

NuStep[®] RB8

Selkänojallinen kuntopyörä

KÄYTTÖOPAS



Sisällys

Johdanto.....	4
Turvallisuusohjeita.....	5-6
Asentaminen ja sijoittaminen	7
Verkkolaitteen käyttö	8
RB8:n ominaisuuksien yleiskuvaus	9
Oikeat harjoitusasennot	10
Säätöjen tekeminen.....	10-11
Näyttöruudut.....	12-17
Taukotoiminto.....	18
Järjestelmäasetukset	19-21
Käyttäjän asetukset.....	21
Käyttäjäprofiilin tietojen vieminen.....	22
Harjoitusyhteenvedon vieminen	23
Ennaltaehkäisevä huolto	24
RB8-laitteen takuu.....	24
RB8:n sarjanumerotiedot	25
Asiakaspalvelu	26
Tekniset tiedot.....	27
Yhdysvaltain FCC-vaatimustenmukaisuus	28




Johdanto


Kiitos, että olet ostanut NuStep RB8 -selkänajallisen kuntopyörän. Arvostamme, että olet asiakkaamme ja luotat tuotteisiimme.

Selkänajallisten kuntopyörien mallisto, johon kuuluvat RB8 PRO- ja RB8 MAX -mallit, jatkaa NuStepin innovaatioperinnettä ja sen missiota: sellaisten osallistavien liikuntavälineiden kehittämistä, jotka hyödyttävät kunnoltaan ja toimintakyvyltään lähes kaiken tasoisia käyttäjiä.

Tutustu tähän käyttöoppaaseen – mukaan lukien kaikki turvallisuustiedot – ennen kuin käytät RB8-mallin selkänajallista kuntopyörää.

Turvallisuusohjeita

	 HUOMIO	 VAROITUS
Tämä on varoitussymboli. Sitä käytetään kiinnittämään huomio ohjeisiin, jotka liittyvät henkilökohlaiseen turvallisuuteen. Lue kaikki tällä symbolilla merkityt turvallisuusohjeet ja noudata niitä välttyäksesi väärinkäytön mahdollisesti aiheuttamalta tapaturmalta tai kuolemalta.	HUOMIO osoittaa mahdollisen vaaratilanteen, joka saattaa aiheuttaa lievän tai kohtalaisen vamman, jos sitä ei vältetä. Sitä voidaan käyttää varoittamaan myös vaarallisista toimenpiteistä.	VAROITUS osoittaa mahdollisen vaaratilanteen, joka voi aiheuttaa kuoleman tai vakavan vamman, jos sitä ei vältetä.

 VAROITUS
<p>Laitetta ei saa muuntaa ilman valmistajan lupaa.</p> <p>Käytä tätä laitetta vain tässä käyttöohjeessa kuvattuun käyttötarkoitukseen.</p> <p>Älä käytä lisälaitteita, joita valmistaja ei ole suositellut.</p> <p>Älä koskaan käytä tätä laitetta, jos sen johto tai pistoke on vaurioitunut.</p> <p>Pidä johto etäällä kuumista pinnoista.</p> <p>Pidä tuote etäällä lämmöstä, kipinäistä, avotulesta ja kuumista pinnoista.</p> <p>Älä koskaan pudota tai työnnä mitään esinettä mihinkään aukkoon.</p> <p>Tuotetta ei saa käyttää ulkona.</p> <p>Vääränlainen tai liiallinen harjoittelu voi olla terveydelle vaarallista.</p> <p>Sykkeen seurantajärjestelmät saattavat olla epätarkkoja.</p> <p>Liiallisesta harjoittelusta voi olla seurauksena vakava vamma tai kuolema. Jos sinua huimaa, lopeta harjoittelu välittömästi.</p> <p>Tämän laitteen käyttöä vierekkäin tai päällekkäin muiden laitteiden kanssa tulee välttää, sillä se voi johtaa laitteen virheelliseen toimintaan.</p> <p>Kannettavia radiotaajuusviestintälaitteita (mukaan lukien oheislaitteet, kuten antennikaapelit ja ulkoiset antennit) ei saa käyttää alle 30 cm:n (12 tuuman) etäisyydellä mistään tämän tuotteen osasta, mukaan lukien johdot. Muussa tapauksessa tämän laitteen suorituskyky voi heikentyä.</p>



HUOMIO

Keskustele lääkärisi kanssa, ennen kuin aloitat mitään kuntoiluohjelmaa.

Valvonta on välttämätöntä, jos sinulla on jokin vamma tai sairaus.

Jos sinua huimaa tai pyörryttää tätä laitetta käyttäessäsi, lopeta harjoittelu välittömästi ja hakeudu lääkärin hoitoon tai pyydä ohjeita lääkäriltä.

Käytä tätä laitetta vain lääkärin antamien ohjeiden mukaisesti, jos sinulla on jonkinlainen sydänsairaus, verenpaineesi on koholla tai sinulla on diabetes, hengityselinten sairaus tai mikä tahansa muu terveysongelma tai jos olet raskaana.

Henkilöt, joilla on heikentyneet fyysiset, sensoriset tai kognitiiviset kyvyt – tai joilla ei ole kokemusta tai tietoa tästä tuotteesta – voivat käyttää tätä tuotetta edellyttäen, että heidän turvallisuudestaan vastaava henkilö valvoo heitä.

Lue tämä opas ennen laitteen käyttöä ja säästä se myöhempää tarvetta varten.

Käytä aina harjoitellessasi kenkiä ja asianmukaisia vaatteita.

Älä koske tuotteeseen tai pidä tuotetta ihoalueilla, joilla on haavoja tai vammoja.

Älä käytä tätä laitetta, jos se vaikuttaa vahingoittuneelta tai epäkuntoiselta. Tutki laite säännöllisesti vaurioiden ja kulumisen varalta. Varmista, että pätevät huoltoteknikot vaihtavat vialliset osat välittömästi.

Älä huolla tai korjaa tätä laitetta sen ollessa käytössä. Huoltotoimet on annettava pätevän huoltohenkilöstön tehtäviksi.



HUOMIO

Varmista, että istuimen ja ylävarren asento on asetettu sinulle sopivalla tavalla.

Älä venytä kättäsi liikaa tätä tuotetta käyttäessäsi.

Älä anna lasten käyttää tätä laitetta.

Älä käytä tätä laitetta lasten tai lemmikkieläinten lähetyvillä.

Laite on pidettävä alle 13-vuotiaiden lasten ulottumattomissa.

Näytetyt syke-, watti-, MET- ja kaloriarvot eivät sovellu käytettäväksi tarkoituksiin, joissa potilaan terveys ja turvallisuus saattaa riippua näiden arvojen tarkkuudesta.

Käyttäjän sallittu enimmäispaino:

RB8_{PRO}-malli = 227 kg (500 lbs.)

RB8_{MAX}-malli = 272 kg (600 lbs.)

Älä nosta tätä laitetta yksin. RB8 on erittäin painava – se painaa 109 kg (240 lbs.).

Pyydä aina apua tuotteen siirtämistä varten, jotta et loukkaa itseäsi tai vahingoita tuotetta. Käytä asianmukaisia nostomenetelmiä.

Älä työnnä käsiä mihinkään suojusten aukkoihin, jotta et loukkaa itseäsi.

Jotta tuote toimisi turvallisesti, sijoita se tasaiselle ja tukevalle alustalle. Sääda tasausjalkoja tarpeen mukaan.

Tämä tuote on tarkoitettu kytkettäväksi verkkovirtaan ainoastaan mukana toimitetun verkkolaitteen kautta.

PIDÄ NÄMÄ OHJEET TALLESSA.

Asentaminen ja sijoittaminen


Pakkauksen purkaminen ja asennus

Ota RB8 varovasti pois kuljetuslaatikosta ja siirrä se asennuspaikalle. RB8 on suunniteltu vain sisäkäyttöön.

Lisää vakautta ja suojaa lattiaa asettamalla RB8-laite liikuntalaitteille tarkoitetulle lattiamatolle, kuten NuStep, LLC:n myymälle lattiamatolle.

Jotta RB8 toimii turvallisesti ja tehokkaasti, sijoita se tasaiselle ja tukevalle alustalle. Säädä tasausjalkoja tarpeen mukaan.

RB8-laitteen ympärillä on oltava vähintään 61 cm (24 tuumaa) vapaata tilaa. Vapaata tilaa tarvitaan tätä enemmän, jotta laitteeseen päästään pyörätuolilla.

