

NuStep[®] T5/T5^{XR}

Горизонтальный кросс-тренажер

руководство по эксплуатации



Transforming Lives[®]

Содержание

Введение	4
Инструкции по технике безопасности	5–6
Установка и размещение	7
Использование адаптера переменного тока	8
Обзор характеристик T5	9
T5 StrideLock®	10
1–2–3 и готово!	11–12
Правильное положение во время занятий и управление поворотным сиденьем.....	13
Управление дорсальной/плантарной pedalью	14
Работа с консолью	15
Обзор программ	16–19
Просмотр и экспорт данных.....	20–21
Сохранение данных.....	22
Отслеживание пользователей.....	23
Дополнительные функции	24
Режим менеджера.....	25–26
Профилактическое обслуживание, поиск и устранение неисправностей.....	27
Информация о серийном номере	28
Нормативная информация на этикетке.....	28
Получение обслуживания и деталей клиентом	29
Информация о гарантии	29
Технические данные.....	30
Замена батареек.....	31
Уведомления о безопасности.....	32–33
Таблицы ЭМС.....	34–36
Соответствие требованиям FCC США и IEC/EN 55011.....	37
Приложение А.....	38

Введение

Благодарим вас за покупку горизонтального кросс-тренажера NuStep T5 или T5^{XR}, последней инновации в области кардиоваскулярного фитнес-оборудования от компании NuStep, LLC.

Кросс-тренажеры T5 и T5^{XR} подходят для лечебной физкультуры, сердечно-легочной реабилитации, спортивной медицины и общей физической подготовки.

T5 и T5^{XR} являются важной вехой в непрерывном стремлении компании NuStep к развитию, удовлетворению потребностей клиентов и лучшему в своем классе качеству. Будучи компанией, ориентированной на потребителя, NuStep обратилась к своим клиентам, включая медицинских работников, экспертов по фитнесу и домашних пользователей, за советом о том, какие функции включить в изделие. T5 и T5^{XR} — конечный результат этой ценной обратной связи.

Новые и улучшенные основные характеристики моделей T5 и T5^{XR} включают:

- Усовершенствованный эргономичный дизайн.
- Более плавное шаговое движение.
- Бесшумная электронная система торможения с 15 уровнями сопротивления и повышенной точностью.
- Увеличенная и более низкая проходная зона для более удобной посадки и высадки.
- Более просторное и удобное сиденье, которое поворачивается на 360° для посадки и высадки со всех сторон.
- Большой цветной монитор с ярким изображением и возможностью использования нескольких языков.
- Более широкий выбор тренировочных программ, включая следующие: «Быстрый старт», «Ручная», «Профили» и «Тренировка с партнером».
- Увеличенная грузоподъемность: 500 фунтов (модель T5) или 600 фунтов (модель T5^{XR}).
- Педали увеличенного размера с амортизацией (модели T5 и T5^{XR}), а также функция дорсального/плантарного сгибания (дополнительная функция).

Являясь родоначальником горизонтальных кросс-тренажеров, NuStep — лидер в разработке безопасных, эффективных и простых в использовании систем для тренировки всего тела. Наша продукция используется в медицинских учреждениях, оздоровительных центрах и домах престарелых по всему миру, и миллионы пользователей NuStep изменили свою жизнь благодаря упражнениям — даже когда они не могли использовать другие тренажеры.

Спасибо за ваш бизнес и добро пожаловать в нашу постоянно расширяющуюся сеть пользователей NuStep.

Инструкции по технике безопасности

	 ОСТОРОЖНО	 ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ
Это символ предупреждения о безопасности. Он используется для привлечения внимания к инструкциям, касающимся личной безопасности. Прочитайте и соблюдайте все сообщения по технике безопасности, которые следуют за этим символом, чтобы избежать возможных травм или смерти в результате неправильного использования.	Информация с пометкой «ОСТОРОЖНО» указывает на потенциально опасную ситуацию, которая, если ее не предотвратить, может привести к травмам легкой или средней тяжести. Она также может использоваться для предупреждения о небезопасных методах использования.	ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ указывает на потенциально опасную ситуацию, которая, если ее не предотвратить, может привести к смерти или серьезным травмам.

 ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ
Не модифицируйте данное оборудование без разрешения производителя. Используйте данное оборудование только по назначению, как описано в данном руководстве. Не используйте дополнительное оборудование, не рекомендованное производителем. Никогда не используйте это оборудование, если у него повреждены шнур или вилка. Держите шнур вдали от нагретых поверхностей. Держите изделие вдали от тепла, искр, открытого огня и горячих поверхностей. Никогда не роняйте и не вставляйте никакие предметы в отверстия. Не используйте на открытом воздухе. В результате неправильных или чрезмерных тренировок может быть нанесен вред здоровью. Системы мониторинга сердечного ритма могут быть неточными. Чрезмерная нагрузка может привести к серьезным травмам или смерти. Если вы почувствуете слабость, немедленно прекратите занятия. Следует избегать использования данного оборудования рядом с другим оборудованием или на нем, поскольку это может привести к неправильной работе. Портативное оборудование радиочастотной связи (включая периферийные устройства, такие как антенные кабели и внешние антенны) следует использовать на расстоянии не ближе 30 см (12 дюймов) к любой части данного изделия, включая кабели. В противном случае это может привести к ухудшению характеристик данного оборудования.

Инструкции по технике безопасности



ОСТОРОЖНО

Перед началом любой программы упражнений обратитесь к своему врачу.

Если у вас есть инвалидность или медицинские показания, требуется наблюдение.

Прекратите занятия, если во время использования этого изделия вы почувствуете слабость или головокружение, и обратитесь за медицинской помощью или консультацией.

Используйте это изделие только по указанию вашего врача, если у вас сердечные заболевания, гипертония, диабет, респираторные заболевания, любые другие медицинские проблемы, или если вы беременны.

Люди с ограниченными физическими, сенсорными или когнитивными возможностями или с недостаточным опытом и знаниями о данном изделии могут использовать это изделие при условии, что они находятся под присмотром лица, ответственного за их безопасность.

Прочитайте данное руководство перед началом использования этого изделия и сохраните его для дальнейшего использования.

При занятиях спортом всегда надевайте обувь и соответствующую одежду.

Не прикасайтесь к изделию и не держитесь за него участками тела с повреждениями кожи.

Не используйте это устройство, если оно повреждено или находится в нерабочем состоянии. Регулярно осматривайте изделие на отсутствие повреждений и признаков износа. Обеспечьте немедленную замену дефектных компонентов квалифицированными специалистами по обслуживанию.

Не проводите техническое обслуживание или ремонт данного изделия, пока оно находится в эксплуатации. Техническое обслуживание должно выполняться



ОСТОРОЖНО

квалифицированным обслуживающим персоналом.

Убедитесь, что положения сиденья и верхних рукоятей правильно настроены для вас.

Не переусердствуйте с вытягиванием руки при использовании этого изделия.

Не позволяйте детям пользоваться этим изделием.

Не используйте это изделие в присутствии детей и/или домашних животных.

Не подпускайте детей младше 13 лет к этому устройству.

Дисплеи пульса, энергии, MET и калорий не подходят для использования в тех случаях, когда здоровье и безопасность пациента зависят от точности этих параметров.

Максимально допустимый вес пользователя:

Модель T5 = 500 фунтов (227 кг)

Модель T5^{XR} = 600 фунтов (272 кг)

Не поднимайте это изделие самостоятельно. Модель T5/T5^{XR} очень тяжелая; она весит 298 фунтов (135 кг).

Во избежание травм или повреждения изделия всегда обращайтесь за помощью для перемещения этого изделия. Используйте правильные методы подъема.

Во избежание травм не просовывайте руки в любые отверстия крышки.

Для безопасной эксплуатации данного изделия поместите его на ровную, устойчивую поверхность. При необходимости отрегулируйте выравнивающие ножки.

Данное изделие предназначено для подключения к сети переменного тока только с помощью прилагаемого адаптера переменного тока.

**СОХРАНИТЕ ЭТИ
ИНСТРУКЦИИ.**

Установка и размещение

Распаковка и установка

Процедуры распаковки и установки при поставке T5/T5^{XR} описаны в соответствующих инструкциях по установке моделей T5/T5^{XR}. Эти инструкции по установке поставляются вместе с изделиями. Дополнительные копии данных документов можно получить по запросу в службе поддержки клиентов компании NuStep, LLC.

**ОСТОРОЖНО**

Модель T5/T5^{XR} очень тяжелая; она весит 298 фунтов (135 кг).

Во избежание травм или повреждения изделия всегда обращайтесь за помощью для перемещения данного изделия.

Используйте правильный метод подъема.

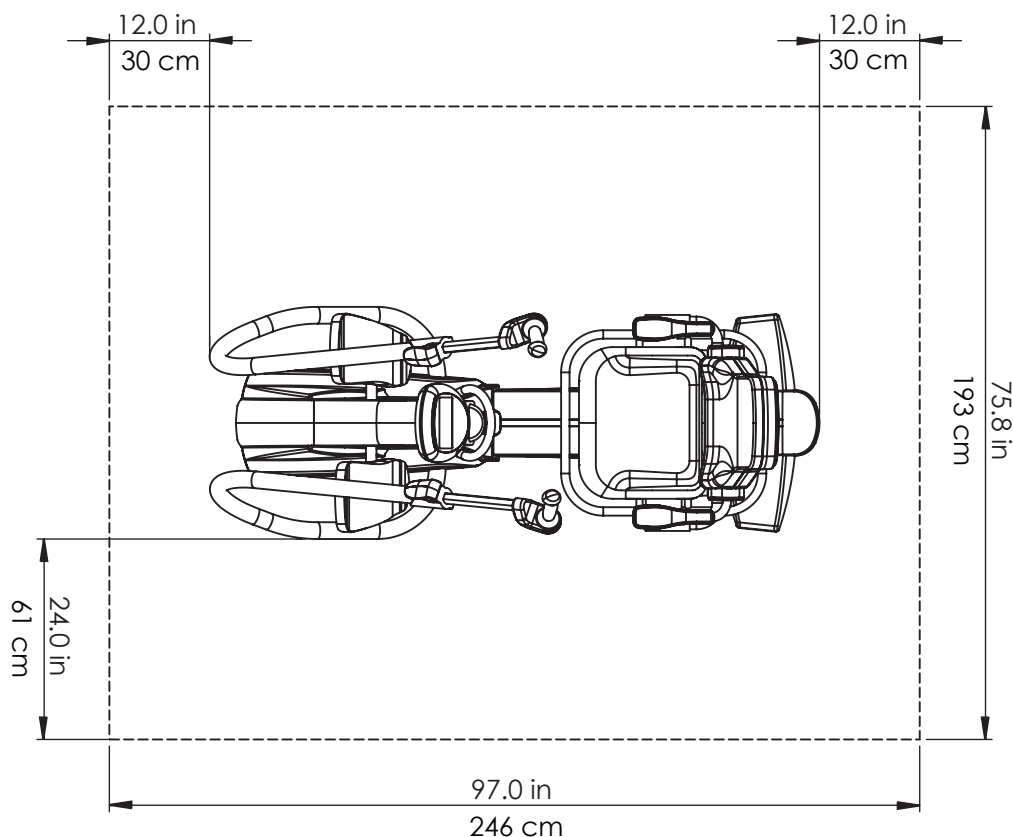
Размещение оборудования

Для обеспечения безопасной и эффективной работы вашего тренажера NuStep установите его на ровную, устойчивую поверхность. При необходимости отрегулируйте задние выравнивающие ножки.

