

كتيب التعليمات



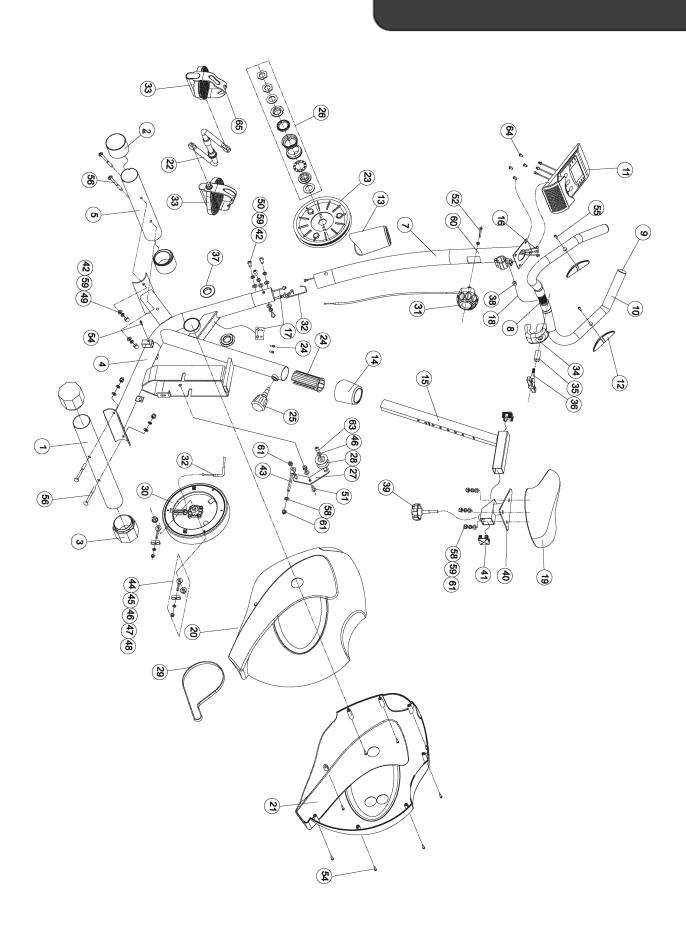
دراجة تمارين رياضية – ماجنيتك انترتراك IT-B240

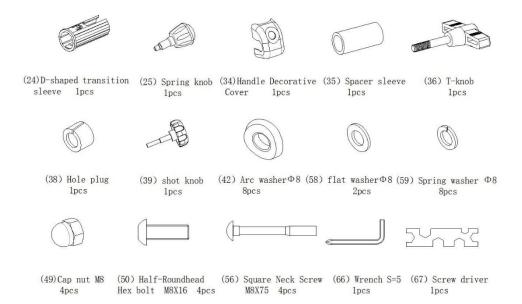
تحذيرات السلامة

- 1. يعتبر هذا الجهاز من المعدات الثابتة ، وهي عبارة عن معدات تدريب هوائية للتخسيس للوصول إلي جسم مثالي وتحسين وظيفة القلب والأوعية الدموية.
 - 2. يجب وضع عجلة التمرين على الأرض عند الاستخدام.
- 3. قبل الاستخدام ، يرجى التحقق من أن جميئ المسامير والأجزاء الأخرى قد تم تثبيتها وإغلاقها بشكل صحيح.
 - 4. يرجى ارتداء الملابس والأحذية والجوارب المناسبة ، يرجى عدم ارتداء ملابس طويلة جدًا ، بحيث لا يتم اشتباكها بدراجة التمرين.
 - 5. يجب توفير مساحة جيدة لهذه الآلة أكبر من 120 * 100 * 200 سم.
 - 6. يرجى عدم عبث الأطفال بالجهاز.
- 7. هذا الجهاز غير مخصص للاستخدام من قبل الأشخاص (بما في ذلك الأطفال) الذين يعانون من ضعف جسدي أو بطيء الاستجابة أو يعانون من اضطرابات عقلية ، ما لم يتم استخدامه بأمان بتوجيه أو بمساعدة شخص مسؤول عن سلامتهم.
 - 8. يجب ألا يتجاوز الوزن الأقصى لمستخدم الجهاز 130 كجم.
 - 9. الجهاز مزود بخاصية المقاومة المغناطيسية.
 - 10. الجهاز ينتمي إلى متطلبات كهرباء فئة EN957-5HC.

