

NuStep® T6

Yatay Kondisyon Bisikleti

KULLANIM KILAVUZU



Transforming Lives®

İçindekiler

Giriş	4
Güvenlik Talimatları.....	5-6
Kurulum ve Yerleştirme	7
AC Adaptörünün Kullanımı.....	8
T6'nın Özelliklerine Genel Bakış	9
T6 StrideLock®	10
Ayarların Yapılması.....	11-13
Doğru Oturuş Pozisyonu	13
Gösterge Ekranları	14-16
Duraklatma İşlevi.....	17
Sistem Ayarları	18-19
Kullanıcı Ayarları	20
Kullanıcı Profil Verilerinin Dışa Aktarılması	21
Antrenman Özeti'nin Dışa Aktarılması	22
Koruyucu Bakım.....	23
Seri Numarası Bilgisi.....	24
T6'ya Yönelik Düzenleyici Bilgiler	24
Müşteri Hizmeti ve Parça Temini	25
T6 Garanti Bilgileri	25
Teknik Bilgiler	26
Güvenlik Bildirimleri.....	27-28
EMC Tabloları	29-31
ABD FCC'ye Uygunluk ve IEC/EN 55011'e Uygunluk	32
Kullanım Amacı.....	33

Giriş

NuStep T6 Yatay Kondisyon Bisikleti'ni satın aldığınız için teşekkür ederiz.

Yatay kondisyon bisikletlerinin yaratıcısı olan NuStep, tüm vücuda yönelik kapsayıcı, etkili ve kullanımı kolay, koltuklu egzersiz sistemleri geliştirmede öncüdür. Ürünlerimiz, dünya genelinde sağlık hizmeti sunulan ortamlarda, yaşam merkezlerinde ve yaşlıların yaşadığı merkezlerde kullanılmaktadır.

T6, NuStep'in sürekli gelişme, müşteri memnuniyeti ve sınıfındaki en iyi kaliteyi sunma arayışında bir dönüm noktasıdır. Müşteri odaklı bir şirket olan NuStep, üründe hangi özelliklere yer verileceği konusunda görüş almak için aralarında sağlık çalışanları ve fitness uzmanlarının da bulunduğu müşterilerimize başvurmuştur. T6, bu değerli geribildirimlerin bir sonucudur.

Bizimle çalıştığınız için teşekkür ederiz ve giderek büyüyen NuStep kullanıcıları ağına hoş geldiniz.

Güvenlik Talimatları

	 DİKKAT	 UYARI
Bu sembol, güvenlik uyarısı sembolüdür. Kişisel güvenlikle ilgili talimatlara dikkat çekmek üzere kullanılır. Yanlış kullanımdan kaynaklanan olası yaralanma ve ölüm olaylarından kaçınmak için bu sembolü takiben verilen tüm güvenlik mesajlarını okuyup bunlara uyun.	DİKKAT sembolü, kaçınılmadığı takdirde hafif veya orta yaralanmalara neden olabilecek olası tehlikeli durumları belirtir. Ayrıca güvenli olmayan egzersizlere karşı uyarı amacıyla da kullanılabilir.	UYARI sembolü, kaçınılmadığı takdirde ölüm veya ciddi yaralanmayla sonuçlanabilecek olası tehlikeli durumları belirtir.

 UYARI
Üretici tarafından izin verilmediği sürece bu alette değişiklik yapmayın. Aleti, sadece bu kılavuzda açıklanan kullanım amacına yönelik olarak kullanın. Üretici tarafından önerilmeyen ek parçaları kullanmayın. Kablosu veya fişi hasarlı olan aleti kullanmayın. Kabloyu, sıcak yüzeylerden uzak tutun. Ürünü ısıdan, kıvılcımlardan, açık alevlerden ve sıcak yüzeylerden uzak tutun. Üründeki açıklıklara asla herhangi bir nesne bırakmayın veya sokmayın. Dış mekânlarda kullanmayın. Yanlış veya aşırı antrenman yapmak sağlığa zararlı olabilir. Kalp atış hızını izleme sistemleri doğru olmayabilir. Aşırı egzersiz, ciddi yaralanmalara veya ölüme yol açabilir. Bitkin hissederseniz egzersiz yapmayı derhal bırakın. Aletin düzgün çalışmamasına neden olabileceği için, bu aletin başka aletlerin bitişiğinde veya üstünde kullanımından kaçınılmalıdır. Portatif RF iletişim ekipmanları (anten kabloları ve harici antenler gibi çevre birimleri dahil), ürünün herhangi bir parçasına 30 cm'den (12 inç) daha yakın olmayacak şekilde kullanılmalıdır. Aksi takdirde bu aletin performansında düşüş görülebilir.

Güvenlik Talimatları

**DİKKAT**

Herhangi bir egzersiz programına başlamadan önce hekiminizle görüşün.

Bir engeliniz veya sağlık sorunuz varsa gözetim altında egzersiz yapılması gerekir.

Bu ürünü kullanırken bitkin hissederseniz veya başınız dönerse egzersizi bırakın ve bir hekimden yardım veya tavsiye alın.

Kalp hastalığı, hipertansiyon, diyabet, solunum sistemi rahatsızlığı veya başka herhangi bir sağlık sorunuz varsa ya da hamileyseniz bu ürünü, yalnızca hekiminizin önerdiği şekilde kullanın.

Fiziksel, duyuşsal veya bilişsel becerileri daha düşük olan veya deneyimi ve bilgisi az olan kişiler, bu ürünü, güvenliklerinden sorumlu bir kişinin gözetimi altında olmak kaydıyla kullanabilir.

Bu ürünü kullanmadan önce bu kılavuzu okuyun ve ileride başvurmak üzere saklayın.

Egzersiz yaparken daima ayakkabı ve uygun giysiler giyin.

Cildiniz sağlıklı değilse ürüne dokunmayın veya ürünü tutmayın.

Ürün hasarlı veya çalıştırmayacak gibi görünüyorsa ürünü çalıştırmayın. Üründe hasar veya yıpranma olup olmadığını düzenli olarak kontrol edin. Arızalı bileşenlerin, teknisyenler tarafından derhal değiştirilmesini sağlayın.

Ürün kullanıldığı sırada ürün üzerinde bakım veya onarım işlemi yapmayın. Bakım işlemleri yetkili servis personeli tarafından gerçekleştirilmelidir.

**DİKKAT**

Koltuk pozisyonunun ve üst kol pozisyonunun size uygun bir şekilde ayarlandığından emin olun.

Bu ürünü kullanırken kol boyunuzdan daha ileriye uzanmaya çalışmayın.

Çocukların bu ürünü kullanmasına izin vermeyin.

Bu ürünü, etrafta çocuklar ve/veya hayvanlar varken kullanmayın.

13 yaşından küçük çocukları bu makineden uzak tutun.

Hastanın sağlık durumu ve güvenliği için kalp atış hızı, watt değeri, MET'ler (metabolik eşdeğer) ve kalori parametrelerinin doğru olması gerekiyorsa uygulamalarda bu parametreleri gösteren ekranların kullanılması uygun değildir.

Maksimum kullanıcı ağırlığı kapasitesi:
T6^{PRO} modeli = 227 kg (500 lb)
T6^{MAX} modeli = 272 kg (600 lb)

Ürünü, tek başınıza kaldırmayın. T6 çok ağırdır ve 135 kg (298 lb) ağırlığındadır.

Yaralanmalardan veya ürünün hasar görmesinden kaçınmak için ürünü taşımak için daima yardım isteyin. Ürünü kaldırmak için uygun yöntemleri kullanın.

Yaralanmalardan kaçınmak için ellerinizi kapak açıklıklarından herhangi birine sokmayın.

Bu ürünün güvenli bir şekilde çalışabilmesi için ürünü düz ve sabit bir zemine yerleştirin. Gerekiyorsa tesviye ayağını ayarlayın.

Bu ürünün sadece ürünle birlikte sunulan AC adaptörü yoluyla AC şebeke elektriğine bağlanması gerekir.

BU TALİMATLARI SAKLAYIN.

Kurulum ve Yerleştirme

Ambalajın Açılması ve Kurulum

T6 gönderileri için ambalajın açılması ve kurulum işlemleri, ilgili T6 teslimatındaki kurulum kılavuzu belgelerinde sunulur. Kurulum kılavuzu belgeleri, ürünlerle birlikte gönderilir. Bu belgelerin ek kopyaları, talep üzerine Müşteri Hizmetleri tarafından sunulabilir.

**DİKKAT**

T6 çok ağırdır ve 135 kg (298 lb) ağırlığındadır.

Yaralanmalardan veya ürünün hasar görmesinden kaçınmak için ürünü taşımak için daima yardım alın.

