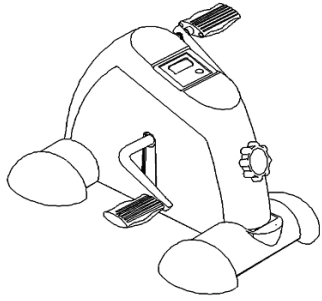


# จักรยานมินิไบค์ สำหรับปั่นออกกำลังกาย

(HOSPRO Pedal Mini Bike)

Model: HMB 2500



## ข้อมูลความปลอดภัยที่สำคัญ

1 ก่อนที่จะเริ่มโปรแกรมการออกกำลังกายใด ๆ คุณควรปรึกษาแพทย์ของคุณเพื่อตรวจสอบว่า สภาพร่างกายของคุณเหมาะสมสำหรับใช้งานอุปกรณ์นี้หรือไม่ หากคุณมีเงื่อนไขในการใช้งาน ควรขอคำแนะนำจากแพทย์ประจำตัวของคุณ เพื่อให้คุณใช้งานอุปกรณ์ได้อย่างถูกต้องและปลอดภัย

2 หากคุณมีการใช้ยาที่มีผลต่ออัตราการเต้นหัวใจ, ความดันโลหิต หรือมีการควบคุมระดับคอเลสเตอรอล ให้ขอคำแนะนำจากแพทย์ของคุณก่อนใช้งาน

3 ควรออกกำลังกายให้เหมาะสมกับสภาพร่างกายของคุณ ไม่ควรออกกำลังกายมากเกินไป จนทำให้ร่างกายเสียหาย หากพบว่าร่างกายมีการแจ้งเตือน ควรหยุดออกกำลังกายทันที เช่น มีอาการเจ็บปวดแน่นที่หน้าอก, หัวใจเต้นผิดปกติและหัวใจเต้นถี่มาก, วิงเวียนศีรษะ หรือคลื่นไส้ หากพบเหตุการณ์ดังกล่าวข้างต้น ให้หยุดการออกกำลังกายแล้วทำการปรึกษาแพทย์ของคุณก่อนที่จะใช้งานอุปกรณ์

4 ให้เด็กและสัตว์เลี้ยงอยู่ห่างจากอุปกรณ์ เนื่องจากอุปกรณ์นี้ที่ถูกต้องออกแบบสำหรับการใช้งานของผู้ใหญ่เท่านั้น

5 วางอุปกรณ์ บนพื้นที่มีลักษณะแข็ง, ราบ, และควรวางแผ่นกันรอยเพื่อป้องกันพื้นหรือพรมของคุณ เพื่อความปลอดภัย ควรมีพื้นที่ว่างโดยรอบอุปกรณ์อย่างน้อย 0.5 เมตร

6 ก่อนที่จะใช้ อุปกรณ์โปรดตรวจสอบให้แน่ใจว่า เกลียวต่ออุปกรณ์และน็อตต่างๆ แน่น แข็งแรง และมั่นคง

7 ควรใช้งานอุปกรณ์ตามที่ได้ระบุไว้ ในขณะที่ทำการประกอบ หากคุณพบว่าชิ้นส่วนที่ประกอบมีข้อบกพร่อง หรือได้ยินเสียงผิดปกติใดๆ ที่มาจากอุปกรณ์ในระหว่างการใช้งานให้หยุดทันที ห้ามใช้อุปกรณ์จนกว่าอุปกรณ์จะได้รับการแก้ไข

8 สวมใส่เสื้อผ้าที่เหมาะสมในขณะที่ใช้ อุปกรณ์ หลีกเลี่ยงการสวมใส่เสื้อผ้าหลวมๆ เพราะอาจเข้าไปติดอยู่ในอุปกรณ์ หรืออาจจะทำให้เคลื่อนไหวร่างกายลำบาก

9 อุปกรณ์นี้ถูกออกแบบสำหรับการใช้งานในร่มและในบ้านเท่านั้น ไม่ได้มีไว้สำหรับการใช้งานเชิงพาณิชย์

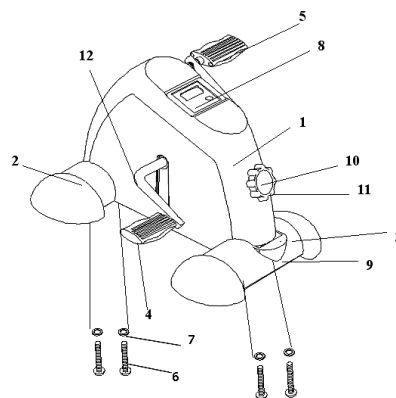
10 แรงต้านของแต่ละการปั่นน้อยกว่า 33LB

11 เมื่อมีการยกหรือเคลื่อนย้ายอุปกรณ์ ควรกระทำอย่างระมัดระวังเพื่อป้องกันการบาดเจ็บของผู้เคลื่อนย้าย

12 อุปกรณ์ไม่เหมาะสำหรับการใช้ในการรักษา หรือ พื้นฟูสภาพผู้ป่วย

13 กรรณาคีมคู่มือนี้และเครื่องมือประกอบทั้งหมด สำหรับการอ้างอิง

## รายละเอียดอุปกรณ์



เลข	รายการ	จำนวน (ชิ้น)
1	ตัวอุปกรณ์หลัก	1
2	กันโครงด้านหน้า	1
3	กันโครงด้านหลัง	1
4	ที่เหยียบด้านขวา	1
5	ที่เหยียบด้านซ้าย	1
6	สกรูหกเหลี่ยม M6	4
7	เกลียวล็อกขนาด $\Phi 11$	4
8	หน้าจอบคอมพิวเตอร์	1
9	ฐานเสริมเพื่อการรับแรงปั่น	2
10	ลูกบิด	1
11	สกรูของลูกบิด	1
12	ข้อเหวี่ยง	1

