

CARE

F



FONCTIONS DE L'ORDINATEUR :

BOUTON FONCTIONNEL :

MODE – Appuyez sur ce bouton pour sélectionner les fonctions temps, NB de coup de rames, distance, calories et de pouls.

ENTER – Appuyez sur ce bouton pour changer les fonctions heure et temps/500M, les fonctions pulsation et SPM, les fonctions distance et watt, les fonctions coups de rames et coups de rames total.

HAUT/BAS – Pour définir les valeurs de temps, NB de coup de rames, la distance, des calories et de pulsation.

RESET – Appuyez sur le bouton mode pour passer à la fonction cible, puis appuyez sur le bouton reset pour réinitialiser la valeur de la fonction (temps, NB de coup de rames, distance, calories et pulsation). Appuyez et maintenez enfoncé le bouton de réinitialisation pendant environ 2 secondes pour redémarrer l'ordinateur, et toutes les valeurs de l'ordinateur seront réinitialisées (sauf le nombre total de coup de rames qui reviendra à zéro une fois la batterie réinstallée).

RÉCUPÉRATION – Appuyez sur ce bouton pour tester la capacité de récupération du pouls de l'utilisateur. Après une période d'exercice, vous devez toujours porter la ceinture thoracique sans fil. Lorsque l'ordinateur affiche la valeur du pouls, appuyez sur ce bouton pour démarrer la fonction de récupération du pouls. L'ordinateur entrera dans le compte à rebours de 60 secondes. Après le compte à rebours, l'état de récupération du pouls de l'utilisateur sera affiché à l'écran. L'état de récupération représenté par la valeur F est le suivant : (Appuyez sur le bouton de réinitialisation pour revenir à l'écran d'affichage principal.)

F1 : signifie EXCEPTIONNEL

F2 : signifie EXCELLENT

F3 : signifie BON

F4 : signifie JUSTE

F5 : signifie EN DESSOUS DE LA MOYENNE

F6 : signifie PAUVRE

***Fonction pulse disponible en option, vendue séparément.**

FONCTIONS ET OPÉRATIONS :

- 1. TIME** : affiche la durée de l'exercice de l'utilisateur.
- 2. TIME/500M** : affiche le temps nécessaire à l'utilisateur pour effectuer 500 m d'exercice.
- 3. COUPS de rames** : affiche le nombre de fois que l'utilisateur s'entraîne.
- 4. TOTAL de rames**: Affiche le nombre cumulé de fois que l'utilisateur s'est exercé plusieurs fois. Une fois la batterie réinstallée, la valeur est réinitialisée.
- 5. DISTANCE** : affiche la distance parcourue par l'utilisateur.
- 6. WATT** : affiche la puissance d'exercice de l'utilisateur.

7. CALORIES : affiche la valeur calorique consommée par l'utilisateur pendant l'exercice.

8. SPM : affiche les coups par minute.

9. PULSE : affiche la valeur de la fréquence cardiaque de l'utilisateur (veuillez porter la ceinture thoracique CARE CONNECT avant de mesurer la fréquence cardiaque, et la valeur mesurée ne peut pas être utilisée comme base médicale).

PARAMÈTRES DE FORMATION CIBLES :

Cet ordinateur dispose de cinq modes d'entraînement ciblés : temps, coups, distance, calories et pouls (réglés avant l'exercice).

1. Mode d'entraînement cible TIME : appuyez d'abord sur le bouton "MODE" pour passer à la fonction "TIME", puis appuyez sur les boutons "UP" et "DOWN" pour régler le temps cible (appuyez et maintenez enfoncés les boutons haut et bas pour accélérer le réglage). lorsqu'il atteint le temps requis, arrêtez d'appuyer sur le bouton. Commencez ensuite à utiliser la machine et l'écran commencera le compte à rebours. Lorsque le compte à rebours atteint zéro, l'ordinateur déclenche une alarme pour rappeler à l'utilisateur que l'objectif d'entraînement est atteint. si vous continuez à vous entraîner, l'ordinateur commencera automatiquement à compter à partir de zéro.

2. Mode d'entraînement cible STROKES (coup de rames) : appuyez d'abord sur le bouton "MODE" pour passer à la fonction "STROKES", puis appuyez sur les boutons "UP" et "DOWN" pour définir les coups cibles (appuyez et maintenez enfoncés les boutons haut et bas pour accélérer le réglage). lorsqu'il atteint les courses requises, arrêtez d'appuyer sur le bouton. Commencez ensuite à utiliser la machine et l'écran commencera le compte à rebours. Lorsque le compte à rebours atteint zéro, l'ordinateur déclenche une alarme pour rappeler à l'utilisateur que l'objectif d'entraînement est atteint. si vous continuez à vous entraîner, l'ordinateur commencera automatiquement à compter à partir de zéro.

3. Mode d'entraînement cible DISTANCE : appuyez d'abord sur le bouton "MODE" pour passer à la fonction "DISTANCE", puis appuyez sur les boutons "UP" et "DOWN" pour définir les distances cibles (appuyez et maintenez enfoncés les boutons haut et bas pour accélérer le réglage). lorsqu'il atteint les distances requises, arrêtez d'appuyer sur le bouton. Commencez ensuite à utiliser la machine et l'écran commencera le compte à rebours. Lorsque le compte à rebours atteint zéro, l'ordinateur déclenche une alarme pour rappeler à l'utilisateur que l'objectif d'entraînement est atteint. si vous continuez à vous entraîner, l'ordinateur commencera automatiquement à compter à partir de zéro.

4. Mode d'entraînement cible CALORIES : appuyez d'abord sur le bouton "MODE" pour passer à la fonction "CALORIES", puis appuyez sur les boutons "UP" et "DOWN" pour définir les calories cibles (appuyez et maintenez enfoncés les boutons haut et bas pour accélérer le réglage). lorsqu'il atteint les calories requises, arrêtez d'appuyer sur le bouton. Commencez ensuite à utiliser la machine et l'écran commencera le compte à rebours. Lorsque le compte à rebours atteint zéro, l'ordinateur déclenche une alarme pour rappeler à l'utilisateur que l'objectif d'entraînement est atteint. si vous continuez à vous entraîner, l'ordinateur commencera automatiquement à compter à partir de zéro.

5. Mode d'entraînement cible PULSE : uniquement avec la ceinture (Veuillez porter la ceinture thoracique de fréquence cardiaque CARE CONNECT pendant l'entraînement en option - vendue séparément). Appuyez d'abord sur le bouton "MODE" pour passer à la fonction "PULSE", puis appuyez sur les boutons "UP" et "DOWN". " pour régler le pouls cible (appuyez et maintenez enfoncés les boutons haut et bas pour accélérer le réglage). lorsqu'il atteint le pouls requis, arrêtez d'appuyer sur le bouton. Commencez ensuite à utiliser la machine. Lorsque le pouls de l'utilisateur est supérieur au pouls cible, l'ordinateur déclenche une alarme.

Pendant le processus de réglage, si vous souhaitez modifier la valeur cible, appuyez sur le bouton de réinitialisation pour effacer le paramètre actuel ou appuyez et maintenez le bouton de réinitialisation pendant environ 2 secondes pour effacer toutes les valeurs cibles, puis réinitialisez selon la description ci-dessus.

CARACTÉRISTIQUES:

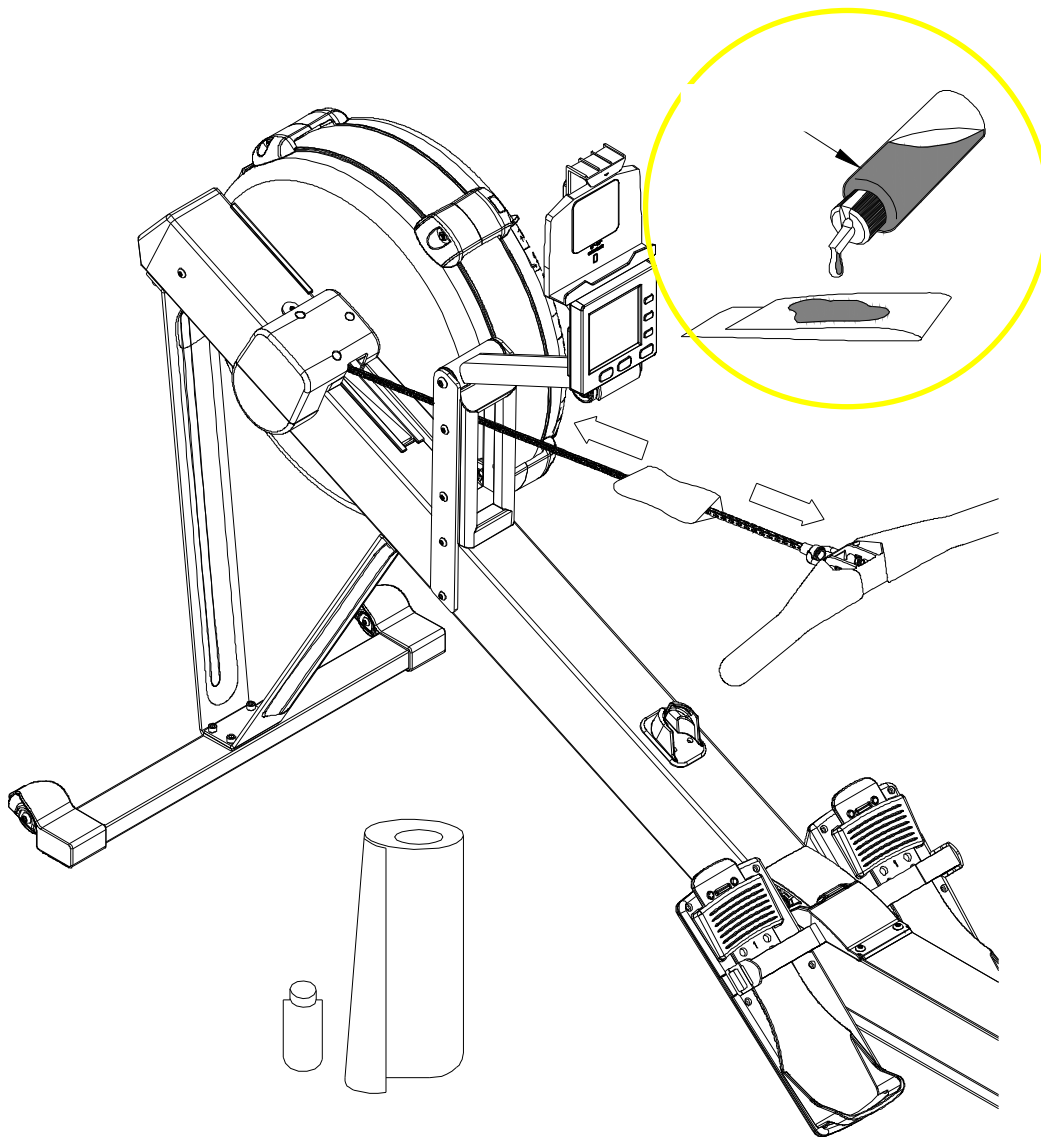
| | | |
|-------------------------------|----------------------------|--------------------------------|
| FONCTION | TEMPS | 0:00~99:59 |
| | TEMPS/500M | 0:00~99:59 |
| | COUPS | 0 ~ 99999 FOIS |
| | TOTAL COUPS | 0 ~ 99999 FOIS |
| | DISTANCE | 0~9999 MÈTRES |
| | WATT | 0~999W |
| | CALORIES | 0~9999 CAL |
| | GPS | 0~999 FOIS/MIN |
| | PULSE | 60 ~ 240 battements par minute |
| TYPE DE BATTERIE | 2 pièces de piles R20 1.5V | |
| TEMPÉRATURE DE FONCTIONNEMENT | 0°C ~ +40°C | |
| TEMPÉRATURE DE STOCKAGE | -10°C ~ +60°C | |

