

# Documentation Approval

Part Number: \_\_\_\_\_ REV \_\_\_\_\_ Date: \_\_\_\_\_

Product Model: \_\_\_\_\_ ECN #: \_\_\_\_\_

New Release

Existing Document

If updating existing document, list changes:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

If existing, disposition of current inventory:

Running Change

Scrap

Manual is online only

**Documentation Type:**

Assembly Instructions

Owner's Manual

Addendum / Kit Instruction

Other \_\_\_\_\_

**Document Language(s):**

<i>English</i>	<i>German</i>	<i>Spanish</i>
<i>Arabic</i>	<i>Italian</i>	<i>Swedish</i>
<i>Chinese Simplified</i>	<i>Japanese</i>	<i>Turkish</i>
<i>Danish</i>	<i>Korean</i>	<i>Other:</i>
<i>Dutch</i>	<i>Portuguese (Brazil)</i>	<i>Other:</i>
<i>French</i>	<i>Russian</i>	<i>Other:</i>

**Approvals:**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Translation quote approved by  
Diane Cummings 08/28/2024

# وحدة التحكم <sup>TM</sup>Symbio

Symbio Incline Elliptical, Symbio Recumbent Cycle, Symbio Runner, Symbio Upright LifeCycle<sup>®</sup>, and Symbio Upright SwitchCycle

دليل المالك





مركز كولومبيا III ، ويست برين ماورأفيتون، روزمونت، إلينوي 60018 • الولايات المتحدة الأمريكية  
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](http://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

3118064666+

البريد الإلكتروني للخدمة:

[emeaservicesupport@lifefitness.com](mailto:emeaservicesupport@lifefitness.com)

أوروبا والشرق الأوسط وأفريقيا (EMEA)

بيلجيكا وهولندا ولوكسمبورغ

Life Fitness Atlantic BV

Bijdorplein 25-31  
LB Barendrecht 2992

هولندا

3118064666+

البريد الإلكتروني للخدمة:

[service.benelux@lifefitness.com](mailto:service.benelux@lifefitness.com)

البريد الإلكتروني للمبيعات/التسويق:

[marketing.benelux@lifefitness.com](mailto:marketing.benelux@lifefitness.com)

الأمريكان

أمريكا الشمالية

Life Fitness, LLC

Columbia Centre III  
9525 برين ماور أفينو

Rosemont, IL 60018 U.S.A

هاتف: (847) 3300 288

البريد الإلكتروني للخدمة:

[customersupport@lifefitness.com](mailto:customersupport@lifefitness.com)

البريد الإلكتروني للمبيعات/التسويق:

[commercialsales@lifefitness.com](mailto: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](mailto:service.lfj@lifefitness.com)

البريد الإلكتروني للمبيعات/التسويق:

[sales@lifefitnessjapan.com](mailto:sales@lifefitnessjapan.com)

المملكة المتحدة

Life Fitness المملكة المتحدة المحدودة

الوحدة 109

انتظار عمل طريق لانكستر

Ely, Cambs, CB6 3NX

تليفون: المكتب العمومي (+44) 1353.666017

دعم العملاء (+44) 1353.665507

البريد الإلكتروني للخدمة: [uk.support@lifefitness.com](mailto:uk.support@lifefitness.com)

البريد الإلكتروني للمبيعات/التسويق: [life@lifefitness.com](mailto:life@lifefitness.com)

البرازيل

Life Fitness Brasil

Av. Rebouças, 2315

Pinheiros

São Paulo, SP 05401-300

البرازيل

خدمة العملاء: 0800 8282 773 الخيار 2

هاتف: (11) 55+ 5200 3095 الخيار 2

البريد الإلكتروني للخدمة: [suportebr@lifefitness.com](mailto:suportebr@lifefitness.com)

البريد الإلكتروني للمبيعات/التسويق: [vendasbr@lifefitness.com](mailto: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](mailto:service.hk@lifefitness.com)

البريد الإلكتروني للمبيعات/التسويق:

[marketing.hk.asia@lifefitness.com](mailto:marketing.hk.asia@lifefitness.com)

ألمانيا والنمسا وسويسرا

Life Fitness Europe GMBH

Neuhofweg 9

Unterschleißheim 85716

ألمانيا

هاتف:

31775166 / 89 (0) 49+ ألمانيا

6157198 / 1 (0) 43+ النمسا

000901 / 848 (0) 41+ سويسرا

البريد الإلكتروني للخدمة: [kundendienst@lifefitness.com](mailto:kundendienst@lifefitness.com)

البريد الإلكتروني للمبيعات/التسويق: [vertrieb@lifefitness.com](mailto:vertrieb@lifefitness.com)

أمريكا اللاتينية والكاريبى\*

Life Fitness, LLC

Columbia Centre III

9525 برين ماور أفينو

Rosemont, IL 60018 U.S.A

هاتف: (847) 3300 288

البريد الإلكتروني للخدمة:

[customersupport@lifefitness.com](mailto:customersupport@lifefitness.com)

البريد الإلكتروني للمبيعات/التسويق:

[commercialsales@lifefitness.com](mailto: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](mailto:service.ap@lifefitness.com)

البريد الإلكتروني للمبيعات/التسويق:

[marketing.hk.asia@lifefitness.com](mailto:marketing.hk.asia@lifefitness.com)

أسبانيا

Life Fitness IBERIA

C/Frederic Mompou 5,1ª

Sant Just Desvern Barcelona 08960

أسبانيا

هاتف: (34+) 93.672.4660

البريد الإلكتروني للخدمة:

[servicio.tecnico@lifefitness.com](mailto:servicio.tecnico@lifefitness.com)

البريد الإلكتروني للمبيعات/التسويق:

[info.iberia@lifefitness.com](mailto:info.iberia@lifefitness.com)

\*راجع أيضًا [www.lifefitness.com](http://www.lifefitness.com) لمعرفة الممثل أو الموزع/الوكيل المحلي

.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 ያለውን መረጃ ለማግኘት ከላይ ያለውን ሊንክ ይጠቀሙ

.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



# 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 يوصي 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 غافى المستخدم، في أي وقت أثناء التدريب، من الإغواء 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 الأهمجرة وتأكد من إحكام تثبيت مقصورة البطارية بشكل صحيح، أي أن البرغي أو غيره من أدوات التثبيت الكيميائية بحكم 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 بالإغواء، 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 لا يتضمن أو يضمن ان اجزاء المحوي المستخدمة في التصنيع تحت تصنيف Life Fitness الحالية من الالاكس. مستخدمو هذه المنتجات يجب ان ياخذوا جميع الاحتياطات لمنع التلامس الذي قد يؤدي الى تفاعلات لا تكس 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 بهجراً. 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 وأشرطة الحذاء والمناشف عن الأجزاء المتحركة.
- لا تصل إلى الوحدة، أو أسفلها، ولا تقلبها على جانبها أثناء التشغيل.
- لا تسمح للأشخاص الآخرين بالتداخل 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 غير مسؤولة عن الملصقات التحذيرية المفقودة أو التالفة.

### جهاز الجري



**تحذير:** خطر تعرض الأشخاص للإصابة - لتجنب الإصابة، توخ 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 والأهمجرة 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 المنج، توصي Life Fitness بفصله. افصل المنج من المآخذ الكهربائي عند عدم استخدامه، وقبل وضع أو أخذ الأجزاء. لفصل المنج، قم بفصل الطاقة من مفتاح التشغيل/إيقاف التشغيل. ثم أزل القابض 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 تفصل 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 تتم بالسير أو الجري في اتجاه عكسي فوق جهاز الجري.
- لا تستخدم هذا المنج في مناطق حيث تُستخدم منتجات رذاذ الأيروسول أو حيث يُستخدم الأكسجين. فهذه المواد تشكل خطر الاحتراق والانفجار.
- امتثالاً لإبلاغ 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). إصدار الضوضاء مع حمل أكثر منه بدون حمل.


### 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.

### 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 المنج 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 النواصة 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.
- احتفظ بهذه التعليمات للرجوع إليها في المستقبل.

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

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

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 الفئة SB (مجاز الجري فقط): الاستخدام المهني و / أو التجاري.

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

**ملاحظة:** تم اختبار هذا الجهاز ووجد أنه يمثل حدود الأحمرة 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 التعليمات، 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.

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

EN ISO 20957 الفئة SB (مجاز الجري فقط): الاستخدام المهني و / أو التجاري.

**ملاحظة:** تم اختبار هذا الجهاز ووجد أنه يمثل حدود الأحمرة 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 ومجاز الاستقبال.
- توصيل الجهاز بمأخذ على دائرة مختلفة عن دائرة توصيل مجاز الاستقبال.
- استشارة الوكيل أو فني راديو/تلفزيون خبير للمساعدة.

## أجهزة التدريب Cross-Trainer فقط:

### أجهزة التدريب Cross-Trainer:

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

## المعلومات الوظيفية

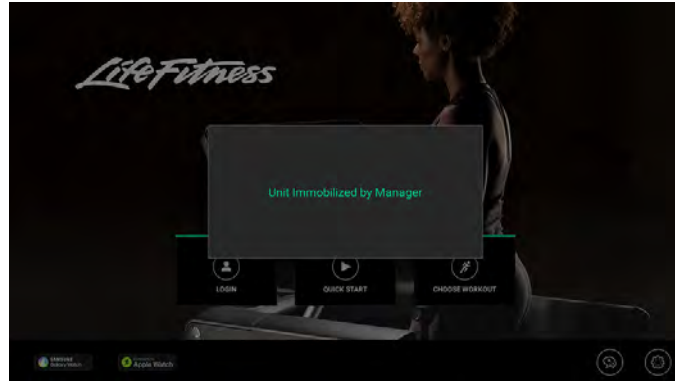
يصف دليل المستخدم هذا وظائف وحدة التحكم Symbio مع القواعد التالية:

- Symbio™™ اتحادار بياضوي
- Symbio™™ Runner
- Symbio™™ الدراجة المزودة بمسند للظهر
- Symbio™™ القائم SwitchCycle
- Symbio™™ القائم Lifecycle®

## بيان الغرض:

- مجاز الجري هو مجاز تدريب يمكن المستخدمين من السير أو الركض، في المكان، في الأماكن الداخلية على سطح متحرك.
- الميل البياضوي Symbio™ هو مجاز تدريب يجمع بين التبديل البياضوي منخفض التأثير وحركة دفع / سحب الذراع لتوفير تمارين فعالة للجسم بالكامل في الأماكن الداخلية.
- ال Symbio™ Cycle، Symbio™ القائم القائم Symbio™ Upright LifeCycle، Symbio™، and SwitchCycle® دراجات التمرينات هي أجهزة تحاكي حركات ركوب الدراجة في الأماكن الداخلية بسرعات مختلفة ومستويات مقاومة مختلفة.





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

8. انقر فوق الأيقونة إيقاف الوحدة للتعطيل.



## 2. اتصل

### متطلبات الإنترنت

الحد الأدنى لمتطلبات نطاق التنزيل لـ 8-1 وحدة:

- 2.5 ميجابايت في الثانية
- 0.25+ mbps لكل وحدة إضافية.

الحد الأدنى لمتطلبات نطاق التنزيل:

- 0.5 ميجابايت في الثانية

متطلبات الشبكة المحلية السلكية (LAN):

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

1-7 وحدات	8 وحدات-23 وحدة	24-47 وحدة
8-منافذ 10/100/1000	24-منفذ 10/100/1000	48-منفذ 10/100/1000

### متطلبات الشبكة المحلية اللاسلكية (LAN)

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

#### نقاط الوصول

- توصي Life Fitness بنسبة 15 من منتجات Integrity Series كحد أقصى لكل نقطة وصول لاسلكية. وتجاوز هذه النسبة يؤدي إلى احتمال تعطل التارن ومشاكل في الاتصال.
- تتطلب وحدة التحكم 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 يمثل 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: نطاق مزدوج 5 / 2.4 جيجا هيرتز
- الأمان: WPA2-PSK
- التركيب: يمكن التركيب في الجدار أو السقف (مثل Meraki MR32 أو Rukus R500)

الخصائص الموصى بها: Wireless-AC نقطة وصول (802.11ac)

#### متطلبات الكابلات

يمكن استخدام كابلات CAT 5e أو CAT 6 cabling لتوصيل نقاط الوصول اللاسلكية الخاصة بك بشبكك 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 (يعني 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:

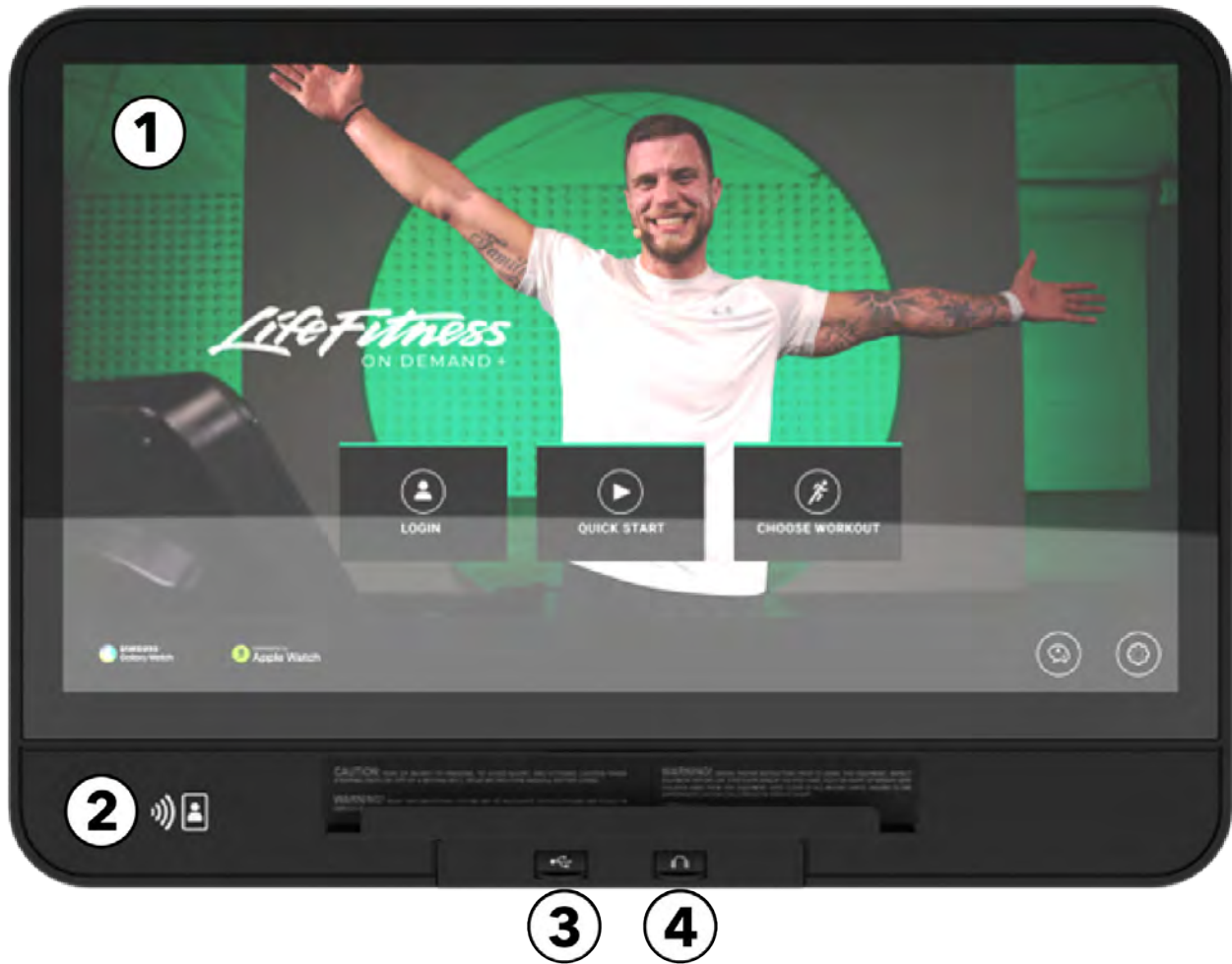
- TCP/UDP 8000
- TCP/UDP 443
- TCP/UDP 1883
- UDP 1194

#### عناوين URL للوجهة

ماكينات الكارديو ستواصل مع \*.lfconnect.com, \*.halo.fitness.com, و \*.s3.amazonaws.com.

### 3. البدء

مميزات وحدة التحكم



#### 1. شاشة العرض اللمسية

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

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

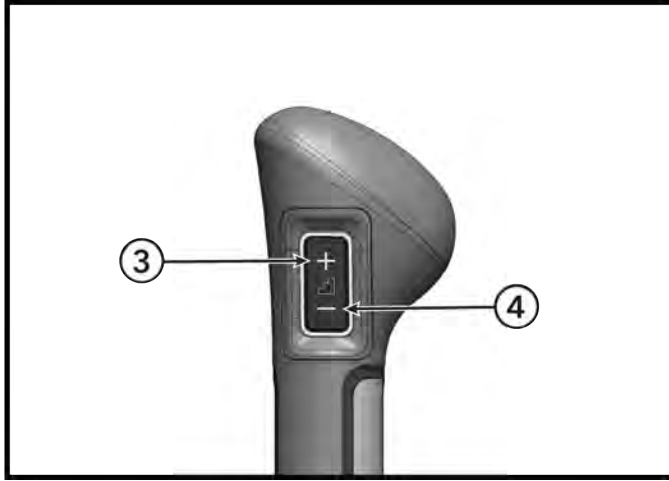
- **NFC**: وصل بأجهزة جوال يمكنه ب NFC ، Apple watch و Samsung Galaxy watch لاندواج سلس ومشاركة المعلومات.
- **RFID** يمكن لأصحاب منشآت اللياقة طلب هذا الخيار لمستخدميه مما يسمح لهم بتحديد بطاقة هوية منشأتهم على وحدة التحكم. تتوافق أجهزة وحدة التحكم مع الترددات الرئيسية (125 كيلوهرتز و13.56 ميجاهرتز)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

#### 3. USB اشحن أجهزة ال USB واستخدمهم لتحديثات برمجية وحدة التحكم.

#### 4. ساعات الرأس: لتوصيل ساعات الرأس للاستماع إلى التلفزيون وخيارات الترفيه.

ايجاد متحكيات الذراع اليمين. مقاومة متحكيات الذراع اليمين.

مقاومة الذراع اليمين



ايجاد الذراع اليمين

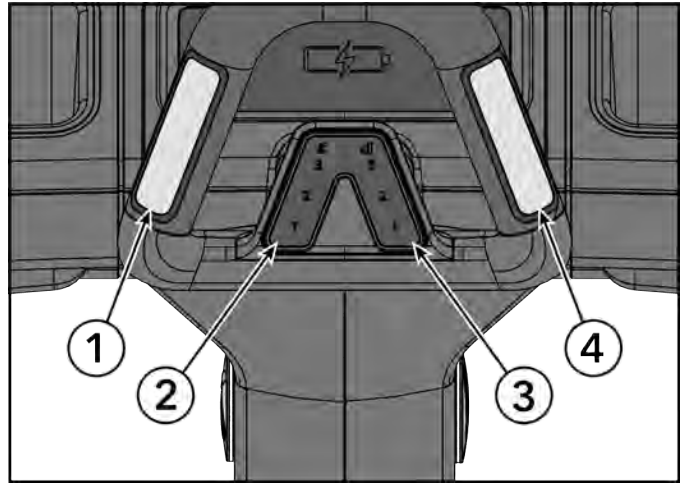


المنصير	الوصف	الكية
1	زيادة الميل	1
2	خفض الميل	1
3	زيادة المقاومة	1
4	خفض المقاومة	1

منطقة النشاط لديها ثلاثة مستويات ايجاد تلقائية وثلاثة مستويات مقاومة تلقائية.

منطقة النشاط

المنصير	الوصف	الكية
1	ماسك ضربات قلب ايسر	1
2	مفاتيح سريعة لمستوى الايجاد, 3, 2, 1	1
3	مفاتيح سريعة لمستويات المقاومة, 3, 2, 1	1
4	ماسك ضربات قلب ايسر	1



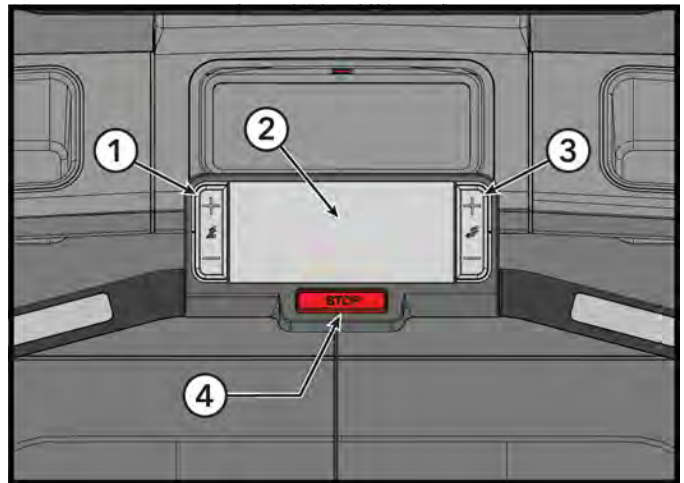
لبرجة المفاتيح السريعة , اختر مستوى الايجاد او المقاومة المطلوب. بمجرد الوصول اليه , اضغط وحافظ على ضغط المفاتيح السريع لمدة 3 ثواني لبرجة المفاتيح السريع. يمكن تكرار العملية لباقي المفاتيح السريعة عند الحاجة.

**ملاحظة:** عند الضغط على احد ازرار منطقة النشاط , سوف يضيء ضوء الخلفية لهذا الزر مشيرا الى مستوى السرعة الذي تم تنشيطه. ضوء الخلفية لهذه الازرار سوف يظل مطلقا الى ان يتم اختياره بواسطة المستخدم , او يتوافق مستوى المقاومة مع المستويات المختارة مسبقاً.

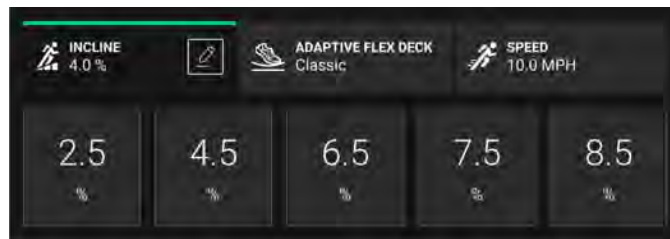
لوحة التحكم تسمح للمستخدمين بتعديل الانحدار، فليكس السطح المعدل<sup>®</sup> الاعدادات والسرعة. وتشمل ايضا زر التوقف E-. اضغط مرة واحدة أثناء التمرين لإيقافه مؤقتًا. جر الحبل سوف يهيئ التمرين.

لوحة التحكم

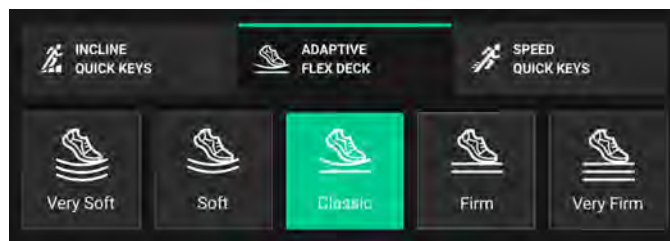
العنصر	الوصف	الكمية
1	رفع الميل , خفض الميل	1
2	وحدة التحكم المركزية	1
3	رفع السرعة , خفض السرعة	1
4	زر توقف E-	1



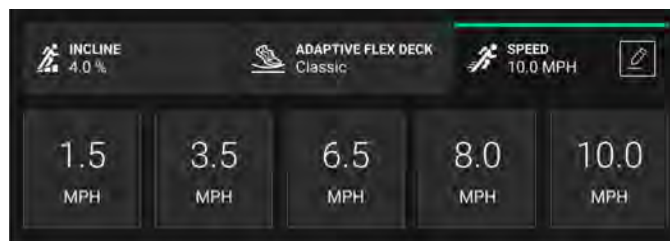
اعدادات الانحدار في لوحة التحكم



اعدادات فليكس السطح المعدل في لوحة التحكم



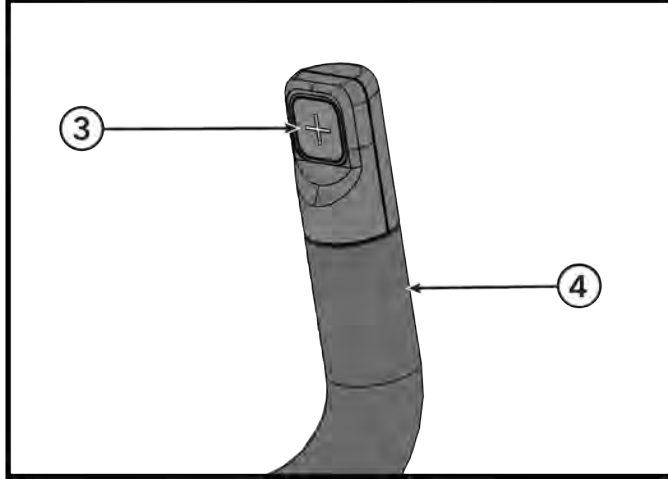
اعدادات الانحدار في لوحة التحكم



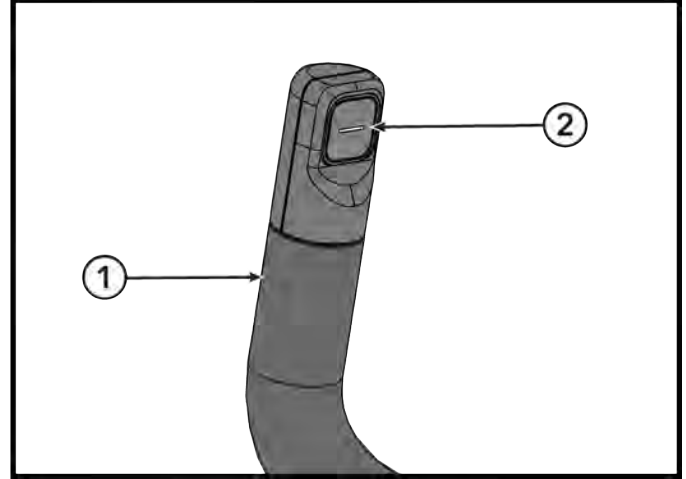
## Symbio Upright SwitchCycle , Symbio Upright LifeCycle

مقاومة متحكيات الذراع الايمن لاسفل. مقاومة متحكيات الذراع الايمن لاعلى.

الذراع الايمن , المقاومة لاعلى



الذراع الايسر, المقاومة لاسفل

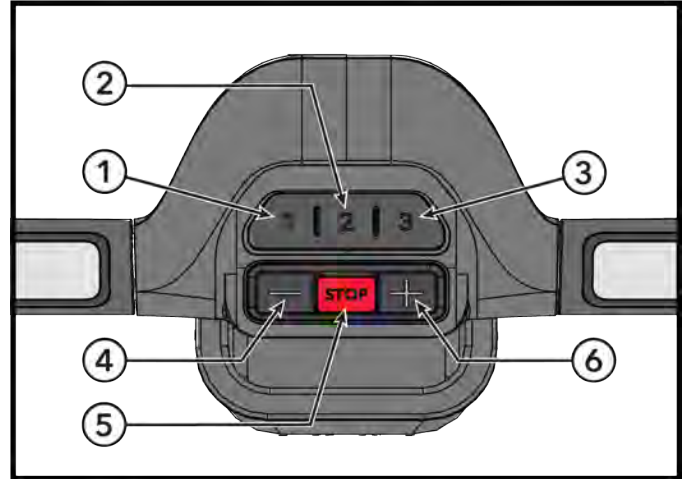


العنصر	الوصف	الكمية
1	المقبض الأيسر	1
2	خفض المقاومة	1
3	زيادة المقاومة	1
4	المقبض الأيمن	1

منطقة النشاط لديها ثلاثة مستويات مقاومة تلقائية , مقاومة لاعلى, مقاومة لاسفل و توقف.

منطقة النشاط

العنصر	الوصف	الكمية
1	مفتاح سريع لمستوي المقاومة 1 LifeCycle 5, SwitchCycle 20	1
2	مفتاح سريع لمستوي المقاومة 2 LifeCycle 10, SwitchCycle 40	1
3	مفتاح سريع لمستوي المقاومة 3 LifeCycle 15, SwitchCycle 60	1
4	خفض المقاومة	1
5	توقف (SwitchCycle فقط لموديل)	1
6	زيادة المقاومة	1



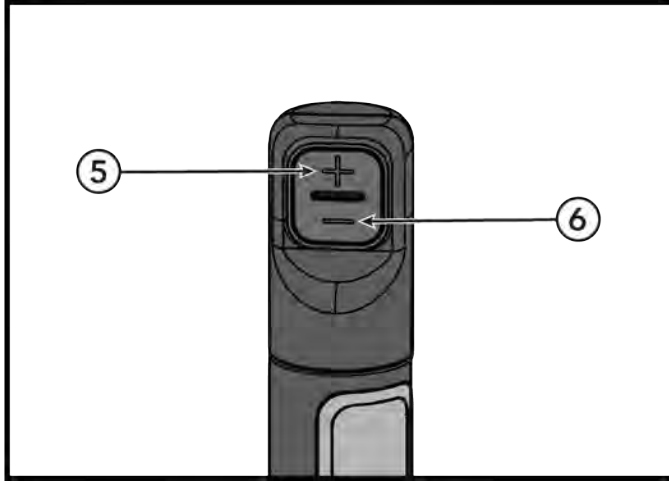
لبريجة الماتيج السريعة , اختر مستوى المقاومة المطلوب. بمجرد الوصول اليه , اضغط وحافظ على ضغط المفتاح السريع لمدة 3 ثواني لبريجة المفتاح السريع. يمكن تكرار العملية لباقي الماتيج السريعة عند الحاجة.

**ملاحظة:** عند الضغط على احد ازرار منطقة النشاط , سوف يضيء ضوء الخلفية لهذا الزر مشيرا الى مستوى السرعة الذي تم تنشيطه. ضوء الخلفية لهذه الازرار سوف يظل مطلقا الى ان يتم اختياره بواسطة المستخدم , او يتوافق مستوى المقاومة مع المستويات المختارة مسبقا.

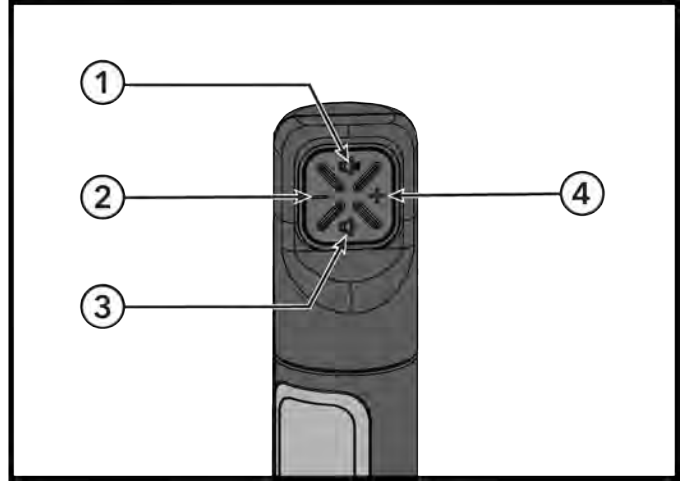
الذراع الايسر لديه متحكيات ميديا لمستوى صوت اعلى , صوت اقل , قناة لاعلى , قناة لاسفل.

الذراع الايمن لديه متحكيات مقاومة لمقاومة اعلى ومقاومة اقل.

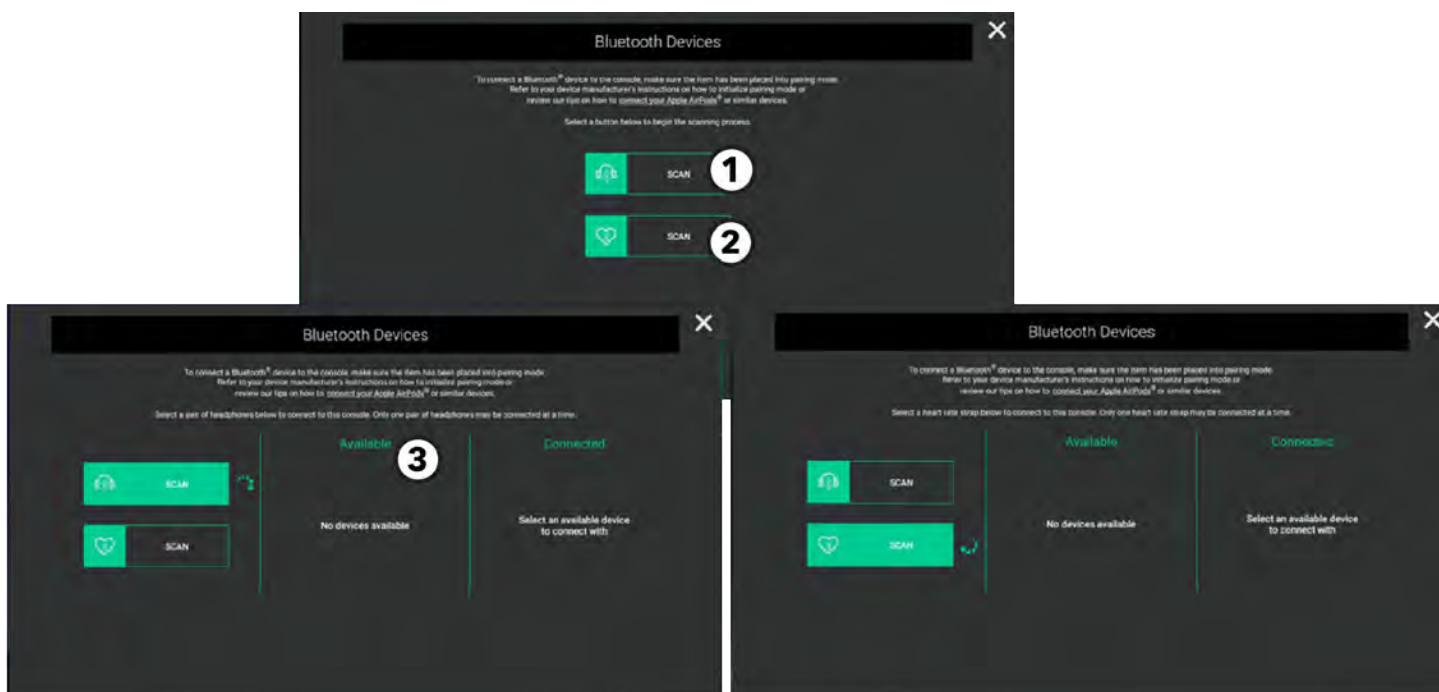
متحكيات مقاومة الذراع الايمن.



متحكيات ميديا الذراع الايسر



العنصر	الوصف	الكمية
1	زيادة مستوى الصوت	1
2	القناة السابعة	1
3	خفض مستوى الصوت	1
4	القناة التالية	1
5	زيادة المقاومة	1
6	خفض المقاومة	1



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 الإقتران. ساعات الرأس التي تستخدم إشارة Bluetooth ذات طاقة منخفضة أو ساعات الأذن الفردية غير متوافقة.

