



MONARK
894 E

OBS!

Användning av produkten kan innebära ansevärd fysisk påfrestning. Därför rekommenderas personer som inte är vana vid konditionsträning, eller inte känner sig helt friska, att först kontakta läkare för rådgivning.

Vid användning av pulsbälte bör du tänka på att elektromagnetiska vågor kan störa pulssignalen. Mobiltelefoner och liknande ska därför inte användas i närheten av cykeln vid användande av pulsbälte.

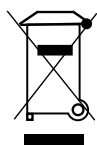
Vid behov av service, underhåll och reservdelstilla hänvisar vi till vår servicemanual. Du kan också kontakta din återförsäljare.

Max användarvikt 125 kg.

Innan du använder din nya cykel ber vi dig läsa igenom användarinformationen noggrant och spara den för framtida bruk.

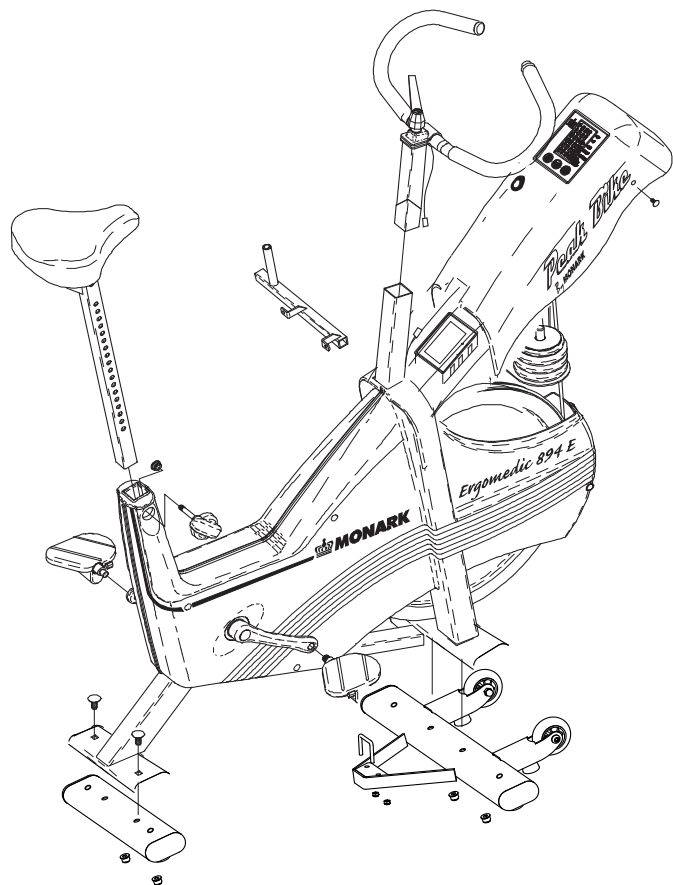
OBS!

Om du vill utföra aeroba eller anaeroba tester med hjälp av denna produkt bör du ha relevant kunskap. Vi hänvisar därför till relevant litteratur som beskriver testförfarande samt analys av uppmätta resultat.



Om produkten eller dess förpackning är försedd med denna symbol, skall den inte hanteras som hushållsavfall. Den skall i stället lämnas till ett lämpligt insamlingsställe för återvinning av elektriska och elektroniska apparater.

1)



2)



4X



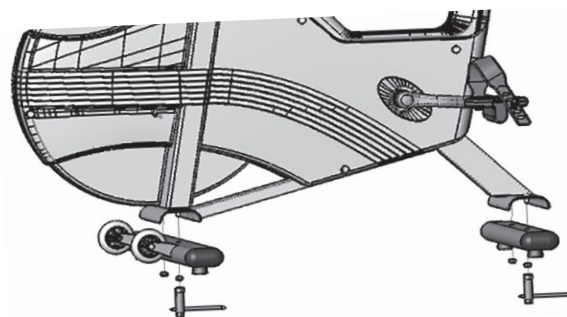
2X



1X



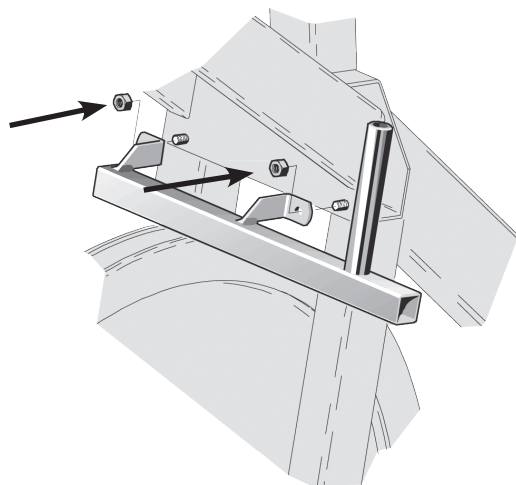
2X



3)



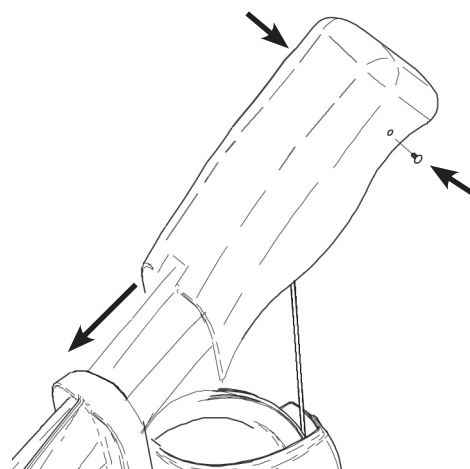
2X



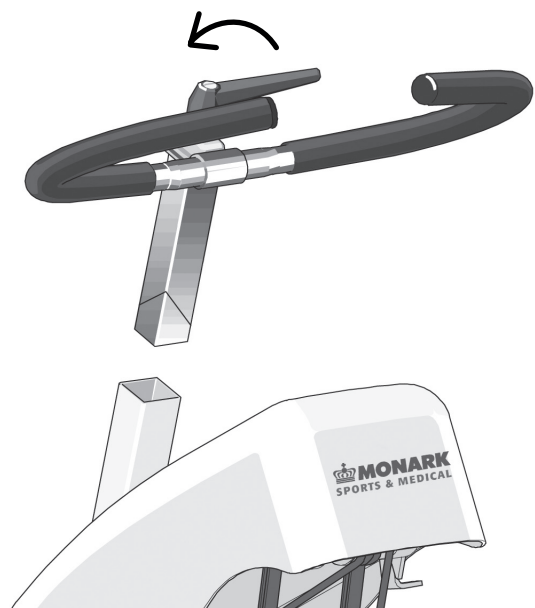
4)



2X



5)



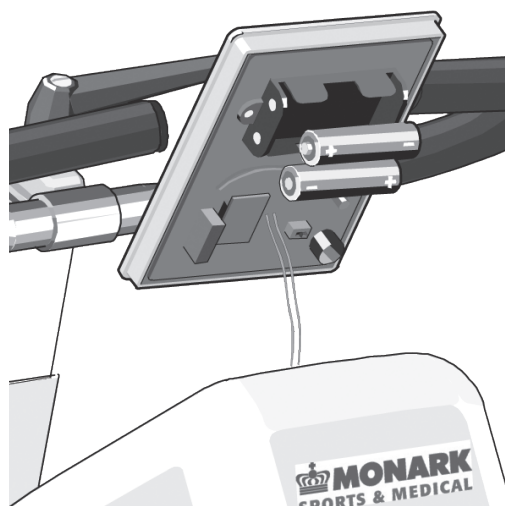
OBS!

Styrstammen måste vara isatt minst 8 cm i ramen.
 Detta är markerat med "MAX" på styrstammen.

6)



2 x 1.5V, R6(AA)



7)



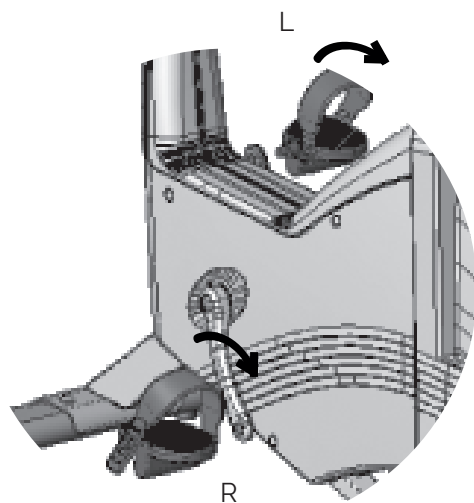
1x R



1x L



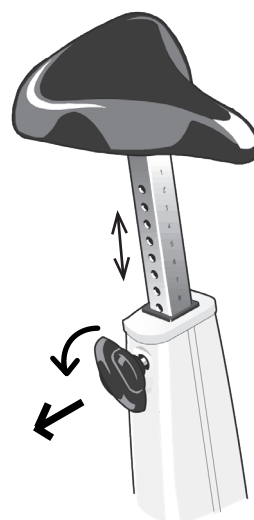
1x



OBS!