**HUOMIO**

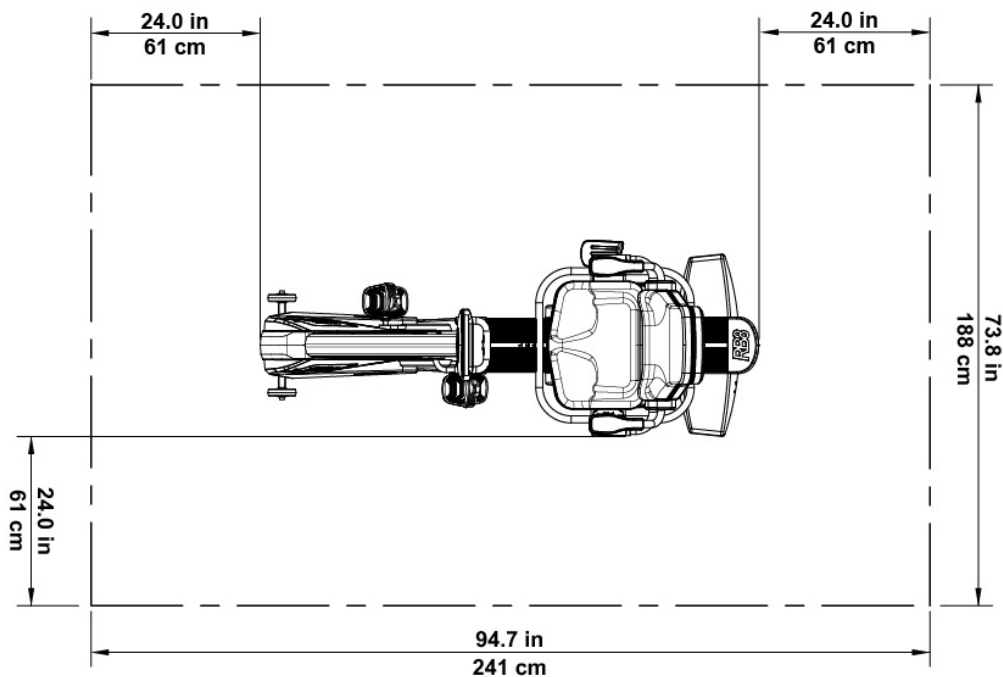
RB8 on erittäin raskas.
Se painaa 109 kg (240 lbs.).

Pyydä aina apua laitteen siirtämiseen, jotta et loukkaa itseäsi tai vahingoita laitetta.

Käytä asianmukaisia nostomenetelmiä.



Jos laitteen taka-alakulmasta kuuluu naksahdus (käytön aikana), tarkista, että tasausjalat on säädetty tasaisesti.



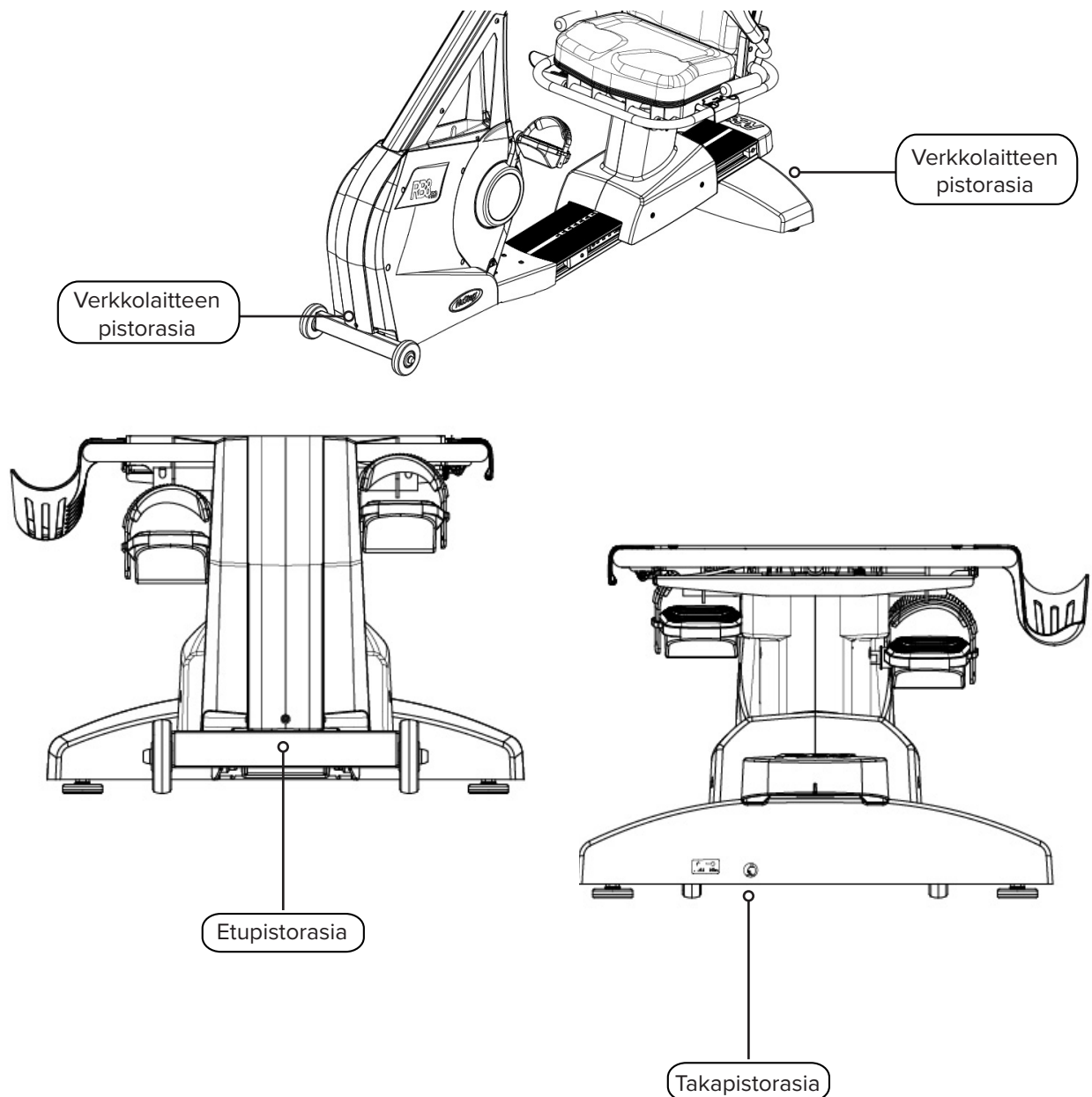
Verkkolaitteen käyttö

RB8 saa virtansa laitteen mukana toimitetusta verkkolaitteesta. Verkkolaite voidaan kytkeä joko etu- tai takapuolen pistorasiaan.* Kytke verkkolaite sopivaan verkkopistorasiaan.