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

#### 2. شريط الصدر الخاص بقياس معدل ضربات القلب

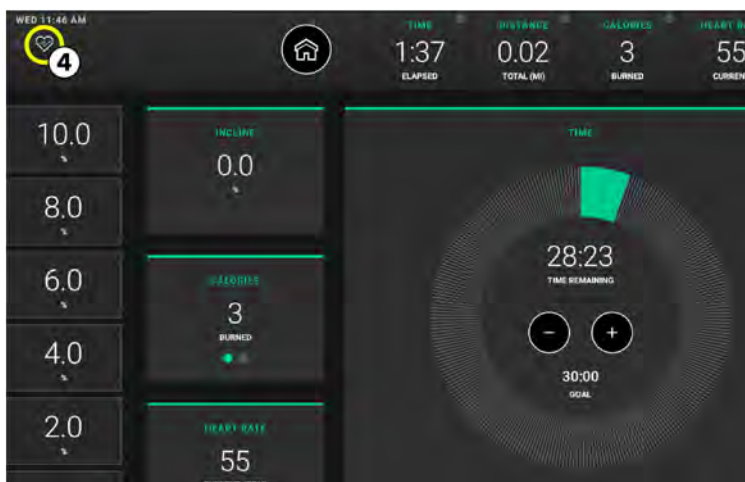
اضغط للبحث عن أجهزة Bluetooth المتوفرة (مثال: +ANT)

#### 3. الأجهزة المتوفرة

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

#### 4. رمز معدل ضربات القلب

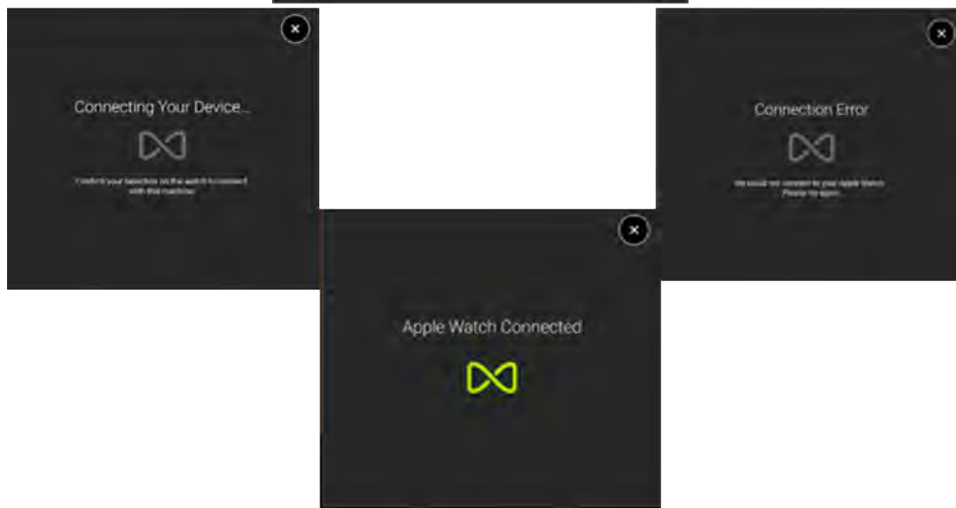
رمز معدل ضربات القلب على الركن اليسار العلوي للشاشة سوف يضيء.





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 موائماً لوحدة التحكم للتوصيل. **ملاحظة:** يمكن للمستخدمين أيضاً فتح تطبيق التمرين على Apple Watch وجعله قريباً من القارئ للبداية.
2. يكون Apple Watch متصلة عند ظهور الرمز ∞ في الزاوية اليسرى العلوية من الشاشة.



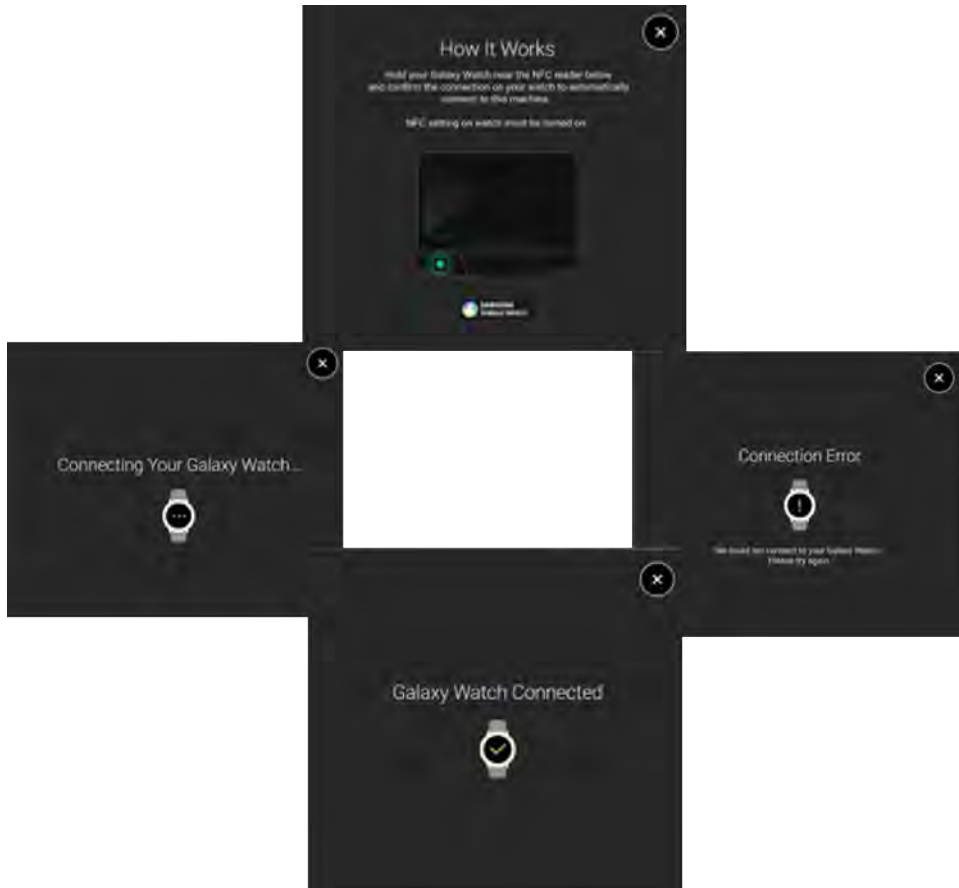


اضغط على زر Samsung Galaxy Watch لمعرفة المزيد عن توصيل جهاز Samsung Galaxy watch الخاص بك.

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 وجه الساعة مواجهاً لوحدة التحكم للتوصيل.

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

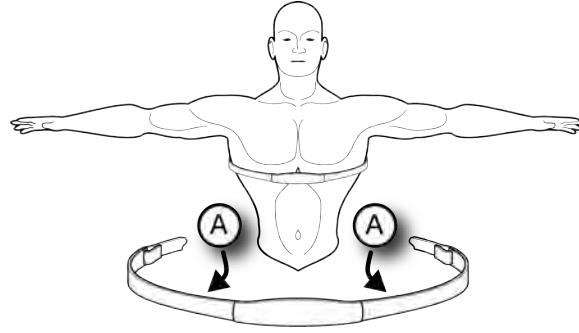
2. يكون Samsung Galaxy watch متصلة عند ظهور رمز الساعة في الزاوية اليسرى العلوية من الشاشة.



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.

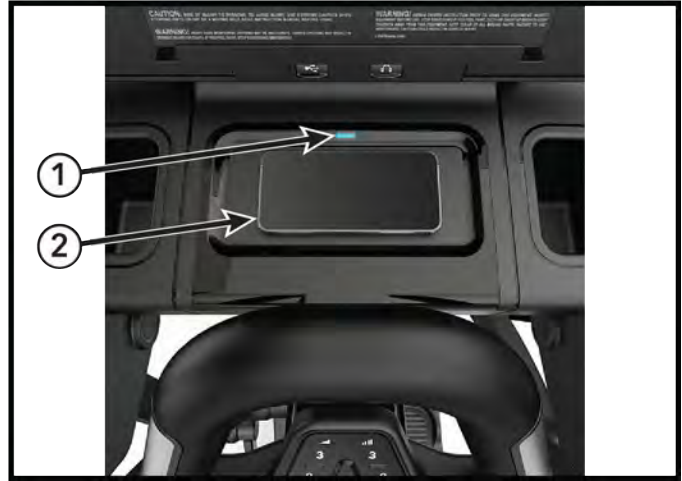
**ملاحظة:** أثناء إعداد تمرين heart rate zone training، سيطلب المستخدم بإدخال سرعة بدء التشغيل. في حال عدم اكتشاف شريط الصدر Polar الخاص بقياس معدل ضربات القلب عن بعد، فستكون أقصى سرعة مسموح بها 4.5 ميل في الساعة / 7.2 كيلو متر في الساعة (أجهزة الجري فقط). وفي حال اكتشاف شريط الصدر Polar الخاص بقياس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

1. ضع جهازك في وضع المنظر الطبيعي على محطة الشاحن المطاوي المائلة المثلة بـ رمز الشحن.

Symbio™ الدراجة المزودة بمسند للظهر



Symbio™ ائخذار بياضوي



Symbio Upright SwitchCycle , Symbio Upright LifeCycle



Symbio™ Runner



الكمية	الوصف	المعنى
1	ضوء مؤشر ازرق	1
1	جهاز على محطة الشاحن اللاسلكي	2

2. لو ان جهازك يدعم الشحن اللاسلكي Qi ، سوف يضيء المؤشر في اسفل وحدة التحكم باللون الازرق مصحوبا بتنبية على تليفونك الجوال بان الجهاز يقوم بالشحن.

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

**ملاحظة:** لمعلومات اكتشاف الأخطاء واصلاحها انظر اكتشاف الأخطاء - الشاحن اللاسلكي

**إخلاء المسؤولية والاحتياطات:**

- يدعم كلا من اجهزة الاندرويد و Apple وواجهات طاقة الشحن السريع الخاصة بها.
- الشاحن اللاسلكي مصمم لشحن التليفون فقط. وغير مضمون لشحن الأجهزة الطرفية الأخرى 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 بطاقة شحن او بطاقة متعرف موجات تردد راديو (RFID) (مثل بطاقة نقل او فتح) موضوع بين خلفية التليفون الجوال وغطاء التليفون الجوال.
- احتفظ ببطاقات الشحن وبطاقات 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.
- اعتادا على موقع ملف الشاحن اللاسلكي للتليفون الجوال، يمكن لتليفونك الجوال الا يشحن كما ينبغي. اضبط تليفونك الجوال كما يجب حتى يصبح ضوء مؤشر الشحن في وضع التشغيل و/او تليفونك الجوال يشير الى انه يشحن.
- ان الشحن اللاسلكي من الممكن الا يعمل كما ينبغي لو قمت بتوصيل حاوية سمبكية الى تليفونك الجوال. لو كانت حاوية سمبكية ، انزعها قبل وضع تليفونك الجوال على الشاحن اللاسلكي.
- لو قمت بتوصيل شاحن للتليفون الجوال اثناء الشحن اللاسلكي ، لن تكون خاصية الشحن اللاسلكي متاحة.

- لو كنت مستخدماً تليفونك موصولاً بساعة ، ضع التليفون في الوضع الطبيعي . ان وضع تليفونك في وضع الصورة من الممكن ان يجرك لفة الشحن خارج وضع الشحن .
- لو انك تستخدم حاوية شحن لاسلكي علي تليفونك الجوال ، لا تضع الحاوية ابدا على بطن الشاحن . لان هذا ممكن ان يؤدي الى زيادة سخونة بطن الشاحن و/والحاوية , ويجعل خطر الاشتعال والتدمير .
- الشاحن اللاسلكي لا يحتوي على زر تشغيل .

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.

تتماز الجري الموضع كرجح



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

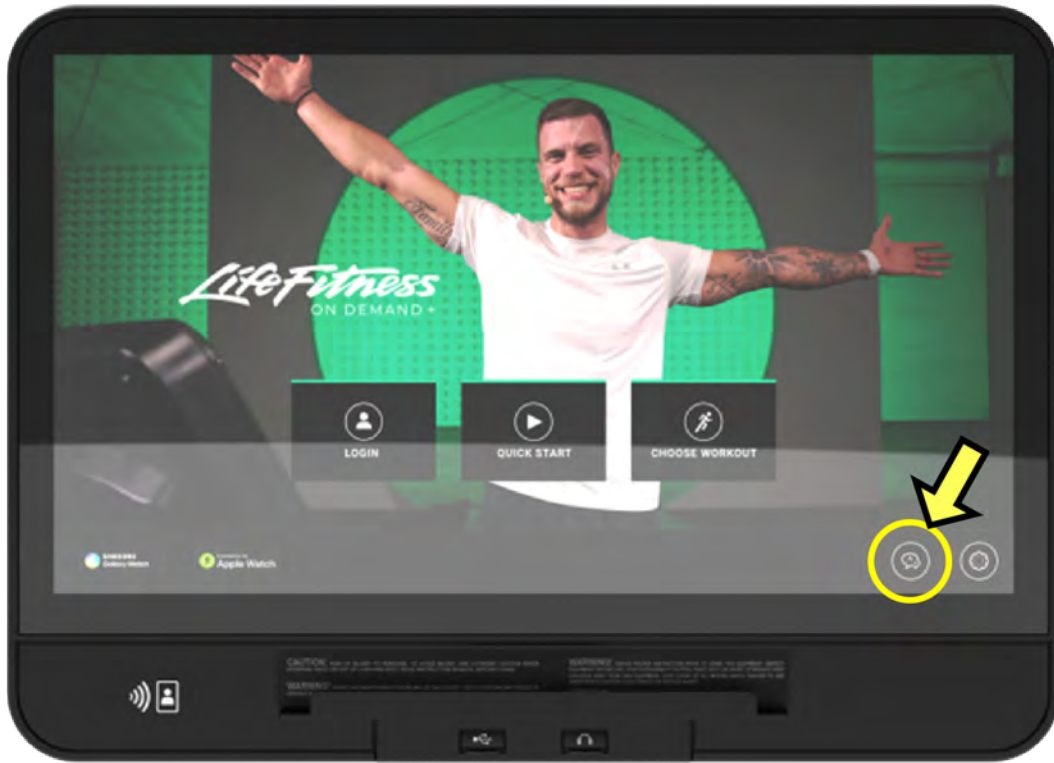
- وضع اليد على المستشعر بشكل غير صحيح
- نشاط الجزء العلوي من الجسم أو الغسول أو الأوساخ على اليدين
- الضغط الزائد أو غير الكافي عند الإمساك بالمستشعرات

**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.

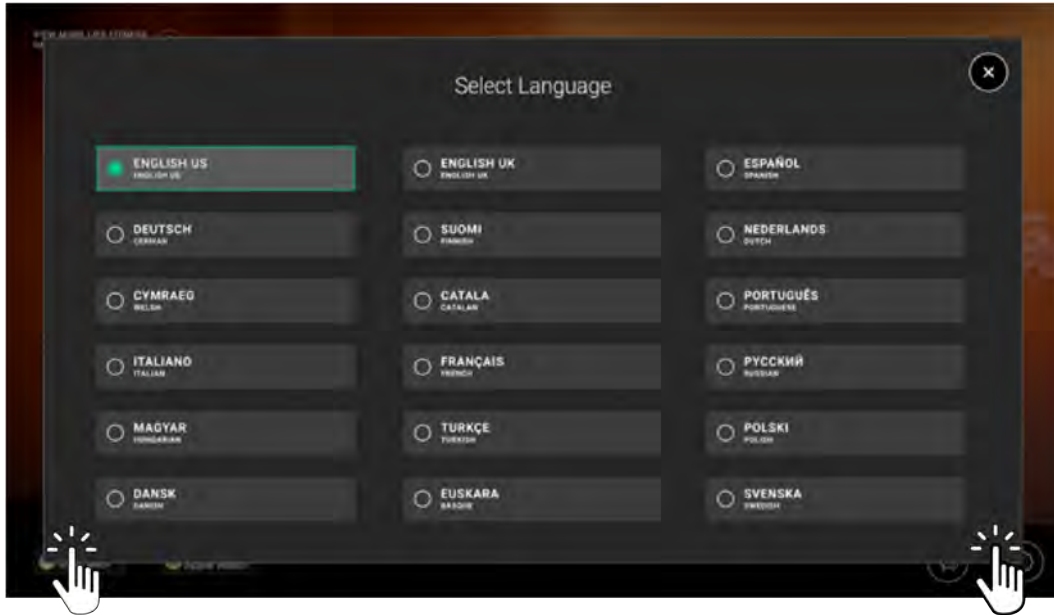
### كيفية ضبط اضاءة ذكية

القاعدة مزودة باضاءة التي يمكن تشغيلها او إيقافها , لديها 3 مستويات لمعان , و 16 لون

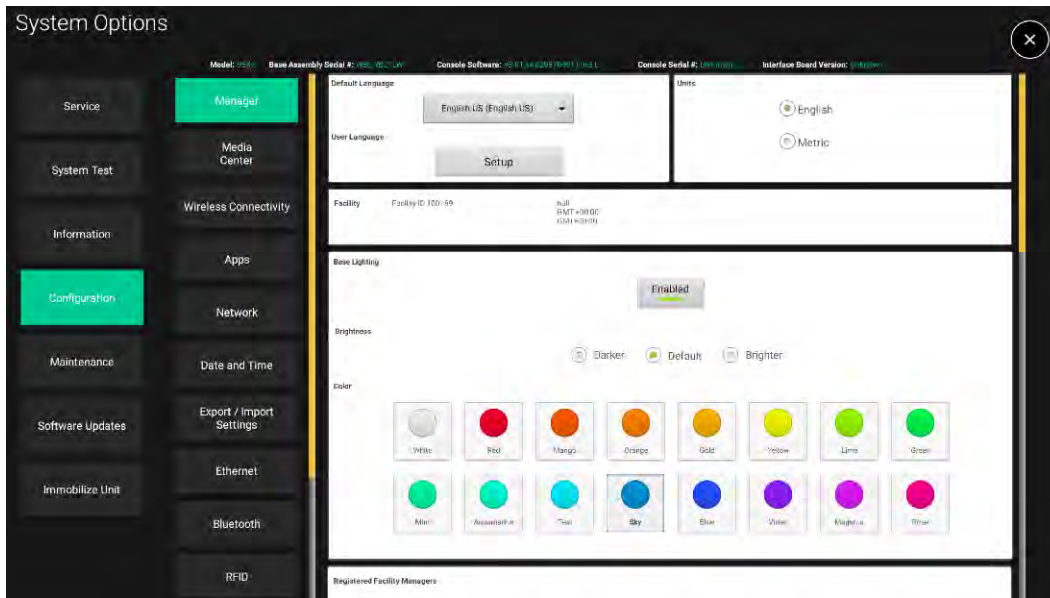
1. حدد أيقونة اللغة من شاشة الجذب للوصول إلى شاشة تحديد اللغة.



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



ملاحظة: كنت متأكدًا من انك تفرع المربع الأسود !INSIDE



4. انتقل للأسفل ل الاضاءة الذكية.

5. اضغط زر **مفعّل** لتشغيل الضوء واغلاقه.

6. اضبط **المعان** كما هو مطلوب.

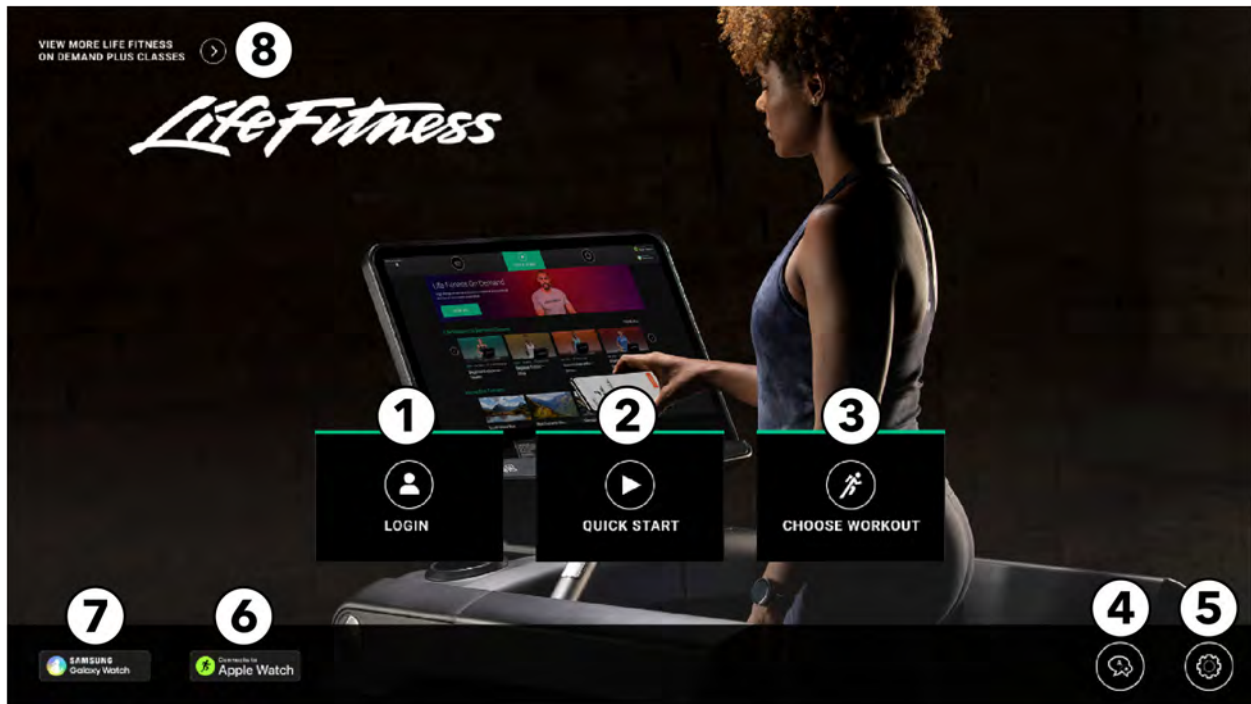
7. اضبط **اللون** لتختار من 16 لون.

## 4. التشغيل

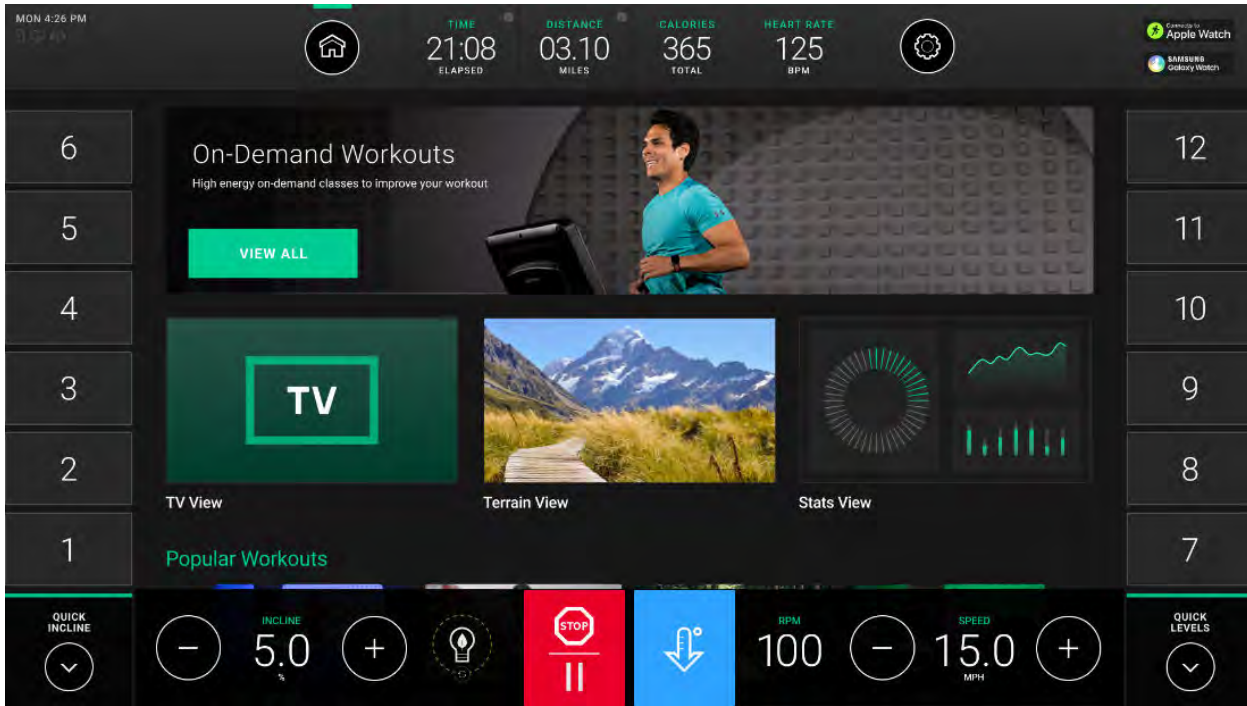
### الشاشة الرئيسية

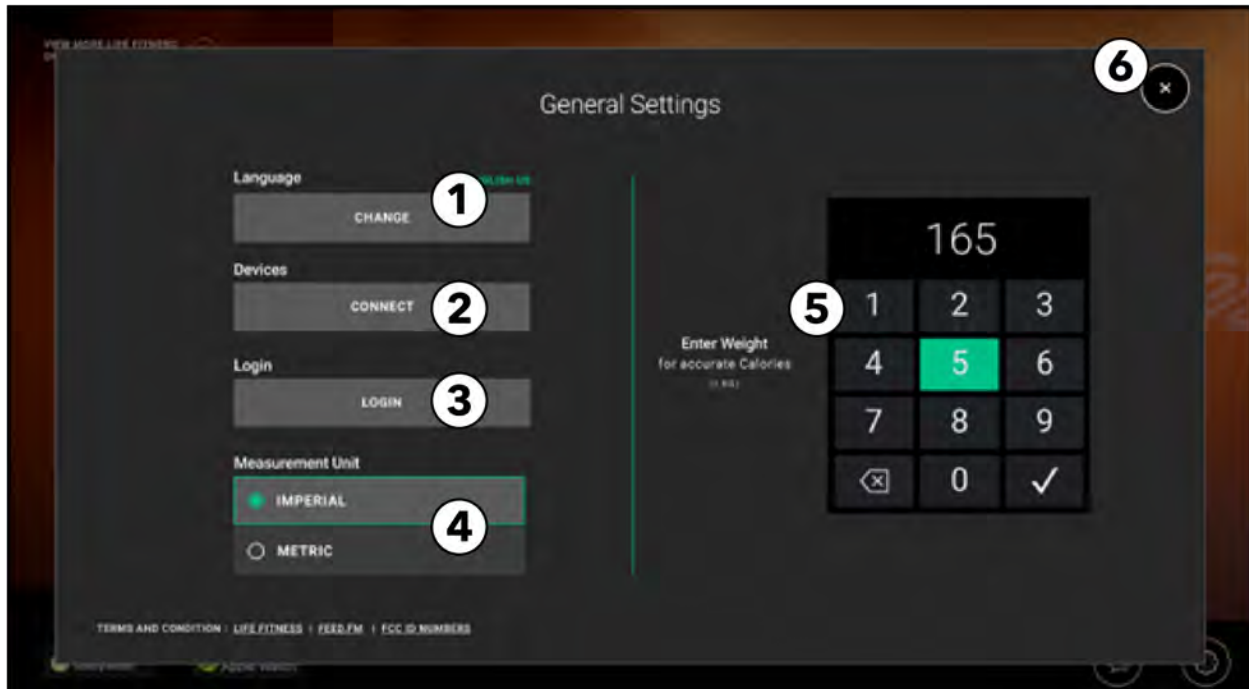
شاشة اللمس LCD سهلة الاستخدام تسمح للمستخدمين بما يلي:

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

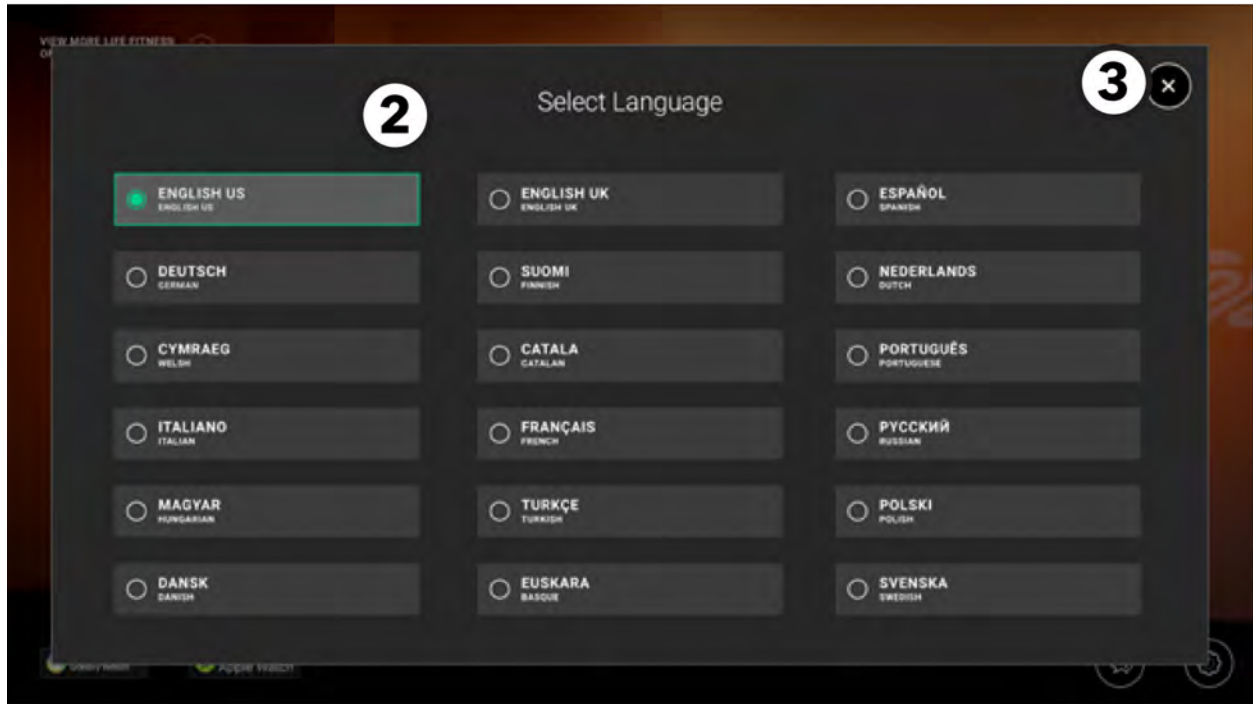
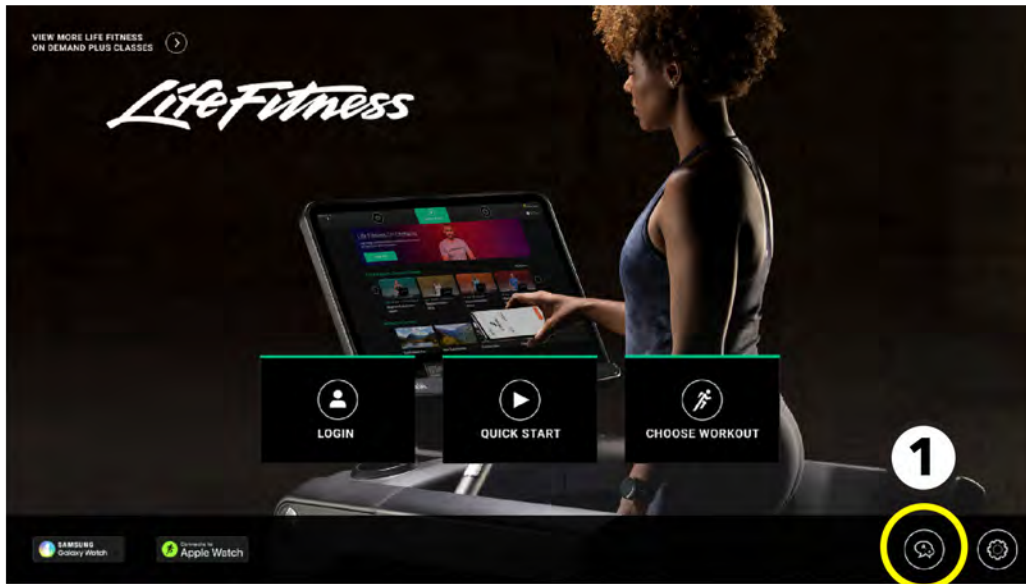


1. **تسجيل الدخول:** اضغط لتسجيل الدخول إلى حساب LFconnect أو Halo الخاص بك.
2. **التشغيل السريع** - اضغط لبدء تمرين على الفور دون إعداد أو تحديد هدف.
3. **اختيار التمرين:** اختر تمرينًا من الفئات التالية:
  - ترمينات شائعة
  - دروس بواسطة المدرب عند الطلب
  - أراضي تفاعلية
  - أهداف قياسية
  - اختبارات 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 التمرين.
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.

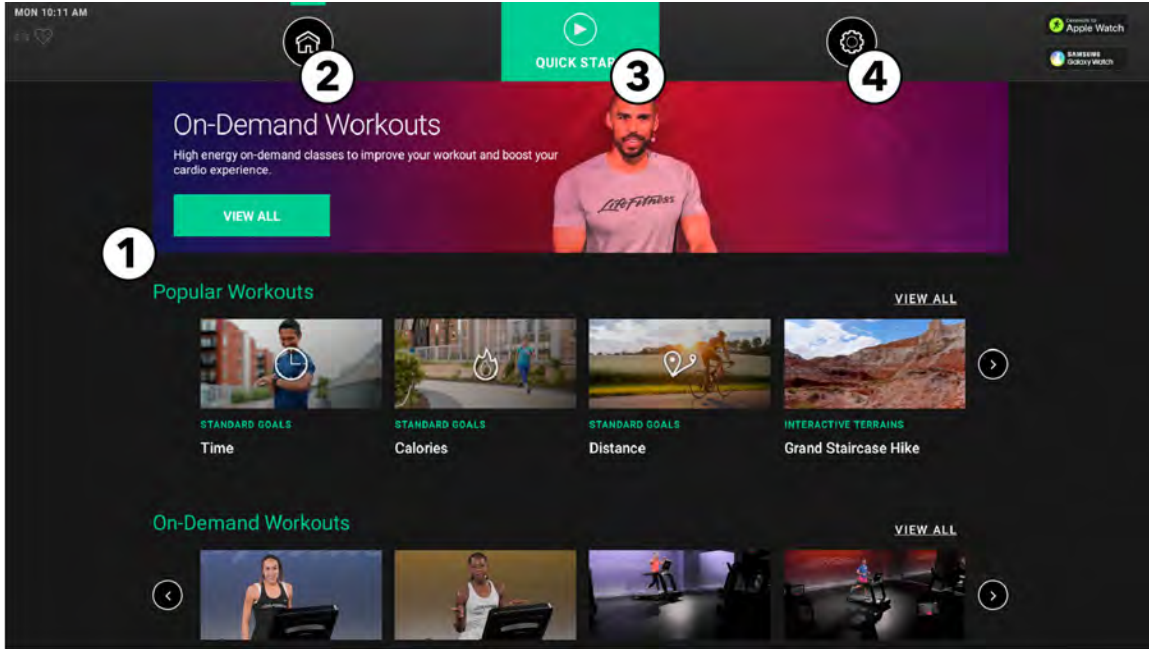


1. اضغط على أيقونه تحديد لغة في الشاشة الرئيسية.
2. اختر اللغة المرادة من شاشة تحديد اللغة.  
يمكن للمستخدمين تحديد لغة لاستخدامها خلال التمرين.  
**ملاحظة:** لا يمكن عرض سوى اللغات المحددة الممكنة بواسطة المدير.  
بعد التحديد , يتم حفظ اللغة **اختر اللغة** تعلق الشاشة و **الام**وتظهرالشاشة باللغة المحددة.
3. اخرج من شاشة تحديد اللغة وعد إلى الشاشة الرئيسية .

