

# ALTER

**NEO & NEO+ -sarjan painovoimaton juoksumatto®**



Tämä käsikirja kattaa seuraavan AlterG-tuotteen käyttöohjeet:

NEO & NEO+ painovoiman vastaiset juoksumatot

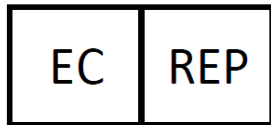
Copyright© 2024 by Lifeward, Inc . Kaikki oikeudet pidätetään.

**Huomautus:** Seuraavaa symbolia käytetään tässä käyttöoppaassa kiinnittämään huomiota varoituksiin, varoituksiin tai toimintatapoihin, jotka voivat vaikuttaa suoraan painovoimaisen juoksumaton turvalliseen käyttöön. Lue ja ymmärrä nämä ohjeet ja lausekkeet ennen painovoimaisen juoksumaton käyttöä.

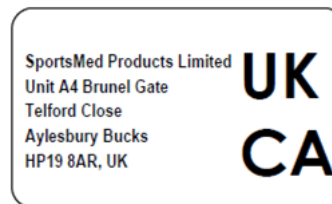


Varoitus. Varoituslausuma tai toimintatapa, joka voi vaikuttaa suoraan juoksumaton turvalliseen käyttöön.

**RoHS** Vaatimustenmukainen tuote



Obelis s.a  
Bd. General Wahis, 53  
1030 Brussels, Belgium



AlterG ja Anti-Gravity Treadmill ovat Lifeward, Inc:n rekisteröityjä tavaramerkkejä Yhdysvalloissa.

Neopreeni on DuPont Corporationin rekisteröity tavaramerkki.

Polar on Polar Electro, Inc:n rekisteröity tavaramerkki.

Klear Screen on Meridrew Enterprisesin rekisteröity tavaramerkki.

## Sisällysluettelo

|                                                               |           |
|---------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>Omistajan vastuu .....</b>                                 | <b>5</b>  |
| <b>AlterG:n yhteystiedot.....</b>                             | <b>5</b>  |
| <b>Käyttöaiheet ja vasta-aiheet.....</b>                      | <b>6</b>  |
| Selvitys aiotusta käyttötarkoituksesta .....                  | 6         |
| Käyttöaiheet .....                                            | 6         |
| Käyttöä koskevat varoimet .....                               | 6         |
| Käytön vasta-aiheet.....                                      | 6         |
| <b>Turvallisuus: Varoitukset ja varoitukset .....</b>         | <b>6</b>  |
| <b>Johdanto .....</b>                                         | <b>9</b>  |
| Lääkärin konsultointi.....                                    | 9         |
| Lämmittelyn ja jäähdyttelyn merkitys .....                    | 9         |
| <b>Asennus ja asennus.....</b>                                | <b>9</b>  |
| Sähköiset vaatimukset .....                                   | 9         |
| Maadoitusvaatimukset.....                                     | 10        |
| Sijaintivaatimukset .....                                     | 10        |
| Anti-Gravity-juoksumattosi kuljettaminen.....                 | 11        |
| Anti-Gravitaatio juoksumatto Komponentit.....                 | 12        |
| <b>Operaatio .....</b>                                        | <b>14</b> |
| Anti-gravitaatiojuoksumatolla käynnistäminen .....            | 14        |
| Käyttäjän kiinnittäminen painovoimattomaan juoksumattoon..... | 14        |
| Harjoitusjakson aloittaminen ja loppuun saattaminen .....     | 20        |
| Antipainovoiman juoksumatolta pois astuminen .....            | 23        |
| <b>Istunnon näyttö .....</b>                                  | <b>24</b> |
| Istunnon mittarit.....                                        | 24        |
| Kalorit.....                                                  | 24        |
| <b>Sykkeen seuranta.....</b>                                  | <b>25</b> |
| Sykemittari .....                                             | 25        |
| <b>Toimiva HD-videovalvontajärjestelmä.....</b>               | <b>26</b> |
| Aloittaminen .....                                            | 26        |
| Kameroiden tarkennus ja paikannus .....                       | 26        |
| Kameranäkymät.....                                            | 26        |
| <b>Toimiva kävely.....</b>                                    | <b>27</b> |
| Kävelymittaukset*.....                                        | 27        |
| Kävelyanalytiikka.....                                        | 27        |
| Ristikkäinen kävely.....                                      | 28        |
| <b>Käyttökipu.....</b>                                        | <b>29</b> |
| Kivun tallentaminen .....                                     | 29        |
| Kipu Tulokset .....                                           | 30        |
| <b>Raportointi istunnon päätyttyä .....</b>                   | <b>30</b> |
| Istunnon loppuraporttien luominen .....                       | 30        |
| Raporttien lähettäminen sähköpostitse.....                    | 31        |
| Raporttien tallentaminen ja vienti USB:lle.....               | 32        |

