

**G6176-TFT**

**V1.**



**RS LINE RS800**  
**使用説明書**



Fig.0

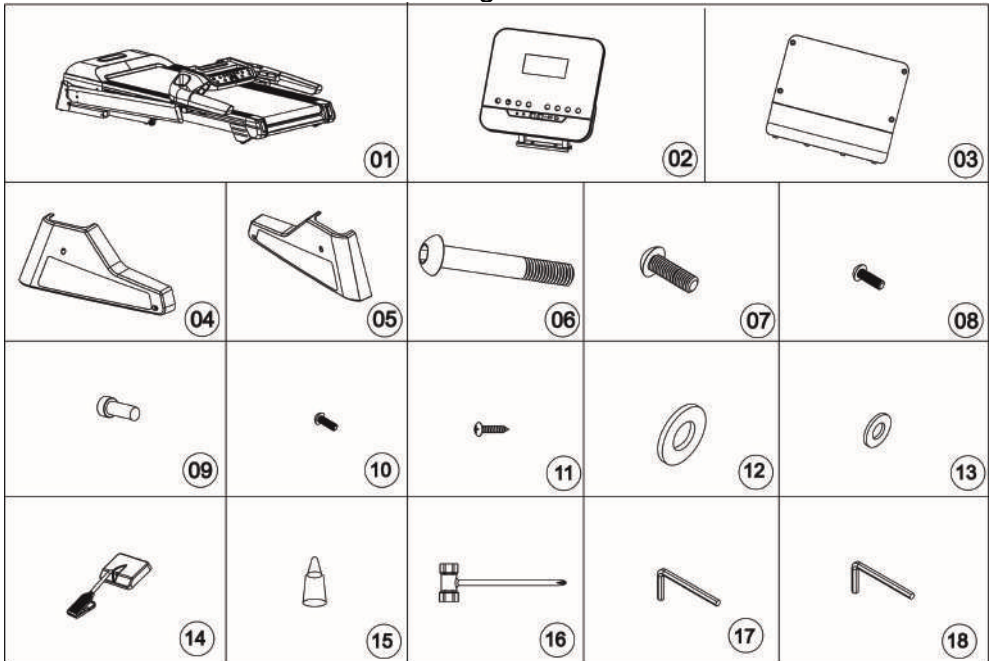


Fig.1

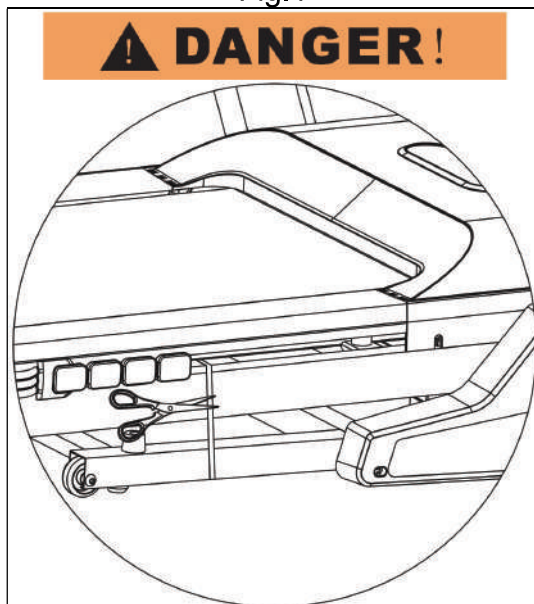


Fig.2

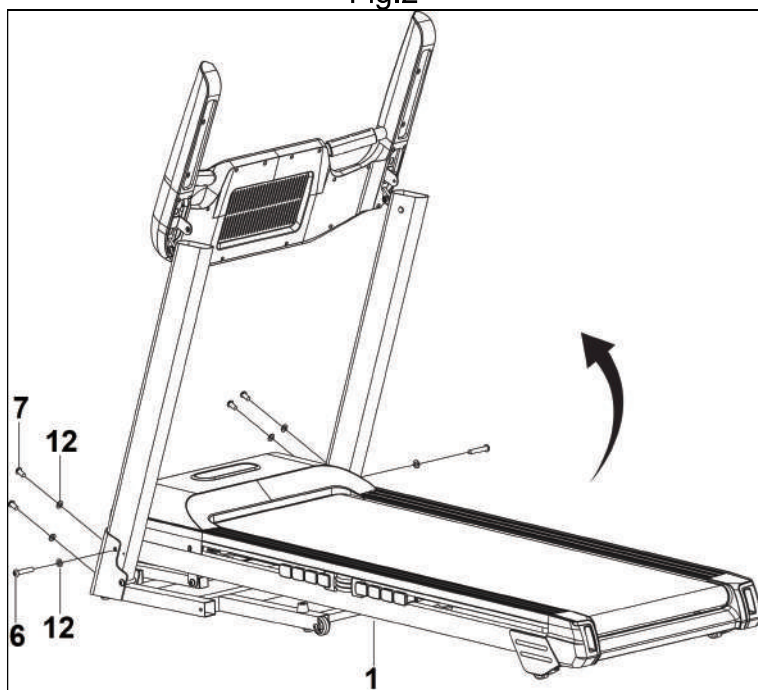


Fig.3

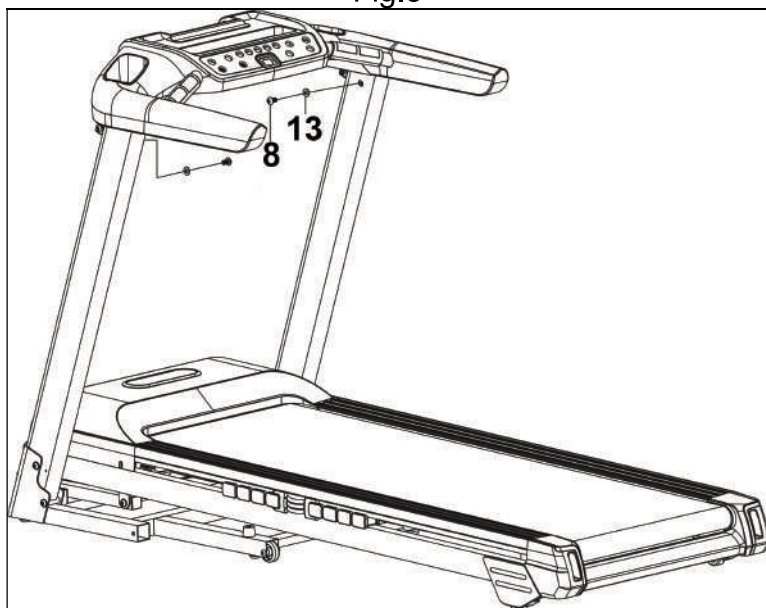




Fig.4

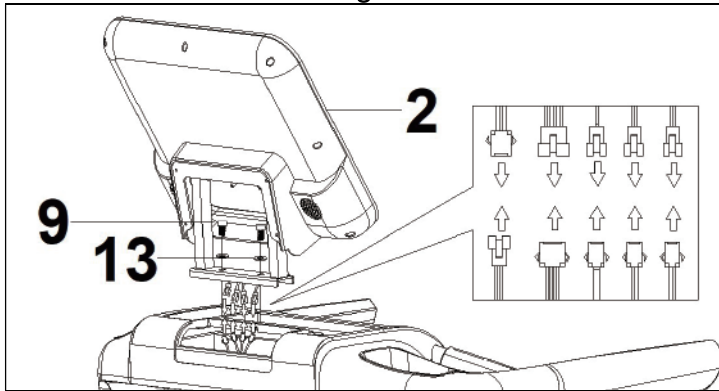


Fig.5

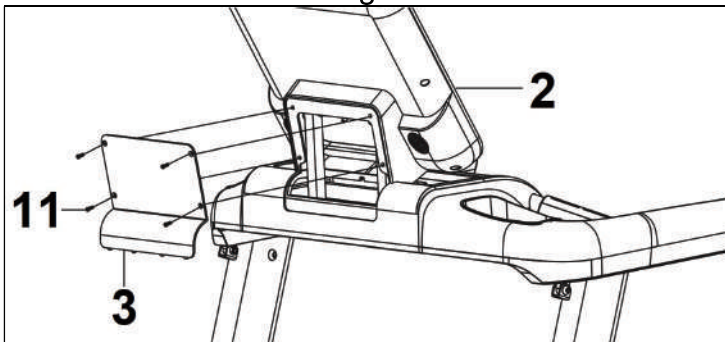


Fig.6

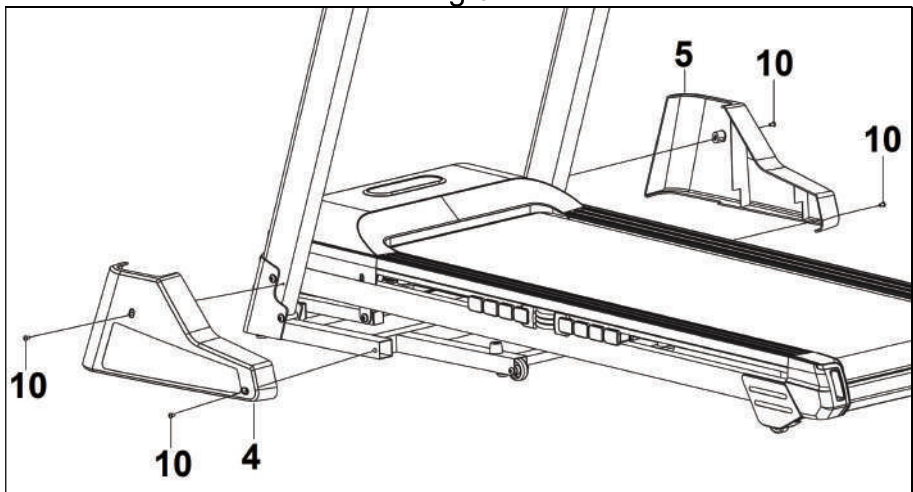


Fig.7

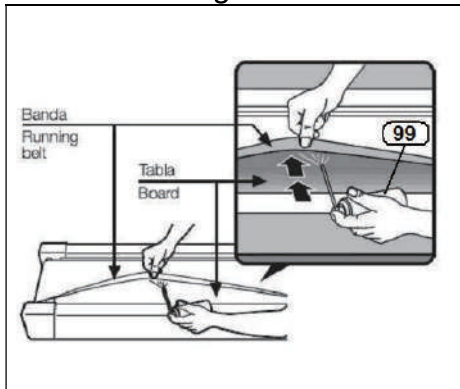


Fig.8

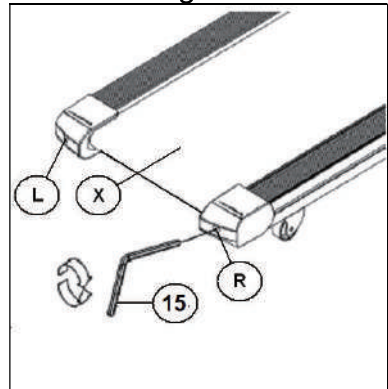


Fig.9

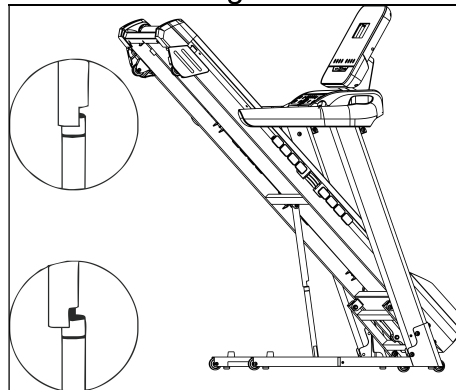
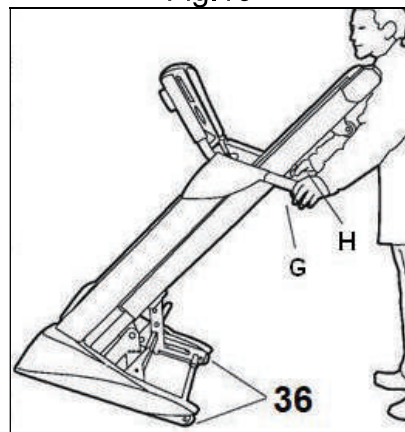


Fig.10



## 一般說明.-

仔細閱讀說明包含在本手冊中。它提供向您提供有關以下方面的重要信息的安全、使用和維護跑步機。

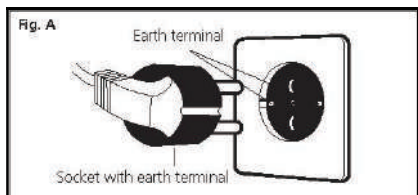
