

# NuStep<sup>®</sup> T6

Sittende crosstrainer

BRUKERVEILEDNING



Transforming Lives<sup>®</sup>



# Innhold

Innledning.....	4
Sikkerhetsanvisninger.....	5 – 6
Installasjon og plassering.....	7
Bruk av AC-adapter .....	8
Funksjonsoversikt for T6.....	9
T6 StrideLock® .....	10
Justeringer .....	11 – 13
Riktig kjøreposisjon .....	13
Skjermbilder.....	14 – 16
Pausefunksjon.....	17
Systeminnstillinger.....	18 – 19
Brukerinnstillinger .....	20
Eksportere brukerprofildata .....	21
Eksport at treningssammendrag .....	22
Forebyggende vedlikehold .....	23
Serienummer .....	24
Informasjon om forskrifter for T6 .....	24
Hvordan få kundeservice og deler.....	25
Garantiinformasjon for T6 .....	25
Tekniske data .....	26
Sikkerhetsvarsler.....	27 – 28
EMC-tabeller.....	29 – 31
US FCC-overholdelse og IEC/EN 55011-overholdelse .....	32

# Innledning

---

Takk for at du har kjøpt NuStep T6 sittende crosstrainer.

Som opphav til den sittende crosstraineren er NuStep ledende når det gjelder å utvikle treningssystemer til sittende bruk for hele kroppen som er inkluderende, effektive og lette å bruke. Produktene våre brukes i helsetjenester, velværesentre og pensjonistsamfunn over hele verden.

T6 markerer en milepæl i NuSteps kontinuerlige streben etter fremgang, kundetilfredshet og bransjeledende kvalitet. Som et kundefokusert selskap henvendte NuStep seg til kundene våre, inkludert helsepersonell og treningseksperter for å få innsikt i hvilke funksjoner som skal inkluderes i produktet. T6 er sluttresultatet av denne verdifulle tilbakemeldingen.


Takk for at du er blitt kunde, og velkommen til nettverket av NuStep-brukere, som stadig utvides.


## Sikkerhetsanvisninger

	 <b>FORSIKTIG</b>	 <b>ADVARSEL</b>
<p>Dette er varselsymbolet. Det brukes til å rette oppmerksomheten mot instruksjoner som angår personlig sikkerhet. Les og følg alle sikkerhetsmeldinger som følger dette symbolet for å unngå mulig personskade og dødsfall som følge av feil bruk.</p>	<p>FORSIKTIG angir en potensielt farlig situasjon som kan føre til mindre eller moderate personskader hvis de ikke unngås. Det kan dessuten brukes til å advare mot utrygg bruk.</p>	<p>ADVARSEL angir en potensielt farlig situasjon som kan føre til dødsfall eller alvorlige personskader hvis den ikke unngås.</p>

 <b>ADVARSEL</b>
<p>Utstyret må ikke modifiseres uten tillatelse fra produsenten.</p> <p>Bruk dette utstyret må bare brukes til den bruken det er beregnet på, som beskrevet i denne håndboken.</p> <p>Du må ikke bruke festeinnretninger som ikke er anbefalt av produsenten.</p> <p>Aldri bruk dette produktet hvis det har skadet ledning eller støpsel.</p> <p>Hold ledning unna varme overflater.</p> <p>Hold produktet unna varme, gnister, åpen flamme og varme overflater.</p> <p>La aldri noen gjenstand falle ned i eller settes inn i noen åpning.</p> <p>Ikke bruk utendørs.</p> <p>Feil eller overdreven trening kan føre til helseskader.</p> <p>Pulsmonitorer kan være unøyaktige.</p> <p>Hvis man trener for mye, kan det føre til alvorlig personskade eller dødsfall. Hvis du føler deg nær ved å svime av, skal du avslutte treningsøkten med det samme.</p> <p>Bruk av dette utstyret ved siden av eller stablet oppå annet utstyr bør unngås fordi det kan føre til at ikke alt fungerer som det skal.</p> <p>Bærbart RF-kommunikasjonsutstyr (inkludert tilleggsutstyr som antennekabler og eksterne antenner) skal ikke brukes nærmere enn 30 cm (12 tomm) til enhver del av dette produktet, inkludert kabler. Ellers kan det føre til redusert ytelse fra dette utstyret.</p>

## Sikkerhetsanvisninger

 <b>FORSIKTIG</b>
<p>Rådfør deg med lege før du starter et treningsprogram.</p> <p>Oppsyn er nødvendig hvis du har funksjonshemming eller sykdom.</p> <p>Avslutt treningsøkten hvis du føler deg svimmel når du bruker dette produktet, og søk legehjelp eller råd.</p> <p>Bruk dette produktet kun på den måten som legen har anbefalt hvis du har hjertesykdom, hypertensjon, diabetes, lungesykdom eller et annet medisinsk problem eller hvis du er gravid.</p> <p>Personer med reduserte fysiske, sensoriske eller kognitive evner – eller manglende erfaring og kunnskap om dette produktet – kan bruke dette produktet, forutsatt at de er under oppsyn av en person som er ansvarlig for deres sikkerhet.</p> <p>Les denne brukerveiledningen før du bruker produktet, og ta vare på den for fremtidig referanse.</p> <p>Du må alltid ha på sko og egnet påkledning når du trener.</p> <p>Ikke berør eller hold produktet med ikke-intakt hud.</p> <p>Bruk ikke produktet hvis det synes å være skadet eller ikke fungerer. Se over produktet regelmessig for å se om det er skadet eller slitt. Sørg for at defekte deler byttes ut av kvalifiserte serviceteknikere umiddelbart.</p> <p>Vedlikehold og reparasjoner må ikke utføres på dette produktet mens det er i bruk. Vedlikeholdsaktiviteter skal utføres av kvalifisert servicepersonell.</p>

 <b>FORSIKTIG</b>
<p>Sørg for at sete- og overarmstillingen er riktig innstilt for deg.</p> <p>Ikke strekk ut armen for mye mens du bruker dette produktet.</p> <p>Ikke la barn bruke dette produktet.</p> <p>Ikke bruk dette produktet når det er barn eller kjæledyr til stede.</p> <p>Hold barn under 13 år unna denne maskinen.</p> <p>Displayet for hjerterytme, watt, MET og kalorier er ikke egnet til bruk når helsen og sikkerheten til pasienten er avhengig av nøyaktigheten til disse parameterne.</p> <p>Maksimal brukervektpasitet: T6<sub>PRO</sub>-modell = 227 kg T6<sub>MAX</sub>-modell = 272 kg</p> <p>Ikke løft dette produktet alene. T6 er veldig tung. Den veier 135 kg.</p> <p>For å unngå personskade eller skade på produktet må du alltid få hjelp til å flytte dette produktet. Bruk riktig løfteteknikk.</p> <p>Stikk ikke hendene inn i noen av åpningene i dekselet for å hindre at du blir skadet.</p> <p>Produktet skal plasseres på et flatt, stabilt underlag for å sikre trygg bruk. Innstill justeringsføttene etter behov.</p> <p>Dette produktet er kun ment å kobles til strømmettet via den medfølgende AC-adapteren.</p> <p><b>OPPBEVAR DISSE INSTRUKSJONENE.</b></p>

# Installasjon og plassering

## Utpakking og installasjon

Utpakking og installasjonsprosedyrer for T6-forsendelser er dokumentert i gjeldende veiledningsdokumenter for installasjon av T6-leveranser. Veiledningsdokumentene for installasjon leveres med produktene. Ytterligere kopier av disse dokumentene er tilgjengelig på forespørsel fra kundeservice.

**! FORSIKTIG**

T6 er veldig tung. Den veier 135 kg.