|                                                                          |           |
|--------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>Hätäpoistomenettelyt.....</b>                                         | <b>33</b> |
| Hätäskenaariot.....                                                      | 33        |
| <b>Asetukset .....</b>                                                   | <b>34</b> |
| Asetukset .....                                                          | 35        |
| Tuki - Tekninen tuki.....                                                | 36        |
| Tuki - Käynnistä sovellus uudelleen .....                                | 37        |
| Tuki - PC:n sammuttaminen .....                                          | 37        |
| Tuki - Kirjaudu ulos .....                                               | 38        |
| Tuki - Lähetä lokit.....                                                 | 38        |
| Webkamera.....                                                           | 38        |
| <b>Kalibrointi .....</b>                                                 | <b>39</b> |
| <b>Wi-Fi-yhteys.....</b>                                                 | <b>39</b> |
| <b>AlterG Assistentin mukautettujen harjoitusten luominen .....</b>      | <b>40</b> |
| AlterG Assistant Esiohjelmoidut harjoitukset .....                       | 42        |
| <b>Etiketit, sijainnit, tulkinta .....</b>                               | <b>48</b> |
| <b>Ennaltaehkäisevä huolto .....</b>                                     | <b>52</b> |
| Desinfiointi .....                                                       | 53        |
| Yleinen puhdistus ja tarkastus.....                                      | 54        |
| Laukun huolto.....                                                       | 56        |
| Conning-tornin korvaaminen .....                                         | 56        |
| Pussin poistaminen puhdistusta varten .....                              | 59        |
| <b>Lisäys A: Anti-Gravity-juoksumattoa koskevat tekniset tiedot.....</b> | <b>63</b> |
| <b>Lisäys B: Lisävarusteet ja lisävarusteet .....</b>                    | <b>66</b> |
| <b>Liite C: Vianmääritys.....</b>                                        | <b>67</b> |
| Korjaukset .....                                                         | 67        |
| Ilmanpaine .....                                                         | 67        |
| Juoksumatto.....                                                         | 67        |
| Vuodot .....                                                             | 67        |
| Järjestelmävirheet .....                                                 | 67        |
| <b>Liite D: EMC-lausunto .....</b>                                       | <b>68</b> |
| <b>Lisäys E: Takuu .....</b>                                             | <b>69</b> |

## Omistajan vastuu

AlterG® Anti-Gravity-juoksumatto® tuote toimii tässä käyttöohjeessa ja sen mukana olevissa tarroissa ja/tai liitteissä kuvatulla tavalla, kun se on koottu, käytetty, huollettu ja korjattu annettujen ohjeiden mukaisesti. Anti-Gravity-juoksumatto on tarkastettava säännöllisesti tässä käyttöohjeessa kuvatulla tavalla. Viallinen painovoimainen juoksumatto on kielletty käyttämästä. Rikkinäiset, puuttuvat, selvästi kuluneet, vääristyneet tai saastuneet osat on vaihdettava välittömästi. Jos tällainen korjaus tai vaihto tulee tarpeelliseksi, on suositeltavaa, että huoltopyyntö tehdään AlterG, Inc. Anti-Gravity-juoksumattoa tai sen osia saa korjata vain AlterG, Inc:n, AlterG, Inc:n valtuutettujen edustajien tai AlterG, Inc:n koulutetun henkilökunnan antamien ohjeiden mukaisesti. Anti-Gravity-juoksumattoa ei saa muuttaa ilman AlterG, Inc:n etukäteen antamaa kirjallista lupaa. Laadunvarmistusosasto.

Tämän tuotteen omistaja on yksin vastuussa kaikista toimintahäiriöistä, jotka johtuvat väärästä käytöstä, virheellisestä huollosta, epäasianmukaisesta korjauksesta, vahingosta tai muutoksesta, jonka ovat tehneet muut kuin AlterG, Inc:n valtuutetut edustajat.