您應該始終遵守某些規定，使用本產品時的安全注意事項單位，包括以下內容：

1. 該裝置設計用於僅供家庭使用。
2. 每次只能一位使用者使用，最大承重130公斤。
3. 器材需放在平坦的地面上，至少後方有 2 公尺的安全空間，左右需有1公尺安全距離。請勿放置任何物品堵住出風口，並可以放置一個防護地墊在器材下方，避免地板損壞。
4. 器材配備了安全裝置鑰匙，必須插上安全鑰匙，否則機器將無法運作。使用時需將安全鑰匙夾在衣服上。不使用時，請拔下器材上的安全鑰匙並妥善保管，並免孩童或需要監護才能使用的人任意取得。
5. 確保跑步機能正確運作，絕不要使用可能故障的設備。
6. 擁有者有責任確保任何使用者，都充分了解該機器所有必要的預防措施。
7. 家長和孩童的監護人應時刻注意他們孩子的好奇心，因為這常常會導致危險的情況或事故的發生。在任何情況下，這個器材都不應被當作玩具使用。
8. 請勿允許孩童或殘疾人士，在沒有經過合格人員的嚴格監督下使用這個設備。
9. 在發生任何緊急情況時，立即將雙腳跨跳張開站在邊條上，並抓住扶手，直到器材停止。
10. 使用扶手協助你上下跑步機，以及在調整速度時。請勿在跑帶正在運轉時跳上去。
11. 請勿讓手靠近任何移動部件。不要將手、腳或其他物體放在跑步機跑帶下方。
12. 在跑帶運轉時，請勿站在上面靜止不動。
13. 請穿著合適的服裝和鞋類。確保所有鞋帶/繩子都綁好。為了避免受傷和降低跑帶的不必要磨損，請確保鞋底清潔。
14. 請勿在戶外使用這台機器。
15. 長時間將設備放在潮濕的地方是不建議的，因為它容易生鏽。
16. 請確保不要給設備加過多潤滑油，以免導致設備所在地的地板或地毯被污染。

