

NuStep[®] T5/T5^{XR}

리컴벤트 크로스 트레이너

사용자 설명서



Transforming Lives[®]

목차

소개	4
안전 지침	5~6
설치 및 배치	7
AC 어댑터 사용	8
T5 기능 개요.....	9
T5 StrideLock®	10
3단계 시작 준비!	11~12
올바른 운동 자세 및 회전 시트 조작.....	13
발등/발바닥 굽힘 페달 조작	14
콘솔 조작	15
프로그램 개요.....	16 - 19
데이터 보기 및 내보내기	20~21
데이터 로깅.....	22
사용자 추적.....	23
추가 기능	24
관리자 모드.....	25~26
예방 유지보수 및 문제 해결.....	27
일련번호 정보.....	28
규제 라벨 정보.....	28
고객 서비스 및 부품 요청	29
보증 정보	29
기술 데이터.....	30
배터리 교체.....	31
안전 표시	32~33
EMC 표.....	34~36
미국 FCC 적합성 및 IEC/EN 55011 적합성	37
부록 A	38

소개

NuStep, LLC의 혁신적인 최신 심혈관 건강 운동 기구인 NuStep T5 또는 T5^{XR} 리컴버트 크로스 트레이너를 구입해 주셔서 감사합니다.

T5 및 T5^{XR} 리컴버트 크로스 트레이너는 물리치료, 심폐 재활, 스포츠 의학 및 일반 체력단련 용도로 적합합니다.

T5 및 T5^{XR}은 NuStep의 지속적인 발전, 고객 만족 및 동급 최고의 품질 추구에 이정표를 세운 제품입니다. 고객 중심 기업으로서 NuStep은 의료 전문가, 피트니스 전문가 및 가정 사용자를 포함한 고객에게 제품에 어떤 기능을 포함시키면 좋을지 문의했습니다. T5 및 T5^{XR}은 이 귀중한 피드백의 최종 결과물입니다.

T5 및 T5^{XR} 모델의 새롭게 개선된 핵심 기능은 다음과 같습니다:

- 고급 인체공학적 설계.
- 더 부드러운 걸음걸이 동작.
- 15단계의 저항과 더 높은 정확도를 갖춘 조용한 전자 제동 시스템.
 - 더 쉽게 오르내릴 수 있는 더 넓고 낮은 스텝 스루 영역.
 - 모든 방향에서 오르내릴 수 있도록 360° 회전하는 더 크고 편안한 시트.
 - 선명한 해상도와 다국어 기능을 갖춘 대형 컬러 모니터.
 - 다양한 운동 프로그램: 빠른 시작, 수동, 프로파일 및 페이스 파트너.
 - 수용 중량 증가: 500lb.(T5 모델) 또는 600lb.(T5^{XR} 모델).
 - 특대형, 쿠션형 페달(T5 및 T5^{XR} 모델) 및 발등/발바닥 굽힘 조작(옵션 기능).

리컴버트크로스 트레이너의 창시자인 NuStep은 안전하고 효과적이며 사용하기 쉬운 전신 운동 시스템 개발의 선두 주자입니다. NuStep의 제품은 전 세계의 의료 시설, 건강 센터 및 노인 주거 시설에서 사용되고 있으며, 수백만 명의 NuStep 사용자가 다른 운동 기구를 사용할 수 없는 상황에서도 운동을 통해 삶을 변화시키고 있습니다.

제품을 구입해 주셔서 감사드리며 지속적으로 확장되는 NuStep 사용자 네트워크에 오신 것을 환영합니다.

안전 지침

	 주의	 경고
이것은 안전 경고 기호입니다. 개인 안전에 관한 지침에 주의를 환기시키기 위해 사용됩니다. 오용으로 인한 부상 또는 사망을 방지하기 위해 이 기호 다음에 나오는 모든 안전 메시지를 읽고 준수하십시오.	주의는 방지하지 않을 경우 경미하거나 중등도의 부상을 유발할 수 있는 잠재적인 위해 상황을 나타냅니다. 안전하지 않은 행동에 대한 경고에도 사용할 수 있습니다.	경고는 방지하지 않을 경우 사망이나 심각한 부상을 유발할 수 있는 잠재적인 위해 상황을 나타냅니다.

 경고
제조사 승인 없이 이 장비를 개조하지 마십시오. 이 장비는 이 설명서에 기재된 용도로만 사용하십시오. 제조사에서 권장하지 않는 부착물을 붙이지 마십시오. 코드나 플러그가 손상된 경우 이 장비를 절대 사용하지 마십시오. 코드를 가열된 표면에 가까이 두지 마십시오. 제품을 열, 스파크, 화기, 뜨거운 표면 가까이 두지 마십시오. 제품의 개구부 안에 물체를 떨어뜨리거나 넣지 마십시오. 야외에서 사용하지 마십시오. 올바르지 않거나 과도한 운동은 건강에 해로울 수 있습니다. 심박수 모니터링 시스템은 정확하지 않을 수 있습니다. 과도한 운동은 심각한 부상이나 사망을 초래할 수 있습니다. 현기증을 느끼면 즉시 운동을 중단하십시오. 이 장비를 다른 장비와 인접한 곳에서 사용하거나 적층하여 사용하지 마십시오. 오작동을 일으킬 수 있습니다. 휴대형 RF 통신 장비(안테나 케이블, 외부 안테나와 같은 주변기기 포함)는 이 제품의 모든 부분(케이블 포함)으로부터 30cm(12인치) 이상 떨어진 곳에서 사용하십시오. 그렇지 않으면 이 장비의 성능이 저하될 수 있습니다.

안전 지침

 주의
운동 프로그램을 시작하기 전에 의사와 상의하십시오.
장애가 있거나 질환이 있는 경우 감독이 필요합니다.
이 제품을 사용하다가 현기증이나 어지러움을 느끼면 운동을 중지하고 의사의 도움이나 조언을 구하십시오.
심장병, 고혈압, 당뇨병, 호흡기 질환, 기타 의학적 문제가 있거나 임신 중인 경우 의사의 지시에 따라서만 이 제품을 사용하십시오.
신체, 감각 또는 인지 능력이 저하된 사람 (또는 이 제품에 대한 경험과 지식이 부족한 사람)은 안전 책임자의 감독하에 이 제품을 사용할 수 있습니다.
이 제품을 사용하기 전에 이 설명서를 읽고 나중에 볼 수 있도록 보관하십시오.
운동할 때는 항상 신발과 적절한 운동복을 착용하십시오.
정상적이지 않은 피부로 제품을 만지거나 잡지 마십시오.
제품이 손상되었거나 작동하지 않는 것 같으면 사용하지 마십시오. 제품의 손상 및 마모 여부를 정기적으로 검사하십시오. 결함이 있는 구성품은 자격을 갖춘 서비스 기술자가 즉시 교체하도록 하십시오.
이 제품을 사용하는 동안에는 유지보수나 수리를 하지 마십시오. 유지보수 작업은 자격을 갖춘 서비스 직원이 수행해야 합니다.
시트 위치와 상부 암 위치가 올바르게 설정되었는지 확인하십시오.
이 제품을 사용하는 동안 팔을 과도하게 뻗지 마십시오.

 주의
어린이가 이 제품을 사용하지 않도록 하십시오.
어린이 및/또는 반려동물이 있는 곳에서 이 제품을 사용하지 마십시오.
13세 미만의 어린이는 이 기계에 접근하지 못하게 하십시오.
심박수, 와트, MET 및 칼로리 표시는 환자의 건강과 안전이 이와 같은 값들의 정확도에 따라 좌우되는 응용 분야에서 사용하기에 적합하지 않습니다.
최대 사용자 체중 한계: T5 모델 = 227kg(500lbs) T5 ^{XR} 모델 = 272kg(600lbs)
이 제품을 혼자서 들지 마십시오. T5/T5 ^{XR} 의 무게는 135kg(298lbs)으로 매우 무겁습니다.
부상이나 제품 손상을 방지하려면 이 제품을 옮길 때 항상 다른 사람의 도움을 받으십시오. 적절한 인양 방법을 사용하십시오.
부상을 방지하기 위해 덮개 개구부에 손을 넣지 마십시오.
이 제품의 안전한 작동을 위해 평평하고 안정적인 바닥에 배치하십시오. 필요에 따라 수평 조절기를 조절하십시오.
이 제품은 제공된 AC 어댑터를 통해서만 AC 주전원에 연결할 수 있습니다.
이 지침을 보관하십시오.

설치 및 배치

포장 해체 및 설치

T5/T5^{XR} 배송의 포장 해체 및 설치 절차는 해당 **T5/T5^{XR}** 배송 설치 지침서에 나와 있습니다. 설치 지침서는 제품과 함께 배송됩니다. 이들 지침서의 추가 사본은 **NuStep, LLC**. 고객 서비스에 요청할 수 있습니다.

**주의**

T5/T5^{XR}의 무게는 **135kg(298lbs)**으로 매우 무겁습니다.

부상이나 제품 손상을 방지하려면 이 제품을 옮길 때 항상 다른 사람의 도움을 받으십시오.

