

Sestavení stepperu:

1. Postavte stepper na rovnou zem
2. Vytáhněte kabel ze základny stepperu a protáhněte jej spodní tyčí. Nasadte plastovou objímku a tyč přišroubujte 4 šrouby.
3. Protáhněte kabel druhou tyčí a připevněte ji 8 šrouby. Nedotahujte úplně.
4. Propojte kabel s kabelem na počítadle a vložte jej do přiložené objímky. Nasadte takto na horní tyč.
5. Přišroubujte rukojeti posledními 2 šrouby a dotáhněte všechny šrouby na přístroji.
6. Zašroubujte regulační šroub do základny stepperu (čím víc zašroubujete, tím víc se nášlap zvedne)

Popis měřících funkcí displaye:

Scan: ukazuje různé druhy měření automaticky za sebou.

1. Time (Čas) – od 0-99.55 sekund cvičení
2. Calorie (Kalorie) - počet spálených kalorií během cvičení
3. Count (Počet) – měří počet provedených kroků za minutu
4. Mode (Režim) – Po stisknutí ukazuje výsledky měření (lze i během cvičení). Při stisknutí na 3 vteřiny vynuluje hodnoty a začíná počítat znovu.

Instrukce:

Důležité – Stiskem tlačítka zapnete display. Display bude automaticky měnit které hodnoty budou viditelné, a to v pořadí – čas, kalorie, počet kroků.

Pokud nedojde ke kontaktu s přístrojem automaticky se po cca 5 minutách vypne. Display se opět zapne po zmáčknutí červeného tlačítka, nebo po započetí cvičení.