AlterG Anti-Gravity Treadmill -juoksumattojen omistajalla/käyttäjällä on velvollisuus ilmoittaa AlterG:lle ja kansallisesti tunnustetulle toimivaltaiselle viranomaiselle kaikista laitteen toimintaan liittyvistä vakavista vaaratilanteista.

Kaikki luvattomat huolto-, korjaus- tai laitemuutostyömenpiteet voivat mitätöidä Anti-Gravity-juoksumattotuotteen takuun.

## AlterG:n yhteystiedot

AlterG ottaa mielellään vastaan tiedusteluja ja kommentteja. Jos sinulla on kysymyksiä tai kommentteja, ota yhteyttä palvelu- ja tukitiimiimme.

### **AlterG:n pääkonttori, palvelu ja tuki**

48368 Milmont Drive  
Fremont, CA 94538 U.S.  
+1 510 270-5900  
[CS@golifeward.com](mailto:CS@golifeward.com)  
[www.alterg.com](http://www.alterg.com)

## Käyttöaiheet ja vasta-aiheet

### Selvitys aiotusta käyttötarkoituksesta

AlterG NEO & NEO+ Anti-Gravity -juoksumatto tarjoaa normaalien juoksumattotoimintojen lisäksi käyttäjän kehon painon poistamisen. Painon poistamisen ansiosta potilaat ja yksilöt voivat tehdä seisontharjoituksia, kävellä tai juosta vähentäen tuki- ja liikuntaelimistöön kohdistuvia vaikutuksia.

NEO & NEO+ -malli on tarkoitettu liikuntarajoitteisille henkilöille, joiden lähtönopeus on 0,8 km/h (0,5 mph).

### Käyttöaiheet

- Aerobinen kuntoilu
- Urheilukohtaiset ilmastointiohjelmat
- Painonhallinta ja vähentäminen
- Vapaaehtoinen Kävelyharjoittelu ja neuromuskulaarinen uudelleen koulutus neurologisilla potilailla
- Vanhuspotilaiden voimistaminen ja kuntouttaminen
- Kuntoutus alaraajojen vamman tai leikkauksen jälkeen.
- Kuntoutus tekonivelleikkauksen jälkeen

### Käyttöä koskevat varotoimet

- Sydän- ja verisuonisairaus tai hengitysvaikeudet
- Liikunnan aiheuttama astma tai angina pectoris
- Akuutit ja krooniset selkävaivat
- revennyt tai välilevytyrä
- Turvallisuutta ja tehoa raskaana oleville naisille ei ole osoitettu.
- Turvallisuutta ja tehoa henkilöille, joiden toiminnallisen itsenäisyyden mittarin pisteet ovat 1 tai 2 (riippuvainen maksimiavusta), ei ole osoitettu.
- Juoksumattohihna ei lukitu paikalleen. Varmista, että potilas on vakaa, ennen kuin sammutat juoksumattoa ja poistut siitä.
- Sykemittari on vain viitteellinen, eikä se välttämättä ole tarkka.
- Mikä tahansa tila, jossa kohonnut vatsan sisäinen paine voi olla ongelma (esimerkiksi virtsainkontinenssi, lantionpohjan toimintahäiriöt, lantionpohjan rekonstruktio tai muut tilat).

### Käytön vasta-aiheet

- Epävakaa murtuma
- Sydän- ja verisuonitautien hypotensio
- Syvä laskimotromboosi

## Turvallisuus: Varoitukset ja varoitukset

Lue tämä käyttöohje ennen painovoiman vastaisen juoksumaton käyttämistä. Fysioterapeuttina, kouluttajana tai klinikkona (tuotteen käyttäjänä) sinun on ymmärrettävä turvallisuusominaisuudet ja käyttöliittymä. Haluamme, että sinä ja asiakkaasi tai potilaasi (tuotteen käyttäjät) saatte turvallisen ja miellyttävän harjoituskokemuksen.