## 安全指示.-

這個產品必須進行接地。如果設備發生故障，地線連接將導引電流遠離機器，減少觸電風險。這個產品附帶有帶有地線的主電纜和帶有地線插針的插頭。插頭只能與正確安裝且按照當地法規連接到地線的適當牆插座一起使用。

**危險!**如果設備的接地不正確，存在觸電風險。如果有疑慮，請諮詢電工或技術專家檢查地線連接是否正確。請勿修改設備附帶的插頭，如果插頭不適合插在牆上，請找電工安裝一個合適的電源插座。這個產品只能在100-110V伏特的電路上使用，必須插在像圖A所示的帶有接地的插座上。確保設備只連接到具有相同插頭布局的牆插座。請勿使用適配器連接這個設備。



### 在使用電器時，請始終遵守以下建議：

1. 確保主電源的電壓與設備匹配，再將插頭插入插座。供電電壓必須與特性牌上所示的電壓相同，且插座上的孔應與設備上的插頭針腳相匹配。
2. 為了降低觸電風險，首先將開關調至“0”位置，然後將插頭從牆插座拔出。始終在使用後立即拔掉設備插頭，然後進行清潔。
3. 確保在進行任何維護或組裝工作之前，跑步機已被關閉並拔掉插頭。

4. 請不要以拉扯電源線方式拔掉跑步機的插頭。
2. 為了降低觸電風險，首先將開關調至“0”位置，然後將插頭從牆插座拔出。始終在使用後立即拔掉設備插頭，然後進行清潔。
3. 確保在進行任何維護或組裝工作之前，跑步機已被關閉並拔掉插頭。
4. 如果電源線損壞或磨損，請勿使用該機器。
5. 將電源線遠離熱表面。

## 安全斷路器.-

這款型號配備了一個電子斷路器，用於保護電子和電氣電路。如果設備受到異常的力量或熱能，這個安全裝置將自動觸發。

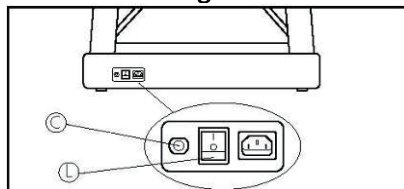
如果發生上述情況：

1. 將位於外殼上的開關 (L) 調至“0”（關閉）位置，參見圖B。
2. 按下電路按鈕 (C) 重置設備。
3. 接下來，將開關 (L) 調至“1”（開啟）位置，設備將恢復使用狀態。

### 如果斷路器反覆跳閘，最可能的原因有：

- 工作條件異常，
  - 需要潤滑跑步帶，
  - 使用溶劑性潤滑油，
  - 跑帶過緊。
- 將設備插入帶有地線端子的牆插座。  
將開關 (L) 設置為“1”位置。

Fig.B



## 組裝說明.-

至少需要兩個人一同組裝。

確保所有零件都有，如圖0：

- (1) 主結構；(2) 顯示器；(3) 蓋子；(4) 左蓋；
- (5) 右蓋；(6) 螺絲 M10x55；(7) 螺絲 M10x20；
- (8) 螺絲 M8x15；(9) 螺絲 M8x15；
- (10) 螺絲 M5x12；(11) 螺絲 M4x10；
- (12) 墊片 M10；(13) 墊片 M8；(14) 安全鑰匙；
- (15) 潤滑油瓶；扳手。

### 按照說明一步一步操作組裝：

- 1.將器材從盒子中取出，放置在地板上。

**備註：**在將裝置從盒子中取出並放在地板上之前，請勿切割安全帶。參見圖1。

- 2.接下來，握住扶手，沿箭頭方向將其提起，如圖2所示。使用螺絲 (6)、(7) 和墊片 (12) 進行固定，參見圖2。請勿完全拧紧。
- 3.將從顯示器支架伸出的電線與從右立管伸出的電線相連接。使用螺絲 (8) 和墊片 (13) 定位電子錶支架，參見圖3。

鎖緊所有第2和第3步驟中的螺絲。

- 4.將顯示器 (2) 放置在支架上，並使用螺絲 (9) 和墊片 (13) 固定，參見圖4。  
將顯示器伸出的電線與顯示器支架伸出的電線相連接，參見圖4。
- 5.使用螺絲 (11) 將蓋子 (3) 放置在位置上，參見圖5。
- 6.使用螺絲 (10)，將左蓋 (4) 和右蓋 (5) 放置在位置上，如圖6所示。

## 7潤滑.-

**注意：**在初次使用之前，在跑帶的中央部分，沿整個板上，以及如圖5所示的兩側，塗抹大約半瓶潤滑油。

一個有關潤滑的說明影片可以在BH Youtube 頻道上找到：  
[www.youtube.com/watch?v=wVfT5w0yzE](http://www.youtube.com/watch?v=wVfT5w0yzE)

### 重要注意事項：

- 如果箱內中缺少潤滑油，請立即向我們客服部門聯絡索取。
- 特別注意潤滑您在運動時腳步的區域。
- 加油後，讓跑帶運轉並正確潤滑，確保無人使用設備。如果在訓練後潤滑 (跑帶和橡筋還保持溫暖)，潤滑效果會更好。
- 應用潤滑油後，應該在接下來的幾個小時內不要折疊或使用設備。這將使跑帶充分浸潤。
- 如果潤滑後跑帶開始打滑，請檢查帶子的張力。為了調整帶子的張力，取出6mm六角扳手，將機器設定為4km/h，將螺絲 (R和L) 順時針方向轉動一圈。

**注意事項：**定期檢查跑帶的潤滑狀況是使用者的責任。為此，請將跑步機從電源插座拔出；將一隻手放在跑帶和板面的表面之間，以確保兩個表面都被潤滑，特別是在運動時放置腳的區域。

**請注意，**不足的維護或使用不適當的產品可能導致保固失效。

## 潤滑頻率：

- 為了最佳的維護，BH建議使用其自家品牌的基於矽油的潤滑劑。
- 一般來說，BH建議每月至少潤滑一次帶子，或者在使用約30小時後（以先發生者為準）。
- 在非常乾燥、炎熱或多塵的環境中使用，由較重的人使用和/或經常以慢速(<5km/h)行走，會增加潤滑的需求。根據情況，可能需要每十五天潤滑一次，甚至每週一次。
- 使用其他品牌的潤滑劑或其他類型的潤滑油可能需要更頻繁的潤滑，甚至可能損壞跑帶和/或跑板，並導致馬達和其他零件故障。

## 8調整皮帶.-

**注意：在使用機器之前，打開機器檢查皮帶是否居中。如有需要，請按照以下步驟進行調整。**

如果您的裝置未均勻地放在四個接觸點上，可能會導致皮帶(X)偏移。如果皮帶偏移到左邊或右邊，請停止機器。

### 皮帶向右偏移.-

這個程序非常重要，請按照以下步驟進行。為了調整皮帶，將裝置設定為以4公里/小時的速度運動。如果皮帶偏移到右邊，將機器右側的螺絲(R)順時針轉1/4圈。注意皮帶的位置，如果一分鐘後皮帶仍然沒有完全居中，則重複此操作。如果您發現皮帶偏移到左側，則將右側的螺絲略微逆時針方向轉回。參見圖8。—但您調整好皮帶，就可以重新開始運動。

