

HUR SmartTouch Hi5-MD Brugervejledning





LÆS DETTE FØRST

Før brugen af vores produkter anbefaler vi, at du gør dig fortrolig med disse instruktioner vedrørende de HUR-produkter, du har til rådighed.

Denne HUR-manual er en vejledning til brugere til drift og vedligeholdelse af HUR-produkter. Korrekt brug og vedligeholdelse vil sikre en sikker, fornøjelig og effektiv træning, mens forlænger også produktets livscyklus. Manualen hjælper dig også med at gøre dine kunder fortrolige med brugen af HUR-produkter.

Vi anbefaler, at HUR-autoriseret personale udfører installation, vedligeholdelse og reparationer handlinger. Din lokale HUR-forhandler hjælper dig gerne, hvis du har brug for teknisk support eller har HUR-produktrelaterede spørgsmål.

Til anden end normal udstyrsrelateret brug anbefales det, at instruktionerne nedenfor følges:

- Flyt eller vip aldrig udstyret alene. Hvis du har brug for at vippe det f.eks. støvsugning, skal du sørge for at bruge tilstrækkelig støtte, så maskinen ikke kan vælte. Tilslut ikke HUR-udstyr med andre strømkilder eller andre dele / komponenter end dem, der leveres og godkendes af HUR.
- Hvis du opdager en defekt, bedes du kontakte din HUR-forhandler eller HUR-vedligeholdelse. Forsøg ikke at reparere det selv.
- Læs kompressorvejledningen og følg instruktionerne vedrørende kompressorens betjenings- og vedligeholdelsesprocedurer.

Denne manual viser de generelle HUR-garantibetingelser. Kontroller den mulige regionale / kunde-specifikke specielle vilkår fra din HUR-forhandler. I tilfælde af en defekt i dit HUR-produkt under garantiperioden dækker garantien de nødvendige reparationsdele og komponenter samt reparationsarbejdet (ekskl. rejseudgifter).

HUR er ikke ansvarlig for følgeskader forårsaget af enhedsfejl og / eller i den tid, hvor enheden ikke er i drift. Defekt udstyr skal tages ud af brug, indtil det er ordentligt repareret.

På grund af kontinuerlig produktudvikling forbeholder HUR sig ret til at foretage produktændringer uden forudgående varsel.

Revisionsdato for manual 2 August 2022.



Ab HUR OY
Patamäentie 4
67100 Kokkola
FINLAND
Tel. +358 6 832 5500
Email: sales@hur.fi,
service@hur.fi
www.hur.fi

INTRODUKTION

I denne brugervejledning finder du generelle instruktioner til brug af HUR-produkter. Oplysningerne dækker grundlæggende sikkerhedsinstruktioner, brugsanvisninger for hver maskine, teknisk information om maskinen og daglige rutiner samt planlagte vedligeholdelsesprocedurer.

HUR-produkter er finsk arbejde af høj kvalitet. Vi har centraliseret alle vores aktiviteter under ét tag og administrerer dem i henhold til ISO-certificeret kvalitetssystem. Vores forretning opfylder ISO 9001 og ISO 13485 kvalitetscertificeringskrav. Hvert HUR-produkt er designet, fremstillet og testet på vores fabrik i Kokkola.

Din HUR-forhandler vil med glæde besvare eventuelle spørgsmål, du måtte have om HUR-produkter. Du kan også give dem feedback om vores produkter.

HUR-udstyr opfylder kravene til medicinsk udstyr, og det har de været
Rapporteret til Fimea (det finske lægemiddelagentur)
Tilmeld. Dette betyder, at udstyret også kan bruges i sundhedspleje og rehabilitering.



INDHOLDSFORTEGNELSE

INDHOLDSFORTEGNELSE

LÆS DETTE FØRST	2
INTRODUKTION	3
INDHOLDSFORTEGNELSE.....	4
SIKKERHEDSFORANSTALTNINGER	6
SIKKERHEDSFORANSTALTNINGER OG ADVARSLER FOR EJERE AF HUR ENHEDER	7
1. INSTALLATION	8
2. GARANTI	9
2.1 Garantibetingelser for HUR Oy	9
2.2 Generelt om produkterne	9
2.3 Garanti.....	9
2.4 Garantiperiode	9
2.5 Afhjælpe	10
2.6 Begrænsninger	10
2.7 Meddelelser om en defekt under denne garanti	11
2.8 Produkter fra andre producenter end HUR	11
2.9 Forbrugerrettigheder	11
2.10 Revisioner af garantien	11
2.11 Gældende lov	11
3. FORSIGTIG BRUG	12
4. GRUNDLÆGGENDE FUNKTIONALITET	14
4.1 Drift uden RFID.....	14
4.1.1 Træning med magt	14
4.1.2 Træning med bevægelsesområde	14
4.2 Drift med RFID.....	14
4.2.1 Træning med magt	14
4.2.2 Tilpasning af bevægelsesgrænser	15
4.2.3 Træning med rækkevidde af bevægelse	15
4.3 Generel hardwareinformation	15
4.3.1 Sikkerhedsbælter	16
4.3.2 Område begrænsere	16
4.4 Sædejustering STE	16
4.5 Sædejustering ST.....	16
1 UDSTYR FUNKTIONALITET	17
5.1. ST3110-Hi5-MD/STE3110-Hi5-MD Biceps/Triceps	17
5.2. ST3125-Hi5-MD/STE3125-Hi5-MD Dip/ Shrug	17
5.3. ST3320-Hi5-MD/STE3320-Hi5-MD Back Extension	18

5.4.	ST5120-Hi5-MD/STE5120-Hi5-MD Push Up/Pull Down.....	18
5.5.	ST5140-Hi5-MD/ STE5140-Hi5-MD Chest Press	19
5.6.	ST5160-Hi5-MD/ STE5160-Hi5-MD Pec Deck.....	19
5.7.	ST5175-Hi5-MD/ STE5175-Hi5-MD Optimal Rhomb	19
5.8.	ST5310-Hi5-MD/ STE5310-Hi5-MD Abdomen/Back.....	20
5.9.	ST5340-Hi5-MD Twist Rehab	21
5.10.	ST5510-Hi5-MD Body Extension	21
5.11.	ST5520-Hi5-MD Adduction/Abduction.....	22
5.12.	ST5530-Hi5-MD/ STE5530-Hi5-MD Leg Extension/Curl	22
5.13.	ST5540-Hi5-MD/ STE5540-Hi5-MD Leg Press.....	23
5.14.	STE5546-Hi5-MD Leg Press Incline	24
5.15.	STE5549-Hi5-MD Leg Press CC	24
5.16.	ST9110-Hi5-MD Biceps/Triceps Easy Access	25
5.17.	ST9120-Hi5-MD Push Up/Pull Down Easy Access.....	25
5.18.	ST9125-Hi5-MD Dip/Shrug Easy Access	26
5.19.	ST9140-Hi5-MD Chest Press Easy Access	26
5.20.	ST9150-Hi5-MD Lat Pull Easy Access	27
5.21.	ST9160-Hi5-MD Pec Deck Easy Access.....	28
5.22.	ST9175-Hi5-MD Optimal Rhomb Easy Access	28
5.23.	ST9310-Hi5-MD Abdomen/Back Easy Access.....	29
5.24.	ST9330-Hi5-MD Twist Easy Access	29
5.25.	HUR Pulleys	30
6.	VEDLIGEHOLDELSE.....	32
6.1.	HUR Rengøringsservietter	33
6.2.	HUR Desinfektionsservietter	33
7.	TEKNISK DATA	35
7.1.	Driftsmiljø	37
7.2.	Transportation environment.....	37
7.3.	Storage environment.....	37
7.4.	Strømforsyning.....	37
7.5.	Klassifikation	38

SIKKERHEDSFORANSTALTNINGER

- Juster eller brug ikke HUR-udstyr uden den rette vejledning af uddannet personale.
- Før brug, læs venligst advarselsskilte, brugsanvisning og sikkerhedsinstruktioner, der kan være fastgjort til enheden.
- For sikker betjening af udstyret kræves der en sikkerhedszone på mindst en meter foran og en 0,6 meter sikkerhedszone på begge sider og bag enheden på grund af de bevægelige arme. Inden du bruger enheden, skal du sørge for, at der ikke er andre mennesker eller genstande inden for sikkerhedsområdet.
- Bær altid egnede sportssko og tøj, når du bruger udstyret.
- Brug af udstyr er forbudt under påvirkning af alkohol, stoffer, medicin eller beroligende midler.
- Stop med at træne straks, hvis du oplever kvalme, svimmelhed eller smerter under din træning, og konsulter din læge.
- Før du begynder at træne, skal du kontakte din læge, om din træning er passende for dig, især hvis du har en pacemaker, hvis du er gravid, hvis du ammer et barn, eller hvis du har andre fysiske handicap.
- Hold børn uden opsyn væk fra udstyr.
- Udstyret er ikke beregnet til børn under 14 år.
- En person skal betjene eller bruge HUR-enheden ad gangen.
- Hold displayenheden tør.
- Displayenheden udsender RF-stråling.
- Brug ikke beskadiget udstyr. Hvis enheden ikke fungerer korrekt, skal du ikke forsøge at reparere den selv. Informer personalet om problemet. Forkert brug kan resultere i personskade eller skader på udstyr og fjerner alt ansvar fra producenten og annullerer garantien.
- Disse sikkerhedsinstruktioner og advarsler skal placeres tæt på udstyret på et fremtrædende sted. Sikkerhedsinstruktioner, advarsler og mulige farer skal påpeges for hver bruger af udstyret. Producenten påtager sig intet ansvar for personskade eller skade på personer eller ejendom.
- Træning bruger energi og kan forårsage svedtendens, så tilstrækkelig ernæring og væskeindtag før træning er også vigtigt. Tunge måltider bestående af ingredienser, der er svære at fordøje, bør undgås.
- Hvis træningsprogrammet inkluderer styrketræning eller andre tunge øvelser, tilrådes det at foretage en ordentlig opvarmning, f.eks. på motionscyklen eller løbebåndet.
- Afkølingsøvelser, vedligeholdelse af muskler (strækning osv.) Samt vedligeholdelse af væske og ernæringsbalance er vigtige foranstaltninger efter træningen. De forhindrer muskelsmerter og muskelstivhed.
- Hvis du føler usædvanlig smerte efter træningen, skal du søge lægehjælp fra din læge.