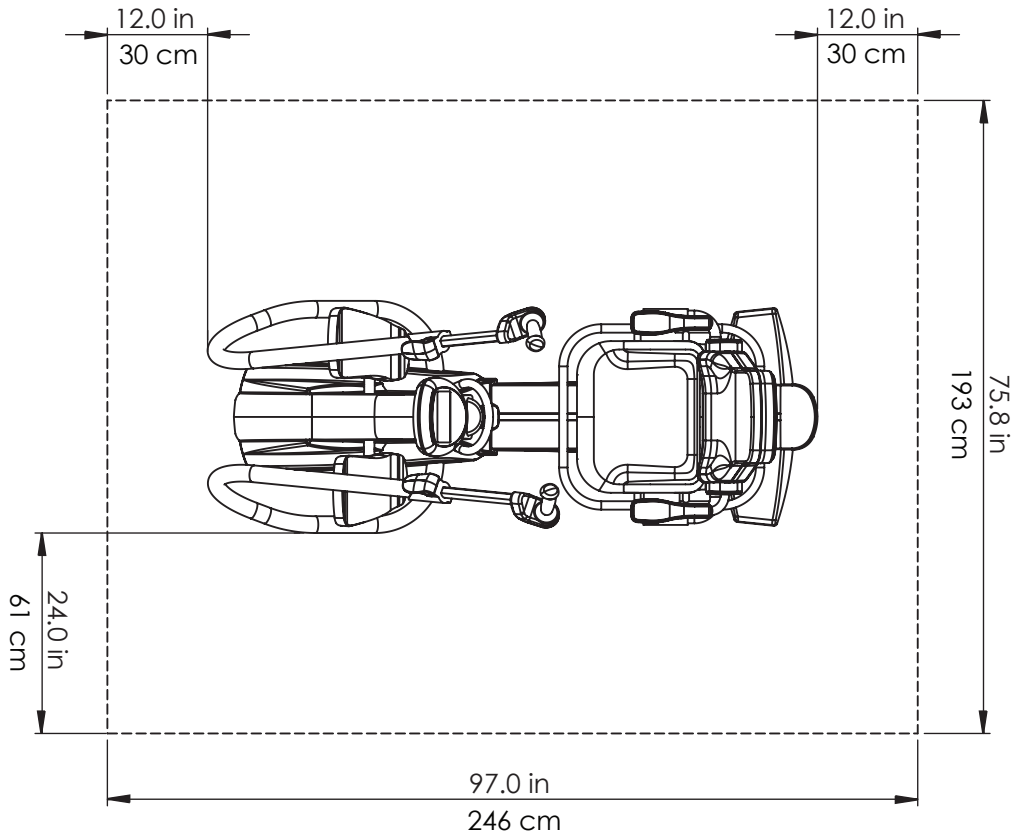
Ürünü kaldırmak için uygun yöntemleri kullanın.

Aletin Yerleştirilmesi

NuStep ürününüzün güvenli ve etkili bir şekilde çalışabilmesi için ürünü düz ve sabit bir zemine yerleştirin. Gerekliyse arka tesviye ayağını ayarlayın.

Aletin çevresinde yanlardan en az 61 cm (24 inç) ve önden ve arkadan en az 30 cm (12 inç) boş alan bırakılmalıdır. Tekerlekli sandalye erişimi için daha fazla boş alan bırakılması gerekir.

Ürünün daha dengeli olmasını sağlamak ve zemini korumak için yatay kondisyon bisikletini NuStep, LLC tarafından satılan yer matına benzer bir egzersiz aleti yer matının üzerine yerleştirin.



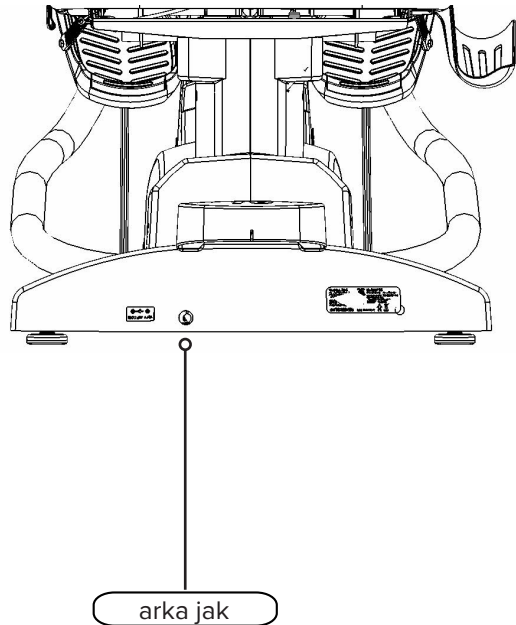
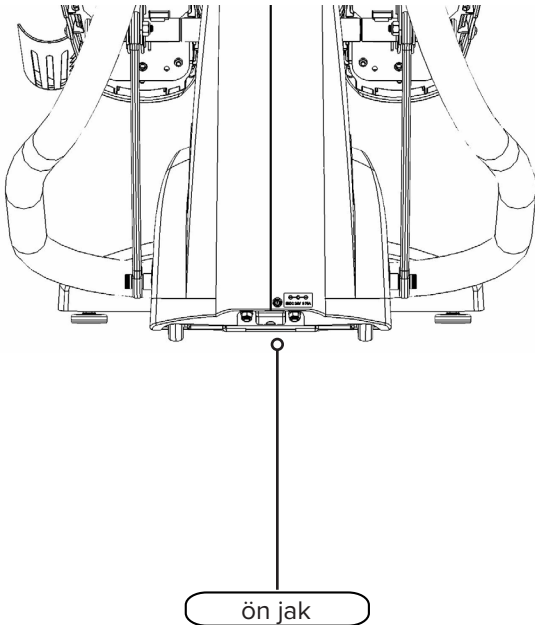
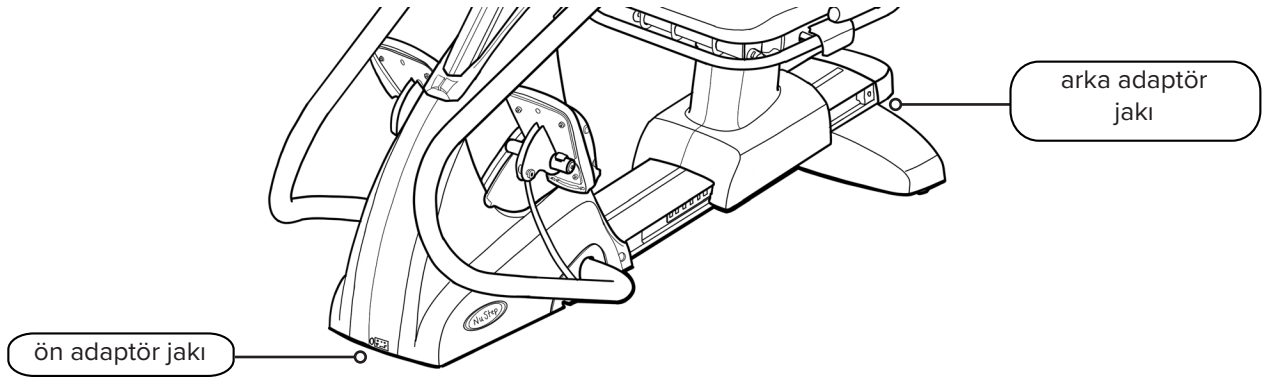
AC Adaptörünün Kullanımı

T6, aletle birlikte sunulan bir AC adaptörü tarafından sağlanan elektrik gücüyle çalışır. AC adaptörü, ön veya arka jake takılabilir.* Adaptörü uygun bir elektrik prizine takın.