När cykeln är ny, eller om du bytt ut pedalerna, måste de efterdras efter 5 timmars användning.

8)



DISPLAY

Tryck på någon knapp eller börja trampa för att starta upp displayen. Då börjar rpm, tid, hastighet och distans räknas (puls om pulsbälte används).

Dessutom kan bromskraften (kp = viktkorg + vikter i kg) ställas in vilket ger en korrekt indikering av kaloriförbrukning (CAL) samt effekt (WATT). Effekten är beroende av rpm:en vilket gör att watt-talet kan finjusteras genom att öka alt. minska rpm.

Vid HR tänds en hjärtsymbol vilket betyder att displayen söker efter en pulssignal. Detta kopplas bort efter 30 sekunder om inte något pulsbälte hittats. Du kan starta upp sökningen igen genom att trycka på RESET-knappen. När en pulssignal hittats visas pulsfrekvensen i displayen.

Tid börjar räknas automatiskt i och med att pedalerna trampas runt. Värdet för tid (TIME), sträcka (DISTANCE) samt kalorier (CAL) kan nollställas genom att trycka på RESET-knappen i mer än två sekunder.

För att fönstret med kalorier och watt skall visa rätt värden skall kp (bromskraften) ställas in till det belastningsvärde som motsvaras av viktkorgen (pålagda vikter + korgens vikt 1 kg). Gummiplattorna ingår i den kalibrerade vikten för 1 kg viktkorg.

Exempel:

Korg 1 kg + vikter väger tillsammans 3 kg. Tryck på kp-knappen. Nedre displayfönstret visar nu kp-värdet. Öka i steg om 0.1 med kp-knappen, alt. minska med RESET-knappen, tills värdet stämmer överens med viktkorgens totala vikt, i detta fall 3.0. Tryck därefter på CAL/WATT-knappen och cykelns bromseffekt i watt visas. Vid ytterligare tryck på CAL/WATT-knappen skiftar visningen mellan kalorier och watt. Det watt-tal som visas kommer att vara beroende av rpm och watt-talet kan därför finjusteras genom att öka eller minska rpm:en.

Kaloriförbrukningen räknas upp kontinuerligt.

OBS!

Utsätt inte den elektroniska mätaren för direkt solljus eller extremt höga temperaturer. Använd inga lösningsmedel vid rengöring, utan endast torr trasa.

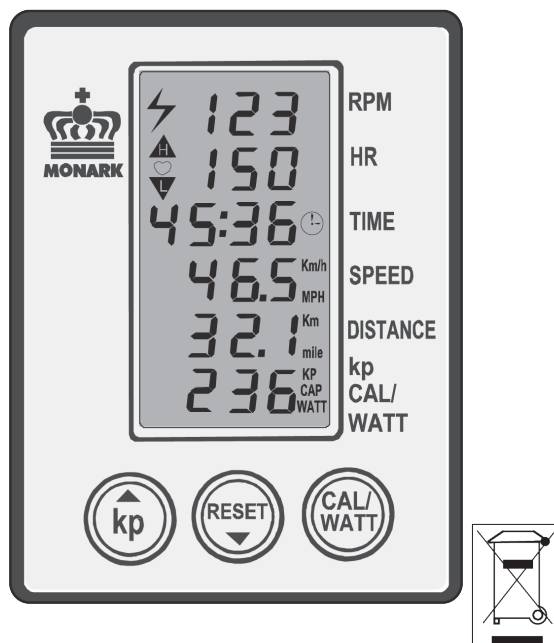
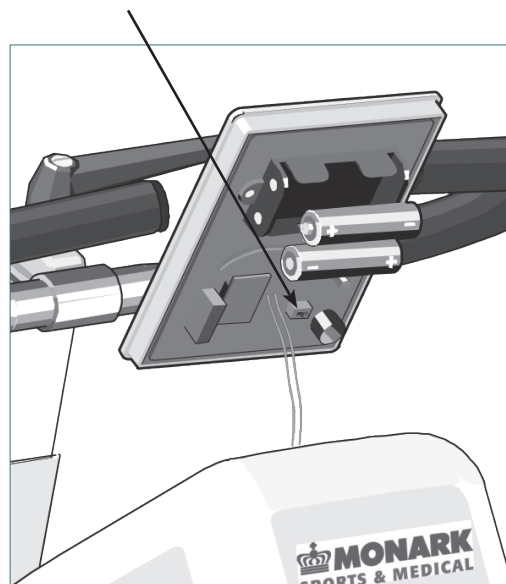


Fig:
Elektronisk display

Ändra enhet

På baksidan av mätaren finns en omkopplare för visning i "km/h / km" (1) eller visning i "mph / miles" (ON). Efter att du ändrat måste du ta ur batterierna (utan att använda verktyg) och sätta i dem igen.



BELASTNINGSREGLERING

Ändring av bromseffekten sker antingen genom annan trumphastighet, eller att med hjälp av vikterna öka eller minska bromslinans spänning mot bromshjulet. Vikterna finns i storlekarna 1 kg, 0,5 kg och 0,1 kg. Detta gör att bromskraften kan varieras från 1 kp till maximalt 11 kp i steg på 0,1 kp. Bromskraften uttrycks i kp där massan 1 kg ger bromskraften 1 kp.

Om du inte önskar någon belastning alls kan viktkorgen hängas i sitt övre stoppläge. Viktkorgen släpps - belastning läggs på - genom att trycka på tryckknappen som sitter på änden av styret. Se *fig: Belastningsreglering*.

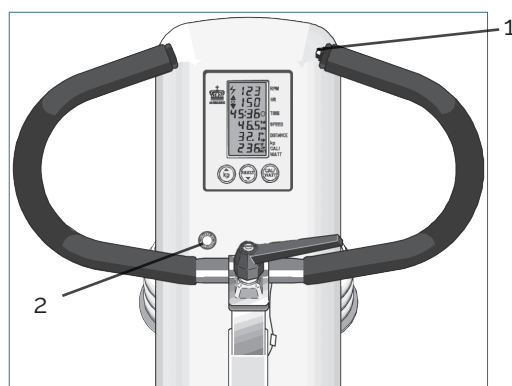


Fig:
Belastningsreglering
1) Tryckknapp, lösgör vikter
2) Lysdiod

OBS!

1 kp är den minsta belastning som kan ställas då detta motsvarar korgens egenvikt som är 1 kg. En viktkorg som endast väger 0,5 kg finns som tillbehör.

PULSFREKVENNS

Ett pulsbälte levereras med som standard.

För att pulsmätningen ska fungera krävs det att pulsbältet är rätt placerat, se *fig: Placering pulsbälte*. Fukta elektroderna innan användning, se *fig: Fuktning av elektroder*.

För att få kontakt med cykelns mottagare bör inte avståndet vara mer än 100 cm. Det är extra viktigt att vid första användandet identifiera pulsbältet med sensorn genom att stå alldeles intill för att få puls (max 60 cm).

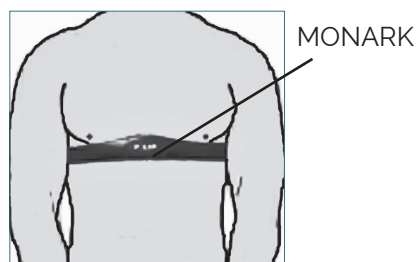


Fig:
Placering pulsbälte

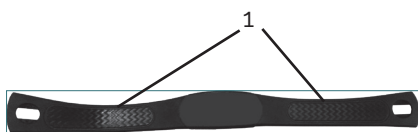


Fig:
1) Fuktning av elektroder

OBS!

Elektromagnetiska vågor kan störa pulsfunktionen när telemetrisystemet används. Mobiltelefoner och liknande ska därför ej användas i närheten av cykeln under pågående test.

UPPKOPPLING TILL PC

För att koppla en PC till ergometern, använd en 0-modem kabel (RS232) med 9-stifts D-sub kontaktdon (hona) i båda ändar. Om ingen serieport finns tillgänglig på datorn använd en USB-Seriell adapter för inkoppling på en USB-port.

Följ nedanstående steg för att installera USB-adaptorns drivrutiner:

1. Ta fram förpackningen med USB-adaptorn.
2. Inuti USB-adaptorns förpackning finns en mini-cd.
3. Sätt in mini-CD:n i datorns CD-läsare och installera drivrutinerna. Om det inte finns någon CD-läsare på din dator, finns programvaran att ladda ned från hemsidan (<http://www.vicom.de/USB-CD>).
4. Slutför installationen av drivrutinen genom att ansluta USB-adaptorn.
5. Installera Monarks programvara.
6. Anslut USB-adaptorn till den seriella kabeln och gå vidare med att testa.