HUR-udstyret er beregnet til brug i fitnesscenter og rehabilitering. HUR-udstyret må kun bruges til det tilsigtede formål. Forkert brug kan føre til kvæstelser, beskadigelse af udstyret og medføre, at garantien og producentens ansvar bortfalder. Forkert brug inkluderer enhver anden brug end udstyrets tilsigtede formål og enhver brug, der ikke er i overensstemmelse med instruktionsmanualen.



ADVARSEL! U hensigtsmæssig eller overdreven træning kan skade dit helbred.

SIKKERHEDSFORANSTALTNINGER OG ADVARSLER FOR EJERE AF HUR ENHEDER

- Sørg for, at slanger og kabler er korrekt installeret på en sådan måde, at ingen kan snuble på dem.
- Tillad ingen at justere eller styre HUR-udstyr uden den rette vejledning af uddannet personale.
- Sørg for, at brugerne omhyggeligt læser advarselsskilte, brugsanvisninger og sikkerhedsinstruktioner, der kan være fastgjort til enheden.
- Informer brugerne om sikkerhedszonen på mindst en meter foran og en 0,6 meter sikkerhedszone på begge sider af og bag enheden er påkrævet på grund af de bevægelige arme.
- Sørg for, at brugerne inden brug af enheden sørger for, at der ikke er andre mennesker eller genstande inden for sikkerhedsområdet.
- Brugere skal altid bære passende sportssko og tøj, mens de bruger enhederne.
- Brug af udstyr er forbudt under påvirkning af alkohol, stoffer, medicin eller beroligende midler.
- Sørg for, at brugerne holder op med at træne med det samme, hvis de føler kvalme, svimmelhed eller smerte under træningen, og råd dem til at kontakte deres læge med det samme.
- Kunder, der har en pacemaker, som er gravide, ammer et barn eller har andre fysiske handicap skal indhente læge tilladelse, før de bruger HUR-udstyr.
- Hvis kunden er knyttet til udstyret, f.eks. Ved at bruge handsker med håndledsrem, skal du ikke lade kunden være uden opsyn under træningen.
- Brug ikke beskadiget udstyr. Hvis enheden ikke fungerer korrekt, skal du ikke forsøge at reparere den selv. Rapport problemet til HUR-vedligeholdelse.
- Defekt udstyr skal straks tages ud af brug efter opdagelsen af manglen. Enheden skal mærkes på en sådan måde, at dens anvendelse klart er forbudt. Rapport problemet til HUR-vedligeholdelse.
- En enhed skal også tages ud af brug, hvis advarselmærkaterne på enheden er blevet beskadiget på en sådan måde, at de ikke kan læses.
- Vær opmærksom på alle advarsler og advarsler i brugervejledningen og læs bruger- og vedligeholdelsesinstruktionerne.
- Forkert brug og fejl i grundlæggende vedligeholdelse kan resultere i brugerskade og udstyrsskader. Derudover fjerner disse faktorer producenten af ethvert ansvar og annullerer garantien.
- HUR-sikkerhedsinstruktioner og advarsler til brugerne skal placeres tæt på udstyret et fremtrædende sted. Sikkerhedsinstruktioner, advarsler og mulige farer skal påpeges for hver bruger af udstyret. Producenten påtager sig intet ansvar for personskade eller skade på personer eller ejendom.
- Enhederne må ikke udsættes for direkte sollys, overdreven støv, fugt, mekaniske vibrationer og stød.
- Den maksimale kropsmasse for brugeren er 250 kg.

1. INSTALLATION

Det anbefales af HUR, at udstyret installeres af en autoriseret HUR-installationsekspert for at sikre installationens pålidelighed. En HUR-installationsekspert har de nødvendige værktøjer og instruktioner, der er nødvendige for installationsprocessen. Derudover er en erfaren installationsekspert fortrolig med detaljerne i hvert udstyr.

HUR-udstyret er beregnet til indendørs brug. Udstyret må ikke blive vådt, og kontakt med fugt skal undgås. Hvis transport eller opbevaring har fundet sted under temperaturer under nul, skal alle modeller med elektriske komponenter have en periode på ca. en time til at tilpasse sig stuetemperatur inden installation eller brug. Udstyret skal placeres på en hård, jævn, flad overflade. For at undgå funktionsfejl skal udstyret opbevares et sted så tørt som muligt, ved en konstant temperatur og holdes væk fra støv.

BEMÆRK! Gulvmateriale med lav resistivitet anbefales.



ADVARSEL! Udstyret skal installeres på fast, jævn og lige jord.



ADVARSEL! Det er meget usandsynligt, men muligt, at maskinerne kan vippe eller vælte på grund af overdreven kraft. Vipningen kan forhindres ved at fastgøre maskinerne på gulvet.

2. GARANTI

2.1 Garantibetingelser for HUR Oy

Disse garantibetingelser for HUR Oy (i det følgende benævnt "HUR") gælder for ethvert udstyr eller tilbehør (herefter "Produkt"), der er fremstillet af HUR. Køberen af produktet (i det følgende benævnt "køberen") accepterer disse garantibetingelser og accepterer at overholde dem ved at købe et produkt fra HUR. Garantien er ugyldig, hvis køberen ikke overholder alle vilkårene.

2.2 Generelt om produkterne

Alle produkter er udviklet og produceret af HUR i Kokkola, Finland. HUR's fremstillingsproces inkluderer svejsning, maling, samling, afsluttende inspektion og pakning. HURs kvalitetskontrollsystem er specielt designet til fremstillingsprocessen af fitness- og rehabiliteringsudstyr, og det er en del af HUR's certificerede ISO 9001, ISO 13485 Quality Management System. På trods af kontinuerlig kvalitetskontrol kan der opstå fejl eller funktionsfejl i et enkelt produkt eller komponent.

2.3 Garanti

HUR garanterer over for køberen, at alle produkter er fri for materialefejl og udførelse i garantiperioden som specificeret i afsnit 3. HUR vil afhjælpe alle mangler i materiale og udførelse af produkter i overensstemmelse med disse garantibetingelser. Disse garantibetingelser er de eneste garantibetingelser, der gælder for produkter. Disse garantibetingelser udtrykkes i stedet for alle andre garantier eller forpligtelser over for mangler eller ufuldkommenheder, skjult eller på anden måde, og enhver anden forpligtelse eller ansvar, der opstår på baggrund af enhver form for fejl i Produkterne. Midlet, der er underlagt disse garantibetingelser, er det eneste, eksklusive og eneste middel, der er tilgængeligt for køberen. HUR hæfter under ingen omstændigheder for andre forpligtelser eller forpligtelser. HUR fraskriver sig og ekskluderer alle andre udtrykkelige eller underforståede garantier, herunder enhver garanti for salgbarhed eller egnethed til et bestemt formål.

2.4 Garantiperiode

HUR Products 'garantiperioder er som følger: ti (10) år for den svejste strukturelle ramme af produktet, tre (3) år for alle andre produkter undtagen elektroniske komponenter og polstring, som har en (1) års garantiperiode. Alle dele boltet til svejset strukturel ramme betragtes som andre produkter med tre (3) års garanti. Den gældende periode i det følgende betragtes som "garantiperioden". Garantiperioden begynder på den dato, hvor køberen har købt og modtaget produktet og godkendt installationen af produktet ved at underskrive og datere HUR-garantiaktiveringsformularen (herefter "WAF"), og når WAF er returneret til HUR. Enhver reparation eller udskiftning på basis af disse garantibetingelser forlænger ikke garantiperioden. HURs ansvar på basis af disse garantibetingelser er begrænset til kun sådanne mangler, der vises og underrettes til HUR inden for garantiperioden.

Garantiperioderne for reservedele er de samme som nævnt ovenfor for forskellige dele, dvs. tre (3) år for alle andre dele undtagen elektroniske komponenter og polstring, som har en (1) års garantiperiode. Derudover har de dele, der er boltet til den svejsede konstruktionsramme, tre (3) års garantiperiode. Garantiperioden begynder for pneumatiske reservedele på deres leveringsdato. Garantiperioden begynder for andre

reservedele på den dato, hvor reservedelens idriftsættelsesdato, reservedelens ordrenummer og, når det er tilgængeligt, meddeles reservedelens serienummer til HUR. Hvis de ønskede oplysninger ikke meddeles HUR, begynder garantiperioden for reservedele på deres leveringsdato. Enhver reparation eller udskiftning af reservedelen på grundlag af disse garantibetingelser forlænger ikke garantiperioden for reservedelen.

2.5 Afhjælp

I tilfælde af en defekt, der er dækket af disse garantibetingelser, vil HUR afhjælp, reparere eller udskifte det defekte produkt, komponent eller del af produktet eller efter eget skøn tilbagebetale prisen på det defekte produkt til køberen. En forudsætning for afhjælpningen er, at HURs undersøgelse viser, at Produktet eller komponenten eller den del af Produktet er defekt. Ethvert udskiftet produkt, komponent eller del af produktet bliver HURs ejendom.

Medmindre andet er aftalt, er HUR ikke ansvarlig for omkostninger, omkostninger, tab eller skader, hvad enten de er direkte eller indirekte, og som følgeskader eller ej. HUR har ikke noget ansvar for produktets egnethed til ethvert formål med køberen. Medmindre andet er aftalt, afholder køberen omkostningerne ved reparationsarbejde og andre omkostninger i forbindelse med reparation, udskiftning, demontering, installation og transport af ethvert produkt, komponent eller del. Hvis det defekte produkt, komponent eller en del af produktet transporteres til HUR af HUR's vilje til reparation eller udskiftning, bærer HUR også omkostningerne og risikoen for transport af enheden fra køberen til HUR.

2.6 Begrænsninger

HURs forpligtelser på basis af disse garantibetingelser gælder kun for mangler, der opstår i garantiperioden. Produktet skulle have været brugt til dets særlige formål som udtrykt i brugervejledningen. Alle instruktioner til brug, installation og vedligeholdelse skal overholdes.