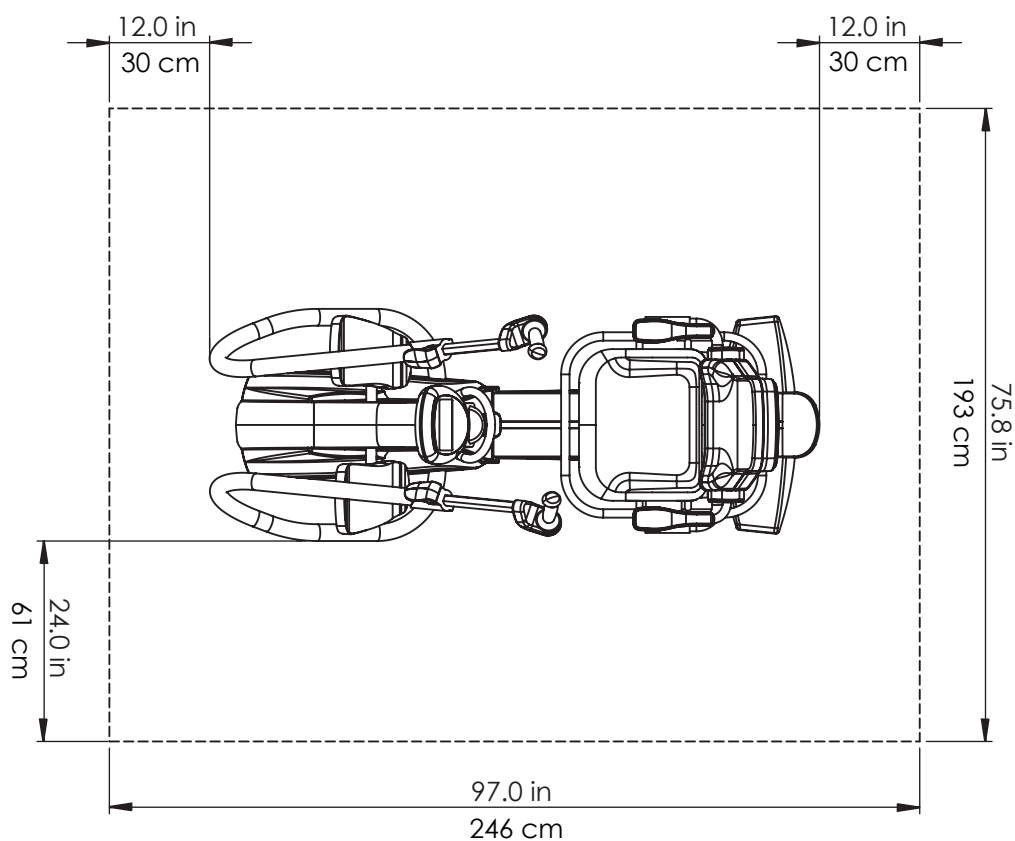
For å unngå personskaide eller skade på produktet må du alltid få hjelp til å flytte dette produktet.

Bruk riktig løfteteknikk.

## Plassering av utstyr

NuStep skal plasseres på et flatt, stabilt underlag for å sikre trygg og effektiv bruk. Innstill justeringsføttene bak etter behov. Det må være minimum 61 cm fritt rom på sidene, og 30 cm foran og bak. Ytterligere fritt rom er nødvendig for å få tilgang med rullestol.

For ekstra stabilitet og gulvbeskyttelse, plasser den sittende crosstraineren på en gulvmatte for treningsutstyr. Gulvmatten må være av samme type som den som selges av NuStep, LLC.



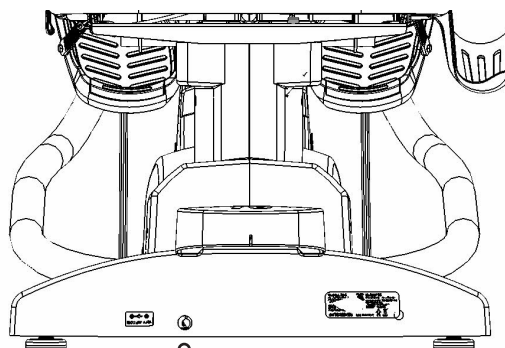
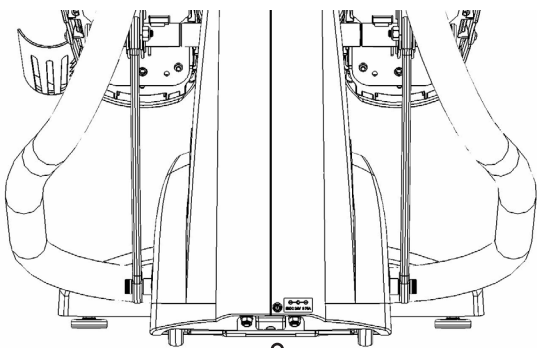
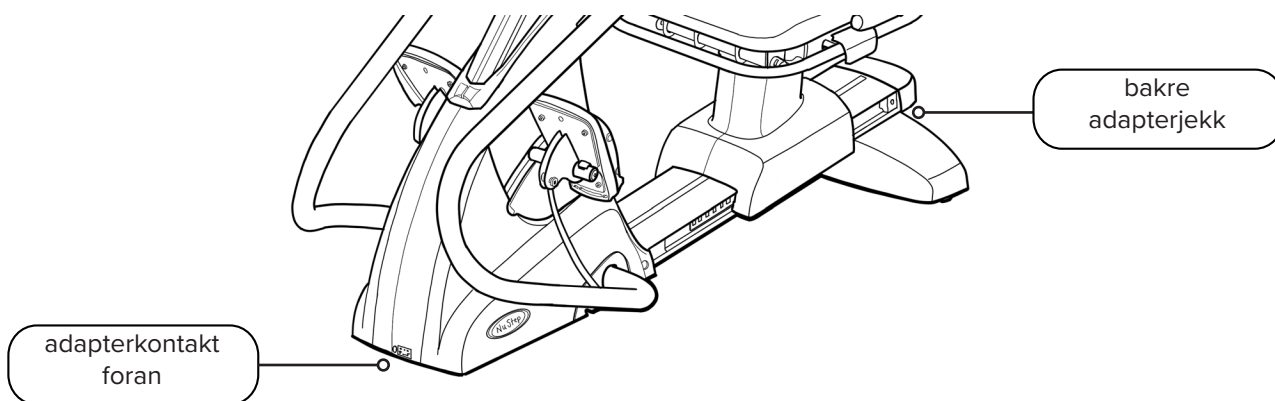
## Bruk av AC-adapter

T6 drives av en AC-adapter som følger med utstyret. AC-adapteren kan kobles til enten front- eller bakkontakten.\* Koble adapteren til et passende strømuttak.

Før AC-adapterens strømkabel på en måte som forhindrer snubelfare og skade på adapteren. Unngå press eller belastning på adapterkabler, kontakter eller støpsler.

