



Betjeningsvejledning

ALTERG® ANTI-GRAVITY TREADMILL® M320

Fysiodema ApS / AlterG DK -24. januar 2014

Om Betjeningsvejledningen

Denne betjeningsvejledning gælder for: AlterG Anti-Gravity Treadmill® M320

Bemærk! Symbolerne anvendt i denne betjeningsvejledning henleder opmærksomheden på advarsler, forsigtighedsforskrifter og betjeningsprocedurer, som kan have indflydelse på sikker håndtering af maskinen. Læs og forstå instruktioner og forskrifter før AlterG Anti-Gravity Treadmill tages i brug.



Advarsler, forsigtighedsforskrifter eller betjeningsprocedurer, der kan have indflydelse på sikkerheden ved anvendelse af AlterG Anti-Gravity Treadmill.

Bemærk! AlterG Anti-Gravity Treadmill er testet og opfylder IEC medical standard for electric safety. Det er en Class I, Type B device.

Type B Medical Equipment



RoHS compliant product

IEC 60601 1-1-1 compliant

IEC 60601 1-1-2 compliant

IPX-0

AlterG og AlterG Anti-Gravity Treadmill er registreret varemærker i USA ejes af AlterG.

Europæisk autoriseret repræsentant:

Obels s.a.

Tel: +32 2 732 59 54

Bd Général Wahis 53

Fax: +32 2 732 60 03

1039 Brussels, Belgium

e-mail: mail@obelis.net

Indholdsfortegnelse

Bruger Ansvar og Forpligtigelser	4
AlterG Kontaktinformation	5
AlterG Hovedkontor	5
AlterG Europa	5
AlterG Danmark	5
Advarsler og forsigtighedsforanstaltninger	6
Sektion 1: Introduktion	8
Forhold som du skal overveje inden et træningsprogram begyndes	8
<i>Tal med din læge</i>	8
<i>Tal med en fysioterapeut eller en professionel fitness instruktør</i>	8
<i>Forstå vigtigheden af opvarmning og nedtrapning</i>	8
<i>Hvor ofte og hvor længe skal man træne?</i>	8
Sektion 2: Opstilling og installation	9
Elektrisk Specifikation	9
Jordforbindelse	9
Lokale forhold	9
Flytning af AlterG Anti-Gravity Treadmill	9
Sektion 3: Betjening af AlterG Anti-Gravity Treadmill	10
Differential Luft-tryk teknologi	10
Tryk regulerings system	11
Lufttætte shorts	11
Sektion 4: Betjening af AlterG Anti-Gravity Treadmill	12
Tænd for strømmen	12
Tag shorts på	13
Træd ind i AlterG Anti-Gravity Treadmill	13
Indstilling af højden på cockpittet	14
Lukning af lynlåsen	16
Anvendelse sikkerhedssnor og nødstop	17
Betjeningspanel for AlterG Anti-Gravity Treadmill og vægtaflastningssystem	18
Puls monitorering	22
Sektion 5: Etiketter - placeringer og oversættelser	23

Sektion 6. Vedligeholdelse	26
Almindelig rengøring og inspektion	26
Daglig vedligeholdelse	26
Ugentlig vedligeholdelse	26
Månedlig vedligeholdelse	27
Årlig vedligeholdelse	27
Sæsonbetinget vedligeholdelse	27
Rengøring af vinduerne	27
Shorts	28
Posen	28
Afmontering af Posen	28
Justering af løbebåndets sporing (tracking)	29
Justering af løbebåndets opspænding	30
Justering af motordrivrem	30
Motorkul inspektion/udskiftning	31
Appendiks	35
Appendiks A. AlterG Specifikationer	36
Model M300 serien	36
Ydelser	36
Dimensioner	36
Anbefalede rumstørrelse	36
Strømforsyning	36
Klima, anvendelse	36
Klima, oplagring	36
Appendiks B. Tilbehør og Hjælpemidler	37
Appendiks C. Problemløsning	38
Appendiks D. Elektromagnetisk kompatibilitet	40
Appendiks E. Garanti	44
Appendiks F. Bruger/Læser kommentarer Skema	46

Bruger Ansvar og Forpligtigelser

AlterG® Anti-Gravity Treadmill fungerer som beskrevet i denne betjeningsvejledning og andre medfølgende vejledninger og betjenes, vedligeholdes og reparerer ifølge anviste instruktioner. AlterG Anti-Gravity Treadmill skal tjekkes og vedligeholdes regelmæssigt, som beskrevet i denne betjeningsvejledning. En defekt AlterG Anti-Gravity Treadmill må ikke anvendes. Dele, som er gået i stykker, mangler, er slidt, er blevet deformeret eller på anden måde er blevet uegnet til anvendelse, skal udskiftes omgående. Bliver reparation eller udskiftning nødvendig, anbefales det, at en skriftlig eller telefonisk forespørgsel rettes til AlterG (kontakt information se p.7 i denne betjeningsvejledning). Denne AlterG Anti-Gravity Treadmill eller en hvilken som helst del af den må ikke repareres på anden måde, end anvist af en AlterG Inc. autoriseret medarbejder eller af anden person uddannet af AlterG. AlterG Anti-Gravity Treadmill må ikke ændres uden forudgående skriftlig aftale med AlterG Inc.'s Quality Assurance Department.

Brugere af AlterG Anti-Gravity Treadmill har det fulde ansvar for funktionsfejl, der er resultat af, fejlagtig anvendelse, manglende vedligeholdelse, forkert reparation, beskadigelse eller ændring udført af andre end AlterG autoriserede personer.

Hvilken som helst form for uautoriseret vedligeholdelse, reparation eller udstyrsændring kan annullere AlterG's produktgaranti.

AlterG Kontaktinformation

AlterG ser frem til at modtage forespørgsler og kommentarer. AlterG's professionelle stab omfattende fysioterapeuter, produkt ingeniører, og kundekontakt specialister står til rådighed for at assistere med svar på alle spørgsmål, som kan forekomme i forbindelse med AlterG Anti-Gravity Treadmill.

ALTERG HOVEDKONTOR

AlterG Adresse:	48438 Milmont Drive Fremont, CA 94538 USA
Telefon:	510-270-5900
URL:	www.alter-g.com
Service og forespørgsler:	48438 Milmont Drive Fremont, CA 94538 USA
Telefon:	510-270-5369

ALTERG EUROPA

Adresse:	The Mill Horton Road Stanwell Moor Staines, Middlesex, TW19 6BJ UK
Telefon	07891 251503
URL:	www.alterg.eu

ALTERG DANMARK

Fysiodema Aps	Egernvej 69 2000 Frederiksberg
Telefon	2041 2363
URL	www.fysiodema.dk

Advarsler og forsigtighedsforanstaltninger

Inden AlterG Anti-Gravity Treadmill tages i brug bør man gøre sig bekendt med indholdet i denne betjeningsvejledning, således at AlterG Anti-Gravity Treadmill betjenes korrekt og på en effektiv og sikker måde. Anvisninger findes overalt i vejledningen, på kontrolpanelet og på selve AlterG Anti-Gravity Treadmill. AlterG ønsker, at AlterG er en sikker og behagelig oplevelse, så gennemlæs og forstå hele vejledningen førend AlterG Anti-Gravity Treadmill betjenes.



Fare!

Forhold, som kan medføre alvorlig skade eller død.

- Det elektriske hanstik der medfølger AlterG Anti-Gravity Treadmill må ikke ændres. AlterG Anti-Gravity Treadmill anvender 20A 220V AC med en 20A sikkerhedsafbryder foran og tilsluttes en type D afbryder. Det medfølgende hanstik skal monteres af en autoriseret elektriker.
- Anvend ikke almindelige elektriske stikkontakter. Det kan medføre kortslutning og smeltning.
- Anvend ikke AlterG Anti-Gravity Treadmill i våde eller fugtige omgivelser.
- Anvend ikke trådløs pulsmåler til personer med pacemaker eller lignende. Trådløse sendere kan forårsage elektriske forstyrrelser, der kan interferere med pacemakers funktion.
- Tak stikket ud af kontakten, når AlterG Anti-Gravity Treadmill rengøres eller serviceres.
- Oversvøm ikke AlterG Anti-Gravity Treadmill med væske, når der gøres rent; anvend en spray eller fugtig klud. Hold alle væsker væk fra de elektriske komponenter. Afbryd altid maskinen ved at tage stikket ud af kontakten, når den gøres rent eller vedligeholdes.
- Kun en autoriseret tekniker må servicere AlterG Anti-Gravity Treadmill.
- Efter installation må de elektriske ledninger ikke ændres eller afbrydes.
- Anvend ikke AlterG Anti-Gravity Treadmill når aerosoler (spray) anvendes eller i nærheden af ilt (oxygen).



Advarsler!

Potentielt farlige situationer, der kan medføre alvorlige uheld og død.

- Kontakt en læge inden et træningsprogram påbegyndes. Det er specielt vigtigt at være opmærksom på følgende diagnoser: Hjertesygdom, forhøjet blodtryk, diabetes, kronisk lungesygdom (KOL), forhøjet kolesterol, hvis du er ryger, lider af en kronisk sygdom eller fysisk skade.
- Hvis svimmelhed, brystmerter, kvalme eller andet unormalt symptom forekommer, medens AlterG Anti-Gravity Treadmill anvendes, anbefales øjeblikkeligt stop. Konsulter eventuelt en læge førend der fortsættes.



Forsigtighedsregler!

Potentielt farlige situationer, der kan forårsage mindre til moderate uheld.

- Kontakt elektriker inden forlængerledning anvendes. AlterG Anti-Gravity Treadmill kræver anvendelse af en speciel forlængerledning. Lange forlænger ledninger kan medføre tab af spænding til, hvilket kan få AlterG Anti-Gravity Treadmill til at fungere fejlagtigt.
- Anvend altid sikkerhedssnoren til nødstop. Der er vigtigt i forbindelse med fald.
- Læs og forstå alle vejledninger, inden anvendelse af AlterG Anti-Gravity Treadmill.
- Læs om, forstå og test nødstop funktionen.
- Lad aldrig børn uden opsyn anvende AlterG Anti-Gravity Treadmill.
- Tjek AlterG Anti-Gravity Treadmill for slid og løse komponenter eller bolte før anvendelse.
- Gravide eller kvinder der kan være gravide bør konsultere deres læge inden anvendelse af AlterG Anti-Gravity Treadmill.
- AlterG Anti-Gravity Treadmill bør kun anvendes, når der er uddannede personer tilstede med kendskab til AlterG Anti-Gravity Treadmill's funktioner. Ingen bør træne uden passende overopsyn; også selvom de er trænede brugere.
- Installer AlterG Anti-Gravity Treadmill på en solid, fast overflade.
- Hold løst tøj and løse genstande væk fra løbebåndets bælte. Opbevar ikke shorts eller andet inden i posen.
- Hold altid løbebåndets bælte rent.
- Hold omgivelserne rundt om AlterG Anti-Gravity Treadmill fri. Hav 0,5 meter på hver side fri så posen kan udvide sig frit under oppustning.
- Under oppustning af posen, hold hænderne væk fra posen og rammen, der holder posen, for at undgå, at de bliver klemte.
- Hold hænderne væk fra alle dele, der bevæger sig.
- Anvend sportssko med gummisåler. Anvend ikke sko med høje hæle eller lædersåler. Der må ikke være skarpe genstande, såsom sten, på sålerne.
- Sørg for en nedkølingsperiode før afslutning af en træningsperiode. Vend tilbage til fuld kropsvægt og træn moderat inden stop. Undgå pludseligt stop, når der trænes med vægtaflastning eller høj hastighed.
- Sikker anvendelse af AlterG Anti-Gravity Treadmill kan kun gennemføres såfremt AlterG Anti-Gravity Treadmill regelmæssigt bliver tjekket for beskadigelse og slitage og bliver vedligeholdet ordentligt. Det er ejeren eller driftsbestyrerens ansvar, at sikre at regelmæssig vedligeholdelse foretages. Beskadigede eller slidte komponenter skal udskiftes øjeblikkeligt og AlterG Anti-Gravity Treadmill skal tages ud af drift, indtil den er repareret. Kun AlterG komponenter må anvendes for vedligeholdelse og reparation af AlterG Anti-Gravity Treadmill.

Sektion 1: Introduktion

FORHOLD SOM DU SKAL OVERVEJE INDEN ET TRÆNINGSPROGRAM BEGYNDES

Tal med din læge

Overvejer du at gennemføre et træningsprogram eller øge dit aktivitetsniveau, bør du måske tale med din læge herom. Hvis du har en hjerte-kar sygdom eller, der er en historie af en sådan i familien, er overvægtig eller ikke træner jævnligt, anbefales det, at du følger din læges anvisninger før og under et træningsprogram.

Tal med en fysioterapeut eller en professionel fitness instruktør

I tilslutning til lægens anvisninger er det tilrådeligt, at tale med en fysioterapeut, fitnessinstruktør eller professionel træner for at udvikle et træningsprogram, der passer til dit behov.

Forstå vigtigheden af opvarmning og nedtrapning

Det er vigtigt at du varmer op og trapper ned før og efter hver træningssæt. Udfør altid passende udstrækning før og efter hver træning. Udstrækning fremmer den nødvendige fleksibilitet og kan forebygge muskel ømhed og skader. Afbryd ikke træningen pludseligt, når du anvender AlterG Anti-Gravity Treadmill. Genetabler altid fuld kropsvægt langsomt og fortsæt med nogle få minutters langsom gang inden du standser helt op.

Hvor ofte og hvor længe skal man træne?