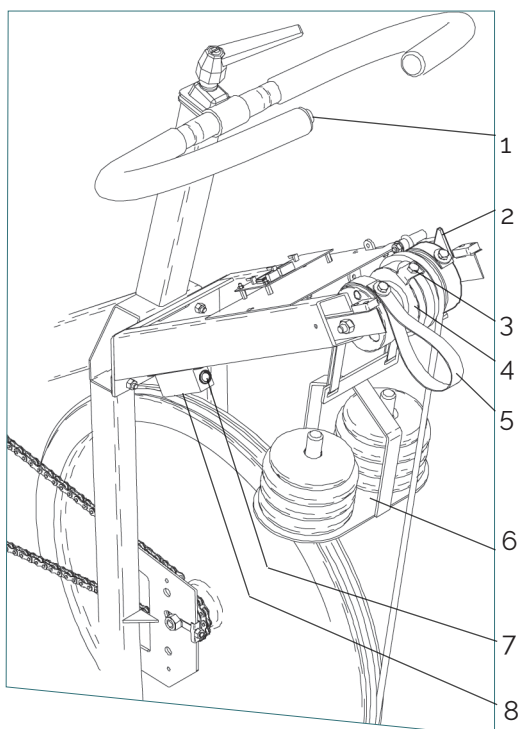


Fig:
Bromsanordning
1) Tryckknapp
2) Stopp
3) Låsbygel
4) Spänncentrum
5) Returhandtag
6) Viktkorg
7) Kontakt för nätadapter
8) Kontaktfäste med kabel
9) Tapp spänncentrum
10) Urtag spännarm

ANAEROBA TESTER

Cykeln innehåller en dator som gör att den kan kopplas upp mot en extern PC via en kabel som medföljer cykeln. Programvaran - Monark ATS Software - kan du ladda ner från vår hemsida, www.monarkexercise.se. Den gör det möjligt att enkelt köra en mängd olika typer av anaeroba tester, t. ex. Wingate-tester. De anaeroba testernas varaktighet kan enkelt ställas från fem sekunder upp till 300 sekunder. För närmare beskrivning av programvaran, se separat programmanual "**Monark Anaerobic Test Software - Användarmanual**".

För att genomföra anaeroba tester måste cykelns dator förses med ström från ett vägguttag. Koppla in den medföljande nätadaptern i lämpligt vägguttag (230V). Den cirkulära kontakten på sladden från nätadaptern kopplas till motsvarande kontakt på cykeln (under instrumentkåpan på höger sida). PC-kabeln kopplas in i datautgången på undersidan. Se *fig: Bromsanordning*. Lysdioden på instrumentpanelens ovansida indikerar både att ström finns till enheten och att viktkorgen är i sitt övre stoppläge/friläge. Hänger viktkorgen nere och ger belastning måste den alltså först dras upp i sitt övre friläge innan lysdioden tänds, med en fördröjning på cirka fem sekunder, och därmed indikerar att dator och cykel är i färdigläge för ett test.

NOTE!

Use of the product may involve considerable physical stress. It is therefore recommended that people who are not accustomed to cardiovascular exercise or who do not feel completely healthy, should consult a physician for advice.

When using a chest belt, keep in mind that electromagnetic waves can interfere with the pulse signal. Mobile phones and the like should therefore not be used near the bike when using a chest belt.

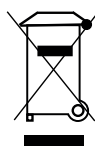
For service, maintenance and spare parts list, refer to our service manual. You can also contact your dealer.

Max user weight 125 kg.

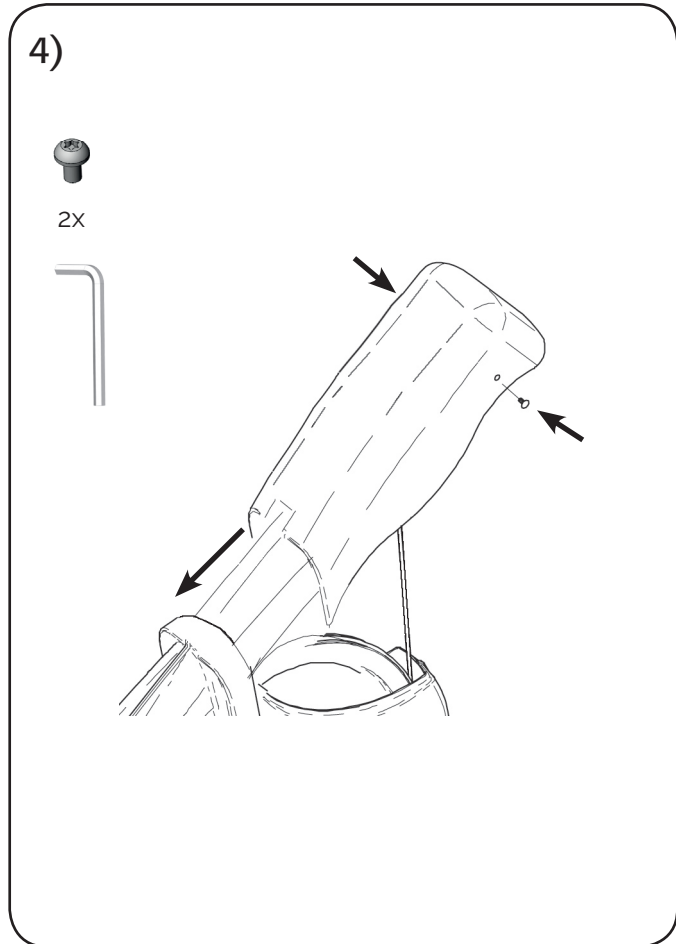
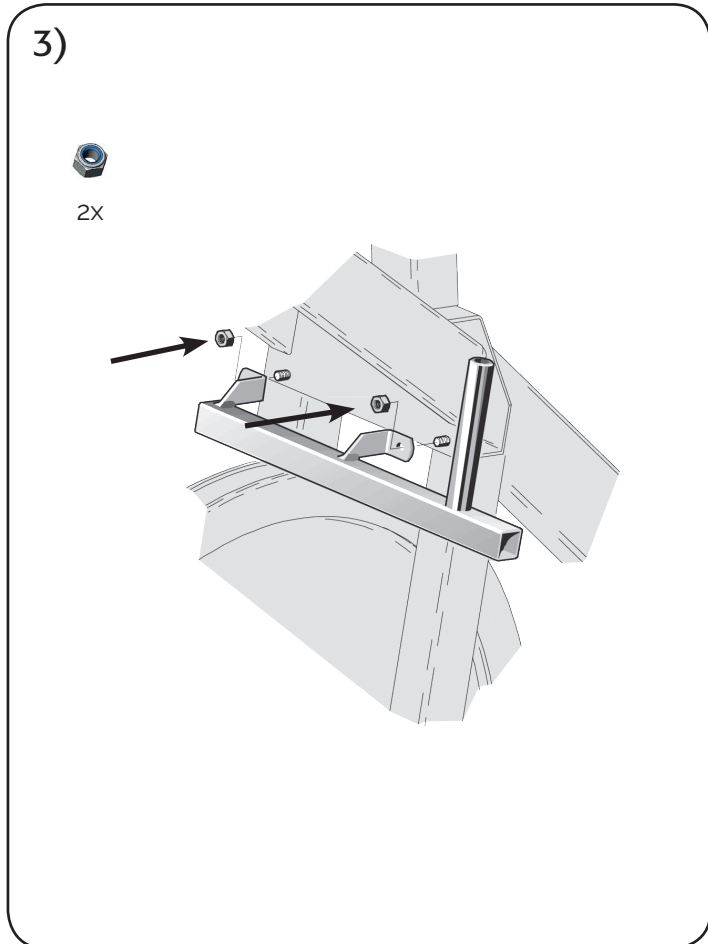
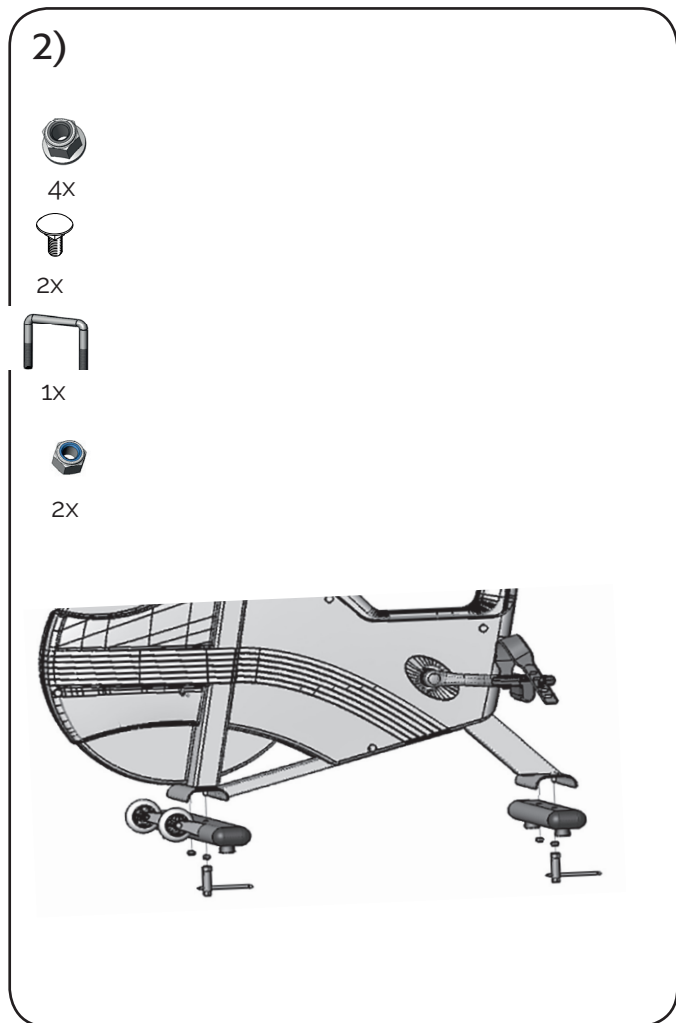
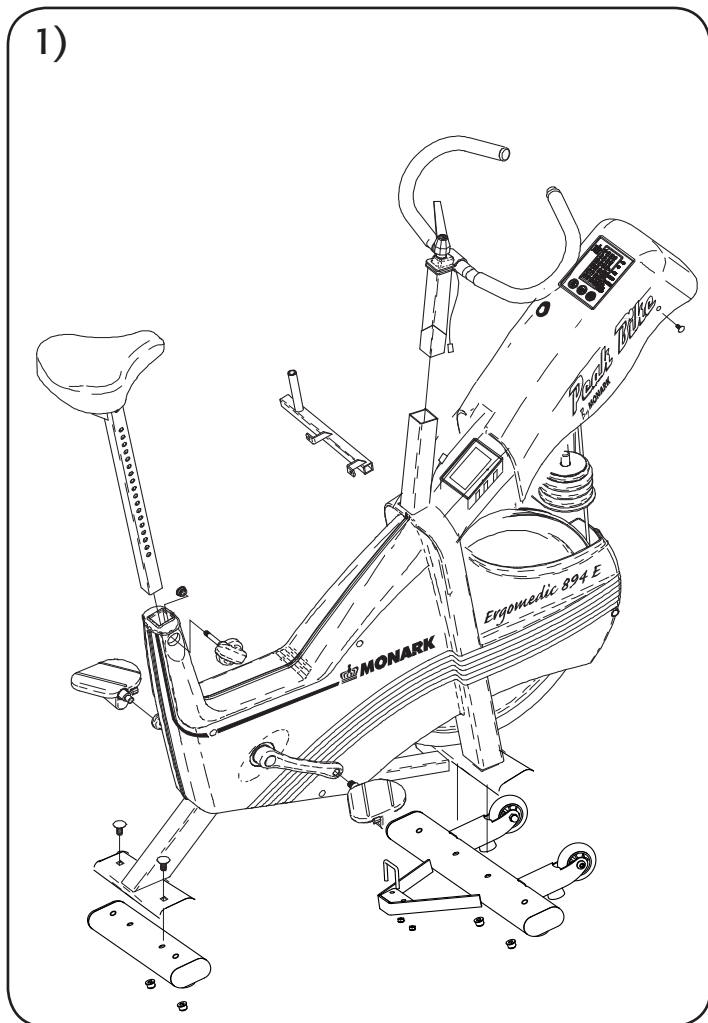
Before using your new bike, please read the user information carefully and save it for future reference.