NOTE:

1. Si l'écran est faible ou n'affiche aucun chiffre, remplacez les piles.
2. L'ordinateur s'éteindra automatiquement s'il n'y a pas d'exercice ou d'utilisation des boutons dans les 2 minutes.
3. Le moniteur s'allumera automatiquement lorsque vous commencerez à faire de l'exercice ou lorsque vous appuierez sur n'importe quel bouton pour commencer.
4. Le moniteur commencera automatiquement à calculer lorsque vous commencerez à faire de l'exercice et arrêtera de calculer lorsque vous arrêterez de faire de l'exercice pendant 4 secondes.
5. Appuyez sur n'importe quel bouton pour allumer le rétroéclairage de l'ordinateur, et le rétroéclairage s'éteindra automatiquement et passera en mode d'économie d'énergie après 8 secondes si aucun bouton n'est enfoncé ou si l'exercice est terminé. Appuyez sur n'importe quel bouton pour réveiller le rétroéclairage .
6. Lorsque les piles sont retirées, toutes les valeurs fonctionnelles seront réinitialisées à zéro.

Veillez noter que toutes les valeurs indiquées sur cet ordinateur sont approximatives et servent uniquement à des fins de comparaison. N'utilisez pas ces valeurs à des fins médicales ou de réadaptation.

LUBRIFIANT POUR CHAÎNE



Il est recommandé de lubrifier la chaîne toutes les 50 heures d'utilisation. Suivez les étapes ci-dessous.

1. Commencez par placer 1 cuillère à café de lubrifiant sur une serviette.
2. Prenez la serviette huilée et essuyez soigneusement toute la longueur de la chaîne d'avant en arrière pour assurer une lubrification complète .
3. Après avoir appliqué l'huile, retirez tout excédent en l'essuyant délicatement. Si nécessaire, répétez le processus jusqu'à ce que la chaîne soit suffisamment lubrifiée.

NOTES DE FONCTIONNEMENT

TRANSPORT

Le rameur est doté d'une paire de roulettes sur le châssis principal.
Pour vous déplacer, tenez et inclinez soigneusement le rameur, puis roulez.

Rappel :

1. Veuillez utiliser 2 piles de 1,5 V
2. Tenir la console éloignée d'environnements humides

Connection application

Copier le lien ci-dessous dans votre navigateur (Edge, Firefox, Chrome, Safari etc)

<https://cloud.carefitness.com/index.php/s/E2WD22KMNBQzERL>

Et suivre les instructions détaillées

POUR COMMANDER DES PIECES DETACHEES

Dans un soucis d'efficacité munissez-vous des éléments suivants avant de contacter notre Service Après Vente :

Le nom ou la référence du produit.

Le numéro de fabrication indiqué sur le châssis principal et sur le carton d'emballage.

Contactez du lundi au vendredi de **10H00 à 12H00** et de **14H00 à 17H00** (sauf jours fériés).

Service Après Vente
18 / 22 rue Bernard
Z.I. les Vignes
93000 BOBIGNY
Tél. : + 33 (0)1 48 43 67 20
<https://www.carefitness.com/sav>

GB



COMPUTER FUNCTIONS:

FUNCTIONAL BUTTON:

MODE – Press this button to select the time, number of strokes, distance, calories and pulse functions.

ENTER – Press this button to change the time and time/500M functions, the pulse and SPM functions, the distance and watt functions, the stroke and total stroke functions.

UP/DOWN – To set the values of time , number of strokes , distance, calories and heart rate.

RESET – Press the mode button to switch to the target function, then press the reset button to reset the function value (time, number of strokes, distance, calories and heart rate). Press and hold the reset button for about 2 seconds to restart the computer, and all values on the computer will be reset (except the total number of strokes which will return to zero once the battery is reinstalled).

RECOVERY – Press this button to test the user's pulse recovery ability. After a period of exercise, you should always wear the wireless chest strap. When the computer displays the pulse value, press this button to start the pulse recovery function. The computer will enter the 60 second countdown. After the countdown, the user's heart rate recovery status will be displayed on the screen. The recovery state represented by the F value is as follows: (Press the reset button to return to the main display screen.)

F1: means EXCEPTIONAL

F2: means EXCELLENT

F3: means GOOD

F4: means FAIR

F5: means BELOW AVERAGE

F6: means POOR

***Pulse function available as an option, sold separately.**

FUNCTIONS AND OPERATIONS:

- 1. TIME:** Displays the duration of the user's exercise.
- 2. TIME/500M:** Displays the time it takes the user to complete 500m of exercise.
- 3. OAR STROKE:** displays the number of times the user trains.
- 4. TOTAL oars:** Shows the cumulative number of times the user has practiced multiple times. Once the battery is reinstalled, the value is reset.
- 5. DISTANCE:** Shows the distance traveled by the user.
- 6. WATT:** Displays the user's exercise power.
- 7. CALORIES:** displays the caloric value consumed by the user during exercise.
- 8. SPM:** displays strokes per minute.
- 9. PULSE:** displays the user's heart rate value (please wear the CARE CONNECT chest belt before measuring the heart rate, and the measured value cannot be used as a medical basis)

TARGET TRAINING PARAMETERS:

This computer has five targeted training modes: time, strokes, distance, calories and pulse (set before exercising).

1. TIME target training mode: first press the "MODE" button to switch to the "TIME" function, then press the "UP" and "DOWN" buttons to set the target time (press and hold the up and down buttons to speed up the adjustment). when it reaches the required time, stop pressing the button. Then start using the machine and the screen will start counting down. When the countdown reaches zero, the computer sounds an alarm to remind the user that the training goal has been reached. if you continue practicing, the computer will automatically start counting from zero.

2. STROKES target training mode: first press the "MODE" button to switch to the "STROKES" function, then press the "UP" and "DOWN" buttons to set the target strokes (press and hold the up and down buttons to speed up the setting). when it reaches the required strokes, stop pressing the button. Then start using the machine and the screen will start counting down. When the countdown reaches zero, the computer sounds an alarm to remind the user that the training goal has been reached. if you continue practicing, the computer will automatically start counting from zero.

3. DISTANCE target training mode: first press the "MODE" button to switch to the "DISTANCE" function, then press the "UP" and "DOWN" buttons to set the target distances (press and hold the up and down buttons to speed up the adjustment). when it reaches the required distances, stop pressing the button. Then start using the machine and the screen will start counting down. When the countdown reaches zero, the computer sounds an alarm to remind the user that the training goal has been reached. if you continue practicing, the computer will automatically start counting from zero.

4. CALORIES target training mode: first press the "MODE" button to switch to the "CALORIES" function, then press the "UP" and "DOWN" buttons to set the target calories (press and hold the up and down buttons to speed up the adjustment). when it reaches the required calories, stop pressing the button. Then start using the machine and the screen will start counting down. When the countdown reaches zero, the computer sounds an alarm to remind the user that the training goal has been reached. if you continue practicing, the computer will automatically start counting from zero.

5. PULSE target training mode: only with the belt (Please wear the optional CARE CONNECT heart rate chest belt during training - sold separately). First press the "MODE" button to switch to the "PULSE" function, then press the "UP" and "DOWN" buttons. " to adjust the target pulse (press and hold the up and down buttons to speed up the setting). When it reaches the required pulse, stop pressing the button. Then start using the machine. When the pulse of the If the user exceeds the target heart rate, the computer triggers an alarm.

During the setting process, if you want to change the target value, press the reset button to clear the current setting or press and hold the reset button for about 2 seconds to clear all target values, then reset according to the description below -above.