Tal med din fysioterapeut, fitnessinstruktør eller personlig træner om, hvor længe og hvor ofte du skal træne i AlterG Anti-Gravity Treadmill. Nogle vil anbefale 20 til 60 minutter 3 til 5 gange om ugen. Andre anbefaler mindst 30 minutter moderat til rask gang om dagen. Moderat gang defineres som 5 km/t, medens rask aktivitet defineres som 8 km/t. Dette er generelle retningslinjer, som afviges efter behov.

Sektion 2: Opstilling og installation

En AlterG Anti-Gravity Treadmill kvalificeret tekniker vil samle og installere AlterG Anti-Gravity Treadmill efter levering. Undersøg om der er sket skader på AlterG Anti-Gravity Treadmill opstået under transporten og efter samlingen. Tag billeder for dokumentation og rapporter enhver skade opstået i forbindelse med samlingen og leveringen. Når der kvitteres for modtagelsen overtages også ansvaret for AlterG Anti-Gravity Treadmill.

ELEKTRISK SPECIFIKATION

AlterG Anti-Gravity Treadmill skal tilsluttes en strømforsyning på 20 ampere, 220V vekselstrøm @ 50/60 Hz med jordforbindelse. AlterG Anti-Gravity Treadmill. Er designet til at anvende en NEMA stikkontakt 6-20P (type D). Det korresponderende hanstik er NEMA 6-20R. I Danmark skal der monteres en sikkerhedsafbryder foran. Montering skal udføres af en elektriker. Ved levering til Danmark leveres AlterG Anti-Gravity Treadmill uden hanstikket monteret. Det for Danmark tilhørende hanstik skal forbindes som følger:

Sort leder: Linje
Sort leder: Linje
Grøn/gul leder: Jord

JORDFORBINDELSE

AlterG Anti-Gravity Treadmill skal tilsluttes jordforbindelse. Hvis der sker en elektrisk kortslutning vil jordforbindelse sikre at risikoen for elektrisk chok mindskes mest muligt. AlterG Anti-Gravity Treadmill strømforsyning skal forbindes af en elektriker. Ved usikkerhed om strømforsyning og el-installationen kontakt AlterG Danmark.

LOKALE FORHOLD

AlterG Anti-Gravity Treadmill er 95 cm bred og 215 cm lang. Den vejer ca. 340 kg. Den skal installeres på en fast, hård overflade. AlterG Anti-Gravity Treadmill placeres bedst i et hjørne af et rum, eller det sted, hvor gulvet er stærkest for at sikre maksimal understøtning ved høje hastigheder og stor vægtbelastning. Gulvet skal være plant og i vatter for at sikre minimal fleks af AlterG Anti-Gravity Treadmill's stel. Det anbefales at stille AlterG Anti-Gravity Treadmill på en kraftig, fast gummimåtte, der leveres fra AlterG. Afstanden til stikkontakt må højst være 300 cm. Tjek med en elektriker ved behov for anvendelse af forlængerledning. Der bør være mindst 50 cm frit rum til hver side for at give plads for udvidelse af posen. For at lette indstigningen i AlterG Anti-Gravity Treadmill bør der være 100 cm bagved.

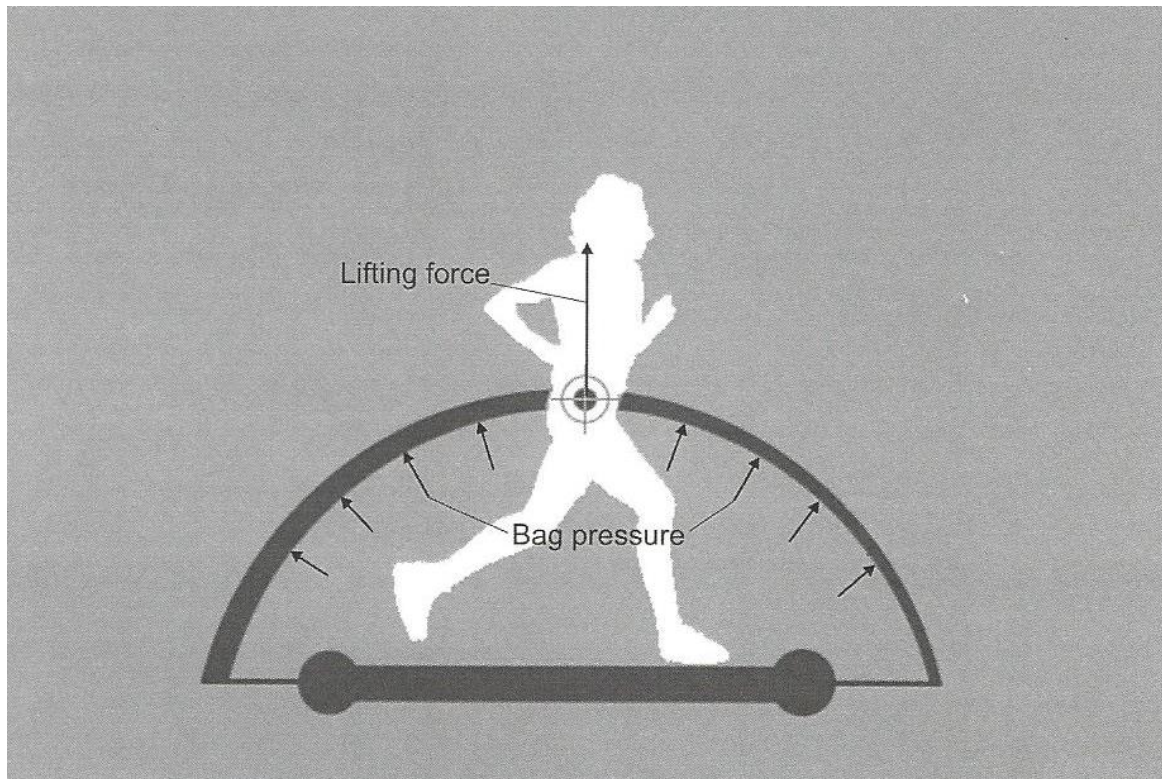
Det anbefales, at der er et areal på 365 cm gange 245 cm til rådighed, hvor AlterG Anti-Gravity Treadmill placeres. Overfladen på selve løbebåndet er 20cm over gulvet og kan være højere, såfremt løbebåndet er indstillet med maksimal hældning (15 grader). Lofthøjde bør ikke være under 240 cm for at give plads til høje brugere.

FLYTNING AF ALTERG ANTI-GRAVITY TREADMILL

Kontakt AlterG Danmark info@fysiodema.dk, såfremt AlterG Anti-Gravity Treadmill skal flyttes. Skade opstået pga af flytning dækkes ikke af garantien.

Sektion 3: Betjening af AlterG Anti-Gravity Treadmill

Teknologien bag AlterG Anti-Gravity Treadmill blev oprindeligt udviklet af NASA med henblik på at vedligeholde astronauters fitness efter lange rumflyvninger. AlterG udviklede teknologien videre ved at kombinere NASA's teknologi med et avanceret trykreguleringssystem og et løbebånd. Det er blevet til en maskine, der skaber et af de mest effektive vægtaflastningssystemer til rådighed for træning og rehabilitering, som er let og bekvemt at anvende.



Figur 1. Princip for AlterG's løfteteknik

DIFFERENTIEL LUFT-TRYK TEKNOLOGI

De fysiske løftekræfter, der generes af AlterG Anti-Gravity Treadmill dannes af forskel i lufttryk rundt om brugerens over- og underkrop. Den teknologi AlterG Anti-Gravity Treadmill anvender for at vægtaflaste brugeren kendes som Differential Luft-Tryk (DLT) Teknologi eller Differential Air-Pressure (DAP) Technology.

En oppustelig pose af vinyl og gummi er spændt ud over et normalt løbebånd. I midten af den oppustelige pose er der en åbning, som personen, der skal anvende løbebåndet, træder ind i. Brugeren anvender specielle shorts, der fastgøres til den oppustelige pose ved hjælp af en lynlås. En kompressor generer et lufttryk i den oppustelige pose, og danner derved de fysiske kræfter, der løfter brugerens krop. Trykket inde i posen er kun ubetydeligt højere end det atmosfæriske tryk og er

jævnt fordelt Tryk, der udøves imod underkroppen, er negligerbart og svarer til at stå i vand til hoften. AlterG Anti-Gravity Treadmill skaber støtte og vægtaflastning på en effektiv og bekvem måde, medens der trænes, uden sammenligning med andre vægtaflastnings-systemer.

TRYK REGULERINGS SYSTEM

AlterG har udviklet et avanceret og meget sofistikeret trykreguleringssystem, der sikrer en ekstremt nøjagtig vægtaflastning med høj reproducerbarhed. Når en person træner på AlterG Anti-Gravity Treadmill, ændrer det naturlige stød som kroppen får, når man bevæger sig på løbebåndet, at posen ændrer facon og volumen. Dette vil normalt få trykket i posen til at variere, og dermed graden af vægtaflastning. På grund af lufttrykreguleringssystemet, der monitorerer og reagerer på variationer i lufttrykket, holdes lufttrykket ikke desto mindre konstant. Denne teknologi gør det også muligt at ændre trykket i posen hurtigt og præcist og dermed holde graden af vægtaflastning konstant på alle niveauer op til 80% vægtaflastning.

LUFTTÆTTE SHORTS

For at brugeren kan anvende AlterG Anti-Gravity Treadmill på en bekvem og enkel måde, har AlterG designet specielle shorts. Anvendelse af disse shorts medvirker til at danne et lufttæt rum omkring underkroppen, og med lynlåsen skabes der en mekanisme, der hurtigt forbinder shortsene med posen og muliggør hurtig ind- og udstigning af AlterG Anti-Gravity Treadmill. Shortsene tages på som et par almindelige shorts og, at lyne sig ind i posen er ligeså enkelt som anvendelse af en almindelig lynlås. Shortsene er magen til dem, der anvendes af professionelle idrætsudøvere i forbindelse med træning.



Figur 2. AlterG Shorts

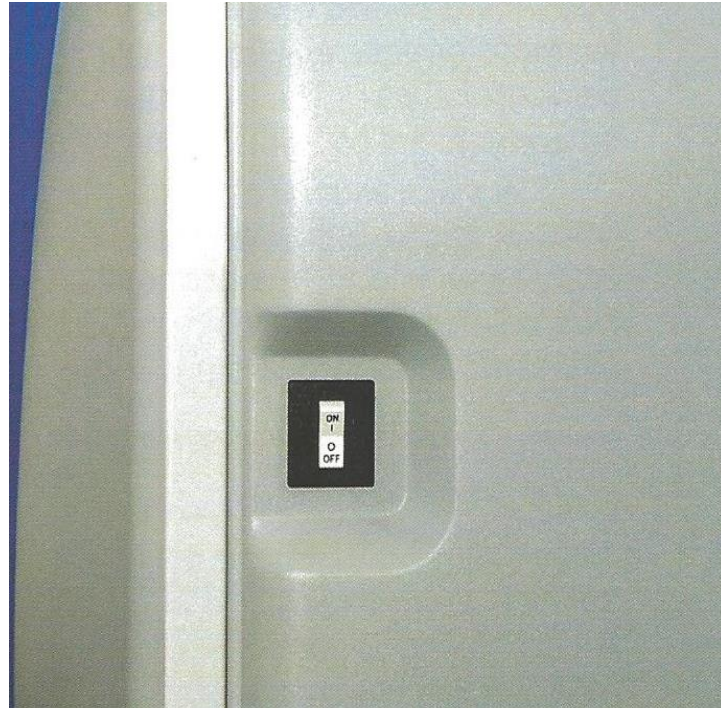
Sektion 4: Betjening af AlterG Anti-Gravity Treadmill

TÆND FOR STRØMMEN

AlterG Anti-Gravity Treadmill tændes ved at betjene kontakten anbragt foran.

Inden der tændes på kontakten, er der 2 ting, der skal sikres:

1. Der må ikke stå nogen på løbebåndet
2. Tjek at cockpittet er låst i den højeste position således at posen eller andet ikke rører løbebåndets bælte



Figur 3. Tænd/Sluk kontakt foran.

Computeren der kontrollerer AlterG Anti-Gravity Treadmill vejer løbebåndet, når der tændes på kontakten. Computeren vil modtage en fejlmeddelelse, hvis posen eller andet rører løbebåndets bælte. Den rigtige position af cockpittet er højeste position, som ses på figur 4.



Figur 4. Cockpittet skal anbringes i den højeste position.

Bemærk!

Tænd for strømmen og vent 30 sekunder før en person går ind i AlterG Anti-Gravity Treadmill.

Computeren behøver tid til at gennemgå en række diagnostiske indstillinger.