NOTE!

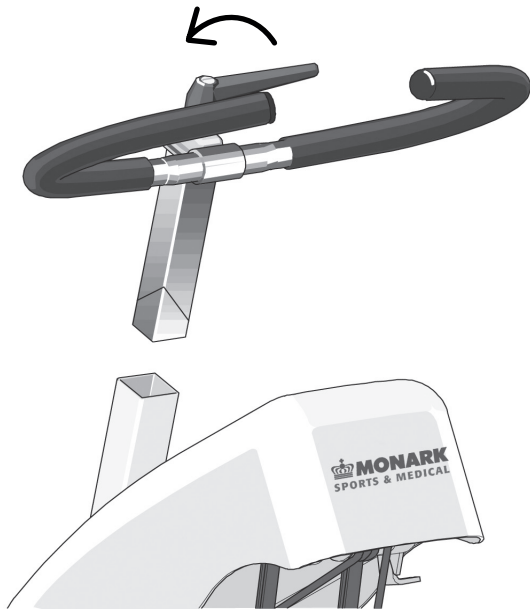
If you want to perform aerobic or anaerobic tests using this product, you should have relevant knowledge. We therefore refer to the relevant literature that describes the test procedure and analysis of measured results.



If the product or its packaging is marked with this symbol, it should not be handled as household waste. Instead, it shall be provided to a suitable collection point for the recycling of electrical and electronic equipment.



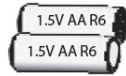
5)



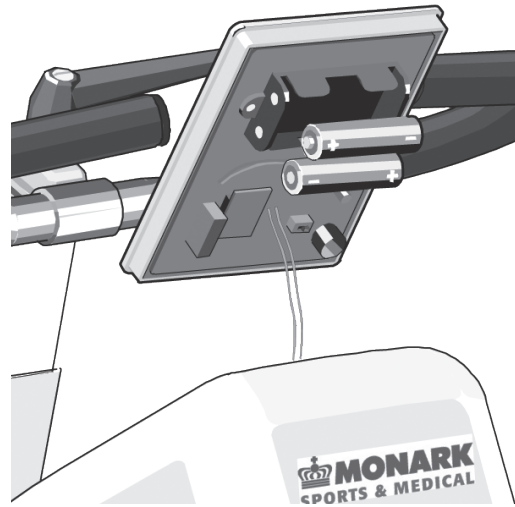
NOTE!

The stem must be inserted at least 8 cm in the frame. This is marked with "MAX" on the stem.

6)



2 x 1.5V, R6(AA)



7)



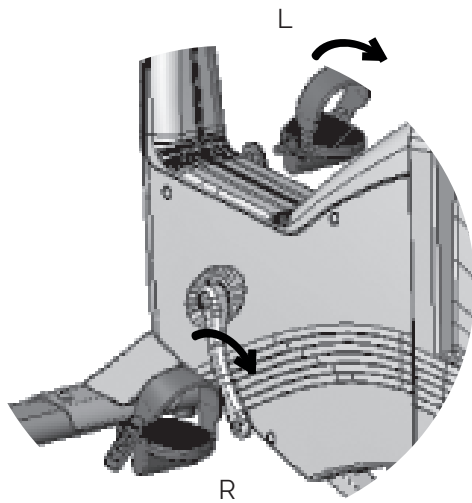
1x R



1x L



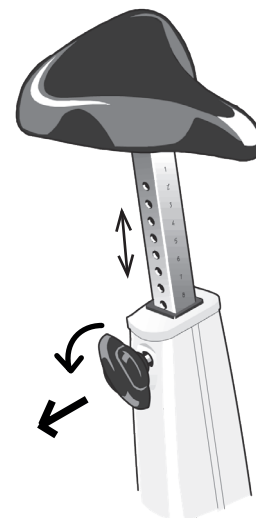
1x



NOTE!

When the bike is new, or if you replace the pedals, they must be tightened after 5 hours of use.

8)



DISPLAY

Press any button or start pedalling to start up the display. Then the display start counting the values for rpm, time, speed and distance and pulse (HR) (if chest belt is used).

In addition, the braking force (kp = weight basket + weights in kg) can be set which gives a correct indication of calorie consumption (CAL) and power (WATT). The effect is dependent on the rpm, which means that the wattage can be fine-tuned by increasing alt. reduce rpm.

At HR, a heart symbol lights up, which means that the display searches for a pulse signal. This is disconnected after 30 seconds unless a chest belt is found. You can start the search again by pressing the RESET button. When a pulse signal is found, the heart rate is shown in the display.

Time begins to count automatically as the pedals are pedalled. The values for Time (TIME), distance (DISTANCE) and calories (CAL) can be reset by pressing the RESET button for more than two seconds.

In order for the display of calories and watts to show correctly, the kp (work load) must be set to the load value corresponding to the weight basket (weights + weight of the basket 1 kg). The rubber plates are included in the calibrated weight for 1 kg weight basket.

Example:

The workload is 3 kg (weight basket 1 kg + 2 x 1 kg weight). Press the kp button. The lower display window now shows the kp value. Increase in increments of 0.1 with the kp button, alt. decrease with the RESET button until the value matches the total weight of the weight basket, in this case 3.0. Then press the CAL / WATT button and the cycle's braking power in watts is displayed. At further press on the CAL / WATT-button the display toggles between calories and watts. The wattage displayed will depend on the rpm and the wattage can therefore be fine-tuned by increasing or decreasing the rpm.

Calorie consumption is recalculated continuously.

NOTE!

Do not expose the electronic display to direct sunlight or extremely high temperatures. Do not use solvents when cleaning, only a dry cloth.