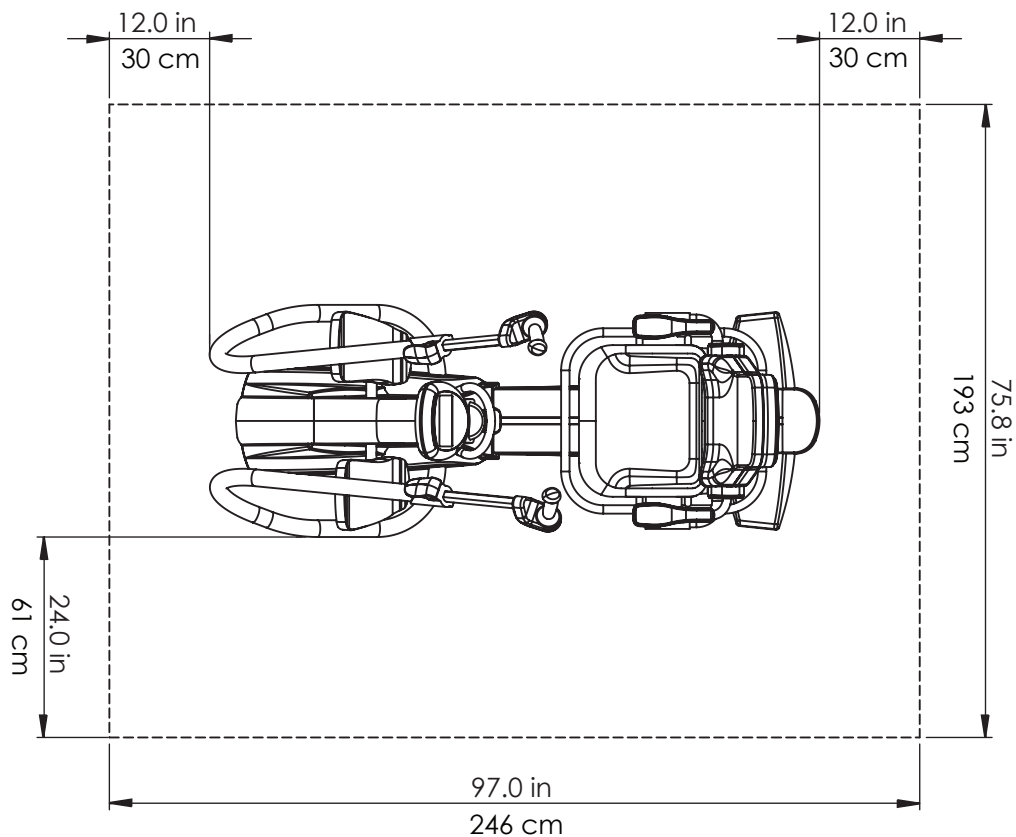
적절한 인양 방법을 사용하십시오.

장비 배치

NuStep을 안전하고 효과적으로 사용하려면 평평하고 안정적인 바닥에 배치하십시오. 필요에 따라 뒤쪽 수평 조절기를 조절하십시오.

안정성을 높이고 바닥을 보호하려면 **NuStep, LLC**에서 판매하는 바닥 매트와 유사한 운동 장비용 바닥 매트 위에 리컴버트 크로스 트레이너를 놓으십시오.

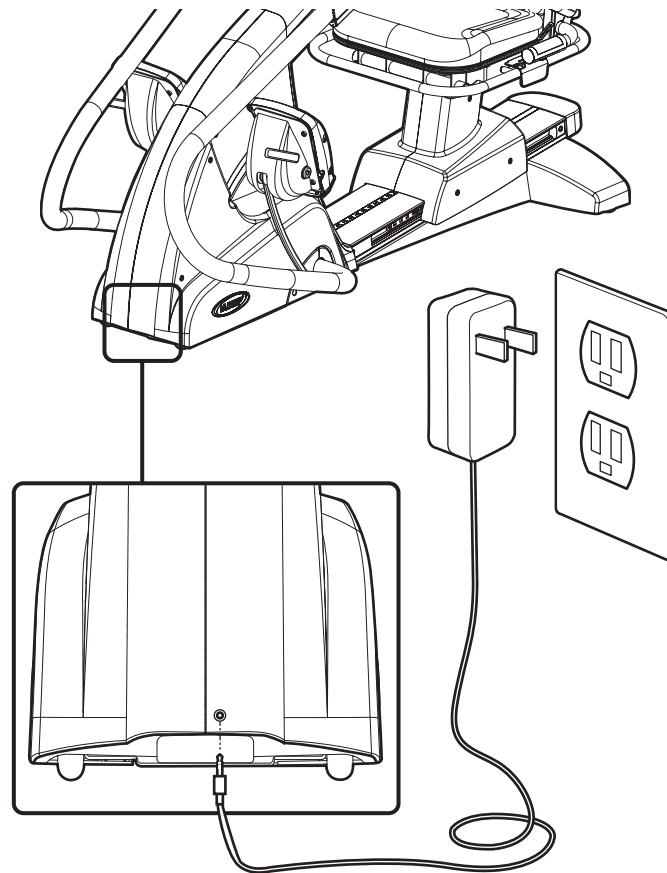
장비 주위에 필요한 최소 여유 공간은 측면은 **61cm(24인치)**, 전면과 후면은 **30cm(12인치)**입니다. 휠체어가 접근하려면 여유 공간이 추가로 필요합니다.



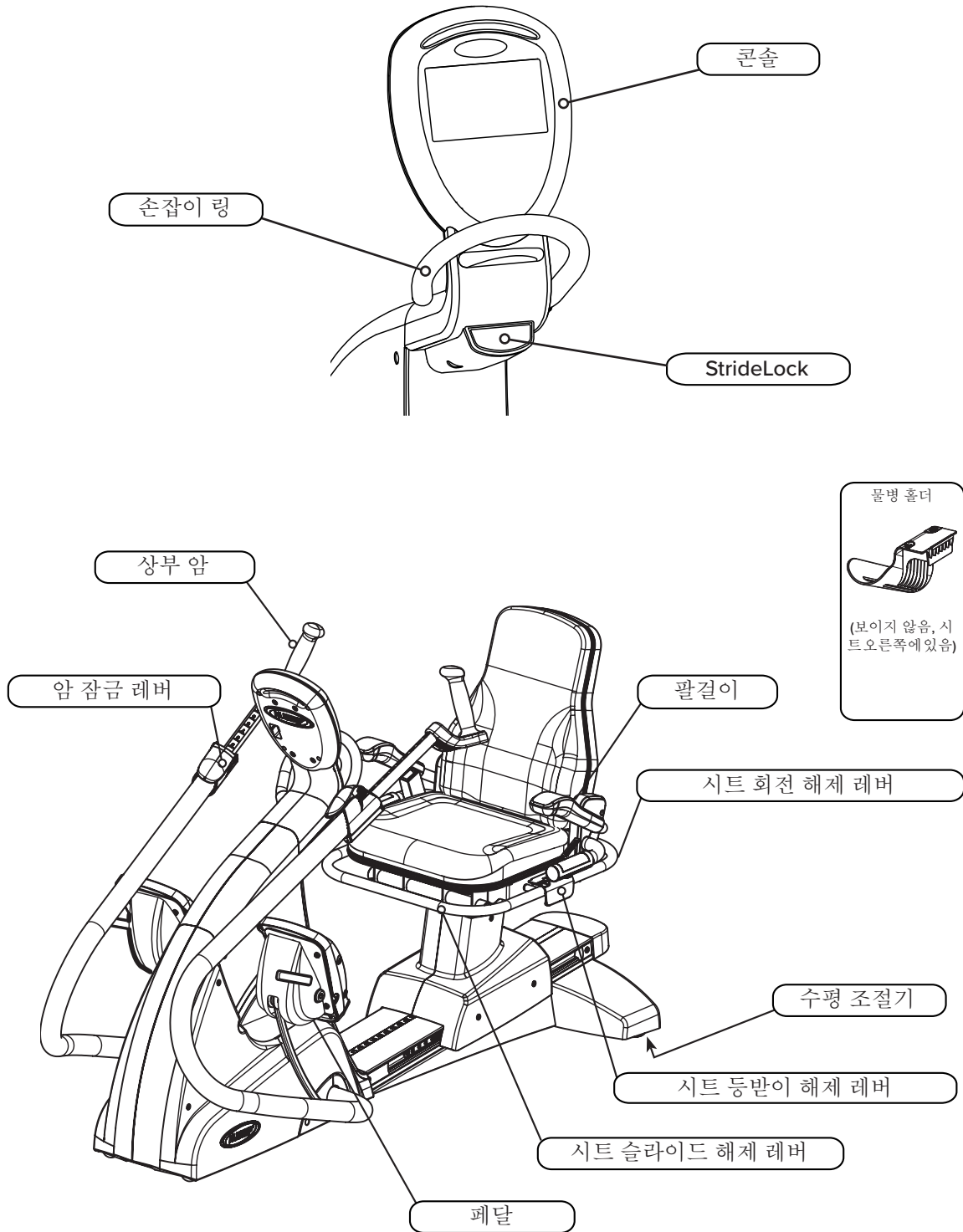
AC 어댑터 사용

T5/T5^{XR}는 자체 전원으로 작동하며 일반적으로 외부 전원이 필요하지 않습니다. 그러나 정상적인 작동을 보장하려면 낮은 운동 속도(분당 약 60걸음 이하)용으로 제공된 **AC 어댑터**를 사용하여 장비를 전원에 연결해야 합니다. **AC 어댑터** 잭은 장비의 전면에 있습니다.

어댑터 사양은 이 설명서의 기술 데이터 섹션을 참조하십시오.



T5 기능 개요*



* 기능은 모델 및 옵션에 따라 다르며, T5^{XR} 모델은 아래와 같습니다.

T5 StrideLock®

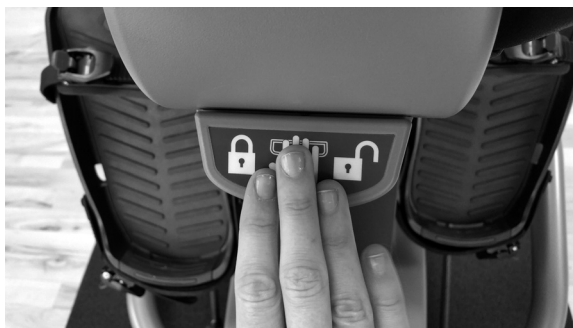
NuStep StrideLock 기능을 사용하면 T5의 암과 페달을 잠글 수 있습니다. 암과 페달을 잠그면 제품이 안정되어 사용자가 더 쉽게 오르내릴 수 있습니다. 암과 페달을 잠그면 시트와 상부암을 더 쉽게 조정할 수 있습니다. 발 고정 장치 및 다리 안정기와 같은 적응형 액세서리 옵션을 착용할 때는 StrideLock을 사용하는 것이 좋습니다. (액세서리 옵션에 대한 자세한 내용은 당사 웹 사이트 nustep.com를 참조하십시오.)

