

NuStep[®] T6

Καθιστό Ελλειπτικό Μηχάνημα

ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΧΡΗΣΤΗ



Transforming Lives[®]

Περιεχόμενα

Εισαγωγή.....	4
Οδηγίες ασφαλείας.....	5–6
Εγκατάσταση και τοποθέτηση	7
Χρήση προσαρμογέα εναλλασσόμενου ρεύματος	8
Επισκόπηση χαρακτηριστικών του T6	9
T6 StrideLock®	10
Πραγματοποίηση ρυθμίσεων	11–13
Σωστή θέση προπόνησης.....	13
Οθόνες ενδείξεων	14–16
Λειτουργία παύσης.....	17
Ρυθμίσεις συστήματος	18–19
Ρυθμίσεις χρήστη.....	20
Εξαγωγή δεδομένων προφίλ χρήστη.....	21
Εξαγωγή σύνοψης προπόνησης.....	22
Προληπτική συντήρηση	23
Πληροφορίες σειριακού αριθμού.....	24
Ρυθμιστικές πληροφορίες T6	24
Εξυπηρέτηση πελατών και ανταλλακτικά.....	25
Πληροφορίες εγγύησης T6	25
Τεχνικά στοιχεία	26
Ειδοποιήσεις ασφαλείας	27–28
Πίνακες ΗΜΣ	29–31
Συμμόρφωση US FCC και συμμόρφωση IEC/EN 55011.....	32
Προβλεπόμενος σκοπός και χρήση	33

Εισαγωγή

Σας ευχαριστούμε που αγοράσατε το Καθιστό Ελλειπτικό Μηχάνημα NuStep T6.

Ως δημιουργός του καθιστού ελλειπτικού μηχανήματος, η NuStep κατέχει ηγετική θέση στην ανάπτυξη καθιστών συστημάτων γυμναστικής για ολόκληρο το σώμα, τα οποία είναι αποτελεσματικά και εύχρηστα και απευθύνονται σε όλους τους χρήστες. Τα προϊόντα μας χρησιμοποιούνται σε χώρους υγειονομικής περίθαλψης, κέντρα ευεξίας και κοινότητες διαβίωσης ηλικιωμένων σε όλο τον κόσμο.

Το T6 αποτελεί ορόσημο στη συνεχή επιδίωξη της NuStep για εξέλιξη, ικανοποίηση των πελατών και κορυφαία ποιότητα. Ως εταιρεία με επίκεντρο τον πελάτη, η NuStep απευθύνθηκε σε πελάτες μας, όπως επαγγελματίες υγείας και γυμναστές, για πληροφορίες σχετικά με τα χαρακτηριστικά που θα έπρεπε να συμπεριληφθούν στο προϊόν. Το T6 είναι το τελικό αποτέλεσμα αυτής της πολύτιμης ανταλλαγής πληροφοριών.

Σας ευχαριστούμε για την επιλογή και σας καλωσορίζουμε στο συνεχώς διευρυνόμενο δίκτυο χρηστών του NuStep.

Οδηγίες ασφαλείας

	 ΠΡΟΣΟΧΗ	 ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ
Αυτό είναι το σύμβολο των ειδοποιήσεων ασφαλείας. Χρησιμοποιείται για να επιστήσει την προσοχή σε οδηγίες που αφορούν την προσωπική ασφάλεια. Διαβάζετε και τηρείτε όλα τα μηνύματα ασφαλείας μετά από αυτό το σύμβολο, ώστε να αποφύγετε πιθανό τραυματισμό ή θάνατο ως αποτέλεσμα κακής χρήσης.	Η ένδειξη ΠΡΟΣΟΧΗ υποδεικνύει μια δυνητικά επικίνδυνη κατάσταση, η οποία, αν δεν αποφευχθεί, μπορεί να οδηγήσει σε ελαφρύ ή μέτριο τραυματισμό. Μπορεί επίσης να χρησιμοποιηθεί ως προειδοποίηση για μη ασφαλείς πρακτικές.	Η ένδειξη ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ υποδεικνύει μια δυνητικά επικίνδυνη κατάσταση, η οποία, αν δεν αποφευχθεί, θα μπορούσε να οδηγήσει σε θάνατο ή σοβαρό τραυματισμό.

 ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ
Μην τροποποιείτε αυτόν τον εξοπλισμό χωρίς εξουσιοδότηση από τον κατασκευαστή. Χρησιμοποιήστε τον εξοπλισμό μόνο για την προβλεπόμενη χρήση του, όπως αυτή περιγράφεται στο παρόν εγχειρίδιο. Μην χρησιμοποιείτε εξαρτήματα που δεν συνιστώνται από τον κατασκευαστή. Μην χρησιμοποιείτε ποτέ αυτόν τον εξοπλισμό αν έχει υποστεί ζημιά κάποιο καλώδιο ή βύσμα. Διατηρείτε το καλώδιο μακριά από θερμαινόμενες επιφάνειες. Κρατήστε το προϊόν μακριά από θερμότητα, σπινθήρες, γυμνές φλόγες και θερμές επιφάνειες. Ποτέ μην ρίχνετε ή εισάγετε αντικείμενα σε οποιοδήποτε άνοιγμα. Να μην χρησιμοποιείται σε εξωτερικό χώρο. Τυχόν λανθασμένη ή υπερβολική προπόνηση μπορεί να οδηγήσει σε τραυματισμούς. Τα συστήματα παρακολούθησης του καρδιακού ρυθμού ενδέχεται να είναι ανακριβή. Η υπερβολική άσκηση μπορεί να οδηγήσει σε σοβαρό τραυματισμό ή θάνατο. Αν αισθανθείτε λιποθυμία, σταματήστε αμέσως την άσκηση. Η χρήση αυτού του εξοπλισμού δίπλα ή πάνω από άλλο εξοπλισμό πρέπει να αποφεύγεται, καθώς μπορεί να οδηγήσει σε μη ενδεδειγμένη λειτουργία. Ο φορητός εξοπλισμός επικοινωνιών ραδιοσυχνοτήτων (RF) (συμπεριλαμβανομένων περιφερειακών συσκευών, όπως καλώδια κεραίας και εξωτερικές κεραίες) δεν πρέπει να χρησιμοποιείται σε απόσταση μικρότερη των 30 cm (12 ίντσες) από οποιοδήποτε τμήμα του προϊόντος, συμπεριλαμβανομένων των καλωδίων. Διαφορετικά, μπορεί να επηρεαστεί αρνητικά η απόδοση αυτού του εξοπλισμού.



ΠΡΟΣΟΧΗ

Συμβουλευτείτε τον γιατρό σας, πριν ξεκινήσετε οποιοδήποτε πρόγραμμα άσκησης.

Αν έχετε κάποια αναπηρία ή ιατρική πάθηση, απαιτείται επίβλεψη.

Σταματήστε την άσκηση, αν αισθανθείτε λιποθυμία ή ζάλη κατά τη χρήση του προϊόντος και ζητήστε ιατρική βοήθεια ή συμβουλή.

Χρησιμοποιήστε το προϊόν μόνο σύμφωνα με τις οδηγίες του γιατρού σας, αν έχετε καρδιακή νόσο, υπέρταση, διαβήτη, αναπνευστική νόσο, οποιοδήποτε άλλο ιατρικό πρόβλημα ή αν είστε έγκυος.

Άτομα με μειωμένες σωματικές, αισθητηριακές ή γνωστικές ικανότητες -ή με έλλειψη εμπειρίας και γνώσεων σχετικά με το προϊόν- μπορούν να χρησιμοποιούν αυτό το προϊόν υπό την προϋπόθεση ότι επιβλέπονται από άτομο υπεύθυνο για την ασφάλειά τους.

Διαβάστε το παρόν εγχειρίδιο, πριν χρησιμοποιήσετε το προϊόν, και φυλάξτε το για μελλοντική αναφορά.

Φοράτε πάντα παπούτσια και κατάλληλο ρουχισμό, όταν ασκείστε.

Μην αγγίζετε ή κρατάτε το προϊόν με μη ανέπαφο δέρμα.

Μην χρησιμοποιείτε το προϊόν, αν φαίνεται να έχει υποστεί ζημιά ή να μην είναι λειτουργικό. Εξετάζετε τακτικά το προϊόν για ζημιές και φθορές. Διασφαλίστε ότι τα εξαρτήματα που έχουν υποστεί ζημιά αντικαθίστανται αμέσως από ειδικευμένους τεχνικούς σέρβις.

Μην εκτελείτε εργασίες συντήρησης ή επισκευής στο προϊόν, όσο βρίσκεται σε λειτουργία. Οι δραστηριότητες συντήρησης πρέπει να εκτελούνται από εξειδικευμένο προσωπικό σέρβις.



ΠΡΟΣΟΧΗ

Βεβαιωθείτε ότι η θέση του καθίσματος και η θέση του άνω βραχίονα έχουν ρυθμιστεί σωστά για εσάς.

Μην εκτείνετε υπερβολικά τα χέρια σας κατά τη χρήση του προϊόντος.

Μην αφήνετε τα παιδιά να χρησιμοποιούν το προϊόν.

Μην χρησιμοποιείτε το προϊόν παρουσία παιδιών ή/και κατοικίδιων ζώων.

Κρατήστε τα παιδιά κάτω των 13 ετών μακριά από το μηχάνημα.

Οι ενδείξεις καρδιακού ρυθμού, Watt, MET και θερμίδων δεν είναι κατάλληλες για χρήση σε εφαρμογές, όπου η υγεία και η ασφάλεια του ασθενούς εξαρτάται από την ακρίβεια αυτών των παραμέτρων.

Μέγιστο όριο βάρους χρήστη:
Μοντέλο T6^{PRO} = 227 kg (500 lb)
Μοντέλο T6^{MAX} = 272 kg (600 lb)

Μην σηκώνετε μόνοι σας το προϊόν.
Το T6 είναι πολύ βαρύ, ζυγίζει 135 kg (298 lb).

Για να αποφύγετε τραυματισμούς ή ζημιές στο προϊόν, ζητάτε πάντα βοήθεια για να το μετακινήσετε. Χρησιμοποιήστε τις κατάλληλες τεχνικές ανύψωσης.

Για να αποφύγετε τραυματισμούς, μην εισαγάγετε τα χέρια σας στα ανοίγματα του καλύμματος.

Για την ασφαλή λειτουργία αυτού του προϊόντος, τοποθετήστε το σε επίπεδη, σταθερή επιφάνεια. Ρυθμίστε τα πόδια του πήχη επιπέδωσης, όπως απαιτείται.

Το προϊόν αυτό προορίζεται για σύνδεση στο δίκτυο εναλλασσόμενου ρεύματος μόνο μέσω του παρεχόμενου προσαρμογέα εναλλασσόμενου ρεύματος.

ΦΥΛΑΞΤΕ ΑΥΤΕΣ ΤΙΣ ΟΔΗΓΙΕΣ.

Εγκατάσταση και τοποθέτηση

Αποσυσκευασία και εγκατάσταση

Οι διαδικασίες αποσυσκευασίας και εγκατάστασης για αποστολές T6 τεκμηριώνονται στα ισχύοντα έγγραφα οδηγιών εγκατάστασης για την παράδοση T6. Τα έγγραφα οδηγιών εγκατάστασης αποστέλλονται μαζί με τα προϊόντα. Επιπλέον αντίγραφα αυτών των εγγράφων διατίθενται από την εξυπηρέτηση πελατών κατόπιν αιτήματος.