AlterG Anti-Gravity Treadmill er klar til at blive benyttet når

1. Vægtaflastningsskærmen

viser 0

2. Løbebåndets skærm er blank

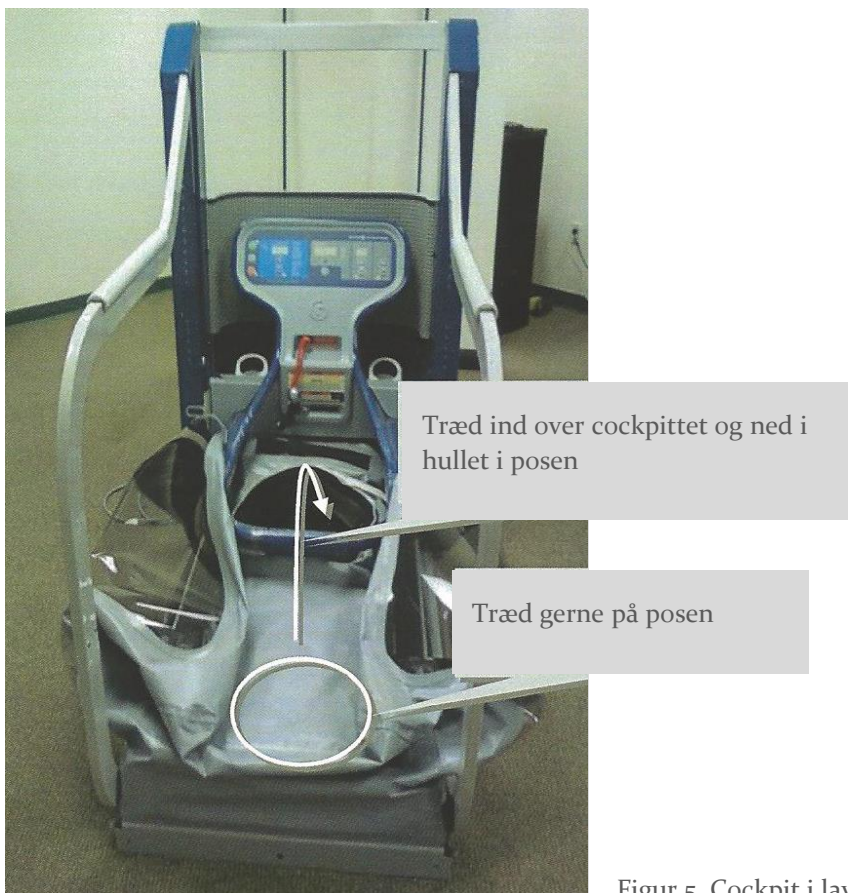
TAG SHORTS PÅ

AlterG Anti-Gravity Treadmill anvendes ved hjælp af en særlig type shorts udviklet til AlterG Anti-Gravity Treadmill, som gør, at shortsene slutter lufttæt til posen og dermed løbebåndet. Tag shortsene på som et par almindelige shorts. Shortsene vil holde længere og de er lettere at tage dem på uden sko.

Vælg en størrelse shorts der sidder tæt, men stadigvæk er bekvemme at have på. Mærket skal sidde bagpå og indvendigt. Den lange ende af lynlåsen skal være foran. Det er til rådelt, at have et par andre shorts på inden under.

TRÆD IND I ALTERG ANTI-GRAVITY TREADMILL

Sænk cockpittet til laveste position så posen bliver helt sammenpresset imod løbebåndets bælte (figur 5). Skub det helt ned for at gøre det lettere at komme ind i AlterG Anti-Gravity Treadmill. Gå ind bagfra og træd ned i åbningen. Det er i orden at træde på posen, før du træder ned i åbningen. Vær sikker på, at der ikke ligger skarpe genstande eller sten fast under skoene, som kan skade posen og løbebåndets bælte. Du skal have idrætssko på med gummisåler.

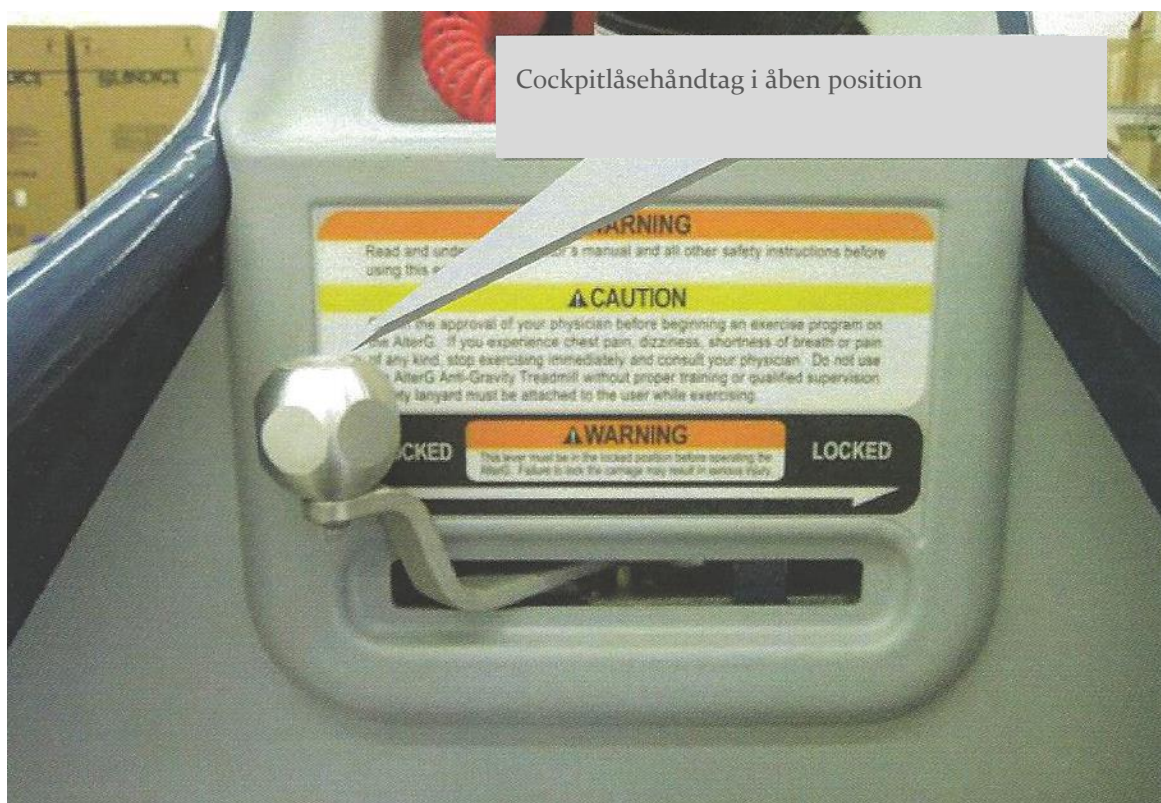


Figur 5. Cockpit i laveste position

INDSTILLING AF HØJDEN PÅ COCKPITTET

Cockpittet løftes op og sænkes af et system med kontravægte, der gør det let at bevæge cockpittet op og ned.

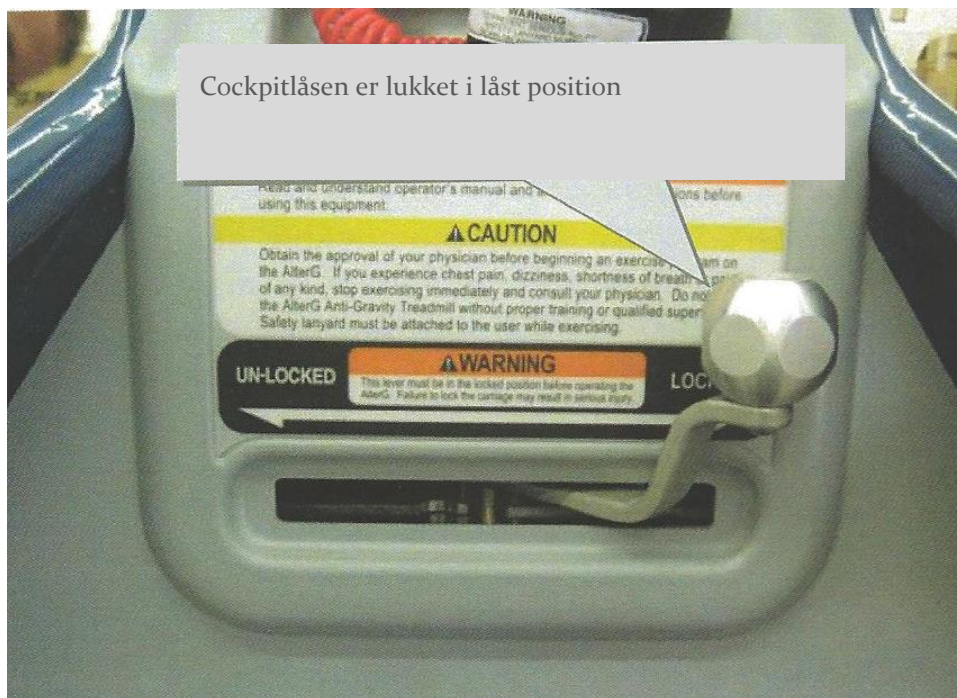
Bemærk! Inden cockpittets løftes, tjek, at cockpitlåsen er i position åben, skubbet helt til venstre. Hvis det ikke står i helt åben position vil det låse i nederste position, når cockpittet løftes. Se figur 6.



Figur 6. Cockpitlåsehåndtag i åben position.

Stå midt i cockpitåbningen med begge fødder vendt fremad placeret midt på løbebåndets bælte. Bøj ned i knæene og tag fat på hver side af cockpitrammen. Med ret ryg og god løfteteknik løftes cockpittet let op til passende højde. Det anbefales i normale situationer, at løfte cockpitrammen op til lig under hoftekammen. I nogle situationer kan det være fordelagtigt at anvende en højere position.

Lås cockpittet ved at skyde låsehåndtaget til venstre. Brug ikke magt. Låsen går automatisk i hak. Det kan være nødvendigt at bevæge cockpittet lidt op og ned for at få låsehåndtaget til at låse. Når cockpittet er låst fast, vil det se ud som vist på figur 7.



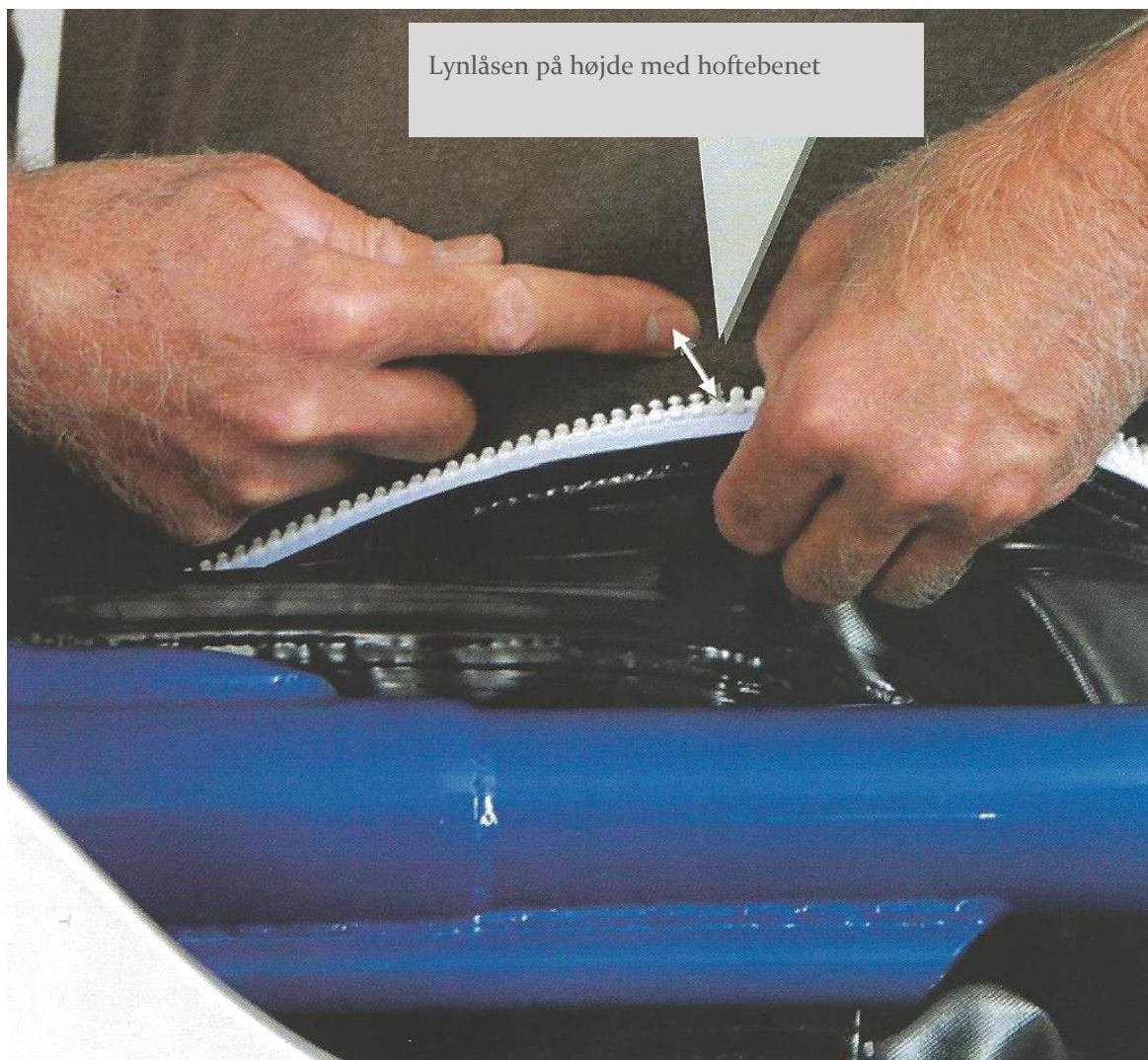
Figur 7. Cockpitlås i låst position

Det anbefales i normale situationer at løfte cockpitrammen op til lige hoftekammen. I nogle situationer kan det være fordelagtigt at anvende en højere position. Figur 8.



Figur 8. Løft cockpitrammen op til lige under hoftekammen.

Hvis der ønskes mere støtte og stabilitet løft cockpitrammen op til en højere position. Nogle anvender hoftebenet som et bedre reference punkt. Tag lynlåsdelen i posen og sæt den sammen med lynlåsdelen i shortsene, og luk lynlåsen. Figur 9.



