



**Lietošanas instrukcija**  
par  
*motion cycle 100 med*



## Saturs

|   |  |    |
|---|--|----|
| 1 | Vispārīgi.....   | 3  |
| 2 | Vienību klasifikācija.....   | 3  |
| 3 | Montāža daļēji demontētai piegādei.....                            | 3  |
| 4 | Drošības instrukcijas.....   | 5  |
|   | Droša ierīces uzstādīšana.....                                     | 5  |
|   | Droša apmācība.....  | 5  |
|   | Indikācijas un kontrindikācijas.....                               | 6  |
| 5 | Displeja darbība.....  | 6  |
|   | Polar - Impulsu sistēmas.....                                      | 6  |
|   | Displeja/ taustiņu funkciju pārskats.....                          | 6  |
|   | Displejs.....  | 8  |
|   | QuickStart.....  | 8  |
|   | Programmēšana monitorā.....  | 8  |
|   | Izmaiņas pretestība.....   | 8  |
|   | Vadība, izmantojot datu nesēju.....                                | 9  |
|   | Rezultāti.....   | 9  |
|   | Kustību cikls 100 medicīnas programmas.....                        | 10 |
|   | Pulsa kontrolēta apmācība.....                                     | 10 |
|   | Saskarnes dators.....  | 10 |
| 6 | Kopšana, apkope un apkalpošana.....                                | 11 |
|   | Norādījumi par kļūmes stāvokļa noteikšanu (nepareiza darbība)..... | 12 |
|   | Tehniskās apkopes instrukcijas operatoram.....                     | 12 |
|   | Pilnvarota speciālista veikta apkope.....                          | 13 |
|   | Kalibrēšana/uzturēšana.....  | 13 |
| 7 | Tehniskie dati.....  | 13 |
| 8 | Garantija.....   | 14 |

## 1 Vispārīgi



**Pirms** treniņierīces **pirmās lietošanas reizes** uzmanīgi izlasiet šo lietošanas instrukciju ar visiem drošības norādījumiem un brīdinājumiem, lai nodrošinātu drošu un pareizu lietošanu. Saglabājiet šo dokumentu turpmākai lietošanai un nododiet to ikvienam, kas to nodod tālāk .

Aprīkojuma mērķis ir kardiopulmonālā apmācība un reproducējama ķermeņa slodze, piemēram, diagnostikas un terapeitiskiem pasākumiem. Iekārtu galvenokārt izmanto lietotāji kardioloģijā, fizioterapijā, sporta medicīnā un mājas apstākļos. Vēl viens pielietojums ir izmantošana, lai veidotu un stiprinātu skeleta muskuļus, kā arī palielinātu treniņa laikā skarto locītavu mobilitāti.

Ierīces ļauj reproducējami fiziski noslogot cilvēka ķermeni un sirds un asinsvadu sistēmu profilakses, rehabilitācijas un diagnostikas nolūkos.

## 2 Vienību klasifikācija

Kustību cikls 100 med ir medicīnas ierīce **MD** saskaņā ar Direktīvu 93/42/EEK, kas klasificēta kategorijā IIa klase. Bremžu kontroles diapazonā displeja precizitāte ir  $< +/- 5 \%$  vai  $+/- 3$  vati, ja jauda ir mazāka par 50 W.

Ierīce ir paredzēta tikai uzraudzītām zonām saskaņā ar DIN EN ISO 20957.

Vienlaicīgi ar treniņierīci var nodarboties tikai 1 persona; maksimālais lietotāja svars nedrīkst pārsniegt 130 kg.

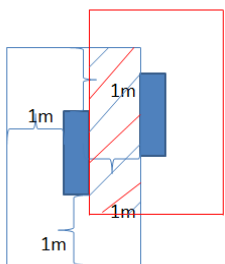
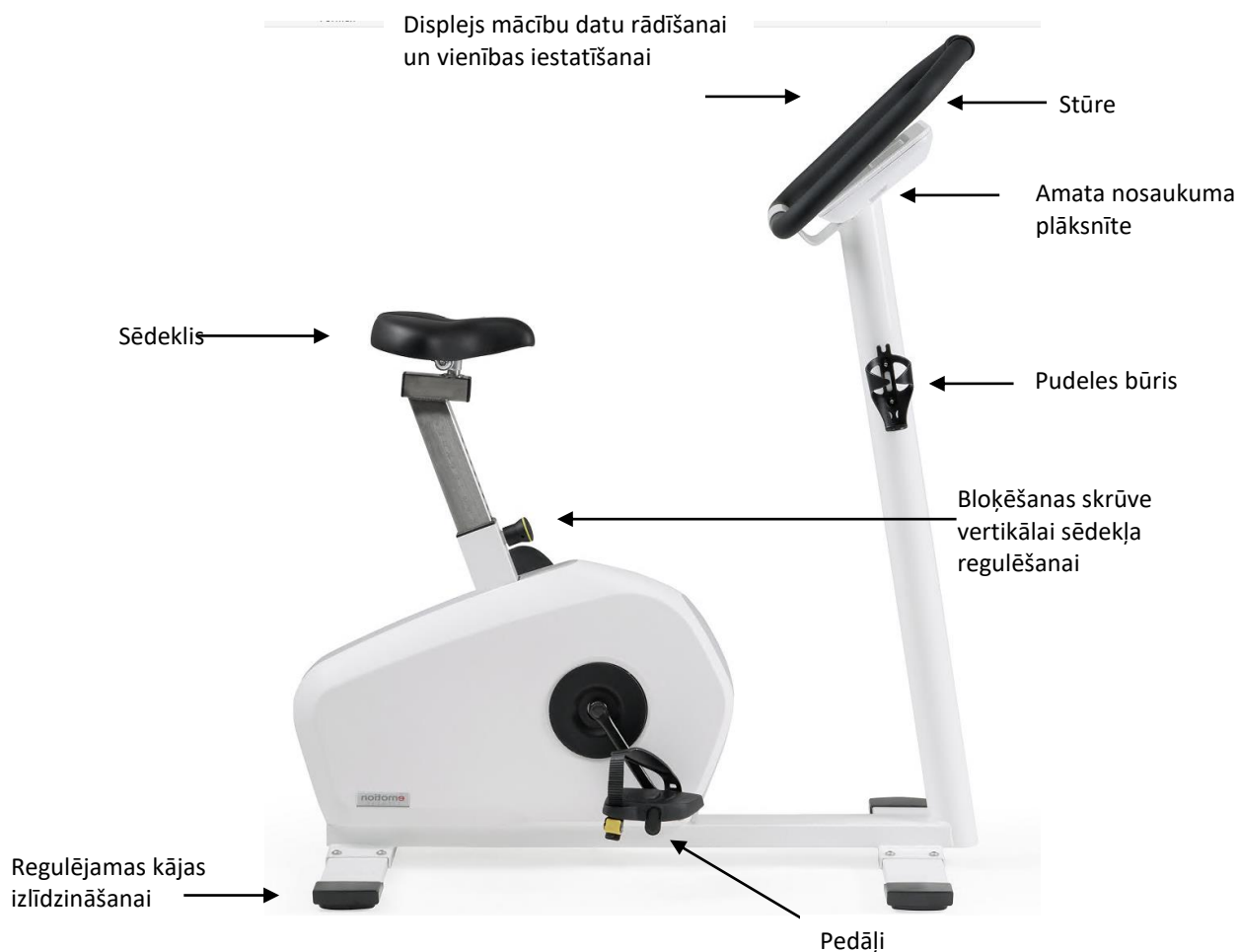
## 3 Montāža daļēji demontētai piegādei