StrideLock을 사용하려면 아래 지침을 따르십시오.

1. 상부암손잡이 중 하나를 밀거나 당겨 암과 페달을 원하는 위치에 놓습니다.



2. 암과 페달을 잠그려면 StrideLock 버튼을 누릅니다. 상부암손잡이를 밀거나 당겨서 제대로 잠겼는지 확인합니다.



3. 암과 페달의 잠금을 해제하려면 StrideLock 버튼을 다시 누릅니다.



참고: 암과 페달이 움직이는 동안에는 StrideLock을 잠그지 마십시오.

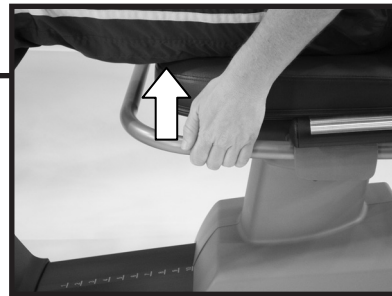
3단계 시작 준비

콘솔 화면에서 이 정보를 보려면 콘솔에서 사용 방법 버튼을 누르십시오.

1. 시트 거리 조정



- 앞쪽의 시트 해제 레버를 들어올립니다.
- 다리를 거의 완전히 뻗었을 때 무릎이 약간 구부러질 때까지 시트를 움직입니다.



2. 시트 등받이 각도 조정 (T5^{XR} 모델만 해당)



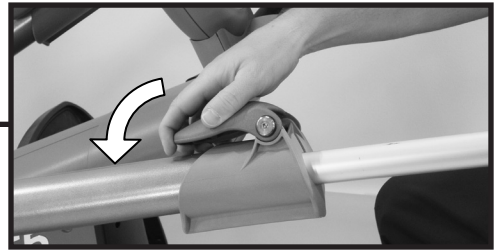
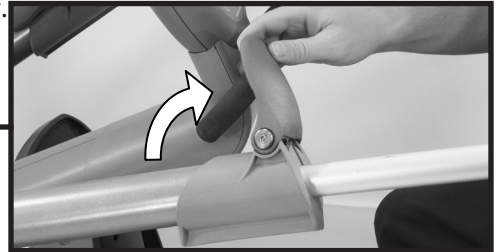
- 중간 of 시트 등받이 해제 레버를 들어올립니다.
- 편안한 자세가 될 때까지 등받이를 조정하고 등받이 조절 레버를 놓습니다.
- 최대 12°까지 기울일 수 있습니다.



3단계 시작 준비

3A. 핸들 거리 조정

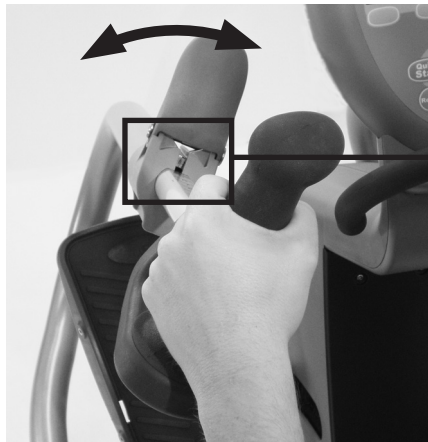
- 앞에 있는 파란색 해제 레버를 들어올려 암 핸들을 잠금 해제합니다.
- 팔을 거의 완전히 뻗었을 때 팔꿈치가 약간 구부러질 때까지 핸들을 조정합니다(많은 사용자의 경우 이 번호는 시트 위치 번호와 동일합니다).
- 파란색 해제 레버를 아래로 눌러 제자리에 고정합니다.



3B. 암 회전 조정

(T5^{XR} 모델만 해당)

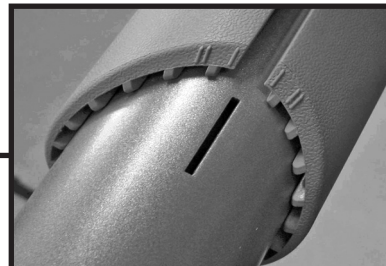
- 파란색 해제 레버를 들어올려 상부 암을 잠금 해제하고 암을 회전시킵니다(안쪽 또는 바깥쪽으로).
- 각 숫자 또는 클릭은 10도 회전을 나타냅니다. 설정이 완료되면 파란색 해제 레버를 아래로 눌러 잠급니다.



사용자 관점



임상의 관점



T5의 올바른 운동 자세

T5를 조정한 후에는 T5로 운동할 때 팔과 다리를 거의 완전히 뻗은 상태에서 다리와 팔이 약간 구부러져야 합니다.

	주의
부정확하거나 과도한 사용은 건강에 해로울 수 있습니다. 시트와 암이 생체 역학적으로 올바른 위치로 설정되어 있는지 확인하십시오. 다리나 팔이 닿는 거리를 과도하게 늘리지 마십시오.	



회전 시트 조작

- 뒤쪽의 회전해제 레버를 들어올립니다.
- 오르내리기 쉽도록 시트를 원하는 방향으로 회전시킵니다.
- 시트는 360° 회전하고 45°마다 잠글 수 있습니다.

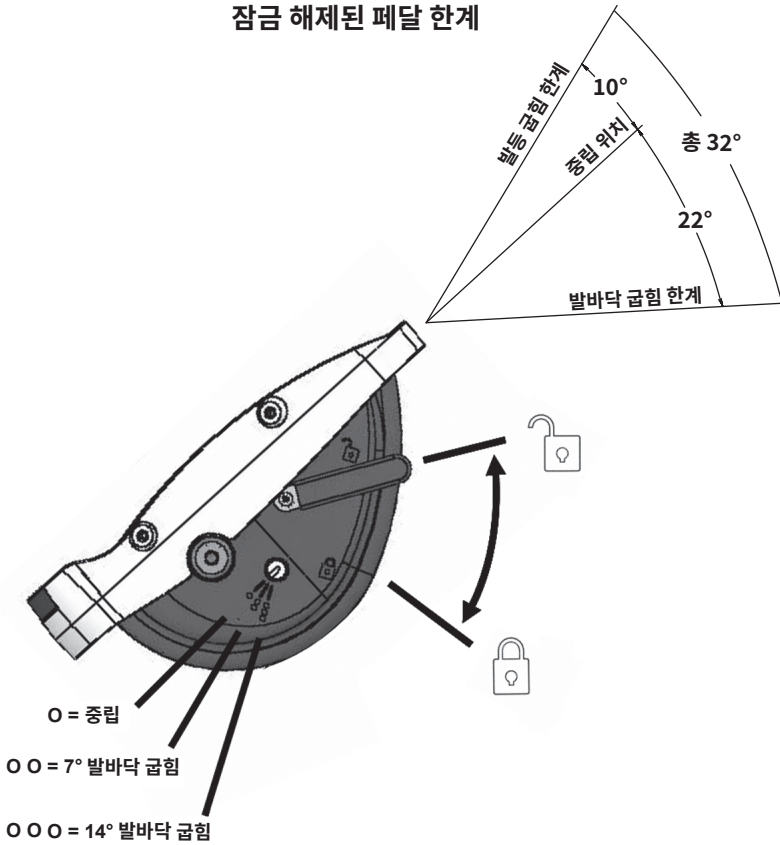
참고: 안전을 위해 시트가 정면을 향하지 않으면 앞이나 뒤로 밀 수 없습니다.



발등/발바닥 굽힘 페달 조작 (T5^{XR} 모델의 경우 옵션)

- 발등/발바닥 굽힘 조작을 잠금 해제합니다.
- 세 위치 중 하나에서 잠금을 설정하여 각도를 설정합니다.

잠금 해제된 페달 한계



잠긴 페달 위치

콘솔 조작

NuStep T5 콘솔은 사용하기 쉽습니다. 자동 켜짐/꺼짐 기능은 암 핸들이나 페달을 움직이면 바로 콘솔이 켜지고 3분 동안 운동을 멈추면 자동으로 꺼지는 기능입니다.

암 핸들이나 페달을 움직이거나 임의의 버튼을 누르면 콘솔이 빠른 시작 프로그램으로 바로 이동합니다.

프로그램을 변경하려면 프로그램 변경 버튼을 누릅니다.



A. 정보 센터:

사용자의 운동 데이터와 정보 입력을 위한 설정 화면을 표시합니다.

B. 소프트 키 버튼:

다양한 버튼을 선택하여 표시된 정보를 변경하거나 프로그램을 변경합니다.

C. 위쪽 및 아래쪽 화살표 버튼:

위쪽 및 아래쪽 화살표를 사용하여 값 또는 부하를 조정합니다. 더 빠르게 스크롤하려면 위쪽 또는 아래쪽 버튼을 길게 누릅니다.

D. 빠른 시작:

바로 운동을 시작하려면 이 버튼을 누릅니다. 모든 설정을 건너뛸니다.

E. 재설정:

재설정을 선택하면 하드 리셋이 되며 모든 정보가 완전히 재설정됩니다.

F. 입력:

정보를 입력하려면 입력을 선택합니다.

G. 정보:

이 버튼은 상황에 따른 화면의 정보를 설명합니다.

H. 대기 전원 표시등:

T5 및 T5^{XR} 리컴버트 크로스 트레이너 장비에 전원이 연결되어 있고 사용하지 않을 경우 배터리가 충전되는 동안 대기 전원 표시등이 깜박입니다. 충전이 완료되면 대기 전원 표시등이 깜박이지 않고 켜진 상태로 유지됩니다.