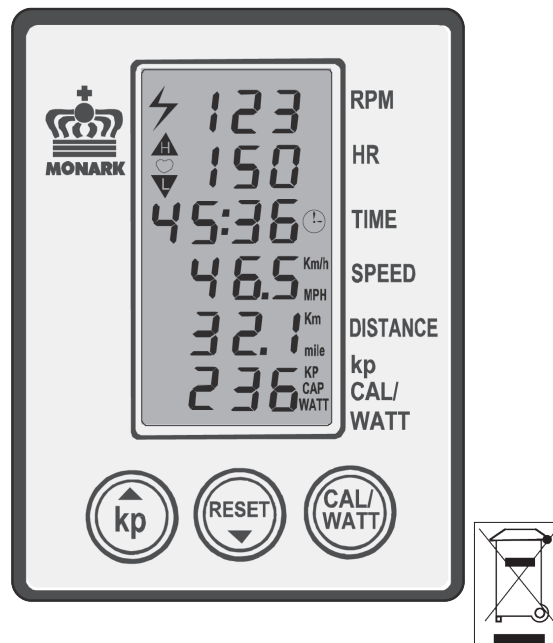


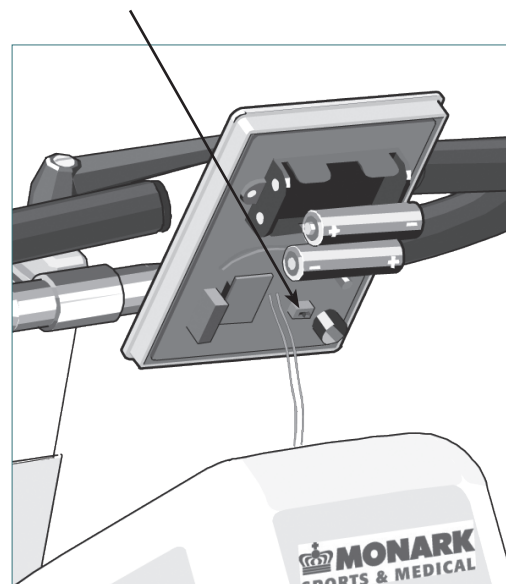
Fig:
Electronic display

Change units

On the back of the display is a switch for displaying units in km / h and km or display in mph and miles. Then, remove the batteries (without using tools) and reinsert them.

1 = km/h and km

ON = mph and miles



WORKLOAD ADJUSTMENT

Changing the work load is done either by another pedalling speed, or by increasing or decreasing the tension of the brake belt / cord against the brake wheel by putting weights in the weight basket. Weights are available in 1 kg, 0.5 kg and 0.1 kg. This makes it possible to vary the workload from 1 kp up to maximum 11 kp in steps of 0.1 kp. Braking power is expressed in kp where mass 1 kg gives the braking force 1 kp.

If you do not want any work load at all, the weight basket can be hung in its upper stop position. The weight basket is released - work load is applied - by pressing the push button located on the end of the handlebar. See *Fig: Workload adjustment*.

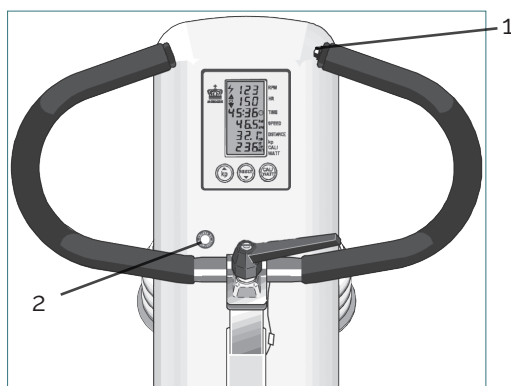


Fig:
Workload adjustment
1) Release button, release basket
2) LED

NOTE!

1 kg is the lowest work load that can be set as this is the weight of the basket itself. A weight basket that only weighs 0.5 kg is available as an accessory.

HEART RATE

The chest belt belt is supplied as standard.

In order for the heart rate measurement to work, it is necessary that the pulse belt is correctly positioned, see *fig: Placement chest belt*. Moisten the electrodes before use, see *Fig: Moistening the electrodes*.

To make contact with the HR receiver on the bike, the distance should not be more than 100 cm. At the first usage it is important to first pair the chest belt with the display by standing close to it so the display can receive the pulse signal (max. 60 cm).

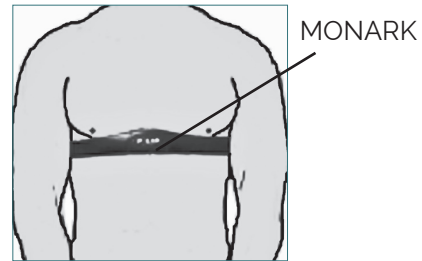


Fig:
Placement chest belt

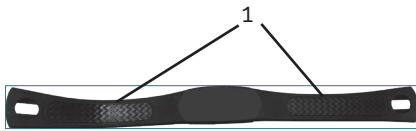


Fig:
1) Moistening the electrodes

NOTE!

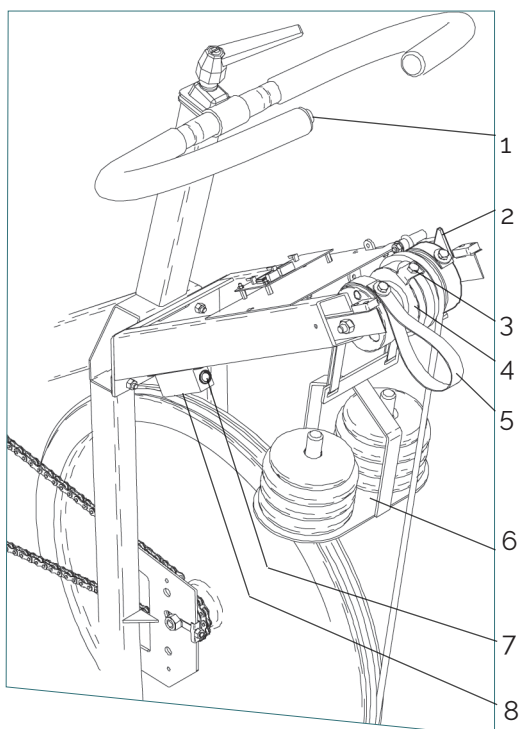
Electromagnetic waves may disturb heart rate function. Cellular phones are not allowed to be used near the bike during test.

CONNECTION TO PC

To connect a PC to the bike, use a 0-modem cable (RS232) with 9-pin D-sub connector (female) at both ends. If no RS232 Serial port is available on the computer use a USB serial converter to connect to an USB port on the computer instead.

Before installing the Monark Software for your ergometer, you must take the following steps.

1. Locate the USB adaptor.
2. Inside the USB adaptor packaging, there is a mini-CD.
3. Insert the mini-CD into the CD-ROM drive and install the driver software. If there is no CD drive on your computer, driver software is available for download from the website (<http://www.vscom.de/USB-CD>).
4. Finalize the driver software installation by inserting the USB adaptor.
5. Install the Monark Software disk.
6. Connect the USB Adaptor to the Serial Cable and proceed with testing.



ANAEROBIC TESTING

The ergometer contains a computer that allows it to be connected to an external PC via a cable that is delivered with the ergometer. The software - Monark ATS Software - you can download from our website, www.monarkexercise.se. It makes it possible to easily run a variety of different types of anaerobic tests, eg. Wingate tests. The duration of the anaerobic tests can easily be set from five seconds up to 300 seconds. For a more detailed description of the software, see separate program manual "Monark Anaerobic Test Software - User Manual".

To carry out anaerobic tests must cycle computer equipped with power from a wall outlet. Connect the supplied power adaptor into an appropriate wall outlet (230V). The circular connector on the cable from the AC adapter is connected to the corresponding connector on the ergometer (under the instrument cover on the right side). The PC cable connects to the data output on the underside. See *Fig: Brake device*. The LED on the top of the instrument panel indicates both that power is on the unit and that the weight basket is in its upper stop position / neutral position. If the weight basket produces resistance it must be moved up in its upper locked position where it does not give any workload. Then the LED is lit - with a delay of about five seconds - indicating that the computer and cycle is in a ready position for a test.

Fig:
Brake device
1) Release button
2) Stop
3) Cord bracket
4) Tension center
5) Return strap
6) Weight basket
7) DC connector
8) PC serial port
9) Pin on tension center
10) Tip of the magnet arm

NOTIZEN!

Diese Benutzerinformationen werden ganz oder teilweise über einen Internetdienst übersetzt.

Der Gebrauch des Produktes kann mit beachtlicher physischer Belastung verknüpft sein. Personen die nicht an physische Belastungen gewöhnt sind oder sich nicht vollständig gesund fühlen, wird geraten, zuvor einen Arzt zu konsultieren.

Beachten Sie bei der Verwendung eines Brustgurts, dass elektromagnetische Wellen das Pulssignal stören können. Mobiltelefone und dergleichen sollten daher bei Verwendung eines Brustgurtes nicht in der Nähe des Fahrrads verwendet werden.