### 皮帶向左偏移.-

如果皮帶偏移到左側，請將機器左側的螺絲(L)順時針轉1/4圈。注意皮帶的位置，如果一分鐘後皮帶仍然沒有完全居中，則重複此操作。如果您發現皮帶偏移到右側太遠，則將左側的螺絲略微逆時針方向轉回。參見圖8。

**重要提示：**過度拉緊皮帶可能導致機器速度下降，甚至拉伸皮帶本身。請注意，將右側的螺絲(R)順時針轉一圈對皮帶位置的影響與左側的螺絲(L)逆時針轉一圈相同。因此，在出現過度皮帶運動的情況下，您可以使用其中一個螺絲，以避免過度拉緊皮帶。

## 摺收器材.-

這台跑步機配備了一個用於儲放的摺收機構。要使用它，停止跑步機，將高度調整到最低，拔下電源線，然後將裝置抬起，直到您聽到槓桿咔嚓一聲卡入位。將您的器材存放在乾燥的地方，最好不受溫度變化的影響。

## 展開裝置.-

如果您希望使用跑步機，請執行相反的程序。使用您的腳踩動操縱桿，如圖9所示，慢慢將跑步機帶降到地板上。在折疊或展開跑步機時，請確保附近沒有孩童或可能妨礙折疊過程的障礙物。

## 移動與儲存.-

該裝置配備了輪子(36)，如圖10所示，以便更容易移動。請確保主電線已從牆插座中拔出。

如果您希望移動跑步機，首先要做的是將其折疊起來，將雙手放在扶手(G和H)上，傾斜跑步機，如圖10所示，使輪子(36)著地。

為了防止意外事故，請勿將跑步機移動到不意味著充實地生活。現代社會深受壓力之苦。我們的飲食中熱量和脂肪過多。所有醫生都同意，定期運動是控制體重、讓我們更健康並幫助我們放鬆的好方法。

## 運動的好處.-

定期進行低於一定水平的運動，持續15/20分鐘，即成為有氧運動。有氧運動基本上是使用氧氣的運動。通常，這是一種沒有休息間歇的連續性運動。除了糖和脂肪外，身體還需要氧氣。定期運動提高了身體供應氧氣給所有肌肉的能力，同時改善了肺功能、心臟的泵血能力以及更好的血液循環。簡而言之，運動期間產生的能量燃燒卡路里（稱為卡路里）。

## 運動與體重控制.-

我們攝取的食物被轉化為身體所需的能量（卡路里），其中一部分是為了維持我們的生理活動。如果攝取的卡路里多於燃燒的量，則體重會增加，反之亦然，如果燃燒的卡路里多於攝取的量，我們就會減重。在休息時，身體每小時大約消耗70卡路里以保持我們的基本生理功能。

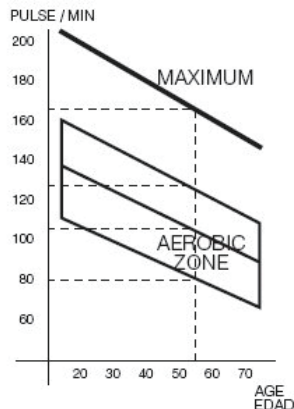
身體的工作強度可通過心跳的速率（脈動）反映出來，隨著工作強度的增加而增加。在跑步機上的努力取決於速度。如果增加速度，工作強度和心率也會增加。如果工作強度保持不變，心率會增加到一個程度，此後無論工作量如何增加，心率都不再增加。這被稱為最大心率，並且隨著年齡的增長而下降。

一個常見的計算最大心率的公式，即精疲力竭點，是22減去年齡。建議運動時應在最大心率的65%至85%之間進行，時間為15-20分鐘，並且建議不應超過85%。近沒有孩童或可能妨礙折疊過程的障礙物。

**例：50歲**

**220-50=170以上**

心率	脈動	有氧區間
最大限度	170	
85%	144	
75%	127	
65%	112	



## 訓練程式.-

在開始任何運動計畫之前，請記住運動計畫會因年齡和身體狀況而有所不同，建議在開始之前諮詢您的醫生，因為根據他/她的建議或建議，您將能夠獲得更好的結果。無論您的目標是變得更健康、控制體重還是進行物理治療，請始終記得您的運動應該是漸進的、計劃的、多樣化的，而且不應過於苛刻。我們建議您每週運動3到5次。在開始一個運動時，重要的是進行2-3分鐘的低速熱身。這有助於保護您的肌肉並準備好您的心肺系統。

接下來的階段將持續15-20分鐘，心率在65%到75%之間，或者對於已經習慣運動的人，可以在75%到85%之間。在以後的階段，一旦我們變得更健康，我們可以在這兩個水平之間分配時間，但始終要記住心率不能超過85%（有氧區域），絕不能達到對應我們年齡的最大心率限制。

當您完成時，放鬆肌肉是很重要的。這可以通過以低速行走2-3分鐘，直到心率降至65%以下的水平。這將有助於防止肌肉疼痛，尤其是在一次強度較大的運動後。同時，建議在節目結束時進行一些地板上的放鬆運動。

## 最後一提.-

我們希望您喜歡使用您的裝置。您將很快注意到受控的運動計畫的好處，您會感覺更好，充滿活力，減少壓力。您將自己看到，保持身形是值得的。

### **檢查和保養.-**

關閉裝置並拔下主電線。

使用濕布或毛巾清理跑步機上的灰塵，特別是側欄和電子控制台。請勿使用清潔劑。

使用吸塵器小心地清理可見的組件（帶子、結構等）周圍。

您還可以將裝置放在一側，從下面用吸塵器小心地清理。

同樣地，您可以通過取下保護馬達的蓋子（小心電線）清理馬達外殼的內部。期間產生的能量燃燒卡路里（稱為卡路里）。

### **注意.-**

定期檢查所有的固定元件是否緊固正確。每三個月檢查並緊固您的裝置上的所有零件。使用已磨損的零件（例如傳動帶、跑帶或滾筒）可能會對使用者造成傷害。如果對機器上的任何零件感到懷疑，請毋需猶豫，隨時與技術支援服務聯繫，可以撥打我們的客服電話。



## 故障排除

問題檢查	檢查	解決方案
電子錶無法開啟。	1) 確保機器已插上電源，ON/OFF 開關處於位置【1】，並插上安全鑰匙。	1) 插上機器的電源。將開關設置到位置【1】並插上安全鑰匙。
電子錶開啟，但馬達無法啟動。	2) 檢查電流限制器是否被按下。	2) 關閉機器並按下斷路器。潤滑跑帶。
在跑步機上行走的動作顯得顛簸。	在跑步機上。 3.a) 檢查跑帶是否已潤滑。 3.b) 檢查跑帶張力。 3.c) 檢查傳動皮帶張力。	3.a) 為跑帶潤滑。 3.b) 調整跑帶張力。 3.c) 調整傳動皮帶張力。
機器停止運作 (斷路器跳閘)。	4) 檢查跑帶是否已潤滑。	4) 重新設定過載按鈕，將開/關閉開關設置為【0】並潤滑跑帶。
扶手有觸電感。	5) 檢查機器是否插入接地的電源插座。	5) 將機器插入接地的電源插座。
跑帶偏離中心。	6.a) 檢查機器是否在地板上水平。 6.b) 檢查機器是否不搖晃。	