Figur 9. Positioner cockpit rammen på højde med hoftebenet.

Prøv aldrig at åbne lynlåsen eller flytte cockpittet til en anden position, medens posen bliver pustet op eller tømmes for luft. Hvis der er et ønske om at justere cockpittets position, er det nødvendigt at stoppe AlterG Anti-Gravity Treadmill og begynde forfra, indstille cockpitrammen i den nye position og begynde igen.

LUKNING AF LYNLÅSEN

Når cockpittet er på plads skal lynlåsen lukkes. Lukning af lynlåsen begyndes foran og midt for kroppen og den lynes mod uret hele vejen rundt om kroppen indtil den overlapper foran. Tjek at lynlåsen er helt lukket.

ANVENDELSE SIKKERHEDSSNOR OG NØDSTOP

Det er vigtigt at sikkerhedssnoren altid anvendes. Fæst klipsen til tøjet, eller hvis der er monteret en rem, så fæstn den til håndledet. Er magneten for enden af sikkerhedssnoren ikke fastgjort til AlterG Anti-Gravity Treadmill kan den ikke starte, da magneten tjener som sikkerhedsafbryder.

Hvis utilpashed opstår under træning kan magneten fjernes fra AlterG Anti-Gravity Treadmill ved et træk i snoren, hvorved AlterG Anti-Gravity Treadmill stopper øjeblikkeligt.



Figur 10. Sikkerhedssnor og nødstop magnet placering

Advarsel! Prøv ikke at undgå kritiske situationer ved at fastgøre sikkerhedssnoren til AlterG Anti-Gravity Treadmill på en andet sted end det der er anvist.

BETJENINGSPANEL FOR ALTERG ANTI-GRAVITY TREADMILL OG VÆGTAFLASTNINGSSYSTEM



Figur 11. Betjeningspanel.

Alle AlterG Anti-Gravity Treadmill funktioner styres fra betjeningspanelet. Grafiske ikoner og etiketter identificerer knappositioner og funktioner. Knapperne er berøringsfølsomme. Et let tryk aktiverer funktionerne.

STEP 1: Forberedelse til at anvende AlterG Anti-Gravity Treadmill

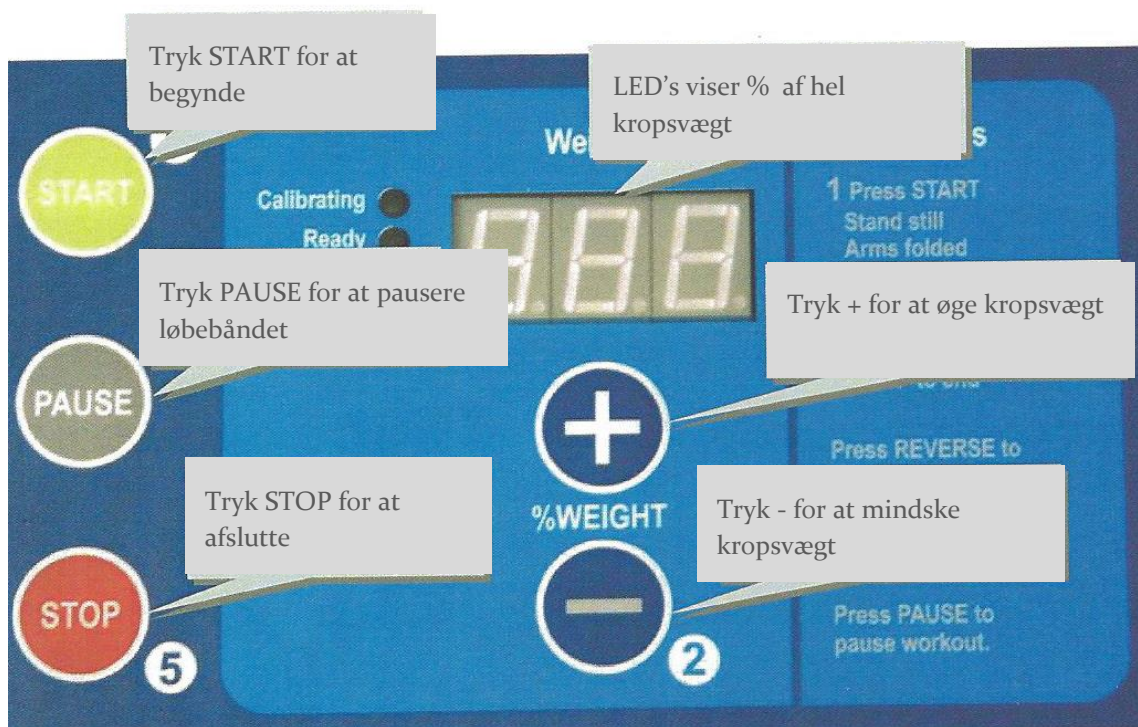
Inden der trykkes på START, stå stille midt på bæltet med krydsede arme med hænderne på skulderne. Støt ikke med hænderne på cockpitrammen eller andre steder. Systemet skal før træningen kan begynde kalibrere, det vil sige indstille sig efter at præcis vejning.

STEP 2: Begynd at træne

Tryk på START for at begynde kalibreringsprocessen. AlterG Anti-Gravity Treadmill vil kalibrere og bestemme forholdet mellem din vægt og det nødvendige tryk i posen. En LED pære ved siden af ordet "calibrating" vil lyse. Ændringer i trykket vil fornemmes medens der kalibreres. Det er bedst at stå stille med krydsede arme med hænderne på skulderne. Hvis du flytter dig rundt afbrydes kalibreringen og, der skal begyndes forfra. Rør ikke ved nogen del af AlterG Anti-Gravity Treadmill.

AlterG Anti-Gravity Treadmill vil løfte dig et par gange underkalibreringsprocessen.

READY LED pæren vil lyse når kalibreringen er afsluttet. På vægtskontrolskærmen vil der nu stå 100%, indikerende at AlterG Anti-Gravity Treadmill er parat til start. Der vil nu være lys i de andre skærme og knapperne vil fungere.



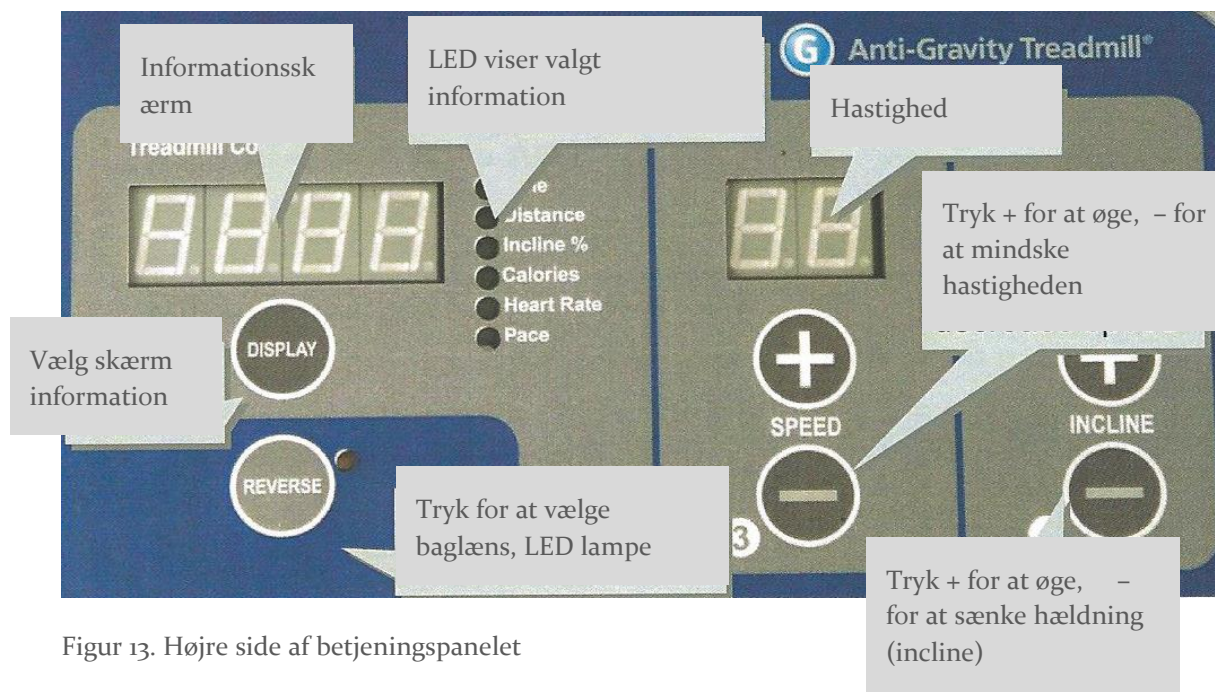
Figur 12. Venstre side af betjeningspanelet.

STEP 3: Indstil vægtaflastning

Indstil den ønskede vægtaflastning ved at trykke på + og - knapperne ved 2-tallet. Vægtaflastningen angives som procent af din kropsvægt. Indstilles på 70% betyder det at personen går med 70% vægt (er aflastet med 30%). Vejer personen 70 kg betyder 70% at vægten er reduceret til 49 kg. Ændringer i vægtaflastning kan foretages når som helst.

Bemærk!

Ved 40% kropsvægt og lavere kan personen, der anvender AlterG Anti-Gravity Treadmill blive ustabil, hvis man foretager hop eller anden form for aktivitet udover at gå og løbe. Øg vægtaflastningen gradvis, så tilvænning til den nye fornemmelse opnås og juster afvikling af din gang i henhold hertil.



Figur 13. Højre side af betjeningspanelet

STEP 4: Vælg retning – fremad eller baglæns

Når AlterG Anti-Gravity Treadmill starter er den programmeret til fremad rettet bevægelse. Tryk "REVERSE" knappen for at gå eller løbe baglæns. Den grønne LED lampe ved siden af vil lyse og indikerer at baglæns retning er valgt.

STEP 5: Juster løbebåndets hastighed

Hastigheden kan varieres i intervaller op og ned ved at trykke på henholdsvis + og - knapperne. I fremad retning vil hastigheden øges med 0,1 km/t for hvert tryk. Laveste hastighed er 0,2 km/t. Når AlterG Anti-Gravity Treadmill er indstillet til baglæns (REVERSE) retning vil hastigheden øges med 0,1 km/t for hvert tryk indtil 5 km/t er nået. Holdes en af knapperne nede i mere end 2 sekunder vil hastigheden kunne øges hurtigere.

Bemærk! For hastigheder over 10 km/t vises hastighed skiftende mellem decimal og helt tal.

STEP 6: Indstil løbebåndets hældning (incline)

Tryk + knappen for at øge løbebåndets hældning (incline), og - knappen for at sænke løbebåndet. Holdes knappen nede i mere end 2 sekunder vil hældning eller sænkning foregå i hurtigere tempo.

Bemærk! Er hastigheden mindre end 0,8 km/t kan løbebåndets hældning ikke overstige 5%.

STEP 7: Afslut træningen

Vend tilbage til 0% hældning før træningen afsluttes.

Tryk på STOP knappen for at afslutte træningen. Er der trænet med vægtaflastning, kan det undertiden være til rådelt at trykke på STOP, uden at ændre vægtaflastningen til 100%.

Når der er trykket på STOP vil AlterG Anti-Gravity Treadmill gå igennem en afslutningsrutine, og lufttrykket i posen vil blive nulstillet. Alle visninger på skærmene vil forsvinde.

PAUSEKNAPPENS FUNKTION

Tryk på PAUSE for at aktivere pause funktionen. Løbebåndets bælte vil stoppe, men al information vil blive bevaret. Vægtaflastning opretholdes, efter der er trykket på pause. Trykkes der på PAUSE igen fortsættes, men ved en hastighed på 1,6 km/t, hvis hastigheden før PAUSE tryk var over 1,6 km/t. Trykkes der PAUSE ved lavere hastigheder, vil blive startet ved den lavere hastighed.

DISPLAYKNAPPENS FUNKTION

Tryk på DISPLAY for at vælge forskellige statistiske informationer vist på skærmen. Ved hvert tryk på DISPLAY knappen vil den næste information blive vist. Den grønne LED lampe vil lyse udfor den information, der vises på skærmen. Følgende informationer vil være tilgængelige:

1. Tid
2. Afstand
3. Hældning
4. Kalorier brugt
5. Puls
6. Hastighed (min/km)

Holdes DISPLAY nede i mere end 2 sekunder skifter informationerne hurtigt kontinuerligt. Trykkes en gang til vil informationerne stoppe med at skifte.

GÅ UDAD ALTERG ANTI-GRAVITY TREADMILL

Vent til løbebåndet er stoppet helt og lufttrykket i posen er fuldt reduceret. Lyn lynlåsen op, løsn shortsene fra posen, skub låsehåndtaget til venstre og skub cockpitramme med pose ned på løbebåndets bælte og gå baglæns ud af AlterG Anti-Gravity Treadmill.

Efter afslutning skal cockpitrammen løftes til højeste position for at undgå, at der dannes skarpe folder i posens vinyl. Dette vil bidrage til at forlænge holdbarheden af posen.

PULS MONITORERING

Puls monitorering

AlterG Anti-Gravity Treadmill er designet til at modtage puls (hjerterefrekvens) i forbindelse med anvendelse af Polar® Puls Monitor. Polar puls monitor kan købes i de fleste sportsforretninger eller på "nettet". For at informationsskærmen viser den korrekte puls, skal AlterG Anti-Gravity Treadmill's modtage et stabilt puls signal fra Polar puls monitors sender.