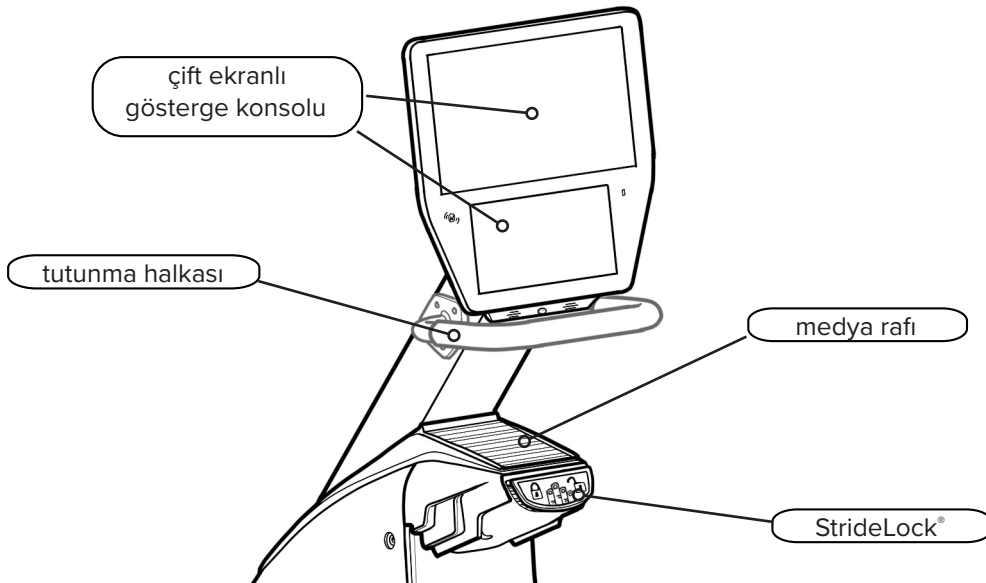
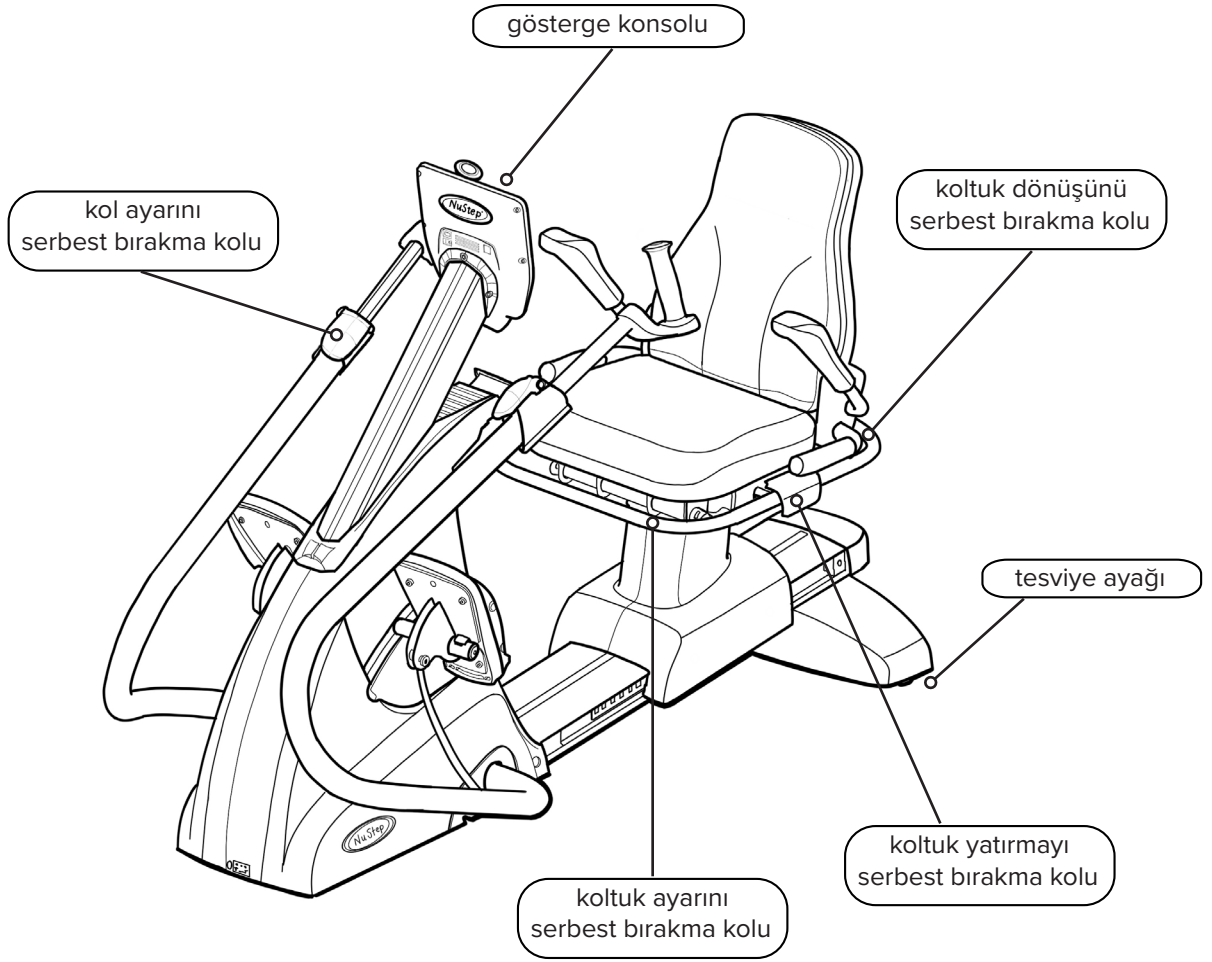
AC adaptörünün güç kablosunu, takılıp düşme ve adaptörün zarar görme tehlikesini önleyecek şekilde yönlendirin. Adaptör kablolarının, jakların veya fişlerin üzerine basınç veya gerilim uygulamaktan kaçının.

Adaptörün teknik özellikleri için lütfen bu kılavuzda yer alan Teknik Bilgiler bölümüne bakın.

**T6'yı aynı anda iki adet AC adaptörüne takmayın.*



T6'nın Özelliklerine Genel Bakış



T6 StrideLock®

StrideLock özelliği, kullanıcıların T6'daki kol tutacaklarını ve ayak pedallarını kilitlemesine olanak tanır. StrideLock özelliği devrede olduğunda tutacaklar ve pedallar hareket etmez. Böylece ürün daha dengeli olur ve kullanıcılar daha kolay bir şekilde:

- T6'ya çıkıp inebilir
- Koltuk ve tutacak konumlarını ayarlayabilir
- Ayak kayışlarını bağlayabilir veya uyarlanabilen aksesuarları takabilir



StrideLock kolu

StrideLock özelliđini devreye sokmak için:

1. Kol tutacaklarını kullanarak kolları ve pedalları istediğiniz pozisyona itin veya çekin.
2. Sarı renkli StrideLock koluna bastırın. **Kilitliyen** kol **YUKARI** konumdadır.
3. Kol tutacaklarını itip çekerek StrideLock özelliğinin devrede olduğundan emin olun, tutacaklar hareket etmemelidir.



Tutacaklar ve pedallar kilitliyen kol yukarıdadır.

StrideLock özelliğini devre dışı bırakmak için:

1. StrideLock koluna tekrar bastırın. **Kilitli değilken** kol **AŞAĞI** konumdadır.



Tutacaklar ve pedallar kilitli değilken kol aşağıdadır.

Ayarların Yapılması

Koltuk Uzaklığının Ayarlanması

1. Öndeki sarı kolu yukarı kaldırarak koltuğun kilidini açın.
2. Ayaklarınızı kullanarak koltuğu öne veya arkaya kaydırarak koltuk uzaklığını ayarlayın.
3. Bacağınızı tamamen uzattığınızda dizinizin hafifçe kıvrık olup olmadığını kontrol edin.
4. Kolu serbest bırakarak koltuğu yerine sabitleyin.



Öndeki kolu yukarı kaldırarak koltuk uzaklığını ayarlayın.



Bacağınızı neredeyse tamamen uzattığınızda diziniz hafifçe kıvrık olmalıdır.

Koltuğun Yatma Açısının Ayarlanması

1. Ayaklarınızı pedallara yerleştirin.
2. Sol taraftaki siyah kolu yukarı kaldırarak koltuğun kilidini açın.
3. Koltuğu arkaya doğru bastırarak arkaya yatma açısını artırın (koltuk en fazla 12° kadar arkaya yatırılabilir).
4. Kolu serbest bırakarak koltuğu yerine sabitleyin.



Sol taraftaki siyah kolu yukarı kaldırın.



Koltuğu arkaya doğru bastırarak arkaya yatma açısını ayarlayın.

Ayarların Yapılması

Tutacak Uzunluęunun Ayarlanması

1. Sarı kol ayarlama kolunu yukarı kaldırarak kol tutacaklarının kilidini açın.
2. Tutacağı ie veya dışa doğru kaydırarak tutacak uzunluğunu ayarlayın.
3. Tutacakları, kolunuzu neredeyse tamamen uzattığınızda dirseğiniz hafifçe kıvrık olacak şekilde ayarlayın (oęu kişi için bu, koltuklarının pozisyonuyla aynı sayıdır).
4. Serbest bırakma kolunu bastırarak tutacakları sabitleyin.



Kolu yukarı kaldırarak kilidi açın.



Kolu aşağı bastırarak kilitleyin.

Kol Açısının Ayarlanması

1. Sarı kol ayarlama kolunu yukarı kaldırarak tutacakların kilidini açın.
2. El tutacağını sağa veya sola döndürün.
3. Ayarladıktan sonra serbest bırakma kolunu bastırarak tutacakları sabitleyin.



Ayarların Yapılması

Koltuğu Döndürme İşlevi

1. Arkadaki serbest bırakma kolunu yukarı kaldırarak koltuğun kilidini açın.
2. Koltuğu istediğiniz yöne döndürün (koltuk 360° dönebilir ve her 45°'lik açıda kilitlenir).
3. Kolu serbest bırakarak koltuğu yerine sabitleyin.