프로그램 개요

빠른 시작



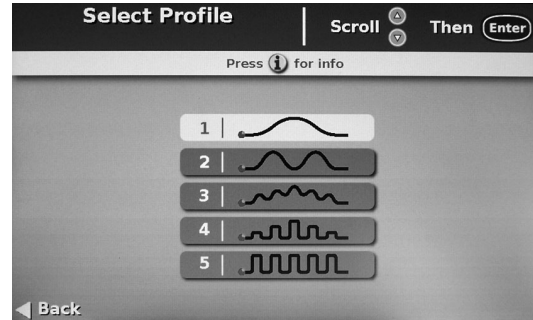
이 프로그램은 암 핸들이나 페달을 움직이기만 하면 자동으로 시작됩니다. 또한 목표 정보 입력을 건너뛸 수 있습니다. 사용자는 위쪽 및 아래쪽 화살표 버튼을 사용하여 수동으로 운동 부하를 원하는 값으로 변경할 수 있습니다.

수동



이 프로그램은 빠른 시작과 매우 유사합니다. 단, 사용자가 체중과 목표 정보를 입력해야 합니다. 사용자는 시간, 거리 또는 칼로리 목표를 입력할 수도 있습니다.

프로파일



이 프로그램은 다양한 수준의 인터벌 트레이닝을 위한 5가지 프로파일을 제공합니다.

페이스 파트너



이 프로그램에서는 사용자가 MET, 와트 또는 분당 걸음 수(SPM)를 기반으로 한 페이스 파트너 값을 입력할 수 있습니다. 그런 다음 사용자는 페이스 파트너와 "경주"를 하게 됩니다.

프로그램 개요

목표 심박수(T5^{XR} 옵션만 해당)¹

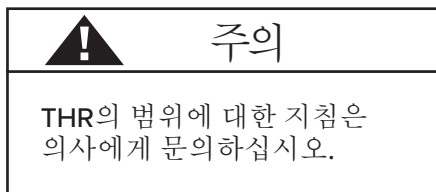


이 프로그램은 사용자의 심박수가 목표 심박수 (THR) 범위 내로 유지되도록 운동부하를 조정합니다. 사용자가 운동이 시작되기 전에 THR을 입력합니다. 목표 심박수 범위는 다음 수식에 따라 계산됩니다: $[THR = (220 - age) * X\%]$. 운동 강도는 "X%" 변수에 의해 조절됩니다. "X%"의 하한은 0.50이고 상한은 0.85입니다. 목표 심박수 수식과 범위 한계는 American College of Sports Medicine(ACSM)과 미국 심장 협회(AHA)의 지침을 기반으로 합니다. 사용자는 운동 중 언제든지 THR 값을 조정할 수 있습니다. 워밍업 단계는 사용자가 분당 목표 박동수 (BPM)의 약 10박동 이내에 도달할 때까지 지속됩니다. 참고: 이 프로그램을 사용할 때는 Polar® 심박수 송신기 벨트를 착용해야 합니다.¹

정속(T5^{XR}만 해당)



이 프로그램은 사용자가 일정한 걸음 속도로 운동할 수 있도록 도와줍니다. 사용자가 운동을 시작하기 전에 원하는 분당 걸음 수 (SPM)를 입력합니다. 이 프로그램은 사용자의 SPM 속도를 일정하게 유지하기 위해 운동부하를 조정합니다. 사용자의 걸음 속도가 SPM 값을 초과하면 운동부하가 증가합니다. 사용자의 걸음 속도가 SPM 값 이하로 떨어지면 운동부하가 감소합니다. 사용자는 운동 중 언제든지 SPM을 높이거나 낮출 수 있습니다. 참고: 프로그램은 매우 빠르거나 매우 느린 속도에서 사용자를 일정한 걸음 속도로 유지하기 위해 최선을 다하지만 기능에 한계가 있으며, 이와 같은 극단적인 경우 팝업 메시지를 통해 사용자에게 알려줍니다.



¹ 이 프로그램 옵션에는 Polar 심박수 송신기 벨트가 포함되어 있지 않습니다.

프로그램 개요

정출력(T5^{XR}만 해당)



이 프로그램은 사용자가 일정한 에너지로 운동할 수 있게 해줍니다. 사용자가 운동을 시작하기 전에 원하는 와트 수준 또는 MET 수준을 입력합니다. 이 프로그램은 사용자의 걸음 속도와 스텝 길이에 따라 운동부하를 조정하여 와트 또는 MET 수준을 일정한 값으로 유지합니다. 사용자의 걸음 속도와 힘으로 인해 지정된 입력을 초과하는 와트/MET 수준이 발생하면 운동부하 수준이 감소합니다. 사용자의 걸음 속도와 힘으로 인해 와트 또는 MET 수준이 지정된 입력보다 낮아지면 운동부하 수준이 증가합니다. 사용자는 운동 중 언제든지 와트/MET 값을 조정할 수 있습니다. 참고: 속도가 너무 빨라 지정된 입력보다 더 많은 출력을 생성하거나 속도가 너무 느려 지정된 입력보다 더 적은 출력을 생성하는 경우 사용자에게 경고하는 팝업이 생성됩니다.

운동 프로토콜(T5^{XR}만 해당)



이 운동 프로토콜 프로그램은 임상 환경에서 실행되도록 설계되었습니다. 이 프로그램이 활성화되면 프로토콜은 8단계 동안 일정한 출력 모드에서 2분마다 와트를 단계적으로 변경합니다.

- mTBRs-XT 프로토콜은 좌식 생활을 하는 개인 및 뇌졸중 환자를 위한 것입니다.¹
- TBRs-XT 프로토콜은 18~45세의 개인을 위한 것입니다.²

이 프로그램을 활성화하려면 운동 프로토콜 선택아래의 관리자 모드에서 프로그램을 켜야 합니다.

주의

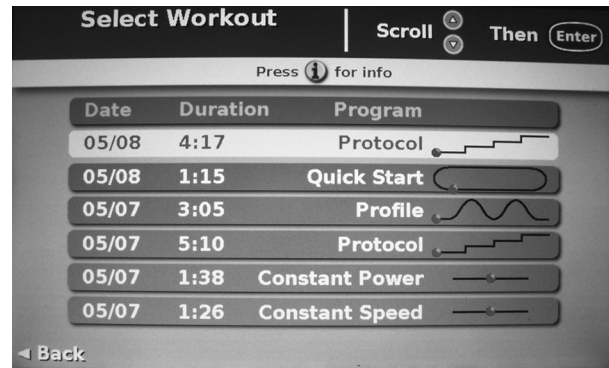
이프로토콜을사용하려면의학적 감독 및 운동 검사 지침 준수가 필요합니다.

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 (October 2008)

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 (September 2008)

프로그램 개요

홈 모드/최근 운동



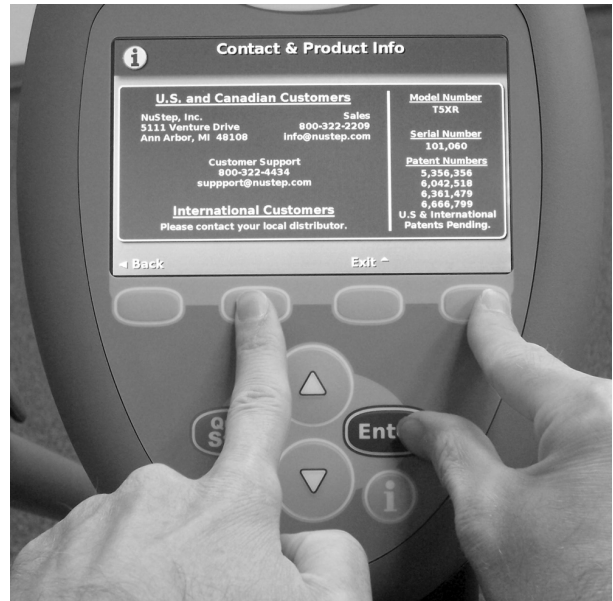
이 기능이 활성화되면 사용자는 소프트 키 2를 눌러 프로그램 선택 화면에서 "최근 운동"을 선택할 수 있습니다. 이를 통해 사용자는 최근 6개의 운동 중 하나를 선택할 수 있습니다. 선택한 모든 운동은 해당 운동 중에 선택한 설정이 동일합니다. 따라서 사용자는 데이터를 다시 입력하지 않고도 이전 운동을 편리하게 선택할 수 있습니다. 이 기능을 활성화하려면 홈 모드 선택 아래의 관리자 모드에서 기능을 켜야 합니다.

데이터 보기 및 내보내기

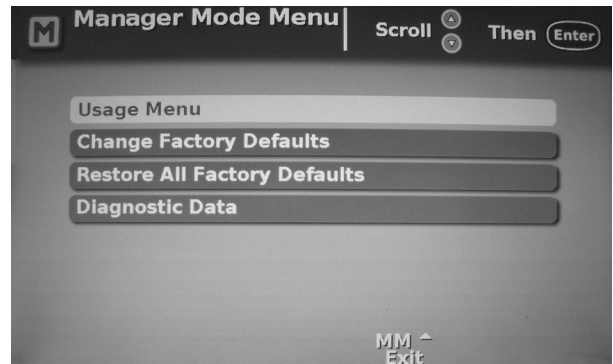
제품 및 운동 데이터 보기 및 내보내기
관리자 모드에서 사용 메뉴에서 사용자는 누적
제품 통계, 누적 사용자 통계 및 최근 200
개의 개별 사용자 운동을 볼 수 있습니다. 사용
메뉴는 관리자 모드 메뉴에서만 액세스할 수
있습니다.

관리자 모드를 시작하려면:

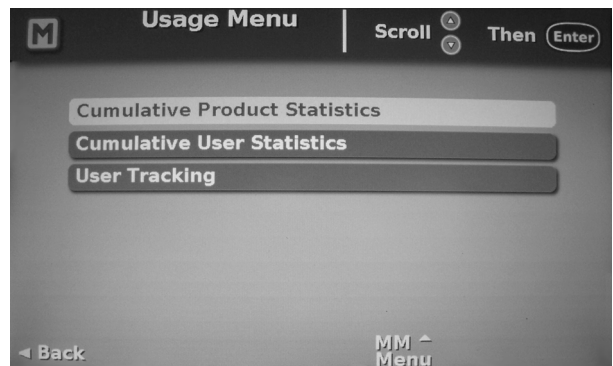
1. 사용 방법 소프트 키 버튼을 누릅니다.
2. 아래쪽 화살표 버튼을 연락처 및 제품이
강조 표시될 때까지 누른 다음 입력을
누릅니다.
3. 연락처 및 제품 화면에서 두 번째 소프트
키 버튼, 네 번째 소프트 키 버튼 및 입력을
동시에 길게 누릅니다(그림 참조).