## اختيار التمرين الخاصة بك

مرر شاشة اختيار التمرين لعرض خيارات التمرين المتوفرة.

ملاحظة: تختلف التمارين المتوفرة بنوع القاعدة.

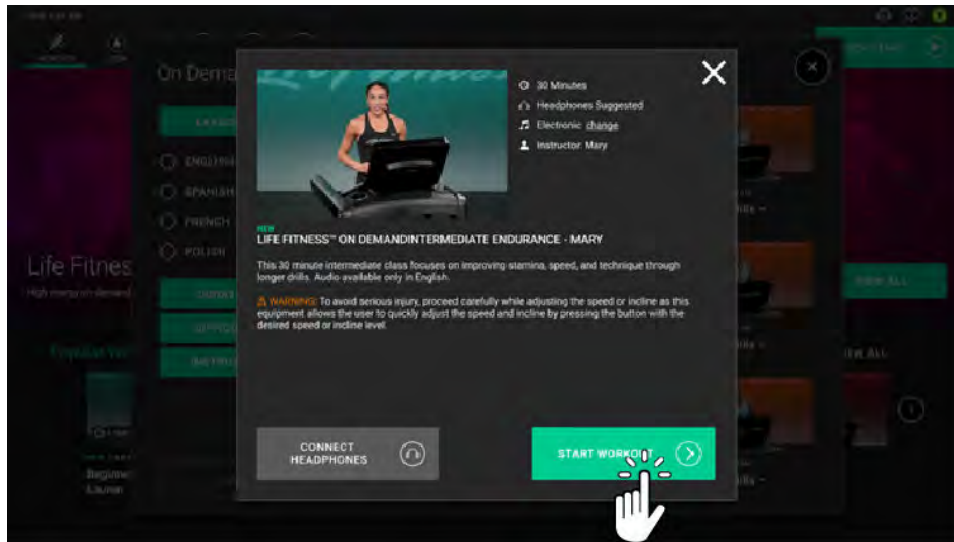


1. مرر خلال خيارات التمرين:

- التمرينات الشائعة - لتحديد تمرين كثيرًا ما يختاره المدربين.
- تمارين عند الطلب اختر فصل مختار بالمدرّب يث عبر الإنترنت.
- 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.



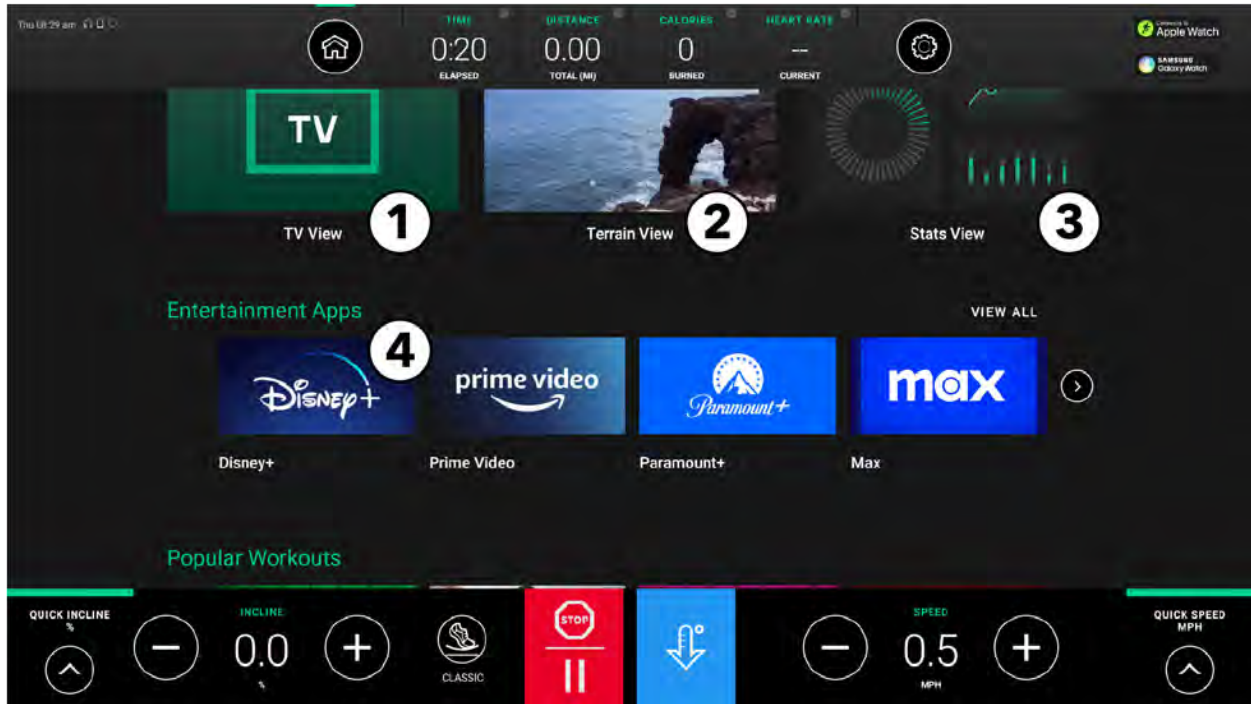
2. اضغط للعودة إلى الشاشة الرئيسية.

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

4. المواصفات العامة اضغط للوصول إلى خيارات المواصفات العامة.

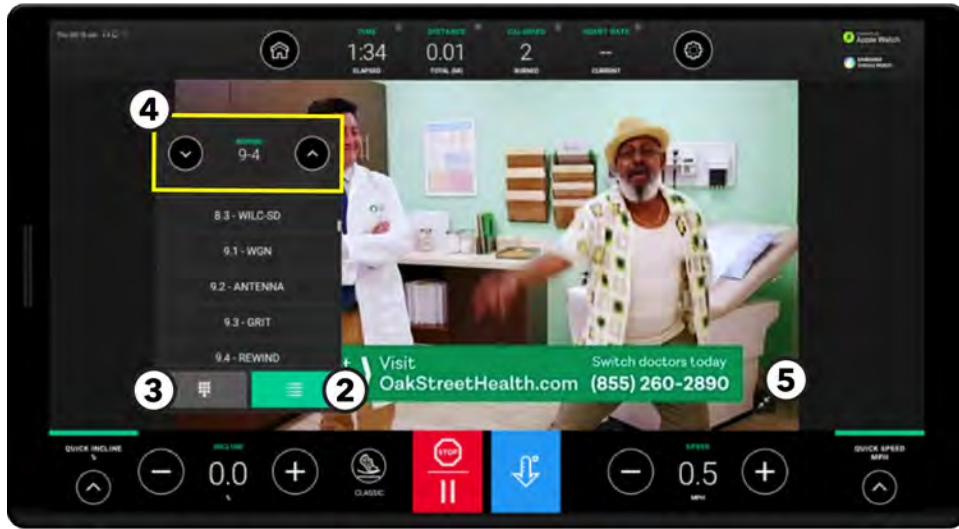
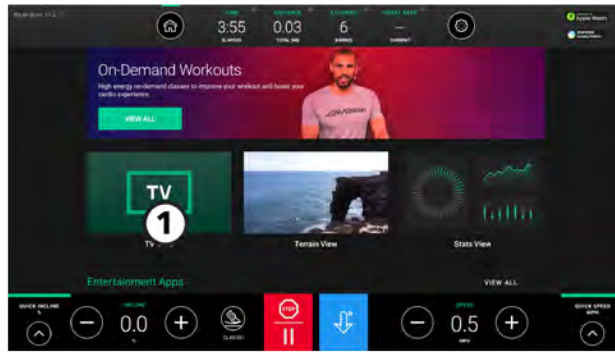
## في مشاهدات التمرين واختيارات التسلية

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 اثناء التمرين.
4. تطبيقات التسلية اختر من قسم تطبيقات التسلية لتستمتع اثناء التمرين.

يلزم ان يكون المستخدمون في التمرين للوصول الي مشاهدة التلفاز



1. اضغطرؤية التلفاز لمشاهدة التلفاز.

2. قائمة القنوات

قائمة تحتوي على كل القنوات المتوفرة.

ملاحظة: موخج بالصورة

3. لوحة مفاتيح القنوات

اضغط للوصول الي لوحة رقمية لادخال رقم القناة

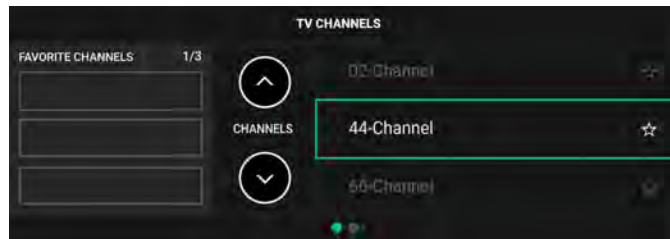
4. الأسهم أعلى وأسفل

استخدم الاسهم للتنقل بين القنوات

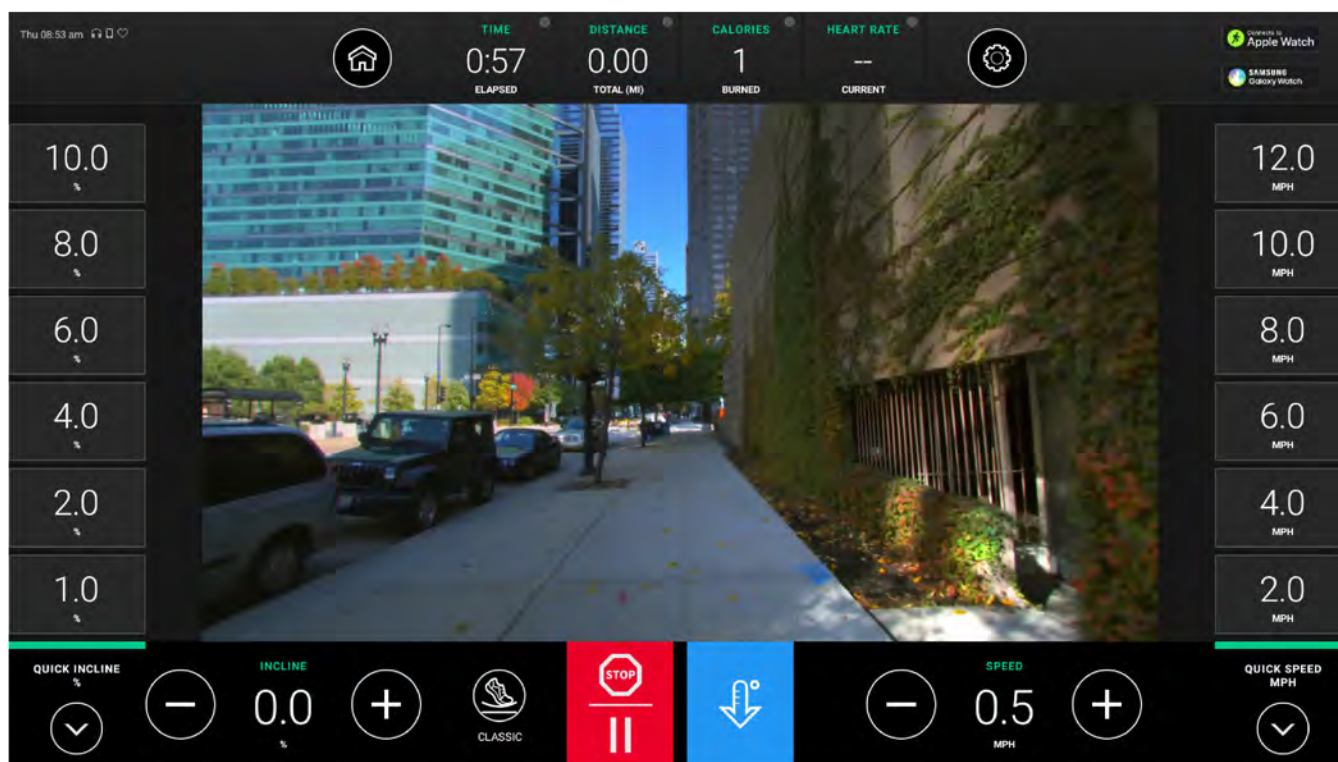
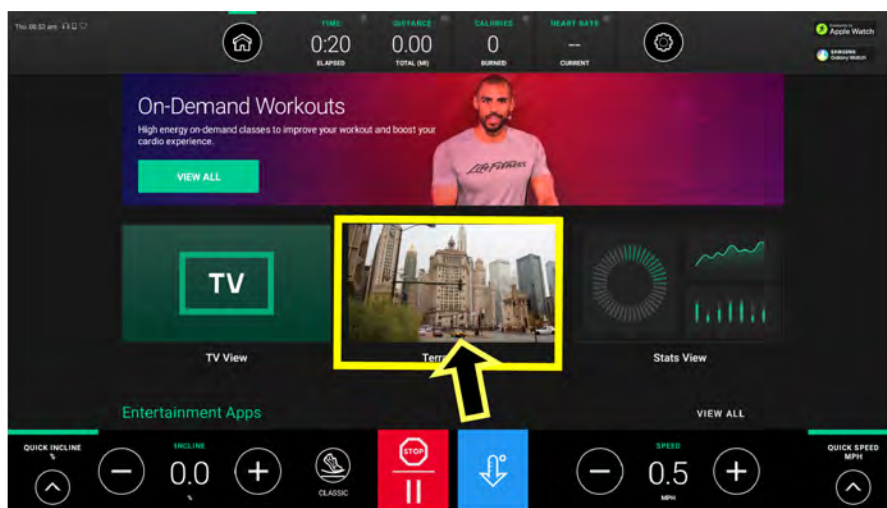
5. تغيير حجم الشاشة

اضغط للتبديل بين حجم الشاشة الكامل والمصغر.

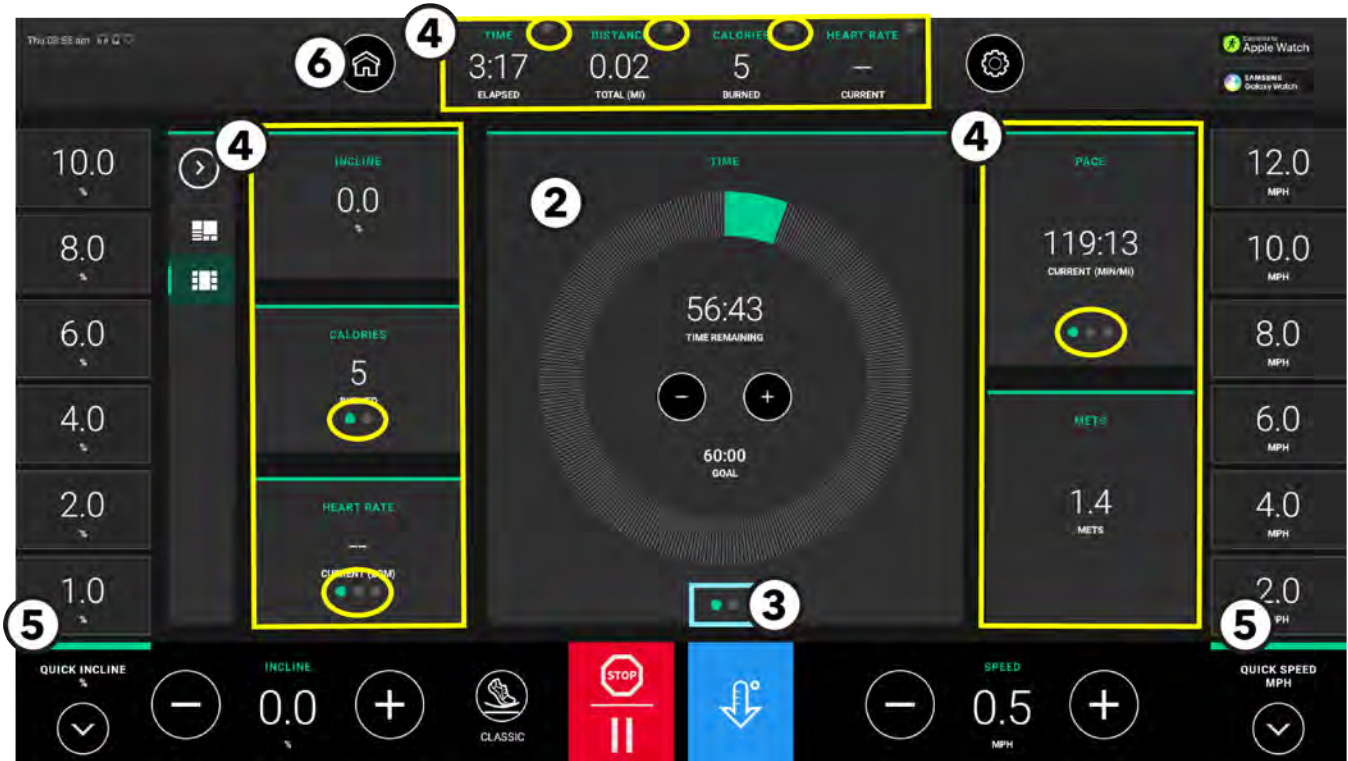
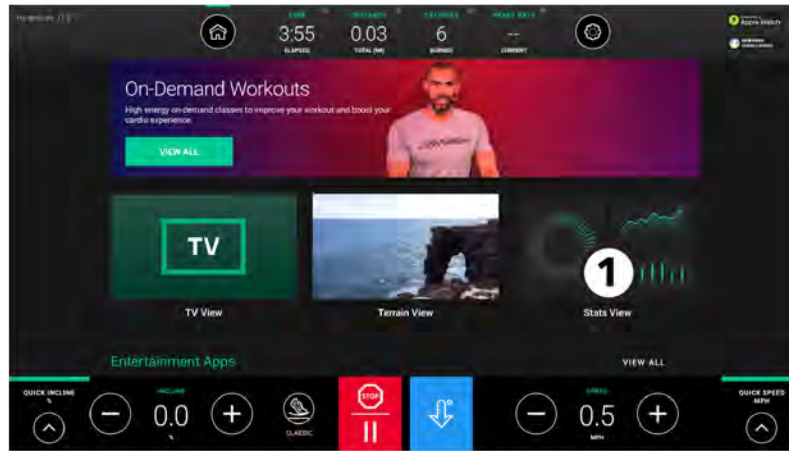
ل Symbio Runner اعدادات قنوات التلفزيون في لوحة التحكم



يمكن للمستخدمين اختيار رؤية المطقة للاستمتاع بالتمرين مع فيديو.



يمكن للمستخدمين الرؤية والتنقل بين احصائيات التمرين اثناء التمرين



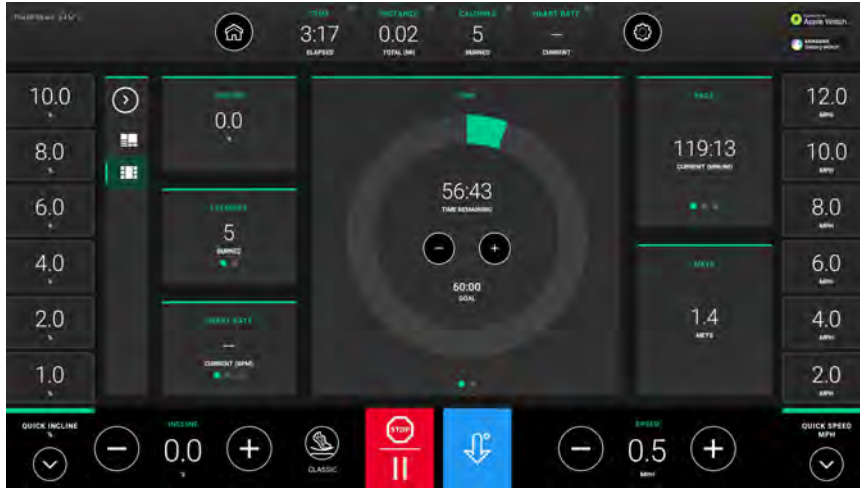
ملاحظة: الوقت المستهدف على جهاز المشي يمكن اختياره ويظهر على الصورة على سبيل المثال.

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

3. انتقل لمشاهدة مناظر اضافية للتمرين.

ملاحظة: تختلف فئات التمرين والتارين المتوفرة تبعاً لنوع القاعدة.

### مشاهدة Laps



### 4. احصائيات وإحصائيات إضافية

ملاحظة: الاحصائيات المتاحة تختلف حسب نوع القاعدة والتمرين المختار.

تظهر الاحصائيات عبر الشريط العلوي للرقافة الجانبية. الاحصائيات الاضافية المتاحة:

- اضغط على السهم لأسفل المجاور للبدء على اللوح العلوي.
- التنقل الى الدوائر على قاعدة الاحصائيات يظهرها على الرقافات الجانبية.

الاحصائيات متاحة على السهم لأسفل على الشريط العلوي / الدوائر على الرقافات.

الوقت	المسافة	السرعات الحرارية	معدل ضربات القلب	الوتيرة
الوقت المنقضي	المسافة الكلية (mi / km)	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)	اقصى (خففة في الدقيقة)	سرعة متوسطة (ميل في الساعة / كيلو في الساعة)
سرعة متوسطة (ميل في الساعة / كيلو في الساعة)		الطاقة (القوة الكهربائية)		

### 5. ازرار نتائج سريعة

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

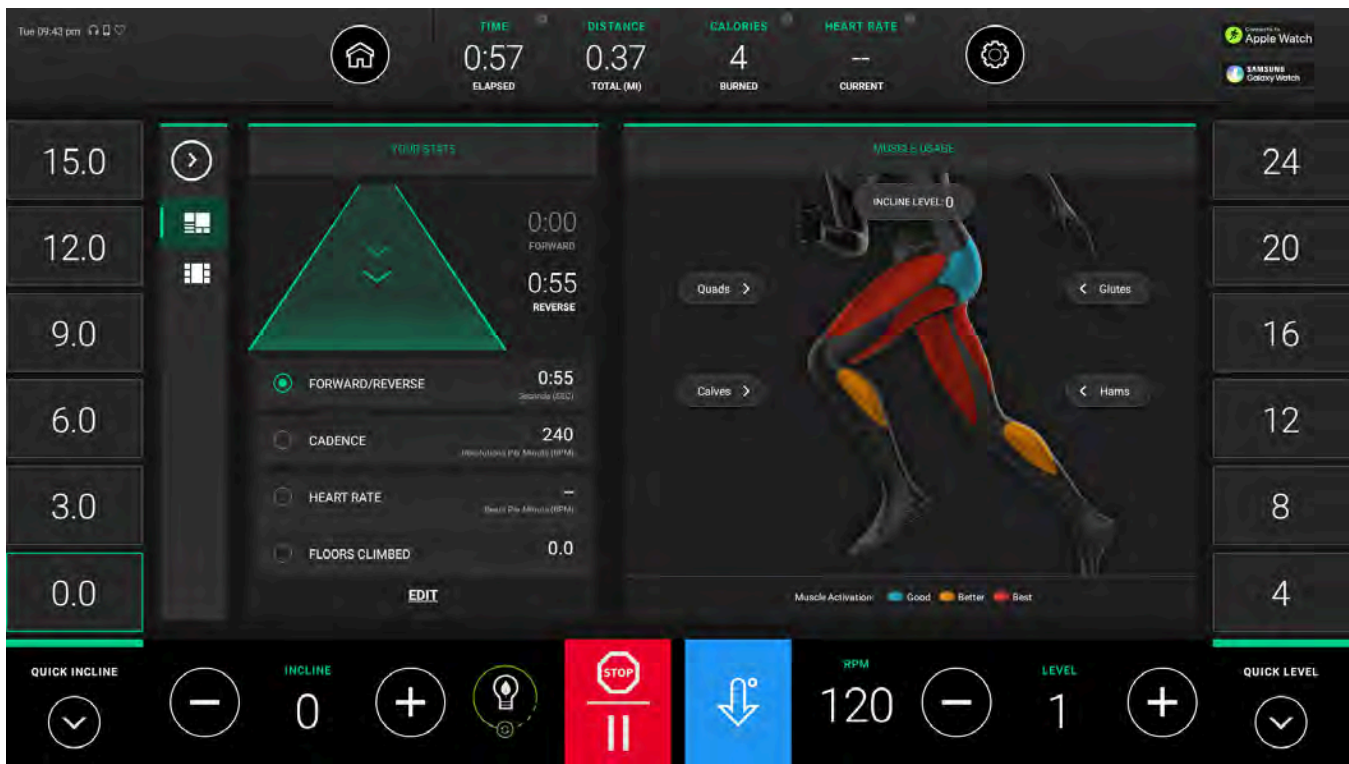
اضغط للعودة للشاشة الرئيسية.

ملاحظة: خطوات PowerMill وحزام جهاز المشي يحافظ على حركة السلام عند الضغط على الشاشة الرئيسية اثناء التمرين.



## Symbio™ Runner





اضغط على مختلف مجموعات العضلات في الرسوم المتحركة لتعديل باستمرار الميل الامثل لهذه العضلة.

### Symbio Upright SwitchCycle , Symbio Upright LifeCycle

الرسم البياني للطاقة



رسم خطي

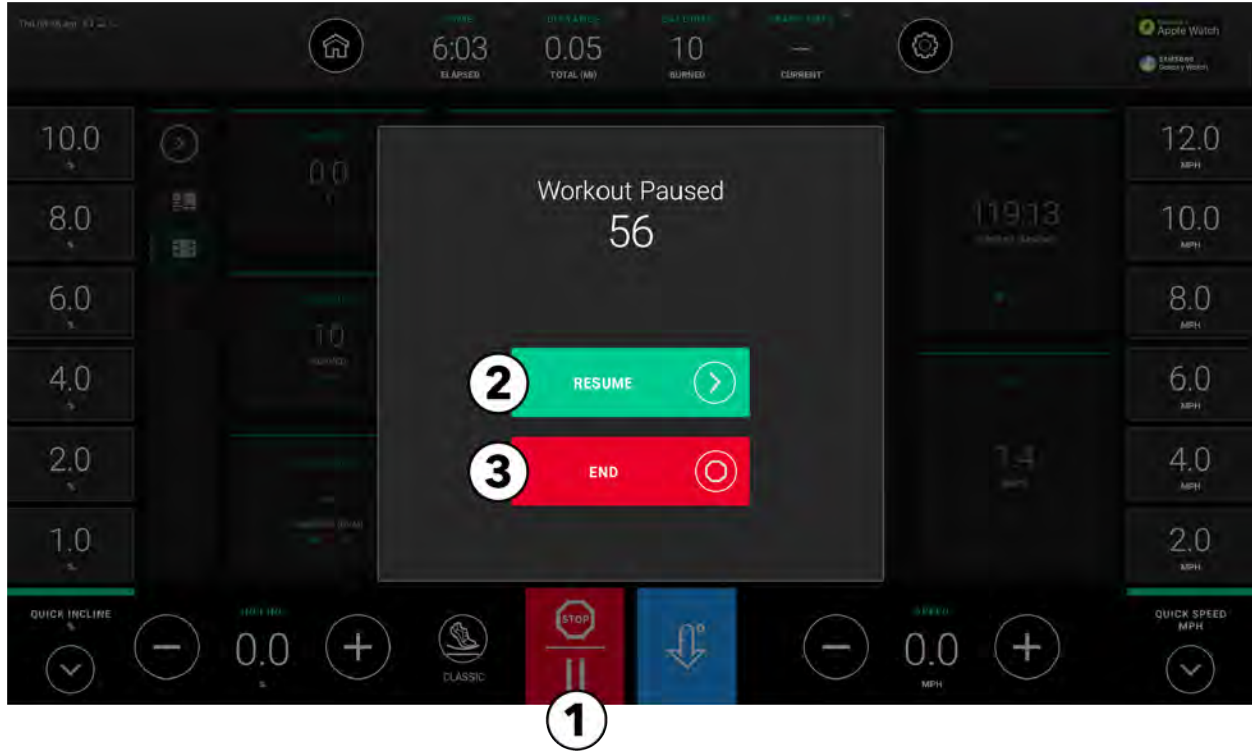


الرسم البياني للطاقة



رسم خطي





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

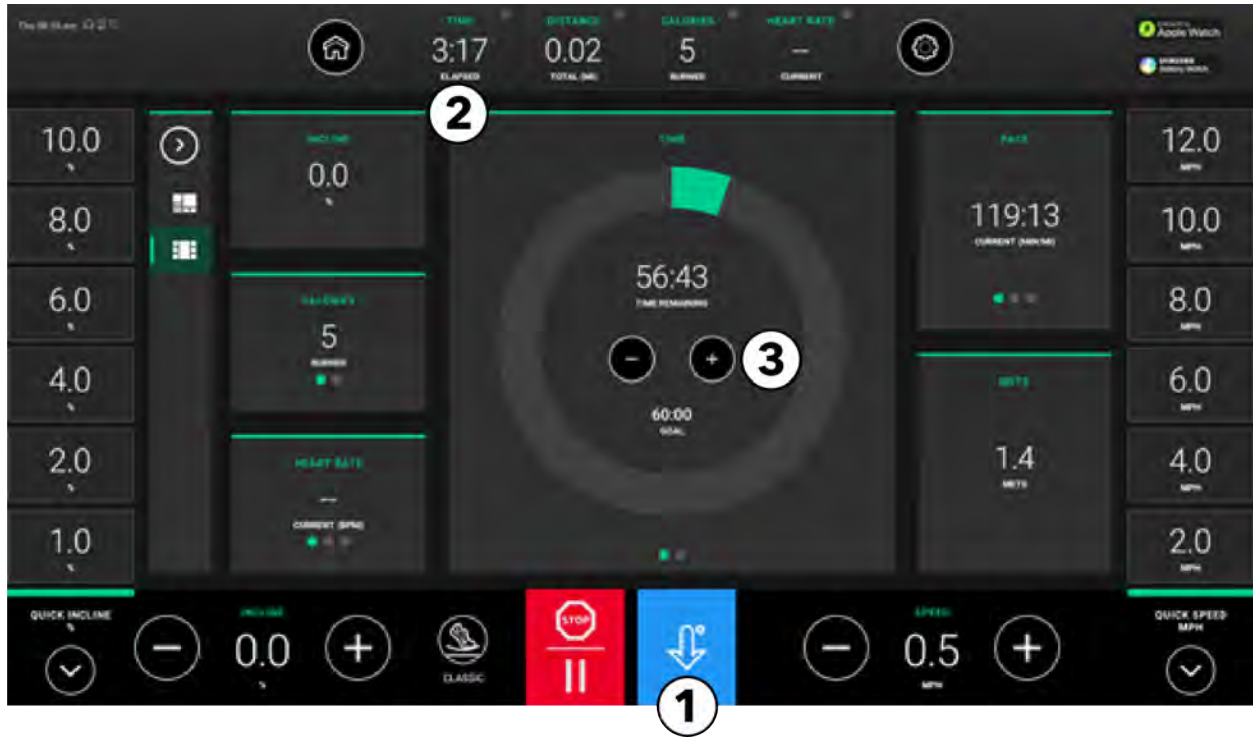
اختر أحد الخيارات التالية أثناء التواجد في وضع الإيقاف المؤقت:

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.

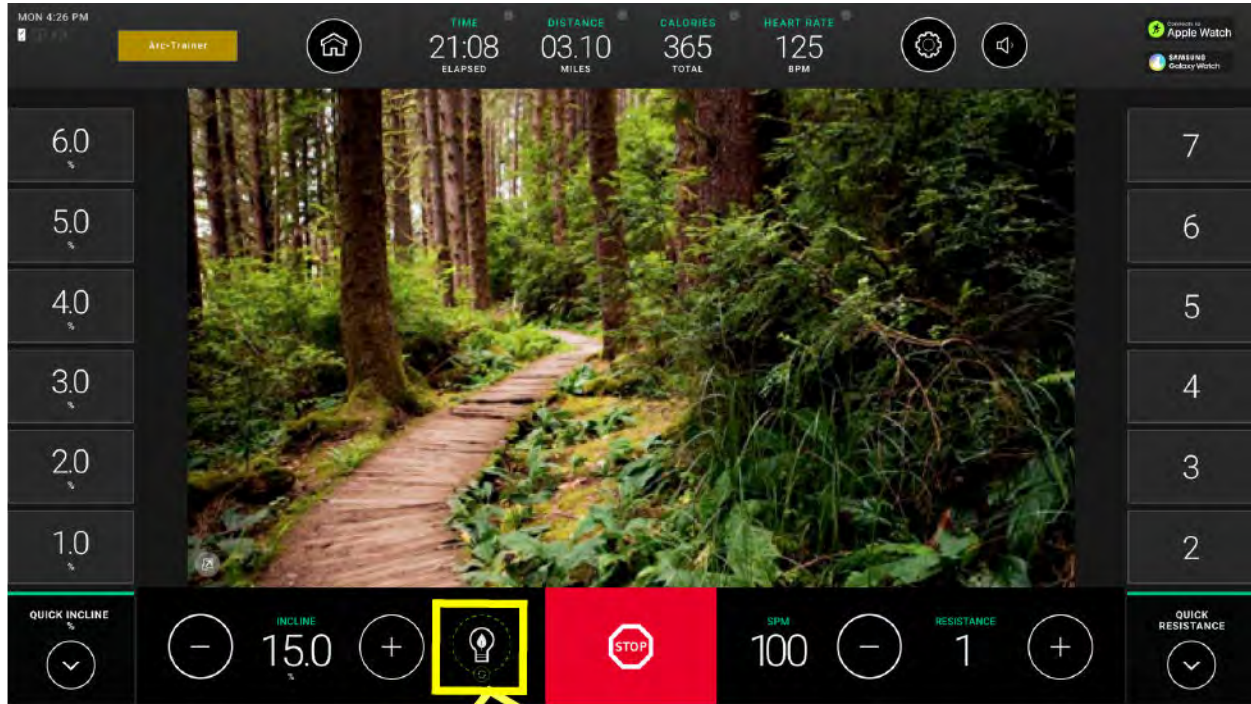
2. شاشة الوقت

- سيتغير الوقت إلى التهدئة عند الدخول إلى وضع التهدئة.
- تعرض شاشة الوقت في البداية مقدار الوقت بالدقائق الذي يجب أن يمكته 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 قواعد جهاز المشي تنقص أوتوماتيكيا بعد الضغط على زر التهدئة.



**ملاحظة:** طريقة Hybrid موجودة على المعدة بدون طاقة (, 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 لتعطي طاقة لهذا الجهاز.