## TFT電子錶操作說明

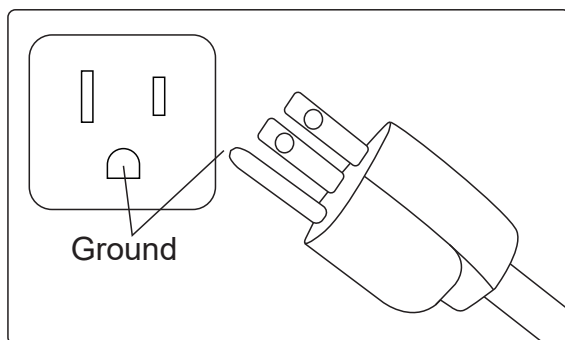
### 通用說明.-

這個電子顯示器設計得易於使用並具直覺性。顯示在電錶螢幕上的信息將引導使用者完成整個運動過程。建議健身教練仔細閱讀本節，以充分瞭解操作電子顯示器，以便能夠正確地向使用者展示。

### 連接機器.-

首先，將變壓器上的主電源電纜插入100-110V接地電源插座，如圖1所示。

Fig.1



### 音頻元件.-

將音頻元件連接如圖2所示。

A.- 耳機連接器。

B.- 音頻輸入。

C.- USB 連接器。

Fig.2



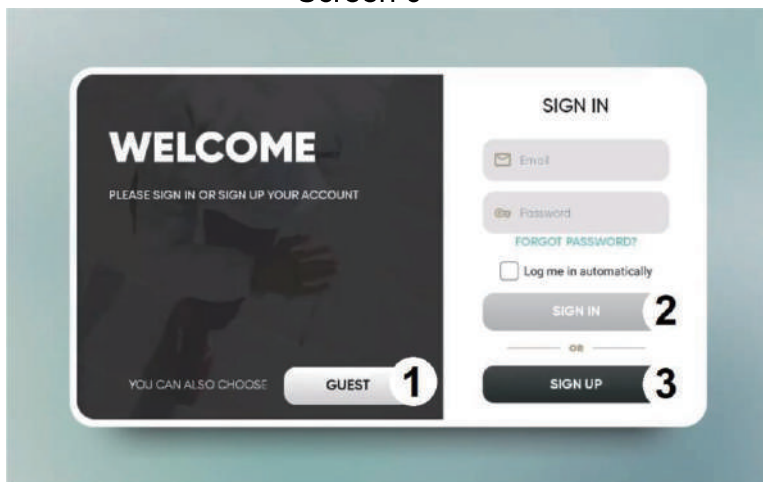
這個型號配備了一個鍵盤，有多個按鈕和快捷鍵，見圖3，位於機器的中央部分。它還在雙手把上配有按鈕。

Fig.3



## 開機.-

Screen 0



—但機器插上電源並開啟，您將看到初使螢幕，畫面0。  
要選擇一個選項，按：

### 1.-訪客

以訪客身份登錄並進入主選單，畫面1。  
如果您未以註冊用戶身份登錄，數據將不會上傳到您的帳戶。

Screen 1



### 2.-登入

以註冊用戶身份登錄並進入主選單，畫面1。  
用戶必須在BH fitness平台上擁有帳戶。用戶可以通過電子郵件地址和密碼進行識別。選擇勾選框以記住輸入的信息。

### 3.-機器配置

註冊以在BH Fitness平台上創建新帳戶。

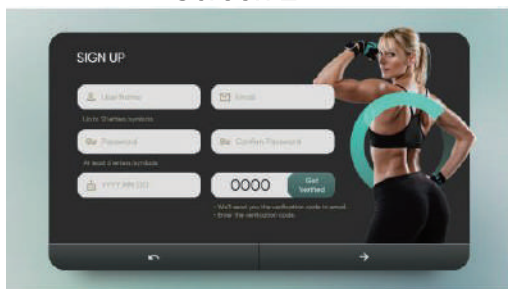
用戶必須創建一個帳戶，其中包含最多12個字符的名稱、電子郵件地址、密碼和出生日期。

您將通過電子郵件收到一個驗證碼，您需要輸入以驗證您的帳戶。

用戶將需要輸入身高、性別、體重並選擇一個頭像。(畫面3和畫面4)

您可以在主選單的左上角編輯輸入的數據。(畫面5)

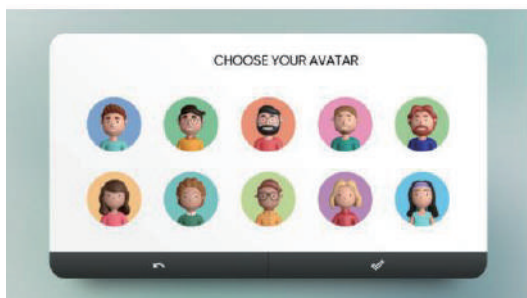
Screen 2



Screen 3



Screen 4



Screen 5



## 操作說明.-

Screen 6



從主菜單，畫面6，選擇所需的選項：

- 1.- **編輯個人資料**：允許修改用戶數據。
- 2.- **設備**：允許連接藍牙脈搏感測器。
- 3.- **藍牙連接 / wifi**：藍牙和Wifi連接。
- 4.- **設置**：機器配置參數。
- 5.- **程式**：具有特定和可編程配置文件的程式。
- 6.- **快速啟動**：直接啟動運動，無需設置任何參數。
- 7.- **媒體**：集成應用程式和鏡像。
- 8.- **登出**：返回到初始螢幕畫面。

## 設定選單.-

Screen 7



從主螢幕上，按左上角的設置按鈕 (1) 以顯示不同的選擇：

### 2.-連接設置:Wifi 或藍牙

Wifi: 點擊螢幕7右上角打開Wi-Fi。

要連接到Wi-Fi網路，請選擇網絡並輸入密碼。

藍牙: 點擊畫面8頂部打開藍牙，選擇兼容的音頻設備。

Screen 8



Screen 9





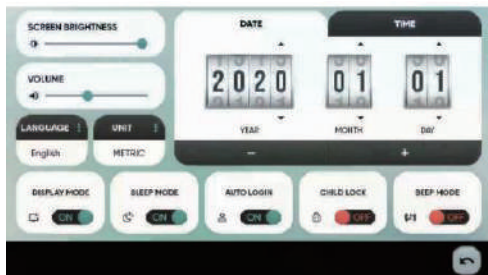
### 3.-機器設置

您可以從此螢幕設置以下選項：

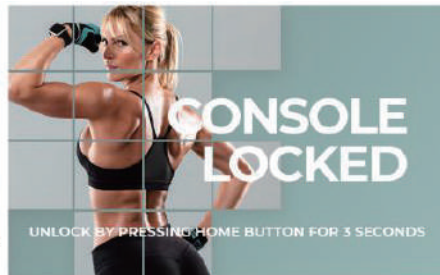
日期、時間、亮度、音量、語言、顯示、睡眠模式、自動登錄、兒童鎖定和蜂鳴聲開/關。