**VAARA: Välittömästi vaarallinen tilanne, jota on vältettävä ja joka johtaa vakavaan loukkaantumiseen tai kuolemaan.**

- Älä muokkaa Anti-Gravity-juoksumyllyn sähköpistoketta. Juoksumatto on varustettu irrotettavalla virtajohdolla, jossa on NEMA 6-20 -pistoke (208-240 V:n toimintaa varten) tai NEMA 5-20 (120 V:n toimintaa varten). Sinulla on oltava sopiva pistorasia, jotta se on yhteensopiva. Tämän kaapelin vaihtamisessa kansainvälisiin pistorasioihin on varmistettava, että kaapeli on suunniteltu 220V:n ja 20A:n virransiirtoon.
- Älä käytä mitään sähköisiä sovitimia. Se voi aiheuttaa sähköiskun vaaran.
- Kysy neuvoa pätevältä sähköasentajalta ennen kuin käytät jatkojohtoja. Pitkät jatkojohdot voivat aiheuttaa jännitteen putoamisen Anti-Gravity-juoksumattoon, mikä voi aiheuttaa sen virheellisen toiminnan. AlterG tarjoaa 4,6 metrin (15 ft) virtajohdon.
- Älä käytä Anti-Gravity-juoksumattoa märissä tai kosteissa ympäristöissä.
- Älä käytä sykemittarilähetintä tarvittaessa yhdessä sähköisen sydämentahdistimen tai vastaavan laitteen kanssa. Lähetin voi aiheuttaa sähköisiä häiriöitä, jotka voivat häiritä sydämentahdistimen toimintaa.
- Irrota Anti-Gravity-juoksumatto aina pistorasiasta ennen puhdistusta tai huoltoa.
- Älä liota mitään Anti-Gravity-juoksumaton osaa nesteellä puhdistuksen aikana; käytä sumutinta tai kosteaa liinaa. Pidä kaikki nesteet kaukana sähköisistä osista. Irrota Anti-Gravity-juoksumatto aina pistorasiasta ennen puhdistusta ja huoltoa.
- Valtuutetun AlterG-tekniikan on suoritettava huolto. Muiden kuin valtuutettujen AlterG-tekniikoiden suorittama huolto mitätöi takuun. Ota yhteyttä AlterG:hen ennen kuin sinä tai sähköasentaja yrittää mitään huoltotoimenpiteitä.
- Älä laita mitään nesteitä Anti-Gravity-juoksumattoon (paitsi vesipullotelineisiin), mukaan lukien Anti-Gravity-juoksumattojen juoksupinta.
- Pidä juoksupinta aina puhtaana ja kuivana.
- Älä irrota tai muuta Anti-Gravity-juoksumattoon asennuksen jälkeen mitään sisäisiä johtoja.



**VAROITUS: Mahdollisesti vaarallinen tilanne, jota on vältettävä ja joka voi johtaa vakavaan loukkaantumiseen tai kuolemaan.**

- Käyttäjien on neuvoteltava lääkärin kanssa ja hankittava lääkärintarkastus ennen harjoitusohjelman aloittamista. Tämä pätee erityisesti, jos käyttäjillä on jokin seuraavista: sydänsairaus, korkea verenpaine, diabetes, krooninen hengityselinsairaus, kohonnut kolesteroli, jos he polttavat savukkeita, ovat tällä hetkellä passiivisia, ovat lihavia tai heillä on jokin muu krooninen sairaus tai fyysinen vamma.
- Käyttäjien on lopetettava harjoittelu välittömästi ja otettava yhteys lääkäriin, jos he tuntevat heikotusta, huimausta, rintakipua, pahoinvointia tai muita epänormaaleja oireita Anti-Gravity-juoksumattoa käytettäessä.



**VAROITUS: Mahdollisesti vaarallinen tilanne, jota on vältettävä ja joka voi aiheuttaa lieviä tai kohtalaisia vammoja.**

- Käytä aina Anti-Gravity-juoksumatolla mukana toimitettua hätäturvahanauhaa. Se on kiinnitettävä käyttäjän vaatekappaleeseen harjoituksen aikana. Tämä on tärkeä ominaisuus siltä varalta, että käyttäjä putoaa harjoittelun aikana.
- Lue, ymmärrä ja testaa hätäpysäytysmenettely ennen käyttöä.
- Älä koskaan jätä lapsia ilman valvontaa painovoimaisen juoksumattojen läheisyyteen.