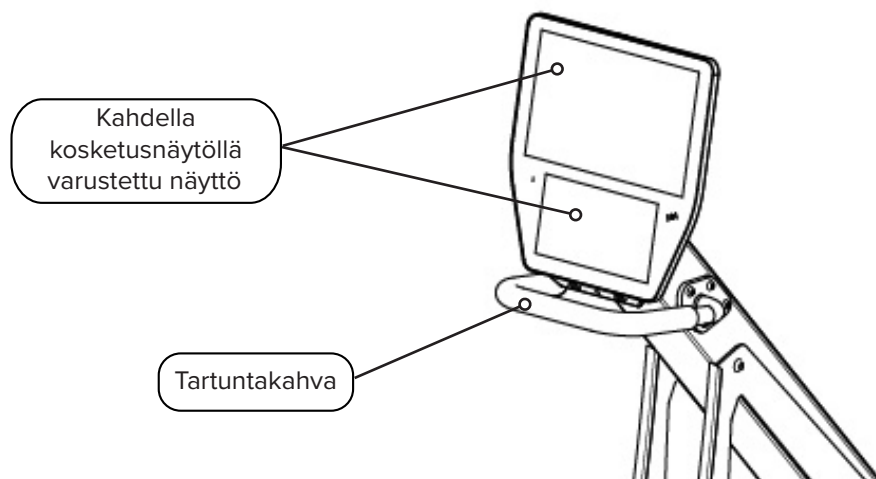
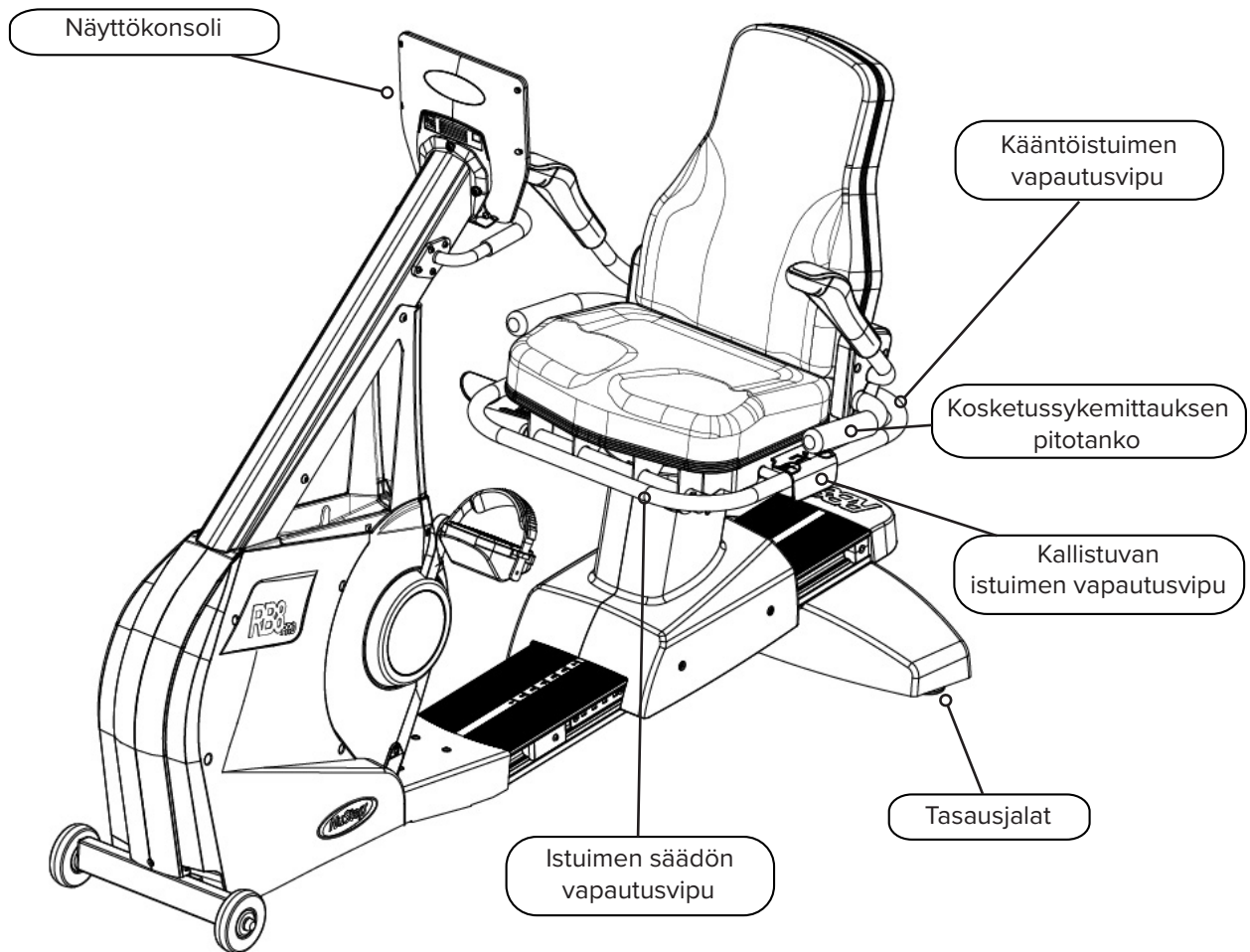
Vie verkkolaitteen virtajohto siten, että se ei aiheuta kompastumisvaaraa tai vahingoita verkkolaitetta. Vältä painamasta tai rasittamasta verkkolaitteen johtoja, pistorasioita tai pistokkeita.

Verkkolaitteen tekniset tiedot löytyvät tämän käyttöoppaan *Tekniset tiedot* -kohdasta.

** Älä kytke RB8-laitetta samanaikaisesti kahteen verkkolaitteeseen.*




RB8:n ominaisuuksien yleiskuvaus



Oikeat harjoitusasennot

Liikunnan harrastajan kehon asento ja laitteen fyysinen kokoonpano vaihtelevat kyseisen henkilön tavoitteiden tai tarpeiden mukaan.

Käytä tässä annettuja tietoja yleisenä ohjeena tai lähtökohtana laitteen valmistelussa ja sijoittelussa. Istuimen sijoittaminen oikealle etäisyydelle auttaa säilyttämään oikean kehon asennon harjoituksen aikana.

 HUOMIO
Vääränlainen tai liiallinen laitteen käyttö voi olla terveydelle vaarallista.
Varmista, että istuin on asetettu biomekaanisesti oikeaan asentoon.
Älä ojenna jalkojasi liian pitkälle.

Säätöjen tekeminen

Kääntöistuimen käyttäminen

1. Aseta jalat tukevasti kiskolle tai lattialle.
2. Avaa istuimen lukitus nostamalla takaosan vapautusvipua.
3. Käännä istuinta kumpaankin tahansa suuntaan (istuin kääntyy 360° ja lukittuu 45°:n välein).
4. Vapauttamalla vivun lukitset istuimen paikalleen.



Istuin voi pyöriä käyttäjän ollessa kyydissä tai ilman käyttäjää. Turvallisuussyistä istuimen on oltava eteenpäin, jotta etäisyyttä voidaan säätää.



Avaa istuimen lukitus nostamalla takavipua.



Käännä istuinta kumpaankin suuntaan. Vapauttamalla vivun lukitset istuimen paikalleen.

Säätöjen tekeminen

Istuimen etäisyyden säätäminen

1. Aseta jalat tukevasti kiskolle tai lattialle.
2. Avaa lukitus nostamalla etuvipua.
3. Säädä etäisyyttä käsikahvoihin liu'uttamalla istuinta jalkojen avulla eteen- tai taaksepäin.
4. Vapauttamalla vivun lukitset istuimen paikalleen.



Aseta istuin siten, että polvi on hieman koukussa, kun jalka on ojennettuna.



Säädä etäisyyttä nostamalla etuvipu.



Polvi on hieman koukussa, kun jalka on ojennettuna.

Istuimen kallistuksen säätäminen

1. Aseta jalat tukevasti kiskolle tai lattialle.
2. Avaa lukitus nostamalla istuimen vasemmalla puolella olevaa mustaa vipua.
3. Työntämällä istuimen selkänojaa voit lisätä kallistusta (jopa 12°:n kallistus on mahdollinen).
4. Vapauttamalla vivun lukitset istuimen paikalleen.



Avaa lukitus nostamalla vasemmalla puolella olevaa vipua.



Säädä kallistusta työntämällä istuinta taaksepäin. Lukitse päästämällä irti vivusta.

Näyttöruudut

RB8-konsoli

Konsolissa on kaksi näyttöruutua, joissa on kosketusnäyttökäyttöliittymä. Ylempi on *Aloitusp näyttö*, alempi on *Mittarin näyttö*.

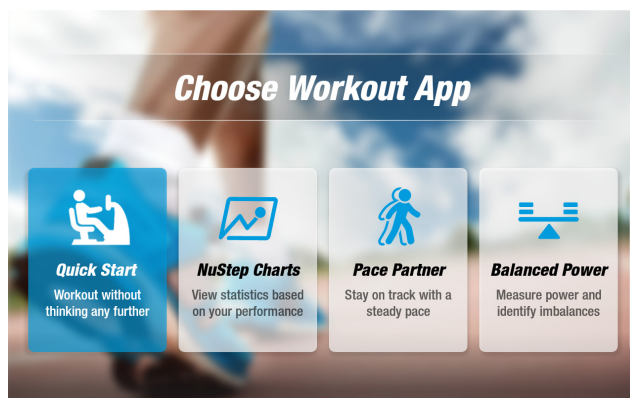
Aloitusp näyttö

Näyttää harjoitussovellukset *Pika-aloitus*, *NuStep-kaaviot*, *Kirittäjä*, *Tasapainoinen teho*, *Maastoseikkailija* ja *NuStep-ohjelmat*.

Jokaista sovellusta edustaa kuvake. Käynnistä sovellus napauttamalla sen kuvaketta.