تحذير: سيؤدى انتهاك لوائح السلامة المذكورة أعلاه إلى إصابات شخصية وآلية.

هيكل المنتج النهائي





Tools and accessories

- (24)D-shaped transition 1pc
- (25) Spring knob 1pc
- (34) Handle Decorative 1pc
- (35) Spacer sleeve 1pc
- (36) T-knob 1pc
- (38) Hole plug 1pc
- (39) Shot knob 1pc
- (42) Arc washerΦ8 8pcs
- (58) flat washerΦ8 2pcs
- (59) Spring washer Φ8 8pcs
- (49)Cap nut M8 4pcs
- (50) Half-Roundhead Hex bolt M8X16 4pcs
- (56) Square Neck Screw M8X75 4pcs
- (66) Wrench S=5 1pc
- (67) Screw driver 1pc

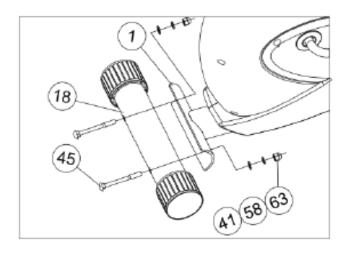
قائمة أجزاء الجهاز:

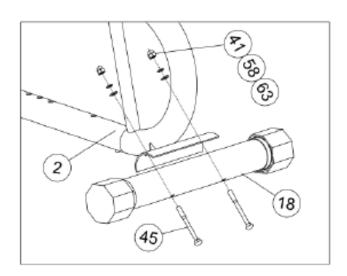
| NO. | Description | Qty | NO. | Description | Qty |
|-----|----------------------------|-----|-----|--|-----|
| 1 | Rear foot tube | 1 | 35 | Spacer sleeve | 1 |
| 2 | Front foot-cover | 2 | 36 | T-knob | 1 |
| 3 | Rear foot cover | 2 | 37 | Crank Decorative Cover | 2 |
| 4 | Main frame | 1 | 38 | Hole plug | 2 |
| 5 | Front foot tube | 1 | 39 | Shot knob | 2 |
| 6 | Back foot tube | 1 | 40 | Seat cushion adjustable bracket | 1 |
| 7 | Handlebar support | 1 | 41 | Square cap | 2 |
| 8 | Hand bar | 1 | 42 | ARC w asher | 8 |
| 9 | Φ25 Ball plug | 2 | 43 | Pull Rod | 2 |
| 10 | Handrail bushing | 2 | 44 | adjusting yoke | 2 |
| 11 | Meter | 1 | 45 | Adjust slice | 2 |
| 12 | Pulse sensor | 2 | 46 | Flat Washer Φ6 | 3 |
| 13 | Front plastic cover | 1 | 47 | Spring w asher Ф6 | 2 |
| 14 | Seat cushion tube cover | 1 | 48 | Lock Nut M6 | 2 |
| 15 | Seat bracket | 1 | 49 | Lock Nut M8 | 4 |
| 16 | Meter w ire lower | 1 | 50 | Half-Roundhead Hex bolt M8X16 | 4 |
| 17 | Meter w ire upper | 1 | 51 | Half-Roundhead Hex bolt M8X20 | 1 |
| 18 | Heart rate w ire | 1 | 52 | Cross Recessed Pan Head screw M5X35 | 1 |
| 19 | Seat cushion | 1 | 53 | Cross head Pan Head Tapping screw ST4X8 | 2 |
| 20 | Right cover | 1 | 54 | Cross head Pan Head Tapping screw ST4.2X16 | 8 |
| 21 | Left cover | 1 | 55 | Cross head Pan Head Tapping screw ST4.2X20 | 2 |
| 22 | Crank | 1 | 56 | Square Neck Screw M8X75 | 4 |
| 23 | Belt w heel | 1 | 57 | Lock Nut | 2 |
| 24 | D-shaped transition sleeve | 1 | 58 | Flat Washer Φ8 | 3 |
| 25 | Spring knob | 1 | 59 | Spring w asher Ф8 | 11 |
| 26 | Bearing set | 1 | 60 | Flat Washer Φ5 | 1 |
| 27 | Pressing w heel bracket | 1 | 61 | Lock Nut M8 | 6 |
| 28 | Pressing belt w heel | 1 | 62 | Lock Nut M10 | 2 |
| 29 | 4V Belt | 1 | 63 | Half-Roundhead hex bolt M6X12 | 1 |
| 30 | Fly wheel | 1 | 64 | Cross Recessed Pan Head Screw M5X12 | 4 |
| 31 | 8-section tension control | 1 | 65 | Pedal Belt | 2 |
| 32 | resistance cable | 1 | 66 | Wrench S=5 | 1 |
| 33 | Pedal(Left & Right) | 2 | 67 | Screw driver | 1 |
| 34 | Handle Decorative Cover | 1 | | | |