FEATURES:

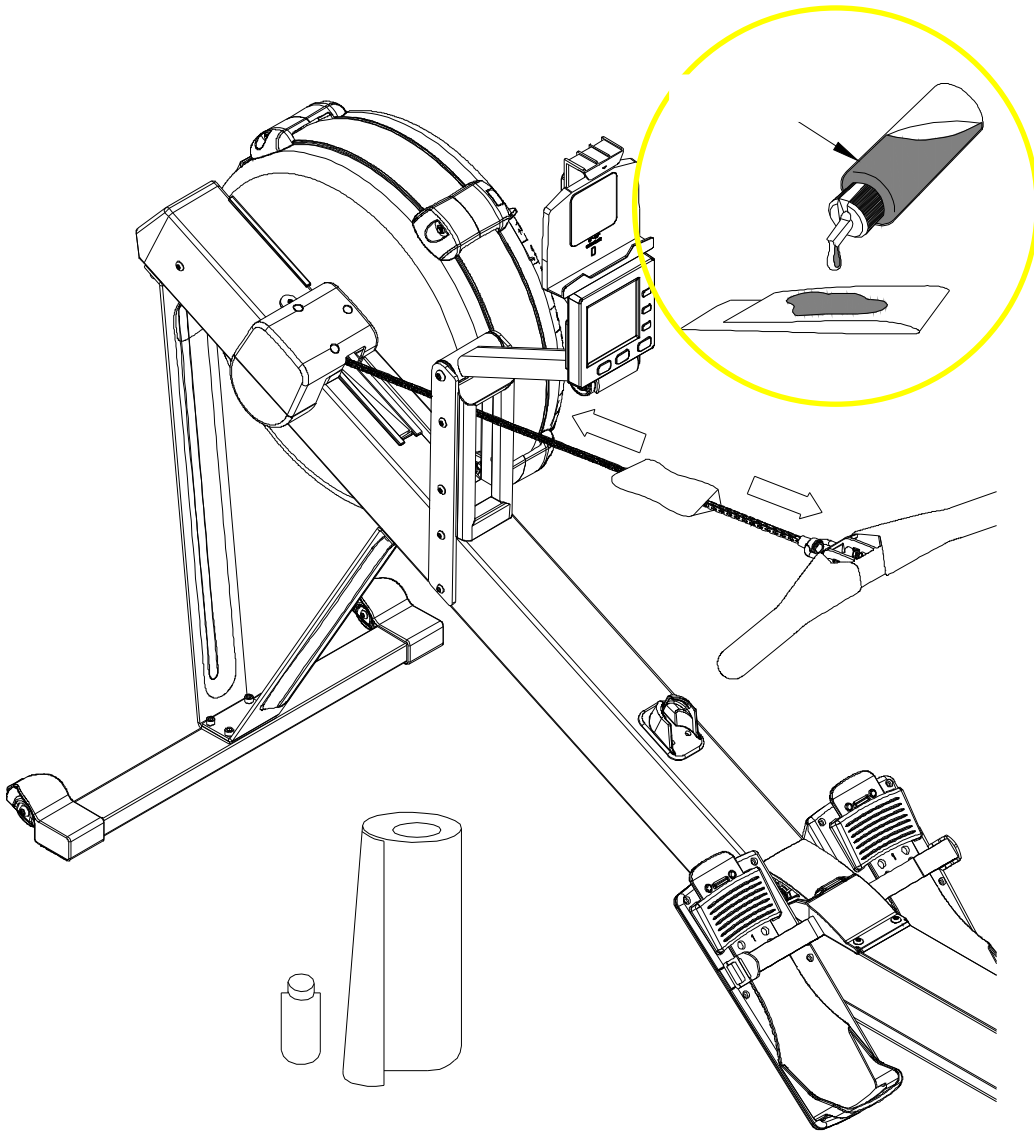
| | | |
|-----------------------|-------------|--------------------------------|
| FUNCTION | TIME | 0:00~99:59 |
| | TIME/500M | 0:00~99:59 |
| | SHOTS | 0 ~ 99999 TIMES |
| | TOTAL SHOTS | 0 ~ 99999 TIMES |
| | DISTANCE | 0~9999 METERS |
| | WATT | 0~999W |
| | CALORIES | 0~9999 CAL |
| | GPS | 0~999 TIMES/MIN |
| | PULSE | 60 ~ 240 beats per minute |
| BATTERY TYPE | | 2 pieces of batteries R20 1.5V |
| OPERATING TEMPERATURE | | 0°C ~ +40°C |
| STORAGE TEMPERATURE | | -10°C ~ +60°C |

NOTE:

1. If the screen is dim or does not show any numbers, replace the batteries.
2. The computer will automatically shut down if there is no exercise or button operation within 2 minutes.
3. The monitor will turn on automatically when you start exercising or press any button to start.
4. The monitor will automatically start calculating when you start exercising and stop calculating when you stop exercising for 4 seconds.
5. Press any button to turn on the computer backlight, and the backlight will automatically turn off and enter power saving mode after 8 seconds if no button is pressed or exercise is finished. Press any button to wake up the backlight.
6. When the batteries are removed, all functional values will be reset to zero.

Please note that all values shown on this computer are approximate and are for comparison purposes only. Do not use these values for medical or rehabilitation purposes.

CHAIN LUBRICANT



It is recommended to lubricate the chain every 50 hours of use. Follow the steps below .

1. Start by placing 1 teaspoon of lubricant on a towel.
2. Take the oiled towel and carefully wipe the entire length of the chain from front to back to ensure complete lubrication .
3. After applying the oil, remove any excess by gently wiping it off. If necessary, repeat the process until the chain is sufficiently lubricated.

OPERATING NOTES

TRANSPORTATION

The rower has a pair of casters on the main frame.
To move, carefully hold and tilt the rower, then roll.

Reminder :

1. Please use 2 pieces of 1.5V batteries
2. Keep the console away from humid environment

Application connection

Copy the link here under to your browser (Edge, Firefox, Chrome, Safari etc)

<https://cloud.carefitness.com/index.php/s/E2WD22KMNBQzERL>

And Follow the detailed instruction

To order spare parts

To guarantee an efficient service, make sure you have the following items before you contact our After Sales Service:

The name or **reference of the product**.

The **manufacturing number** shown on the main chassis and on the packing box.

The **number of the missing or faulty part** shown on the exploded view of the product described in this manual.

After Sales Service
Email: service-uk@carefitness.com



COMPUTERFUNKTIONEN:

FUNKTIONSTASTE:

MODUS – Drücken Sie diese Taste, um die Funktionen Zeit, Anzahl der Züge, Distanz, Kalorien und Puls auszuwählen.

ENTER – Drücken Sie diese Taste, um die Zeit- und Zeit/500M-Funktionen, die Puls- und SPM-Funktionen, die Distanz- und Wattfunktionen sowie die Hub- und Gesamthubfunktionen zu ändern.

UP/DOWN – Zum Einstellen der Werte für Zeit, Anzahl der Schläge, Distanz, Kalorien und Herzfrequenz.

RESET – Drücken Sie die Modustaste, um zur Zielfunktion zu wechseln, und drücken Sie dann die Reset-Taste, um den Funktionswert (Zeit, Anzahl der Schläge, Distanz, Kalorien und Herzfrequenz) zurückzusetzen. Halten Sie die Reset-Taste etwa 2 Sekunden lang gedrückt, um den Computer neu zu starten. Alle Werte auf dem Computer werden zurückgesetzt (mit Ausnahme der Gesamtzahl der Hübe, die auf Null zurückgesetzt wird, sobald die Batterie wieder eingesetzt wird).

ERHOLUNG – Drücken Sie diese Taste, um die Fähigkeit des Benutzers zur Pulserholung zu testen. Nach einer Trainingseinheit sollten Sie den kabellosen Brustgurt immer tragen. Wenn der Computer den Pulswert anzeigt, drücken Sie diese Taste, um die Pulswiederherstellungsfunktion zu starten. Der Computer startet den 60-Sekunden-Countdown. Nach dem Countdown wird der Herzfrequenz-Erholungsstatus des Benutzers auf dem Bildschirm angezeigt. Der durch den F-Wert dargestellte Wiederherstellungszustand ist wie folgt: (Drücken Sie die Reset-Taste, um zum Hauptbildschirm zurückzukehren.)

F1: bedeutet AUSSERGEWÖHNLICH

F2: bedeutet AUSGEZEICHNET

F3: bedeutet GUT
F4: bedeutet FAIR
F5: bedeutet UNTER DURCHSCHNITT
F6: bedeutet SCHLECHT

***Impulsfunktion optional erhältlich, separat erhältlich.**

FUNKTIONEN UND OPERATIONEN:

- 1. ZEIT:** Zeigt die Dauer des Trainings des Benutzers an.
- 2. TIME/500M:** Zeigt die Zeit an, die der Benutzer benötigt, um 500 m Training zu absolvieren.
- 3. Ruderschlag:** Zeigt an, wie oft der Benutzer trainiert.
- 4. GESAMT Ruder:** Zeigt die kumulierte Anzahl der Male an, die der Benutzer mehrmals geübt hat.
Sobald die Batterie wieder eingesetzt wird, wird der Wert zurückgesetzt.
- 5. DISTANZ:** Zeigt die vom Benutzer zurückgelegte Distanz an.
- 6. WATT:** Zeigt die Trainingsleistung des Benutzers an.
- 7. KALORIEN:** Zeigt den vom Benutzer während des Trainings verbrauchten Kalorienwert an.
- 8. SPM:** Zeigt Schläge pro Minute an.
- 9. PULSE:** zeigt den Wert der Herzfrequenz des Benutzers an (bitte tragen Sie den CARE CONNECT Brustgurt, bevor Sie die Herzfrequenz messen, und der gemessene Wert kann nicht als medizinische Grundlage verwendet werden)

ZIEL-TRAININGSPARAMETER:

Dieser Computer verfügt über fünf gezielte Trainingsmodi: Zeit, Züge, Distanz, Kalorien und Puls (vor dem Training eingestellt).

1. TIME-Zieltrainingsmodus: Drücken Sie zuerst die Taste „MODE“, um zur Funktion „TIME“ zu wechseln, und drücken Sie dann die Tasten „UP“ und „DOWN“, um die Zielzeit einzustellen (halten Sie die Tasten „Up“ und „Down“ gedrückt, um die Geschwindigkeit einzustellen). die Einstellung erhöhen). Wenn die erforderliche Zeit erreicht ist, hören Sie auf, die Taste zu drücken. Beginnen Sie dann mit der Verwendung der Maschine und der Bildschirm beginnt mit dem Countdown. Wenn der Countdown Null erreicht, gibt der Computer einen Alarm aus, um den Benutzer daran zu erinnern, dass das Trainingsziel erreicht wurde. Wenn Sie weiter üben, beginnt der Computer automatisch mit dem Zählen bei Null.

2. STROKES-Zieltrainingsmodus: Drücken Sie zuerst die Taste „MODE“, um zur Funktion „STROKES“ zu wechseln, und drücken Sie dann die Tasten „UP“ und „DOWN“, um die Zielschläge einzustellen (halten Sie die Auf- und Ab-Tasten gedrückt, um die Geschwindigkeit einzustellen). ändern Sie die Einstellung). Wenn die erforderlichen Hübe erreicht sind, hören Sie auf, die Taste zu drücken. Beginnen Sie dann mit der Verwendung der Maschine und der Bildschirm beginnt mit dem Countdown. Wenn der Countdown Null erreicht, gibt der Computer einen Alarm aus, um den Benutzer daran zu erinnern, dass das Trainingsziel erreicht wurde. Wenn Sie weiter üben, beginnt der Computer automatisch mit dem Zählen bei Null.