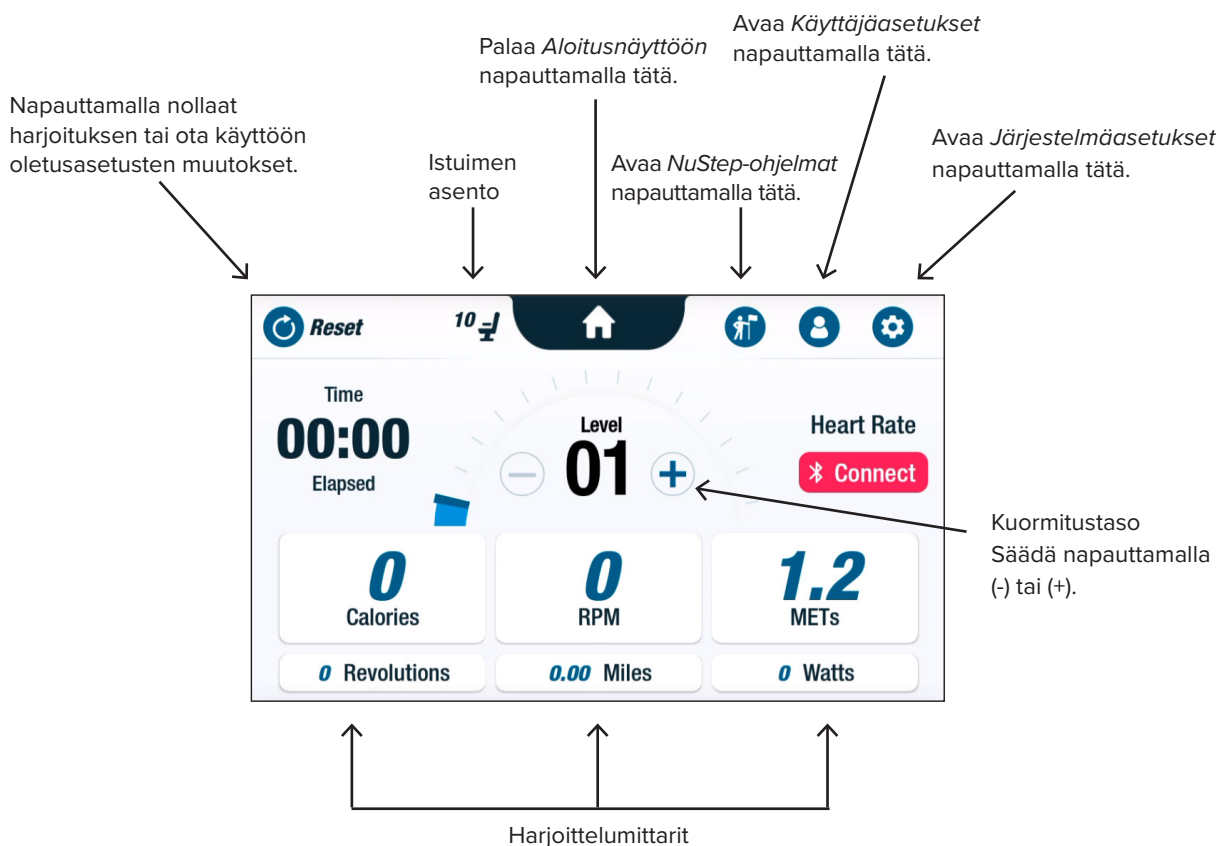


Jos haluat tarkastella muita sovelluksia, pyyhkäise vasemmalle *Aloitusp näyttö*ssä.



Mittarin näyttö

Näyttää tieto- ja asetuskuvakkeet sekä harjoittelun mittarit, kuten *Aika*, *Taso (vastus)*, *Syke*, *Kalorit*, *APM (askeleet minuutissa)*, *MET (metaboliset ekvivalentit)*, *Mailit (kilometrit)* ja *Askeleet yht.*



Näyttöruudut

Sovelluksen näyttönäkymät

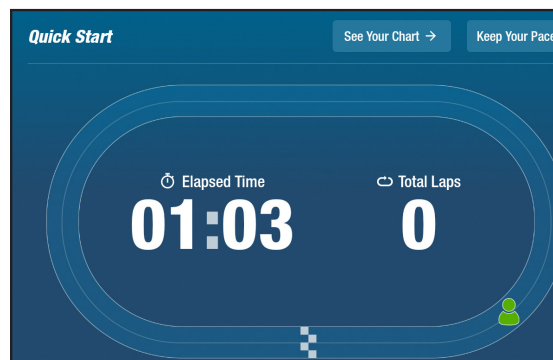


Pika-aloitus

Mahdollistaa käyttäjien harjoittelun asettamatta vauhtitavoitteita tai valitsematta mittariarvoja. *Pika-aloitus* seuraa kulunutta aikaa ja kokonaiskierroksia.

Käyttäjät voivat siirtyä muihin sovelluksiin *Pika-aloitus*-näkymästä. Sovellusten vaihtaminen:

- Napauta [See Your Chart →](#) *Suorituskykykaaviot*-sovelluksen avaamiseksi.
- Napauta [Keep Your Pace →](#) *Kirittäjä*-sovelluksen avaamiseksi.



NuStep-kaaviot

Näyttää suorituskykymittarit – *Vauhti (KPM)*, *Watit*, *Kuormitus, MET* tai *Tasapaino* – joita seurataan harjoittelun aikana.

Suorituskykykaavioiden välillä vaihtaminen:

- Napauta sen mittarin välilehteä, jonka haluat valita, kuten esim. *Tasapaino*.
- Valittu mittari muuttuu siniseksi ja näyttää vastaavan kaavion.

Suorituskykymittarit




Näyttöruudut



Kirittäjä

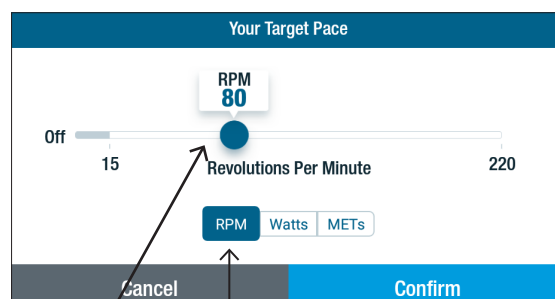
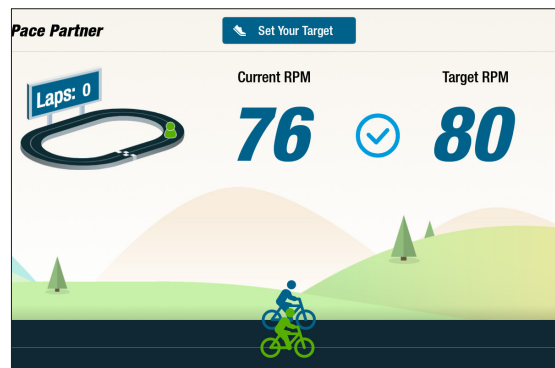
Käyttäjät asettavat tavoitevauhdin ja harjoittelumittarin (*KPM*, *Watit* tai *MET*). Käyttäjän tavoitteena on pysyä kumppaninsa tahdissa.

Tavoitevauhdin asettaminen:

1. Napauta  **Set Your Target** avataksesi *Oma tavoitevauhti* -näytön.
2. Aseta tavoitevauhti napauttamalla ja liikuttamalla liikusäädintä.
3. Napauta mittaria, jonka haluat valita, esim. *KPM*.
4. Vahvista valinta napauttamalla *Vahvista*.

Kun käyttäjä aloittaa pyöräilyn, näytöllä näkyvät nykyinen vauhti ja tavoitevauhti.

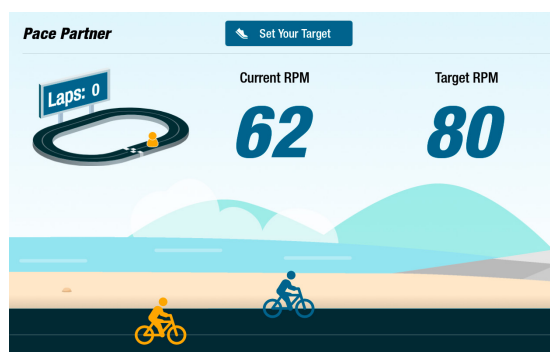
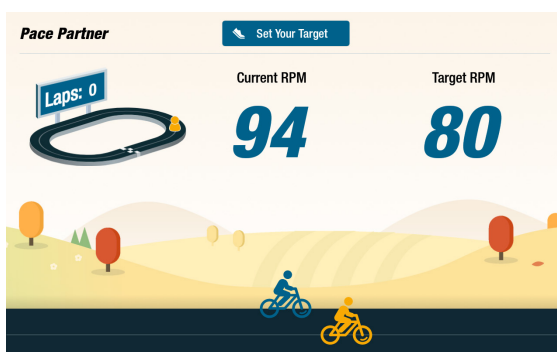
- Kun käyttäjä harjoittelee asetetun vauhdin mukaisesti, käyttäjän pyöräilijä näkyy vihreänä ja tavoitepyöräilijän vieressä (*oikealla ylhäällä*).
- Kun pyöräilijä ei ole noudata määritettyä vauhtia, pyöräilijän kuva on oranssi ja se näkyy joko tavoitteen edellä tai takana (*katso alla olevat näytöt*).
- Ylös tai alas osoittavat nuolet (*eivät näy kuvassa*) opastavat käyttäjää nopeuttamaan tai hidastamaan vauhtia tavoitevauhdin tavoittamiseksi.



Aseta vauhti napauttamalla ja siirtämällä.

Valitse harjoitusmittari napauttamalla.

Vahvista valinta napauttamalla.



Näyttöruudut

Tasapainoinen teho

Tämä mittaa oikean ja vasemman yksilöllistä tuotettua tehoa (*Wattit*). Se tunnistaa jalkojen tuottaman tehon välisen suhteellisen tasapainon sekä reaaliaikaisesti että koko harjoituskerran aikana.

Kun *Tasapainoinen teho* -ohjelma on valittu, se jatkuu taustalla suorituskykytietojen keräämistä, vaikka harjoittelisit muissa sovelluksissa.

Suorituskykytietojen näyttämiseen on kaksi tapaa: *Vakio* ja *Edistynyt*.