**ΠΡΟΣΟΧΗ**

Το T6 είναι πολύ βαρύ, ζυγίζει 135 kg (298 lb).

Για να αποφύγετε τραυματισμούς ή ζημιές στο προϊόν, ζητάτε πάντα βοήθεια για να το μετακινήσετε.

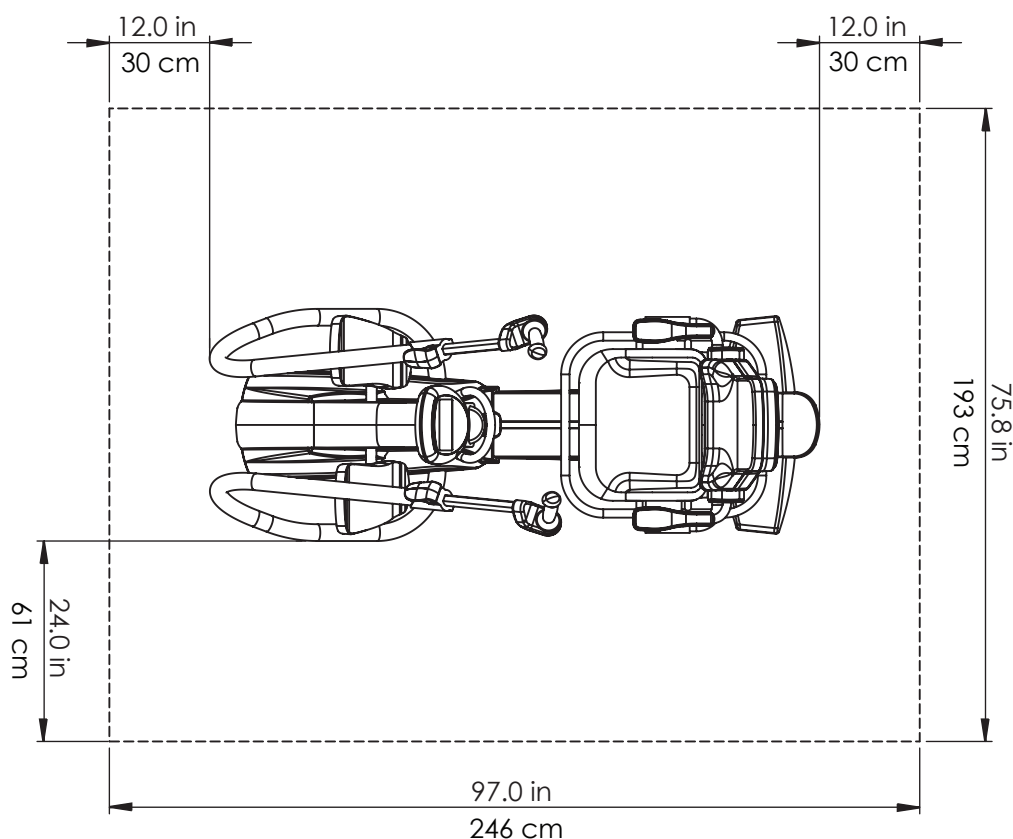
Χρησιμοποιήστε την κατάλληλη τεχνική ανύψωσης.

Τοποθέτηση εξοπλισμού

Για να βεβαιωθείτε για την ασφαλή και αποτελεσματική λειτουργία του NuStep, τοποθετήστε το σε επίπεδη, σταθερή επιφάνεια. Ρυθμίστε τα πόδια του πίσω πήχη επιπέδωσης, όπως απαιτείται.

Ο ελάχιστος απαιτούμενος ελεύθερος χώρος γύρω από τον εξοπλισμό είναι 61 cm (24 ίντσες) για τις πλαϊνές πλευρές και 30 cm (12 ίντσες) για το μπροστινό και το πίσω μέρος. Πρόσθετος ελεύθερος χώρος απαιτείται για την πρόσβαση αναπηρικών αμαξιδίων.

Για πρόσθετη σταθερότητα και προστασία του δαπέδου, τοποθετήστε το καθιστό ελλειπτικό μηχάνημα πάνω σε τάπητα δαπέδου για όργανα γυμναστικής παρόμοιο με τον τάπητα δαπέδου που πωλείται από τη NuStep, LLC



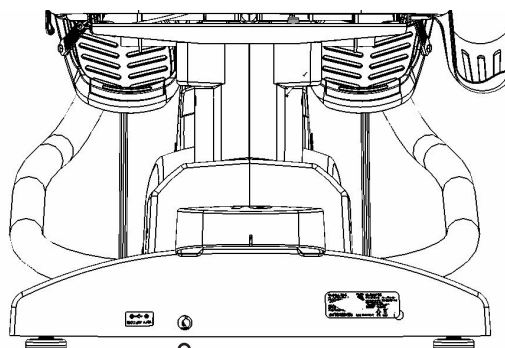
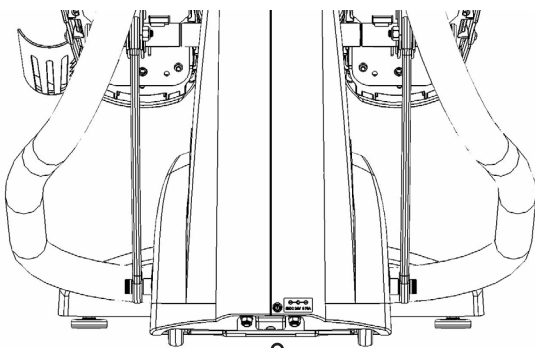
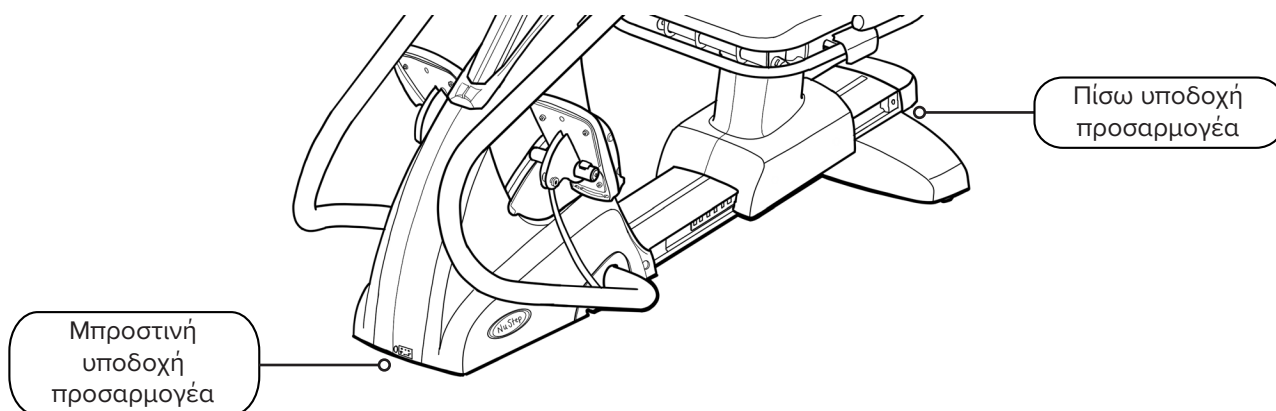
Χρήση προσαρμογέα εναλλασσόμενου ρεύματος

Το T6 τροφοδοτείται από έναν προσαρμογέα εναλλασσόμενου ρεύματος που περιλαμβάνεται στον εξοπλισμό. Ο προσαρμογέας εναλλασσόμενου ρεύματος μπορεί να συνδεθεί στην μπροστινή ή στην πίσω υποδοχή.* Συνδέστε τον προσαρμογέα σε κατάλληλη πρίζα.

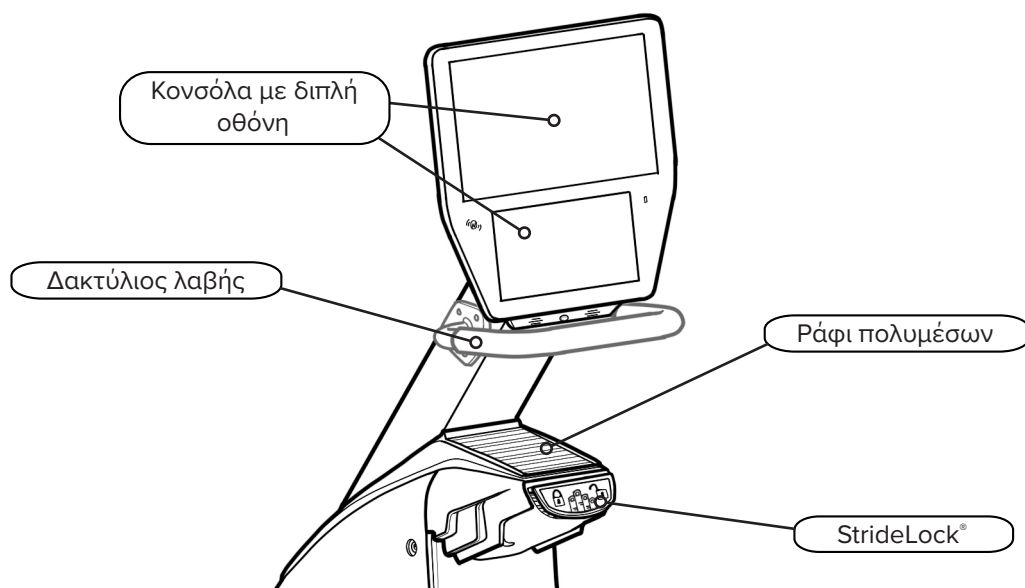
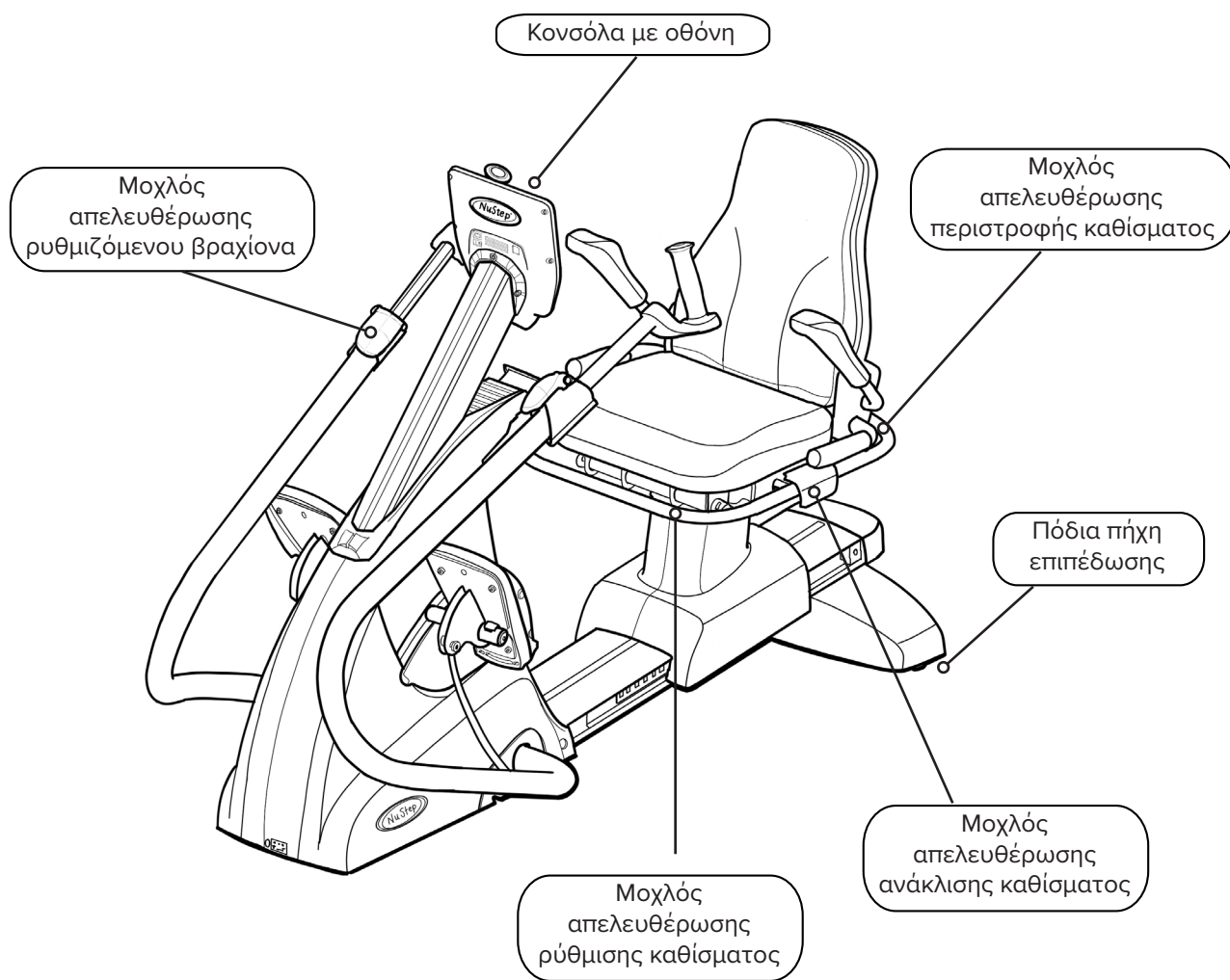
Δρομολογήστε το καλώδιο τροφοδοσίας του προσαρμογέα εναλλασσόμενου ρεύματος κατά τέτοιο τρόπο ώστε να αποφεύγονται οι κίνδυνοι σκοντάμματος και να μην προκαλείται ζημιά στον προσαρμογέα. Αποφεύγετε να ασκείτε πίεση ή καταπόνηση στα καλώδια, τις υποδοχές ή τα βύσματα του προσαρμογέα.

