

CuraMotion EXER III

MANUALE D'ISTRUZIONE

Art. XPT220



Le caratteristiche di questo prodotto possono variare da questa foto, soggette a cambiamenti senza comunicazione.

INDICE

Istruzioni di sicurezza	3-4
Parti del montaggio e Set ferramenta	5
Montaggio	5
Lista dei componenti	6
Diagramma di assemblaggio	6
Schermo elettronico	7
Istruzioni d'uso	8

ISTRUZIONI DI SICUREZZA

La sicurezza viene sempre prima di tutto. Tenere sempre a mente i seguenti punti. Leggere e seguire queste istruzioni prima di usare il CuraMotion – Exer III. Tenere questa guida in un posto sicuro e accertarsi che chiunque usi la macchina legga queste istruzioni. Buon esercizio in sicurezza!

AVVERTENZE

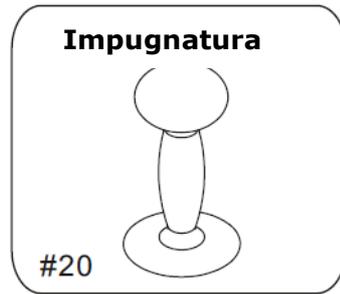
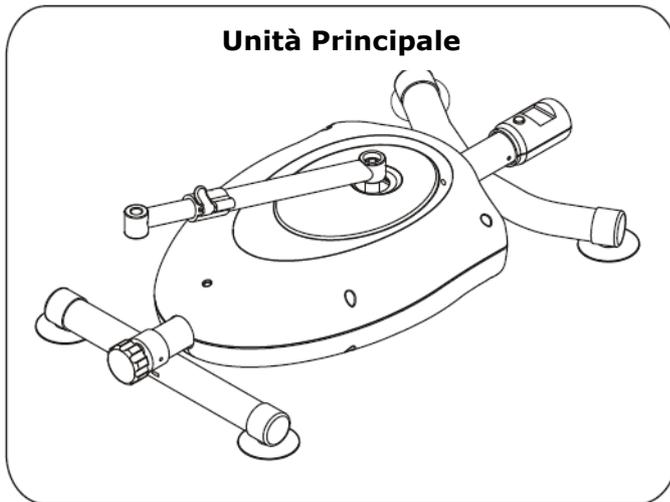
- Leggere, capire e assimilare le istruzioni precauzionali e operative. Conoscere le limitazioni e i rischi associati all'uso di CuraMotion – Exer III. Osservare gli adesivi precauzionali e operativi situati sul dispositivo.
- Esercizi di natura faticosa, come quelli eseguibili con questo dispositivo, non devono essere intrapresi senza prima consultare un medico.
- Controllare il dispositivo prima di ogni uso per determinare che tutte le funzioni siano normalmente operative.
- Maneggiare l'attrezzatura con cura. Un impiego non appropriato dell'unità può danneggiarne o alterarne le caratteristiche.
- NON permettere che materiale estraneo o liquidi entrino nell'unità. Aver cura di evitare che qualsiasi materiale estraneo, inclusi liquidi infiammabili, acqua, e corpi metallici, penetrino nell'attrezzatura. Queste potrebbero causare danni all'unità, malfunzionamenti e lesioni personali.
- NON modificare o alterare l'unità. Ciò potrebbe causare danni all'unità, malfunzionamenti e lesioni personali.
- Se si riscontrano difficoltà di funzionamento, dopo aver accuratamente verificato questa guida all'uso contattare il proprio rivenditore per l'assistenza.
- La mancanza di manutenzione o un uso scorretto del CuraMotion – Exer III secondo le istruzioni delineate in questo manuale possono invalidare la garanzia.
- Conoscere le proprie frequenze cardiache e le pulsazioni, così come le raccomandazioni del proprio medico sulla frequenza cardiaca in allenamento. Monitorarle durante gli esercizi.
- La corretta autorizzazione medica è raccomandata per chiunque cominci un programma di esercizi, specialmente per gli over 35 o per chi soffre di problemi di cuore o respiratori.
- Riscaldarsi prima di ogni programma di esercizi con 8 minuti di attività aerobica.

