

# **ENERGETICS**

## **BT 660 Stepper**



AR

اللغة العربية





نهنك على شرائك جهاز اللياقة المنزلي من إنيرجيتكس. وقد تم تصميم وتصنيع هذا المنتج لتلبية احتياجات ومتطلبات الاستخدام المنزلي. يرجى قراءة التعليمات بعناية قبل التجميع أو الاستخدام الأول. تأكد من حفظ التعليمات للرجوع إليها أو لإجراء الصيانة. وإذا كان لديك المزيد من الأسئلة فيرجى الاتصال بنا. ونحن نتمنى لك النجاح والمتعة الوفيرة أثناء التمرين،

مع تحيات فريق عمل إنيرجيتكس **ENERGETICS**

## الضمان

تقدم إنيرجيتكس أجهزة تمرين منزلية عالية الجودة والتي يتم اختبارها واعتمادها وفقاً للمعايير الأوروبية رقم En957.

## تعليمات السلامة

يرجى قراءة التعليمات بعناية قبل البدء في التدريب على جهاز التمرين المنزلي.

تأكد من الحفاظ على التعليمات للحصول على المعلومات، وذلك في حالة الإصلاح ومن أجل استلام قطع الغيار.

- صنع جهاز التمرين المنزلي للاستخدام المنزلي فقط.
- اتبع خطوات تعليمات التجميع بعناية.
- استخدام فقط الأجزاء الأصلية كما تم تسليمها.
- قبل التجميع، تحقق من أن عملية التسليم كاملة وذلك باستخدام القائمة المرجعية.
- ولإجراء عملية التجميع، استخدم فقط الأدوات المناسبة واطلب المساعدة في التجميع إذا لزم الأمر.
- ضع جهاز التمرين المنزلي على سطح مستوي وغير زلق. يجب عدم استخدام جهاز التمرين المنزلي في المناطق الرطبة، وذلك بسبب تعرضه للتآكل المحتمل.
- تحقق قبل أول تدريب وكل شهر أو شهرين أن جميع التوصيلات محكمة الربط وفي حالة جيدة.
- استبدل الأجزاء التالفة على الفور و/أو احفظ الجهاز بعيداً عن الاستخدام حتى يتم الإصلاح.
- استخدم قطع الغيار الأصلية فقط لإجراء الإصلاح.
- يرجى في حالة الإصلاح أن تطلب من الموزع المحلي المشورة.
- تجنب استخدام المنظفات القوية عند تنظيف جهاز التمرين المنزلي.
- تأكد أن التدريب لا يبدأ إلا بعد التجميع الصحيح والفحص لجهاز التمرين المنزلي.
- بالنسبة لجميع القطع القابل للضغط، كن على بينة من أقصى أوضاع يمكن ضبطها/إحكام ربطها عليه.
- تم تصميم جهاز التمرين المنزلي للبالغين، ويرجى التأكد ألا يستخدم الأطفال الدراجة إلا تحت إشراف شخص بالغ.
- تأكد أن الحاضرين على بينة من المخاطر المحتملة، على سبيل المثال، القطع القابلة للتحريك أثناء التدريب.
- اطلب استشارة طبيبك قبل البدء في أي برنامج للتمرينات، فبإمكانه تقديم المشورة بشأن نوع التدريب والأثر المناسب.
- تحذير: يمكن أن يسبب التدريب غير الصحيح / المفرط أضراراً صحية.
- يرجى اتباع المشورة للحصول على التدريب الصحيح كما هو مفصل في تعليمات التدريب.

تم صنع هذا المنتج للاستخدام المنزلي فقط، وتم اختباره حتى أقصى وزن للجسم، **100 كجم**.

1: اخلع المسمار الرفيع من الإطار، افتح الإطار وضع الإطار قائما على الأرض. قم بمحاذاة ثقوب الإطار (1)، مع الموازن الأمامي؛ وأدرج المسمار الرفيع (39) في الثقوب.

ملاحظة: عند طي جهاز المشي الخاص بك، اخلع المسمار الرفيع (39)، وقم بطي جهاز المشي كما هو موضح بالشكل رقم 1، ثم أدخل المسمار الرفيع في ثقب أنبوب الدعامة الأمامية.