HURs forpligtelser gælder ikke for normal brug af dele i noget Produkt, komponent eller del af Produktet; dele, der har behov for rutinemæssige udskiftninger eller defekter på grund af normalt slid eller forringelse. Garantien dækker ikke naturlig nedbrydning, normal slitage på dele og mangler deraf. HURs forpligtelser gælder ikke for mangler på grund af HURs kontrol, såsom uagtsomhed eller fejl i vedligeholdelse, håndtering eller opbevaring af produkterne; ændring eller modifikation eller tilføjelse til produkterne uden HURs forudgående skriftlige samtykke; manglende overholdelse af HURs instruktioner, forkert montering, uegnet brug eller uautoriserede reparationer eller reparationer udført forkert. Garantien dækker ikke skader på udstyr forårsaget af vedligeholdelsesservice, der ikke er autoriseret af HUR. Personskade eller skade forårsaget af en person eller en anden genstand er ikke dækket af disse garantibetingelser. Instruktioner til installation og vedligeholdelse af produkterne findes i den separate tekniske manual for HUR. HUR-udstyr må kun installeres af en autoriseret HUR-installatør.

Denne begrænsede garanti gælder kun for den oprindelige køber. Købers rettigheder på grundlag af disse garantibetingelser kan ikke overføres til nogen tredjepart. Køberen skal returnere en behørigt udfyldt fil, WAF, til HUR for at aktivere garantien inden for en (1) måned siden den dato, hvor produktet blev modtaget. Garantien gælder ikke, hvis WAF ikke er behørigt udfyldt og returneret til HUR.

2.7 Meddelelser om en defekt under denne garanti

Køberen skal underrette HUR skriftligt (HUR-reklamationsformular anbefales) om enhver mangel, der er omfattet af disse garantibetingelser, inden for to (2) uger efter, at manglen blev opdaget. Sådanne meddelelser er en forudsætning for kompensation og skal mindst omfatte følgende detaljer:

- type og serienummer på det defekte produkt;
- dato for levering af produktet til køberen og placeringen af produktet;
- oplysninger om brugen af produktet;
- detaljeret beskrivelse af manglen.

Køberen skal straks give yderligere oplysninger om manglen og dens forekomst, som HUR med rimelighed kan anmode om. Ved modtagelse af købers meddelelse og de ovennævnte oplysninger afhjælper HUR produktet, komponenten eller delen. Produktet, komponenten eller delen skal, hvis det kræves af HUR, returneres til HUR til inspektion sammen med ovennævnte oplysninger.

2.8 Produkter fra andre producenter end HUR

HUR importerer og leverer udstyr og produkter fra andre producenter. Disse garantibetingelser gælder også for andre produkter med undtagelse af garantiperioden. Garantiperioderne for andre produkter er som følger:
Kompressorgaranti varer to (2) år.

2.9 Forbrugerrettigheder

En forbruger kan have ret til juridiske rettigheder i overensstemmelse med gældende national lovgivning om forbrugerrettigheder. Uanset bestemmelserne i disse garantibetingelser påvirker eller påvirker disse garantibetingelser ikke forbrugerens lovbestemte rettigheder.

2.10 Revisioner af garantien

HUR forbeholder sig retten til når som helst at ændre disse garantibetingelser.

2.11 Gældende lov

Disse garantibetingelser styres og fortolkes i overensstemmelse med Finlands lovgivning. Enhver tvist, der opstår, afgøres af domstolene i Finland.

Disse garantibetingelser er gyldige fra 1. januar 2021.





3. FORSIGTIG BRUG

- ST3110-Hi5-MD / STE3110-Hi5-MD Biceps / Triceps: Træningsmaskine beregnet til forbedring og vedligeholdelse af armens muskelstyrke.
- ST3125 / STE3125-Hi5-MD Dip / Shrug: Træningsmaskine beregnet til forbedring og vedligeholdelse af muskelstyrken i arm, skulder og øvre ryg.
- ST3320 / STE3320-Hi5-MD Back Extension: Træningsmaskine beregnet til forbedring og vedligeholdelse af ryggenes muskelstyrke.
- ST5120 / STE5120-Hi5-MD Push Up / Pull Down: Træningsmaskine beregnet til forbedring og vedligeholdelse af overkroppens muskelstyrke.
- ST5140 / STE5140-Hi5-MD Chest Press: Træningsmaskine beregnet til forbedring og vedligeholdelse af muskelstyrke i bryst og arm.
- ST5160 / STE5160-Hi5-MD Pec Deck: Træningsmaskine beregnet til at forbedre og vedligeholde skulderens muskelstyrke.
- ST5175 / STE5175-Hi5-MD Optimal romb: Træningsmaskine beregnet til at forbedre og vedligeholde muskelstyrken i øvre ryg.
- ST5310 / STE5310-Hi5-MD Abdomen / Back: Træningsmaskine beregnet til forbedring og vedligeholdelse af muskelstyrke i abdominal og ryg.
- ST5340-Hi5-MD Twist Rehab: Træningsmaskine beregnet til at forbedre og vedligeholde muskelstyrken i trunkrotatorerne.
- ST5510-Hi5-MD Body Extension: Træningsmaskine beregnet til at forbedre og vedligeholde muskelstyrken i det bageste ben og hofte.
- ST5520-Hi5-MD Adduction/Abduction: Træningsmaskine beregnet til forbedring og vedligeholdelse af muskelstyrke i hofte og lår.
- ST5530 / STE5530-Hi5-MD Leg Extension/Curl: Træningsmaskine beregnet til forbedring og vedligeholdelse af lårets muskelstyrke
- ST5540 / STE5540-Hi5-MD Leg Press: Træningsmaskine beregnet til forbedring og vedligeholdelse af benets muskelstyrke.
- STE5546-Hi5-MD Leg Press Incline: Træningsmaskine beregnet til forbedring og vedligeholdelse af benets muskelstyrke.
- STE5549-Hi5-MD Leg Press CC: Træningsmaskine beregnet til forbedring og vedligeholdelse af benets muskelstyrke.
- ST9110-Hi5-MD Biceps / Triceps Nem adgang: Træningsmaskine beregnet til forbedring og vedligeholdelse af armens muskelstyrke.
- ST9120-Hi5-MD Push Up / Pull Down Easy Access: Træningsmaskine beregnet til forbedring og vedligeholdelse af overkroppens muskelstyrke.
- ST9125-Hi5-MD Dip / Shrug Easy Access: Træningsmaskine beregnet til at forbedre og vedligeholde muskelstyrken i arm, skulder og øvre ryg.


- ST9140-Hi5-MD Chest Press Easy Access: Træningsmaskine beregnet til forbedring og vedligeholdelse af muskelstyrke i bryst og arm.
- ST9150-Hi5-MD Lat Pull Easy Access: Træningsmaskine beregnet til forbedring og vedligeholdelse af muskelstyrke i skulder og øvre ryg.
- ST9160-Hi5-MD Pec Deck Easy Access: Træningsmaskine beregnet til forbedring og vedligeholdelse af muskelstyrke i bryst og skulder.
- ST9175-Hi5-MD Optimal Rhomb Easy Access: Træningsmaskine beregnet til forbedring og vedligeholdelse af muskelstyrken i øvre ryg.
- ST9310-Hi5-MD Abdomen/Back Easy Access: Træningsmaskine beregnet til forbedring og vedligeholdelse af muskelstyrke i mave og ryg.
- ST9330-Hi5-MD Twist Easy Access: Træningsmaskine beregnet til at forbedre og vedligeholde muskelstyrken i bagagerummet.
- ST8820-Hi5-MD HUR Pulley (maks. 20 kg) vægmonteret: Træningsmaskine beregnet til funktionel træning.
- ST8830-Hi5-MD HUR Pulley (maks. 30 kg) vægmonteret: Træningsmaskine beregnet til funktionel træning.
- ST8821-Hi5-MD HUR Pulley (maks. 20 kg) fritstående: Træningsmaskine beregnet til funktionel træning.
- ST8831-Hi5-MD HUR Pulley (maks. 30 kg) fritstående: Træningsmaskine beregnet til funktionel træning.

4. GRUNDLÆGGENDE FUNKTIONALITET


4.1 Drift uden RFID

1. Tryk på , og tryk på træningsbilledet for at se træningsbeskrivelsen. Hvis maskinen har andre øvelser, skal du stryge for at se andre øvelser. Aktiver den ønskede øvelse ved at trykke på .
2. Tryk på  for at justere sædehøjde og rygstøtte for at opretholde den korrekte kropsholdning. Brug berøringsskærmen til at justere sæde, rygstøtte eller håndtag.
3. Indstil belastningen ved at trykke på knappen + (plus) eller - (minus)
4. Nulstil gentagelser ved at trykke på  og start træning.


4.1.1 Træning med magt

1. Aktiver visning af træning ved at trykke på  for at se spidseffekten af hver gentagelse på skærmen.

4.1.2 Træning med bevægelsesområde


1. Aktiver rækkevidden af Motion-træningsvisning ved at trykke på  for at se bevægelsen af hver gentagelse ved at observere de (n) bevægelige linje (r).

4.2 Drift med RFID

1. Vis det personlige id til læseren på den første maskine, og følg vejledningen på skærmen.
2. Vælg den ønskede øvelse. Hvis maskinen har andre øvelser, skal du stryge for at se andre øvelser, fx benforlængelse eller benbøjning. Aktiver den ønskede øvelse ved at trykke på .
3. Sæde- og rygstøttejusteringer indstilles automatisk i henhold til dine personlige indstillinger.
4. Efter et par sekunder indstilles belastningen automatisk, og mål gentagelserne vises. Disse kan ses på skærmen under træning.
5. Start træning.
6. Alarm lyder, når det forudindstillede antal gentagelser er afsluttet.
7. Gå til næste maskine eller øvelse.







Alle træningsoplysninger under dit besøg gemmes automatisk.