Vakio

Pylväsdiagrammeissa näytetään kummankin jalan tuottama nykyinen (reaaliaikainen) teho ja tehojen suhteellinen symmetria. —————>

Viivakuvaaja näyttää vasemman ja oikean jalan välisen tasapainon prosenttiosuutena harjoituskerran aikana. —————>

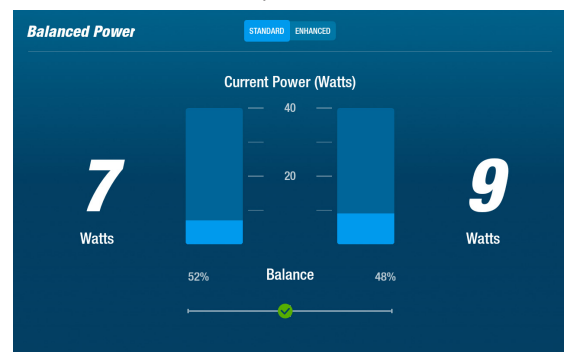
Oikealla olevissa näytöissä ylänäyttö esittää, että oikean ja vasemman jalan välinen teho on tasapainossa.

Alempi näyttö esittää, että vasemman jalan teho on suurempi kuin oikean jalan ja siten niiden teho on epätasapainoinen.

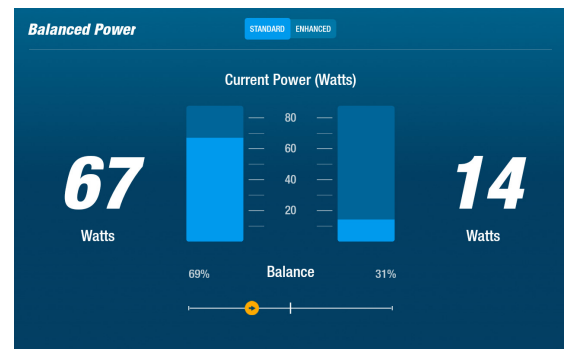


Jalkojen tuotettujen tehojen välinen ero ei saa olla yli 10 %, jotta ne olisivat tasapainossa.

Tasapainoinen



Epätasapainoinen



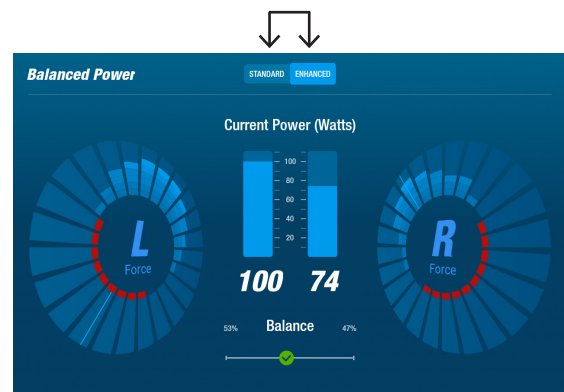
Napauttamalla näitä voit vaihtaa *Vakio*- ja *Edistynyt*-asetusten välillä.

Edistynyt

Käyttää myös pylväs- ja viivakaavioita suorituskyvyn näyttämiseen.

Lisää grafiikkaa, joka näyttää kummankin jalan tuottaman säteittäisen voiman. —————>

Tämä osoittaa, missä kohtaa voiman epätasapaino aiheutuu pyörimisliikkeen aikana.



Näyttöruudut



Maastoseikkailija

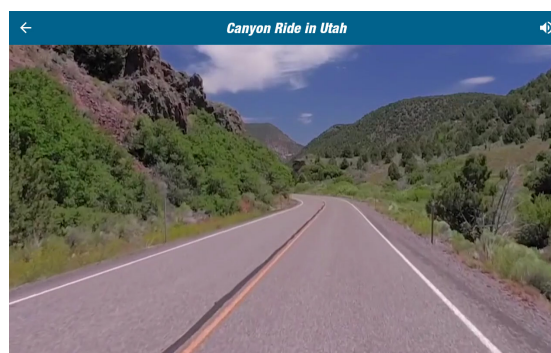
Toistaa videoita luonnonkauniista pyöräilyreiteistä motivoiden käyttäjiä harjoituksen aikana. Aloittaminen:

1. Valitse haluamasi video napauttamalla näyttön kuvaa, jollainen on esim. *Kanjonireitti Utahissa*. →
2. Ala pyöräillä, niin videota toistetaan.

Palaaminen *Maastoseikkailija*-valikkoon: →

1. Napauta näyttöä, jolloin otsikkorivi laskeutuu alas.
2. Napauta otsikkorivillä olevaa taaksepäin osoittavaa nuolta.

Kaikki Maastoseikkailija- ja muihin NuStep-sovelluksiin sisältyvä video-, ääni- ja muu sisältö on suojattu Yhdysvaltojen ja kansainvälisillä tekijänoikeuslaeilla. Video-, ääni- tai muuta sisältöä ei saa käyttää millään muulla tavalla kuin NuStep-tuotteissa katselua varten neuvotulla tavalla.

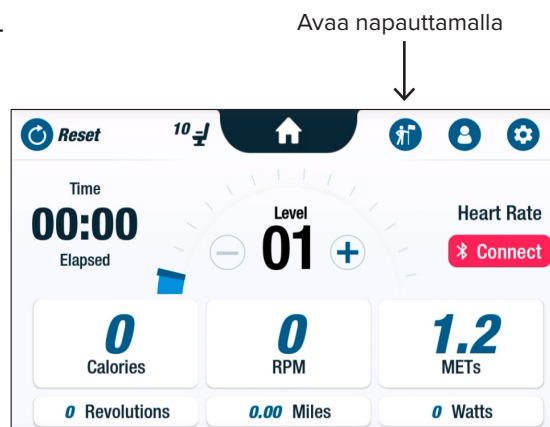


NuStep-ohjelmat

Käyttäjät valitsevat harjoitusohjelmat, jotka koskevat tiettyä tavoitetta (*APM, Watit, MET ja Mäet*), ja asettavat tavoitteen ja keston. Avaa joko *Aloit*-näytöstä (*vasen alakulma*) tai *Mittari*-näytöstä (*oikea alakulma*).



– tai –



Kunkin ohjelman asetukset määritetään samalla tavalla (*katso seuraava sivu*): 1. Valitse ohjelma valikosta. 2. Muokkaa asetuksia (*Tavoite ja Kesto*). 3. Käynnistä ohjelma.



Näyttöruudut



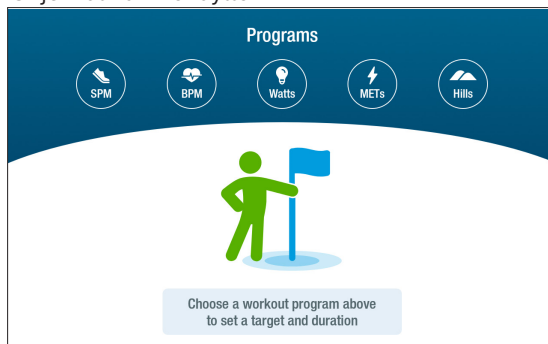
Watit

Käyttäjät asettavat harjoitukselleen Watit-tavoitetason ja keston (*minuutit, matka tai ei mitään*).

Avaaminen:

1. Siirry NuStep-laitteen *Ohjelmat*-valikkonäyttöön.
2. Napauta *Watit*-kuvaketta , jolloin asetusnäyttö avautuu.
3. Avaa asetusnäyttö napauttamalla *Tavoite*-muokkauskuvaketta .
 - a. Aseta Watit-taso liukusäätimellä tai napauttamalla (-) tai (+)-painikkeita.
 - b. Vahvista asetus napauttamalla *Aseta tavoite*.
4. Avaa asetusnäyttö napauttamalla *Kesto*-muokkauskuvaketta.
 - a. Toista vaiheet a. ja b.
5. Suorita ohjelma napauttamalla *Käynnistä ohjelma*.