2: اربط الموازن الخلفي (4) بالإطار (1) بالمسامير الحاضنة (36) حلقات إحكام الربط المنحنية (38) والصمولات الهامية (37). وتأكد أن عجلات النقل (35) وجهها في الناحية الخارجية.

ملاحظة: تأكد أنك تربط المسامير بإحكام لتجنب الاهتزاز وعدم الراحة عند التغليف.  
ملاحظة: **كيفية ضبط الاسطوانة الهيدروليكية.** تضم الاسطوانة 12 مقطعاً، فكلما كان العدد أكبر، كانت المقاومة أكبر. قم بإدارة الجزء العلوي للاسطوانة في اتجاه عقارب الساعة، فتصبح المقاومة أكبر. والعدد الذي يشير السهم إليه هو المقطع المضبوط.

3: قم بتوصيل قابس كابل المستشعر بمقبس الكمبيوتر، وأدرج الكمبيوتر أعلى الأنبوب البيضاوي للإطار (1). اربط المقود بكثيفة الإطار. وأدرج قابس كابل نبض اليد بمقبس الكمبيوتر. وسد الأكمام الأربعة البلاستيك بالصواميل. ملاحظة: تأكد أنك تربط المسامير بإحكام لتجنب الاهتزاز عند التغليف.

## الكمبيوتر

1. الوقت: يعمل تلقائياً على تجميع زمن التدريب عند بدء التمرين.
2. العداد: يعمل تلقائياً على تجميع عدات التدريب عند بدء التمرين.
3. العداد الإجمالي: يعمل تلقائياً على تجميع عدات التدريب للجلسات المختلفة عند بدء التمرين.
4. السرعات: يعمل تلقائياً على تجميع كمية السرعات المستهلكة عند بدء التمرين.
5. النبض (اختياري): يكشف تلقائياً ويعرض المعدل الحالي لضربات القلب عند التمرين.
6. الوضع: زر لتشغيل الكمبيوتر. لتحديد وظائف الزمن والعداد والعداد الإجمالي والسرعات (إذا كانت متوفرة). أمسك الزر لمدة 2 ثانيتين وذلك لإعادة تعيين الإجمالي.

## النقطة المهمة

1. إن قيمة وظيفة النبض هي للمعلومات فقط، ويرجى عدم الأخذ بها للأغراض الطبية.
2. في حالة وجود إمكانية رؤية عرض غير صحيح على الشاشة، يرجى استبدال البطاريات للحصول على نتيجة جيدة.
3. يرجى استخدام 2 قطعيتين من بطاريات 1.5V AA كمصدر للطاقة.
4. تتوقف الشاشة عن العمل تلقائياً في حالة عدم وجود إشارة قادمة إليها لمدة 4 إلى 5 دقائق.
5. تعمل الشاشة تلقائياً عند البدء في التمرين أو الضغط على زر أو إدراج كابل النبض مع ظهور الإشارة.

## التدريب

- بعد تشغيل الكمبيوتر، قد تبدأ التمرين.  
يتم احتساب المسافة والزمن والمسافة المتراكمة واستهلاك الطاقة تصاعدياً.  
يمكن استدعاء المعدلات عن طريق الضغط على الزر رقم 7.  
تشير العلامة إلى المعدل الذي يتم عرضه حالياً.  
عندما تكون العلامة في حالة المسح، يتم تنشيط المراجعة السريعة التلقائية. ويتم عرض كل معدل لمدة 6 ثوان.  
بعد الانتهاء من جلسة التمرين، يتم عرض المعدلات المحرزة لمدة 4 دقائق. وفي حالة مواصلتك التدريب في غضون ذلك، فإن البيانات تستمر في عملية التجميع.