NOT: Koltuk, makinede bir kullanıcı varken veya yokken döndürülebilir. Güvenliğiniz için, koltuk uzaklığı sadece koltuk öne dönükken ayarlanabilir.



Arkadaki kolu yukarı kaldırarak koltuğun kilidini açın.



Koltuk her iki yönde 360° dönebilir ve her 45°'lik açıda kilitlenir.

Doğru Oturuş Pozisyonu

T6'daki kol tutacaklarını ve koltuk pozisyonunu ayarladıktan sonra *T6 aletinizde egzersiz yaparken bacaklarınızı ve kollarınızı tamamen uzattığınızda dizleriniz ve dirseğiniz hafifçe kıvrık olmalıdır.*



DİKKAT

Yanlış veya aşırı kullanmak sağlığa zararlı olabilir.

Koltuğun ve kolların, biyomekanik olarak doğru konumda olduğundan emin olun.

Bacak ve kolunuzun boyundan daha ileri uzanmaya çalışmayın.

Kolunuzu neredeyse tamamen uzattığınızda dirseğiniz hafifçe kıvrık olmalıdır.



Bacağınızı neredeyse tamamen uzattığınızda diziniz hafifçe kıvrık olmalıdır.

Gösterge Ekranları

T6'da dokunmatik olarak gezilebilen bir Giriş ekranı ve Ölçüm ekranı bulunur:

Giriş ekranı: *Hızlı Başlangıç, Antrenman Arkadaşı, NuStep Grafikleri ve Patika Koşusu* seçeneklerini gösterir. İlgili simgeye dokunarak başlatabilirsiniz.

Ölçüm ekranı: *Geçen Süre, Seviye (direnç), Kalp Atış Hızı, Kalori, SPM (dakika başına adım sayısı), MET'ler, Toplam Adım Sayısı, Mesafe ve Watt* gibi antrenman ölçümlerini gösterir.



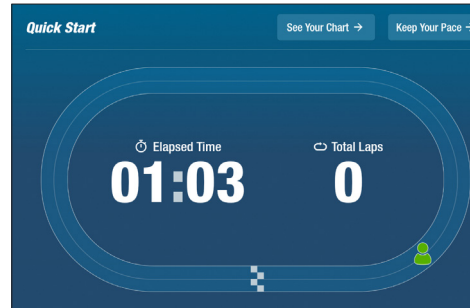
Uygulama Ekranları

Hızlı Başlangıç

Kullanıcıların herhangi bir tempo hedefi belirlemeden veya ölçüm değerleri seçmeden aleti kullanmasına olanak tanır. Geçen süreyi ve toplam tur sayısını takip eder.

Kullanıcılar, *Hızlı Başlangıç ekranından* diğer uygulamalara geçiş yapabilir. Geçiş yapmak için:

1. *Performans Grafikleri* uygulamasını açmak için **See Your Chart →** seçeneğine dokununuz.
2. *Antrenman Arkadaşı* uygulamasını açmak için **Keep Your Pace →** seçeneğine dokununuz.

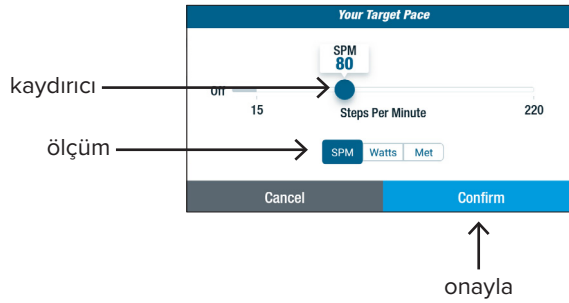
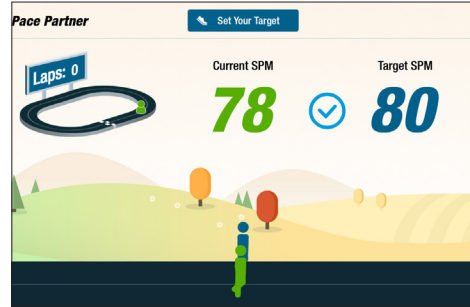


Gösterge Ekranları

Antrenman Arkadaşı

Kullanıcılar, hedeflenen bir tempoya ayak uydurabilmek amacıyla bir hedef tempo belirler ve bir antrenman ölçümü (SPM, Watt veya MET'ler) seçer. Ayarlamak için:

1. **Set Your Target** seçeneğine dokunarak *Hedef Temponuz* ekranını açın.
2. İstediğiniz ölçüme dokununuz.
3. Kaydırıcıyı kullanarak tempoyu seçin.
4. *Onayla* seçeneğine tıklayarak ayarlayın.



NuStep Grafikleri

Antrenman için performans ölçümlerini gösterir: *Zaman içinde Tempo (SPM), Watt, Yoğunluk veya MET'ler.*

Grafikler arasında geçiş yapmak için dilediğiniz ölçümün sekmesine dokununuz. Etkin ölçüm sekmesi, mavi renkle işaretlidir.



Gösterge Ekranları

Patika Koşusu

Antrenman yaparken kullanıcıların ilgisini çekmek için güzel manzaralı koşu patikalarını gösteren videolar oynatır. Başlatmak için:

1. İsteddiğiniz videoyu seçmek için dokununuz. →
2. Adım atmaya başlayarak videoyu başlatın.



Patika Koşusu menüsüne geri dönmek için:

1. Ekrana dokununuz, başlık çubuğu aşağı iner.
2. Geri düğmesine dokununuz.

Patika Koşusu ve diğer NuStep uygulamalarında yer alan tüm görsel, işitsel ve diğer içerikler Amerika Birleşik Devletleri ve uluslararası telif hakkı yasalarıyla korunmaktadır. Görsel, işitsel veya diğer içerikleri, NuStep Ürünlerinde görüntüleme dışında başka herhangi bir amaç için kullanma hakkı kesinlikle tanınmaz.

Ölçüm ekranı

Antrenmanı sıfırlamak veya varsayılan ayarlarda yapılan değişiklikleri uygulamak için dokununuz.

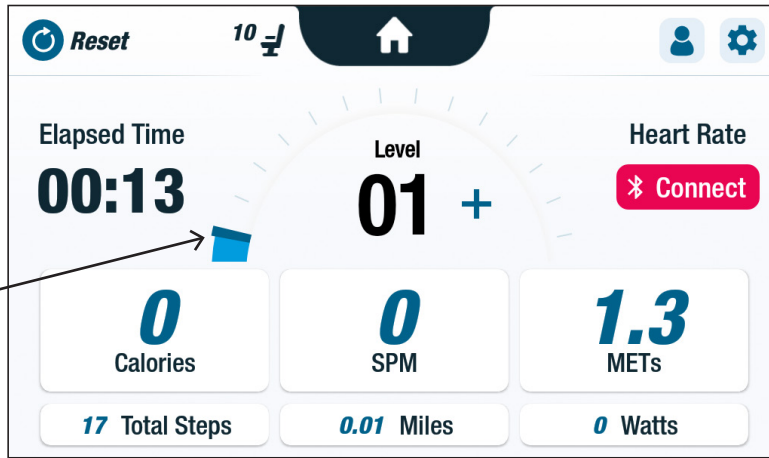
Giriş ekranına dönmek için dokununuz.

Kullanıcı Ayarları ekranını açmak için dokununuz.

Sistem Ayarları ekranını açmak için dokununuz.

koltuk pozisyonu

Yoğunluk seviyesi: (-) veya (+) seçeneğine dokunarak ayarlayın.

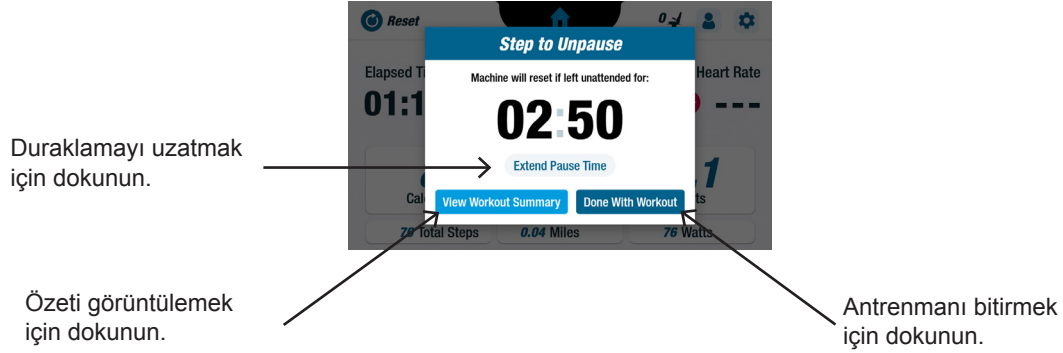


antrenman ölçümleri

Duraklatma İşlevi

T6 kondisyon bisikleti, 3 dakika içinde konsol kapatma işlevine sahiptir. Bir kullanıcı adım atmayı bırakır ve 3 dakika içinde tekrar adım atmaya başlamazsa konsol sıfırlanır.

