

Discover دليل استخدام وحدة التحكم SE4

Treadmill, Cross-Trainer, Upright and Recumbent Lifecycle® Exercise Bikes, PowerMill™ Climber, Arc Trainer™

دليل المالك



LifeFitness

AA إصدار 1019598-0002

الولايات المتحدة الأمريكية • 10601 W Belmont Ave, Franklin Park, IL 60131

847.288.3300 • فاكس: 847.288.3703

رقم هاتف الخدمة: 800.351.3737 (رقم الهاتف المجاني داخل الولايات المتحدة الأمريكية، كندا)

الموقع العالمي: www.lifefitness.com

المكاتب الدولية

جميع دول أوروبا والشرق الأوسط وأفريقيا (EMEA) الأخرى وأعمال موزع أوروبا والشرق الأوسط وأفريقيا*

Life Fitness Atlantic BV

Bijdorplein 25-31
LB Barendrecht 2992

هولندا

هاتف: (+31) 180 646 644

البريد الإلكتروني للخدمة:

EMEAServiceSupport@lifefitness.com

أوروبا والشرق الأوسط وأفريقيا (EMEA)

بلمبيكا، هولندا، لوكسمبورج

Life Fitness Atlantic BV

Bijdorplein 25-31
LB Barendrecht 2992

هولندا

هاتف: (+31) 180 646 666

البريد الإلكتروني للخدمة:

service.benelux@lifefitness.com

البريد الإلكتروني للمبيعات/التسويق:

marketing.benelux@lifefitness.com

الأمريكان

أمريكا الشمالية

Life Fitness, LLC

W Belmont Ave 10601
.Franklin Park, IL 60131 U.S.A

هاتف: (847) 3300 288

البريد الإلكتروني للخدمة:

customersupport@lifefitness.com

البريد الإلكتروني للمبيعات/التسويق:

commercialsales@lifefitness.com

آسيا والمحيط الهادئ (AP)

اليابان

Life Fitness Japan, Ltd

Minami Aoyama 1F/B1F 4-17-33
Minato-ku - Tokyo 107-0062

اليابان

هاتف: (+81) 0120.114.482

فاكس: (+81) 0509-5770-03

البريد الإلكتروني للخدمة: service.lfj@lifefitness.com

البريد الإلكتروني للمبيعات/التسويق:

sales@lifefitnessjapan.com

المملكة المتحدة

Life Fitness المملكة المتحدة المحدودة

الوحدة 109

انتظار عمل طريق لانكستر

Ely, Cambs, CB6 3NX

تلفون: المكتب العمومي (+44) 1353.666017

دعم العملاء: (+44) 1353.665507

البريد الإلكتروني للخدمة: uk.support@lifefitness.comالبريد الإلكتروني للمبيعات/التسويق: life@lifefitness.com

البرازيل

Life Fitness Brasil

Av. Rebouças, 2315

Pinheiros

São Paulo, SP 05401-300

البرازيل

خدمة العملاء: 0800 773 8282 الخيار 2

هاتف: (+55) 11 5200 3095 الخيار 2

البريد الإلكتروني للخدمة: suportebr@lifefitness.comالبريد الإلكتروني للمبيعات/التسويق: vendasbr@lifefitness.com

هونغ كونغ

Life Fitness Asia Pacific LTD

F, Global Trade Square/26
Wong Chuk Hang Road 21

Wong Chuk Hang

هونغ كونغ

الهاتف: (+852) 25756262

الفاكس: (+852) 25756894

البريد الإلكتروني للخدمة: service.hk@lifefitness.com

البريد الإلكتروني للمبيعات/التسويق:

marketing.hk.asia@lifefitness.com

ألمانيا والنمسا وسويسرا

Life Fitness Europe GMBH

Neuhofweg 9

Unterschleißheim 85716

ألمانيا

هاتف:

+49 (0) 89 / 31775166 ألمانيا

+43 (0) 1 / 6157198 النمسا

+41 (0) 848 / 000901 سويسرا

البريد الإلكتروني للخدمة: kundendienst@lifefitness.comالبريد الإلكتروني للمبيعات/التسويق: vertrieb@lifefitness.com

أمريكا اللاتينية والكاريبي*

Life Fitness, LLC

W Belmont Ave 10601
.Franklin Park, IL 60131 U.S.A

هاتف: (847) 3300 288

البريد الإلكتروني للخدمة:

customersupport@lifefitness.com

البريد الإلكتروني للمبيعات/التسويق:

commercialsales@lifefitness.com

جميع دول آسيا والمحيط الهادئ الأخرى وأعمال موزع آسيا والمحيط الهادئ*

Life Fitness Asia Pacific LTD

F, Global Trade Square/26
Wong Chuk Hang Road 21

Wong Chuk Hang

هونغ كونغ

الهاتف: (+852) 25756262

الفاكس: (+852) 25756894

البريد الإلكتروني للخدمة: service.ap@lifefitness.com

البريد الإلكتروني للمبيعات/التسويق:

marketing.hk.asia@lifefitness.com

أسبانيا

Life Fitness IBERIA

C/Frederic Mompou 5,1ªª

Sant Just Desvern Barcelona 08960

أسبانيا

هاتف: (+34) 93.672.4660

البريد الإلكتروني للخدمة:

servicio.tecnico@lifefitness.com

البريد الإلكتروني للمبيعات/التسويق:

info.iberia@lifefitness.com*راجع أيضًا www.lifefitness.com لمعرفة الممثل أو الموزع/الوكيل المحلي

<https://lifefitness9512.zendesk.com/hc/en-us>

<https://www.lftechsupport.com/web/document-library/documents>

.Additional information is available online using the links above

.تتوفر معلومات إضافية على الإنترنت باستخدام الرابط أعلاه

。点击上面的链接可在线获取更多信息

.Flere oplysninger er tilgængelige online gennem linket ovenfor

.Bijkomende informatie is online beschikbaar via bovenstaande link

.Vous trouverez plus d'informations en ligne à l'aide du lien ci-dessus

.Zusätzliche Informationen finden Sie online über den oben angegebenen Link

.Ulteriori informazioni sono disponibili online utilizzando il link sopra riportato

。追加情報は上記リンクを使用してオンラインで利用可能です

.상기 링크를 통해 온라인에서 추가 정보를 볼 수 있습니다

.Informações adicionais estão disponíveis on-line, através do link acima

.Дополнительная информация доступна в интернете по ссылке, указанной выше

.Mediante el enlace anterior podrá acceder a información adicional en línea

.Ytterligare information finns online genom att använda länken ovan

.İnternet üzerinden daha fazla bilgi edinmek için yukarıdaki bağlantıyı kullanabilirsiniz

.هناك معلومات إضافية متاحة على الإنترنت باستخدام الرابط أعلاه

.Informazio osagarria eskuragarri dago goiko estekaren bidez

.Допълнителна информация можете да намерите онлайн, като използвате връзката по-горе

.Mitjançant l'enllaç anterior podreu accedir a informació addicional en línia

。使用上面的連結線上提供額外資訊

.Dodatne informacije možete pronaći na internetu sljedeći vezu iznad

ከላይ የተቀመጠውን አገናኝ(ሊንክ) በመጠቀም መረጃዎች አንላይን ያገኛሉ።

.Lisätietoja on saatavissa verkosta käyttämällä yllä olevaa linkkiä

.Wubetumi anya nsem afororo aka ho wa websait so denam asem a ewa atifi ho a wubemia so so

.Πρόσθετες πληροφορίες είναι διαθέσιμες online χρησιμοποιώντας το σύνδεσμο παραπάνω

ከላይ የተቀመጠውን አገናኝ(ሊንክ) በመጠቀም መረጃዎች አንላይን ያገኛሉ።

.További információ elérhető online, a fenti hivatkozás segítségével

.Viðbótarupplýsingar eru fáanlegar á netinu með því að smella á tengilinn hér fyrir ofan

.Plus indicium per superum situm potes invenire

.മുകളിലുള്ള ലിങ്ക് ഉപയോഗിച്ച് ഓൺലൈനിൽ കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾ ലഭ്യമാണ്

.Ytterligere informasjon er tilgjengelig på nettet via linken ovenfor

.Dodatkowe informacje są dostępne online pod powyższym odnośnikiem

.Informações adicionais estão disponíveis online a usar o link acima

.Informații suplimentare sunt disponibile online, utilizând link-ul de mai sus

.Dodatne informacije dostupne su na mreži putem gornjeg linka

.Ďalšie informácie sú dostupné online na vyššie uvedenom odkaze

جدول المحتويات

	السلامة
91.....	4..... تعليمات السلامة
91.....	7..... قبل الاستخدام
91.....	8..... المعلومات الوظيفية
91.....	9..... طريقة التوقف - وحدة التحكم Discover SE4
	اتصل
91.....	11..... متطلبات الإنترنت
91.....	11..... متطلبات الشبكة المحلية اللاسلكية (LAN)
91.....	11..... متطلبات وضع أجهزة الشبكة والطاقة
91.....	11..... تهيئة المنفذ
91.....	12..... عناوين URL للوحة
	البدء
91.....	13..... ميزات وحدة التحكم
91.....	14..... Qi® شاحن حث لاسلكي
91.....	15..... توصيل الجهاز
91.....	19..... نظام LifePulse™
	التشغيل
91.....	20..... الشاشة الرئيسية
91.....	25..... في مشاهدات التمرين واختيارات التسلية
91.....	30..... إيقاف التمرين مؤقتاً
91.....	31..... التهدئة
91.....	32..... طريقة Hybrid
	التمرينات
91.....	33..... قائمة التمارين
91.....	34..... مواصفات التمرين
91.....	36..... تثبيت التمرين - مدخلات المعلومات
91.....	43..... بداية سريعة
91.....	44..... LFOD™
91.....	49..... أهداف قياسية
91.....	50..... اختبارات اللياقة
	الصيانة واستكشاف الأعطال وإصلاحها
91.....	53..... المنظفات المعتمدة والمتوافقة
91.....	53..... استكشاف الأعطال وإصلاحها
	تكوين المدير
91.....	56..... الوصول إلى خيارات الأنظمة
91.....	58..... الإعدادات الافتراضية
91.....	60..... التلفزيون
	المواصفات
91.....	88..... مواصفات وحدة التحكم
91.....	89..... أبعاد وحدة التحكم
	حقوق الطبع والعلامات التجارية
91.....	90..... حقوق الطبع والعلامات التجارية

1. السلامة

تعليمات السلامة

اقرأ كل التعليمات قبل الاستخدام.

كل المنتجات



تحذير: قد تنتج الإصابات ذات الصلة بالصحة عن الاستخدام غير الصحيح أو الزائد لجهاز التدريب. Life Fitness Family of Brands يُوصى بشدة بمراجعة طبيب لإجراء فحص طبي شامل قبل بدء برنامج التدريبات، لاسيما إذا كان المستخدم يمتلك تاريخ أسري من ارتفاع ضغط الدم أو الأمراض القلبية، أو فوق 45 سنة، أو يدخن، أو يعاني من ارتفاع الكوليسترول، أو يعاني من السمنة، أو لم يتدرب بانتظام في السنة الماضية. إذا عانى المستخدم، في أي وقت أثناء التدريب، من الإغماء أو الدوار أو الألم أو ضيق في التنفس، فيجب عليه أو عليها التوقف على الفور.

تحذير: أي تغييرات أو تعديلات في هذا الجهاز قد تبطل ضمان المنتج.



تحذير: أبعد البطاريات عن متناول الأطفال.



قد تحتوي بعض أشرطة الصدر على بطارية قابلة للإزالة.

- قد يؤدي ابتلاعها إلى إصابة خطيرة في أقل من ساعتين تقريباً أو الوفاة، بسبب الحروق الكيميائية أو حدوث ثقب في المريء.
- إذا اشتمت في أن طفلك قد ابتلع البطارية، فاتصل بمركز مكافحة السموم المحلي على الفور للحصول على استشارة خبير بسرعة.
- الحصى الأهمجة وتأكد من إحكام تثبيت مقصورة البطارية بشكل صحيح، أي أن البرغي أو غيره من أدوات التثبيت الكيميائية محكم الربط. لا تستخدم الجهاز إذا لم تكن المقصورة محكمة.
- تخلف من البطاريات المستديرة المستعملة على الفور وبشكل آمن. قد تستمر خطورة البطاريات المسطحة.
- أخبر الآخرين عن الخطر ذي الصلة بالبطاريات المستديرة وكيفية الحفاظ على سلامة أطفالهم.

تحذير: لتقليل خطر التعرض للحروق أو نشوب الحريق أو التعرض لصدمة كهربية أو الإصابة، يجب توصيل كل منتج بمأخذ كهربائي مؤرض بشكل جيد.



تحذير: أنظمة مراقبة معدل ضربات القلب قد تكون غير دقيقة. قد يؤدي الإفراط في التدريب إلى التعرض لإصابة خطيرة أو الوفاة. إذا شعرت بالإغماء، فتوقف عند التدريب على الفور.



خطر: لتقليل خطر التعرض لصدمة كهربية أو الإصابة من الأجزاء المتحركة، قم دائماً بفصل المنتج قبل التنظيف أو محاولة القيام بأي نشاط صيانة.



- Life Fitness Family of Brands لا يتضمن أو يضمن ان اجزاء المحوي المستخدمة في التصنيع تحت تصنيف Life Fitness Family of Brands الحالية من الالانكس. مستخدمو هذه المنتجات يجب ان ياخذوا جميع الاحتياطات لمنع التلامس الذي قد يؤدي الى تفاعلات لانكس غير مرغوب فيها
- لا يتم بتشغيل المنتج إذا كان سلك الطاقة أو القابس الكهربائي تالفاً، أو إذا سقط أو تلف أو حتى إذا غمره الماء بشكل جزئي. اتصل بخدمة دعم العملاء.
- ضع المنتج بحيث يسهل وصول المستخدم إلى قابس السلك الموجود في الحائط. تأكد من أن سلك الطاقة غير معقود أو ملتوي ومن أنه غير عالق أسفل أي جهاز أو أشياء أخرى.
- إذا تلف السلك الكهربائي، فيجب استبداله بواسطة جهة التصنيع أو وكيل الخدمة المعتمد أو شخص مؤهل على نحو مماثل لتجنب الخطر.
- اتبع تعليمات وحدة التحكم دائماً للتشغيل بشكل صحيح.
- هذا الجهاز غير مخصص للاستخدام بواسطة أشخاص (بما في ذلك أطفال) ذوي قدرات جسدية أو حسية أو عقلية محدودة، أو تنقصهم الخبرة أو المعرفة ما لم يكونوا تحت إشراف أو يحصلوا على تعليمات بخصوص استخدام الجهاز من قبل شخص مسؤول عن سلامتهم.
- هذا الجهاز غير مخصص للاستخدام بواسطة أطفال. أبعد الأطفال أقل من 14 سنة عن الآلة.
- لا تستخدم هذا المنتج في الخارج أو بالقرب من حمامات السباحة أو في مناطق ذات رطوبة عالية.
- لا يتم بتشغيل المنتج وفتحات التهوية مسدودة. حافظ على خلو فتحات الهواء من النسالة أو الشعر أو أي مادة معيقة.
- لا تدخل أشياء في أي فتحة بهذه المنتجات. إذا سقط شيء ما في الداخل، فقم بفصل الطاقة، وافصل السلك من المأخذ، واستعد بهيئاً. إذا تعذر الوصول إلى العنصر، فاتصل بخدمة دعم العملاء.
- لا تضع سوائيل من أي نوع داخل الوحدة، إلا في درج الملحقات أو الحامل. يُوصى باستخدام حاويات ذات أغطية.
- لا تستخدم هذه المنتجات على الأقدام العارية. ارتد الأحذية دائماً. ارتد أحذية ذات نعل مطاطي أو عالية الجر. لا تستخدم أحذية بكعوب أو نعال جلدية أو مرابط أو مسامير. تأكد من عدم وجود حصى مضمن في النعل.
- أبعد الملابس الفضفاضة وأربطة الحذاء والمناشف عن الأجزاء المتحركة.
- لا تصل إلى الوحدة، أو أسفلها، ولا تقلبها على جانبها أثناء التشغيل.
- لا تسمح للأشخاص الآخرين بالتدخل بأي طريقة مع المستخدم أو الجهاز أثناء التمرين.
- اترك وحدات التحكم LCD "تعود إلى حالتها الطبيعية" فيما يتعلق بدرجة الحرارة لمدة ساعة قبل توصيل الوحدة واستخدامها.
- استخدم هذه المنتجات من أجل الاستخدام الذي صُممت له على النحو الوارد في هذا الدليل. لا تستخدم مرفقات غير موصى بها من قبل جهة التصنيع.
- ينبغي تركيب جهاز قائم بذاته على سطح مستقر ومستوي.
- اقرأ كل التحذيرات الموجودة على كل منتج قبل بدء التمرين.
- في حال فقد التحذيرات أو تلفها، يُرجى الاتصال بخدمة دعم العملاء على الفور لاستبدال الملصقات التحذيرية. تُشحن الملصقات التحذيرية مع كل منتج وينبغي تثبيتها قبل استخدام الجهاز. Life Fitness Family of Brands غير مسؤولة عن الملصقات التحذيرية المفقودة أو التالفة.

جهاز الجري

تحذير: خطر تعرض الأشخاص للإصابة - لتجنب الإصابة، توح الحذر الشديد عندما تخطو فوق أو عن السير المتحرك. اقرأ دليل تعليمات التجميع قبل الاستخدام.



تحذير: حافظ على خلو المنطقة 6.5 قدم (2 متر) في 3 أقدام (0.9 متر) خلف جهاز الجري من أي عوائق، بما في ذلك الجدران والأثاث والأهمجة الأخرى. اتصل بخدمة دعم العملاء للحصول على سلك طاقة أطول اختياري إذا لزم الأمر.



تحذير: تأكد من تثبيت شريط الإيقاف الطارئ بالمستخدم وفي الموضع المناسب بجهاز الجري قبل بداية أي تمرين.



تحذير: يجب ضبط مركزية السير إذا لم يكن السير بين العلامات التي تشير إلى أقصى مواضع خطية مسموح بها. راجع تعليمات تجميع جهاز الجري.



- أثناء عدم استخدام المنتج، توصي Life Fitness بفضله. افضل المنتج من المآخذ الكهربائي عند عدم استخدامه، وقبل وضع أو أخذ الأجزاء. لفصل المنتج، قم بفضل الطاقة من مفتاح التشغيل/إيقاف التشغيل، ثم أزل القابس من المآخذ الكهربائي.
- أبعاد سلك الطاقة عن السطح الساخنة. لا تسحب الجهاز من سلك الكهرباء ولا تستخدم السلك كقبض. لا تمد سلك الطاقة على الأرض أسفل أو بطول جانب جهاز الجري.
- يمكن الإمساك بالدرابزين لزيادة الاستقرار حسب الحاجة، ولكن ليس للاستخدام المستمر.
- لا تثبت أو تضل جهاز الجري أثناء تحرك سير الجري. استخدم الدرابزين عند لزوم المزيد من الاستقرار. في حالة الطوارئ، مثل التعثر، أمسك بالدرابزين وضع القدمين على المنصات الجانبية.
- لا تقم بالسير أو الجري في اتجاه عكسي فوق جهاز الجري.
- لا تستخدم هذا المنتج في مناطق حيث تُستخدم منتجات رذاذ الأيروسول أو حيث يُستخدم الأكسجين. فهذه المواد تشكل خطر الاحتراق والانفجار.
- امتثالاً لإدليل الاتحاد الأوروبي الخاص بالآلات 2006/42/EC، فإن هذا الجهاز يعمل دون حمل عند مستويات ضغط صوتي أقل من 70 ديسيبل (أ) عند متوسط سرعة تشغيل تبلغ 12 كم/الساعة (الوحدات التجارية) و 8 كم/الساعة (الوحدات المنزلية). انبعث الضوضاء تحت الحمل أعلى من دون الحمل.

درجات تدريب من LIFECYCLE®

- **تحذير:** اترك مسافة 16 بوصة (41 سنتيمتر) بين الجزء الأكبر من الدراجة والأشياء الأخرى الموجودة على كلا الجانبين. أبعاد مقدمة أو خلفية الدراجة 3 أقدام (0.9 متر) على الأقل عن أي أشياء أخرى و 2 قدم (0.6 متر) في اتجاه الوصول إلى الجهاز. 
- لا تقف أو تجلس على الأغطية البلاستيكية.
- توخ الحذر عند تثبيت أو تفكيك الدراجة. استخدم المقود الثابت عند لزوم المزيد من الاستقرار.

ARC TRAINER

- **تحذير:** تأكد من وجود مسافة 23.6 بوصة (0.6 متر) على الأقل خلف المنتج و 12 بوصة (30 سنتيمتر) على الأقل على الجانبين. 
- **تحذير:** المنتج غير مزود بميزة التبديل الحر. من ثم، لا يمكن إيقاف تشغيله تلقائياً. 
- **تحذير:** الأجزاء المتحركة وخطر السقوط. 
- لتجنب التعرض لإصابة خطيرة، انتظر حتى تتوقف ألواح القدم تماماً قبل النزول عن الوحدة.
- يتعذر إيقاف الأجزاء المتحركة على الفور، فالوحدة غير مزودة بالتبديل الحر.
- قد تختلف الطاقة البشرية الفردية اللازمة لأداء التدريب عن الطاقة الميكانيكية المعروضة على المنتج.
- توخ الحذر عند تثبيت أو تفكيك المنتج. قبل التثبيت، استخدم الأذرع المتحركة لجعل لوح القدم الأقرب إليك في الموضع السفلي. استخدم المقود الثابت عند لزوم المزيد من الاستقرار. أثناء التدريب، تمسك بالأذرع المتحركة.
- لا تتجه إلى الخلف عند استخدام المنتج.

Cross-Trainer

- **تحذير:** تأكد من وجود مسافة 1 قدم (0.3 متر) على الأقل أمام Cross-Trainer و 2 قدم (0.6 متر) على الأقل على الجانب. 
- **تحذير:** Cross-Trainer غير مزود بميزة التبديل الحر. من ثم، لا يمكن إيقاف تشغيل المنتج تلقائياً. 
- لا تقف أو تجلس على الأغطية البلاستيكية الخلفية لـ Cross-Trainer.
- لا تقف فوق الأنبوب المركزي لـ Cross-Trainer.
- قد تختلف الطاقة البشرية الفردية اللازمة لأداء التدريب عن الطاقة الميكانيكية المعروضة على Cross-Trainer.
- توخ الحذر عند تثبيت أو تفكيك Cross-Trainer. قبل التثبيت، استخدم الأذرع المتحركة لجعل الواسطة الأقرب إليك في الموضع السفلي. استخدم المقود الثابت عند لزوم المزيد من الاستقرار. أثناء التدريب، تمسك بالأذرع المتحركة.
- لا تتجه إلى الخلف عند استخدام Cross-Trainer.

POWERMILL™ CLIMBER

- **تحذير:** قم بإحلاء مسافة 3 أقدام (1 متر) على الأقل خلف الوحدة و 1 قدم (0.3 متر) على كلا جانبيها من أي عوائق، بما في ذلك الجدران والأثاث والأجهزة الأخرى. 
- يمكن الإمساك بالدرابزين لزيادة الاستقرار حسب الحاجة، ولكن ليس للاستخدام المستمر.
- أثناء عدم استخدام المنتج، توصي Life Fitness بفضله. افضل المنتج من المآخذ الكهربائي عند عدم استخدامه، وقبل وضع أو أخذ الأجزاء. لفصل المنتج، قم بفضل الطاقة من مفتاح التشغيل/إيقاف التشغيل، ثم أزل القابس من المآخذ الكهربائي.
- لا تقم بالسير أو الجري في اتجاه عكسي فوق PowerMill Climber.
- هذا منتج كهربائي، على عكس الدراجات أو أجهزة cross-trainer أو أجهزة stairclimbers التقليدية. يتسبب هذا المنتج الكهربائي في صعود درجات السلم بمعدلات مختلفة ومن ثم فهو يعمل على مستويات مختلفة في وقت واحد. عند تشغيل المنتج أثناء التمرين التمثولي، يجب على المستخدم التركيز بشكل تام على تنسيق مجهوده أو مجهودها على السلالم المتحركة. من ثم، فلا يمكن للمستخدم معرفة إذا كان هناك شخص ما أو شيء ما يقرب من الخلف. لهذه الأسباب، صُممت هذه الوحدة للاستخدام في إصداق يتم التحكم فيه فقط. لم يتم تصميم PowerMill Climber للاستخدام في المنزل ويلبني عدم استخدامه في بيئة حيث قد يصل عليه الأطفال أو الحيوانات.
- احفظ هذه التعليمات للرجوع إليها في المستقبل.

يحتوي هذا الجهاز على المنتج المعتمد من قبل ANATEL بموجب هذه الأرقام:

رقم ANATEL	نقط
08437-23-09600	WIFI / BLUETOOTH
01535-21-13620	الشاحن اللاسلكي
18033-20-07558	RFID
13389-21-14239	NFC
00127819	+ANT

هذا الجهاز غير مؤهل للحماية من التداخل الضار وقد لا يسبب تداخل في الأنظمة المعتمدة حسب الأصول.

قبل الاستخدام

قبل استخدام هذا المنتج، من الضروري قراءة دليل التشغيل كاملاً وجميع تعليمات التجميع. فيها يصفان إعداد الجهاز ويوضحان الأعضاء إلى كيفية استخدامه بطريقة صحيحة وآمنة.

يجب القيام بأي خدمة، خلاف التنظيف أو صيانة المستخدم، بواسطة ممثل الخدمة المعتمدة.

تحذير: أي تغييرات أو تعديلات في هذا الجهاز قد تبطل ضمان المنتج.



تحذير لجنة الاتصالات الفدرالية - التداخل المحتمل مع موجات الراديو / التلفزيون

EN ISO 20957 الفئة SA (الدراجات ، Arc Trainer ، Cross-Trainer): الاستخدام المهني و/أو التجاري.

EN ISO 20957 Class SB (Treadmill and PowerMill Climber only): استعمال احترافي او تجاري.

EN ISO 20957 الفئة S: الاستخدام المهني و / أو التجاري.

ملاحظة: تم اختبار هذا الجهاز ووجد أنه يمثل حدود الأجهزة الرقمية من الفئة A، وفقاً للجزء 15 من قواعد لجنة الاتصالات الفدرالية. وقد أعدت هذه الحدود لتوفير الوقاية المعقولة من التداخل الضار عند تشغيل الجهاز في بيئة تجارية. هذا الجهاز يولد ويستخدم وقد يشع طاقة ذات تردد لاسلكي، وفي حال عدم التركيب والاستخدام وفقاً لدليل التعلبات، فقد يتسبب في التداخل الضار مع الاتصالات اللاسلكية. من المحتمل أن يتسبب تشغيل هذا الجهاز في منطقة سكنية في التداخل الضار وفي هذه الحالة سيطلب المستخدم بتصحيح التداخل على نفقته الخاصة.

EN ISO 20957 الفئة H: الاستخدام المنزلي.

ملاحظة: تم اختبار هذا الجهاز ووجد أنه يمثل حدود الأجهزة الرقمية من الفئة B، وفقاً للجزء 15 من قواعد لجنة الاتصالات الفدرالية. وقد أعدت هذه الحدود لتوفير الوقاية المعقولة من التداخل في بيئة سكنية. هذا الجهاز يولد ويستخدم وقد يشع طاقة ذات تردد لاسلكي، وفي حال عدم التركيب والاستخدام وفقاً لدليل المستخدم، فقد يتسبب في التداخل الضار مع الاتصالات اللاسلكية. مع ذلك، لا يوجد ضمان بعدم حدوث التداخل في أماكن محددة. إذا تسبب هذا الجهاز في التداخل الضار مع استقبال الراديو أو التلفزيون، الأمر الذي يمكن تحديده بتشغيل وإيقاف تشغيل الجهاز، فينبغي على المستخدم محاولة تصحيح التداخل عن طريق واحد أو أكثر من الإجراءات التالية:

- إعادة توجيه أو نقل هوائي الاستقبال.
- زيادة الفاصل بين الجهاز وجهاز الاستقبال.
- توصيل الجهاز بمأخذ على دائرة مختلفة عن دائرة توصيل جهاز الاستقبال.
- استشارة الوكيل أو فني راديو/تلفزيون خبير للمساعدة.

أجهزة التدريب Cross-Trainer فقط:

أجهزة التدريب Cross-Trainer

بالنسبة لاختبار دقة EN ISO 20957-9: 2016 الفئة SA، فقد تم قياس القوة عند محود التدوير عن طريق توصيل جهاز التدريب بديناموميتر. وقد دار العمود وتم قياس العزم وفقاً لشروط اختبار التشغيل EN ISO 20957-9: 2016 الفئة SA. وجد أن دقة القوة الكهربائية الناتجة المعروضة على وحدة التحكم والقوة الكهربائية الفعلية المقاسة بواسطة الديناموميتر في حدود التفاوت المسموح به لـ EN ISO 20957-9: 2016 الفئة SA (+/- 5 وات وحتى 50 وات و +/- 10% فوق 50 وات).

جهاز التدريب Arc Trainer فقط:

جهاز التدريب أرك تريزر:

بالنسبة لاختبار دقة EN ISO 20957-9: 2016 الفئة SA، فقد تم قياس القوة عند محود التدوير عن طريق توصيل جهاز التدريب بديناموميتر. وقد دار العمود وتم قياس العزم وفقاً لشروط اختبار التشغيل EN ISO 20957-9: 2016 الفئة SA. وجد أن دقة القوة الكهربائية الناتجة المعروضة على وحدة التحكم والقوة الكهربائية الفعلية المقاسة بواسطة الديناموميتر في حدود التفاوت المسموح به لـ EN ISO 20957-9: 2016 الفئة SA (+/- 5 وات وحتى 50 وات و +/- 10% فوق 50 وات).

يصف دليل المستخدم هذا وظائف وحدة التحكم Discover SE4 مع القواعد التالية:

- *Integrity / Integrity+ Series* (جهاز جري ، *Cross-Trainer* ، في الوضع القائم والمائل *Lifecycle*® دراجات التدريب)
- *Aspire Series* (جهاز جري ، *Cross-Trainer* ، في الوضع القائم والمائل *Lifecycle*® دراجات التدريب)
- *+ Club Series* (جهاز جري ، *Cross-Trainer* ، في الوضع القائم والمائل *Lifecycle*® دراجات التدريب)
- *Life Fitness PowerMill™™ Climber*
- *Life Fitness Arc Trainer*

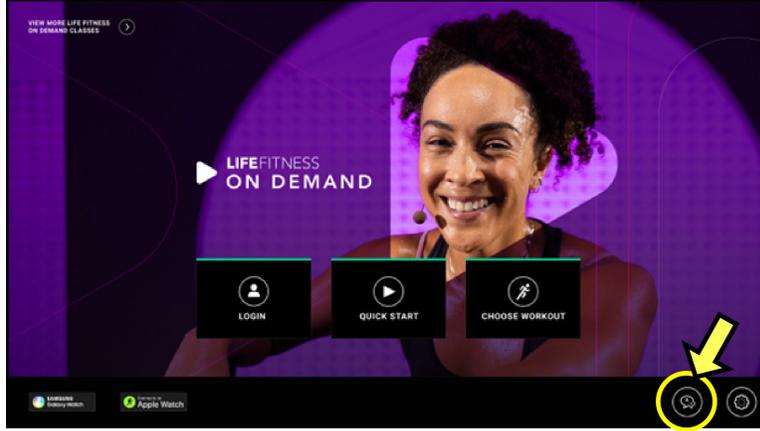
بيان الفرض:

- جهاز الجري *Life Fitness* هو جهاز تدريب يمكن المستخدمين من السير أو الركض، في المكان، في الأماكن الداخلية على سطح متحرك.
- جهاز التدريب *Life Fitness Cross-Trainer* هو جهاز تدريب يجمع بين التبديل البيضاوي منخفض التأثير وحركة دفع / سحب المزاج لتوفير تمارين فعالة للجسم بالكامل في الأماكن الداخلية.
- دراجة التمرينات *Life Fitness Lifecycle* هي جهاز يحاكي حركات ركوب الدراجة في الأماكن الداخلية بسرعات مختلفة ومستويات مقاومة مختلفة.
- جهاز التمرينات *Life Fitness PowerMill Climber* هو جهاز تمارين تجاري يمكن المستخدمين من صعود سلم دوار بمجموعة مختلفة من السرعات.
- جهاز التدريب *Life Fitness Arc Trainer* هو جهاز تدريب متنوع مقاوم للصدمات ومتحمل للأوزان، يُستخدم عن طريق تطبيق القوة على دواسات القدم.

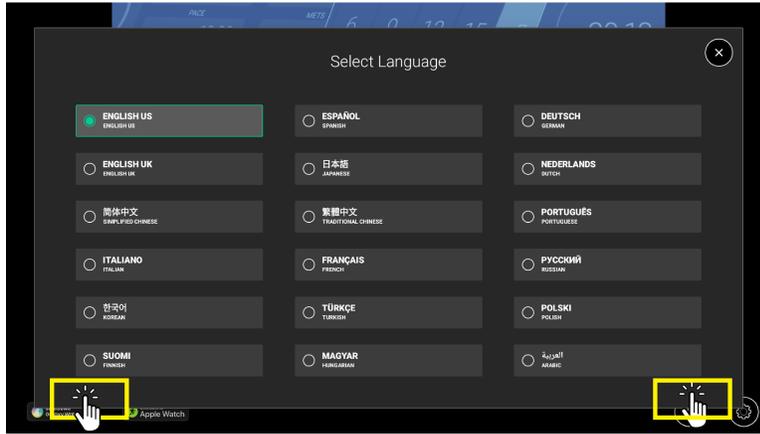
طريقة التوقف - وحدة التحكم Discover SE4

الغرض من أيقونة الوحدة هو منع الاستخدام غير المخطط يتسبب النظام في توقف الوحدة عند تنشيطها

1. انقر فوق أيقونة اللغة الإقونة على شاشة الجذب للوصول إلى اختيار اللغة الشاشة (موقع أيقونة اللغة قد يختلف على وحدات التحكم)

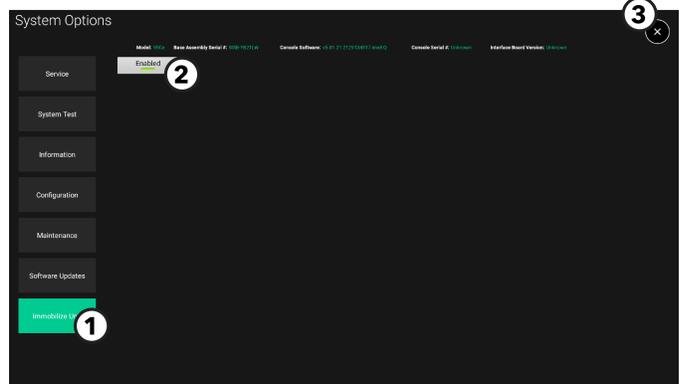


2. انقر فوق الجزء السفلي اختيار اللغة بالترتيب التالي: اسفل-يسار، اسفل-يمين، اسفل-يسار، واسفل-يمين



3. انقر فوق الأيقونة إيقاف الوحدة. وستظهر يمكن.

الوصف	العنصر
أيقونة إيقاف الوحدة	1
أيقونة التمكن	2
أيقونة الخروج	3



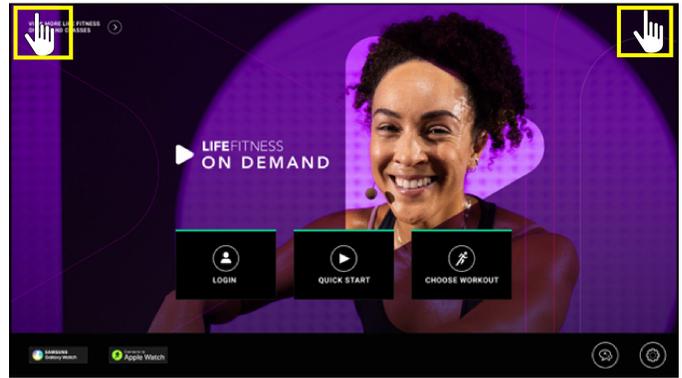
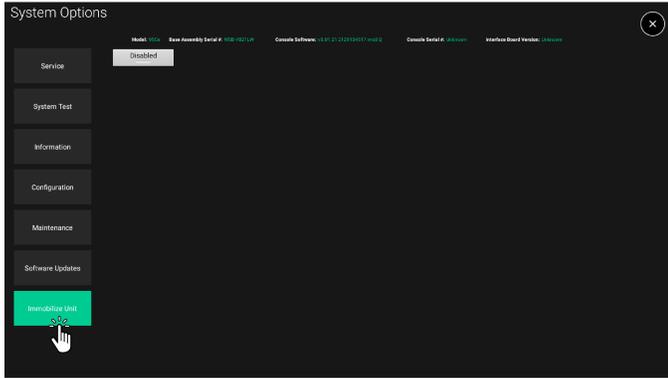
4. انقر فوق أيقونة الخروج X للخروج من خيارات النظام.

5. سيتم إعادة تشغيل الوحدة



7. انقر فوق الجزء العلوي من شاشة الجذب بالتسلسل التالي: أعلى-يسار، أعلى-يمين، أعلى-يسار، و أعلى-يمين للدخول إلى خيارات النظام.

8. انقر فوق الأيقونة إيقاف الوحدة للتعطيل.



2. اتصل

متطلبات الإنترنت

الحد الأدنى لمتطلبات نطاق التزليل لـ 16-1 وحدة:

- 2.5 ميجابايت في الثانية
- 0.25+ ميجابايت في الثانية لأكثر من 16 وحدة.

الحد الأدنى لمتطلبات نطاق التزليل لـ 20-1 وحدة:

- 0.5 ميجابايت في الثانية
- 0.25+ ميجابايت في الثانية لأكثر من 20 وحدة.

متطلبات الشبكة المحلية السلكية (LAN):

ستحتاج إلى توفير عناوين DHCP لجميع وحداتك إذا كانت وحداتك متصلة سلكياً بالإنترنت باستخدام كابل إيثرنت. ستحتاج إلى محلول يمكنه تجميع كابلات إيثرنت الفردية.

1-7 وحدات

- 8-منافذ 10/100/1000

8 وحدات-23 وحدة

- 24-منفذ 10/100/1000

24-47 وحدة

- 48-منفذ 10/100/1000

متطلبات الشبكة المحلية اللاسلكية (LAN)

ملاحظة: يُوصى بوسيلة إنترنت مخصصة. ستحتاج إلى السماح بالمرور الصادر دون أي فلترة أو إعاقه على وصلة الإنترنت الخاصة بك.

نقاط الوصول

- توصي Life Fitness بنسبة 20 من منتجات Integrity Series كحد أقصى لكل نقطة وصول لاسلكية. وتجاوز هذه النسبة يؤدي إلى احتمال تعطل التارين ومشاكل في الاتصال.
- تتطلب وحدة التحكم Discover SE4 اتصال بشبكة لاسلكية باستخدام SSID لـ LFWireless. إذا قمت بشراء نقطة الوصول الخاصة بك من Life Fitness (ACCESS-POINT-01)، فسيتم تثبيت SSID هذا لها كإعداد افتراضي. اتصل بخدمة عملاء Life Fitness على الرقم 1.800.351.3737 أو ممثل Life Fitness الخاص بك قبل إعداد هذه الشبكة للحصول على كلمة المرور المطلوبة لـ SSID.

أدنى المتطلبات:

- درجة تجارية
- نقطة الوصول اللاسلكية N (802.11n)
- النطاق: 5 / 2.4 جيجا هيرتز
- البروتوكول: 802.11n
- الأمان: WPA2-PSK
- التركيب: يمكن التركيب في الجدار أو السقف (مثل Meraki MR32 أو Rukus R500)

خصائص موصي بها

- نقطة الوصول اللاسلكية N (802.11ac)

متطلبات الكابلات

- يمكن استخدام كابلات CAT 5e أو CAT 6 cabling لتوصيل نقاط الوصول اللاسلكية الخاصة بك بشبكتك السلكية. توصي Life Fitness باستخدام كابل CAT 6 لهذا الغرض.

متطلبات وضع أجهزة الشبكة والطاقة

أجهزة الشبكة مثل المودم والموجهات السلكية والمحولات ستحتاج إلى طاقة؛ فارجع إلى مواصفات المنتج لمعرفة المتطلبات بالضبط. كل نقطة وصول ستحتاج إلى طاقة عبر PoE (طاقة عبر الإنترنت) أو محول طاقة اختياري إضافي. فارجع إلى متطلبات الطاقة الموصى بها من جهة التصنيع لمزيد من المعلومات.