4.2.1 Træning med magt


1. Aktiver visning af træning ved at trykke på .
2. Start træning.
3. Den maksimale effekt for hver gentagelse vises som en lodret bjælke på displayet
4. En målstyrke beregnet på baggrund af tidligere besøg vises
5. Alarm lyder, når det forudindstillede antal gentagelser er afsluttet.
6. Afhængigt af træningsprogrammets indstillinger vises den gennemsnitlige effekt, når sættet er afsluttet.
7. Gå til næste maskine eller øvelse.

Alle træningsoplysninger under dit besøg gemmes automatisk.

4.2.2 Tilpasning af bevægelsesgrænser

1. Aktiver rækkevidden af Motion-træningsvisning ved at trykke på .
2. Bevægelsesgrænser kan tilpasses ved at trykke på .
3. Følg instruktionerne, og udfør personaliseringen. Accepter de indstillede grænser ved at trykke på . Spring venstre / højre side over ved at trykke på . Gå tilbage til forrige ved at trykke på . Genstart eller annuller ved at trykke på .
4. Fortsæt træning med Motion Range, instruktioner findes i afsnit 4.2.3.

4.2.3 Træning med rækkevidde af bevægelse

1. Aktiver visning af rækkevidde af træningstræning ved at trykke på .
2. Start træning.
3. Bevægelsen af hver gentagelse vises som en bevægelig linje på displayet.
4. Hvis bevægelsesgrænser er tilpasset, vises grænserne som et farvet område på skærmen.
5. Alarm lyder, når det forudindstillede antal gentagelser er afsluttet.
6. Gå til næste maskine eller øvelse.

Alle træningsoplysninger under dit besøg gemmes automatisk.

4.3 Generel hardwareinformation

HUR-udstyr har trinløs justering af træningsmodstand takket være den pneumatiske modstandsmekanisme.

Træningsmodstanden vælges ved at trykke på plus (+) eller minus (-) knapperne på displayet. Plus (+) øger modstanden ved at øge trykket inde i enheden minus (-) reducerer modstanden, der sænker trykket. Displayet viser modstandsniveauet i kg [kg] eller i pund [lbs].

Nogle af HUR Hi5-enhederne har dobbelt funktion, dvs. en enhed kan bruges til at udøve modsatte muskelgrupper. Enhedens knap til træningsvælger på enheden bruges til at vælge, hvilken af bevægelsesretningerne der skal bruges. Tryk på afbryderknappen på displayet for at ændre træningen manuelt.

Alternativt skiftes øvelsen automatisk, når du bruger RFID. Bevægelsesretningen skiftes automatisk, når et ID eller et kort indsættes, og en øvelse er fuldført.

BEMÆRK! Når du skifter bevægelsesretning, kan der opstå en hvæsende lyd, som er normal. Lyden skyldes tømning af tryk.

4.3.1 Sikkerhedsbælter

Nogle HUR-udstyr har et sikkerhedssele, som hjælper brugeren med at blive i enheden under træning. Spænd sikkerhedsselen ved at trykke bæltespænderne mod hinanden, indtil du hører en kliklyd. Stram bæltet ved at trække i den frie ende af bæltet. Åbn sikkerhedsselen ved at trykke på hurtigudløseren på begge sider.



ADVARSEL! Pas på ikke at efterlade hud imellem hurtigudløsningsmekanismen. For at undgå kvæstelser skal du kun skubbe enderne til hurtigudløseren og være forsigtig, når du fastgør sikkerhedsselen.

4.3.2 Område begrænsere

Nogle HUR medicinsk udstyr har rækkevidde på enhederne. Med rækkeviddebegrænsere er bevægelsens omfang begrænset i situationer, hvor brugeren af en eller anden grund ikke er i stand til at udnytte hele bevægelsesområdet aktiveret af enheden. Drej håndtaget med uret for at stramme det og mod uret for at frigøre områdebegrænseren. Ved at trykke på den røde knap på håndtaget kan håndtaget drejes frit, f.eks. Hvis håndtagene er tæt på hinanden og forhindrer hinandens bevægelse.

BEMÆRK! Afstands begrænsere er beregnet til at begrænse enhedens bevægelsesområde og ikke til at kompensere brugernes højde.



ADVARSEL! Brug ikke værktøj til at stramme eller frigøre områdebegrænseren, så den ikke bliver for tæt og forårsager justeringsproblemer for den næste bruger. En manuelt udført og rimelig tilspænding er nok til at holde rækkevidden på det ønskede punkt.



ADVARSEL! Juster ikke områdebegrænseren, før arbejdsbelastningen er indstillet til nul (0)!

4.4 Sædejustering STE

Visse enheder har elektrisk justerbare dele (for eksempel sæde, arm eller ryglæn). Justeringerne foretages manuelt ved at trykke på justeringsknapperne på berøringsskærmen, men når du træner med RFID-tag og har et personligt træningsprogram, foretages justeringerne automatisk i henhold til tidligere besøg.

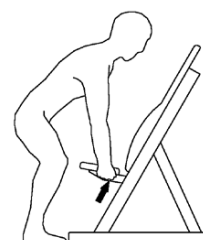


ADVARSEL! Efter at have accepteret en øvelse på elektrisk justeret enhed foretages justeringerne automatisk baseret på bruger-ID, der er logget på maskinen.

- Log aldrig på en maskine med et andens ID
- Vær opmærksom på justeringsmekanismen og rør ikke ved bevægelige dele for at undgå at sætte noget i mekanismen.

4.5 Sædejustering ST

Træk sædet opad for at hæve sædet. For at sænke sædet skal du løfte sædets forende og flytte sædet til den ønskede højde.



ADVARSEL! Pas på ikke at efterlade fingrene mellem sædets justeringsmekanisme og rammen. For at undgå kvæstelser skal du kun tage fat i den polstrede del af sædet, når du justerer sædehøjden.

1 UDSTYR FUNKTIONALITET

5.1. ST3110-Hi5-MD/STE3110-Hi5-MD Biceps/Triceps

Justering af udstyr manuelt (ST):

Tag fat i de forreste sektioner af sædets sidekanter med begge hænder, og løft sædet til den ønskede højde. For at sænke sædet skal du tage fat i sædets bageste kanter, vippe fronten lidt op og sænke sædet, så brystet hviler mod puden. Sædet låses automatisk på plads.

Elektrisk justering af udstyr (STE): Tryk på sædejusteringsknappen på berøringsskærmen, og juster sædet ved at trykke på pileknapperne. Når du træner med RFID-tag, vil maskinen huske dine indstillinger fra dit nuværende træningsprogram tidligere besøg.



Biceps dyrke motion:

Placer armene under valserne. Hvil brystet og albuerne på støttepuderne ved løftearmens drejede ender. Træne ved skiftevis at bøje dine arme og løfte armene opad. Gå langsomt tilbage til startpositionen.



Triceps dyrke motion:

Placer armene på rullerne. Hvil brystet og albuerne på støttepuderne. Træning ved skiftevis at strække armene ud, sænke armene nedad. Gå tilbage til startposition langsomt.

5.2. ST3125-Hi5-MD/STE3125-Hi5-MD Dip/ Shrug

Justering af udstyr (ST): Indstil sædets højde ved at løfte den bageste del af sædet med begge hænder, så armene er helt udstrakt, når løftearmen er i sænket position. Sædet låses automatisk på plads.

Juster afstands begrænseren, så håndtaget er under brystet, når armene er opad.

Elektrisk justering af udstyr (STE): Tryk på sædejusteringsknappen på berøringsskærmen, og juster sædet ved at trykke på pileknapperne. Når du træner med RFID-tag, vil maskinen huske dine indstillinger fra dit nuværende træningsprogram tidligere besøg.



Dip øvelse: Træning ved at skubbe armene ned med hænderne, hold dine håndled lige og læn dig mod rygstøtten. Gå langsomt tilbage til startpositionen.



Shrug øvelse: Træning ved at tage fat i armene og løfte dine skuldre. Gå langsomt tilbage til startpositionen.

5.3. ST3320-Hi5-MD/STE3320-Hi5-MD Back Extension

Justering af udstyr (ST): Indstil sædets højde ved at løfte det bagfra med begge hænder, så håndtagsarmpuden er i skulderbladshøjde, og dine fødder hviler afslappet på gulvet. Sædet låses automatisk på plads.

Elektrisk justering af udstyr (STE): Tryk på sædejusteringsknappen på berøringsskærmen, og juster sædet ved at trykke på pileknapperne. Når du træner med RFID-tag, vil maskinen huske dine indstillinger fra dit nuværende træningsprogram's tidligere besøg.



Back Extension øvelse: Sæt dig, så løftearmen vender mod dine skulderblade.

Træn ved at skubbe armarmen ned ved hjælp af dine nedre rygmuskler med dine hænder krydsede på brystet. Gå langsomt tilbage til startpositionen.

5.4. ST5120-Hi5-MD/STE5120-Hi5-MD Push Up/Pull Down

Justering af udstyr (ST): Indstil sædets højde ved at løfte den bageste del af sædet med begge hænder, så når håndtagsarmen er i sænket position, er håndtagene i skulderhøjde. Sædet låses automatisk på plads.

Juster rækkevidde, hvis det er nødvendigt, ved at dreje håndtagene på siderne, så armen ikke hæver eller sænkes mere end ønsket. Spænd sikkerhedsselen om nødvendigt.

Elektrisk justering af udstyr (STE): Tryk på sædejusteringsknappen på berøringsskærmen, og juster sædet ved at trykke på pileknapperne. Når du træner med RFID-tag, vil maskinen huske dine indstillinger fra dit nuværende træningsprogram's tidligere besøg.



ADVARSEL! Pas på bevægelige arme.



Push Up øvelse: Træning ved at skubbe armene op med dine hænder, hold dine håndled lige og læn dig mod rygstøtten. Gå langsomt tilbage til startpositionen.



Pull Down træning: Træning ved at trække armene ned med hænderne, vende langsomt tilbage til startpositionen.

5.5. ST5140-Hi5-MD/ STE5140-Hi5-MD Chest Press

Udstyrsjustering (ST): Indstil sædets højde ved at løfte den bageste del med begge hænder, så håndtaget til håndtagsarmen er i armhuleniveau. Sædet låses automatisk på plads.

