UNIDAD ELECTRÓNICA
ELECTRONIC MONITOR
UNITÉ ÉLECTRONIQUE
ELEKTRONIKEINHEIT
UNIDADE ELECTRÓNICA
IMPIANTO ELETTRONICO
ELEKTRONISCHER MONITOR
ELEKTRONIKMONITOR
NETZANSCHLUSS
Stecken Sie den Stecker (m) des Transformers in die Aufnahme (k) am
Hauptrahmen (hinten, unten) und schließen Sie dann den Strom-
transformator an das 220 V Netz. (Abb 1)

Hinweis: Der Transformer ist nur notwendig, um die Batterie aufzuladen
nach längerer Inaktivität.

Um Ihnen die Kontrolle Ihres Trainings zu erleichtern, zeigt dieser Monitor
gleichzeitig Geschwindigkeit, Strecke, Trainingsdauer, verbrauchte Kalorien,
Watt und Puls an.
Wenn Sie während des Trainings die Taste START/STOP betätigen, werden
alle Funktionen der Elektronikeinheit gestoppt. Durch erneutes Betätigen
der Taste START/STOP werden die Funktionen wieder gestartet. Der
Monitor schaltet automatisch aus, wenn die Einheit 90 sekunden nicht benutzt
wird.

Wichtig: Entsorgen Sie elektronischen Komponenten in
speziellen Containern. Fig. 2.

FUNKTIONEN DES MONITORS
Dieser Monitor verfügt über 7 Tasten:
RECOVERY, BODYFAT, START/
STOP; RESET, MODE; ▲; ▼. Im
oberen Bereich des Monitors erscheint
PULSO/THR. In der Mitte des Monitors
er scheint gleichzeitig das Niveau des
Programms, das Sie gewählt haben. Im
unteren Bereich des Monitors sieht
man drei Fenster die Ihnen Folgendes
angeben: GESCHWINDIGKEIT/RPM,
die ZEIT; die DISTANZ; die WATT, die
KALORIEN.
Dieser Monitor verfügt auch über ein
manuelles Programm: 12 vordefinierte
Programme mit unterschiedlichem
Widerstand; 4 Nutzerprogramm (U1-
U4); 4 Programm zur Kontrolle der
Herzfrequenz und 1 Programm mit
konstanter Wattzahl.
Sowohl bei anala als auch bei
ausgesteltem Motor ändern die
Fenster (SPEED / RPM), ihre
Information alle fünf Sekunden.

ÜBERGANG VON EINEM
ARBEITSMODUS ZUM
NÄCHSTEN
Dieser Monitor bietet die Möglichkeit
mit 4 verschiedenen Modi zu arbeiten:
Manuell, Programm, Nutzer (USER)
und Puls (TARGET HR).
Um von einem Modus zum nächsten
to wechseln, drücken Sie die Taste
START/STOP, um den Monitor
anzuhalten, drücken Sie danach
RESET und wählen Sie mit den
Tasten ▲/▼ und MODE den
gewünschten Modus.

USER U1-U4
Anschließend erscheinen auf dem
Display die Symbole Mann; Frau,
wählen Sie die entsprechende Option
mit den Tasten ▼▲, bestätigen Sie
mit der MODE-Taste. Nun erscheint
Alter (age), wählen Sie es zwischen 1-
99 Jahren mit den Tasten ▼▲,
bestätigen Sie mit der MODE-Taste.
Es erscheint die Körpergröße (height),
wählen Sie den entsprechenden Wert
zwischen 100-200 mm mit den Tasten
▼▲ und bestätigen Sie mit MODE.
Es erscheint das Körpergewicht (weight), wählen Sie den entsprechenden Wert zwischen 20-150 kg mit den Tasten ▼▲ und bestätigen Sie mit MODE.

MANUELLE FUNKTION
Nach der Eingabe der persönlichen Daten blinken im rechten Bereich des Monitors die den verschiedenen Programmen entsprechenden LEDs: MANUAL, PROGRAM, USER und H.R.C. Wählen Sie die Funktion MANUAL mit den Tasten ▲▼ und drücken Sie MODE. Drücken Sie die Taste START/STOP, um die Übung zu beginnen und mit den Tasten ▲▼ erhöhen oder verringern Sie den Widerstand der Übung, wobei Ihnen 16 verschiedene Niveaus zur Verfügung stehen. Wenn Sie zu Beginn die Taste START/STOP drücken, beginnt die Übung direkt in der manuellen Funktion.