Modtager

Polar puls monitor's sender må højst være 75 cm væk fra AlterG Anti-Gravity Treadmill's modtager for at fungere med AlterG Anti-Gravity Treadmill' informationsskærm. Bemærk, at såfremt der er andre Polar puls monitorer i nærheden af AlterG Anti-Gravity Treadmill, kan der opstå fejlvisninger. Der skal være mindst 100 cm's afstand mellem sendere.

Fejlagtig pulsvisning kan opstå i nærheden af stærke elektromagnetiske felter såsom fjernsyn, computere, elektromotorer og andet fitness udstyr. Kun én sender bør anvendes i nærheden af modtageren for at undgå, at modtageren modtager signaler fra andet udstyr.

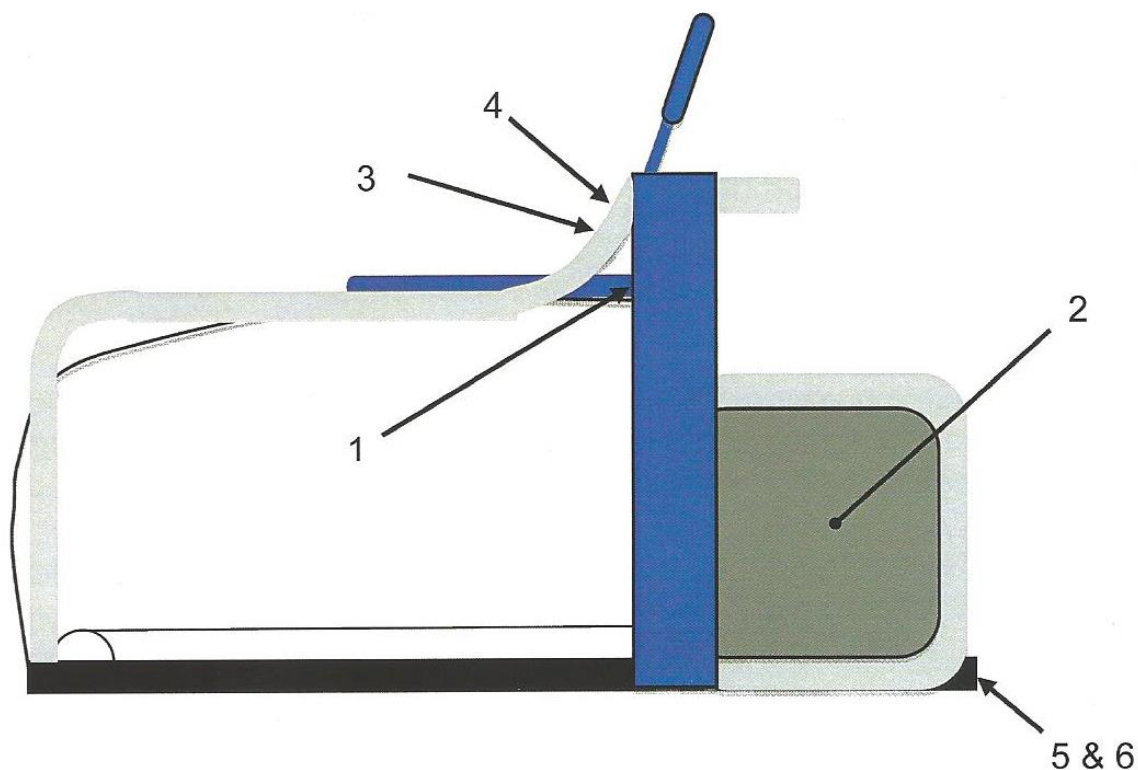
Sender

AlterG Anti-Gravity Treadmill kan modtage puls (hjerterefrekvens) fra én Polar® Puls Monitor. Polar puls monitor kan købes i de fleste sportsforretninger eller på "nettet". For information om Polar puls monitor kontakt forhandlere af Polar puls monitor.

Sektion 5: Etiketter - placeringer og oversættelser

Læs og forstå de forskellige etiketter på AlterG Anti-Gravity Treadmill. Etiketterne oplyser information vedrørende betjening og skal følges for sikker og positiv oplevelse. Bliver en etiket beskadiget eller ulæselig kontakt AlterG for at få nye etiketter.

Placeringen af etiketterne er vist på figur 14.



Figur 14. AlterG Anti-Gravity Treadmill placering af etiketter

Etiket # 1. Denne etiket er placeret på stellet og angiver, er der en mulighed for at klemme hånd eller anden kropsdel, og der derfor skal iagttages forsigtighed.



Etiket #2. Denne etiket er placeret inde i selve AlterG Anti-Gravity Treadmill's strukturelle del og indikerer stærk strøm på dette sted. Hvis denne etiket ses, så undlad at røre eller adskille de dele som er tilsluttet dette sted. Stærk strøm kan give alvorlige skader og død. Kun en faguddannet elektriker må reparere disse dele af AlterG Anti-Gravity Treadmill.



Etiket #3. Denne etiket sider foran på AlterG Anti-Gravity Treadmill's cockpit ved låsehåndtaget.

Få din læges tilsagn om, at du klan træne på AlterG Anti-Gravity Treadmill. Hvis du oplever ubehag medens du træner, stands med det samme og konsulter din læge inden du fortsætter træningsprogrammet. Det kræver viden om anvendelse og sikkerhed om AlterG Anti-Gravity Treadmill for at kunne betjene den korrekt. Brug altid sikkerhedssnoren med nødstop.



Læs og forstå betjeningsvejledningen før anvendelse af AlterG Anti-Gravity Treadmill.

Lås cockpittet ved at skubbe låsehåndtaget til højre. Tjek at låsehåndtaget er låst i positionen længst til højre inden der trænes.

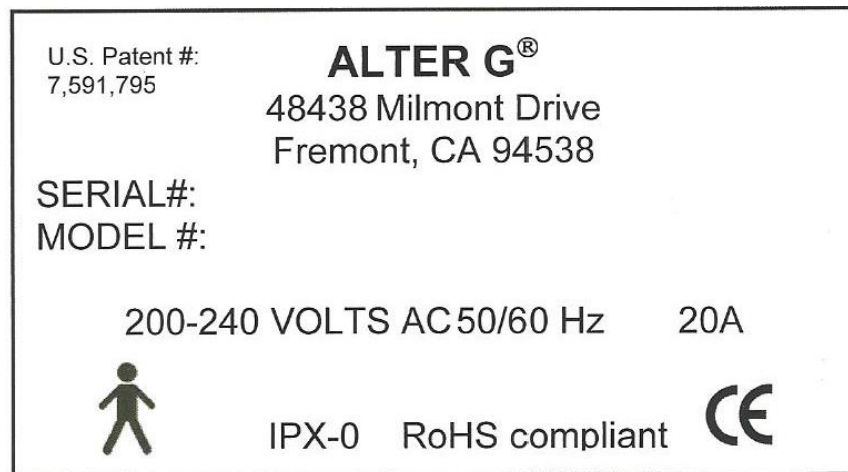
Etiket #4. Nødstop etiketten indikerer, hvor magneten til sikkerhedssnoren skal fæstnes på AlterG Anti-Gravity Treadmill inden træning begyndes.

Under anvendelse, hvis et uheld skulle opstå, så vil et træk i sikkerhedssnoren fjerne magneten fra sit fæste og stoppe AlterG Anti-Gravity Treadmill. Etiketten er placeret foran ved cockpittet.

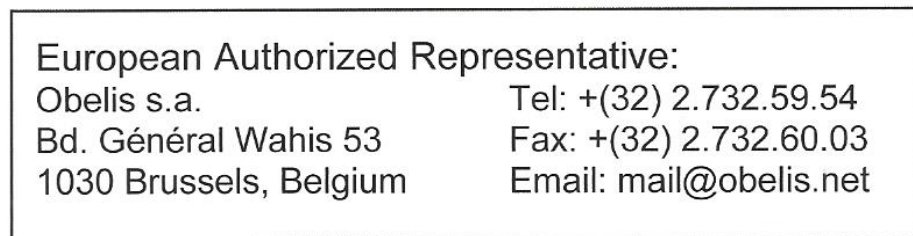


Etiket #5. Etiketten er placeret foran på AlterG Anti-Gravity Treadmill's stel.

AlterG producerer AlterG Anti-Gravity Treadmill på sine anlæg i Fremont, Californien, USA.



Etiket #6. Denne etiket er placeret foran på stellet. AlterG's repræsentant i EU er Obelis s.a..



Sektion 6. Vedligeholdelse

For at sikre betjening og lang levetid for AlterG Anti-Gravity Treadmill er regelmæssig vedligeholdelse nødvendig. For de mere gennemgribende service eftersyn, anbefales det at benytte en AlterG autoriseret teknikker. Kontakt AlterG's repræsentant i Danmark, info@Fysiodema.dk.



Advarsel! Tjek at strømmen til AlterG Anti-Gravity Treadmill er afbrudt og, stikket er taget ud af kontakten, inden der udføres vedligeholdelse af AlterG Anti-Gravity Treadmill.

ALMINDELIG RENGØRING OG INSPEKTION

Regelmæssig rengøring og inspektion vil forlænge levetiden af AlterG Anti-Gravity Treadmill, og få den til at vedblive med at se ny ud. Den hyppigste årsag til svigt er, at snavs og slidrester fra løbebåndet ophobes ind i løbebåndet. For at forebygge dette, vær opmærksom på, at brugere altid har rene sko på når der trænes. Da det er et lukket system, vil snavs nedsætte levetiden for AlterG Anti-Gravity Treadmill.

Holdes AlterG Anti-Gravity Treadmill ren, er det også lettere tidligt at observere eventuelle problemer, inden det er for sent. Nedenfor er anført guideline for almindelig rengøring og vedligeholdelsesintervaller. Hvis løbebåndet står i urene omgivelser, skal rengøring foretages oftere. Anvend ikke slibematerialer eller slibepulver til rengøring, da de kan ødelægge og ridse, plastik, vinyl og gummi overfladerne. Yderligere oversvøm ikke fladerne med væske, da de elektriske og elektroniske komponenter derved kan blive ødelagte eller kortslutte.

DAGLIG VEDLIGEHOLDELSE

1. Støvsug indvendigt i posen for fjerne løse genstande og støv.
2. Tjek mht. unormal funktion.

Tjek at der ikke er usædvanlig funktion såsom:

- Underlige lyde fra (løbeåndet, kompressoren, luftutætheder fra posen.
- Usædvanlig lugt eller udseende.
- Betjenings ændringer såsom reduceret hastighed, uregelmæssig hastighed, lavt lufttryk, (Bemærk, at forkert lufttryk kan skyldes en fejlkalibrering (følg kalibreringsvejledningen).

UGENTLIG VEDLIGEHOLDELSE

1. Tjek AlterG Anti-Gravity Treadmill i almindelighed.
2. Tjek posen for utætheder og huller-
3. Aftør overflader med en fugtig klud. En svag sæbeopløsning kan anvendes-
4. Rens panelet med en svag sæbeopløsning for at fjerne fedt og snavs-
5. Støvsug indvendigt gennem åbningen i posen. Anbring cockpittet i højeste position og krøb ind i posen for at få gjort grundigt rent.
6. Tjek shortsene for revner og huller.

MÅNEDLIG VEDLIGEHOLDELSE

Udover at gennemgå de ugentlige vedligeholdelsesopgaver gør følgende:

1. Undersøg undersiden af løbebåndets bælte. Det skal føles glat og lettere fugtigt af smøremiddel. Hvis der er en ophobning af urenheder eller det føles tørt eller ujævnt gør følgende:
 - a. Tør bæltets overside og undersiden med et rent håndklæde. Roter bæltet for at tørre det over det hele.
 - b. Kom én 1 ounce pakke Slipcoat™ på undersiden af bæltet. Gå i 1 minut på løbebåndet i lavt tempo for at fordele smøremidlet. Slipcoat er meget fedtet, så kommer der noget på oversiden af bæltet eller andre steder rens det af ved hjælp af alkohol og en klud.

Slipcoat kan købes online eller kan bestilles direkte fra AlterG.

ÅRLIG VEDLIGEHOLDELSE

Bemærk! AlterG anbefaler at en AlterG tekniker udfører det årlige vedligeholdelsesarbejde.

1. Udfør følgende opgaver:
 - Tjek alle bolte og skruer. Efterspænd om nødvendigt.
 - Fjern posen og støv under og rundt om løbebåndet.
 - Rens løbebåndets bælte, om nødvendigt anvend en stiv børste for at fjerne fastsiddende snavs.
 - Tjek og juster om nødvendigt bæltets position.
 - Tør undersiden af løbebåndets bælte.
 - Smør med Slipcoat på undersiden af bæltet.
 - Støvsug under løbebåndets motordæksel.
 - Juster motordrivremmens opspænding. Udskift bæltet hvis det er ødelagt eller slidt kraftigt.
 - Tjek motorkul og ombyt med nye, hvis de er mindre end 1 cm. Rens kommutatoren.

SÆSONBETINGET VEDLIGEHOLDELSE

1. Efterår og vinter er tørt i mange klimaer og kan være årsag til statisk elektricitet. I sådanne klimaer kan løbebåndets bælte sprayeres med antistatisk væske for at undgå statisk elektricitetsstød og for at forebygge interferens med AlterG Anti-Gravity Treadmill's elektroniske system. Et slidt bælte kan også forårsage statisk elektricitet.