3. DISTANCE-Zieltrainingsmodus: Drücken Sie zuerst die Taste „MODE“, um zur Funktion „DISTANCE“ zu wechseln, und drücken Sie dann die Tasten „UP“ und „DOWN“, um die Zielentfernungen einzustellen (halten Sie die Tasten „Up“ und „Down“ gedrückt, um die Geschwindigkeit einzustellen). die Einstellung erhöhen). Wenn die erforderlichen Entfernungen erreicht sind, hören Sie auf, die Taste zu drücken. Beginnen Sie dann mit der Verwendung der Maschine und der Bildschirm beginnt mit dem Countdown. Wenn der Countdown Null erreicht, gibt der Computer einen Alarm aus, um den Benutzer daran zu erinnern, dass das Trainingsziel erreicht wurde. Wenn Sie weiter üben, beginnt der Computer automatisch mit dem Zählen bei Null.

4. Kalorienziel-Trainingsmodus: Drücken Sie zuerst die Taste „MODE“, um zur Funktion „KALORIEN“ zu wechseln, und drücken Sie dann die Tasten „UP“ und „DOWN“, um die Zielkalorien einzustellen (halten Sie die Tasten „Up“ und „Down“ gedrückt, um die Geschwindigkeit zu erhöhen). die Einstellung erhöhen). Wenn die erforderlichen Kalorien erreicht sind, hören Sie auf, die Taste zu drücken. Beginnen Sie dann mit der Verwendung der Maschine und der Bildschirm beginnt mit dem Countdown. Wenn der Countdown Null erreicht, gibt der Computer einen Alarm aus, um den Benutzer daran zu erinnern, dass das Trainingsziel erreicht wurde. Wenn Sie weiter üben, beginnt der Computer automatisch mit dem Zählen bei Null.

5. PULSE-Zieltrainingsmodus: nur mit dem Gürtel (Bitte tragen Sie während des Trainings den optionalen CARE CONNECT Herzfrequenz-Brustgurt - separat erhältlich). Drücken Sie zunächst die Taste

„MODE“, um in die Funktion „PULSE“ zu wechseln, und drücken Sie dann die Tasten „UP“ und „DOWN“. , um den Zielpuls einzustellen (halten Sie die Auf- und Ab-Tasten gedrückt, um die Einstellung zu beschleunigen). Wenn der erforderliche Puls erreicht ist, hören Sie auf, die Taste zu drücken. Beginnen Sie dann mit der Verwendung des Geräts. Wenn der Puls des Benutzers den überschreitet Bei Erreichen der Zielherzfrequenz löst der Computer einen Alarm aus.

Wenn Sie während des Einstellungsprozesses den Zielwert ändern möchten, drücken Sie die Reset-Taste, um die aktuelle Einstellung zu löschen, oder halten Sie die Reset-Taste etwa 2 Sekunden lang gedrückt, um alle Zielwerte zu löschen, und setzen Sie sie dann gemäß der Beschreibung unten – oben zurück.

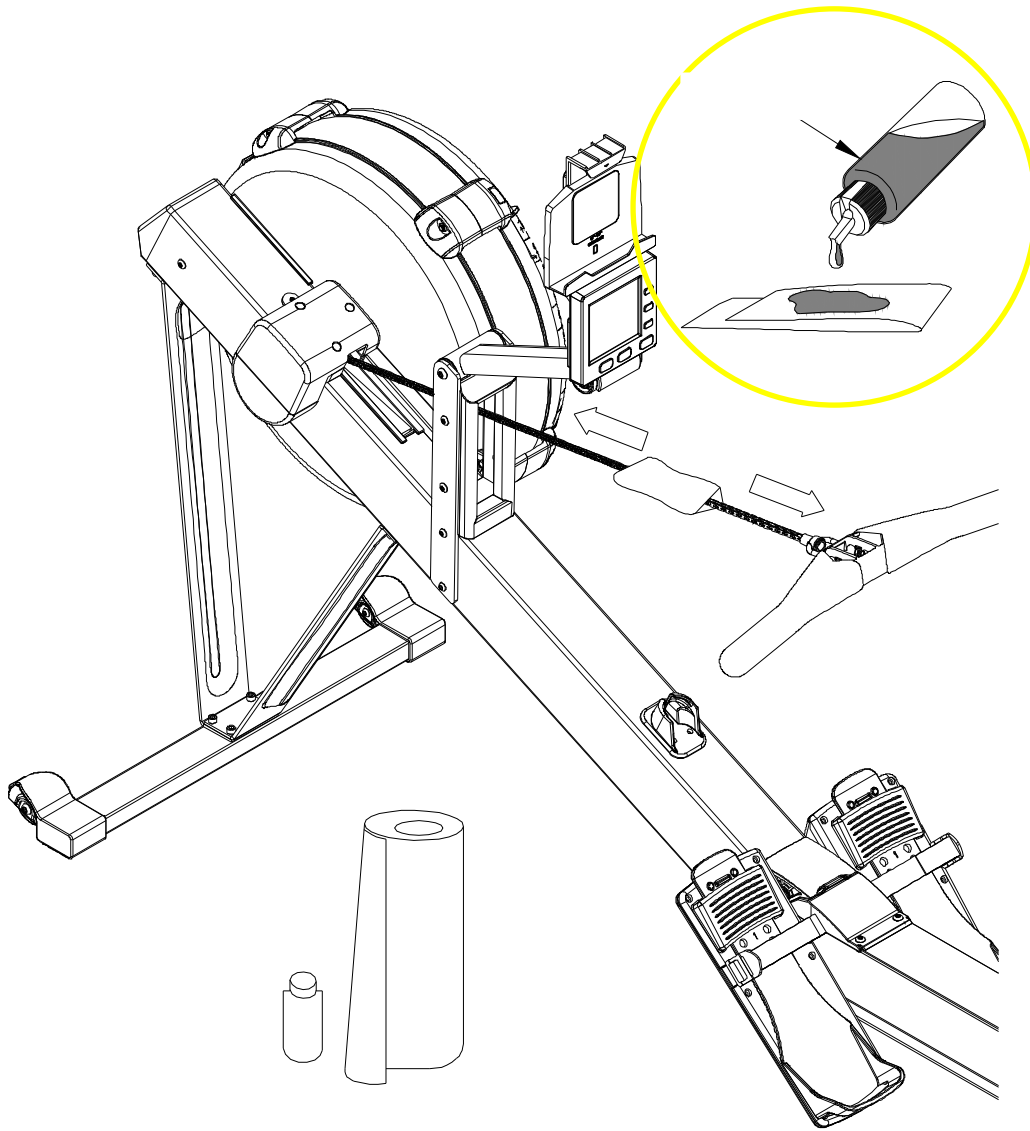
MERKMALE:

| | | |
|--------------------|----------------|-----------------------------|
| FUNKTION | ZEIT | 0:00~99:59 |
| | ZEIT/500M | 0:00~99:59 |
| | SCHÜSSE | 0 ~ 99999 MAL |
| | GESAMT SCHÜSSE | 0 ~ 99999 MAL |
| | DISTANZ | 0~9999 METER |
| | WATT | 0~999W |
| | KALORIEN | 0~9999 CAL |
| | GPS | 0~999 MAL/MIN |
| | PULSE | 60 ~ 240 Schläge pro Minute |
| AKKU-TYP | | 2 Stück Batterien R20 1.5V |
| BETRIEBSTEMPERATUR | | 0°C ~ +40°C |
| LAGERTEMPERATUR | | -10°C ~ +60°C |

NOTIZ:

1. Wenn der Bildschirm dunkel ist oder keine Zahlen anzeigt, ersetzen Sie die Batterien.
2. Der Computer schaltet sich automatisch ab, wenn innerhalb von 2 Minuten keine Übung oder Tastenbetätigung erfolgt.
3. Der Monitor schaltet sich automatisch ein, wenn Sie mit dem Training beginnen oder zum Starten eine beliebige Taste drücken.
4. Der Monitor beginnt automatisch mit der Berechnung, wenn Sie mit dem Training beginnen, und stoppt die Berechnung, wenn Sie 4 Sekunden lang mit dem Training aufhören.
5. Drücken Sie eine beliebige Taste, um die Hintergrundbeleuchtung des Computers einzuschalten. Die Hintergrundbeleuchtung schaltet sich automatisch aus und wechselt nach 8 Sekunden in den Energiesparmodus, wenn keine Taste gedrückt wird oder das Training beendet ist. Drücken Sie eine beliebige Taste, um die Hintergrundbeleuchtung zu aktivieren .
6. Beim Entfernen der Batterien werden alle Funktionswerte auf Null zurückgesetzt.

Bitte beachten Sie, dass alle auf diesem Computer angezeigten Werte Näherungswerte sind und nur zu Vergleichszwecken dienen. Verwenden Sie diese Werte nicht für medizinische oder Rehabilitationszwecke.



Es wird empfohlen, die Kette alle 50 Betriebsstunden zu schmieren. Folgen Sie den unteren Schritten .

1. Geben Sie zunächst 1 Teelöffel Gleitmittel auf ein Handtuch.
2. Nehmen Sie das geölte Tuch und wischen Sie die gesamte Länge der Kette vorsichtig von vorne nach hinten ab, um eine vollständige Schmierung sicherzustellen .
3. Entfernen Sie nach dem Auftragen des Öls überschüssiges Öl, indem Sie es vorsichtig abwischen. Wiederholen Sie ggf. den Vorgang, bis die Kette ausreichend geschmiert ist.

BETRIEBSHINWEISE

TRANSPORT

Das Rudergerät verfügt über ein Paar Rollen am Hauptrahmen.

Um sich zu bewegen, halten und neigen Sie das Rudergerät vorsichtig und rollen Sie es dann.

Anwendungsverbindung

Kopieren Sie den Link hier unten auf Ihren Browser (Edge, Firefox, Chrome, Safari usw.)

<https://cloud.carefitness.com/index.php/s/E2WD22KMNBQzERL>

Und folgen Sie der detaillierten Anleitung

Hinweis:

1. Bitte verwenden Sie 2 1,5-V-Batterien

2. Die Konsole darf nicht in feuchter Umgebung verwendet werden

Bestellung von Einzelteilen

Für eine effizientere Abwicklung stellen Sie bitte, bevor Sie unseren Kundendienst kontaktieren, folgende Angaben zusammen:

Den Namen oder die Artikelnummer des Produkts.

Die Fabrikationsnummer, die auf dem Hauptrahmen und dem Verpackungskarton steht.

Die Nummer des fehlenden oder schadhaften Teils, wie sie aus der diesen Informationen beigefügten Explosionszeichnung hervorgeht.

Service Après Vente (Kundendienst)

E mail : service-de@carefitness.com



FUNCIONES DE LA COMPUTADORA:

BOTÓN FUNCIONAL:

MODO : presione este botón para seleccionar las funciones de tiempo, número de brazadas, distancia, calorías y pulso.