Για τις προδιαγραφές του προσαρμογέα, ανατρέξτε στην ενότητα "Τεχνικά στοιχεία" του παρόντος εγχειριδίου.

**Μην συνδέετε το T6 σε δύο μετασχηματιστές εναλλασσόμενου ρεύματος ταυτόχρονα.*



Επισκόπηση χαρακτηριστικών του T6



T6 StrideLock®

Η λειτουργία StrideLock επιτρέπει στους χρήστες να κλειδώνουν τις χειρολαβές των βραχιόνων και τα πεντάλ του T6. Όταν είναι ενεργοποιημένο το StrideLock, οι χειρολαβές και τα πεντάλ δεν κινούνται. Με αυτό τον τρόπο σταθεροποιείται το προϊόν και ο χρήστης διευκολύνεται:

- Να ανέβει και να κατέβει από το T6
- Να ρυθμίσει τη θέση του καθίσματος και των χειρολαβών
- Να στερεώσει τους ιμάντες ποδιών ή προσαρμόσει τα ρυθμιζόμενα εξαρτήματα



Μοχλός StrideLock

Για να ενεργοποιήσετε το StrideLock:

1. Χρησιμοποιήστε τις χειρολαβές των βραχιόνων για να σπρώξετε ή να τραβήξετε τους βραχιόνες και τα πεντάλ στην επιθυμητή θέση.
2. Πιέστε προς τα κάτω τον κίτρινο μοχλό StrideLock και απελευθερώστε τον. Ο μοχλός είναι **ΕΠΑΝΩ** όταν είναι **κλειδωμένος**.
3. Βεβαιωθείτε ότι το StrideLock είναι ενεργοποιημένο πιέζοντας ή τραβώντας τις χειρολαβές των βραχιόνων, οι οποίες δεν θα πρέπει να κινούνται.



Ο μοχλός είναι επάνω όταν οι χειρολαβές και τα πεντάλ είναι κλειδωμένα.

Για να απενεργοποιήσετε το StrideLock:

1. Πιέστε ξανά προς τα κάτω τον μοχλό StrideLock. Ο μοχλός είναι **ΚΑΤΩ** όταν είναι **ξεκλειδωτός**.



Ο μοχλός είναι κάτω όταν οι χειρολαβές και τα πεντάλ είναι ξεκλειδωτά.

Πραγματοποίηση ρυθμίσεων

Ρύθμιση απόστασης καθίσματος

1. Σηκώστε τον μπροστινό κίτρινο μοχλό για ξεκλείδωμα.
2. Χρησιμοποιώντας τα πόδια, σύρετε το κάθισμα προς τα εμπρός ή προς τα πίσω για να ρυθμίσετε την απόσταση.
3. Βεβαιωθείτε ότι το γόνατο έχει μια ελαφριά κάμψη, κατά τη σχεδόν πλήρη έκταση του ποδιού.
4. Απελευθερώστε τον μοχλό για να κλειδώσει το κάθισμα στη θέση του.



Σηκώστε τον μπροστινό μοχλό για να ρυθμίσετε την απόσταση του καθίσματος.



Το γόνατο έχει μια ελαφριά κάμψη κατά τη σχεδόν πλήρη έκταση του ποδιού.

Ρύθμιση ανάκλισης καθίσματος

1. Τοποθετήστε τα πόδια στα πεντάλ.
2. Σηκώστε τον μαύρο μοχλό στην αριστερή πλευρά για ξεκλείδωμα.
3. Πιέστε την πλάτη του καθίσματος για να αυξήσετε την κλίση (δυνατότητα ανάκλισης έως 12°).
4. Απελευθερώστε τον μοχλό για να κλειδώσει το κάθισμα στη θέση του.



Σηκώστε τον μαύρο μοχλό στην αριστερή πλευρά.



Πιέστε την πλάτη του καθίσματος για να ρυθμίσετε τη γωνία ανάκλισης.

Πραγματοποίηση ρυθμίσεων

Ρύθμιση μήκους χειρολαβών

1. Τραβήξτε προς τα πάνω τον κίτρινο μοχλό απελευθέρωσης ρυθμιζόμενων βραχιόνων για ξεκλείδωμα των χειρολαβών βραχιόνων.
2. Σύρετε τη χειρολαβή προς τα μέσα ή προς τα έξω για να ρυθμίσετε το μήκος.
3. Ρυθμίστε τις χειρολαβές, μέχρι ο αγκώνας να είναι ελαφρώς λυγισμένος κατά τη σχεδόν πλήρη έκταση του χεριού (για πολλούς ανθρώπους αυτός ο αριθμός είναι ίδιος με τον αριθμό θέσης καθίσματος).
4. Πιέστε τον μοχλό απελευθέρωσης προς τα κάτω για κλείδωμα.



Τραβήξτε τον μοχλό προς τα πάνω για ξεκλείδωμα.



Πιέστε τον μοχλό προς τα κάτω για κλείδωμα.

Ρύθμιση περιστροφής βραχίονα

1. Τραβήξτε προς τα πάνω τον κίτρινο μοχλό απελευθέρωσης ρυθμιζόμενων βραχιόνων για ξεκλείδωμα.
2. Περιστρέψτε τη χειρολαβή δεξιά ή αριστερά.
3. Αφού ολοκληρώσετε τη ρύθμιση, πιέστε τον μοχλό απελευθέρωσης προς τα κάτω για κλείδωμα.



Πραγματοποίηση ρυθμίσεων

Λειτουργία περιστρεφόμενου καθίσματος

1. Σηκώστε τον πίσω μοχλό απελευθέρωσης για ξεκλείδωμα του καθίσματος.
2. Περιστρέψτε το κάθισμα προς οποιαδήποτε κατεύθυνση (το κάθισμα περιστρέφεται κατά 360° και κλειδώνει ανά 45°).
3. Απελευθερώστε τον μοχλό για να κλειδώσει το κάθισμα στη θέση του.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Το κάθισμα μπορεί να περιστρέφεται με ή χωρίς χρήση πάνω στο μηχάνημα. Για λόγους ασφαλείας, η απόσταση του καθίσματος μπορεί να ρυθμιστεί μόνο όταν το κάθισμα κοιτάζει προς τα εμπρός.



Σηκώστε τον πίσω μοχλό για ξεκλείδωμα του καθίσματος.



Το κάθισμα περιστρέφεται κατά 360° και τις δύο κατευθύνσεις και κλειδώνει σε προκαθορισμένες θέσεις ανά 45°.

Σωστή θέση προπόνησης

Αφού ρυθμίσετε τη θέση των χειρολαβών και του καθίσματος στο T6, θα πρέπει να υπάρχει μια ελαφριά κάμψη στα γόνατα και τους αγκώνες σας σε σχεδόν πλήρη έκταση κατά τη διάρκεια της άσκησης με το T6.



ΠΡΟΣΟΧΗ

Τυχόν λανθασμένη ή υπερβολική χρήση μπορεί να οδηγήσει σε τραυματισμούς.

Βεβαιωθείτε ότι το κάθισμα και οι βραχίονες έχουν ρυθμιστεί σε σωστές θέσεις από εμβιομηχανική άποψη.

Μην εκτείνετε υπερβολικά τα χέρια ή τα πόδια σας.

Ο αγκώνας έχει μια ελαφριά κάμψη κατά τη σχεδόν πλήρη έκταση του χεριού.



Το γόνατο έχει μια ελαφριά κάμψη κατά τη σχεδόν πλήρη έκταση του ποδιού.

Οθόνες ενδείξεων

Το T6 έχει μια Αρχική οθόνη και μια οθόνη Μετρήσεων με περιήγηση οθόνης αφής:

Αρχική οθόνη: Εμφανίζει εικονίδια για *Γρήγορη εκκίνηση*, *Παρτενέρ προπόνησης*, *Διαγράμματα NuStep* και *Ορεινό τρέξιμο*. Αγγίξτε το εικονίδιο για εκκίνηση.

Οθόνη μετρήσεων: Εμφανίζει όλες τις μετρήσεις της προπόνησης, όπως *Χρόνος που έχει περάσει*, *Επίπεδο (αντίσταση)*, *Καρδιακός ρυθμός*, *Θερμίδες*, *ΒΑΛ (βήματα ανά λεπτό)*, *MET*, *Συνολικά βήματα*, *Μίλια* και *Watt*.



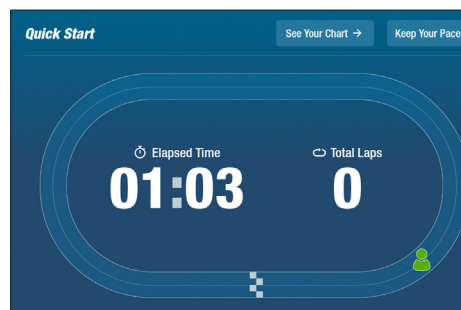
Οθόνες εφαρμογών

Γρήγορη εκκίνηση

Επιτρέπει στους χρήστες να ανέβουν και να ξεκινήσουν χωρίς να ορίσουν στόχους ρυθμού ή να επιλέξουν τιμές μετρήσεων. Παρακολουθεί τον χρόνο που έχει περάσει και τους συνολικούς γύρους.