Для дополнительной устойчивости и защиты пола установите горизонтальный кросс-тренажер на коврик для тренажеров, подобный коврику, продаваемому компанией NuStep, LLC.

Минимально необходимое свободное пространство вокруг оборудования составляет 24 дюйма (61 см) по бокам и 12 дюймов (30 см) спереди и сзади.

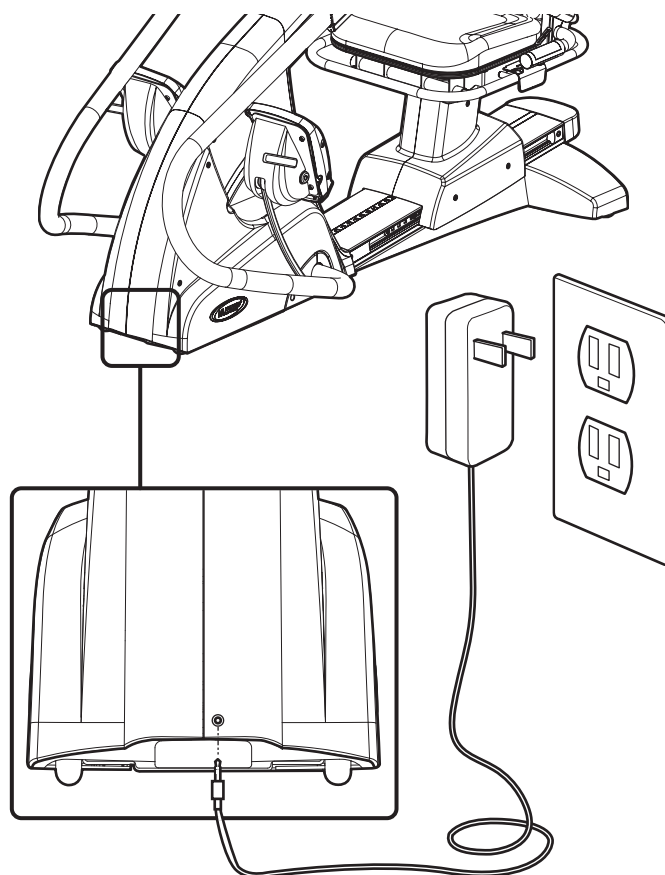
Дополнительное свободное пространство необходимо для обеспечения доступа инвалидов колясок.



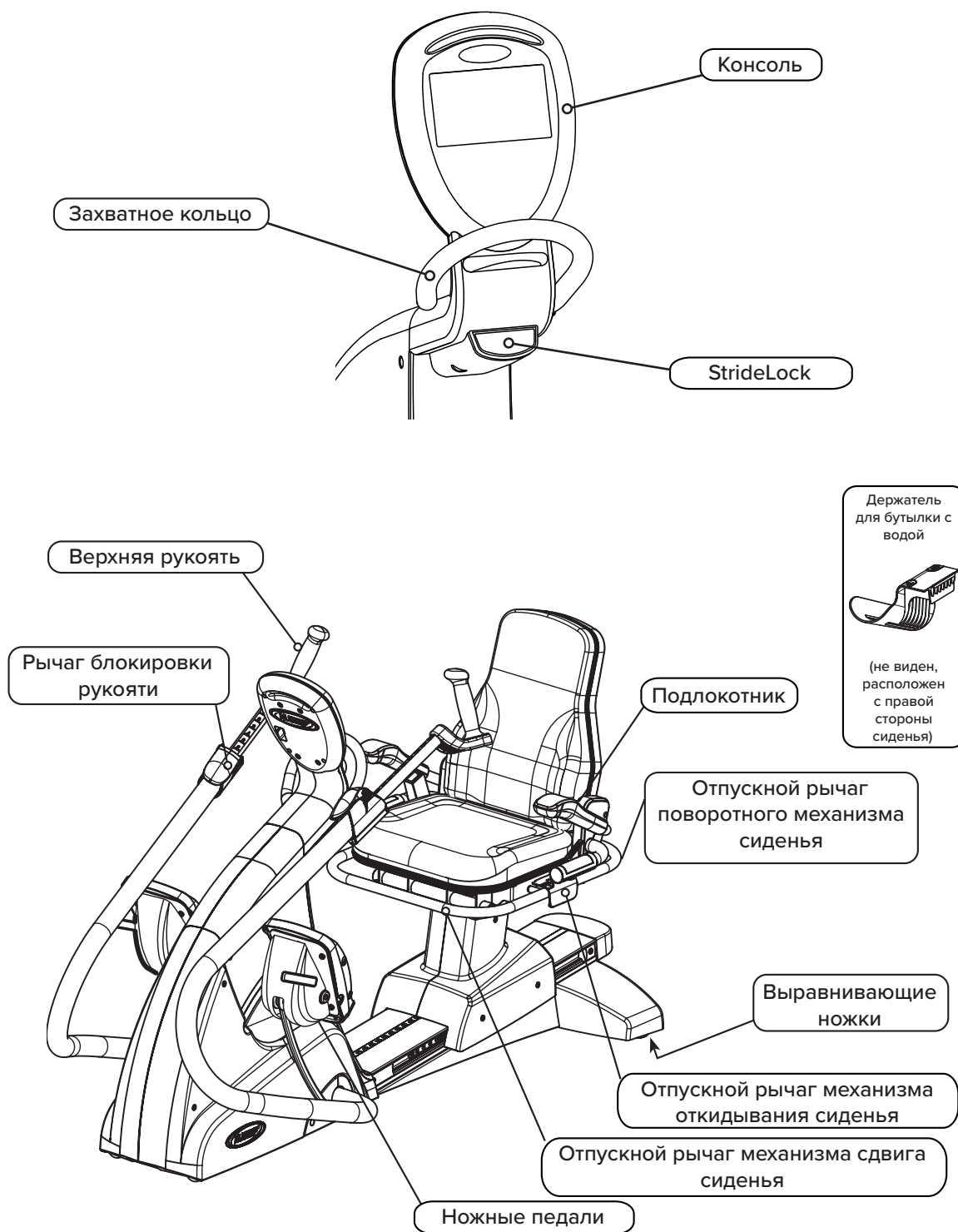
Использование адаптера переменного тока

T5/T5^{xr} имеет автономное питание и обычно не требует внешнего источника питания. Однако для обеспечения надлежащей работы оборудование должно быть подключено к сети с помощью прилагаемого адаптера переменного тока при низкой скорости работы (приблизительно 60 шагов в минуту или менее). Разъем адаптера переменного тока расположен на передней панели оборудования.

Технические характеристики адаптера приведены в разделе технических данных данного руководства.



Обзор характеристик T5*



* Характеристики зависят от модели и опций, выше показана модель T5^{XR}.

T5 StrideLock®

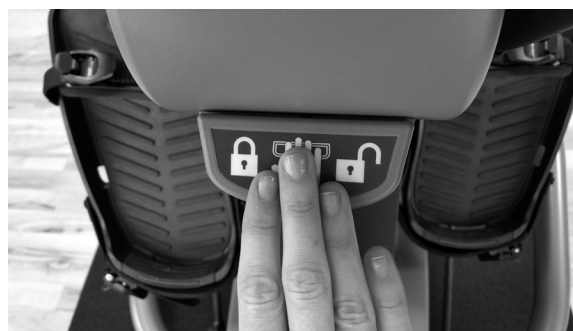
Функция NuStep StrideLock позволяет пользователям блокировать рукояти и педали тренажера T5. Блокировка рукоятей и педалей стабилизирует изделие, облегчая пользователям посадку и высадку. Блокировка рукоятей и педалей также облегчает регулировку сиденья и верхних рукоятей. Использование StrideLock рекомендуется при надевании дополнительных адаптивных аксессуаров, таких как система фиксации стопы и стабилизатор ноги. (Информацию о дополнительных аксессуарах можно найти на нашем сайте nustep.com.)

Чтобы использовать StrideLock, следуйте приведенным ниже инструкциям.

1. Установите рукояти и педали в желаемое положение, нажимая или вытягивая ручку одной из верхних рукоятей.



2. Чтобы заблокировать рукояти и педали, нажмите кнопку StrideLock. Убедитесь, что блокировка включена, нажав ручку верхней рукояти или потянув за нее.



3. Чтобы разблокировать рукояти и педали, еще раз нажмите кнопку StrideLock.



Примечание. Не пытайтесь заблокировать StrideLock во время движения рукоятей и педалей.

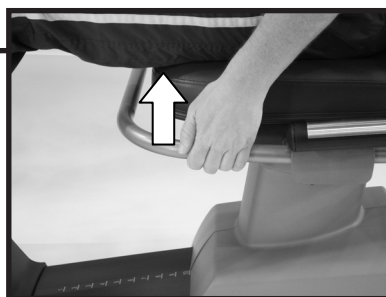
1–2–3 И ГОТОВО

Нажмите кнопку «Способы использования» на консоли, чтобы увидеть следующую информацию на экране консоли.

1. РЕГУЛИРОВКА РАССТОЯНИЯ ДО СИДЕНЬЯ



- Поднимите передний отпускной рычаг сиденья.
- Переместите сиденье, чтобы при практически полностью вытянутой ноге она лишь слегка изгибалась в колене.