ENTER : presione este botón para cambiar las funciones de hora y tiempo/500 M, las funciones de pulso y SPM, las funciones de distancia y vatios, las funciones de carrera y carrera total.

ARRIBA/ABAJO – Para configurar los valores de tiempo , número de brazadas , distancia, calorías y frecuencia cardíaca.

RESET : presione el botón de modo para cambiar a la función objetivo, luego presione el botón de reinicio para restablecer el valor de la función (tiempo, número de brazadas, distancia, calorías y frecuencia cardíaca). Mantenga presionado el botón de reinicio durante aproximadamente 2 segundos para reiniciar la computadora, y todos los valores en la computadora se restablecerán (excepto el número total de pulsaciones que volverá a cero una vez que se reinstale la batería).

RECUPERACIÓN : presione este botón para probar la capacidad de recuperación del pulso del usuario. Después de un período de ejercicio, siempre debes usar la correa pectoral inalámbrica. Cuando la computadora muestre el valor del pulso, presione este botón para iniciar la función de recuperación del pulso. La computadora entrará en la cuenta regresiva de 60 segundos. Después de la cuenta regresiva, el estado de recuperación de la frecuencia cardíaca del usuario se mostrará en la pantalla. El estado de recuperación representado por el valor F es el siguiente: (Presione el botón de reinicio para regresar a la pantalla principal).

F1: significa EXCEPCIONAL

F2: significa EXCELENTE

F3: significa BUENO

F4: significa JUSTO
F5: significa DEBAJO DEL PROMEDIO
F6: significa POBRE

***La función de pulso está disponible como opción, se vende por separado.**

FUNCIONES Y OPERACIONES:

- 1. TIEMPO:** Muestra la duración del ejercicio del usuario.
- 2. TIEMPO/500M:** Muestra el tiempo que le toma al usuario completar 500m de ejercicio.
- 3. CARRERA DE REMO:** muestra el número de veces que entrena el usuario.
- 4. TOTAL de remos:** Muestra el número acumulado de veces que el usuario ha practicado varias veces. Una vez reinstalada la batería, se restablece el valor.
- 5. DISTANCIA:** Muestra la distancia recorrida por el usuario.
- 6. WATT:** Muestra la potencia de ejercicio del usuario.
- 7. CALORÍAS:** muestra el valor calórico consumido por el usuario durante el ejercicio.
- 8. SPM:** muestra golpes por minuto.
- 9. PULSO:** muestra el valor de la frecuencia cardiaca del usuario (por favor, póngase el cinturón pectoral CARE CONNECT antes de medir la frecuencia cardiaca, y el valor medido no puede utilizarse como base médica).

PARÁMETROS DE ENTRENAMIENTO OBJETIVO:

Esta computadora tiene cinco modos de entrenamiento específicos: tiempo, brazadas, distancia, calorías y pulso (configurados antes del ejercicio).

1. Modo de entrenamiento objetivo de TIEMPO: primero presione el botón "MODO" para cambiar a la función "TIEMPO", luego presione los botones "ARRIBA" y "ABAJO" para configurar el tiempo objetivo (presione y mantenga presionados los botones arriba y abajo para acelerar subir el ajuste). cuando llegue el tiempo requerido, deje de presionar el botón. Luego comience a usar la máquina y la pantalla comenzará la cuenta regresiva. Cuando la cuenta atrás llega a cero, la computadora hace sonar una alarma para recordarle al usuario que se ha alcanzado el objetivo de entrenamiento. Si continúa practicando, la computadora comenzará a contar automáticamente desde cero.

2. Modo de entrenamiento objetivo de TRAZOS: primero presione el botón "MODE" para cambiar a la función "STROKES", luego presione los botones "ARRIBA" y "ABAJO" para configurar los trazos objetivo (presione y mantenga presionados los botones arriba y abajo para acelerar subir el ajuste). cuando alcance los golpes requeridos, deje de presionar el botón. Luego comience a usar la máquina y la pantalla comenzará la cuenta regresiva. Cuando la cuenta atrás llega a cero, la computadora hace sonar una alarma para recordarle al usuario que se ha alcanzado el objetivo de entrenamiento. Si continúa practicando, la computadora comenzará a contar automáticamente desde cero.

3. Modo de entrenamiento objetivo a DISTANCIA: primero presione el botón "MODO" para cambiar a la función "DISTANCIA", luego presione los botones "ARRIBA" y "ABAJO" para configurar las distancias objetivo (presione y mantenga presionados los botones arriba y abajo para acelerar subir el ajuste). cuando alcance las distancias requeridas, deje de presionar el botón. Luego comience a usar la máquina y la pantalla comenzará la cuenta regresiva. Cuando la cuenta atrás llega a cero, la computadora hace sonar una alarma para recordarle al usuario que se ha alcanzado el objetivo de entrenamiento. Si continúa practicando, la computadora comenzará a contar automáticamente desde cero.

4. Modo de entrenamiento objetivo de CALORÍAS: primero presione el botón "MODO" para cambiar a la función "CALORÍAS", luego presione los botones "ARRIBA" y "ABAJO" para configurar las calorías objetivo (presione y mantenga presionados los botones arriba y abajo para acelerar subir el ajuste). cuando alcance las calorías requeridas, deje de presionar el botón. Luego comience a usar la máquina y la pantalla comenzará la cuenta regresiva. Cuando la cuenta atrás llega a cero, la computadora hace sonar una alarma para recordarle al usuario que se ha alcanzado el objetivo de entrenamiento. Si continúa practicando, la computadora comenzará a contar automáticamente desde cero.

5. Modo de entrenamiento objetivo PULSE: solo con el cinturón (Utiliza el cinturón pectoral de frecuencia cardiaca CARE CONNECT opcional durante el entrenamiento - se vende por separado). Primero presione el botón "MODE" para cambiar a la función "PULSE", luego presione los botones "UP" y "DOWN". "

para ajustar el pulso objetivo (mantenga presionados los botones arriba y abajo para acelerar la configuración). Cuando alcance el pulso requerido, deje de presionar el botón. Luego comience a usar la máquina. Cuando el pulso del Si el usuario excede el frecuencia cardíaca objetivo, la computadora activa una alarma.

Durante el proceso de configuración, si desea cambiar el valor objetivo, presione el botón de reinicio para borrar la configuración actual o presione y mantenga presionado el botón de reinicio durante aproximadamente 2 segundos para borrar todos los valores objetivo, luego reinicie de acuerdo con la descripción a continuación.

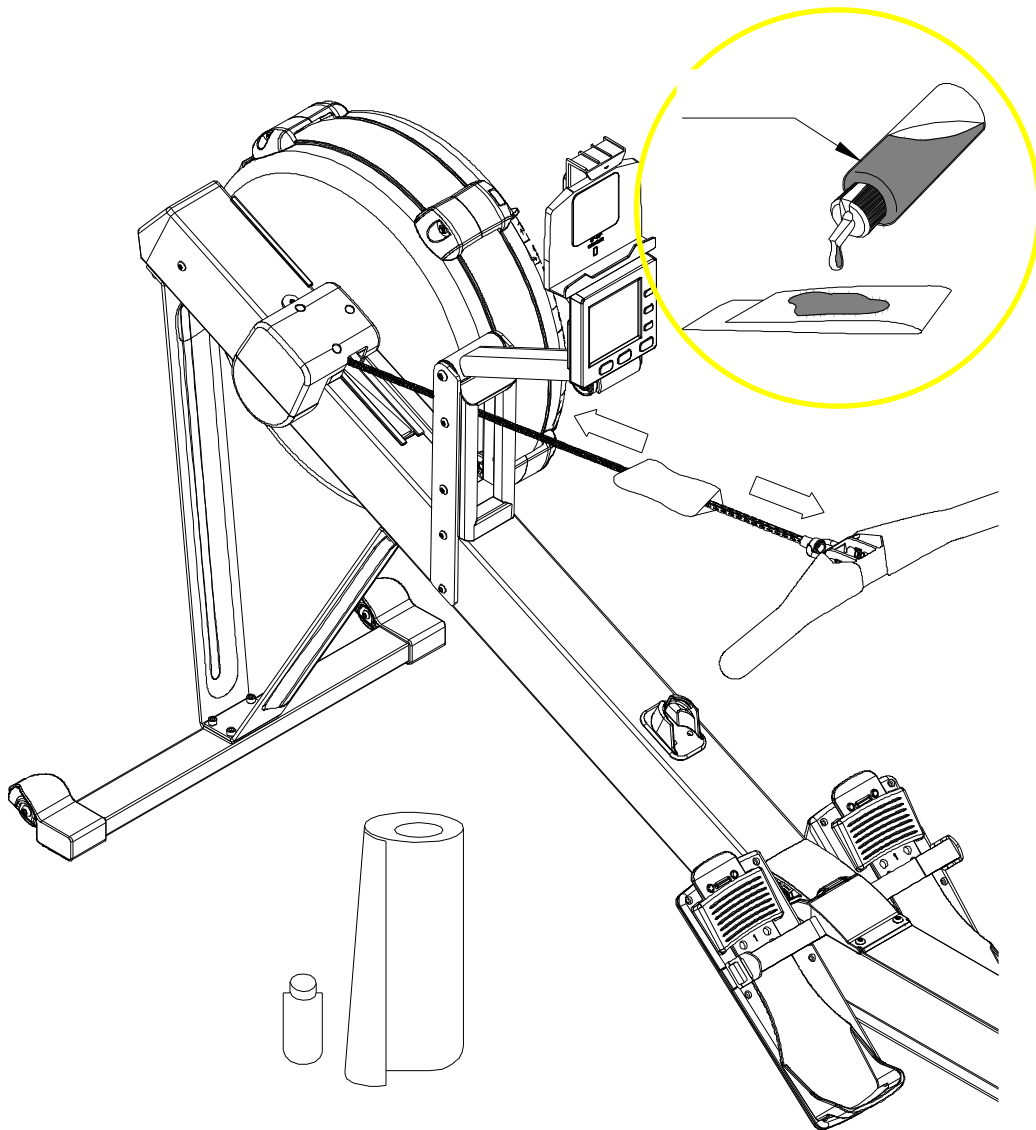
CARACTERÍSTICAS:

| | | |
|-------------------------------|----------------|-------------------------------|
| FUNCIÓN | TIEMPO | 0:00~99:59 |
| | TIEMPO/500 M | 0:00~99:59 |
| | DISPAROS | 0 ~ 99999 VECES |
| | TOTAL DISPAROS | 0 ~ 99999 VECES |
| | DISTANCIA | 0~9999 METROS |
| | VATIO | 0~999W |
| | CALORIAS | 0~9999 CAL |
| | GPS | 0~999 VECES/MIN |
| | PULSE | 60 ~ 240 latidos por minuto |
| TIPO DE BATERÍA | | 2 piezas de baterías R20 1.5V |
| TEMPERATURA DE FUNCIONAMIENTO | | 0°C ~ +40°C |
| TEMPERATURA DE ALMACENAMIENTO | | -10°C ~ +60°C |