Programmierung der Zeit.-

Programmierung der Entfernung.-
Wenn Sie nach dem Wählen der manuellen Funktion die Taste MODE zwei Mal drücken, blinkt das Fenster der Entfernung. Sie können die Distanz Ihrer Übung programmieren, indem Sie die Tasten ▲▼ drücken (0,1-99,9 Km). Wählen Sie die Distanz und drücken Sie START/STOP, um die Übung zu beginnen. Die Distanz wird zurücklaufen, bis der Wert „Null“ erreicht wird und der Monitor piept, um anzuzeigen, dass der programmierte Wert erreicht ist.

Programmierung der Kalorien.-
Wenn Sie nach dem Wählen der manuellen Funktion die Taste MODE drei Mal drücken, blinkt das Fenster der Kalorien. Sie können die Kalorien Ihrer Übung programmieren, indem Sie die Tasten ▲▼ drücken (10-990 Kalorien). Wählen Sie die Kalorien und drücken Sie START/STOP, um die Übung zu beginnen. Die Kalorien werden zurücklaufen, bis der Wert „Null“ erreicht wird und der Monitor piept, um anzuzeigen, dass der programmierte Wert erreicht ist.

PROGRAMM MIT KONSTANTER WATTZAHL
▲ – Innerhalb des Arbeitsbereichs zeigt an, dass die Geschwindigkeit zu hoch ist und verringert werden muss.
▼ – Innerhalb des Arbeitsbereichs zeigt an, dass die Geschwindigkeit zu niedrig ist und erhöht werden muss.
----- zeigt an, dass die Wattzahl sich ausserhalb des Arbeitsbereichs befindet (sei sie zu hoch oder zu niedrig) und es ist nötig, die Geschwindigkeit entsprechend zu erhöhen oder zu verringern. Der Monitor piept, um diesen Zustand anzuzeigen. Hält dies mehr als drei Minuten an, gibt der Monitor einen Alarm in Form von sechs Pieptönen und der Monitor stellt sich aus und stellt die Wattwerte zurück auf Null.

**Programmierung des HEART RATE (Herzfrequenz).**

Wenn Sie nach dem Wählen der manuellen Funktion die Taste MODE fünf Mal drücken, blinkt das Fenster PULSE. Sie können die Herzfrequenz Ihrer Übung zwischen 30 und 230 ppm programmieren, indem Sie die Tasten ▲/▼ drücken. Wählen Sie die Herzfrequenz und drücken Sie START/STOP, um die Übung zu beginnen. Wenn die Herzfrequenz gleich dem Zielwert ist oder diesen übersteigt, piept der Monitor, um den Benutzer darauf hinzuweisen, dass er langsamer treten soll oder einen niedrigeren Widerstand wählen soll.

**FUNKTION PROGRAMME**

Nach der Eingabe der persönlichen Daten blinken im rechten Bereich des Monitors die den verschiedenen Programmen entsprechenden LEDs: MANUAL, PROGRAM, USER und H.R.C. Wählen Sie die Funktion PROGRAM mit den Tasten ▲/▼ und drücken Sie MODE. Drücken Sie die Tasten ▲/▼, um die Graphik des Programms (1-12) zu wählen, das Sie für Ihre Übung wünschen und drücken Sie MODE. Sie können das Niveau Ihrer Übung programmieren, indem Sie die Tasten ▲/▼ drücken (Niveau 1-16). Drücken Sie START/STOP, um die Übung zu beginnen.


Nach Beginn der Übung können Sie den Widerstand regulieren, indem Sie ▲/▼ drücken.

**NUTZERPROGRAMM**


PROGRAMME ZUR KONTROLLE DER HERZFREQUENZ

ANLEITUNG ZUR BENUTZUNG DES HAND-GRIP (PULS)
In diesem Modell wird der Puls durch Aufl egen beider Hände auf die Sensoren (R) gemessen. Diese Sensoren befinden sich im Lenker (Abb. 3). Wenn beide Hände auf den Sensoren liegen, beginnt das für PULSE stehende Herzsymbol auf der rechten Seite des Bildschirms zu blinken und nach einigen Sekunden erscheint der Wert Ihres Herzrhythmus. Wenn nicht beide Hände korrekt auf den Sensoren liegen (Abb. 3), funktioniert die Puls-Funktion nicht.
Zeigt der Bildschirm “P” an oder das Herz blinkt, vergewissern Sie sich, dass beide Hände auf den Sensoren liegen und dass die Steckverbindungen auf der Rückseite des Monitors angeschlossen sind.