2. РЕГУЛИРОВКА УГЛА НАКЛОНА СПИНКИ СИДЕНЬЯ (ТОЛЬКО ДЛЯ МОДЕЛИ T5^{XR})



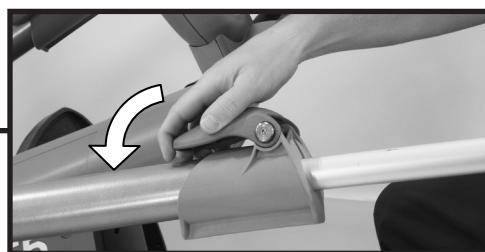
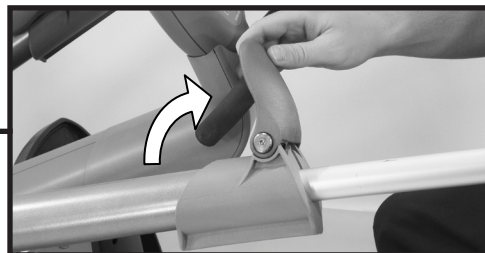
- Поднимите центральный рычаг наклона сиденья.
- Отрегулируйте спинку сиденья, чтобы занять удобное положение, и отпустите рычаг наклона сиденья.
- Возможен наклон до 12°.



1–2–3 И ГОТОВО

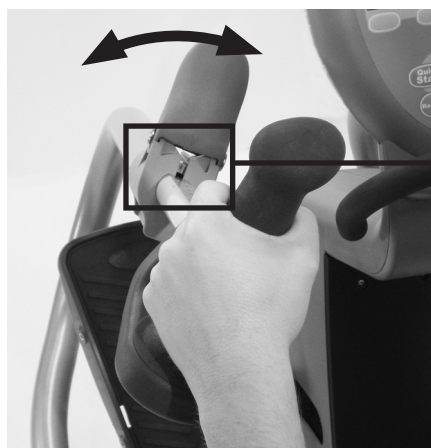
3А. РЕГУЛИРОВКА РАССТОЯНИЯ ДО РУКОЯТОК

- Поднимите синий отпускной рычаг на рукоятках, чтобы разблокировать ручки рукоятей.
- Отрегулируйте ручки так, чтобы локоть был слегка согнут при почти полностью вытянутой рукояти (для многих людей номер может совпадать с номером положения сиденья).
- Опустите синий отпускной рычаг вниз, чтобы зафиксировать его.



3В. РЕГУЛИРОВКА ПОВОРОТА РУКОЯТИ (ТОЛЬКО ДЛЯ МОДЕЛИ T5^{XR})

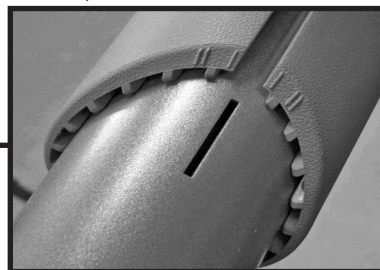
- Поднимите синий отпускной рычаг для разблокировки верхней рукояти и поверните рукоять (внутрь или наружу).
- Каждая цифра или щелчок означает поворот на 10 градусов. После установки опустите синий отпускной рычаг вниз для блокировки.



Вид пользователя



Вид врача



Правильное положение во время занятий на тренажере T5

После регулировки кросс-тренажера T5 при выполнении упражнений на вашем T5 ноги и руки должны слегка сгибаться при почти полном выдвижении.



ОСТОРОЖНО

В результате неправильного или чрезмерного использования может быть нанесен вред здоровью.

Убедитесь, что сиденье и рукояти установлены в биомеханически правильных положениях.

Не переусердствуйте с расстоянием досягаемости ног или рук.



Управление поворотным сиденьем

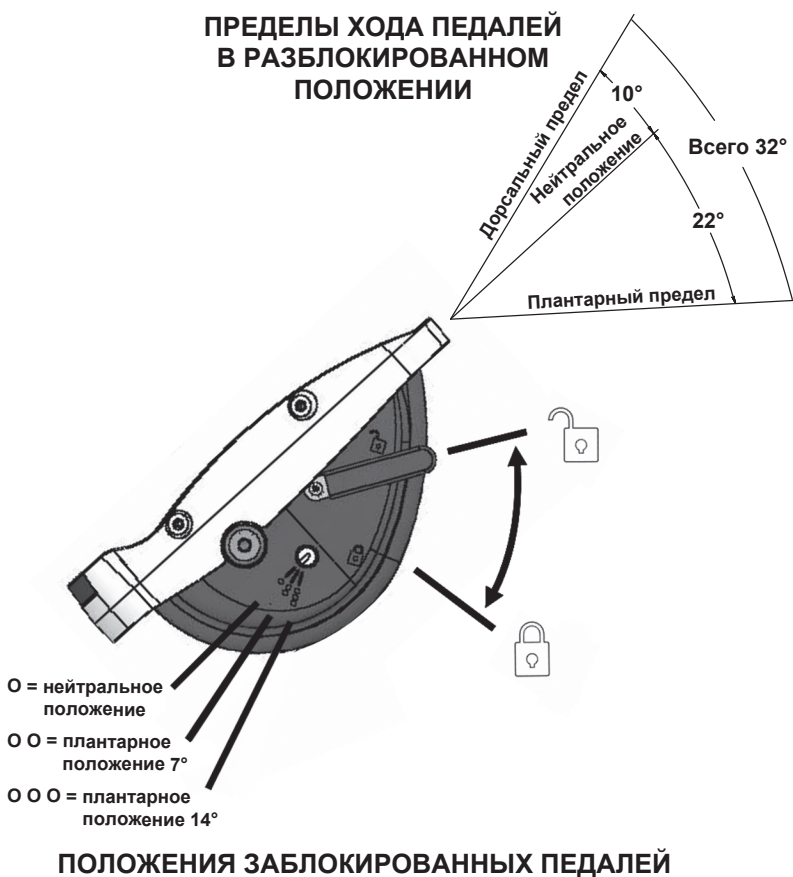
- Поднимите задний отпущной рычаг поворота.
- Поворачивайте сиденье в любую сторону, чтобы облегчить посадку и высадку.
- Сиденье может поворачиваться на 360° и фиксироваться через каждые 45°.

Примечание. В целях безопасности сиденье нельзя сдвигать вперед и назад, если оно не обращено вперед.



Управление дорсальной/плантарной педалью (дополнительная функция для моделей T5^{XR})

- Разблокируйте для дорсальной/плантарной работы.
- Зафиксируйте в любых трех положениях для установки угла.



Работа с консолью

Консоль NuStep T5 проста в использовании. Функция **автоматического включения/выключения** включает консоль, как только вы перемещаете ручки рукоятей или ножные педали, и автоматически выключается, когда вы прекращаете тренировку в течение трех минут

Консоль переходит непосредственно к программе **Быстрый старт**, когда вы перемещаете ручки рукоятей и ножные педали или нажимаете любую кнопку.

Чтобы изменить программу, нажмите кнопку **Изменить программу**.

A. Информационный центр:

Отображает данные тренировки пользователя и экраны настройки для ввода информации.

B. Экранные кнопки:

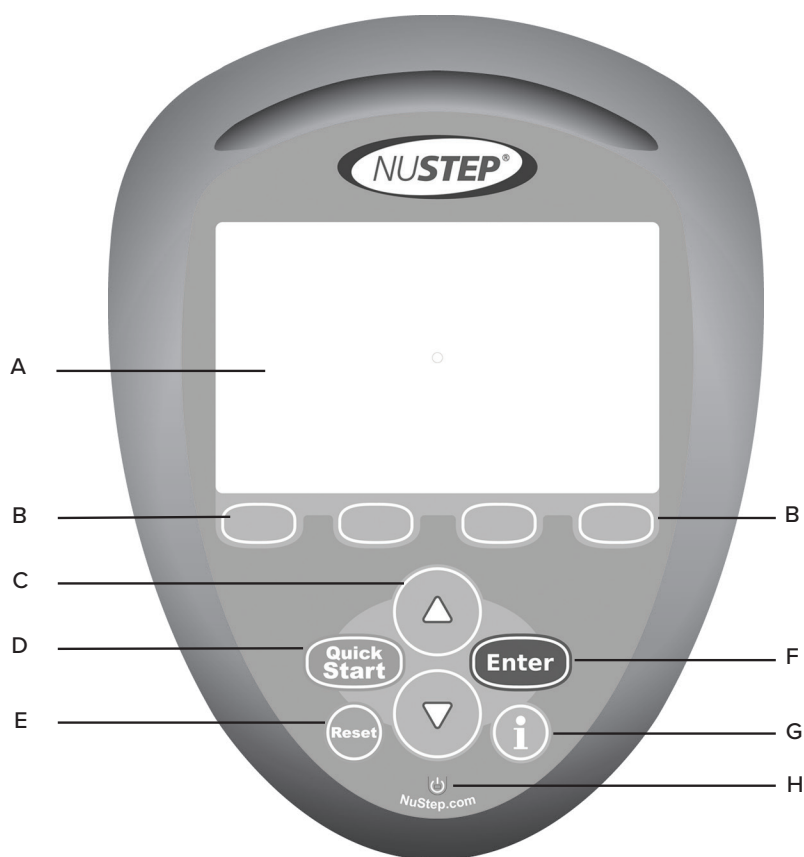
Выбирайте различные кнопки для изменения отображаемой информации или программ.

C. Кнопки со стрелками вверх и вниз:

Используйте стрелки вверх и вниз для корректировки значений или рабочей нагрузки. Нажмите и удерживайте кнопку вверх или вниз для ускорения прокрутки.

D. Быстрый старт:

Нажмите эту кнопку, чтобы напрямую войти в режим тренировки. Это позволит обойти любую настройку.



E. Сброс:

При выборе сброса происходит полный сброс, и полностью сбрасывается вся информация.

F. Ввод:

Нажимайте кнопку «Ввод» для ввода информации.

G. Информация:

Кнопка чувствительна к контексту и поясняет информацию на экране.

H. Индикатор питания в режиме ожидания:

Когда горизонтальные кросс-тренажеры T5 и T5^{XR} подключены к сети и не используются, индикатор питания в режиме ожидания мигает во время зарядки аккумулятора. Когда зарядка завершена, индикатор питания в режиме ожидания продолжает гореть, не мигая.

