GUIA DE ARMADO RAPIDO
ASSAULTBIKE PROX

IMPORTADO Y DISTRIBUIDO EN MÉXICO POR:
ELOY LEONARDO HERNÁNDEZ HERNÁNDEZ
CARR ARANDAS TEPA 1628, BAJIO SECO,
ARANDAS, JALISCO, MÉXICO. C.P. 47188
TEL. DE SERVICIO +52 (348) 783 4035

Parte# 23-AS-1515

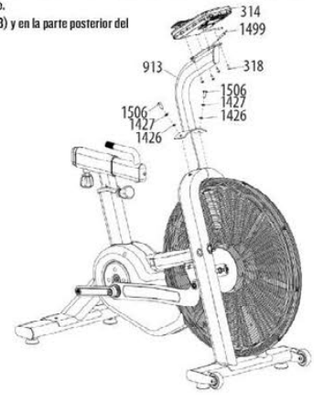
Segundo paso de montaje:

Consola y mástil de consola

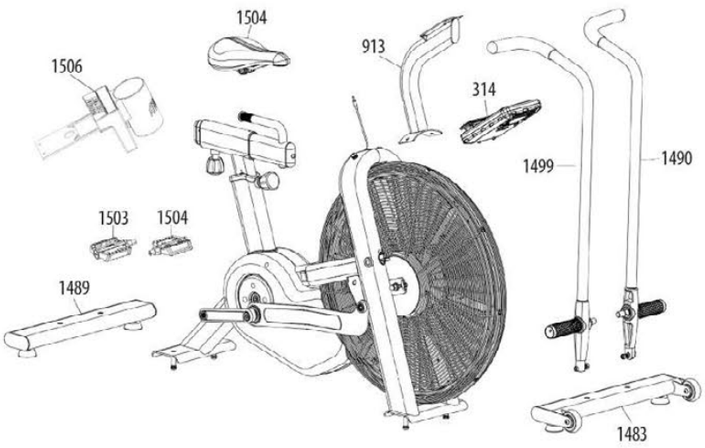
- Inspeccione el cable de la consola (1499) en busca de daños antes de conectarlo al lado inferior del cable conectado al mástil de la consola (913).
- Instale los tornillos de cabeza semiesférica, las arandelas de seguridad y las arandelas (1506, 1427 y 1426) a través de la base del mástil de la consola (1498) y en el marco principal con la llave hexagonal de 5 mm suministrada.

*Si está instalando la botella de agua y el soporte para teléfono opcionales, siga la gu a de instrucciones provista dentro del paquete de manual de usuario. Si no está instalando la botella de agua y el soporte para teléfono opcionales, continúe con los pasos a continuación.

- Enchufe el cable de la consola (1499) en el cable flexible que se extiende desde el orificio en la parte trasera de la consola (314) y meta con cuidado el exceso de cable en el mástil de la consola (913). No pellizque el cable.
- Inserte los cuatro tornillos (318) a través del mástil de la consola (913) y en la parte posterior del consola (314).



Tal como se envia



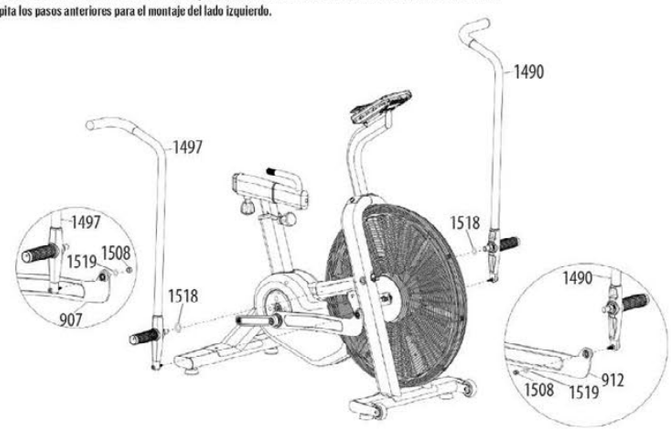
Montaje Paso tres:

Bigote daliniano

- Coloque el conjunto del manubrio derecho (1497) en el piso extendiéndose hacia adelante y alejándose del brazo de articulación derecho (907). Eliminar las arandelas elásticas (1518 y 1519) y la contratuerca (1508) del paquete del juego de herrajes/herramientas.
- Deslice el brazo de conexión derecho (912) en el pasador de pivote inferior e instale la arandela de resorte más pequeña (1519) y la contratuerca (1508) con la llave de 13 mm provista.
- Deslice la arandela elástica más grande (1518) en el manillar derecho (1497). Levante el manillar derecho (1497) a una posición vertical y alinee el interior del pasador de pivote superior con el montaje roscado en el marco principal.

Enrosque el pivote en el marco con la mano, luego apriételo firmemente con la llave combinada de 19 mm/22 mm.

- Repita los pasos anteriores para el montaje del lado izquierdo.



Montaje

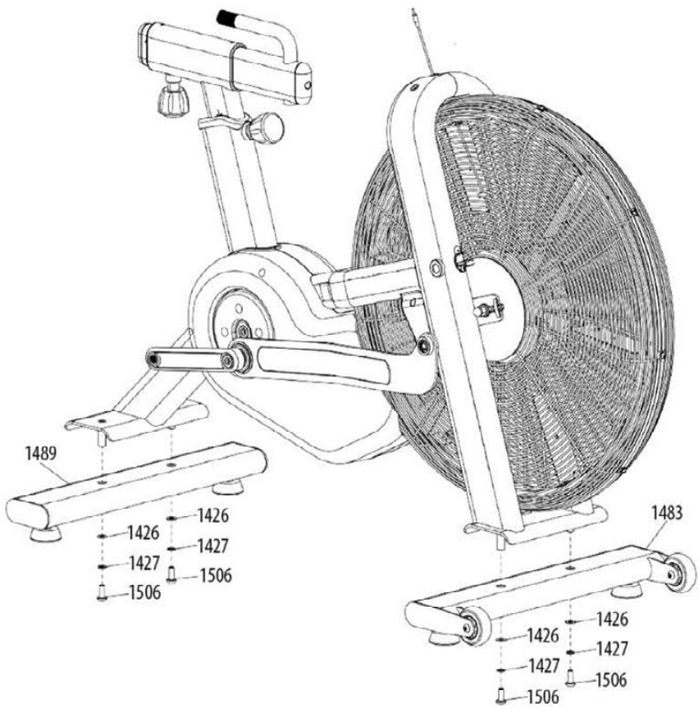
Introducción

- La ASSAULTBIKE PRO X requiere solo un montaje menor. Todas las herramientas necesarias para completar la instalación y el montaje iniciales tienen que haber sido incluidas.
- Retire la unidad y todas las piezas de la caja y el embalaje. Comprobar todas las piezas que se muestran en la sección anterior titulada "Tal como se envían" se incluyen antes de intentar ensamblar la ASSAULTBIKE PRO X.

Montaje Paso uno:

Instalación del estabilizador delantero y trasero

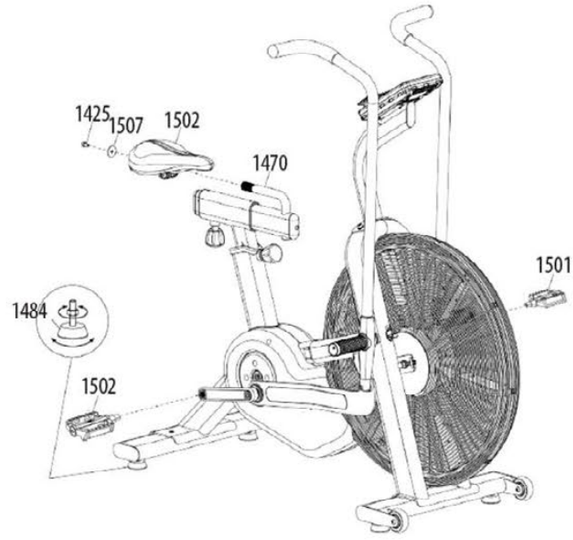
- Alinee el estabilizador delantero (1483) con el receptor en el marco principal e instale los dos tornillos, arandelas de seguridad y en arandelas (1506, 1427 y 1426) con la llave hexagonal de 5 mm suministrada.
- Alinee el estabilizador trasero (1489) con el receptor en el marco principal e instale los dos tornillos, arandelas de seguridad y en arandelas (1506, 1427 y 1426) con la llave hexagonal de 5 mm suministrada.