Cycle, Symbio مستلقي, Symbio انحدار بوضاوي, Symbio القائم Symbio LifeCycle, and Symbio Upright SwitchCycle	Symbio <sup>TM</sup> انحدار بوضاوي	Symbio <sup>TM</sup> Runner
<p>بداية سريعة</p>	<p>بداية سريعة</p>	<p>بداية سريعة</p>
<p><b>أهداف قياسية</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• الوقت</li> <li>• المسافة</li> <li>• السرعات الحرارية</li> <li>• معدل ضربات القلب</li> <li>• (متوسط, قوي)</li> <li>• الفواصل</li> <li>• (مفتاح التشغيل, شدة عالية, تحمل)</li> <li>• الطاقة الثابتة</li> <li>• طاقة تكيفية</li> <li>• التدريبات التنفسية</li> <li>• مكافئات الأيض</li> </ul>	<p><b>أهداف قياسية</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• الوقت</li> <li>• المسافة</li> <li>• السرعات الحرارية</li> <li>• معدل ضربات القلب</li> <li>• (متوسط, قوي)</li> <li>• الفواصل</li> <li>• (مفتاح التشغيل, شدة عالية, تحمل)</li> <li>• الطاقة الثابتة</li> <li>• طاقة تكيفية</li> <li>• التدريبات التنفسية</li> <li>• عكسي</li> </ul>	<p><b>أهداف قياسية</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• الوقت</li> <li>• المسافة</li> <li>• السرعات الحرارية</li> <li>• تسلق</li> <li>• معدل ضربات القلب</li> <li>• (متوسط, قوي)</li> <li>• الفواصل</li> <li>• (تنوع, شدة عالية, تحمل)</li> <li>• البادئ</li> </ul>
<p><b>اختبارات اللياقة</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• اختبار لياقة LF</li> <li>• القوات البحرية الولايات المتحدة</li> </ul>	<p><b>اختبارات اللياقة</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• اختبار لياقة LF</li> <li>• القوات البحرية الولايات المتحدة</li> </ul>	<p><b>اختبارات اللياقة</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• اختبار لياقة LF</li> <li>• القوات البحرية الولايات المتحدة</li> <li>• جيش الولايات المتحدة</li> <li>• البحرية الولايات المتحدة</li> <li>• القوات الجوية الولايات المتحدة</li> <li>• بروتوكول الحد تحت الأقصى الفرعي WFI</li> <li>• بطارية الكفاءة البدنية</li> <li>• IPPT</li> </ul>

بداية سريعة	
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
الروايل	
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 إمكانيات أقصى سرعة لديك VO2 اقصي.	• 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 بتحديد كثافة ثابتة لمكافئات الأيض أثناء التمرين.	مكافئات الأيض

اختبارات اللياقة	
اختبار لياقة Life Fitness 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 لياقة Life Fitness
هو اختبار يهدف المسافة لمدة 5 دقائق يعتمد على الوقت اللازم لإتمام المسافة المطلوبة ويُستخدم بواسطة البحرية الأمريكية والأكاديميات البحرية لقياس القدرة التنفسية.	اختبار الاستعداد البدني لمشاة البحرية الأمريكية (PRT)
هو اختبار أداء بدني لمدة 5 دقائق يُستخدم لتقييم التحمل العضلي واللياقة القلبية التنفسية.	اختبار اللياقة البدنية للجيش الأمريكي (PFT)
هو اختبار أداء بدني 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 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.	بروتوكول الحد تحت الأقصى الفرعي WFI
تُستخدم بواسطة إنفاذ القانون الفيدرالي الأمريكي، مكتب التحقيقات الفيدرالي الأمريكي، وغيرها من المنظمات الفيدرالية للتعيين في الوظائف الفيدرالية وصيانتها.	بطارية الكفاءة البدنية (PEB)
هو جزء الـ 2.4 كيلو متر من اختبار اللياقة البدنية القياسي المستخدم من قبل القوات المسلحة السنغافورية، قوات الشرطة وقوات الدفاع المدني.	اختبار الكفاءة البدنية الفردية (IPPT)
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.	اختبار القدرة البدنية للمرشح

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

أهداف قياسية	مدخل المستخدم
الوقت	<ul style="list-style-type: none"> <li>3 قيم محددة مسبقاً أو استخدم لوحة المفاتيح لإدخال الوقت المراد</li> <li>المنطقة(مستوية، فاصل التل، نلال دارة، عشوائية، كيلومتر)</li> <li>المستوى</li> <li>الوزن</li> </ul>
المسافة	<ul style="list-style-type: none"> <li>3 قيم محددة مسبقاً أو استخدم لوحة المفاتيح لإدخال المسافة المرادة</li> <li>المنطقة(مستوية، فاصل التل، نلال دارة، عشوائية، كيلومتر)</li> <li>المستوى</li> <li>الوزن</li> </ul>
السرعات الحرارية	<ul style="list-style-type: none"> <li>3 قيم محددة مسبقاً أو استخدم لوحة المفاتيح لإدخال السرعات الحرارية المرادة</li> <li>الوزن</li> <li>المنطقة(مستوية، فاصل التل، نلال دارة، عشوائية، كيلومتر)</li> <li>المستوى</li> <li>الوزن</li> </ul>
معدل ضربات القلب	<ul style="list-style-type: none"> <li>3 قيم محددة مسبقاً أو استخدم لوحة المفاتيح لإدخال الوقت المراد</li> <li>السن</li> <li>التدريب ( حرق متوسط او حرق قوي)</li> <li>المستوى</li> <li>الوزن</li> </ul>
التواصل	<ul style="list-style-type: none"> <li>الإعدادات (البداية)</li> <li>الوقت</li> <li>المستوى</li> <li>الوزن</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>الإعدادات (طلي الشدة ، تحمل)</li> <li>التواصل</li> <li>المستوى النشط</li> <li>مستوى الاستعادة</li> <li>الوزن</li> </ul>
الطاقة الناتجة	<ul style="list-style-type: none"> <li>الوقت</li> <li>التوة الكهربائية</li> <li>الوزن</li> </ul>
طاقة تكيفية	<ul style="list-style-type: none"> <li>الوقت</li> <li>المستوى</li> <li>الوزن</li> </ul>
التدريبات التنفسية	<ul style="list-style-type: none"> <li>الوقت</li> <li>المستوى</li> <li>الوزن</li> </ul>
عكسي	<ul style="list-style-type: none"> <li>الوقت</li> <li>المستوى</li> <li>الوزن</li> </ul>
مكافئات الأيض	<ul style="list-style-type: none"> <li>الوقت</li> <li>مكافئات الأيض</li> <li>الوزن</li> </ul>

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)
السن	10 سنوات - 99 سنة
الارتفاع	36 - 90 بوصة
القوة الكهربائية	500 - 50
مكافئات الأيض	2.5 - 21
متوسط المستوى	1 - 20

يشير المستوى إلى نطاق النسب المئوية 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

## 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

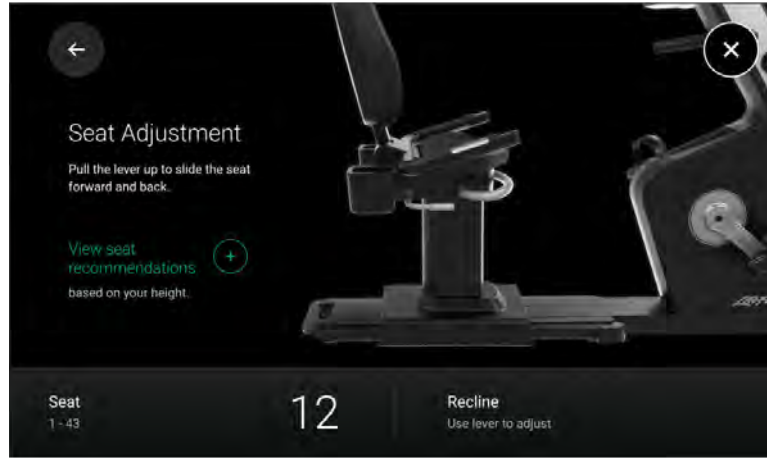
قم بإرتداء حزام الصدر Polar® الاختياري الخاص بقياس معدل ضربات القلب عن بعد، أو أمسك بمستشعرات Lifepulse™، لتمكين الكمبيوتر الموجود بالجهاز من مراقبة معدل ضربات القلب أثناء التمرين. يقوم الكمبيوتر تلقائياً بضبط مستوى الميل (أجهزة الجري فقط) للحفاظ على معدل ضربات القلب المستهدف بناءً على معدل ضربات القلب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

## المستلقي Cycle اعدادات Symbio

1. اجلس فوق المقعد وضع باطن القدمين على الواسات.
  2. ملاحظة: يتيح الوضع المثالي بالحركة خلال الجزء السفلي من الشوط دون قفل الركبتين أو التحرك في الكرسي. ينبغي ثني الركبتين قليلاً عند أقصى تمديد للساق.
  3. ارفع قضيب ضبط المقعد الموجود تحت المقعد.  
Tap the highlighted  
تحذير: لا تحاول ضبط المقعد أثناء تبديل الدراجة. فالتقيام بذلك قد يتسبب في التعرض للإصابة أو عدم الراحة أثناء التمرين.
  4. حرك المقعد إلى الأمام والخلف حسب الضرورة وصولاً إلى الموضع المناسب. اترك قضيب تعديل المقعد لإتمام التعشيق.
- ملاحظة: وحدة التحكم سوف تظهر المعلومات والتعديلات الخاصة ب إعادة الميل تعديل المقعد الخط الامثل. اعداد تعديل المقعد سوف يخزن للمستخدمين المدخلين.

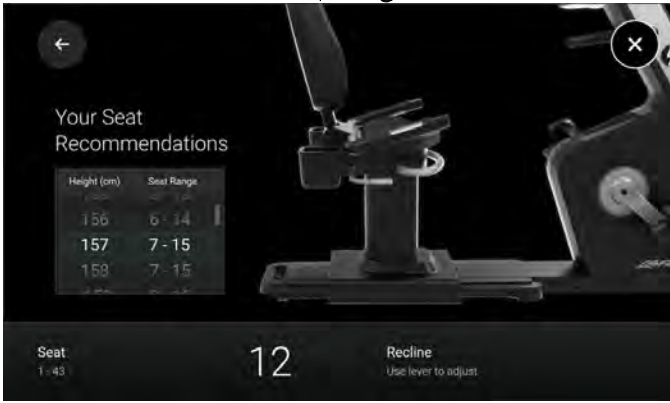


5. حرك المقعد مسافة قصيرة إلى الأمام والخلف برفق للتأكد من تثبيته في مكانه.
6. اضغط الموضع + الرمز تعديل المقعد.  
شاشة معلومات تعديل المقعد سوف تظهر



7. اضغط الموضع + الرمز مشاهدة توصيات المقعد.  
شاشة معلومات تعديل المقعد سوف تظهر

ارتفاع المستخدم , متري



ارتفاع المستخدم , فم



8. اضغط على السهم الخلفي للعودة الى شاشة تعديل المقعد.  
9. تحقق من مسافة المقعد وأعد الضبط حسب الضرورة.  
10. اضغط على السهم الخلفي للعودة الى شاشة تعديل ومعلومات المقعد.  
11. اضغط الموضع + الرمز الخط الامثل.  
شاشة معلومات الخط الامثل سوف تظهر.

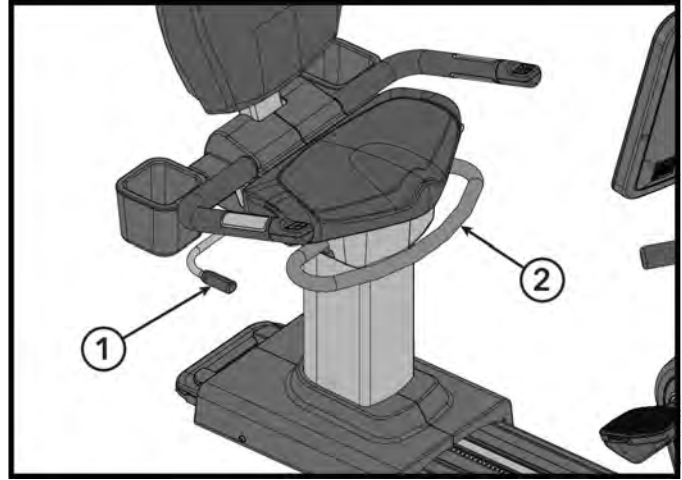


12. اضغط على السهم الخلفي للعودة الى شاشة تعديل ومعلومات المقعد.  
13. اضغط الموضع + الرمز اعادة الميل.  
شاشة معلومات اعادة الميل سوف تظهر.

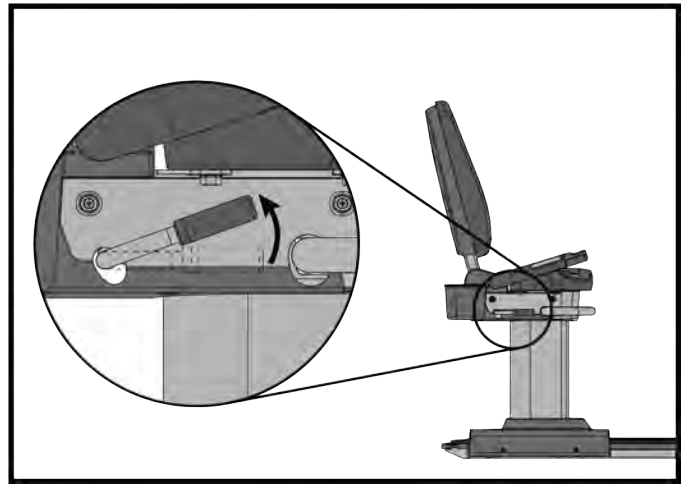
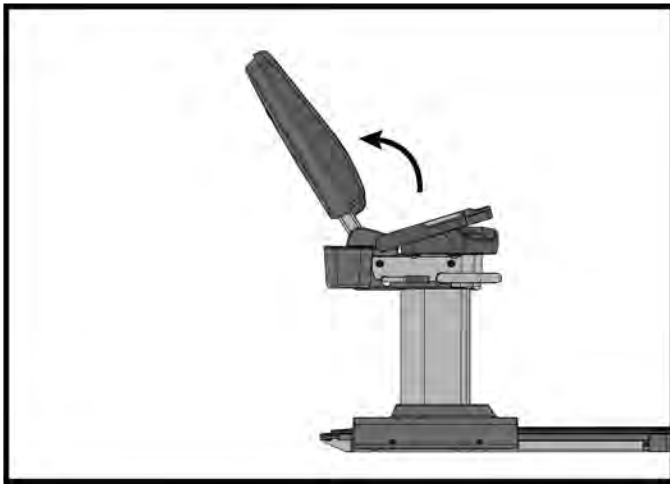


14. اجلس على المقعد , ثم ارفع رافع انحناء المقعد وامسكه.

الكمية	الوصف	المتصر
1	ذراع اعادة الميل	1
1	قضيب ضبط المقعد	2



15. ادفع للخلف ببطء على المقعد عودة للموضع المطلوب.




16. اترك المقبض لإتمام التعشيق.

17. اضغط على السهم الخلفي للعودة الى شاشة تعديل ومعلومات المقعد

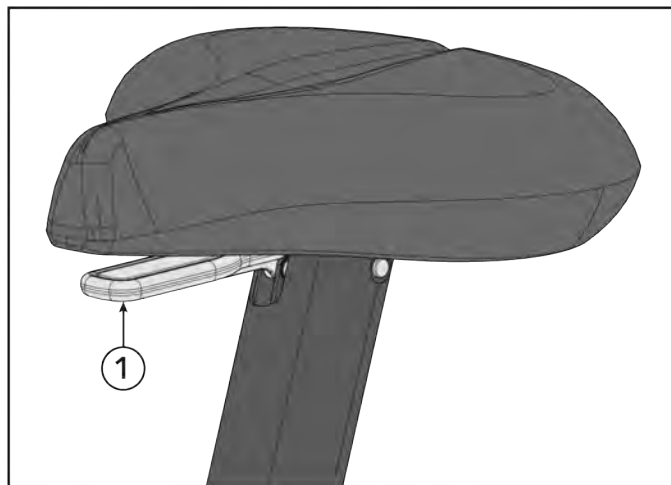
18. اضغط ايقونة X للخروج من شاشة الخط الامل

19. اضغط ايقونة X للخروج الى شاشة اعدادات مجبة الانشاء.

## Symbio Upright SwitchCycle , Symbio Upright LifeCycle

1. اجلس فوق المقعد وضع باطن القدمين على الدواسات.
2. **ملاحظة:** يتيح الوضع المثالي الحركة خلال الجزء السفلي من الشوط دون قفل الركبتين أو التحرك في الكرسي أو مد الفخذين بالقوة. ينبغي ثني الركبتين قليلاً عند أقصى تمديد للساق. إذا لزم ضبط المقعد على مستوى أقل، فارفع مقبض الضبط المضغوط بناهض الموجود أسفل مقدمة المقعد. **تحذير:** لا تحاول ضبط المقعد أثناء تبديل الدراجة أو الجلوس على المقعد. فالقيام بذلك قد يتسبب في التعرض للإصابة أو عدم الراحة أثناء التمرين. 

الكمية	الوصف	العنصر
1	مقبض ضبط المقعد	1



3. أمسك القضيب ومقدمة المقعد بيد واحدة واستخدم اليد الأخرى للإمساك بالجزء الخلفي من المقعد.
  4. مرر المقبض والمقعد إلى الأسفل إلى الموضع المناسب. اترك المقبض لإتمام التعشيق.
- ملاحظة:** وحدة التحكم سوف تظهر المعلومات والتعديلات الخاصة ب إعادة الميل تعديل المقعد الخط الامثل. اعدادات تعديل ارتفاع المقعد و تعديل قضيب التراع سوف يخزن للمستخدمين المدخلين.

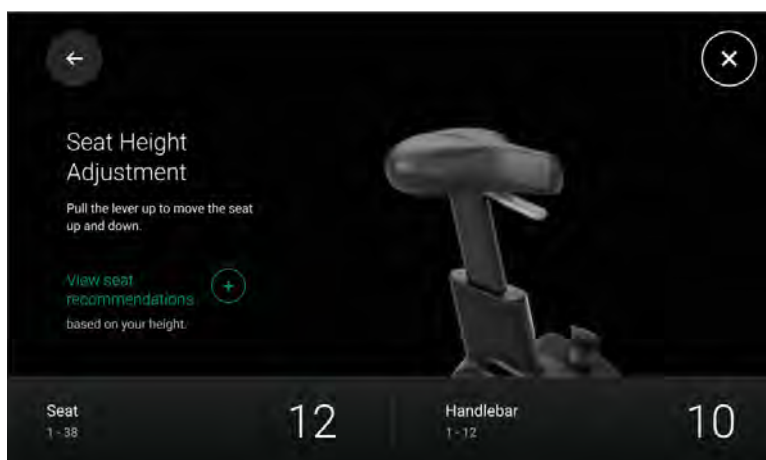
### القائم SwitchCycle



### القائم LifeCycle



5. حرك المقعد مسافة قصيرة إلى الأعلى والأسفل برفق للتأكد من تثبيته في مكانه.
6. اضغط الموضح + الرمز تعديل ارتفاع المقعد. شاشة معلومات تعديل المقعد سوف تظهر.



7. اضغط الموضع + الرمز مشاهدة توصيات المقعد.  
شاشة معلومات تعديل المقعد سوف تظهر

#### ارتفاع المستخدم , متري



#### ارتفاع المستخدم , فم



8. اضغط على السهم الخلفي للعودة الى شاشة تعديل المقعد

9. تحقق من مسافة المقعد وأعد الضبط حسب الضرورة.

10. إذا لزم ضبط المقعد على مستوى أعلى، فأمسك بالمقعد ومرره لأعلى إلى الموضع المناسب. عند ضبط المقعد على موضع أعلى، فلن يضطر المستخدم إلى رفع مقبض الضبط.

11. اضغط على السهم الخلفي للعودة الى شاشة تعديل ومعلومات المقعد

12. اضغط الموضع + الرمز تعديل المقعد.

شاشة معلومات قضييب النزاع سوف تظهر

#### القائم SwitchCycle



#### القائم LifeCycle



13. ارفع معدل مجسم المقود وامسكه.

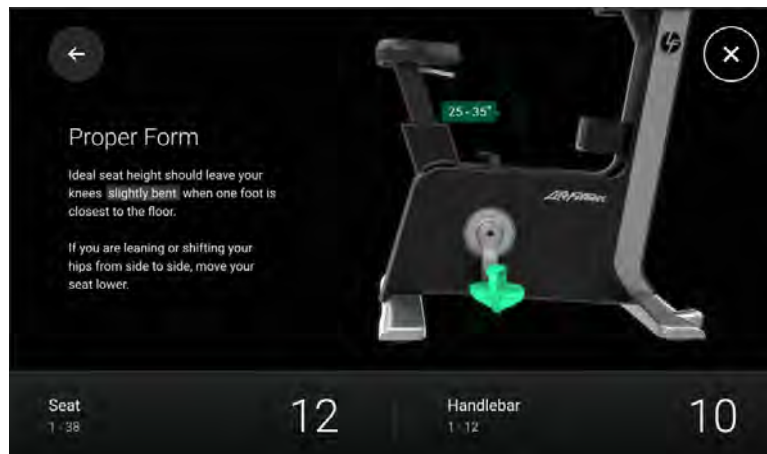
14. مرر مركب مجسم المقود إلى الموضع المناسب. اترك المقبض لإتمام التعشيق.

ملاحظة: وحدة التحكم ستظهر رقم موضع المقود.

15. اضغط على السهم الخلفي للعودة الى شاشة تعديل ومعلومات المقعد

16. اضغط الموضع + الرمز الخط الامثل.

شاشة معلومات الخط الامثل سوف تظهر.

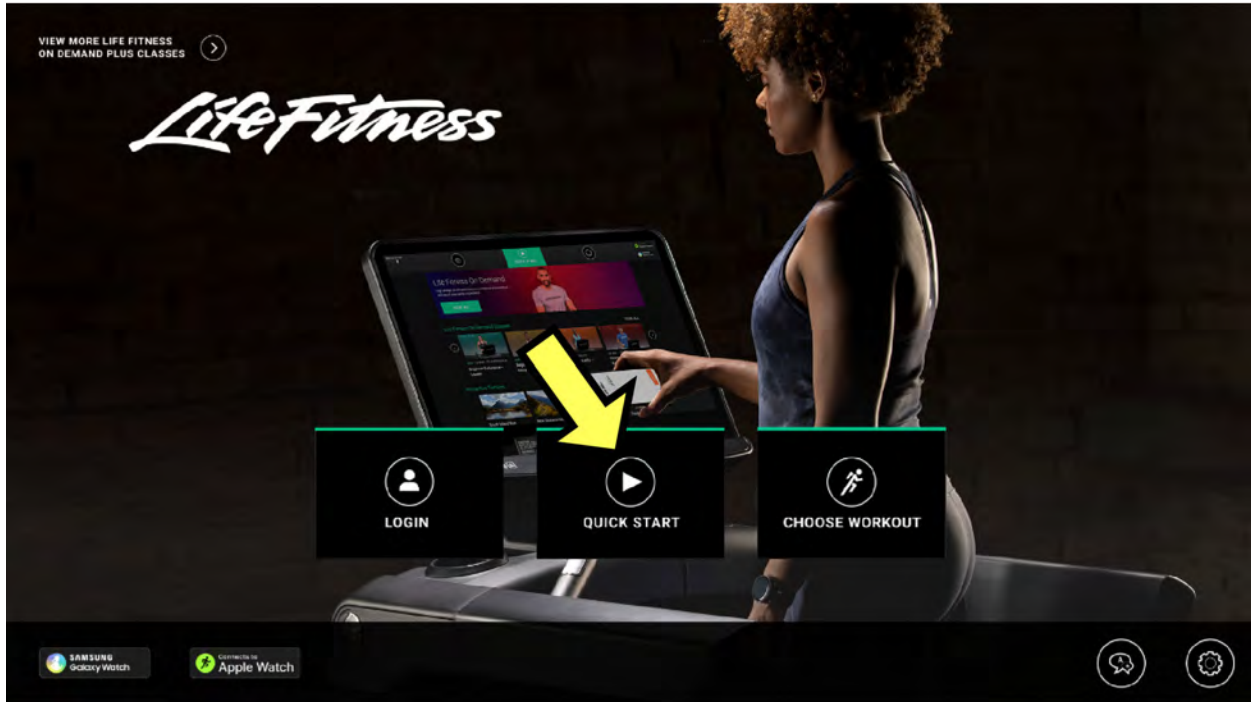


17. اضغط ايقونة X للخروج من شاشة الخط الاملل
18. اضغط ايقونة X للخروج الى شاشة اعدادات مجلة الاثناء.

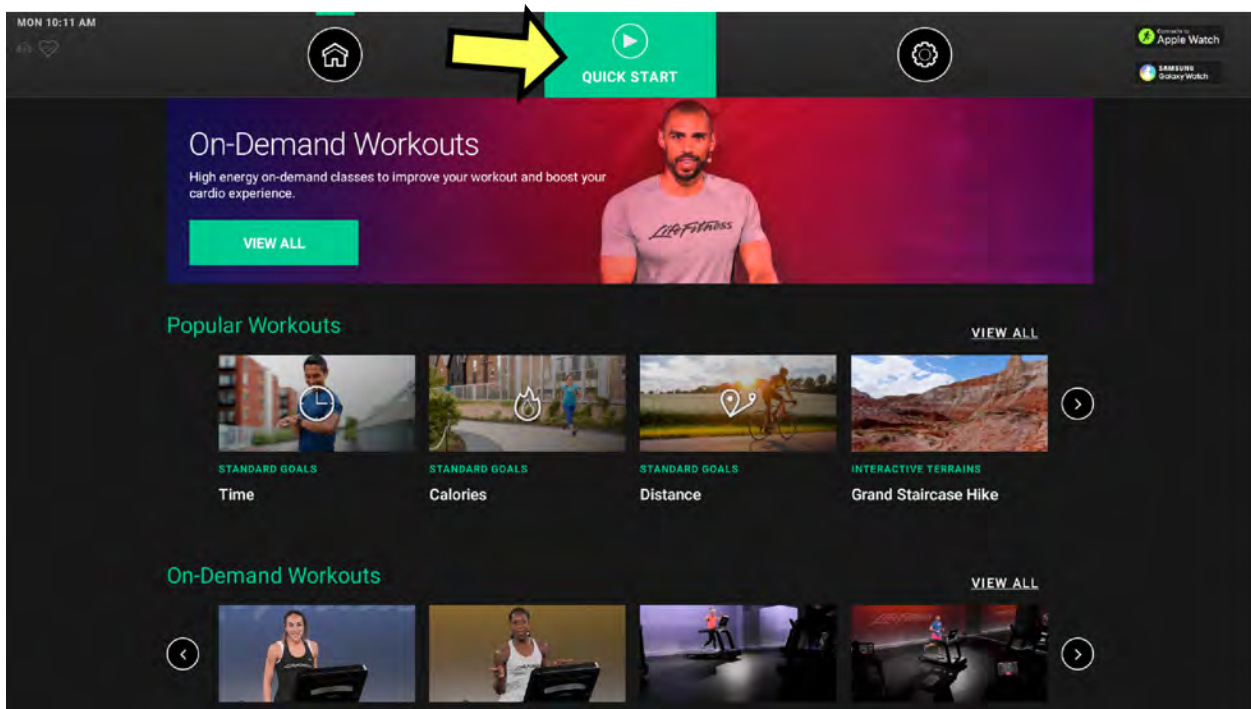
## بداية سريعة

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%

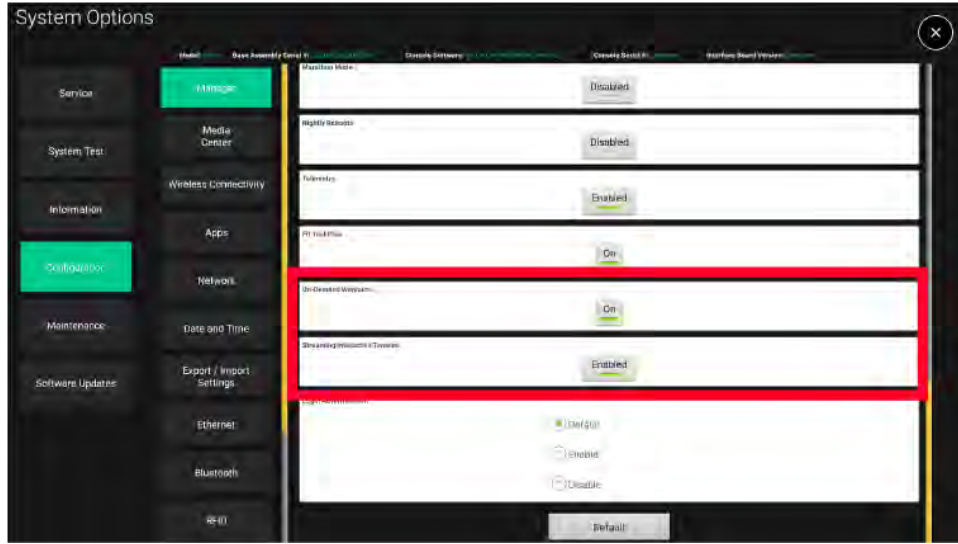
Life Fitness عند الطلب + برمجيات مكلمة وتشمل تمارين عند الضرورة بواسطة المدرب و تمارين التضاريس التفاعلية المتدفقة.

- **تمارين عند الطلب :** اختر من أكثر من 400 درس تحفيزية بواسطة المدرب تتراوح في الطول من 10 الى 40 دقيقة ، متاحة على اجهزة السير المتحرك LifeFitness. Cross-Trainers ,مجلات الرفع,مجلات الاستلقاء. المصنفات تختلف في الصعوبة وتقاد بافضل المدربين حول العالم لتحصل علي نتائج المرمية. متاح باللغات الانجليزية ,الاسبانية,الالمانية,الفرنسية,اليابانية,الروسية يتم بث الفئات عبر الإنترنت. لا يلزم تحديث البرنامج لعرض الفئات الجديدة.
- **تضاريس التفاعلية المتدفقة :** اختر من 100 او أكثر مشهد وقد عبر المشاهد المذهلة حول العالم. الارتفاع والمقاومة معدلة حسب الخبرة الغامرة التي تسمح للمتميزين بالتميز علي مستويات اعلي وعدم متابعة الوقت.

**ملاحظة:** اختيار صغير من تمارين المناطق التفاعلية متاح على وحدة التحكم والتي 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 علي احسن خبرة للمستخدم. **يُوصى بـ 2.5 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
<b>الخدمات باعلاه و تمارين ال +Life Fitness</b>	<b>20 ميجابت في الثانية</b>	<b>2.5 ميجابت في الثانية</b>

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

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

## تمارين عند الطلب

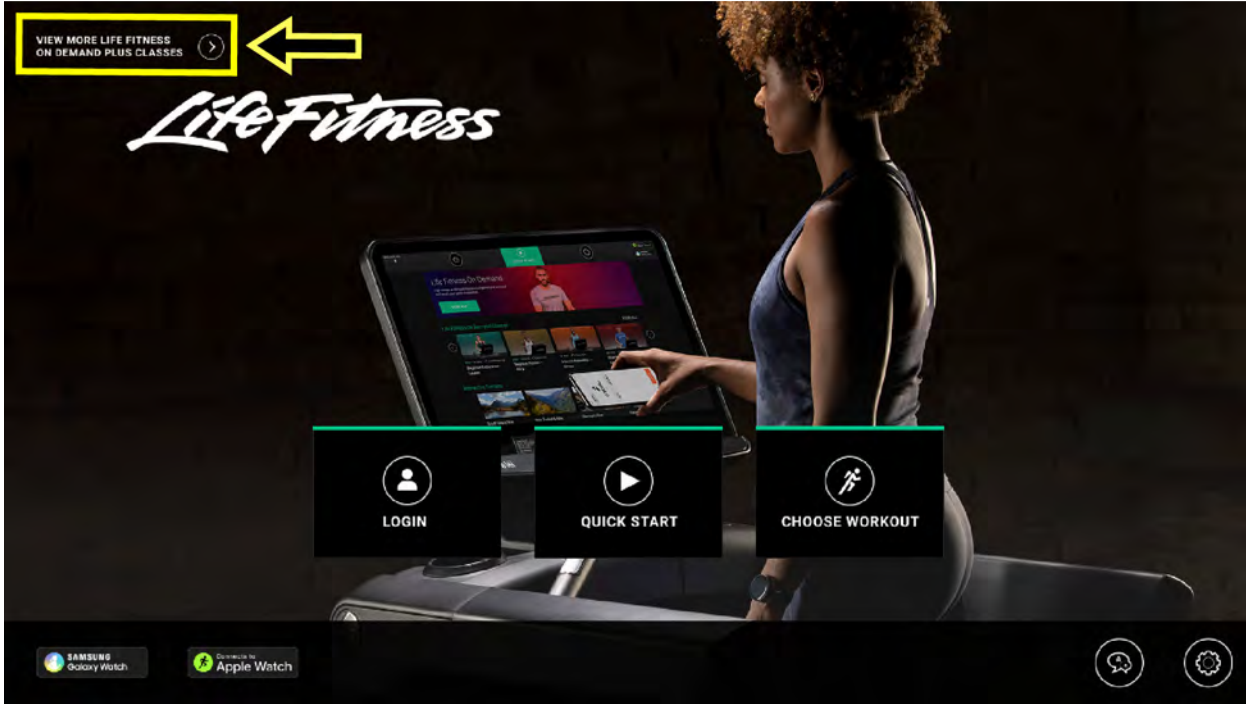
يجب تلبية الشروط التالية لتظهر مكتبة الفيديو:

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

## تحديد واستخدام فيديو

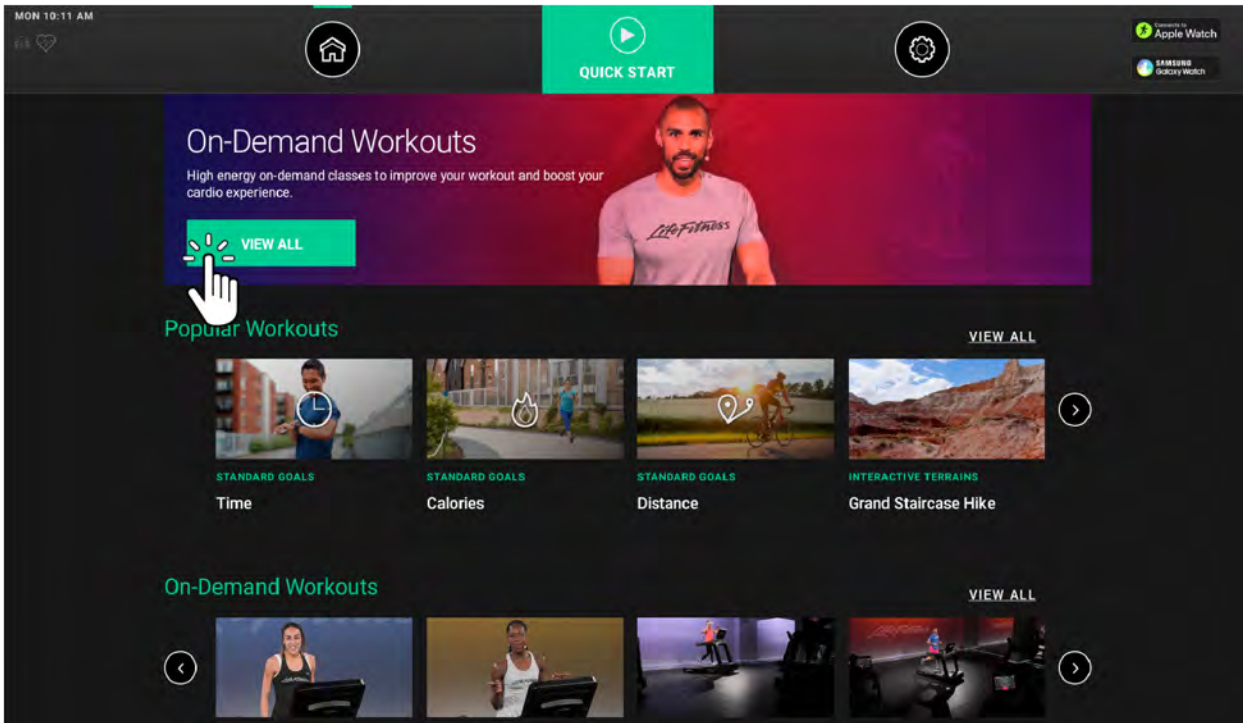
1. احصل على التارين عند الطلب من خلال هذه الاختيارات:

- الشاشة الام: اضغط طالع Life Fitness أكثر على درجات عند الطلب.