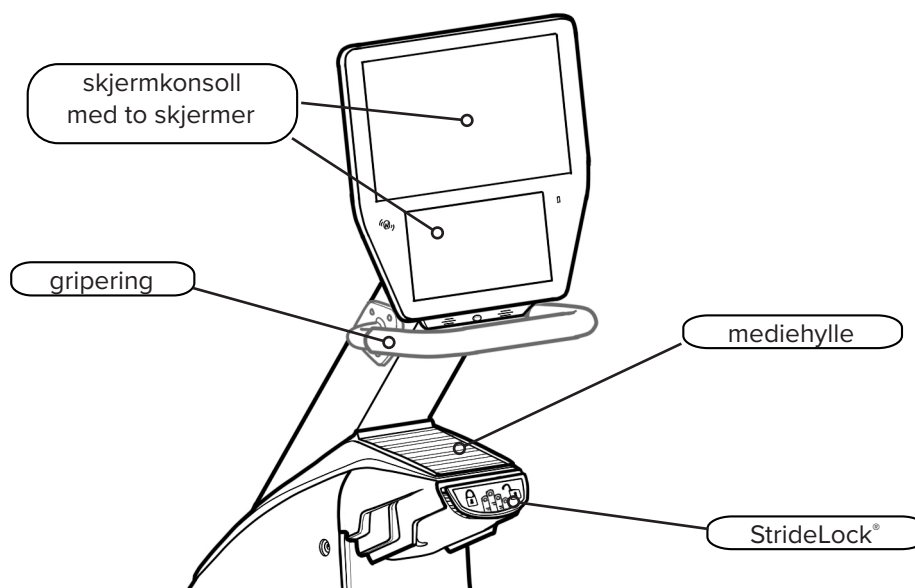
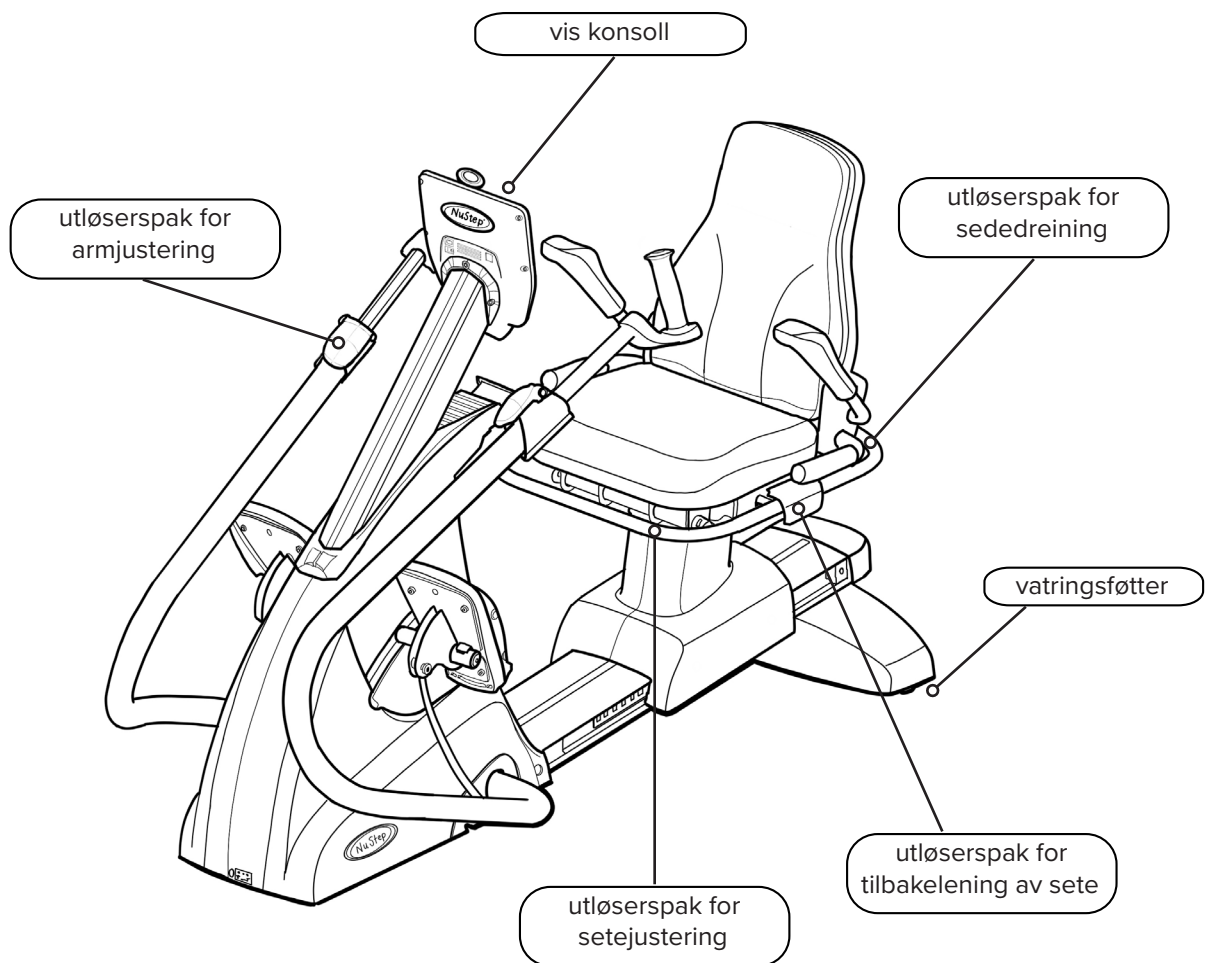
For adapterspesifikasjoner, se delen om tekniske data i denne håndboken.

*\*Ikke koble T6 til to AC-adaptere samtidig.*





# Funksjonsoversikt for T6



## T6 StrideLock®

---

StrideLock-funksjonen lar brukere låse armhåndtakene og fotpedalene på T6. Når StrideLock er aktivert, beveger ikke håndtakene og pedalene seg. Dette stabiliserer produktet og gjør det enklere for brukeren å:

- Gå av og på T6
- Juster sete- og håndtaksposisjoner
- Fest fotstropper eller fest adapterutstyr



StrideLock-spak

### For å kople til StrideLock:

1. Bruk armhåndtakene til å skyve eller trekke armene og pedalene til ønsket posisjon.
2. Trykk nedover på den gule StrideLock-spaken og slipp. Spaken er **OPPE** når den er **låst**.
3. Bekreft at StrideLock er aktivert ved å skyve eller dra i armhåndtakene – de skal ikke bevege seg.



Spaken er oppe når håndtak og pedaler er låst.

### For å kople fra StrideLock:

1. Trykk nedover på StrideLock-stangen igjen. Spaken er **NEDE** når den er **låst opp**.



Spaken er nede når håndtak og pedaler er låst opp.

# Foreta justeringer

---

## Juster seteavstand

1. Løft den gule spaken foran for å låse opp.
2. Bruk føttene til å skyve setet forover eller bakover for å justere avstanden.
3. Sjekk at kneet har en liten bøyning når benet er nesten helt utstrakt.
4. Slipp spaken for å låse setet på plass.



Løft fremre spak for å justere seteavstanden.



Kneet har en liten bøyning når benet er nesten helt utstrakt.

## Juster tilbakeleningen av setet

1. Plasser føttene på pedalene.
2. Løft den svarte spaken på venstre side for å låse opp.
3. Skyv på seteryggen for å øke tilbakeleningen (opptil 12° tilbakelening mulig).
4. Slipp spaken for å låse setet på plass.



Løft den svarte spaken på venstre side.



Skyv på seteryggen for å justere lenevinkelen.

# Foreta justeringer

---

## Juster håndtakets lengde

1. Trekk opp den gule utløerspaken for armjustering for å låse opp armhåndtakene.
2. Skyv håndtaket inn eller ut for å justere lengden.
3. Juster håndtakene til albuen er litt bøyd når armen er nesten helt utstrakt (for mange mennesker er dette det samme tallet som seteposisjonen).
4. Trykk utløerspaken ned for å låse.



Trekk opp spaken for å låse opp.



Trykk ned spaken for å låse.

## Juster armrotasjon

1. Trekk opp den gule armjusteringsspaken for å låse opp.
2. Roter håndtaket til høyre eller venstre.
3. Trykk utløsningsstangen ned for å låse når den er innstilt.



# Foreta justeringer

## Dreining av sete

1. Løft den bakre utløser-spaken for å låse opp setet.
2. Drei setet i begge retninger (setet dreies 360° og låses hver 45°).
3. Slipp spaken for å låse setet i posisjon.

*MERK: Setet kan roteres med eller uten en bruker på maskinen. For sikkerhets skyld kan ikke seteavstanden justeres med mindre den er vendt forover.*




Løft den bakre spaken for å låse opp setet.



Sete dreies 360° i begge retninger og låses på plass hver 45°.

## Riktig kjøreposisjon

Etter å ha justert armhåndtakene og seteposisjonen på T6, bør det være en *liten* bøyning i knærne og albue dine ved nesten full ekstensjon når du trener med T6.

	<b>FORSIKTIG</b>
Feil eller overdreven bruk kan føre til helseskader.	
Sørg for at setet og armene er satt opp i biomekanisk korrekte posisjoner.	
Ikke strekk bena eller armene dine for langt.	

Albuen har en liten bøyning når armen er nesten helt utstrakt.



Kneet har en liten bøyning når benet er nesten helt utstrakt.