- Turvallisuutta ja tehoa raskaana oleville naisille ei ole varmistettu. Raskaana olevien tai mahdollisesti raskaana olevien naisten on neuvoteltava lääkärin kanssa ennen Anti-Gravity-juoksumattoa.
- Anti-Gravity-juoksumattoa on käytettävä asianmukaisesti koulutetun käyttäjän valvonnassa. Anti-Gravity-juoksumattoa ei saa missään vaiheessa ilman asianmukaista valvontaa, vaikka se olisikin aiemmin saanut koulutuksen laitteen asianmukaiseen käyttöön.
- Aseta painovoimaton juoksumatto kiinteälle, tasaiselle alustalle ja käytä sitä.
- Älä käytä löysiä tai roikkuvia vaatteita käyttäessäsi painovoimaista juoksumattoa. Älä säilytä mitään (kuten shortseja) Anti-Gravity Treadmill -laukun sisällä.
- Tarkista ennen harjoittelun aloittamista, ettei Anti-Gravity-juoksumattoon ole jäänyt roskia.
- Pidä kädet erossa pussista ja runkorakenteesta täyttämisen aikana puristusten välttämiseksi.
- Pidä kädet kaukana kaikista liikkuvista osista.
- Älä käytä Anti-Gravity-juoksumattoa, jos käyttäjän paino on alle 36kg (80lbs) tai yli 180kg (400lbs). Käyttäjät, jotka painavat yli 350lbs (159kg), eivät ehkä pysty purkamaan painoa täyteen 20 %:iin alkuperäisestä kehon painosta.
- Käyttäjän on oltava varovainen, kun hän astuu painovoimattomaan juoksumattoon ja poistuu siitä. Käyttäjä ei saa koskaan astua painovoimattomaan juoksumattoon juoksumattopinnan liikkeessä. Varmista, että käyttäjä pitää kiinni ohjaamosta tai kaiteista aina kun se on käytännöllistä vartalonsa tukemiseksi.
- Varmista, että käyttäjä on täysin vetoketjulla pussissa ennen harjoituksen aloittamista ja että ohjaamo on säädetty oikealle korkeudelle. **Huomautus:** Ohjaamon korkeuden säätö on sallittu vain silloin, kun istunto ei ole käynnissä.
- Varmista, että käyttäjällä on asianmukaiset urheilujalkineet, esimerkiksi kumisilla tai hyvin pitävillä pohjilla varustetut kengät. Älä salli kenkiä, joissa on korkokengät tai nahkapohjat. Varmista, ettei kengänpohjiin ole upotettu kiviä tai teräviä esineitä.
- Kuten minkä tahansa juoksumattoharjoittelun kohdalla, varmista, että käyttäjä sisällyttää jäähdyttelyvaiheen käyttäjän harjoittelujakson loppuun. Varmista, että he palaavat täyteen kehonpainoon ja harjoittelevat maltillisesti ennen lopettamista. Vältä harjoitusjakson äkillistä lopettamista tai keskeyttämistä, kun käyttäjä on alennetulla kehonpainolla tai suurella nopeudella.
- Anti-Gravity-juoksumaton turvallisuus ja eheys voidaan säilyttää vain, jos Anti-Gravity-juoksumatto tarkastetaan säännöllisesti vaurioiden ja kulumisen varalta ja korjataan asianmukaisesti. Käyttäjä/omistaja tai laitoksen ylläpitäjä on yksin vastuussa säännöllisen huollon suorittamisesta. Kuluneet tai vaurioituneet osat on vaihdettava välittömästi, ja painovoimaton juoksumatto on poistettava käytöstä, kunnes korjaus on tehty. Anti-Gravity-juoksumattoa saa huoltaa ja korjata vain valmistajan toimittamilla tai hyväksymillä komponenteilla.



**VAROITUS:** AlterG käyttää neodyymimagneetteja pitämään pussin paikallaan lähellä käyttäjää. Neodyymimagneetit kuuluvat harvinaisten maametallien magneettiperheeseen ja ovat maailman tehokkaimpia kestopmagneetteja. Tuotteessa käytetään jopa kuutta N42-neodyymimagneettia pussin kummallakin puolella. Kullakin näistä magneeteista voi olla jopa 10 kg:n (22 lbs.) vetovoima ja 13 200 Gaussin magneettikenttä. Onneksi magneettikenttä laskee hyvin nopeasti magneetista niin, että 3 tuuman (7,6 cm) etäisyydellä magneettikenttä on yhteensä alle 100 Gaussia. Varovaisuutta on noudatettava, jos käyttäjällä on sydämen tahdistin, insuliinipumppu tai muita sähkömagneettisia tuotteita käytössä AlterG Anti-Gravity Treadmill -juoksumattohoidon aikana. Tarkista aina terveydenhuollon ammattilaiselta ennen tämän tuotteen käyttöä.