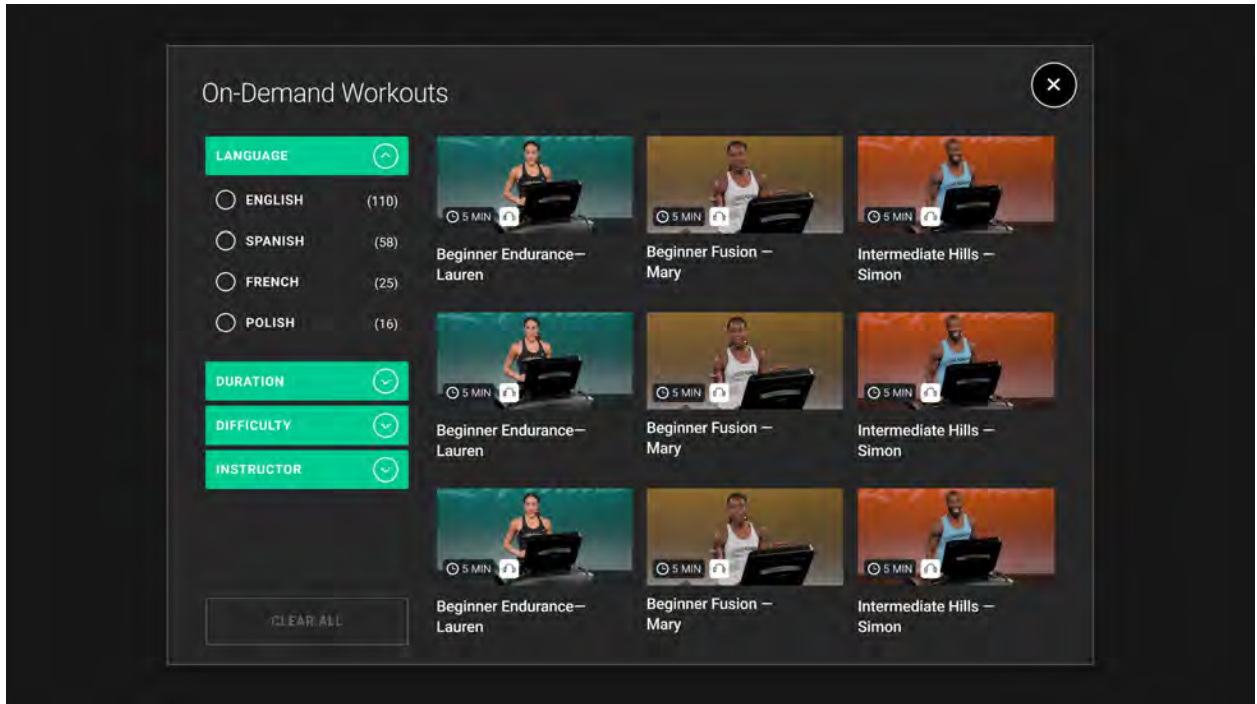
## اختر شاشة التمرين:

- مرر الى تمرين عند الطلب فئة واضغط طالع الكل لترى مكتبة التارين عند الضرورة كاملة.
- مرر الى تمارين شائعة واختر فيديو.

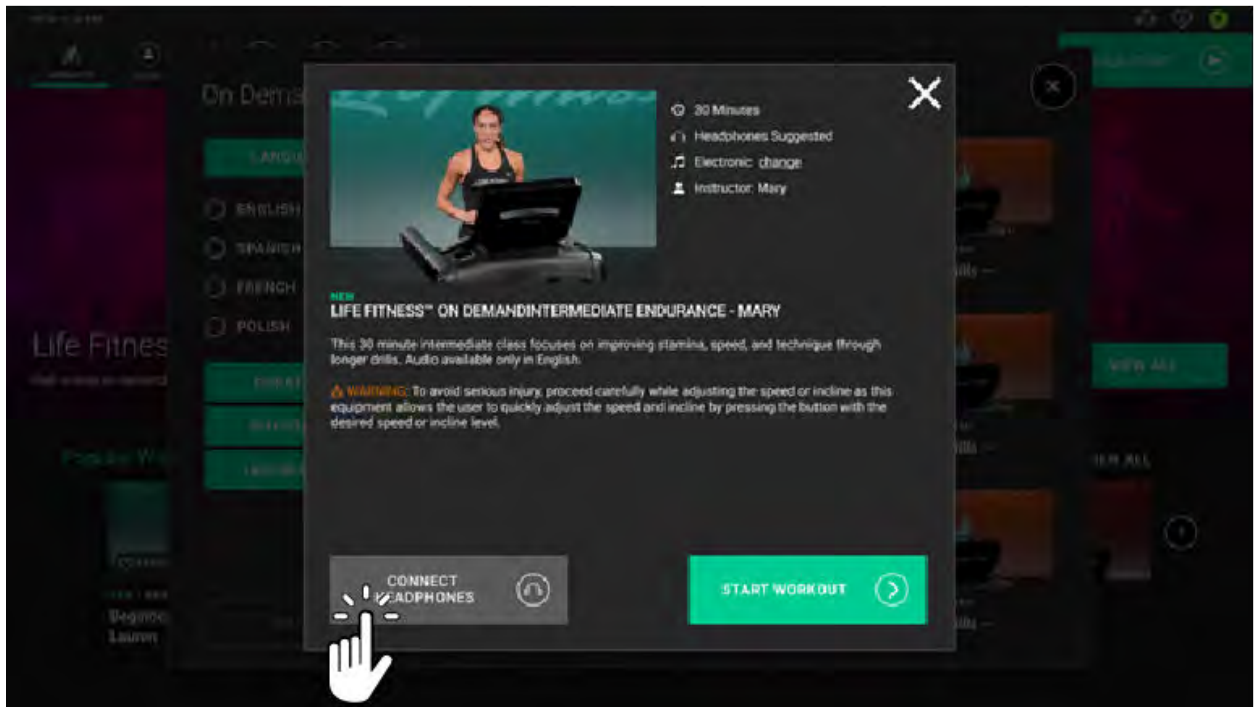


2. مكتبة تمارين عند الطلب تسمح للمستخدمين لاختيار التمارين علي حسب القوائم التالية:

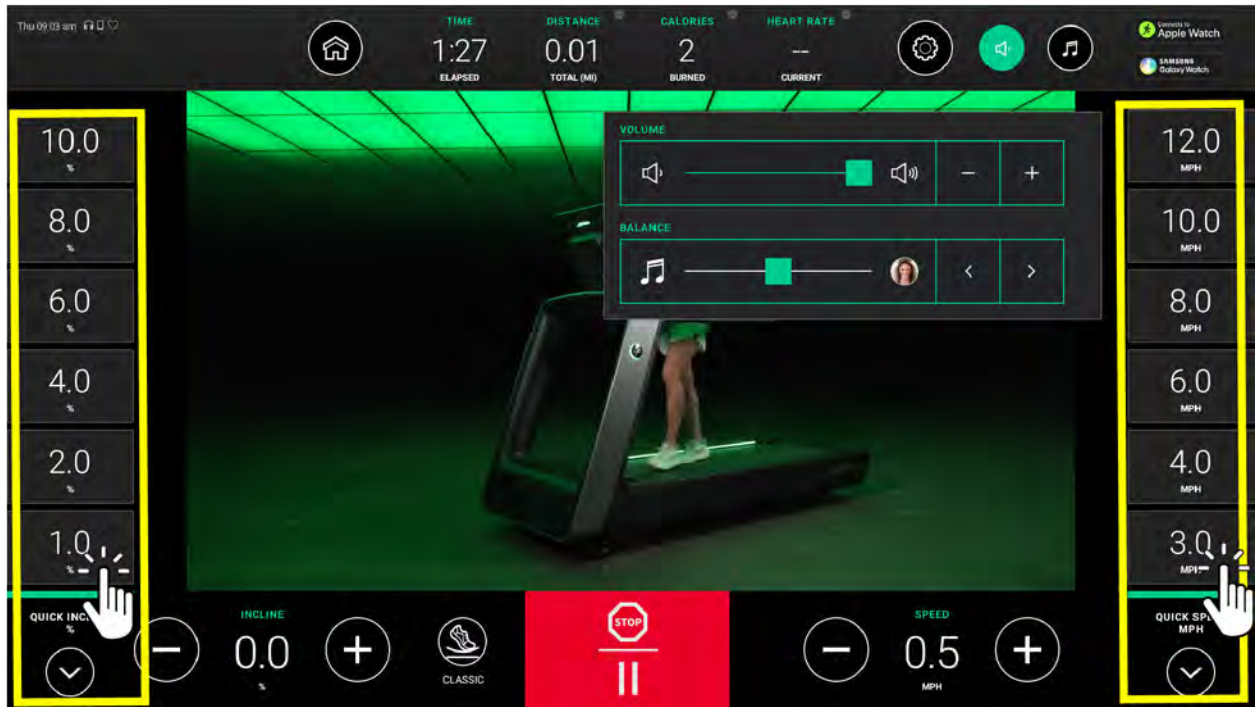
- اللغة
- المدة
- الصعوبة
- المدرب



3. اضغط علي عنوان تمارين 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.



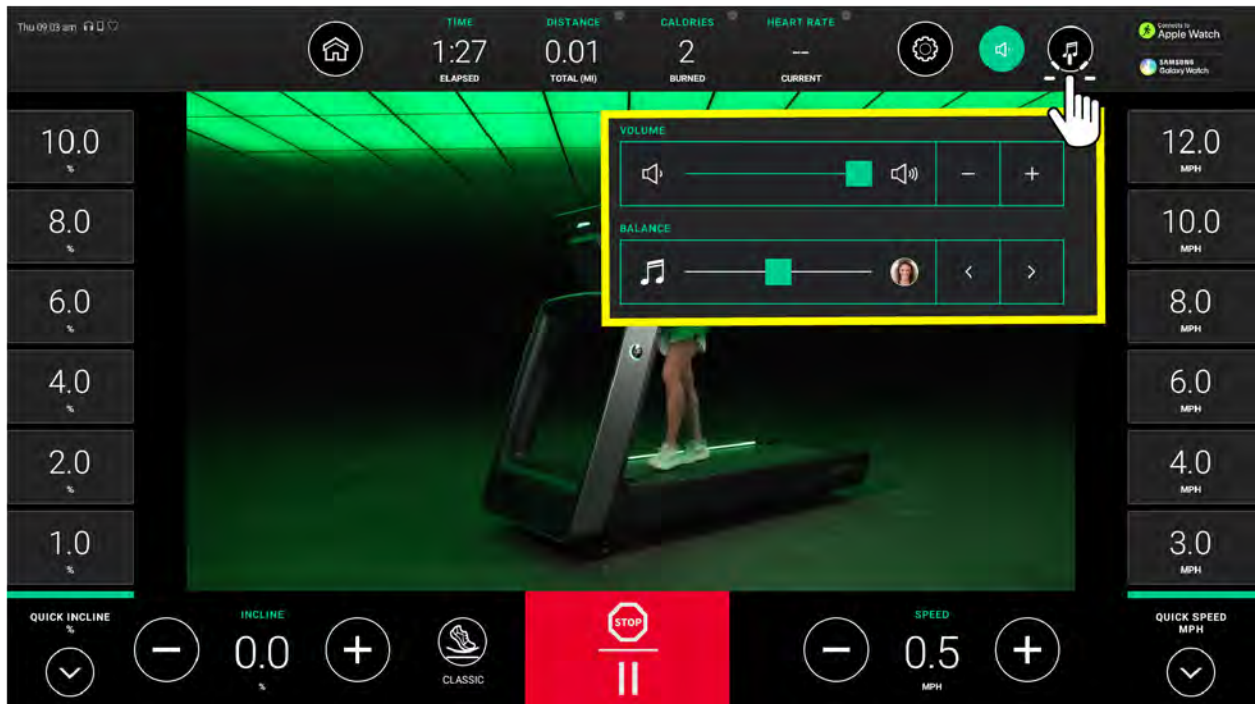
4. استخدم أزرار اللمس السريع لضبط إعدادات التمرين مثل السرعة والميل والمقاومة.  
ملاحظة: تختلف أزرار اللمس السريع تبعاً للتمرين. الصورة الموضحة هي تمرين على جهاز الجري.



5. ل Symbio Runner, إعدادات السرعة يمكن أيضا تعديلها باستخدام لوحة التحكم.  
كودس إعدادات سرعة عند الضرورة في لوحة التحكم

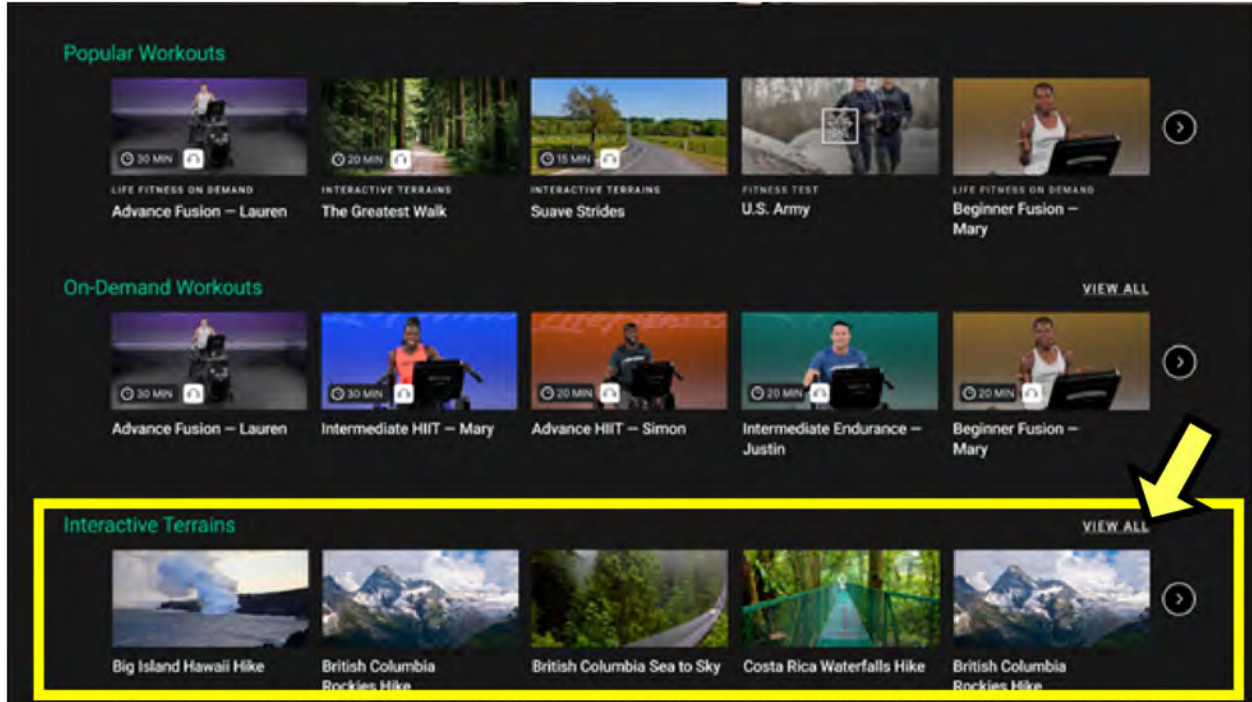


5. اضغط نوتة موسيقية لتصل الى اختيارات حجم الصوت للاغنية والتوازن بين الموسيقى/الموجه.

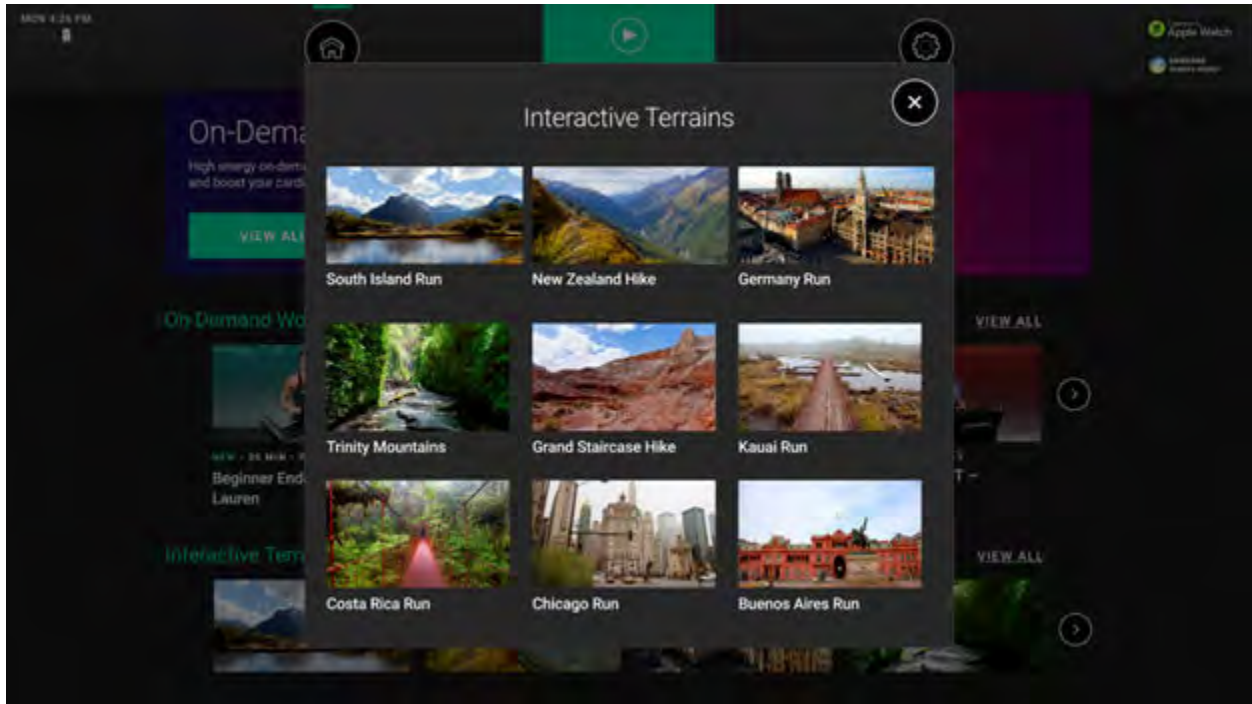


## أراضي تفاعلية

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 إلى مكتبة المناطق التفاعلية للتمرين واختر المسار المطلوب.



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

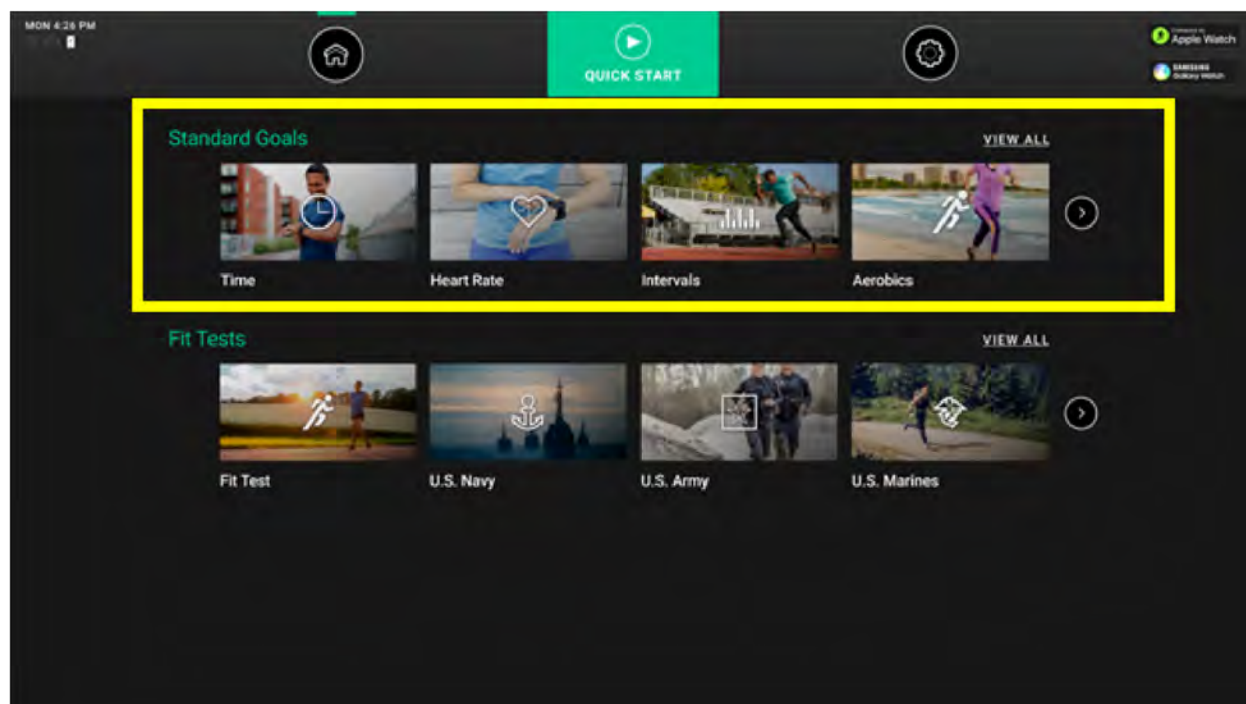
اختيار صغير من تمارين المناطق المتفاعلة متاح علي وحدة التحكم والذي لا يتطلب الاتصال بالانترنت. اعداد المناطق التفاعلية المتدفقة يجب ان يكون **مفعلا** حسب اعدادات المدير للحصول علي **كامل** مكتبة تمارين متدفقة.

## أهداف قياسية

اختر الهدف المنشود.

ملاحظة: هدف التمارين المتاحة يختلف بنوع القاعدة.

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

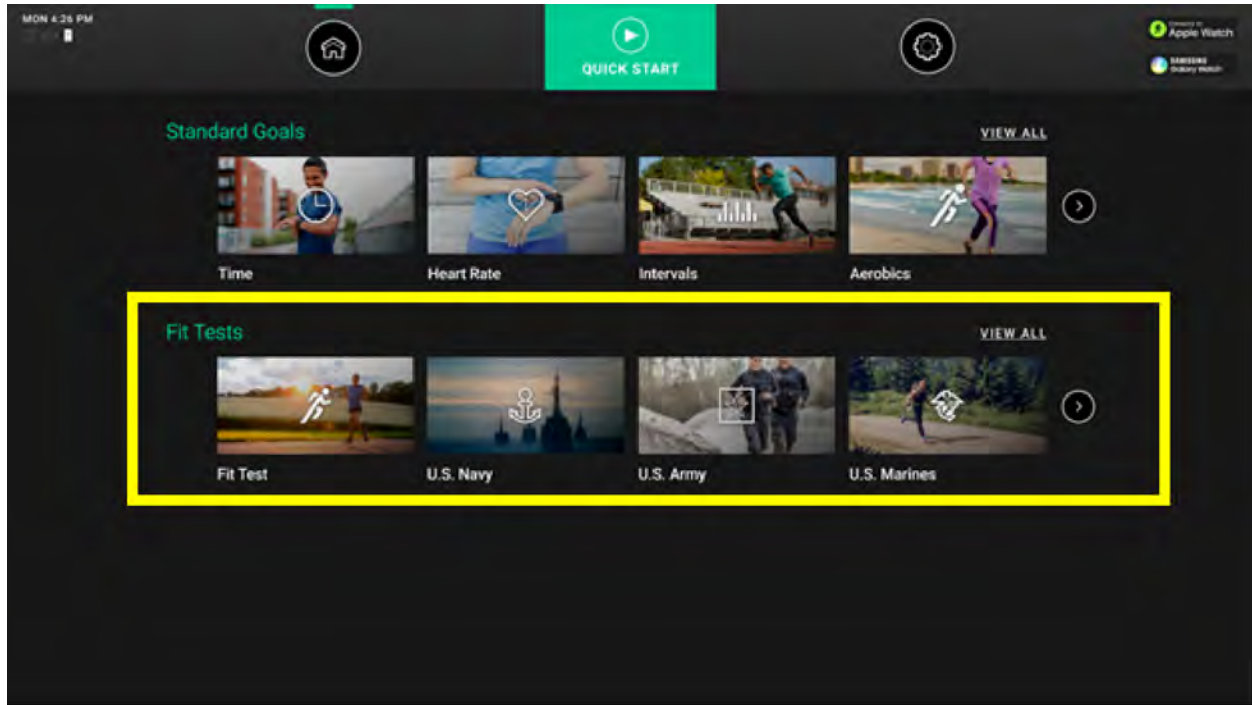


## اختبارات اللياقة

اختبار التاهيل المطلوب

ملاحظة: تختلف التارن المتوفرة لاختبار اللياقة تبعًا لنوع القاعدة.

ملاحظة: المرجع قائمة التارن ومواصفات التمرن وتثبيت التمرن - 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 الجازي تدريجياً بالدم المؤكسد ومدى كفاءة حصول هذه العضلات على الأكسجين من الدم.
- عادةً ما ينظر الأطباء والفسيولوجيون بشكل عام إلى هذا الاختبار على أنه إجراء جيد للمقدرة 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	
mph (5.6 - 7.2 kph) 4.5 - 3.5	mph (4.8 - 6.4 kph) 4 - 3	mph (3.2 - 4.8 kph) 3 - 2	مهام مشي
رجال L 7-15 سيدات L 3-10	رجال L 3-10 سيدات L 2-5	رجال L 2-4 سيدات L 1-2	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 تدريب من Lifecycle

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  $VO_2$  المقدرة الذي يتم تحقيقتها ستكون أقل بنسبة 10 إلى 15% باستخدام درجات التدريب الثابتة عن الدرجات التي يتم تحقيقتها باستخدام أجهزة الأوعية الدموية الأخرى من Life Fitness. فركوب الدراجات الثابتة تتسم بمعدل أعلى من جهد العضلات المعزولة بالنسبة للعضلات رابعة الرؤوس عند المقارنة بالسير/الجرى على جهاز الجري أو استخدام دراجة. المعدل الأعلى من الجهد يطابق مستويات أقل من درجات الحد الأقصى  $VO_2$  المقدرة.

### تصنيف اللياقة السببية للرجال

التصنيف	النخبة	ممتاز	جيد جدًا	فوق المتوسط	متوسط	أقل من المتوسط	منخفض	منخفض جدًا
$VO_2$ المقدرة (مل/كجم / دقيقة) لكل شريحة سن.								
29 - 20 سنة	+55	54 - 53	52 - 50	49 - 45	44 - 40	39 - 38	37 - 35	35 >
39 - 30 سنة	+52	51 - 50	49 - 48	47 - 43	42 - 38	37 - 36	35 - 34	34 >
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 >

التصنيف	النخبة	ممتاز	جيد جدًا	فوق المتوسط	متوسط	أقل من المتوسط	منخفض	منخفض جدًا
VO <sub>2</sub> المقدريحد اقصى ( 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 VO<sub>2</sub> 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 VO<sub>2</sub> باستخدام كما أنه وسيلة لتقييم مستوى اللياقة الأولي وتتبع 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 موفوقين: **Gym Wipes** و **PureGreen 24**. 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 الميكروبات العنقودية الهيمية المقاومة للميثيسيلين (**MRSA**) وأفلونزا 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 مسبقًا 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 بريدًا إلكترونيًا على: [customersupport@lifefitness.com](mailto:customersupport@lifefitness.com)).

يمكن كذلك استخدام صابون معتدل وماء أو منظف منزلي معتدل غير أكال لتطهير 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

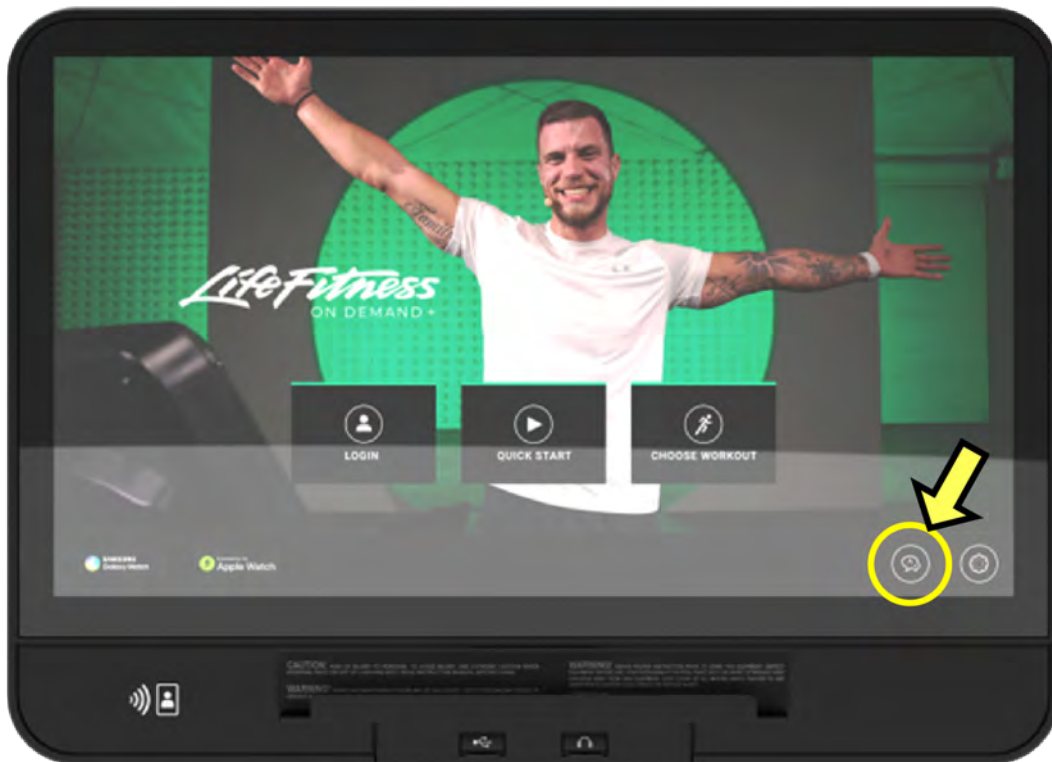
#### التعرف على القاعدة

انظر <https://lfn.fit/KnowledgeBase> لمزيد من المعلومات.

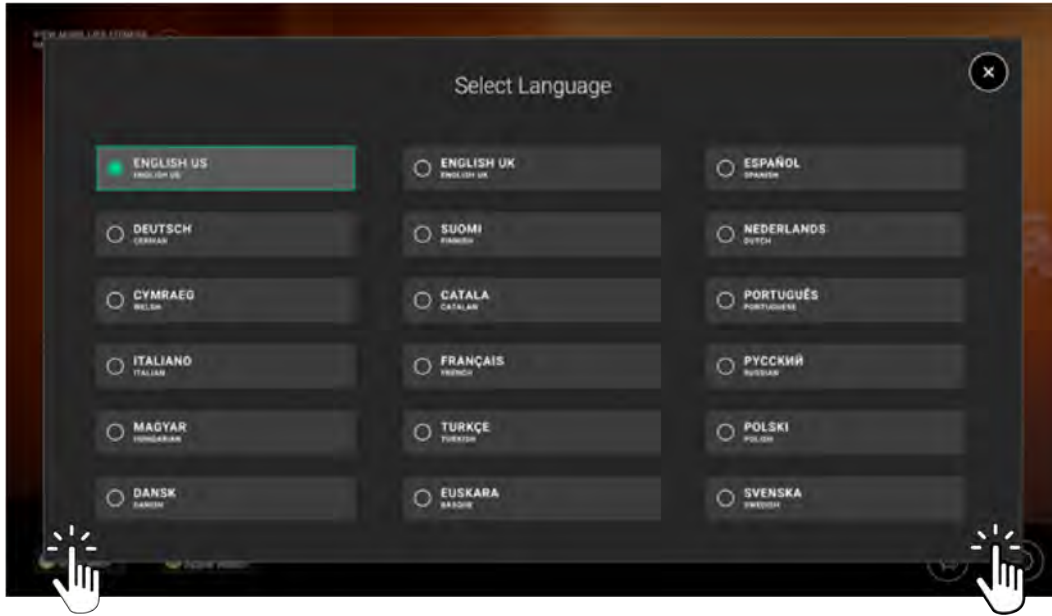
#### استكشاف الأعطال وإصلاحها

القاعدة مزودة باضائة التي يمكن تشغيلها أو إيقافها , لديها 3 مستويات لمعان , و 16 لون

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

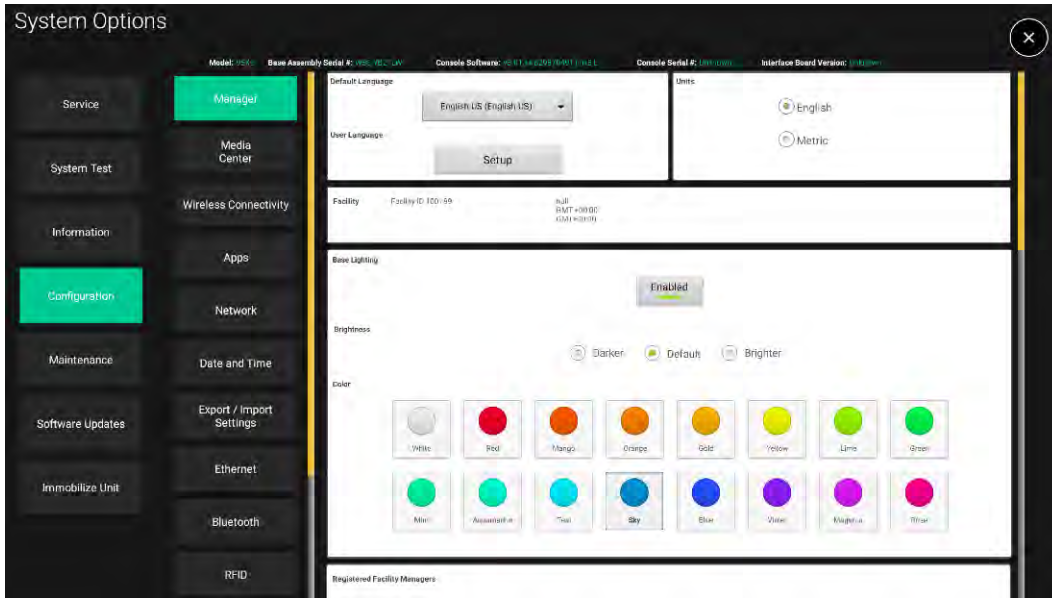


2. انقر فوق الجزء السفلي من شاشة تحديد اللغة بالترتيب التالي: أسفل-يسار، أسفل-يمين.