تهيئة المنفذ

كل المرور الناشئ من وحدات التحكم الخاصة بنا هو مرور صادر (بمعنى أن البيانات تدفق من وحدات التحكم الخاصة بنا فقط). وإذا لم تقع المرور الصادر والمرور العائد ذي الصلة، فلن تحتاج إلى أي تهيئة إضافية. وإذا قامت شبكتك بتقييد المرور الصادر، فستحتاج إلى فتح الاتصالات الصادرة بهذه المنافذ تحديداً:

- TCP/UDP 80 منفذ
- TCP/UDP 443 منفذ
- TCP/UDP 1883 منفذ
- TCP/UDP 8883
- UDP 1194 منفذ

ستتصل أجهزة التاب بـ *.halo.fitness.com و *.s3.amazonaws.com.

3. البدء

مميزات وحدة التحكم



1. شاشة العرض المسية

- تُستخدم لتحديد التمرينات وإعدادها ومراقبتها وحفظها.
- الوصول إلى خيارات الترفيه.

2. (اتصال قرب المجال) NFC / (هوية التردد اللاسلكي) RFID اختياري

- **NFC**: وصل باهجرة جوال يمكنه ب NFC ، Apple watch و Samsung Galaxy watch لارتدواج سلس ومشاركة المعلومات.
- **RFID** يمكن لأصحاب منشآت اللياقة طلب هذا الخيار لمستخدميه مما يسمح لهم بتقرير بطاقة هوية منشأتهم على وحدة التحكم. تتوافق أجهزة وحدة التحكم مع الترددات الرئيسية (125 كيلوهرتز و13.56 ميجاهرتز) المستخدمين لبطاقات RFID. وحدة ال RFID تدعم أيضاً كل شيء مضمن داخل وحدة ال NFC.

3. محطة شحن لاسلكية / حامل تليفون يشحن كلا من اهجرة جوال الاندرويد والايفون. انظر Qi شاحن حث لاسلكي لمزيد من المعلومات.

4. USB اشحن اهجرة ال USB واستخدمهم لتحديثات برمجية وحدة التحكم.

5. ساعات الرأس: لتوصيل ساعات الرأس للاستماع إلى التلفزيون وخيارات الترفيه.

1. ضع جهازك في وضع المنظر الطبيعي على محطة الشاحن المطاوي المائلة المثلة بـ رمز الشحن.
2. لو ان جهازك يدعم الشحن اللاسلكي Qi ، سوف يضيء المؤشر في اسفل وحدة التحكم باللون الازرق مصحوبا بتنبيه على تلفونك الجوال بان الجهاز يقوم بالشحن.

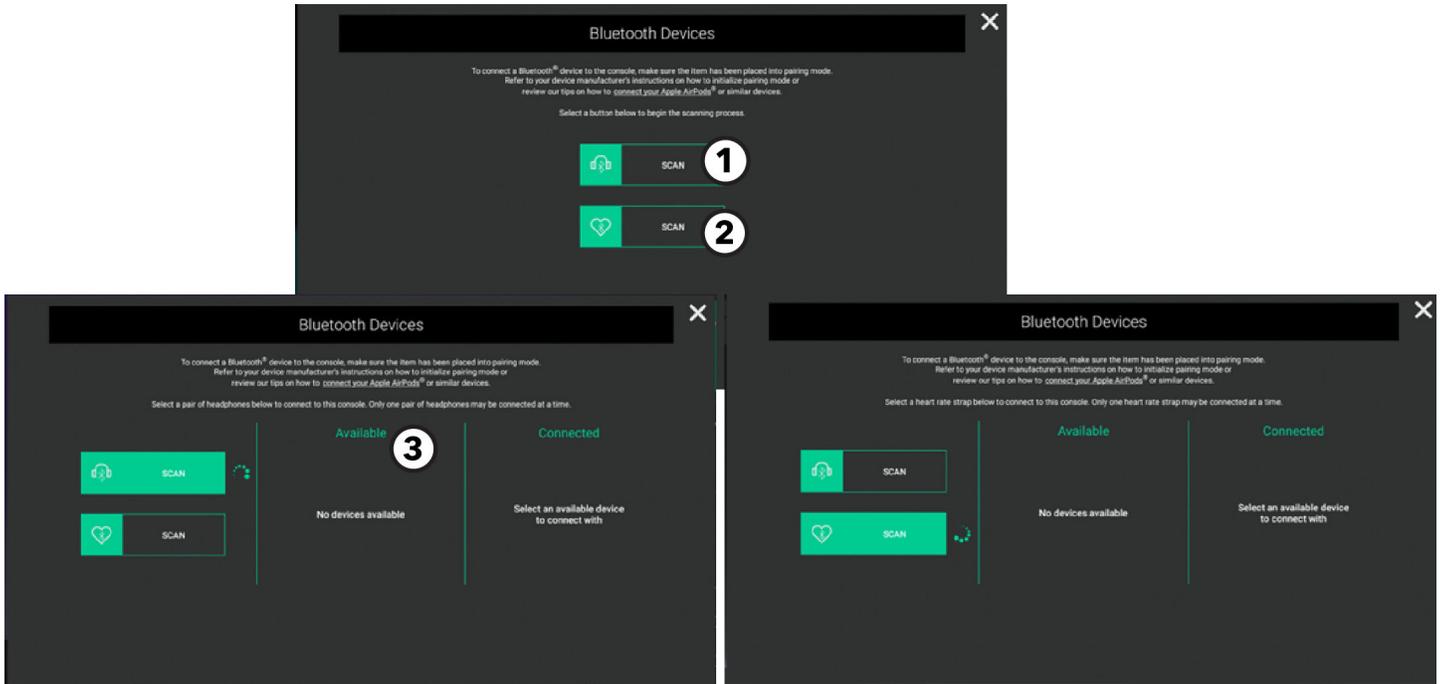


ملاحظة: انظر مواصفات وحدة التحكم توصيفات شاحن الحث اللاسلكي Qi.

ملاحظة: انظر اكتشاف الاخطاء - الشاحن اللاسلكي للمعلومات.

اخلاء المسؤولية والاحتياطات:

- يدعم كلا من اجهزة الاندرويد و Apple وواحدات طاقة الشحن السريع الخاصة بها.
- الشاحن اللاسلكي مصمم لشحن التليفون فقط. وغير مضمون لشحن الاجهزة الطرفية الاخرى مثل AirPods او الساعات الذكية.
- لا تضع التليفون الجوال على الشاحن اللاسلكي عندما توضع مواد موصلة ، مثل الاجسام المعدنية والمغناطيس ، بين التليفون الجوال والشاحن اللاسلكي. من الممكن الا يشحن التليفون الجوال كما ينبغي او يزداد سخونة اوان يتلف التليفون الجوال والبطاقات.
- لا تضع التليفون الجوال على شاحن لاسلكي ببطاقة شحن او بطاقة متعرف موجات تردد راديو (RFID) (مثل بطاقة نقل او فتح) موضوع بين خلفية التليفون الجوال وغطاء التليفون الجوال.
- احتفظ ببطاقات الشحن وطاقات ال RFID (مثل بطاقات النقل او الفتح) بعيدا عن منطقة الشحن.
- لو ان حاوية التليفون تخزن بطاقات شحن او بطاقات اخرى معتمدة على RFID ، ازل الحاوية قبل استخدام الشاحن اللاسلكي.
- اعتمادا على موقع ملف الشاحن اللاسلكي للتليفون الجوال ، يمكن لتليفونك الجوال الا يشحن كما ينبغي. اضبط تلفونك الجوال كما يجب حتى يصبح ضوء مؤشر الشحن في وضع التشغيل و/او تلفونك الجوال يشير الى انه يشحن.
- ان الشحن اللاسلكي من الممكن الا يعمل كما ينبغي لو قمت بتوصيل حاوية سميكة الى تلفونك الجوال. لو كانت حاويتك سميكة ، انزعها قبل وضع تلفونك الجوال على الشاحن اللاسلكي.
- لو قمت بتوصيل شاحن للتليفون الجوال اثناء الشحن اللاسلكي ، لن تكون خاصية الشحن اللاسلكي متاحة.
- لو كنت مستخدما تلفونك متصلا بساعة ، ضع التليفون في الوضع الطبيعي. ان وضع تلفونك في وضع الصورة من الممكن ان يحرك لفة الشحن خارج وضع الشحن.
- لو انك تستخدم حاوية شحن لاسلكي على تلفونك الجوال ، لا تضع الحاوية ابدا على بطن الشاحن. لان هذا يمكن ان يؤدي الى زيادة سخونة بطن الشاحن و/والحاوية ، ويجعل خطر الاحتعال والتدمير.
- الشاحن اللاسلكي لا يحتوي على زر تشغيل.



توفر قائمة جهاز Bluetooth خيارين للبحث:

- ساعة الرأس
- شريط الصدر الخاص بقياس معدل ضربات القلب

1. ساعة الرأس

اضغط للبحث عن أجهزة Bluetooth المتوفرة.

ملاحظة: تأكد من أن ساعات الرأس الخاصة بك في وضع الاقتران. ساعات الرأس التي تستخدم إشارة Bluetooth ذات طاقة منخفضة أو ساعات الأذن الفردية غير متوافقة.

ملاحظة: لا تسمح تهيئة STB Sync وجهاز الاستقبال على الأرضية بث صوت Bluetooth من التلفزيون إلى ساعات الرأس.

2. شريط الصدر الخاص بقياس معدل ضربات القلب

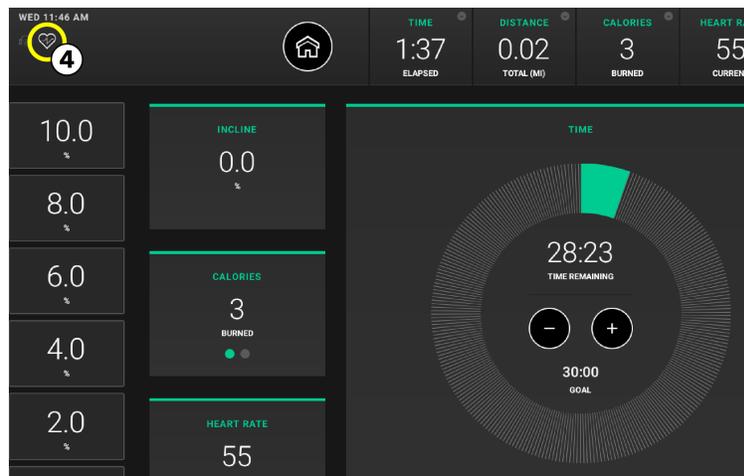
اضغط للبحث عن أجهزة Bluetooth المتوفرة (مثال: +ANT)

3. الأجهزة المتوفرة

مرر خلال قائمة الأجهزة المتوفرة. انقر فوق الرمز + لإقران جهازك.

4. رمز معدل ضربات القلب

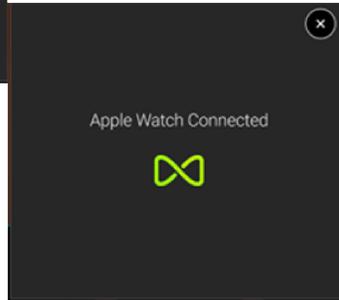
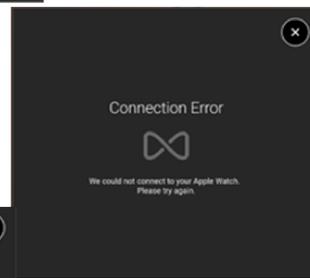
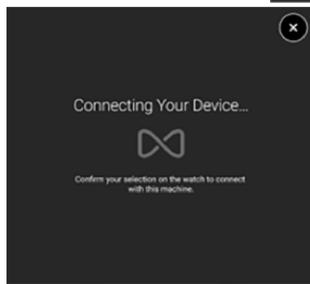
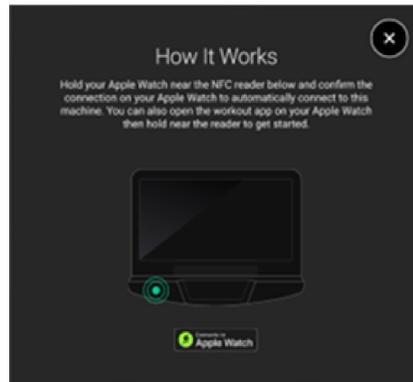
رمز معدل ضربات القلب على الركن اليسار العلوي للشاشة سوف يضيء.





اضغط على زر الاتصال بـ Apple Watch لمعرفة المزيد عن توصيل جهاز Apple Watch الخاص بك.

1. في أي وقت قبل شاشة ملخص التمرين، ضع Apple Watch عند الزاوية اليمنى السفلية من حامل الجهاز اللوحي حيث يقرأ NFC. يجب أن يكون وجه الساعة مواجهًا لحامل الجهاز اللوحي للتوصيل.
 2. ملاحظة: يمكن للمستخدمين أيضا فتح تطبيق التمرين على Apple Watch وجعله قريبًا من القارئ للبدء.
- تكون Apple Watch متصلة عند ظهور الرمز ∞ في الزاوية اليسرى العلوية من الشاشة.



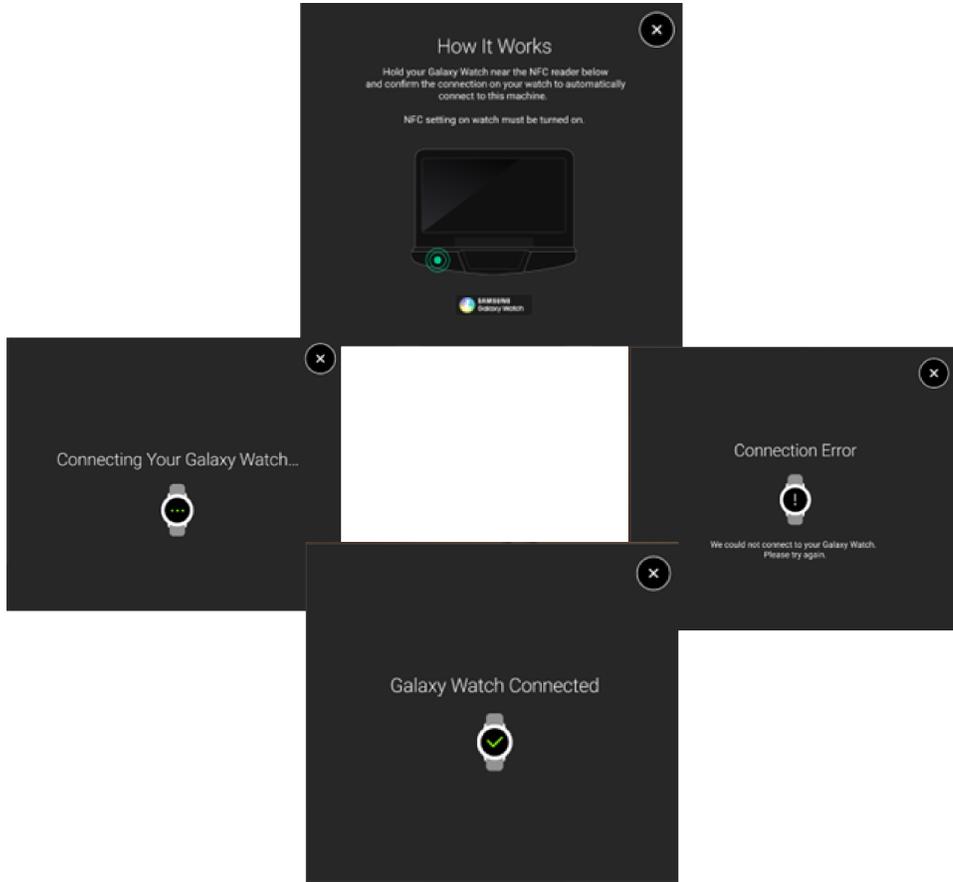


اضغط على زر Samsung Galaxy Watch لمعرفة المزيد عن توصيل جهاز Samsung Galaxy watch الخاص بك.

1. في أي وقت قبل شاشة ملخص التمرين، ضع Samsung Galaxy Watch عند الزاوية اليسرى السفلية من حامل الجهاز اللوحي حيث يكون قريباً من قارئ NFC. يجب أن يكون جانب الساعة مواجهًا لحامل الجهاز اللوحي للتوصيل.

ملاحظة: NFC على الساعة يلزم ان يكون في وضع التشغيل.

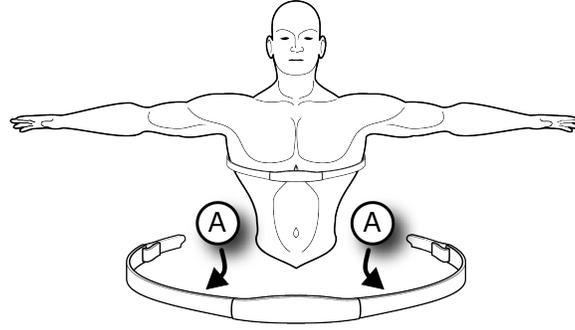
2. يكون Samsung Galaxy atch متصلة عند ظهور رمز الساعة في الزاوية اليسرى العلوية من الشاشة.



شريط الصدر Polar® الاختياري الخاص بقياس معدل ضربات القلب عن بعد

يقوم نظام Polar لمراقبة معدل ضربات القلب عن بعد بنقل إشارات معدل ضربات القلب إلى وحدة التحكم عند ضغط الأقطاب قبالة الجلد. تُرفق هذه الأقطاب بشريط الصدر Polar الخاص بقياس معدل ضربات القلب عن بعد الذي يرتديه المستخدم أثناء التمرين. شريط الصدر Polar الخاص بقياس معدل ضربات القلب عن بعد هو شريط اختياري. اتصل بخدمة دعم عملاء Life Fitness للطلب.

انظر المخطط لمعرفة الموضع الصحيح لشريط الصدر Polar الخاص بقياس معدل ضربات القلب عن بعد. يجب أن تظل الأقطاب (A)، السطحين المجوفين في الجانب السفلي من الشريط، رطبة لنقل نبضات القلب الكهربائية بدقة إلى جهاز الاستقبال مرة أخرى. فقم بترطيب الأقطاب. ثم ثبت شريط الصدر Polar الخاص بقياس معدل ضربات القلب عن بعد أسفل عضلات الصدر قدر الإمكان. ينبغي أن يكون الشريط محكمًا ومريحًا بالقدر الكافي في نفس الوقت للسماح بالتنفس الطبيعي.



يقوم شريط جهاز الإرسال بتوفير قراءة مثالية لمعدل ضربات القلب عندما تكون الأقطاب الكهربائية ملامسة للجلد العاري مباشرة. إلا أنه يعمل بشكل أفضل من خلال طبقة رقيقة من القماش الرطب. إذا لزم إعادة ترطيب شريط الصدر Polar لقياس معدل ضربات القلب عن بعد، فأبعده عن الصدر لكشف القطبين، وأعد ترطيبها.

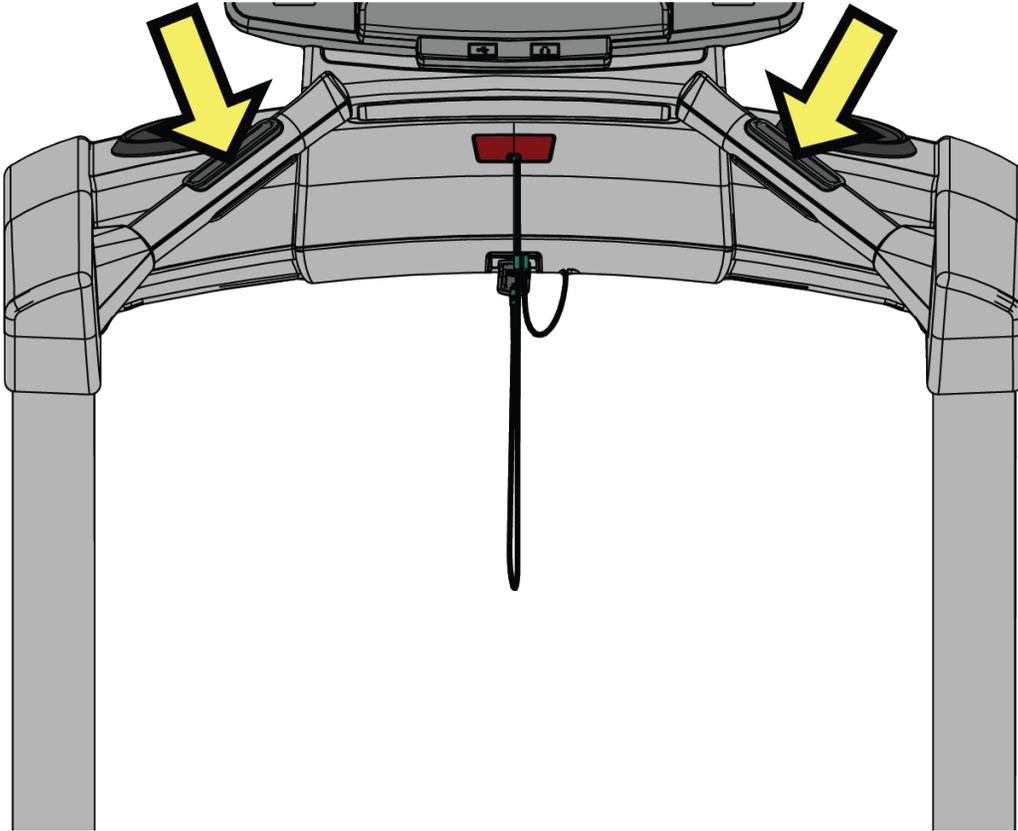
ملاحظة: في حال الإمساك بمستشعرات نظام Lifepulse أثناء ارتداء شريط الصدر، وإذا كانت الإشارات الواردة من المستشعرات صحيحة، فإن الكمبيوتر الموجود بالجهاز يستخدم إشارات المستشعر هذه لحساب معدل ضربات القلب بدلاً من المرسل عن طريق شريط الصدر Polar الخاص بقياس معدل ضربات القلب عن بعد.

ملاحظة: أثناء إعداد تمرين heart rate zone training، سيطلب المستخدم بإدخال سرعة بدء التشغيل. في حال عدم اكتشاف شريط الصدر Polar الخاص بقياس معدل ضربات القلب عن بعد، فستكون أقصى سرعة مسموح بها 4.5 ميل في الساعة / 7.2 كيلو متر في الساعة (أجهزة الجري فقط). وفي حال اكتشاف شريط الصدر Polar الخاص بقياس معدل ضربات القلب عن بعد، فيمكن للمستخدمين التمرين بأقصى سرعة مسموح بها **معدة في مدير التهيئة القائمة**.

مستشعرات نظام Lifepulse المسجلة (ب) هي نظام مضمن لمراقبة معدل ضربات القلب موجود بهذا المنتج. للحصول على أدق قراءة ممكنة، قم بما يلي أثناء التمرين:

- أمسك بالمستشعرات بإحكام.
- أمسك بكل مستشعر من المنتصف.
- حافظ على ثبات اليدين في مكانها.

تجاز مشي



تعرض وحدة التحكم معدل ضربات القلب في غضون 10 ثوانٍ إلى 40 ثانية من إمساك المستخدم للمستشعرات. قد تؤثر العوامل التالية على قراءة Lifepulse:

- وضع اليد على المستشعر بشكل غير صحيح
- نشاط الجزء العلوي من الجسم أو الغسول أو الأوساخ على اليدين
- الضغط الزائد أو غير الكافي عند الإمساك بالمستشعرات

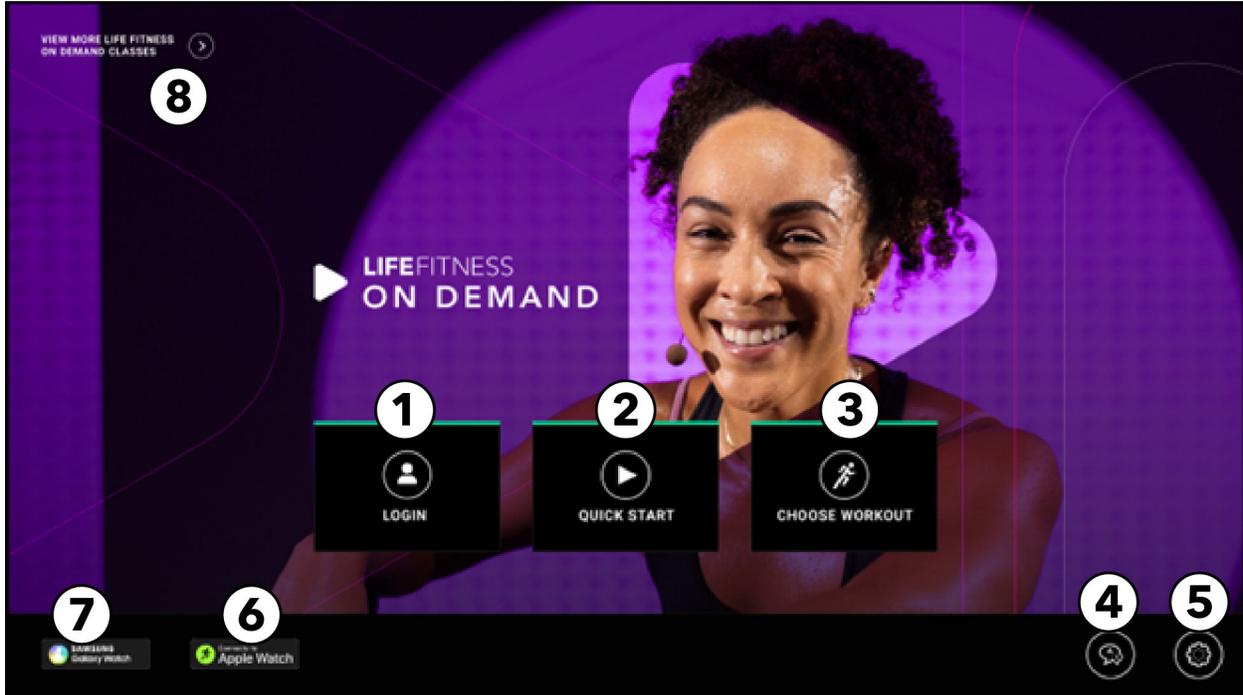
ملاحظة: لا تحاول الإمساك بالمستشعرات عند سرعات تزيد عن 4.5 ميل في الساعة أو 7.2 كم في الساعة. لهذه السرعات، يُوصى باستخدام شريط الصدر Polar الخاص بقياس معدل ضربات القلب عن بعد.

4. التشغيل

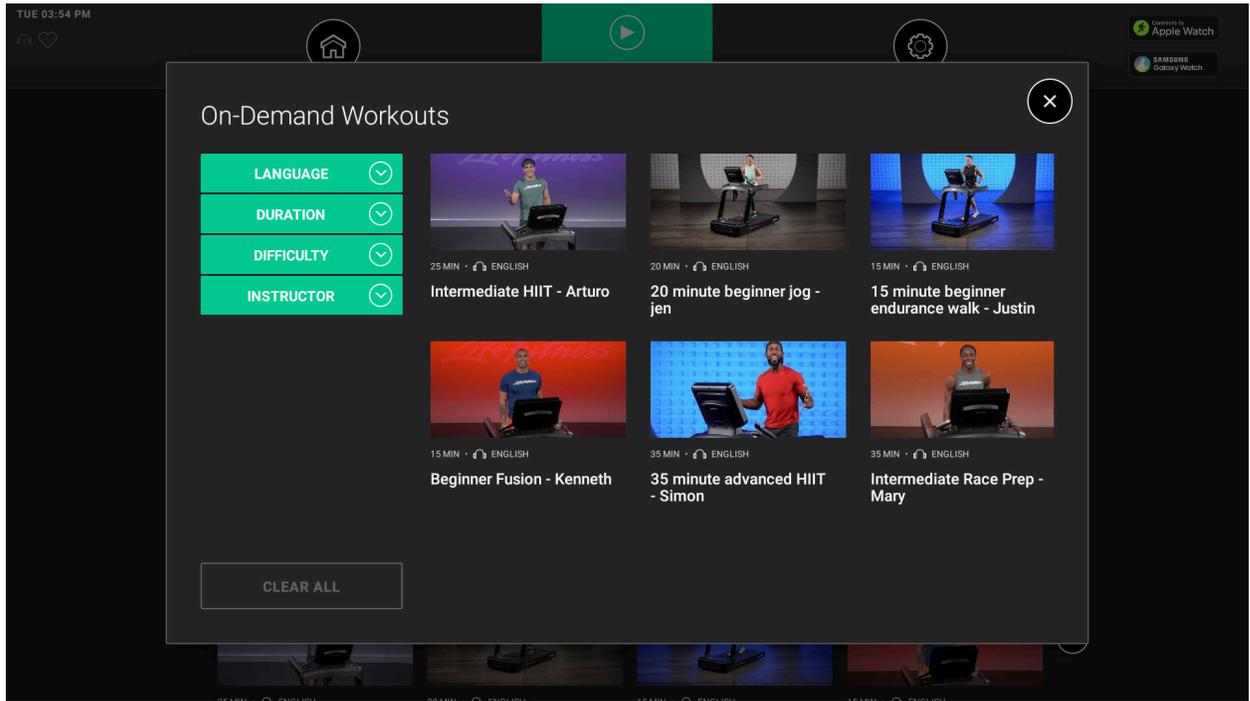
الشاشة الرئيسية

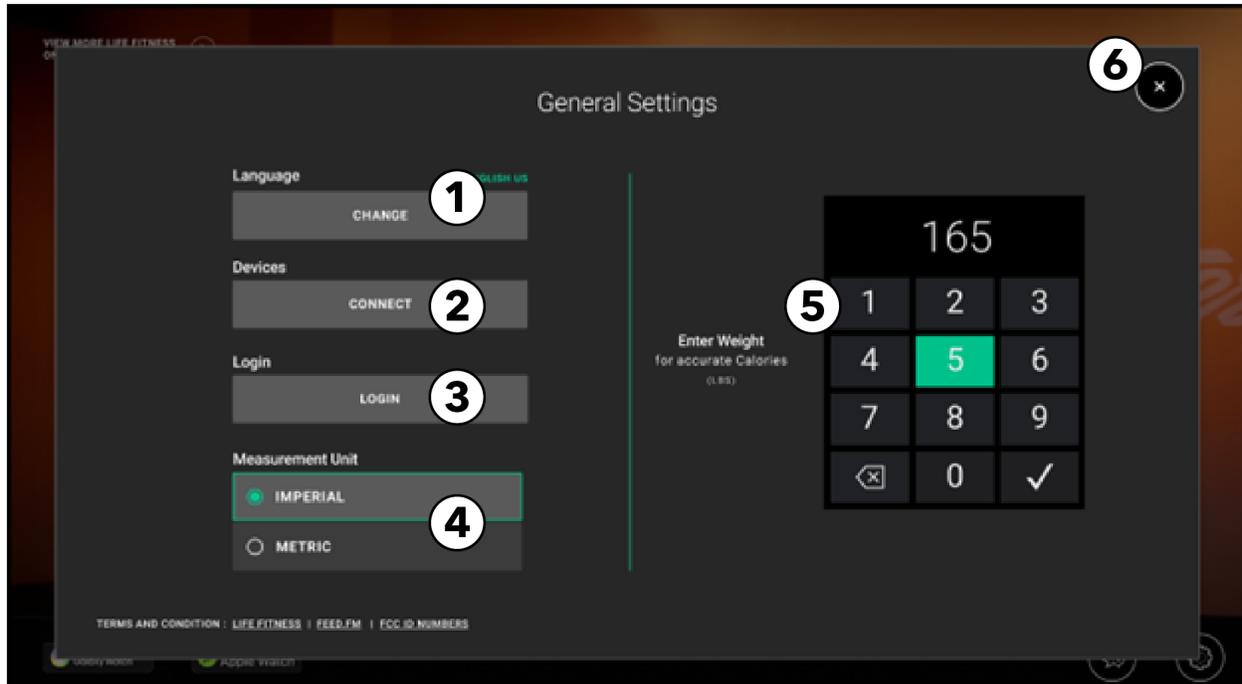
شاشة اللمس LCD سهلة الاستخدام تسمح للمستخدمين بما يلي:

- تحديد التمرينات وإعدادها ومراقبتها وحفظها.
- الوصول إلى خيارات الترفيه.

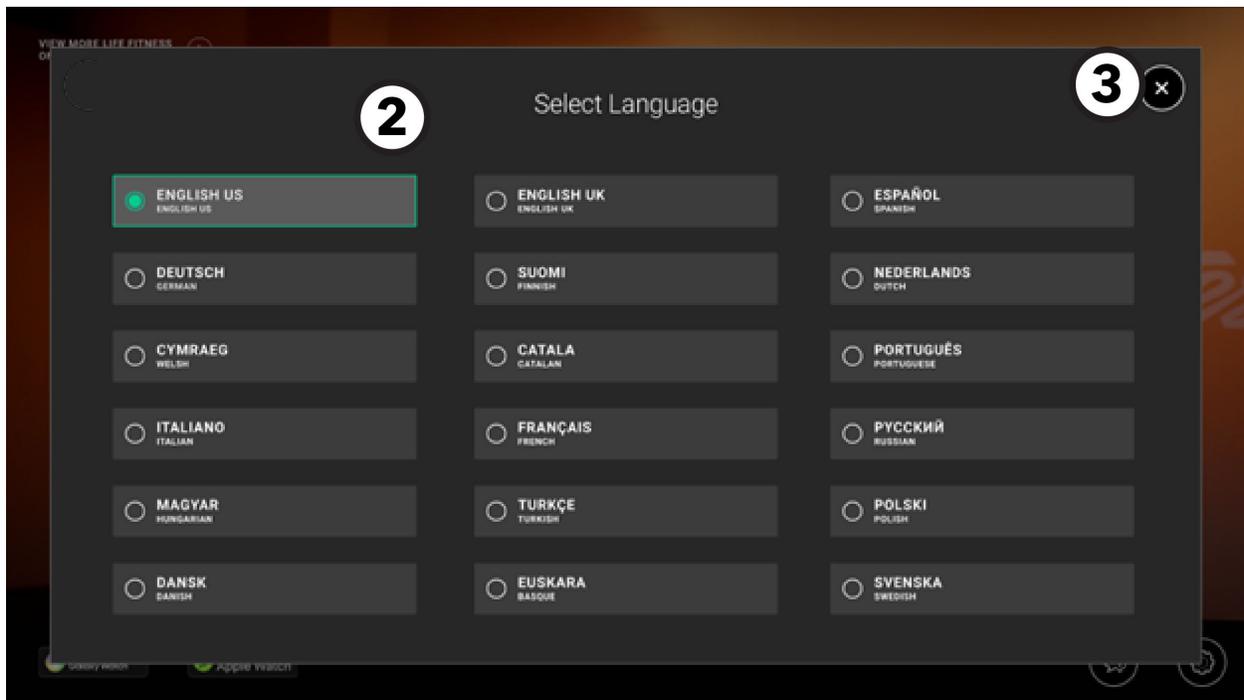
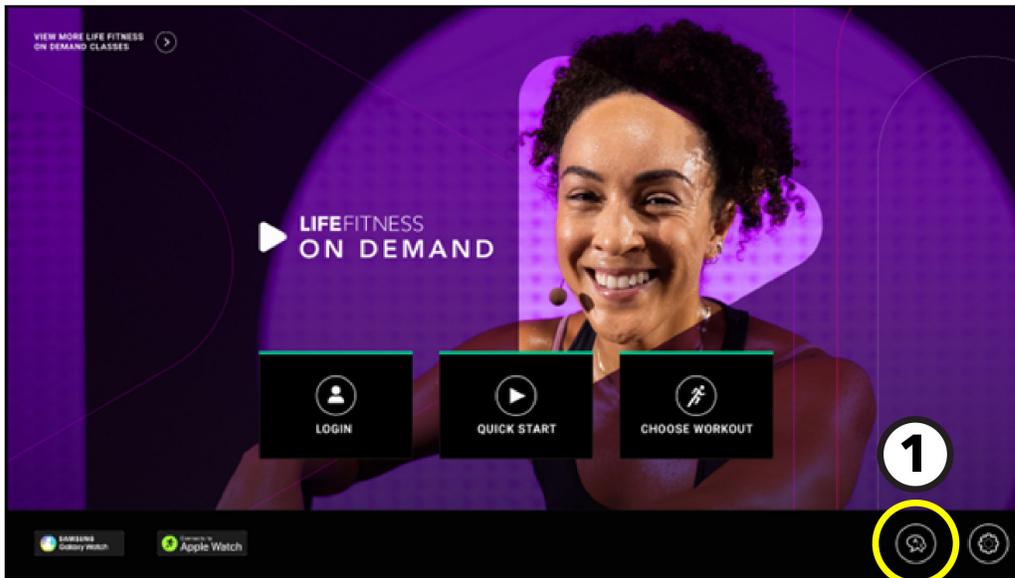


1. تسجيل الدخول: اضغط لتسجيل الدخول إلى حساب LFconnect أو Halo الخاص بك.
2. التشغيل السريع - اضغط لبدء تمرين على الفور دون إعداد أو تحديد هدف.
3. اختيار التمرين: اختر تمرينًا من الفئات التالية:
 - تمارينات شائعة
 - دروس بواسطة المدرب عند الطلب
 - أراضي تفاعلية
 - أهداف قياسية
 - اختبارات اللياقة
 - بداية سريعة
4. اللغة: حدد لغة لاستخدامها أثناء التمرين.
5. الإعدادات: اضغط لإدخال وزنك أو تغيير وحداتك (إمبريالية أو مترية).
6. التوصيل بـ Apple Watch®: اضغط لمعرفة المزيد عن توصيل جهاز Apple Watch الخاص بك.
7. Samsung Galaxy Watch®: اضغط لمعرفة المزيد عن توصيل جهاز Samsung Galaxy Watch الخاص بك.





1. اللغة: حدد لغة لاستخدامها أثناء الترين.
2. **Bluetooth**: ابحث عن هواتف ساعات رأس أو أجهزة ضربات قلب مزودة بتقنية Bluetooth يمكنها.
3. تسجيل الدخول: تسجيل الدخول إلى حساب LFconnect أو Halo الخاص بك.
4. وحدة القياس اختر امبريالي أو قياسي.
5. استخدم لوحة المفاتيح العددية لإدخال قيمة الوزن.
6. خروج اضغط للخروج من شاشة الاعدادات والعودة إلى الشاشة الرئيسية.

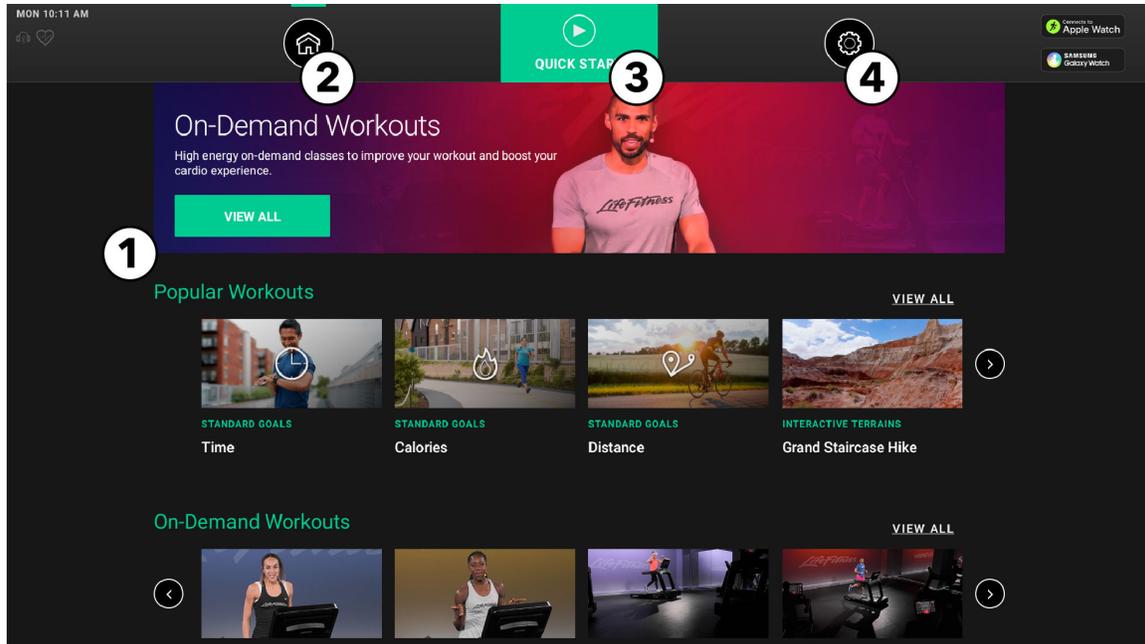


1. اضغط على أيقونه تحديد لغة في الشاشة الرئيسية.
2. اختر اللغة المرادة من شاشة تحديد اللغة.
يمكن للمستخدمين تحديد لغة لاستخدامها خلال التمرين.
ملاحظة: لا يمكن عرض سوى اللغات المحددة بواسطة المدير.
3. اخرج من شاشة تحديد اللغة وعد إلى الشاشة الرئيسية.