RENGØRING AF VINDUERNE

Vinduerne er fremstillet af Strataglass™. Specielle hensyn skal agttages for at opretholde klare vinduer. Strataglass anbefaler der anvendes IMAR Strataglass Protective rensmiddel for almindelig rengøring. Andre rengøringsmidler kan forårsage afmatning af vinduerne. Rengøring regelmæssigt én gang om ugen.

Én gang om året påføres Strataglass Protective Polish. En hinde af polish vil beskytte mod forurening og hjælpe til med at holde vinduerne klare og bøjelige. Begge produkter kan fås fra AlterG.

SHORTS

Tag altid skoene af før shortsene tages på eller af, hvis det er muligt. Hvis man beholder skoene på, udsætter man shortsene for unødvendig udvidelse og stress på sømmene, hvilket vil nedsætte holdbarheden betydeligt.

Vask shortsene hyppigt for at holde dem hygiejniske. Hånd vask eller vask forsigtigt med kold maskinvask uden at centrifugere, og lad dem lufttørre. Kom ikke shortsene i tørretumbleren.

Smør lynlåsene efter behov med Zip Care™, der er et produkt fremstillet til smøring af lynlåsen. Zip Care kan fås fra AlterG.

Hvis shortsene blive slidt stop anvendelsen af dem. Nye shorts kan købes ved henvendelse til info@Fysiodema.dk.

POSEN

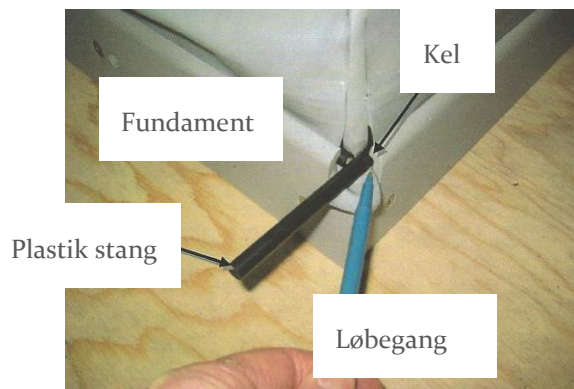
Tjek materialet for utætheder og lyt efter unormale lyde. Små utætheder ved hjørnerne af løbebåndets fundament, i forbindelse med shortsene eller ved lynlåsen er normalt. Hvis disse utætheder påvirker den maksimale trykeffekt af AlterG Anti-Gravity Treadmill systemet kontakt AlterG for at få hjælp med at finde og udbedre fejl.

Smør lynlåsene ved behov.

AFMONTERING AF POSEN

Mange vedligeholdelsesopgaver er lettere at udføre, hvis posen afmonteres fra fundamentet. Posen har forinden en løbegang. Løbegangen passer ind i en kel i fundamentet. En plastik stang er sat ind i løbegang og kel. Anvend et stumt instrument til at skubbe plastikstangen et kort stykke ud af kel og løbegang. Når et passende stykke er ude, tag fat og træk resten af plastikstangen ud. Stængerne foran og bagved fjernes først efter fulgt af stængerne i siderne. Når stængerne skal genindsættes kan det være nødvendigt at anvende en gummihammer for at få dem monteret igen. Hvis det volder problemer kontakt AlterG Danmark.

1/2 1/2



Figur 15. Afmontering af posen

Bemærk!

Det er til rådeligt at anvende en autoriseret tekniker til at løse følgende vedligeholdelsesopgaver.

JUSTERING AF LØBEBÅNDETS SPORING (TRACKING)

Løbebåndets bælte skal spore i midten. Hvis det er nødvendigt at justere sporingen gør følgende:

Løbebåndet spores ved hjælp af to stille bolte (9/16" nøgle) bag på løbebåndet (se figur 16 og følgende). Ved at spænde den tætte side og løsne den modsatte side (lige meget) kan bæltets position flyttes uden at ændre opspændingen. Justeringen skal foretages, medens løbebåndet løber, og foretages med ¼-drej af gangen. Vent mindst 30 sekunder mellem justeringerne for at bæltet kan indstille sig i den nye position.

For at betjene løbebåndet uafhængigt af systemet skal AlterG Anti-Gravity Treadmill være i diagnostisk betjeningstilstand. AlterG Anti-Gravity Treadmill bringes i diagnostisk betjeningstilstand på følgende måde:

1. Tænd for kontakten.
2. Vent 30 sekunder så systemet kan gennemgå startrutinerne.
3. Tryk samtidigt på %weight + og – knapperne.
4. Tryk START. AlterG Anti-Gravity Treadmill skærmene vil herved blive aktiveret og kan betjenes.

For at vende tilbage til normal betjeningstilstand gør følgende:

1. Tryk STOP. Vent på at AlterG Anti-Gravity Treadmill gennemgår STOP-rutinerne.
2. Tryk samtidigt på %Weight + og – knapperne.
3. Systemet er nu i normal betjeningstilstand.

Et eksempel, hvis løbebåndet trækker mod højre:

1. Tænd for AlterG Anti-Gravity Treadmill og øg hastigheden til 10 km/t.
2. Anvend en 9/16" nøgle for at spænde højre-sides juster bolt en 1/4 omgang.
3. Løsn den venstre juster bolt ¼ omgang.
4. Lad løbebåndet indstille sig (rotere i 30 sekunder) og juster igen om nødvendigt.
5. Vend tilbage til normal betjeningstilstand.



Figur 16. Justering af sporing (Tracking)

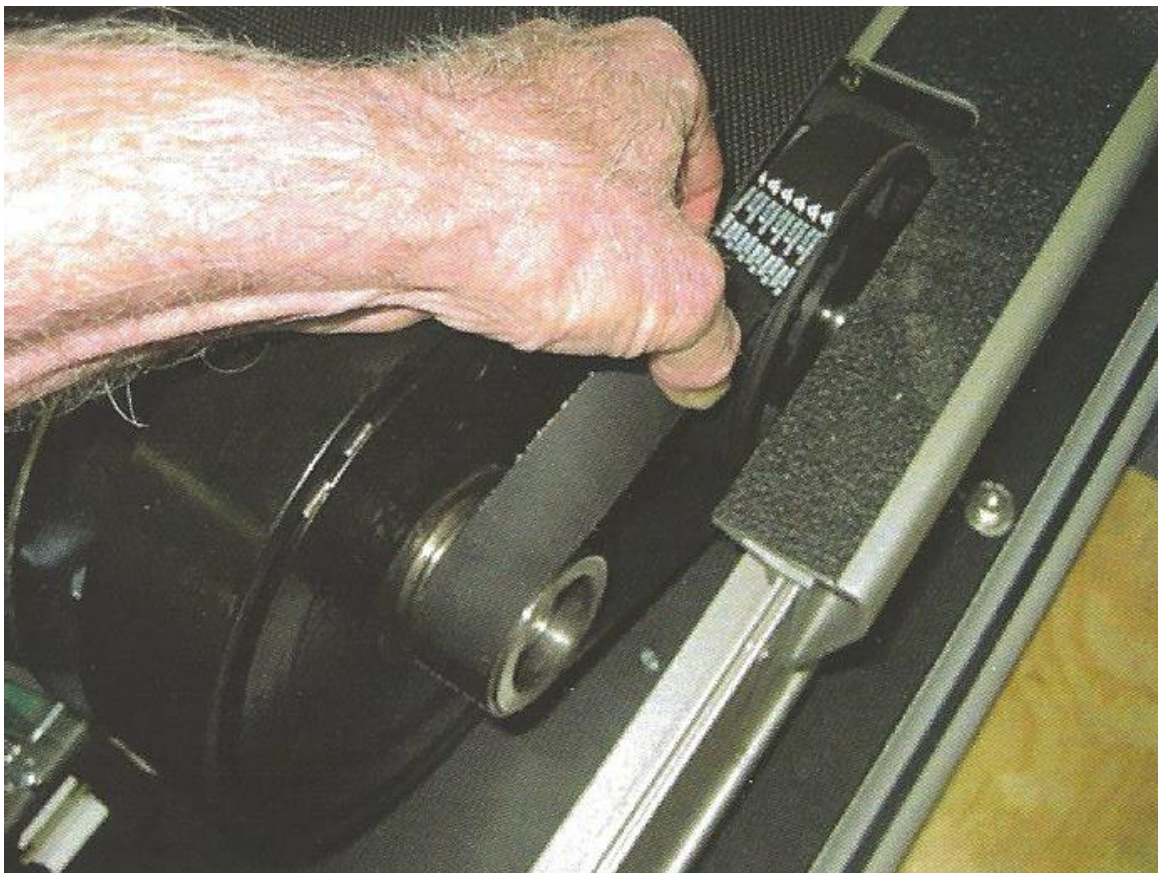
JUSTERING AF LØBEBÅNDETS OPSPÆNDING

Behovet for opspænding af løbebåndet opleves ved, at hastigheden bliver ujævn og pludselige stop forekommer, når der trænes på løbebåndet, gang eller løb. De samme justerbolte, som anvendes til sporing anvendes også til opspænding. For at stramme opspændingen drejes begge bolte højre om (med uret) præcist lige meget. Sporingen påvirkes, hvis de ikke drejes lige meget.

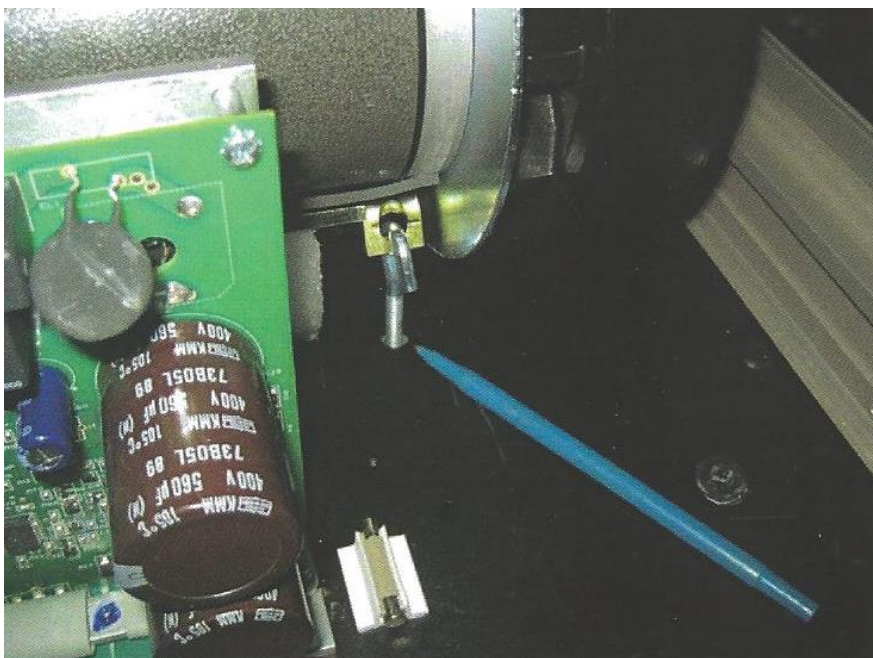
Før løbebåndet strammes tjek at bæltet ikke sidder løst (se vedrørende motordrivrem opspænding nedenfor). **Pas på ikke at overspænde løbebåndet.** Hvis man ikke kan nå sin hånd på midten af løbebåndet, er det strammet for meget.

JUSTERING AF MOTORDRIVREM

Afbryd strømforsyningen til motoren før udførsel af denne opgave ved at tage ledningen ud af stikkontakten. Motordrivremmen spændes med en møtrik (7/16" nøgle), der sidder placeret på undersiden af motorhuset, og er forbundet med en krog til stramning motordrivakslen. Ved at dreje møtrikken med uret strammes motordrivremmen. **Pas på ikke et overspænde.** Hvis motordrivremmen overspændes, kan motorakslen knække. For at kontrollere opspændingen, klem midt på motordrivremmen mellem motor og det forreste drivhjul ved hjælp af tommel og pegefinger. Forsøg at vride drivremment. **Hvis drivremmen ikke kan vrides 45 Grader, er drivremmen spændt for hårdt.**



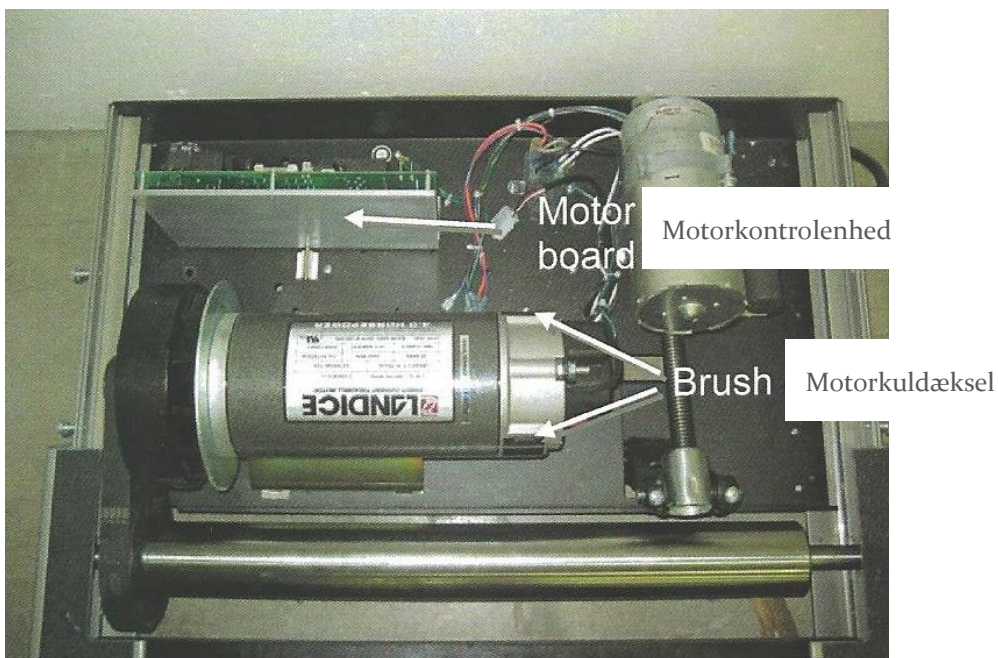
Figur 17, Opspænding af motordrivrem.