4. 관리자 모드 메뉴 화면에서 사용 메뉴를
선택합니다.



5. 데이터를 보거나 내보내려면 누적 제품
통계, 누적 사용자 통계 또는 사용자 추적을
선택합니다.



데이터 보기 및 내보내기

데이터 내보내기

누적 제품 및 사용 데이터는 누적 제품 통계 화면 또는 누적 사용자 통계 화면에서 내보낼 수 있습니다. 사용자 운동 데이터는 사용자 추적 화면에서 내보낼 수 있습니다. 데이터를 내보내려면:

1. 콘솔 뒷면에 USB 플래시 드라이브를 삽입합니다.
2. 원하는 화면으로 이동하여 플래시 드라이브에 쓰기 소프트웨어 키 버튼을 누릅니다.



누적 제품 통계

누적 제품 통계 화면은 소프트웨어 버전 및 제품 사용량 등 제품 사용에 대한 개요를 보여줍니다. 이 화면은 첫 번째 소프트웨어 키 버튼과 입력을 동시에 길게 눌러 모든 운동 화면에서 액세스할 수도 있습니다.

Cumulative Product Statistics	
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

누적 사용자 통계

누적 사용자 통계 화면은 모든 사용자가 장비를 어떻게 사용하고 있는지에 대한 개요를 보여줍니다.

Cumulative User Statistics				
	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			

데이터 로깅

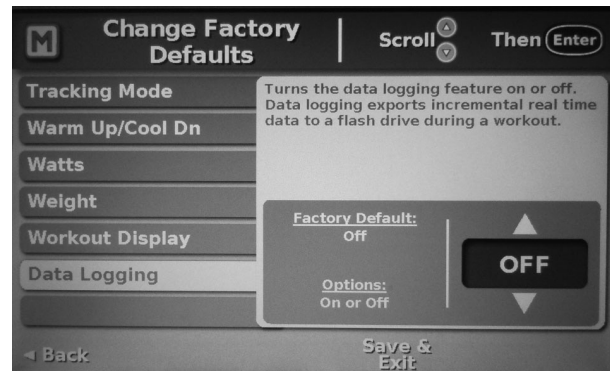
데이터 로깅

데이터 로깅 기능은 T5/T5^{XR} 사용자를 위한 추가 데이터 내보내기 옵션을 제공합니다. 관리자 모드에서 기능을 활성화하고 콘솔 뒷면에 플래시 드라이브를 삽입하면 중분 운동 데이터가 20초마다 플래시 드라이브에 저장됩니다. 사용자는 언제든지 플래시 드라이브를 분리하여 데이터를 PC에 업로드할 수 있습니다. 데이터는 파일명이 사용자.txt인 쉼표로 구분된 텍스트 파일로 플래시 드라이브에 저장됩니다.



데이터 로깅 활성화

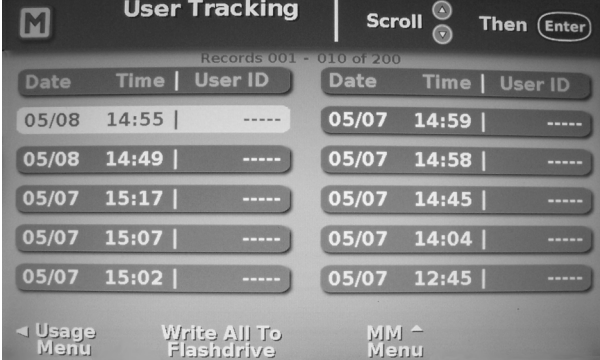
데이터 로깅을 활성화하려면 관리자 모드에서 기능을 켜야 합니다.



사용자 추적

사용자 추적

사용자 추적 화면에서 사용자는 최근 200개의 개별 운동에 대한 운동 데이터를 보거나 내보낼 수 있습니다. 참고: 이 기능은 항상 최근 200개의 운동을 추적하며 FIFO(선입 선출) 데이터입니다. 운동으로 개인 식별 번호(PIN)를 추적하려면 관리자 모드에서 사용자 추적을 설정해야 합니다.



Date	Time	User ID	Date	Time	User ID
05/08	14:55	-----	05/07	14:59	-----
05/08	14:49	-----	05/07	14:58	-----
05/07	15:17	-----	05/07	14:45	-----
05/07	15:07	-----	05/07	14:04	-----
05/07	15:02	-----	05/07	12:45	-----

Navigation: Usage Menu, Write All To Flashdrive, MM ^ Menu

개별 운동 기록을 보거나 내보내려면 운동 기록을 스크롤하여 원하는 기록을 선택합니다. 운동 기록은 운동에 대한 완전한 요약을 보여줍니다.

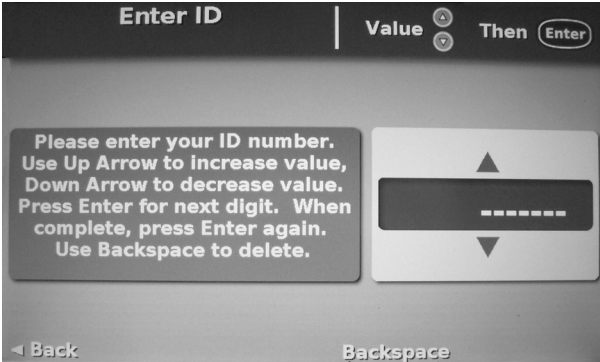


Record: 13		Start: 05/06/09 10:56	ID: 101
Program: Protocol	Duration: 1:44	Age: 40	
TBRS-XT	Goal Time: 16:00	Pounds: 180	
		Seat Position: 14	
HR: ---	Min. Max. Avg.	Totals	
Watts: 18	49 39	Calories: 7	
METS: 2.0	3.1 2.7	Steps: 294	
SPM: 68	112 103	Miles: .16	
		Stages: 0	

Navigation: Back, Write Record To Flashdrive, MM ^ Menu

사용자 추적 활성화

사용자 데이터 보다 구체적으로 추적하고 결과를 표시하려면 관리자 모드에서 사용자 추적을 켭니다. 이렇게 하면 사용자는 매 운동 전에 최대 6자리의 개인 식별 번호(PIN)를 입력할 수 있습니다. 그런 다음 이 PIN으로 운동 데이터를 추적합니다. 사용자 추적이 활성화된 상태에서 PIN을 사용하지 않으려면 입력 버튼을 두 번 눌러 운동 전에 이 입력 화면을 건너뛸 수 있습니다.



Enter ID

Please enter your ID number. Use Up Arrow to increase value, Down Arrow to decrease value. Press Enter for next digit. When complete, press Enter again. Use Backspace to delete.

Value: [Up Arrow] [Down Arrow] [Enter] [Backspace]

Navigation: Back, Backspace

추가 기능

즉석 프로그램

이 기능은 사용자가 운동하는 동안 언제든지 프로그램을 변경할 수 있게 해줍니다.

참고: 운동 데이터를 다른 프로그램으로 전송하려면 운동 길이가 60초이고

0.05km(0.03miles)이어야 합니다. 그렇지 않으면 0부터 시작합니다. 참고: 운동 프로토콜 프로그램에서는 이 기능을 사용할 수 없습니다.

플래시 장치 프로그래밍 기능

최신 소프트웨어 버전으로 업그레이드하려면 최신 버전을 플래시 장치에 다운로드한 후 T5 장비가 꺼진 상태에서 콘솔 뒷면에 삽입하십시오. 장치를 켜면 재프로그래밍 프로세스가 자동으로 시작됩니다. 재프로그래밍이 완료되었다는 메시지가 나타날 때까지 플래시 장치를 제거하지 마십시오.

배터리 절약 모드

사용하지 않을 때 배터리를 절약하기 위해 2주가 지나면 배터리 절약을 위한 절전 상태로 전환됩니다. 이 상태를 제거하려면 매우 빠르게 페달을 밟으면 됩니다. 이 기능은 자동이지만 장치가 꺼져 있는 상태에서 아무 버튼이나 10초 동안 길게 눌러 수동으로 이 상태로 전환할 수도 있습니다.

사용 방법

운동 중 언제나 사용할 수 있는 사용 방법 버튼을 통해 모든 정보에 액세스할 수 있습니다. 사용자는 이 버튼을 사용하여 제품 사용 방법을 알 수 있습니다. 참고: 상황에 맞는 i 버튼도 사용할 수 있습니다.

평균 버튼

평균 버튼을 누르면 콘솔 화면에 누적 운동 평균이 6초간 표시됩니다. 콘솔은 자동으로 운동 화면으로 돌아갑니다. 또는 운동 계속 소프트키 버튼을 눌러 더 빨리 운동 화면으로 돌아갈 수 있습니다.

부하 0(영)

부하 0은 부하 1보다 훨씬 더 낮은 운동 부하 수준을 제공합니다. 부하 0은 장비가 전원 콘센트에 꽂혀 있을 때만 표시되고 작동하며 사용 가능한 작업 부하 설정 중 가장 낮은 값을 제공합니다.

관리자 모드

관리자모드를 사용하면 권한을 부여받은 직원이 출고 시 기본 설정을 변경할 수 있습니다(다음 페이지의 기본 설정 목록 참조).

관리자 모드를 시작하려면:

1. 사용 방법 소프트 키 버튼을 누릅니다.
2. 아래쪽 화살표 버튼을 연락처 및 제품이 강조 표시 될 때까지 누른 다음 입력을 누릅니다.

연락처 및 제품 화면에서:

3. 두 번째 및 네 번째 소프트 키 버튼을 동시에 누른 상태에서 입력을 누릅니다(그림 참조).