Montaje paso cuatro:

Asiento, pedales y nivelación del ensamblaje de la unidad

- Afloje el conjunto de la abrazadera del asiento que está preinstalado en los rieles del asiento (1502) y deslice el conjunto en la parte de la corredera del asiento (1470). Asegúrese de que el asiento esté nivelado con el suelo y apriete ambas tuercas de manera firme y uniforme.
- Instale la arandela plana (1507) y el tornillo hexagonal (1425) en el extremo del conjunto de la tija del sillon del juego de herrajes/herramientas.
- Las roscas del eje del pedal izquierdo (1501) están invertidas. lo que significa que el eje se aprieta en la dirección opuesta a la mayor a de los tornillos o pernos para instalacion. Enganche las primeras roscas del eje del pedal izquierdo en la manivela izquierda a mano con una rotación en sentido contrario a las agujas del reloj, luego apriete firmemente con la llave combinada de 19 mm/22 mm.
- Repita este proceso para el pedal derecho (1502). NOTA: El eje del pedal derecho se girará en el sentido de las agujas del reloj para instalarlo.
- Asegúrese de que la unidad esté nivelada y no se balancee ajustando las patas niveladoras (1484). Hay dos pies en el estabilizador delantero y dos en el estabilizador trasero. Como punto de partida, afloje cada pie enroscando el conjunto hacia abajo/en el sentido de las agujas del reloj y luego enrosque el contratuercas hacia abajo (en el sentido de las agujas del reloj) contra la base del pie. Verifique la estabilidad de la unidad y realice los ajustes necesarios. Una vez estable, trabe las patas niveladoras (1484) en su lugar apretando la contratuerca hacia arriba/en sentido antihorario, contra la parte inferior de la estabilizador para bloquear la posición actual de cada pie.



ASSAULTFITNESS

5803 Newton Drive Carlsbad, California 92008 Ph. 1.888.815.5559

Para más información o preguntas sobre tu equipo, visita nuestro sitio web
www.assaultfitness.com

© Assault Fitness 2023

GUIA DE USO

CARACTERÍSTICAS DE LA CONSOLA

TECLAS DE LA CONSOLA

La tecla **INICIO** iniciará un programa y reiniciará un programa en pausa. Presionado junto con el tecla **ENTER**, se iniciará el modo de configuración.

Utilice la tecla **STOP** para finalizar un programa o pausar un programa en ejecución. Para resetear la consola y borrar todo datos ingresados por el usuario, presione la tecla **STOP** por más de dos segundos.

Presione la tecla **PROGRAMAS DE INTERVALOS** para revisar y seleccione ese intervalo de consola disponible programación.

La tecla Programas de **RITMO CARDÍACO** abre los programas disponibles.

Programas de control de frecuencia cardiaca. Presionar la tecla **SPLIT TIME** congela el entrenamiento métricas durante cinco segundos. El entrenamiento continuará para ejecutarse en segundo plano.

Al pulsar la tecla **SPEAKER ON/OFF** se apaga o se encienden las notificaciones audibles de la consola.

La tecla **ENTER** confirma los valores ingresados cuando buscas ajustar un programa. Presionado junto con **ENTER** se iniciará el modo de configuración. Para iniciar el Modo Componente presione la tecla **ENTER** durante cinco segundos.