Informationen zu Service, Wartung und Ersatzteillisten finden Sie in unserem Service-Handbuch. Sie können sich auch an Ihren Händler wenden.

Max user weight 125 kg.

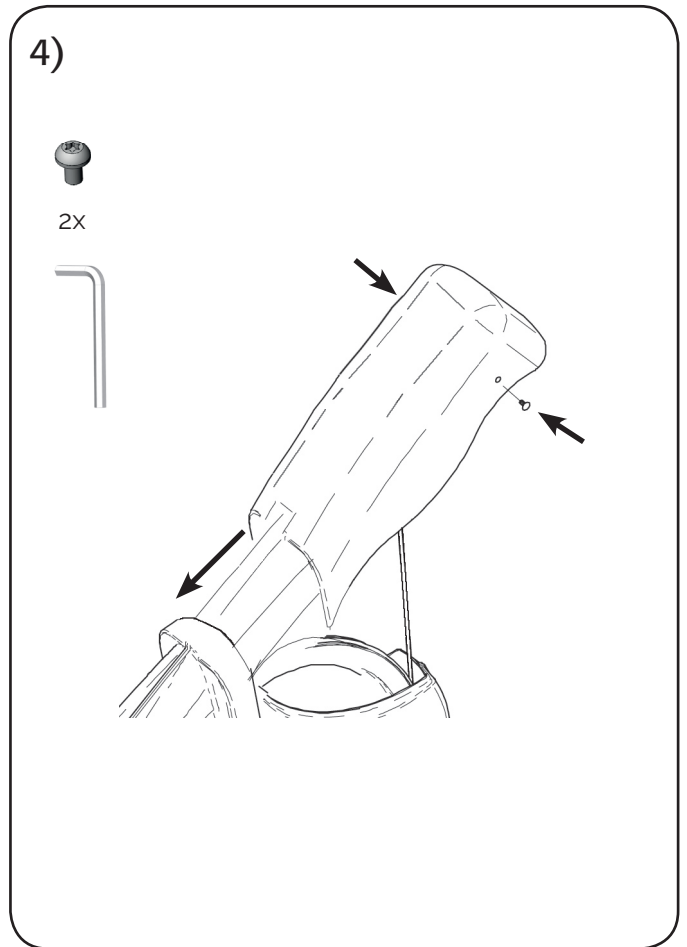
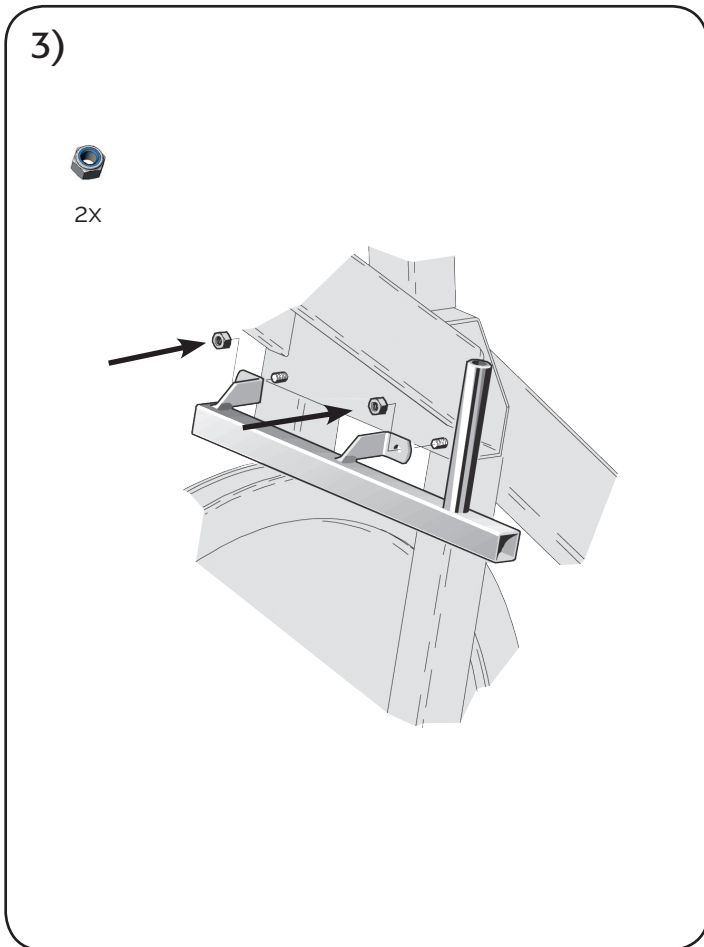
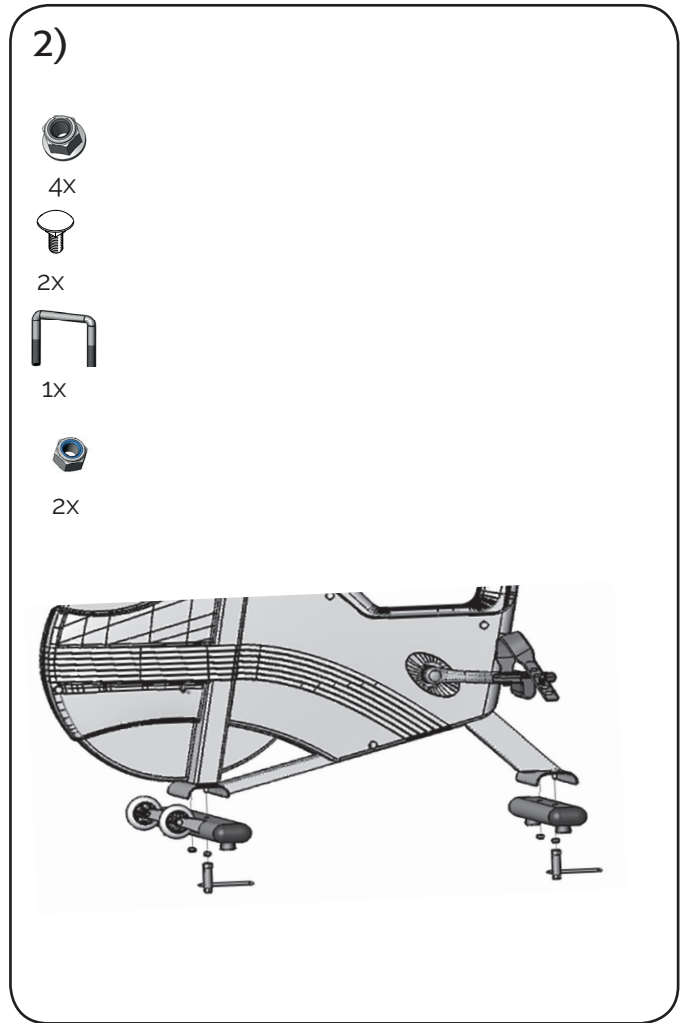
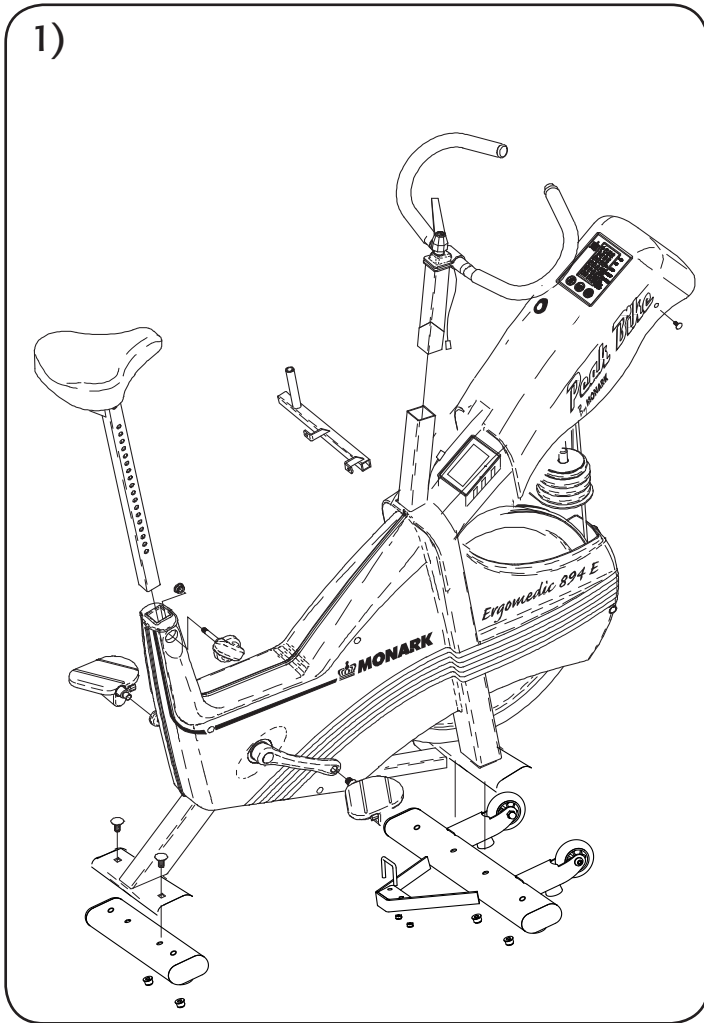
Bevor Sie Ihr neues Fahrrad verwenden, lesen Sie bitte die Benutzerinformationen sorgfältig durch und bewahren Sie sie zum späteren Nachschlagen auf.