- يجب عدم استخدام جهاز التمرين المنزلي أو تخزينه في مكان رطب بسبب تعرضه للتآكل المحتمل.
- تحقق على الأقل كل 4 أسابيع بأن جميع التوصيلات محكمة الربط وفي حالة جيدة.
- في حالة الإصلاح يرجى استشارة التاجر الخاص بك.
- استبدل الأجزاء التالفة على الفور و/أو احفظ الجهاز بعيداً عن الاستخدام حتى يتم الإصلاح.
- استخدم قطع الغيار الأصلية فقط لإجراء الإصلاح.
- استخدم قطعة قماش مبللة لتنظيف جهاز التمرين المنزلي وتجنب استخدام المنظفات القوية عند تنظيف جهاز التمرين المنزلي.
- بعد انتهاء التمرين، قم على الفور بمسح العرق، العرق يمكن أن يتلف المظهر والأداء السليم لوظيفة جهاز التمرين المنزلي.

قائمة الأجزاء - 2012 - BT 660

الرقم	الوصف	المواصفات	العدد
1	الإطار الرئيسي		1
2	أنبوب دواسة القدم		2
3	أبواب العامة الأمامية		1
4	موازن خلفي	500*1.5*76 مجموعة فراغية	1
5	درازين	1200*1.5*22 مجموعة فراغية	1
6	اسطوانة	45 مجموعة فراغية*10 مجموعة فراغية*8 مجموعة فراغية*165*445 تضم المقاومة 12 مستويا	2
7	غلاف رغوي للمقبض	سطح ناعم 30 مجموعة فراغية*20 مجموعة فراغية*580	2
8	كمبيوتر		1
9	كفة طرفية	مع أنبوب مستدير 22.2 مجموعة فراغية*1.5	2
10	نيض اليد		2
11	مسامر ملولب	ST4.2*15	8
12	مسامر ملولب سداسي	م*28 (بمفتاح #6)	2
13	ورديّة حلقيّة للتثبيت		1
14	السلك العلوي للكمبيوتر	طول السلك = 1000 ملم	1
15	فلكة مبادعة	32 مجموعة فراغية*19.2*59*R30	2
16	حلقة إحكام ربط مسطحة فئة C	10 GB/T 95-2002	5
17	صمولة زنق للإدراج غير معدنية	م10 GB/T 889.1-2000	3
18	غطاء صمولة	S17	3
19	دواسة للقدم	43*122*360	2
20	مسامر ملولب سداسي فئة C	ارجع إلى GB/T 5780-2000 م*8 (S=14) 50	4
21	بطانة	76 مجموعة فراغية*25.4 مجموعة فراغية*24.5	6
22	بطانة للقدم	81.5 مجموعة فراغية*10.5 مجموعة فراغية*38	2
23	مسامر ملولب سداسي	ارجع إلى GB/T 70.2-2000 م*10 (مع مفتاح #6) 15	2
24	كفة طرفية	44 مجموعة فراغية*40 مجموعة فراغية*12	2
25	حلقة إحكام ربط مسطحة فئة C	8 GB/T 95-2002	6
26	صمولة زنق للإدراج غير معدنية	م8 GB/T 889.1-2000	6
27	وسادة للقدم	38 مجموعة فراغية*33 مجموعة فراغية*16	2
28	سدادة للأنبوب مستديرة	مع 2*30*60	2
29	مسامر ملولب سداسي	ارجع إلى GB/T 70.2-2000 م*8 (مع مفتاح #6) 15	2
30	غطاء صمولة	S13	2
31	مسامر ملولب سداسي	ارجع إلى GB/T 70.2-2000 م*10 مع مفتاح #6 80	1
32	مغناطيس مستدير		1
33	مستشعر مسماري		1
34	كفة طرفية	مع أنبوب مستدير 76 مجموعة فراغية*1.5	2
35	مكون دحروجي		2
36	مسامر ملولب مدرج	90*8 GB/T 12-1988	2
37	صمولة هامية من النوع المجمع	م8 GB/T 802-1988 (H = 16 ملم)	2
38	حلقة إحكام ربط مقوسة	8 مجموعة فراغية	2
39	مسامر تثبيت بغطاء (بصيلة بلاستيك)	10 مجموعة فراغية*75	1



Woelflistrasse 2  
CH-3006 Bern  
Switzerland

[www.energetics.eu](http://www.energetics.eu)

© حقوق الطبع والنشر محفوظة 2012 ENERGETICS