Обзор программ

Быстрый старт



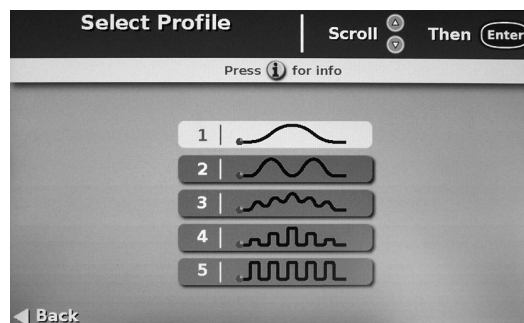
Эта программа автоматически запускается простым движением ручек рукоятей или ножных педалей. Это также позволяет обойтись без ввода информации о цели. Пользователь может вручную изменять нагрузку по своему усмотрению, используя кнопки со стрелками вверх и вниз.

Ручная



Эта программа очень похожа на программу «Быстрый старт». Однако она требует, чтобы пользователь ввел информацию о своем весе и цели. Пользователь также может ввести цель по времени, расстоянию или калориям.

Профили



В этой программе предусмотрено пять профилей для различных уровней интервальной тренировки.

Тренировка с партнером



Эта программа позволяет пользователю ввести значение партнера по темпу, основанное на MET, ваттах или количестве шагов в минуту (ШВМ). Затем пользователь «соревнуется» с партнером по темпу.

Обзор программ

Целевая частота сердечных сокращений (только для модели T5^{XR})¹



Эта программа регулирует нагрузку при выполнении упражнений, чтобы поддерживать частоту пульса пользователя в пределах диапазона целевой частоты сердечных сокращений (ЦЧСС). Перед началом тренировки пользователь вводит свою ЦЧСС. Диапазон целевой частоты сердечных сокращений рассчитывается на основе следующего уравнения: $[ЦЧСС = (220 - \text{возраст}) * X\%]$. Интенсивность упражнения регулируется переменной «X%». Нижний предел «X%» составляет 0,50, а верхний — 0,85. Уравнение целевой частоты сердечных сокращений и границы диапазона основаны на рекомендациях Американского колледжа спортивной медицины (ACSM) и Американской ассоциации сердца (АНА). Пользователь может регулировать параметр ЦЧСС в любое время во время тренировки. Фаза разминки длится до тех пор, пока пользователь не достигнет показателя ~10 ударов от целевого значения ударов в минуту (BPM). Примечание. При использовании этой программы необходимо надевать пояс с датчиком пульса Polar®¹.

¹ Пояс с датчиком пульса Polar не входит в комплект поставки для данного варианта программы.



ОСТОРОЖНО

Проконсультируйтесь с врачом для получения рекомендаций по диапазону ЦЧСС.

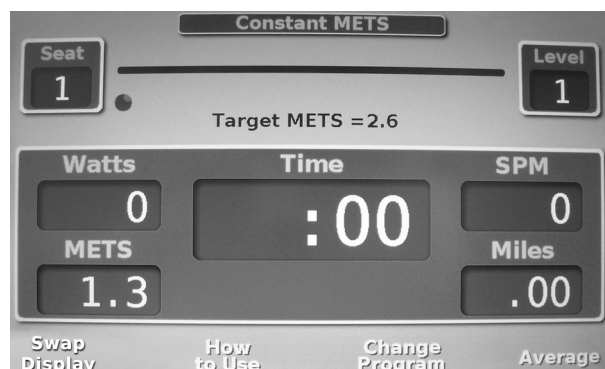
Постоянная скорость (изокинетика) (только для модели T5^{XR})



Эта программа помогает пользователям тренироваться с постоянной скоростью шага. Перед началом тренировки пользователь вводит желаемое количество шагов в минуту (ШВМ). Программа регулирует нагрузку, чтобы поддерживать скорость ШВМ пользователя на постоянном уровне. Если скорость шага пользователя превышает параметр ШВМ, нагрузка увеличивается. Если скорость шага пользователя падает ниже параметра ШВМ, нагрузка снижается. Пользователь может увеличивать или уменьшать ШВМ в любое время в процессе тренировки. Примечание: при очень быстрой или очень медленной скорости программа делает все возможное, чтобы поддерживать постоянную скорость шага пользователя, но есть предел ее возможностей, и всплывающие сообщения будут уведомлять пользователя при таких крайних значениях.

Обзор программ

Постоянная энергия (только для модели T5^{XR})



Эта программа позволяет пользователям тренироваться с постоянным усилием. Перед началом тренировки пользователь вводит желаемый уровень энергии или MET. Эта программа регулирует нагрузку в зависимости от скорости шага пользователя и длины шага, чтобы поддерживать постоянный уровень энергии или MET. Если скорость и сила шага пользователя приводят к уровню энергии/MET, превышающему заданный входной уровень, уровень нагрузки снижается. Если скорость и сила шага пользователя приводят к уровню энергии или MET ниже заданного входного значения, уровень нагрузки увеличивается. Пользователь может регулировать параметр энергии/MET в любое время в процессе тренировки. Примечание: предусмотрены всплывающие окна, которые предупреждают пользователя, если он идет слишком быстро и вырабатывает больше энергии, чем задано, или если он идет слишком медленно и вырабатывает меньше энергии, чем задано.

Протокол упражнений (только для модели T5^{XR})



Эти программы протоколов упражнений разработаны для применения в клинических условиях. Если данные программы включены, протоколы производят инкрементные изменения энергии каждые две минуты в режиме постоянной мощности в течение восьми этапов.

- Протокол mTBRS-XT предназначен для малоподвижных лиц и пациентов с инсультом.¹
- Протокол TBRS-XT предназначен для здоровых лиц в возрасте от 18 до 45 лет.²

Для включения этих программ требуется, чтобы они были включены в режиме менеджера в разделе «Протокол упражнений».

**ОСТОРОЖНО**

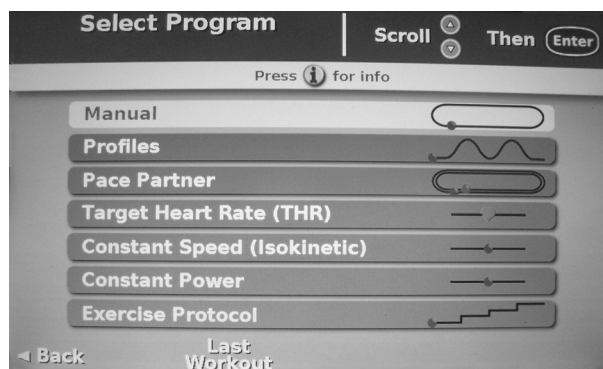
При использовании этого протокола требуется обеспечить медицинское наблюдение и соблюдение нормативов по нагрузочным тестам.

¹ Sandra A. Billinger, Benjamin Y. Tseng, Patricia M. Kluding, «Modified Total-Body Recumbent Stepper Exercise Test for Assessing Peak Oxygen Consumption in People With Chronic Stroke», Physical Therapy 88:10 (октябрь 2008 г.)

² Sandra A. Billinger, Janice K. Loudon, Byron J. Gajewski, «Validity Of A Total Body Recumbent Stepper Exercise Test To Assess Cardiorespiratory Fitness», Journal of Strength and Conditioning Research 22:5 (сентябрь 2008 г.)

Обзор программ

Домашний режим / последняя тренировка



Если данная функция включена, пользователи могут выбрать функцию «Последняя тренировка» на экране «Выбор программы», нажав вторую экранную кнопку. Это позволяет пользователям выбирать любую из последних шести тренировок. Любая выбранная тренировка будет идентична той, которая была выбрана во время соответствующей тренировки. Эта функция позволяет пользователю удобно выбирать предыдущую тренировку без повторного ввода данных. Чтобы включить данную функцию, ее необходимо включить в режиме менеджера в разделе «Домашний режим».

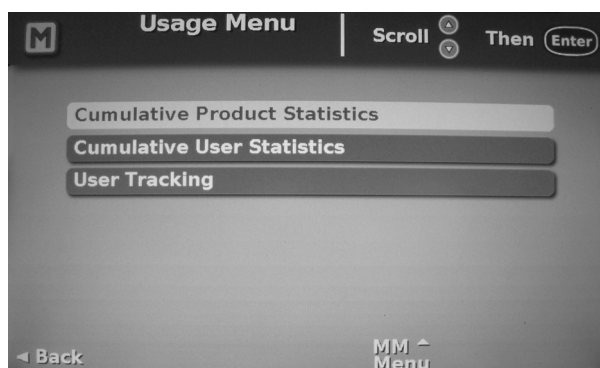
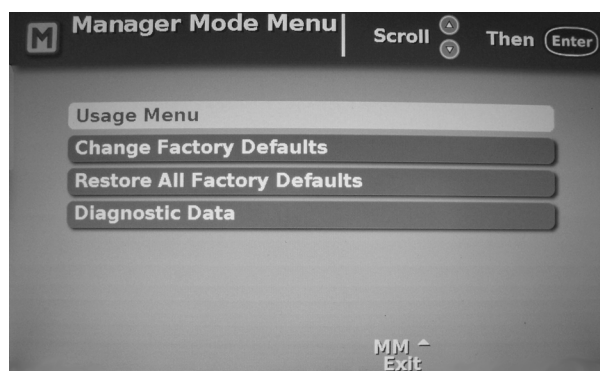
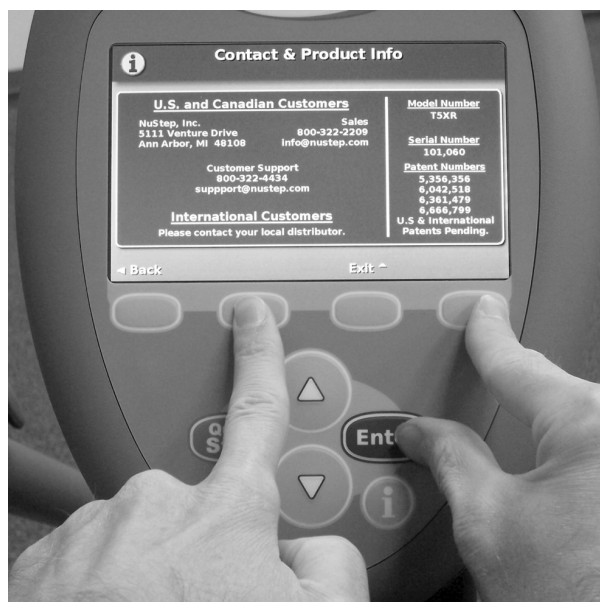
Просмотр и экспорт данных

Просмотр и экспорт данных об изделии и тренировках

В меню использования в режиме менеджера пользователи могут просмотреть сводную статистику по изделию, сводную статистику по пользователям и последние 200 индивидуальных тренировок пользователей. Доступ к меню использования возможен только из меню режима менеджера.