Elektrisk justering af udstyr (STE): Tryk på sædejusteringsknappen på berøringsskærmen, og juster sædet ved at trykke på pileknapperne. Når du træner med RFID-tag, vil maskinen huske dine indstillinger fra dit nuværende træningsprogram tidligere besøg.



Chest Press øvelse: Træning ved at skubbe armene fremad. Hold dine albuer vandret og dine håndled lige. Gå langsomt tilbage til startpositionen.

5.6. ST5160-Hi5-MD/ STE5160-Hi5-MD Pec Deck

Justering af udstyr (ST): Indstil sædets højde ved at løfte den bageste del af sædet med begge hænder, så den nederste kant af løftearmpuden er på brysthøjde. Sædet låses automatisk på plads.

Elektrisk justering af udstyr (STE): Tryk på sædejusteringsknappen på berøringsskærmen, og juster sædet ved at trykke på pileknapperne. Når du træner med RFID-tag, vil maskinen huske dine indstillinger fra dit nuværende træningsprogram tidligere besøg.



Pec Deck træning: Motion ved at trykke håndtagsarmene sammen med underarmene. Gå langsomt tilbage til startpositionen.

5.7. ST5175-Hi5-MD/ STE5175-Hi5-MD Optimal Rhomb

Justering af udstyr (ST): Indstil sædehøjden ved at løfte den ved den bageste del af sædet, så dit bryst hviler mod puden. Sædet låses automatisk på plads. Tag fat i håndtagene med lige håndled.


Elektrisk justering af udstyr (STE): Tryk på sædejusteringsknappen på berøringsskærmen, og juster sædet ved at trykke på pileknapperne. Når du træner med RFID-tag, vil maskinen huske dine indstillinger fra dit nuværende træningsprogram tidligere besøg.




Optimal Rhomb træning: Motion ved at trække armene tilbage med dine hænder og trække dine skulderblade mod hinanden. Gå langsomt tilbage til startpositionen.

5.8. ST5310-HI5-MD/ STE5310-Hi5-MD Abdomen/Back

Justering af udstyr (ST): Hvis det er nødvendigt, skal du justere områdebegrænserne på siden ved at dreje håndtagene, så håndtaget ikke drejer mere end ønsket under træningen. Afstanden mellem sædet og rullerne kan justeres, hvilket giver en passende træningsposition for alle brugere. Løft sædets bageste fod ved de sorte håndtag, og flyt sædet til den ønskede position. Sænk sædet for at låse det på plads.

 ADVARSEL! Sørg for, at sædet er korrekt låst efter justering af afstanden, inden du begynder at træne. Et dårligt låst sæde kan bevæge sig under træning og forårsage fare.

Indstil sædets højde ved at løfte det bagfra med begge hænder, så håndtagsarmputen er over brystet. Sædet låses automatisk på plads. Enhederne har justerbare arme, der muliggør individuelle justeringer for brugere i forskellige størrelser. Træk det røde udløserhåndtag udad, og drej samtidig rullen i den ønskede position. Slip håndtaget for at låse armen.

 ADVARSEL! Sørg for, at løftestangsarmen altid er låst i den tilsigtede åbning. Ellers kan armen bevæge sig under træning og forårsage fare.

Elektrisk justering af udstyr (STE): Tryk på sædejusteringsknappen på berøringsskærmen, og juster sædet ved at trykke på pileknapperne. Når du træner med RFID-tag, vil maskinen huske dine indstillinger fra dit nuværende træningsprogram tidligere besøg.



Abdomen øvelse: Sæt dig, så løftearmen ligger op mod brystet. Træne ved forsigtigt at holde på rullen med dine hænder og skubbe armen ned ved hjælp af dine mavemuskler. Gå langsomt tilbage til startpositionen.



Abdomen Venstre øvelse: Placer dig selv sidelæns på sædet mod venstre. Arbejd med din mave ved at skubbe armarmen nedad og bevar modstanden ved returbevægelsen.



Abdomen Højre træning: Placer dig selv sidelæns på sædet mod højre. Arbejd med din mave ved at skubbe armarmen nedad og bevar modstanden ved returbevægelsen.



Back øvelse: Sæt dig, så løftearmen vender mod dine skulderblade, og rygstøtten understøtter din mave. Træn ved at skubbe armarmen ned ved hjælp af dine nedre rygmuskler med dine hænder krydsede på brystet. Gå langsomt tilbage til startpositionen.

5.9. ST5340-Hi5-MD Twist Rehab

Justering af udstyr:

Juster om nødvendigt rækkevidde på fodstøtten ved at dreje skruerne, så håndtagene ikke drejer mere end ønsket under træning. Områdebegrænsningskruen åbnes ved at dreje den mod uret for at stramme drejningen med uret.

Juster rygstøtten, så den passer, ved at løsne skruen på bagsiden, og løft eller sænk støttepuden til en passende position. Stram skruen på plads igen.

Med rækkeviddebegrænsere er bevægelsens omfang begrænset i situationer, hvor brugeren af en eller anden grund ikke er i stand til at udnytte hele bevægelsesområdet aktiveret af enheden. Juster startpunktet ved at trække i håndtaget under sædet og samtidig dreje fodstøtterne til den ønskede position. Slip håndtaget for at låse det valgte startpunkt. Sørg for, at fodstøtter er låst på plads.

Sæt dig ned og placer dine fødder på fodstøtterne.

Twist dyrke motion:

Højre: Træning ved at dreje benene til højre med ryggen lige. Gå langsomt tilbage til startpositionen.

Venstre: Træning ved at vride benene til venstre med ryggen lige. Gå langsomt tilbage til startpositionen.

5.10. ST5510-Hi5-MD Body Extension

Justering af udstyr (ST): Læg dig ned på ryggen i sædet, placer dine ben på rullerne og fastgør sikkerhedsselen. Det anbefales at bruge sikkerhedsselen, når du bruger denne maskine.



ADVARSEL! Håndtagene kan bevæge sig hurtigt. Inden du trykker på en knap, skal du sørge for, at ingen eller intet står i vejen for håndtagene.



Body Extension øvelse: Træning ved at trykke håndtagene skiftevis nedad med dine ben og holde skinkerne godt fast i sædet. Gå langsomt tilbage til startpositionen.

5.11. ST5520-Hi5-MD Adduction/Abduction

Justering af udstyr (ST): Juster om nødvendigt rækkevidde på fodstøtten ved at dreje håndtagene, så håndtagene ikke åbner bredere end ønsket under træning. Sæt dig ned og placer dine fødder på fodstøtterne.



Adduction øvelse: Motion ved at trykke håndtaget sammen med dine ben. Hold ryggen godt mod sædet. Gå langsomt tilbage til startpositionen.



Abduction træning: Træning ved at presse håndtaget fra hinanden med dine ben. Hold ryggen godt mod sædet. Gå langsomt tilbage til startpositionen.

5.12. ST5530-Hi5-MD/ STE5530-Hi5-MD Leg Extension/Curl

Justering af udstyr (ST): Om nødvendigt justeres rækkeviddebegrænserne ved at dreje håndtagene på siden, så knæleddet ikke kan bøjes eller forlænges mere end ønsket under træning.

Sæt dig ned i sædet, så knæene hviler på den øverste pude, og juster rygstøtten ved at løfte håndtaget på ryggen og flytte rygstøtten til ønsket højde. Juster de nederste støttepuder ved at trække i håndtaget, så rullen er ca. 10 cm over din hæl.

Maskinen har polstrede benremme, der fastgør lårene under træning. Fastgør stroppen ved at trykke stroppens spænder sammen, indtil du hører en kliklyd. Stram remmen ved at trække i den frie ende af bæltet. Åbn remmen ved at trykke på hurtigudløseren på begge sider.



ADVARSEL! Pas på ikke at efterlade din hud mellem hurtigudløsningsmekanismen. For at undgå kvæstelser skal du kun trykke på hurtigudløseren i enderne og være forsigtig, når du fastgør remmen.

Maskinen har justerbare håndtag for at muliggøre en passende træningsposition for brugerne uanset størrelse. Træk det røde udløserhåndtag udad, og drej samtidig rullen i ønsket position. Slip håndtaget for at låse håndtaget.



ADVARSEL! Sørg for, at frigørelseshåndtagsarmen efter justering passer korrekt i den tilsigtede åbning. Ellers kan armen bevæge sig under træning og forårsage fare.

Elektrisk justering af udstyr (STE): Tryk på justeringsknappen på berøringsskærmen, og juster ryglænet og de nederste ruller ved at trykke på pileknapperne. Når du træner med RFID-tag, vil maskinen huske dine indstillinger fra dit nuværende træningsprogram tidligere besøg.



Leg Extension træning: Placer fødderne under de nederste ruller, og fastgør sikkerhedsselen. Træn ved at trykke løftestangene skiftevis opad med dine ben, vend langsomt tilbage til startpositionen.



Leg Curl træning: Placer fødderne oven på de nederste ruller, og fastgør lårbåndene og sikkerhedsselen. Træne ved at trykke håndtagene skiftevis nedad med dine ben, vende langsomt tilbage til startpositionen.

5.13. ST5540-HI5-MD/ STE5540-Hi5-MD Leg Press

Udstyrsjustering (ST): Juster rygstøtten fra håndtaget bagpå, så dine ben er en vinkel på 90 grader i startpositionen.

Juster bevægelsens startpunkt ved at flytte kontakten til den ønskede indstilling ('LOCK' eller 'UNLOCK').

Maskinen har benstropper, hvormed fødderne kan fastgøres til fodstøtterne.

Maskinen har en låseanordning til at bestemme det ønskede startpunkt for bevægelse.

Løsn (mod uret) stjerneskruen i siden, og flyt skruen vandret fra 'Lock' til 'Unlock'. Flyt armen til det ønskede startpunkt, og stram stjerneskruen til 'Lock' position. Gentag på det andet håndtag. Hvis du vil udnytte hele maskinens bevægelsesområde, skal du stramme skruen til 'Unlock'.

BEMÆRK! Hvis det er nødvendigt, skal du bede nogen om hjælp, da det kan være vanskeligt at håndtere håndtaget, mens du spænder skruen, alene.