Lai ietaupītu transportēšanas izmaksas, šīs konstrukcijas ergometrus var piegādāt arī daļēji izjauktus, lai uz 120x80 cm paletes varētu novietot līdz pat 3 vienībām. Šādā gadījumā pēc piegādes ierīce vispirms jāsamontē šādi:

|   |   |  |   |
|---|---|--|---|
|    | <p>1. Vispirms pārbaudiet galveno komponentu pilnīgumu...</p>   |    | <p>2. ...tad skrūvju komplekts:<br/><b>8 x</b> apkakles skrūve M5<br/><b>8 x</b> plastmasas paplāksne</p>   |
|    | <p>Novietojiet ierīci ar U veida skrūvēm uz kājām un nostipriniet tās ar 4 apkakles skrūvēm M5 <b>un</b> plastmasas paplāksnēm!</p> |    | <p>Tagad uzstādi pedāļus. Pedāļu sānu malas ir apzīmētas ar R un L. Pieskrūvējiet tos ar rokām un pēc tam pievelciet ar 15 mm atslēgu. <b>Nemiet vērā kreiso un labo vītņi!</b></p> |
|    | <p>Piešķiriet stūres pareizajā pusē atbilstoši caurumu rakstam (jābūt aizmugurē).</p>   |    | <p>6. 4 malu stienis ir brīvi samontēts ar divām iedziļinātām skrūvēm stūres stiprinājumā. Noņemiet tikai kreiso skrūvi, ievietojiet kreiso stūres daļu...</p>                      |
|   | <p>7. ...un atkal brīvi nostipriniet šo daļu ar iedziļināto skrūvi.</p>   |  | <p>8. pēc tam atskrūvējiet labās puses skrūvi un atkārtojiet iepriekšējās divas darbības ar labo pusi.</p>  |
|  | <p>Tagad noregulējiet stūri tā, lai rokturi būtu, piemēram, paralēli monitora priekšējai daļai.....</p>                             |  | <p>10. ...vai stāvāka, ja vēlaties vertikālāku treniņa pozīciju.</p>  |
|  | <p>11. ...Tagad pievelciet iegremdētās skrūves tā, lai stūres pusītes vairs nevarētu savilkt.</p> <p>Gatavs! ☺</p>                  |  |   |

## 4 Drošības instrukcijas

### Droša ierīces uzstādīšana



- Novietojiet ierīci uz stingras, līdzenas un neslīdošas virsmas un izlīdziniet ierīci ar regulēšanas skrūvēm tā, lai tā neklīstu.
- Brīvajam laukumam ap ierīci jābūt vismaz par 1 m lielākam par ierīces kustības diapazonu, lai nodrošinātu drošu piekļuvi ierīcei un izklūšanu no tās arī ārkārtas situācijās. Tomēr drošības atstarpes var pārklāties; sk. 1. att.
- Ierīci uzstādiet tikai sausās telpās (<65% mitrums, >0 <45°C istabas temperatūra).
- Pārliecinieties, ka vienības nestāv uz bieziem "gumijas paklājiņiem", kuros iespīezas rāmji. Rāmja apakšējai daļai vienmēr jābūt brīvai, lai nodrošinātu pietiekamu ventilāciju.
- Visas kardio līnijas ierīces, izņemot skrejceļiņu, ir neatkarīgas no elektrotīkla. Darbības laikā tās pašas ražo elektroenerģiju vai programmēšanas laikā tās tiek apgādātas ar

enerģiju no standarta iebūvētā akumulatora. Akumulatoriem jānodrošina nepieciešamā starta strāva aptuveni 2 gadus. Par akumulatoru nomainīšanu skatiet punktu "Kopšana, apkope un apkalpošana".

- **Uzmanību:** Lūdzu, vienmēr ievērojiet šajā rokasgrāmatā sniegtos norādījumus "Kopšana, apkope un apkalpošana".

### Droša apmācība

- Pirms apmācības uzsākšanas piemērotība apmācībai jāpārbauda pilnvarotai personai, piemēram, ārstam. Lūdzu, ņemiet vērā punktu "Kontrindikācijas" tālāk šajā nodaļā.
- Ņemiet vērā, ka pārmērīga fiziskā slodze var būt kaitīga.
- Ja rodas slikta dūša vai reibonis, nekavējoties pārtrauciet treniņu un konsultējieties ar ārstu.
- Treniņi ar aprīkojumu ir atļauti tikai ar neskartu ādu.
- Kad veicat vingrinājumus, vēlams izmantot cieši piegulošu, vieglu sporta apģērbu, kas vingrinājumu laikā nevar iesprūst aprīkojuma daļās. Vienmēr valkājiet piemērotus sporta apavus, lai nodrošinātu drošu soli uz pedāļiem.
- Pirms apmācības uzsākšanas pārbaudiet, vai ierīce ir drošā stāvoklī, vai tajā nav bojātu detaļu vai iespējamu manipulāciju. Ja konstatējat defektus vai neesat pārliecināts, pirms apmācības uzsākšanas jautājiet vadītājam.

