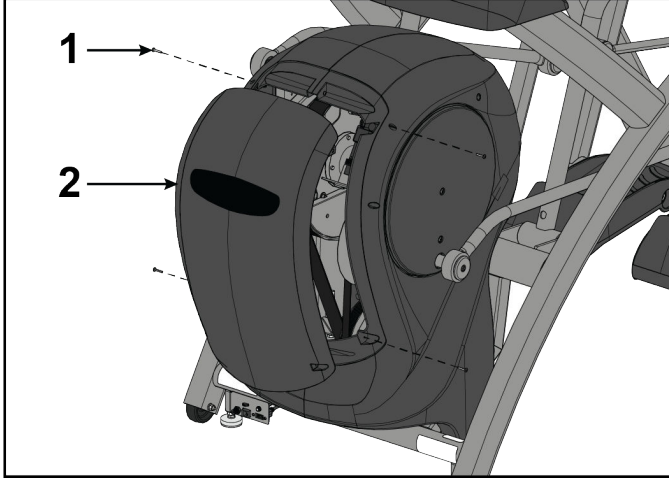
Kalp atış hızı değerleri hatalı veya eksik ise, aşağıda belirtilenleri yapın:

- Gerekirse kaymayı önlemek için ellerinizi kurulayın.
- Ellerinizi, kullanıcı kolları üzerindeki sekiz sensörün tümüne veya ikaz hoparlörlerine temas ettirin.
- Sensörleri sıkıca kavrayın.
- Sensörlerin çevresine sabit basınç uygulayın.

Tahrik Kayışları

Ön Giriş Kapağını Çıkarmak

1. Phillips tornavida kullanarak ön giriş kapağında bulunan vidaları çıkarın.



	Açıklama	Adet
1	Vida	4
2	Ön Giriş Kapağı	1

2. Giriş kapağını çıkarmak

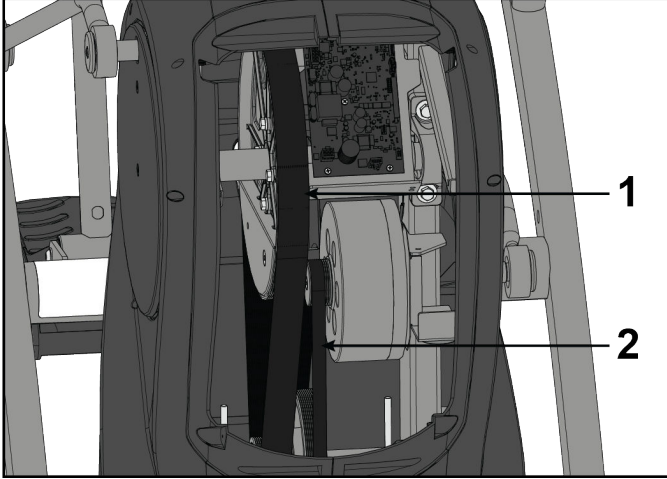
⚠ UYARI: Yanık tehlikesi.

Soğuyana kadar çarka dokunmayın.

Tahrik Kayışlarını İnceleyin

İki adet tahrik kayışı bulunmaktadır ve bunlar gevşeyebilir, yıpranabilir veya çatlayabilir.

Kayışlar uygun olmayan şekilde çıkarılmadığı ve değiştirilmediği sürece, kayışların gevşemesi veya tekrar gerginleştirmeye ihtiyaç duyulması beklenmez.



	Açıklama	Adet
1	Birincil Tahrik Kayışı	1
2	İkincil Tahrik Kayışı	1

Eğer kayışta çatlaklar varsa veya yıpranmış görünüyorsa, kalifiye bir servis teknisyeni tarafından değiştirilmelidir.

Birincil Kayış

İki kayıştan daha geniş olanı. Üst kasnakla hizalı durması için yivleri bulunmaktadır.

İkincil Kayış

İki kayıştan daha dar olanı. Çark kayışı kasnağı ile hizalı durması için yivleri bulunmaktadır.

Giriş Kapağının Takılması

⚠ DİKKAT: Vidaları fazla sıkmayın.

1. Phillips tornavida kullanarak üstteki iki vidayı sıkın.
2. Phillips tornavida kullanarak alttaki iki vidayı sıkın.
3. Ünitenin düzgün çalışıp çalışmadığını test edin.

Nasıl Yapılır

Bilgi Bankası

Daha fazla bilgi için bkz. <https://lfn.fit/KnowledgeBase>.

Ürün Servis Hizmeti Alma

1. Arıza belirtisini doğrulayın ve çalıştırma talimatlarını gözden geçirin. Sorunun nedeni ürünün, ürün özelliklerinin ve egzersizlerin çok iyi bilinmemesinden kaynaklanıyor olabilir.
2. Ünitenin ön tarafında bulunan ünite seri numarasını bulun ve not edin. Mümkünse ürünün yazılım versiyonunu belirtin.
3. <http://www.lifefitness.com> ile Müşteri Destek Hizmetleri'ne başvurun.

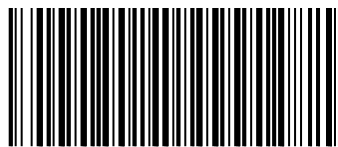
6. Garanti

Garanti Bilgisi

Garanti bilgilerine erişmek için lütfen aşağıdaki bağlantıyı kullanın veya kare kodu taratın:

<http://lifefitness.com/warranties>





1015939-0015