Elektrisk justering af udstyr (STE): Tryk på justeringsknappen på berøringsskærmen, og juster sædepositionen ved at trykke på pileknapperne. Når du træner med RFID-tag, vil maskinen huske dine indstillinger fra dit nuværende træningsprogram tidligere besøg.



Leg Press træning: Træning ved at skubbe håndtagene skiftevis fremad med dine ben og holde din nedre del godt i sædet. Gå langsomt tilbage til startpositionen.

5.14. STE5546-Hi5-MD Leg Press Incline

Justering af udstyr:

Maskinen har en justerbar fodstøtte, der gør det muligt at bruge forskellige ledvinkler under træning. Træk det røde udløserhåndtag udad, og drej samtidig fodstøtten i den ønskede position. Slip håndtaget for at låse fodstøtten. Juster bevægelsens startpunkt med låsestiften i venstre side..

Maskinen har elektrisk justerbar rygstøtte og skulderruller, hvilket gør det lettere for brugeren at justere træningspositionen, mens den allerede sidder. Juster rygstøtte og skulderruller ved at trykke på justeringsknappen på displayet og bruge piletasterne

BEMÆRK! Bed om nødvendigt om nogen om hjælp, da justering af udgangspunkt og fodstøtte kan være vanskelig at klare alene.



ADVARSEL! Sørg for, at frigørelseshåndtagsarmen efter justering passer korrekt i den tilsigtede åbning. Ellers kan fodstøtten bevæge sig under træning og forårsage fare.

Udstyrsjustering (med RFID):

Tryk på justeringsknappen på berøringsskærmen for at justere ryglæn og skulderruller ved at trykke på pileknapperne. Når du træner med RFID-tag, vil maskinen huske dine indstillinger fra dit nuværende træningsprogram tidligere besøg.



Leg Press Incline dyrke motion:

Træn ved at skubbe håndtaget fremad med dine ben. Gå langsomt tilbage til startpositionen.

5.15. STE5549-Hi5-MD Leg Press CC

Udstyrsjustering: Maskinen har en elektrisk justerbar slæde, rygstøtte og skulderruller, som gør det nemmere for brugeren at justere apparatet til den ønskede træningsposition.

Enheden har også en manuelt justerbar fodplade. Træk det røde udløserhåndtag udad, og drej samtidig fodpladen til den ønskede position. For at låse fodpladen skal du slippe håndtaget.



ADVARSEL! Efter justering skal du sikre dig at låsehåndtaget er sat korrekt ind i den tilsigtede rille. Ellers kan fodpladen bevæge sig under træning og forårsage fare.

Enhedsjustering (med RFID): Tryk på justeringsknappen på berøringsskærmen for at justere slæden, rygstøtten og skulderrullerne med piletasterne. Når du træner med et RFID-tag, husker enheden indstillingerne for dit aktuelle træningsprogram fra det forrige besøg.



Leg Press CC øvelse:

Træn ved at skubbe slæden bagud med fødderne. Gå langsomt tilbage til startpositionen.

5.16. ST9110-Hi5-MD Biceps/Triceps Easy Access

Justering af udstyr:

1. Med kørestol: Justér dig selv ved maskinen, så du kan placere albuerne på støttepuden. Du kan også udøve en arm ad gangen på maskinen med din kørestol i en svag vinkel.
2. Med EA-stol: Indstil stolen, så du læner albuerne på støttepuden. Hvis du har en justerbar EA-stol, skal du justere sædet til den ønskede højde ved at løfte det med begge hænder fra bagsædet. Sædet låses automatisk på plads.



Biceps øvelse: Placer armene under valserne. Hvil albuerne på støttehynderne ved drejaksen på løftearmen. Træne ved skiftevis at bøje dine arme og løfte armene opad. Gå langsomt tilbage til startpositionen.



Triceps øvelse: Placer armene på rullerne. Hvil dine albuer på støttepuderne. Træning ved skiftevis at strække armene ud, sænke armene nedad. Gå langsomt tilbage til startpositionen.

5.17. ST9120-Hi5-MD Push Up/Pull Down Easy Access

Justering af udstyr:

1. Med kørestol: Justér dig selv ved maskinen, så du også læner dig på maskinens rygstøtte.
2. Med EA-stol: Indstil stolen, så du også læner dig mod maskinens rygstøtte. Hvis du har en justerbar EA-stol, skal du justere sædet til den ønskede højde ved at løfte det med begge hænder fra bagsædet. Sædet låses automatisk på plads. Juster rækkevidde, hvis det er nødvendigt, ved at dreje håndtagene på siderne, så armen ikke hæver eller sænkes mere end ønsket. Spænd sikkerhedsselen om nødvendigt.



ADVARSEL! Pas på bevægelige arme.



Push Up træning: Træning ved at skubbe armene op, hold håndledene lige og læn dig på ryggen. Gå langsomt tilbage til startpositionen.



Pull Down træning: Træning ved at trække armene ned med hænderne, vende langsomt tilbage til startpositionen.

5.18. ST9125-Hi5-MD Dip/Shrug Easy Access

Justering af udstyr:

1. Med kørestol: Justér dig selv ved maskinen, så du også læner dig på maskinens rygstøtte.
2. Med EA-stol: Indstil stolen, så du også læner dig mod maskinens rygstøtte. Hvis du har en justerbar EA-stol, skal du justere sædet til den ønskede højde ved at løfte det med begge hænder fra bagsædet. Sædet låses automatisk på plads.

Enheden har vandret justerbare håndtag, der gør det muligt for brugerne at opnå den optimale træningsposition, når de træner, med eller uden at bruge en kørestol.

Om nødvendigt justeres rækkeviddebegrænserne ved at dreje håndtaget på siden, så armene ikke kan bevæge sig for højt eller lavt under træning. Drej skruen på håndtagsarmen med uret for at stramme den og mod uret for at løsne den. Når skruen løsnes, skal du skubbe eller trække løftearmen til den ønskede bredde og stramme skruen.



Dip øvelse: Træning ved at skubbe armene ned med hænderne, hold dine håndled lige og læn dig mod rygstøtten. Gå langsomt tilbage til startpositionen.



Shrug øvelse: Motion: tag fat i armene på armen og løft dine skuldre. Gå langsomt tilbage til startpositionen.

5.19. ST9140-Hi5-MD Chest Press Easy Access

Justering af udstyr:

1. Med kørestol: Placer dig selv ved enheden, så du er så tæt som muligt på rygstøtten. Vælg de håndtag, der ligger omtrent i højden på dine armhuler.
2. Med EA-stol: Indstil stolen, så du også læner dig mod maskinens rygstøtte. Hvis du har

en justerbar EA-stol, skal du justere sædet til den ønskede højde ved at løfte med begge hænder fra bagsædet. Sædet låses automatisk på plads.

Træningens startpunkt kan bestemmes ved hjælp af enhedens låsemekanisme. Sørg for, at der ikke er noget tryk i enheden, dvs. modstanden er nul, inden låsemekanismen justeres.

Træk låsemekanismestiften ud ved siden af enheden, og indsæt den på det ønskede sted, og træk samtidigt i håndtaget, så den forbliver på højre side af stiften. Gentag på den anden side.

BEMÆRK! Håndtagene skal forblive foran stifterne, så låsemekanismen fungerer korrekt. Ellers hindrer tappene bevægelsen i den forkerte retning.



Chest Press øvelse: Træning ved at skubbe armene fremad. Hold dine albuer vandret og dine håndled lige. Gå langsomt tilbage til startpositionen.

5.20. ST9150-Hi5-MD Lat Pull Easy Access

Justering af udstyr:

1. Med kørestol: Justér dig selv ved maskinen, så du også læner dig på maskinens bryststøtte.
2. Med EA-stol: Indstil stolen, så du også læner dig mod maskinens rygstøtte. Hvis du har en justerbar EA-stol, skal du justere sædet til den ønskede højde ved at løfte med begge hænder fra bagsædet. Sædet låses automatisk på plads.

Træningens startpunkt kan bestemmes ved hjælp af enhedens låsemekanisme. Sørg for, at der ikke er noget tryk i enheden, dvs. modstanden er nul, inden låsemekanismen justeres.

Træk låsemekanismestiften ud ved siden af enheden, og indsæt den på det ønskede sted, og træk samtidigt i håndtaget, så den forbliver på højre side af stiften. Gentag på den anden side.

BEMÆRK! Håndtagene skal forblive bag stifterne, så låsemekanismen fungerer korrekt. Ellers hindrer tappene bevægelsen i den forkerte retning.

Juster bryststøtten op eller ned ved at trække den let mod dig og dreje støttepuden en halv omgang. Justering af bryststøtten gør det muligt for folk i forskellige størrelser at finde den passende træningsposition.




ADVARSEL! Bryststøtten er ikke stiv. Læn dig ikke på bryststøtten, når du går ind i eller forlader maskinen.

Maskinerne har en frigørelsesfunktion, der gør det muligt at flytte håndtagene tættere på brugeren, når man starter øvelsen, hvilket gør det lettere at nå håndtagene.

Tryk på knappen midt på enheden for at flytte håndtagene tættere på. Efter at have grebet håndtagene, vokser modstanden automatisk efter et par sekunder til det ønskede

niveau.

 ADVARSEL! Juster modstanden, inden frigørelsesfunktionen bruges. Håndtagene bevæger sig muligvis hurtigt.



Lat Pull træning: Motion ved at trække armene mod dig. Hold brystet trykket ned til puden. Gå langsomt tilbage til startposition.

5.21. ST9160-Hi5-MD Pec Deck Easy Access

Justering af udstyr:

1. Med kørestol: Justér dig selv ved maskinen, så du også læner dig på maskinens rygstøtte.
2. Med EA-stol: Indstil stolen, så du også læner dig mod maskinens rygstøtte. Hvis du har en justerbar EA-stol, skal du justere sædet til den ønskede højde ved at løfte det med begge hænder fra bagsædet. Sædet låses automatisk på plads.



Pec Deck træning: Motion ved at trykke håndtagsarmene sammen med underarmene. Gå langsomt tilbage til startpositionen.