## Johdanto

### Lääkärin konsultointi

Kaikkien, jotka harkitsevat liikuntaohjelmaa tai aktiivisuuden lisäämistä, tulisi neuvotella lääkärin kanssa. On erittäin suositeltavaa, että käyttäjät noudattavat lääkärin ohjeita ennen harjoitusohjelmaa tai muuta fyysisen aktiivisuuden lisäämistä ja sen aikana, jos he:

- joilla on sydänsairaus, korkea verenpaine, diabetes, krooninen hengityselinsairaus tai kohonnut kolesterolit.
- Polta savukkeita
- ovat tällä hetkellä passiivisia, lihavia tai kärsivät jostain muusta kroonisesta sairaudesta tai fyysisestä vammasta, tai jos heidän suvussaan on esiintynyt tällaista sairautta.



#### **Neodyymimagneetit voivat vaikuttaa sydämentahdistimiin.**

Neodyymimagneetin lähellä olevat voimakkaat magneettikentät voivat vaikuttaa sydämentahdistimiin, sydämen sisäisiin sydämentahdistimiin ja muihin implantoituihin lääkinnällisiin laitteisiin. Monissa näistä laitteista on ominaisuus, joka deaktivoi sen magneettikentän vaikutuksesta. Siksi on oltava varovainen, jotta tällaiset laitteet eivät vahingossa deaktivoituisi.

### Lämmittelyn ja jäähdyttelyn merkitys

On tärkeää, että käyttäjät lämmittelevät ja jäähdyttelevät vähitellen ja tekevät venytyksiä ennen jokaista harjoitusta ja sen lopussa. Venyttely edistää tarvittavaa joustavuutta, joka auttaa ehkäisemään kipeytyneitä lihaksia ja vammoja päivittäisissä toiminnoissa.

Älä lopeta anti-gravitaatiojuoksumatolla tehtävää harjoittelua äkillisesti. Käyttäjän koko kehon paino on palautettava hitaasti, ja siihen on sisällyttävä muutama minuutti kävelyä koko kehon painolla ja alhaisella intensiteetillä ennen harjoitusjakson lopettamista.

### Asennus ja asennus

Anti-Gravity-juoksumatto asennetaan AlterG:n pätevän teknikon toimesta toimituksen jälkeen. Varmista, että tarkastat Anti-Gravity-juoksumaton toimituksen yhteydessä mahdollisten kuljetuksen aikana syntyneiden vaurioiden varalta. Ota valokuvia ja ilmoita kaikista vaurioista välittömästi kuljetusyhtiölle ja AlterG:lle. Kun allekirjoitat Anti-Gravity-juoksumattosi lähetyksen, otat vastuun kaikista vaurioista, joita saattaa esiintyä ennen asennusta.

### Sähköiset vaatimukset

Anti-Gravity-juoksumattoa varten suositellaan 20 ampeerin, 220 VAC @ 50/60 Hz -virtapiiriä, jossa on maadoitus. Anti-Gravity-juoksumaton mukana toimitettu pistoke on NEMA-kokoonpanojärjestelmän mukaan 6-20P. Pistoketta vastaava pistorasia on NEMA 6-20R.

Anti-Gravity-juoksumattoa varten suositellaan 20 ampeerin, 120 VAC @ 50/60 Hz -virtapiiriä, jossa on maadoitus. Anti-Gravity-juoksumaton mukana toimitettu pistoke on NEMA-kokoonpanojärjestelmässä nimetty 5-20P:ksi. Pistoketta vastaava pistorasia on NEMA 5-20R.

Kyseiselle maalle ja laitokselle sopiva pistoke on kytkettävä seuraavasti:

- Sininen Kapellimestari: Neutraali
- Brown Kapellimestari: Linja
- Vihreä/Keltainen Johtimet: Maa

## Maadoitusvaatimukset



**VAROITUS:** Sähköiskun vaaran välttämiseksi tämä laite saa kytkeä vain suojamaadoitettuun sähköverkkoon.

Anti-Gravity-juoksumatto on maadoitettava sähköisesti. Sähköhäiriön sattuessa maadoitus tarjoaa sähkövirralle pienimmän vastuksen reitin, joka vähentää sähköiskun riskiä. Anti-Gravity-juoksumaton virtajohdossa on maadoitettu pistoke. Tämä pistoke on kytkettävä asianmukaiseen pistorasiaan, joka on asianmukaisesti asennettu ja maadoitettu voimassa olevien kansallisten sähköteknisten määräysten sekä kaikkien paikallisten sääntöjen ja määräysten mukaisesti. Jos olet epävarma näistä vaatimuksista, ota yhteyttä AlterG:hen tai pätevään sähköasentajaan