畫面10當您拔掉安全鑰匙時，將出畫面幕11，請按左上角返回主選單。

Screen 10



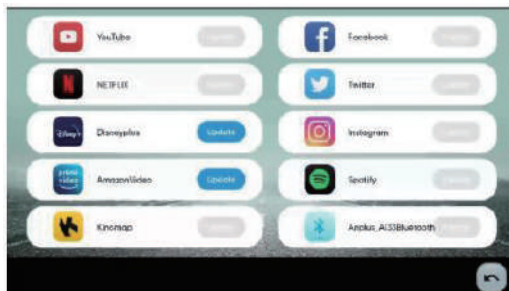
Screen 11



### 4.-應用程式更新

確保您安裝了應用程式的最新版本。如果存在更新的應用程式，更新按鈕將亮起。

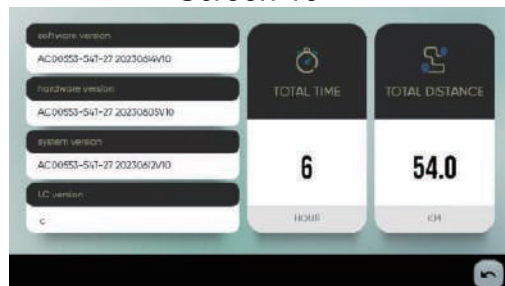
Screen 12



### 5.-資訊

軟體版本和總時間以及總距離。

Screen 13



## 媒體.-

Screen 14



從主選單中，點擊底部的“媒體”選項(1)以顯示選項：

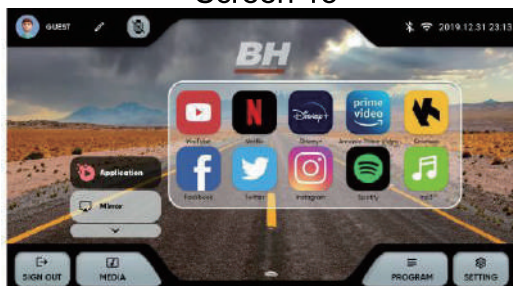
## 2.-應用程式

點擊圖標訪問內置應用程式。(畫面15)

定期檢查您的應用程式是否已更新。(畫面13)

注意：您無法安裝未包含在預安裝應用程式列表中的新應用程式。

Screen 15



### 3.- 鏡像

選擇您的設備操作系統。(畫面16) 確保機器已連接到Wi-Fi。

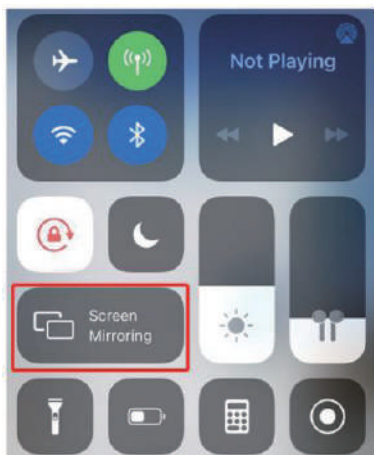
iOS: 在您的設備上打開鏡像。(畫面17)

Android: 下載ANPLUS Screen Mirroring應用程式, 並按照步驟操作。(畫面18)

Screen 16



Screen 17



Screen 18



## 程式.-

從主選單，畫面6，選擇“程序”，顯示器將顯示畫面19。  
您可以選擇不同類型的程序列表。

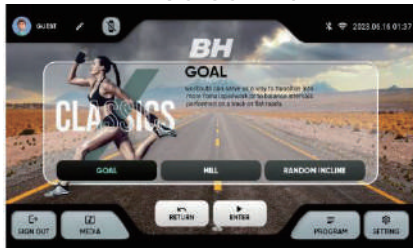
Screen 19



這個顯示器有以下的程序：

- 1.-**快速啟動**：直接開始運動，無需指定參數。
- 2.-**經典**：目標、上坡、隨機坡度。  
選擇程序，使用+和-鍵輸入參數。  
按底部的播放按鈕啟動。(畫面21)

Screen 20



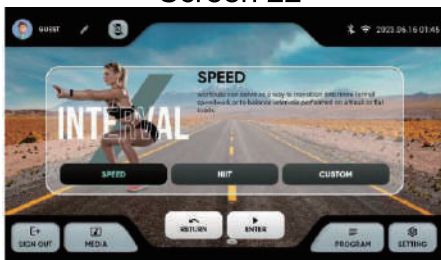
Screen 21



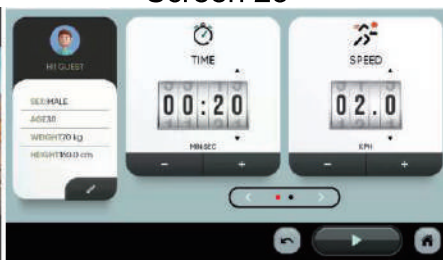


- 3.-間隔:速度、HIIT、自定義。選擇程式,使用+和-鍵輸入參數。  
按底部的播放按鈕啟動。(畫面23)

Screen 22

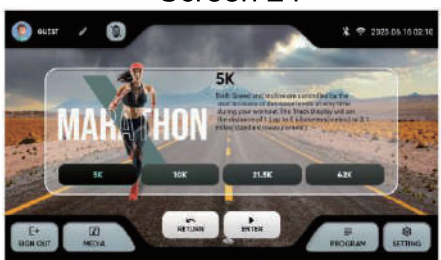


Screen 23

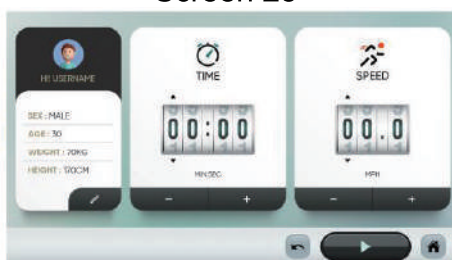


- 4.-馬拉松:5K、10K、21.5K、42K。選擇程序,使用+和-鍵輸入參數。  
按底部的播放按鈕啟動。(畫面25)

Screen 24



Screen 25



- 5.-用戶程式:選擇程序。您可以選擇舊有的(1)或創建一個新的(2)。  
輸入所需的坡度和速度設定完成,然後按(3)開始。

Screen 26



- 6.-**情境跑**:熱帶、海灘、森林、山脈。選擇程序,使用+和-鍵輸入參數。按底部的播放按鈕啟動。(畫面28)

Screen 27

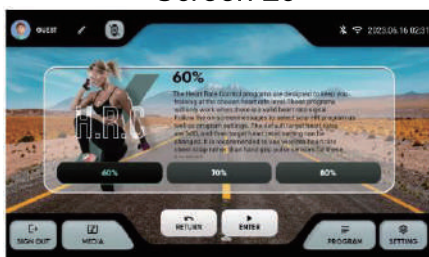


Screen 28

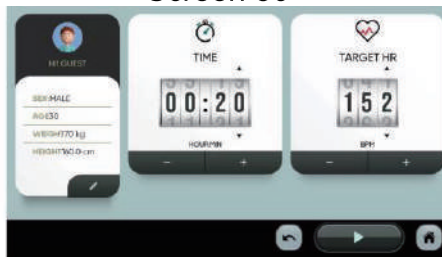


- 7.- **H.R.C**:60%、70%、80%。選擇最大心率,計算方式為220減去年齡,然後使用+和-鍵選擇參數。點擊左下角開始。(畫面30)

Screen 29

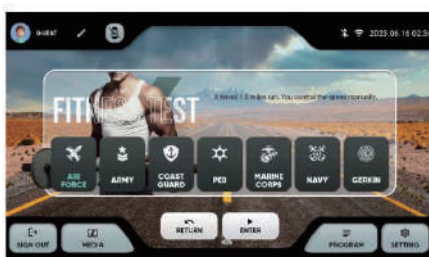


Screen 30



- 8.- **健身測試**:空軍、陸軍、海岸警衛隊、Peb、海軍陸戰隊、海軍、格金。根據各種協議進行身體測試。選擇程序,然後使用+和-鍵選擇參數。點擊左下角開始,畫面28。最後,您將得到一個顯示您身體狀態的結果。畫面33的表格提供了基於最大攝氧量的基線。