Οι χρήστες μπορούν να μεταβούν σε άλλες εφαρμογές από την οθόνη *Γρήγορη Εκκίνηση*. Για μετάβαση:

1. Αγγίξτε **See Your Chart →** για να ανοίξουν τα *Διαγράμματα επιδόσεων*.
2. Αγγίξτε **Keep Your Pace →** για να ανοίξει ο *Παρτενέρ προπόνησης*.

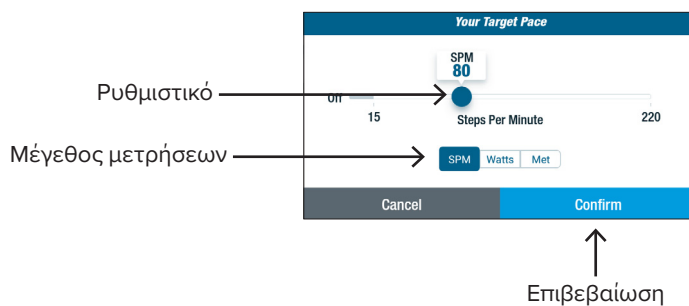
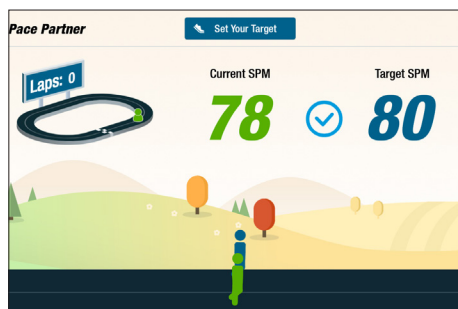


Οθόνες ενδείξεων

Παρτενέρ προπόνησης

Οι χρήστες ορίζουν έναν επιδιωκόμενο ρυθμό και επιλέγουν ένα μέγεθος μετρήσεων προπόνησης (BAL, Watt ή MET) με στόχο να συμβαδίσουν με τον επιδιωκόμενο ρυθμό. Για ρύθμιση:

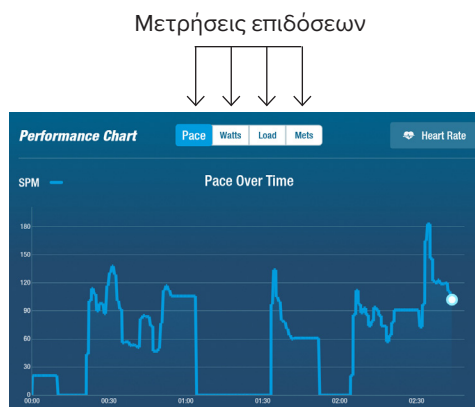
1. Αγγίξτε  Set Your Target για να ανοίξετε την οθόνη Επιδιωκόμενου ρυθμού.
2. Αγγίξτε το επιθυμητό μέγεθος μετρήσεων.
3. Χρησιμοποιήστε το ρυθμιστικό για να επιλέξετε τον ρυθμό.
4. Αγγίξτε *Επιβεβαίωση* για ολοκλήρωση της ρύθμισης.



Διαγράμματα NuStep

Εμφανίζει μετρήσεις επιδόσεων προπόνησης: Ρυθμός (BAL), Watt, Φορτίο ή MET σε συνάρτηση με τον χρόνο.

Για εναλλαγή μεταξύ των διαγραμμάτων, αγγίξτε την επιθυμητή καρτέλα μετρήσεων. Η ενεργή καρτέλα μετρήσεων επισημαίνεται με μπλε χρώμα.



Οθόνες ενδείξεων

Ορεινό τρέξιμο

Αναπαράγει βίντεο με γραφικές διαδρομές τρεξίματος για να τραβήξει το ενδιαφέρον των χρηστών, καθώς γυμνάζονται. Για έναρξη:

1. Αγγίξτε για επιλογή του επιθυμητού βίντεο. —————>
2. Ξεκινήστε τον βηματισμό για να ξεκινήσετε το βίντεο.



Για επιστροφή στο μενού Ορεινό τρέξιμο:

1. Αγγίξτε την οθόνη, η γραμμή τίτλου κατεβαίνει.
2. Αγγίξτε το κουμπί Επιστροφή.

Όλο το βίντεο, ο ήχος και άλλο περιεχόμενο που περιλαμβάνεται στο Ορεινό τρέξιμο και σε άλλες εφαρμογές του NuStep προστατεύονται από τους νόμους περί πνευματικών δικαιωμάτων των Ηνωμένων Πολιτειών και τους διεθνείς νόμους περί πνευματικών δικαιωμάτων. Δεν εκχωρείται κανένα δικαίωμα χρήσης του βίντεο, του ήχου ή άλλου περιεχομένου με οποιονδήποτε άλλο τρόπο εκτός από αυτού της προβολής στα προϊόντα NuStep.

Οθόνη μετρήσεων

Αγγίξτε για να επαναφέρετε την προπόνηση ή για να εφαρμόσετε αλλαγές στις προεπιλεγμένες ρυθμίσεις.

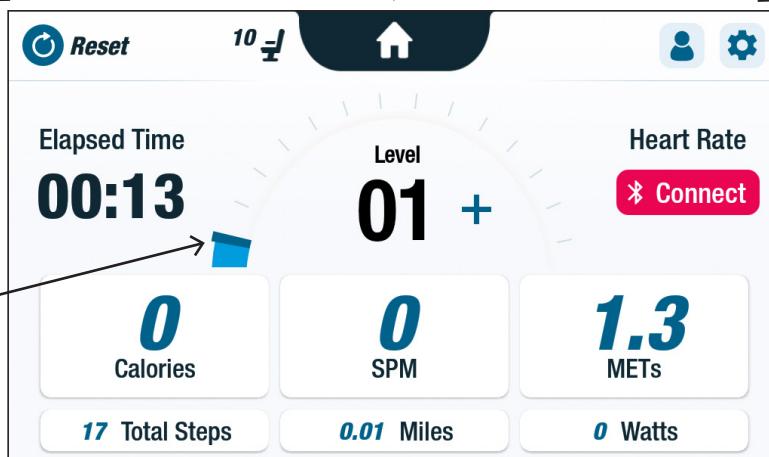
Αγγίξτε για επιστροφή στην Αρχική οθόνη.

Αγγίξτε για να ανοίξετε τις Ρυθμίσεις χρήστη.

Αγγίξτε για να ανοίξετε τις Ρυθμίσεις συστήματος.

Θέση καθίσματος

Επίπεδο φορτίου: Αγγίξτε (-) ή (+) για ρύθμιση.

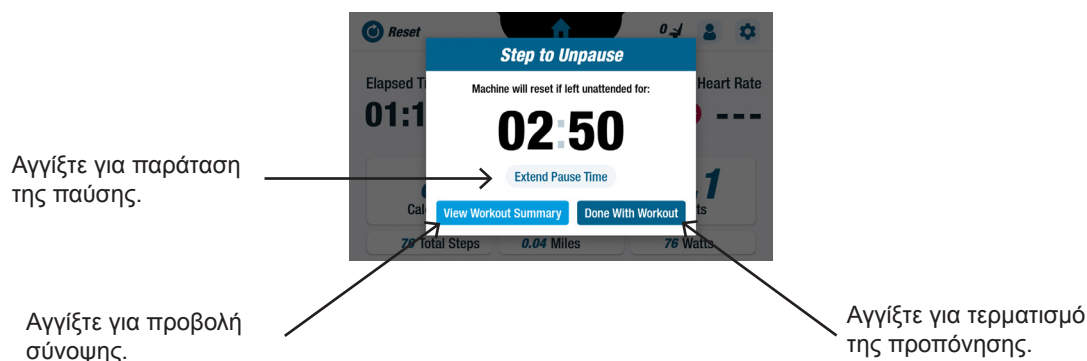


Μετρήσεις προπόνησης

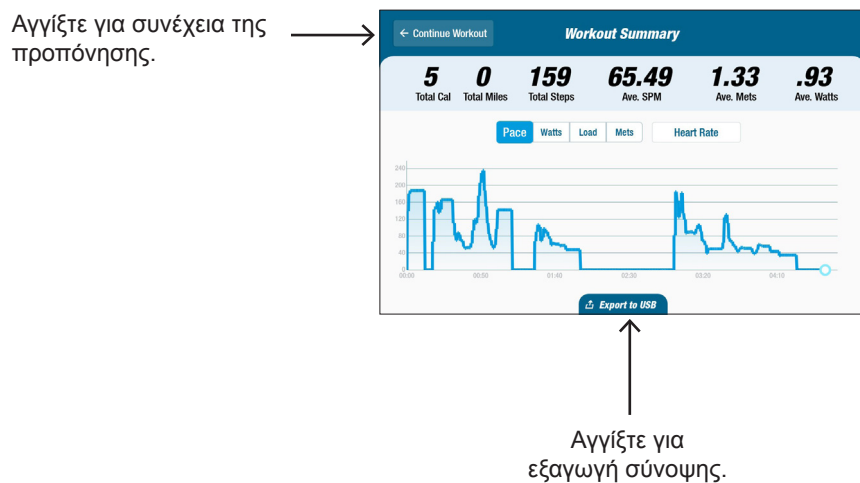
Λειτουργία παύσης

Το T6 διαθέτει μια λειτουργία απενεργοποίησης κονσόλας 3 λεπτών. Αν ένας χρήστης σταματήσει να βηματίζει και δεν συνεχίσει να βηματίζει εντός τριών λεπτών, η κονσόλα μηδενίζεται.

Πριν απενεργοποιηθεί η κονσόλα, ο χρήστης μπορεί να παρατείνει την παύση (π.χ. για διαλειμματική προπόνηση) για επιπλέον 15 λεπτά. Σε αυτό το σημείο, ο χρήστης μπορεί επίσης να προβάλει μια σύνοψη των επιδόσεων της προπόνησης ή να τερματίσει την περίοδο προπόνησης.



Μετά την προβολή της σύνοψης, οι χρήστες μπορούν να επιστρέψουν στην προπόνησή τους, να τερματίσουν την προπόνησή τους ή να εξαγάγουν τη σύνοψη της προπόνησής τους σε μονάδα USB (βλέπε σελίδα 22 για οδηγίες).



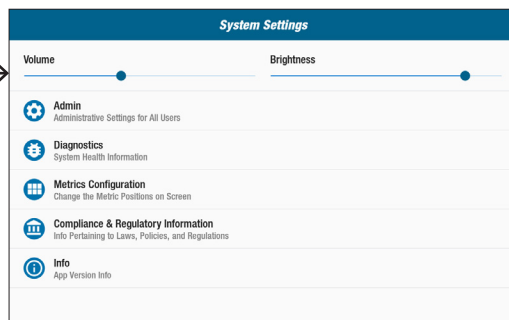


Ρυθμίσεις συστήματος

Ρυθμίσεις συστήματος

Χρησιμοποιούνται για τη ρύθμιση της έντασης του ήχου και της φωτεινότητας της οθόνης, την αλλαγή των προεπιλεγμένων ρυθμίσεων, την προβολή διαγνωστικών στοιχείων, την αλλαγή της διαμόρφωση των μετρήσεων, την προβολή ρυθμιστικών πληροφοριών και πληροφοριών λογισμικού.