Konsol kapatılmadan önce kullanıcı duraklama süresini 15 dakika daha uzatabilir (örneğin, aralıklı antrenman için). Bu noktada, kullanıcı antrenman performansının özetini görüntüleyebilir veya antrenmanı bitirebilir.



Kullanıcılar, özeti görüntüledikten sonra antrenmanlarına devam edebilir, antrenmanlarını bitirebilir veya antrenman özetini bir USB sürücüsüne dışa aktarabilir (*talimatlar için bkz. sayfa 22*).

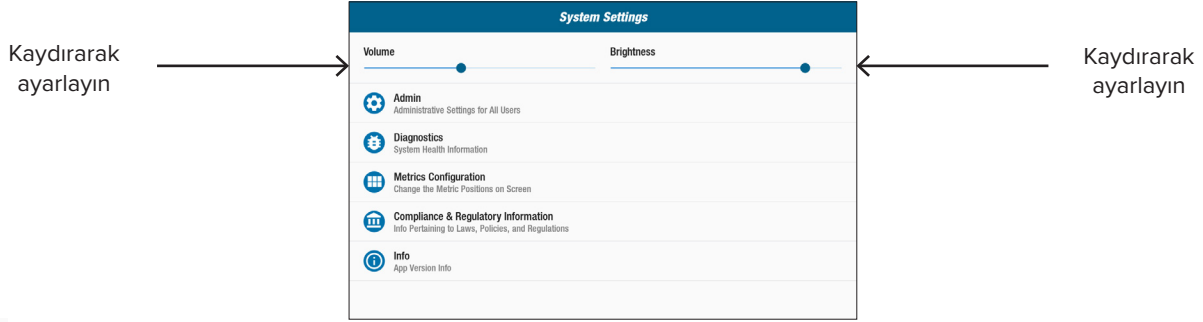




Sistem Ayarları

Sistem Ayarları

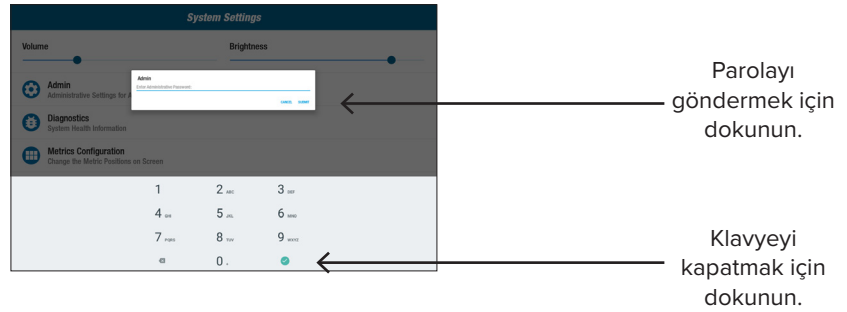
Sesi ve ekran parlaklığını ayarlamak, varsayılan ayarları değiştirmek, tanılama ekranını görüntülemek, ölçüm yapılandırmasını değiştirmek, düzenleme ve yazılım bilgilerini görmek için kullanabilirsiniz.



Yönetici

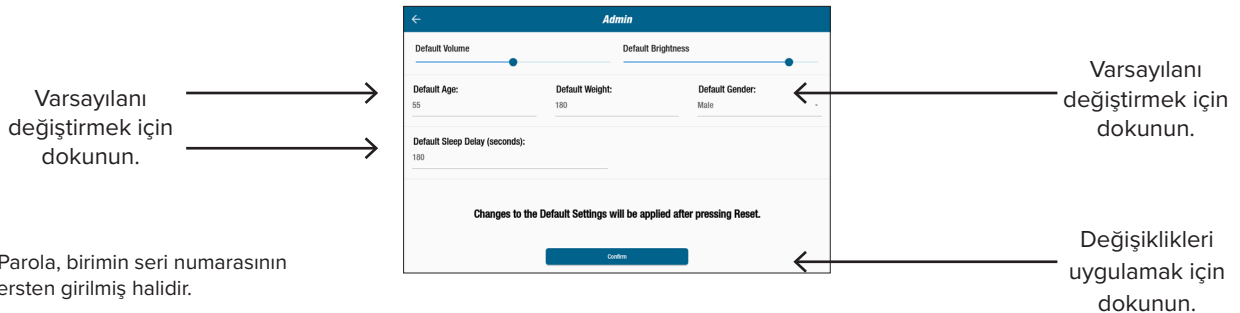
Varsayılan ayarları (yaş, kilo, cinsiyet) değiştirmek için kullanabilirsiniz. Varsayılan ayarlarda yapılan değişiklikler evrenseldir. Yönetici ekranı açıldığında varsayılan ayarlarda değişiklik yapabilmek için bir parola* girilmesi zorunludur. Parolayı girmek için:

1. Ekran dokunarak sayısal klavyeyi açın.
2. Parolayı girip *Gönder* seçeneğine dokunun.
3. ✓ simgesine dokunarak klavyeyi kapatın.



Yönetici ekranında:

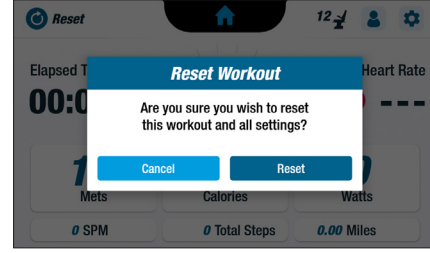
1. Varsayılan alanlara dokunun ve yeni varsayılan ayarları girin.
2. *Gönder* seçeneğine dokunarak değişiklikleri uygulayın.



*Parola, birimin seri numarasının tersten girilmiş halidir.

Sistem Ayarları

3. Ölçüm ekranına gidin.
4.  **Reset** simgesine dokunarak *Antrenmanı Sıfırla* ekranını açın.
5. *Sıfırla* seçeneğine dokunarak değişiklikleri uygulayın.



Tanılama

Tanılama ekranında, servis teknisyenleri veya aletin bakımından sorumlu kişiler için canlı ve geçmiş veriler görüntülenir. *Geçmiş ve Sürüm Oluşturma* ekranı için parola girilmesi zorunludur (bkz. önceki sayfa)

<

Ölçüm Yapılandırması

Kullanıcılar, ölçüm ekranında hangi ölçüm birimlerinin gösterileceğini değiştirebilir. En üst sırada geçerli ölçüm yapılandırması gösterilir. Değiştirmek için:

1. Geçerli ölçüm birimlerinden birine dokunup ilgili ölçüm birimini vurgulayın.
2. Vurgulanan bölüm için ölçüm birimlerinden birine dokunun.
3. *Gönder* seçeneğine dokunarak değişikliği uygulayın.





Kullanıcı Ayarları

Kullanıcı Yapılandırması

Kullanıcılar, kendi ayarlarını içeren bir profil oluşturarak bu profili kaydedebilir. Değiştirmek için:

1. Ekran dokunarak sayısal klavyeyi açın.
2. Yaşı ve kiloyu girin ve cinsiyeti seçin.

User Settings

Enter Age	Enter Weight	Enter Sex
55	180	Male

Export to USB

Kullanıcı Profil Verilerinin Dışa Aktarılması

Kullanıcılar, profil verilerini diledikleri zaman bir USB sürücüsüne dışa aktarabilir.

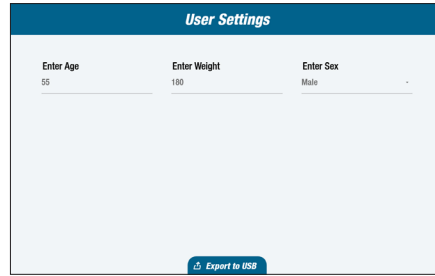
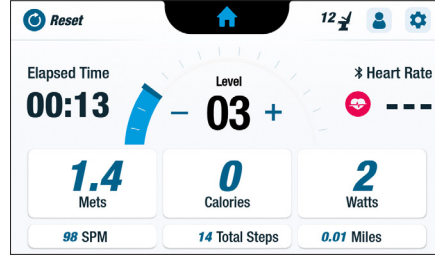
Dışa aktarmak için:

1. USB sürücüsünü ekran konsolunun arkasındaki USB bağlantı noktasına takın.
2. Ölçüm ekranındaki  seçeneğine dokunarak *Kullanıcı Ayarları* ekranını açın
NOT: Profil ekranı otomatik olarak açılıyorsa bu adımı atlayın.
3. Ekranın en altında bulunan *USB'ye Dışa Aktar* sekmesine dokununuz.