ملاحظة: كنت متأكدًا من أنك تفرع المربع الأسود !INSIDE

3. تصفح قائمة خيارات النظام للترتيب < المدير.



4. انتقل للأسفل ل الاضاءة الذكية.

5. انقر زر **مفعل** للتأكد من ان الاضواء مشغلة.

6. اضبط مجال **اللمعان** لاختيار الرؤية.

7. اضبط **اللون** لاختيار خيارات لون الضوء.

الطبل	السبب المحتمل	الإجراء التصحيحي
يتم اكتشاف قراءة معدل ضربات القلب في البداية وتعمل بشكل طبيعي إلا أنها تُقعد بعد ذلك.	استخدام أجهزة إلكترونية شخصية، مثل الهواتف الخلوية 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 الخلوية، 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 بترطيب 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 Life Fitness 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. إجهالي 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	المجاز غير متصل بالإنترنت.	تحقق من اتصال الشبكة في تهيئة المدير. استخدم اختبار سرعة الشبكة في وحدة التحكم للتأكد من تمتع منشائك 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 بتهيئة 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.
	تعمل 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 انتظار الجهاز 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.	وضعية عدم التشغيل

### اكتشاف الأخطاء - الساعات اللاسلكية

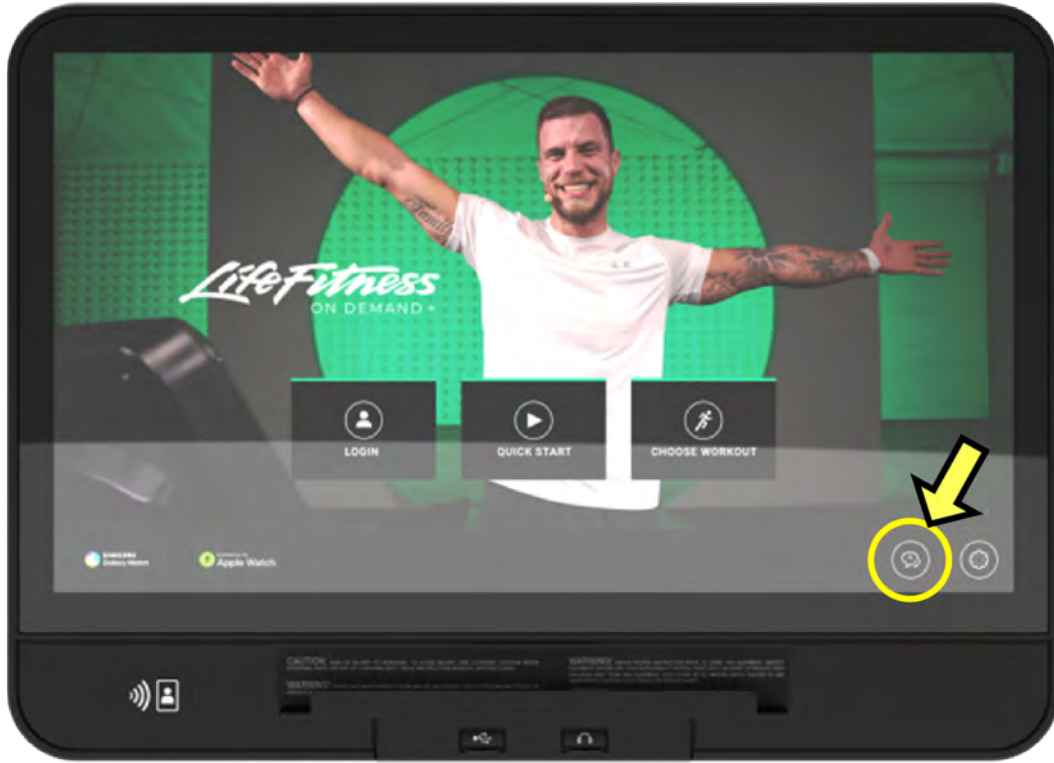
قبل توصيل الساعات بوحدة التحكم:

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.

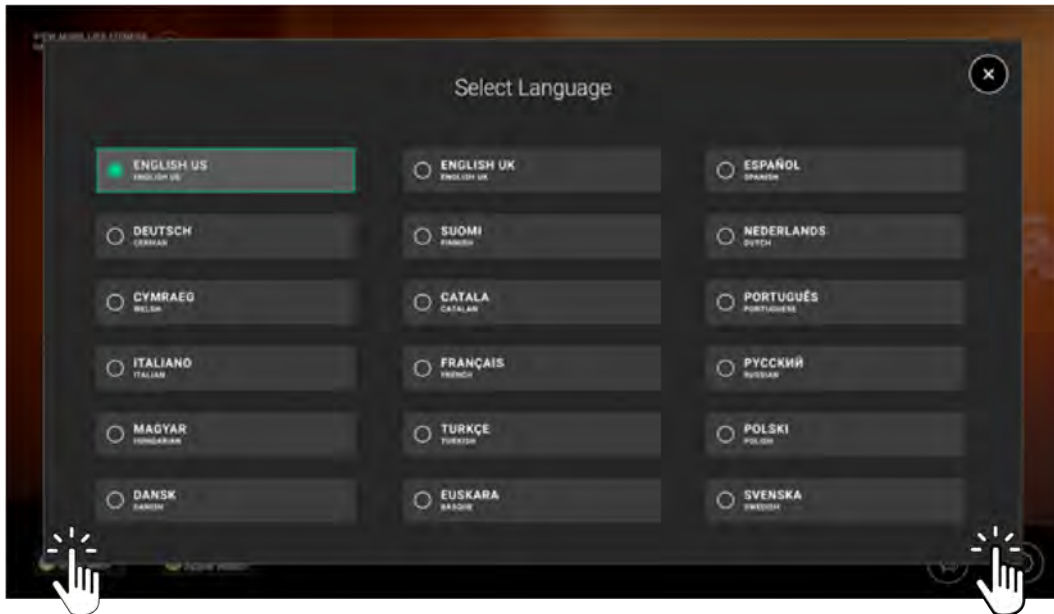
## 7. تكوين المدير

الوصول إلى خيارات الأنظمة

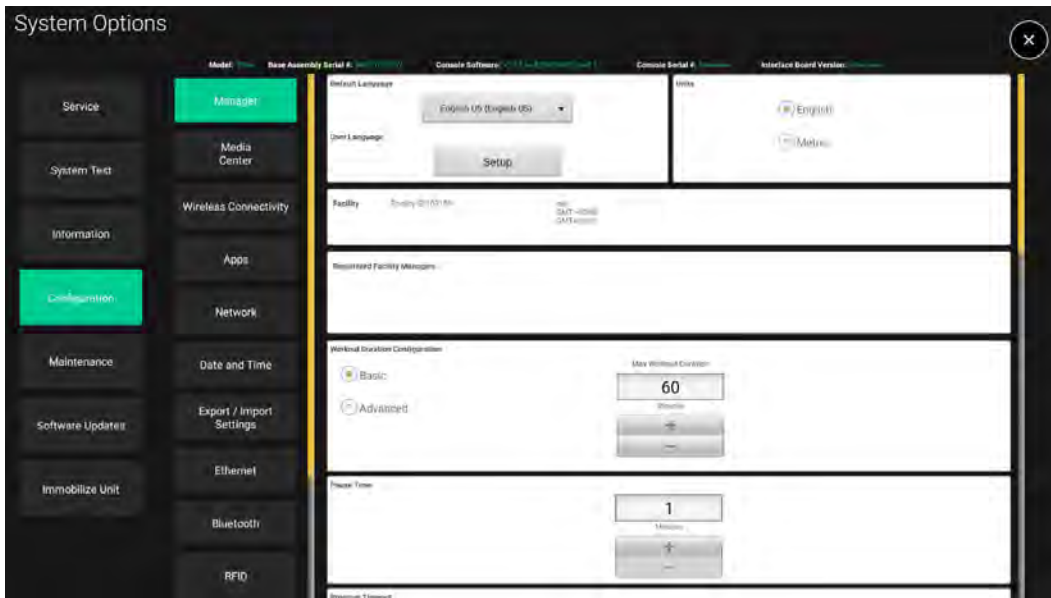
1. حدد أيقونة اللغة من شاشة الجذب للوصول إلى شاشة تحديد اللغة.



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



ملاحظة: كنت متأكدًا من انك تفرع المربع الأسود !INSIDE



الإعداد	افتراضي	الوصف
اللغة الافتراضية	الإنجليزية الأمريكية.	يحدد هذا الخيار لغة افتراضية جديدة. تتضمن الخيارات: الإنجليزية الأمريكية ، الإنجليزية البريطانية ، الإسبانية ، الألمانية ، اليابانية ، الألماني ، الصينية المبسطة ، الصينية التقليدية ، البرتغالية ، الإيطالية ، الفرنسية ، الروسية ، الكورية ، التركية ، البولندية ، الفنلندية ، المجرية ، العربية ، الكاتالونية ، الباسكية ، البوليزية ، العبرية ، 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. الافتراض هو قائمة كاملة باللغات. تتضمن الخيارات: الإنجليزية الأمريكية ، الإنجليزية البريطانية ، الإسبانية ، الألمانية ، اليابانية ، الألماني ، الصينية المبسطة ، الصينية التقليدية ، البرتغالية ، الإيطالية ، الفرنسية ، الروسية ، الكورية ، التركية ، البولندية ، الفنلندية ، المجرية ، العربية ، الكاتالونية ، الباسكية ، البوليزية ، العبرية ، 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 المنشأة مولاة تلقائيا مستخدم ل Halo
إضاءة ذكية	تتضمن السطوع : تلقائية اللون : ساوي	الإضاءة الذكية يمكن تشغيلها أو إيقافها بواسطة <b>ممكن</b> زر ثلاثة اعدادات للسطوع: اغلق , عادي , اسطع 16 اختيار للون 
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 على حدود المدة القصوى تتراوح من 20 - 240 دقيقة. التثبيت المتقدم يسمح بضبط مدة من 2 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
حملة البرنامج	30 ثانية	مقدار الوقت، يتراوح من 20 - 255 ثانية، الذي يمكن للمستخدم تجاوزه دون لمس شاشة المس LCD أثناء اعداد التمرين قبل عودة الوحدة إلى الشاشة الرئيسية. سيتم خروج المستخدم ، ستفقد اي تغييرات باللغة واي اجهزة 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 بإيقاف التلقائي لتشغيل إضاءة شاشة المس LCD الخلفية. اضبط وقت اليوم لتشغيل الإضاءة الاحتياطية ووقت مختلف لاطفاء الإضاءة الاحتياطية.
أصوات الجهاز	وضعية التشغيل	يتحكم هذا الخيار في صدور صافرة سباعة الجهاز عند الضغط على المفاتيح من عدمه.
وصف الشاحن اللاسلكي	وضعية التشغيل	يتم هذا عندما يمكن استخدام الشاحن اللاسلكي لشحن الاجهزة المتوافقة. تشمل الاختيارات: تشغيل / إغلاق / تمرين فقط
وضع الماراثون	معطلة	هذا الخيار يطبق فقط لوقت تمرين مستهدف. إذا تم تفعيله فإنه يسمح للمستخدم في هذا التمرين بالحصول على مدة لا محدودة. تمارين الوقت المستهدف سوف تلتزم بوقت التمرين الموصوف إذا ما تم أبطالها.
إعادة التمهيد ليلاً	وضعية عدم التشغيل	عند التشغيل ، ستكتشف وحدة التحكم أقل وقت نشط في اليوم للوحدة وستقوم بإعادة تمهيد تلقائياً كل 24 ساعة في هذا الوقت. يوصي هذا للتشغيل المثالي للاجهزة المتدفقة، مثل التمارين عند الطلب، التضاريس التفاعلية المتدفقة او يتعكس

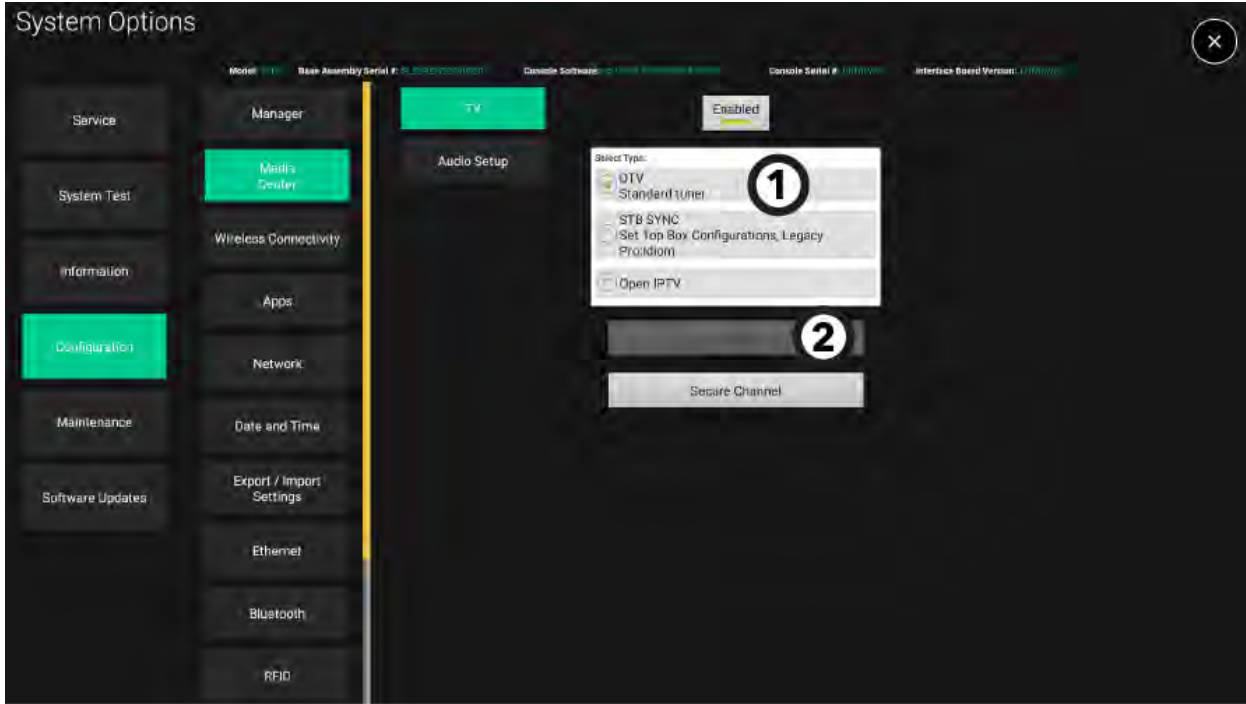
الإعداد	اقتراضي	الوصف
تأمر عند الطلب	وضعية عدم التشغيل	يقوم هذا الخيار بتنشيط الوصول التام إلى مكتبة متزايدة من فئات Life Fitness التي يقودها الموجه. <b>ملاحظة:</b> لن تظهر المكتبة إلا إذا كانت الوحدة متصلة بالإنترنت. يُوصى بـ 2.5 ميغابايت في الثانية من النطاق لكل وحدة للحصول على وظائف مثالية.
تضاريس تفاعلية متدفقة	وضعية عدم التشغيل	هذا الخيار ينشط الدخول التام لمكتبة تمارين المناطق التفاعلية المتدفقة <b>ملاحظة:</b> لن تظهر المكتبة إلا إذا كانت الوحدة متصلة بالإنترنت. يُوصى بـ 2.5 ميغابايت في الثانية من النطاق لكل وحدة للحصول على وظائف مثالية.
إعلان الدخول	تمكين	اضبطه لو اعادت وحدة التحكم خيارات الدخول من شاشة الجذب الرئيسية.
القياس عن بعد	تمكين	الانتقال إلى خاصية التحكم عن بعد تجعل من الممكن استخدام الـ Polar@/ANT -- والمتوافق مع منطقتة قياس معدل ضربات القلب مع Polar/ANT + شريط صديري عن بعد لتابعة معدل ضربات القلب.
تتمديد زيادة السرعة باستخدام المفاتيح لأعلى	تمكين	عندما تمكّن وعندما يتم الضغط على زر زيادة السرعة والاستمرار بذلك ، سيتمكن المستخدم من زيادة السرعة بمقدار زيادات 3 ميل في الساعة قبل الاحتياج إلى الضغط والاستمرار مرة أخرى. عند تعطيله، لن يكون المستخدم قادرًا على الضغط والاستمرار لزيادة السرعة.
اختبار اللياقة الإضافي	وضعية التشغيل	يغلق كل اختبارات اللياقة ما عدا اختبارات Life Fitness عندما يتم وضعه على "غلق".

## Symbio™ Runner قسط

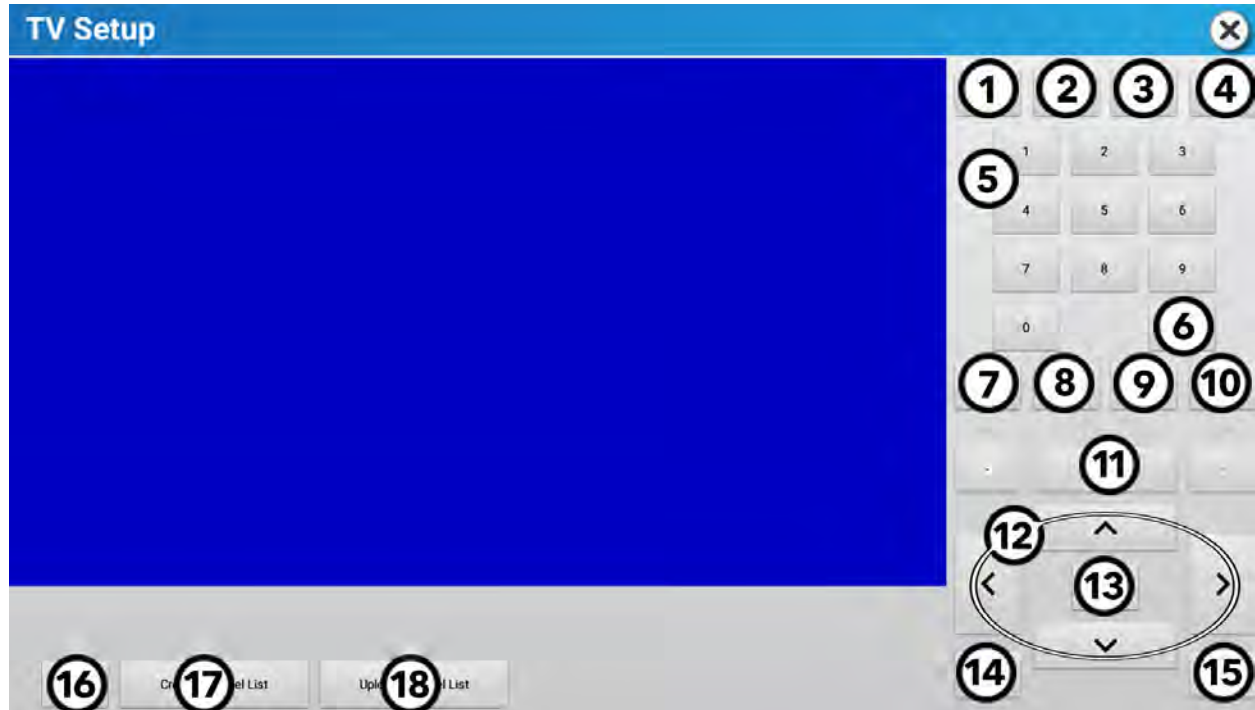
الإعداد	اقتراضي	الوصف
الحد الأقصى للسرعة	16.0 ميل في الساعة (25 كيلو في الساعة)	اضبط السرعة القصوى لخزام جهاز المشي ليعمل. يتراوح من 0.5 - 16 ميل في الساعة ( 0.5 - 25 كيلو في الساعة).
الحد الأدنى للسرعة	0.5 ميل في الساعة (0.8 كم في الساعة )	اضبط السرعة الأدنى لخزام جهاز المشي ليعمل. يتراوح من 0.5 - 16 ميل في الساعة ( 0.5 - 25 كيلو في الساعة).
الحد الأقصى للميل %	15.0	اضبط الميل الأقصى المسموح به على سطح جهاز المشي. يتراوح من 0-15.0%
مفاتيح سرعة لوحة التحكم (مطبق لنماذج خاصة)	تمكين	يتيح هذا الخيار للمستخدم تخصيص سرعة السير على قيم السير / الجري / العدم.
مستشعر الهرولة (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 (الإبطاء) إلى 5 (الأسرع).
معدل التباطؤ	3	المعدل الذي يتباطأ به جهاز الجري إلى السرعة المحددة. يتراوح من 1 (الإبطاء) إلى 5 (الأسرع).

1. حدد نوع الموالف.

- DTV PRO:IDIOM™ (Coax or IPTV), DVB و ISDB هو الاختيار الافتراضي لهيئات.
- STB SYNC هو الاختيار الافتراضي لهيئات STB SYNC وأدوات موصل STB و Legacy Pro:Idiom.
- Open IPTV هو الاختيار الافتراضي لهيئات الوسائط عبر IP باستخدام RTP, UDP, وبروتوكولات مماثلة.



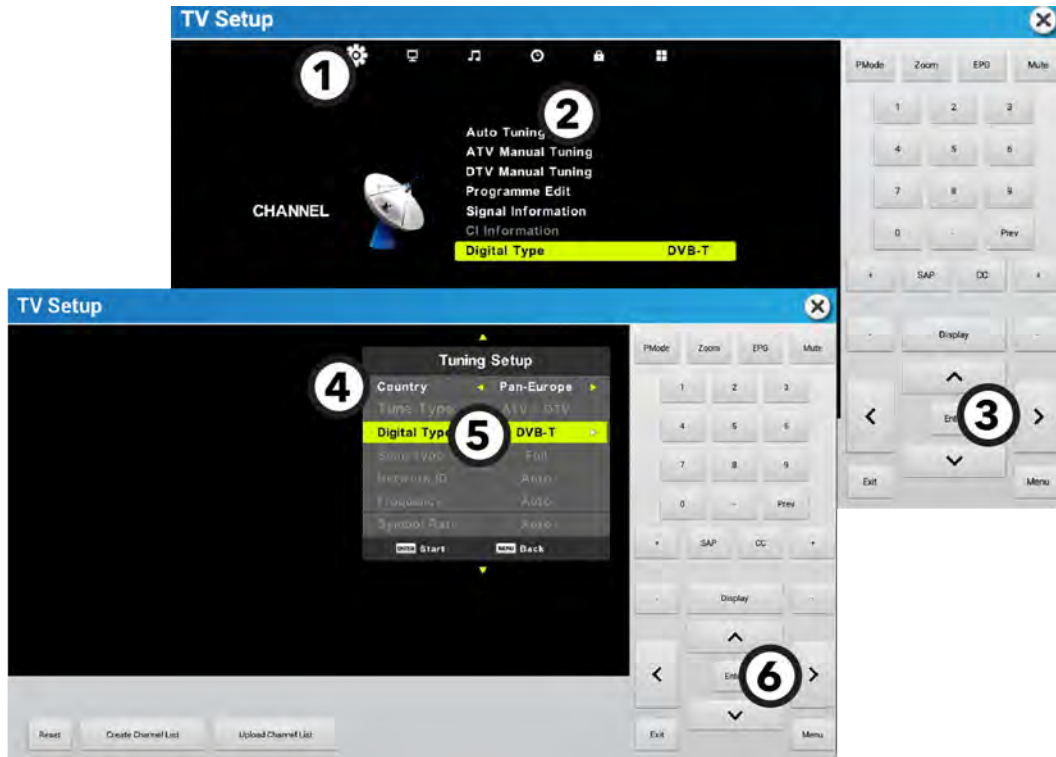
2. اضغط على إعداد التلفزيون لعرض الشاشة الخاصة باختيار نوع جهاز التوقيع.



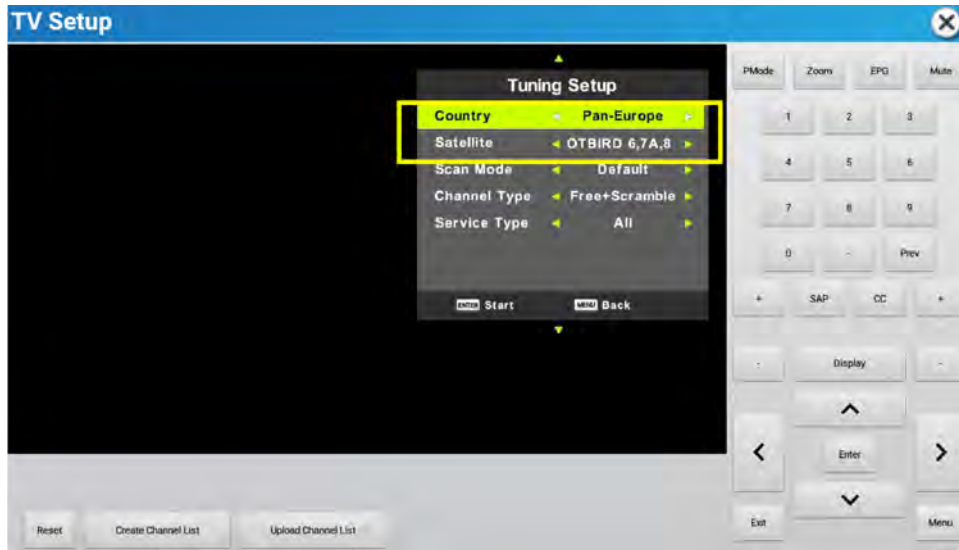
1	PMode	لتحديد وضع الصورة.	10	CH	اضغط على + و - لتغيير القنوات.
2	تكبير / تصغير	حجم الصورة.	11	الشاشة	تعرض معلومات القناة الحالية.
3	EPG (في حال التوفر)	تزد قائمة البرامج الحالية والقائمة للقنوات المحددة.	12	أعلى وأسفل / سهم يسار / سهم يمين	اضغط للانتقال إلى خيارات قائمة إعداد التلفزيون.
4	كم الصوت	لكم صوت التلفزيون.	13	إدخال	لتحديد الخيارات.
5	لوحة المفاتيح	تستخدم لإدخال القناة يدوياً. استخدم الواسعة (-) لإدخال الترميز الرئيسي-التانوي 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"> <li>إعدادات القناة</li> <li>إعدادات الصورة</li> <li>إعدادات الصوت</li> <li>إعدادات الوقت</li> <li>إعدادات النقل</li> <li>إعدادات الإعداد</li> </ul>
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 التانوي (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.



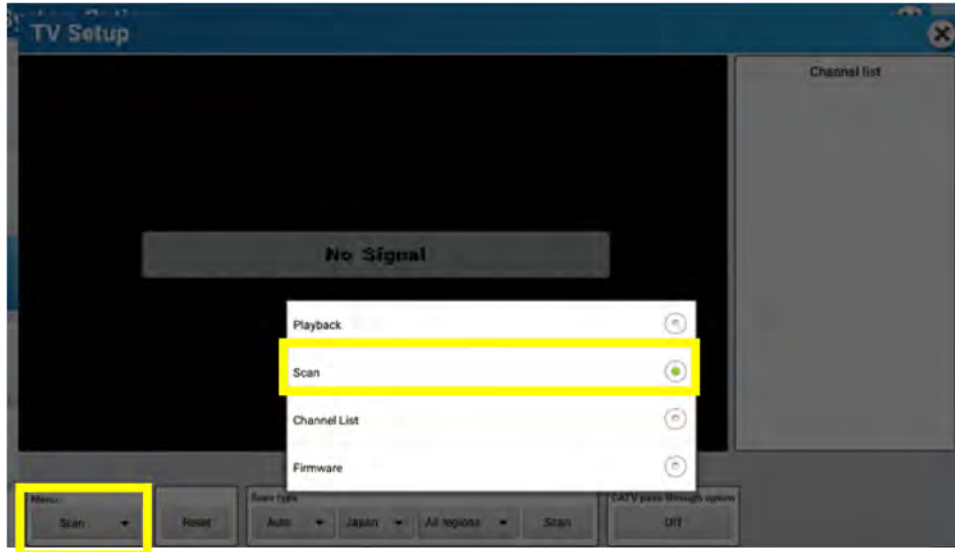
1. اضغط على ◀ أو ▶ للانتقال إلى القناة.
  2. اضغط على ▲ أو ▼ للانتقال إلى هوائي/كابل، اضغط على ◀ أو ▶ لتحديد التهيئة الخاصة بك.
- ملاحظة:**
- **Cable** للبحث عن قنوات Pro:Idiom الرقمية المشفرة والرقمية المفتوحة والتناظرية.
  - **هواء** للبحث عن قنوات رقمية من هوائي أرضي محلي.
  - **Air + Cable** للبحث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



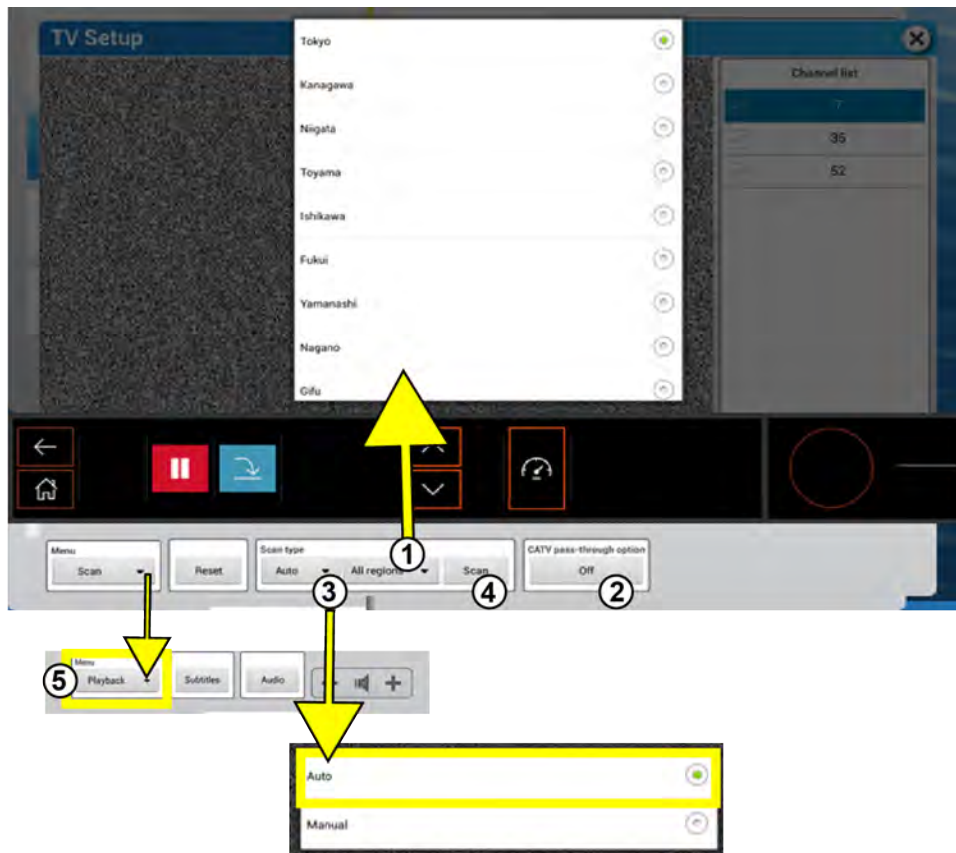
1. اضغط على ◀ أو ▶ للانتقال إلى قناة.
2. اضغط على ▲ أو ▼ للانتقال إلى موالتة تلقائية.
3. اضغط على إدخال.
4. اضغط على ▲ أو ▼ للانتقال إلى البلد، ثم اضغط على ◀ أو ▶ لتحديد بلدك.
5. اضغط على ▲ أو ▼ للانتقال إلى النوع الرقمي، ثم اضغط على ◀ أو ▶ لتحديد معيار التلفزيون الرقمي الخاص بك.  
في حال اختيار **DVB-S**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



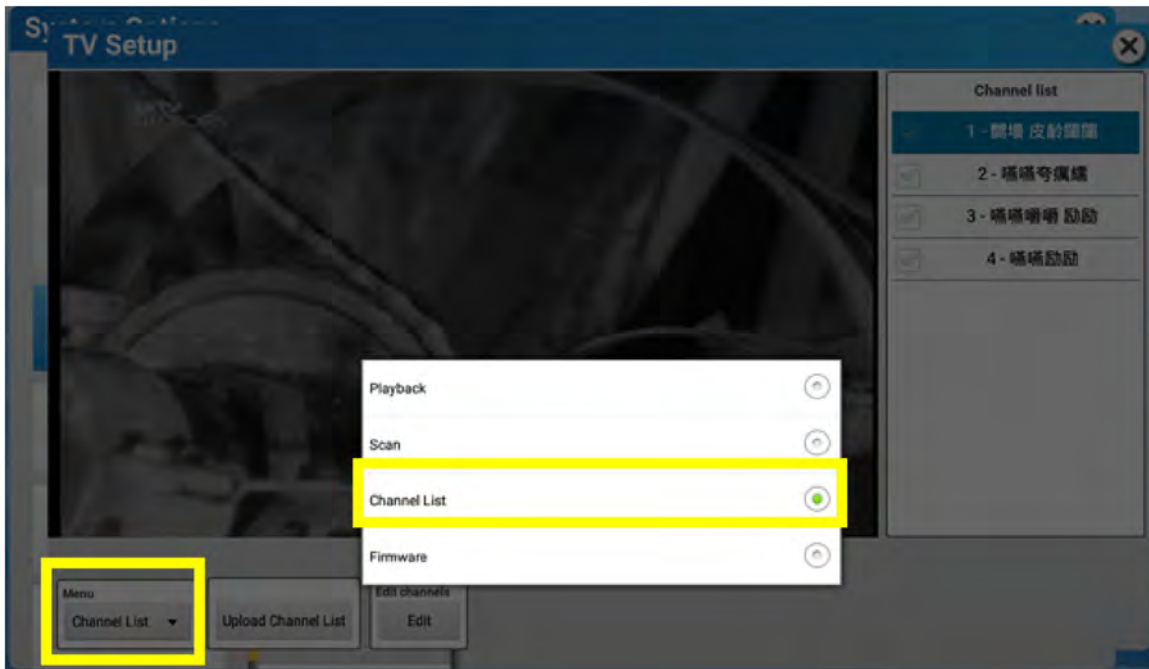
6. اضغط على إدخال للبحث عن القنوات.
7. اضغط على ▲ أو ▼ للانتقال إلى نوع الإشارة في حال تحديد **DVB-S** بوصفها النوع الرقمي.