Σύρετε για
ρύθμιση

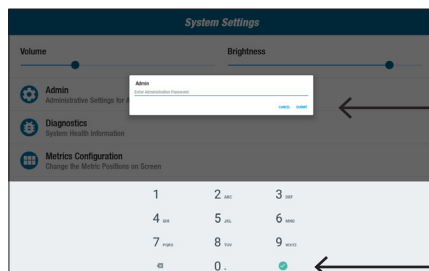


Σύρετε για
ρύθμιση

Διαχειριστής

Χρησιμοποιείται για αλλαγή των προεπιλεγμένων ρυθμίσεων (ηλικία, βάρος, φύλο). Οι αλλαγές που γίνονται στις προεπιλεγμένες ρυθμίσεις είναι καθολικές. Μόλις ανοίξει η οθόνη διαχειριστή, απαιτείται κωδικός πρόσβασης* για την αλλαγή των προεπιλεγμένων ρυθμίσεων. Για την εισαγωγή του κωδικού πρόσβασης:

1. Αγγίξτε την οθόνη για να ανοίξετε το αριθμητικό πληκτρολόγιο.
2. Εισαγάγετε τον κωδικό πρόσβασης, αγγίξτε Υποβολή.
3. Αγγίξτε το εικονίδιο  για να κλείσετε το πληκτρολόγιο.



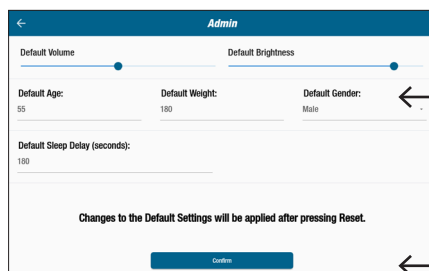
Αγγίξτε για
υποβολή του κωδικού
πρόσβασης.

Αγγίξτε για
να κλείσετε το
πληκτρολόγιο.

Στην οθόνη διαχειριστή:

1. Αγγίξτε τα προεπιλεγμένα πεδία και εισαγάγετε νέες προεπιλεγμένες ρυθμίσεις.
2. Αγγίξτε Υποβολή για να εφαρμοστούν οι αλλαγές.

Αγγίξτε για
να αλλάξετε την
προεπιλογή.



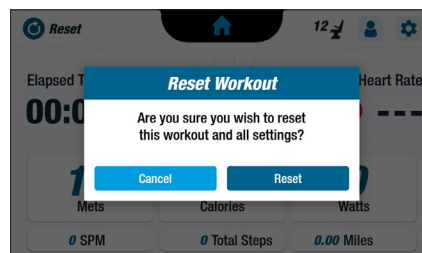
Αγγίξτε για
να αλλάξετε την
προεπιλογή.

Αγγίξτε για να
εφαρμοστούν οι
αλλαγές.

*Ο κωδικός πρόσβασης είναι ο
σειριακός αριθμός της μονάδας με
την αντίστροφη σειρά εισαγωγής.

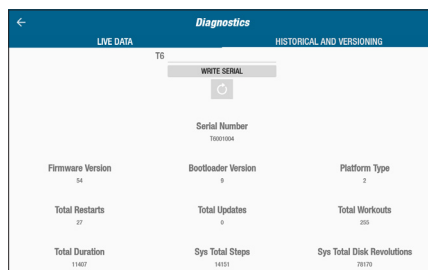
Ρυθμίσεις συστήματος

3. Μεταβείτε στην οθόνη *Μετρήσεων*.
4. Αγγίξτε  **Reset** για να ανοίξει η οθόνη Επαναφοράς προπόνησης.
5. Αγγίξτε *Επαναφορά* για να εφαρμοστούν οι αλλαγές.



Διαγνωστικά

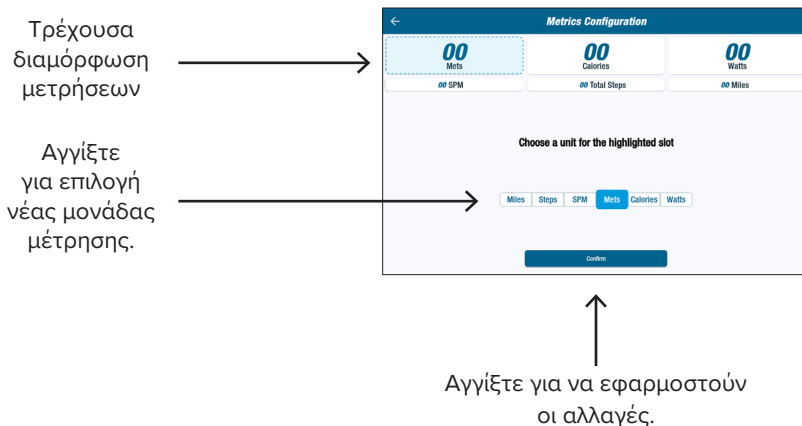
Οι οθόνες διαγνωστικών προβάλλουν ζωντανά και ιστορικά δεδομένα για τους τεχνικούς σέρβις ή τους υπεύθυνους για τη συντήρηση του εξοπλισμού. Η οθόνη *Δεδομένα ιστορικού και διαχείρισης εκδόσεων* απαιτεί κωδικό πρόσβασης (βλέπε προηγούμενη σελίδα).



Διαμόρφωση μετρήσεων

Οι χρήστες μπορούν να αλλάξουν το ποιες μονάδες μέτρησης θα εμφανίζονται στην οθόνη μετρήσεων. Η επάνω σειρά δείχνει την τρέχουσα διαμόρφωση μετρήσεων. Για αλλαγή:

1. Αγγίξτε μια τρέχουσα μονάδα μέτρησης για να την επιλέξετε.
2. Αγγίξτε μια μονάδα μέτρησης για την επιλεγμένη θέση.
3. Αγγίξτε *Επιβεβαίωση* για να εφαρμοστούν οι αλλαγές.





Διαμόρφωση χρήστη

Οι χρήστες μπορούν να δημιουργήσουν και να αποθηκεύσουν ένα προφίλ με τις δικές τους ρυθμίσεις. Για αλλαγή:

1. Αγγίξτε την οθόνη για να ανοίξετε το αριθμητικό πληκτρολόγιο.
2. Εισαγάγετε ηλικία, βάρος και επιλέξτε φύλο.

The image shows a 'User Settings' form with a blue header. Below the header, there are three input fields: 'Enter Age' with the value '55', 'Enter Weight' with the value '100', and 'Enter Sex' with the value 'Male'. At the bottom right of the form, there is a button labeled 'Export to USB'.

Enter Age	Enter Weight	Enter Sex
55	100	Male

Export to USB

Εξαγωγή δεδομένων προφίλ χρήστη

Οι χρήστες μπορούν να εξαγάγουν τα δεδομένα του προφίλ τους σε μονάδα USB ανά πάσα στιγμή.

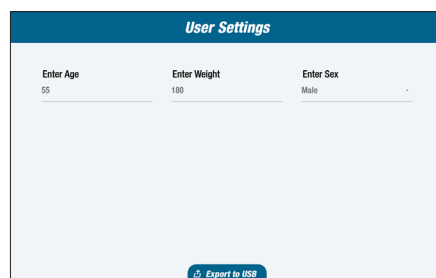
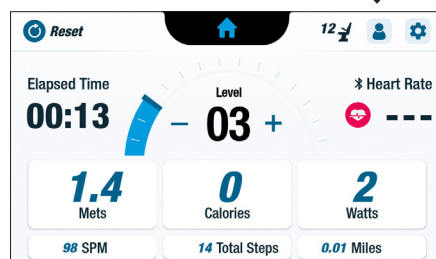
Για την εξαγωγή:

1. Τοποθετήστε τη μονάδα USB στη θύρα USB στο πίσω μέρος της κονσόλας.
2. Αγγίξτε  στην οθόνη Μετρήσεων για να ανοίξετε την οθόνη Ρυθμίσεων χρήστη.
ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Παραλείψτε αυτό το βήμα, αν η οθόνη προφίλ εκκινείται αυτόματα.
3. Αγγίξτε την καρτέλα Εξαγωγή σε USB στο κάτω μέρος της οθόνης.

Θύρα USB



Αγγίξτε για να ανοίξετε τις Ρυθμίσεις χρήστη.



Αγγίξτε για εξαγωγή δεδομένων προφίλ.

Εξαγωγή σύνοψης προπόνησης

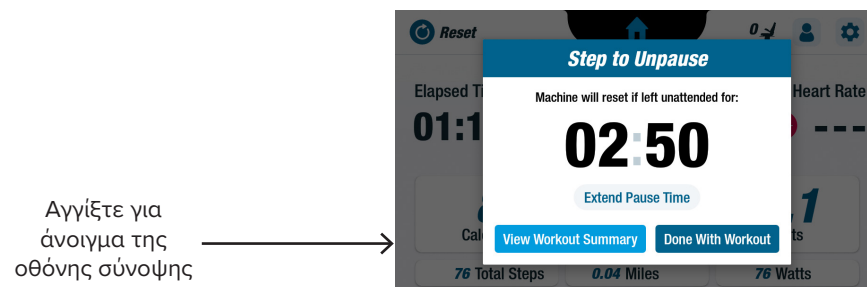
Οι χρήστες μπορούν να εξαγάουν τη σύνοψη της προπόνησής τους σε μονάδα USB. Η σύνοψη αποθηκεύεται σε μορφή PDF.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Πριν από την προπόνηση, τοποθετήστε τη μονάδα USB στη θύρα USB στο πίσω μέρος της κονσόλας.

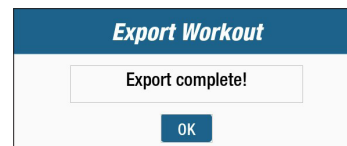
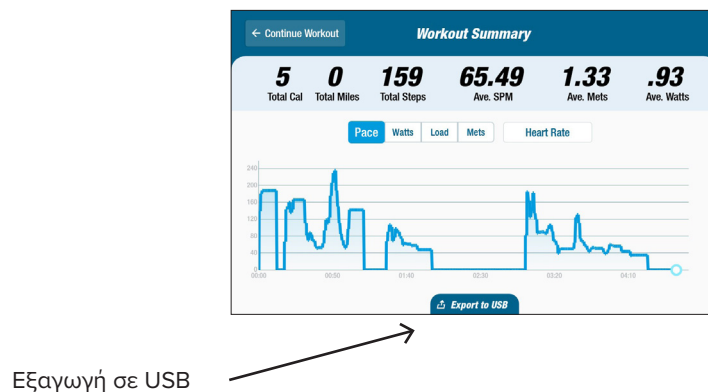
Στο τέλος μιας προπόνησης (όταν ο χρήστης έχει σταματήσει τον βηματισμό) ανοίγει η οθόνη Βηματισμός για διακοπή παύσης.

1. Αγγίξτε την Προβολή σύνοψης προπόνησης.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Μην αγγίξετε την επιλογή Τέλος προπόνησης, καθώς τερματίζει την περίοδο άσκησης και μηδενίζει το μηχάνημα. Η επιλογή αυτή δεν επιτρέπει στον χρήστη να εξαγάγει τη σύνοψη της προπόνησής του.



2. Από την οθόνη Σύνοψη προπόνησης, αγγίξτε Εξαγωγή σε USB.



Αγγίξτε OK για κλείσιμο.