Чтобы войти в режим менеджера:

1. Нажмите экранную кнопку «Способы использования».
2. Нажимайте стрелку вниз до заголовка «Контактная информация и изделие», а затем нажмите кнопку «Ввод».
3. На экране «Контактная информация и изделие» одновременно нажмите и удерживайте вторую экранную кнопку, четвертую экранную кнопку и кнопку «Ввод» (как показано на иллюстрации).
4. Выберите «Меню использования» на экране «Меню режима менеджера».
5. Выберите «Сводная статистика по изделию», «Сводная статистика по пользователям» или «Отслеживание пользователей» для просмотра или экспорта данных.



Просмотр и экспорт данных

Экспорт данных

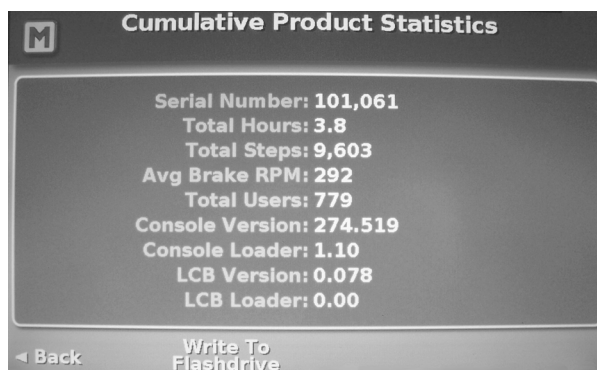
Сводные данные по изделию и использованию могут быть экспортированы как с экрана «Сводная статистика по изделию», так и с экрана «Сводная статистика по пользователям». Данные тренировок пользователей можно экспортировать с экранов «Отслеживание пользователей». Чтобы экспортировать данные:

1. Вставьте флэш-накопитель USB в заднюю часть консоли.
2. Перейдите к нужному экрану и нажмите *экранную кнопку «Запись на флэш-накопитель»*.



Сводная статистика по изделию

Экран сводной статистики по изделию предоставляет обзор использования изделия, включая версии программного обеспечения и объем использования изделия. К этому экрану также можно перейти с любого экрана тренировки, одновременно нажав и удерживая первую экранную кнопку и кнопку «Ввод».

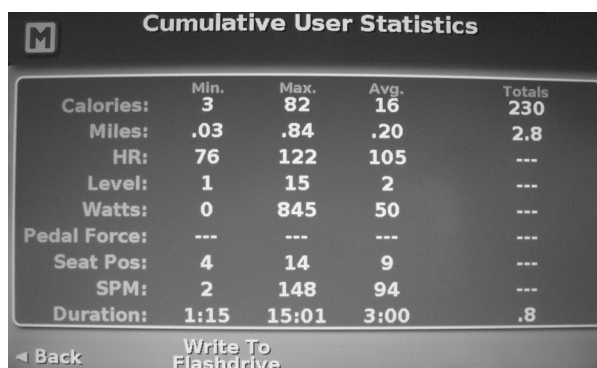


Serial Number:	101,061
Total Hours:	3.8
Total Steps:	9,603
Avg Brake RPM:	292
Total Users:	779
Console Version:	274.519
Console Loader:	1.10
LCB Version:	0.078
LCB Loader:	0.00

◀ Back Write To Flashdrive

Сводная статистика по пользователям

Экран сводной статистики по пользователям дает представление о том, как оборудование используется всеми пользователями.



	Min.	Max.	Avg.	Totals
Calories:	3	82	16	230
Miles:	.03	.84	.20	2.8
HR:	76	122	105	---
Level:	1	15	2	---
Watts:	0	845	50	---
Pedal Force:	---	---	---	---
Seat Pos:	4	14	9	---
SPM:	2	148	94	---
Duration:	1:15	15:01	3:00	.8

◀ Back Write To Flashdrive

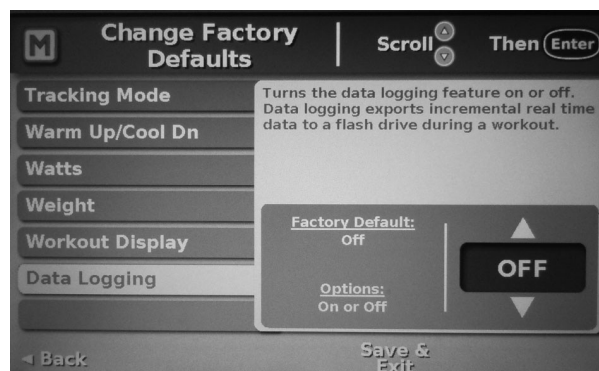
Запись данных в журнал

Запись данных в журнал

Функция записи данных в журнал предоставляет дополнительную возможность экспорта данных для пользователей T5/T5^{XR}. Если эта функция включена в режиме менеджера и флэш-накопитель установлен на задней панели консоли, инкрементные данные тренировок будут сохраняться на флэш-накопитель каждые 20 секунд. В любой момент времени пользователь может извлечь флэш-накопитель и загрузить данные на компьютер. Данные сохраняются на флэш-накопителе в виде текстового файла с разделителями-запятыми и именем user.txt.

Включение записи данных в журнал

Функцию записи данных в журнал необходимо включать в режиме менеджера.



Отслеживание пользователей

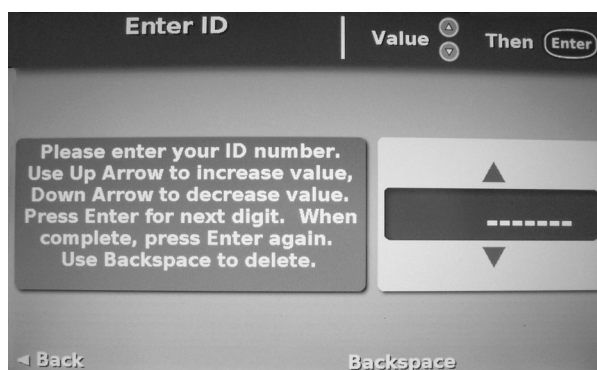
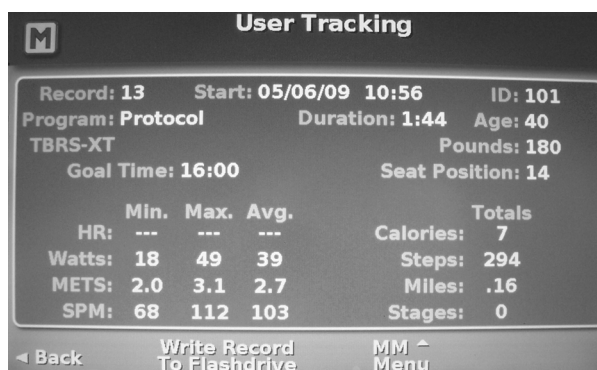
Отслеживание пользователей

Экран отслеживания пользователей позволяет пользователям просматривать и экспортировать данные о последних 200 индивидуальных тренировках. Примечание: эта функция всегда отслеживает последние 200 тренировок и хранит данные по принципу FIFO (первым пришел — первым ушел). Если вы хотите отслеживать данные о тренировках по какому-либо персональному идентификационному номеру (PIN), вы должны включить функцию отслеживания пользователей в режиме менеджера.

Чтобы просмотреть или экспортировать отдельные записи тренировок, прокрутите записи тренировок и выберите нужную запись. Записи тренировок содержат полную информацию о тренировке.

Включение отслеживания пользователей

Чтобы сделать отслеживание данных пользователей более конкретным и иметь возможность просмотра результатов, включите отслеживание пользователей в режиме менеджера. Это позволяет пользователям вводить персональный идентификационный номер (PIN), состоящий из шести цифр, перед каждой тренировкой. Данные их тренировок затем отслеживаются по этому PIN-коду. Пользователи, которые не хотят использовать PIN-код, когда включена функция отслеживания пользователей, могут просто дважды нажать кнопку «Ввод», чтобы обойти этот экран ввода перед тренировкой.



Дополнительные функции

Программирование во время тренировки

Эта функция позволяет пользователю менять программы в любое время в процессе тренировки. Примечание: тренировка должна длиться 60 секунд, а расстояние должно составлять 0,03 мили (0,05 км), если вы хотите перенести данные тренировки в другую программу; в противном случае она начнется с нуля. Примечание. Эта функция недоступна для программ протокола упражнений.

Режим экономии заряда батареи

Для экономии заряда батареи во время бездействия через две недели устройство перейдет в режим экономии заряда батареи. Чтобы вывести его из этого состояния, просто сделайте очень быстрый шаг на кросс-тренажере. Хотя эта функция является автоматической, тренажер можно перевести в данное состояние вручную, когда устройство выключено, нажав и удерживая любую кнопку в течение 10 секунд.

Кнопка средних показателей

При нажатии кнопки средних показателей на экране консоли в течение 6 секунд отображаются средние показатели тренировки. Затем консоль автоматически вернется к экрану тренировки, или вы можете нажать экранную кнопку продолжения тренировки, чтобы быстрее вернуться к экрану тренировки.

Нагрузка 0 (нуль)

Нагрузка 0 дает еще более низкий уровень нагрузки, чем нагрузка 1. Функция нагрузки 0 отображается и работает, только когда устройство подключено к розетке, и обеспечивает абсолютно минимальную доступную настройку нагрузки.

Возможность программирования с помощью флэш-накопителя

Для обновления до последней версии программного обеспечения загрузите новейшую версию на флэш-накопитель и вставьте его в заднюю часть консоли, когда тренажер T5 выключен. Включите устройство, и процесс перепрограммирования начнется автоматически. Не извлекайте флэш-накопитель до тех пор, пока подсказки не сообщат вам о завершении перепрограммирования.