NOTIZEN!

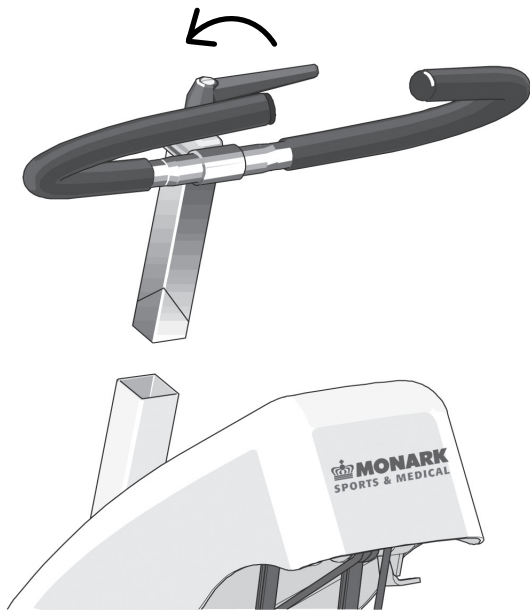
Wenn Sie mit diesem Produkt aerobe oder anaerobe Tests durchführen möchten, sollten Sie über einschlägige Kenntnisse verfügen. Wir verweisen daher auf die einschlägige Literatur, die das Testverfahren und die Analyse der Messergebnisse beschreibt.



Wenn das Produkt oder dessen Verpackung mit diesem Symbol gekennzeichnet ist, darf es nicht als normaler Haushaltsabfall behandelt werden. Stattdessen ist eine geeignete Sammelstelle für das Recycling von elektrischen und elektronischen Geräten bereitzustellen.

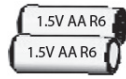


5)

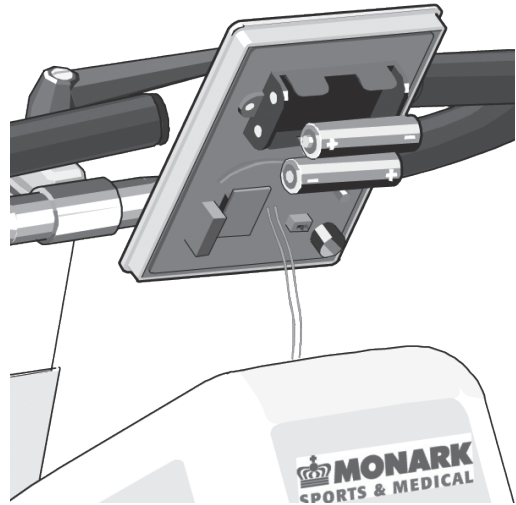
**NOTIZEN!**

Der Schaft muss mindestens 8 cm in den Rahmen eingesetzt werden. Es befindet sich eine entsprechende Markierung („MAX“) am Vorbau und an der Sattelstütze.

6)



2 x 1.5V, R6(AA)



7)



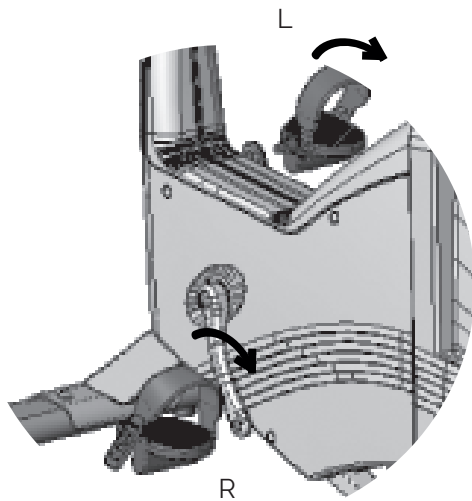
1x R



1x L

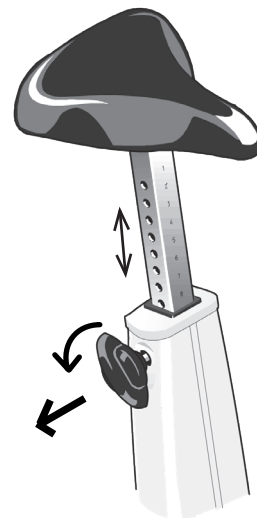


1x

**NOTIZEN!**

Wenn das Fahrrad neu ist oder wenn Sie die Pedale austauschen, müssen sie nach 5 Betriebsstunden festgezogen werden.

8)



ELEKTRONISCHES MESSGERÄT

Drücken Sie eine beliebige Taste oder treten Sie in die Pedale, um die Anzeige zu starten. Dann beginnt das Display mit dem Zählen der Werte für Drehzahl, Zeit, Geschwindigkeit und Entfernung sowie Herzfrequenz (HR) (wenn der Brustgurt verwendet wird).

Darüber hinaus kann die Bremskraft (kp = Gewichtskorb + Gewichte in kg) eingestellt werden, wodurch der Kalorienverbrauch (CAL) und die Leistung (WATT) korrekt angezeigt werden. Der Effekt ist abhängig von der Drehzahl, was bedeutet, dass die Leistung durch Erhöhen von alt eingestellt werden kann. Drehzahl reduzieren.

Bei HR, leuchtet ein Herz-Symbol auf, was bedeutet, dass die Anzeige für ein Herzfrequenz-Signal sucht. Diese wird nach 30 Sekunden getrennt, sofern kein Brustgurt gefunden wird. Sie können die Suche erneut starten, indem Sie die RESET-Taste drücken. Wenn ein Herzfrequenzsignal gefunden wird, wird die Herzfrequenz im Display angezeigt.

Die Zeit beginnt automatisch zu zählen, wenn die Pedale getreten werden. Die Werte für Zeit (TIME), Entfernung (DISTANCE) und Kalorien (CAL) können durch Drücken der RESET-Taste für mehr als zwei Sekunden zurückgesetzt werden.

Damit die Anzeige der Kalorien und Wattewerte korrekt angezeigt wird, muss die kp (Arbeitslast) auf den Belastungswert eingestellt werden, der dem Gewichtskorb entspricht (Gewicht + Gewicht des Korbs 1 kg). Die Gummipplatten sind im 1 kg schweren Gewichtskorb integriert.

Beispiel:

Die Arbeitslast beträgt 3 kg (Gewichtskorb 1 kg + 2 x 1 kg Gewicht). Drücken Sie die kp-Taste. Im unteren Anzeigefenster wird jetzt der kp-Wert angezeigt. Mit der kp-Taste in Schritten von 0,1 erhöhen, alt. Mit der RESET-Taste verringern, bis der Wert dem Gesamtgewicht des Gewichtskorbs entspricht, in diesem Fall 3,0. Drücken Sie dann die Taste CAL / WATT. Die Bremsleistung des Zyklus wird in Watt angezeigt. Bei weiterem Drücken der CAL / WATT-Taste wechselt die Anzeige zwischen Kalorien und Watt. Die angezeigte Leistung hängt von der Drehzahl ab, und die Leistung kann daher durch Erhöhen oder Verringern der Drehzahl genau eingestellt werden.

Der Kalorienverbrauch wird kontinuierlich neu berechnet.

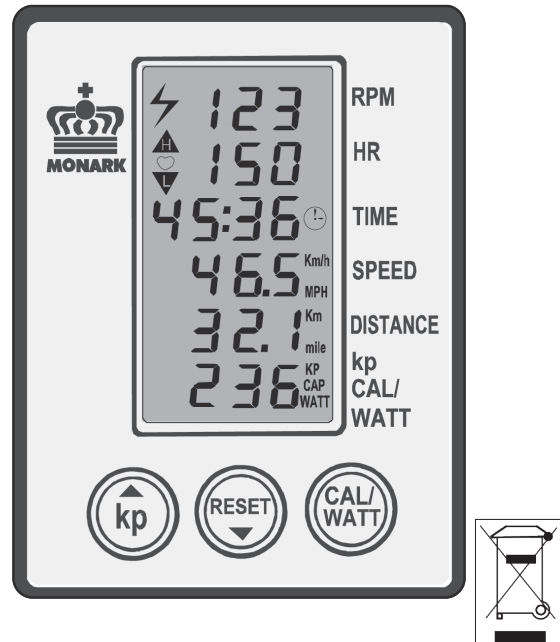


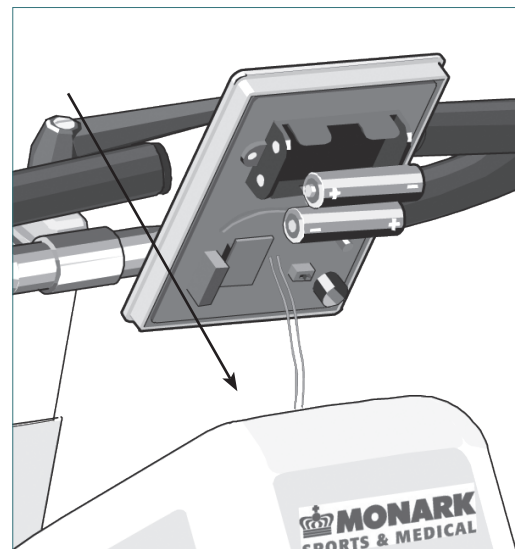
Abb.:
Elektronisches Messgerät

Einheiten ändern

Auf der Rückseite des Displays ist ein Schalter für die Einheiten in km/h und km oder mph und Miles. Entfernen Sie dann die Batterien (ohne Werkzeug) und setzen Sie sie erneut ein.