# Skjermbilder

T6 har et start skjerm og metrisk skjerm med berøringssensitiv navigering:

Hjem-skjerm: Viser ikoner for *Hurtigstart*, *Treningspartner*, *NuStep-diagrammer*, og *Sporløper*. Trykk på ikonet for å starte.

Metrikkskjerm: Viser alle treningsmetrikker, inkludert *medgått tid*, *nivå (motstand)*, *puls*, *kalorier*, *SPM (skritt per minutt)*, *MET*, *totale skritt*, *mil* og *watt*.



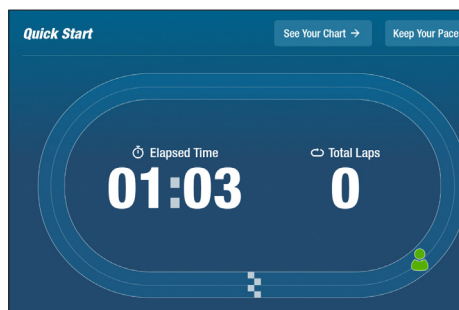
## Appskjermer

### Hurtigstart

Lar brukere komme videre uten å sette tempomål eller velge metriske verdier. Sporer medgått tid og totale runder.

Brukere kan bytte til andre apper fra skjermen *Hurtigstart*. For å bytte:

1. Trykk på [See Your Chart →](#) for å åpne *Ytelsesdiagram*.
2. Trykk på [Keep Your Pace →](#) for å åpne *Treningspartner*.

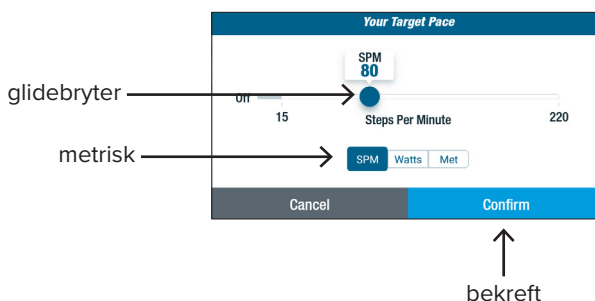
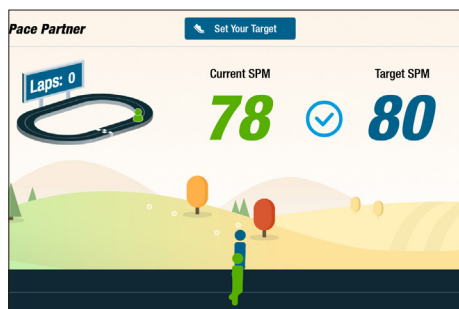


# Skjermbilder

## Treningspartner

Brukere setter et måltempo og velger en treningsmetrikk (SPM, watt eller MET) med mål om å holde tritt med måltempoet. Slik aktiverer du barnesikringen:

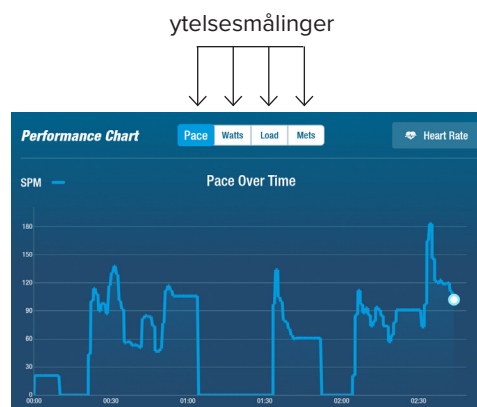
1. Trykk på **Set Your Target** or å åpne skjermbildet *Ditt måltempo*.
2. Trykk på ønsket metrikk.
3. Bruk glidebryteren for å velge tempo.
4. Trykk på *Bekreft for å velge*.



## NuStep-diagrammer

Viser ytelsemetriker for trening: *Tempo (SPM)*, *watt*, *belastning*, eller *MET* over tid.

Trykk på ønsket metrikkfane for å veksle mellom diagrammer. Den aktive metrikkfanen er uthevet i blått.



# Skjermbilder

## Sporløper

Spiller av videoer av naturskjønne løpestier for å engasjere brukere mens de trener. Slik starter du:

1. Trykk for å velge ønsket video. →
2. Begynn å gå for å starte videoen.



For å gå tilbake til *Sporløper*-menyen:

1. Trykk på skjermen, tittellinjen faller ned.
2. Trykk på *Tilbake*-knappen.

*Alt video-, lyd- og annet innhold som er inkludert i Sporløper og andre NuStep-apper er beskyttet under amerikanske og internasjonale lover om opphavsrett. Det gis ingen rett til å bruke videoen, lyden eller annet innhold på noen annen måte enn det som er presentert for visning i NuStep-produkter.*

## Metrikkskjermer

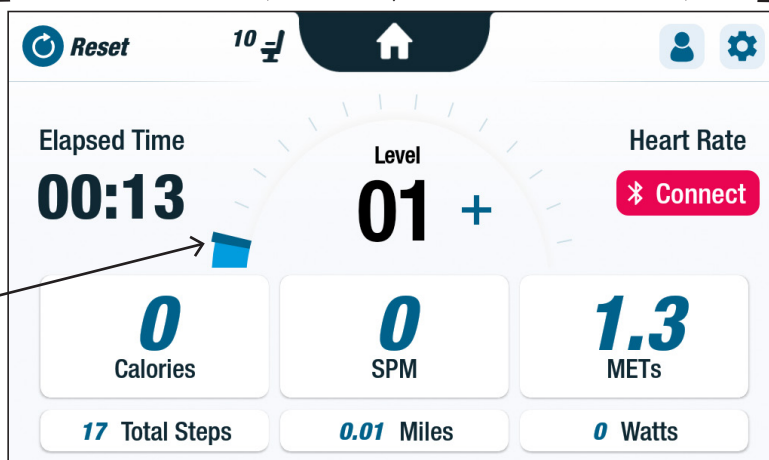
Trykk for å tilbakestille treningsøkten eller for å bruke endringer i standardinnstillingene.

Trykk for å gå tilbake til Hjem-skjermen.

Trykk for å åpne Brukerinnstillinger.

Trykk for å åpne Systeminnstillinger.

Belastningsnivå: trykk på (-) eller (+) for å justere.



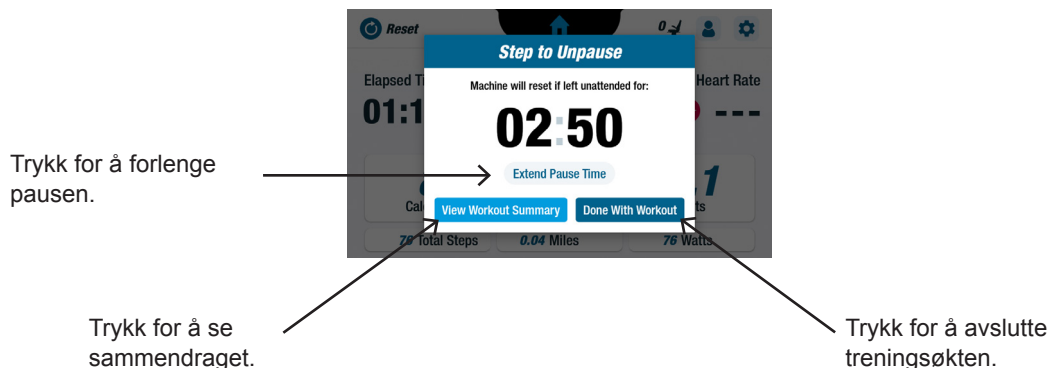
treningsmetrikker



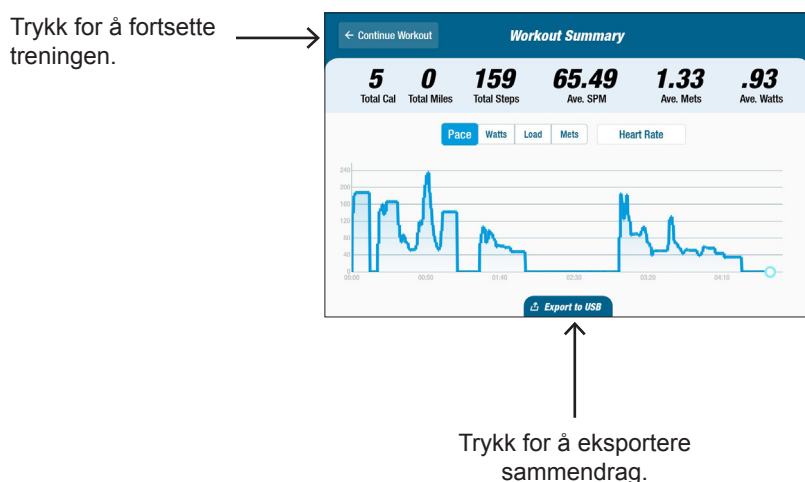
# Pausefunksjon

T6 har en 3-minutters konsollavslåingsfunksjon. Hvis en bruker slutter å tråkke og ikke trækker igjen innen tre minutter, tilbakestilles konsollen.