Способы использования

Доступ ко всей информации осуществляется с помощью кнопки «Способы использования», доступной во время любой тренировки. Эта кнопка позволяет пользователю узнать, как использовать изделие. Примечание: также доступна контекстно-зависимая кнопка «i».

Режим менеджера

Режим менеджера позволяет уполномоченному персоналу изменять заводские настройки по умолчанию (см. список настроек по умолчанию на следующей странице).

Чтобы войти в режим менеджера:

1. Нажмите экранную кнопку «Способы использования».
2. Нажимайте стрелку вниз до заголовка «Контактная информация и информация об изделии», а затем нажмите кнопку «Ввод».

На экране «Контактная информация и информация об изделии»:

3. Одновременно нажмите и удерживайте 2-ю и 4-ю экранные кнопки, а затем нажмите «Ввод» (как показано на иллюстрации).



Меню использования

Просматривайте сводную статистику, версию встроенного программного обеспечения и данные тренировок пользователей.

Изменить заводские настройки по умолчанию

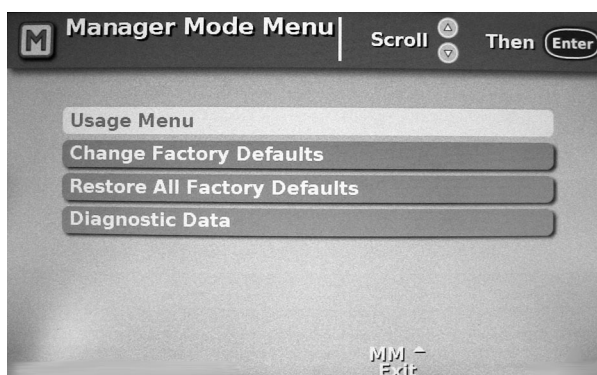
Позволяет настроить параметры в соответствии с вашими потребностями.

Восстановить все заводские настройки по умолчанию

Глобальное восстановление всех заводских настроек по умолчанию.

Диагностические данные

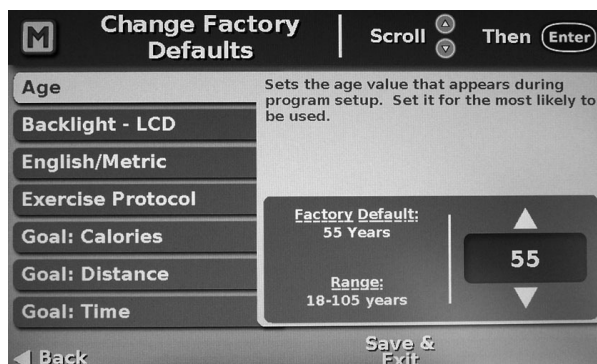
Вызов экрана диагностики.



Чтобы изменить какую-либо настройку по умолчанию:

1. Выберите *Изменить заводские настройки по умолчанию*.
2. Прокрутите вверх или вниз, чтобы перейти к соответствующему параметру, например «Возраст».
3. Нажмите *Ввод*. Выбранное значение по умолчанию выделяется красным цветом.
4. Используйте стрелки вверх или вниз для выбора новой настройки по умолчанию (на консоли отображаются заводская настройка по умолчанию и диапазон для каждой настройки).
5. Нажмите «Ввод», чтобы установить новое значение по умолчанию.

6. Используйте прокрутку для доступа к другим настройкам.
7. Нажимайте «Сохранить и выйти» в любое время, чтобы сохранить настройки и выйти из режима менеджера.



Режим менеджера

НАСТРОЙКИ	ПО УМОЛЧАНИЮ	ДИАПАЗОН/ОПЦИИ
Подсветка — ЖКД	7	Значения подсветки 1–10, 10 — самое высокое.
Английские/метрические единицы	Английские	Выберите английские или метрические единицы измерения данных.
Протокол упражнений	Выкл.	Включите или выключите программу протокола упражнений.
Цель: калории	188	5–3500 калорий. Установите наиболее вероятное значение, которое появляется при настройке программы. Это также устанавливает верхний предел количества калорий.
Цель: расстояние	2,25	0,1–10 миль (0,16–16 км). Установите наиболее вероятное значение, которое появляется при настройке программы. Это также устанавливает верхний предел расстояния.
Цель: время	40	1–99 минут. Установите наиболее вероятное значение, которое появляется при настройке программы. Это также устанавливает верхний предел времени.
Домашний режим	Выкл.	Включите или выключите функцию домашнего режима.
Язык	Английский	Китайский, датский, голландский, английский, французский, немецкий, итальянский, японский и испанский
МЕТ	2,6	1,0–27,0 МЕТ
Звук	Общий: низкий уровень События: низкий уровень Сигналы тревоги ЦЧСС: средний уровень Каждый шаг: Выкл.	Настройка общей громкости, громкости для значительных событий, сигналов диапазона ЦЧСС. Также может включать звук при каждом шаге.
Шаги в минуту	100	25–200 шагов в минуту
ЦЧСС	0,70	0,55–0,90. Настройка процента, используемого для расчета целевой частоты сердечных сокращений, которая отображается во время настройки программы или при ношении нагрудного ремня. На основе рекомендаций ACSM.
Время — для функции Часовой пояс	Прошедшее время Восточное время США	Прошедшее время или время, оставшееся до конца тренировки, как основной выбор. Время и дата могут быть настроены для любого часового пояса.
Режим отслеживания	Выкл.	Включите или выключите функцию отслеживания.
Разминка/заминка	12,5%	5–12,5% времени тренировки. Устанавливает процентную продолжительность фаз разминки и заминки в зависимости от общей поставленной цели в соответствии с рекомендациями ACSM. По умолчанию используется 12,5% разминки, 75% тренировки и 12,5% заминки.
Ватты	60	25–400 Вт
Вес	180 фунтов	75–500 фунтов для модели T5 или 75–600 фунтов для модели T5 ^{XR} .
Дисплей тренировки	Калории, расстояние	Выберите калории или МЕТ, расстояние или шаги.

Профилактическое обслуживание

Интервалы профилактического обслуживания

Хотя ваш тренажер T5 разработан так, чтобы не требовать технического обслуживания, для увеличения срока службы NuStep рекомендуется выполнять несколько операций. Соблюдайте рекомендуемые интервалы профилактического обслуживания в зависимости от интенсивности использования NuStep. Это примерные интервалы, и вам может потребоваться увеличить или уменьшить периодичность профилактического обслуживания в зависимости от фактической эксплуатации.

ЭЛЕМЕНТ	ЗАДАЧА	ЧАСТОТА
Консоль	* Очистите	Еженедельно
Крышки и рама	* Очистите	Еженедельно
Сиденье	* Очистите	Еженедельно
* Для очистки NuStep используйте неабразивный аэрозольный очиститель и мягкую ткань.		

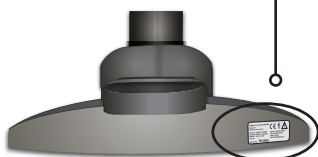
Поиск и устранение неисправностей

НЕИСПРАВНОСТЬ	ПОТЕНЦИАЛЬНАЯ ПРИЧИНА	КОРРЕКТИРУЮЩЕЕ ДЕЙСТВИЕ
При ношении нагрудного ремня Polar (приобретается дополнительно) индикация пульса отсутствует	Электроды нагрудного ремня недостаточно влажные.	Намочите ремень.
	Пользователь не носит кодированный передатчик на нагрудном ремне.	Свяжитесь с компанией NuStep, чтобы заказать кодированный передатчик на нагрудном ремне.
	Истек срок службы батареи передатчика на нагрудном ремне.	Свяжитесь с компанией Polar USA на сайте www.polarusa.com .
	Электроды передатчика на нагрудном ремне не имеют прямого контакта с кожей.	Изучите инструкции по правильному расположению передатчика на нагрудном ремне.

Информация о серийном номере T5

Расположение на устройстве:

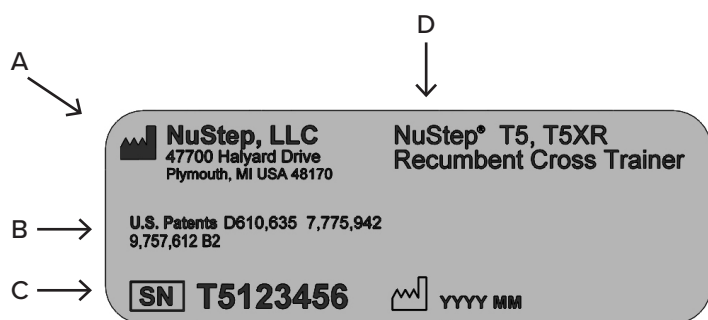
- На задней панели устройства, в правом нижнем углу.



- На экране дисплея консоли.

Чтобы получить доступ:

1. Нажмите кнопку «Способы использования».
2. Нажимайте стрелку вниз до пункта «Контактная информация и информация об изделии».
3. Нажмите кнопку «Ввод».

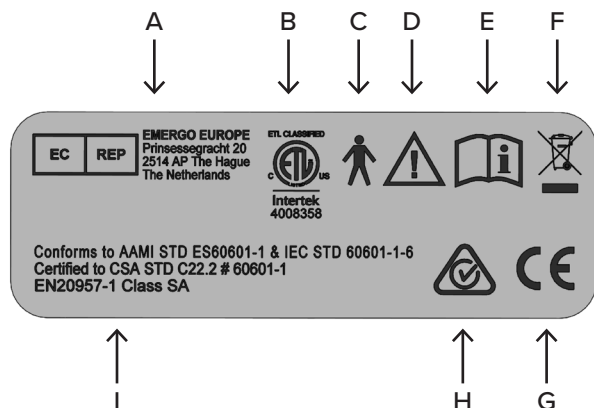


A	Название и адрес производителя
B	Патентная защита изделия
C	Серийный номер и дата изготовления
D	Номер модели и описание изделия

Нормативная информация о T5

Расположение на устройстве:

На задней панели устройства, в правом нижнем углу, рядом с табличкой с серийным номером.



A	Европейский уполномоченный представитель
B	Знак признанной на национальном уровне испытательной лаборатории
C	Накладная деталь типа B для обеспечения электробезопасности
D	Внимательно ознакомьтесь с сопроводительными документами
E	Перед использованием проконсультируйтесь с руководством по эксплуатации
F	Знак соответствия требованиям директивы WEEE
G	Знак соответствия нормативам EC
H	RCM
I	Standards

Получение обслуживания и деталей клиентом

ШАГ 1. Определите проблему.