5.22. ST9175-Hi5-MD Optimal Rhomb Easy Access


Justering af udstyr:

1. Med kørestol: Juster dig selv ved maskinen, så du også læner dig på bryststøtten på maskinen.
2. Med EA-stol: Indstil stolen, så du også læner dig mod maskinens rygstøtte. Hvis du har en justerbar EA-stol, skal du justere sædet til den ønskede højde ved at løfte det med begge hænder fra bagsædet. Sædet låses automatisk på plads.

Juster bryststøtten op eller ned ved at trække den let mod dig og dreje støttepuden en halv omgang. Justering af bryststøtten gør det muligt for folk i forskellige størrelser at finde den passende træningsposition.

Maskinerne har en frigørelsesfunktion, der gør det muligt at flytte håndtagene tættere på brugeren, når man starter øvelsen, hvilket gør det lettere at nå håndtagene.

Tryk på knappen midt på enheden for at flytte håndtagene tættere på. Efter at have grebet håndtagene, vokser modstanden automatisk efter et par sekunder til det ønskede niveau.

 ADVARSEL! Juster modstanden, inden frigørelsesfunktionen bruges. Håndtagene bevæger sig muligvis hurtigt.



Optimal Rhomb træning: Motion ved at trække armene tilbage med dine hænder og trække dine skulderblade mod hinanden. Gå langsomt tilbage til startpositionen.

5.23. ST9310-Hi5-MD Abdomen/Back Easy Access

Justering af udstyr:

Vælg sæde ved at løfte og bevæge knappen bagpå. Sørg for, at sædet låses på plads. For let at få adgang til og forlade enheden skal du dreje rygstøtten nedad ved at løfte rygstøtten og dreje støtten ned.

For adgang kan du også dreje løftearmen ud af vejen ved at trække i håndtaget og dreje rullen i lodret position. Drej rullen ned igen, når du er klar til at træne.

Enheden er udstyret med elektronisk sædehøjdejustering, hvilket gør det lettere at bruge. Drej kontakten med eller mod uret for at justere sædet til den ønskede højde. Spænd om nødvendigt sikkerhedsselen.



Abdomen træning: Træning ved forsigtigt at holde fast på rullen med dine hænder og skubbe armen nedad ved hjælp af dine mavemuskler. Gå langsomt tilbage til startpositionen.

Abdomen Venstre øvelse: Placer dig selv sidelæns på sædet mod venstre. Arbejd med din mave ved at skubbe armarmen nedad og bevar modstanden ved returbevægelsen.

Abdomen Højre træning: Placer dig selv sidelæns på sædet mod højre. Arbejd med din mave ved at skubbe armarmen nedad og bevar modstanden ved returbevægelsen.



Back øvelse: Sæt dig, så løftearmen vender mod dine skulderblade, og rygstøtten understøtter din mave. Træn ved at skubbe armarmen ned ved hjælp af dine nedre rygmuskler med dine hænder krydsede på brystet. Gå langsomt tilbage til startpositionen.

5.24. ST9330-Hi5-MD Twist Easy Access

Justering af udstyr:

Drej rullen nedad ved at løfte rullen for lettere adgang og udrejse. Drej rullen op igen, når du har siddet ved maskinen med fødderne på begge sider af rullen. Rullen låses automatisk på plads.

Du kan også låse håndtagsarmen i sin ekstreme position, så den kan bruges som støtte, når du får adgang til eller forlader enheden. Brug berøringsskærmens `lock'-knap ved siden af for at aktivere låsen, og drej håndtaget, indtil det låser. Slip håndtaget ved at trykke på berøringsskærmens `lock'-knap igen.

Twist dyrke motion:



1. Til højre: Stå i maskinen på en sådan måde, at den rigtige støttepude er mellem lårene.
Sæt din venstre arm bag valsens bagside, og højre arm bøjes på valsens venstre side foran.
Træning ved at vride din krop til højre, med din ryg lige, øjne følger bevægelsen. Gå langsomt tilbage til startpositionen.

2. Til venstre: Stå i maskinen på en sådan måde, at den venstre støttepude er mellem lårene.
Sæt din højre arm bag valsens bagside, og venstre arm bøjes på højre side af valsen foran.
Træning ved at vride din krop til venstre, med ryggen lige, øjnene følger bevægelsen. Gå langsomt tilbage til startpositionen.

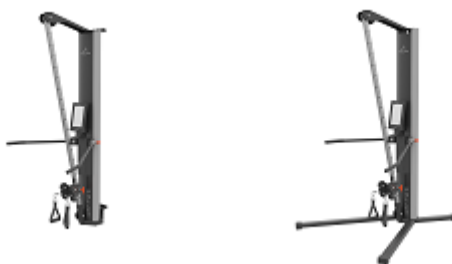
5.25. HUR Pulleys

Inkluderet modeller:

- ST 8820-Hi5-MD HUR Pulley (max. 20 kg) wall-mounted
- ST8830-Hi5-MD HUR HUR Pulley (max. 30 kg) wall-mounted
- ST8821-Hi5-MD HUR Pulley (max. 20 kg) free standing
- ST8831-Hi5-MD HUR Pulley (max. 30 kg) free standing



ADVARSEL! Gulvmonteret udstyr skal installeres på en stabil og jævn base. Hur remskive gulvmonterede modeller **SKAL FESTES TIL GULV**



Vægmonteret model. Gulvmonteret model.

Justering Pulley:

Træk i det orange håndtag, der er placeret på siden af kabelsøjlen, og juster højden ved at flytte kabelsøjlen op eller ned. Sørg for, at kabelsøjlen er korrekt låst.



ADVARSEL! Sørg for, at stangen på håndtaget glider ordentligt tilbage ind i dets slot efter justering af kabelsøjlen. Ellers kan kabelsøjlen bevæge sig og forårsage en farlig situation.

Hvis du har brug for støttehåndtagene, skal du trække i det orange håndtag ved siden af rammen og justere håndtagene til det ønskede niveau. Sørg for, at håndtagets stang glider tilbage til dets åbning.

Flere instruktioner til træning med HUR Remskive er på en video 'HUR Pulley – Functional Trainer'. Ud over den generelle introduktion vises 17 grundlæggende øvelser til under-, mellem- og overkroppen. HUR Remskive er designet og beregnet til at udøve muskler og styrke. Med standardudstyr, et par håndgreb og en benrem er det muligt at udøve muskler i f.eks. Arme, ben og overkrop. Med remskive tilbehør er det muligt at gøre træningen mere omfattende. Populært remskive tilbehør er f.eks. Remskive rodbænk, triceps og pull-down greb og stropper. De gør det let at målrette mod forskellige dele af kroppen og specielle muskler. Bemærkelsesværdigt er, at HUR-remskive også kan bruges af kørestolsbrugere.

BEMÆRK! HUR-produkter er kun designet og beregnet til gymnastiksal, motionscenter og rehabilitering. HUR-produkt må kun anvendes til deres designede og tilsigtede anvendelse. Forkert brug kan resultere i personskade og udstyrsskader. Forkert brug kan fjerne producentens ansvar og annullere garantien. Forkert brug betyder alle handlinger, der er imod den tilsigtede brug af HUR-produkter, og alle handlinger mod eller manglende overholdelse af instruktionerne i denne brugervejledning.

For at undgå skader og skader skal du være opmærksom på følgende:

- Træk ikke rebene for langt til siden (maks. 45 ° / 90 °), da rebet kan sidde fast mellem rullerne.
- Supporthåndtag er beregnet til at yde support. De må ikke bruges til at dyppe, klatre eller bære maskinen.
- Undgå rystelser og andre hurtige bevægelser, når du træner med lav modstand. Cylinderen, der skaber modstand, rummer ikke hurtige bevægelser, og rebene kan springe ud af rullerne.
- Hvis der er tryk i enheden, skal rebene ikke trækkes ud og løsnes brat, fordi trykket trækker rebet tilbage til enheden, og det kan medføre, at rullerne går i stykker, hvis f.eks. En stang eller et greb rammer dem hårdt



ADVARSEL! Hvis du træner med remskinne i taljen, skal du fastgøre begge reb til taljestroppen. Hvis remskivens taljerem er fastgjort med et reb, kan løsrivelse af rebet føre til en faresituation.



ADVARSEL! Forkert eller overdreven træning kan skade dit helbred.

6. VEDLIGEHOJDELSE

Anbefalinger til generel vedligeholdelse:

	OPERATION	YDERLIGERE INFORMATION
Daglige	Tør håndtagets greb, polstring og justeringsknapper.	Normal daglig rutine for at opretholde generel god hygiejne og komfort. Det anbefales, at du bruger HUR rengøringsmidler og desinfektionsmidler. Brug ikke opvaskemiddel, da det tørrer polstringen af kunstlæder.
Ugentlig	Tør håndtagets greb, polstring og justeringsknapper. Desinficér om nødvendigt.	Det anbefales, at du bruger HUR rengøringsmidler og desinfektionsmidler. Brug kun en lille mængde vand. Brug ikke produkter, der indeholder alkohol. Sørg altid for, at produktet er kompatibelt med overfladematerialet på det udstyr, der rengøres, hvis du bruger andre produkter end dem, der anbefales af HUR.
	Kontroller trykluftsystemets	Tøm det, hvis tankens væskniveau er over halvvejs.
	Kontroller kompressormotoren / motorolieniveauet.	Tilføj om nødvendigt. Se kompressorhåndbogen for detaljerede instruktioner.
Månedlige	Vip enheden, og rengør gulvet under enheden. Vip ikke enheden uden hjælp.	Tør gulvet af, eller brug en støvsuger. Sørg for, at der ikke forårsages belastning på luftslangerne eller de elektriske kabler, mens enheden vippes. Undgå kontakt mellem rengøringsmidlerne og komponenterne, der er installeret under enheden. Hvis du mener, at nogle af komponenterne er beskadiget, bedes du kontakte service@hur.fi
Halvårligt	Eftersyn: Brug af en autoriseret HUR-serviceperson anbefales.	Grundlæggende tilstandskontrol af enheden. <ul style="list-style-type: none"> • Rengøring og smøring af stempelstænger. • Smøring og justering af rullepuder. • Kontrol af kompressoren
Årligt	Eftersyn: Brug af en autoriseret HUR-serviceperson anbefales.	Grundlæggende tilstandskontrol af enheden. <ul style="list-style-type: none"> • Rengøring og smøring af stempelstænger. • Smøring og justering af rullepuder. • Kontrol af kompressoren



ADVARSEL! Det er kun muligt at holde udstyret sikkert, hvis udstyret inspiceres og undersøges regelmæssigt for slid og skader.