Las teclas de flecha **ARRIBA/ABAJO** permiten al usuario aumentar y disminuir los valores de la consola. Presionando el botón **ARRIBA/ABAJO** Las teclas de flecha juntas durante cinco segundos lanzarán el Modo de configuración de equipo.

La tecla **PROGRAMAS OBJETIVO** lanza el objetivo Modo de configuración del programa. El usuario puede programar un personalizado objetivo de calor as, tiempo o distancia.

Conexiones a un dispositivo móvil o correa de pecho inalámbrica a través de las radios Bluetooth o **ANT+** incorporadas son se inicia presionando la tecla **CONECTAR**.

La tecla **CAMBIAR UNIDADES** permite en la y unidad dc medir los cambios. Elija entre inglés/estándar o Unidades métricas. Cuando se presiona, la consola parpadeará el banner de unidades actualizadas para con rmar el cambio.

Instalación de las pilas: La consola funciona con cuatro (4) pilas AA (incluidas). El compartimiento de la bater a se encuentra en la parte posterior de la consola. Utilice únicamente pilas alcalinas de la misma marca y antigüedad para evitar daños en los componentes eléctricos.
La extracción/reemplazo de las pilas borrará el reloj y la configuración del usuario.

Tecnologia inalámbrica ANT+ de 2,4 GHz: la conexión de una correa de pecho dc frecuencia card aca **ANT+** opcional se puede realizar a través del receptor inalámbrico Consulte la sección titulada Entrenamiento del ritmo card aco para obtener más información.

Memoria permanente: siempre se mantendrán los datos de recordatorio de intervalo de servicio y tiempo de funcionamiento total.

Indicador de bater a baja: cuando la energ a de las bater as instaladas alcanza el 10 % de la capacidad total, el cono del indicador de bater a baja luz para indicar que se requieren bater as nuevas. Utilice siempre pilas alcalinas nuevas.
Modo de suspensión: después de diez (10) minutos de inactividad, la consola ingresará al modo de suspensión y mostrará solo el reloj. Toda la pantalla las funciones se apagarán, sin embargo, se guardarán los datos ingresados previamente.

Modo Listo: El Modo Listo está diseñado para notificar al usuario que la consola está encendida y lista para usar. "Agresión" y "Listo" se publicará en la pantalla alfanumérica. El Modo Listo expirará en diez (10) minutos.
Proceso de restablecimiento: para restablecer todas las configuraciones del usuario, mantenga presionada la tecla **STOP** durante dos (2) segundos. El reloj, el tiempo de ejecución total y los datos del recordatorio de mantenimiento se conservarán en la memoria permanente.

Modo de pausa: mientras se ejecuta cualquier programa (excepto el programa Comp), al presionar la tecla **INICIO** se iniciará el modo de pausa. El La pantalla alfanumérica mostrará "Pausado" y cada campo de visualización de métricas mostrará "P". Para volver al programa anterior, presione el botón tecla **INICIO**. Para continuar con el programa, vuelva a pulsar la tecla **INICIO**. Si no se realizan más entradas, el modo de pausa finalizará y la consola entrará en el Modo Listo en diez (10) minutos.

Inicio rápido del programa: la consola **ASSAULTBIKE PRO X** permite a los usuarios comenzar un entrenamiento sin seleccionar un programa. Cuando iniciado, las métricas comenzarán a mostrarse segundos después de presionar la tecla **INICIO** o de pedalear la bicicleta. El programa se ejecutará continuamente y todas las métricas contarán desde cero.
Resultados del entrenamiento: al final de cada entrenamiento, la consola publicará un resumen de los datos del entrenamiento. Calor as totales y Se publicará la distancia, seguida de la velocidad máxima, los vatios, las **RPM** y, a continuación, la velocidad media, los vatios y el ritmo.