- Indossare abiti comodi che permettono movimenti liberi e non siano stretti e limitativi.
- Indossare scarpe comode con un buon supporto e soles antiscivolo.
- Respirare naturalmente e non trattenere il respiro durante l'esercizio.
- Svolgere l'esercizio regolarmente con la tecnica appropriata e con una serie completa di movimenti.
- Evitare il sovrallenamento.
- Dopo una sessione di esercizi, effettuare una fase di raffreddamento con uno stretching soft, pedalando o camminando.
- Questa unità non deve essere usata da o vicino bambini.
- Persone disabili devono avere un'approvazione dal medico prima dell'uso di questa unità, e devono avere un'attenta supervisione durante l'uso dell'attrezzatura.
- Usare questo dispositivo solo per la destinazione descritta in questo manuale.
- Questa unità deve essere usata da una persona alla volta.
- Non mettere le mani, i piedi, o qualsiasi oggetto estraneo all'interno o vicino l'unità quando è in uso da un'altra persona.
- Usare sempre il dispositivo su una superficie piana.
- Non usare l'unità se non funziona correttamente.
- Cominciare gli esercizi lentamente e gradualmente incrementare il livello di resistenza.
- Se l'utente manifesta vertigini, nausea, dolore al torace, o altri sintomi anormali, fermare subito l'esercizio e consultare immediatamente un medico.
- Fare attenzione a evitare che dita o mani vengano schiacciate da parti in movimento quando l'unità è in funzione.

ATTENZIONE

- L'uso di comandi o regolazioni o l'esecuzione di altre procedure non specificate in questo manuale, possono provocare pericolosi incidenti durante l'esercizio.
- Smaltire tutti i prodotti in conformità con le normative locali e nazionali.

PARTI DEL MONTAGGIO



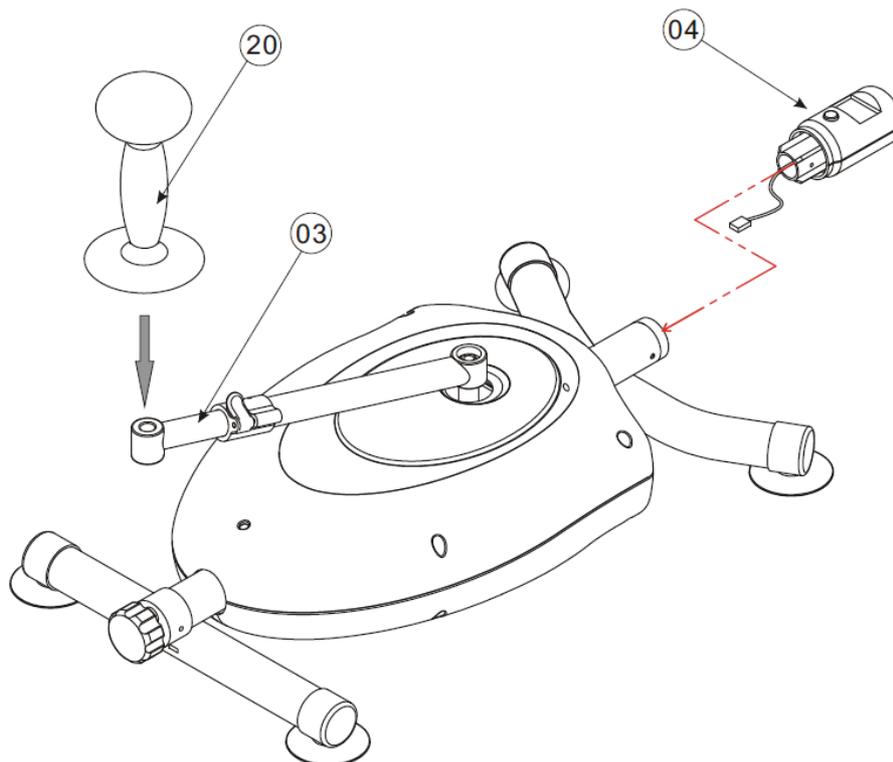
SET FERRAMENTA



MONTAGGIO

PASSO 1.