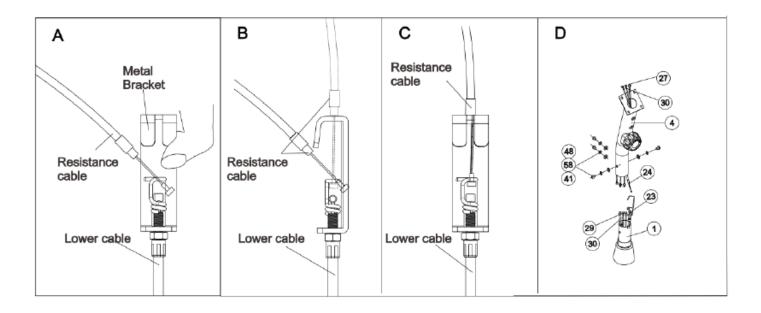
| 23 | Belt w heel | 1 | 57 | Lock Nut | 2 |
|----|----------------------------|---|----|-------------------------------------|----|
| 24 | D-shaped transition sleeve | 1 | 58 | Flat Washer Φ8 | 3 |
| 25 | Spring knob | 1 | 59 | Spring w asher Φ8 | 11 |
| 26 | Bearing set | 1 | 60 | Flat Washer Φ5 | 1 |
| 27 | Pressing w heel bracket | 1 | 61 | Lock Nut M8 | 6 |
| 28 | Pressing belt w heel | 1 | 62 | Lock Nut M10 | 2 |
| 29 | 4V Belt | 1 | 63 | Half-Roundhead hex bolt M6X12 | 1 |
| 30 | Fly wheel | 1 | 64 | Cross Recessed Pan Head Screw M5X12 | 4 |
| 31 | 8-section tension control | 1 | 65 | Pedal Belt | 2 |
| 32 | resistance cable | 1 | 66 | Wrench S=5 | 1 |
| 33 | Pedal(Left & Right) | 2 | 67 | Screw driver | 1 |
| 34 | Handle Decorative Cover | 1 | | | |

التركيب

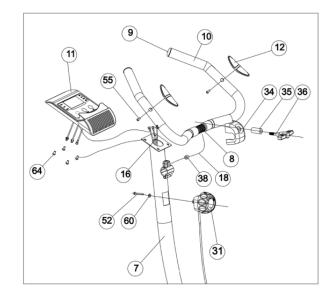
 قم بتركيب الجهاز بواسطة المسامير المخصصة لكل جزء من أجزاء الدراجة كما هو موضح في ترتيب الصور التالية:







2. قم بتركيب الشاشة في المكان المخصص لها كما هو موضح في الصور التالية:

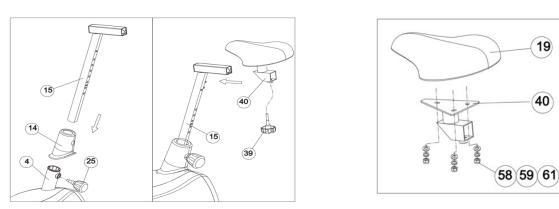


3. قم بتركيب المقعد الخاص بالدراجة كما هو موضح في الصورة التالية.

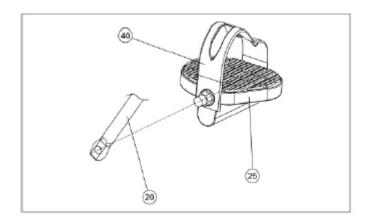
19

40

4. قم بتركيب أذرع الجهاز والتأكد من وضع المقعد الصحيح بشكل سليم قبل الاستخدام.



5. قم بتركيب وتثبيت الأجزاء المخصصة لوضع الأقدام بواسطة المسامير المخصصة.