NOTA:

1. Si la pantalla está oscura o no muestra ningún número, reemplace las baterías.
2. La computadora se apagará automáticamente si no se realiza ningún ejercicio ni se pulsa ningún botón en 2 minutos.
3. El monitor se encenderá automáticamente cuando comience a hacer ejercicio o presione cualquier botón para comenzar.
4. El monitor comenzará a calcular automáticamente cuando comience a hacer ejercicio y dejará de calcular cuando deje de hacer ejercicio durante 4 segundos.
5. Presione cualquier botón para encender la luz de fondo de la computadora, y la luz de fondo se apagará automáticamente y entrará en el modo de ahorro de energía después de 8 segundos si no se presiona ningún botón o se finaliza el ejercicio. Presione cualquier botón para activar la luz de fondo .
- 6. Cuando se retiren las baterías, todos los valores funcionales se restablecerán a cero.**

Tenga en cuenta que todos los valores mostrados en esta computadora son aproximados y sirven únicamente para fines comparativos. No utilice estos valores con fines médicos o de rehabilitación.



Se recomienda lubricar la cadena cada 50 horas de uso. Siga los pasos a continuación .

1. Comience colocando 1 cucharadita de lubricante en una toalla.
2. Tome la toalla engrasada y limpie con cuidado toda la longitud de la cadena de adelante hacia atrás para asegurar una lubricación completa .
3. Después de aplicar el aceite, elimine el exceso frotándolo suavemente. Si es necesario, repita el proceso hasta que la cadena esté suficientemente lubricada.

NOTAS DE FUNCIONAMIENTO

TRANSPORTE

El remo tiene un par de ruedas en el marco principal.

Para moverse, sostenga e incline con cuidado el remo y luego rueda.

Conexión de la aplicación

Copie el enlace aquí debajo en su navegador (Edge, Firefox, Chrome, Safari, etc.)

<https://cloud.carefitness.com/index.php/s/E2WD22KMNBQzERL>

Y Follow las instrucciones detalladas

Recuerde:

1. Use dos baterías de 1,5 V.
2. Mantenga la consola alejada de ambientes húmedos.

Para solicitar piezas sueltas

En aras de la eficacia, antes de ponerse en contacto con nuestro Servicio Posventa, tenga a mano los siguientes datos:

El nombre o la **referencia del producto**.

El **número de fabricación** indicado en el chasis principal y en la caja de embalaje.

El **número de la pieza** que falta o está defectuosa, indicado en la vista despiezada del producto que encontrará en estas instrucciones.

Servicio Posventa
Correo electrónico: service-es@carefitness.com

I



FUNZIONI DEL COMPUTER:

PULSANTE FUNZIONALE:

MODE – Premere questo pulsante per selezionare le funzioni tempo, numero di bracciate, distanza, calorie e pulsazioni.

ENTER – Premere questo pulsante per modificare le funzioni ora e tempo/500M, le funzioni pulsazioni e SPM, le funzioni distanza e watt, le funzioni corsa e corsa totale.

UP/DOWN – Per impostare i valori di tempo , numero di bracciate , distanza, calorie e frequenza cardiaca.

RESET – Premere il pulsante Mode per passare alla funzione target, quindi premere il pulsante Reset per reimpostare il valore della funzione (tempo, numero di bracciate, distanza, calorie e frequenza cardiaca). Tenere premuto il pulsante di ripristino per circa 2 secondi per riavviare il computer e tutti i valori sul computer verranno ripristinati (tranne il numero totale di corse che tornerà a zero una volta reinstallata la batteria).

RECUPERO – Premere questo pulsante per testare la capacità di recupero del polso dell'utente. Dopo un periodo di esercizio, indossare sempre la fascia toracica wireless. Quando il computer visualizza il valore delle pulsazioni, premere questo pulsante per avviare la funzione di recupero delle pulsazioni. Il computer inizierà il conto alla rovescia di 60 secondi. Dopo il conto alla rovescia, sullo schermo verrà visualizzato lo stato di recupero della frequenza cardiaca dell'utente. Lo stato di ripristino rappresentato dal valore F è il seguente: (Premere il pulsante di ripristino per tornare alla schermata principale.)

F1: significa ECCEZIONALE

F2: significa ECCELLENTE

F3: significa BUONO

F4: significa GIUSTO

F5: significa SOTTO LA MEDIA

F6: significa POVERO

***Funzione Pulse disponibile come opzione, venduta separatamente.**

FUNZIONI E OPERAZIONI:

1. **TEMPO:** visualizza la durata dell'esercizio dell'utente.
2. **TEMPO/500 M:** visualizza il tempo impiegato dall'utente per completare 500 m di allenamento.
3. **CORSA REMO:** visualizza il numero di volte in cui l'utente si allena.
4. **Remi TOTALI:** mostra il numero cumulativo di volte in cui l'utente si è esercitato più volte. Una volta reinstallata la batteria, il valore viene ripristinato.
5. **DISTANZA:** Mostra la distanza percorsa dall'utente.
6. **WATT:** visualizza la potenza dell'esercizio dell'utente.
7. **CALORIE:** visualizza il valore calorico consumato dall'utente durante l'esercizio.
8. **SPM:** visualizza le corse al minuto.
9. **PULSE:** visualizza il valore della frequenza cardiaca dell'utente (si prega di indossare la cintura toracica CARE CONNECT prima di misurare la frequenza cardiaca, e il valore misurato non può essere utilizzato come base medica).

PARAMETRI DI FORMAZIONE OBIETTIVO:

Questo computer dispone di cinque modalità di allenamento mirate: tempo, bracciate, distanza, calorie e pulsazioni (impostate prima dell'allenamento).

1. Modalità di allenamento target TIME: premere prima il pulsante "MODE" per passare alla funzione "TIME", quindi premere i pulsanti "UP" e "DOWN" per impostare il tempo target (tenere premuti i pulsanti su e giù per accelerare la regolazione). quando raggiunge il tempo richiesto, smettere di premere il pulsante. Quindi inizia a utilizzare la macchina e lo schermo inizierà il conto alla rovescia. Quando il conto alla rovescia raggiunge lo zero, il computer emette un allarme per ricordare all'utente che l'obiettivo dell'allenamento è stato raggiunto. se continui a esercitarti, il computer inizierà automaticamente a contare da zero.

2. Modalità di allenamento target COLPI: premere prima il pulsante "MODE" per passare alla funzione "STROKES", quindi premere i pulsanti "SU" e "GIÙ" per impostare i colpi target (tenere premuti i pulsanti su e giù per accelerare l'impostazione). una volta raggiunte le corse richieste, smettere di premere il pulsante. Quindi inizia a utilizzare la macchina e lo schermo inizierà il conto alla rovescia. Quando il conto alla rovescia raggiunge lo zero, il computer emette un allarme per ricordare all'utente che l'obiettivo dell'allenamento è stato raggiunto. se continui a esercitarti, il computer inizierà automaticamente a contare da zero.

3. Modalità di allenamento target DISTANZA: premere prima il pulsante "MODE" per passare alla funzione "DISTANZA", quindi premere i pulsanti "SU" e "GIÙ" per impostare le distanze target (tenere premuti i pulsanti su e giù per accelerare la regolazione). quando raggiunge le distanze richieste, smettere di premere il pulsante. Quindi inizia a utilizzare la macchina e lo schermo inizierà il conto alla rovescia. Quando il conto alla rovescia raggiunge lo zero, il computer emette un allarme per ricordare all'utente che l'obiettivo dell'allenamento è stato raggiunto. se continui a esercitarti, il computer inizierà automaticamente a contare da zero.

4. Modalità di allenamento target CALORIE: premere prima il pulsante "MODE" per passare alla funzione "CALORIE", quindi premere i pulsanti "SU" e "GIÙ" per impostare le calorie target (tenere premuti i pulsanti su e giù per accelerare la regolazione). quando raggiunge le calorie richieste, smettere di premere il pulsante. Quindi inizia a utilizzare la macchina e lo schermo inizierà il conto alla rovescia. Quando il conto alla rovescia raggiunge lo zero, il computer emette un allarme per ricordare all'utente che l'obiettivo dell'allenamento è stato raggiunto. se continui a esercitarti, il computer inizierà automaticamente a contare da zero.

5. Modalità di allenamento target PULSE: solo con la cintura (Durante l'allenamento, indossare la cintura toracica per la frequenza cardiaca CARE CONNECT opzionale, venduta separatamente). Premere prima il pulsante "MODE" per passare alla funzione "PULSE", quindi premere i pulsanti "SU" e "GIÙ". " per regolare l'impulso target (tenere premuti i pulsanti su e giù per accelerare l'impostazione). Quando raggiunge l'impulso richiesto, smettere di premere il pulsante. Quindi iniziare a utilizzare la macchina. Quando l'impulso del Se l'utente supera il frequenza cardiaca target, il computer attiva un allarme.

Durante il processo di impostazione, se si desidera modificare il valore target, premere il pulsante di ripristino per cancellare l'impostazione corrente o tenere premuto il pulsante di reset per circa 2 secondi per cancellare tutti i valori target, quindi ripristinare secondo la descrizione sotto-sopra.