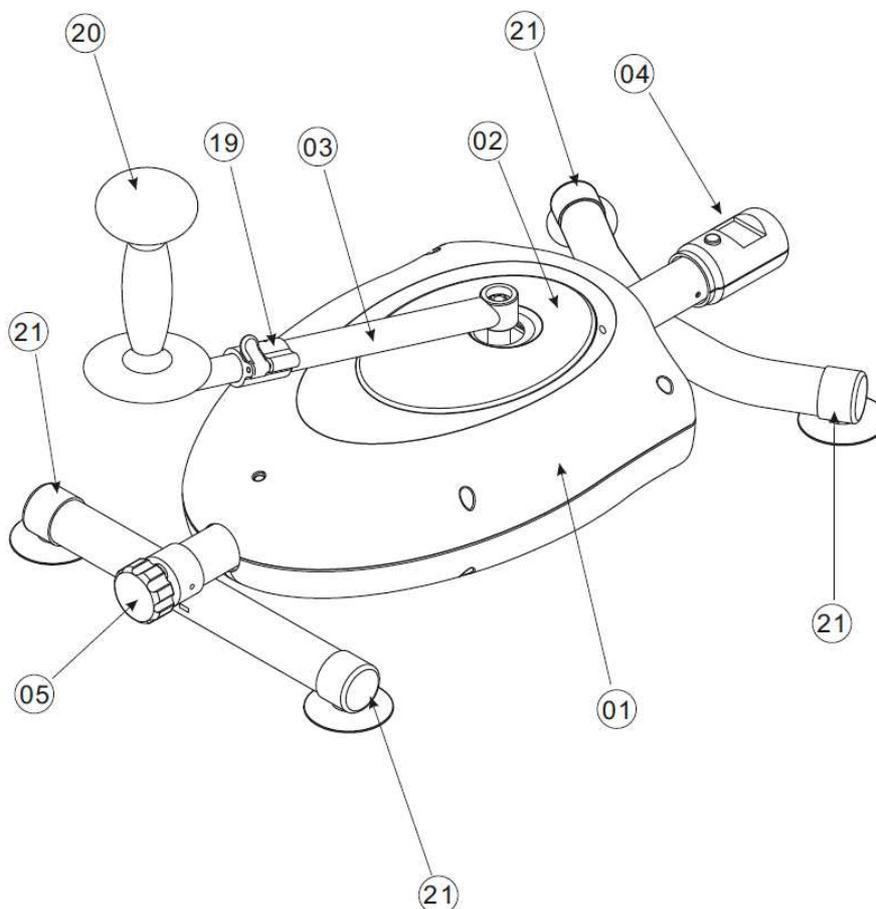
Attaccare l'Impugnatura (#20) con il manubrio (#03) e stringere.
Connettere i cavi dell'Unità Principale con quelli dello Schermo elettronico (#04), successivamente inserire lo schermo elettronico nell'Unità principale.



LISTA DEI COMPONENTI

<u>NO.</u>	<u>DESCRIZIONE</u>	<u>Q.TA'</u>
01	Unità principale	1
02	Placca decorativa	2
03	Manubrio	1
04	Schermo elettronico	1
05	Manopola di regolazione resistenza	1
19	Morsetto dell'impugnatura	1
20	Impugnatura	1
21	Piede d'appoggio	4

DIAGRAMMA DI ASSEMBLAGGIO



SCHERMO ELETTRONICO

TASTO FUNZIONE

MODE/RESET Premere per selezionare le funzioni di reset, o premendo a lungo può resettare tutti i valori totali della funzione.

FUNZIONI

STOP Quando la rotazione si blocca, "STOP" appare sullo schermo LCD.

STRIDES/MIN Mostra il numero di rotazioni al minuto.

SCAN Scandisce automaticamente ogni funzione in sequenza.

TOTAL STRIDES Accumula il numero totale di rotazioni in avanti durante la sessione di lavoro.

TIME Accumula il tempo totale di lavoro fino a 99:59.



NOTE:

1. In mancanza di impiego per un periodo di 4 minuti, lo schermo LCD si spegnerà automaticamente, e tutti i valori della sessione precedenti verranno cancellati.
2. Quando l'attività riprende, il monitor si accende automaticamente.
3. Se la visualizzazione non risulta corretta sul monitor, reinstallare la batteria per avere un miglior risultato.
4. Usare batterie 1.5V AA (1 pezzo).

ISTRUZIONI D'USO

Afferrare l'Impugnatura (#20), ed esercitarsi in senso orario o antiorario.



Prima di usare l'Exer III, appoggiare il prodotto su una superficie piana.



1. Regolazione della lunghezza del manubrio

Il raggio d'esercizio è regolabile. Tirare su il Morsetto dell'impugnatura (#19) per allentare il manubrio, regolare la lunghezza secondo la propria posizione, poi schiacciare il morsetto per serrarlo.

2. Manopola di regolazione della resistenza

Per controllare il livello della resistenza applicata durante gli esercizi.

Girare la manopola in senso orario (+) per una maggiore difficoltà dell'allenamento, e in senso antiorario (-) per una minor difficoltà.

Per i principianti si raccomanda una partenza con la resistenza più leggera per evitare lesioni. Poi incrementare la resistenza gradualmente per rafforzare le giunture della spalla, della schiena, del polso e i muscoli.

Fabbricante:

TEAMCHANG INT'L CO.
N.78 Chong Wu St.
Taichung 40673, Taiwan

RIVENDITORE AUTORIZZATO:



CHINESPORT spa
Via Croazia, 2 – 33100 Udine – Italy
Tel. +39 0432 621 621 – Fax +39 0432 621 620
chinesport@chinesport.it
www.chinesport.it