Screen 31



Screen 32



## Screen 33

VO2 MAX Chart for males and very fit females

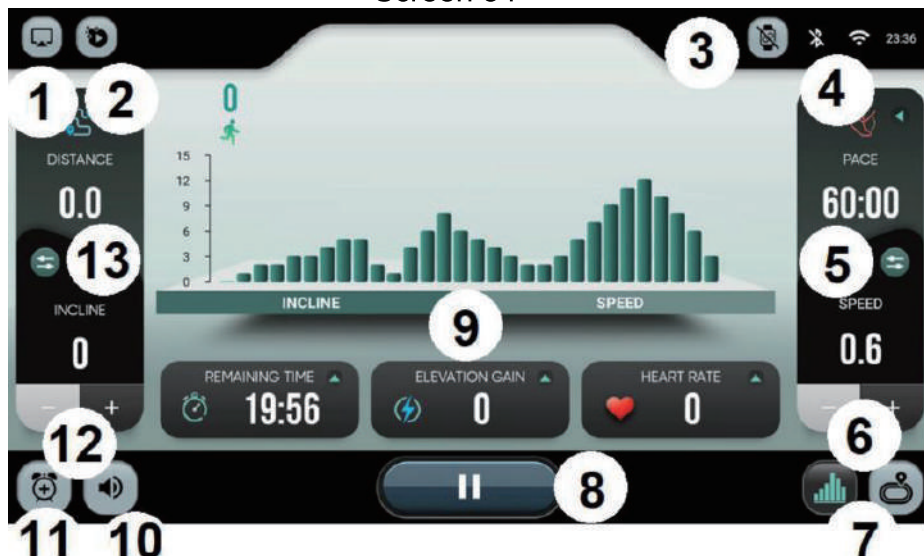
AGE	VeryPoor	Poor	Below Average	Average	Above Average	Good	Excellent
18-25	< 30	30-36	37-41	42-46	47-51	52-60	> 60
26-35	< 30	30-34	35-39	40-42	43-48	49-56	> 56
36-45	< 26	26-30	31-34	35-38	39-42	43-51	> 51
46-55	< 25	25-28	29-31	32-35	35-38	39-45	> 45
56-65	< 22	22-25	26-29	30-31	32-35	34-41	> 41
65+	< 20	20-21	22-25	26-28	29-32	33-37	> 37



## 訓練課程.-

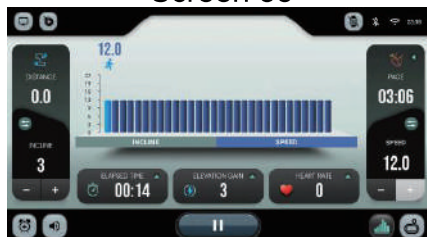
選擇運動後，將開始倒計時，然後您將看到以下畫面：

Screen 34

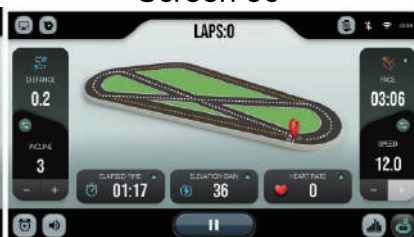


- 1.- 鏡子
- 2.- 應用程式
- 3.- 穿戴裝置
- 4.- 藍牙/無線連接
- 5.- 快速速度按鈕
- 6.- 加速/減速: 使用箭頭以0.1的步長增加或減少速度。
- 7.- 顯示: 在阻力配置檢視和電路之間切換顯示。

Screen 35



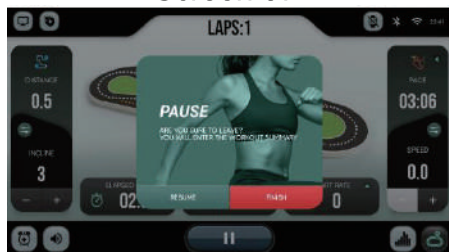
Screen 36





- 8.- **暫停**:暫停運動一段時間。完成運動後，屏幕將顯示摘要。  
如果使用者已登錄，數據將上傳到雲端。

Screen 37



Screen 38



- 9.- **速度配置檢視 / 傾斜配置檢視**

- 10.- **音量**

- 11.- **鬧鐘**

- 12.- **傾斜上升 / 傾斜下降**:使用箭頭以1的步長增加或減少速度。

- 13.- **快速傾斜按鈕**

如有任何疑問，請於上班時間來電我們客服專線尋求協助。  
**BH 保留修改其產品規格的權利，恕不另行通知。**

# 開始體驗 Zwift 跑步功能



可透過手機連動第三方運用APP，  
體驗更多運動相關功能。

## 準備項目：

### 1. 下載Zwift

iOS Device (iphone or ipad)

Android

### 2. 站上跑步機

## 開始跑步：



進入程式後：1. 選擇”跑步” 2. 選擇配對裝置



配對設備：跑步機對應配對名稱為G6176-XXXX開頭



搜尋連結”跑步速度””步頻””心律”感應器 (圖中利用 apple watch / 感應跑步速度+ zwift run pod 感應步頻)，連結完成後”OK”進入大廳。