Figur 18. Spænde krog for justering motordrivrem.

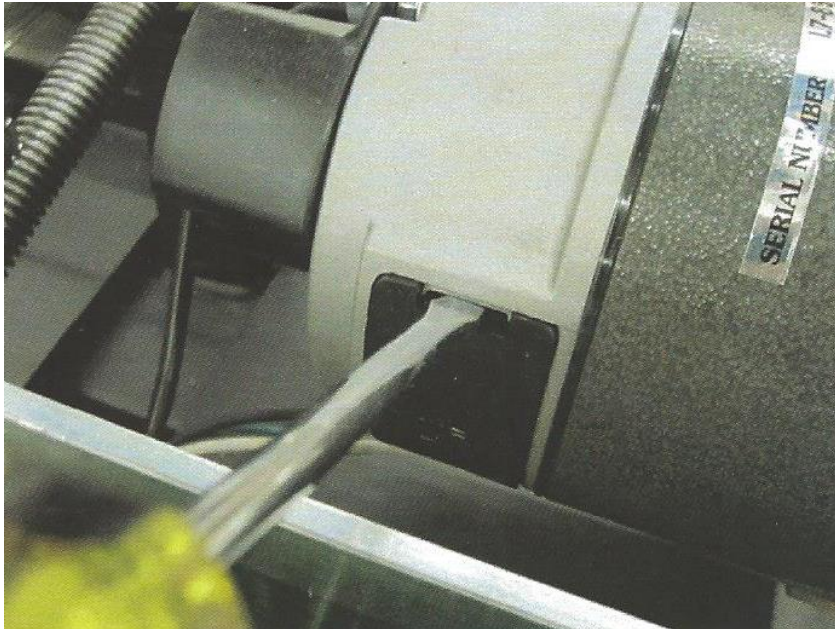
MOTORKUL INSPEKTION/UDSKIFTNING

Fjern motorkontrolenheden, så den ikke er i vejen. Fjern de 2 skruer der fastholder motorkontrolenheden til motorpladen og flyt enheden fremad for at give bedre plads til at arbejde. Undlad at afmontere de elektriske forbindelser.



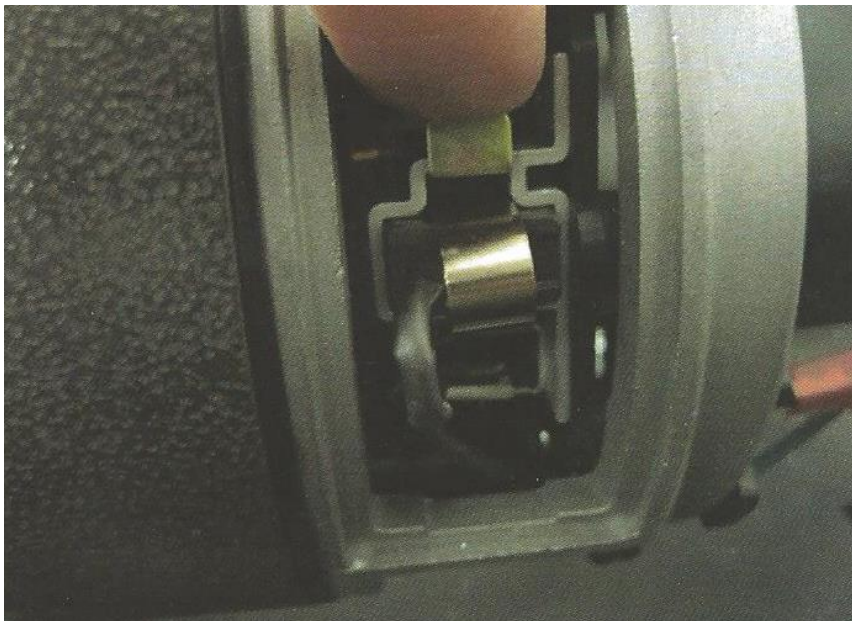
Figur 19. Fjern motorkontrolenheden.

Fjern motorkuldækslet på begge sider af motoren.

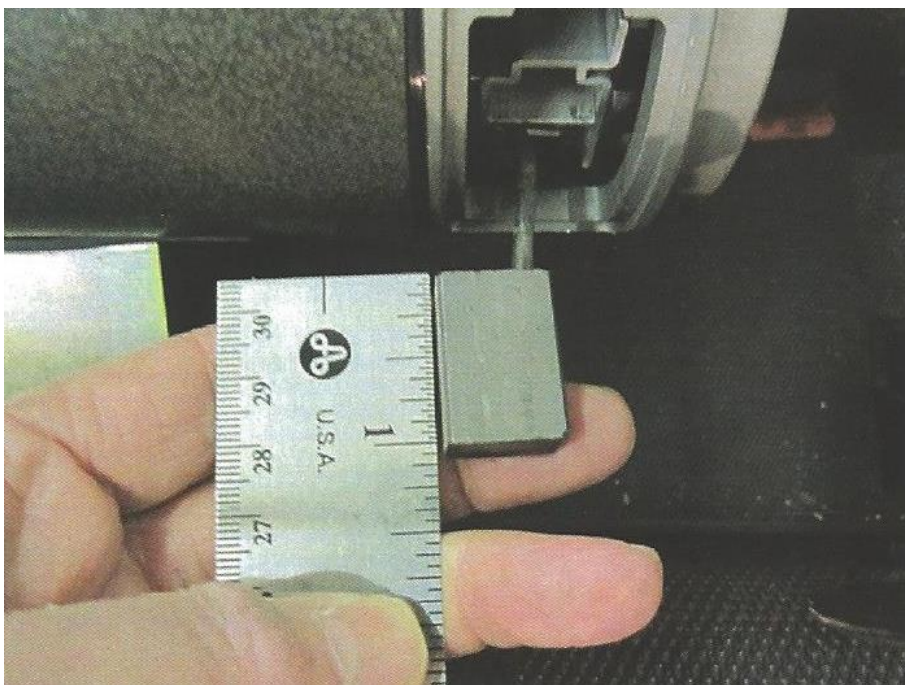


Figur 20. Fjernelse af motorkullene.

Tag motorkullene ud og undersøg dem. Tryk på tappen ovenover kullet og det vil blive frigjort af sin holder. Kullene udskiftes, hvis de under 1 cm lange.

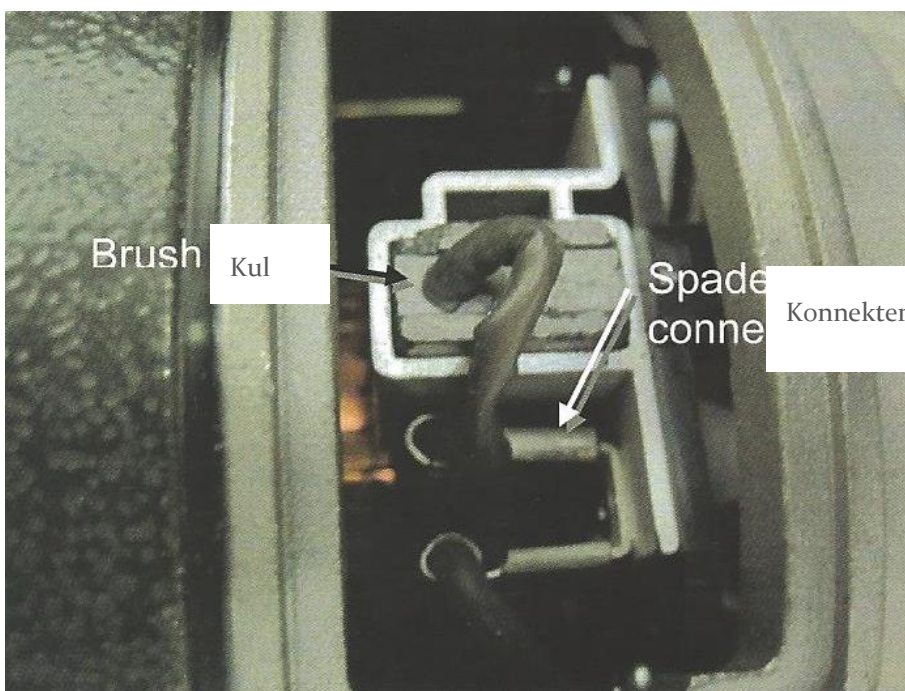


Figur 21. Frigør kullene fra deres holder.



Figur 22. Måling af længden af kullene

Kullene er forbundet med motoren via en flad konnektør. Anvend en skruetrækker eller en lille spidstang for at trække konnektøren ud.



Figur 23. Kul i sin holder med visning af den flade konnektør,

Når kullene skal genplaceres, så skal de glide på plads uden modstand fra holderen. Hvis der føles modstand tilpas siderne på kullene med en lille fil indtil de glider frit.

Genplacer kulholderen ved at skubbe den på plads til det klikker.



Figur 24. Kullene sættes på plads i holderen.

Tjek motorens kommutator for slid (sorte mærker på kobberdelene). Slib med smergellærred hvis ridset.

Appendiks

Specifikationer

Løsdele

Fejlfinding

EMC udtalelse

Garanti

Bruger/Læser kommentar skema

Appendiks A. AlterG Specifikationer

MODEL M300 SERIEN

Kan anvendes af personer med følgende mål

- Højde 140 cm - 195cm
- Hoftevidde 45 cm
- Omkreds ved hofterne 145 cm
- Kropsvægt < 180 kg

YDELSER

- Kropsvægt justering
 - < 145 kg 20% - 100%
 - > 145 kg 35% - 100%
- Løbebåndet
 - Bredde 45 cm
 - Længde 147 cm
- Hastighed
 - Fremad 19,3 km/t
 - Baglæns 4,8 km/t
- Hældning 0 - 15 %

DIMENSIONER

- Længde 213 cm
- Bredde 96,5 cm
- Højde 188 cm
- Vægt 340 kg
- Trin op 20 cm

ANBEFALEDE RUMSTØRRELSE

- Guldareal 365 cm gange 245 cm, Højde til loftet 245 cm

STRØMFORSYNING

- 220 V AC. 20A, 50/60 hertz, NEMA 6-20R
- Ledningslængde 300 cm

KLIMA, ANVENDELSE

- Rumtemperatur 10 - 29 grader
- Rumluftfugtighed 20 - 95 %

KLIMA, OPLAGRING

- Temperature 10 - 49 grader
- Relativ luftfugtighed 20 - 95%

Appendiks B. Tilbehør og Hjælpemidler

AlterG shorts - købes i størrelserne XS, S, M, L, XM, XXM, XXXM, XXXXM.

Magnet til nødhjælpstop - AlterG fungerer ikke uden montering af magnet til nødhjælpsstop

ZIP Care Zipper Lubricant - Lynlås smøremiddel forlænger levetiden af lynlåsene i shorts og pose

Strataglass™ Cleaner – Rengøringsmiddel til rengøring af de klare vinduer i posen

Slipcoat™ – tube @ 1 ounce smøremiddel special fremstillet til Landice® løbebånd. Anvend som anbefalet for at forebygge for tidlig fejl pga. øget friktion og slitage.

For yderligere information kontakt AlterG Danmark – info@fysiodema.dk

Appendiks C. Problemløsning

I de fleste tilfælde skal reparationer udføres af en AlterG autoriseret tekniker medlem af AlterG's servide team.

Reparationer

Kontakt AlterG i forbindelse med alle reparationer ved at kontakte info@fysiodema.dk. Vi vil forsøge at reparere indenfor 24-48 timer. Ved kontakt til AlterG vedrørende reparationer skal vi bruge svar på følgende spørgsmål:

- Hvilket serienummer har AlterG'en? Denne information kan findes på etiketten foran på stellet.
- Hvad skete der umiddelbart inden problemet opstod?
- Opstod problemet uventet eller blev det gradvis værre og værre?
- Blev AlterG'en anvendt da det skete?
- Uddyb, om der var andre symptomer på, at der var noget galt?
- Umiddelbart efter problemet opstod, blev der så angivet en diagnostisk kode på en af LED-skærmene på panelet?

Diagnostiske koder

AlterG Anti-Gravity Treadmill M300 serien gennemgår et antal kontroltjek under opstart for at sikre, at maskinen fungerer korrekt. Hvis lufttrykcontrolsysteemet eller løbebåndet ikke fungerer i henhold til specifikationerne vil en fejlkode blive vist på enten LED-skærmen eller ved %BW skærmen.

Fejlkode, der vises på %BW skærmen

Kode	Forklaring	Handling
E	Nødhjælp stop magnet er ikke monteret korrekt.	Anbring Magnetten på sin rette plads og tryk på START
L	Cockpittet er ikke låst i den rigtige position inden, der er trykket på START.	Lås låsehåndtaget korrekt og tryk START. Låsehåndtaget position skal være til højre
OPR	Fejlmeddelelse overtryk. Trykket er højere end det ønsket for den valgte vægtaflastning. Luftstrømmen fra trykkontrolventilen kan være blokeret eller fungerer ikke korrekt.	Tryk START. Hvis fejlen fortsætter ring til AlterG kunde support
UPR	Fejlmeddelelse for lavt tryk i posen. Systemet kan ikke levere det korrekte tryk for den valgte vægtaflastning. Det kan skyldes en utæthed, personen er for tung eller output fra kompressoren er blokeret.	Tjek for utætheder ved lynlåsen og huller i posen. Tryk START. Hvis fejlen fortsætter kontakt AlterG support.