사용 메뉴
누적 통계, 펌웨어 버전 및 사용자 운동 데이터를 보여줍니다.

출고 시 기본값 변경
필요에 따라 설정을 사용자 정의할 수 있습니다.

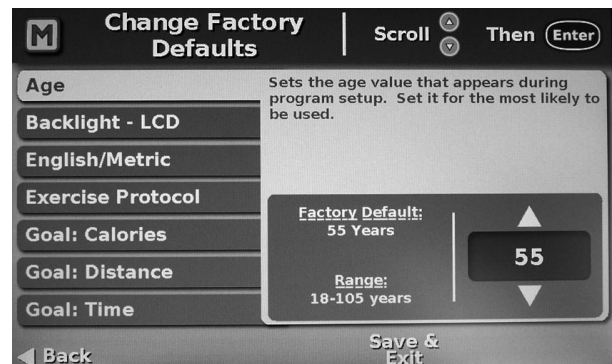
출고 시 기본값 복원
모든 출고 시 기본값을 전체적으로 복원합니다.

진단 데이터
진단 화면을 불러옵니다.



기본 설정을 변경하려면:

1. 출고 시 기본값 변경을 선택합니다.
2. 위 또는 아래로 스크롤하여 해당 설정(예: 나이)에 액세스합니다.
3. 입력을 누릅니다. 선택한 기본 항목은 빨간색으로 강조 표시됩니다.
4. 위쪽 또는 아래쪽 화살표를 사용하여 새 기본 설정을 선택합니다(콘솔에 출고 시 기본값과 각 설정의 범위가 모두 표시됨).
5. 입력을 눌러 새 기본값을 설정합니다.
6. 스크롤을 사용하여 기타 설정에 액세스합니다.
7. 언제든지 저장 및 종료를 눌러 설정을 저장하고 관리자 모드를 종료합니다.



관리자 모드

설 정	기 본 값	범 위 / 옵션
백라이트 - LCD	7	백라이트 값(1~10), 10이 가장 높습니다.
영국식/미터법 단위	영어	영국식 또는 미터법 데이터 단위를 선택합니다.
운동 프로토콜	꺼짐	운동 프로토콜 프로그램을 켜거나 끕니다.
목표: 칼로리	188	5~3500칼로리. 프로그램 설정 중에 나타날 가능성이 가장 높은 값을 설정합니다. 또한 최대 칼로리 제한을 설정합니다.
목표: 거리	2.25	16~16km(0.1~10miles). 프로그램 설정 중에 나타날 가능성이 가장 높은 값을 설정합니다. 또한 최대 거리 제한을 설정합니다.
목표: 시간	40	1~99분. 프로그램 설정 중에 나타날 가능성이 가장 높은 값을 설정합니다. 또한 최대 시간 제한을 설정합니다.
휴 모드	꺼짐	휴 모드 기능을 켜거나 끕니다.
언어	영어	중국어, 덴마크어, 네덜란드어, 영어, 프랑스어, 독일어, 이탈리아어, 일본어 및 스페인어
MET	2.6	1.0~27.0MET
소리	일반: 낮음 이벤트: 낮음 THR 정보: 중간 모든 걸음: 꺼짐	일반 불륨, 중요 이벤트 불륨, THR 범위 경보를 설정하고 매 걸음 시 사운드를 켤 수 있습니다.
분당 걸음 수	100	분당 25~200걸음
THR	0.70	0.55~0.90. 프로그램을 설정하는 동안 또는 가슴 스트랩 착용 시 나타나는 목표 심박수를 계산하는 데 사용되는 비율을 설정합니다. ACSM 지침을 기반으로 합니다.
시간 - 기능 시간대	경과 시간 동부 시간	기본 선택으로 운동 후 경과 시간 또는 남은 시간. 시간과 날짜는 어느 시간대로도 조정이 가능합니다.
추적 모드	꺼짐	사용자 추적 모드를 켜거나 끕니다.
워밍업/쿨다운	12.5%	운동 시간의 5~12.5%. ACSM 지침에 따라 입력한 총 목표를 기준으로 워밍업 및 쿨다운 단계의 시간 백분율을 설정합니다. 기본값은 워밍업 12.5%, 운동 75%, 쿨다운 12.5%입니다.
와트	60	25~400와트
체중	180lbs	T5 모델의 경우 75~500lbs 또는 T5XR 모델의 경우 75~600lbs.
운동 디스플레이	칼로리, 거리	칼로리 또는 MET, 거리 또는 걸음 중에서 선택합니다.

예방 유지보수

예방 유지보수 간격

T5는 유지보수가 필요 없도록 설계되었지만 NuStep의 사용 수명을 늘리려면 몇 가지 작업을 수행하는 것이 좋습니다. NuStep의 사용 시간에 따른 권장 예방 유지보수 간격을 따르십시오. 이것은 예상 간격이며 실제 사용 시간에 따라 예방 유지보수 간격을 늘리거나 줄여야 할 수 있습니다.

항 목	작 업	빈 도
콘솔	* 청소	매주
커버 및 프레임	* 청소	매주
시트	* 청소	매주
* 비연마성 분무 클리너와 부드러운 천을 사용하여 NuStep을 청소하십시오.		

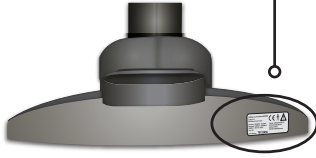
문제 해결

오 작 동	가 능 한 원 인	시 정 조 치
Polar 가슴 스트랩(옵션) 착용 시 심박수가 표시되지 않음	가슴 스트랩 전극이 충분히 젖지 않았습니다.	벨트를 적십니다.
	사용자가 입력된 가슴 스트랩 송신기를 착용하지 않았습니다.	coded 가슴 스트랩 송신기를 주문하려면 NuStep에 문의합니다.
	가슴 스트랩 송신기 배터리가 방전되었습니다.	Polar USA, www.polarusa.com에 문의합니다.
	가슴 스트랩 송신기 전극이 피부에 직접 닿지 않았습니다.	가슴 스트랩 송신기의 올바른 위치에 대한 지침을 확인합니다.

T5 일련번호 정보

장비에서의 위치:

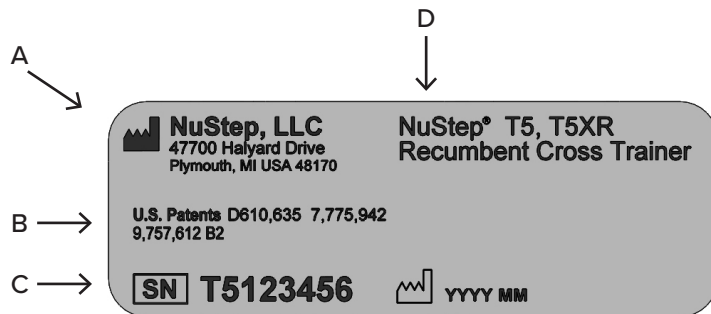
- 장비 뒷면의 오른쪽 하단 모서리에 있습니다.



- 콘솔 디스플레이 화면에 있습니다.

확인 방법:

- 사용 방법 버튼을 누릅니다.
- 연락처 및 제품 정보가 강조 표시될 때까지 아래쪽 화살표를 누릅니다.
- 입력 버튼을 누릅니다.

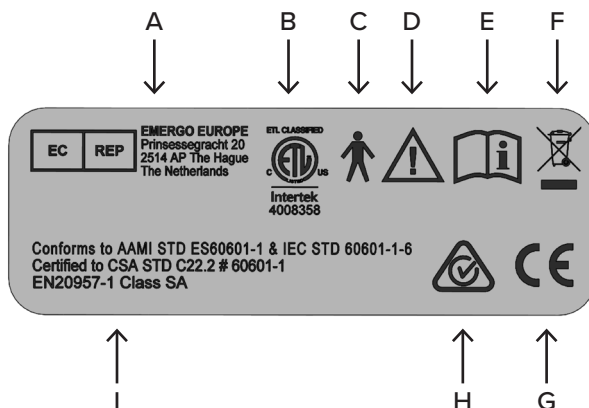


A	제조사명 및 주소
B	제품에 대한 특허 보호
C	일련번호 및 제조일자
D	제품 모델 번호 및 설명

T5 규제 정보

장비에서의 위치:

장비 뒷면의 오른쪽 하단 모서리에 있는 일련 번호 레이블 옆에 있습니다.



A	유럽 공인 대리점
B	국가 공인 시험소 마크
C	B형 전기안전 적용 부품
D	주의 동봉된 문서를 읽으십시오
E	사용하기 전에 사용자 설명서를 읽으십시오
F	WEEE 지침 마크
G	CE 마크
H	RCM
I	Standards

고객 서비스 및 부품 요청

1단계: 문제를 식별합니다.
문제를 보고한 사람과 대화하여 문제의 본질을 파악합니다.

2단계: 문제를 확인합니다.
크로스 트레이너를 검사하여, 교체 부품이 필요한지 확인합니다.

3단계: 다음 정보를 기록합니다:

- 일련 번호
- 총 사용 시간
- 총 걸음 수
- 펌웨어 버전
- LCB 버전

이 정보는 누적 통계 화면에 있습니다. 확인 방법:

1. 빠른 시작 버튼을 누릅니다.
2. 입력 버튼과 첫 번째 소프트 키 버튼을 동시에 누릅니다.

4단계: 고객 서비스에 문의합니다.
제품 전문가가 더 잘 지원할 수 있도록 일련번호와 문제에 대해 자세하게 설명합니다.

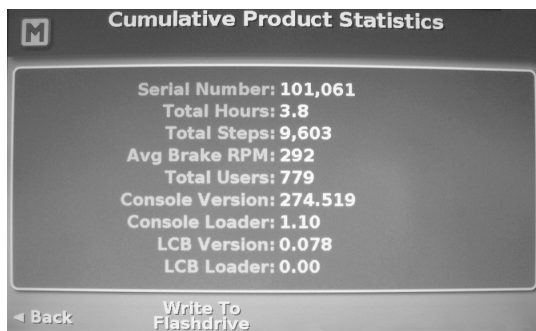
연락처 정보:

이메일: support@nustep.com

전화: 800-322-2209
734-769-3939

웹페이지: www.nustep.com

미국 및 캐나다 이외 지역의 고객은 해당 지역 NuStep 대리점에 연락하여 고객 서비스를 받을 수 있습니다.