اختيار التمرين الخاصة بك

مر شاشة اختيار التمرين لعرض خيارات التمرين المتوفرة.

ملاحظة: تختلف التمارين المتوفرة بنوع القاعدة.

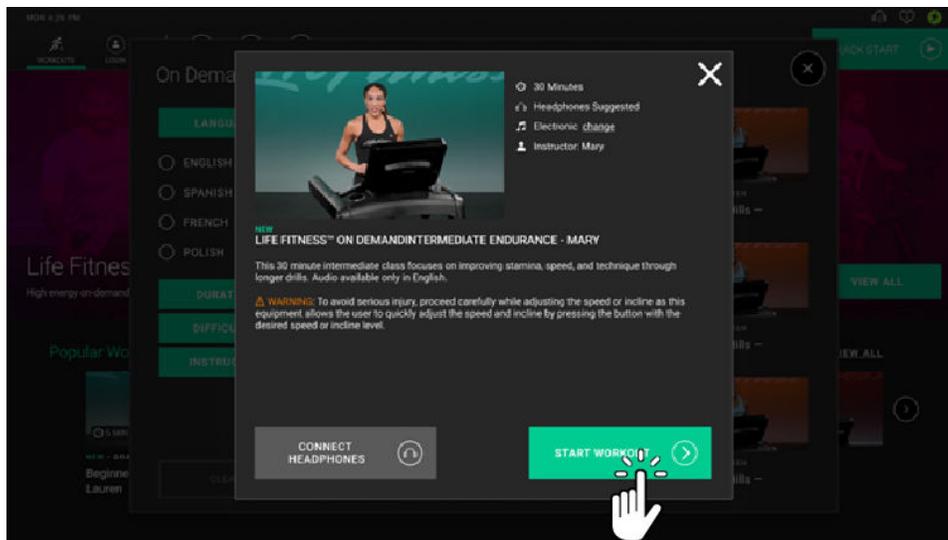


1. مر خلال خيارات التمرين:

- التمرينات الشائعة - لتحديد تمرين كثيرًا ما يختاره المدربون.
- تمارين عند الطلب اختر فصل مختار بالمدرّب يث عبر الأترنت.
- مناطق تفاعلية اختر فيديوهات من المناطق التفاعلية المتاحة.
- الأهداف القياسية - لاختيار تمرين بناء على هدف معين.
- اختبارات اللياقة - لتحديد من بين اختبارات اللياقة المتوفرة.
- التشغيل السريع - ابدأ تمرين على الفور دون إعداد أو تحديد هدف.

اضغط على التمرين المراد للوصول إلى وصف عن التمرين المحدد.

اضغط على بدء التمرين للوصول إلى إعداد تمرين.



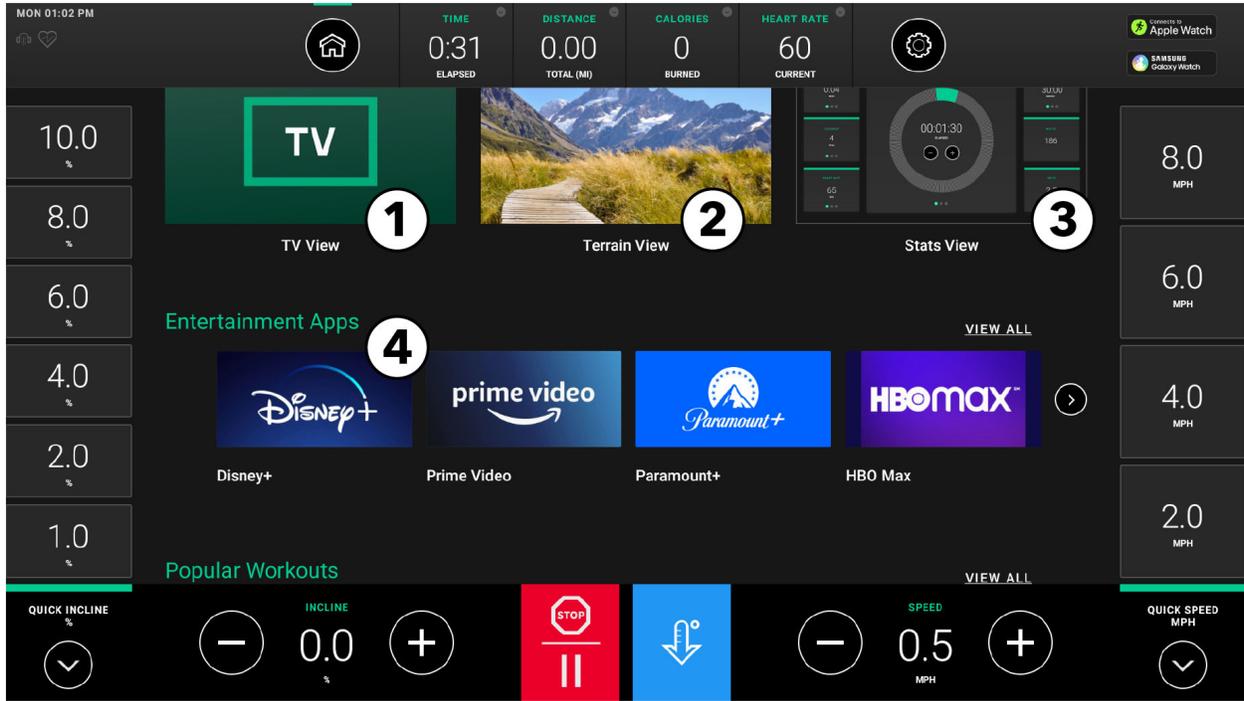
2. اضغط للعودة إلى الشاشة الرئيسية.

3. التشغيل السريع - اضغط لبدء تمرين على الفور دون إعداد أو تحديد هدف.

4. المواصفات العامة اضغط للوصول إلى خيارات المواصفات العامة.

في مشاهدات التمرين واختيارات التسلية

يستطيع المستخدمون اختيار مختلف الرؤى وخيارات التسلية أثناء التمرين.



1. رؤية التلفاز اختر لمشاهدة التلفزيون أثناء التمرين.
2. رؤية المنطقة اختر مشاهدة فيديو للتمرين ، جرب في خصائص اول شخص من خلال المناظر الطبيعية ، مناظر المدينة ، والأحداث.
3. رؤية الإحصاءات اختر لترى أخصاءات التمرين محددة أثناء التمرين.
4. تطبيقات التسلية اختر من قسم تطبيقات التسلية لتستمتع أثناء التمرين.

يلزم ان يكون المستخدمون في التمرين للوصول الي مشاهدة التلفاز



1. اضغط **رؤية التلفاز** لمشاهدة التلفاز.

2. قائمة القنوات

قائمة تحتوي على كل القنوات المتوفرة.

ملاحظة: موضح بالصورة

3. لوحة مفاتيح القنوات

اضغط للوصول الي لوحة رقمية لادخال رقم القناة

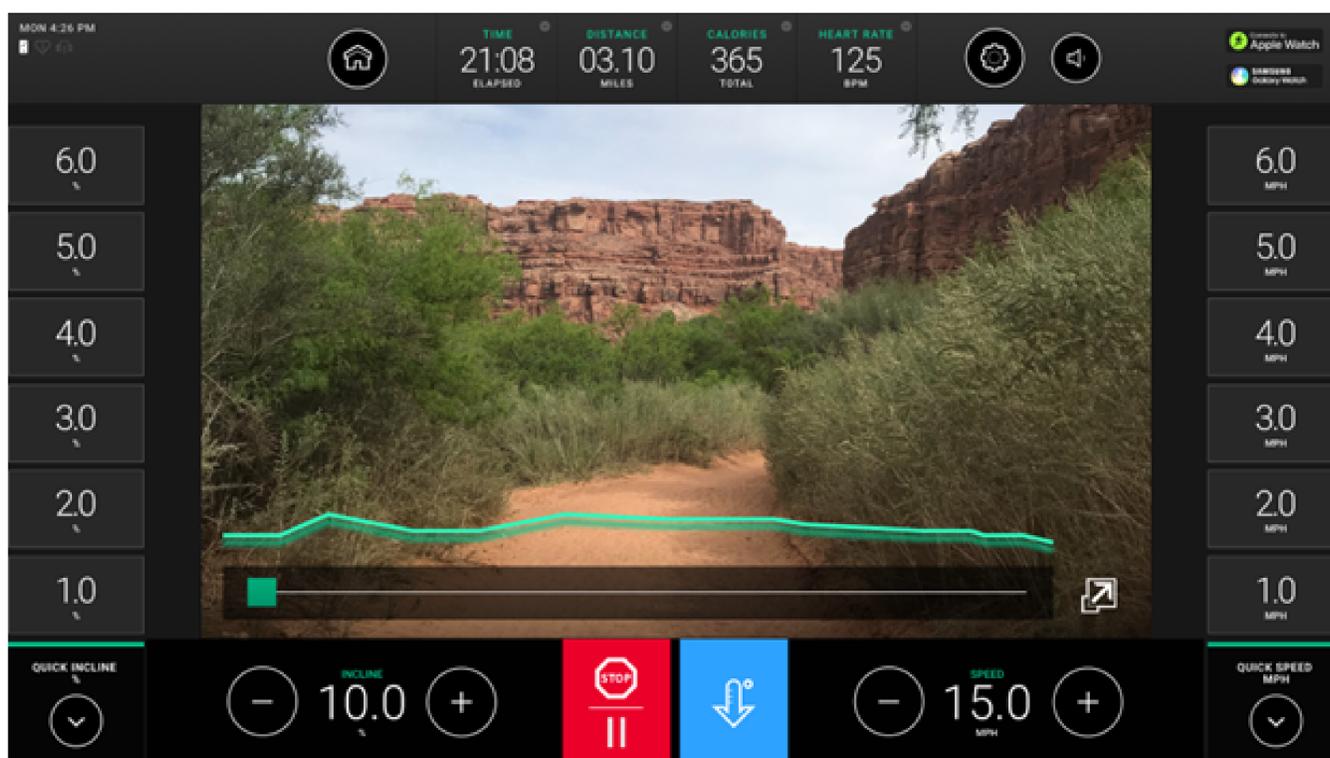
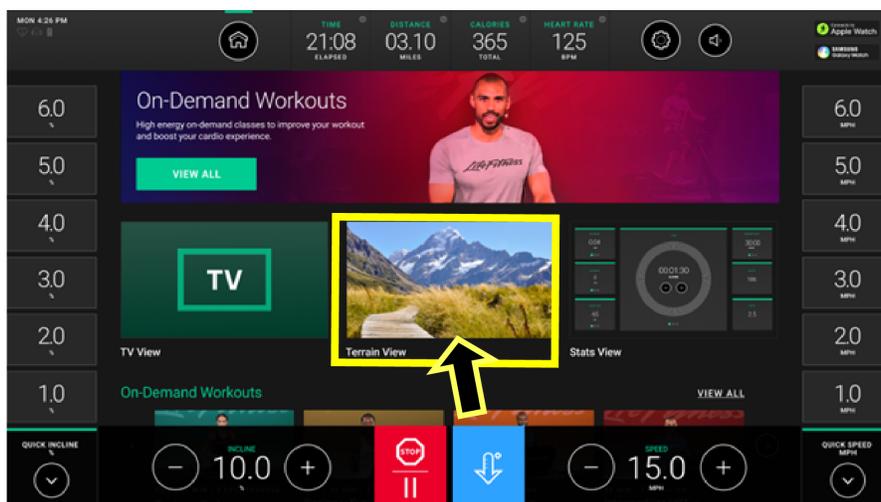
4. الأسهم أعلى وأسفل

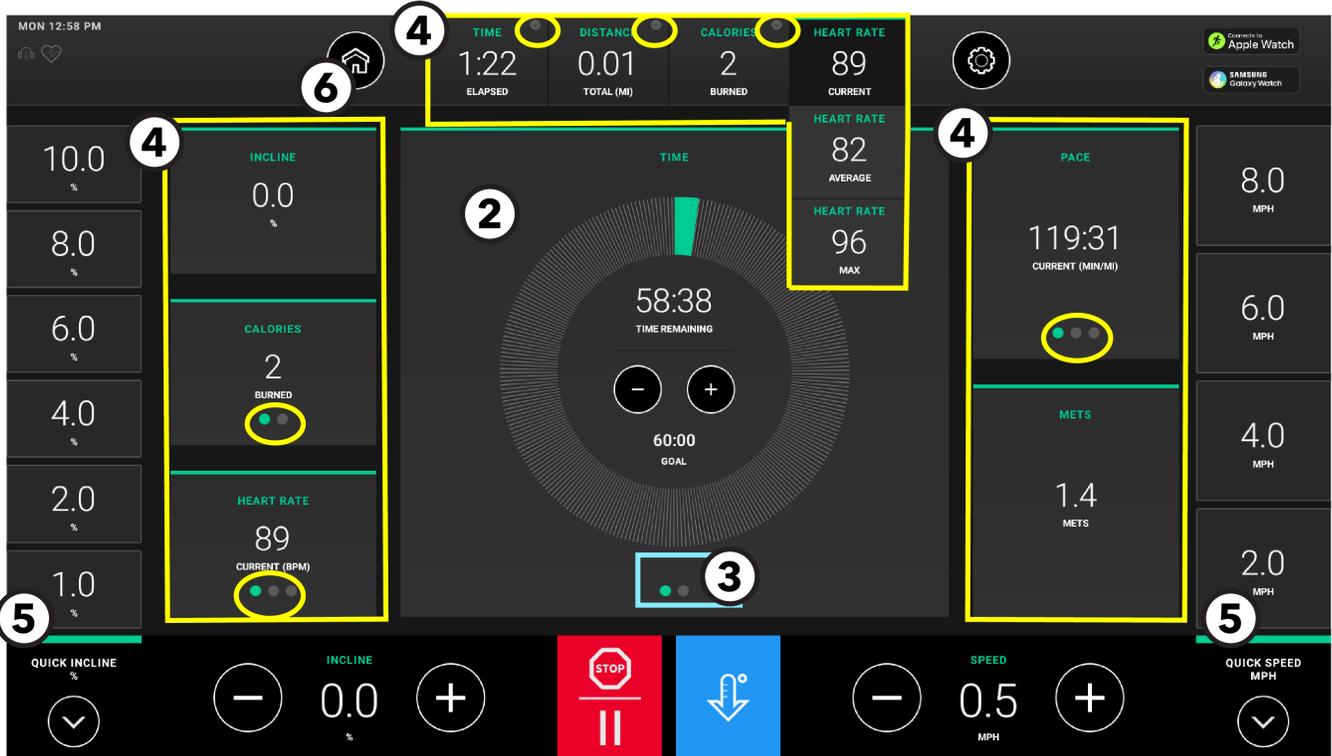
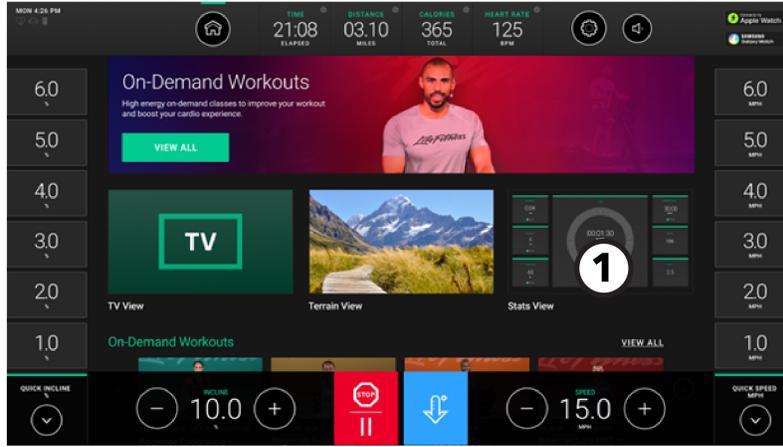
استخدم الاسهم للتنقل بين القنوات

5. تغيير حجم الشاشة

اضغط للتبديل بين حجم الشاشة الكامل والمصغر.

يمكن للمستخدمين اختيار رؤية المطقة للاستمتاع بالتمرين مع فيديو.





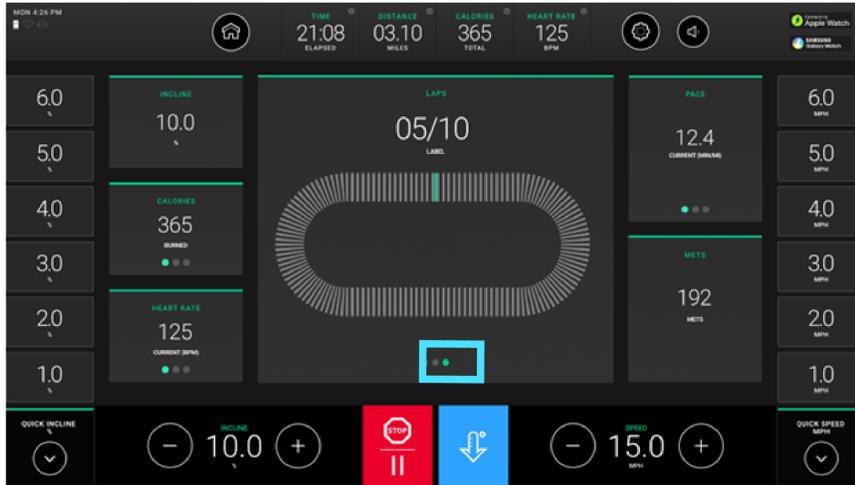
ملاحظة: الوقت المستهدف علي جهاز المشي يمكن اختياره ويظهر على الصورة على سبيل المثال.

1. اضغط مشاهدة الاحصائيات
2. منظر التمرين يظهر في منتصف الرقاقة.
 - مشاهدة التقدم للهدف
 - زود او اقتص القراءات الموضحة

3. انتقل لمشاهدة مناظر إضافية للتمرين.

ملاحظة: تختلف فئات التمرين والتاريخ المتوفرة تبعاً لنوع القاعدة.

مشاهدة Laps



4. إحصائيات إضافية

ملاحظة: الإحصائيات المتاحة تختلف حسب نوع القاعدة والتمرين المختار.

تظهر الإحصائيات عبر الشريط العلوي للرقاقة الجانبية. الإحصائيات الإضافية المتاحة:

- اضغط على السهم لأسفل المجاور للبدء على اللوح العلوي.
- التنقل إلى الدوائر على قاعدة الإحصائيات يظهرها على الرقاقات الجانبية.

الإحصائيات المتاحة على السهم لأسفل على الشريط العلوي / الدوائر على الرقاقات.

الوقت	المسافة	السرعات الحرارية	معدل ضربات القلب	الوتيرة
الوقت المتبقي	المسافة الكلية (ميل / كيلومتر)	السرعات الحرارية المحترقة (كجمي)	الحالي (خففة في الدقيقة)	الوتيرة الحالية (دقيقة / ميل او دقيقة / كيلومتر)
الوقت المتبقي	تسلق (قدم)	السرعات الحرارية المحترقة (في الساعة)	المتوسط (خففة في الدقيقة)	متوسط الوتيرة (دقيقة / ميل او دقيقة / كيلومتر)
الوتيرة الحالية (دقيقة / ميل او دقيقة / كيلومتر)	طاقة (METS)	الطاقة (القوة الكهرية)	اقصى (خففة في الدقيقة)	سرعة متوسطة (ميل في الساعة / كيلومتر في الساعة)
سرعة متوسطة (ميل في الساعة / كيلومتر في الساعة)				

5. ازرار اللمس السريع

ملاحظة: اختيارات اللمس السريع تختلف حسب نوع القاعدة.

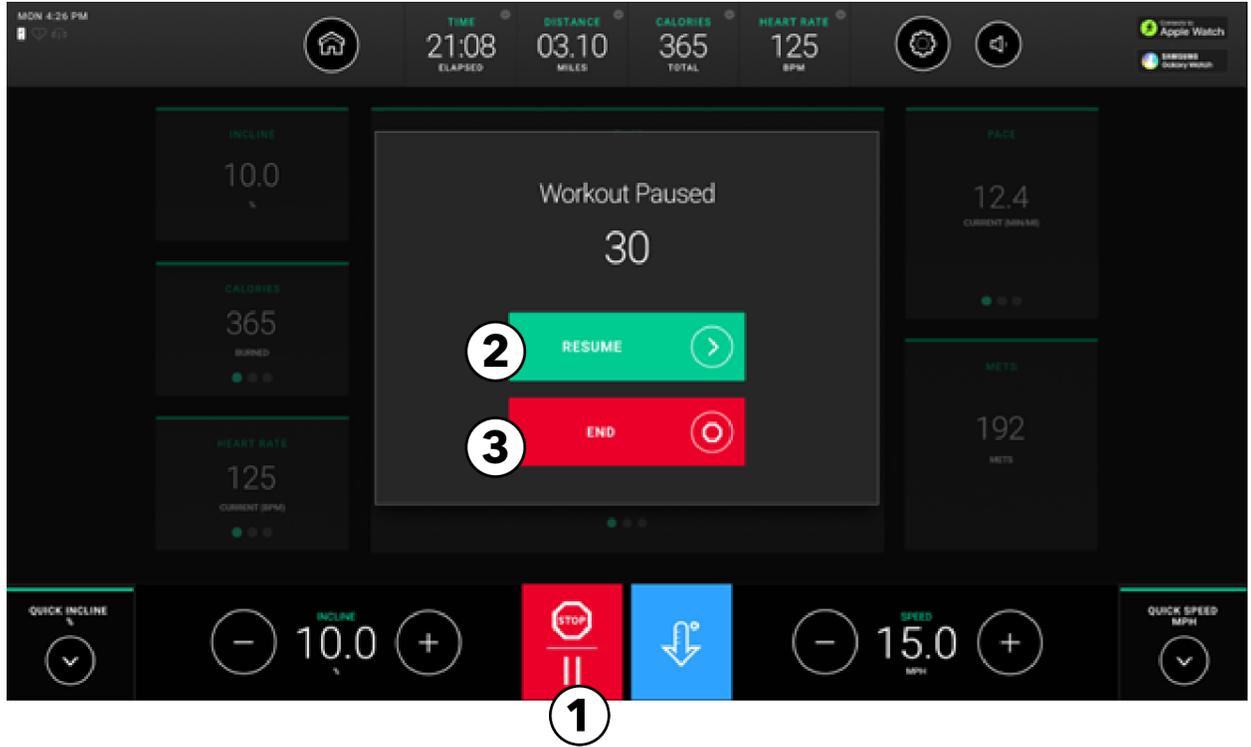
- **زيادة الميل** اضغط على احد ازرار اللمس السريع ليغير بسرعة الميل اثناء التمرين.
- **السرعة** اضغط على احد ازرار اللمس السريع ليغير بسرعة المعرعة اثناء التمرين.
- **المقاومة** اضغط على احد ازرار اللمس السريع ليغير بسرعة المقاومة اثناء التمرين.
- **المستوى** اضغط على احد ازرار اللمس السريع ليغير بسرعة المستوى اثناء التمرين.

6. الشاشة الرئيسية

اضغط للعودة للشاشة الرئيسية.

ملاحظة: حزام جهاز المشي يستمر في الحركة عند الضغط على الشاشة الرئيسية اثناء التمرين.

ملاحظة: ديانامو PowerMill يحافظ على حركة السلالم عند الضغط على الشاشة الرئيسية اثناء التمرين.



1. اضغط على الزر **إيقاف مؤقت / إيقاف** لإيقاف التمرين مؤقتًا.

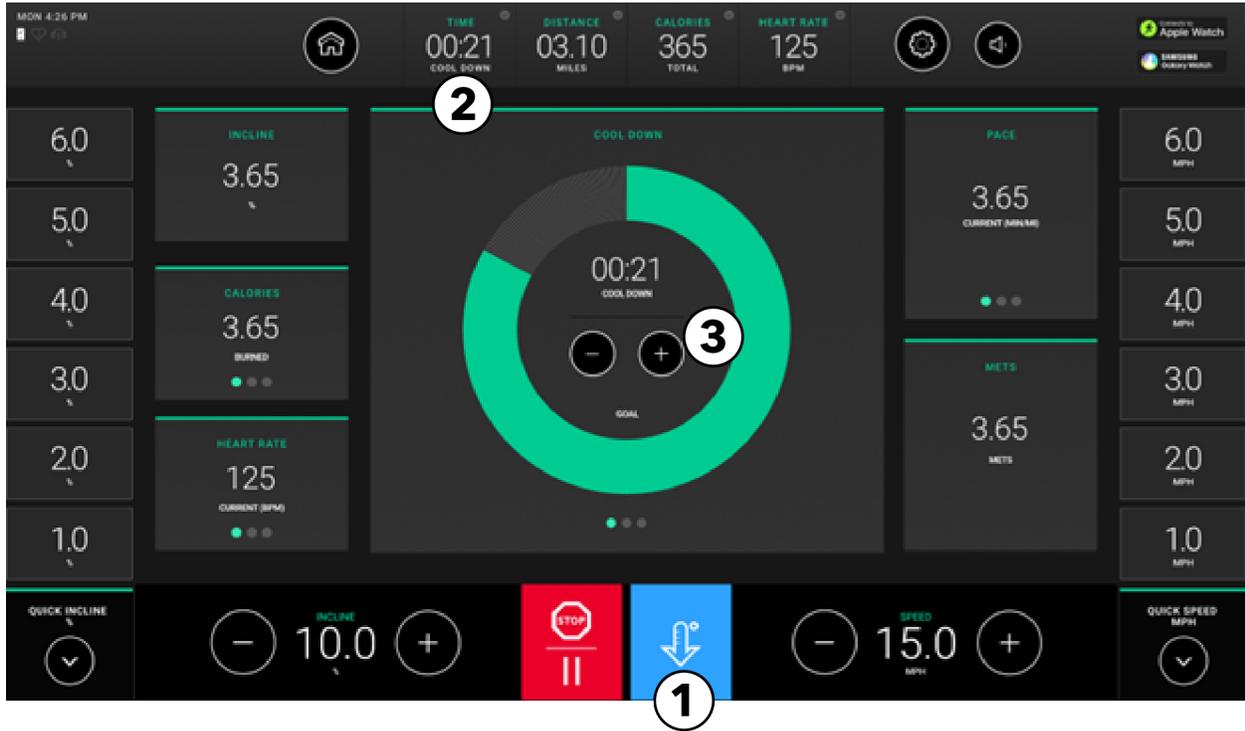
اختر أحد الخيارات التالية أثناء التواجد في وضع الإيقاف المؤقت:

2. **استئناف**

اضغط لمتابعة التمرين الحالي.

3. **إنهاء التمرين**

اضغط لإنهاء التمرين الحالي وعرض ملخص للتمرين.



1. اضغط على زر التهدئة في أي وقت خلال التمرين لتشغيل وضع التهدئة.

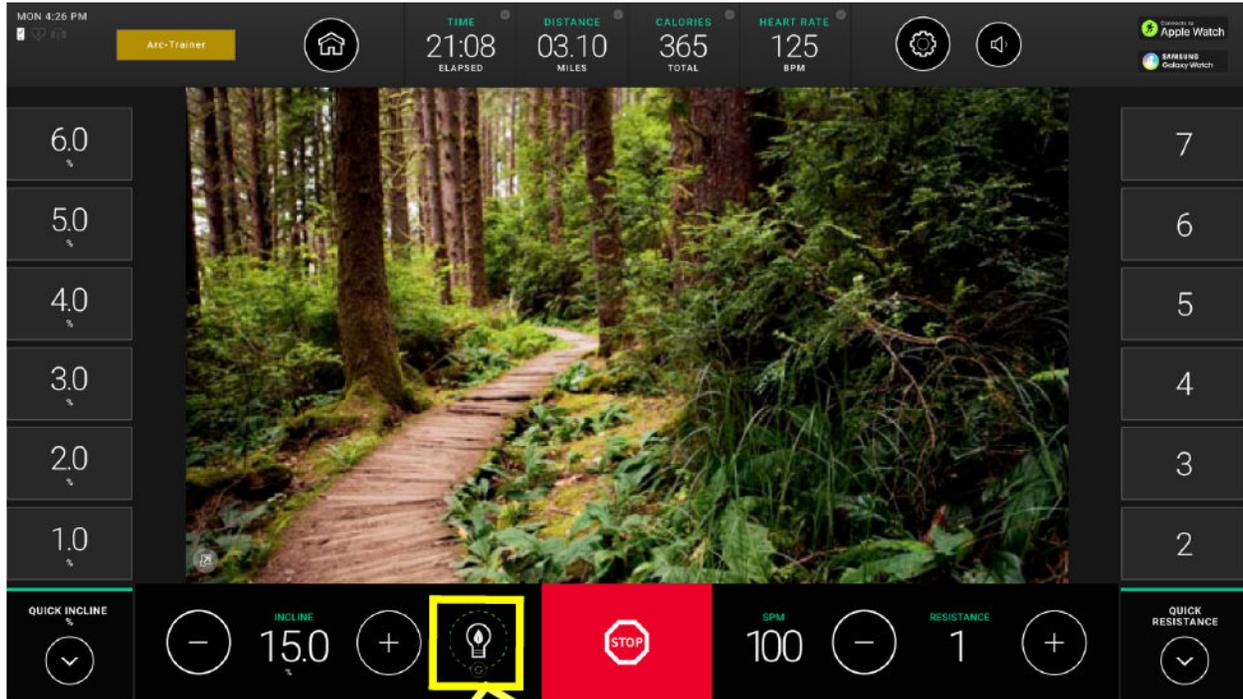
2. شاشة الوقت

- سينتقل الوقت إلى التهدئة عند الدخول إلى وضع التهدئة.
- تعرض شاشة الوقت في البداية مقدار الوقت بالدقائق الذي يجب أن يمكنه تمرين محدد في وضع التهدئة.
- ستبدأ شاشة الوقت في العد تنازلي إلى أن تصل 00:00.

3. زيادة / تقليل الوقت

- اضغط على - لتقليل وقت التهدئة بفواصل بمقدار دقيقة.
- اضغط على + لزيادة وقت التهدئة بفواصل بمقدار دقيقة.

ملاحظة: ان سرعة ال PowerMill و قواعد حماز المشي تنقص أوتوماتيكيا بعد الضغط على زر التهدئة.



ملاحظة: طريقة Hybrid موجودة على المعدة بدون طاقة (arcs, cross-trainers و العجلات) فقط !

طريقة Hybrid (لو تم تمكينها) تظهر مصباح الإضاءة على اللوح السفلي لمشهد ما داخل التمرين. سوف يضيء مصباح الإضاءة ليظهر ملئه عند استخدام الدواسات لتنتج كهرباء تنقص من سحب الطاقة. شاشة ملخص التمرين سوف تظهر رسالة عن نقص كمية الطاقة لتمطي طاقة لهذا الجهاز.

Arc Trainer	PowerMill	الدراجات	Cross-Trainer	مجاز مشي
بناءة سرعة	بناءة سرعة	بناءة سرعة	بناءة سرعة	بناءة سرعة
أهداف قياسية <ul style="list-style-type: none"> الوقت المسافة السرعات الحرارية معدل ضربات القلب (متوسط, قوي) الفواصل (شدة عالية, تحمل) الطاقة الثانية 	أهداف قياسية <ul style="list-style-type: none"> الوقت السرعات الحرارية تسلق معدل ضربات القلب (متوسط, قوي) الفواصل (2-السرعة, 3-السرعة, شدة أعلى, تحمل) 	أهداف قياسية <ul style="list-style-type: none"> الوقت المسافة السرعات الحرارية معدل ضربات القلب (متوسط, قوي) الفواصل (مفتاح التشغيل, شدة عالية, تحمل) الطاقة الثانية طاقة تكميلية التدريبات التنفسية مكافئات الأيض 	أهداف قياسية <ul style="list-style-type: none"> الوقت المسافة السرعات الحرارية معدل ضربات القلب (متوسط, قوي) الفواصل (مفتاح التشغيل, شدة عالية, تحمل) الطاقة الثانية طاقة تكميلية التدريبات التنفسية عكسي 	أهداف قياسية <ul style="list-style-type: none"> الوقت المسافة السرعات الحرارية تسلق معدل ضربات القلب (متوسط, قوي) الفواصل (تنوع, شدة عالية, تحمل)
تركيز عضلي <ul style="list-style-type: none"> Glute Camp اندفاع القوة إجمالي الساق 				
اختبارات اللياقة <ul style="list-style-type: none"> اختبار لياقة LF 	اختبارات اللياقة <ul style="list-style-type: none"> اختبار لياقة LF بروتوكول الحد تحت الأقصى الفرعي WFI CPAT 	اختبارات اللياقة <ul style="list-style-type: none"> اختبار لياقة LF القوات البحرية الولايات المتحدة 	اختبارات اللياقة <ul style="list-style-type: none"> اختبار لياقة LF القوات البحرية الولايات المتحدة 	اختبارات اللياقة <ul style="list-style-type: none"> اختبار لياقة LF القوات البحرية الولايات المتحدة جيش الولايات المتحدة البحرية الولايات المتحدة القوات الجوية الولايات المتحدة بروتوكول الحد تحت الأقصى الفرعي WFI بطارية الكفاءة البدنية IPPT

بدء سرعة	
التمرين اليدوي الذي يتجاوز إعداد التمرين وينتقل إلى التمرين مباشرة.	
أهداف قياسية	
التمرين الذي ليس له مطلب سوى الانتهاء في مدة زمنية محددة.	هدف الوقت
تمرين ليس له مطلب سوى الانتهاء عند المسافة المقطوعة المحددة.	هدف المسافة
تمرين ليس له مطلب سوى الانتهاء عند السرعات الحرارية المحروقة المحددة.	هدف السرعات الحرارية
تمرين ليس له مطلب سوى الانتهاء عند الارتفاع المتسلق المحدد.	هدف التسلق
معدل ضربات القلب	
سيتم ضبط المقاومة / الميل لتحقيق 65% من أقصى معدل ضربات قلب.	• معتدل
سيتم ضبط المقاومة / الميل لتحقيق 80% من أقصى معدل ضربات قلب.	• قوي
الفاصل	
تم إنشاء تمرين الفاصل الخاص بك بتخصيص زري سرعة مختلفين. تتيح لك تغييرات السرعة بشكل سريع.	• مخصص
تمرين فاصل عالي الكثافة باستخدام 2 مستوي / 2 سرعة. النسبة 1:3 (30 ثانية نشط : 90 ثانية استعادة). أدخل سرعة سيصعب تشغيلها لأكثر من دقيقة واحدة. أدخل سرعة جري أو سير خاصة بالاستعادة. الهدف من هذا التمرين هو تحسين إمكانات أقصى سرعة لديك VO2 اقصى.	• كثافة عالية
تمرين فاصل متوسط الكثافة باستخدام 2 مستوي / 2 سرعة. النسبة 1:3 (180 ثانية نشط : 60 ثانية استعادة). أدخل سرعة سيصعب تشغيلها أو 5k. أدخل سرعة جري خاصة بالاستعادة. الهدف من هذا التمرين هو تحسين قدرتك على التحمل عند التشغيل لـ 5 كيلو أو لفات أكثر.	• القدرة على التحمل
تمرين تحديث بفاصل 1:1 يتقدم من فواصل الكثافة المنخفضة إلى فواصل الكثافة المرتفعة.	• البادئ
تم إنشاء تمرين الفاصل الخاص بك بتخصيص زري سرعة مختلفين. تتيح لك تغييرات السرعة بشكل سريع.	• 2-السرعة
تم إنشاء تمرين الفاصل الخاص بك بتخصيص ثلاثة أزرار سرعة مختلفة. تتيح لك تغييرات السرعة بشكل سريع.	• 3-السرعة
ستظل الطاقة ثابتة خلال السرعات. تمرين مثالي للحفاظ على كثافة ثابتة.	الطاقة الثابتة
ستزداد الطاقة أكثر مع السرعات العالية. جيد لتدريب الفواصل.	طاقة تكيفية
تمرني موجه يقوم بتنوع العضلات والكثافة المستخدمة.	التدريبات التنفسية
تم تقسيم تمارينات إلى أجزاء أمامية وعكسية.	عكسي
اختر حرق السرعات الحرارية لتحديد كثافة ثابتة لكافئات الأيض أثناء التمرين.	مكافئات الأيض
تركيز عضلي	
مقاومة وميل تقدمين يستهدفان العضلات الباسطة في الورك، متنوعة براحة لمدة 1 دقيقة.	Glute Camp
فواصل وجيزة عالية الكثافة لتطوير القوة.	اندفاع القوة
فواصل بديلة للمقاومة والميل لتغيير العضلات المستهدفة.	إجمالي الساق

اختبارات اللياقة	
اختبار لياقة Life Fitness	اختبار الحد الأقصى الفرعي لمدة 5 دقائق للتنبؤ بأقصى VO_2 . وسيقوم بتقدير لياقة الأوعية الدموية ويمكن استخدامه لمراقبة التحسن في التحمل كل 4 - 6 أسابيع. انظر اختبار لياقة Life Fitness لمزيد من المعلومات.
اختبار الاستعداد البدني لمشاة البحرية الأمريكية (PRT)	هو اختبار يهدف المسافة لمدة 5 دقائق يعتمد على الوقت اللازم لإتمام المسافة المطلوبة ويُستخدم بواسطة البحرية الأمريكية والأكاديميات البحرية لقياس القدرة التنفسية.
اختبار اللياقة البدنية للجيش الأمريكي (PFT)	هو اختبار أداء بدني لمدة 5 دقائق يُستخدم لتقييم التحمل العضلي واللياقة القلبية التنفسية.
اختبار اللياقة البدنية لمشاة البحرية الأمريكية (PFT)	هو اختبار أداء بدني يُستخدم لتقييم التحمل العضلي واللياقة القلبية التنفسية.
اختبار لياقة القوات الجوية الأمريكية	هو اختبار أداء بدني يُستخدم لتقييم التحمل العضلي واللياقة القلبية التنفسية.
بروتوكول الحد تحت الأقصى الفرعي WFI	هو تقييم تدريجي للحد الأقصى الفرعي يُستخدم للتنبؤ بالقدرة التنفسية لرجال الإطفاء. يقوم هذا الاختبار تلقائيًا بزيادة السرعة والميل (جهاز الجري فقط) حتى بلوغ معدل ضربات القلب المستهدف. يجل هذا التقييم محل تقييم Gerkin بمجرد تجاوز معدل ضربات القلب المستهدف لمدة 15 ثانية، ينتقل البرنامج إلى وضع التهدئة.
بطارية الكفاءة البدنية (PEB)	تُستخدم بواسطة إنفاذ القانون الفيدرالي الأمريكي، مكتب التحقيقات الفيدرالي الأمريكي، وغيرها من المنظمات الفيدرالية للتعيين في الوظائف الفيدرالية وصيانتها.
اختبار الكفاءة البدنية الفردية (IPPT)	هو جزء الـ 2.4 كيلو متر من اختبار اللياقة البدنية القياسي المستخدم من قبل القوات المسلحة السنغافورية، قوات الشرطة وقوات الدفاع المدني.
اختبار القدرة البدنية للمرشح	يُستخدم للتنبؤ بالقدرة على أداء مهام إطفاء الحريق الأساسية التي تصممها الرابطة الدولية لرجال الإطفاء. يبدأ الاختبار بفترة إحماء لمدة 20 ثانية بمعدل خطوات محدد يبلغ 50 خطوة في الدقيقة ويلبها اختبار لمدة 3 دقائق بمعدل خطوات محدد يبلغ 60 خطوة في الدقيقة.