Поговорите с тем, кто сообщил о проблеме, чтобы понять ее суть.

ШАГ 2. Проверьте наличие проблемы.

Осмотрите кросс-тренажер. Определите, нужны ли запасные части.

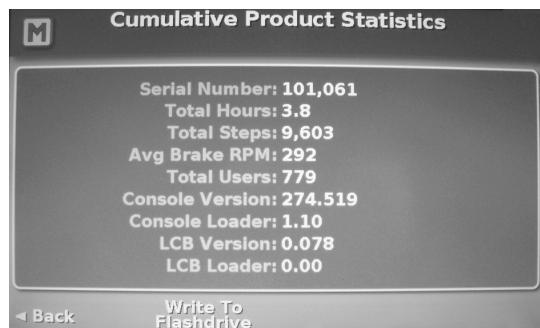
ШАГ 3. Запишите следующую

информацию:

- серийный номер;
- общее количество часов работы;
- общее количество шагов;
- версия микропрограммного обеспечения;
- версия LCB.

Эта информация находится на экране сводной статистики. Чтобы получить доступ:

1. Нажмите кнопку «Быстрый старт».
2. Нажмите одновременно кнопку «Ввод» и первую экранную кнопку.



ШАГ 4. Обратитесь в службу поддержки клиентов.

Укажите серийный номер и предоставьте полное описание проблемы, чтобы наши специалисты по продукции могли лучше помочь вам.

Контактная информация:

Электронная почта: support@nustep.com

Телефон: 800-322-2209
734-769-3939

Сайт: www.nustep.com
Клиенты за пределами США и Канады могут получить сервисное обслуживание, обратившись к местному дистрибьютору компании NuStep.

Гарантия на T5

Чтобы просмотреть или распечатать гарантию на T5 по Интернету, перейдите по ссылке: www.nustep.com

Если у вас возникли вопросы по гарантии, обратитесь в службу поддержки клиентов: 800-322-2209 или support@nustep.com.

Клиенты за пределами США и Канады могут получить информацию о гарантии у местного дистрибьютора в стране, где было продано изделие.

Технические данные

Максимальный вес пользователя	Модель T5 = 500 фунтов (227 кг) Модель T5 ^{XR} = 600 фунтов (272 кг)
Диапазон роста пользователя	От 4 футов 6 дюймов до 6 футов 7 дюймов (137,16–200,66 см)
Вес оборудования	Модель T5 = 285 фунтов (129 кг) Модель T5 ^{XR} = 295 фунтов (134 кг)
Размеры: (длина/высота/ширина)	73 дюйма (185 см) 46 дюймов (117 см) 30 дюймов (76 см)
Герметичный свинцово-кислотный аккумулятор	12 В, 7,0 А·ч (PowerSonic PS-1270F1) (артикул NuStep, LLC 50216)
Щелочная батарейка	Батарейки AA, количество 2, (Energizer EN91) (артикул NuStep, LLC 41224). Примечание. Если NuStep не будет использоваться в течение нескольких месяцев, извлеките батарейки типа AA.
USB-порт	Консоль T5/T5 ^{XR} оснащена портом USB для передачи данных. Примечание. Порт USB предназначен только для флэш-накопителей.
Стандарты	ANSI/AAMI ES60601-1, CAN/CSA-C22.2 № 60601-1, IEC/EN 60601-1, IEC/EN 60601-1-2, IEC/EN 60335-1, EN 20957-1, EN 957–8 (класс SB)
Сопротивление генератора	Диапазон 0–1400 Вт
Параметры тестирования тормозной системы, шагового действия и регистрации энергии	Параметры тестирования тормозной системы, шагового действия и регистрации энергии приведены в приложении А.
Адаптер переменного тока (опциональный)	Модель (Ault/SL Power MENB1020A1572B02, ME20A1503B01 или ME20A1572B02) Выход Медицинский импульсный источник питания (SMPS) 15 В постоянного тока при 1,2 А Вход 100–240 В переменного тока, 50–60 Гц, 400 мА

Замена 12-вольтного свинцово-кислотного аккумулятора

Необходимые инструменты

Шестигранник 3 мм

Головка глубиной 8 мм

Храповик и удлинитель

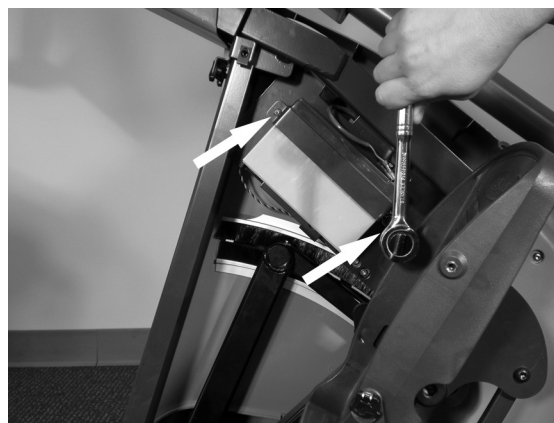
1. Отсоедините адаптер переменного тока от розетки, если он подключен.
2. Выкрутите 4 винта из передней торцевой декоративной крышки и снимите крышку с рамки.



3. Выкрутите 2 винта из правой верхней крышки и снимите крышку с рамки.



4. Отверните две контргайки.



5. Отсоедините кабели аккумулятора.



6. Извлеките аккумулятор.

7. Для установки нового аккумулятора выполните описанные действия в обратном порядке. (Примечание: убедитесь, что красный кабель подходит к положительной (красной) стороне аккумулятора, а черный кабель — к отрицательной (черной) стороне аккумулятора.)



ОСТОРОЖНО

Не выбрасывайте батарейки в огонь. Батарейки могут взорваться.

Не вскрывайте и не повреждайте батарейки. Они содержат электролит, который является токсичным и вредным для кожи и глаз.

Во избежание травм из-за опасности поражения электрическим током при замене батарей снимайте наручные часы и украшения, например кольца.

Заменяйте батарейки батарейками в таком же количестве и того же типа, которые были первоначально установлены в оборудовании.

Утилизируйте батарейки в соответствии с местными процедурами утилизации.

Уведомления о безопасности

ТИП/СТЕПЕНЬ ЗАЩИТЫ	КЛАССИФИКАЦИЯ/ ИДЕНТИФИКАЦИЯ/ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ	СИМВОЛ
Тип защиты от поражения электрическим током	Оборудование класса II	
Степень защиты от поражения электрическим током	Накладная деталь типа B	
Степень защиты от проникновения жидкостей	Нет защиты	НЕТ
Степень безопасности в присутствии легковоспламеняющейся смеси анестетика с воздухом, кислородом или закисью азота	Не подходит	НЕТ
Режим работы	Непрерывный	НЕТ
Информация о возможных электромагнитных или других помехах и рекомендации по их предотвращению	Горизонтальные кросс-тренажеры NuStep® T5 и T5 ^{XR} используют электромагнитную и радиочастотную энергию только для работы своего внутреннего оборудования. Поэтому ЭМС и радиочастотные излучения очень низкие и не вызывают помех в близлежащем электронном оборудовании.	НЕТ
Предупреждения и таблицы по ЭМС, предусмотренные стандартом IEC 60601 -1 -2	См. таблицы ЭМС.	НЕТ
Идентификация указанных дополнительных внешних источников питания или зарядных устройств, необходимых для обеспечения соответствия требованиям IEC 60601	Внешний источник питания необязателен из-за работы от герметичного свинцово-кислотного аккумулятора, но если он необходим, следует использовать источник питания, указанный в разделе технических данных этого руководства.	НЕТ

Уведомления о безопасности

ТИП/СТЕПЕНЬ ЗАЩИТЫ	КЛАССИФИКАЦИЯ/ ИДЕНТИФИКАЦИЯ/ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ	СИМВОЛ
Идентификация любых рисков, связанных с утилизацией отходов, остатков, включая утилизацию самого оборудования по окончании срока службы.	Оборудование кросс-тренажера NuStep® T5 и T5 ^{XR} содержит узлы электронных схем, герметичную литиевую батарейку типа «таблетка» и герметичный свинцово-кислотный аккумулятор, которые могут потребовать соблюдения определенных местных процедур утилизации или переработки.	
Указание условий окружающей среды при транспортировке и хранении (также отмечено на внешней стороне упаковки).	Оборудование горизонтального кросс-тренажера NuStep® T5 и T5 ^{XR} может: а) безопасно транспортироваться и храниться в следующих условиях: от –10° до 50°C; ≤95% влажности без конденсации; 20–107 кПа; б) эксплуатироваться в следующих условиях: от 5° до 40°C; ≤85% влажности без конденсации; 60–107 кПа.	НЕТ
Описание средств для изоляции оборудования от электросети.	Оборудование горизонтального кросс-тренажера NuStep® T5 и T5 ^{XR} можно изолировать, отключив блок питания от настенной розетки, и оно будет работать только на батареях. Источник питания имеет развязывающий трансформатор и плавкую вставку.	НЕТ
Указание о том, что оборудование находится под напряжением.	Когда горизонтальные кросс-тренажеры T5 и T5 ^{XR} подключены к сети и не используются, индикатор питания в режиме ожидания мигает во время зарядки аккумулятора. Когда зарядка завершена, индикатор питания в режиме ожидания продолжает гореть, не мигая.	