تشغيل الشاشة

- 1. قم بإعداد الجهاز لبدء التشغيل ومقبض ضبط المقاومة ، دوران في اتجاه عقارب الساعة ، زيادة المقاومة ، وفقًا لاحتياجاتك لضبط مستوى المقاومة.
- 2. عند ركوب الدراجة ، اجلس على المقعد واربط حزام الأمان وامسك المقبض بكلتا يديك. يمكن للجزء العلوى من الجسم تغيير موضعه بحرية وفقًا لقوة كلا الساقين وسرعة الركوب.



• مفاتيح الوظائف/الوضع اليدوى:

- 1. MODE: اضغط لأسفل لاختيار الوظائف. إذا كان الوقت الطويل اضغط باستمرار على زر MODE: فسوف يتحول تمامًا إلى 0 (إلى جانب ODO).
 - 2. SET: لضبط قيم الوقت والنبض والمسافة والسعرات الحرارية.
 - 3. RESET: اضغط لأسفل لإعادة ضبط الوقت والمسافة والسعرات الحرارية ، تتغير البيانات الحالية إلى 0.
 - پیانات شاشة العرض:
 - 1. الوقت: يعرض الوقت المنقضي في استخدام الدراجة (0: $00 \sim 99$: $95 \sim 60$.
 - 2. السرعة: نطاق السرعة هو 0.0-999.9 كم/ساعة (أو ميل/ساعة).
 - 3. المسافة: يعرض المسافة الإجمالية المقطوعة (0.0-9999 كم أو أميال).
 - 4. السعرات الحرارية: يعرض إجمالي السعرات الحرارية المحروقة (0.0-9999 كالوري).
 - 5. النبض: يعرض بيانات النبض عند وضع اليدين على المستشعرات (40-240 نبضة في الدقيقة).

أولا طريقة التثبيت

- 1. قم بإزالة باب البطارية الموجود على الغلاف الخلفي لجهاز القياس وقم بتركيب بطاريتين جديدتين بقوة 1.5 فولت أمبير في الاتجاهات الإيجابية والسلبية لصندوق البطارية (لمنتجات البطاريات غير المثبتة).
 - 2. ثبت الجهاز باستخدام المسامير المخصصة لذلك.
- 3. قم بتوصيل سلك الكهرباء بين المدخل الموجود في الجزء الخلفي من الجهاز و مقبس إدخال الكهرباء المخصص بالقرب من الجهاز .
 - 4.قم بتجربة بعض خطوات سريعة على دراجة التمارين واللياقة البدنية وستلاحظ تغيرات السرعة المعروضة والتي تشير إلى نجاح التركيب والتأهيل للاستخدام الصحيح؛ خلاف ذلك، يجب التحقق مما إذا كان المقعد المغناطيسي والمستشعر مثبتين بشكل صحيح وما إذا كان سلك الكهرباء بين الجهاز والمقبس موصولين بشكل صحيح وموثوق.

ثانياً: طريقة الاستعمال:

- 1. اضغط على مفتاح MODE لتحديد نافذة العرض التي تحتاج إلى ضبط أو مسح ، ويضَّ رمز "SET" في النافذة المقابلة. اضغط على مفتاح SET لضبط وقت التنبيه أو المسافة أو السعرات الحرارية المطلوبة. اضغط على مفتاح RESET لإعادة تحديد قيم عرض النافذة من جديد.
 - 2- قم بعدد من الخطوات على دراجة التمارين واللياقة البدنية لبدء القياس ، وراقب معايير التمرين وفقًا للمحتويات المعروضة في نوافذ مختلفة.
- 3. قياس معدل ضربات القلب: اضغط على أي مفتاح ، ثم استخدم الموضع المقابل لمستشعر معدل ضربات القلب أو اللوحة المعدنية مع راحة اليد اليمنى واليسرى على التوالي (ملاحظة: يجب أن تلمس كل راحة لوحين معدنيين في نفس الوقت). ستعرض الشاشة في نافذة عرض معدل ضربات القلب معدل ضربات القلب الحالي في ثوانٍ أو أقل. عندما يتم استقبال إشارة دقات القلب أثناء القياس ، فإن نبضات القلب تتوافق مع "♥". من أجل منع تأثير حركات اليد على قياس معدل ضربات القلب ، يُقترح إجراء قياس معدل ضربات القلب بعد تعليق التمرين أو إيقافه ، وعدم إجراء قياس معدل ضربات القلب في نفس وقت الجري.