أهداف قياسية	مدخل المستخدم
الوقت	<ul style="list-style-type: none"> 3 قيم محددة مسبقاً أو استخدم لوحة المفاتيح لإدخال الوقت المراد المنطقة (مستوية، فاصل التل، تلال دوارة، عشوائية، كيلومتر تجارو) المستوى (في حال اختيار فاصل التل، عشوائي، تلال دوارة أو كيلومتر تجارو) السرعة الوزن
المسافة	<ul style="list-style-type: none"> 3 قيم محددة مسبقاً أو استخدم لوحة المفاتيح لإدخال المسافة المرادة المنطقة (مستوية، فاصل التل، تلال دوارة، عشوائية، كيلومتر تجارو) المستوى (في حال اختيار فاصل التل، عشوائي، تلال دوارة أو كيلومتر تجارو) السرعة الوزن
السرعات الحرارية	<ul style="list-style-type: none"> 3 قيم محددة مسبقاً أو استخدم لوحة المفاتيح لإدخال السرعات الحرارية المرادة الوزن المنطقة (مستوية، فاصل التل، تلال دوارة، عشوائية، كيلومتر تجارو) المستوى (في حال اختيار فاصل التل، عشوائي، تلال دوارة أو كيلومتر تجارو) السرعة الوزن
تسلق	<ul style="list-style-type: none"> 3 قيم محددة مسبقاً أو استخدم لوحة المفاتيح لإدخال الأقدام المرادة المنطقة (مستوية، فاصل التل، تلال دوارة، عشوائية، كيلومتر تجارو) المستوى (في حال اختيار فاصل التل، عشوائي، تلال دوارة أو كيلومتر تجارو) الميل (في حال تم اختيار مستوي)) السرعة الوزن
معدل ضربات القلب	<ul style="list-style-type: none"> 3 قيم محددة مسبقاً أو استخدم لوحة المفاتيح لإدخال الوقت المراد السن التدريب (حرق متوسط أو حرق قوي) معدل ضربات القلب المستهدف السرعة الوزن
النواصل	<ul style="list-style-type: none"> الإعدادات (تنظيبي، عالي الشدة، تحمل) الوقت (إذا تم اختيار تنظيبي) سرعة منخفضة سرعة عالية الوزن

أهداف قياسية	مدخل المستخدم
الوقت	<ul style="list-style-type: none"> • 3 قيم محددة مسبقاً أو استخدم لوحة المفاتيح لإدخال الوقت المراد • المنطقة (مستوية، فاصل التل، تلال دوارة، عشوائية، كيلبانجارو) • المستوى • الوزن
المسافة	<ul style="list-style-type: none"> • 3 قيم محددة مسبقاً أو استخدم لوحة المفاتيح لإدخال المسافة المرادة • المنطقة (مستوية، فاصل التل، تلال دوارة، عشوائية، كيلبانجارو) • المستوى • الوزن
السرعات الحرارية	<ul style="list-style-type: none"> • 3 قيم محددة مسبقاً أو استخدم لوحة المفاتيح لإدخال السرعات الحرارية المرادة • الوزن • المنطقة (مستوية، فاصل التل، تلال دوارة، عشوائية، كيلبانجارو) • المستوى • الوزن
معدل ضربات القلب	<ul style="list-style-type: none"> • 3 قيم محددة مسبقاً أو استخدم لوحة المفاتيح لإدخال الوقت المراد • السن • التدریب (حرق متوسط او حرق قوي) • المستوى • الوزن
الفواصل	<ul style="list-style-type: none"> • الإعدادات (البادئ) • الوقت • المستوى • الوزن
	<ul style="list-style-type: none"> • الإعدادات (عالي الشدة، تحمل) • الفواصل • المستوى النشط • مستوى الاستعادة • الوزن
الطاقة الثابتة	<ul style="list-style-type: none"> • الوقت • القوة الكهربائية • الوزن
طاقة تكيفية	<ul style="list-style-type: none"> • الوقت • المستوى • الوزن
التدريبات التنفسية	<ul style="list-style-type: none"> • الوقت • المستوى • الوزن
عكسي	<ul style="list-style-type: none"> • الوقت • المستوى • الوزن
مكافئات الأيض	<ul style="list-style-type: none"> • الوقت • مكافئات الأيض • الوزن

أهداف قياسية	مدخل المستخدم
الوقت	<ul style="list-style-type: none"> • 3 قيم محددة مسبقًا أو استخدم لوحة المفاتيح لإدخال الوقت المراد • المنظقة (مستوية ، فاصل التل ، تلال دوارة ، عشوائية) • المقاومة (في حال اختيار مستوية) • المستوى (في حال اختيار فاصل التل ، عشوائي أو تلال دوارة) • الوزن
المسافة	<ul style="list-style-type: none"> • 3 قيم محددة مسبقًا أو استخدم لوحة المفاتيح لإدخال المسافة المرادة • المنظقة (مستوية ، فاصل التل ، تلال دوارة ، عشوائية) • المقاومة (في حال اختيار مستوية) • المستوى (في حال اختيار فاصل التل ، عشوائي أو تلال دوارة) • الوزن
السرعات الحرارية	<ul style="list-style-type: none"> • 3 قيم محددة مسبقًا أو استخدم لوحة المفاتيح لإدخال السرعات الحرارية المرادة • الوزن • المنظقة (مستوية ، فاصل التل ، تلال دوارة ، عشوائية) • المقاومة (في حال اختيار مستوية) • المستوى (في حال اختيار فاصل التل ، عشوائي أو تلال دوارة) • الوزن
معدل ضربات القلب	<ul style="list-style-type: none"> • 3 قيم محددة مسبقًا أو استخدم لوحة المفاتيح لإدخال الوقت المراد • السن • التدريب (حرق متوسط او حرق قوي) • معدل ضربات القلب المستهدف • المستوى • الوزن
الفواصل	<ul style="list-style-type: none"> • الإعدادات (عالي الشدة ، تحمل) • الفواصل • المستوى النشط • مستوى الاستعادة • الوزن
الطاقة الثابتة	<ul style="list-style-type: none"> • الوقت • القوة الكهربائية • الوزن

تركيز عضلي	مدخل المستخدم
Glute Camp	<ul style="list-style-type: none"> • الوقت • المستوى • الوزن
اندفاع القوة	<ul style="list-style-type: none"> • الوقت • المستوى • الوزن
إجمالي الساق	<ul style="list-style-type: none"> • الوقت • المستوى • الوزن

أهداف قياسية	مدخل المستخدم
الوقت	<ul style="list-style-type: none"> • 3 قيم محددة مسبقًا أو استخدم لوحة المفاتيح لإدخال الوقت المراد • المنطقية (مستوية، فاصل التل، تلال دوارة، عشوائية، كيليمنجارو) • المستوى (في حال اختيار فاصل التل، عشوائي، تلال دوارة أو كيليمنجارو) • السرعة • الوزن
السرعات الحرارية	<ul style="list-style-type: none"> • 3 قيم محددة مسبقًا أو استخدم لوحة المفاتيح لإدخال السرعات الحرارية المرادة • الوزن • المنطقية (مستوية، فاصل التل، تلال دوارة، عشوائية، كيليمنجارو) • المستوى (في حال اختيار فاصل التل، عشوائي، تلال دوارة أو كيليمنجارو) • السرعة
تسلق	<ul style="list-style-type: none"> • 3 قيم محددة مسبقًا أو استخدم لوحة المفاتيح لإدخال الإقدام المرادة • المنطقية (مستوية، فاصل التل، تلال دوارة، عشوائية، كيليمنجارو) • المستوى (في حال اختيار فاصل التل، عشوائي، تلال دوارة أو كيليمنجارو) • السرعة • الوزن
معدل ضربات القلب	<ul style="list-style-type: none"> • 3 قيم محددة مسبقًا أو استخدم لوحة المفاتيح لإدخال الوقت المراد • السن • التدريب (حرق متوسط أو حرق قوي) • معدل ضربات القلب المستهدف • السرعة • الوزن
الفاصل	<ul style="list-style-type: none"> • الإعدادات (عالي الشدة، تحمل) • سرعة منخفضة • سرعة عالية • الوزن
الطاقة الثابتة	<ul style="list-style-type: none"> • الوقت • القوة الكهربائية • الوزن

نطاقات مدخل المستخدم

الوقت	1 - 60 دقيقة
الوزن	75 - 400 رطل (34 - 181 كجم)
زيادة	0.0 - 15.0
السرعة	0.5 - 14.0 ميل في الساعة (0.5 - 23 كيلو في الساعة) (وحدات تجارية) 0.5 - 12.0 ميل في الساعة (0.5 - 19 كيلو في الساعة) (وحدات منزلية) 20 - 160 خطوة في الدقيقة (PowerMill فقط)
السن	10 سنوات - 99 سنة
الارتفاع	36 - 90 بوصة
القوة الكهربائية	50 - 500
مكافئات الأيض	2.5 - 21
متوسط المستوى	1 - 20

يشير المستوى إلى نطاق النسب المتوية للميل.

المستوى	الميل %	المستوى	الميل %
1	0.0 - 1.5	11	2.0 - 8.5
2	0.0 - 2.2	12	3.0 - 9.2
3	0.0 - 2.9	13	3.5 - 9.9
4	0.0 - 3.6	14	5.0 - 10.6
5	0.0 - 4.3	15	5.5 - 11.3
6	0.0 - 5.0	16	6.5 - 12.0
7	0.0 - 5.7	17	7.0 - 12.7
8	0.0 - 6.4	18	8.0 - 13.4
9	0.5 - 7.1	19	8.7 - 14.1
10	1.5 - 7.8	20	9.0 - 15.0

PowerMill:

قابل للتهيئة * : 0 - 20 مستوى

قابل للتهيئة * : 12 - 185 خطوة في الدقيقة

* في حال تمكين خيار المستوى صفر ، يصبح الحد الأدنى للمستوى 0 والحد الأدنى لعدد الخطوات في الدقيقة 12.

* في حال تمكين خيار المستوى 21 - 25 ، يكون الحد الأقصى للمستوى عندئذ 20 والحد الأقصى لعدد الخطوات في الدقيقة 159. لا يُسمح بالمستويات 21 - 25 ومعدل الخطوات في الدقيقة المطابق البالغ 160 إلى 185 إلا في التريبات يدوي وفاصل السرعة.

أقصى معدلات نظرية لضربات القلب ومعدلات ضربات القلب المستهدفة

ارجع إلى المخطط أدناه لمعرفة أقصى معدلات نظرية لضربات القلب ومعدلات ضربات القلب المستهدفة. مضمن كـBMP (عدد النبضات في الدقيقة).

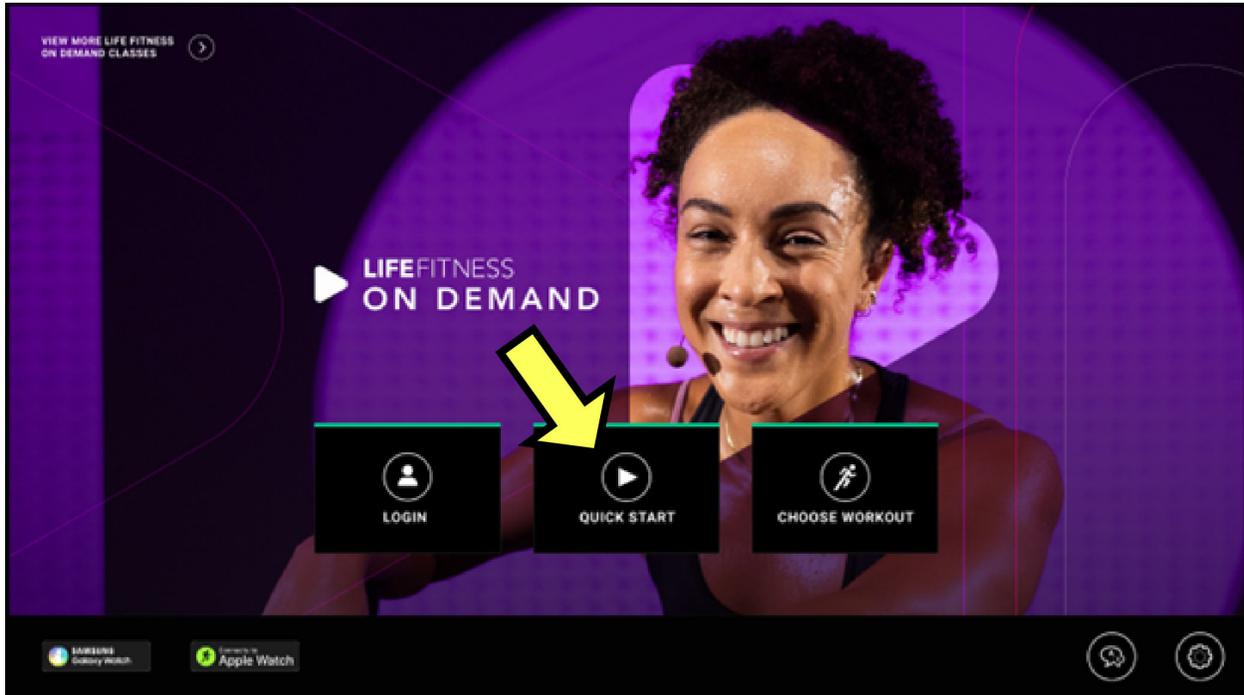
السن	أقصى معدل نظري لضربات القلب	65% (حرق متوسط)	80% (حرق قوي)
10	200	130	160
20	194	126	155
30	187	121	149
40	180	117	144
50	173	113	139
60	167	108	133
70	160	104	128
80	153	100	123
90	147	95	117
99	141	91	112

تم بارتداء حزام الصدر Polar® الاختياري الخاص بقياس معدل ضربات القلب عن بعد، أو أمسك بمستشعرات Lifepulse™، لتمكين الكمبيوتر الموجود بالجهاز من مراقبة معدل ضربات القلب أثناء التمرين. يقوم الكمبيوتر تلقائيًا بضبط مستوى الميل (أجهزة الجري فقط) للحفاظ على معدل ضربات القلب المستهدف بناءً على معدل ضربات القلب الفعلي.

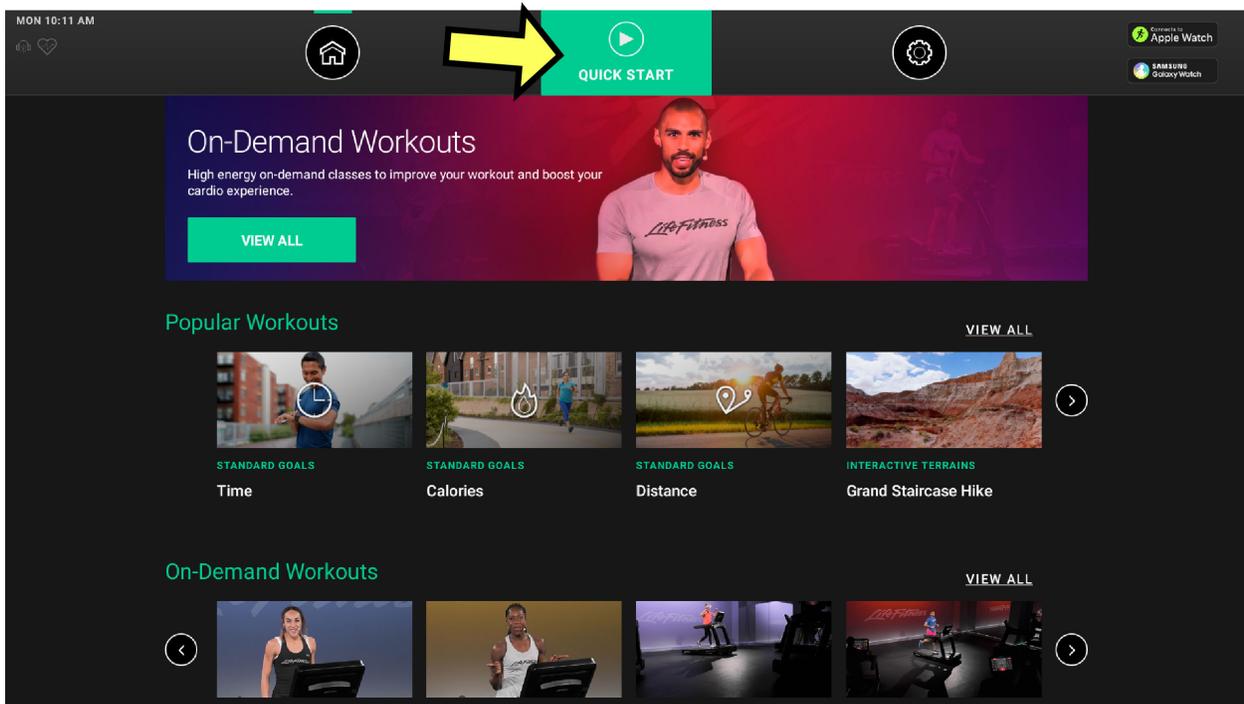
بداية سريعة

المستخدمون لديهم طريقتان لاختيار بداية سريعة للتمرين

- اضغط على بداية سريعة الزر على الشاشة الام.



- اضغط على الزر السهم الأخضر التشغيل السريع أعلى شاشة اختيار التمرين.



- تظهر شاشة العد التنازلي للتمرين 1, 2, 3.

يمكن للمستخدمين إجراء عمليات الضبط على التمرين بعد تشغيله.

ملاحظة:

- جهاز المشي يبدأ تمرين التشغيل السريع بسرعة 0.5 ميل في الساعة (م/س) / 0.8 كيلو متر في الساعة (ك/س) وميل 0.0%
- Cross-Trainer , Arc Trainer : تمرين التشغيل السريع يبدأ عند ميل 6.
- PowerMill Climber تمرين التشغيل السريع عند 20 خطوة في الدقيقة (خطوة في الدقيقة).

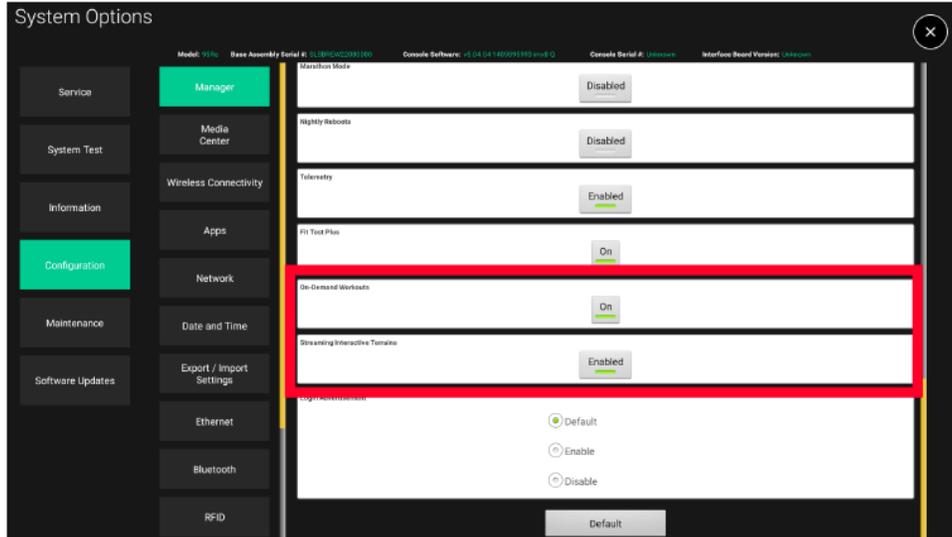
Life Fitness عند الطلب + برمجيات مكلمة وتشمل تمارين عند الضرورة بواسطة المدرب و تمارين التضاريس التفاعلية المتدفقة.

- **تمارين عند الطلب :** اختر من أكثر من 400 دروس تخزينية بواسطة المدرب تتراوح في الطول من 10 الى 40 دقيقة . متاحة على اجهزة السير المتحرك LifeFitness، عبرالمدربين،متدربي القوس،عجلات الرفع،عجلات الاستلقاء،PowerMills. المصنفات تختلف في الصعوبة وتقاد بأفضل المدربين حول العالم لتحصل على نتائج المرنة. متاح باللغات الانجليزية ،الاسبانية،الالمانية،الفرنسية،اليابانية،الروسية يتم بث الفئات عبر الإنترنت. لا يلزم تحديث البرنامج لعرض الفئات الجديدة.
- **التضاريس التفاعلية المتدفقة:** اختر من 100 او أكثر مشهد وقد عبر المشاهد المذهلة حول العالم. الارتفاع والمقاومة معدلة حسب الخبرة العامرة التي تسمح للمعتمدين بالتمارين على مستويات اعلي وعدم متابعة الوقت.

ملاحظة: اختيار صغير من تمارين المناطق التفاعلية متاح على وحدة التحكم والذي لا يتطلب الاتصال بالانترنت.

ملاحظة: Life Fitness عند الطلب + يمكن تفعيله عبر Halo.Fitness او الوصول إلى خيارات الأنظمة

اعدادات تمارين عند الطلب والمناطق التفاعلية المتدفقة يجب ان تكون مفعلة مشغلة في لوحة التحكم للوصول الى مكتبة التمارين المتدفقة.



متطلبات نطاق الإنترنت

Life Fitness عند الطلب + يتطلب توصيل قوي بالانترنت للحصول على احسن خبرة للمستخدم. **يُوصى بـ2.5 ميجابت في الثانية على الأقل لكل جهاز.**

يتم قياس نطاق الإنترنت، المعروف أيضًا بسرعة اتصال الشبكة، بالميجابت في الثانية (Mbps). لاكتشاف نطاق المنشأة الخاصة بك، نوصي بمواقع الإنترنت المجانية مثل speedtest.net أو fast.com. قم فقط بفتح أحد هذه المواقع على جهاز به متصفح متصل بشبكة الإنترنت أو WiFi السلكية الخاصة بك. سيعرض الموقع قياس سرعة اتصالاتك بالميجابت في الثانية، ثم سيقارنها بالجدول أدناه

الحد الأدنى لمتطلبات نطاق التنزيل

الخدمات	حتى 8 وحدات	كل وحدة إضافية
إدارة الأصل، تحديثات البرنامج عن بعد، وتتبع تمرين المستخدم	2.5 ميجابت في الثانية	0.25 ميجابت في الثانية
الخدمات أعلاه والوصول إلى تصفح الويب	4 ميجابت في الثانية	0.25 ميجابت في الثانية
الخدمات أعلاه وفيديو الويب، YouTube على سبيل المثال	4 ميجابت في الثانية	0.5 ميجابت في الثانية
الخدمات أعلاه وتطبيقات بث الفيديو، Netflix على سبيل المثال	8 ميجابت في الثانية	1.0 ميجابت في الثانية
الخدمات باعلاه و تمارين ال Life Fitness +	20 ميجابت في الثانية	2.5 ميجابت في الثانية

لو مؤسستك لديها بث ضعيف فاننا نوصي بتفعيل Life Fitness + فقط على عدد مختار من الوحدات. قد تواجه تأخرًا في الاتصال بالإنترنت إذا لم تكن تملك النطاق المناسب. استخدم هذا المخطط كدليل:

عدد الوحدة الممكنة الموصى به	النطاق بالميجابت في الثانية
8	20
16	40
24	60
32	80
40	100

تمارين عند الطلب

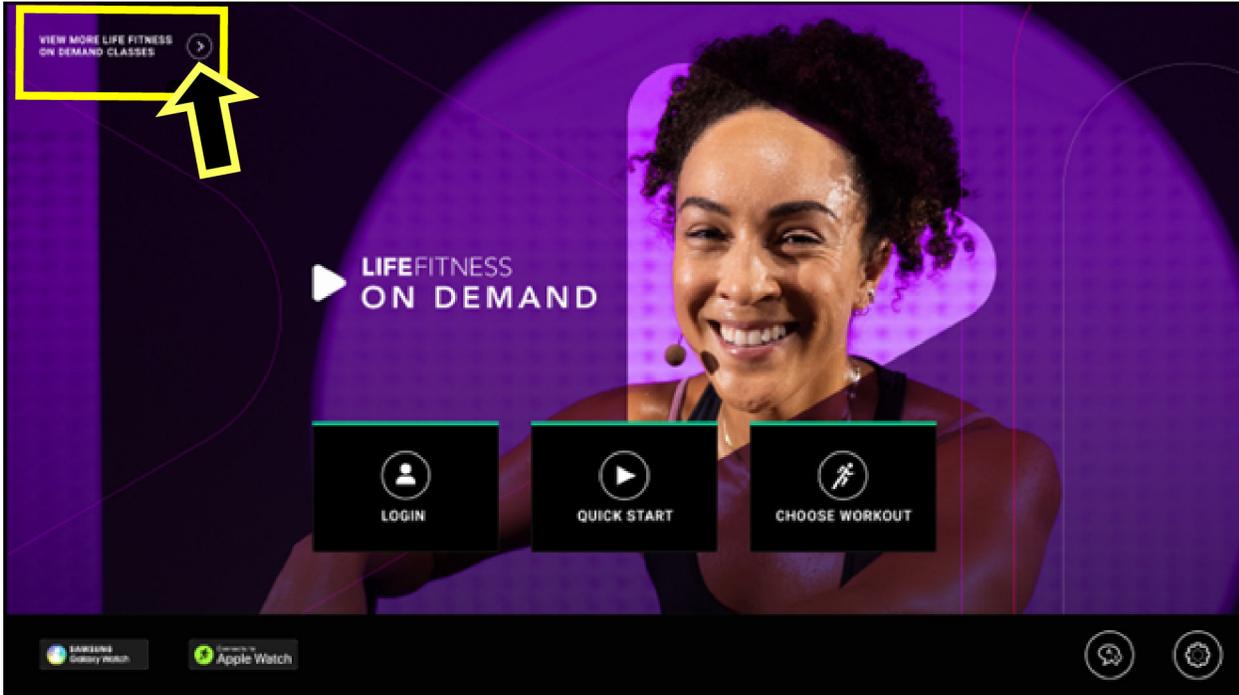
يجب تلبية الشروط التالية لتظهر مكتبة الفيديو:

- يجب ان تكون التارين عند الطلب مفعلة علي الوحدة. تم بتفعيل Halo.Fitness او في الوصول إلى خيارات النظام
- يجب أن تكون الوحدة متصلة بالإنترنت.
- يجب تحديث الوحدة برنامج من إصدار 4.10 أو أحدث.

تحديد واستخدام فيديو

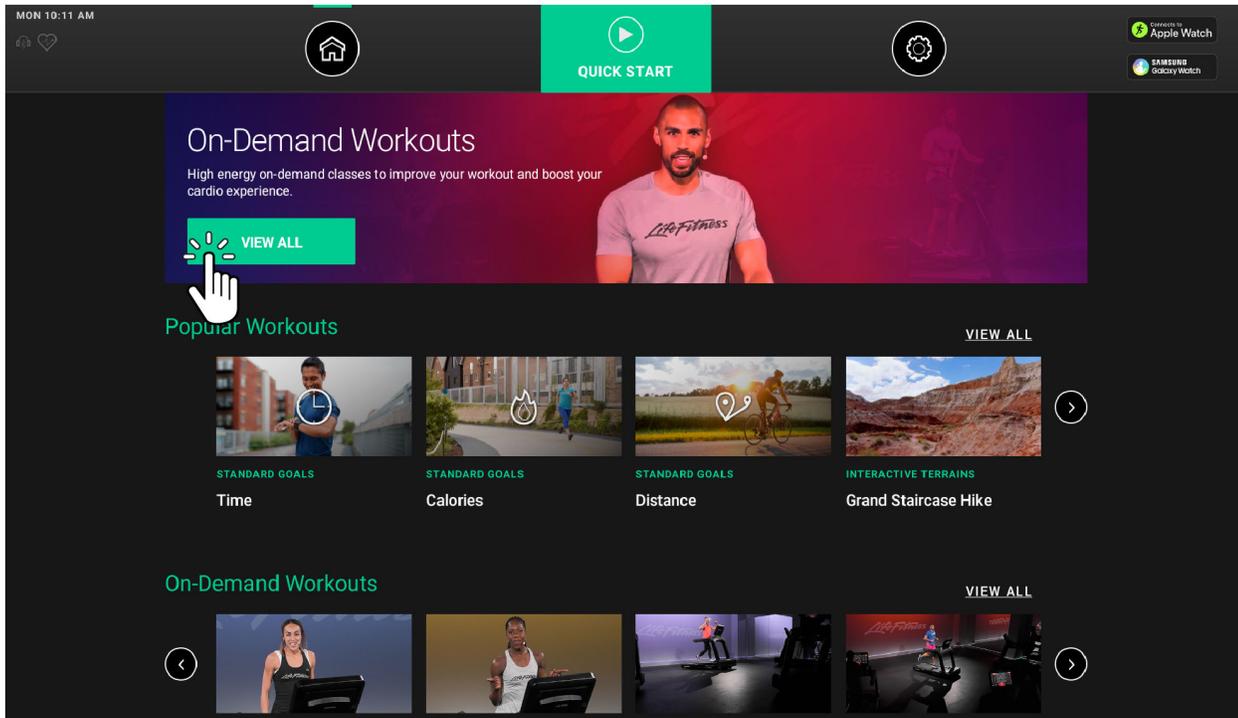
1. احصل على التارين عند الطلب من خلال هذه الاختيارات:

- الشاشة الام: اضغططالع Life Fitness اكثرعلى درجات عند الطلب.



اختار شاشة التمرين :

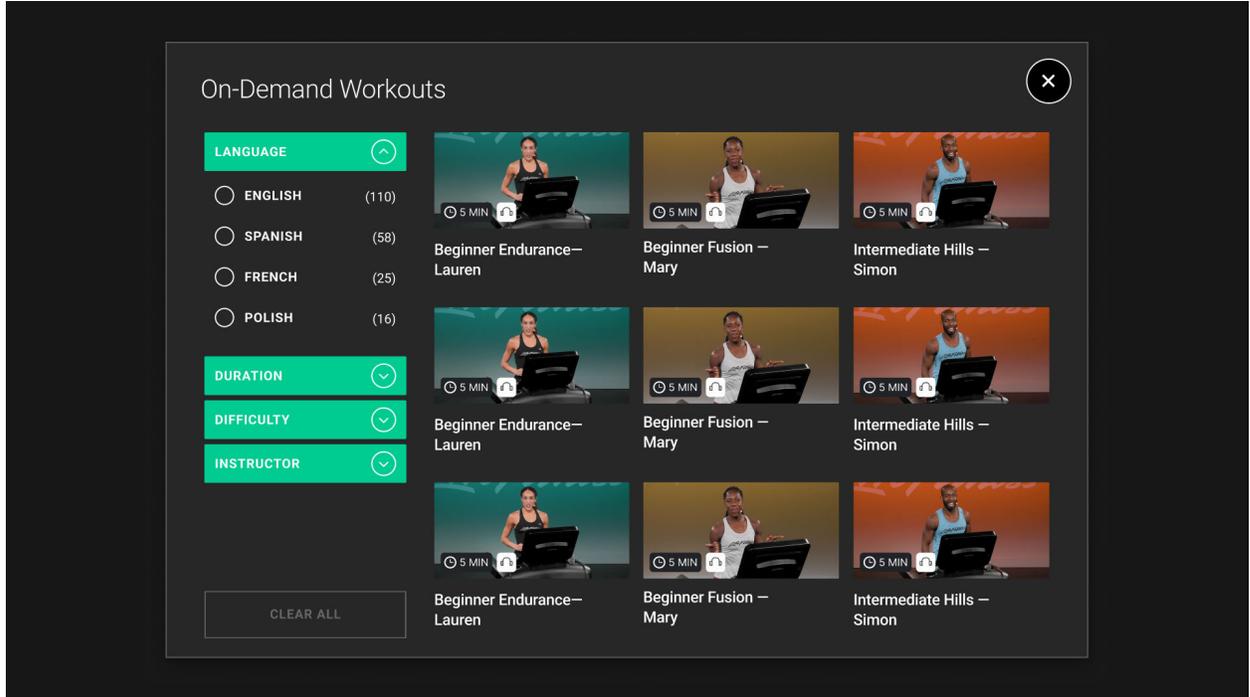
- مرر الى تمرين عند الطلب فئة واضغططالع الكلترى مكتبة التارين عند الضرورة كاملة.
- مرر الى تمارين شائعةواختار فيديو.



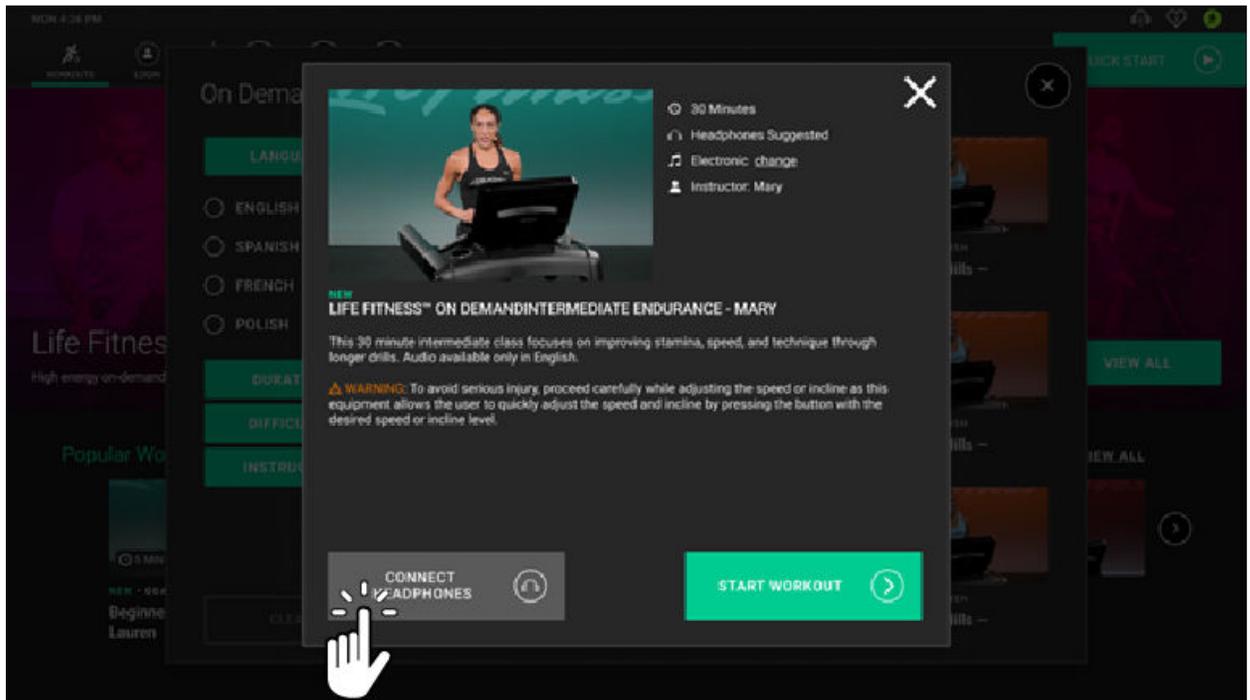
2. مكتبة تمارين عند الطلب تسمح للمستخدمين لاختيار التمارين علي حسب القوائم التالية:

- الصعوبة
- المدرب

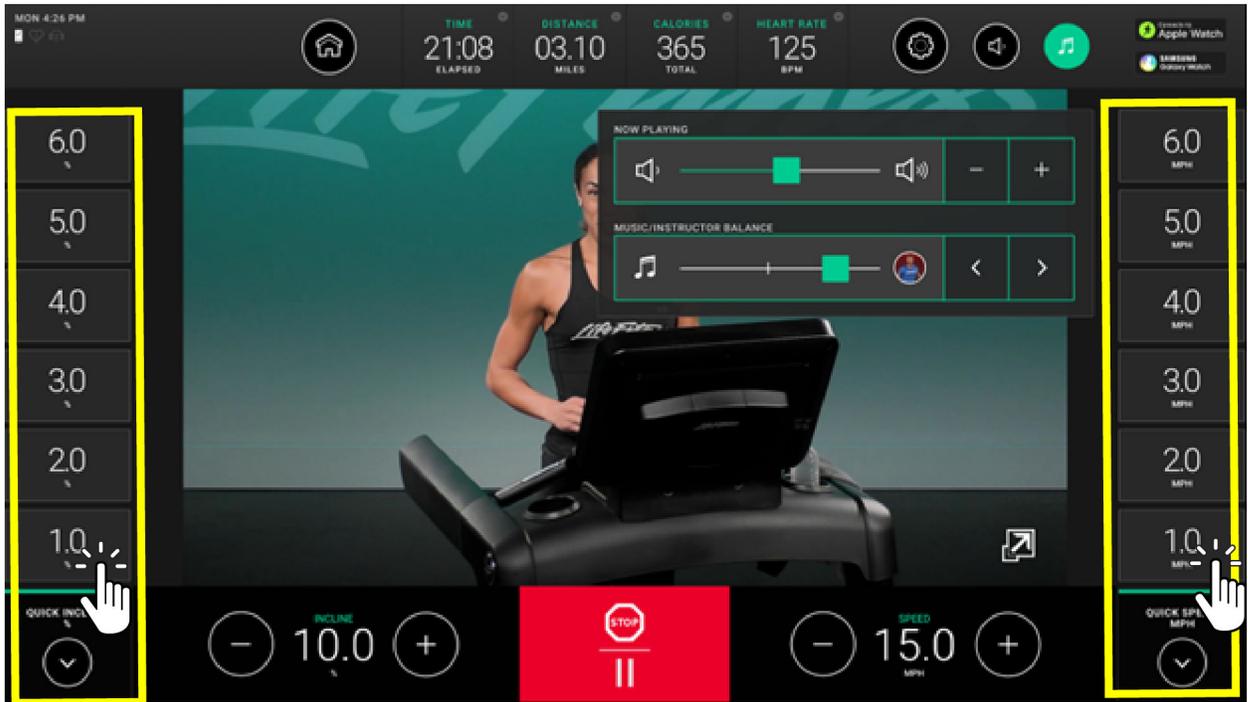
- اللغة
- المدة



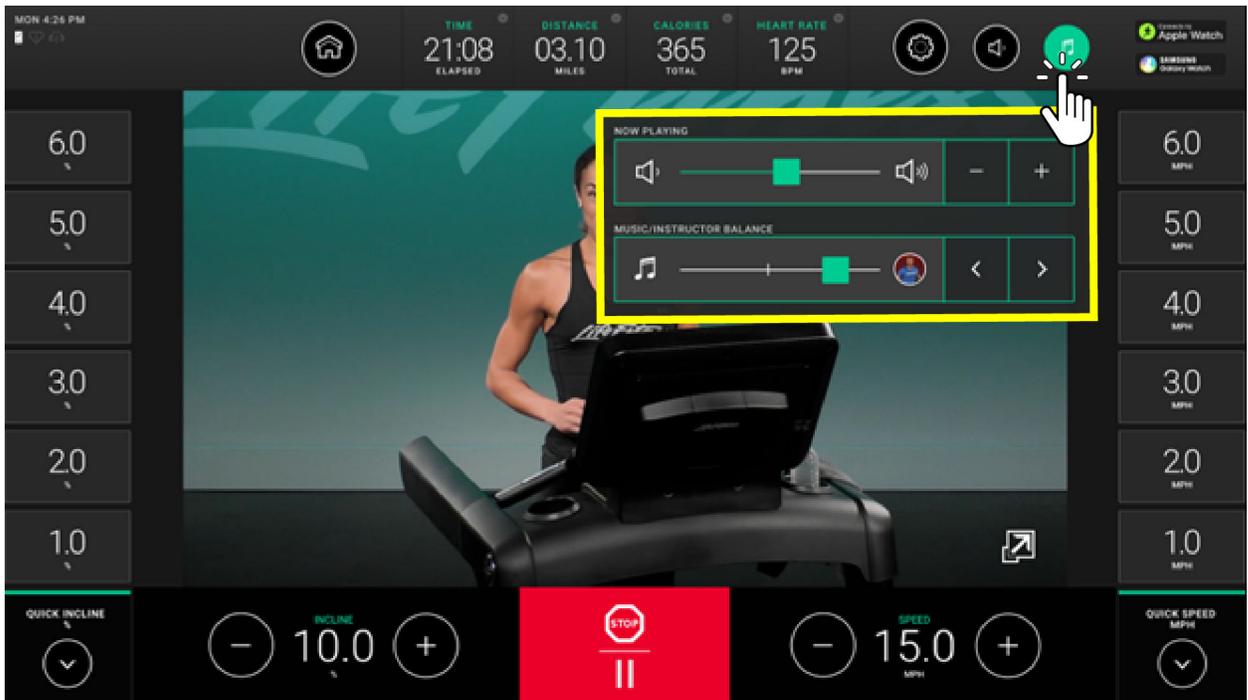
3. اضغط علي عنوان تمرين عند الطلب لاطهار تفاصيل أكثر حول القسم المختار. يمكن للمتدربين إقران ساعات رأس Bluetooth الخاصة بهم بالنقر على **توصيل ساعات الرأس** واتباع الرسائل التوجيهية. اضغط هنا التمرين.