Προληπτική συντήρηση

Διαστήματα προληπτικής συντήρησης

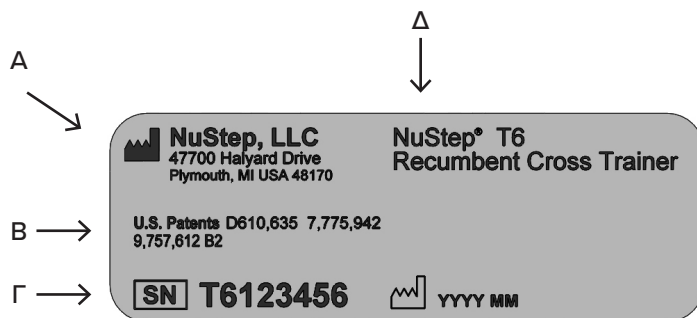
Παρόλο που το T6 έχει σχεδιαστεί έτσι ώστε να μην χρειάζεται συντήρηση, συνιστώνται μερικές εργασίες για να αυξηθεί η ωφέλιμη διάρκεια ζωής του εξοπλισμού σας. Τηρείτε τα συνιστώμενα διαστήματα προληπτικής συντήρησης που ορίζονται παρακάτω. Αυτά τα διαστήματα έχουν οριστεί κατ' εκτίμηση και ενδέχεται να χρειαστεί να αυξήσετε ή να μειώσετε το τη συχνότητα των προληπτικών εργασιών συντηρήσεων ανάλογα με την πραγματική χρήση.

ΣΤΟΙΧΕΙΟ	ΕΡΓΑΣΙΑ	ΣΥΧΝΟΤΗΤΑ
Βραχίονες, χειρολαβές και λαβές	* Καθαρισμός	Εβδομαδιαία
Κονσόλα	* Καθαρισμός	Εβδομαδιαία
Καλύμματα και σκελετός	* Καθαρισμός	Εβδομαδιαία
Κάθισμα	* Καθαρισμός	Εβδομαδιαία
* Χρησιμοποιήστε μη διαβρωτικό καθαριστικό σπρέι και μαλακό πανί για να καθαρίσετε το NuStep.		

Πληροφορίες σειριακού αριθμού T6

Σημείο πάνω στο προϊόν:

Ο σειριακός αριθμός βρίσκεται στη δεξιά πλευρά του πίσω καλύμματος στήριξης.

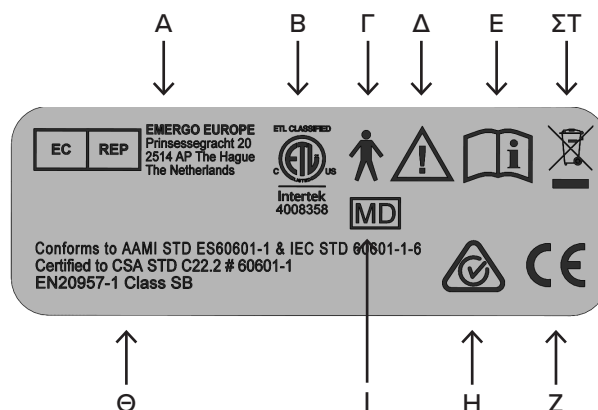


A	Όνομα και διεύθυνση κατασκευαστή
B	Προϊόν προστατευόμενο με δίπλωμα ευρεσιτεχνίας.
Γ	Σειριακός αριθμός και ημερομηνία κατασκευής
Δ	Αριθμός μοντέλου και περιγραφή προϊόντος

Ρυθμιστικές πληροφορίες T6

Σημείο πάνω στο προϊόν:

Οι ρυθμιστικές πληροφορίες βρίσκονται στη δεξιά πλευρά του πίσω καλύμματος στήριξης.



A	Εξουσιοδοτημένος αντιπρόσωπος Ευρώπης
B	Σήμα εθνικά αναγνωρισμένου εργαστηρίου δοκιμών
Γ	Εξάρτημα εφαρμογής τύπου B για ηλεκτρική ασφάλεια
Δ	Προσοχή, διαβάστε τα συνοδευτικά έγγραφα
E	Συμβουλευτείτε το εγχειρίδιο χρήστη πριν από τη χρήση
ΣΤ	Σήμα οδηγίας σχετικά με τα απόβλητα ηλεκτρικού και ηλεκτρονικού εξοπλισμού (WEEE)
Z	Σήμα CE
H	Σήμα κανονιστικής συμμόρφωσης (RCM)
I	Ιατροτεχνολογικό προϊόν
Θ	Standards

Εξυπηρέτηση πελατών και ανταλλακτικά

ΒΗΜΑ 1 - Προσδιορισμός του προβλήματος.

Αν δεν αντιμετωπίσατε εσείς το πρόβλημα, μιλήστε με το άτομο που το αντιμετώπισε για να κατανοήσετε τη φύση του προβλήματος.

ΒΗΜΑ 2 - Επιβεβαίωση του προβλήματος.

Επιθεωρήστε το ελλειπτικό μηχανήμα. Διαπιστώστε αν χρειάζεται κάποιο νέο εξάρτημα για τη διόρθωση του προβλήματος. Σχεδιαγράμματα και κατάλογοι ανταλλακτικών είναι διαθέσιμα στον ιστότοπο της NuStep στη διεύθυνση:

nustep.com/customer-service/Service Parts.

ΒΗΜΑ 3 - Επικοινωνία με την εξυπηρέτηση πελατών της NuStep.

Για να μπορέσουν οι ειδικοί μας να σας βοηθήσουν καλύτερα, παρακαλούμε να έχετε μια πλήρη περιγραφή του προβλήματος και τον σειριακό αριθμό της μονάδας (δείτε την προηγούμενη σελίδα για τη θέση του σειριακού αριθμού στο T6).

Οι ειδικοί σε θέματα προϊόντων NuStep είναι διαθέσιμοι μέσω email ή τηλεφώνου:

email: support@nustep.com

Τηλ.: 800-322-2209 (ΗΠΑ)
734-769-3939

Ιστοσελίδα: NUSTEP.COM

Οι πελάτες εκτός των ΗΠΑ και του Καναδά, για αιτήματα εξυπηρέτησης πελατών, μπορούν να επικοινωνούν με τον τοπικό αντιπρόσωπο της NuStep.

Εγγύηση T6

Για να δείτε την εγγύησή σας online, μεταβείτε στη διεύθυνση: NUSTEP.COM

Αν έχετε ερωτήσεις σχετικά με την εγγύησή σας, επικοινωνήστε με την εξυπηρέτηση πελατών: 800-322-2209 ή support@nustep.com.

Οι πελάτες εκτός των ΗΠΑ και του Καναδά, μπορούν να επικοινωνήσουν με τον τοπικό αντιπρόσωπο της NuStep για λεπτομέρειες σχετικά με την εγγύηση.

Τεχνικά στοιχεία

Θύρα USB A	Η θύρα USB προορίζεται μόνο για χρήση μονάδας flash. Ορισμένες μονάδες flash ενδέχεται να μην είναι συμβατές με τη θύρα USB του T6. Μην συνδέετε εξωτερικές συσκευές σε αυτή τη θύρα με καλώδια USB.
Θύρα USB C	Σύνδεση μόνο για σέρβις.
Θύρα Ethernet	Σύνδεση μόνο για τοπικό δίκτυο. Μην συνδέετε το T6 στο Internet. Χρησιμοποιήστε τη θύρα μόνο για να συνδέσετε εξοπλισμό που συμμορφώνεται με το IEC 60601-1. Χρησιμοποιήστε ενσωματωμένο απομονωτή δικτύου που συμμορφώνεται με το πρότυπο IEC 60601-1 κατά τη σύνδεση με μη ιατρικό εξοπλισμό.
Υποδοχή ήχου 3,5 mm	Σύνδεση μόνο για ακουστικά παθητικής μείωσης θορύβου και ακουστικά με αρσενικό βύσμα 3,5 mm.
Πρότυπα	ANSI/AAMI ES60601-1, CAN/CSA-C22.2 Αρ. 60601-1, IEC/EN 60601-1, IEC/EN 60601-1-2
Σύστημα αντίστασης δινορευμάτων	Το T6 διαθέτει ένα εξαρτώμενο από την ταχύτητα σύστημα αντίστασης δινορευμάτων που εξαρτάται από το επιλεγμένο επίπεδο φορτίου, τον ρυθμό βηματισμού του χρήστη και το μήκος βήματος του χρήστη. Εύρος: 0 - 1400 Watt
Λειτουργία βηματισμού	Το T6 διαθέτει εξαρτώμενη λειτουργία βηματισμού με εύρος βηματισμού έως 22 cm (8,5").
Παράμετροι δοκιμής Watt	Οι εμφανιζόμενες τιμές Watt αναπαριστούν τον ρυθμό κατανάλωσης ενέργειας του χρήστη. Υπολογίζονται σε πραγματικό χρόνο χρησιμοποιώντας έναν αλγόριθμο που βασίζεται σε μηχανικές παραμέτρους του μηχανήματος και σε έναν μετρούμενο μέσο τρόπο χρήσης. Οι σημαντικές μηχανικές παράμετροι που επηρεάζουν τις εμφανιζόμενες τιμές Watt περιλαμβάνουν την αδράνεια των κινούμενων εξαρτημάτων του μηχανήματος, το επίπεδο φορτίου που επιλέγει ο χρήστης και την ταχύτητα περιστροφής του δίσκου δινορευμάτων. Η δοκιμή επαλήθευσης των εμφανιζόμενων τιμών Watt πραγματοποιήθηκε με σύγκριση της εν λόγω τιμής και της πραγματικής μετρούμενης μηχανικής ισχύος που παράχθηκε από πολλούς χρήστες. Οι εμφανιζόμενες τιμές Watt είναι ανεξάρτητες από οποιαδήποτε σωματική ή ανατομική παράμετρο, που τυχόν χαρακτηρίζει τον χρήστη.
Προσαρμογέας εναλλασσόμενου ρεύματος	Μοντέλο AUTEC POWER SYSTEMS DT-M090-240-U-NSP ή Μοντέλο GlobTek TR9KI3750CCP-IM(R6B) Έξοδος 24V dc @ 3,75A 90W Μέγ. Είσοδος 100-240V~50-60Hz, 1,5A Το T6 πρέπει να τροφοδοτείται μόνο με πολύ χαμηλή τάση ασφαλείας σύμφωνα με τη σήμανση του προϊόντος. 

