

เครื่องออกกำลังกายแบบสแต็ปก้าวพร้อมสายมือดึง

(HOSPRO Swing)

Model: STP 2000



คำแนะนำเพื่อความปลอดภัย:

- 1 ตรวจสอบอุปกรณ์ทุกส่วนก่อนใช้งาน หากพบว่าอุปกรณ์ชำรุดห้ามใช้อุปกรณ์เด็ดขาด
- 2 ตรวจสอบน๊อต และ เกลียวล็อกต่างๆ ว่าอยู่ในสภาพแข็งแรง และยึดแน่น
- 3 วางอุปกรณ์บนพื้นที่ราบ และแข็งแรง
- 4 ควรทำการออกกำลังกายเบาๆ เพื่ออุ่นร่างกายก่อนใช้อุปกรณ์
- 5 ขณะใช้งานไม่ควรให้เด็ก หรือ สัตว์เลี้ยงอยู่ใกล้อุปกรณ์
- 6 แต่งกายให้รัดกุม รวมถึงการสวมรองเท้าสำหรับออกกำลังกายด้วย

7 ก่อนที่จะเริ่มโปรแกรมการออกกำลังกายใด ๆ คุณควรปรึกษาแพทย์ของคุณ เพื่อตรวจสอบว่า สภาพร่างกายของคุณเหมาะสมสำหรับใช้งานอุปกรณ์นี้หรือไม่ หากคุณมีเงื่อนไขในการใช้งาน ควรขอคำแนะนำจากแพทย์ประจำตัวของคุณ เพื่อให้คุณใช้งานอุปกรณ์ได้อย่างถูกต้องและปลอดภัย

8 ขณะออกกำลังกาย ห้ามสัมผัสส่วนใช้คที่อยู่ด้านล่างของอุปกรณ์

หน้าจอกอมพิวเตอร์:

STRIDES/MIN: แสดงจำนวนก้าวต่อนาที

SCAN: สแกนฟังก์ชันตามลำดับการทำงาน

TIME: กำหนดเวลาที่จะออกกำลังกายในแต่ละช่วง

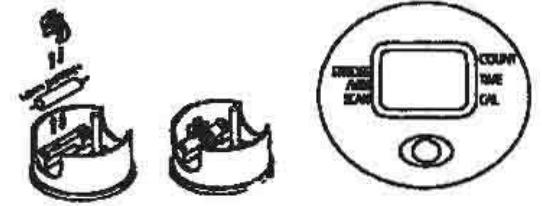
CALORIES: แสดงการเผาผลาญแคลอรี เป็นข้อมูลแบบคร่าวๆ เท่านั้น ควรใช้การเปรียบเทียบกับการออกกำลังกาย

อย่างอื่นร่วมด้วย

COUNT: จำนวนก้าวสะสมทั้งหมดในช่วงที่ออกกำลังกาย

วิธีการเปลี่ยนแบตเตอรี่:

- 1 ปิดส่วนหน้าจอกอมพิวเตอร์ให้เรียบร้อย แล้วนำออกจากตัวอุปกรณ์
- 2 ถอดแบตเตอรี่
- 3 ใส่แบตเตอรี่ใหม่ให้ถูกขั้ว ตามที่แสดงในรังถ่าน



หมายเหตุ:

- 1 เปิดหน้าจอกอมพิวเตอร์ก่อนใช้งานอุปกรณ์
- 2 หากผู้ใช้กดปุ่มที่หน้าจอ 3 วินาที ค่าฟังก์ชันทั้งหมดจะถูกตั้งค่าให้เป็นศูนย์
- 3 หากไม่มีการใช้อุปกรณ์เป็นเวลา 4 นาที ส่วนหน้าจอกอมพิวเตอร์จะถูกปิดโดยอัตโนมัติ

การใช้เชือก:

ในขณะที่ทำออกกำลังกาย การดึงเชือกควรจะดึงในแนวตั้ง เพื่อให้ทรงตัวอยู่บนอุปกรณ์ได้อย่างมั่นคง

บริษัท เบลเมกส์ไทย จำกัด

สำนักงานใหญ่และคลังสินค้า: 15/117 หมู่3, ซอยเก้ากิโล23 ถ.เก้ากิโล, ต.สุรศักดิ์, อ.ศรีราชา, จ.ชลบุรี 20110 Thailand โทร.66-38-773660, แฟกซ์ 66-38-314119
สำนักงานในกรุงเทพมหานคร: ริจัส สยามทาวเวอร์ ชั้น 12 เอ ยูนิคบี 1, บี 2 อาคาร สยามทาวเวอร์ 989, ถนนพระราม 1, แขวงปทุมวัน, เขตปทุมวัน, กรุงเทพฯ 10330
โทร 02-6485030 เบอร์แฟกซ์ 02-6485001
ศูนย์บริการลูกค้าสัมพันธ์: โทร.038-314-118, 038-773-660, 081-633-9942