Før konsollen slås av, kan brukeren forlenge pausen (f.eks. for intervalltrening) i ytterligere 15 minutter. På dette tidspunktet kan brukeren også se et sammendrag av treningsytelsen eller avslutte treningsøkten.

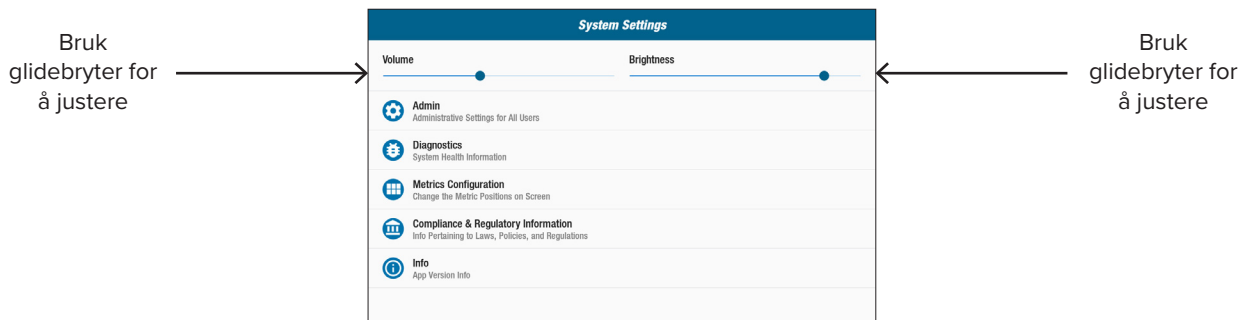


Etter å ha gjennomgått sammendraget, kan brukere gå tilbake til treningsøkten, avslutte treningsøkten eller eksportere trenings sammendraget til en USB-stasjon (se side 22 for instruksjoner).




## Systeminnstillinger

Bruk til å justere volum og skjermens lysstyrke, endre standardinnstillinger, vise diagnostikk, endre metrisk konfigurasjon, se forskrifts- og programvareinformasjon.



## Administrator

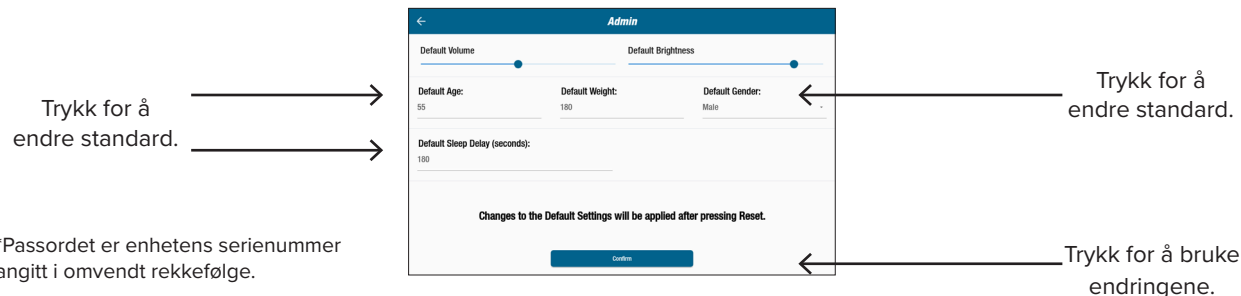
Bruk for å endre standardinnstillinger (alder, vekt, kjønn). Endringer i standardinnstillingene er globale. Når Admin-skjermen åpnes, kreves et passord\* for å endre standardinnstillingene. For å oppgi passord:

1. Trykk på skjermen for å åpne numerisk tastatur.
2. Skriv inn passord, trykk på *Submit*.
3. Trykk på  ikonet for å lukke tastaturet.




På Admin-skjermen:

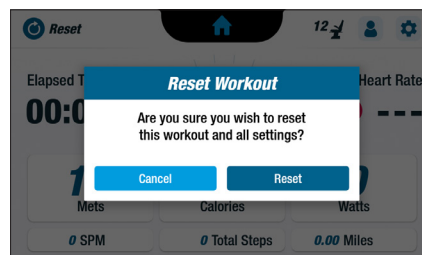
1. Trykk på standardfeltene og angi nye standardinnstillinger.
2. Trykk på *Send inn* for å bruke endringene.



\*Passordet er enhetens serienummer angitt i omvendt rekkefølge.

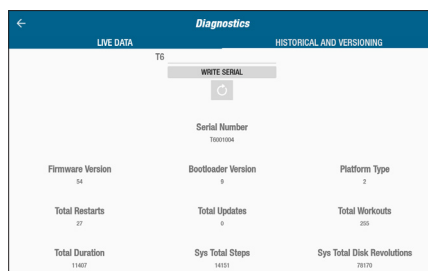
# Systeminnstillinger

3. Gå til skjermbildet *Metrikk*.
4. Trykk på  **Reset** for å åpne skjermbildet *Tilbakestill trening*.
5. Trykk på *Tilbakestill* for å bruke endringer.



## Feilsøking

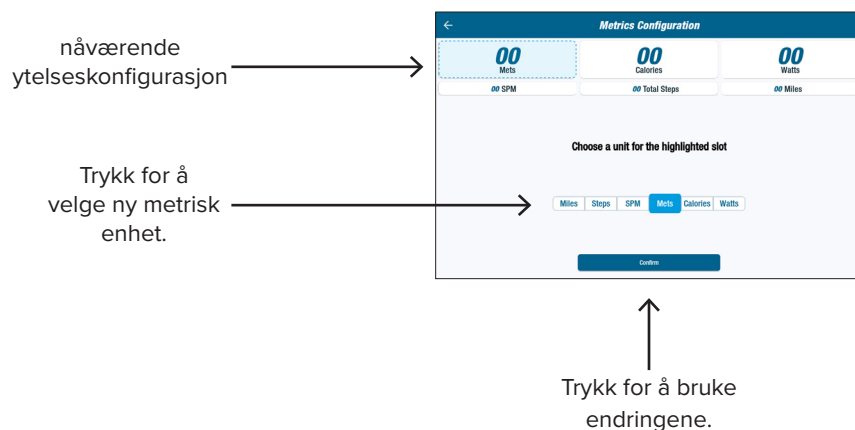
Diagnoseskjermene viser nåværende og historiske data for serviceteknikere eller de som er ansvarlige for vedlikehold av utstyr. Skjermbildet *Historisk og versjonskontroll* krever et passord for å få åpne (se forrige side).



## Metrisk konfigurasjon

Brukere kan endre hvilke metriske enheter som vises på den metriske skjermen. Den øverste raden viser den gjeldende metriske konfigurasjonen. Å bytte:

1. Trykk på en gjeldende metrisk enhet for å markere.
2. Trykk på en metrisk enhet for det uthevede sporet.
3. Trykk på *Bekreft* for å bruke endringen.