USB bağlantı noktası



Kullanıcı Ayarları ekranını açmak için dokununuz.



Profil verilerini dışa aktarmak için dokununuz.

Antrenman Özeti'nin Dışa Aktarılması

Kullanıcılar, antrenmanlarının özetini bir USB sürücüsüne dışa aktarabilir. Özet, bir PDF dosyası olarak kaydedilir.

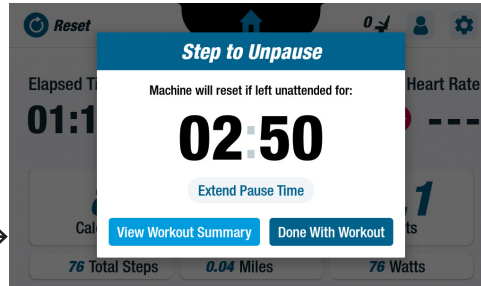
NOT: Antrenmana başlamadan önce USB sürücüsünü ekran konsolunun arkasındaki USB bağlantı noktasına takın.

Antrenmanın sonunda (kullanıcı adım atmaya bıraktığında) Duraklatmayı Kaldırmak İçin Adım Atın ekranı açılır.

1. *Antrenman Özeti*ni Görüntüle seçeneğine dokununuz.

NOT: Antrenman Bitti seçeneğine dokunmayın çünkü bu seçenek, egzersiz seansını sonlandırarak makineyi sıfırlar. Kullanıcının antrenman özetini dışa aktarmasına da izin vermez.

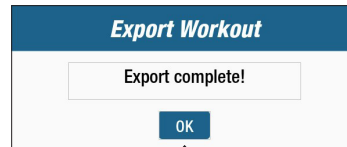
Özet ekranını
açmak için
dokununuz.



2. *Antrenman Özeti* ekranından *USB'ye Dışa Aktar* seçeneğine dokununuz.



USB'ye dışa aktarın.



Tamam seçeneğine
dokunarak kapatın.

Koruyucu Bakım

Koruyucu Bakım Sıklığı

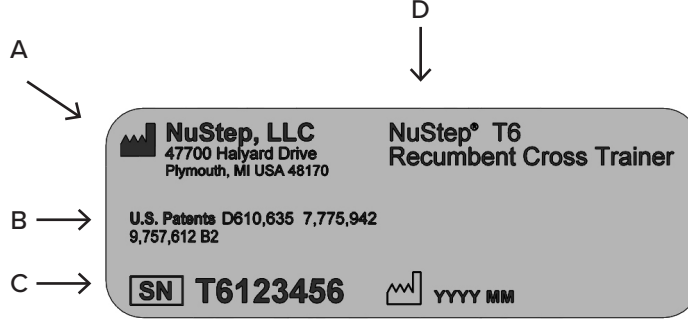
T6 aletiniz, bakım gerektirmeyecek şekilde tasarlanmış olsa da aletin kullanım ömrünü uzatmak amacıyla bazı işlemlerin yapılması tavsiye edilir. Lütfen aşağıda belirtilen önerilen koruyucu bakım sıklıklarına uyun. Bunlar, tahmini sıklıklardır ve kendi kullanım miktarınıza göre koruyucu bakım işlemlerinin sıklığını artırmanız veya azaltmanız gerekebilir.

PARÇA	İŞLEM	SIKLIK
Kollar, Tutacaklar ve Saplar	* Temizleyin	Haftada bir
Konsol	* Temizleyin	Haftada bir
Kaplamalar ve Gövde	* Temizleyin	Haftada bir
Koltuk	* Temizleyin	Haftada bir
* NuStep'i temizlerken aşındırıcı olmayan bir sprey temizleyici ve yumuşak bir bez kullanın.		

T6 Seri Numarası Bilgisi

Üründeki yeri:

Seri numarası, arka destek kaplamasının sağ tarafında bulunur.

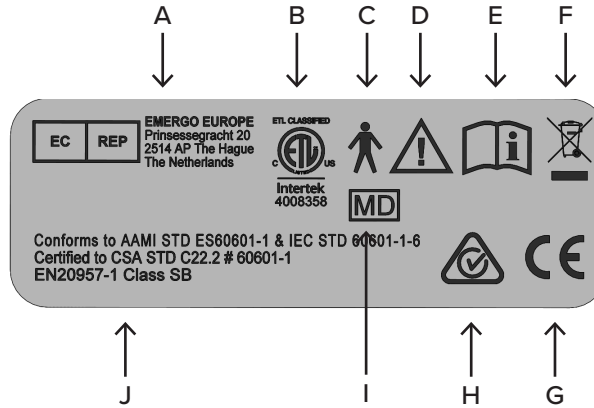


A	Üreticinin adı ve adresi
B	Ürünün patent koruması
C	Seri numarası ve üretim tarihi
D	Model numarası ve ürün açıklaması

T6'ya Yönelik Düzenleyici Bilgiler

Üründeki yeri:

Düzenleyici bilgiler, arka destek kaplamasının sağ tarafında bulunur.



A	Avrupa'daki yetkili temsilci
B	Ulusal Olarak Tanınan Test Laboratuvarı İşareti
C	Elektriksel güvenlik için Tip B uygulama parçası
D	Birlikte sunulan belgeleri dikkatle okuyun
E	Kullanmadan önce kullanım kılavuzunu okuyun
F	AEEE Direktifi İşareti
G	CE İşareti
H	RCM
I	Tıbbi cihaz
J	Standards

Müşteri Hizmeti ve Parça Temini

1. ADIM - Sorunu belirleyin.

Sorunu kendiniz yaşamadıysanız, sorunu yaşayan kişiyle konuşarak yaşanan sorunun ne olduğunu anlayın.

2. ADIM - Sorunu doğrulayın.

Kondisyon bisikletini inceleyin. Sorunun düzeltilmesi için yeni bir parçanın gerekip gerekmediğini belirleyin. Şekil ve parça listeleri NuStep web sitesinde bulunabilir: nustep.com/customer-service/Service Parts.

3. ADIM - NuStep Müşteri Hizmetleriyle İletişime Geçin.

Ürün sorumlularının size daha iyi yardımcı olabilmesi için sorunun eksiksiz bir açıklamasını ve birimin seri numarasını hazır bulundurun (T6'nın seri numarasının yerini öğrenmek için bir önceki sayfaya bakabilirsiniz).

NuStep ürün sorumlularına e-posta veya telefonla erişmek mümkündür:

E-posta: support@nustep.com

Telefon: 800-322-2209 (ABD)
734-769-3939

Web: NUSTEP.COM

Müşteri hizmeti almak isteyen ABD ve Kanada dışındaki müşteriler, yerel NuStep distribütörleriyle iletişime geçebilirler.

T6 Garantisi

Garantinizi çevrimiçi görüntülemek için şu adrese gidebilirsiniz: NUSTEP.COM

Garantiniz hakkında herhangi bir sorunuz varsa lütfen 800-322-2209 numaralı telefondan veya support@nustep.com adresinden müşteri hizmetleriyle iletişime geçin.

ABD ve Kanada dışındaki müşteriler, garanti bilgileri için yerel NuStep distribütörleriyle iletişime geçebilirler.

Teknik Bilgiler

USB A Bağlantı Noktası	USB bağlantı noktası sadece flash bellek kullanımı içindir. Bazı flash bellekler, T6 USB bağlantı noktasına uygun olmayabilir. Bu bağlantı noktasına USB kablosu kullanarak harici cihazlarınızı bağlamayın.
USB C Bağlantı Noktası	Sadece servis için bağlantı.
Ethernet Bağlantı Noktası	Sadece yerel ağ için bağlantı. T6'yı internete bağlamayın. Bağlantı noktasını sadece IEC 60601-1'e uygun cihazları bağlamak için kullanın. Tıbbi olmayan cihazları bağlarken, IEC 60601-1'e uygun hat içi ağ ayırıcı kullanın.
3,5 mm Ses Jaki	Sadece 3,5 mm erkek jaka sahip pasif kulak içi ve kulak üstü kulaklıklar için bağlantı.
Standartlar	ANSI/AAMI ES60601-1, CAN/CSA-C22.2 No. 60601-1, IEC/EN 60601-1, IEC/EN 60601-1-2
Girdap akımı direnç sistemi	T6'da seçilen yoğunluk seviyesine, kullanıcının adım atma hızına ve adım uzunluğuna göre hızla bağlı bir girdap akımı direnç sistemi bulunur. Aralık: 0 - 1400 watt
Adım Atma Hareketi	T6'da 22 cm'ye (8,5 inç) varan adım uzunluğuna sahip bağımlı adım atma hareketi bulunur.
Watt Test Parametreleri	Gösterilen watt değerleri, kullanıcının enerji tüketim oranını ifade eder. Bu değerler, makinenin mekanik parametrelerine dayalı bir algoritma ve düzenli ortalama kullanım tarzı kullanılarak gerçek zamanlı olarak hesaplanır. Gösterilen watt değerleri üzerinde etkisi olan temel mekanik parametreler arasında makinenin hareketli bileşenlerinin durması, kullanıcı tarafından seçilen yoğunluk seviyesi ve girdap akımı diskinin dönme hızı bulunur. Gösterilen watt değerleri için doğrulama testleri, söz konusu değer ile çok sayıda kullanıcı tarafından üretilmiş olan gerçek mekanik güç ölçümleri karşılaştırılarak yapılmıştır. Gösterilen watt değerleri, kullanıcının sahip olduğu fizyolojik veya anatomik parametrelerden bağımsızdır.
AC Adaptörü	AUTEC POWER SYSTEMS DT-M090-240-U-NSP modeli veya GlobTek TR9KI3750CCP-IM(R6B) modeli Çıkış 3,75 A'da 24 V dc Maks. 90 W Giriş 100-240 V~50-60 Hz, 1,5 A T6 aleti, sadece üründeki işaretlemelere karşılık gelen çok düşük güvenlik gerilimiyle beslenmelidir. 