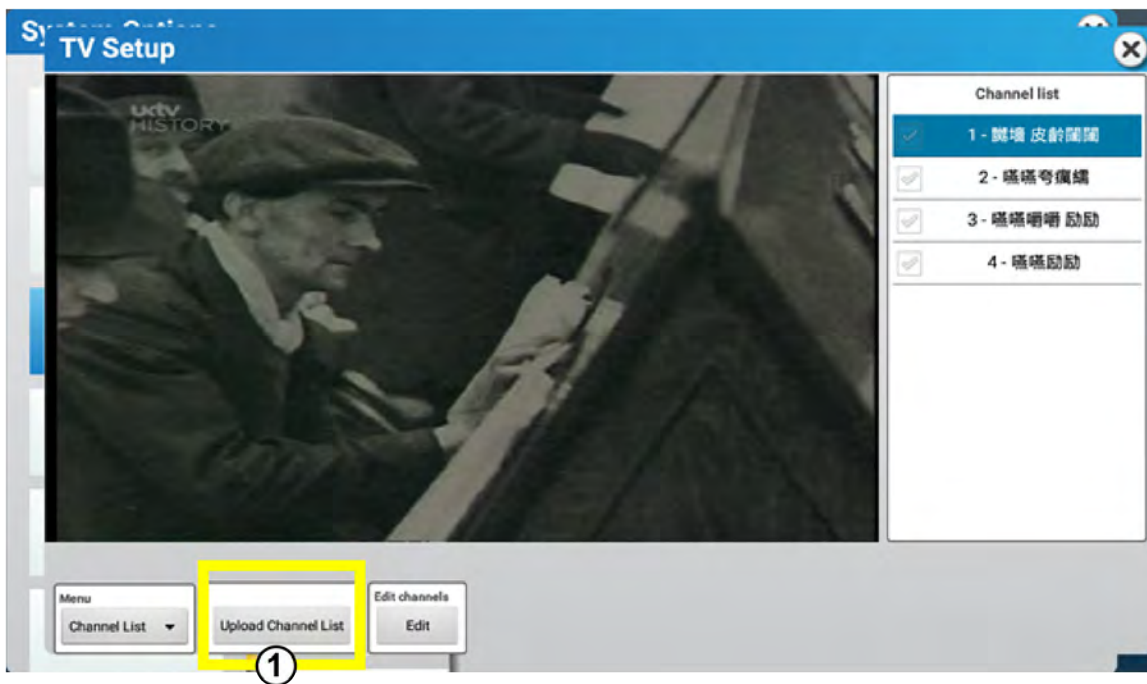
1. حدد كل المناطق لسحب قائمة المناطق إلى الأعلى. اختر المنطقة المطبقة.
2. اضبط الخيار **CATV Pass Through Option** على إيقاف التشغيل.
3. اختر تلقائي لتحديد نوع البحث .
4. اضغط على بحث للبدء في البحث عن القنوات.
5. اختر تشغيل من خيارات القائمة لعرض الفيديو.



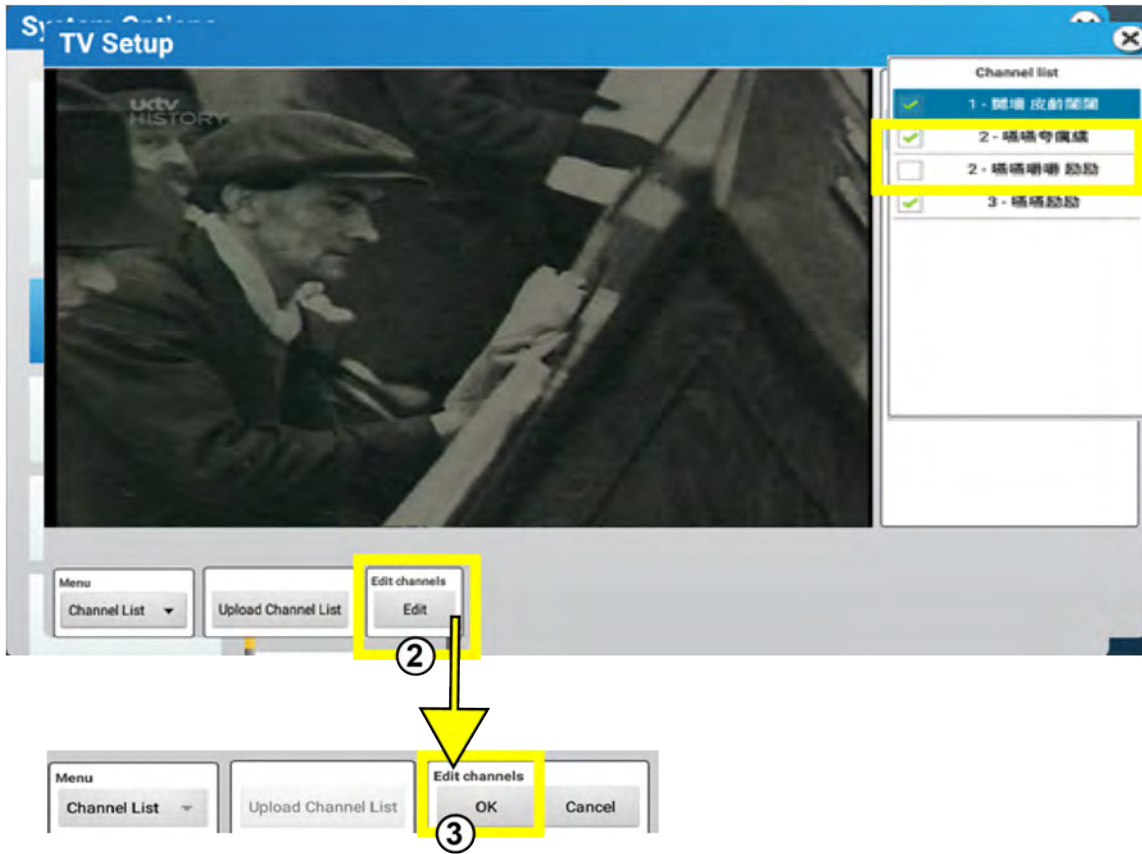
ملاحظة: إذا لم يلتقط الموالب قنوات، فاضبط الخيار **CATV Pass Through Option** على تشغيل وأعد البحث عن القنوات.



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



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



متطلبات قبيلة

سنحتاج المنشأة 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 القبلية 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 الداخل على توصيل لاسلكي

تثبيت مبدئي

- التثبيت الاولي للياقة المنشأة 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 المنشأة لادخالها الى DTB مباشرة. يدون هذه المعلومة , لا يتم تثبيت ال DTB
- كل Pro:Idiom DTB داخل المنشأة 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 المنشأة باستخدام USB المورد/المصدر او عبر Halo.

مواصفات تقنية

مدخل IPTV	RJ-45 طراز عبر CAT-6 ايثرت 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

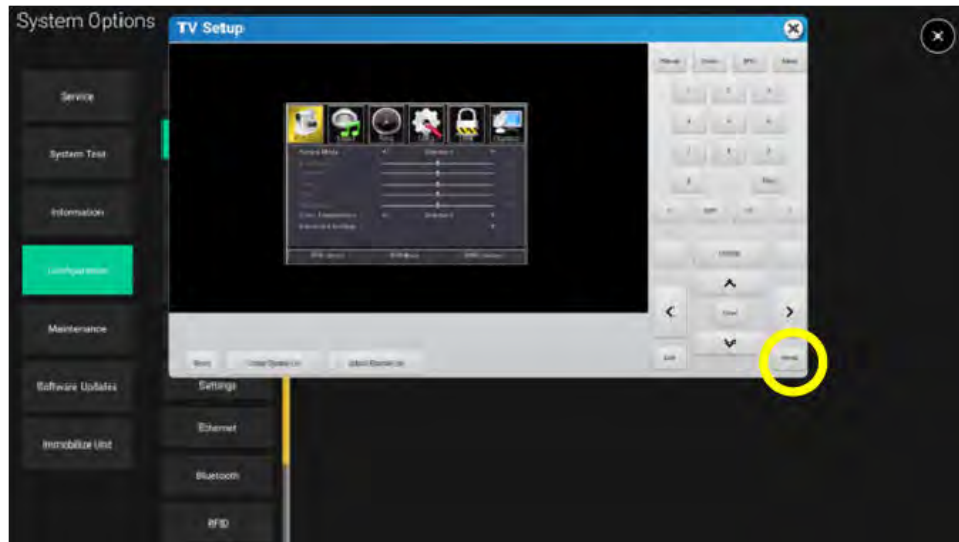
كل Pro:Idiom™ IPTV DTB يحتاج ليكون مربعاً بعنوان ثابت. تعيين العنوان الثابت او مدهاء يجب امداده بمدير المنشأة

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

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

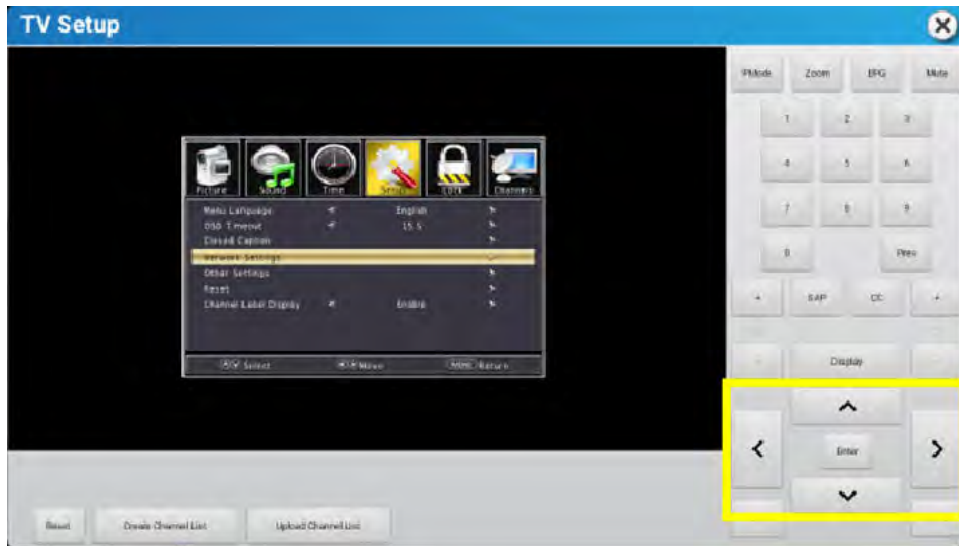
1. انتقل الى خيارات النظام < ترتيب < مركز الوسائط < خيارات DTV < تثبيت التلفاز.

2. اختر القائمة في الزاوية السفلى اليمنى لشبكات تثبيت التلفاز

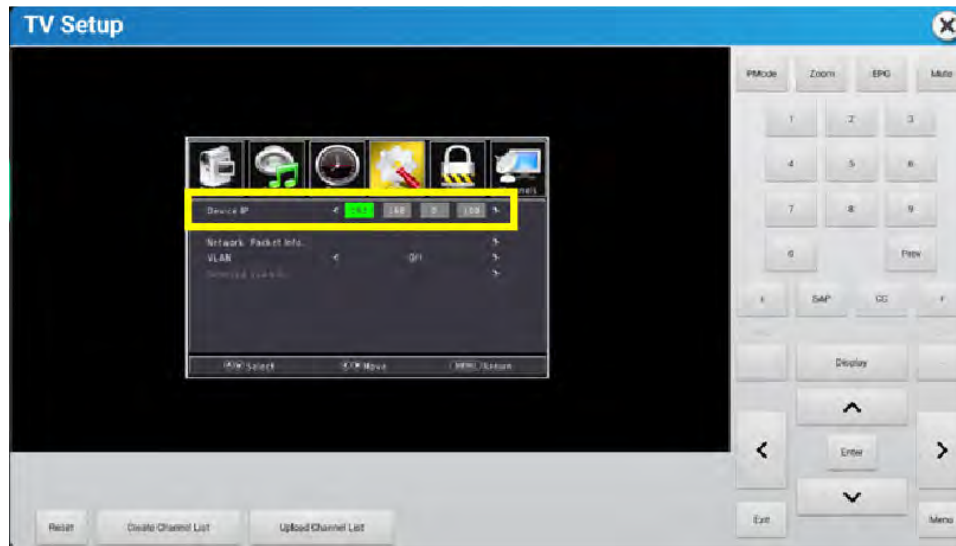


3. اضغط على ◀ أو ▶ للانتقال إلى التثبيت.

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



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 وممكن 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 ▶.



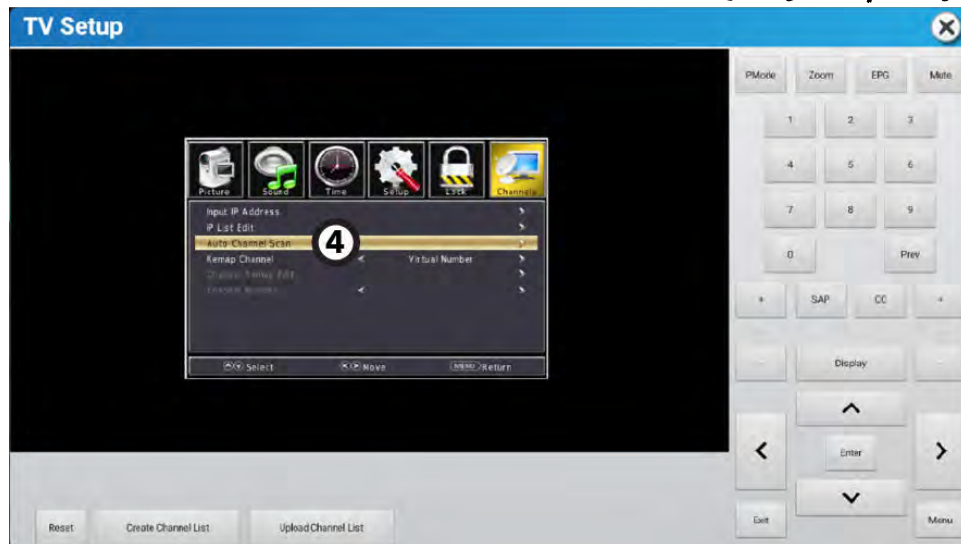
3. ادخل اول عنوان IP قناة متعدد ورقم القناة مستخدماً ◀ أو ▶ للانتقال إلى كل خلية. اضغط ادخل لتخزين القناة. كررها لكل قناة داخل لائحة القنوات.

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.

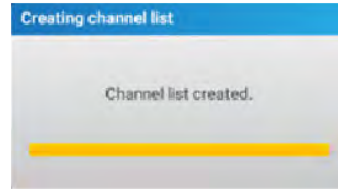
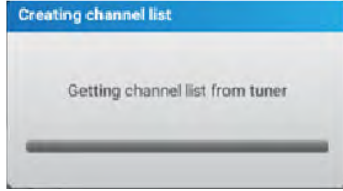
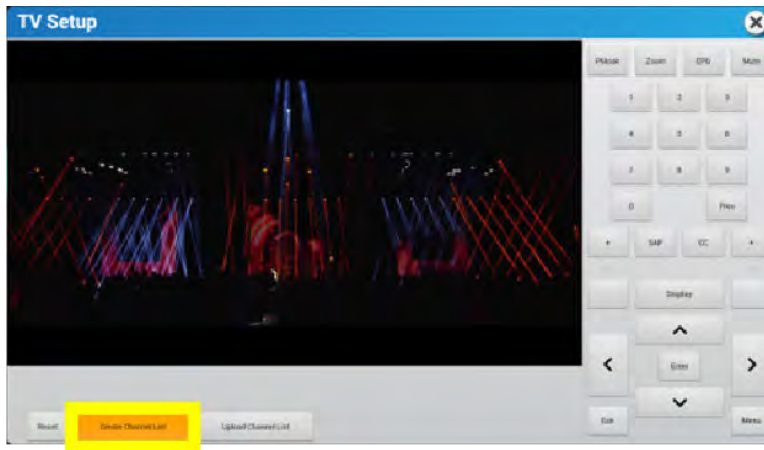
6. لمشاهدة او تعديل القائمة الكلية للقنوات انتقل الى تعديل قائمة القنوات. نأكد من ان كل القنوات داخل القائمة قد تم عرضها وعرض محتواها كما هو متوقع. اي مشاكل يمكن التعامل معها باستخدام IP ضبط قائمة القنوات.



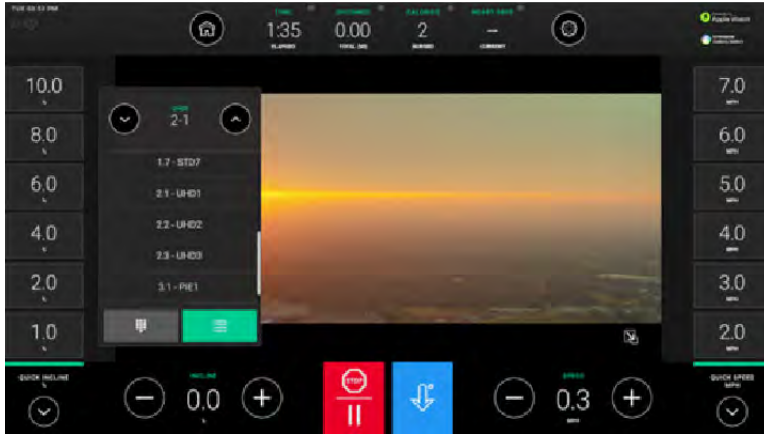
7. كرر المسح التلقائي للقنوات عند الضرورة.

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 قرين للتأكد من ان قنوات التلفاز تظهر بصورة صحيحة.



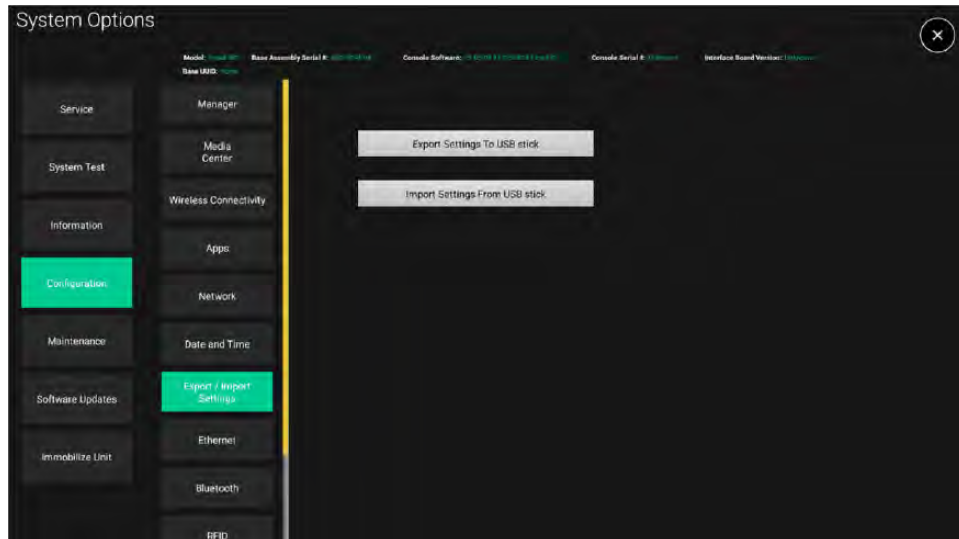
### خاصية تصدير /توريد خصائص وحدة التحكم

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.

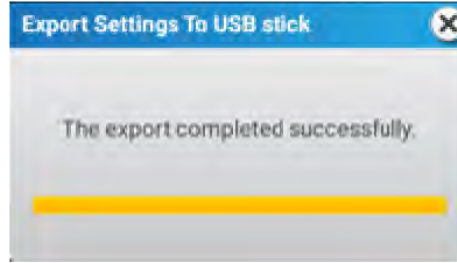
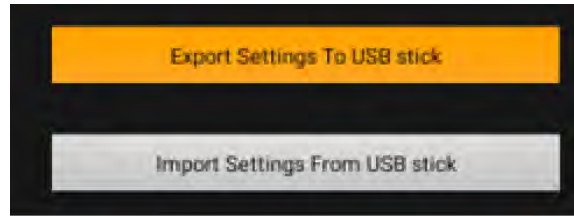
**ملاحظة:** يجب ان يتم خلق وظيفة قائمة القنوات قبل ان تصدر قائمة القنوات بصورة صحيحة.

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 إليها.

2. انتقل الى اعدادات الجهاز < وصف > اعدادات تصدير / توريد .

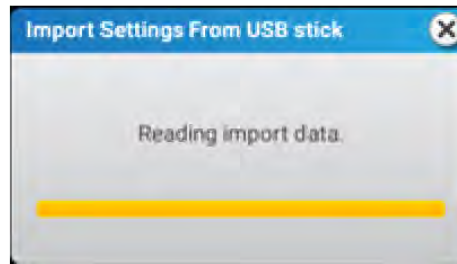
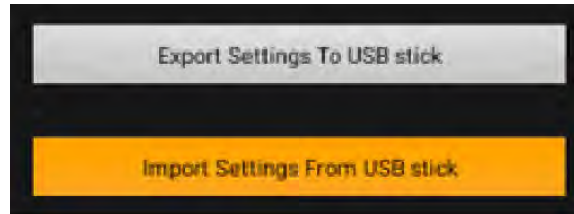


3. اختر لتصدير الإعدادات إلى ذاكرة USB. العاجل سوف يظهر تقدما.



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 تقدما.



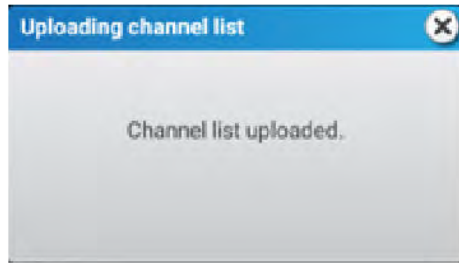
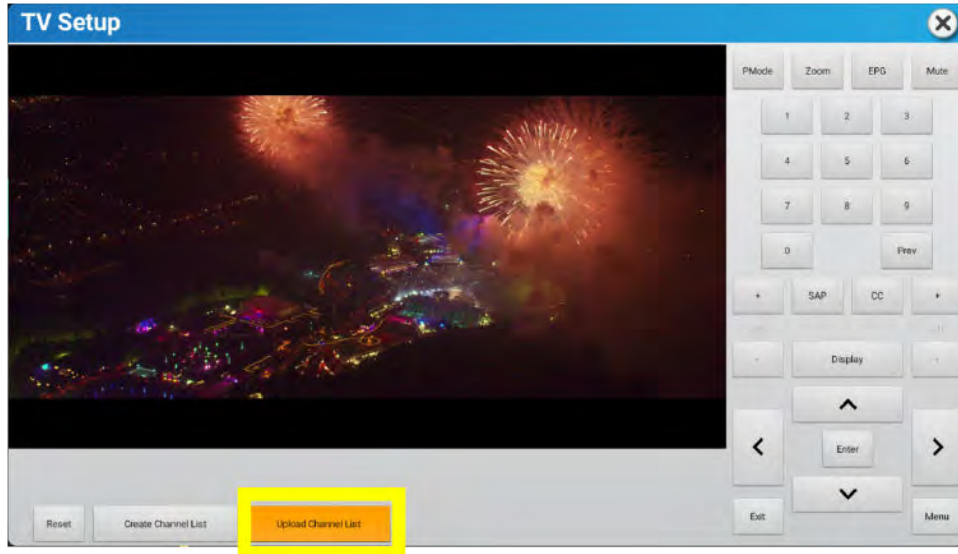
6. كرر عملية الاستيراد في كل وحدة تحكم داخل الوحدة والتي ليس بها إعدادات وحدة تحكم.

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.



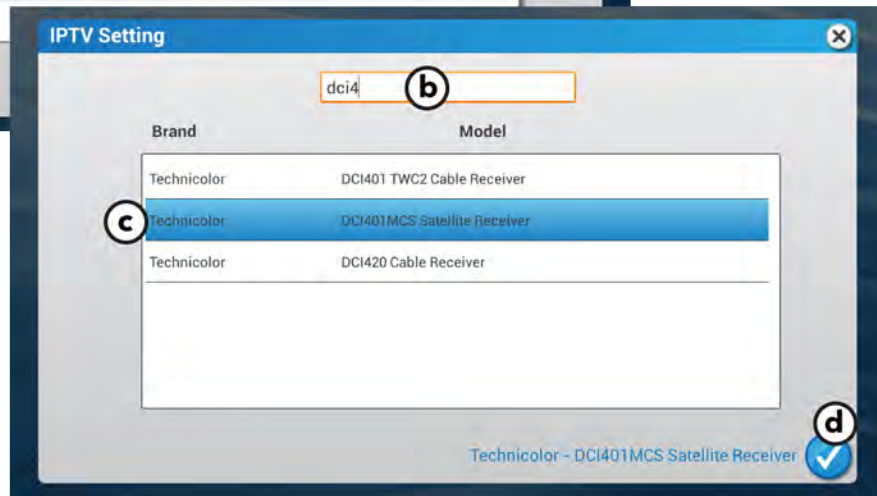
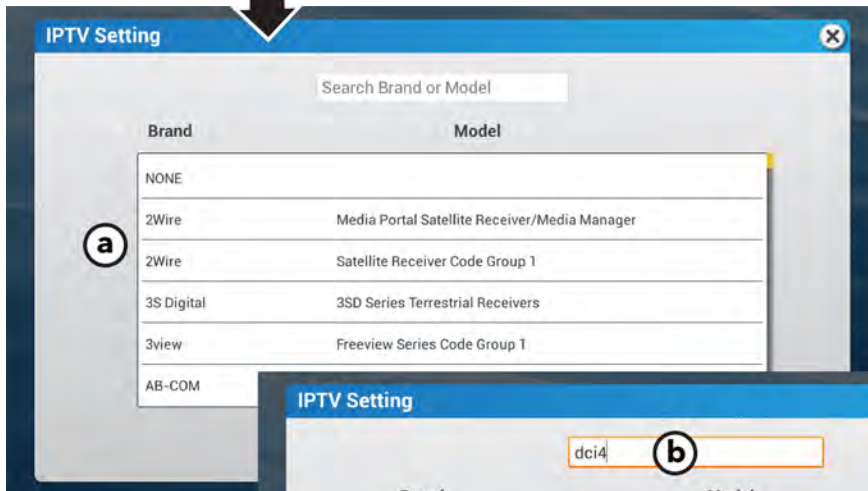
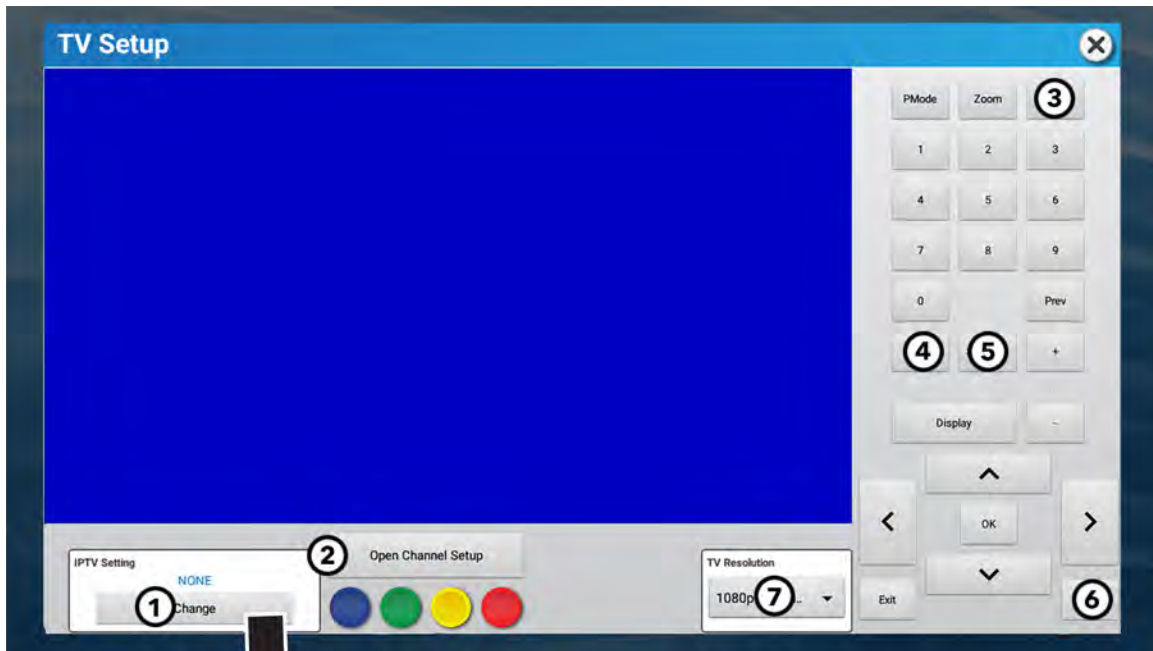
مستخدما حساب Halo لمنشأة خاصة ، يمكنك تعديل قائمة القنوات ونشر التغييرات الى باقي الوحدات داخل المنشأة.

#### 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



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 ليطابق 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 تجب 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 (إذا توفّر)

ترد قائمة البرامج الحالية والقادمة للقنوات المحددة.

## 4. SAP (إذا توفّر)

للتبديل بين قناة الصوت العادية وقناة الصوت SAP.

## 5. الترجمة

اضغط لتشغيل/إيقاف تشغيل الترجمة.

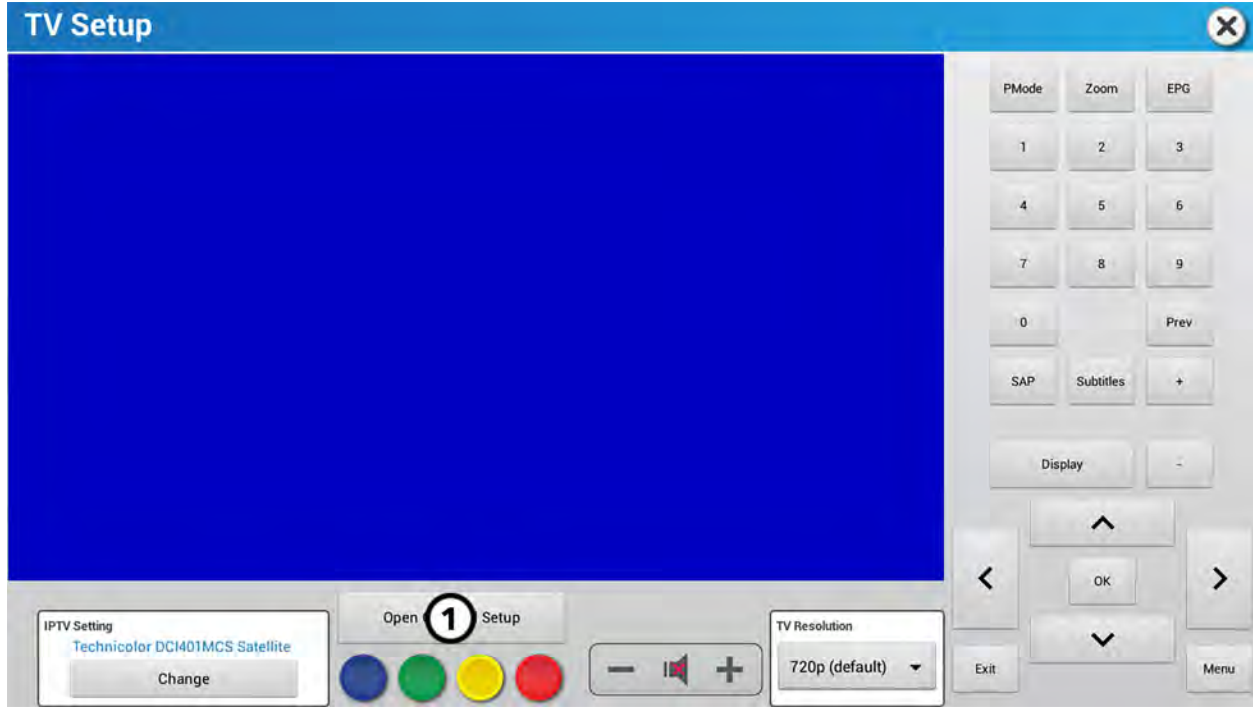
## 6. القائمة

قائمة STB (في حال التوفّر)

## 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**.



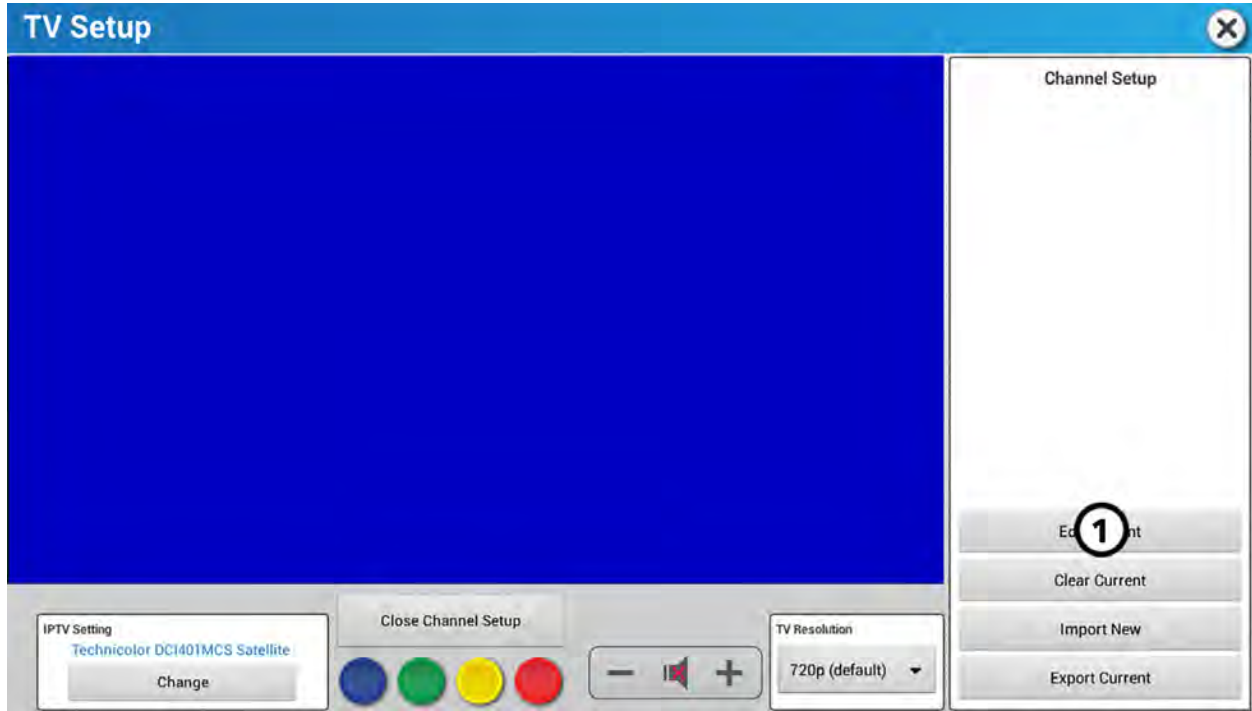
بعد البحث عن القنوات أو تركيب جهاز استقبال، اضغط على **إعداد القنوات المفتوحة** لتخصيص قائمة قنواتك الخاصة بشاشة التمرين.

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.