Programa INICIO RÁPIDO

La opción del programa de inicio rápido es para los usuarios que desean omitir los pasos de configuración de la programación integrada y comenzar su entrenamiento inmediatamente. El programa de inicio rápido se iniciará tan pronto como la banda comience a moverse o si se presiona la tecla **INICIO**. La consola comienza a mostrar todas las métricas, incluida la frecuencia card aca del usuario (si se detecta una señal). El programa se ejecutará continuamente hasta que la correa deja de moverse Para finalizar el programa y ver el resumen del entrenamiento, presione la tecla **STOP**.
Lanzamiento: presione la tecla **INICIO** o comience a caminar/correr en el cinturón.
Ejecutar: todas las métricas comenzarán a publicarse.
Fin: Pulse la tecla **STOP**. El resumen de resultados se mostrará para los valores total, promedio y máximo.

Programas INTERVALO 20/10 & INTERVALO 10/20

Los programas Intervalo 20/10 e Intervalo 10/20 ofrecen al usuario una serie de ocho (8) intervalos de entrenamiento de alta intensidad con tiempo preestablecido segmentos Este protocolo de entrenamiento se conoce comúnmente como entrenamiento de intervalos de alta intensidad (H.I.I.T.). La consola proporcionará mensajes al usuario al inicio de cada intervalo de trabajo y descanso. Además, los intervalos de trabajo y descanso se señalarán mediante luces intermitentes **LED** y tonos audibles.

Intervalo 20/10 Programa Número de intervalos: 8

Duración del intervalo de trabajo: 20 segundos
Duración del intervalo de descanso: 10 segundos

Intervalo 10/20 Programa Número de intervalos: 8

Duración del intervalo de trabajo: 10 segundos
Lanzamiento: Presione la tecla **PROGRAMAS DE INTERVALO** hasta que se vea el t tulo del programa deseado. Confirmar la selección del programa visualizado título presionando la tecla **INICIO**.
Ejecutar: la consola mostrará el intervalo de trabajo/descanso actual y la pantalla del temporizador contará hacia atrás para cada intervalo.
Fin: el programa se ejecutará hasta que finalice el último de los segmentos de trabajo. Para finalizar el programa en cualquier momento, presione la tecla **STOP**. El resumen del entrenamiento se iniciará al final del programa y publicará un registro de los datos del entrenamiento.

Programa INTERVALO PERSONALIZADO

El programa personalizado do intervalos es similar al programa do intervalos 20/10, excepto que el usuario tiene la capacidad de establecer la duración del trabajo. e intervalos de descanso, así como el número total de intervalos.
Lanzamiento: Presione la tecla **PROGRAMAS DE INTERVALOS** repetidamente hasta que aparezca Personalizado. Confirmar la selección del programa visible presionando la tecla **INICIO**.
Configuración: Al ejecutar el programa Intervalo personalizado por primera vez (o después de reiniciar la consola), se requerirá que el usuario para introducir el número total de intervalos. Ajuste el valor mostrado cuando se le solicite presionando la tecla **ARRIBA** o **ABAJO**, seguido de la tecla **ENTER** para confirmar. A continuación, se publicará el valor de tiempo de intervalo de trabajo predeterminado. Ajuste el valor de tiempo mostrado con la tecla **ARRIBA** o **ABAJO** y presione **ENTER** para confirmar. Se publicará el intervalo de descanso predeterminado. Ajuste el valor y confirme presionando **ENTER**.
Ejecutar: la consola mostrará el intervalo de trabajo/descanso actual y la pantalla del temporizador contará hacia atrás para cada intervalo.
Fin: el programa se ejecutará hasta que finalice el último de los segmentos de trabajo. Para finalizar el programa en cualquier momento, presione la tecla **STOP**. El resumen del entrenamiento se iniciará al final del programa y publicará un registro de los datos del entrenamiento.