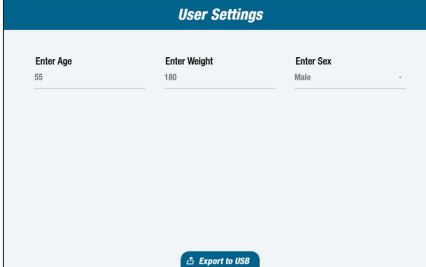
# Brukerinnstillinger

---

## Brukerkonfigurasjon

Brukere kan opprette og lagre en profil med egne innstillinger. Å bytte:

1. Trykk på skjermen for å åpne numerisk tastatur.
2. Skriv inn alder, vekt og velg kjønn.



The screenshot shows a form titled "User Settings" with three input fields: "Enter Age" (containing 55), "Enter Weight" (containing 180), and "Enter Sex" (containing Male). A blue button labeled "Export to USB" is located at the bottom center of the form.


Enter Age	Enter Weight	Enter Sex
55	180	Male

[Export to USB](#)

## Eksporterer brukerprofildata

Brukere kan eksportere profildataene sine til en USB-stasjon når som helst.

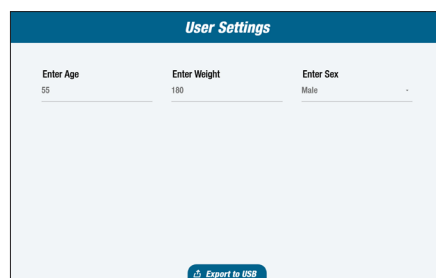
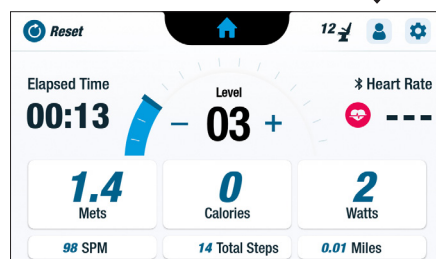
For å eksportere:

1. Sett USB-stasjonen inn i USB-porten på baksiden av skjermkonsollen.
2. Trykk på  på skjermbildet *Metrikk* for å åpne skjermbildet *Brukerinnstillinger*.  
*MERK: Hopp over dette trinnet hvis profilskjermen starter automatisk.*
3. Trykk på *Eksporтер til USB*-fanen nederst på skjermen.

USB-port



Trykk for å åpne  
*Brukerinnstillinger*.



Trykk for å eksportere  
profildata.

# Eksport at trenings sammendrag

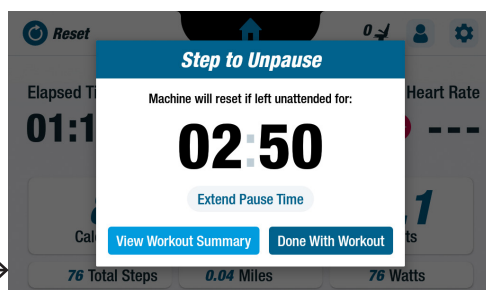
Brukere kan eksportere trenings sammendraget til en USB-stasjon. Sammendraget lagres i PDF-format.

*MERK: Før du trener, sett inn USB-stasjonen i USB-porten på baksiden av konsollen.*

På slutten av en treningsøkt (når brukeren har sluttet å trække) åpnes skjermbildet *Trykk for å aktivere*.

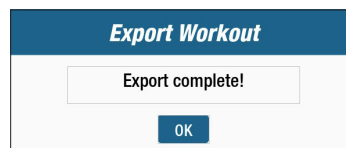
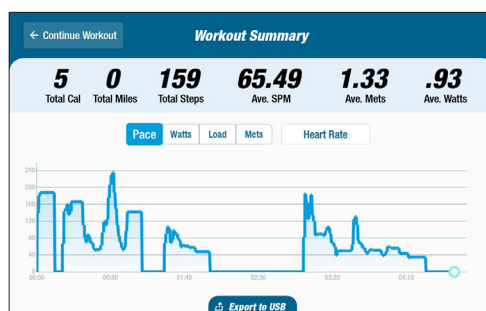
1. Trykk på *Visning av trenings sammendrag*.  
*MERK: Ikke trykk på Ferdig med trening da dette avslutter treningsøkten og tilbakestiller maskinen. Det gjør at brukeren ikke kan eksportere trenings sammendraget.*

Trykk for å åpne sammendragsskjermen



2. Fra skjermbildet *Trenings sammendrag* trykker du på *Eksporter til USB*.

Eksporter til USB



Trykk på OK for å lukke.

# Forebyggende vedlikehold

---

## Intervall for forebyggende vedlikehold

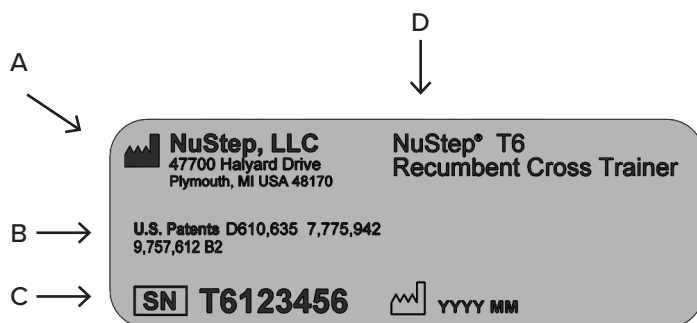
Selv om T6 er designet slik at den skal være vedlikeholdsfri, anbefaler vi noen oppgaver for å forlenge tiden utstyret kan brukes. Følg anbefalt intervall for vedlikehold vist nedenfor. Dette intervallet er bare et estimat, og du må kanskje øke eller redusere hyppigheten av forebyggende vedlikeholdsarbeid avhengig av faktisk bruk.

G J E N S T A N D	O P P G A V E	H V O R O F T E
Armer, håndtak og grep	* Rengjør	Ukentlig
Konsoll	* Rengjør	Ukentlig
Deksler og ramme	* Rengjør	Ukentlig
Sete	* Rengjør	Ukentlig
* Bruk sprayrengjøringsmiddel uten slipemidler og en myk klut til å rengjøre NuStep-maskinen.		

# T6-serienummer

## Hvor på produktet:

Serienummeret står på høyre side av bakstøttedekselet.

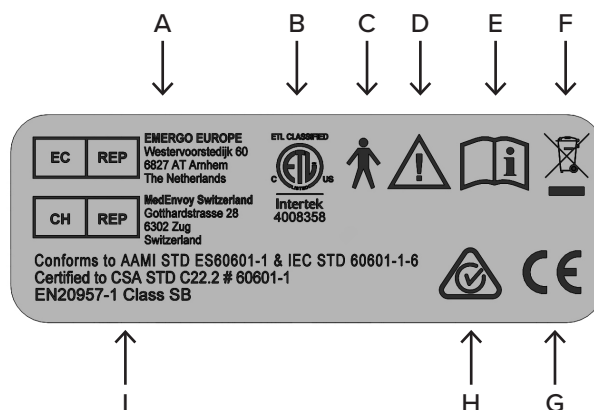


A	Produsentens navn og adresse
B	Patentbeskyttelse for produktet.
C	Serienummer og produksjonsdato
D	Modellnummer og beskrivelse av produktet

## Informasjon om forskrifter for T6

### Hvor på produktet:

Forskriftsinformasjonen står på høyre side av bakstøttedekselet.



A	Autorisert representant for Europa
B	Merke for Nationally Recognized Test Lab (NRTL)
C	Type B anvendt del for strømsikkerhet
D	Obs! Les medfølgende dokumenter
E	Se brukerveiledningen før bruk
F	WEEE-direktivmarkering
G	CE-merke
H	RCM
I	Standards



# Hvordan få kundeservice og deler

---

## **TRINN 1 - Identifiser problemet.**

Hvis du ikke opplevde problemet, snakk med personen som gjorde det for å forstå hva problemet er.

## **TRINN 2 - Verifiser problemet.**

Inspiser crosstraineren. Finn ut om en ny del er nødvendig for å løse problemet. Figurer og delelister er tilgjengelige på NuStep-nettstedet på: [nustep.com/customer-service/Service Parts](http://nustep.com/customer-service/Service Parts).