Ειδοποιήσεις ασφαλείας

ΤΥΠΟΣ / ΒΑΘΜΟΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ	ΤΑΞΙΝΟΜΗΣΗ / ΠΡΟΣΔΙΟΡΙΣΜΟΣ / ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΕΙΣ	ΣΥΜΒΟΛΟ
Τύπος προστασίας από ηλεκτροπληξία	Εξοπλισμός κλάσης II	
Βαθμός προστασίας από ηλεκτροπληξία	Εξάρτημα εφαρμογής τύπου B	
Βαθμός προστασίας από την εισχώρηση υγρών	Δεν παρέχεται προστασία	Δ/I
Βαθμός ασφάλειας παρουσία εύφλεκτου αναισθητικού μείγματος με αέρα ή με οξυγόνο ή υποξειδίου του αζώτου	Δεν ενδείκνυται	Δ/I
Τρόπος λειτουργίας	Συνεχής	Δ/I
Πληροφορίες σχετικά με ενδεχόμενες ηλεκτρομαγνητικές ή άλλες παρεμβολές και συμβουλές σχετικά με την αποφυγή τους	Το Καθιστό Ελλειπτικό Μηχάνημα NuStep® T6 χρησιμοποιεί ηλεκτρομαγνητική ενέργεια και ενέργεια ραδιοσυχνοτήτων μόνο για την εσωτερική λειτουργία του. Συνεπώς, οι ηλεκτρομαγνητικές εκπομπές και οι εκπομπές ραδιοσυχνοτήτων είναι πολύ χαμηλές και δεν είναι πιθανό να προκαλέσουν παρεμβολές σε παρακείμενο ηλεκτρονικό εξοπλισμό.	Δ/I
Προειδοποιήσεις και πίνακες ΗΜΣ που απαιτούνται από το IEC 60601-1-2	Βλέπε πίνακες ΗΜΣ.	Δ/I

Ειδοποιήσεις ασφαλείας

ΤΥΠΟΣ / ΒΑΘΜΟΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ	ΤΑΞΙΝΟΜΗΣΗ / ΠΡΟΣΔΙΟΡΙΣΜΟΣ / ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΕΙΣ	ΣΥΜΒΟΛΟ
Προσδιορισμός τυχόν κινδύνων που συνδέονται με την απόρριψη αποβλήτων και υπολειμμάτων, συμπεριλαμβανομένης της απόρριψης του ίδιου του εξοπλισμού στο τέλος της ωφέλιμης ζωής του.	Το Καθιστό Ελλειπτικό Μηχάνημα NuStep T6 περιέχει ηλεκτρονικά κυκλώματα και μια μπαταρία κερματοειδών στοιχείων που ενδέχεται να απαιτούν συμμόρφωση με συγκεκριμένες τοπικές διαδικασίες απόρριψης ή ανακύκλωσης.	
Προδιαγραφές περιβαλλοντικών συνθηκών μεταφοράς και αποθήκευσης (αναγράφονται επίσης στο εξωτερικό της συσκευασίας).	Το Καθιστό Ελλειπτικό Μηχάνημα NuStep T6 μπορεί να: α) μεταφέρεται και αποθηκεύεται με ασφάλεια σε αυτές τις συνθήκες -10° έως 50°C, ≤ 95% υγρασία χωρίς συμπύκνωση, 20 έως 107 kPa β) λειτουργεί σε αυτές τις συνθήκες 5° έως 40°C, ≤ 85% υγρασία χωρίς συμπύκνωση, 60 έως 107 kPa.	Δ/Ι
Ένδειξη ότι ο εξοπλισμός βρίσκεται υπό τάση.	Όταν το T6 είναι συνδεδεμένο στην πρίζα και δεν χρησιμοποιείται, η ένδειξη λειτουργίας αναμονής στο μπροστινό μέρος της κονσόλας παραμένει αναμμένη.	Δ/Ι

Πίνακες ΗΜΣ

Καθοδήγηση και δήλωση του κατασκευαστή – Ηλεκτρομαγνητικές εκπομπές		
Το μοντέλο NuStep T6 προορίζεται για χρήση στο ηλεκτρομαγνητικό περιβάλλον που καθορίζεται παρακάτω. Ο πελάτης ή ο χρήστης του μοντέλου NuStep T6 θα πρέπει να διασφαλίσει ότι η χρήση γίνεται σε τέτοιο περιβάλλον. Το προϊόν δεν περιλαμβάνει χαρακτηριστικά και λειτουργίες ουσιωδών επιδόσεων.		
Δοκιμή εκπομπών	Συμμόρφωση	Ηλεκτρομαγνητικό περιβάλλον – Καθοδήγηση
Εκπομπές ραδιοσυχνοτήτων CISPR 11	Ομάδα 1	Το μοντέλο NuStep T6 χρησιμοποιεί ενέργεια ραδιοσυχνοτήτων μόνο για την εσωτερική λειτουργία του. Συνεπώς, οι εκπομπές ραδιοσυχνοτήτων είναι πολύ χαμηλές και δεν είναι πιθανό να προκαλέσουν παρεμβολές σε παρακείμενο ηλεκτρονικό εξοπλισμό.
Εκπομπές ραδιοσυχνοτήτων CISPR 11	Κλάση Β	Το μοντέλο NuStep T6 είναι κατάλληλο για χρήση σε όλες τις εγκαταστάσεις.
Αρμονικές εκπομπές IEC 61000-3-2	Δεν ισχύει	
Εκπομπές διακυμάνσεων τάσης/ τρεμοσβήματος IEC 61000-3-3	Δεν ισχύει	

Πίνακες ΗΜΣ

Πίνακας 2 – Καθοδήγηση και δήλωση ΚΑΤΑΣΚΕΥΑΣΤΗ – Ηλεκτρομαγνητική ΑΤΡΩΣΙΑ – Για όλες τις ΙΑΤΡΙΚΕΣ ΗΛΕΚΤΡΙΚΕΣ ΣΥΣΚΕΥΕΣ και τα ΙΑΤΡΙΚΑ ΗΛΕΚΤΡΙΚΑ ΣΥΣΤΗΜΑΤΑ

Καθοδήγηση και δήλωση του κατασκευαστή – Ηλεκτρομαγνητική ατρωσία			
Το μοντέλο NuStep T6 προορίζεται για χρήση στο ηλεκτρομαγνητικό περιβάλλον που καθορίζεται παρακάτω. Ο πελάτης ή ο χρήστης του μοντέλου NuStep T6 θα πρέπει να διασφαλίσει ότι η χρήση γίνεται σε τέτοιο περιβάλλον.			
Δοκιμή ατρωσίας	IEC 60601 Επίπεδο δοκιμής	Επίπεδο συμμόρφωσης	Ηλεκτρομαγνητικό περιβάλλον – Καθοδήγηση
Ηλεκτροστατική εκφόρτιση (ESD) IEC 61000-4-2	± 8 kV μέσω επαφής ± 15 kV μέσω αέρα	± 4 kV μέσω επαφής ± 8 kV μέσω αέρα (Βλέπε σημείωση 1)	Τα δάπεδα πρέπει να είναι από ξύλο, σκυρόδεμα ή κεραμικά πλακάκια. Αν τα δάπεδα είναι καλυμμένα με συνθετικό υλικό, η σχετική υγρασία θα πρέπει να είναι τουλάχιστον 30%.
Γρήγορο ηλεκτρικό μεταβατικό φαινόμενο/ απότομη εκφόρτιση IEC 61000-4-4	± 2kV για τις γραμμές τροφοδοσίας	± 2kV για τις γραμμές τροφοδοσίας	Η ποιότητα της ηλεκτρικής ενέργειας του δικτύου θα πρέπει να είναι αυτή ενός τυπικού περιβάλλοντος εμπορικών ή νοσοκομειακών εγκαταστάσεων.
Κρουστική υπέρταση IEC 61000-4-5	± 1 kV διαφορικής λειτουργίας ± 2 kV κοινής λειτουργίας	± 1 kV διαφορικής λειτουργίας ± 2 kV κοινής λειτουργίας	Η ποιότητα της ηλεκτρικής ενέργειας του δικτύου θα πρέπει να είναι αυτή ενός τυπικού περιβάλλοντος εμπορικών ή νοσοκομειακών εγκαταστάσεων.
Βυθίσεις τάσης, βραχυπρόθεσμες διακοπές και διακυμάνσεις τάσης στη γραμμή εισόδου της τροφοδοσίας ρεύματος IEC 61000-4-11	0% UT, 0,5 κύκλοι 0% UT, 1 κύκλος 70% UT, 25/30 κύκλοι 0% UT, 250/300 κύκλοι	0% UT, 0,5 κύκλοι 0% UT, 1 κύκλος 70% UT, 25/30 κύκλοι 0% UT, 250/300 κύκλοι	Η ποιότητα της ηλεκτρικής ενέργειας του δικτύου θα πρέπει να είναι αυτή ενός τυπικού περιβάλλοντος εμπορικών ή νοσοκομειακών εγκαταστάσεων. Αν ο χρήστης του Καθιστού Ελλειπτικού Μηχανήματος NuStep® T6 απαιτεί συνεχή λειτουργία κατά τη διάρκεια τυχόν διακοπών ρεύματος, το Καθιστό Ελλειπτικό Μηχάνημα NuStep® T6 θα τροφοδοτείται από τις εσωτερικές μπαταρίες του.
Συχνότητα ισχύος (50/60 Hz) Μαγνητικό πεδίο IEC 61000-4-8	30 A/m	30 A/m	Τα μαγνητικά πεδία συχνότητας ισχύος θα πρέπει να βρίσκονται σε επίπεδα χαρακτηριστικά μιας τυπικής θέσης σε τυπικό περιβάλλον εμπορικών ή νοσοκομειακών εγκαταστάσεων.
ΣΗΜΕΙΩΣΗ 1 Τυχόν υψηλότερα επίπεδα ESD δεν θα έχουν καμία επίδραση στη βασική ασφάλεια ή στις ουσιώδεις επιδόσεις. (Βλέπε: Καθοδήγηση και δήλωση του κατασκευαστή – Ηλεκτρομαγνητικές εκπομπές) ΣΗΜΕΙΩΣΗ 2 U_T είναι η τάση του δικτύου εναλλασσόμενου ρεύματος πριν από την εφαρμογή του επιπέδου δοκιμής.			

Πίνακες ΗΜΣ

Πίνακας 3 – Καθοδήγηση και δήλωση ΚΑΤΑΣΚΕΥΑΣΤΗ – Ηλεκτρομαγνητική ΑΤΡΩΣΙΑ – Για όλες τις ΙΑΤΡΙΚΕΣ ΗΛΕΚΤΡΙΚΕΣ ΣΥΣΚΕΥΕΣ και τα ΙΑΤΡΙΚΑ ΗΛΕΚΤΡΙΚΑ ΣΥΣΤΗΜΑΤΑ που δεν ΥΠΟΣΤΗΡΙΖΟΥΝ ΖΩΤΙΚΕΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΕΣ

Καθοδήγηση και δήλωση του κατασκευαστή – Ηλεκτρομαγνητική ατρωσία			
Το μοντέλο NuStep T6 προορίζεται για χρήση στο ηλεκτρομαγνητικό περιβάλλον που καθορίζεται παρακάτω. Ο πελάτης ή ο χρήστης του μοντέλου NuStep T6 θα πρέπει να διασφαλίσει ότι η χρήση γίνεται σε τέτοιο περιβάλλον.			
Δοκιμή ΑΤΡΩΣΙΑΣ	IEC 60601 ΕΠΙΠΕΔΟ ΔΟΚΙΜΗΣ	Επίπεδο συμμόρφωσης	Ηλεκτρομαγνητικό περιβάλλον – Καθοδήγηση
Αγώγιμες ραδιοσυχνότητες IEC 61000-4-6 Ακτινοβολούμενες ραδιοσυχνότητες IEC 61000-4-3	3 Vrms 150 kHz έως 80 MHz 3 V/m 80 MHz έως 2,7 GHz	3 Vrms 3 V/m	Ο φορητός και κινητός εξοπλισμός επικοινωνιών ραδιοσυχνοτήτων δεν πρέπει να χρησιμοποιείται σε απόσταση από οποιοδήποτε τμήμα του NuStep T6, συμπεριλαμβανομένων των καλωδίων, μικρότερη από τη συνιστώμενη απόσταση διαχωρισμού που υπολογίζεται από την εξίσωση που ισχύει για τη συχνότητα του πομπού. Συνιστώμενη απόσταση διαχωρισμού Δεν ισχύει $d = 1,2 \sqrt{P}$ 80 MHz έως 800 MHz $d = 2,3 \sqrt{P}$ 800 MHz έως 2,7 GHz Όπου P είναι η ονομαστική τιμή μέγιστης ισχύος εξόδου του πομπού σε Watt (W) σύμφωνα με τον κατασκευαστή του πομπού και d είναι η συνιστώμενη απόσταση διαχωρισμού σε μέτρα (m). Οι τιμές έντασης πεδίου από σταθερούς πομπούς ραδιοσυχνοτήτων, όπως προσδιορίζονται με επιτόπια ηλεκτρομαγνητική έρευνα^a, θα πρέπει να είναι μικρότερες από το επίπεδο συμμόρφωσης σε κάθε εύρος συχνοτήτων^β. Ενδέχεται να προκύψουν παρεμβολές κοντά σε εξοπλισμό που φέρει το παρακάτω σύμβολο: 
ΣΗΜΕΙΩΣΗ 1 Στα 80 MHz και 800 MHz, εφαρμόζεται το υψηλότερο εύρος συχνοτήτων. ΣΗΜΕΙΩΣΗ 2 Αυτές οι κατευθυντήριες οδηγίες ενδέχεται να μην ισχύουν για όλες τις καταστάσεις. Η διάδοση της ηλεκτρομαγνητικής ακτινοβολίας επηρεάζεται από την απορρόφηση και την αντανάκλαση σε κτήρια, αντικείμενα και άτομα. ΣΗΜΕΙΩΣΗ 3 Το προϊόν συμμορφώνεται με το πρότυπο IEC 60601-1-2 Κεφάλαιο 8.10 Πίνακας 9 για ατρωσία κοντά σε εξοπλισμό ασύρματων επικοινωνιών ραδιοσυχνοτήτων			
a. Οι τιμές έντασης πεδίου από σταθερούς πομπούς, όπως σταθμούς βάσης για ραδιοτηλέφωνα (κινητά/ασύρματα) και κινητές ραδιοεπικοινωνίες ξηράς, ερασιτεχνικούς ραδιοσταθμούς, ραδιοφωνικές μεταδόσεις σε AM και FM, δεν είναι δυνατόν να προβλεφθούν θεωρητικά με ακρίβεια. Για την εκτίμηση του ηλεκτρομαγνητικού περιβάλλοντος λόγω σταθερών πομπών ραδιοσυχνοτήτων, θα πρέπει να εξεταστεί το ενδεχόμενο διεξαγωγής επιτόπιας ηλεκτρομαγνητικής έρευνας. Αν η μετρούμενη ένταση πεδίου στη θέση, στην οποία χρησιμοποιείται το NuStep T6, υπερβαίνει το ισχύον επίπεδο συμμόρφωσης ραδιοσυχνοτήτων που αναφέρεται παραπάνω, το NuStep T6 θα πρέπει να τεθεί υπό παρακολούθηση για να επιβεβαιωθεί ότι λειτουργεί κανονικά. Αν παρατηρηθεί μη φυσιολογική λειτουργία, ενδέχεται να χρειαστεί να ληφθούν επιπλέον μέτρα, όπως η αλλαγή προσανατολισμού ή σημείου τοποθέτησης του NuStep T6. b. Στο εύρος συχνοτήτων 150 kHz έως 80 MHz, οι τιμές έντασης πεδίου θα πρέπει να είναι μικρότερες από 3 V/m.			

Συμμόρφωση US FCC και συμμόρφωση IEC/EN 55011

Δήλωση συμμόρφωσης US FCC:

Σημείωση: Αυτός ο εξοπλισμός υποβλήθηκε σε δοκιμή και διαπιστώθηκε ότι συμμορφώνεται με τα όρια για μια Ψηφιακή Συσκευή Κλάσης Β, σύμφωνα με το Μέρος 15 των Κανονισμών της Ομοσπονδιακής Επιτροπής Επικοινωνιών (FCC) των ΗΠΑ. Τα όρια αυτά έχουν σχεδιαστεί ώστε να παρέχουν εύλογη προστασία από επιβλαβείς παρεμβολές σε οικιακές εγκαταστάσεις. Ο εξοπλισμός αυτός παράγει, χρησιμοποιεί και μπορεί να παράγει ενέργεια ραδιοσυχνοτήτων και, αν δεν εγκατασταθεί και χρησιμοποιηθεί σύμφωνα με τις οδηγίες εγκατάστασης, μπορεί να προκαλέσει επιβλαβείς παρεμβολές στις ραδιοεπικοινωνίες. Ωστόσο, δεν υπάρχει καμία εγγύηση ότι δεν μπορεί να προκύψουν παρεμβολές σε μια συγκεκριμένη εγκατάσταση. Αν ο εξοπλισμός προκαλεί επιβλαβείς παρεμβολές στη ραδιοφωνική ή τηλεοπτική λήψη, οι οποίες μπορούν να διαπιστωθούν με την απενεργοποίηση και ενεργοποίηση του εξοπλισμού, ο χρήστης μπορεί να προσπαθήσει να διορθώσει τις παρεμβολές με ένα ή περισσότερα από τα παρακάτω μέτρα:

- Αλλαγή προσανατολισμού ή σημείου τοποθέτησης της κεραίας λήψης
- Αύξηση της απόστασης ανάμεσα στον εξοπλισμό και τον δέκτη
- Σύνδεση του εξοπλισμού σε μια πρίζα σε κύκλωμα διαφορετικό από αυτό στο οποίο είναι συνδεδεμένος ο δέκτης
- Επικοινωνία με τον αντιπρόσωπο ή έναν έμπειρο τεχνικό ραδιοφώνου/τηλεόρασης για βοήθεια

Δήλωση συμμόρφωσης IEC/EN 55011:

Η συσκευή αυτή συμμορφώνεται με το πρότυπο IEC/EN 55011, Ομάδα 1, Κλάση Β. Η Ομάδα 1 περιλαμβάνει όλο τον εξοπλισμό ISM στον οποίο παράγεται ή/και χρησιμοποιείται σκόπιμα αγωγίμα συνδεδεμένη ενέργεια ραδιοσυχνοτήτων, η οποία είναι απαραίτητη για την εσωτερική λειτουργία του ίδιου του εξοπλισμού. Ο εξοπλισμός κλάσης Β είναι κατάλληλος για χρήση σε οικιακές εγκαταστάσεις και εγκαταστάσεις απευθείας συνδεδεμένες στο δίκτυο χαμηλής τάσης που τροφοδοτεί κτήρια, τα οποία χρησιμοποιούνται για σκοπούς κατοικίας.

Εμπορικά σήματα

Η εμπορική ονομασία και τα λογότυπα Bluetooth® αποτελούν καταχωρημένα εμπορικά σήματα που ανήκουν στην SIG, Inc. και κάθε χρήση αυτών των σημάτων από την NuStep, LLC γίνεται κατόπιν άδειας. Άλλα εμπορικά σήματα και εμπορικές ονομασίες ανήκουν στους αντίστοιχους κατόχους τους.

Προβλεπόμενος σκοπός και χρήση

Προβλεπόμενος σκοπός

Το καθιστό ελλειπτικό μηχάνημα NuStep® είναι μια συσκευή θεραπευτικής γυμναστικής.

Προβλεπόμενη χρήση

Το καθιστό ελλειπτικό μηχάνημα μπορεί να χρησιμοποιηθεί για τη βελτίωση της αερόβιας φυσικής κατάστασης, της δύναμης και της αντοχής. Το καθιστό ελλειπτικό μηχάνημα περιλαμβάνει τα ακόλουθα χαρακτηριστικά και λειτουργίες ώστε να βοηθάει τα άτομα με κινητικές ή γνωστικές δυσκολίες:

- περιστρεφόμενο κάθισμα
- υποβραχιόνια
- StrideLock®
- ιμάντες σταθεροποίησης
- καθιστή θέση άσκησης
- ετερόπλευρη κίνηση άσκησης

Υπό την καθοδήγηση και την επίβλεψη γιατρού ή/και φυσικοθεραπευτή, το καθιστό ελλειπτικό μηχάνημα μπορεί να χρησιμοποιείται για σκοπούς θεραπευτικής γυμναστικής από ασθενείς με καρδιακά ή καρδιαγγειακά προβλήματα, καθώς και από ασθενείς που υποβάλλονται σε φυσικοθεραπεία. Ο γιατρός ή/και ο φυσικοθεραπευτής που είναι υπεύθυνος για τη φροντίδα του ασθενούς θα πρέπει να αξιολογεί τα οφέλη και τους κινδύνους από τη χρήση του καθιστού ελλειπτικού μηχανήματος για σκοπούς θεραπευτικής γυμναστικής πριν από κάθε χρήση, ώστε να διασφαλίζει ότι η επιλεγμένη μορφή χρήσης είναι κατάλληλη και εύλογη.

Προβλεπόμενος χειριστής

Οι προβλεπόμενοι χειριστές είναι εξειδικευμένοι επαγγελματίες υγείας που έχουν εκπαιδευτεί με βάση τις πληροφορίες που παρέχονται στο εγχειρίδιο χρήστη του καθιστού ελλειπτικού μηχανήματος. Ο ασθενής ή ο ασκούμενος δεν είναι ο προβλεπόμενος χειριστής, αλλά ο προβλεπόμενος χειριστής μπορεί να επιτρέψει στον ασθενή ή τον ασκούμενο να χειρίζεται το καθιστό ελλειπτικό μηχάνημα σύμφωνα με τις οδηγίες του εγχειριδίου χρήστη του προϊόντος. Η ευθύνη για τη λειτουργία του καθιστού ελλειπτικού μηχανήματος βαρύνει πάντοτε τον προβλεπόμενο χειριστή.

Προβλεπόμενη τοποθεσία

Το καθιστό ελλειπτικό μηχάνημα είναι κατάλληλο για χρήση στους παρακάτω χώρους:

- κλινικές φυσικοθεραπείας
- κλινικές καρδιοπνευμονικής αποκατάστασης
- κλινικές αθλητιατρικής
- κέντρα γενικής ευεξίας



Σημείωση:

Τυχόν σοβαρά περιστατικά που προκύπτουν σε σχέση με αυτό το προϊόν θα πρέπει να αναφέρονται στη NuStep, LLC, στον προαναφερθέντα Εξουσιοδοτημένο Αντιπρόσωπο Ευρώπης και στην αρμόδια αρχή της ΕΕ του κράτους μέλους στο οποίο είναι εγκατεστημένος ο χρήστης. Η αναμενόμενη διάρκεια ζωής αυτού του προϊόντος είναι δέκα χρόνια.

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



Οι πληροφορίες στο παρόν εγχειρίδιο είναι οι πλέον ενημερωμένες κατά τη στιγμή της εκτύπωσης. Λόγω της δέσμευσής μας για συνεχή βελτίωση, οι προδιαγραφές και οι περιγραφές ενδέχεται να αλλάξουν χωρίς προειδοποίηση. Δεν επιτρέπεται η αναπαραγωγή ή η μετάδοση κανενός μέρους του παρόντος εγχειριδίου σε οποιαδήποτε μορφή ή με οποιοδήποτε μέσο, ηλεκτρονικό ή μηχανικό, για οποιονδήποτε σκοπό χωρίς τη ρητή γραπτή άδεια της NuStep, LLC.

© Copyright Απρίλιος 2021 NuStep, LLC.

Τα σήματα NuStep® και Transforming Lives® αποτελούν καταχωρημένα εμπορικά σήματα της NuStep, LLC.

Εγχειρίδιο PN 52534-01 T6 Εγχειρίδιο χρήστη, Αναθ. Α