SCO	Vægt aflæses forkert, hvorfor løbebåndet ikke kalibrerer korrekt. Kalibreringssystemet kan være itu. Der var tændt for maskinen medens en person stod på løbebåndet.	Tilse, at løbebåndet ikke er belastet af en ting eller person. Sluk for maskinen, løft cockpittet til højeste position og tænd den igen. Vent 30 sekunder før maskinen anvendes. Afhjælpes fejlen ikke kontakt AlterG support.
PRIS	Tryk aflæses forkert. Trykføleren kan være gået itu.	Tilse, at løbebåndet ikke er belastet af en ting eller person. Sluk for maskinen, løft cockpittet til højeste position og tænd den igen. Vent 30 sekunder før maskinen anvendes. Afhjælpes fejlen ikke kontakt AlterG support.
CE#	Indikerer en fejl medens maskinen kalibrerer. Personen på løbebåndets flytter sig for meget, der kan være en lufttætthed eller løbebåndet er belastet af ting eller en person.	Tjek for utætheder. Bed personen om at stå stille. Tryk START. Hvis fejlen fortsætter, tilse, at løbebåndet ikke er belastet af en ting eller person. Sluk for maskinen, løft cockpittet til højeste position og tænd den igen. Vent 30 sekunder før maskinen anvendes. Afhjælpes fejlen ikke kontakt AlterG support.

Fejlkoder, der vises på løbebåndets skærm

Kode	Forklaring	Handling
L5	Løbebåndsmotor kontrolenheden, hastighedsføler, eller løbebåndsmotor kan være beskadiget.	Kontakt AlterG support.
PO	Hældningsmotor skal udskiftes, hældningsfunktionen skal re-kalibreres eller hældningspotentiometeret er beskadiget.	Kontakt AlterG support.

Skriv alle observationer og fejlkoder ned inden AlterG Kunde Support kontaktes på info@fysiodema.dk eller Tlf: 2041 2363.

Appendiks D. Elektromagnetisk kompatibilitet

Bemærk:

- Medicinske elektrisk udstyr skal opfylde bestemte sikkerhedsforskrifter med hensyn til elektromagnetisk kompatibilitet og skal installeres og anvendes i henhold til EMC oplysningerne i efterfølgende vejledning.
- Bærbart og mobilt RF kommunikations udstyr kan påvirke medicinsk elektrisk udstyr
- Anvendelse af hjælpemidler, omformere og kabler andre end dem, der er forskrevet af AlterG Inc., kan medføre øget emission fra eller nedsat immunitet for udstyret.
- Dette udstyr må ikke anvendes i nærheden af eller sammenstilles med andet udstyr og hvis det alligevel er nødvendigt, skal det undersøges, om dette udstyr fortsat er konfigureret korrekt i forhold til dets anvendelse.

Tabel 1

Guidance and producentens erklæring – elektromagnetisk emission		
Udstyret er beregnet til anvendelse i de elektromagnetiske miljøer, der er specificeret nedenfor. Kunden eller brugerne af udstyret skal sikre, at det anvendes i et sådant miljø.		
Emissions test	Compliance	
RF emission CISPR 11	Group 1	Udstyret gør kun brug af RF energi til sine interne funktioner. Derfor er RF emissionen særdeles lav, og det er ikke sandsynligt, at den vil forårsage interferens med andet elektronisk udstyr i dets nærhed.
RF emission	Klasse A	
Harmonisk emission IEC 61000-3-2	Klasse A	
Volt fluktuationer/ Flikker emission	Compliant	
Udstyret er anvendeligt alle steder, der ikke er hjem, eller som er tilsluttet et offentligt lav-volt energi forsyningsnet, der forsyner bygninger, der bliver anvendt til hjem.		

Tabel 2

Udstyret er beregnet til anvendelse i de elektromagnetiske miljøer, der er specificeret nedenfor. Kunden eller brugerne af udstyret skal sikre, at det anvendes i et sådant miljø.			
Immunitets test	IEC 60601 Test niveau	Compliance niveau	Elektromagnetisk miljø
Elektromagnetisk udstråling (ESD) IEC 61000-4-2	±6 kV kontakt ±8 kV luft	±6 kV kontakt ±8 kV luft	Gulv skal være lavet af træ, beton eller dækket med keramiske fliser. Er gulvet dækket af syntetiske materialer skal den relative fugtighed være over 30%
Elektriske hurtig/udbrud IEC 61000-4-4	±2 kV for Strømforsynings linjer ±1 kV for input/output linjer	±2 kV for Strømforsynings linjer Udfyldes ikke	Hoved energi forsyning skal være samme som for kommercielt eller hospital miljø.
Surge IEC 61000-4-5	± 1 kV Differentiel Tilstand ±2 kV almindelig tilstand	± 1 kV Differentiel Tilstand ±2 kV almindelig tilstand	Hoved energi forsyning skal være samme som for kommercielt eller hospital miljø.
Volt dyk, korte udfald og svingninger i strømforsyningen IEC 61000-4-11	<5% UT (95% dyk i UT) For 0,5 cykle 40% UT 60% dyk i UT For 5 cykler 70% UT (30% dyk i UT) For 25 cykler <5% UT (95% dyk i UT) i 5 sekunder	<5% UT (95% dyk i UT) For 0,5 cykle 40% UT 60% dyk i UT For 5 cykler 70% UT (30% dyk i UT) For 25 cykler <5% UT (95% dyk i UT) i 5 sekunder	Hoved energi forsyning skal være samme som for kommercielt eller hospital miljø. Hvis brugeren har behov for kontinuerlig brug under strømafbrydelse, anbefales det at strømforsyningen er af en art, der ikke kan afbrydes eller et batteri.
(50/60Hz) Agnetisk felt IEC 61000-4-8	3 A/m	3 A/m	Hoved energi forsyning skal være samme som for kommercielt eller hospital miljø.
Bemærk! UT er a.c. hovedforsynings volt inden applikation af test niveauet			

Tabel 3

Udstyret er beregnet til anvendelse i de elektromagnetiske miljøer, der er specificeret nedenfor. Kunden eller brugerne af udstyret skal sikre, at det anvendes i et sådant miljø.			
Immunitets test	IEC 60601 test niveau	Compliance niveau	Elektromagnetisk miljø – Guidance
Conducted RF IEC 61000-4-6 Radiated RF IEC 61000-4-3	3 Vrms 150 Hz to 80 MHz 3 V/m 80 MHz til 2,5 GHz	3 Vrms 3 V/m	Bærbart og mobilt TF kommunikations udstyr bør ikke anvendes tættere på enhver del af udstyret, inklusiv kabler, end den separations afstand, der kan beregnes ved hjælp af den ligning, der skal appliceres for senderens frekvens. Anbefalet separations afstand $d = [3.5/E_1]\sqrt{P}$ $d = [3.5/E_1]\sqrt{P}$ 80 MHz til 800 MHz $d = [7/E_1]\sqrt{P}$ 800 MHz til 2,5 KHz hvor P er maksimum strøm output vurdering fra senderen i watt (W) ifølge sender producenten og d er anbefalet separations afstand i meter (m). Feltstyrken fra en fikseret RF sender bestemt ved en elektromagnetisk miljø undersøgelse^a bør være mindre end compliance niveauet i frekvens området.^b Interferens kan opstå omkring udstyr der bærer symbolet 
Note 1 Ved 80 MHz og 800 MHz gælder det højere frekvens område Note 2 Disse guidelines gælder ikke nødvendigvis i alle situationer. Elektromagnetisk udstråling påvirkes af absorption og reflekteres forskelligt af forskellige strukturer, genstande og mennesker.			
^aFeltstyrken fra fikserede sendere, som for eksempel en radio stationer (mobil/ledningsfri) telefoner, transistor radioer, amatør sendere, AAM og FM radio udsendelser og TV udsendelser kan ikke forudsiges med akkuratess. For at bestemme den det elektromagnetiske miljø som skyldes fikserede sendere, må en elektromagnetisk undersøgelse overvejes. Hvis den målte feltstyrke in området hvor udstyret anvendes overskrider det opnåelige RF compliance niveau beskrevet ovenfor, skal udstyret observeres for at fastlægge normal betjening. Hvis unormal			

funktion observeres, kan yderligere tiltag være nødvendige, såsom at finde et andet sted til udstyret.			
^b I frekvens området 150 KHz til 80MHz bør felt styrken være mindre end 3 V/m.			
Tabel 206			
Anbefalet separations afstand mellem bærbart og mobilt RF kommunikations apparatur og udstyret.			
Udstyret er beregnet til anvendelse elektromagnetiske miljøer, hvor forstyrrelser fra RF udstråling er kontrolleret. Kunden eller brugeren kan forebygge elektromagnetisk interferens ved at opretholde en mindste afstand mellem bærbart og mobilt RF kommunikations apparatur (sendere) og udstyret, som anbefalet nedenfor og i henhold til kommunikations udstyrets maximale energi output.			
Senderens vurderet maximale energi output W	Separations afstand ifølge senderens frekvens m		
	150 kHz til 80 MHz $d = [3.5/E_1]\sqrt{P}$	80 MHz til 800 MHz $d = [3.5/E_1]\sqrt{P}$	800 MHz til 2,5 GHz $d = [7/E_1]\sqrt{P}$
0,01	0,12	0,12	0,23
0,1	0,37	0,37	0,74
1	1,17	1,17	2,33
10	3,69	3,69	7,39
100	11,67	11,67	23,33
For sendere, hvor det vurderede maksimale energi output, ikke er listet ovenfor, kan den anbefalede separations afstand d i meter (m) estimeres ved at anvende den ligning, der i henhold til senderens fabrikant og snederens frekvens kan appliceres, hvor P er senderens vurderede energi output i watt (W). Note 1 Ved 80 MHz og 800 MHz gælder det højere frekvens område Note 2 Disse guidelines gælder ikke nødvendigvis i alle situationer. Elektromagnetisk stråling påvirkes af absorption og reflekteres forskelligt af forskellige strukturer, genstande og mennesker.			

Appendiks E. Garanti

Nedenstående er en oversættelse af den engelske garanti for AlterG Anti-Gravity Treadmill.

AlterG Anti-Gravity Treadmill er dækket af følgende garanti:

- 1 års garanti på dele og arbejde på hele maskinen

AlterG garanterer, at hele produktet inklusiv tilbehør leveret med maskinen er fri for produktionsfejl i henhold til specifikationerne oplistet i denne betjeningsvejledning. Garantiperioden begynder på den oprindelige købsdag. Denne garanti gives alene til den første køber. Garantien dækker ikke beskadigelse eller fejl på maskinen, der skyldes misbrug, udøvet vold eller manglende efterfølgelse af de elektriske forskrifter. Endvidere så dækker garantien ikke, hvis der er foretaget modifikationer på nogen del af maskinen eller tilbehør leveret med maskinen, eller hvis maskinen ikke vedligeholdes, som foreskrevet i denne betjeningsmanual.

AlterG giver ikke anden form for garanti, enten udtrykt eller antydnet. Garanti i forbindelse med en bestemt type træning anerkendes ikke.

Købers mulighed for at gøre krav på erstatning er begrænset til returnering af produktet med tilbehør og tilbagebetaling af det erlagte beløb. Kan AlterG imidlertid reparere eller erstatte de dele, der ikke lever op til deres formål, kan AlterG reparere eller udskifte de dele. AlterG er ikke ansvarlig for uheld uantastet art eller konsekvenser heraf opstået i forbindelse med anvendelse af AlterG Anti-Gravity Treadmill. Garantien dækker ikke, hvis non-AlterG dele er blevet brugt som reservedele og/eller i forbindelse med vedligeholdelse.

Appendiks F. Bruger/Læser kommentarer Skema

For at forbedre kvalitet og anvendelighed af betjeningsvejledningen har Fysiodema ApS på vegne af AlterG Inc. behov for aktiv samarbejde og hjælp fra brugere for at kunne forbedre AlterG Anti-Gravity Treadmill betjeningsvejledningen. Deres kommentarer, som bruger, vil blive påskønnet og gennemgået, så vi kan forbedre den næste udgave af betjeningsvejledningen.

Finder De betjeningsvejledningen fuldstændig?

Ja ☐

Nej ☐

Hvis nej, hvilken information mangler?

Er instrukserne i vejledning klare og lette at forstå (kun én mærkering) ?

Svære at forstå ☐

Tilstrækkelige ☐

Meget anvendelige ☐

Fandt du fejl eller unøjagtigheder, som skal korrigeres?

Hvordan kan denne betjeningsvejledning yderligere forbedres?

Sendes til Fysiodema Aps, Egernvej 69, 2000 Frederiksberg, Danmark eller til: info@fysiodema.dk.

Venligst udfyld kontakt informationen nedenfor:

Navn: _____

Titel: _____

Telefon: _____

E-mail: _____

Adresse: _____

Adresse: _____

By: _____

Postnummer: _____

Dato: _____

Tak for at De afså tid til at udfylde dette skema og sende det os.

Spørgsmål vedrørende AlterG Anti-Gravity Treadmill kan rettes til:

Fysiodema Aps
Egernvej 69
2000 Frederiksberg
E-mail: info@fysiodema.dk
Tlf.: 20412363