- Pirms apmācības uzsākšanas pārliecinieties, ka neviens neatrodas kustīgo daļu tuvumā, lai neradītu apdraudējumu trešajām personām. Jo īpaši bērni bez uzraudzības nedrīkst atrasties pie iekārtas.
- Apstādināšanas poga ir vienmēr aktīva kā drošības funkcija un bremzē kustību, kad poga ir nospiesta.
- Lai biomehāniski pareizi trenētos, ierīcē ir jāveic iestatījumi. Vertikālo sēdekļa pozīciju var mainīt kustību ciklā 100 med. Lai to izdarītu, pavelciet fiksējošo skrūvi sēdekļa statņa priekšpusē un manuāli noregulējiet augstumu. **Drošība:** Pirms sēdekļa uzlikšanas uz sēdekļa pārliecinieties, ka fiksācijas skrūve ir stingri un dzirdami fiksēta. Sēdekļa pozīcija ir norādīta ar skalu sēdekļa statņa sānos, lai atkārtotu treniņu laikā varētu viegli atrast personīgo sēdekļa augstumu. Sēdekļa augstums jāizvēlas tā, lai zemākajā pedāļa pozīcijā ceļgala saliekums joprojām būtu aptuveni 10°.
- **Brīdinājums:** Ja tuvumā ir spēcīgi magnētiskie lauki, sirdsdarbības monitoringa sistēma ir jutīga pret traucējumiem. Nepārtraukti spēcīgas parādītā sirdsdarbības ritma svārstības norāda uz kļūdainiem mērījumiem. Šādā gadījumā pārbaudiet krūšu siksņas sensora stāvokli vai samitriniet elektrodu virsmas.
- **Brīdinājums:** Pārāk intensīvi vingrinājumi var radīt nopietnu apdraudējumu un pat izraisīt nāvi. Ja jūtaties slikti, nekavējoties pārtrauciet vingrinājumus.
- **Brīdinājums:** Ierīci drīkst darbināt tikai ar korpusu.
- **Brīdinājums par papildu barošanas pieslēgumu:** Izmantojiet tikai medicīniski apstiprinātus barošanas avotus, kas ir pārbaudīti saskaņā ar IEC 60601-1 un ko apstiprinājis ierīces ražotājs.

## Indikācijas un kontrindikācijas

### Indikācijas

- Skeleta-muskuļu sistēmas mobilitāte
- Muskulatūras stiprināšana
- Sirds un asinsvadu sistēmas stiprināšana

### Kontrindikācijas

- Sirds un asinsvadu slimības
- Sāpes muskuļu un skeleta sistēmā
- Apmācību laikā:
  - Sāpes krūtīs
  - Malaise
  - Slikta dūša
  - Reibonis
  - Elpas trūkums

Ja lietojat medikamentus, konsultējieties ar savu ārstu.

## 5 Displeja darbība

Trīs treniņu programmas nodrošina individuālu un kvalitatīvu apmācību ar kustību ciklu 100 med.

### Polar - Impulsu sistēmas

Kustību ciklam 100 med ir oriģinālā Polar® impulsu sistēma, kurā signāla iegūšana tiek veikta ar krūšu siksņas palīdzību (krūšu siksņas raidītājs nav iekļauts piegādes komplektācijā). Bezvadu datu pārraide uz displeja elektroniku ir kodēta. Polar® tehnoloģijas pamatā ir signāla pārraide caur magnētisko lauku. Šo magnētisko lauku var izjaukt daudzi faktori. Visbiežākie iemesli ir tādu krūšu siksnu lietošana, kas nav 100% saderīgas ar Polar®, un dažām no tām ir ļoti liels diapazons. Traucēt var arī mobilie tālruni, skaļruņi, televizori, strāvas kabeļi, luminiscences lampas un motori ar lielu jaudu.

Pulsa frekvences mērīšana ir precīza EKG. Tikai tad, ja izmanto kodētas krūšu jostas, piemēram, raidītāja jostu T31C, pulsa frekvence tiek pārraidīta arī kodēti. Ja izmantojat nekodētu krūšu siksnu (T31), pārraide nav kodēta.

#### Drošības instrukcija saskaņā ar DIN EN ISO

Brīdinājums. Sirdsdarbības monitoringa sistēmas var būt neprecīzas. Pārmērīga fiziskā slodze var izraisīt nopietnu veselības bojājumu vai nāvi. Ja jūtat reiboni vai vājumu, nekavējoties pārtrauciet vingrinājumus.

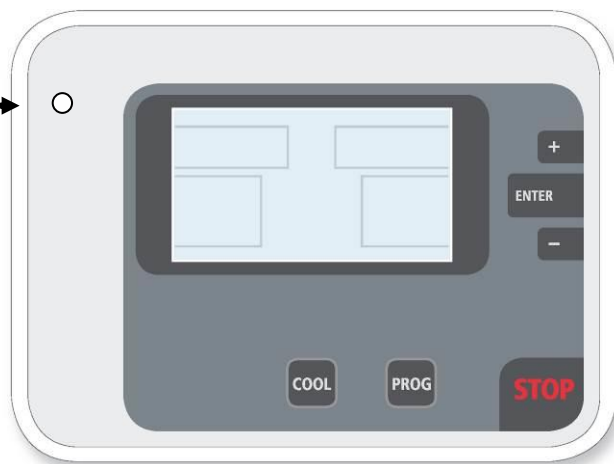
### Fona apgaismojums

Kustību cikls 100 med ir aprīkots ar LCD displeja melnbalto apgaismojumu.

Pēc dažām sekundēm fona apgaismojums ieslēdzas automātiski un tiek darbināts aptumšots atkarībā no bremzēšanas rezistora. Fona apgaismojums uzlabo displeja lasāmību pat nelabvēlīgos apgaismojuma apstākļos.