T5 보증

온라인으로 보증을 확인하거나 인쇄하려면 다음 웹 사이트를 방문하십시오: www.nustep.com

보증에 대해 질문이 있는 경우 다음 연락처로 고객 서비스에 문의하십시오:

800-322-2209 또는 support@nustep.com.

미국 및 캐나다 이외 지역의 고객은 제품이 판매된 국가의 대리점에서 보증 정보를 얻을 수 있습니다.

기술 데이터

최대 사용자 체중	T5 모델 = 227kg(500lbs) T5 ^{XR} 모델 = 272kg(600lbs)
사용자 키 범위	137.16cm~200.66cm(4' 6" ~6' 7")
장비 무게	T5 모델 = 129kg(285lbs) T5 ^{XR} 모델 = 134kg(295lbs)
크기: (길이/높이/너비)	185cm(73") 117cm(46") 76cm(30")
밀폐형 납축전지	12V 7.0Amp. Hour(PowerSonic PS-1270F1) (NuStep, LLC. 부품 번호 50216)
알칼라인 배터리	AA 배터리, 수량 2, (Energizer EN91) (NuStep, LLC. 부품 번호 41224). 참고: NuStep을 몇 달 동안 사용하지 않을 경우 AA 배터리를 분리하십시오.
USB 포트	T5/T5 ^{XR} 콘솔에는 데이터 전송을 위한 USB 호스트 포트가 포함되어 있습니다. 참고: USB 포트는 플래시 드라이브 전용입니다.
표준	ANSI/AAMI ES60601-1, CAN/CSA-C22.2 No. 60601-1, IEC/EN 60601-1, IEC/EN 60601-1-2, IEC/EN 60335-1, EN 20957-1, EN 957 - 8 Class SB
발전기 저항	범위 0~1400와트
제동 시스템, 걸음걸이 동작 및 와트 측정 매개변수	제동 시스템, 걸음걸이 동작 및 와트 측정 매개변수는 부록 A를 참조하십시오.
AC 어댑터(옵션)	모델(Ault/SL Power MENB1020A1572B02, ME20A1503B01 또는 ME20A1572B02) 출력 15Vdc @ 1.2A 의료용 SMPS 입력 100~240V~ 50~60Hz, 400mA

12볼트 납축전지 교체

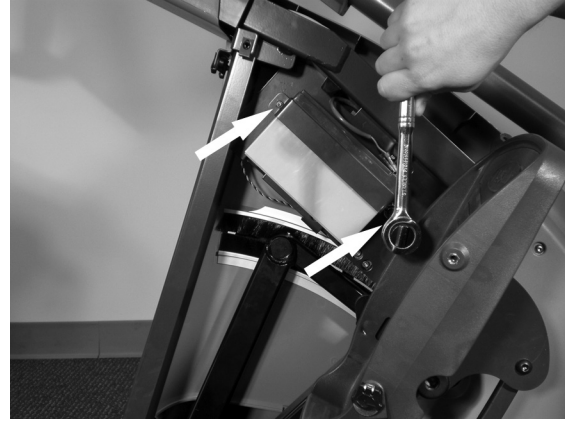
필요한 공구

3mm 육각 비트

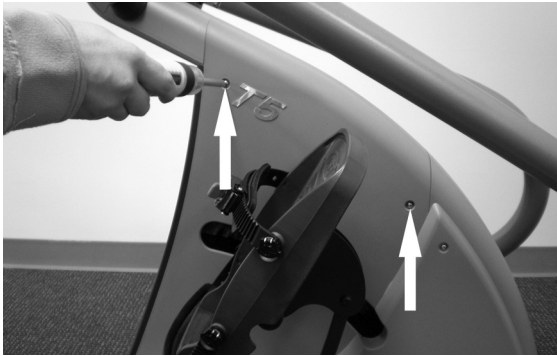
8mm 딥 소켓

래킷 및 익스텐션

1. AC 어댑터가 연결된 경우 콘센트에서 분리합니다.
2. 프론트 엔드 트림 커버의 나사 4개를 제거하고 프레임에서 커버를 분리합니다.
4. 잠금 너트 두 개를 제거합니다.



3. 오른쪽 상단 커버의 나사 2개를 제거하고 프레임에서 커버를 분리합니다.



5. 배터리 케이블을 제거합니다.



6. 배터리를 분리합니다.

7. 새 배터리를 장착하려면 단계를 역순으로 수행합니다. (참고: 빨간색 케이블이 배터리의 양극(빨간색)에 연결되고 검은색 케이블이 배터리의 음극(검은색)에 연결되었는지 확인하십시오.)



주의

배터리를 소각하지 마십시오. 배터리가 폭발할 수 있습니다.

배터리를 열거나 절단하지 마십시오. 배터리에는 독성이 있고 피부와 눈에 해로운 전해질이 들어 있습니다.

에너지 위험으로 인한 부상을 방지하려면 배터리를 교체할 때 손목 시계 및 반지와 같은 장신구를 제거하십시오.

배터리는 원래 장비에 설치된 것과 동일한 개수와 유형의 배터리로 교체하십시오.

해당 지역의 재활용 절차에 따라 배터리를 재활용하십시오.

안전 표시

보호 유형 / 등급	분류 / 식별 / 경고	기 호
감전 보호 유형	II등급 장비	
감전 보호 등급	B형 적용 부품	
액체 유입 보호 등급	비보호	NA
공기 또는 산소와 혼합된 가연성 마취 혼합물 또는 아산화질소의 존재 시 안전 등급	부적합	NA
작동 모드	연속	NA
전자기 또는 기타 간섭 가능성에 관한 정보 및 회피에 관한 조언	NuStep® T5 및 T5 ^{XR} 리컴버트 크로스 트레이너는 내부 기능용으로만 전자기 및 RF 에너지를 사용합니다. 그러므로 EMC 및 RF 방출이 매우 낮으며 인접 전자 기기에 간섭을 일으킬 가능성이 없습니다.	NA
IEC 60601-1-2에서 요구하는 EMC 경고 및 표	EMC 표를 참조하십시오.	NA
IEC 60601의 요건을 준수하는데 필요한 지정된 옵션 외부 전원 공급 장치 또는 배터리 충전기의 ID	밀폐형 납축전지 사용으로 인해 외부 전원 공급 장치는 선택 사항이지만, 필요한 경우 이 설명서의 기술 데이터 섹션에 지정된 전원 공급 장치를 사용해야 합니다.	NA

안전 표시

보호 유형 / 등급	분류 / 식별 / 경고	기 호
수명이 다한 장비 자체의 폐기를 포함한 폐기물, 잔류물의 폐기와 관련된 모든 위험의 ID.	NuStep® T5 및 T5 ^{XR} 리컴버트 크로스 트레이너 장비에는 특정 지역의 폐기 또는 재활용 절차의 준수가 필요할 수 있는 전자회로 조립체, 밀폐형 리튬 코인 셀 배터리 및 밀폐형 납축 전지 배터리가 포함되어 있습니다.	
운송 및 보관 환경 조건 사양(포장 외부에도 표시되어 있음).	NuStep® T5 및 T5 ^{XR} 리컴버트 크로스 트레이너 장비는: a) 다음 조건에서 안전하게 운송 및 보관할 수 있으며 -10~50°C; 습도 ≤ 95%, 비응축; 20~107kPa. b) 다음 조건에서 작동 가능합니다 5~40°C; 습도 ≤ 85%, 비응축; 60~107kPa.	NA
전력 공급으로부터 장비를 분리하기 위한 수단에 대한 설명.	NuStep® T5 및 T5 ^{XR} 리컴버트 크로스 트레이너 장비는 전원 공급 장치를 벽에서 분리하여 배터리로만 실행할 수 있습니다. 전원 공급 장치에는 절연 변압기와 퓨저블 링크가 있습니다.	NA
장비 전원 공급 표시.	T5 및 T5 ^{XR} 리컴버트 크로스 트레이너 장비에 전원이 연결되어 있고 사용하지 않을 경우 배터리가 충전되는 동안 대기 전원 표시등이 깜박입니다. 충전이 완료되면 대기 전원 표시등이 깜박이지 않고 켜진 상태로 유지됩니다.	

EMC 표

지침 및 제조사 선언 - 전자기 내성

NuStep® T5 및 T5^{XR} 리컴버트 크로스 트레이너 장비는 아래에 지정된 전자기 환경에서 사용하도록 설계되었습니다. NuStep® T5 또는 T5^{XR} 리컴버트 크로스 트레이너의 고객 또는 사용자는 해당 환경에서 기기를 사용해야 합니다. 제품에는 필수적인 성능 특징과 기능이 포함되어 있지 않습니다.

내성 시험	IEC 60601 시험 수준	적합 수준	전자기 환경- 지침
전도 RF IEC 61000-4-6 방사 RF IEC 61000-4-3	3Vrms 150kHz~80MHz 3V/m 80MHz~2.7GHz	3Vrms 3V/m	휴대형 및 이동식 RF 통신 기기는 NuStep® T5 리컴버트 크로스 트레이너의 모든 부분(케이블 포함)으로부터 전송기 주파수에 해당하는 수식을 사용하여 계산된 권장이격거리 이상 떨어진 곳에서 사용해야 합니다. 권장 이격 거리 $d = 1.2 \sqrt{P}$ $d = 1.2 \sqrt{P}$ 80MHz~800MHz $d = 2.3 \sqrt{P}$ 800MHz~2.7GHz 여기서 P 는 전송기 제조사에 따른 와트(W) 단위의 송신기 최대 출력 전력 정격이고 d 는 미터(m) 단위의 권장 이격 거리입니다. 전자기 현장 조사에 의해 측정된 고정식 RF 송신기로부터 나오는 전자기장의 강도 ^A 는 각 주파수 범위에서 적합 수준 미만이어야 합니다 ^B . 다음 기호가 표시된 장비 근처에서는 간섭이 발생할 수 있습니다: 

참고 1 80MHz 및 800MHz에서는 더 높은 주파수 범위가 적용됩니다.