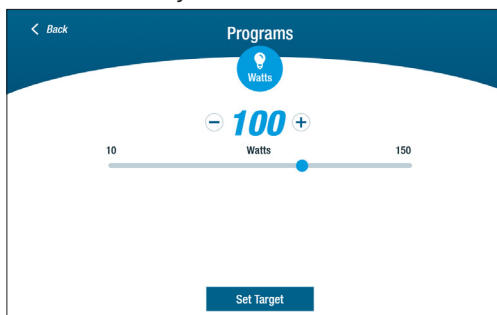
Ohjelmat-valikkonäyttö



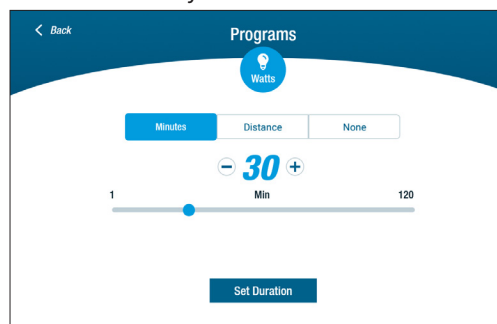
Asetukset-näyttö



Watit-asetusnäyttö



Kesto-asetusnäyttö



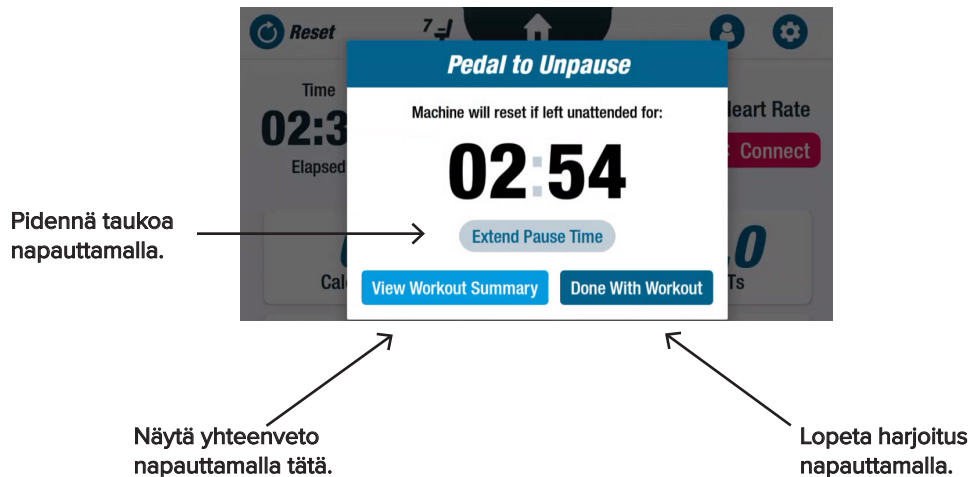
Ohjelma käynnissä -näyttö



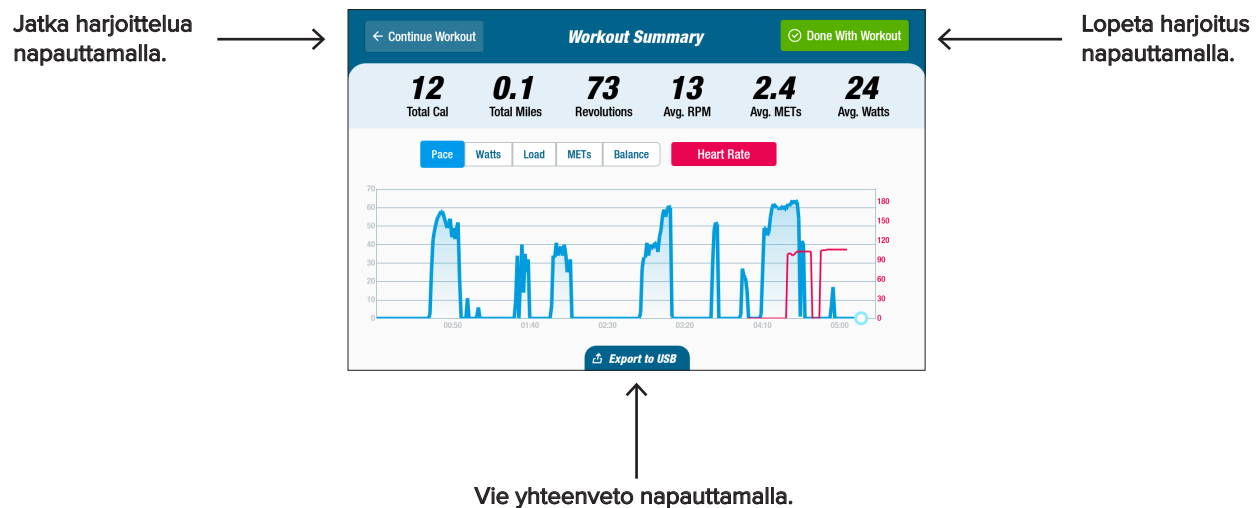
Taukotoiminto

RB8 sammuttaa konsolin 3 minuutin käyttämättömyyden jälkeen. Jos käyttäjä lopettaa polkemisen eikä jatka polkemista 3 minuutin kuluessa, konsoli nollautuu.

Ennen kuin konsoli sammuu, käyttäjä voi pidentää taukoa 15 minuutilla, esimerkiksi pyörän ulkopuolella tehtävää intervalliharjoittelua varten. Taukotilassa käyttäjä voi myös tarkastella yhteenvetoa harjoituksessa suoriutumisestaan tai lopettaa harjoituskertansa.



Yhteenvedon tarkastelun jälkeen käyttäjät voivat palata harjoitukseensa, lopettaa harjoituksen tai viedä harjoituksen yhteenvedon USB-asetalle (*katso ohjeet sivulta 22*).



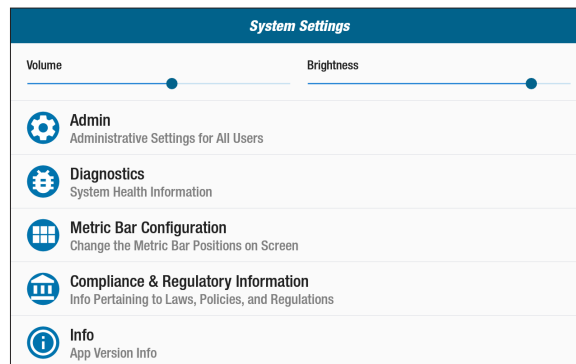
Järjestelmäasetukset

Käytä tätä äänenvoimakkuuden ja näytön kirkkauden säätämiseen, oletusasetusten muuttamiseen, diagnostiikan tarkastelemiseen, mittariasetusten muuttamiseen sekä säätely- ja ohjelmistotietojen tarkastelemiseen.

Avaa näyttö siirtymällä *Mittari*-näyttöön ja napauttamalla  -kuvaketta.

Voit säätää konsolin äänenvoimakkuutta tai näytön kirkkautta liukusäätimillä.

Säädä äänenvoimakkuutta napauttamalla ja liu'uttamalla.





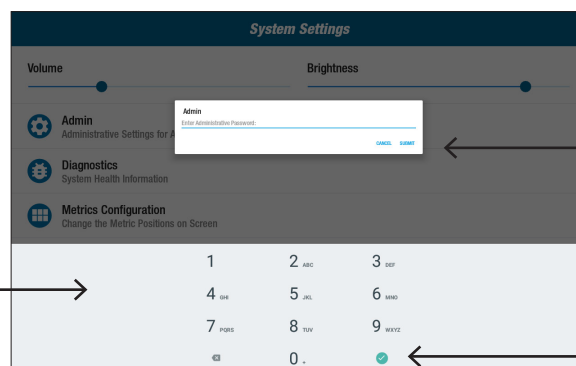
Säädä kirkkautta napauttamalla ja liu'uttamalla.

Pääkäyttäjä

Tähän näyttöön pääsee vain salasanalla*. Käytä tätä oletusasetusten asettamiseen tai muuttamiseen (*ikä, paino, sukupuoli*). Oletusasetukset pätevät koko laitteen tasolla, eli kun ne on kerran asetettu, ne ovat samat jokaiselle käyttäjälle.

Pääkäyttäjä-näytön avaaminen:

1. Napauta  -kuvaketta.
2. Avaa numeronäppäimistö napauttamalla näyttöä.
3. Syötä salasana napauttamalla *Lähetä*.
4. Sulje näppäimistö napauttamalla  -kuvaketta.



Lähetä salasana napauttamalla.


Numeronäppäimistö

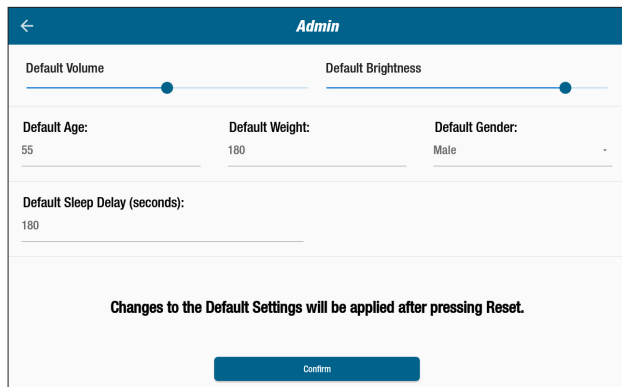
Sulje näppäimistö napauttamalla.

* Salasana on laitteen sarjanumero, joka syötetään käänteisessä järjestyksessä. Jos laitteen sarjanumero on esimerkiksi 1234567, salasana on 7654321. Sarjanumerotarra sijaitsee takatuen kannessa.

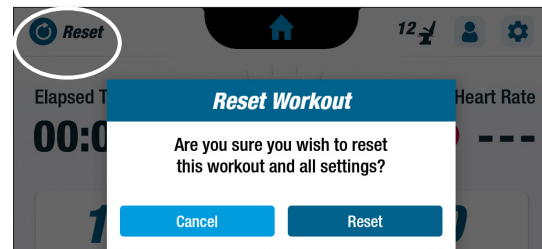
Järjestelmäasetukset

Oletusasetusten muuttaminen
(ikä, paino, sukupuoli):

1. Napauta oletuskenttiä.
2. Syötä ikä ja paino numeronäppäimistöllä ja valitse sukupuoli.
3. Napauta *Vahvista*.
4. Siirry *Mittari*-näyttöön.
5. Avaa *Nollaa harjoitus* -näyttö napauttamalla  **Reset** -kohtaa.
6. Ota muutokset käyttöön napauttamalla *Nollaa*.