## **TRINN 3 – Ta kontakt med kundeservice hos NuStep.**

Ha en fullstendig beskrivelse av problemet og serienummeret og klare, slik at produktspesialisten lettere kan hjelpe deg (se forrige side for plasseringen av serienummeret på T6).

NuStep-produktspesialister er tilgjengelige via e-post eller telefon på:

E -post:        [support@nustep.com](mailto:support@nustep.com)

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

Nettsted:        [NUSTEP.COM](http://NUSTEP.COM)

Kunder utenfor USA og Canada som trenger kundeservice kan kontakte sin lokale NuStep-distributør.

## **Garanti for T6**


---

Du kan se garantien på nett ved å gå til: [NUSTEP.COM](http://NUSTEP.COM)



Hvis du har spørsmål angående garantien, ta kontakt med kundeservice på: 800-322-2209 eller besøk [support@nustep.com](mailto:support@nustep.com).

Kunder utenfor USA og Canada kan kontakte sin lokale NuStep-distributør for garantidetaljer.


## Tekniske data

USB A-port	USB-porten er kun til bruk med minnepinne. Det er noen minnepinner som kanskje ikke er kompatible med USB-porten på T6. Ikke koble eksterne enheter til denne porten med USB-kabler.
USB C-port	Tilkobling kun for service.
Ethernetport	Tilkobling kun for lokalt nettverk. Ikke koble T6 til Internett. Porten skal kun brukes til å koble til IEC 60601-1-kompatibelt utstyr. Bruk IEC 60601-1-kompatibel innebygd nettverksisolator når du kobler til ikke-medisinsk utstyr.
3,5 mm lydplugg	Tilkobling kun for passive øretelefoner og hodetelefoner med 3,5 mm hannkontakt.
Standarder	ANSI/AAMI ES60601-1, CAN/CSA-C22.2 No. 60601-1, IEC/EN 60601-1, IEC/EN 60601-1-2
Virvelstrømmotstandssystem	T6 har et fartsbetinget virvelstrømmotstandssystem som avhenger av valgt belastningsnivå, brukerens skritthastighet og brukerens skrittlengde. Intervall: 0 – 1400 watt
Skrittfunksjon	T6 har avhengig skrittfunksjon med en skritt-rekkevidde på opptil 22 cm.
Testparametere i watt	De viste wattverdiene representerer energiforbruket til brukeren. De beregnes i sanntid med en algoritme som er basert på maskinens mekaniske parametere og en målt gjennomsnittlig bruksstil. De vesentlige mekaniske parametere som påvirker wattverdiene som vises, omfatter tregheten i maskinens bevegelige deler, belastningsnivået brukeren har valgt og rotasjonshastigheten til virvelstrømplaten. Valideringstesting av de viste wattverdiene ble utført ved å sammenligne disse verdiene med den faktiske, målte mekaniske kraften som ble produsert av flere brukere. Viste wattverdier er uavhengige av noen av de fysiologiske og anatomiske parametere som brukeren innehar.
AC-adapter	<p>Modell AUTEC POWER SYSTEMS DT-M090-240-U-NSP eller Modell GlobTek TR9KI3750CCP-IM(R6B)</p> <p>Produksjon 24V dc @ 3,75A 90 W maks. Inngang 100-240 V ~ 50-60 Hz, 1,5 A</p> <p>T6 må kun leveres ved ekstra lav spenning i henhold til merkingen på produktet.</p> 

## Sikkerhetsvarsler

BESKYTTELSESTYPE/-GRAD	KLASSIFISERING/ IDENTIFIKASJON/ ADVARSLER	SYMBOL
Beskyttelsestype mot elektrisk støt	Utstyr i klasse II	
Beskyttelsesgrad mot elektrisk støt	Type B anvendt del	
Graden av beskyttelse mot inntrengning av væsker	Ikke beskyttet	Ikke relevant
Sikkerhetsgraden i nærheten av brennbart bedøvelsesmiddel blandet med luft eller med oksygen eller lystgass	Ikke egnet	Ikke relevant
Bruksmodus	Kontinuerlig	Ikke relevant
Informasjon om potensiell elektromagnetisk eller annen interferens og råd om å unngå disse	NuStep T6 sittende crosstrainer bruker kun elektromagnetisk og RF-energi til intern funksjon. Derfor er utslippet av EMC og RF veldig lite og vil sannsynligvis ikke forårsake noen interferens med elektronisk utstyr i nærheten.	Ikke relevant
EMC-advarsler og tabeller som kreves av IEC 60601-1-2	Se EMC-tabellene.	Ikke relevant

## Sikkerhetsvarsler

BESKYTTELSESTYPE/-GRAD	KLASSIFISERING/ IDENTIFIKASJON/ ADVARSLER	SYMBOL
Identifikasjon av risiko forbundet med avhending av avfallsprodukter, rester, inklusive avhending av selve utstyret når det ikke kan brukes lenger.	NuStep T6 sittende crosstrainer inneholder elektroniske kretsanordninger og et myntcellebatteri som kan gjøre det nødvendig å overholde visse lokale fremgangsmåter for avhending og resirkulering.	
Spesifikasjonen for miljøvilkårene ved transport og lagring (står også på utsiden av emballasjen).	Utstyr for NuStep T6 sittende crosstrainer kan: a) trygt transporteres og oppbevares under følgende forhold -10 °C til 50 °C ≤ 95 % ikke-kondenserende fuktighet 20 til 107 kPa  b) brukes under følgende forhold 5 °C til 40 °C ≤ 85 % ikke-kondenserende fuktighet 60 til 107 kPa.	Ikke relevant
Indikasjon på at utstyret er strømførende	Når T6 er koblet til og ikke er i bruk, forblir strømindikatoren for standby- på forsiden av konsollen på.	Ikke relevant

# EMC-tabeller

<b>Veiledning og produsentens erklæring – elektromagnetisk stråling</b>		
NuStep modell T6 er beregnet på bruk i elektromagnetiske omgivelser som angitt nedenfor. Kunden eller brukeren av NuStep modell T6 skal forsikre seg om at utstyret brukes i et slikt miljø. Produktet inkluderer ikke viktige ytelsesfunksjoner og funksjoner.		
<b>Utslippstest</b>	<b>Overholdelse</b>	<b>Elektromagnetisk miljø – veiledning</b>
Radiofrekvensstråling CISPR 11	Gruppe 1	NuStep modell T6 bruker RF-energi kun til intern funksjon. Derfor er utslippet av RF veldig lite og vil sannsynligvis ikke forårsake noen interferens med elektronisk utstyr i nærheten.
Radiofrekvensstråling CISPR 11	Klasse B	NuStep modell T6 er egnet for bruk i alle virksomheter.
Harmonisk stråling IEC 61000-3-2	Ikke aktuelt	
Spenningsvariasjoner/ flimmerutstråling IEC 61000-3-3	Ikke aktuelt	


# EMC-tabeller

**Tabell 2 – Veiledning og PRODUSENTENS erklæring – elektromagnetisk IMMUNITET – for alt ELEKTROMEDISINSK UTSTYR og alle ELEKTROMEDISINSKE SYSTEMER**