大廳中可以選擇進入和別人一起跑,加入活動賽事。



跑步時可以從選項內，以暫停觀看各項數據或結束跑步。



選項內可以返回繼續跑步或點選結束跑步



結束跑步後可選擇儲存紀錄或直接刪掉本次的紀錄。

**警語：**

LP0002低功率射頻器材技術規範\_章節3.8.2

取得審驗證明之低功率射頻器材，非經核准，公司、商號或使用者均不得擅自變更頻率、加大功率或變更原設計之特性及功能。

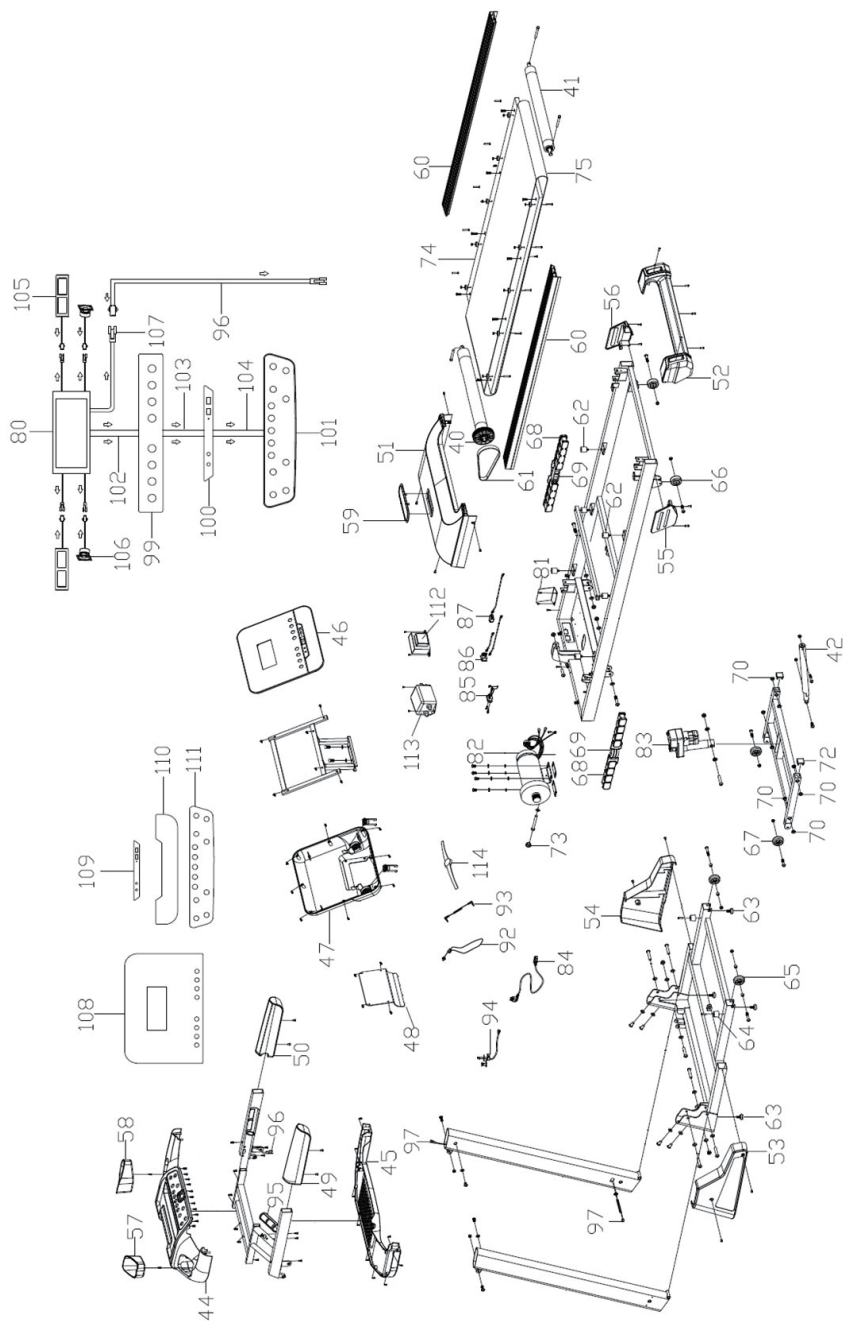
低功率射頻器材之使用不得影響飛航安全及干擾合法通信；經發現有干擾現象時，應立即停用，並改善至無干擾時方得繼續使用。

前述合法通信，指依電信管理法規定作業之無線電通信。

低功率射頻器材須忍受合法通信或工業、科學及醫療用電波輻射性電機設備之干擾。

此模組於取得認證後將依規定於模組本體標示審驗合格標籤，並要求平台廠商於平台上標示『內含發射器模組：((( CCAM23Y10050T6 | ((( CCAH24Y10140T4』

# G6176 TFT



Para pedido de repuesto: Indicar el código de la pieza y la cantidad

To order replacement parts: State the part code and Quantity

Pour toute commande pièces détachées: Indiquer le code de la pièce et la quantité

Bestellung von Ersatzteilen: Bitte angeben Teil-code und Menge

Para encomenda de peça de recambio: Indicar o código da peça ea quantidade

Per ordinare pezzi di ricambio: Indicare il codice del pezzo e la quantità

Bestellen van vervangingsonderdelen: Geef het deel code en de hoeveelheid

Ejemplo / E.g. / Exemple / Beispiel / Exemplo / Esempio / Bijvoorbeeld:

G6176040

1

NO.	English Description	Descripción en español	Code
40	Front roller D60	Rodillo delantero D60	G6176040
41	Rear roller D50	Rodillo trasero D50	G6176041
42	Cylinder	Cilindro	G6176042
44	Console upper cover	Tapa sup. Bandeja	G6176044
45	Console lower cover	Tapa inf. Bandeja	G6176045
46	Computer upper cover	Tapa superior monitor	G6176TFT046
47	Computer rear cover	Tapa trasera monitor	G6176047
48	Connection cover	Tapa conexión	G6176048
49	Left handrail foam	Pasamanos izquierdo	G6176049
50	Right handrail foam	Pasamanos derecho	G6176050
51	Motor cover	Tapa motor	G6176051
52	Rear end cap	Tapa trasera	G6176052
53	Left base cover	Tapa izquierda	G6176053
54	Right base cover	Tapa derecha	G6176054
55	Left wheel cover	Tapa rueda izquierda	G6176055
56	Right wheel cover	Tapa rueda derecha	G6176056
57	Left bottle holder	Portabotellín izquierdo	G6176057
58	Right bottle holder	Portabotellín derecho	G6176058
59	Brand sticker holder	Tapa central motor	G6176059
60	Side rail	Carril	G6176060
61	Motor belt 483mm J6	Correa 483mm J6	G6176061
62	Deck cushion	Amortiguador	G6176062
63	Leveling foot	Pie ajustable	G6176063
64	Base support cushion	Tope goma	G6176064
65	Base moving wheel	Rueda estructura	G6176065
66	Support wheel	Rueda camilla	G6176066
67	Incline rack moving wheel	Rueda elevación	G6176067
68	Air cushion	Amortiguador lateral	G6176068
69	Spring Cushion	Amortiguador lateral	G6176069
70	Incline rack plastic bushing	Casquillo base elevación	G6176070

72	Tube cap 30x30	Tapón 30x30	G6176072
73	Tube cap D25.4	Tapón D25.4	G6176073
74	Running board 1390x675x18mm	Tabla de correr 1390x675x18mm	G6176074
75	Running belt 3140x510xT1.6mm	Banda de correr 3140x510xT1.6	G6176075
80	Computer PCB	Tarjeta monitor	G6176TFT080
81	Controller	Tarjeta de control	G6176TFT081
82	DC Motor 1.75HP	Motor DC 1.75HP	G6176082
83	Incline motor	Motor de elevación	G6176083
84	Power code 1800mm	Cable de alimentación 1800mm	G6176084
85	Power code jack	Enchufe	G6176085
86	Power switch	Interruptor	G6176086
87	Overload protector	Breaker	G6176087
92	Safety key	Llave de seguridad	G6176092
93	Audio cable	Cable audio	G6176093
94	Speed sensor	Reenvío	G6176094
95	Handrail pulse	Handgrip	G6176095
96	Console cable	Cable monitor	G6176TFT096
97	Upright cable	Cable mástil	G6176TFT097
99	Quick key PCB	Tarjeta teclado rápido	G6176TFT099
100	Audio jack PCB	Tarjeta audio	G6176100
101	Key pad PCB	Tarjeta teclado	G6176101
102	Quick key cable	Cable teclado rápido	G6176TFT102
103	Audio cable	Cable audio	G6176103
104	Key pad cable	Cable teclado	G6176104
106	Speaker	Altavoz	G6176106
107	Computer cable	Cable monitor	G6176107
108	Display layout 1	Pegatina monitor 1	G6176TFT108
109	Audio jack layout	Pegatina audio	G6176109
110	Layout 2	Pegatina monitor 2	G6176110
111	Key pad layout	Pegatina teclado	G6176111
112	EMI Inductor	Choque	G6176112
113	EMI filter	Filtro	G6176113
114	Polar 5.3 kHz receiver	Receptor polar 5,3kHz	G6176114