↑
Vahvista muutokset napauttamalla.




↑
Nollaa napauttamalla.

Diagnostiikka

Diagnostiikka-näytöissä näkyvät live- ja historiatiedot huoltoteknikkoja tai laitteiden kunnossapidosta vastaavia henkilöitä varten.

Diagnostiikka-näytön avaaminen:

1. Napauta  -kuvaketta *Järjestelmäasetukset*-näytössä.
2. Napauta avattavan näytön otsikkoa, esimerkiksi *Live-tiedot*.

Diagnostics			
LIVE DATA	HISTORICAL/VERSION		STATION/ROTATE
Total Revolutions 0	Seat Position 7	User Power 0.0	
Status 1 0	Revolution Rate 0		
CPU Temperature 41.575			
LCB Miles 0.0	METs 1.0	Calories 0.0	
Arm Height 0	Seat Present true		


</

Järjestelmäasetukset

Mittaririvin asetukset

Käyttäjät voivat muuttaa mittarinäytössä näkyviä mittayksiköitä (*Mailit, Askeleet, APM, MET, Kalorit tai Watit*). Ylärivillä näkyvät nykyiset mittariasetukset.



Mittarien vaihtaminen:

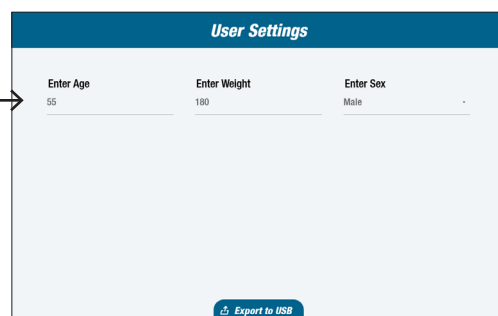
1. Napauta -kuvaketta, jolloin *Mittariasetukset*-näyttö avautuu.
2. Korosta nykyinen mittayksikkö napauttamalla sitä.
3. Voit valita toisen mittayksikön korostettuun paikkaan napauttamalla paikkaa.
4. Ota muutos käyttöön napauttamalla *Vahvista*.



Käyttäjän asetukset

Käyttäjät luovat ja tallentavat profiilin, jossa on heidän ikänsä, painonsa ja sukupuolensa. Voit luoda profiilin siirtymällä *Mittari*-näyttöön:

1. Napauta -kuvaketta, jolloin esiin tulee *Käyttäjäasetukset*-näyttö.
2. Syötä ikä ja paino napauttamalla vastaavaa kenttää ja valitse sukupuoli.
3. Voit tallentaa asetukset liittämällä USB-aseman USB-porttiin (*katso seuraavan sivun kuva*).
4. Napauta *Vie USB:lle*.
5. Voit palata aloitusnäyttöön napauttamalla Aloitusnäyttö -kuvaketta *Mittari*-näytössä.




Vie tiedot napauttamalla.

Käyttäjäprofiilin tietojen vieminen

Käyttäjät voivat milloin tahansa viedä profiilitietonsa USB-asemalle.

Tietojen vienti:

1. Liitä USB-asema näyttökonsolin takana olevaan USB-porttiin.
2. Napauta -kuvaketta *Mittari*-näytössä, jolloin esiin tulee *Käyttäjäasetukset*-näyttö.

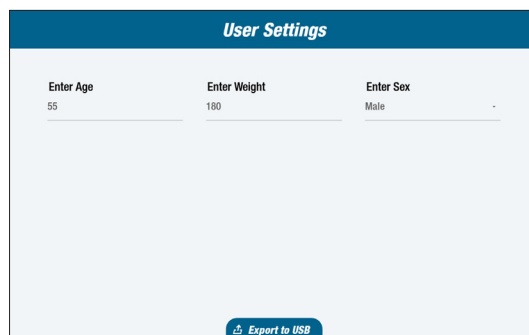
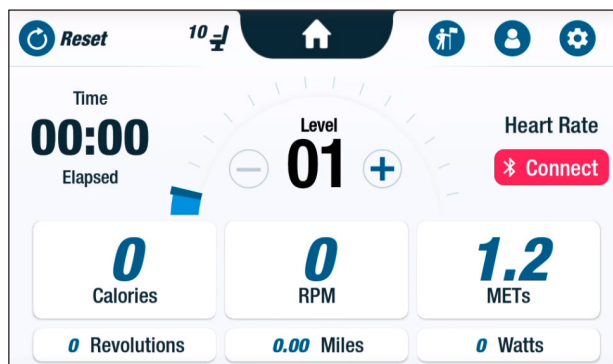
Ohita tämä vaihe, jos profiilinäyttö käynnistyy automaattisesti.

3. Napauta *Vie USB:lle* -välilehteä näytön alareunasta.
4. Poista USB-asema.

USB-liitäntä



Avaa *Käyttäjäasetukset* napauttamalla kuvaketta.



Vie profiilitiedot napauttamalla tätä.

Harjoitusyhteenvedon vieminen

Käyttäjät voivat viedä harjoitusyhteenvetonsa USB-asemalle. Yhteenvedo tallennetaan PDF-muodossa.

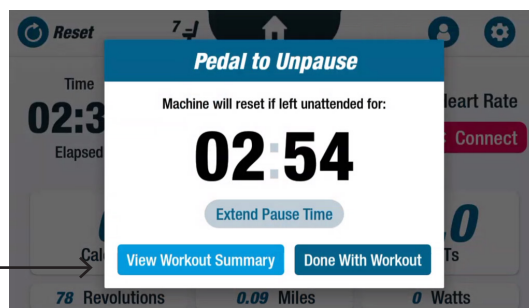
 Liitä USB-asema USB-porttiin ennen harjoituksen aloittamista, jotta tiedot voi viedä asemalle.

Harjoituksen lopussa (ja kun käyttäjä on lopettanut pyöräilyn vähintään 3 minuutiksi), näyttöön avautuu *Peru tauko polkemalla* -ilmoitusnäyttö.

1. Avaa yhteenvedo napauttamalla *Näytä harjoituksen yhteenvedo*.

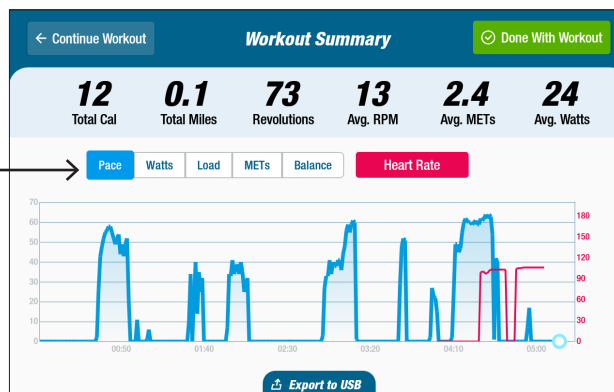
 Älä napauta *Harjoitus on valmis* -kohtaa, koska muuten harjoituskerta lopetetaan ja laite nollataan. Yhteenvetotietoja ei ole tällöin enää saatavilla.

Avaa yhteenvedo
napauttamalla tätä.



2. Napauta mittaria, esimerkiksi *Vauhti*-mittari, niin näet yhteenvedon. Napauta *Harjoituksen yhteenvedo* -näkyssä *Vie USB:lle*.

Näytä yhteenvedo
napauttamalla tätä.



Vie profiilitiedot
napauttamalla tätä.

Ennaltaehkäisevä huolto

Ennaltaehkäisevän huollon aikavälit

RB8 on erittäin laadukas ja kestävä laite, joka on suunniteltu kaupalliseen käyttöön. On suositeltavaa tehdä muutamia laitteen turvallisen toiminnan ja sen käyttöikää pidentäviä tehtäviä. Noudata tuotteen käyttömäärään perustuvia, suositeltuja määräaikaishuollon huoltovälejä. Nämä ovat arvioituja huoltovälejä, ja niitä voi olla tarpeen pidentää tai lyhentää laitteen todellisen käytön perusteella.

OSA	TEHTÄVÄ	SUORITUSVÄLI
Varret, kahvat ja pitotangot	* Puhdista	Viikoittain
Konsoli	* Puhdista	Viikoittain
Päälliset ja runko	* Puhdista	Viikoittain
Istuin	* Puhdista	Viikoittain
Verkkolaite	Tarkista kulumisen tai vaurioiden varalta	Viikoittain
* Käytä RB8-laitteen puhdistamiseen hankaamatonta suihkutettavaa puhdistusainetta ja pehmeää liinaa. Irrota laite verkkopistorasiasta ennen puhdistusta.		

RB8-laitteen takuu

Voit tarkastella takuuta tai tulostaa sen sivustossa www.nustep.com

Jos sinulla on takuuta koskevia kysymyksiä, ota yhteys asiakaspalveluun.