1 = km/h und km

ON = mph und Miles



NOTIZEN!

Das Display sollte weder direkter Sonneneinstrahlung noch extrem hohen Temperaturen ausgesetzt werden. Keine Lösungsmittel bei der Reinigung verwenden, sondern nur rein trockenes Tuch.

BELASTUNGSEINSTELLUNG

Die Belastung wird entweder über die Trittfrequenz, oder durch die Erhöhung der Spannung des Bremsgurtes, durch Zugabe von Gewichten, erhöht. Gewichte sind verfügbar in 1 kg, 0,5 kg und 0,1 kg. Damit hat man die Möglichkeit die Belastung von 1 kp bis auf maximum 11 kp in 0,1 Schritten einzustellen. Die Bremskraft wird in kp ausgedrückt. 1 kg steht für eine Bremskraft von 1 kp.

Wenn Sie überhaupt keine Arbeitsbelastung wünschen, kann der Gewichtskorb in der oberen Anschlagposition aufgehängt werden. Der Gewichtskorb wird durch Drücken des Druckknopfes am Ende des Lenkers freigegeben. Siehe *Abb.: Einstellung der Belastung*.

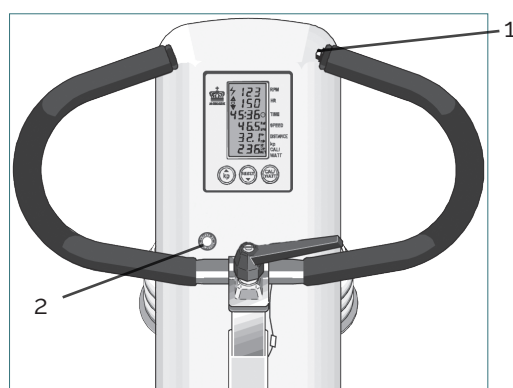


Abb.:
Belastungseinstellung
1) Release-Knopf, aktiviert den Gewichtskorb
2) Leuchtdiode

NOTIZEN!

1 kg ist die niedrigste Belastungsstufe, welche man einstellen kann, da dies bereits dem Eigengewicht des Korbs entspricht. Ein Gewichtskorb mit nur 0,5 kg ist als Option erhältlich.

HERZFREQUENZ

Der Brustgurt wird standardmäßig mitgeliefert.

Damit die Herzfrequenzmessung funktioniert, muss der Pulsgurt richtig positioniert sein, siehe *Abb.: Platzierung des Brustgurtes*. Feuchten Sie die Elektrodenflächen leicht an, siehe *Abb.: Elektroden auf der Rückseite des Brustgurtes*.

Damit die vom Brustgurt ausgesendeten Signale einwandfrei übertragen werden können, sollte sich dieser nicht weiter als 100 cm vom Empfänger befinden. Warten Sie mit dem Test bis der Empfänger die Signale des Brustgurtes empfängt. Dabei sollte die Testperson nicht weiter als 60 cm vom Empfänger entfernt stehen.

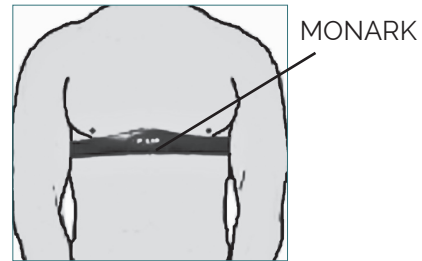


Abb.:
Platzierung des Brustgurtes

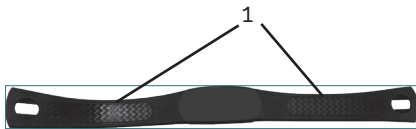


Abb.:
1) Elektroden auf der Rückseite des Brustgurtes

ANSCHLUSS AN EINEN PC

Verwenden Sie ein 0-Modemkabel (RS-232) mit 9-poligen D-Sub-Kupplungen (weibl.) an beiden Enden, um das Ergometer an einen PC anzuschließen. Sollte kein RS232 Anschluss am PC verfügbar sein, verwenden Sie bitte einen USB-Konverter um das RS232 Kabel an einem freien USB Port anzuschließen.

Bevor Sie auf Ihrem Ergometer die Monark-Software installieren, müssen Sie Folgendes tun:

1. Nehmen Sie die Verpackung mit dem USB-Adapter hervor.
2. In der Verpackung befindet sich eine Mini-CD.
3. Führen Sie die Mini-CD in das CD-ROM-Laufwerk ein und installieren Sie die Treibersoftware. Falls Ihr Computer kein CD-Laufwerk hat, kann die Software vom Internet heruntergeladen werden (<http://www.vscom.de/USB-CD>).
4. Schließen Sie den USB-Adapter an, um den Installationsvorgang der Treibersoftware abzuschließen.
5. Installieren Sie die Monark-Software.
6. Schließen Sie den USB-Adapter an das serielle Kabel an und testen Sie nun, ob das Anschließen an den PC geklappt hat.

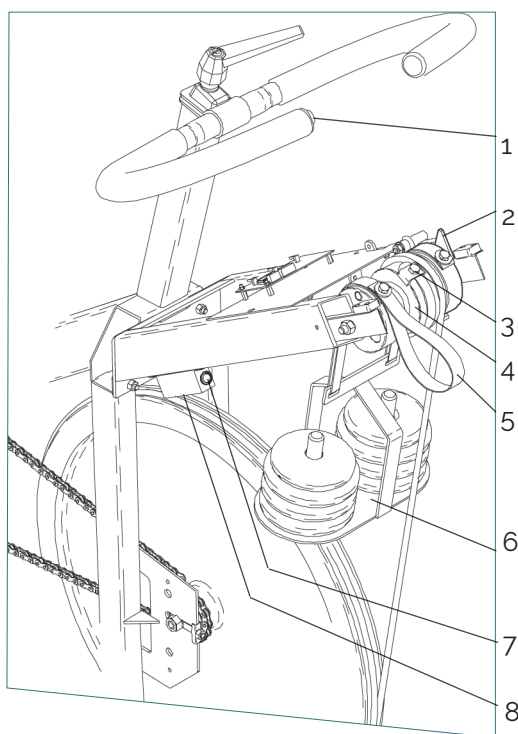


Abb.:
Bremsvorrichtung
1) Auslöser
2) Stopp
3) Halteklammer
4) Fixierungsrolle
5) Lasche
6) Gewichtskorb
7) DC Anschluss
8) Serielle Schnittstelle
9) Pin an der Fixierungsrolle
10) Tip des Magnetarm

ANAEROBE TESTS

Das Ergometer enthält einen Computer, der den Anschluss an einen externen PC über ein Kabel ermöglicht, das mit dem Ergometer geliefert wird. Die Software - Monark ATS Software - können Sie von unserer Website herunterladen, www.monarkexercise.se. Es macht es möglich, eine Vielzahl von verschiedenen Arten von anaeroben Tests leicht ausgeführt werden, z. B. Wingate-Tests. Die anaeroben Tests können ganz leicht zwischen 5 und 300 sec. eingestellt werden. Eine ausführliche Beschreibung der Software finden Sie im separaten Programmhandbuch "Monark Anaerobic Test Software - User Manual".

Um einen anaeroben Test durchzuführen muss das Ergometer an den Strom (230V) angeschlossen werden. Verwenden Sie dazu den beiliegenden Power-Adapter. Der Stromanschluss am Ergometer befindet sich auf der rechten Seite unter der Abdeckung. Das PC-Kabel wird an den Datenausgang an der Unterseite angeschlossen. Siehe *Abb.: Bremsvorrichtung*. Die LED oben auf der Instrumententafel zeigt an, dass das Gerät mit Strom versorgt wird und dass sich der Gewichtskorb in der oberen Anschlagposition / Neutralposition befindet. Sollte der Gewichtskorb einen Widerstand erzeugen, muss dieser eingerastet werden. Dann leuchtet die LED – mit einer Verzögerung von etwa 5 sec. – und zeigt an, dass PC und Ergometer für den Test bereit sind.





CE 0402

Version 2009

Art. Nr: 7950-336SE