## ขั้นตอนการประกอบ



1 ยึดกันโครงด้านหน้า(2) ไปยัง ตัวอุปกรณ์หลัก(1) ด้วย สกรูหกเหลี่ยมและเกลียวล็อกขนาด  $\Phi 11$  2ชุด



2 ยึดส่วนกันโครงด้านหลัง (3) เข้ากับ ตัวอุปกรณ์หลัก(1) ด้วย สกรูหกเหลี่ยม และเกลียวล็อกขนาด  $\Phi 11$  2ชุด



3 ใส่ที่เหยียบด้านขวา (4) โดยสังเกตสัญลักษณ์ "R" ที่ด้านท้ายที่เหยียบ แล้วเชื่อมต่อไปยังข้อเหวี่ยงแขน (12)

\* หมายเหตุ: ที่เหยียบด้านขวา ควรจะเกลียวตามเข็มนาฬิกา



4 ใส่ที่เหยียบด้านซ้าย (5) โดยสังเกตสัญลักษณ์ "L" ที่ด้านท้ายที่เหยียบ แล้วเชื่อมต่อไปยังข้อเหวี่ยงแขน (12)

\* หมายเหตุ: ที่เหยียบด้านขวา ควรจะเกลียวทวนเข็มนาฬิกา

**น๊อตและตัวยึดทั้งหมดจะต้องยึดติดแน่นก่อนที่จะใช้งานอุปกรณ์**

**การติดตั้งแบตเตอรี่ / การเปลี่ยนแบตเตอรี่**



รูปที่ 1

1 นำส่วนที่เป็นคอมพิวเตอร์ (8) ออกจากด้านบนของตัวอุปกรณ์หลัก

(1) รูปที่ 1

2 เปลี่ยนแบตเตอรี่ ขนาด AAA ในช่องให้ตรงกับสัญลักษณ์ ตามที่ระบุไว้ในรังก้าน

3 กดคอมพิวเตอร์ (8) กลับไปยังด้านบนของตัวอุปกรณ์หลัก(1)

หมายเหตุ: เมื่อคุณเอาคอมพิวเตอร์ (8) จากด้านบนของตัวอุปกรณ์หลัก(1)สายเชื่อมต่อคอมพิวเตอร์ (8) ของวงจรถวายจะขาดการเชื่อมต่อก่อนที่จะกดคอมพิวเตอร์ (8) กลับลงไปในช่วงดังกล่าว โปรดเชื่อมต่อกับสายคอมพิวเตอร์กับตัววงจรถวายให้เรียบร้อย (รูปที่ 2)



รูปที่ 2

**การออกกำลังกายด้วยระบบคอมพิวเตอร์**

**ปุ่มฟังก์ชัน**

MODE: กดเพื่อเลือกฟังก์ชันแต่ละฟังก์ชัน

SCAN: สแกนโดยอัตโนมัติผ่านการทำงานในแต่ละลำดับ

TIME: นับเวลาขึ้นจนถึง 99:59 นาที จากศูนย์แล้วนับเพิ่มขึ้นทีละวินาที

COUNT: ตัวเลขสะสมของการเกิดซ้ำในแต่ละช่วงของการ

ออกกำลังกาย

TOTAL COUNT: รวมตัวเลขสะสมของการเกิดซ้ำในแต่ละช่วงของการ

ออกกำลังกาย ข้อมูลนี้ไม่สามารถลบค่าได้จนกว่าคุณจะไปเปลี่ยนแบตเตอรี่

CALORIE: แสดงปริมาณแคลอรีสะสมที่ถูกใช้ในระหว่างการออกกำลังกาย

ฟังก์ชันนี้เป็นการแนะนำคร่าวๆเท่านั้น และควรจะใช้การเปรียบเทียบกับ การออกกำลังกายอื่นๆ ด้วย

**หมายเหตุ**

1 คอมพิวเตอร์จะเริ่มทำงานทันทีที่คุณถือจักรยาน หรือ สามารถกดปุ่มเริ่มได้ด้วยตัวคุณเอง

2 คอมพิวเตอร์จะปิดโดยอัตโนมัติเมื่อไม่มีการเคลื่อนไหว 5 นาที

3 กดปุ่ม MODE 4 วินาทีการตั้งค่าทั้งหมด จะถูกลบ ยกเว้นข้อมูลของ TOTAL COUNT

4 คอมพิวเตอร์ทำงานด้วย แบตเตอรี่ 1.5V AAA จำนวน 1 ก้อน

<p><b>บริษัท เบลเมกส์ไทย จำกัด</b>          สำนักงานใหญ่และคลังสินค้า: 15/117 หมู่3, ซอยเก้ากิโล23 ถ.เก้ากิโล,ต.สุรศักดิ์, อ.ศรีราชา,จ.ชลบุรี 20110 Thailand โทร.66-38-773660, แฟกซ์ 66-38-314119          สำนักงานในกรุงเทพมหานคร: รัชฎี สยามทาวเวอร์ ชั้น 12 เอ ยูนิตบี 1, บี 2อาคาร 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</p>
---