CARATTERISTICHE:

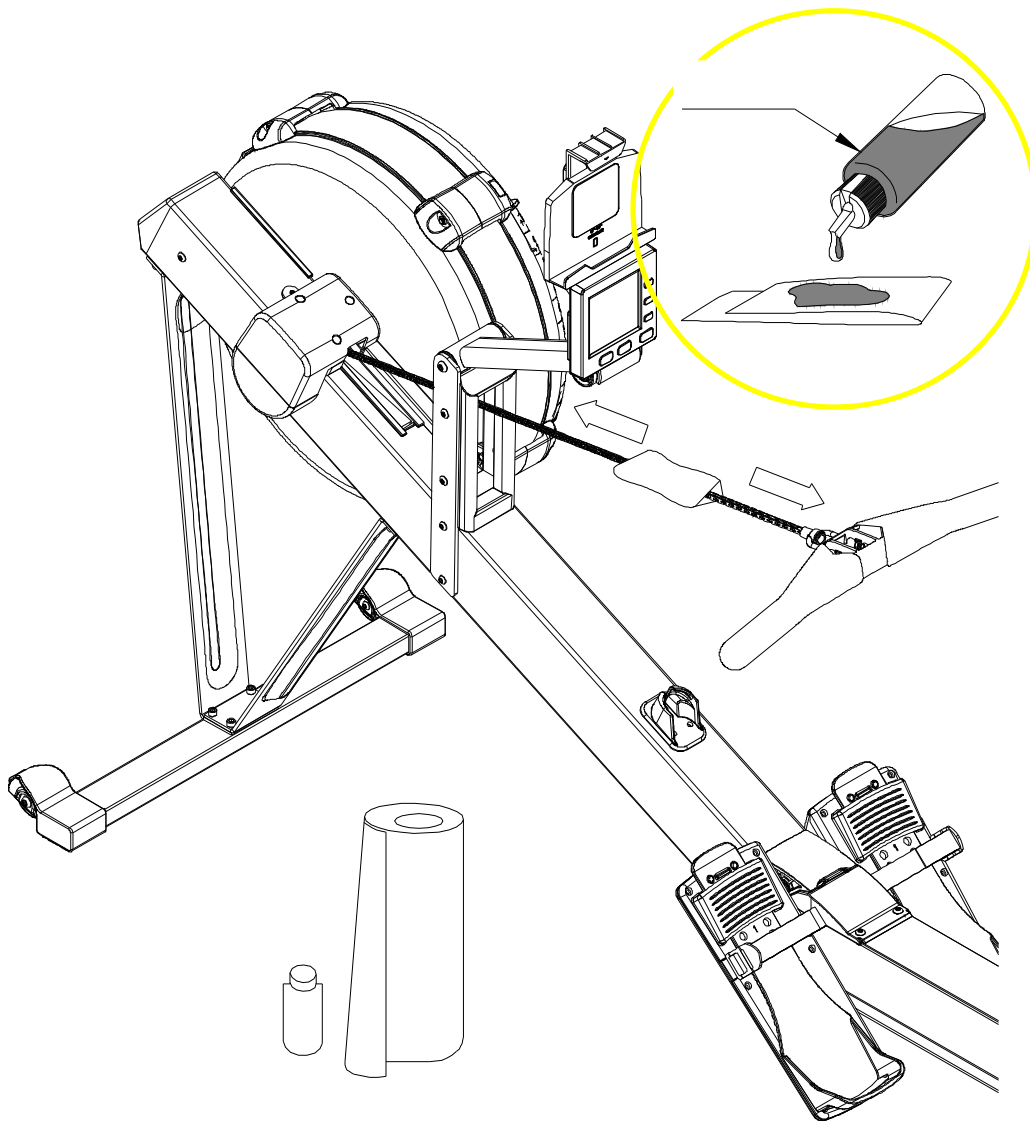
| | | |
|------------------------------|------------------------------|----------------------------|
| FUNZIONE | TEMPO | 0:00~99:59 |
| | TEMPO/500M | 0:00~99:59 |
| | COLPI | 0 ~ 99999 VOLTE |
| | TOTALE COLPI | 0 ~ 99999 VOLTE |
| | DISTANZA | 0~9999 METRI |
| | WATT | 0~999W |
| | CALORIE | 0~9999 CAL |
| | GPS | 0~999 VOLTE/MIN |
| | PULSE | 60 ~ 240 battiti al minuto |
| TIPO DI BATTERIA | 2 pezzi di batterie R20 1.5V | |
| TEMPERATURA DI ESERCIZIO | 0°C~+40°C | |
| TEMPERATURA DI CONSERVAZIONE | -10°C~+60°C | |

NOTA:

1. Se lo schermo è scuro o non mostra alcun numero, sostituire le batterie.
2. Il computer si spegnerà automaticamente se non viene effettuato alcun esercizio o non viene utilizzato alcun pulsante entro 2 minuti.
3. Il monitor si accenderà automaticamente quando inizi l'allenamento o premi qualsiasi pulsante per iniziare.
4. Il monitor inizierà automaticamente il calcolo quando inizi l'allenamento e interromperà il calcolo quando interrompi l'allenamento per 4 secondi.
5. Premere un pulsante qualsiasi per accendere la retroilluminazione del computer e la retroilluminazione si spegnerà automaticamente ed entrerà in modalità di risparmio energetico dopo 8 secondi se non viene premuto alcun pulsante o se l'esercizio è terminato. Premere qualsiasi pulsante per riattivare la retroilluminazione .
6. Quando le batterie vengono rimosse, tutti i valori funzionali verranno ripristinati a zero.

Tieni presente che tutti i valori visualizzati su questo computer sono approssimativi e servono solo a scopo di confronto. Non utilizzare questi valori per scopi medici o riabilitativi.

LUBRIFICANTE PER CATENA



Si consiglia di lubrificare la catena ogni 50 ore di utilizzo. Seguire i passaggi seguenti .

1. Inizia mettendo 1 cucchiaino di lubrificante su un asciugamano.
2. Prendere l'asciugamano oliato e pulire con cura l'intera lunghezza della catena dalla parte anteriore a quella posteriore per garantire una lubrificazione completa .
3. Dopo aver applicato l'olio, rimuovere eventuali eccessi pulendolo delicatamente. Se necessario, ripetere l'operazione finché la catena non sarà sufficientemente lubrificata.

NOTE OPERATIVE

TRASPORTI

Il vogatore ha una coppia di rotelle sul telaio principale.
Per muoverti, tieni e inclina con attenzione il vogatore, quindi rotola.

Connessione e applicazioni

Copia il link qui sotto sul tuo browser (Edge, Firefox, Chrome, Safari ecc.)

<https://cloud.carefitness.com/index.php/s/E2WD22KMNBQzERL>

E Follow le istruzioni dettagliate

Promemoria :

1. Utilizzare 2 pile da 1,5 V
2. Tenere la console lontana da ambienti umidi

Per ordinare pezzi di ricambio

Prima di contattare il nostro Servizio post-vendita, assicurarsi di disporre dei seguenti elementi:

Il nome o **il riferimento del prodotto.**

Il **numero di serie** indicato sul telaio principale e sul cartone dell'imballaggio.

Il **numero del pezzo** mancante o difettoso indicato sull'esplosivo del prodotto presente in queste istruzioni.

Servizio post-vendita

E mail : service-it@carefitness.com

NL



COMPUTERFUNCTIES:

FUNCTIONELE KNOOP:

MODE – Druk op deze knop om de functies tijd, aantal slagen, afstand, calorieën en hartslag te selecteren.

ENTER – Druk op deze knop om de functies tijd en tijd/500M, de puls- en SPM-functies, de afstand- en watt-functies, de slag- en totale slag-functies te wijzigen.

UP/DOWN – Om de waarden van tijd, aantal slagen, afstand, calorieën en hartslag in te stellen.

RESET – Druk op de modusknop om naar de doelfunctie te schakelen en druk vervolgens op de resetknop om de functiewaarde (tijd, aantal slagen, afstand, calorieën en hartslag) te resetten. Houd de resetknop ongeveer 2 seconden ingedrukt om de computer opnieuw op te starten. Alle waarden op de computer worden gereset (behalve het totale aantal slagen, dat terugkeert naar nul zodra de batterij opnieuw is geïnstalleerd).

HERSTEL – Druk op deze knop om het herstellervermogen van de gebruiker te testen. Na een periode van inspanning dient u altijd de draadloze borstband te dragen. Wanneer de computer de hartslagwaarde weergeeft, drukt u op deze knop om de hartslagherstelfunctie te starten. De computer begint met aftellen van 60 seconden. Na het aftellen wordt de herstelstatus van de hartslag van de gebruiker op het scherm weergegeven. De herstelstatus die wordt weergegeven door de F-waarde is als volgt: (Druk op de resetknop om terug te keren naar het hoofdscherm.)

F1: betekent UITZONDERLIJK

F2: betekent UITSTEKEND

F3: betekent GOED

F4: betekent EERLIJK

F5: betekent ONDER GEMIDDELD

F6: betekent SLECHT

*Pulsfunctie beschikbaar als optie, apart verkrijgbaar.

FUNCTIES EN WERKINGEN:

1. **TIJD:** Geeft de duur van de training van de gebruiker weer.
2. **TIJD/500M:** Geeft de tijd weer die de gebruiker nodig heeft om 500 meter aan training te voltooien.
3. **OAR STROKE:** toont het aantal keren dat de gebruiker traint.

4. **TOTAAL roeispanen:** toont het cumulatieve aantal keren dat de gebruiker meerdere keren heeft geoefend. Zodra de batterij opnieuw is geïnstalleerd, wordt de waarde gereset.
5. **DISTANCE:** Toont de door de gebruiker afgelegde afstand.
6. **WATT:** Geeft het trainingsvermogen van de gebruiker weer.
7. **CALORIEËN:** geeft de caloriewaarde weer die de gebruiker tijdens de training heeft verbruikt.
8. **SPM:** geeft slagen per minuut weer.
9. **PULSE:** toont de hartslagwaarde van de gebruiker (draag de CARE CONNECT borstriem voordat u de hartslag meet en de gemeten waarde kan niet worden gebruikt als medische basis)

DOEL TRAININGSPARAMETERS:

Deze computer heeft vijf gerichte trainingsmodi: tijd, slagen, afstand, calorieën en hartslag (ingesteld vóór het sporten).

1. Doeltrainingsmodus TIJD: druk eerst op de knop "MODE" om naar de functie "TIJD" te schakelen en druk vervolgens op de knoppen "UP" en "DOWN" om de doeltijd in te stellen (houd de knoppen omhoog en omlaag ingedrukt om te versnellen de aanpassing). wanneer de gewenste tijd is bereikt, stopt u met het indrukken van de knop. Ga vervolgens de machine gebruiken en het scherm begint met aftellen. Wanneer het aftellen nul bereikt, laat de computer een alarm horen om de gebruiker eraan te herinneren dat het trainingsdoel is bereikt. Als u doorgaat met oefenen, begint de computer automatisch vanaf nul te tellen.