### Displeja/ taustiņu funkciju pārskats

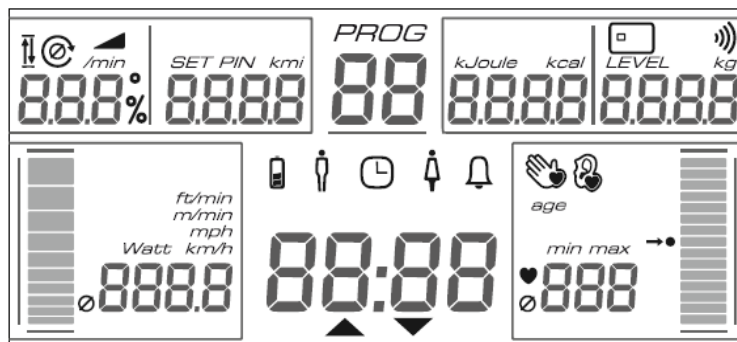
Atiestatīšanas  
poga



Pogu skaidrojums pulksteņrādītāja virzienā, sākot no apturēšanas pogas:

- **STOP** poga nekavējoties aptur treniņu jebkurā brīdī un aktivizē elektronisko bremzi, kas ar spēcīgu bremzēšanu uz 8 sekundēm samazina kustību līdz 0, pēc tam varat izmantot COOL funkciju, lai veiktu COOL DOWN ar nelielu intensitāti. Rezultāti netiek saglabāti.
- Lai piekļūtu treniņu programmu izvēlei, tiek nospiesta **poga** PROG, ja vien netiek izmantota ieprogrammēta atmiņas ierīce.
- Izmantojot **Cool** pogu, varat pārtraukt treniņu agrāk, pāriet COOL režīmā un pabeigt treniņu ar zemu slodzi. Treniņa rezultāti tiek parādīti un saglabāti atmiņas nesējā, ja ar to esat izsaucis treniņu.
- Atiestatīšanas poga: Sākotnēji atiestatīšanas poga lietotājam nav redzama. Tā atrodas ekrāna augšējās malas pagarinājumā pa kreisi. Ņemot vērā pastāvīgo barošanu ar baterijām, automātiska atiestatīšana ir iespējama tikai ierobežotā apjomā. Ja kādreiz rodas sistēmas darbības traucējumi, ar šo pogu ir iespējams no jauna iedarbināt procesoru.
- Lai mainītu parametrus vai jaudas vērtības, izmantojiet **+** pogu.
- Nospiediet taustiņu **ENTER**, lai apstiprinātu vērtības vai displejus un pārietu uz nākamo programmēšanas soli.
- Lai mainītu parametrus vai jaudas vērtības, izmantojiet **pogu** - .

## Displejs



1. attēls: Šajā attēlā redzami visi LCD displeja segmenti. Parastā režīmā tiek parādīta tikai attiecīgā informācija.

Atkarībā no programmas tiks parādīti šādi parametri:

- Programma: Programmas numurs
- Laiks: Pašreizējais pievienotais mācību laiks vai atlikušais efektīvais mācību laiks. Bultiņas simbols norāda skaitīšanas virzienu.
- Pulss: sirdsdarbības rādījums, ja nēsājat pulsa raidītāja jostu. Rokas vai auss pulsa sistēmas nav pieejamas kopā ar kustību ciklu 100 med. Pulsa indikatora displejs skaidri parāda, kurā pulsa zonā atrodaties. Pie pulsa 130 joslas displejs ir aizpildīts līdz vidum. Programmās ar pulsa iestatījumiem joslas displeja vidū ir attēlots attiecīgais mērķa pulss.
- Watt: displejā jauda tiek parādīta vatoss. Paralēli digitālajam displejam intensitāte tiek attēlota arī grafiskā joslu diagrammā.
- Km/h: Fiktīvais ātrums tiek attēlots km/h. Ātrums tiek attēlots arī joslu diagrammā. Paralēli digitālajam displejam ātrumu norāda arī grafiskā joslu diagrammā.
- Ātrums: pedāļa apgriezieni minūtē
- KM: Atkarībā no programmas displeja laukā tiek parādīts pievienotais vai atlikušais attālums. Displejs ir metros; no 1000 m ar 10 m soli (1,00 km).
- K-Cal: atkarībā no programmas displeja laukā tiek parādīts pievienoto vai atlikušo kaloriju patēriņš.
- Līmenis: Pašreizējā intensitātes līmeņa 1 - 21 rādījums.
- Mikroskāmes karte: Mikroskāmes kartes simbols parādās, kad ir ievietots atmiņas nesējs.
- ∅: Ja digitālajos displejos ir pievienots šis simbols, tās ir treniņa sesijas vidējās vērtības.

## QuickStart

Displeja panelis tiek aktivizēts, sākot pedāļu minšanu, vai arī LCD panelis ir ieslēgts un joprojām tiek darbināts no akumulatora. Ja jūs vienkārši sāksiet mācības, tiksiet iekļauts ātrās uzsākšanas programmā, kurā varat mācīties, neveicot nekādus papildu ierakstus. Ātrās palaišanas programmā pretestību var regulēt, izmantojot +/- taustiņus.

## Programmēšana monitorā

Programmēšana tiek uzsākta ar **Prog**, pēc tam vēlamā programma tiek izvēlēta ar +/- . Attiecīgajā displeja laukā mirgo programmas numurs.

**ENTER** apstiprina programmas izvēli. Tagad tiek pieprasīti visi nepieciešamie parametri. Iestatāmais parametrs mirgo. Displeja vērtības tiek mainītas ar +/- . Apstipriniet ar **ENTER**. Kad ir apstiprināts pēdējais ieraksts, programma sākas automātiski.

## Izmaiņas pretestība

Izņemot pilnībā automātisko impulsu programmu, pretestību jebkurā laikā var mainīt manuāli, izmantojot +/- pogu. No ātruma atkarīgajā ātrās palaišanas programmā to var izdarīt, izvēloties pārnenumu/pakāpienu no 1 līdz 21, no ātruma neatkarīgajā jaudas programmā - ievadot vēlamo jaudu.