Güvenlik Bildirimleri

KORUMA TÜRÜ / DERECESİ	SINIFLANDIRMA / TANIM / UYARILAR	SEMBOL
Elektrik çarpmasına karşı koruma türü	II. Sınıf ekipman	
Elektrik çarpmasına karşı koruma derecesi	Tip B uygulama parçası	
Sıvı girişine karşı koruma derecesi	Koruma yok	Yok
Havayla veya oksijenle veya azot oksitle karışık olarak tutuşucu anestezi karışım olması durumunda güvenlik derecesi	Uygun değil	Yok
Çalışma modu	Kesintisiz	Yok
Kaçınma bakımından olası elektromanyetik veya diğer parazitlenmeler hakkında bilgi	NuStep T6 Yatay Kondisyon Bisikletleri'nde elektromanyetik ve RF enerjisi sadece aletin dahili işleyişi için kullanılır. Bu nedenle, EMC ve RF emisyonları çok düşüktür ve yakındaki elektronik cihazlarda parazitlenmeye neden olma ihtimali yok denecek kadar azdır.	Yok
IEC 60601-1-2 uyarınca gereken EMC uyarıları ve tabloları	Bkz. EMC tabloları.	Yok

Güvenlik Bildirimleri

KORUMA TÜRÜ / DERECEİ	SINIFLANDIRMA / TANIM / UYARILAR	SEMBOL
Kullanım ömrünün sonunda aletin kendisinin bertarafı da dahil tüm atık ürünlerin, kalıntıların bertarafıyla ilişkili risklerin tanımı.	NuStep T6 Yatay Kondisyon Bisikleti aletinde elektronik devre düzenekleri ve bir düğme pil bulunur ve bunlar için yerel bertaraf ve geri dönüşüm prosedürlerine uyulması gerekli olabilir.	
Taşıma ve saklama için çevresel şartların belirtilmesi (ambalajın dışında da işaretlenmiştir).	NuStep T6 Yatay Kondisyon Bisikleti aleti: a) aşağıdaki şartlar altında güvenli bir şekilde taşınıp saklanabilir -10° ila 50°C; ≤ %95 yoğuşmasız nem; 20 ila 107 kPa b) aşağıdaki şartlar altında çalıştırılabilir 5° ila 40°C; ≤ %85 yoğuşmasız nem; 60 ila 107 kPa.	Yok
Alette elektrik enerjisi olduğunun göstergesi.	T6 fişe takılı olmasına rağmen kullanılmıyorken, konsolun ön tarafındaki bekleme güç göstergesi açık kalır.	Yok

EMC Tabloları

Öneriler ve üretici beyanı - elektromanyetik emisyonlar		
NuStep T6 modelinin aşağıda belirtilen elektromanyetik ortamda kullanılması amaçlanmıştır. NuStep T6 modelini satın alan veya kullanan kişiler, aletin böyle bir ortamda kullanılmasını sağlamalıdır. Üründe temel performans özellikleri ve işlevleri bulunmaz.		
Emisyon testi	Uygunluk	Elektromanyetik ortam - öneriler
RF emisyonları CISPR 11	1. Grup	NuStep T6 modelinde, RF enerjisi sadece aletin dahili işleyişi için kullanılır. Bu nedenle, RF emisyonları çok düşüktür ve yakındaki elektronik cihazlarda parazitlenmeye neden olma ihtimali yok denecek kadar azdır.
RF emisyonları CISPR 11	B Sınıfı	NuStep T6 modeli tüm kuruluşlarda kullanılmaya uygundur.
Harmonik emisyonlar IEC 61000-3-2	Geçerli değil	
Gerilim dalgalanmaları/ titreşim emisyonlar IEC 61000-3-3	Geçerli değil	

EMC Tabloları

Tablo 2 - Öneriler ve ÜRETİCİ beyanı - elektromanyetik BAĞIŞIKLIK - tüm ELEKTRİKLİ TIBBİ CİHAZLAR ve ELEKTRİKLİ TIBBİ SİSTEMLER için

Öneriler ve üretici beyanı - elektromanyetik bağışıklık			
NuStep T6 modelinin aşağıda belirtilen elektromanyetik ortamda kullanılması amaçlanmıştır. NuStep T6 modelini satın alan veya kullanan kişiler, aletin böyle bir ortamda kullanılmasını sağlamalıdır.			
Bağışıklık testi	IEC 60601 test düzeyi	Uygunluk düzeyi	Elektromanyetik ortam - öneriler
Elektrostatik deşarj (ESD) IEC 61000-4-2	± 8 kV temas ± 15 kV hava	± 4 kV temas ± 8 kV hava (Bkz. Not 1)	Zemin ahşap, beton veya seramik fayans olmalıdır. Zemin sentetik malzemelerle kaplıysa, bağıl nem en az %30 olmalıdır.
Elektriksel hızlı geçici rejim/ patlama IEC 61000-4-4	Elektrik besleme hatları için ± 2kV	Elektrik besleme hatları için ± 2kV	Elektrik şebekesinin güç kalitesi, tipik bir ticarethane veya hastane ortamınıninkiyle aynı olmalıdır.
Şok IEC 61000-4-5	± 1 kV diferansiyel mod ± 2 kV ortak mod	± 1 kV diferansiyel mod ± 2 kV ortak mod	Elektrik şebekesinin güç kalitesi, tipik bir ticarethane veya hastane ortamınıninkiyle aynı olmalıdır.
Elektrik besleme girişi hattında ani gerilim düşmeleri, kısa kesintiler ve gerilim değişiklikleri IEC 61000-4-11	%0 UT; 0,5 döngü %0 UT; 1 döngü %70 UT; 25/30 döngü %0 UT; 250/300 döngü	%0 UT; 0,5 döngü %0 UT; 1 döngü %70 UT; 25/30 döngü %0 UT; 250/300 döngü	Elektrik şebekesinin güç kalitesi, tipik bir ticarethane veya hastane ortamınıninkiyle aynı olmalıdır. NuStep® T6 Yatay Kondisyon Bisikleti'nin kullanıcısı, elektrik şebekesindeki kesintiler sırasında aletin kesintisiz çalışmasını istiyorsa, NuStep® T6 Yatay Kondisyon Bisikleti alettaki dahili pillerden güç temin edilir.
Güç sıklığı (50/60 Hz) Manyetik alan IEC 61000-4-8	30 A/m	30 A/m	Güç frekansı manyetik alanları, tipik bir ticari ortamda veya hastane ortamındaki tipik bir konumda görülen tipik düzeylerde olmalıdır.
NOT 1 Yüksek ESD seviyeleri, temel güvenlik veya temel performans üzerinde herhangi bir etkiye yol açmaz. (Bkz. Öneriler ve üretici beyanı - elektromanyetik emisyonlar) NOT 2 U _T , test düzeyi uygulanmadan önce AC şebeke gerilimidir.			