Programas de TIEMPO OBJETIVO, CALORÍAS OBJETIVO y DISTANCIA OBJETIVO

Los programas Tiempo objetivo, Distancia objetivo y Calor as objetivo funcionan de manera idéntica. Para estos programas, el usuario puede establecer un único valor de métrica objetivo y el programa continuará hasta que se logre ese objetivo.
Lanzamiento: Pulse la tecla **PROGRAMAS OBJETIVO** repetidamente hasta que se muestre el cartel del objetivo deseado. Presione **ENTER** para confirmar la selección.
Configuración: Al ejecutar los programas de Target por primera vez (o después de reiniciar la consola), la pantalla parpadeará con la configuración predeterminada. valor. Ajuste el valor mostrado presionando las teclas **ARRIBA** o **ABAJO**, seguido de la tecla **ENTER** para con rmar. El programa comenzará automáticamente.
Ejecutar: los campos de la pantalla se iluminarán y comenzarán a seguir el progreso del usuario hacia las metas. Si el tiempo era el objetivo seleccionado, se mostrará el tiempo restante y el temporizador hará una cuenta regresiva. Si Distancia o Calor as son los objetivos seleccionados, la consola rastreará el progreso hacia esos objetivos y el cronómetro contarán.
Fin: El programa finalizará automáticamente cuando se haya alcanzado el objetivo seleccionado o el temporizador llegue a cero. Para terminar el programa en cualquier momento, presione la tecla **STOP**. El resumen del entrenamiento se iniciará y publicará un registro de los datos del entrenamiento.

Programa de RITMO CARDÍACO OBJETIVO

El Programa de frecuencia card aca objetivo ofrece a los usuarios la capacidad de alcanzar una frecuencia card aca espec fica / **BPM** (rango de latidos por minuto) o frecuencia cardíaca zona de máximo entrenamiento cardiovascular. Con un dato (edad del usuario), la consola calculará automáticamente la Frecuencia card aca máxima calculada estimadas como algunas zonas de entrenamiento de frecuencia cardíaca comunes (65%, 75% y 05% de Max Bpm). Además, se puede ingresar un Bpm específico a elección del usuario.
Lanzamiento: Pulse la tecla **PROGRAMAS DE RITMO CARDÍACO**.
Configuración: Establezca la edad del usuario mediante las teclas **ARRIBA/ABAJO** y confirme la entrada presionando la tecla **ENTER**. Seleccione el rango de FC objetivo o el Bpm personalizado presionando las teclas **ARRIBA/ABAJO** hasta que se muestre el objetivo deseado, luego presione **ENTER**. La consola ofrece la opción de agregar un temporizador de cuenta regresiva. Seleccione Timer On o Timer O mediante las teclas **ARRIBA/ABAJO** y presione **ENTER** para confirmar. Si se seleccionó TimerOn, ajuste los valores de tiempo a través de las teclas **ARRIBA/ABAJO**, y presione **ENTER** para confirmar.

Nota: La precisión de las métricas mostradas depende de una entrada precisa del valor de edad del usuario.

Ejecutar: Los campos de la pantalla se iluminarán y comenzarán a seguir el progreso del usuario y el objetivo del usuario parpadeará en la pantalla. La consola proporcionará indicaciones como FC baja seguida de aumentar la velocidad o FC alta/disminuir la velocidad para ayudar al usuario a mantener el rango de frecuencia cardíaca objetivo. Si la frecuencia cardíaca del usuario permanece en un valor elevado (basado en el edad), la consola se apagará.
Fin: el programa de frecuencia cardíaca objetivo se ejecutará de forma continua hasta que el usuario lo finalice manualmente o el valor del temporizador seleccionado haya expirado. Para finalizar el programa en cualquier momento, presione la tecla **STOP**. El resumen del entrenamiento se iniciará y publicará un registro de los datos del entrenamiento.