2. SLAGEN-doeltrainingsmodus: druk eerst op de "MODE"-knop om naar de "STROKES"-functie te schakelen, druk vervolgens op de "UP"- en "DOWN"-knoppen om de doelslagen in te stellen (houd de knoppen omhoog en omlaag ingedrukt om te versnellen de instelling aanpassen). wanneer het de vereiste slagen bereikt, stopt u met het indrukken van de knop. Ga vervolgens de machine gebruiken en het scherm begint met aftellen. Wanneer het aftellen nul bereikt, laat de computer een alarm horen om de gebruiker eraan te herinneren dat het trainingsdoel is bereikt. Als u doorgaat met oefenen, begint de computer automatisch vanaf nul te tellen.

3. Doeltrainingsmodus DISTANCE: druk eerst op de knop "MODE" om naar de functie "DISTANCE" te schakelen en druk vervolgens op de knoppen "UP" en "DOWN" om de doelafstanden in te stellen (houd de knoppen omhoog en omlaag ingedrukt om te versnellen de aanpassing). wanneer het de vereiste afstanden heeft bereikt, stopt u met het indrukken van de knop. Ga vervolgens de machine gebruiken en het scherm begint met aftellen. Wanneer het aftellen nul bereikt, laat de computer een alarm horen om de gebruiker eraan te herinneren dat het trainingsdoel is bereikt. Als u doorgaat met oefenen, begint de computer automatisch vanaf nul te tellen.

4. Doeltrainingsmodus CALORIEËN: druk eerst op de knop "MODE" om naar de functie "CALORIES" te schakelen en druk vervolgens op de knoppen "UP" en "DOWN" om de doelcalorieën in te stellen (houd de knoppen omhoog en omlaag ingedrukt om de snelheid te verhogen). de aanpassing). wanneer het de vereiste calorieën bereikt, stopt u met het indrukken van de knop. Ga vervolgens de machine gebruiken en het scherm begint met aftellen. Wanneer het aftellen nul bereikt, laat de computer een alarm horen om de gebruiker eraan te herinneren dat het trainingsdoel is bereikt. Als u doorgaat met oefenen, begint de computer automatisch vanaf nul te tellen.

5. PULSE-doeltrainingsmodus: alleen met de riem (Draag de optionele CARE CONNECT hartslagborstriem tijdens de training - apart verkrijgbaar). Druk eerst op de "MODE"-knop om naar de "PULSE"-functie te schakelen en druk vervolgens op de "UP"- en "DOWN"-knoppen. " om de doelpolsslag aan te passen (houd de knoppen omhoog en omlaag ingedrukt om de instelling te versnellen). Wanneer de gewenste polsslag is bereikt, stopt u met het indrukken van de knop. Begin vervolgens met het gebruik van de machine. Wanneer de polsslag van de gebruiker hoger is dan de doelhartslag bereikt, activeert de computer een alarm.

Als u tijdens het instellingsproces de doelwaarde wilt wijzigen, drukt u op de resetknop om de huidige instelling te wissen of houdt u de resetknop ongeveer 2 seconden ingedrukt om alle doelwaarden te wissen, en reset u vervolgens volgens de onderstaande beschrijving.

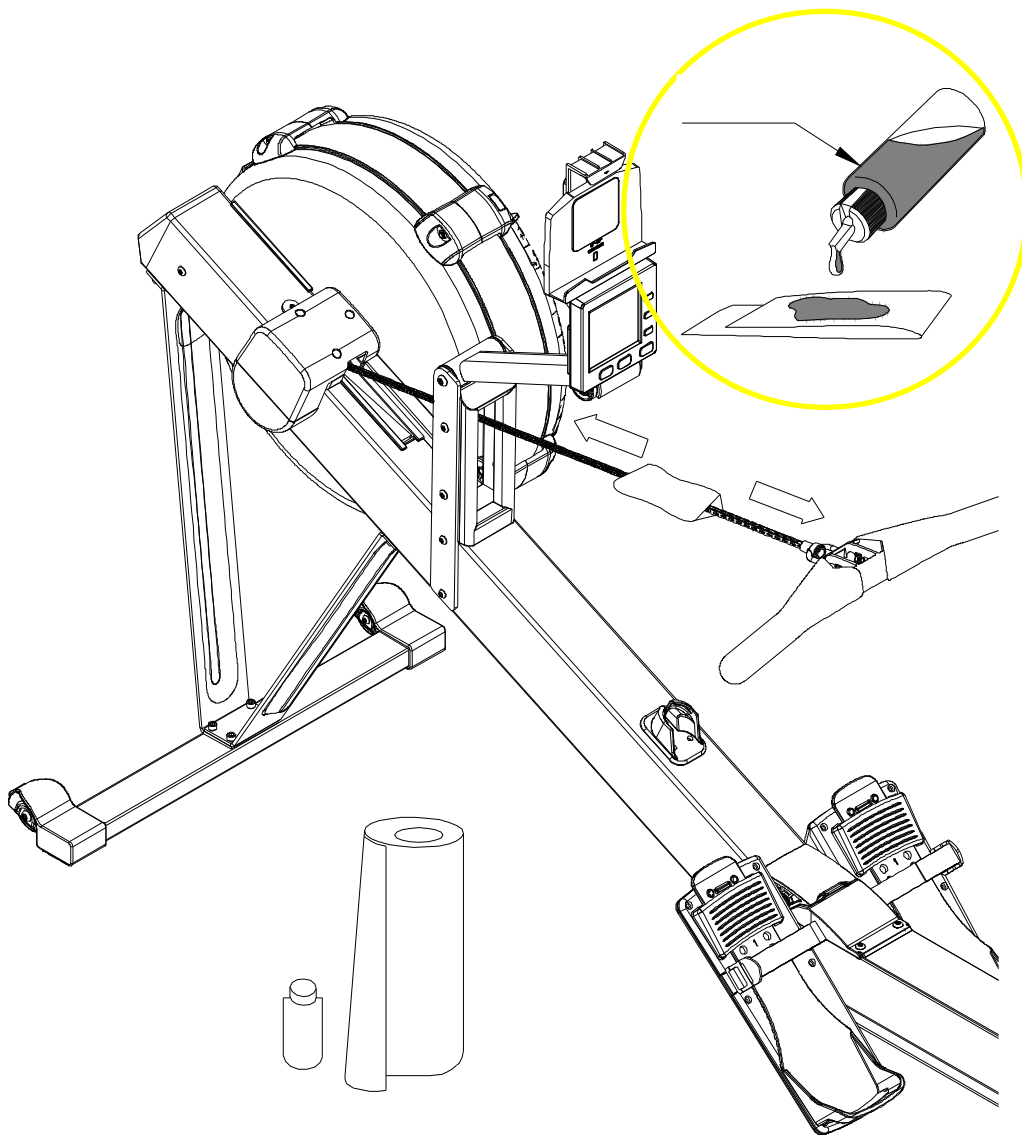
FUNCTIES:

| | | |
|---------------------|-----------------|-----------------------------|
| FUNCTIE | TIJD | 0:00~99:59 |
| | TIJD/500M | 0:00~99:59 |
| | SCHOTTEN | 0 ~ 99999 KEER |
| | TOTAAL SCHOTTEN | 0 ~ 99999 KEER |
| | AFSTAND | 0~9999 METER |
| | WATT | 0~999W |
| | CALORIEËN | 0~9999 KAL |
| | GPS | 0~999 TIJDEN/MIN |
| | PULSE | 60 ~ 240 slagen per minuut |
| BATERIJ TYPE | | 2 stuks-batterijen R20 1.5V |
| BEDRIJFSTEMPERATUUR | | 0°C ~ +40°C |
| BEWAAR TEMPERATUUR | | -10°C~+60°C |

OPMERKING:

1. Vervang de batterijen als het scherm donker is of geen cijfers weergeeft.
2. De computer wordt automatisch uitgeschakeld als er binnen 2 minuten geen oefening of knopbediening plaatsvindt.
3. De monitor wordt automatisch ingeschakeld wanneer u begint met trainen of wanneer u op een willekeurige knop drukt om te starten.
4. De monitor begint automatisch met berekenen als u begint met trainen en stopt met berekenen als u 4 seconden stopt met trainen.
5. Druk op een willekeurige knop om de achtergrondverlichting van de computer in te schakelen. De achtergrondverlichting wordt automatisch uitgeschakeld en gaat na 8 seconden naar de energiebesparende modus als er geen knop wordt ingedrukt of als de training is voltooid. Druk op een willekeurige knop om de achtergrondverlichting te activeren .
- 6. Wanneer de batterijen worden verwijderd, worden alle functionele waarden op nul gezet.**

Houd er rekening mee dat alle waarden die op deze computer worden weergegeven, bij benadering zijn en uitsluitend voor vergelijkingsdoeleinden zijn bedoeld. Gebruik deze waarden niet voor medische of revalidatiedoeleinden.



Het wordt aanbevolen om de ketting elke 50 gebruiksuren te smeren. Volg onderstaande stappen .

1. Begin met 1 theelepel glijmiddel op een handdoek.
2. Neem de geoliede handdoek en veeg voorzichtig de hele lengte van de ketting af, van voren naar achteren, om volledige smering te garanderen .
3. Verwijder na het aanbrengen de overtollige olie door deze voorzichtig af te vegen. Herhaal indien nodig het proces totdat de ketting voldoende gesmeerd is.

BEDIENINGSINFORMATIE

VERVOER

De roeier heeft een paar zwenkwielen op het hoofdframe.

Om te bewegen, houdt u de roeier voorzichtig vast, kantelt u hem en rolt u vervolgens.

Applicatie-verbinding

Kopieer de link hieronder naar uw browser (Edge, Firefox, Chrome, Safari enz.)

<https://cloud.carefitness.com/index.php/s/E2WD22KMNBQzERL>

En volg de gedetailleerde instructie

Ter herinnering:

1. Gebruik 2 stuks 1,5V-batterijen
2. Houd de console op afstand van een vochtige omgeving

BESTELLING VAN VERVANGENDE ONDERDELEN

Voor een snellere afhandeling van uw bestelling vragen wij u de volgende elementen onder bereik te houden alvorens onze Klantendienst te bellen:

De naam of de **referentie van het artikel**.

Het **fabricagenummer** dat op het hoofdframe en op de verpakking staat vermeld.

Het **onderdeelnummer** van het ontbrekende of defecte onderdeel dat op de overzichtstekening van het artikel in deze handleiding wordt aangegeven.

C.A.R.E. Klantendienst
E-mail: service-nl@carefitness.com

CARE

FITNESS