Таблицы ЭМС

Указания и декларация производителя — электромагнитная помехоустойчивость

Оборудование горизонтального кросс-тренажера NuStep® T5 и T5 ^{XR} предназначено для использования в электромагнитной среде, указанной ниже. Покупатель или пользователь горизонтального кросс-тренажера NuStep® T5 или T5 ^{XR} должен убедиться, что тренажер используется в таких условиях. Изделие не включает основные рабочие характеристики и функции.			
Проверка на помехозащищенность	Уровень испытаний IEC 60601	Уровень соответствия	Электромагнитная среда — указания
Кондуктивные РЧ-помехи IEC 61000-4-6 Излучаемые радиочастоты IEC 61000-4-3	3 В (эфф.) От 150 кГц до 80 МГц 3 В/м От 80 МГц до 2,7 ГГц	3 В (эфф.) 3 В/м	Портативное и мобильное оборудование радиочастотной связи должно использоваться не ближе к любой части горизонтального кросс-тренажера NuStep® T5, включая кабели, чем на рекомендуемом расстоянии разделения, рассчитанном по уравнению, применимому к частоте излучателя. Рекомендуемое расстояние разделения $d = 1,2 \sqrt{P}$ $d = 1,2 \sqrt{P} \quad 80-800 \text{ МГц}$ $d = 2,3 \sqrt{P} \quad \text{от } 800 \text{ МГц до } 2,7 \text{ ГГц}$ Где P — максимальная выходная мощность излучателя в ваттах (Вт) в соответствии с данными производителя излучателя, а d — рекомендуемое расстояние разделения в метрах (м) Напряженность поля от стационарных радиочастотных излучателей, определенная в ходе электромагнитного обследования территории^A, должна быть меньше уровня соответствия в каждом частотном диапазоне^B. Вблизи оборудования, обозначенного следующим символом, могут возникать помехи: 
ПРИМЕЧАНИЕ 1. При частотах 80 МГц и 800 МГц применяется более высокий диапазон частот. ПРИМЕЧАНИЕ 2. Данные рекомендации могут применяться не во всех ситуациях. На распространение электромагнитного излучения влияют поглощение и отражение от конструкций, предметов и людей. ПРИМЕЧАНИЕ 3. Изделие соответствует требованиям стандарта IEC 60601-1-2 (статья 8.10, таблица 9) для устойчивости к полям в ближней зоне от радиочастотного оборудования беспроводной связи			
^A Напряженность поля от стационарных передатчиков, таких как базовые станции для радиотелефонов (сотовых/беспроводных) и наземных мобильных радиостанций, любительского радио, AM- и FM-радиовещания и телевидения, не может быть предсказана теоретически с точностью. Для оценки электромагнитной обстановки, обусловленной стационарными радиочастотными передатчиками, следует рассмотреть возможность проведения электромагнитного обследования местности. Если измеренная напряженность поля в месте, где используется лежащий кросс-тренажер NuStep® T5, превышает указанный выше уровень радиочастотного соответствия, следует понаблюдать за горизонтальным кросс-тренажером NuStep® T5, чтобы убедиться в его нормальной работе. Если наблюдаются ненормальные рабочие характеристики, могут потребоваться дополнительные меры, например изменение ориентации или перемещение горизонтального кросс-тренажера NuStep® T5. ^B В диапазоне частот от 150 кГц до 80 МГц напряженность поля должна быть менее $[V_{\text{ч}}]$ В/м.			

Таблицы ЭМС

Указания и декларация производителя — электромагнитное излучение

Оборудование горизонтального кросс-тренажера NuStep® T5 и T5^{XR} предназначено для использования в электромагнитной среде, указанной ниже. Покупатель или пользователь горизонтального кросс-тренажера NuStep® T5 или T5^{XR} должен убедиться, что тренажер используется в таких условиях. Изделие не включает основные рабочие характеристики и функции.

Проверка на выбросы	Соответствие требованиям	Электромагнитная среда — указания
Радиочастотные излучения CISPR 11	Группа 1	Горизонтальный кросс-тренажер NuStep® T5 использует радиочастотную энергию только для работы своего внутреннего оборудования. Поэтому радиочастотные излучения тренажера очень низкие и не вызывают помех в близлежащем электронном оборудовании.
Радиочастотные излучения CISPR 11 Гармонические выбросы IEC 61000-3-2 Колебания напряжения / мерцающее излучение IEC 61000-3-3	Класс В Неприменимо. Номинальная мощность составляет ≤75 Вт. Неприменимо. Номинальная мощность составляет ≤75 Вт. Маловероятно, что оборудование будет создавать значительные колебания напряжения.	Горизонтальный кросс-тренажер NuStep® T5 подходит для использования во всех учреждениях.

Таблицы ЭМС

Указания и декларация производителя — электромагнитная помехоустойчивость			
Горизонтальный кросс-тренажер NuStep® T5 предназначен для использования в электромагнитной среде, указанной ниже. Клиент или пользователь горизонтального кросс-тренажера NuStep® T5 должен убедиться, что тренажер используется в таких условиях.			
Проверка на помехозащищенность	Уровень испытаний IEC 60601	Уровень соответствия	Электромагнитная среда — указания
Электростатический разряд (ESD) IEC 61000-4-2	Контакт ± 8 кВ Воздух ± 15 кВ	Контакт ± 6 кВ Воздух ± 8 кВ (См. примечание 1.)	Полы должны быть деревянными, бетонными или из керамической плитки. Если полы покрыты синтетическим материалом, относительная влажность должна составлять не менее 30%.
Быстрые электрические переходные процессы/всплески IEC 61000-4-4	± 2 кВ для линий электропитания	± 2 кВ для линий электропитания	Качество электропитания сети должно соответствовать типовой коммерческой или больничной среде.
Всплеск IEC 61000-4-5	± 1 кВ при дифференциальном включении ± 2 кВ — синфазная помеха	± 1 кВ при дифференциальном включении ± 2 кВ — синфазная помеха	Качество электропитания сети должно соответствовать типовой коммерческой или больничной среде.
Провалы напряжения, короткие прерывания и колебания напряжения во входной линии электропитания IEC 61000-4-11	0% UT; 0,5 цикла 0% UT; 1 цикл 70% UT; 25/30 циклов 0% UT; 250/300 циклов	0% UT; 0,5 цикла 0% UT; 1 цикл 70% UT; 25/30 циклов 0% UT; 250/300 циклов	Качество электропитания сети должно соответствовать типовой коммерческой или больничной среде. Если пользователю горизонтального кросс-тренажера NuStep® T5 требуется продолжение работы во время перебоев в электросети, питание горизонтального кросс-тренажера NuStep® T5 будет осуществляться от внутренних батарей.
Магнитное поле промышленной частоты (50/60 Гц) IEC 61000-4-8	30 А/м	30 А/м	Магнитное поле промышленной частоты должно быть на уровнях, характерных для типового места в типовой коммерческой или больничной среде.
ПРИМЕЧАНИЕ 1. Более высокие уровни ESD не влияют на базовую безопасность и основные эксплуатационные характеристики. (См.: «Указания и декларация производителя — электромагнитные излучения».) ПРИМЕЧАНИЕ 2. UT — это напряжение сети переменного тока до применения испытательного уровня.			

Соответствие требованиям FCC США и IEC/EN 55011

Заявление о соответствии требованиям FCC США:

Примечание. Данное оборудование было протестировано и признано соответствующим ограничениям для цифровых устройств класса В в соответствии с частью 15 правил FCC. Эти ограничения предназначены для обеспечения разумной защиты от вредных помех при установке в жилых помещениях. Данное оборудование генерирует, использует и может генерировать радиочастотную энергию и, если оно установлено и используется не в соответствии с инструкциями по установке, может создавать вредные помехи для радиосвязи. Однако нет гарантии, что помехи не возникнут в конкретном месте установки. Если оборудование создает вредные помехи для радио- или телевизионного приема, что может быть определено путем выключения и включения данного оборудования, пользователю рекомендуется попытаться устранить помехи одним или несколькими из следующих способов:

- Переориентируйте или переместите приемную антенну.
- Увеличьте расстояние между оборудованием и приемником.

Подключите оборудование к розетке в цепи, отличной от той, к которой подключен приемник.

Обратитесь за помощью к дилеру или опытному радио-/телевизионному технику.

Заявление о соответствии стандарту IEC/EN 55011:

Данное устройство соответствует стандарту IEC/EN 55011 для устройств группы 1, класса В. Группа 1 включает все ISM-оборудование, в котором намеренно генерируется и/или используется кондуктивно связанная радиочастотная энергия, необходимая для внутреннего функционирования самого оборудования. Оборудование класса В подходит для использования в бытовых учреждениях и в учреждениях, непосредственно подключенных к низковольтной сети электроснабжения, которая питает здания, используемые в бытовых целях.

Товарные знаки

Словесный знак Bluetooth® и логотипы являются зарегистрированными товарными знаками, принадлежащими Bluetooth SIG, Inc., и любое использование этих знаков компанией NuStep, LLC осуществляется по лицензии. Другие товарные знаки и торговые наименования принадлежат их соответствующим правообладателям.

Приложение А

Тормозная система:

Модели T5/T5^{XR} имеют как зависимое от скорости, так и не зависящее от скорости тормозное сопротивление в зависимости от типа программы. Целевой пульс, постоянная скорость, постоянная мощность и программы протоколов тренировок зависят от скорости. Все остальные программы являются не зависимыми от скорости. Описание программ приведено в разделе «Обзор программ» данного руководства.

Шаговое действие:

Модели T5/T5^{XR} оснащены зависимым шаговым механизмом с диапазоном шага 2–8,5 дюйма (5–21,5 см).

Параметры тестирования отображаемой энергии:

Отображаемые значения энергии в Вт представляют собой уровень потребления энергии пользователем. Они рассчитываются в режиме реального времени с помощью алгоритма, основанного на механических параметрах тренажера и измеренном среднем стиле занятий. Существенные механические параметры, влияющие на отображаемые значения энергии, включают инерцию движущихся компонентов тренажера, уровень нагрузки, выбранный пользователем, и скорость вращения гибридного тормозного генератора. Проверочное тестирование отображаемых значений энергии проводилось путем сравнения указанных значений и фактически измеренной механической мощности, вырабатываемой при среднем восьмидюймовом шаге несколькими пользователями разного возраста, веса и пола. Сравнение отображаемых и измеряемых значений проводилось при семи частотах шага от 40 до 160 шагов в минуту на каждом из 15 уровней нагрузки. Отображаемые значения энергии не зависят от физиологических и анатомических параметров, которыми обладает пользователь.

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



Информация в данном руководстве является самой актуальной на момент печати. В связи с нашим стремлением к постоянному совершенствованию технические характеристики и описания могут быть изменены без предварительного уведомления. Никакая часть данного руководства не может быть воспроизведена или передана в любой форме и любыми средствами, будь то электронными или механическими, для любых целей без специального письменного разрешения компании NuStep, LLC.
© NuStep, LLC, июль 2021 г.

NuStep® и Transforming Lives® являются зарегистрированными товарными знаками компании NuStep, LLC.

Артикул руководства по эксплуатации T5 — 53617, ред. В