## Vadība, izmantojot datu nesēju

Uzglabāšanas datu nesējs ir iekļauts visu ierīču standarta komplektācijā. Vadība, izmantojot datu nesēju, kalpo kā operatoru apmācības palīgierīce. Tā pavada un atbalsta jūs visu apmācību pasākumu laikā.

Sistēma sastāv no monitora bloka ar nolasītāju. Informācijas nesēja slots atrodas monitora labajā pusē. Akustiskais signāls apstiprina datu nesēja atpazīšanu.

Šī sistēma padara apmācību ar aprīkojumu vēl vienkāršāku un efektīvāku. Vidi var programmēt tieši visu veidu iekārtās. Sākotnēji rezultāti tiek izvadīti tikai caur iekārtu displeju.

Pēc izvēles mācību plānu var izveidot arī ar datora programmatūru. Pēc tam individuālās mācību programmas tiek pārnestas uz datu nesēju. Visi treniņu rezultāti tiek saglabāti un pēc tam tos var analizēt datorā.

## Apmācību plāna izveide ierīcē, bez datora programmatūras

- Nokāpiet uz ierīces un sāciet pedāļu minšanu vai aktivizējiet displeju, nospiežot kādu no pogām.
- Atsevišķas programmas dati ir jāievada ierīcē manuāli. Pēc tam programma tiek palaista.
- Ja displejā parādās LOS, uz īsu brīdi tiek ievietots trenāžiera datu nesējs. Ierīce izdod skaņas signālu, kad barotne ir atklāta.
- Tiek ievietots klienta datu nesējs. Tagad var iestatīt maksimālo mācību vienību skaitu (1 - 255) un apstiprināt ar ENTER. Iestatot 255 vienības, tiek atcelts ierobežojums. Pēc signāla signāla programmas dati tiek saglabāti, un klienta datu nesējs darbojas.
- Atkal pievienojiet klienta datu nesēju. Tagad var sākt apmācību. Kad atbrīvotās mācību vienības ir nokomplektētas, ir jāielādē jauna programma.

Klientu medijs ir paredzēts vingrinātājam. Pēc vēlamās treniņu programmas saglabāšanas datu nesējs tiek ievietots karšu lasītājā, lai veiktu treniņus.

Apmācība tagad tiek veikta automātiski bez papildu ievades. Pēc apmācības pabeigšanas visi apmācības rezultāti tiek saglabāti datu nesējā.

## Trenāžiera īpašā funkcija: datu dzēšana

Ja vēlaties izdzēst visu kartes saturu, tostarp mācību plānu, ievietojiet trenāžiera datu nesēju divas reizes pēc kārtas mikroshēmu karšu lasītājā. Pēc tam ievietojiet klienta datu nesēju, un visi dati tiks dzēsti.

Tiklīdz ir ievietota klienta karte, "Kopējos rezultātus" var dzēst bez trenera kartes, vienlaicīgi nospiežot + un - pogu aptuveni 3 sekundes. Tiek dzēsti tikai rezultāti, bet ne treniņu plāns.

## Kā darbojas dalībnieka karte

Sēdieties uz trenāžiera un sāciet pedāļu minšanu. Ievietojiet ieprogrammēto līdzekli, uz 4 sekundēm tiek parādīti visu kardio trenāžieru summētie treniņu rezultāti (kopā) un pašreiz izmantotā trenāžiera rezultāti. Tādējādi jūs varat redzēt savus kumulatīvos vai vidējos treniņu rezultātus.

Pēc tam automātiski tiek izsaukts jūsu personīgais treniņš, un var sākties jūsu individuālais treniņš. Noņemiet mediju tikai pēc tam, kad treniņš ir pabeigts vai atcelts ar COOL pogu. Treniņa beigas vienmēr tiek paziņotas ar skaņas signālu.

Treniņu sesijas rezultāti uzreiz tiek parādīti displejā. Tāpat visi rezultāti tiek saglabāti datu nesējā. Pēc dažām sekundēm laiks atkal sāk skaitīt uz augšu, sākas atdzišana.

## Rezultāti

Pēc mācību programmas pabeigšanas seko atdzesēšana ar zemu slodzi. Treniņu var pārtraukt jebkurā brīdī pēc treniņa programmas beigām, par ko signalizē skaņas signāls. Treniņu var pārtraukt jebkurā laikā, nospiežot COOL pogu.

Rezultāti tiek parādīti parametru displejos, un tie ir daļēji vidējie (Watt, Km/h, RPM, pulss), daļēji kumulatīvie (Km, K-Cal, laiks). Vidējās vērtības ir atzīmētas ar simbolu Ø.

Šie rezultāti ļauj uzraudzīt personīgo snieguma attīstību un tādējādi kalpo kā motivācija.

Ja trenējaties, izmantojot datu nesēju, rezultāti no katras treniņierīces tiek saglabāti datu nesējā atsevišķi. Rezultātu nolasīšanu var veikt ierīcē vai datorā, ja ir pieejama atbilstoša programmatūra.

## Kustību cikls 100 med programmas

| Programmas        |                |                          |
|-------------------|----------------|--------------------------|
| Darbības iespējas | Manuālā izvēle | Uzglabāšanas datu nesējs |
| 1 Quick           | x              | x                        |
| 2 vati            | x              | x                        |
| 3 Pulss           | x              | x                        |

### Ātri

Programma ļauj nekavējoties sākt mācības. Jūs sākat pedāļu minšanu, displejs ieslēdzas un tiek izsaukta ātrās palaišanas programma. Turpmākie programmas soļi nav nepieciešami.

Ar +/- pogām var mainīt līmeni, t. i., intensitātes līmeni, treniņa laikā.

Programma darbojas atkarībā no ātruma, t. i., jauda mainās atkarībā no ātruma.

Programma tiek pabeigta, nospiežot atdzesēšanas pogu, un tiek parādīti treniņa rezultāti.

### Watt

Programma kontrolē tikai treniņa ilgumu un darbojas neatkarīgi no ātruma, t. i., palielinoties ātrumam, jauda paliek nemainīga.