Programa COMP

El programa Comp permite al entrenador o al usuario establecer un programa de entrenamiento prede nido que tenga como objetivo un valor calórico, de tiempo o de distancia. El programa Comp funciona de manera similar a los programas Target con algunas diferencias clave. Mientras la consola está en el modo Comp Run, todas las otras funciones del programa están bloqueadas para garantizar que las configuraciones idénticas del programa se repitan y no se puedan modificar. Esta caracteristica es útil para un entorno de clase o una competencia cara a cara.
Configuración: El programa Comp requiere algunos pasos de configuración. Para iniciar el modo Comp Set, presione las teclas de flecha **ARRIBA** + **ABAJO** simultáneamente durante cinco (5) segundos. Comp Set se publicará en la pantalla alfanumérica y el banner **TARGET** parpadeará, así como uno de los disponibles métricas de Tiempo, Calorías o Distancia. Seleccione el objetivo deseado (Tiempo, Calor as o Distancia) a través de las teclas **ARRIBA/ABAJO** y confirme el selección presionando **ENTER**. El valor objetivo seleccionado parpadeará. Ajuste el valor de parpadeo mediante las teclas de flecha **ARRIBA/ABAJO** y presione **ENTER** para confirmar. Seleccione unidades imperiales/inglesas o métricas y presione **ENTER** para ver las configuraciones confirmadas. Para modificar el Programa Comp configuración, reinicie el modo Comp Set.

Listo: antes de que se pueda ejecutar el programa Comp, la consola debe configurarse en el modo Comp Ready. Este paso asegura que el programa no se puede cambiar accidentalmente entre usuarios ya que este modo bloquea la selección de otros programas y funciones. Presione el botón **ENTRAR** durante cinco (5) segundos para iniciar el modo Comp Ready y mostrar el objetivo establecido previamente.
Ejecutar: cuando la consola esté en el modo Comp Ready, inicie el programa Comp presionando **START**. Run Comp publicará en la pantalla alfanumérica y el cartel del objetivo seleccionado parpadearán. Si el tiempo es la métrica de destino, el temporizador hará una cuenta regresiva del tiempo restante mientras registra valores de calorías, distancia, velocidad, vatios y **RPM**. Si se selecciona la distancia o las calor as como objetivo, el temporizador contará hacia adelante.
Finalizar: el programa finalizará automáticamente cuando se haya alcanzado la métrica objetivo, se iniciará el modo Comp Ready, listo para el siguiente usuario/competidor.
Salir: para salir del modo Comp Ready, presione la tecla de flecha **ABAJO** durante cinco (5) segundos para iniciar el modo Ready estándar. Para conservar energía de la batería, el modo Comp Ready se apagará en treinta (30) minutos y entrará en el modo de suspensión. Cuando la entrada se recibe a través de rotación de la banda para correr o entrada desde una tecla de la consola, se iniciará el modo Comp Ready.

ENTRENAMIENTO DE FRECUENCIA CARDÍACA

La frecuencia cardíaca es una clave importante para su ejercicio. El Cirujano General publicó un informe sobre la actividad física y la salud que establece que el ejercicio y el estado físico son beneficios para la salud de una persona y enfatizó la necesidad del ejercicio como un componente clave para la prevención de enfermedades y una vida más sana. La mejor manera de determinar la intensidad del ejercicio es monitorear su pulso. La frecuencia cardíaca puede ser monitoreada fácilmente por contar el número de latidos del corazón por minuto en el pecho, la muñeca o la arteria carótida en el cuello; sin embargo, es difícil hacerlo mientras hace ejercicio. Para ayudar en el entrenamiento del ritmo cardíaco, la consola **ASSAULTBIKE PRO X** está equipada con un receptor de frecuencia cardíaca inalámbrico que puede detectar una señal de frecuencia cardíaca que se transmite mediante una correa de pecho inalámbrica (opcional).