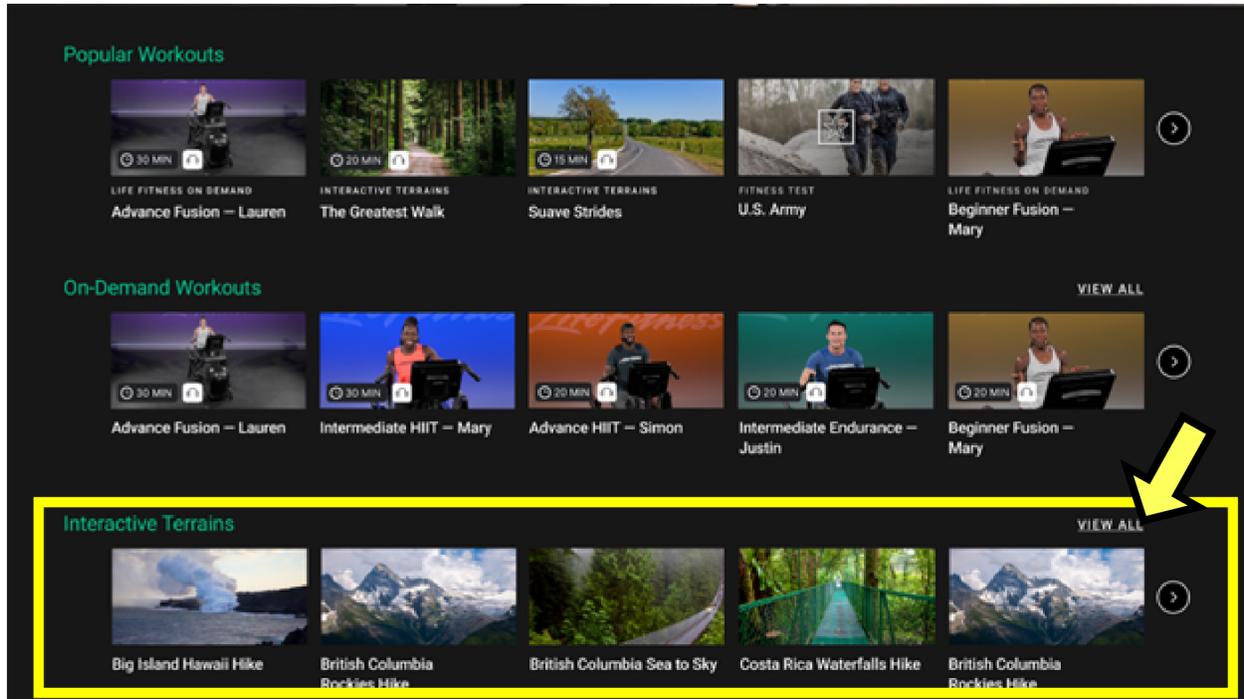
4. استخدم أزرار المس السريع لضبط إعدادات التمرين مثل السرعة والميل والمقاومة.
ملاحظة: تختلف أزرار المس السريع تبعاً للتمرين. الصورة الموضحة هي تمرين على جهاز الجري.



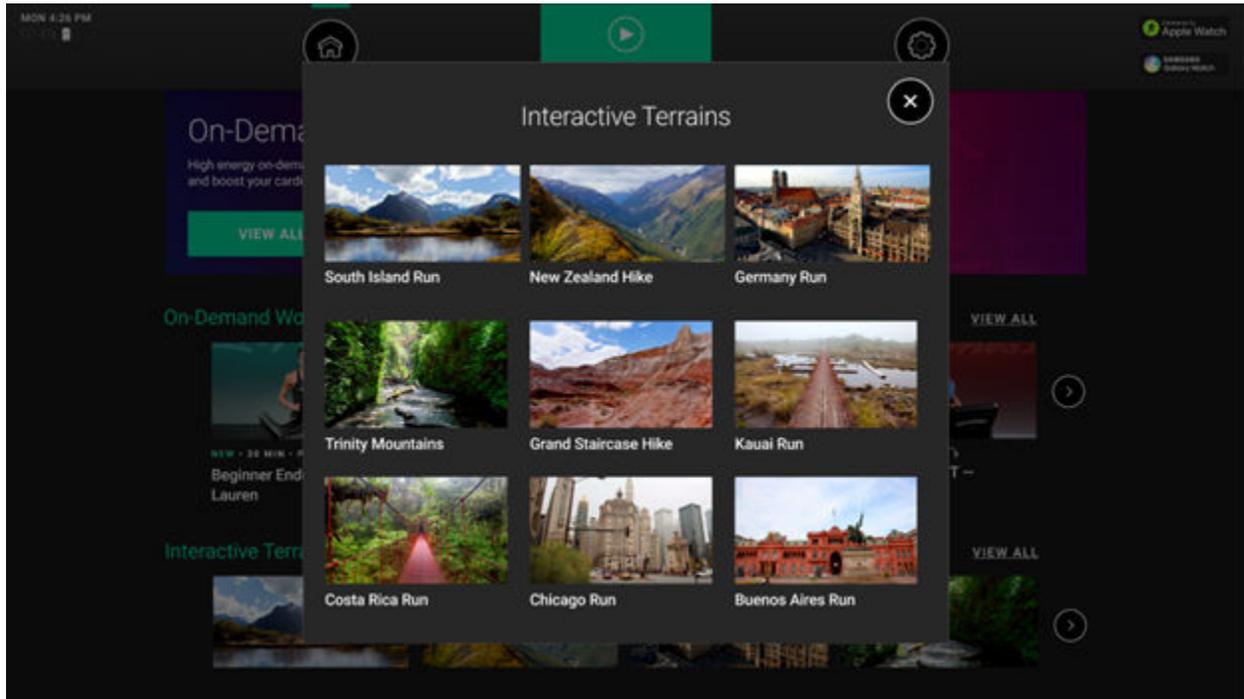
5. اضغط نوتة موسيقية لتصل الى اختيارات حجم الصوت للاغنية والتوازن بين الموسيقى/الموجه.



الأراضي التفاعلية هي دورات فيديو، مصورة من منظور الشخص الأول خلال مناظر طبيعية ومناظر بالمدينة وأحداث من جميع أنحاء العالم. تتفاعل هذه الميزة مع جهاز اللياقة لتوفير تجربة غامرة.
ملاحظة: كما أن ميل جهاز الجري يزداد أو يقل تلقائياً بطابق التلال الافتراضية الموجودة في الدورة.



اضغط مشاهدة الكل للوصول الى مكتبة المناطق التفاعلية للتمرين واختر المسار المطلوب.



ملاحظة: Life Fitness عند الطلب + يمكن تفعيله عبر Halo.Fitness والوصول إلى خيارات النظام

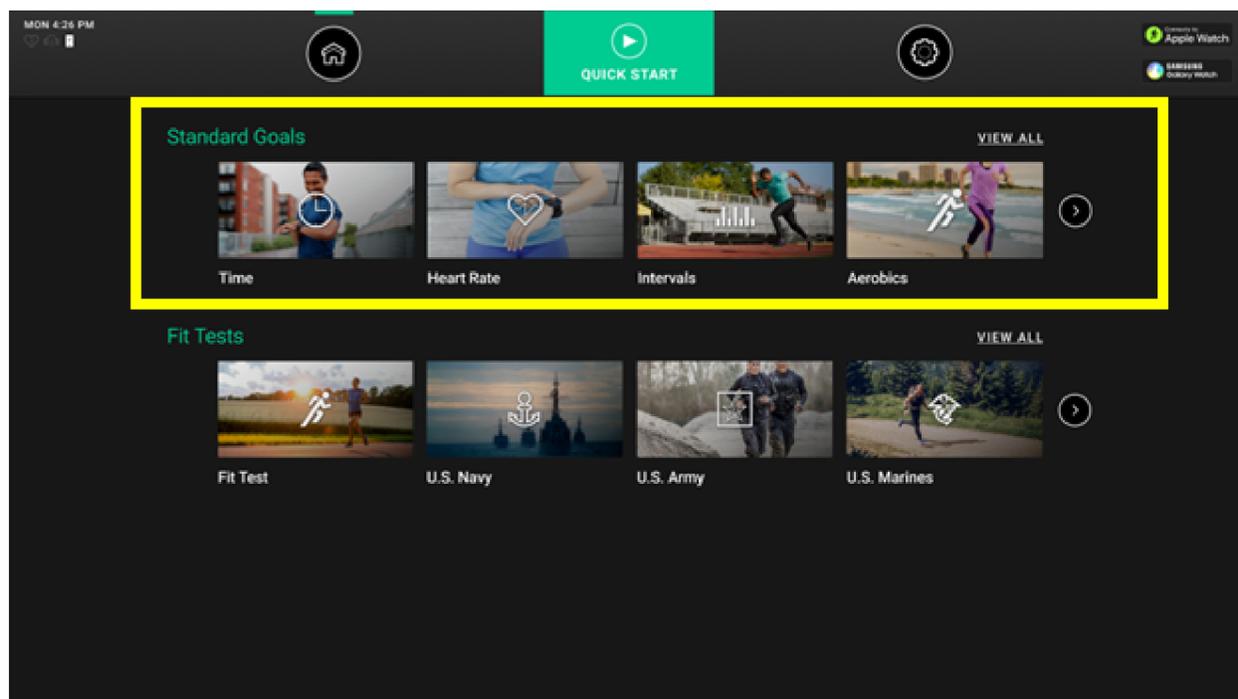
اختيار صغير من تمارين المناطق المتفاعلة متاح علي وحدة التحكم والذي لا يتطلب الاتصال بالانترنت. اعداد المناطق التفاعلية المندقة يجب ان يكون منفلا حسب اعدادات المدير للحصول علي كامل مكتبة تمارين متدقة.

أهداف قياسية

اختر الهدف المنشود.

ملاحظة: هدف التمارين المتاحة يختلف بنوع القاعدة.

ملاحظة: المرجح قائمة التمارين ومواصفات التمرين وتثبيت التمرين - مدخلات المعلومات.

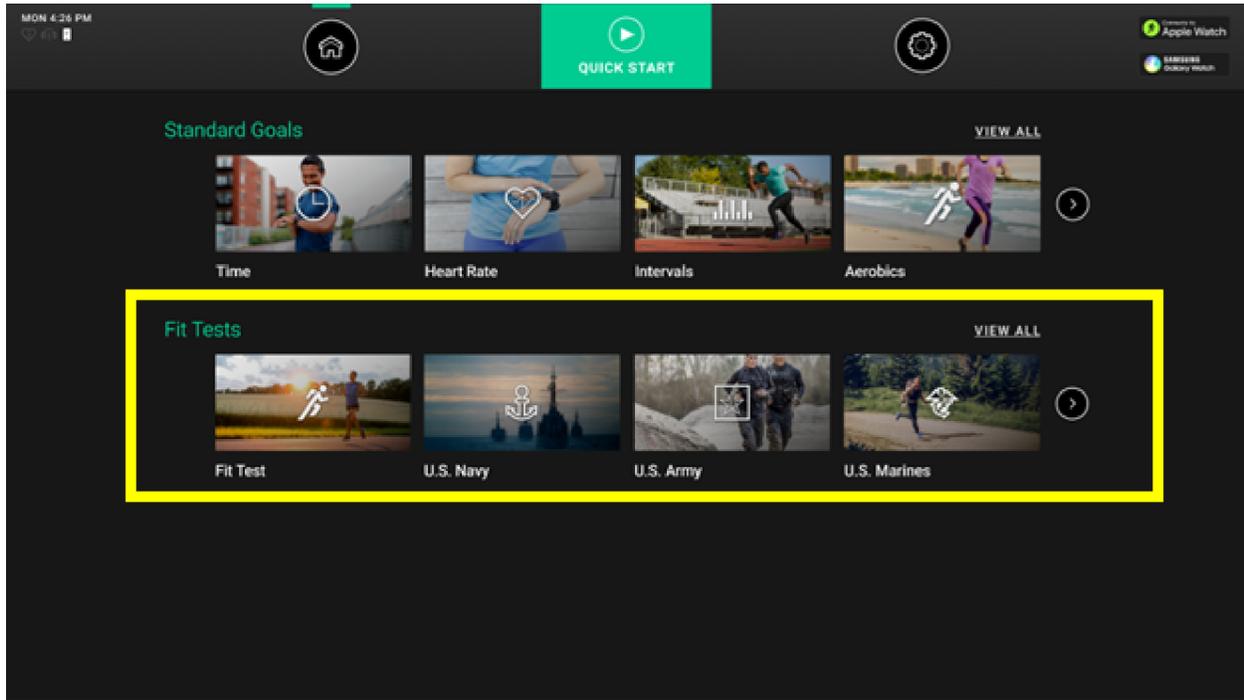


اختبارات اللياقة

اختبار التاهيل المطلوب

ملاحظة: تختلف التارن المتوفرة لاختبار اللياقة تبعًا لنوع القاعدة.

ملاحظة: المرجح قائمة التارن ومواصفات التارن وتثبيت التارن - مدخلات المعلومات.



اختبار لياقة Life Fitness

- يقوم تمرين اختبار اللياقة في Life Fitness بتقدير نشاط الأوعية الدموية ويمكن استخدامه لمراقبة التحسن في التحمل كل 4-6 أسابيع.
- يعتبر اختبار اللياقة الحد الأقصى الفرعي لـ VO_2 (مقدار الأكسجين) ويقوم بقياس مدى إمداد القلب العضلات الجارية تدريجياً بالدم المؤكسد ومدى كفاءة حصول هذه العضلات على الأكسجين من الدم.
- عادةً ما ينظر الأطباء والفيزيولوجيون بشكل عام إلى هذا الاختبار على أنه إجراء جيد لقدرة التنفسية.
- يبلغ إجمالي مدة التمرين 5 دقائق.
- تم إجراء اختبار اللياقة كل مرة في ظل ظروف متشابهة. للحصول على أدق نتائج اختبار اللياقة، ينبغي أن تقوم باختبار اللياقة في ثلاثة أيام متتالية ثم تقوم بحساب متوسط الدرجات.
- للحصول على درجة اختبار لياقة مناسبة، يجب أن يكون العمل الذي تقوم به ضمن منطقة معدل ضربات القلب للتدريب وهو 60% إلى 85% من الحد الأقصى النظري لمعدل ضربات القلب (HRmax).
- يجب أن يمسك المستخدم بمستشعرات اليد عند التوجيه للقيام بذلك، أو ارتداء شريط الصدر Polar الخاص بقياس معدل ضربات القلب عن بعد لأن حساب درجة الاختبار يعتمد على قراءة معدل ضربات القلب.

ملاحظة: سيتم إنهاء التمرين في حال عدم اكتشاف معدل ضربات القلب بعد 2.5 دقيقة.

يعتمد معدل ضربات قلبك على عدة عوامل، منها:

- مقدار النوم في الليلة السابقة (يوصى بـ 7 ساعات على الأقل)
 - الوقت من اليوم
 - وقت آخر وجبة تناولتها (يوصى بـ 2 - 4 ساعات بعد آخر وجبة)
 - الوقت منذ تناولك لآخر سائل يحتوي على كافيين أو كحول، أو تدخينك لآخر سيجارة (يوصى بـ 4 ساعات على الأقل)
 - الوقت منذ آخر تدريب قمت به (يوصى بـ 6 ساعات على الأقل)
- ينبغي استخدام مستويات الجهد المقترحة كإرشاد لإعداد برنامج اختبار اللياقة. يمثل الهدف في زيادة معدل ضربات قلب المستخدم إلى مستوى بين 60% - 85% من الحد الأقصى النظري لمعدل ضربات قلبه.

نشاط جئنا	نشط	غير نشط	نشاط جئنا
3.5 - 4.5 ميل في الساعة (5.6 - 7.2 كم في الساعة)	3 - 4 ميل في الساعة (4.8 - 6.4 كم في الساعة)	2 - 3 ميل في الساعة (3.2 - 4.8 كم في الساعة)	جهاز الجري
رجال L 7-15 سيدات L 3-10	رجال L 3-10 سيدات L 2-5	رجال L 2-4 سيدات L 1-2	أجهزة التدریب Cross-Trainer
رجال L 8-14 سيدات L 6-10	رجال L 5-10 سيدات L 3-7	رجال L 4-6 سيدات L 2-4	دراجات تدریب من Lifecycle
L6 - L11	L3 - L7	L1 - L4	جهاز التسلق PowerMill Climber
رجال L 7-15 سيدات L 3-10	رجال L 3-10 سيدات L 2-5	رجال L 2-4 سيدات L 1-2	جهاز التدریب Arc Trainer

ضمن كل نطاق مقترح، استخدم هذه الإرشادات الإضافية:

النصف العلوي من النطاق	النصف السفلي من النطاق
سن أقل	سن أعلى
الوزن الأعلى (في حالة الوزن الزائد، استخدم النصف السفلي من النطاق)	وزن أقل
أطول	أقصر

بعد انتهاء اختبار اللياقة ومدته 5 دقائق، سيتم عرض درجة اختبار اللياقة والتقدير.

يرجى ملاحظة أن درجات الحد الأقصى لـ VO_2 المقدر 2 الذي يتم تحقيقها ستكون أقل بنسبة 10 إلى 15% باستخدام درجات التدریب الثابتة عن الدرجات التي يتم تحقيقها باستخدام أجهزة الأوعية الدموية الأخرى من Life Fitness. فركوب الدراجات الثابتة تتسم بمعدل أعلى من جهد العضلات المعزولة بالنسبة للعضلات رباعية الرؤوس عند المقارنة بالسیر/الجري على جهاز الجري أو استخدام دراجة. المعدل الأعلى من الجهد يطابق مستويات أقل من درجات الحد الأقصى VO_2 المقدر.

تصنيف اللياقة النسبية للرجال

التصنيف	النخبة	ممتاز	جيد جدًا	فوق المتوسط	متوسط	أقل من المتوسط	منخفض	منخفض جدًا
VO ₂ المقدر (ل/دقيقة / كل شريحة سن).								
20 - 29 سنة	+55	53 - 54	50 - 52	45 - 49	40 - 44	38 - 39	35 - 37	>35
30 - 39 سنة	+52	50 - 51	48 - 49	43 - 47	38 - 42	36 - 37	34 - 35	>34

التصنيف	النخبة	ممتاز	جيد جدًا	فوق المتوسط	متوسط	أقل من المتوسط	منخفض	منخفض جدًا
49 - 40 سنة	+51	50 - 49	48 - 46	45 - 42	41 - 37	36 - 34	33 - 32	32 >
59 - 50 سنة	+47	46 - 45	44 - 43	42 - 39	38 - 34	33 - 32	31 - 29	29 >
+60 سنة	+43	42 - 41	40 - 39	38 - 35	34 - 31	30 - 29	28 - 26	26 >

تصنيف اللياقة النسبية للسيدات

التصنيف	النخبة	ممتاز	جيد جدًا	فوق المتوسط	متوسط	أقل من المتوسط	منخفض	منخفض جدًا
VO ₂ المتدرج أقصى (مل /كجم / دقيقة) لكل شريحة سن.								
29 - 20 سنة	+47	46 - 45	44 - 43	42 - 38	37 - 33	32 - 31	30 - 28	28 >
39 - 30 سنة	+44	43 - 42	41 - 40	39 - 36	35 - 31	30 - 29	28 - 27	27 >
49 - 40 سنة	+42	41 - 40	39 - 38	37 - 34	33 - 30	29 - 28	27 - 25	25 >
59 - 50 سنة	+37	36 - 35	34 - 33	32 - 30	29 - 26	25 - 24	23 - 22	22 >
+60 سنة	+35	34 - 33	32 - 31	30 - 27	26 - 24	23 - 22	21 - 20	20 >

تم إعداد مقياس التقدير من Life Fitness هذا بناءً على توزيعات النسبة المئوية للحد الأقصى لـ VO₂ المشار إليها في إرشادات اختبار التمرين والوصفات الطبية (الإصدار 8 لسنة 2010) الصادرة من الكلية الأمريكية للطب الرياضي. وبالتالي، فهو مُصمم لتوفير الوصف النوعي لتقدير الحد الأقصى لـ VO₂ باستخدام كما أنه وسيلة لتقييم مستوى اللياقة الأولي وتتمتع التحسن.

6. الصيانة واستكشاف الأعطال وإصلاحها

ملاحظة: لا يمكن الحفاظ على سلامة الجهاز إلا إذا تم فحص الجهاز بانتظام للوقوف على التلف والتآكل. لا تستخدم الجهاز حتى إصلاح أو استبدال الأجزاء المعيبة.

نصائح الصيانة الوقائية التالية من شأنها أن تحافظ على عمل المنتج بأداء فائق:

- ضع المنتج في مكان بارد وجاف.
- نظف شاشة وحدة التحكم وجميع الأسطح الخارجية باستخدام منظف معتمد ومتوافق (راجع المنظفات المعتمدة والمتوافقة) وقطعة قماش من الألياف الدقيقة.
- قد تسبب الأظافر الطويلة في تلف أو خدش سطح وحدة التحكم؛ فاستخدم باطن الظفر للضغط على أزرار الاختيار بوحدة التحكم.

المنظفات المعتمدة والمتوافقة

تم اعتماد المنظفين المفضلين بواسطة خبراء موثوقين: PureGreen 24 و Gym Wipes. سيقوم المنظفان بإزالة الأتربة والجراثيم والعرق عن الجهاز بشكل آمن وفعال. يُعد PureGreen 24 والتركيبات القوية المضادة للبكتيريا التي تتميز بها Gym Wipes من المطهرات التي تعمل بفاعلية ضد المكورات العنقودية الهيمية المقاومة للميثيسيلين (MRSA) وأنتلوزا الخنازير (H1N1).

يتوفر PureGreen 24 في شكل رذاذ مناسب للاستخدام من قبل موظفي النادي الرياضي. استخدم الرذاذ على قطعة قماش من الألياف الدقيقة واسمح للجهاز. استخدم PureGreen 24 على الجهاز لمدة دقيقتين على الأقل لأغراض التطهير العامة ولمدة 10 دقائق على الأقل لمكافحة الفطريات والفيروسات.

Gym Wipes عبارة عن مناديل كبيرة وقوية مرطبة مسبقاً للاستخدام مع الجهاز قبل وبعد التمرينات. استخدم Gym Wipes مع الجهاز لمدة دقيقتين على الأقل لأغراض التطهير العامة.

اتصل بخدمة دعم العملاء لطلب هذه المنظفات (1-800-351-3737 أو أرسل بريداً إلكترونياً على: customersupport@lifefitness.com).

يمكن كذلك استخدام صابون معتدل وماء أو منظف منزلي معتدل غير أكل لتنظيف الشاشة وجميع الأسطح الخارجية. لا تستخدم إلا قطعة قماش من الألياف الدقيقة. استخدم المنظف على قطعة قماش من الألياف الدقيقة قبل التنظيف. لا تستخدم منظفات قائمة على الأمونيا أو الحمض. لا تستخدم منظفات آكلة. لا تستخدم مناشف ورقية. لا تستخدم المنظفات على أسطح الجهاز مباشرةً.

استكشاف الأعطال وإصلاحها

التعرف على القاعدة

راجع التعرف على القاعدة للاطلاع على معلومات أكثر تفصيلاً.

الطل	السبب المحتمل	الإجراء التصحيحي
يتم اكتشاف قراءة معدل ضربات القلب في البداية وتعمل بشكل طبيعي إلا أنها تُقَدِّد بعد ذلك.	استخدام أجهزة إلكترونية شخصية، مثل الهواتف المحمولة ومشغلات MP3 المحمولة، يتسبب في التداخل الناتج عن الضوضاء الخارجية. الجهاز على مقربة من مصادر ضوضاء أخرى مثل جهاز صوت/فيديو، مرواح، أجهزة لاسلكي ثنائية الاتجاه، وخطوط طاقة عالية الجهد / عالية التيار.	انقل مصدر الضوضاء أو أعد تعيين موضع جهاز التمرينات.
قراءات معدل ضربات القلب مرتفعة بشكل غير طبيعي.	أجهزة التلفزيون و/أو الهواتف، الهواتف المحمولة، أجهزة الكمبيوتر، السيارات، خطوط الطاقة عالية الجهد، جهاز التمرينات الذي يعمل بمحرك، وجهاز الإرسال آخر خاص بمعدل ضربات القلب الموجودين ضمن 3 أقدام (0.9 م) تولد تداخل كهرومغناطيسي.	انقل المنتج بضع بوصات بعيدًا عن السبب المحتمل، أو اقل السبب المحتمل بضع بوصات بعيدًا عن المنتج، إلى أن تصبح قراءات معدل ضربات القلب دقيقة.
قراءة معدل ضربات القلب غريبة أو غير موجود تمامًا.	أقطاب جهاز إرسال الحزام غير جافة بالقدر الكافي للالتقاط القراءات الصحيحة لمعدل ضربات القلب.	قم بتطهير أقطاب جهاز إرسال الحزام (ارجع إلى شريط الصدر Polar الاختياري الخاص بقياس معدل ضربات القلب عن بعد).
	أقطاب جهاز إرسال الحزام غير موضوعة على الجلد باستواء.	تأكد أن أقطاب جهاز إرسال الحزام موضوعة على الجلد باستواء (ارجع إلى شريط الصدر Polar الاختياري الخاص بقياس معدل ضربات القلب عن بعد).
	يجب تنظيف جهاز إرسال الحزام.	اغسل جهاز إرسال الحزام بصابون معتدل وماء.
	جهاز الإرسال بالحزام ليس ضمن 3 أقدام (0.9 م) من جهاز استقبال معدل ضربات القلب.	تأكد من أن جهاز الإرسال بالحزام ضمن 3 أقدام (0.9 م) من جهاز استقبال معدل ضربات القلب.
	بطارية حزام الصدر Polar الخاص بقياس معدل ضربات القلب عن بعد فارغة.	اتصل بـ <i>Life Fitness</i> بخدمة دعم العملاء لمعرفة تعليمات كيفية استبدال حزام الصدر Polar الخاص بقياس معدل ضربات القلب عن بعد.
	حزام الصدر Polar الخاص بقياس معدل ضربات القلب عن بعد لا يثبت في مكانه بجهاز استقبال معدل ضربات القلب.	تأكد من أن حزام الصدر Polar اص بقياس معدل ضربات القلب عن بعد مرفق بصدر المستخدم بشكل جيد واقترب من جهاز استقبال معدل ضربات القلب داخل وحدة التحكم. انتظر لمدة 10 ثوانٍ ليعرض معدل ضربات القلب على وحدة التحكم. إجمالي نطاق حزام معدل ضربات القلب هو 3 أقدام (0.9 م) تقريبًا بعد أن يتصل بجهاز الإرسال. يجب أن يكون حزام الصدر بعيدًا بمقدار 1.5 - 2 قدم (0.5 - 0.6 م) من جهاز الإرسال لبدء الاتصال. عندما تعرض الشاشة قيمة معدل ضربات القلب/ ابق ضمن 3 أقدام (0.9 م). ملاحظات: 1. تأكد من أن حزام الصدر Polar الخاص بقياس ضربات القلب ملتصق بصدر المستخدم بشكل جيد. 2. تأكد من جودة الاتصال بين الأقطاب وصدر المستخدم. 3. إذا لزم الأمر، استخدم ساعة Polar للتحقق من عمل حزام الصدر.

الطلب	السبب المحتمل	الإجراء التصحيحي
تأمرين عند الطلب / مكتبة المناطق التفاعلية المتدفقة لا تظهر.	تأمرين عند الطلب / لم يتم تنشيط المناطق التفاعلية المتدفقة	نشط تأمرين عند الطلب / المناطق التفاعلية المتدفقة عبر تدقيق المدير او على Halo.Fitness
تأمرين عند الطلب / فيديوهات التمارين التفاعلية المتدفقة متخلفة او متقطعة	المجهاز غير متصل بالإنترنت.	تحقق من اتصال الشبكة في تهيئة المدير. استخدم اختبار سرعة الشبكة في وحدة التحكم للتأكد من تمتع منشآتك بـ 2.5 ميجابايت/الثانية من النطاق لكل وحدة.
تأمرين عند الطلب / نطاق الإنترنت غير كافي	عدم تفعيل تأمرين عند الطلب / التمارين التفاعلية المتدفقة عند رقم مختار من الوحدات لانفاص توتر البث. ارجع إلى الحد الأدنى لمتطلبات نطاق التنزيل للاطلاع على المواصفات.	أعد تشغيل الوحدة. للحصول على وظائف مثالية، قم بتحميل إعادة التهيئة ليلاً في تهيئة المدير.
جودة الصوت سيئة.	وصلة ساعة الرأس السلكية ضعيفة.	إذا كنت تستخدم ساعات رأس سلكية، فتأكد من توصيلها في مقبس ساعة الرأس جيداً. ينبغي أن تؤدي عمليات الضبط البسيطة في وضع المقبس إلى وضوح الصوت.
	تعطل إقران Bluetooth.	قم بإلغاء إقران ساعات Bluetooth بوحدة التحكم ثم أعد إقرانها بها. اتبع الرسائل التوجيهية التي تظهر على الشاشة.

اكتشاف الأخطاء - الشاحن اللاسلكي

يوجد مؤشر LED أزرق امام رف الشاحن اللاسلكي. ارجع للجدول بالاسفل للوصف وحالو مؤشر ال LED.

حالة	الوصف	مؤشر ال LED
البداية	وحدة التحكم في وضعية التشغيل	وضعية التشغيل
استعداد	الشاحن في انتظارالجهاز ان يوضع.	وضعية عدم التشغيل
يشحن	الشاحن يقوم حالياً بشحن جهاز موضوع جيداً.	وضعية التشغيل
أكمل الشحن	أكمل شحن الجهاز باستخدام الشاحن.	وضعية التشغيل
خطأ بالشحن	أخطاء محتملة: 1. تم اكتشاف جسم غريب (بطاقة RFID ، مغناطيس، أجسام معدنية، الخ) على لفات الشاحن. 2. ان حاوية التليفون سميكة للغاية. 3. الشاحن اللاسلكي تلف.	الإجراءات التصحيحية: 1. ارفع الجسم الغريب من الشاحن اللاسلكي. اعد وضع تليفونك. 2. ارفع حاوية التليفون. ضع التليفون علي الشاحن اللاسلكي. 3. اتصل بخدمة دعم عملاء Life Fitness.

اكتشاف الأخطاء - الساعات اللاسلكية

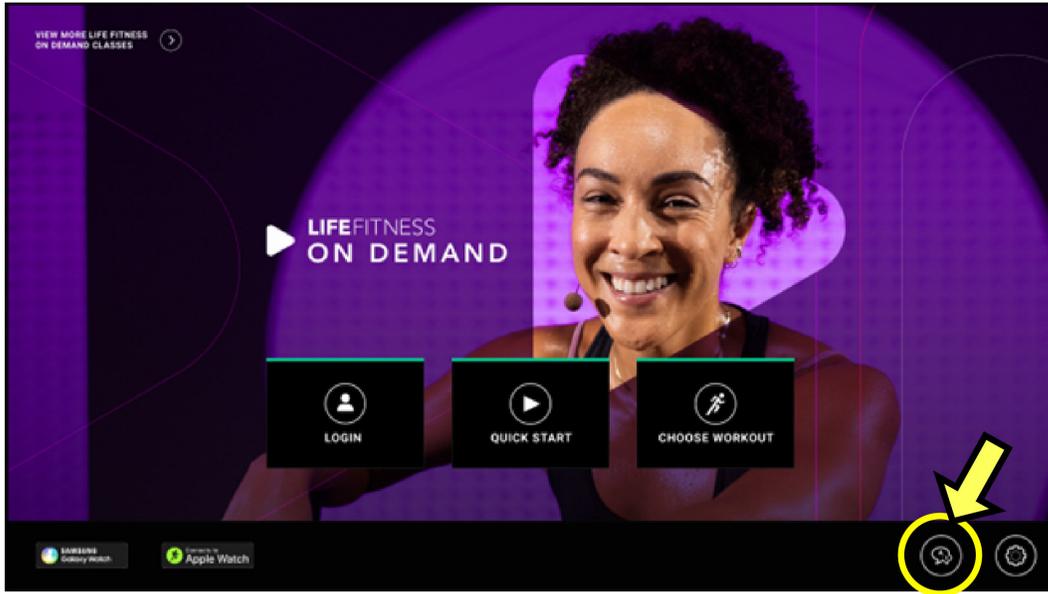
قبل توصيل الساعات بوحدة التحكم:

1. وصل الساعات بجهاز الجوال (لو لم يكن تم توصيله).
2. اضبط مستوى صوت جهاز الجوال / الساعات إلى اعلي صوت.
3. وصل الساعات بوحدة التحكم.

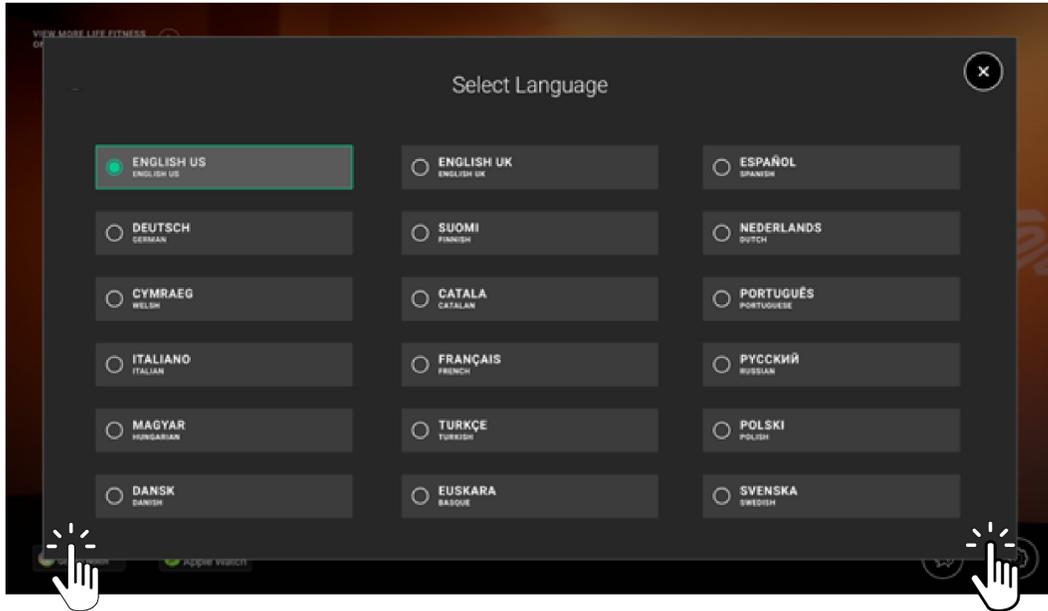
7. تكوين المدير

الوصول إلى خيارات الأنظمة

1. حدد أيقونة اللغة من شاشة الجذب للوصول إلى شاشة تحديد اللغة.



2. انقر فوق الجزء السفلي من شاشة تحديد اللغة بالتسلسل التالي: أسفل-يسار، أسفل-يمين، أسفل-يسار، أسفل-يمين.



ملاحظة: كنت متأكدًا من انك تقرع المربع الأسود !INSIDE

System Options

Model: 93Xe Base Assembly Serial #: Y8C-Y821LW Console Software: v5.01 ex 829870491 im6 L Console Serial #: Unknown Interface Board Version: Unknown

Service

Manager

System Test

Information

Configuration

Maintenance

Software Updates

Immobilize Unit

Media Center

Wireless Connectivity

Apps

Network

Date and Time

Export / Import Settings

Ethernet

Bluetooth

RFID

Default Language: English US (English US) [Setup]

User Language: English Metric

Facility: Facility ID 100189 null GMT +00:00 GMT+00:00

Registered Facility Managers

Workout Duration Configuration

Basic Advanced

Max Workout Duration: 60 Minutes [+ -]

Pause Time: 1 Minute [+ -]

Program Timeout

الإعداد	افتراضي	الوصف
اللغة الافتراضية	الإنجليزية الأمريكية.	يحدد هذا الخيار لغة افتراضية جديدة. تتضمن الخيارات: الإنجليزية الأمريكية ، الإنجليزية البريطانية ، الإسبانية ، الألمانية ، اليابانية ، الإلماني ، الصينية المبسطة ، الصينية التقليدية، البرتغالية، الإيطالية ، الفرنسية، الروسية ، الكورية ، التركية ، البولندية، الفنلندية ، المجرية، العربية ، الكاتالونية ، الباسكية ، البوليزية ، العربية ، النفاكية و السويدية.
لغة المستخدم	الإنجليزية الأمريكية.	هذا الخيار يمثل قائمة بكل اللغات المحتملة التي يمكن للمستخدم ان يختار منها ، والقدرة على إعادة اختيار هذه اللغات. افتراض هو قائمة كاملة باللغات. تتضمن الخيارات: الإنجليزية الأمريكية ، الإنجليزية البريطانية ، الإسبانية ، الألمانية ، اليابانية ، الإلماني ، الصينية المبسطة ، الصينية التقليدية، البرتغالية، الإيطالية ، الفرنسية، الروسية ، الكورية ، التركية ، البولندية، الفنلندية ، المجرية، العربية ، الكاتالونية ، الباسكية ، البوليزية ، العربية ، النفاكية و السويدية.
الوحدات	الإنجليزية	حدد نوع وحدة قياس الوزن والمسافة والارتفاع والسرعة. الاختيارات هي الإنجليزية الإمبريالية او المترية.
المنشأة	غير متوفر	هذا القسم يحتوي على ID معلومات منشأة مولدة تلقائيا مستخدم ل Halo
مدراء المنشأة المسجلين	غير متوفر	هذا القسم يحتوي على كل مدراء المنشأة المسجلين المضافين الى Halo
اعداد مدة التمرين	أساسي : 60 دقيقة حد أقصى	احصل علي حدود المدة القصوى تتراوح من 20 - 240 دقيقة. التثبيت المتقدم يسمح بضبط 2 مدة من قم زمنية مختلفة.
وقت الإيقاف المؤقت	1 دقيقة	حدد الحد الأقصى للوقت الذي يمكن أن يكون فيه التمرين في وضع الإيقاف المؤقت. يتراوح من 1-99 دقيقة
عملة البرنامج	30 ثانية	مقدار الوقت، يتراوح من 20 - 255 ثانية، الذي يمكن للمستخدم تجاوزه دون لمس شاشة اللمس LCD أثناء إعداد التمرين قبل عودة الوحدة إلى الشاشة الرئيسية. سيتم خروج المستخدم ، ستفقد اي تغييرات باللغة وأي أجهزة بلو توث سوف تنفصل.
موفر الطاقة	تشغيل / 30 دقيقة	عندما يتم تشغيله، يسمح هذا الخيار للقاعدة ووحدة التحكم بالدخول الى نمط "موفر الطاقة" بعد الوقت المختار لعدم النشاط. يتراوح من 0:23:59 ساعة. 30 دقيقة هي الخيار الافتراضي.
إيقاف التشغيل التلقائي / التشغيل التلقائي	وضعية عدم التشغيل	حدد الوقت من اليوم لقيام الجهاز بالإيقاف التلقائي لتشغيل إضاءة شاشة اللمس LCD الخلفية. اضبط وقت اليوم لتشغيل الإضاءة الاحتياطية ووقت مختلف لاطفاء الإضاءة الاحتياطية.
أصوات الجهاز	وضعية التشغيل	يتحكم هذا الخيار في صدور صافرة ساعة الجهاز عند الضغط على المفاتيح من عدمه.
وصف الشاحن اللاسلكي	وضعية التشغيل	يتم هذا عندما يمكن استخدام الشاحن اللاسلكي لشحن الأجهزة المتوافقة. تشمل الاختيارات: تشغيل / إغلاق / تمرين فقط
وضع الماراوثون	معطلة	هذا الخيار يطبق فقط لوقت تمرين مستهدف. إذا تم تعمله فإنه يسمح للمستخدم في هذا التمرين بالحصول علي مدة لا محدودة. تمارين الوقت المستهدف سوف تلتزم بوقت التمرين الموصوف إذا ما تم أظهارها.
إعادة التمهيد ليلاً	وضعية عدم التشغيل	عند التشغيل، ستكتشف وحدة التحكم أقل وقت نشط في اليوم للوحدة وستقوم بإعادة تجهيدها تلقائياً كل 24 ساعة في هذا الوقت. يوصي بهذا للتشغيل المثالي للأجهزة المتدفقة، مثل التمارين عند الطلب، التمارين التفاعلية المتدفقة او نيتزل كس
تأمرين عند الطلب	وضعية عدم التشغيل	يقوم هذا الخيار بتنشيط الوصول التام إلى مكتبة متزايدة من فئات Life Fitness التي يقودها الموجه. ملاحظة: لن تظهر المكتبة إلا إذا كانت الوحدة متصلة بالإنترنت. يُوصى بـ 2.5 ميجابايت في الثانية من النطاق لكل وحدة للحصول على وظائف مثالية.
تضاريس تفاعلية متدفقة	وضعية عدم التشغيل	هذا الخيار ينشط الدخول لمكتبة تمارين المناطق التفاعلية المتدفقة ملاحظة: لن تظهر المكتبة إلا إذا كانت الوحدة متصلة بالإنترنت. يُوصى بـ 2.5 ميجابايت في الثانية من النطاق لكل وحدة للحصول على وظائف مثالية.
إعلان الدخول	تمكين	اضبطه لو اعلنت وحدة التحكم خيارات الدخول من شاشة الجذب الرئيسية.
القياس عن بعد	تمكين	الانتقال الى خاصية التحكم عن بعد تجعل من الممكن استخدام ال ANT/Polar®-+ والمتوافق مع منطقة قياس معدل ضربات القلب مع ANT/Polar+ شريط صدري عن بعد لتابعة معدل ضربات القلب.
تقييد زيادة السرعة باستخدام المفاتيح لأعلى	تمكين	عندما يمكن وعندما يتم الضغط على زر زيادة السرعة والاستمرار بذلك ، سيتمكن المستخدم من زيادة السرعة بمقدار زيادات 3 ميل في الساعة قبل الاحتياج الى الضغط والاستمرار مرة أخرى. عند تعطيله، لن يكون المستخدم قادراً على الضغط والاستمرار لزيادة السرعة.