Veiledning og produsentens erklæring – elektromagnetisk immunitet			
NuStep modell T6 er beregnet på bruk i elektromagnetiske omgivelser som angitt nedenfor. Kunden eller brukeren av NuStep modell T6 skal forsikre seg om at utstyret brukes i et slikt miljø.			
Immunitets-test	IEC 60601 Testnivå	Overholdelsesnivå	Elektromagnetisk miljø – veiledning
Elektrostatisk utlading (ESD) IEC 61000-4-2	± 8 kV kontakt ± 15 kV luft	± 4 kV kontakt ± 8 kV luft (Se merknad 1)	Gulvene skal være av tre, betong eller keramiske fliser. Hvis gulvene er dekket med et syntetisk materiale, må den relative luftfuktigheten være minst 30 %.
Elektrisk overspenning, transient/impuls IEC 61000-4-4	±2 kV for strømforsyningsledninger	±2 kV for strømforsyningsledninger	Strømforsyningskvaliteten skal være som i et typisk kommersielt miljø eller sykehusmiljø.
Overspenning IEC 61000-4-5	± 1 kV differensialmodus ± 2 kV vanlig modus	± 1 kV differensialmodus ± 2 kV vanlig modus	Strømforsyningskvaliteten skal være som i et typisk kommersielt miljø eller sykehusmiljø.
Spenningsfall, korte avbrudd og spenningsvariasjoner på strømforsyningsenhetens inngangsledning IEC 61000-4-11	0 % UT; 0,5 syklus 0 % UT; 1 syklus 70 % UT; 25/30 sykluser 0 % UT; 250/300 syklus	0 % UT; 0,5 syklus 0 % UT; 1 syklus 70 % UT; 25/30 sykluser 0 % UT; 250/300 syklus	Strømforsyningskvaliteten skal være som i et typisk kommersielt miljø eller sykehusmiljø. Hvis brukeren av NuStep® T6 sittende crosstrainer vil bruke utstyret under strømbrytning, vil NuStep® T6 sittende crosstrainer få strøm fra de interne batteriene.
Nettfrekvens (50/60 Hz) Magnetisk felt IEC 61000-4-8	30 A/m	30 A/m	Strømfrekvensen for magnetfelt skal være på et nivå karakteristisk for et typisk sted i et typisk bedriftsmiljø eller sykehusmiljø.
<p>MERKNAD 1 Høyere nivåer av ESD vil ikke ha noen innvirkning på grunnleggende sikkerhet eller essensiell ytelse. (Se: Veiledning og produsentens erklæring – elektromagnetisk stråling)</p> <p>MERKNAD 2 <math>U_T</math> er vekselspenningen før påføring av testnivået.</p>			

# EMC-tabeller

**Tabell 3 – Veiledning og PRODUSENTENS erklæring – elektromagnetisk IMMUNITET – for ELEKTROMEDISINSK UTSTYR og ELEKTROMEDISINSKE SYSTEMER som ikke er LIVSOPPHOLDENDE**

Veiledning og produsentens erklæring – elektromagnetisk immunitet			
NuStep modell T6 er beregnet på bruk i elektromagnetiske omgivelser som angitt nedenfor. Kunden eller brukeren av NuStep modell T6 skal forsikre seg om at utstyret brukes i et slikt miljø.			
IMMUNITETS-test	TESTNIVÅ IEC 60601	Overholdelsesnivå	Elektromagnetisk miljø – veiledning
<p>Ledet radiofrekvens IEC 61000-4-6</p> <p>Utstrålt radiofrekvens IEC 61000-4-3</p>	<p>3 Vrms 150 kHz til 80 MHz 3 V/m</p> <p>80 MHz til 2,7 GHz</p>	<p>3 Vrms 3 V/m</p>	<p>Bærbart og flyttbart RF-kommunikasjonsutstyr skal ikke brukes nærmere noen del av NuStep modell T6, inklusive kabler, enn den anbefalte separasjonsavstanden som er beregnet ut fra likningen som er aktuell for senderens frekvens.</p> <p>Anbefalt separasjonsavstand</p> <p>Ikke aktuelt</p> <p><math>d = 1,2 \sqrt{P}</math> 80 MHz til 800 MHz</p> <p><math>d = 2,3 \sqrt{P}</math> 800 MHz til 2,7 GHz</p> <p>Der P er den maksimale utgangseffekt for senderen i watt (W) ifølge produsenten av senderen og d er anbefalt avstand i meter (m). Feltstyrker fra stasjonære RF-sendere, fastslått av en elektromagnetisk undersøkelse av stedet<sup>a</sup>, bør være mindre enn samsvarsnivået i hvert frekvensområde<sup>b</sup>.</p> <p>Interferens kan oppstå nær utstyr som er merket med følgende symbol:</p> 
<p>MERKNAD 1 Ved 80 MHz og 800 Mhz gjelder det høyeste frekvensområdet.</p> <p>MERKNAD 2 Disse retningslinjene gjelder ikke nødvendigvis i alle situasjoner. Elektromagnetisk forplantning påvirkes av absorpsjon og refleksjon fra bygninger/strukturer, gjenstander og mennesker.</p> <p>MERKNAD 3 Produktet er i samsvar med IEC 60601-1-2 klausul 8.10 tabell 9 for immunitet til omliggende felter fra trådløst RF-kommunikasjonsutstyr</p>			
<p>a. Feltstyrken fra stasjonære sendere, som f.eks. basestasjoner for radio (mobil-/trådløs) telefon og landmobilradio, amatørradio, AM- og FM-radiokringkasting og TV-kringkasting kan ikke forutsies teoretisk med nøyaktighet. For å vurdere det elektromagnetiske miljøet som skyldes stasjonære RF-sendere må man overveie å foreta en elektromagnetisk områdeundersøkelse. Hvis den målte feltstyrken der NuStep modell T6 brukes overskrider det aktuelle RF-overholdelsesnivået ovenfor, må NuStep modell T6 observeres for å bekrefte normal drift. Hvis man observerer unormal ytelse, kan det være nødvendig med ytterligere foretak, som å snu eller flytte NuStep modell T6.</p> <p>b. I frekvensrekkevidden 150 kHz til 80 Mhz skal feltstyrken være mindre enn 3 V/m.</p>			

## US FCC-overholdelse og IEC/EN 55011-overholdelse

---

### **US FCC-samsvarserklæring:**

Obs! Dette utstyret har vært testet og funnet å være i samsvar med begrensningene for en enhet av typen Class B Digital Device, i henhold til avsnitt 15 av FCC-reglene. Disse begrensningene har til hensikt å gi rimelig beskyttelse mot skadelig interferens ved installasjon i en privat bolig. Dette utstyret genererer, bruker og kan avgi radiofrekvensenergi og kan forårsake skadelig interferens med radiokommunikasjon hvis det ikke installeres og brukes i samsvar med installasjonsanvisningene. Det er imidlertid ingen garanti for at interferens ikke vil forekomme i en bestemt installasjon. Hvis utstyret forårsaker skadelig interferens i radio- eller TV-mottakelse (hvilket kan fastslås ved å slå dette utstyret av og så på igjen), oppfordres brukeren til å prøve å utbedre interferensen på en av følgende måter:

- Omorienter eller flytt mottakerantennen
- Øk avstanden mellom utstyret og mottakeren
- Koble utstyret til et uttak på en annen krets enn den mottakeren er koblet til
- Ta kontakt med forhandleren eller en erfaren radio-/TV-tekniker for å få hjelp

### **Samsvarserklæring for IEC/EN 55011:**

Denne enheten er i overensstemmelse med IEC/EN 55011, gruppe 1, klasse B (Class B). Gruppe 1 omfatter alt ISM-utstyr der det med overlegg genereres og/eller brukes konduktivt koblet radiofrekvensenergi som er nødvendig for den interne funksjonen til selve utstyret. Class B-utstyr er egnet til bruk i private hjem og i omgivelser som er direkte tilkoblet lavspenningsnettverket som tilfører strøm til bygninger som brukes som private hjem.

### **Varemerker**

Bluetooth® ordmerke og logoer er registrerte varemerker for Bluetooth SIG, Inc., og all bruk av disse merkene av NuStep, LLC er på lisens. Andre varemerker og merkenavn tilhører de respektive eierne.









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



I det denne veiledningen går i trykk, er opplysningene i denne veiledningen de nyeste. Grunnet vår forpliktelse til kontinuerlig forbedring, kan spesifikasjonene og beskrivelsene endres uten varsel. Ingen del av denne veiledningen kan reproduseres eller overføres i noen form eller på noen måte, elektronisk eller mekanisk, i noen hensikt, uten uttrykkelig skriftlig tillatelse fra NuStep, LLC.

© Copyright April 2021 av NuStep, LLC.

NuStep® og Transforming Lives® er registrerte varemerker for NuStep, LLC.

Veiledningens PN 52525 T6 Brukerveiledning, versjon B