Pēc displeja aktivizēšanas programmas izvēle ir pieejama ar taustiņu Prog. Ja tiek izvēlēts treniņš ar laiku, treniņa ilgums minūtēs tiek iepriekš izvēlēts ar +/- un apstiprināts ar ENTER. Sākotnējā slodze vienmēr ir 50 vati, un to jebkurā laikā var mainīt ar +/- pogām ar 5 vatu soli līdz 500 vatu. Ja ātrums ir pārāk mazs, lai ģenerētu iestatīto jaudu/attus, ātruma displejs mirgo.

Pēc treniņa beigām vai treniņa pārtraukšanas, izmantojot COOL pogu, displejā tiek parādīti attiecīgie rezultāti.

### Impulss

Pulsa apmācība ir ļoti inteligenta apmācības programma, kas garantē, ka apmācība tiek optimāli dozēta bez manuālas iejaukšanās. Sākumā tiek iestatīts vēlamais mērķa pulsa ātrums - atkarībā no treniņa mērķa - un ierīce pēc tam kontrolē pretestību tā, lai šis pulsa ātrums tiktu sasniegts, bet netiktu pārsniegts. Turklāt programma spēj novērtēt veiktspējas līmeni, pamatojoties uz pulsa attīstību, lai optimāli pielāgotu turpmāko programmas vadību, īpaši iesildīšanās fāzi.

Ja sākotnējā slodze ir iestatīta virs noteiktas vatu robežas, iesildīšanās fāze tiek izlaista un slodze nekavējoties tiek pielāgota atbilstoši vēlamajam impulsu ātrumam.

Šī programma darbojas no ātruma neatkarīgā režīmā.

Impulsu programmai ir jāievada šādi parametri:

- Mācību pulss
- Sākotnējā slodze vatos (parasti 25-50 vati)
- Apmācību ilgums efektīvā diapazonā

Visu pārējo veic programmas vadība. Ievadītais treniņa ilgums attiecas uz efektīvo treniņa laiku, kura laikā sirdsdarbības frekvence ir noteiktajā mērķa pulsa diapazonā, t. i., iesildīšanās laiks nav iekļauts laika mērījumā.

Mīklas +/- ir vienmēr aktīvas apmācības laikā. Ja sākotnējā slodze pirmajās 2 minūtēs tiek palielināta līdz vairāk nekā 45 vati, nekavējoties tiek veikts pakāpenisks palielinājums, lai pēc iespējas ātrāk sasniegtu efektīvo impulsu diapazonu. Šādā veidā pastāv iespēja veikt krustenisko treniņu, kur pretestība tiek iestatīta uz paredzamo jaudas pretestību, un ergometrs pārņem tikai smalko gradāciju mērķa pulsa diapazonā.

Kad ir sasniegts mērķa impulsa diapazons, ar +/- pogām var mainīt mērķa impulsu.

Apmācības beigās rezultāti tiek parādīti kā vidējās vai kumulatīvās vērtības.

### Pulsa kontrolēta apmācība

Informāciju par to, kā darbojas ar impulsu vadāmās treniņu programmas, skatiet brošūrā "Motion Pulse Manager", ko var saņemt no ražotāja.

### Saskarnes dators


Ergometrs ir aprīkots ar RS 232 saskarni - bez galvaniskās izolācijas. Tas ļauj kontrolēt ar datoru, EKG, spirometru u. c., ja šīs ierīces izmanto, piemēram, ergo200/800 protokolu. Ierīces bremzes ģenerē pietiekamu strāvu. Tomēr tas nozīmē, ka, lai varētu izveidot saziņu, ir jāsaņem pedāļu minšana.

Ņemiet vērā, ka medicīniskajā lietojumā jāievēro elektrodrošība.






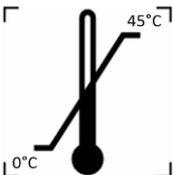


Ja jums ir kādi jautājumi par šo jautājumu, jautājiet pārdevējam.




## 6 Kopšana, apkope un uzturēšana

Visas emotion fitness kardio iekārtas ir izturīgas un prasa nelielu apkopi, lai ilgstoši kalpotu kā treniņu aprīkojums. Tomēr ir obligāti jāveic nepieciešamā kopšana.

 **Brīdinājums:** ierīci drīkst atvērt tikai pilnvarots speciālists.

### Simboli un nozīme

| Drošības zīme   | Atsauce          | Nosaukums   |
|---|------------------|---|
|   | ISO 7010-P017    | Stumšana aizliegta                                    |
|   | ISO 7010-W012    | Brīdinājums, elektrība                                |
|    | ISO 7000-1641    | Lietošanas instrukcija                                |
| <b>Sicherheitshinweis gemäß DIN EN ISO 20957</b><br><br>Warnung! Systeme der Herzfrequenzüberwachung können ungenau sein. Übermäßiges Trainieren kann zu ernsthaftem gesundheitlichem Schaden oder zum Tod führen. Bei Schwindel- Schwächegefühl sofort das Training beenden. | DIN EN ISO 20957 | Drošības paziņojums<br>Sirdsdarbības ritma uzraudzība |
|    | ISO 7000-3082    | Ražotājs  |
|    | ISO 7000-2497    | Izgatavošanas datums                                  |
|    | ISO 7000-0632    | Temperatūras robeža                                   |
|    | ISO 7000-2620    | Mitrums, ierobežojums                                 |
|    | ISO 7010-W001    | Vispārējā brīdinājuma zīme                            |

|   |                |   |
|---|----------------|---|
|  | ISO 7010-M002  | Ievērojiet lietošanas instrukcijas                              |
|  | IEC 60417-5840 | B tipa uzklātā daļa<br>(attiecas uz sēdekli, pedāļiem un stūri) |
|  | ISO 15233      | Medicīniskās ierīces  |

Vienību drošības līmeni var saglabāt tikai tad, ja tās regulāri pārbauda, vai nav bojājumu un nodiluma. Bojātās detaļas nekavējoties jānomaina un ierīce ir jāizslēdz, līdz tā tiek salabota.