الإعداد	افتراضي	الوصف
اختبار اللياقة الإضافي	وضعية التشغيل	يفلق كل اختبارات اللياقة ما عدا اختبارات Life Fitness عندما يتم وضعه على "غلق".

جهاز الجري فقط

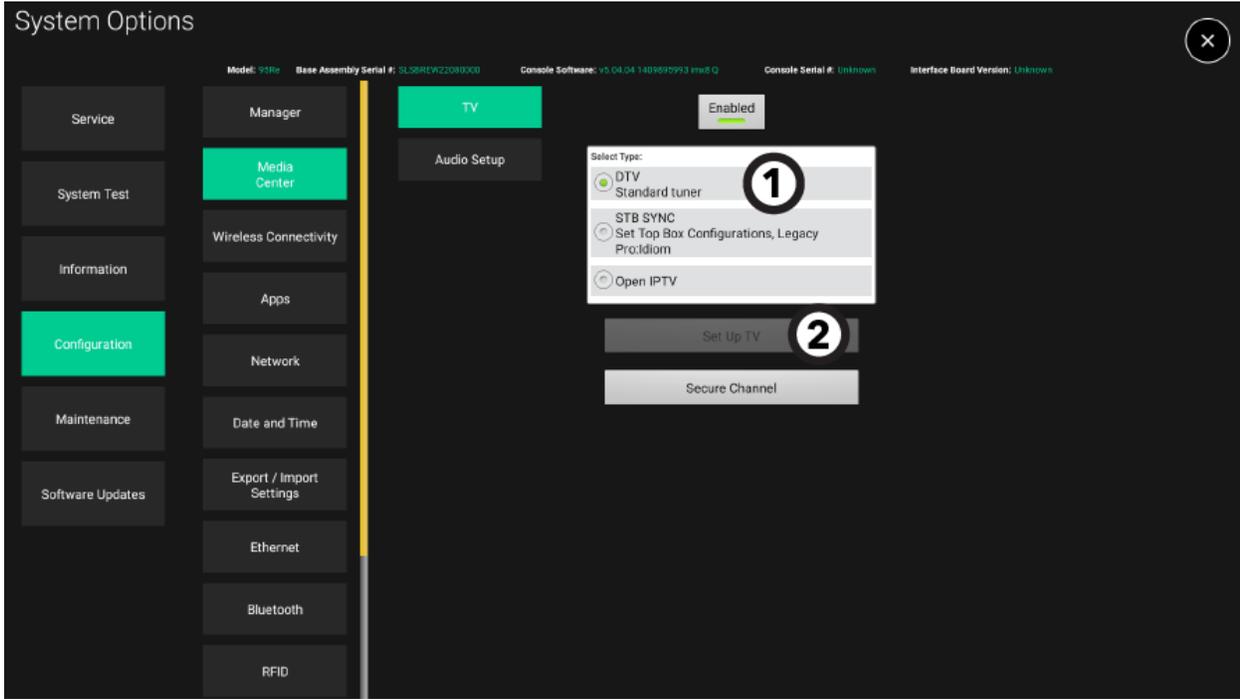
الإعداد	افتراضي	الوصف
الحد الأقصى للسرعة	وحدات تجارية: 14.0 متر في الساعة (23 كيلو في الساعة)	اضبط السرعة القصوى لحزام جهاز المشي ليعمل. يتراوح من 0.5 - 14 ميل في الساعة (0.5 - 23 كيلو في الساعة).
	الوحدات المنزلية: 12.0 متر في ساعة (19 كيلو في الساعة)	اضبط السرعة القصوى لحزام جهاز المشي ليعمل. يتراوح من 0.5 - 12 ميل في الساعة (0.5 - 19 كيلو في الساعة).
الحد الأدنى للسرعة	الوحدات التجارية: 0.5 ميل في الساعة (0.8 كيلو في الساعة)	اضبط السرعة الأدنى لحزام جهاز المشي ليعمل. يتراوح من 0.5 - 14 ميل في الساعة (0.5 - 23 كيلو في الساعة).
	الوحدات المنزلية: 0.5 ميل في الساعة (0.8 كيلو في الساعة)	اضبط السرعة الأدنى لحزام جهاز المشي ليعمل. يتراوح من 0.5 - 12 ميل في الساعة (0.5 - 19 كيلو في الساعة).
الحد الأقصى للميل %	15.0	اضبط الميل الأقصى المسموح به على سطح جهاز المشي. يتراوح من 0-15.0%
مفاتيح سرعة منطقة النشاط (مطبق لنماذج خاصة)	تمكين	يتيح هذا الخيار للمستخدم تخصيص سرعة السير على قيم السير / الجري / العدم.
مستشعر الهولوة (مطبق لنماذج خاصة)	وضعية التشغيل	يقوم هذا الخيار بإيقاف التمرين مؤقتًا بشكل تلقائي في حال ترحل المستخدم عن السير.
معدل التسارع	3	المعدل الذي يتسارع به جهاز الجري إلى السرعة المحددة. يتراوح من 1 (الاطأ) إلى 5 (الاسرع).
معدل التباطؤ	3	المعدل الذي يتباطأ به جهاز الجري إلى السرعة المحددة. يتراوح من 1 (الاطأ) إلى 5 (الاسرع).

فقط PowerMill Climber

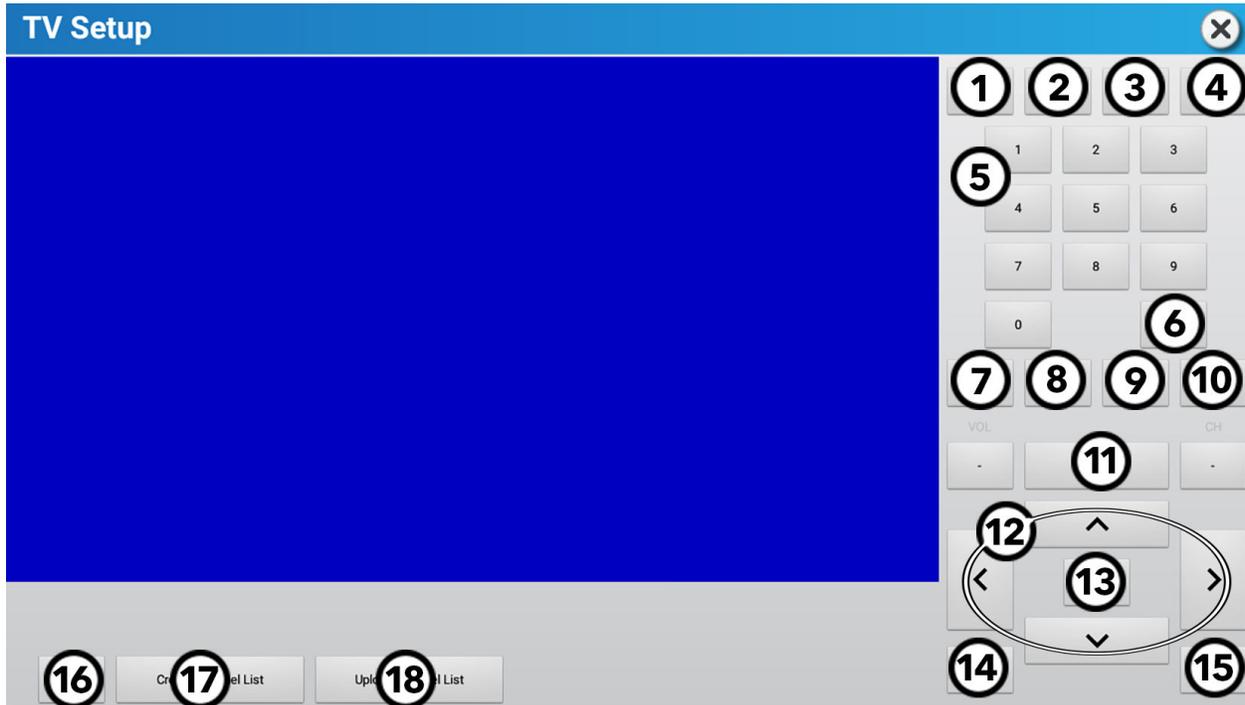
الإعداد	افتراضي	الوصف
سرعة الإحراج: المستوى 0 (12-19 خطوة في الدقيقة)	معطلة	يتحكم هذا الخيار، عند تمكينه، فيما إذا كان من الممكن أو غير الممكن استخدام المستوى 0 في إعداد البرنامج أو أثناء التمرين. المستوى 0 يتوافق مع مستويات شدة أقل من المستوى 1. محاولة الذهاب إلى المستوى 0 عندما يعطل سوف يوقف التمرين مؤقتًا.
السرعات العالية: المستوى 21-25 (160-182 خطوة في الدقيقة)	تمكين	يتحكم هذا الخيار فيما إذا كان من الممكن أو غير الممكن استخدام المستويات 21 وحتى 25 في إعداد البرنامج أو أثناء التمرين (التمرينات يدوي وفاضل السرعة فقط).
الحد الأقصى لمعدل التسارع	3	لتحديد المعدل الذي يتسارع به جهاز PowerMill Climber إلى السرعة المحددة. يتراوح من 1 (الاطأ) إلى 5 (الاسرع).
الحد الأقصى لمعدل التباطؤ	3	لتحديد المعدل الذي يتباطأ به جهاز PowerMill Climber إلى السرعة المحددة. يتراوح من 1 (الاطأ) إلى 5 (الاسرع).

1. حدد نوع الموالف.

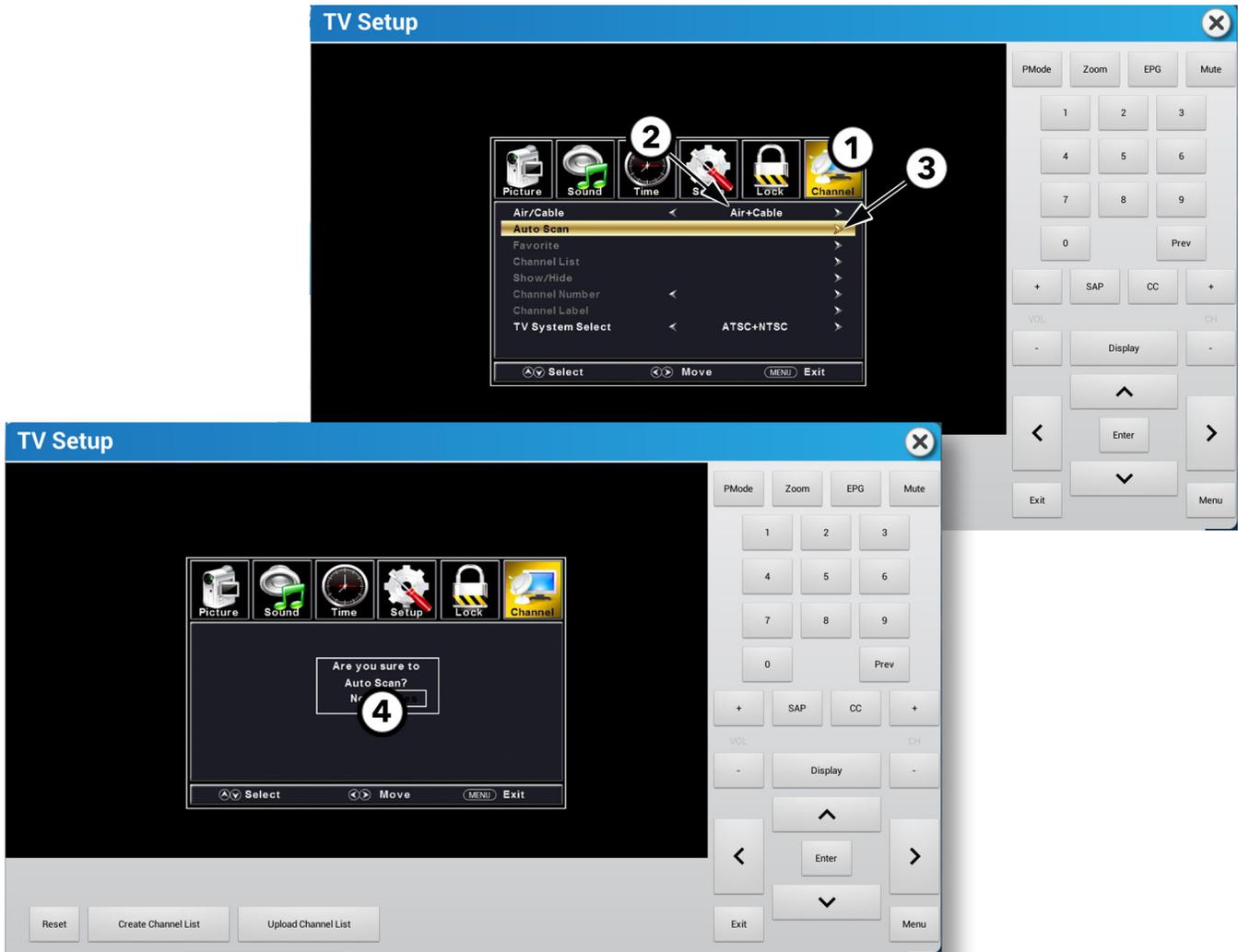
- DTV هو الاختيار الافتراضي لتبنيات ISDB, DVB, و PRO:IDIOM, و ATSC.
- STB SYNC هو الاختيار الافتراضي لتبنيات STB SYNC وأدوات موصل Legacy Pro:Idiom.
- Open IPTV هو الاختيار الافتراضي لبث الوسائط عبر IP باستخدام RTP, UDP, وبروتوكولات مماثلة.



2. اضغط على إعداد التلفزيون لعرض الشاشة الخاصة باختيار نوع جهاز التوقيع.



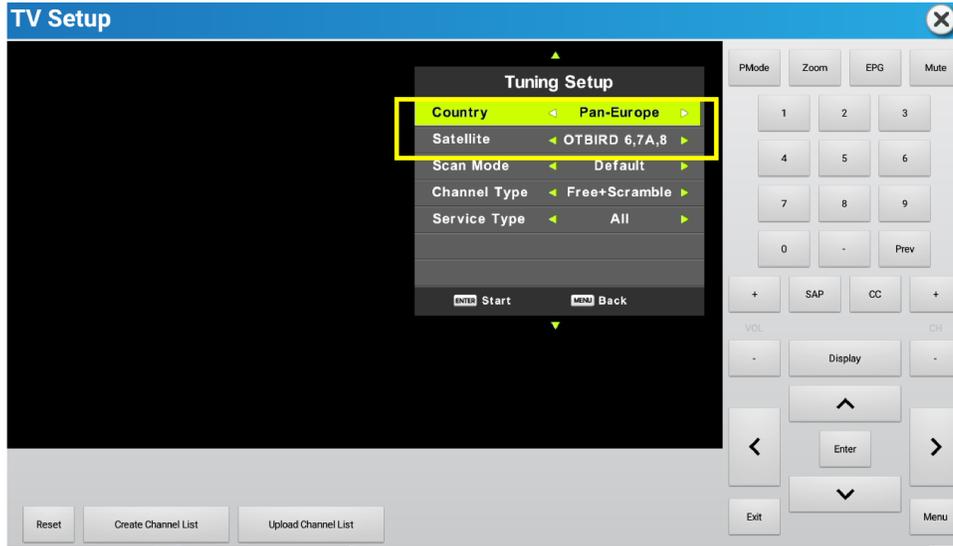
1	PMode	لتحديد وضع الصورة.	10	CH	اضغط على + و - لتغيير القنوات.
2	تكبير / تصغير	حجم الصورة.	11	الشاشة	تعرض معلومات القناة الحالية.
3	EPG (في حال التوفر)	ترد قائمة البرامج الحالية والقادمة للقنوات المحددة.	12	أعلى واسفل / اسهم يسار ويمين	اضغط للانتقال إلى خيارات قائمة إعداد التلفزيون.
4	كم الصوت	لكم صوت التلفزيون.	13	إدخال	لتحديد الخيارات.
5	لوحة المفاتيح	تستخدم لإدخال القناة يدوياً. استخدم الواسعة (-) لإدخال الترميز الرئيسي-الثانوي للقناة.	14	خروج	اضغط للخروج من قائمة إعداد التلفاز.
6	السابق	اضغط لعرض القناة السابقة.	15	القائمة	اضغط للوصول إلى: <ul style="list-style-type: none"> • إعدادات القناة • إعدادات الصورة • إعدادات الصوت • إعدادات الوقت • إعدادات النقل • إعدادات الإعداد
7	حجم الصوت	اضغط على + و - لتغيير مستوى الصوت.	16	إعادة الضبط	لإعادة ضبط جهاز التوقيت على الحالة الافتراضية.
8	SAP (في حال التوفر)	اضغط لتنشيط برجة الصوت الثانوي (SAP).	17	إنشاء قائمة القنوات	لإنشاء قائمة القنوات ليصل إليها المستخدم أثناء التخرجات.
9	CC	اضغط لتشغيل / إيقاف تشغيل غلق الشرح (أو الترجمة).	18	تحميل قائمة القنوات	لتحميل قائمة القنوات على سحابة Halo Fitness (في حال الاتصال) وإلى جميع الوحدات الأخرى الموجودة في المنشأة على الفور إذا كانت الوحدات متصلة بالإنترنت.



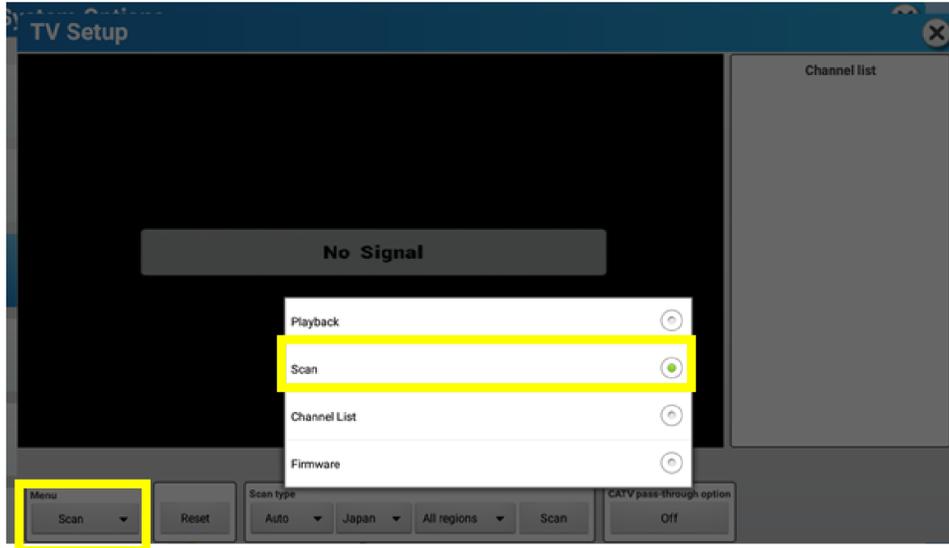
1. اضغط على ◀ أو ▶ للانتقال إلى القناة.
 2. اضغط على ▲ أو ▼ للانتقال إلى هوائي/كابل، اضغط على ▶ أو ◀ لتحديد التهيئة الخاصة بك.
- ملاحظة:**
- Cable للبحث عن قنوات Pro:Idiom الرقمية المشفرة والرقمية المفتوحة والتناظرية.
 - هواء للبحث عن قنوات رقمية من هوائي أرضي محلي.
 - Air + Cable للبحث عن كل أنواع الإشارات.
3. اضغط على ▲ أو ▼ للانتقال إلى بحث تلقائي، واضغط على ▶ إدخال للبحث عن القنوات.
 4. اضغط على ▶ أو ◀ لتحديد لا أو نعم، ثم اضغط على إدخال.



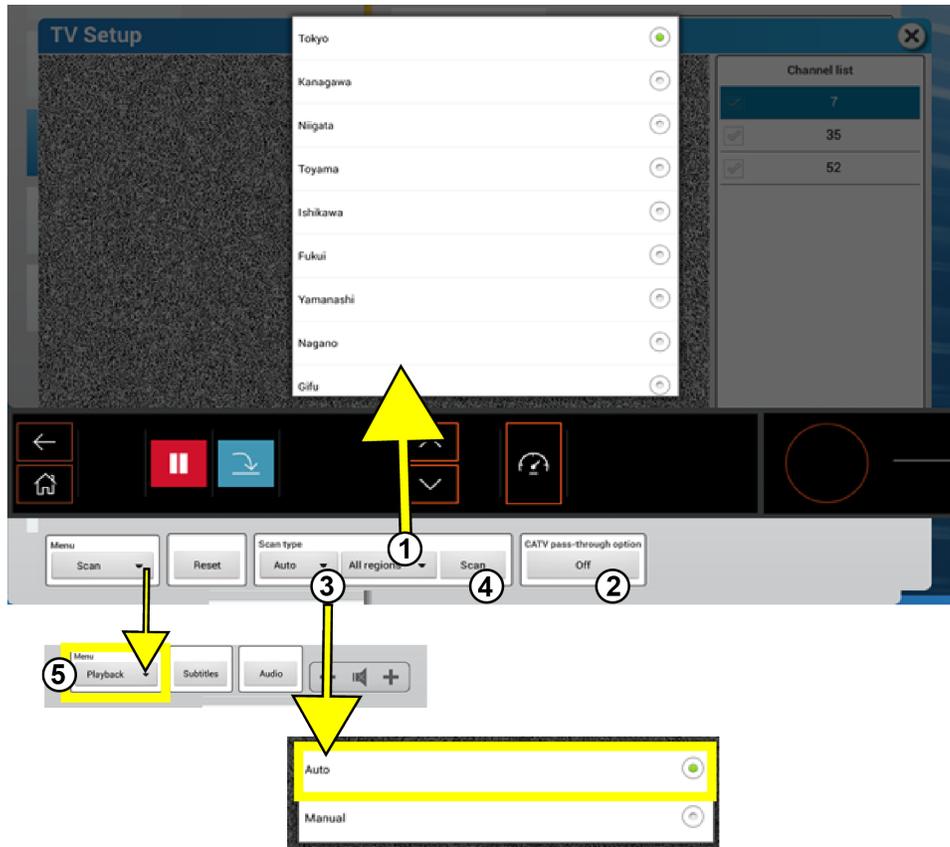
1. اضغط على ◀ أو ▶ للانتقال إلى قناة.
2. اضغط على ▲ أو ▼ للانتقال إلى موالفة تلقائية.
3. اضغط على إدخال.
4. اضغط على ▲ أو ▼ للانتقال إلى البلد، ثم اضغط على ◀ أو ▶ لتحديد بلدك.
5. اضغط على ▲ أو ▼ للانتقال إلى النوع الرقمي، ثم اضغط على ◀ أو ▶ لتحديد معيار التلفزيون الرقمي الخاص بك.
في حال اختيار **DVB-S** - النوع الرقمي حدد البلد ونوع القمر الصناعي باستخدام ◀ أو ▶ قبل البدء في البحث عن القناة.



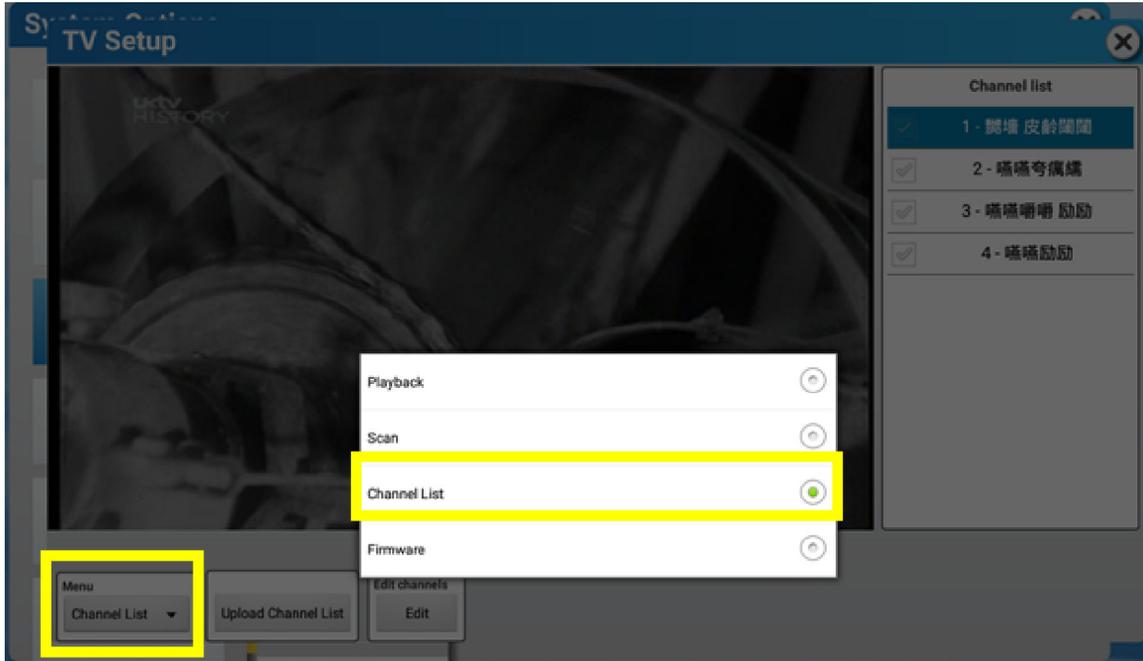
6. اضغط على إدخال للبحث عن القنوات.
7. اضغط على ▲ أو ▼ للانتقال إلى نوع الإشارة في حال تحديد **DVB-S** بوصفها النوع الرقمي.



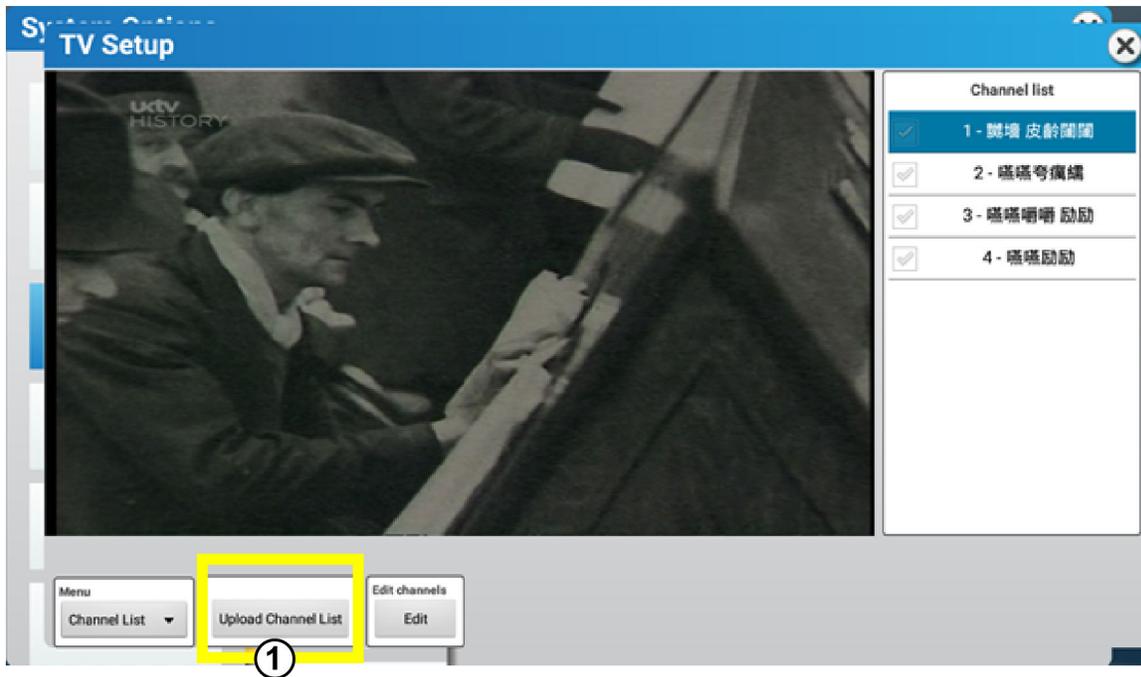
1. حدد كل المناطق لسحب قائمة المناطق إلى الأعلى. اختر المنطقة المطبقة.
2. اضبط الخيار **CATV Pass Through Option** على إيقاف التشغيل.
3. اختر تلقائي لتحديد نوع البحث .
4. اضغط على بحث لبدء في البحث عن القنوات.
5. اختر تشغيل من خيارات القائمة لعرض الفيديو.



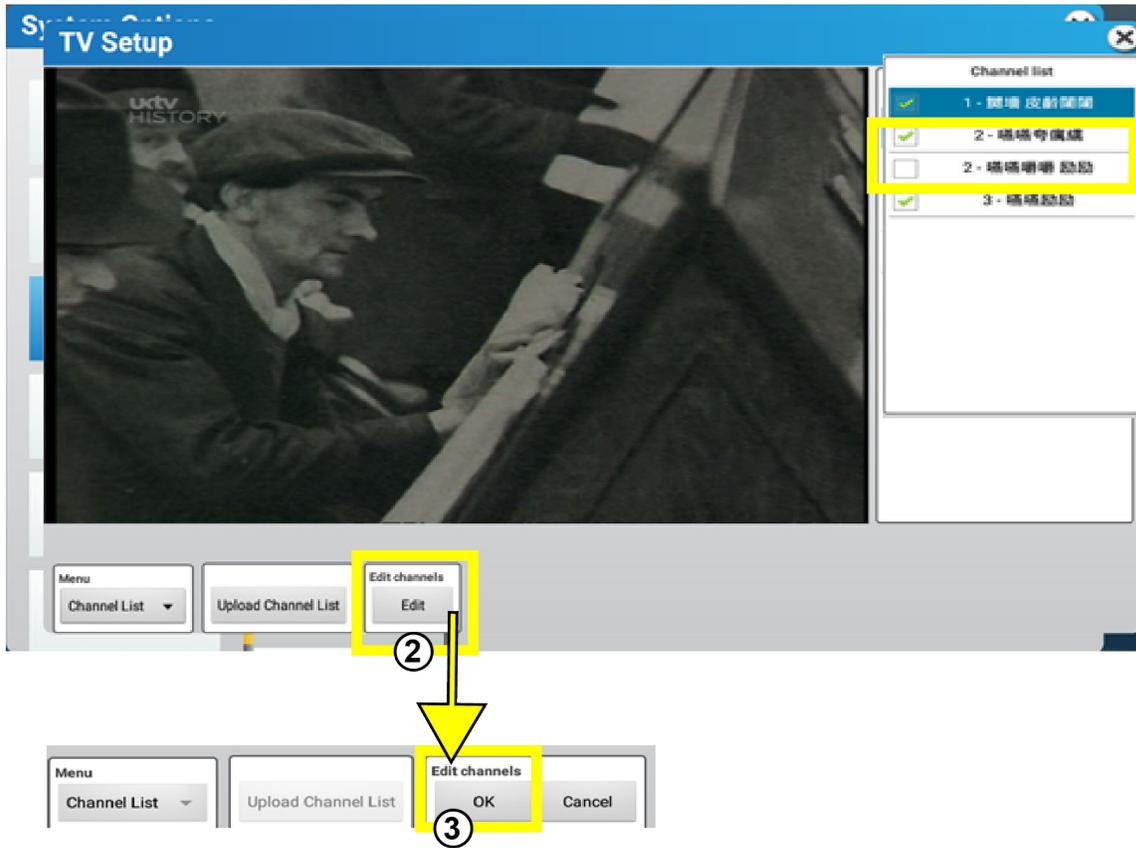
ملاحظة: إذا لم يلتقط الموالب قنوات، فاضبط الخيار **CATV Pass Through Option** على تشغيل وأعد البحث عن القنوات.



1. حدد تحميل قائمة القنوات لتحميل قائمة القنوات على سحابة Halo Fitness (في حال الاتصال).



2. حدد مجريد لتحرير قائمة القنوات. قم بإلغاء اختيار القنوات لإخفاء القنوات عن المستخدم. لن تكون القنوات المخفية خيارات أثناء التبريرات.



مطلبات قليلة

ستحتاج المشاة ان تمد:

- الوصول الى شبيكاتهم IPTV من خلال CAT-5e /CAT-6 وصلة سلكية لكل منهم وكل منتج قلبي Life Fitness يحتوي على Pro:Idiom IPTV DTB. لا تدعم Pro:Idiom على وصلة wLAN
- عنوان IP ثابت (IPv4 -32 bit) لكل قطعة من المعدة القلبية تحتوي على ال Pro:Idiom IPTV DTB
- VLAN (مرق ID LAN) اذا اريد واحد
- معلومات قائمة القنوات تشمل البروتوكول السلس المستخدم (UDP هو الاشيع) العنوان لكل قناة , تعيين المنفذ , واسم القناة مصحوبا بكل قناة عنوان , المنفذ , اسم القناة مصحوبا بكل قناة

الحدود

- Pro:Idiom IPTV DTB لا يدعم تعيين العنوان الديناميكي
- لا يدعم Pro:Idiom IPTV DTB الداخلى على توصيل لاسلكي

تثبيت ميدني

- التثبيت الاولي للياقة المشاة بال Pro:Idiom IPTV يتطلب الحصول على معلومات تثبيت حيوية وتشمل تعيين عنوان IP الساكن لكل DTB وقائمة قنوات ال IPTV من منسق ال A/V او مدير المشاة لادخالها الى DTB مباشرة. يدون هذه المعلومة , لا يتم تثبيت ال DTB
- كل Pro:Idiom DTB داخل المشاة سوف يحتاج الى برجة يدوية عنوان IP ثابت وايضا ال VLAN ID (لو مطلوب واحد).
- ال قائمة قنوات IPTV سوف يحتاج الى اضافته على Pro:Idiom DTB واحد ويمكن استنساخه للبقية داخل المشاة باستخدام USB المورد/المصدر او عبر Halo.

مواصفات تقنية

مدخل IPTV	RJ-45 طراز عبر CAT-6 إيثرنت سلكي
عنوان IPv4	تعيين العنوان الثابت فقط
IPv4 متعدد IP دعم:	نعم
دعم IGMP	نعم
دعم VLAN	نعم
بروتوكولات سلس IPTV	RTP و UDP
مدى IP متنوع	239.255.255.255 - 224.0.0.0
تعيين المنفذ	0001-9999
دعم نقل التيار	نقل تيار برنامج منفرد (SPTS) و نقل تيار برنامج متعدد (MPTS) الى 20 ميجابايت في الثانية.
دعم كوديك الفيديو	MPEG-2, MPEG-4, H.264, HEVC
دعم كوديك المسموع	طبقة MPEG 1/2 , Dolby, ACC
دعم فك تشفير Pro:Idiom:	نعم

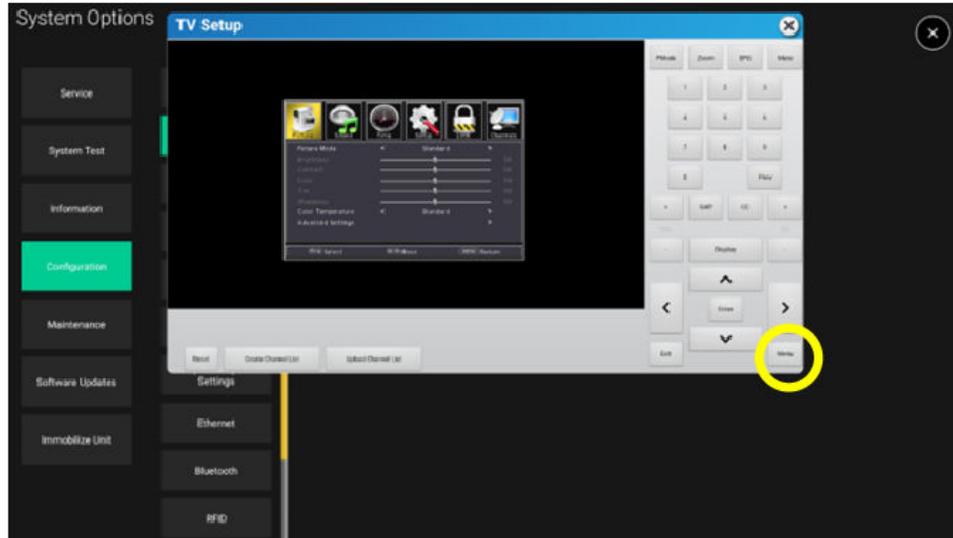
كل Pro:Idiom IPTV DTB يحتاج ليكون مربعاً بعنوان ثابت تعيين العنوان الثابت او مداه يجب امداده بمدير المنشأة

تثبيت القائمة لأول مرة: اتبع تعليمات لتثبيت مواصفات جهاز التوجيه. اثناء التثبيت لأول مرة ، ادخل العنوان الثابت

لو خرجت من قائمة التثبيت لأول مرة ، يمكن الوصول الى قائمة DTB عن طريق:

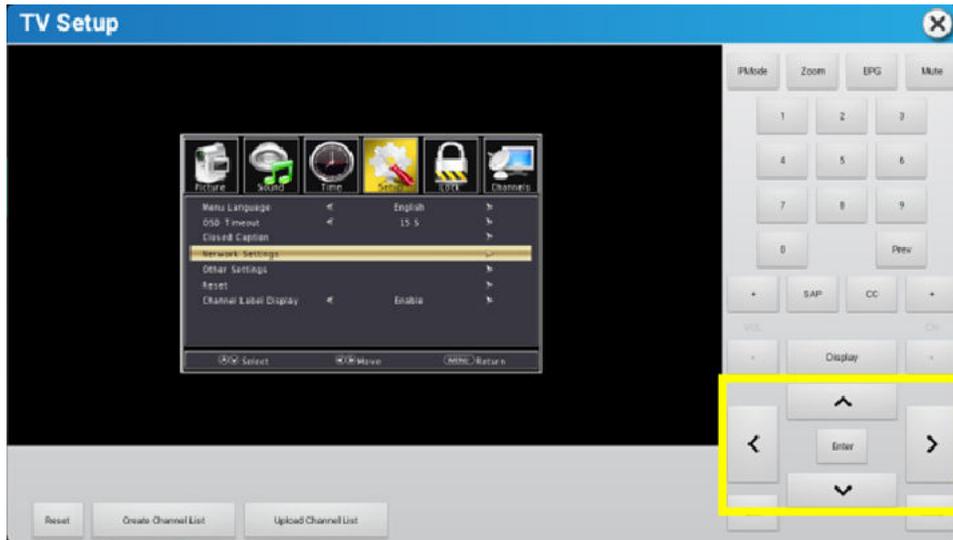
1. انتقل الى خيارات النظام < ترتيب < مركز الوسائط < خيارات DTV < تثبيت التلفاز.

2. اختر القائمة في الزاوية السفلى اليمنى لشبكك تثبيت التلفاز

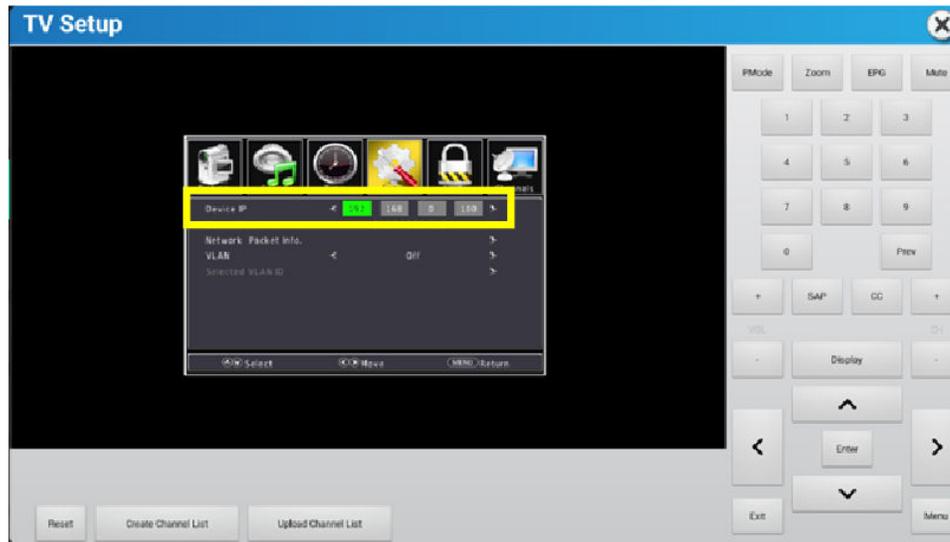


3. اضغط على ◀ أو ▶ للانتقال إلى التثبيت.

4. اضغط على ▲ أو ▼ للانتقال إلى إعدادات الشبكة. اضغط على إدخال أو ▶.