ADVARSEL! Åbn ikke displayenheden.



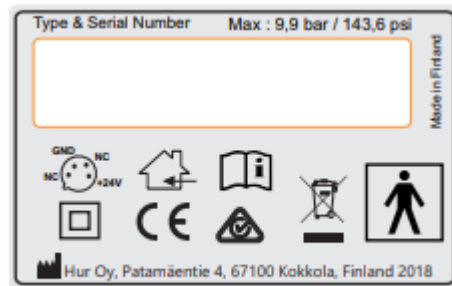
ADVARSEL! Brug ikke beskadiget strømforsyning.

Alt mekanisk udstyr skal vedligeholdes. Det sikrer, at udstyret fungerer ubesværet år efter år. Forsømmelse af vedligeholdelse kan medføre, at garantien bortfalder. For at sikre brugersikkerhed og for at undgå funktionsfejl anbefales det, at brugeren instrueres i, hvordan man bruger udstyret, før udstyret bruges uafhængigt af hinanden.

I tilfælde af problemer med dit HUR-produkt bedes du kontakte din lokale HUR-distributør eller HUR-serviceorganisation. De har autoriseret service personale til at hjælpe dig.

Ved rapportering af problemerne anbefales det at nedskrive følgende Information:

- Produktets model og serienummer
- Da fejlen først blev opdaget
- Beskrivelse af fejl. Brudt, er ikke en beskrivelse. Knirkende rulle er et eksempel på fejlbeskrivelse.
- Naturligvis kræves dit navn og firmaoplysninger.



BEMÆRK! HUR-enheden kan identificeres ved hjælp af serienummeret. Serienummeret findes på enhedens ramme i forbindelse med typeskiltet.

Nogle grundlæggende punkter vedrørende problemstillinger:

- I tilfælde af luftlækage skal du straks slukke for kompressoren. Hvis kompressoren kører i længere tid, vil overophedning og svigt i kompressoren opstå. Ud over at forbinde slangen, skal du IKKE prøve at reparere noget, før du kontakter HUR-personale.
- Sluk altid for og frakobl alle elektroniske forsyninger fra den ødelagte maskine.
- Sørg for, at ødelagt udstyr ikke bruges, før det kontrolleres og repareres.

6.1. HUR Rengøringservietter

- beregnet til samlet rengøring af alt HUR-udstyr.
- beregnet til rengøring af håndtag og polstring.
- også velegnet til rengøring af hænder.

6.2. HUR Desinfektionservietter

- beregnet til rengøring af HUR-udstyr og dets håndtag og polstring.
- også velegnet til desinficering af berøringskærme.



Tip! Hvis du opbevarer aftørringen i en pakning med grebstætning efter brug, kan du

fortsætte med at bruge den, så længe aftørringen er fugtig.

BEMÆRK! Det anbefales, at du kun bruger HUR-rengøringsservietter og HUR-desinfektionsservietter til rengøring og desinficering af HUR-udstyr. Brug af et rengøringsmiddel eller aftørring, der ikke er kompatibelt med udstyrets overflademateriale, kan forårsage beskadigelse af overfladerne og polstring af udstyret. Hvis rengøring og desinfektion er foretaget med et andet produkt end de rengørings- og desinfektionsprodukter, der er anbefalet af HUR, er skader udelukket fra garantien.

7. TEKNISK DATA

I nedenstående tabel kan de tekniske data for Hi5-maskiner findes.

Kode	Navn	Målettet muskulatur	Størrelse (BxLxH cm/in)	Vægt (kg/lbs)	Max modstand (kg)	Cylindre
ST3110-Hi5-MD	Biceps / Triceps	Overkroppen	115 x 103 x 124 / 45 x 41 x 49	88/194 (STE) 85/187 (ST)	27	2
STE3125-Hi5-MD / ST3125-Hi5-MD	Dip / Shrug	Overkroppen	90 x 98 x 137/35 x 39 x 54	69/152 (STE) 66/146 (ST)	102 / 92	1
STE3320-Hi5-MD / ST3320-Hi5-MD	Back Extension	Mellemkrop	86 x 111 x 115/34 x 44 x 45	75/165 (STE) 72/159 (ST)	63	1
STE5120-Hi5 - MD / ST5120-Hi5-MD	Push Up / Pull Down	Overkroppen	110 x 150 x 181 /43 x 59 x71	79/174 (STE) 76/168 (ST)	54 / 63	1
STE5140-Hi5-MD / ST5140-Hi5-MD	Chest Press	Overkroppen	119 x 125 x 137 /47 x 49 x 54	87/192 (STE) 84/185 (ST)	45	2
STE5160-Hi5-MD /ST5160-Hi5-MD	Peck Deck	Overkroppen	118 x 100 x 132 /46 x 39 x 52	74/163 (STE) 72/159 (ST)	36	2
STE5175-Hi5-MD / ST5175-Hi5-MD	Optimal Rhomb	Overkroppen	106 x 131 x 113 /42 x 52 x 44	77/170 (STE) 75/165 (ST)	36	2
STE5310-Hi5-MD/ST5310-Hi5-MD	Abdomen / Back	Mellemkrop	86 x 90 x 130 / 34 x 35 x 51	71/157 (STE) 68/150 (ST)	63	1
ST5340-Hi5-MD	Twist Rehab	Mellemkrop	140 x 101 x 120/55 x 40 x 47	75/ 165	27	1
ST5510-Hi5-MD	Body Extension	Underkrop	112 x 125 x 114 / 44 x 49 x 45	86/190	63	2
ST5520-Hi5-MD	Adduction / Abduction	Underkrop	147 x 123 x	73/161	36 / 45	2

			126 /58 x 48 x 50			
STE5530-Hi5- MD/	Leg Extension / Curl	Underkrop	112 x 155 x 140 / 44 x 61 x 55	104/229 (STE)	36	2
ST5530-Hi5- MD			112 x 160 x 137 / 44 x 63 x 54	100/220 (ST)		
STE5540-Hi5- MD/ ST5540- Hi5-MD	Leg Press	Underkrop	103 x 170 x 135 /41 x 67 x 53	127/280 (STE) 124/273 (ST)	135	2
STE5546-Hi5- MD	Leg Press Incline	Underkrop	93 x 222 x 128 / 37 x 87 x 50	107/236	198	1
STE5549-Hi5- MD	Leg Press CC	Underkrop	94 x 227 x 151 / 37 x 89 x 59	175 / 386	135	2
ST9110-Hi5- MD	Biceps / Triceps Easy Access	Overkroppen	127 x 115 x 128 /50 x 45 x 50	91/201	27	2
ST9120-Hi5- MD	Push Up / Pull Down Easy Access	Overkroppen	113 x 127 x 179 / 44 x 50 x 70	73/161	54/ 63	1
ST9125-Hi5- MD	Dip / Shrug Easy Access	Overkroppen	107 x 130 x 108 /42 x 51 x 43	72/159	102/ 92	1
ST9140-Hi5- MD	Chest Press Easy Access	Overkroppen	131 x 137 x 105 / 52 x 54 x 41	84/185	45	2
ST9150-Hi5- MD	Lat Pull Easy Access	Overkroppen	116 x 105 x 118 / 46 x 41 x 46	80/176	27	2
ST9160-Hi5- MD	Pec Deck Easy Access	Overkroppen	143 x 113 x 138 / 56 x 44 x 54	82/181	36	2
ST9175-Hi5- MD	Optimal Rhomb Easy Access	Overkroppen	110 x 106 x 115/ 43 x 42 x 45	82/181	36	2
ST9310-Hi5- MD	Abdomen / Back Easy Access	Mellemkrop	86 x 131 x 171 / 34 x 52 x 67	89/196	36	2
	Twist Easy Access	Mellemkrop		63/139	27	1

ST9330-Hi5-MD			80 x 125 x 126 / 31 x 48 x 50			
ST8820-Hi5-MD	HUR Pulley	Multifunktionel	80 x 90 x 220/ 31 x 35 x 87	43/95	2-20 (/reb)	1
ST8830-Hi5-MD	HUR Pulley	Multifunktionel	80 x 90 x 220/ 31 x 35 x 87	43/95	4-30 (/reb)	1
ST8821-Hi5-MD	HUR Pulley	Multifunktionel	137 x 145 x 220/ 54 x 57 x 87	78/172	2-20 (/reb)	1
ST8831-Hi5-MD	HUR Pulley	Multifunktionel	137 x 145 x 220/ 54 x 57 x 87	78/172	4-30 (/reb)	1

7.1. Driftsmiljø

Omgivelsestemperatur: 15-35 °C, 59-95 °F.

Relativ luftfugtighed: 30-75 %

Atmosfærisk tryk: 70,0-106,0 kPa

7.2. Transportation environment

Omgivelsestemperatur: -20-60 °C, -4-140 °F.

Relativ luftfugtighed: 45-75 %

Atmosfærisk tryk: 50,0-106,0 kPa

7.3. Storage environment

Omgivelsestemperatur: 0-60 °C, 32-140 °F.

Relativ luftfugtighed: 30-75 %

Atmosfærisk tryk: 70,0-106,0 kPa

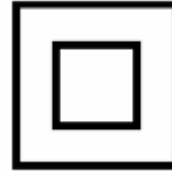
7.4. Strømforsyning

Strømforsyning: 24VDC/150W, 100-240VAC/50-60Hz.

7.5. Klassifikation

Enhederne er registreret som klasse I medicinsk udstyr i henhold til forordningen om medicinsk udstyr (2017/745).

Enhedernes elektriske sikkerhedsklasse er klasse II type BF.



Ab HUR OY
Patamäentie 4
67100 Kokkola
SUOMI - FINLAND
Tel. +358 6 832
5500
Email: sales@hur.fi,
service@hur.fi
www.hur.fi