### Kļūdu noteikšanas (darbības traucējumu) ceļvedis

Ja iekārtā rodas kādi bojājumi, kurus nevarat klasificēt, lūdzu, sazinieties ar emotion fitness GmbH & Co.KG. Katram kļūdas ziņojumam ir jāsaņem bojātās ierīces sērijas numurs un modeļa tips, jo tas var būt svarīgi, lai varētu veikt pareizu diagnostiku un, pats galvenais, lai nodrošinātu jums atbilstošas rezerves daļas!

### Tehniskās apkopes instrukcijas operatoram

Vizuāli pārbaudiet ierīci pirms katras lietošanas reizes, bet ne retāk kā katru dienu, un pievērsiet īpašu uzmanību bojātām detaļām, vajīgiem savienojumiem, netipiskiem trokšņiem.

Neraugoties uz izcilu kvalitātes sistēmu, jums ik pēc 6 mēnešiem ir jāveic šādas pārbaudes un jādokumentē tās medicīniski apstiprināto ierīču izstrādājuma rokasgrāmatā:

- Vizuāli pārbaudiet visus redzamos savienojumus, kā arī šuves.
- Rūpīgi iztīriet ierīci.
- Pārbaudiet visu skrūvju savienojumu hermētiskumu.
- Pārbaudiet sēdekļa un sēdekļa statņa integritāti un pārlicinieties, ka pēc 2 gadiem sēdeklis tiek nomainīts, lai novērstu materiāla nogurumu.
- Pārbaudiet pedāļu un kloķu integritāti un izturību.

Vispārīgi runājot:

- Plastmasas apdares un rāmja daļas pēc vajadzības regulāri notīriet ar mitru drānu un maigām ziepēm, lai noņemtu agresīvo sviedru paliekas. Pēc tam vēlreiz nosusiniet.
- Nav atļauts izmantot izsmidzināšanas pudeles ar tīrīšanas līdzekļiem; ir pierādīts, ka nepieejamās vietās ierīces nekad neizžūst. Ar šo procedūru nevar izslēgt rūsas invāziju.
- Pārlicinieties, ka monitora korpusā nav iekļuvis šķidrums, jo tas var sabojāt jutīgus elektroniskos komponentus.
- Nepieciešamajai aprīkojuma dezinfekcijai izmantojiet tikai acryl-des® dezinfekcijas salvetes.
- Ja nepieciešams, monitora displejā tiek parādīts pārāk zems akumulatora spriegums, pie kura nevar droši garantēt funkciju bez bremzēšanas strāvas. Tad nomainiet 3 x AA baterijas, atskrūvējot 4 savienojuma skrūves abām monitora korpusa pusēm. Atveriet monitora korpusu un nomainiet baterijas korpusa priekšējā pusē. Pārlicinieties, ka baterijas ir ievietotas saskaņā ar norādījumiem. Iztukšotas baterijas utilizējiet saskaņā ar tiesību aktos noteiktajiem noteikumiem. Pastāv pienākums baterijas atdot atpakaļ; klients var izvēlēties, vai tās nodot reģionālajam atkritumu apglabāšanas uzņēmumam vai ierīces izplatītājam, lai tās bez maksas utilizētu.
- Lūdzu, pārlicinieties, ka vienības nestāv uz bieza gumijas paklāja, kurā iespiežas rāmji. Rāmja apakšējai daļai vienmēr jābūt vēdināmai.
- Pārbaudiet korpusa stiprinājumu hermētiskumu.
- Regulāri pārbaudiet detenta tapu darbību.
- Ja iekārta tiek regulāri izmantota apmācībai, mēs iesakām katru nedēļu vizuāli pārbaudīt visas iekārtas daļas, īpaši skrūves, bultskrūves, šuves un citus stiprinājumus.
- Pārbaudiet, vai ierīces kājas ir stingri nostiprinātas.
- Pārbaudiet, vai kloķi ir cieši savienoti ar asi.
- Svarīgi: pēc pirmajām 10 lietošanas stundām atkārtoti pievelciet! Uz kloķu un asu bojājumiem, kas radušies kloķu atslābināšanas dēļ, neattiecas garantija!
- Pārbaudiet, vai sēdekļa statnis nav bojāts pārslodzes dēļ.
- Notīriet sēdekļa statņa un sēdekļa slīdņa pagarinājuma daļas, pēc tam izsmidziniet ar silikona aerosolu un vēlreiz nosusiniet.
- Pārbaudiet, vai pedāļa cilpas nav bojātas.

- Izmantojiet tikai oriģinālās rezerves daļas, lūdzu, sazinieties ar mums.

#### **Uzmanību: Pievelciet kloķus un pedāļus.**

Pēc pirmajām 10 ekspluatācijas stundām kloķi un pedāļi ir jāpievelk. To veic ar 14 mm uzgriežņu atslēgu.

Ja pedāļi un kloķi nav pievilkti, var rasties ass, kloķu vai pedāļu bojājumi, un šādā gadījumā garantija vairs nav spēkā.

#### **Pilnvarota speciālista veikta apkope**

Ja ar ierīci rodas problēmas, kuras nevarat atrisināt paši, vienmēr sazinieties ar emociju fitnesa dienestu. Pilnvarotais dienests ātri un kompetenti palīdzēs jums vai sniegs jums norādījumus.

#### **Kalibrēšana/uzturēšana**

Uz visiem medicīniskajiem pedāļu ergometriem attiecas **MTK pienākums** (MPBetreibV, 14. pants), un tie ir jāpārbauda **ik pēc 24 mēnešiem**.

Turklāt mēs iesakām **reizi 12 mēnešos** veikt **tehnisko apkopi**, pārbaudot ar drošību saistītās sastāvdaļas (STÜ), ko veic pilnvaroti darbinieki/partneri.

Šī sadaļa attiecas uz juridisko situāciju Vācijā. Lūdzu, pārbaudiet savā valstī piemērojamos tiesību aktus par medicīnas ierīču ekspluatāciju.

Ierīces ar sufiksu "med" ir saskaņā ar Medicīnas ierīču direktīvu 93/42/EEK. Tādējādi uz tām ir CE zīme un pilnvarotās iestādes numurs.