EMC Tabloları

Tablo 3 - Öneriler ve ÜRETİCİ beyanı - elektromanyetik BAĞIŞIKLIK - tüm ELEKTRİKLİ TIBBİ CİHAZLAR ve ELEKTRİKLİ TIBBİ SİSTEMLER için

Öneriler ve üretici beyanı - elektromanyetik bağışıklık			
NuStep T6 modelinin aşağıda belirtilen elektromanyetik ortamda kullanılması amaçlanmıştır. NuStep T6 modelini satın alan veya kullanan kişiler, aletin böyle bir ortamda kullanılmasını sağlamalıdır.			
BAĞIŞIKLIK testi	IEC 60601 test düzeyi	Uygunluk düzeyi	Elektromanyetik ortam - öneriler
RF İletimi IEC 61000-4-6 RF Işıması IEC 61000-4-3	3 Vrms 150 kHz ila 80 MHz 3 V/m 80 MHz ila 2,7 GHz	3 Vrms 3 V/m	Kablolar da dahil portatif ve taşınabilir RF iletişim ekipmanları, NuStep T6 modelinin herhangi bir parçasına vericinin frekansına bağlı denklem kullanılarak hesaplanan önerilen ayırım mesafesinden daha yakın olacak şekilde kullanılmamalıdır. Önerilen ayırım mesafesi Geçerli değil $d = 1,2 \sqrt{P}$ 80 MHz ila 800 MHz $d = 2,3 \sqrt{P}$ 800 MHz ila 2,7 GHz P verici üreticisine göre vericinin watt (W) olarak maksimum çıkış gücü değerini ve d metre (m) olarak önerilen ayırım mesafesini ifade eder. Sabit RF vericilerinin elektromanyetik bir saha incelemesi^a yoluyla belirlenen alan kuvveti, her frekans aralığında^b uygunluk seviyesinden daha düşük olmalıdır. Aşağıdaki sembolle işaretlenen ekipmanın çevresinde parazitlenme görülebilir: 
NOT 1 80 MHz'de ve 800 MHz'de, daha yüksek olan frekans aralığı geçerlidir. NOT 2 Bu öneriler, her durumda geçerli olmayabilir. Elektromanyetik yayılım, yapılardan, nesnelerden ve insanlardan kaynaklanan emilim ve yansımadan etkilenir. NOT 3 Ürün, RF kablolu iletişim ekipmanlarından yaklaşım alanlarına bağışıklık konusunda IEC 60601-1-2 standardındaki Madde 8.10 Tablo 9'a uygundur.			
a. Telsiz telefonlar (hücresel/kablolu) ve kara mobil telsizler, amatör telsizler, AM ve FM radyo yayınları ve TV yayınları için baz istasyonları gibi sabit vericilerin alan kuvvetleri teorik olarak doğru bir şekilde tahmin edilemez. Sabit RF vericilerinden kaynaklanan elektromanyetik ortamında değerlendirilmesi için elektromanyetik bir saha incelemesi yapılması göz önünde bulundurulmalıdır. NuStep T6 modelinin kullanıldığı konumda ölçülen alan kuvveti, yukarıda belirtilen geçerli RF uygunluk düzeyinden fazlaysa, NuStep T6 modelinin doğru çalıştığından emin olabilmek için alet gözlemlenmelidir. Aletin normal olmayan bir şekilde çalıştığı gözlenirse, NuStep T6 modelinin yönünün veya yerinin değiştirilmesi gibi ek önlemler alınması gerekebilir. b. 150 kHz ila 80 MHz frekans aralığında, alan kuvvetleri 3 V/m değerinden düşük olmalıdır.			

ABD FCC'ye Uygunluk ve IEC/EN 55011'e Uygunluk

ABD FCC'ye Uygunluk Beyanı:

Not: Bu alet, FCC Kurallarının 15. Bölümü uyarınca test edilmiştir ve B Sınıfı Dijital Cihaz sınırlarına uygun bulunmuştur. Bu sınırlar, konut içi kurulumda zararlı parazitlenmeye karşı uygun koruma sağlamak amacıyla tasarlanmıştır. Bu alet, radyo frekans enerjisi kullanır ve üretebilir ve dolayısıyla, kurulum talimatlarına göre kurulup kullanılmazsa, radyo iletişimlerinde zararlı parazitlenmeye neden olabilir. Ancak belirli bir kurulumda parazitlenme olmayacağına dair bir garanti verilemez. Bu aletin radyo ve televizyon yayınının alınmasında zararlı parazitlenmeye neden olması halinde (parazitlenme olup olmadığı bu alet kapatılıp açılarak belirlenebilir), kullanıcının aşağıdaki önlemlerden biri veya birkaçı ile parazitlenmeyi düzeltmeye çalışması tavsiye edilir:

- Alıcı anteninin yönünü ya da yerini değiştirin
- Cihaz ve alıcı arasındaki mesafeyi artırın
- Aleti, alıcının takılı olduğu devreden farklı bir devrede bulunan bir prize takın
- Yardım için bayinize veya deneyimli bir radyo/TV teknisyenine başvurun

IEC/EN 55011'e Uygunluk Beyanı:

Bu cihaz, IEC/EN 55011, 1. Grup, B Sınıfı'na uygundur. 1. Grup'ta cihazın dahili işleyişi için gerekli olan radyo frekansı enerjisinin kasten üretildiği veya iletken bağlantılı olarak kullanıldığı tüm Endüstriyel, Bilimsel ve Tıbbi (ISM) cihazlar bulunur. B Sınıfı cihazlar, konutlarda ve konut olarak kullanılan binalara enerji sağlayan düşük voltajlı elektrik şebekesine doğrudan bağlı olan kuruluşlarda kullanılmaya uygundur.

Ticari Markalar

Bluetooth® marka ismi ve logoları Bluetooth SIG, Inc. şirketine ait tescilli ticari markalardır ve söz konusu markalar NuStep, LLC tarafından lisanslı olarak kullanılmaktadır. Diğer ticari markalar ve tescilli markalar ilgili sahiplerine aittir.

Amaçlanan Kullanım ve Kullanım Amacı

Amaçlanan Kullanım

NuStep® yatay kondisyon bisikleti, sağaltıcı egzersize yönelik bir alettir.

Kullanım Amacı

Yatay kondisyon bisikleti; aerobik form, güç ve dayanıklılığın daha iyi hale getirilmesi için kullanılabilir. Hareket veya bilişsel engelleri olan kişilere yardımcı olmak için yatay kondisyon bisikletinde aşağıdaki özellikler ve işlevler bulunur:

- döner koltuk
- kolçaklar
- StrideLock®
- sabitleme kayışları
- oturur şekilde egzersiz pozisyonu
- kontralateral egzersiz hareketi

Yatay kondisyon bisikleti, bir hekimin ve/veya fizyoterapistin yönlendirmesi ve gözetimi altında olmak kaydıyla, sağaltıcı egzersiz amacıyla kalp hastaları, kardiyovasküler hastalıkları olan kişiler ve fizyoterapi hastaları tarafından kullanılabilir. Hastanın bakımından sorumlu olan hekim ve/veya fizyoterapist her kullanımdan önce yatay kondisyon bisikletini sağaltıcı egzersiz amacıyla kullanmanın faydalarını ve risklerini değerlendirerek seçilen kullanım biçiminin uygun ve makul olduğundan emin olmalıdır.

Amaçlanan Operatör

Amaçlanan operatörler, yatay kondisyon bisikletinin kullanım kılavuzunda temin edilen bilgiler konusunda eğitim almış olan yetkili sağlık çalışanlarıdır. Hasta veya egzersiz yapan kişi amaçlanan operatör değildir ancak amaçlanan operatör, hastanın veya egzersiz yapan kişinin yatay kondisyon bisikletini ürünün kullanım kılavuzundaki talimatlara uygun olarak çalıştırmasına izin verebilir. Yatay kondisyon bisikletinin çalıştırılması, daima amaçlanan operatörün sorumluluğunda kalır.

Amaçlanan Konum

Yatay kondisyon bisikleti aşağıdaki ortamlarda kullanılmaya uygundur:

- fizyoterapi klinikleri
- kardiyopulmoner rehabilitasyon klinikleri
- spor hekimliği klinikleri
- genel yaşam merkezleri



EMERGO EUROPE
Prinsessegracht 20
2514 AP The Hague
The Netherlands

Not:

Bu ürünle ilişkili olarak ortaya çıkan ciddi herhangi bir durum, NuStep, LLC'ye, yukarıda belirtilen Avrupa'daki Yetkili Temsilciye ve kullanıcının ikamet ettiği üye ülkedeki yetkili AB makamına bildirilmelidir. Bu ürünün beklenen kullanım ömrü 10 yıldır.

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



Bu kılavuzdaki bilgiler, basım işlemi sırasında sahip olunan en güncel bilgilerdir. Sürekli gelişme konusundaki kararlılığımız nedeniyle, teknik özellikler ve açıklamalar herhangi bir bildirimde bulunmadan değiştirilebilir. Bu kılavuzun hiçbir bölümü, NuStep, LLC tarafından açıkça yazılı izin verilmediği sürece, hiçbir amaç için elektronik veya fiziksel hiçbir biçimde veya hiçbir yolla çoğaltılamaz veya aktarılamaz.

© Copyright Nisan 2021 NuStep, LLC.

NuStep® ve Transforming Lives®, NuStep, LLC şirketinin tescilli ticari markalarıdır.

Kılavuz PN 52533-01 T6 Kullanım Kılavuzu, Rev A