참고 2 이 지침은 모든 상황에 적용되지 않을 수 있습니다. 전자기 전파는 구조물, 물체 및 사람에 의한 흡수 및 반사의 영향을 받습니다.

참고 3 이 제품은 RF 무선 통신 장비의 근접 전계 내성에 대한 IEC 60601-1-2 8.10 조 표 9를 준수합니다.

^A라디오(셀룰러/무선) 전화기 및 육상 이동 라디오 기지국, 아마추어 무전기, AM 및 FM 라디오 방송 및 TV 방송 같은 등의 고정식 송신기에서 나오는 전자기장의 강도는 이론적으로 정확하게 예측할 수 없습니다. 고정식 RF 송신기에 의한 전자기 환경을 평가하기 위해서는 전자기 현장 조사를 고려해야 합니다. NuStep® T5 리컴버트 크로스 트레이너를 사용하는 장소에서 측정된 전자기장 강도가 해당 RF 적합 수준을 초과하는 경우, NuStep® T5 리컴버트 크로스 트레이너를 관찰하여 정상 작동하는지 확인해야 합니다. 비정상 작동 성능이 관찰되는 경우, NuStep® T5 리컴버트 크로스 트레이너의 방향이나 위치를 바꾸는 등의 추가 조치가 필요할 수 있습니다.

^B 150kHz~80MHz의 주파수 범위에서 전자기장 강도가 $[V_1]V/m$ 미만이어야 합니다.

EMC 표

지침 및 제조사 선언 - 전자기 방출

NuStep® T5 및 T5^{XR} 리컴버트 크로스 트레이너 장비는 아래에 지정된 전자기 환경에서 사용하도록 설계되었습니다. NuStep® T5 또는 T5^{XR} 리컴버트 크로스 트레이너의 고객 또는 사용자는 해당 환경에서 기기를 사용해야 합니다. 제품에는 필수적인 성능 특징과 기능이 포함되어 있지 않습니다.

방출 시험	적합성	전자기 환경 - 지침
RF 방출 CISPR 11	1종	NuStep® T5 리컴버트 크로스 트레이너는 내부기능용으로만 RF 에너지를 사용합니다. 그러므로 RF 방출이 매우 낮으며 인접 전자기기에 간섭을 일으킬 가능성이 없습니다.
RF 방출 CISPR 11 고조파 방출 IEC 61000-3-2 전압 변동/플리커 방출 IEC 61000-3-3	B등급 해당 없음. 정격 전력은 $\leq 75W$ 입니다. 해당 없음. 정격 전력은 $\leq 75W$ 입니다. 장비는 심각한 전압 변동을 일으킬 가능성이 없습니다.	NuStep® T5 리컴버트 크로스 트레이너는 모든 시설에서 사용하기에 적합합니다.

지침 및 제조사 선언 - 전자기 내성

NuStep® T5 리컴버트 크로스 트레이너는 아래에 지정된 전자기 환경에서 사용하도록 설계되었습니다. NuStep® T5 리컴버트 크로스 트레이너의 고객 또는 사용자는 해당 환경에서 기기를 사용해야 합니다.

내성 시험	IEC 60601 시험 수준	적합 수준	전자기 환경 - 지침
정전기 방전(ESD) IEC 61000-4-2	±8kV 접촉 ±15kV 공기	±6kV 접촉 ±8kV 공기 (참고 1 참조)	바닥은 목재, 콘크리트 또는 도자기 타일이어야 합니다. 바닥이 합성 물질인 경우 상대 습도가 30% 이상이어야 합니다.
전기적 빠른 과도 현상/버스트 IEC 61000-4-4	전력 공급 라인에 대해 ±2kV	전력 공급 라인에 대해 ±2kV	주전원 품질은 일반적인 상업용 또는 병원 환경에 부합하는 것이어야 합니다.
서지 IEC 61000-4-5	±1kV 차동 모드 ±2kV 공통 모드	±1kV 차동 모드 ±2kV 공통 모드	주전원 품질은 일반적인 상업용 또는 병원 환경에 부합하는 것이어야 합니다.
전원 입력 라인에 대한 전압 강하, 순간 정전 및 전압 변동 IEC 61000-4-11	0% UT; 0.5사이클 0% UT; 1사이클 70% UT; 25/30사이클 0% UT; 250/300사이클	0% UT; 0.5사이클 0% UT; 1사이클 70% UT; 25/30사이클 0% UT; 250/300사이클	주전원 품질은 일반적인 상업용 또는 병원 환경에 부합하는 것이어야 합니다. NuStep® T5 리컴버트 크로스 트레이너를 주전원 중단 중에도 계속 사용해야 하는 경우, NuStep® T5 리컴버트 크로스 트레이너는 내부 배터리에서 전원을 공급받습니다.
전원 주파수 (50/60Hz) 자기장 IEC 61000-4-8	30A/m	30A/m	전원 주파수 자기장은 일반적인 상업용 또는 병원 환경의 일반적인 장소에 부합하는 수준이어야 합니다.
참고 1 더 높은 수준의 ESD는 기본적인 안전이나 필수 성능에 영향을 미치지 않습니다. (참조: 지침 및 제조사 선언 - 전자기 방출) 참고 2 UT는 시험 수준을 적용하기 전의 a.c. 주전원 전압입니다.			

미국 FCC 적합성 및 IEC/EN 55011 적합성

미국 **FCC** 적합성 선언문:

참고: 이 장비는 FCC 규정 제15조에 따른 시험을 거쳤으며 B등급 디지털 기기에 대한 제한을 준수하는 것으로 확인되었습니다. 이 제한은 주거용 설치 시 유해한 간섭으로부터 합리적인 보호를 제공하기 위한 것입니다. 이 장비는 무선 주파수 에너지를 사용 및 생성할 수 있으며 설치 지침에 따라 설치 및 사용하지 않을 경우 무선 통신에 유해한 간섭을 일으킬 수 있습니다. 그러나 특정 설치에서 간섭이 발생하지 않을 수 있다는 보장은 없습니다. 이 장비가 라디오 또는 텔레비전 수신에 유해한 간섭을 일으키는 경우(이 장비를 켜다가 켜서 확인할 수 있음), 다음 조치 중 하나 이상을 시도하여 간섭을 시정할 것을 권장합니다:

- 수신 안테나의 방향 또는 위치를 변경합니다.
- 장비와 수신기 사이의 거리를 늘립니다.

장비를 수신기가 연결된 것과 별개의 콘센트에 연결합니다.

도움이 필요한 경우 대리점이나 숙련된 라디오/TV 기술자에게 문의합니다.

IEC/EN 55011 적합성 선언문:

이 기기는 IEC/EN 55011, 1종, B등급을 준수합니다. 1종에는 장비 자체의 내부 기능에 필요한 전도성 결합 무선 주파수 에너지를 의도적으로 생성 및/또는 사용하는 모든 ISM 장비가 포함됩니다. B등급 장비는 가정용 시설 및 가정용으로 사용되는 건물에 공급되는 저압 전력 공급망에 직접 연결된 시설에서 사용하기에 적합합니다.

상표

Bluetooth® 문자 상표 및 로고는 Bluetooth SIG, Inc. 소유의 등록 상표이며 NuStep, LLC는 사용권을 허가받아 해당 상표를 사용합니다. 기타 상표 및 상호는 해당 소유자의 소유입니다.

부록 A

제동 시스템:

T5/T5^{XR} 모델은 프로그램 유형에 따라 속도 중속 및 속도 독립 제동 저항을 모두 제공합니다. 목표 심박수, 정속, 정 출력 및 운동 프로토콜 프로그램은 속도 중속적입니다. 다른 모든 프로그램은 속도 독립 프로그램입니다. 프로그램에 대한 설명은 이 설명서의 프로그램 개요 섹션을 참조하십시오.

걸음걸이 동작:

T5/T5^{XR} 모델은 최대 스텝 범위 5~21.5cm(2"~8.5")의 중속적인 걸음걸이 동작을 제공합니다.

표시되는 와트 측정 매개변수:

표시되는 와트 값은 사용자의 에너지 소모율을 나타냅니다. 이 값은 장비의 기계적 매개변수와 측정된 평균적인 운동 스타일을 기반으로 하는 알고리즘을 사용하여 실시간으로 계산됩니다. 표시되는 와트 값에 영향을 미치는 중요한 기계적 매개변수로는 장비의 움직이는 구성품의 관성, 사용자가 선택한 부하 수준 및 하이브리드 브레이크 발전기의 회전 속도가 있습니다. 표시되는 와트 값의 유효성 시험은 해당 값과 다양한 연령, 체중 및 성별의 여러 사용자가 평균 8인치 스텝을 통해 생성한 실제 기계적 출력 측정 값을 비교하여 수행되었습니다. 표시되는 값과 측정된 값을 15가지 부하 수준 각각에서 분당 40~160 걸음 사이의 7가지 속도에서 비교했습니다. 표시되는 와트 값은 사용자가 보유한 생리학적 또는 해부학적 매개변수와 무관합니다.

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



이 설명서의 정보는 인쇄 당시의 최신 정보입니다. 지속적인 개선을 위한 당사의 노력으로 인해 사양과 내용은 예고 없이 변경될 수 있습니다. NuStep, LLC의 명시적인 서면 허가 없이는 이 설명서의 어떤 부분도 어떠한 형태나 수단(전자적 또는 기계적)으로 복제하거나 전송할 수 없습니다. © Copyright 2021년 7월 NuStep, LLC.

NuStep® 및 Transforming Lives®는 NuStep, LLC의 등록 상표입니다.

설명서 PN 53630 T5 사용자 설명서, Rev A

