

FPR112 儀錶操作手冊

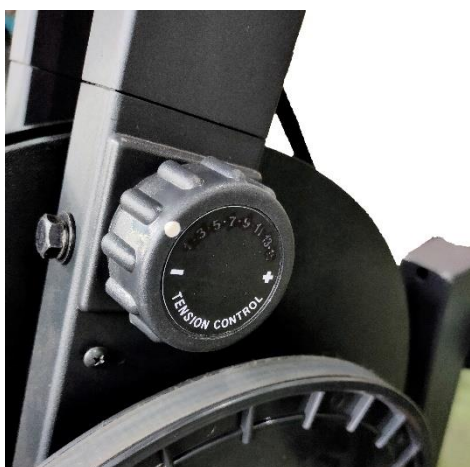


一、儀錶顯示說明

顯示功能說明		
TIME	時間	織帶拉出才計時，回彈不計時
CALORIES	卡路里	
DISTANCE	距離	M:公尺 Y:碼 (1 碼=91.44cm)
PULLS	次數	織帶拉出 120cm 以上才計數
PEAK POWER	峰值功率	WATT:瓦特 HP:馬力
LOAD	阻力	使用阻力旋扭調整，顯示範圍 L1 ~ L30
MAX SPEED	最快速度	KPH:公里/小時 MPH:英哩/小時

二、按鍵操作說明

按鍵符號	按鍵功能說明
	短按開機喚醒 長按 3 秒休眠
	KPH/MPH 切換 WATT/HP 切換
	長按 3 秒重置(清除儀表數據)




阻力旋扭

三、操作步驟說明

1. 自動計數模式




1-1. 儀表休眠無畫面時，按一下  鍵即可開機喚醒

1-2. 開機喚醒後，進入待機狀態(畫面如下)


TOTAL		LOAD
TIME	88:80.0	00.0 KG LBS
CALORIES	880	MAX SPEED
DISTANCE	8880.0 ^M _Y	80.0 KPH MPH
PULLS	880	
PEAK POWER	8000 ^{WATT} _{HP}	

1-3. 無需按任何鍵，織帶拉出後，儀錶會自動計數



1-4. 按  鍵，可切換 KPH/MPH 和 WATT/HP



1-5. 長按  鍵 3 秒，可清除儀錶數據(重置)

1-6. 機器持續 5 分鐘未使用，儀表會自動休眠

四、 其他

4-1. LOAD 數值校正歸零：



4-2. 將阻力旋扭調整至最小後，同時按下

LOAD 數值顯示 L1 表示歸零完成

4-3. PEAK POWER 計算公式：

Define：

1Y(碼)=0.9144M(公尺)

1 kg-m= 7.23 ft-lb

1HP=76.04 kg-m

1HP=550 ft-lb

1HP=746 W

LOAD：參拉力對照表

HP=LOAD/76.05kg-m

HP=LOAD/550 ft-lb

WATT=746/HP

Calories：

Calories=WATT/4.2/1000 x TIME(sec)

4-4. 拉力對照表

LOAD kg-m	1m/sec		2m/sec		3m/sec		4m/sec		5m/sec		6m/sec	
	3.6KPH	2.25MPH	7.2KPH	4.5MPH	10.8KPH	6.75MPH	14.4KPH	9MPH	18KPH	11.25MPH	21.6KPH	13.5MPH
	kg-m	ft-lb	kg-m	ft-lb	kg-m	ft-lb	kg-m	ft-lb	kg-m	ft-lb	kg-m	ft-lb
L1	4.1	29.6	8.2	59.3	12.3	88.9	16.4	118.6	20.5	148.2	24.6	177.9
L2	4.3	30.7	8.5	61.5	12.8	92.2	17.0	122.9	21.3	153.6	25.5	184.4
L3	4.4	31.8	8.8	63.6	13.2	95.4	17.6	127.2	22.0	159.1	26.4	190.9
L4	4.6	32.9	9.1	65.8	13.7	98.7	18.2	131.6	22.8	164.5	27.3	197.4
L5	4.7	34.0	9.4	68.0	14.1	101.9	18.8	135.9	23.5	169.9	28.2	203.9
L6	4.9	35.3	9.8	70.6	14.6	105.8	19.5	141.1	24.4	176.4	29.3	211.7
L7	5.1	36.6	10.1	73.2	15.2	109.8	20.2	146.3	25.3	182.9	30.4	219.5
L8	5.2	37.9	10.5	75.8	15.7	113.7	21.0	151.5	26.2	189.4	31.4	227.3
L9	5.4	39.2	10.8	78.4	16.3	117.6	21.7	156.7	27.1	195.9	32.5	235.1
L10	5.6	40.5	11.2	81.0	16.8	121.5	22.4	162.0	28.0	202.4	33.6	242.9
L11	5.7	41.2	11.4	82.4	17.1	123.6	22.8	164.8	28.5	206.1	34.2	247.3
L12	5.8	41.9	11.6	83.9	17.4	125.8	23.2	167.7	29.0	209.7	34.8	251.6
L13	5.9	42.7	11.8	85.3	17.7	128.0	23.6	170.6	29.5	213.3	35.4	255.9
L14	6.0	43.4	12.0	86.8	18.0	130.1	24.0	173.5	30.0	216.9	36.0	260.3
L15	6.1	44.1	12.2	88.2	18.3	132.3	24.4	176.4	30.5	220.5	36.6	264.6
L16	6.2	45.1	12.5	90.2	18.7	135.3	25.0	180.5	31.2	225.6	37.4	270.7
L17	6.4	46.1	12.8	92.3	19.1	138.4	25.5	184.5	31.9	230.6	38.3	276.8
L18	6.5	47.1	13.0	94.3	19.6	141.4	26.1	188.6	32.6	235.7	39.1	282.8
L19	6.7	48.2	13.3	96.3	20.0	144.5	26.6	192.6	33.3	240.8	40.0	288.9
L20	6.8	49.2	13.6	98.3	20.4	147.5	27.2	196.7	34.0	245.8	40.8	295.0
L21	6.9	49.9	13.8	99.8	20.7	149.7	27.6	199.5	34.5	249.4	41.4	299.3
L22	7.0	50.6	14.0	101.2	21.0	151.8	28.0	202.4	35.0	253.1	42.0	303.7
L23	7.1	51.3	14.2	102.7	21.3	154.0	28.4	205.3	35.5	256.7	42.6	308.0
L24	7.2	52.1	14.4	104.1	21.6	156.2	28.8	208.2	36.0	260.3	43.2	312.3
L25	7.3	52.8	14.6	105.6	21.9	158.3	29.2	211.1	36.5	263.9	43.8	316.7
L26	7.4	53.8	14.9	107.6	22.3	161.4	29.8	215.2	37.2	269.0	44.6	322.7
L27	7.6	54.8	15.2	109.6	22.7	164.4	30.3	219.2	37.9	274.0	45.5	328.8
L28	7.7	55.8	15.4	111.6	23.2	167.4	30.9	223.3	38.6	279.1	46.3	334.9
L29	7.9	56.8	15.7	113.7	23.6	170.5	31.4	227.3	39.3	284.1	47.2	341.0
L30	8.0	57.8	16.0	115.7	24.0	173.5	32.0	231.4	40.0	289.2	48.0	347.0