5. ادخل العنوان الثابت تحت الجهاز قسم كل من 4 صناديق (الأول باللون الأخضر) يحتاج الى ان يملا باستخدام لوحة المفاتيح الرقمية والأسهل الجين واليسار للانتقال. في المثال ادناه ، العنوان الثابت لهذه الوحدة هو 192.168.0.100



6. بعد إدخال عنوان IP الساكن ، يمكنك تمكين ال VLAN (الشبكة المحلية الافتراضية) لاضافة VLAN ID او تعيين بطاقة شعار لل VLAN. سوف يعطى ال VLAN ID بواسطة مدير المنشأة او منسق AV. هذه الخاصية غير مطلوبة لكنها تساعد لتوجيه المرور الذي يحتوي علي كل من الانترنت و التلفاز معا
ملاحظة: لو ان VLAN ID غير مطلوب ، تخطى قسم تثبيت ال VLAN ID.

تثبيت VLAN ID

1. استخدم اسهم الانتقال ويمكن VLAN الى وضعية التشغيل.



2. انتقل الى VLAN ID المختار اضغط ادخال او للوصول الى جدول مدخل VLAD ID.

3. ادخل VLAN ID في المنفذ (او PVID للاختصار) والذي هو VLAN ID افتراضي محدد ليناسب قطعة ال VLAN التي يتصل بها المنفذ. اية VLANs اضافية يحتاج اليها للوصول الى IPTV المروري يمكن وضعها في الصناديق المجاورة بدءا من اليسار الى اليمين. اية تغييرات سوف تخزن بعد الخروج



قائمة قنوات IPTV

هذا القسم يغطي كيف تنشئ وتبني قائمة قنوات ال IPTV الاولية.

قائمة القنوات معطاة (مثال)

عدد	عنوان IP	منفذ	رقم القناة.	اسم القناة
1	239.10.10.23	1234	1-1	AMC
2	239.10.10.24	1234	1-2	FX
3	239.10.10.25	1234	2-1	SYFY
4	239.10.10.26	1234	3-1	TRV
5	239.10.10.27	1234	4-1	wEATH
6	239.10.10.28	1234	5-1	HIST
7	239.10.10.29	1234	6-1	TNT
8	239.10.10.30	1234	7-1	WTTW
9	239.10.10.31	1234	8-1	ESPN
10	239.10.10.31	1234	8-2	wFLD
11	239.10.10.31	1234	8-3	CNN
12	239.10.10.31	1234	8-4	ABC
13	239.10.10.31	1234	8-5	NBC
14	239.10.10.31	1234	8-6	wGN
15	239.10.10.31	1234	8-7	CBS

تجهيز القناة: تجهيز قائمة القناة يدويا

1. اضغط على ◀ أو ▶ في قائمة التلفاز للانتقال إلى القنوات.

2. اضغط ▲ أو ▼ للانتقال إلى عنوان مدخل القناة. اضغط على إدخال أو ▶.



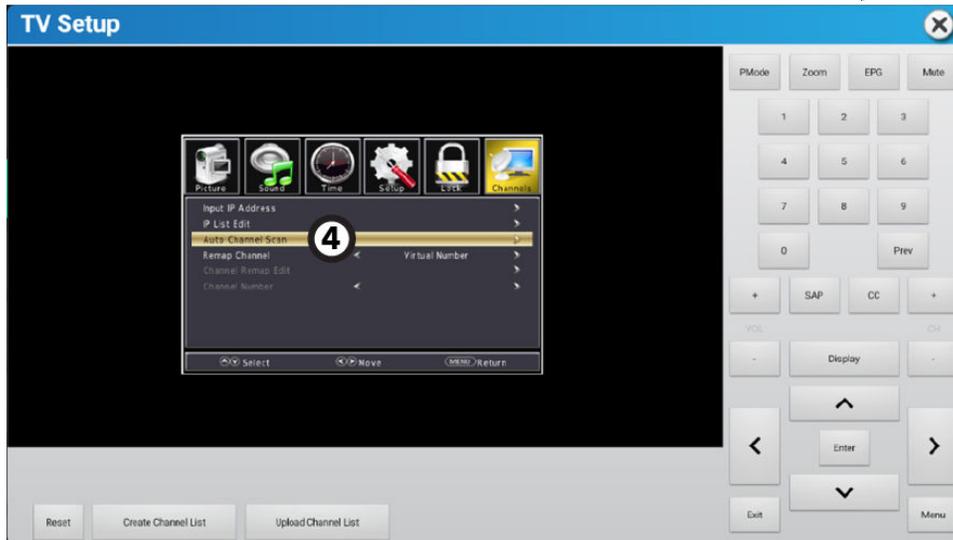
3. ادخل اول عنوان IP قناة متعدد ورقم القناة مستخدماً ◀ أو ▶ للانتقال إلى كل خلية. اضغط ادخل لتخزين القناة. كررها لكل قناة داخل لائحة القنوات.

ملاحظة:

- مدى عنوان IP المتعدد من 224.0.0.0 إلى 239.255.255.255
- تحديد القناة يكون ب 4 حروف ويتبع العنوان المتعدد بنقطتين (:)
- مثال: 239.10.10.23:4598



4. اضغط على ▲ أو ▼ للانتقال إلى خص القناة التالي. اضغط على إدخال أو ▶.

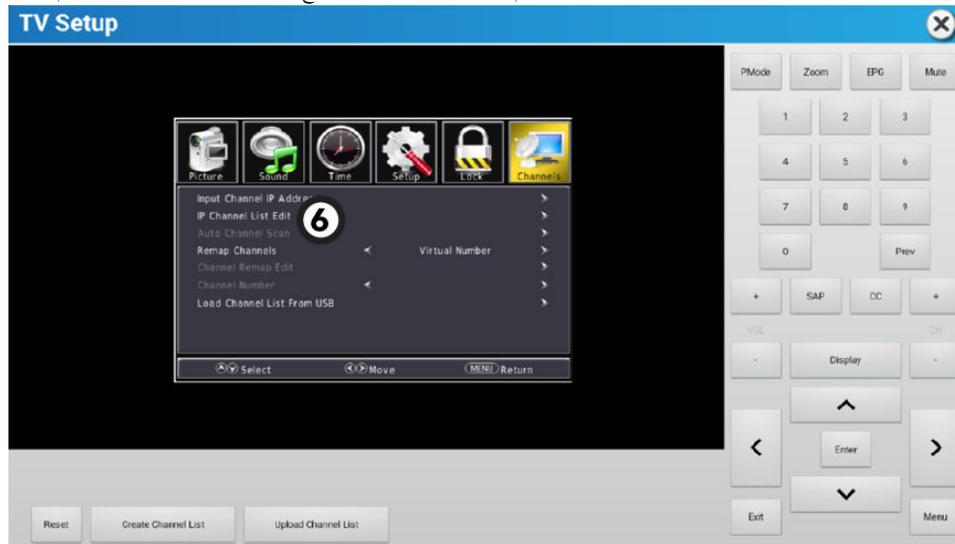


5. سيظهر تأكيد فوري لاختيارك. اضغط ◀ او ▶ لاختيار لا او نعم. اضغط على إدخال.



بعد المسح ، كل القنوات بالعنوان الصحيح ومواصفات المنفذ المحددة سوف تعرض المحتوى مرة اخرى.

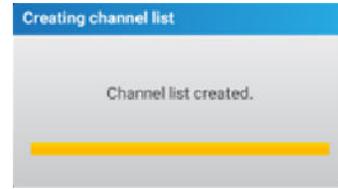
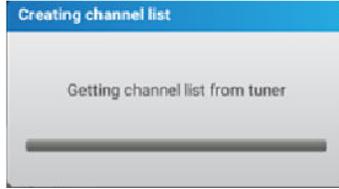
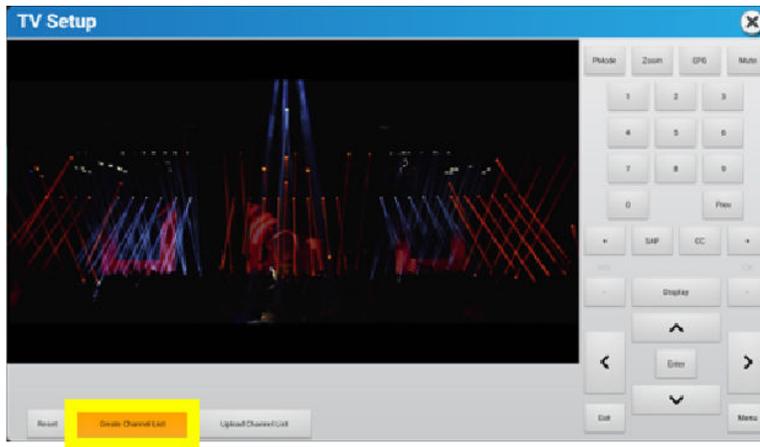
6. لمشاهدة او تعديل القائمة الكلية للقنوات انتقل الى تعديل قائمة القنوات. نأكد من ان كل القنوات داخل القائمة قد تم عرضها وعرض محتواها كما هو متوقع. اي مشاكل يمكن التعامل معها باستخدام IP ضبط قائمة القنوات.



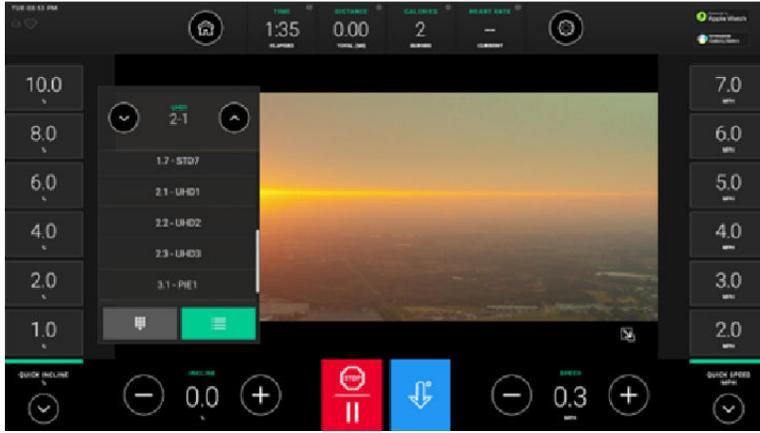
7. كرر المسح التلقائي للقنوات عند الضرورة.

إنشاء قائمة القنوات

بعد التأكد من كل القنوات استخدم إنشاء قائمة القنوات وظيفة استيراد قائمة القنوات إلى وحدة تحكم ال GUI سيظهر حوار محادثة ويظهر التقدم.



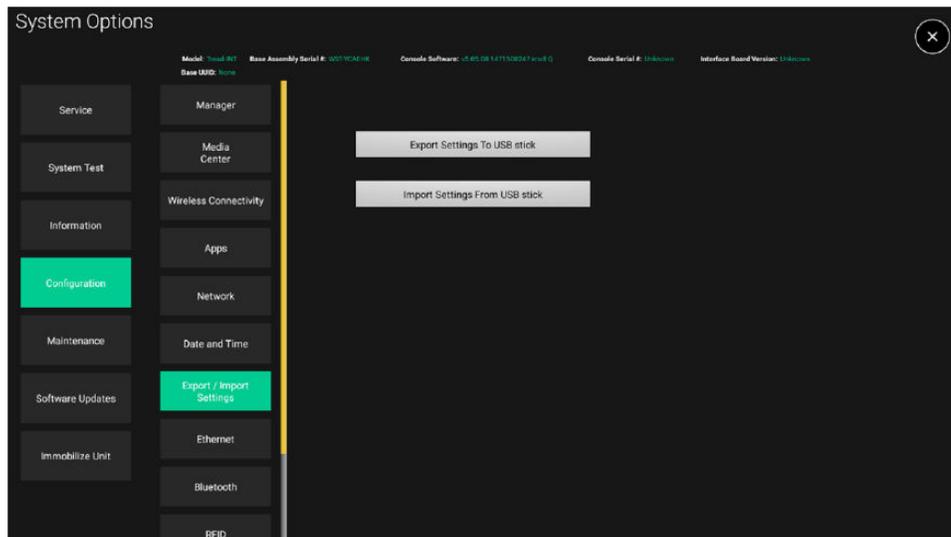
اخرج من خيارات الجهاز وأنشئ قمرين للتأكد من ان قنوات التلفاز تظهر بصورة صحيحة.



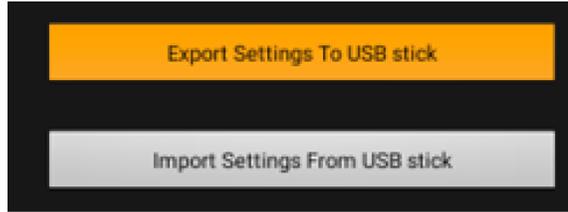
خاصية تصدير /توريد خصائص وحدة التحكم

خصائص وحدة التحكم يمكن تصديرها وتوريدها بين وحدات التحكم المحلية باستخدام لوحة منفذ USB الأمامية. وهذا سوف ينقل أية تغييرات بقائمة خيارات الجهاز وتشمل قائمة القنوات الى وحدات تحكم محلية اخرى.
ملاحظة: يجب ان يتم خلق وظيفة قائمة القنوات قبل ان تصدر قائمة القنوات بصورة صحيحة.

1. ادخل جهاز فلاش USB فارغة للوحة الأمامية لوحدة التحكم التي تريد تصدير الاعدادات منها. يجب ان يكون هذا هو وحدة التحكم التي بها جهاز التوقيت معد والقنوات مسموحة اليها.
2. انتقل الى اعدادات الجهاز < وصف > اعدادات تصدير / توريد .

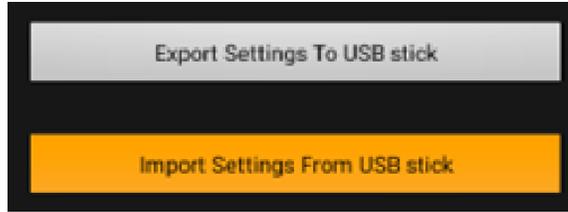


3. اختر لتصدير الإعدادات إلى ذاكرة USB. العاجل سوف يظهر تقدماً.



4. بعد التصدير الناجح ، ادخل فلاش ال USB الى وحدة التحكم التي لا تحتوي على إعدادات وانتقل الى خيارات الجهاز < وصف < إعدادات تصدير/ توريد.

5. اختر لاستيراد الإعدادات من ذاكرة USB. العاجل سوف يظهر تقدماً.



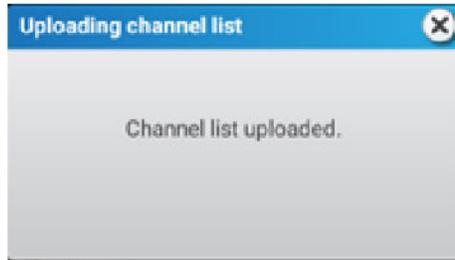
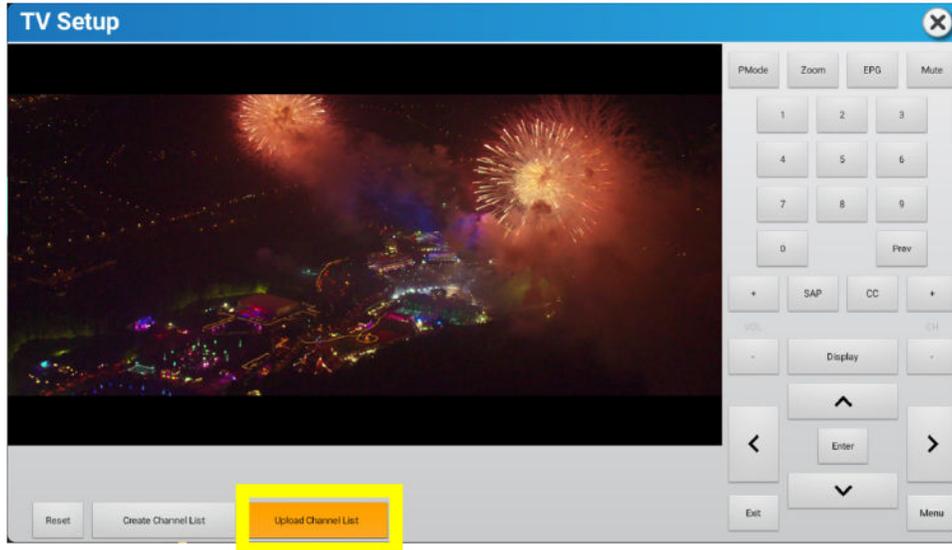
6. كرر عملية الاستيراد في كل وحدة تحكم داخل الوحدة والتي ليس بها إعدادات وحدة تحكم.

ملاحظة: سوف يتم استيراد قوائم جهاز التوفيق فقط إذا كان جهاز التوفيق من نفس النوع ونفس درجة البرمجة.

تحميل قائمة القنوات

خاصية دفع قائمة القنوات الى Halo لضبط القنوات وإرسال قائمة القنوات الى Halo اخر موصلا وحدات تحكم Discover داخل المنشأة والتي تشارك نفس نوع جهاز التوفيق ونسخة برمجية جهاز التوفيق

انتقل الى تثبيت التلفاز القائمة واختر حمل قائمة القنوات. سيظهر موجه يظهر التقدم.



مستخدما حساب Halo لمنشأة خاصة ، يمكنك تعديل قائمة القنوات ونشر التغييرات الى باقي الوحدات داخل المنشأة.

عملية تحديث البرمجة: تحديث تلقائي

تم إضافة تحديثات جهاز التوفيق هذا الى حزمة تحديثات برمجة ال LF فقط عبر فتحة USB الخاصة باللوحة الإمامية لوحدة التحكم. لن يتم تحديث جهاز التوفيق عبر توصيل سحابي الى Halo لو لم يحتوي ال DTB على احدث البرامج الثابتة ، فسيتم تحديث ال DBT اثناء عملية تحديث حزمة برمجة ال LF

سيحدث التحديث على مرحلتين ، نقل المعلومات من وحدة التحكم الى ال DTB و التحديث الفعلي. هذه العملية قد تستغرق 2 دقيقة كحد اقصى.

```

SetupUtility
-----
Installed software
-----
mahoo-ges2: 1 09 08
-----
os: S54_500 user: 12
-----
com.if.setuputility: com.if.setuputility_503023
-----
com.if.setdatetitle: K92B-12626-0000_419300911
org.pocketnetworkstation.pkeyboard: K92A-12641-0000_1561426390
com.if.mediasetuputility: K92A-12642-0000_1799573634
com.if.ifconnecttransmitservice: K92A-00001-0000_103932735
com.if.log: com.if.log_13
com.if.push.client: K92A-00004-0000_256216695
com.if.systemservice: com.if.systemservice_25
com.if.settingsprovider: com.if.settingsprovider_37
jp.tadain25.openmedi: K92A-00006-0000_409115327
com.google.android.inputmethod.pinyin: com.google.android.inputmethod.pinyin_4520313
com.google.android.inputmethod.korean: com.google.android.inputmethod.korean_1551413
com.lifefitness.essac: K92A-00010-0000_100049559
com.if.test.samplesysteminjector:
com.if.eventlog.provider:
com.if.devices.gemdev2:
com.if.workoutservice:
com.if.apple_auth_service:
com.if.osupdate:
com.google.android.youtube:
com.if.mediahost.provider:
com.if.third_party_service:
com.if: K108-12603-000A_1883667035

-----
Programming Swift IPTV tuner
Please wait while transaming Swift firmware...
-----
2% 2/100
-----
com.if.third_party_service:860295522
K108-12603-000A_1883667035

```

```

SetupUtility
-----
Installed software
-----
mahoo-ges2: 1 09 08
-----
os: S54_500 user: 12
-----
com.if.setuputility: com.if.setuputility_503023
-----
com.if.setdatetitle: K92B-12626-0000_419300911
org.pocketnetworkstation.pkeyboard: K92A-12641-0000_1561426390
com.if.mediasetuputility: K92A-12642-0000_1799573634
com.if.ifconnecttransmitservice: K92A-00001-0000_103932735
com.if.log: com.if.log_13
com.if.push.client: K92A-00004-0000_256216695
com.if.systemservice: com.if.systemservice_25
com.if.settingsprovider: com.if.settingsprovider_37
jp.tadain25.openmedi: K92A-00006-0000_409115327
com.google.android.inputmethod.pinyin: com.google.android.inputmethod.pinyin_4520313
com.google.android.inputmethod.korean: com.google.android.inputmethod.korean_1551413
com.lifefitness.essac: K92A-00010-0000_100049559
com.if.test.samplesysteminjector:
com.if.eventlog.provider:
com.if.devices.gemdev2:
com.if.workoutservice:
com.if.apple_auth_service:
com.if.osupdate:
com.google.android.youtube:
com.if.mediahost.provider:
com.if.third_party_service:
com.if: K108-12603-000A_1883667035

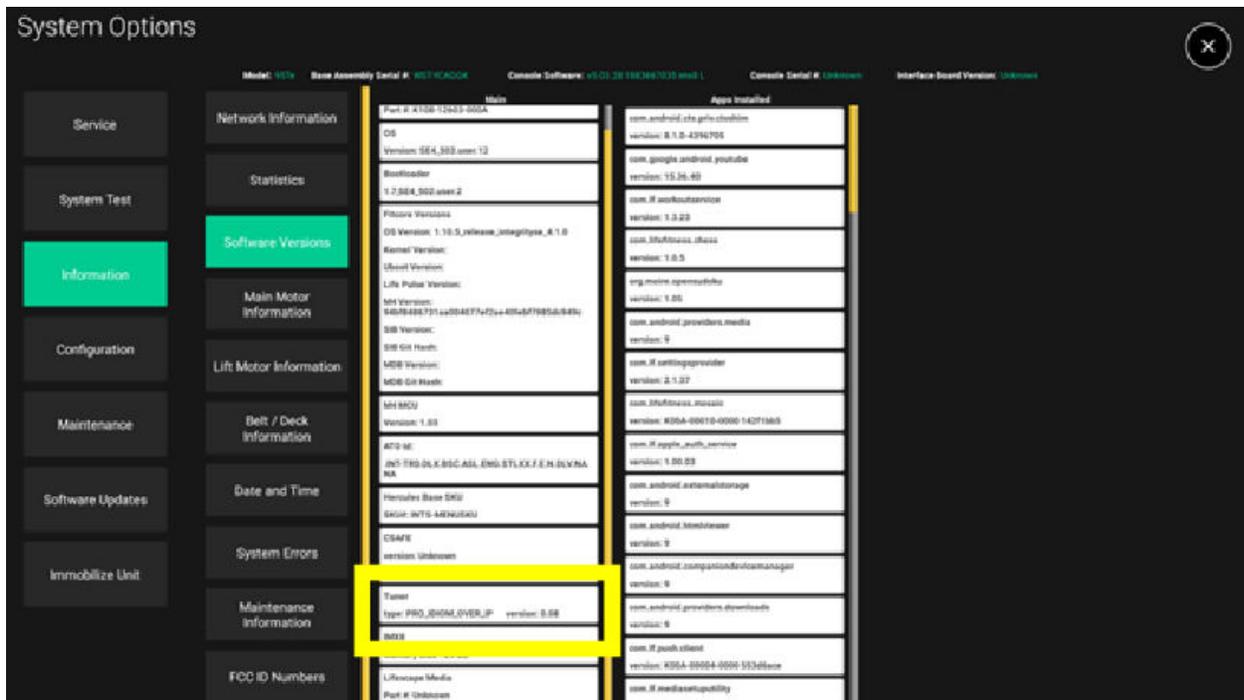
-----
Programming Swift IPTV tuner
Please wait while updating Swift firmware...
-----
22% 22/100
-----
com.if.third_party_service:860295522
K108-12603-000A_1883667035

```

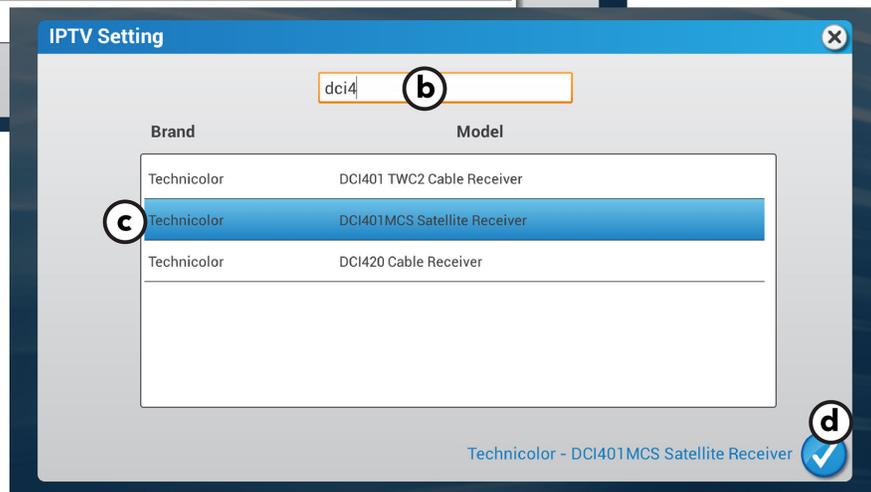
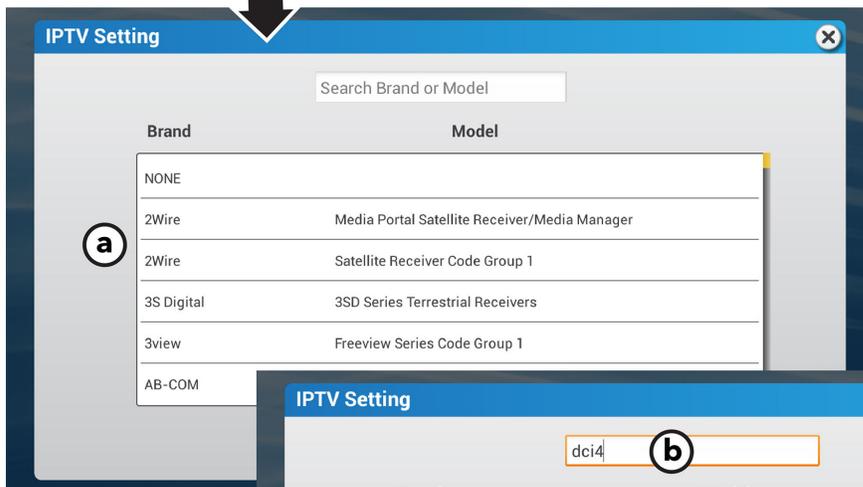
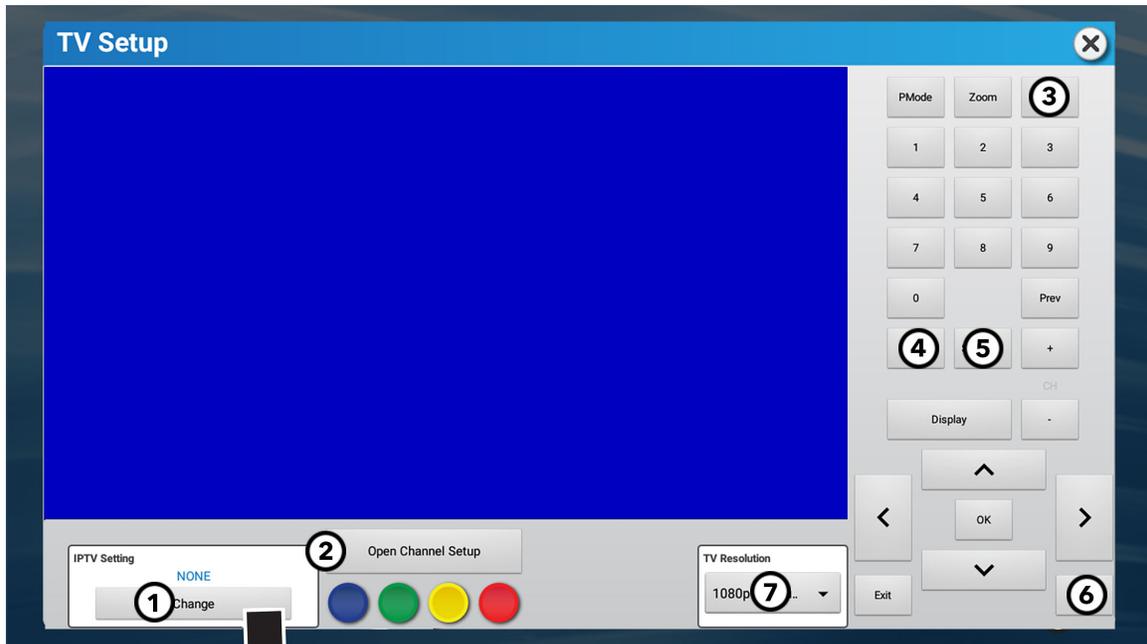
لو لم تشاهد عملية التحديث اثناء تحديث وحدة التحكم ، فان هذا بسبب ان برامج جهاز التوفيق الثابتة محدثة بالفعل.

نوع جهاز التوفيق وفحص نسخة البرنامج الثابت لجهاز التوفيق.

لفحص نوع جهاز التوفيق او نسخة البرنامج الثابت ، انتقل الى خيارات النظام < المعلومات < نسخة البرمجية > جهاز التوفيق لرى نوع جهاز التوفيق ونسخة البرنامج الثابت.



ملاحظة: حدد إعداد IPTV عند التثبيت لطابق العلامة التجارية / الطراز لجهاز الاستقبال (STB) في مقصورة AV بالمنشأة.



تُرسل هذه الأوامر إلى جهاز الإرسال المطابق. ويقوم جهاز الإرسال بتحديد الإجراءات. راجع مستندات جهة تصنيع جهاز الإرسال لمعرفة المواصفات والوظائف بالتفصيل.

1. إعداد IPTV

حدد تغيير.

ابحث عن العلامة التجارية والطرز لجهاز الاستقبال.

- a. مرر خلال قائمة العلامات التجارية والطرزات، أو أكتب اسم العلامة التجارية أو الطراز في مربع البحث عن العلامة التجارية أو الطراز .
- b. حدد الصف المتضمن للعلامة التجارية أو الطراز المرادين.
- c. فتعرض العلامة التجارية والطرز المحددين.
- d. اضغط على علامة الاختيار للتأكيد.

ملاحظة: حدد إعداد IPTV عند التثبيت لطابق العلامة التجارية / الطراز لجهاز الاستقبال في مقصورة AV بالمنشأة.

ملاحظة: قد توجد عدة صفوف لنفس العلامة التجارية والطرز. وسيحتوي كل صف على أكواد مختلفة للتحكم عن بعد في جهاز الاستقبال، وبالتالي فقد يجب محاولة عدة صفوف أثناء التهيئة.

ملاحظة: الصفوف المتضمنة لوصف الطراز **متنوع قديم - لا تستخدمها لعمليات تثبيت وحدة التحكم الجديدة** ينبغي عدم التحديد يدويًا أثناء تثبيت وحدات التحكم الجديدة، بغض النظر عما إذا ما كان جهاز الاستقبال المطابق جديد أم لا.

2. أزرار الألوان العامة

يقوم جهاز الاستقبال بتحديد الإجراءات.

3. EPG (إذنا توفير)

ترد قائمة البرامج الحالية والقادمة للقنوات المحددة.

4. SAP (إذنا توفير)

للتبديل بين قناة الصوت العادية وقناة الصوت SAP.

5. الترجمة

اضغط لتشغيل/إيقاف تشغيل الترجمة.

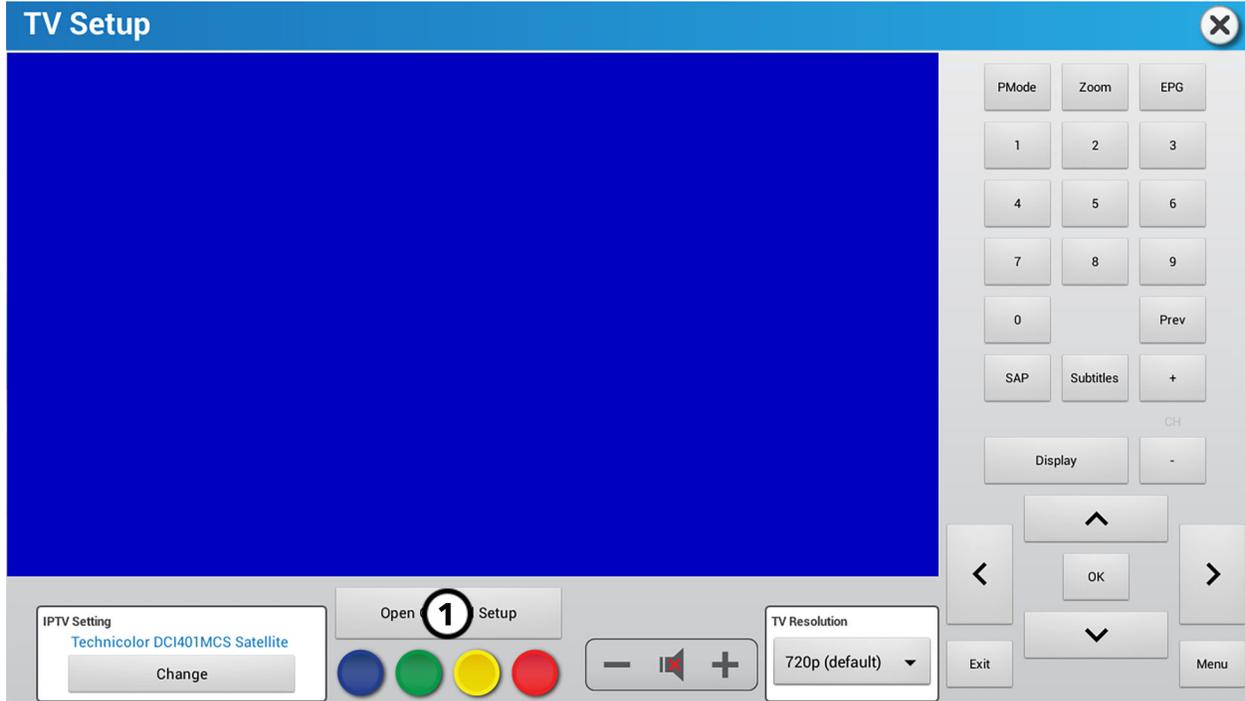
6. القائمة

قائمة STB (في حال التوفير)

7. دقة التلفزيون

لتغيير دقة التلفزيون.

- يتم تحديد إعداد الدقة الافتراضي للتلفزيون.
- لا ينطبق تغيير دقة التلفزيون إلا في قائمة **إعداد التلفزيون** وسيُعاد ضبطه على القيمة الافتراضية بعد الخروج من قائمة **إعداد موائل التلفزيون**.



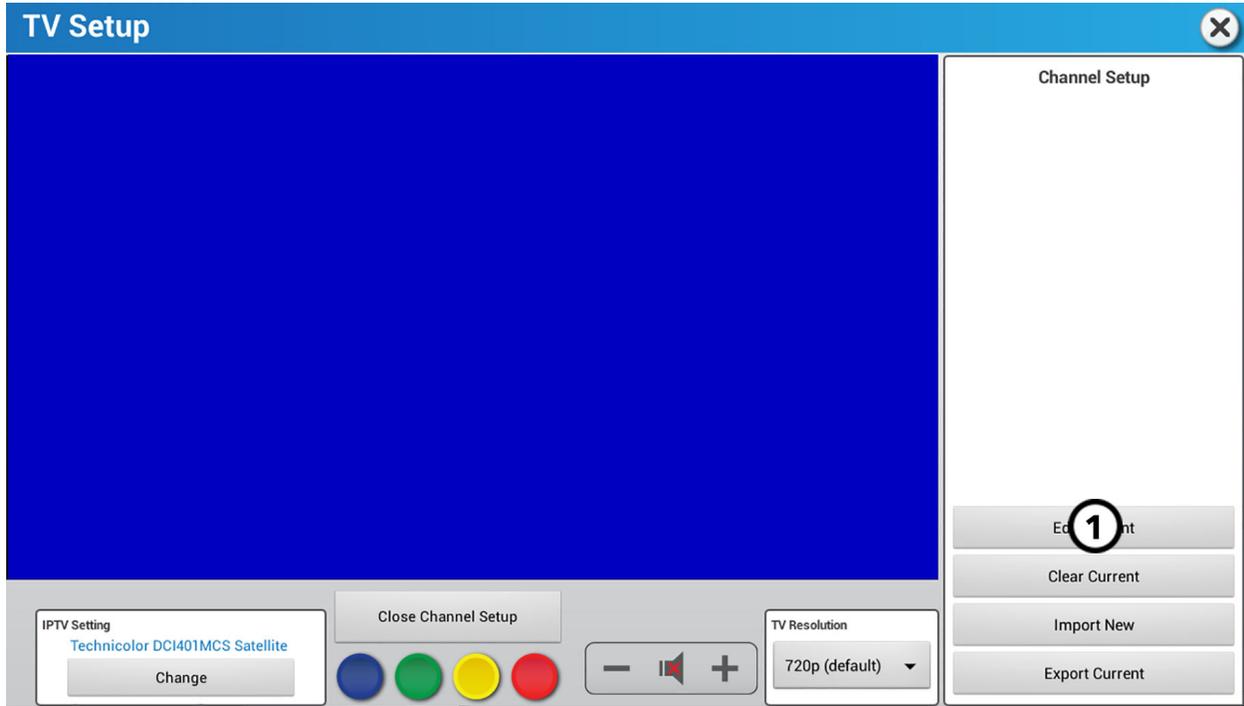
بعد البحث عن القنوات أو تركيب جهاز استقبال، اضغط على **إعداد القنوات المفتوحة** لتخصيص قائمة قنواتك الخاصة بشاشة التمرين.

تحتوي قائمة إعداد القنوات المفتوحة على أربعة خيارات:

- **تعديل الحالي** - لتعديل العناوين، إضافة العناوين، حذف العناوين، وحفظ العناوين.
- **مسح الحالي** - لحذف قوائم القنوات الحالية.
- **استيراد جديد** - لنسخ قائمة قنوات من وحدة مختلفة.
- **تصدير الحالي** - لحفظ قائمة القنوات في محرك فلاش USB لنسخها في وحدات مختلفة.

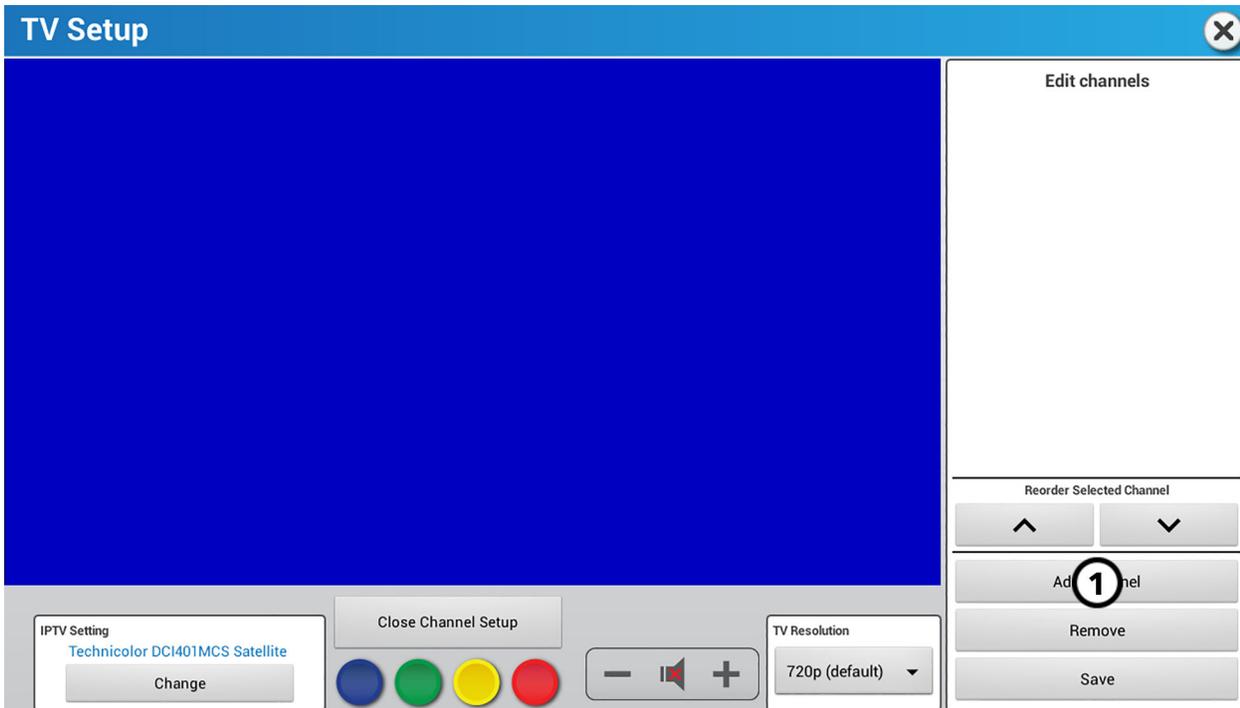
اضغط على تعديل الحالي للوصول إلى خيارات القائمة التالية:

- إضافة قناة - إضافة قناة أو عدة قنوات وتعديل عناوين القنوات.
- حذف - حذف القنوات غير المرغوبة.