**TELEMETRISCHER PULS**
Der Monitor ist ausgerüstet, um die Signale des telemetrischen Systems zur Pulsmessung zu erhalten. Das System besteht aus einem Empfänger und einem Sender (Brustband T). Abb.4

Dieses System des telemetrischen Pulses ist ausschlaggebend im Vergleich mit dem Handgrip, wenn beide zusammen verwendet werden.

Siehe Gebrauchsanweisung des telemetrischen Pulses.

**KÖRPERFETT-PROGRAMM**
Drücken Sie jetzt die Taste BODYFAT und legen Sie die Hände auf die Pulssensoren (R) (Hand-Grip) (vgl. Abb. 3). Der ausgewählte Benutzer (U1 ~ U4) wird für 2 Sekunden blinken und auf dem LCD-Display wird "- -". Nach einigen Sekunden erscheint das Ergebnis auf den unteren Bildschirmanzeigen des Displays: die Werte für FAT % (Körperfett in %) und BMI (Verhältnis Körpergröße/-gewicht). Erscheint auf dem Bildschirm das Zeichen “E-1”, liegt ein Fehler vor. Legen Sie Ihre Hände korrekt auf die Pulssensoren (R) (Abbildung 3).

"E-2" bedeutet, dass Daten außerhalb des zulässigen Bereichs. Körperfett-Taste erneut, um diese Funktion zu verlassen.

**REFERENZTABELLE KÖRPERFETT IN PROzent % (Body Fat)**

<table>
<thead>
<tr>
<th>GESCHL. FETT %</th>
<th>NIEDRIG</th>
<th>NIEDRIG/ MİTTEL</th>
<th>MITTEL</th>
<th>HOCH</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>MÄNNER</td>
<td>&lt; 13%</td>
<td>13%- 25,8%</td>
<td>26%- 30%</td>
<td>&gt;30%</td>
</tr>
<tr>
<td>FRAUEN</td>
<td>&lt;23%</td>
<td>23%- 35,8%</td>
<td>36%- 40%</td>
<td>&gt;40%</td>
</tr>
</tbody>
</table>

**REFERENZTABELLE.: BMI**

<table>
<thead>
<tr>
<th>dünn =</th>
<th>normal+</th>
<th>leichtes überge wicht</th>
<th>überge wicht</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>&lt;18,5</td>
<td>=18,5-24,9</td>
<td>=25-30</td>
<td>&lt;30</td>
</tr>
</tbody>
</table>

**KONDITIONSTEST**
Die Bewertung Ihrer physischen Kondition ist ein Richtwert für Ihre Erholungsfähigkeit nach physischer Belastung. Wenn Sie ein regelmäßiges Training durchführen, werden Sie feststellen, dass sich diese Bewertung verbessern wird.

Der Test funktioniert nicht, wenn die Sensoren nicht richtig angeschlossen sind oder wenn auf dem Bildschirm die Anzeige “E1” erscheint.

Der TEST funktioniert nicht, wenn nicht beide Hände auf den Sensoren (R) (Hand-Grip) liegen und Sie das Training unterbrochen haben. Die Meldung “E1” auf dem Bildschirm bedeutet, dass die Hände nicht richtig auf den Sensoren (R) (Hand-Grip) liegen. Erscheint die Meldung “E2”, wurde das Training nicht unterbrochen.

FEHLERLÖSUNG

Problem: Das Display schaltet ein und es funktioniert nur die Dauer-Funktion
Lösung:
a.-Prüfen Sie, ob das Anschlusskabel korrekt angeschlossen ist.

Problem: Der Monitor schaltet nicht ein.
Lösung:
a.- Prüfen Sie den Anschluss der Kabel am Monitor.

ANBRINGEN DES ELEKTRONISCHEN MONITORS

Führen Sie den Monitor (1) an die Lenkerstange (4) Fig.5. und verbinden Sie die Klemmen (19/49), die aus der Lenkerstange (4) und dem Monitor (1) kommen Fig.5.
Setzen Sie den Monitor (1) auf die Lenkerstange (4) Fig.5, achten Sie dabei darauf, dass die Kabel nicht eingeklemmt werden. Setzen Sie die Schrauben (3) mit den flachen Unterlegscheiben ein, und ziehen Sie alle Schrauben der Lenkerstange gut fest.

BH BEHÄLT SICH DAS RECHT VOR, DIE SPEZIFIZIERUNGEN SEINER PRODUKTE OHNE VORHERIGE ANKÜNDIGUNG ZU ÄNDERN.

Für Nachfragen aller Arzt stehen wir Ihnen gern zur Verfügung. Rufen Sie unseren Kundendienst an:

+34 902 170 258

service@bhfitness.es