Izplatītājs/apsaimniekotājs ir atbildīgs par tehniskās apkopes, apkopes un kalibrēšanas veikšanu, kā arī par iespējamām pārbaudēm saskaņā ar spēkā esošajiem reģionālajiem likumiem un noteikumiem iekārtas atrašanās vietā!

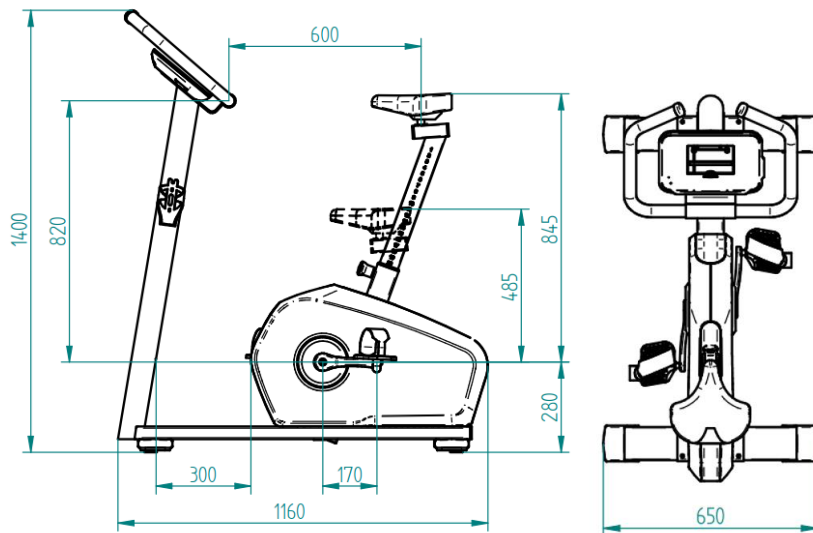
Sīkāku informāciju var sniegt arī vietējais pilnvarotais izplatītājs.

## **7 Tehniskie dati**

- Izmēri un svars var atšķirties aprīkojuma izmaiņu dēļ.

| Izmēri  | Svars | Maksimālais lietotāja svars | Droša darba slodze |
|---|-------|-----------------------------|--------------------|
| 117 cm x 65 cm x 144 cm<br>(garums/attālums/augstums) | 58 kg | 130 kg                      | 188 kg             |

- Pretestības sistēma: no tīkla neatkarīga hibrīda bremžu sistēma.
- Buferbaterija: 3 x AA - Mignon baterija
- Jaudas diapazons: 25 - 300 Watt/neatkarīgi no ātruma
- Brīvais ritenis: pieejams
- Ir izpildītas šādas ES direktīvas:  
DIN EN ISO 20957-1 SA  
DIN EN ISO 20957-5 SA  
DIN EN 60601-1  
2001/95/EK Direktīva 2001/95/EK par produktu vispārēju drošību  
93/42/EEK Medicīnas ierīču direktīva



## 8 Garantija

Tas pamatojas uz likumā noteikto garantiju.

emotion fitness GmbH & Co KG kā šī izstrādājuma ražotājs 24 mēnešus no emotion fitness rēķina izrakstīšanas dienas profesionāliem lietotājiem nodrošinās bezmaksas bojāto detaļu nomaiņu, ja var pierādīt, ka ir ievērota šajā lietošanas pamācībā aprakstītā pareiza lietošana un kopšana.

Parasti garantijas apkopes darbaspēka izmaksas pirmajos 12 mēnešos sedz attiecīgais dīleris jūsu valstī. Ja jums ir kādi jautājumi par šo jautājumu, lūdzu, sazinieties ar attiecīgo izplatītāju.

Garantija zaudē spēku, ja ražojuma apkopi vai remontu veikušas nepiederošas personas. Tiklīdz rodas garantijas prasība, nekavējoties rakstiski vai pa e-pastu informējiet emotion fitness GmbH & Co KG vai savu izplatītāju. Iekārtas īpašniekam ir jāsniedz informācija par iekārtas sērijas numuru, iegādes datumu, detalizēts defekta apraksts un piegādes avots.

emotion fitness GmbH & Co. KG vai jūsu izplatītājs organizēs servisa pakalpojumus, bet patur tiesības noteikt servisa veidu.

Ir iespējamas šādas procedūras:

Ja ir nepieciešams, var izvēlēties kādu no šīm iespējām: 1. servisu uz vietas veiks pilnvarots servisa tehniķis. 2. servisa pakalpojumus var veikt pilnvarots servisa tehniķis.

2. mēs nosūtīsim pieprasīto rezerves daļu.

3. mēs nosūtīsim rezerves daļu.

Klients nekavējoties un bez maksas atdod mums bojātās detaļas. Pretējā gadījumā par piegādātajām rezerves daļām tiks iekasēta maksa.

Ja cēloņi atrodas ārpus garantijas zonas, emotion fitness GmbH & Co KG patur tiesības iekasēt visas remonta izmaksas.

Garantija neattiecas uz dažām nolietojamām detaļām. Tās jo īpaši ir sēdeklis, kloķi un kloķu stiprinājums, pedāļi, pedāļu cilpas, polsterējuma audumi un gumijas rokturi uz stūres. Uz **POLAR** pulsa sistēmām attiecas juridiskā garantija.

Šie garantijas noteikumi nekādā veidā neietekmē vispārējās likumā noteiktās prasības.

Mūsu eksporta vispārīgos noteikumus un nosacījumus ar periodiskiem grozījumiem var apskatīt un lejupielādēt mūsu tīmekļa vietnē [www.emotion-fitness.de](http://www.emotion-fitness.de).

CE 0633

Paldies par uzticēšanos!



**emotion fitness GmbH & Co KG**

**Trippstadter Str. 68**

**67691 Hochspeyer**

**Tālrunis 06305-71499-0**

**Fakss 06305-71499-111**

**[info@emotion-fitness.de](mailto:info@emotion-fitness.de)**

**[www.emotion-fitness.de](http://www.emotion-fitness.de)**

**Ražotājs EUDAMED SRN: DE-MF-000016584**