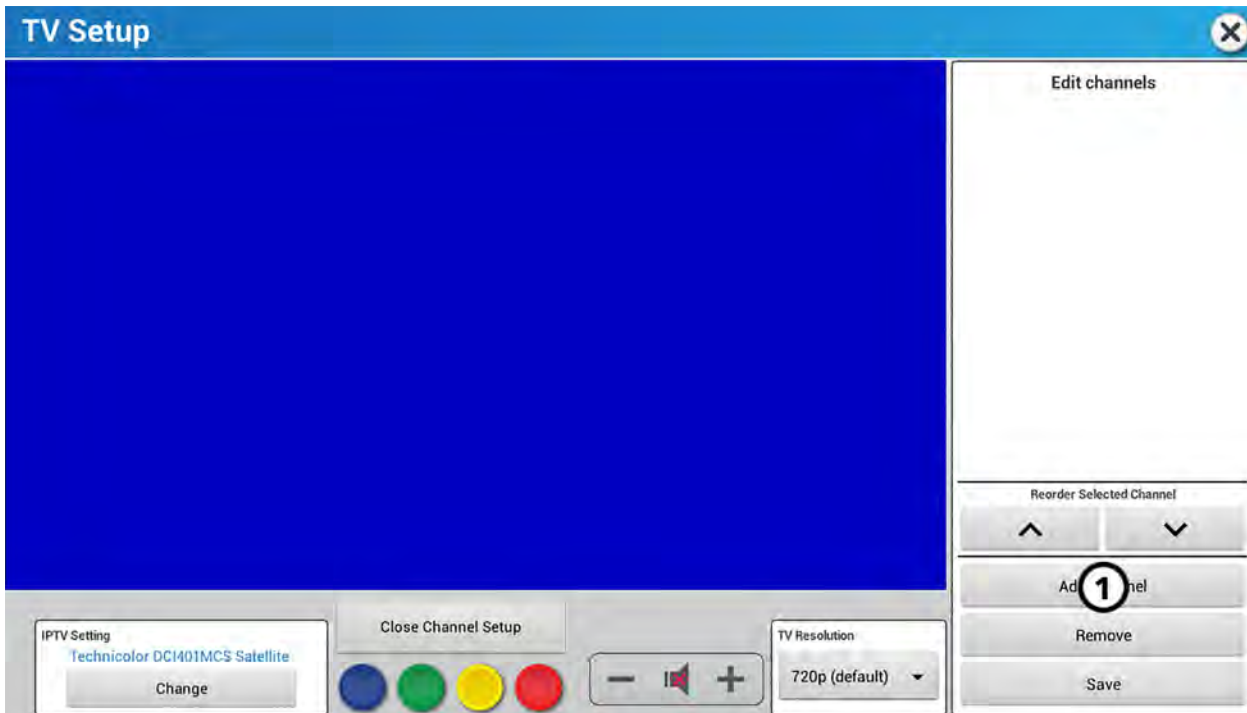
اضغط على **تعديل الحالي** للوصول إلى خيارات القائمة التالية:

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

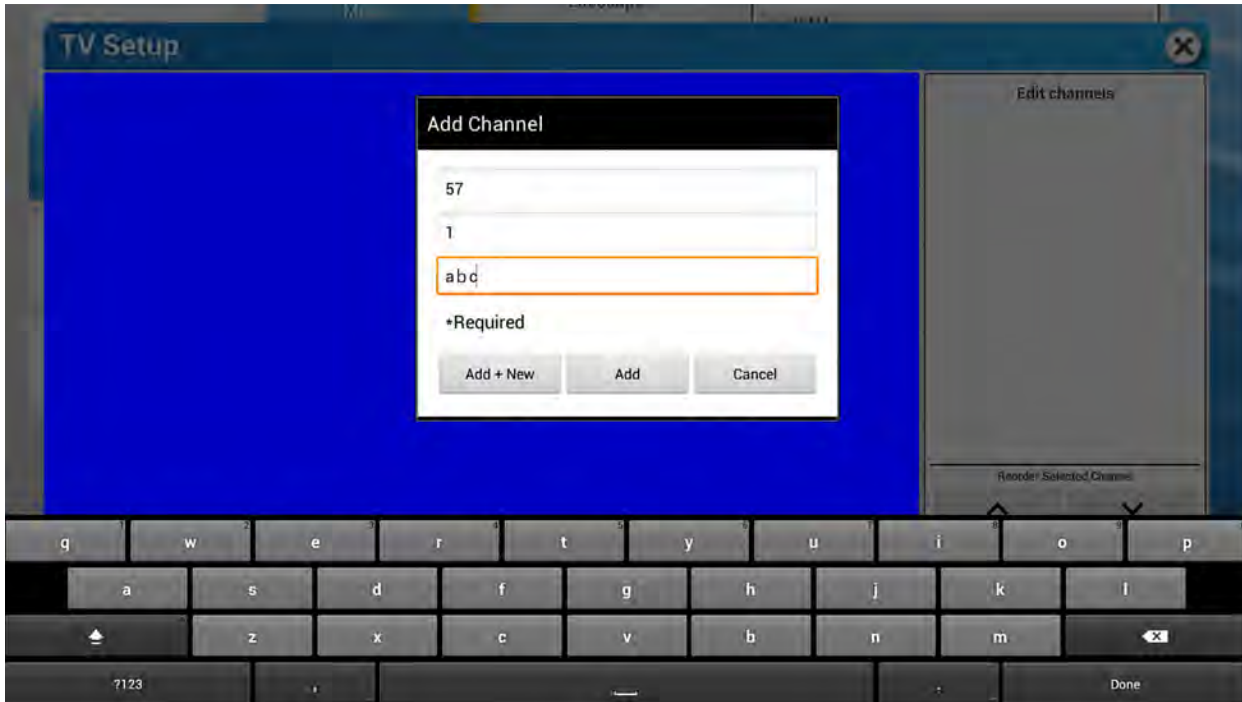


إضافة قناة

1. اضغط على **إضافة قناة**.



2. اكتب رقم القناة في مربع الرقم الرئيسي \*

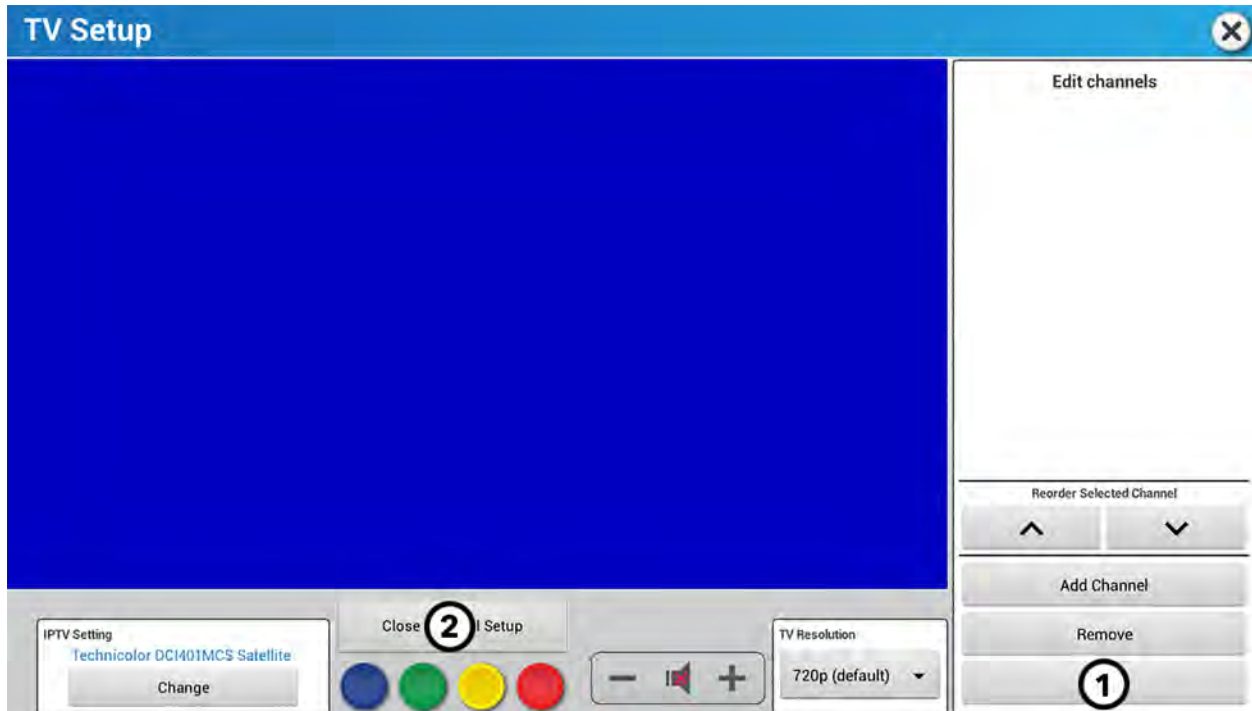


3. اكتب الرقم الفرعي للقناة أو رقم البرنامج في مربع الرقم الثانوي .

4. اكتب اسم القناة في مربع اسم القناة\* .

5. اختر أحد الخيارات التالية:

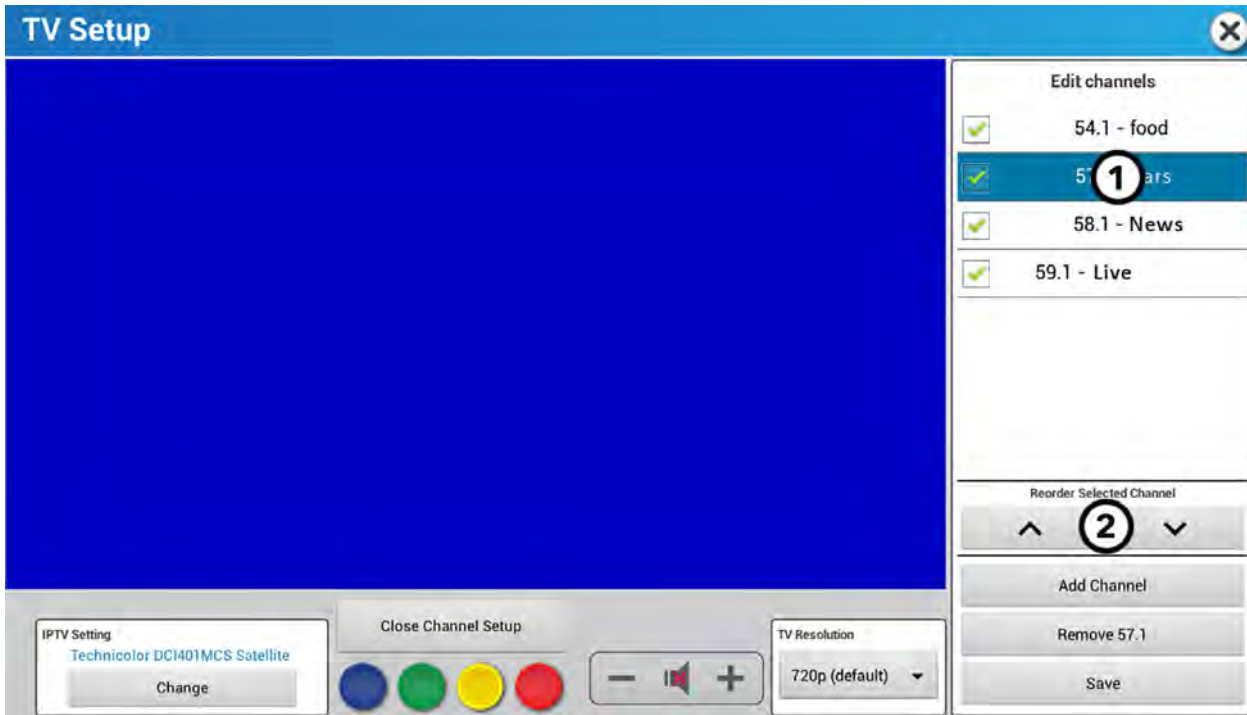
- اضغط على إضافة + جديد إذا كان لديك قنوات أكثر لإضافتها إلى قائمة قنواتك.
- اضغط على إضافة إذا كان لديك قناة واحدة فقط لإضافتها إلى قائمة قنواتك.
- اضغط على إلغاء إذا لم تكن ترغب في إضافة قنواتك.



1. اضغط على حفظ عندما تنتهي من إضافة القنوات.

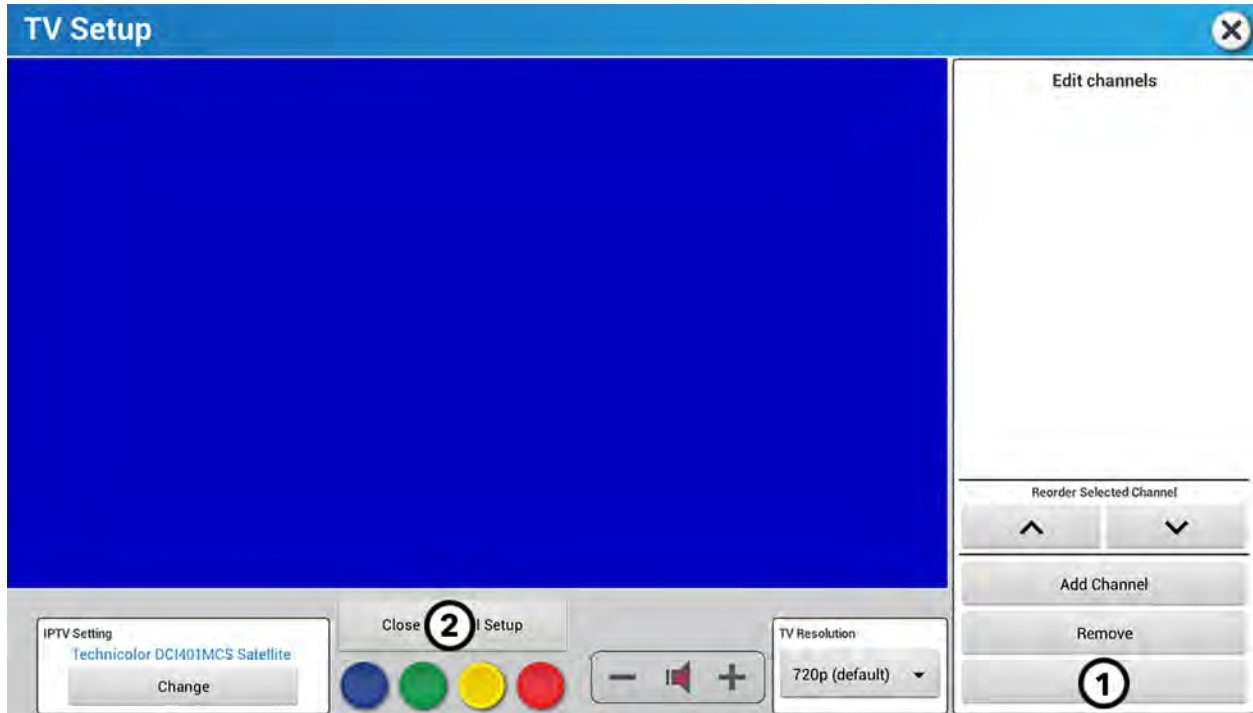
2. اضغط على إطلاق إعداد القناة إذا انتهيت من قائمة قنواتك.

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



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

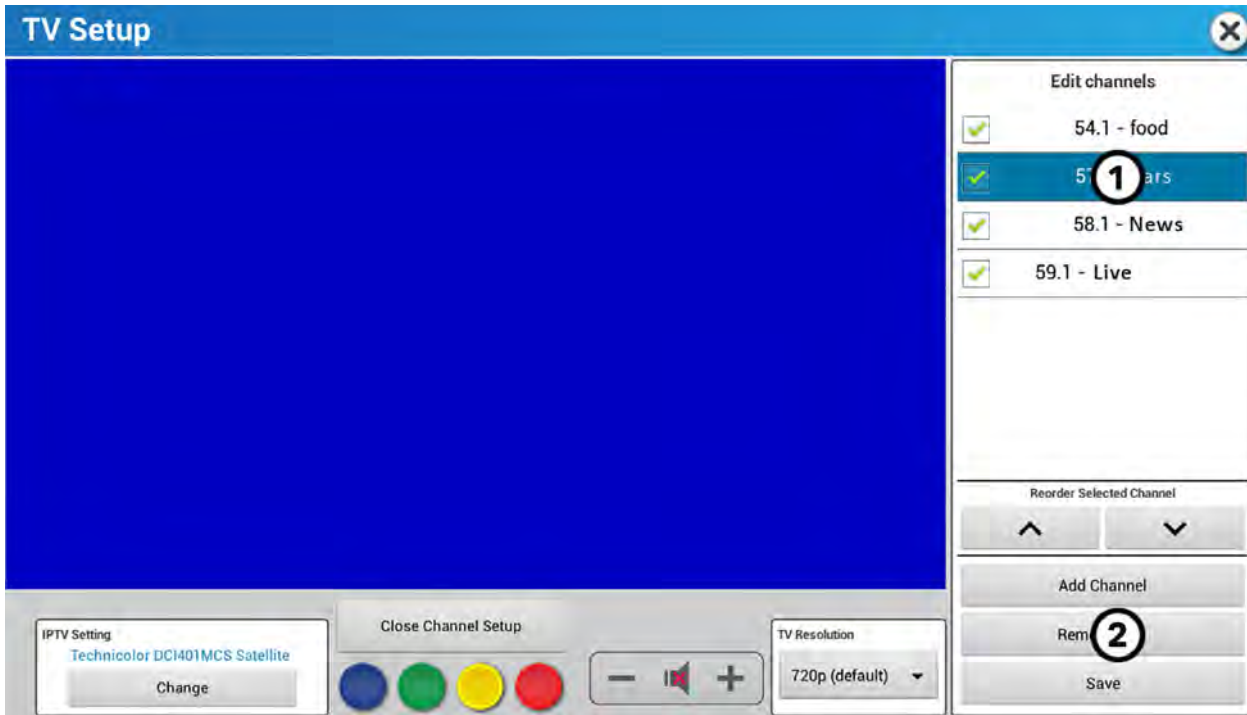
2. اضغط على ▲ أو ▼ لإعادة ترتيب القناة في قائمة قنواتك.



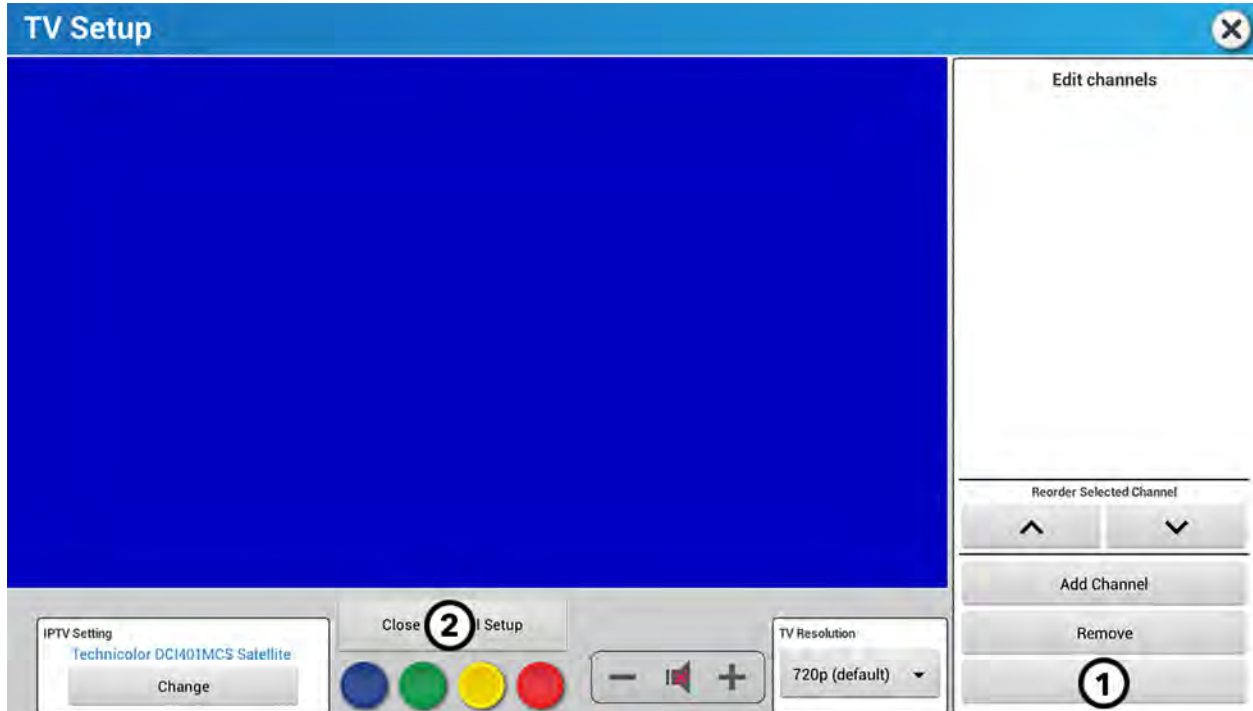
1. اضغط على حفظ عندما تنتهي من إعادة ترتيب قنواتك.

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

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



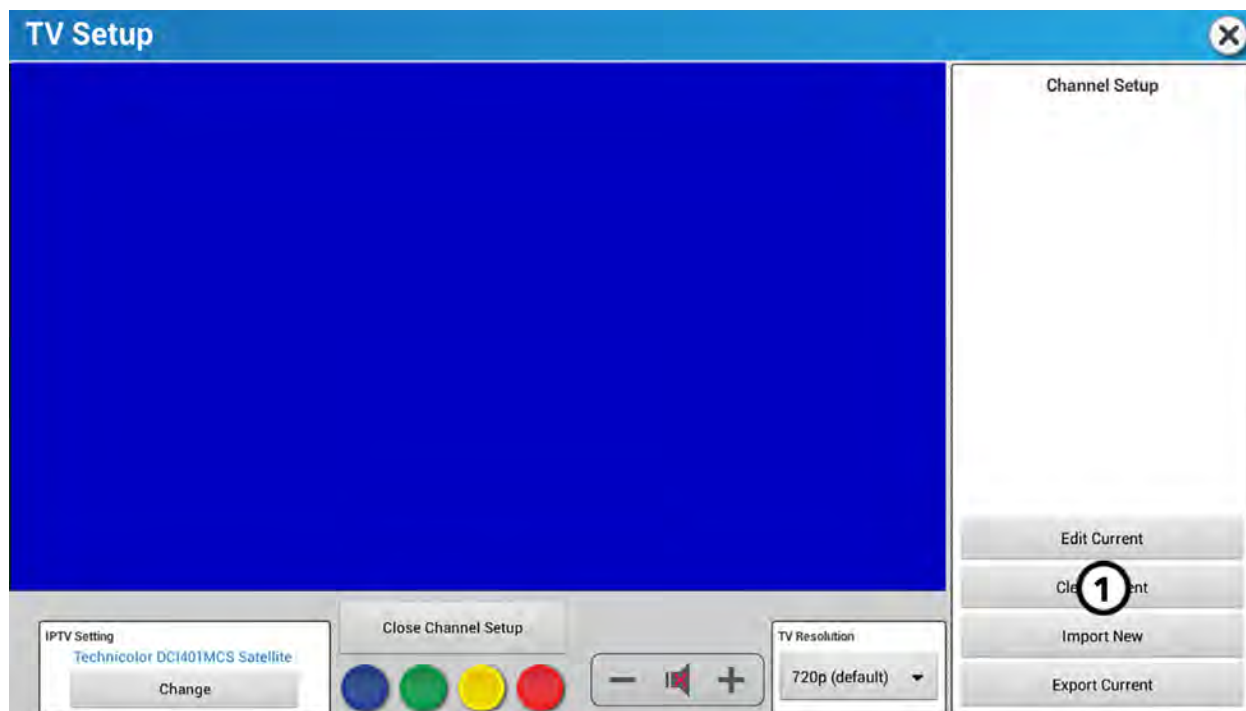
2. اضغط على حذف.



1. اضغط على حفظ عندما تنتهي من حذف القنوات.

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

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

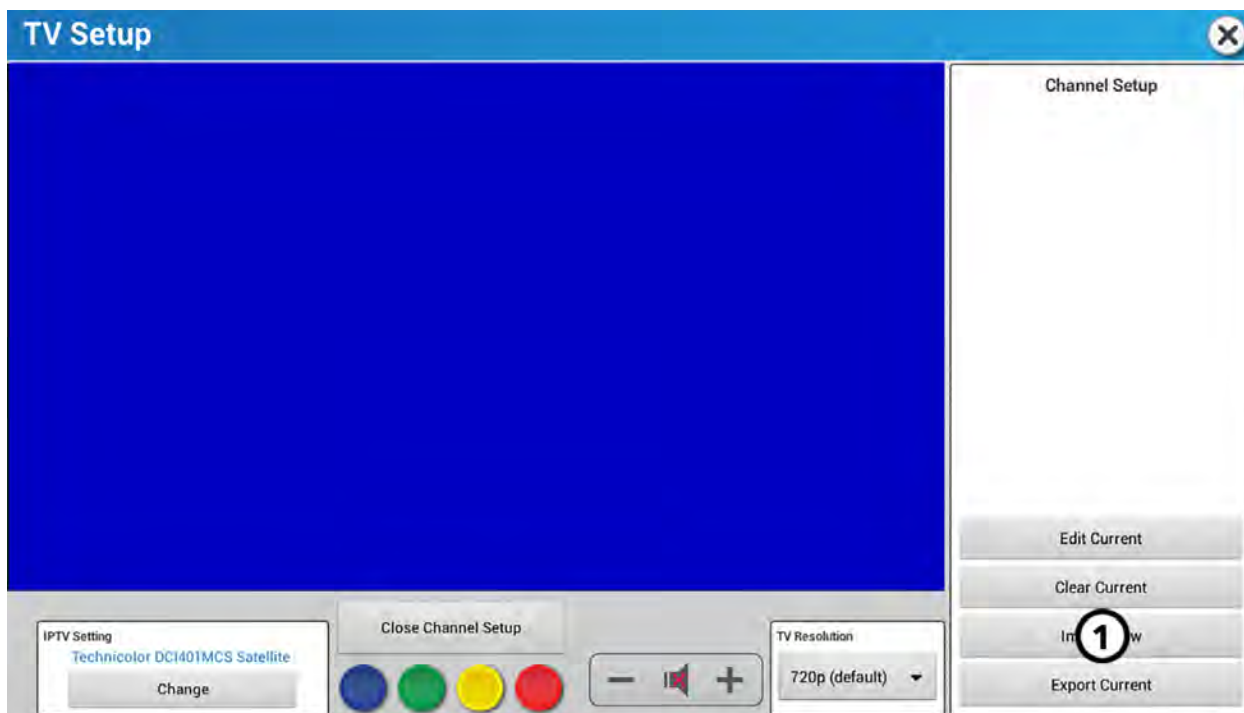


#### استيراد جديد

تتطلب ميزة استيراد جديد قائمة قنوات في وحدة مختلفة ومحرك فلاش USB. وستستخدم ميزة تصدير الخالي 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 الخالي في هذه الوحدة.
4. أزل محرك فلاش USB من هذه الوحدة.
5. ركب محرك فلاش USB في وحدتك.
6. اضغط على استيراد جديد.



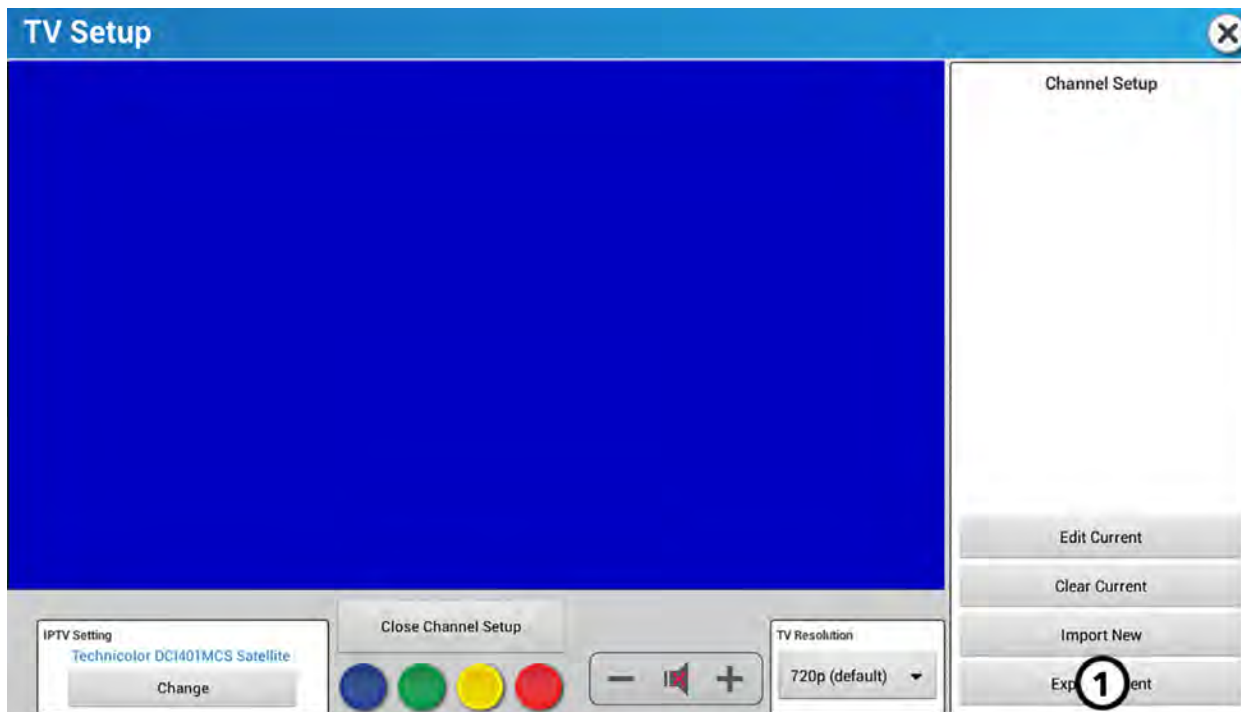
7. تأكد من استيراد وحدتك لقائمة القنوات من الوحدة الأخرى.

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.



يتيح IPTV المفتوح تخصيص إنشاء القنوات.

1. نوع الموالف  
لا يعرض نوع موالف IPTV المفتوح إلا عند مهينة وحدة التحكم لـ IPTV المفتوح.
2. إعداد التلفزيون  
اضغط للوصول إلى قائمة إعداد التلفزيون لـ IPTV المفتوح.
3. تخصيص القنوات
  - أدخل عنوان URL - أدخل كل عنوان من عناوين UDP المخصص لكل قناة.

**ملاحظة:** ينبغي أن يستخدم التنسيق (udp://@IP Address: Port) لإنشاء اسم قناة
4. اضغط على علامة الاختيار لحفظ القناة في قائمة القنوات.
5. جدول القنوات  
تم تعبئة عنوان URL واسم القناة في جدول القنوات.
6. اضغط على X لحذف القناة المحددة.
7. معاينة القناة  
اضغط على ▶ لفتح قائمة منفصلة لمعاينة القناة المحددة.
8. استيراد القنوات  
لاستيراد قائمة قنوات من ذاكرة USB المدرجة.

## 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 المسية LCD :	23.8 بوصة (60.5 سم) سداسي
متطلب طاقة الشاشة المسية LCD:	20.5- 25.5 فولت تيار مباشر (VDC) @ 3.5 أمبير
المنافذ:	CSAFE 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 ستيرو
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 تعييد 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"> <li>• وصلة Lifepulse<sup>TM</sup> الرقمية المسجلة لمعدل ضربات القلب Polar<sup>®</sup> المتوافق لمراقبة معدل ضربات القلب عن بعد</li> <li>• متوافق مع ANT+ وأجهزة متابعة نبضات القلب بالبلوتوث</li> </ul>
تمرين معدل ضربات القلب	<ul style="list-style-type: none"> <li>• أدنى : 50 ضربات قلب في الدقيقة</li> <li>• أقصى: 210 ضربات قلب في الدقيقة</li> </ul>
نطاق السرعة:	Symbio Runner جهاز المشي: 0.5 - 16.0 ميل في الساعة (0.8 - 25 كيلو في الساعة) in 0.1 زيادات
مستويات الميل:	Symbio Runner جهاز المشي: 0 - 15% Symbio انحدار يضاوي: 0 - 15
مستويات المقاومة:	Symbio القائم 0-25 LifeCycle <sup>TM</sup> and Symbio Recumbent Cycle Symbio القائم 0 - 99 SwitchCycle Symbio انحدار يضاوي: 0 - 25
شحن جهاز USB:	يمكن استخدامه مع Apple Lightning و Android USB-C، و Android micro-USB لشحن أجهزة متوافقة.
شاحن لاسلكي:	<ul style="list-style-type: none"> <li>• مساحة الشحن: 50 م (x) 80 م (تقريبا 2 بوصة (x) 3 بوصة)</li> <li>• زمن الاستجابة للشحن: اقل من 3 ثواني</li> <li>• أقصى مخرج: 10 وات</li> <li>• بروتوكول موافقة الشحن: Qi الشحن السريع</li> </ul>
قدرات استقبال جهاز الإذاعة:	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 الي ذلك تدعم PAL-M، PAL-N ( ممتيز للتشفير للارجتين،البرازيل،باراجواي واوروجواي حيث ان البث الرقمي غزمتاج).
كابيل / قدرات استقبال الاقمار الصناعية	QAM-B أو DVB-C/DVB-S/DVB-S2 QAM-B يشمل Pro:Idiom <sup>TM</sup> قدرات فك .
قدرات جهاز استقبال IPTV:	دعم واضح و Pro:Idiom <sup>TM</sup> مدمج IPTV باستخدام بروتوكولات UDP و RTP متعددة.

أبعاد فيزيائية (خارج الصندوق)	
in / 8.6 cm 3.4	العمق
in / 57.8 cm 22.76	العرض
in / 41.6 cm 16.4	الارتفاع
24 رطل / 10.9 كجم	الوزن

## 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™،  
Workout Landscape™ و Life Fitness™ 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.

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

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

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، Shop Samsung هي كلها علامات تجارية لـ Samsung Electronics Co. المحدودة.

# 10. الضمان

## ما الذي يشمل الضمان

جهاز Life Fitness التارين التجاري هذا مضمون بكونه خاليًا من جميع عيوب المواد والصناعة.

## من الذي يشمل الضمان

المشترى الأصلي أو أي شخص يحصل على المنتج كهدية من المشتري الأصلي. سيكون الضمان لاغياً 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، سنسدد 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 الممثلة، 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 إلى 10 فولت تيار مباشر؛ تيار بجهد أقصى 85 مللي أمبير. أي تلف للمنتج بسبب حمل يتعدى مواصفات FitLinxx CSAFE لا يغطى بالضمان.

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 الممهد 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 متسلسلة 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 بالزواج المناسبة لغرض محدد، وجميع الالتزامات والمسؤوليات الأخرى من جانبنا. ولا تحمل أو تفوض أي شخص ليقوم نيابة عنا بحمل أي التزام أو مسؤولية تتعلق ببيع هذا المنتج. ولا تحمل 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 قانونية 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 حقوقًا قانونية محددة، وقد يكون لديك حقوقًا أخرى تختلف من دولة لأخرى ومن بلد لآخر.

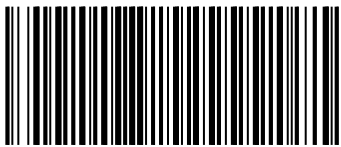
## تعليمات غطاء الضمان

من فضلك استعمل المينك ادناه للوصول الي تعليمات الضمان.

<http://lifefitness.com/warranties>







1022784-0002