Sähköpostiosoite: support@nustep.com

Puhelin: 800-322-2209 (Yhdysvallat) tai 734-769-3939

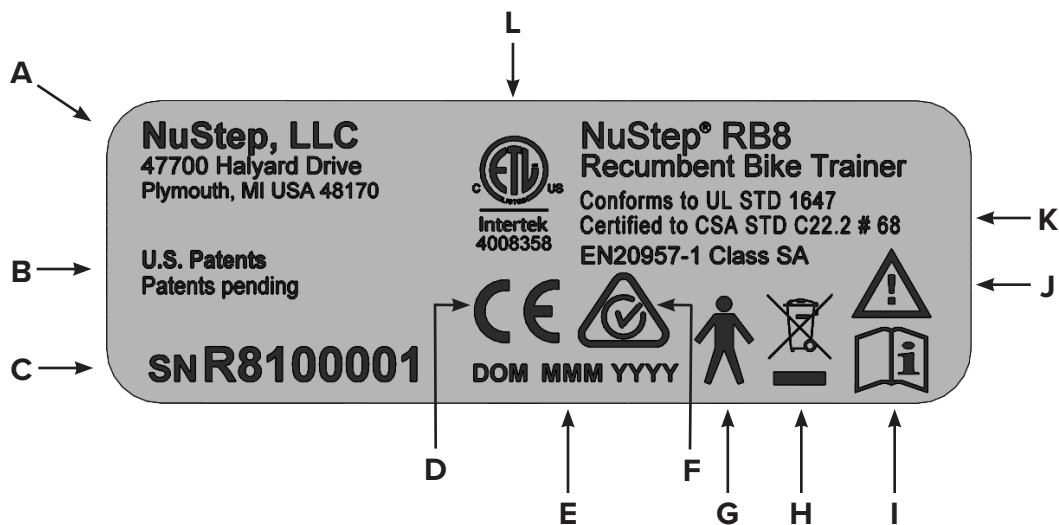


Yhdysvaltain ja Kanadan ulkopuolella olevat asiakkaat voivat saada apua ottamalla yhteyttä paikalliseen NuStep-jälleenmyyjään.

RB8r:n sarjanumerotiedot

Sijainti laitteessa:

Sarjanumerotarra sijaitsee takatuen kannen oikealla puolella.



A	Valmistajan nimi ja osoite
B	Tuotteen patenttisuoja
C	Malli ja sarjanumero
D	CE-merkintä
E	Valmistuspäivämäärä
F	Kierrätysmateriaalin merkintä
G	B-tyyppin potilasliitäntä, sähköturvallisuus
H	Sähkö- ja elektroniikkalaiteromua koskevan direktiivin merkki
I	Tutustu käyttöohjeisiin ennen käyttöä
J	Huomio: lue mukana olevat asiakirjat
K	Standardien noudattaminen
L	Kansallisesti tunnustetun testilaboratorion merkki

Tarran sisältö voi vaihdella NuStep-mallin mukaan.

Asiakaspalvelu

Jos tarvitset apua RB8-yksikön kanssa, ota yhteyttä NuStep-asiakaspalveluun.

Pidä laitteen sarjanumero (sijaitsee takatuen kannen oikealla puolella) ja ongelman täydellinen kuvaus valmiina, jotta tuoteasiantuntijamme pystyvät auttamaan sinua paremmin.

Jos haluat tavoittaa NuStep-tuoteasiantuntijan, ota yhteyttä:

Sähköpostiosoite: support@nustep.com

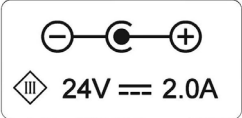
Puhelin: 800-322-2209 (YHDYSVALLAT)
734-769-3939

Verkkosivusto: nustep.com



Yhdysvaltain ja Kanadan ulkopuolella olevat asiakkaat saavat asiakaspalvelua ottamalla yhteyttä paikalliseen NuStep-jälleenmyyjään.

Tekniset tiedot

Käyttäjän enimmäispaino	RB8PRO-malli: 227 kg (500 lbs.) RB8MAX-malli: 272 kg (600 lbs.)
Käyttäjän sallitut pituudet	137–200 cm (4'6"–6'7")
Laitteen paino	109 kg (240 lbs.)
Mitat (pituus/korkeus/leveys)	Pituus 188 cm (74 tuumaa); leveys 82 cm (32 tuumaa)
USB A -portti	USB-portti on tarkoitettu vain muistitikun käyttöä varten. Jotkin muistitikut eivät ole yhteensopivia RB8:n USB-portin kanssa. Älä kytke mitään ulkoisia laitteita tähän porttiin USB-kaapelilla.
USB C -portti	Vain huoltoon tarkoitettu liitäntä.
Ethernet-portti	Vain lähiverkkoliitäntä. Älä yhdistä RB8:aa internetiin. Kun liität Ethernet-kaapelin tuotteeseen, kiinnitä kaapeliin saranoitu Laird-ferriitti (valmistajan osanumero 28A2025-OA0) 10–30 cm:n päähän konsolin liittimestä. Laird-ferriitti voidaan korvata muilla ferriiteillä, joilla on vastaavat tekniset ominaisuudet.
Standardit	UL 1647, CSA C22.2#68, EN 20957-1
Jarrutusjärjestelmä ja pyöräilykäyttö	RB8:ssa on nopeudesta riippumaton jarruvastusjärjestelmä.
Verkkolaite	<p>RB8-laitetta saa käyttää vain laitteen mukana toimitetun virtalähteen kautta. Malli GlobTek TR9KI3750CCP-IM(R6B) Luokka 2 Nimellisantoteho: 24 VDC, 3,75 A, 90 W Nimellistuloteho: 100–240 VAC ~ 50–60 Hz, 1,5 A</p>  <p>RB8:aan saa syöttää vain tuotteessa olevan merkinnän mukaista erityisen matalaa turvajännitettä.</p>
Kuljetuksen, varastoinnin ja käytön ympäristöolosuhteita koskevat vaatimukset	<p>Kuljetus ja varastointi: –10...+50 Celsius-astetta < 95 %:n kosteus, ei veden tiivistymistä 20–107 kPa</p> <p>Käyttö: 5–35 Celsius-astetta < 85 %:n ilmankosteus, ei veden tiivistymistä 60–107 kPa</p>

Yhdysvaltain FCC-vaatimustenmukaisuus

Ilmoitus Yhdysvaltain FCC-säännösten noudattamisesta:

Huomaa: Tämä laite on testattu ja sen on todettu noudattavan FCC:n sääntöjen osan 15 mukaisia luokan B digitaalisille laitteille asetettuja rajoituksia. Nämä rajoitukset on suunniteltu antamaan kohtuullinen suoja häiriöitä vastaan, kun laite on asennettuna asuintiloissa. Tämä laite tuottaa, käyttää ja voi säteillä radiotaajuista energiaa ja siten aiheuttaa haitallisia radiohäiriöitä, ellei sitä asenneta ja käytetä ohjeiden mukaan. Ei ole kuitenkaan mitään takeita siitä, etteikö häiriöitä voisi esiintyä jossakin tietyssä asennuksessa. Jos laite aiheuttaa radio- tai TV-laitteissa vastaanottohäiriöitä, mikä voidaan todeta sammuttamalla ja käynnistämällä laite, käyttäjää kehoitetaan korjaamaan häiriöt jollakin seuraavista tavoista:

- Suuntaa tai sijoita vastaanottoantenni uudelleen.
- Siirrä laite ja vastaanotin kauemmas toisistaan.
- Kytke laite pistorasiaan, joka on eri piirissä kuin se, johon vastaanotin on yhdistetty.
- Pyydä apua myyjältä tai asiantuntevalta radio- ja TV-asentajalta.

Tavaramerkit

Bluetooth®-merkki ja -logot ovat Bluetooth SIG, Inc:n omistamia rekisteröityjä tavaramerkkejä, ja NuStep, LLC. käyttää näitä merkkejä luvanvaraisesti. Muut tavaramerkit ja tuotenimet ovat niiden omistajien omaisuutta.

NuStep, LLC.
47700 Halyard Drive
Plymouth, MI 48170
Yhdysvallat
800-322-2209
734-769-3939
www.nustep.com



Tässä oppaassa olevat tiedot ovat ajantasaisia painatushetkellä. Jatkuvan kehitystyön vuoksi teknisiä tietoja ja kuvauksia voidaan muuttaa ilmoittamatta. Tämän oppaan osittainenkin jäljentäminen tai levittäminen missä tahansa muodossa tai millä tahansa menetelmällä, sähköisesti tai mekaanisesti, on kielletty ilman NuStep, LLC:n antamaa nimenomaista kirjallista lupaa.

© Copyright NuStep, LLC, toukokuu 2022.

NuStep® ja Transforming Lives® ovat NuStep, LLC:n rekisteröityjä tavaramerkkejä.

Oppaan osanumero 22066, RB8-käyttöopas, versio A