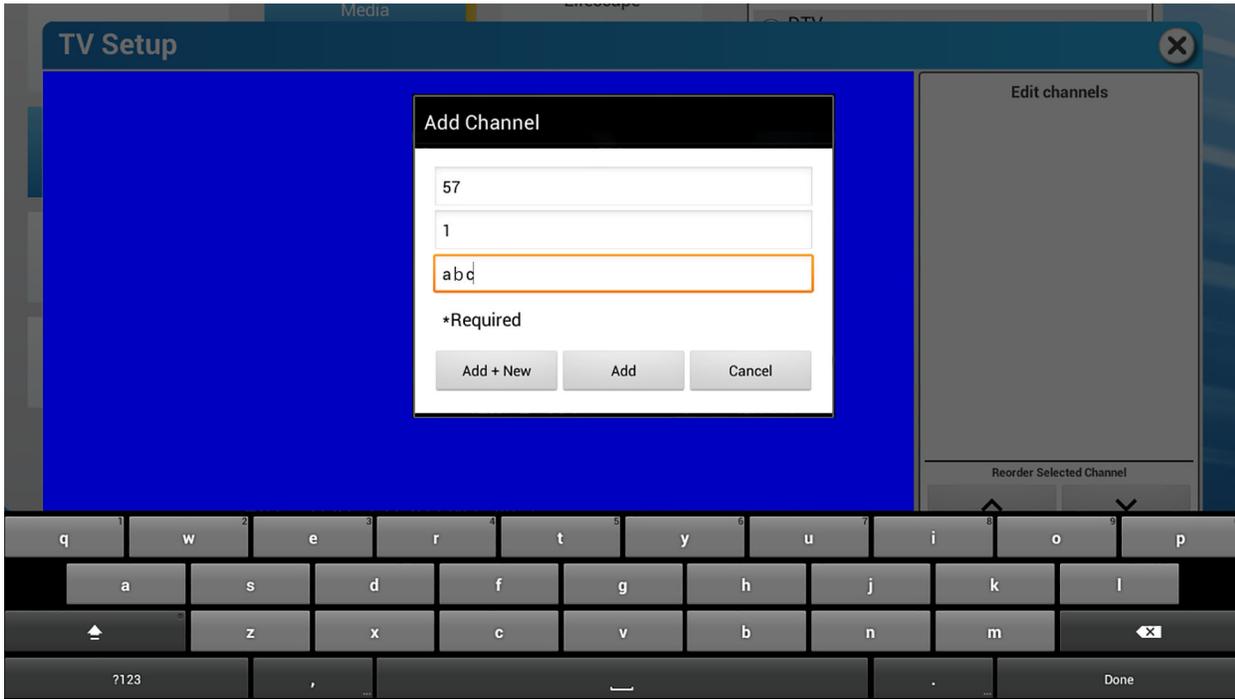


إضافة قناة

1. اضغط على إضافة قناة.



2. أكتب رقم القناة في مربع الرقم الرئيسي *

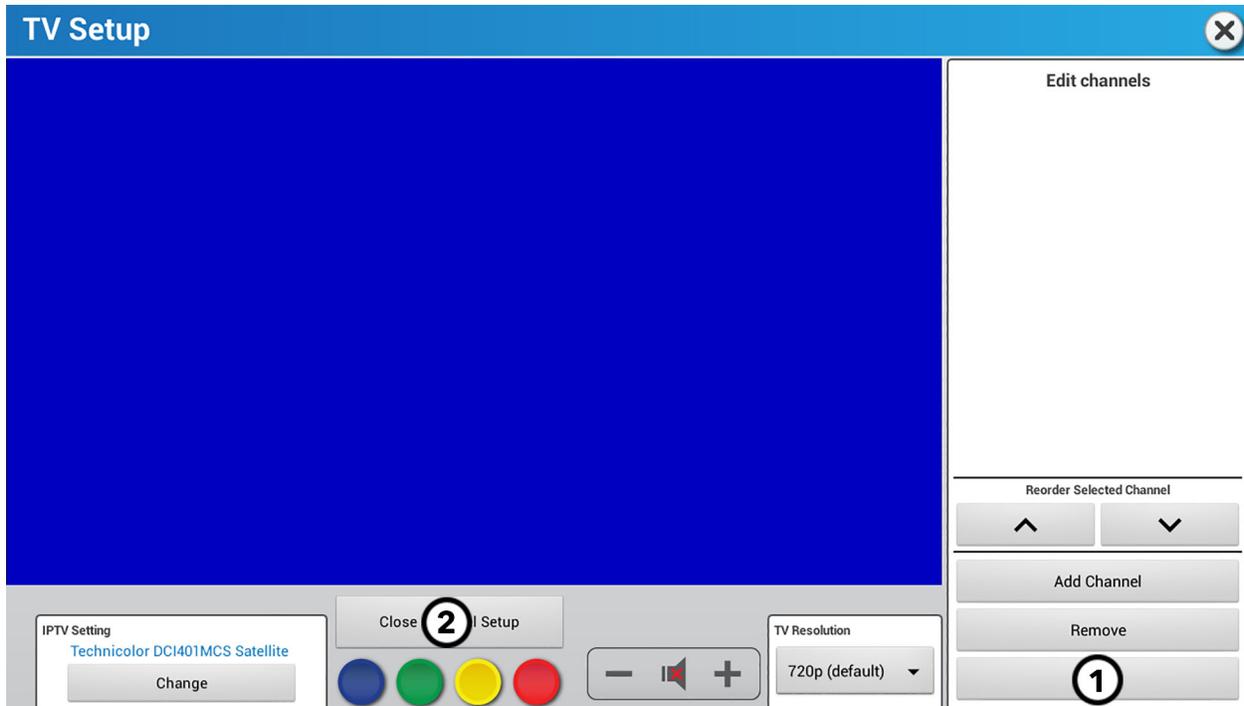


3. أكتب الرقم الفرعي للقناة أو رقم البرنامج في مربع الرقم الثانوي .

4. أكتب اسم القناة في مربع اسم القناة* .

5. اختر أحد الخيارات التالية:

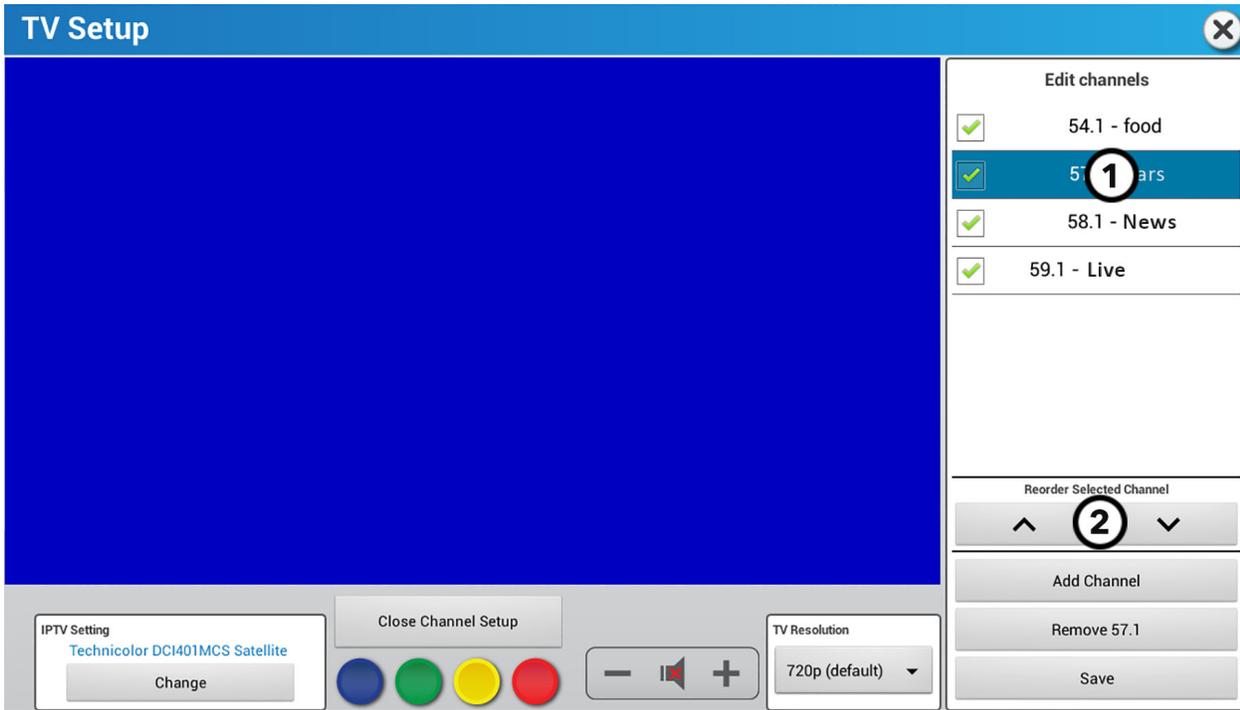
- اضغط على إضافة + جديد إذا كان لديك قنوات أكثر لإضافتها إلى قائمة قنواتك.
- اضغط على إضافة إذا كان لديك قناة واحدة فقط لإضافتها إلى قائمة قنواتك.
- اضغط على إلغاء إذا لم تكن ترغب في إضافة قنواتك.



1. اضغط على حفظ عندما تنتهي من إضافة القنوات.

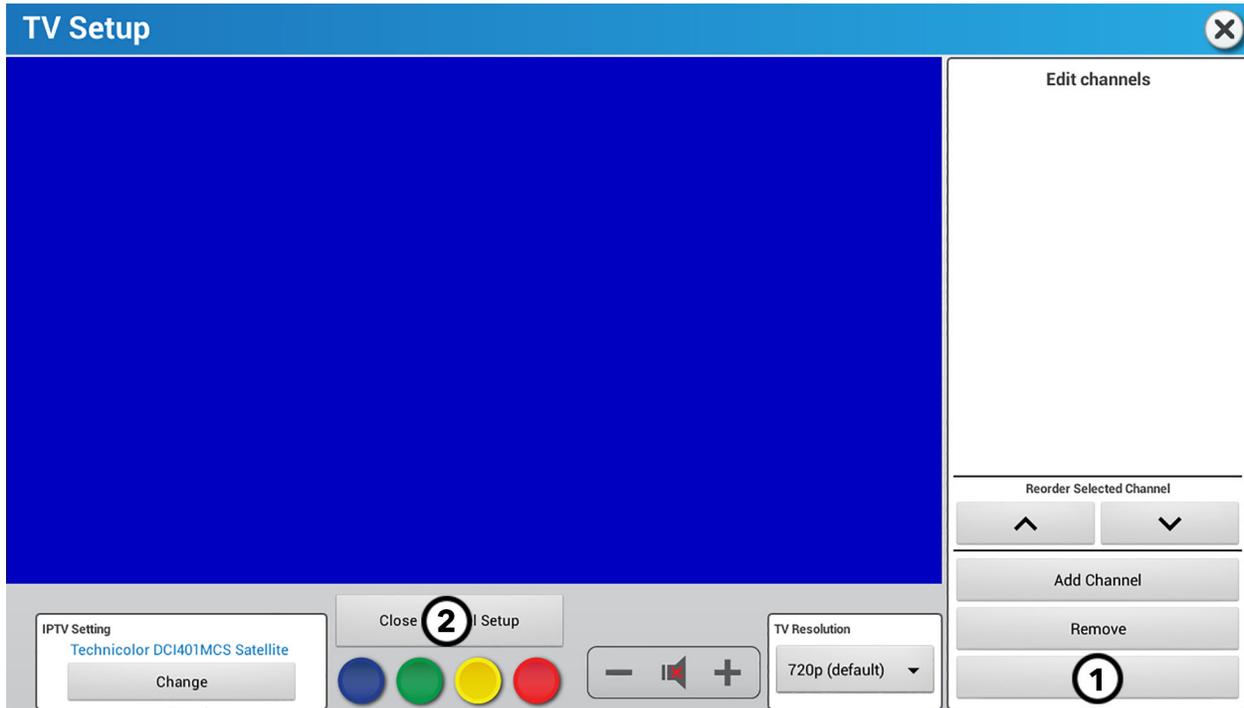
2. اضغط على إطلاق إعداد القناة إذا انتهيت من قائمة قنواتك.

1. اضغط على القناة التي تريد إعادة ترتيبها في قائمة قنواتك.



ملاحظة: سيظهر ترتيب قائمة القنوات التي تنشؤها في قائمة العرّين.

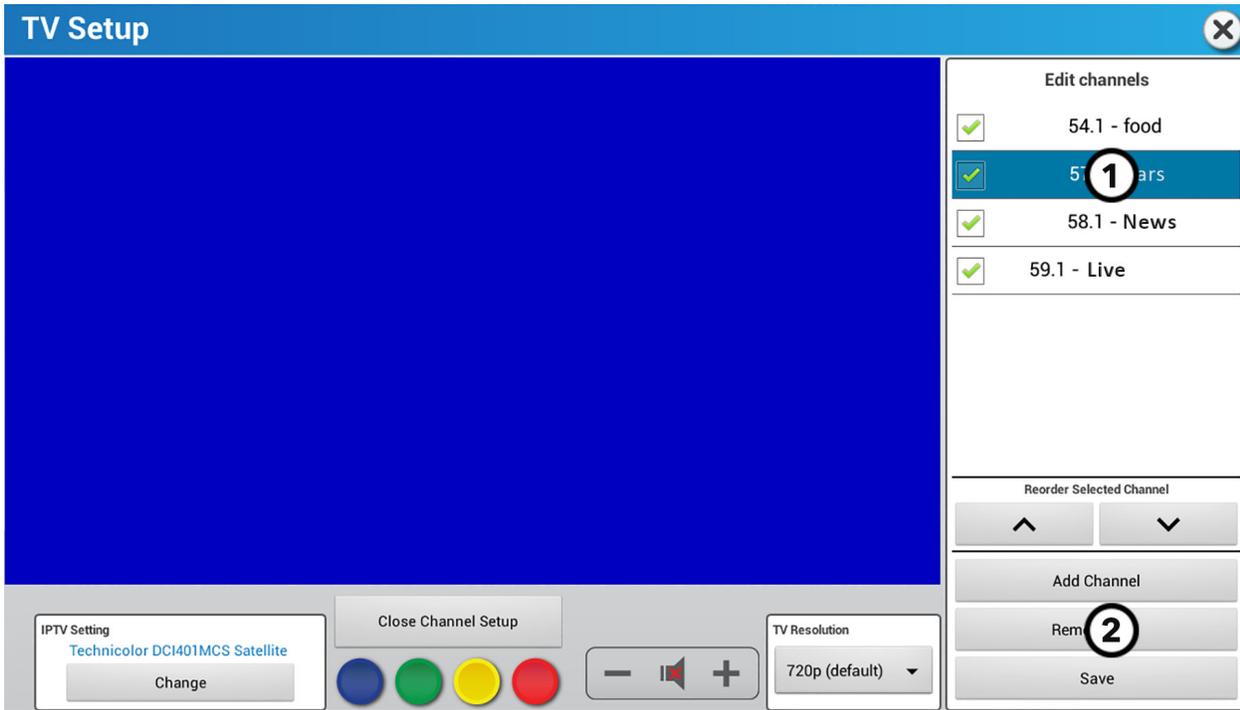
2. اضغط على ▲ أو ▼ لإعادة ترتيب القناة في قائمة قنواتك.



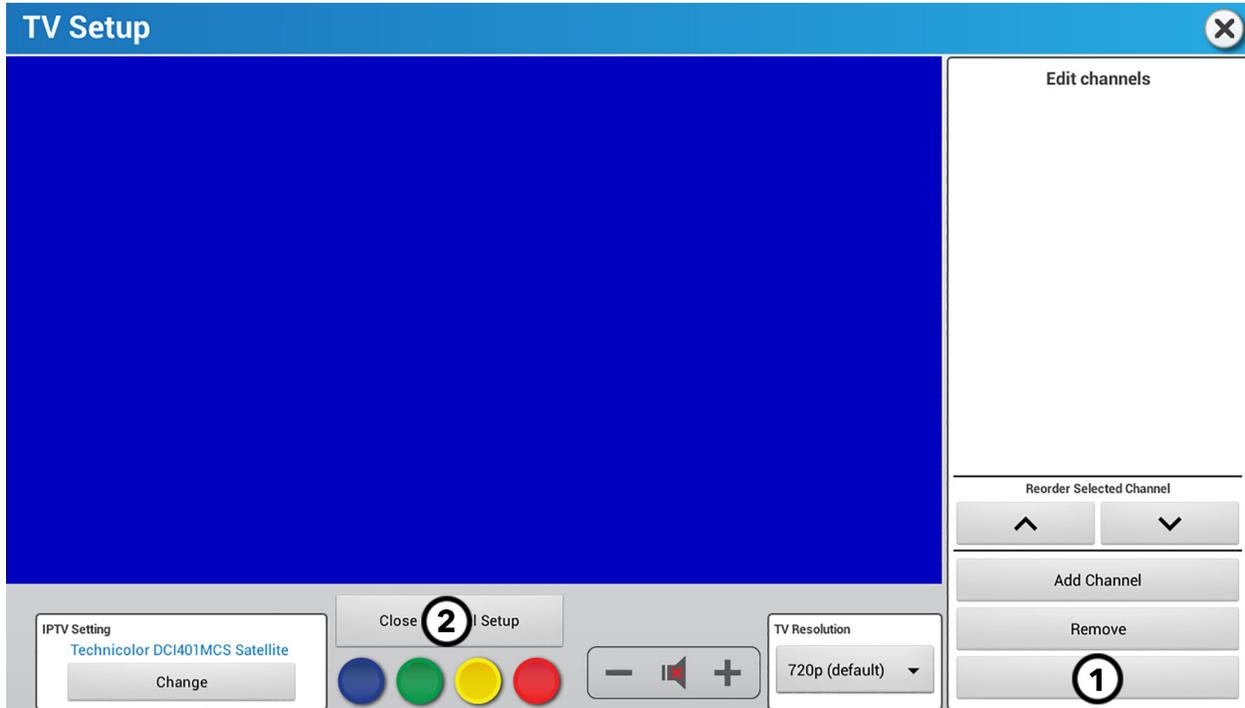
1. اضغط على حفظ عندما تنتهي من إعادة ترتيب قنواتك.

2. اضغط على إغلاق لإعداد القناة إذا انتهيت من قائمة قنواتك.

1. اضغط على القناة التي تريد حذفها من قائمة قنواتك.



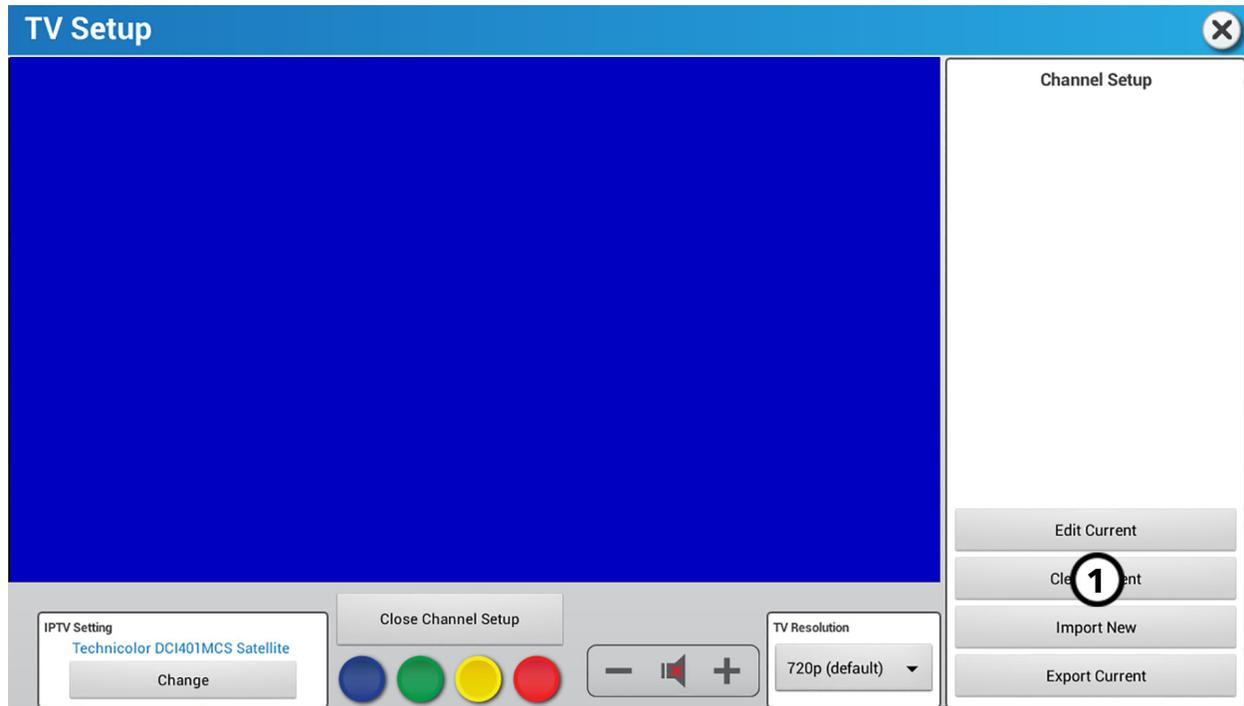
2. اضغط على حذف.



1. اضغط على حفظ عندما تنتهي من حذف القنوات.

2. اضغط على إغلاق لإعداد القناة إذا انتهيت من قائمة قنواتك.

اضغط على مسح الحالي لحذف قائمة القنوات الحالية، وإنشاء قائمة قنوات جديدة.

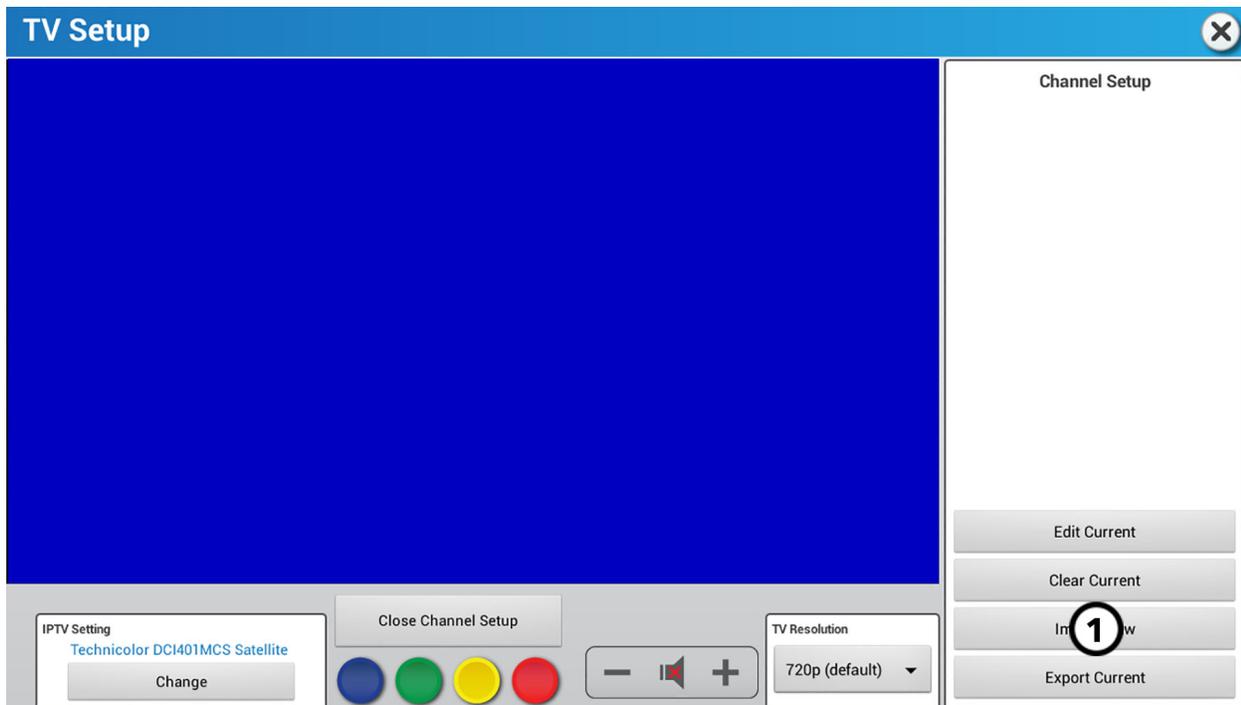


استيراد جديد

تتطلب ميزة استيراد جديد قائمة قنوات في وحدة مختلفة ومحرك فلاش USB. وستستخدم ميزة تصدير الحالي بعد استخدام ميزة استيراد جديد.

استيراد قائمة قنوات من وحدة مختلفة:

1. حدد موضع الوحدة الأخرى المتضمنة لقائمة القنوات الحالية.
2. أدخل محرك فلاش في منفذ USB بهذه الوحدة.
3. قم بتصدير الحالي في هذه الوحدة.
4. أزل محرك فلاش USB من هذه الوحدة.
5. ركب محرك فلاش USB في وحدتك.
6. اضغط على استيراد جديد.



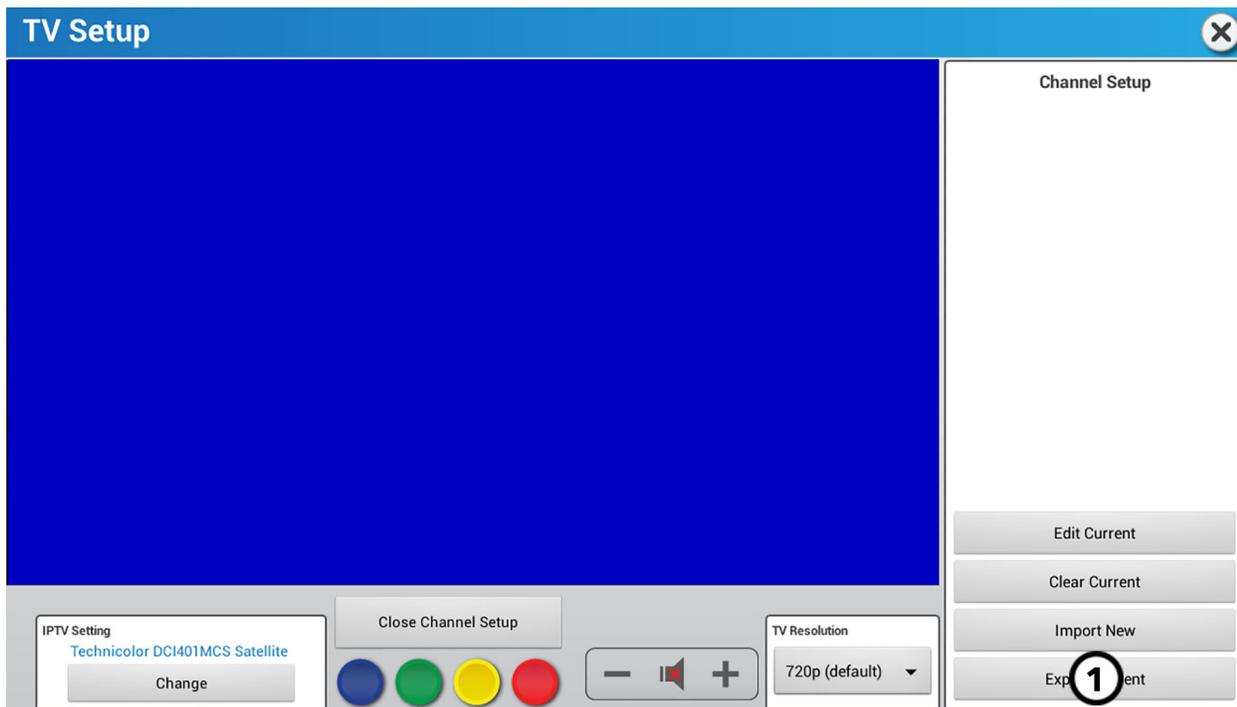
7. تأكد من استيراد وحدتك لقائمة القنوات من الوحدة الأخرى.

تستخدم ميزة تصدير الحالي عندما ترغب في حفظ قائمة القنوات الحالية على عدة أجهزة. وستستخدم ميزة استيراد جديد بعد استخدام ميزة تصدير الحالي.

لتصدير قائمة القنوات الحالية الموجودة بالوحدة:

1. أدخل محرك فلاش USB في منفذ USB الأمامي بالوحدة المتضمنة لقائمة القنوات الحالية.

2. اضغط على تصدير الحالي.



ارجع إلى استيراد جديد لمعرفة تعليمات استيراد قائمة قنواتك الموجودة على محرك فلاش USB إلى أجهزة أخرى.

9. تصدير القنوات

لتصدير قائمة قنوات إلى ذاكرة USB المبرجة.

10. تحميل قائمة القنوات

لتحميل قائمة قنواتك على سحابة Halo Fitness (في حال الاتصال) وإلى جميع الوحدات الأخرى الموجودة في المنشأة على الفور إذا كانت الوحدات متصلة بالإنترنت.

11. هجينة التخزين المؤقت

لتغيير مقدار البيانات المخزنة مؤقتًا لتحسين بث الفيديو.

8. المواصفات

مواصفات وحدة التحكم

نوع شاشة وحدة التحكم:	LCD مع شاشة لمس متسعة بارزة.
حجم الشاشة للمسبة LCD الخاصة بوحدة التحكم Discover SE4:	23.8 بوصة (60.5 سم) معينة أو 15.6 بوصة (39.6 سم) معينة.
متطلب طاقة الشاشة للمسبة LCD:	20.5- 25.5 فولت تيار مباشر (VDC) @ 3.5 أمبير
المنافذ:	النوع RJ45، وصلة شبكة قابلة للاستبدال ومنفذ Fitness Entertainment (الطاقة تتوافق مع مواصفات FitLinxx CSAFE بتاريخ 4 أغسطس 2004: 4.75 فولت تيار مباشر إلى 10 فولت تيار مباشر؛ الحد الأقصى للتيار 85 مللي أمبير).
مقبس ساعة الرأس:	3.5 م ستيريو
نطاق درجة الحرارة المحيطة: (التشغيل)	10 درجات - 40 درجة (النطاق الإسمي 25 درجة)
نطاق درجة الحرارة (التخزين / الشحن غير الفعال)	-33 درجة - 71 درجة (عنصر تقييد المفاتيح: شاشة لمس LCD)
نطاق الرطوبة (التشغيل)	5% - 85% رطوبة نسبية (RH) (الرطوبة النسبية الإسمية 40%. بدون تكتيف)
أنظمة مراقبة معدل ضربات القلب:	<ul style="list-style-type: none"> وصلة LifePulse™ الرقمية المسجلة لمعدل ضربات القلب Polar® المتوافق لمراقبة معدل ضربات القلب عن بعد متوافق مع ANT+ وأجهزة متابعة نبضات القلب بالبلوتوث
نطاق السرعة (جهاز الجري):	وحدات تجارية: 0.5 - 14.0 متر في الساعة / 0.8 - 23 كيلو في الساعة وحدات منزلية: 0.5 - 12.0 متر في الساعة / 0.8 - 19 كيلو في الساعة
نطاق السرعة ((PowerMill Climber)):	20 - 160 خطوة في الدقيقة
مستويات الميل (جهاز الجري):	15
المستويات (جهاز التدريب Arc Trainer):	100 (0 - 99) (التحكم في كل من الميل والمقاومة)
مستويات المقاومة: (مخلات - PowerMill - Cross-Trainer - Climber):	26 (0 - 25) (قابل للضغط للدراجات؛ سرعة مستقلة لجهاز التدريب cross-trainer و FlexStrider: سرعة مستقلة لـ PowerMill)
شحن جهاز USB:	يمكن استخدامه مع Apple Lightning، Android USB-C، و Android micro-USB لشحن أجهزة متوافقة.
شاحن لاسلكي:	<ul style="list-style-type: none"> مساحة الشحن: 50 م X م (تقريباً 2 بوصة في 3 بوصة) زمن الاستجابة للشحن: أقل من 3 ثواني اقصى مخرج: 10 وات بروتوكول موافقة الشحن: Qi الشحن السريع
قدرات استقبال جهاز الاذاعة:	NTSC/ATSC أو PAL/DVB-T/DVB-T2 أو NTSC/ISDB-T (ثلاثة موالفات منفصلة). NTSC/ISDB-T تدعم النسخ اليابانية والبرازيلية من معيار ال ISDB والتي تشمل B-CAS بالإضافة الى ذلك تدعم PAL-M و PAL-N (مميز للتشفير للارجنتين، البرازيل، باراجواي واوروجواي حيث ان البث الرقمي غير متاح).
كابل / قدرات استقبال الاقمار الصناعية	QAM-B أو DVB-C/DVB-S/DVB-S2 QAM-B يشمل: قدرات فك المصطلحات
قدرات جهاز استقبال IPTV:	دعم واضح و Pro:Idiom مدمج IPTV باستخدام بروتوكولات UDP و RTP متعددة.

أبعاد الشحن (صندوقية)				أبعاد فيزيائية (خارج الصندوق)				
الوزن	الارتفاع	العرض	العمق	الوزن	الارتفاع	العرض	العمق	
25.45 رطل	27.9 بوصة	21.7 بوصة	8.9 بوصة	20 رطل	18.36 بوصة	22.83 بوصة	5.21 بوصة	Discover SE4 وحدة التحكم
11.54 كجم	71 سم	54 سم	22.6 سم	9 كجم	46.63 سم	58 سم	13.23 سم	الخطو
14.1 رطل	21.2 بوصة	18.7 بوصة	8 بوصة	10.5 رطل	15.38 بوصة	16.54 بوصة	4.78 بوصة	Discover SE4 وحدة التحكم
6.4 كجم	53.8 سم	47.5 سم	20 سم	4.8 كجم	39 سم	42 سم	12.14 سم	عدم الخطو

9. حقوق الطبع والعلامات التجارية

حقوق الطبع والعلامات التجارية

Life Fitness

Life Fitness®، جميع الحقوق محفوظة. Life Fitness علامة تجارية مسجلة.

Discover™، FitPower™، Heart Rate+™، LFconnect™، Lifepulse™، Lifescape™، MaxBlox™، PowerMill™، SureStepSystem™،
™Swipe و™Workout Landscape علامات تجارية مسجلة لـ Life Fitness.

أخرى

FitLinxx™ علامة تجارية لـ ActiveLinxx.

Bluetooth® علامة تجارية مسجلة مملوكة لشركة Bluetooth SIG, Inc.

Polar® علامة تجارية مسجلة لشركة Polar Electro, Inc.

iPad®، iPhone®، iPod®، و Apple Watch® علامات تجارية مسجلة لشركة Apple Inc.

Android™ علامة تجارية لشركة Google Inc. (3.14). PM-038-13.

Gym Wipes® علامة تجارية لشركة The 2XL Corporation.

PureGreen 24™ علامة تجارية لشركة Pure Green.

الكمية® انه ماركة مسجلة من Wireless Power Consortium, Inc.

Samsung® Samsung Galaxy Watch، Galaxy S، و Shop Samsung هي كلها علامات تجارية لـ Samsung Electronics Co. المحدودة.

10. الضمان

ما الذي يشمل الضمان

عماز Life Fitness Family of Brands التارين التجاري هذا مضمون بكونه خالياً من جميع عيوب المواد والصناعة.

من الذي يشمل الضمان

المشترى الأصلي أو أي شخص يحصل على المنتج كهدية من المشتري الأصلي. سيكون الضمان لاغنياً في حالات نقل الملكية اللاحقة.

كم المدة التي يشملها الضمان

تتوفر تغطية الضمان بموجب منتج محدد وفقاً للتوجيهات الواردة في معلومات الضمان.

من يسدد الانتقالات والتأمين للحصول على الخدمة

إذا توجب إعادة المنتج أو أي قطعة يشملها الضمان إلى منشأة الخدمة من أجل الإصلاح، فإننا، Life Fitness Family of Brands، سنسدّد جميع رسوم النقل والتأمين للسنة الأولى. وأنت مسؤول عن رسوم النقا والتأمين بعد السنة الأولى.

ما الذي تقوم به لتصحيح العيوب المشمولة بالضمان

سنقوم بشحن أي قطع أو مكونات جديدة أو معاد تصنيعها إليك، أو سنقوم، بناءً على اختيارك، باستبدال المنتج. وتكون هذه القطع المستبدلة مضمونة لبقية فترة الضمان الأصلي.

ما الذي لا يشمل الضمان

أي أعطال أو أضرار ناتجة عن الخدمة غير المعتمدة، سوء الاستخدام، الحوادث، الإهمال، التجميع أو التركيب غير الصحيح، الحطام الناتج عن أي أنشطة إنشائية في بيئة المنتج، الصدأ أو التآكل نتيجة لموقع المنتج، التغييرات أو التعديلات دون إذن كتابي من طرفنا أو بسبب التصغير من جانبك في استخدام وتشغيل وصيانة المنتج على النحو الموضح في دليل التشغيل ("الدليل") الخاص بك.

يزود المنتج بشبكة واحدة قابلة للاستبدال من النوع RJ45 ومنفذ واحد Fitness Entertainment. يتفق هذا المنفذ مع مواصفات FitLinxx CSAFE بتاريخ 4 أغسطس 2004 التي تنص على: 4.75 Any Product damage caused by a load exceeding this FitLinxx CSAFE specification is covered by warranty. إلى 10 فولت تيار مباشر؛ تيار بحد أقصى 85 مللي أمبير. .not covered by warranty.

تتطلب جميع شروط هذا الضمان في حال نقل المنتج خارج الحدود القارية للولايات المتحدة الأمريكية (باستثناء ألاسكا وهاواي وكندا) وعندها يخضع للشروط المنصوص عليها من قبل الممثل المحلي المعتمد لهذه Life Fitness البلد.

ما الذي يتوجب عليك القيام به

الاحتفاظ بدليل على شراء واستخدام وتشغيل وصيانة المنتج على النحو المحدد في الدليل؛ إخطار محل الشراء بأي عيب في غضون 10 أيام من اكتشاف العيب؛ في حال توجيه تعليمات بذلك، إعادة أي قطعة معيبة لاستبدالها، أو المنتج بالكامل، إذا لزم الأمر، لإصلاحه. تحتفظ Life Fitness بحق تقرير إذا ما كان يجب إعادة المنتج لإصلاحه أم لا.

كيفية الحصول على القطع والخدمة

راجع قسم المقر الرئيسي للشركة بهذا الدليل للاطلاع على معلومات الاتصال بالخدمة المحلية الخاصة بك. أشر إلى اسمك وعنوانك والرقم المسلسل للمنتج الخاص بك (قد يكون لوحات التحكم والإطارات أرقامًا مسلسلّة مختلفة) وسيخبرونك بكيفية الحصول على القطعة البديلة، أو، إذا لزم الأمر، ترتيب الحصول على الخدمة في مكان وجود المنتج الخاص بك.

الضمان الحصري

هذا الضمان المحدود بديلاً لجميع الضمانات الأخرى أيًا كان نوعها سواء صريحة أو ضمنية، بما في ذلك وعلى سبيل المثال لا الحصر الضمانات المضمنة الخاصة بالرواج المناسبة لغرض محدد، وجميع الالتزامات والمسؤوليات الأخرى من جانبنا. ولا تحمل أو نفوض أي شخص ليقوم نيابة عنا بتحمل أي التزام أو مسؤولية تتعلق ببيع هذا المنتج. ولا تتحمل في أي حال من الأحوال المسؤولية بموجب هذا الضمان، أو خلافه، عن أي ضرر يلحق بأي شخص أو ممتلكات، بما في ذلك أي خسائر في الأرباح أو المدخرات، أو عن أي أضرار خاصة أو غير مباشرة أو ثانوية أو عرضية أو لاحقة أيًا كانت نتيج عن استخدام أو عدم القدرة على استخدام هذا المنتج. بعض الدول لا تسمح باستثناء أو تقييد للضمانات المحدودة أو للمسؤولية عن الأضرار العرضية أو اللاحقة، وبالتالي فإن القيود أو الاستثناءات أعلاه قد لا تنطبق عليك.

التغييرات التي تطرأ على الضمان غير معتمدة

لا يحق لأي شخص تغيير أو تعديل أو مد شروط هذا الضمان المحدود.

آثار قوانين الدولة

يتمنح هذا الضمان حقوقاً قانونية محددة، وقد يكون لديك حقوقاً أخرى تختلف من دولة لأخرى ومن بلد لآخر.

تعليمات غطاء الضمان

من فضلك استعمل الينك ادناه للوصول الي تعليمات الضمان.

<http://lifecyclefitness.com/warranties>