Frecuencia cardíaca máxima calculada

Su ritmo card aco objetivo depende principalmente de su edad. Es clave trabajar dentro de una zona segura y productiva. Si la intensidad del ejercicio es demasiado bajo o demasiado alto, solo se obtendrán ganancias modestas en la fuerza y la aptitud cardiovascular. Un entrenamiento a una intensidad muy baja no ofrece beneficios máximos. En general, se percibe que es más efectivo entrenar a una frecuencia cardíaca entre el 65 % y el 85 % de su frecuencia cardíaca máxima. La frecuencia cardíaca máxima se calcula como un porcentaje de su frecuencia cardíaca máxima (estimada como 220 Bpm menos tu edad).
Para calcular su frecuencia cardíaca máxima calculada y encontrar la zona de entrenamiento objetivo adecuada, use las siguientes fórmulas.
Las siguientes estimaciones son relevantes para un usuario de 35 años:
220 – 35 = 185 BPM (220 – Edad = Frecuencia cardíaca máxima calculada en Bpm)
0,65 x 185 = 120 BPM (65 % de 185 BPM [frecuencia cardíaca máxima calculada] = 120 BPM)
0,85 x 185 = 157 BPM (85 % de 185 BPM [frecuencia cardíaca máxima calculada] = 157 BPM)
La zona de entrenamiento de frecuencia cardíaca recomendada para este usuario estar a entre 120 Bpm y 157 Bpm.
Uso del receptor inalámbrico de frecuencia cardíaca
En general, una banda pectoral de frecuencia cardíaca inalámbrica es el método más preciso y conveniente para detectar y monitorearla Ocasionalmente, ciertos factores pueden afectar negativamente la transmisión precisa de la señal de frecuencia cardíaca. Redes Wi-Fi, inalámbricas los teléfonos y los electrodomésticos grandes pueden degradar o corromper la señal creando un Bpm errático o imposiblemente alto. El único remedio para tal síntoma es aislar la unidad de posibles perturbaciones. Además, la química corporal de una persona o la falta de la transpiración puede impedir que la correa para el pecho proporcione una señal de frecuencia cardíaca fuerte o precisa. Un sistema inalámbrico de recepción de frecuencia cardíaca es una caracteristica que se encuentra en esta unidad. Para que la consola detecte y muestre su ritmo cardíaco de forma inalámbrica, se deben cumplir cuatro (4) condiciones.

- Debe estar funcionando y llevarse un transmisor de correa de pecho de frecuencia cardíaca compatible. La consola requiere un **ANT+/Bluetooth** de doble banda para la correa de pecho de frecuencia cardíaca de baja energía. Varios fabricantes ofrecen modelos de doble banda. Para el correcto funcionamiento de la correa para el pecho, consulte las instrucciones del fabricante.
- Tanto la consola como la correa de pecho de frecuencia cardíaca deben estar encendidas/activadas.
- Debe estar ejecutándose un programa de entrenamiento.
- La correa de pecho de frecuencia card aca **ANT+/Bluetooth LE** está emparejada con la consola.

Emparejamiento del transmisor inalámbrico de frecuencia card aca **ANT+/Bluetooth LE** con la consola **ASSAULTBIKE PRO X**
Hay dos formas de conectar la banda pectoral de frecuencia cardíaca **ANT+/BTLE** a la consola **ASSAULTBIKE PRO X.**

- Bluetooth: si monitorea el entrenamiento a través de una aplicación y un dispositivo móvil compatible, el emparejamiento de la correa de frecuencia cardíaca se realizará a través de la radio Bluetooth desde dentro de la aplicación. Siga las instrucciones de la aplicación que incluirán encender la radio Bluetooth encendido en el dispositivo móvil, presionando la tecla **CONECTAR** en la consola y seleccionando el número de identificación único de AssaultBike.
- **ANT+**: si no se utiliza un dispositivo móvil, el emparejamiento se realizará a través de la radio **ANT+**. Asegúrese de que la correa para el pecho esté colocada y colocada correctamente. Presiona y mantenga pulsada la tecla **CONECTAR** durante 5 segundos. "**ANT+HR**" comenzará a parpadear en la pantalla alfanumérica hasta que la correa de frecuencia cardíaca se empareje con la consola. Cuando esté emparejado, el cartel de **FRECUENCIA CARDÍACA** comenzará a parpadear y la pantalla alfanumérica parpadeará "Conectado" seguido de Parpadea "**ANT+HR**" para confirmar la conexión.

ASSAULTFITNESS
5803 Newton Drive Carlsbad, California 92008 Ph. 1.888.815.5559
Para más información o preguntas sobre tu equipo, visita nuestro sitio web
www.assaultfitness.com

© Assault Fitness 2023