ملحوظة؛ في بعض الأحيان سيكون هناك تداخل في الإشارة عندما تحمل راحة اليد الصفيحة المعدنية. قد لا يكون معدل ضربات القلب المعروض في أول ثانيتين إلى ثلاث ثوانٍ صحيحًا ويبدو مرتفعًا ، وهي ظاهرة طبيعية. ثم سيعود معدل ضربات القلب إلى القياس الطبيعي. هذه الطريقة لاكتشاف معدل ضربات القلب مفيدة بشكل أساسي في تحديد مقدار التمارين التي تمارسها ، وليس لاستخدامها في الأغراض الطبية.

ثالثا ، استبدال البطارية

عندما تصبح الشاشة مظلمة أو لا تظهر أي شاشة ، انزع غطاء البطارية وقم بتركيب بطاريتين جديدتين بقوة 1.5 فولت أمبير في الاتجاه الموجب والسالب للبطارية. قم بتركيب غطاء البطارية.

الصيانة والنظافة

(1) الصيانة:

- 1. تحقق بانتظام مما إذا كانت المسامير والصواميل الخاصة بكل جزء مثبتة ، وما إذا كان مقبض الضبط مغلقًا ، وما إذا كان الجزء الدوار مرنًا ، وما إذا كان هناك أي أجزاء تالفة. تأكد من أن جميئ الأجزاء في حالة جيدة لضمان سلامة الجهاز.
 - 2. في حالة وجود أي مشكلات في أي من أجزاء الجهاز يمكنك التواصل من خلال www.intertrack.net

(2) النظافة:

- 1. قم بتنظيف الجهاز بشكل متكرر لضمان كفاءته.
- 2. يجب فصل الطاقة الكهربائية عند تنظيف الجهاز.
- 3. نظف بقع العرق الموجودة على الجهاز والأجزاء الأخرى بمنشفة نظيفة ورطبة من القماش.
 - 4. لا تستخدم المواد المسببة للتآكل والسائل لمنع تلف العناصر الإلكترونية.
 - 5. لا تعرض العناصر الإلكترونية لأشعة الشمس.

المشكلات الفنية

في حال عدم التمكن من حل أي من المشكلات التالية ، يمكنك الاتصال ب intertrack.net

| الحل | السبب | المشكلة |
|-----------------------------|-------------------------------------|--------------------------|
| قم بإزالة أي عائق. | الأرضية ليست | القاعدة غير مستقرة. |
| أعد تثبيت القاعدة | مسطحة أو يوجد | |
| اضبط أقدام القاعدة الخلفية. | جسم صغير أسفل | |
| | المثبت الأمامي أو | |
| | الخلفي. | |
| | • لم يتم تسوية أقدام | |
| | القاعدة الخلفية عند | |
| | التجميع. | |
| أحكم ربط المسامير | • المسامير والمقبض | اهتزاز الأذرع أو المقعد. |
| والمقبض الدائري. | الدائري مفكوكان | |
| قم بفحص أجزاء الجّهاز | • تم تشديد المسامير | ضوضاء عالية من الأجزاء |
| للتأكد من صحة وضعها أو | للأجزاء بشكل غير | المتحركة. |
| اهليعدة. | صحيح. | |
| افتح الأغطية لتعديلها. | • زيادة الفاصل الزمني | لا توجد مقاومة عند ركوب |
| | للمقاومة | الدراجة. |
| | الحفناطيسية. | |
| | فك سير الجهاز . | |
| | | |

المواصفات الفنية

- نوع المقاومة: مقاومة مغناطيسية.
 - أقصى وزن للمستخدم: 130 كجم.
 - FLYWHEEL: 4 کجم.
 - آلية القيادة: BELT DRIVEN.
 - وضع المقعد: أفقى ورأسى.
 - العرض: شاشة عرض LCD.
- ميزات الشاشة: السرعة والوقت والمسافة والسعرات الحرارية ومعدل ضربات القلب.
 - أعاد الجهاز: 128.5*54.5*93 •
 - مستويات المقاومة: 8 مستويات.
 - الوزن الإجمالي / الوزن الصافي: 5.12 كجم / 24.5 كجم.

Need more information?

We hope that this user guide has given you the assistance needed for a simple set-up. For the most up-to-date guide for your product, as well as any additional assistance you may require, head online to

support@intercheim.com support@intertrack.net