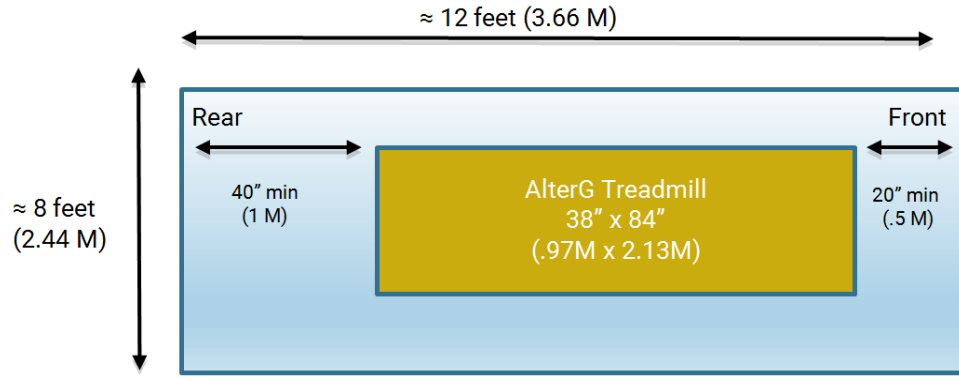
## Sijaintivaatimukset

Anti-Gravity-juoksumatto mittaa 85" (217cm) × 38" (97cm) ja painaa lähes 550lbs (249kg). Se on sijoitettava rakenteellisesti kestäväälle alustalle. Jos sitä käytetään maanpinnan yläpuolella, se on suositeltavaa sijoittaa lähelle huoneen nurkkaa tai paikkaan, jossa lattia on vahvimillaan, jotta varmistetaan maksimaalinen tuki nopean ja voimakkaan käytön aikana. Pinnan on oltava tasainen, jotta Anti-Gravity Treadmill -juoksumattorunko taipuu mahdollisimman vähän. Anti-Gravity-juoksumatto on sijoitettava enintään 3,7 metrin (12 jalan) päähän (juoksumattoon vasten) sopivasta pistorasiasta. Tarkista asia pätevältä sähköasentajalta tai AlterG:ltä, jos aiot pidentää johtoa jollakin tavalla. Varmista, että juoksumattoon vasten on vähintään 61 cm (24 tuumaa) tilaa, jotta pussi voi laajentua täyttymisen aikana. Jätä vähintään 1 m (40 tuumaa) juoksumattoon taakse, jotta käyttäjä pääsee turvallisesti sisään ja ulos, ja vähintään 0,5 m (20 tuumaa) laitteen eteen, jotta elektroniikkaan ja virran päälle/pois-kytkimeen pääsee käsiksi

Suosittelemme vähintään 3,7 metrin (12 jalkaa) pituista ja 2,4 metrin (8 jalkaa) leveää aluetta, joka tarjoaa riittävästi tilaa toiminnalle ja käyttäjille. Tarkista myös kattokorkeus, jotta varmistetaan, että käyttäjät eivät lyö päätään kattoon käytön aikana. Anti-Gravity-juoksumaton pinta on 22 cm (9") korkeudella lattiasta. 2,4 metrin (8 ft) katto voi olla liian matala pidemmille käyttäjille.

### AlterG Anti-Gravity Treadmill® asennukset Tekniset tiedot:

- Juoksumaton maksimikorkeus: 74" (1.88 M)
- Juoksumaton leveys: 38" (0.97 M)
- Juoksumaton pituus: 85" (2.17 M)
- Kattokorkeus vähintään: 96" (2.44 M)
- Tuotteen paino on ~550 lbs (249 Kg)
- **Tärkeä huomautus:** Sijoita etuosa 2,44 metrin (8 jalan) päähän pistorasiasta ja jätä laitteen etuosaan vähintään 0,5 metrin (20 tuumaa) vapaata tilaa, jotta elektroniikkaan ja on/off-kytkimeen pääsee käsiksi.



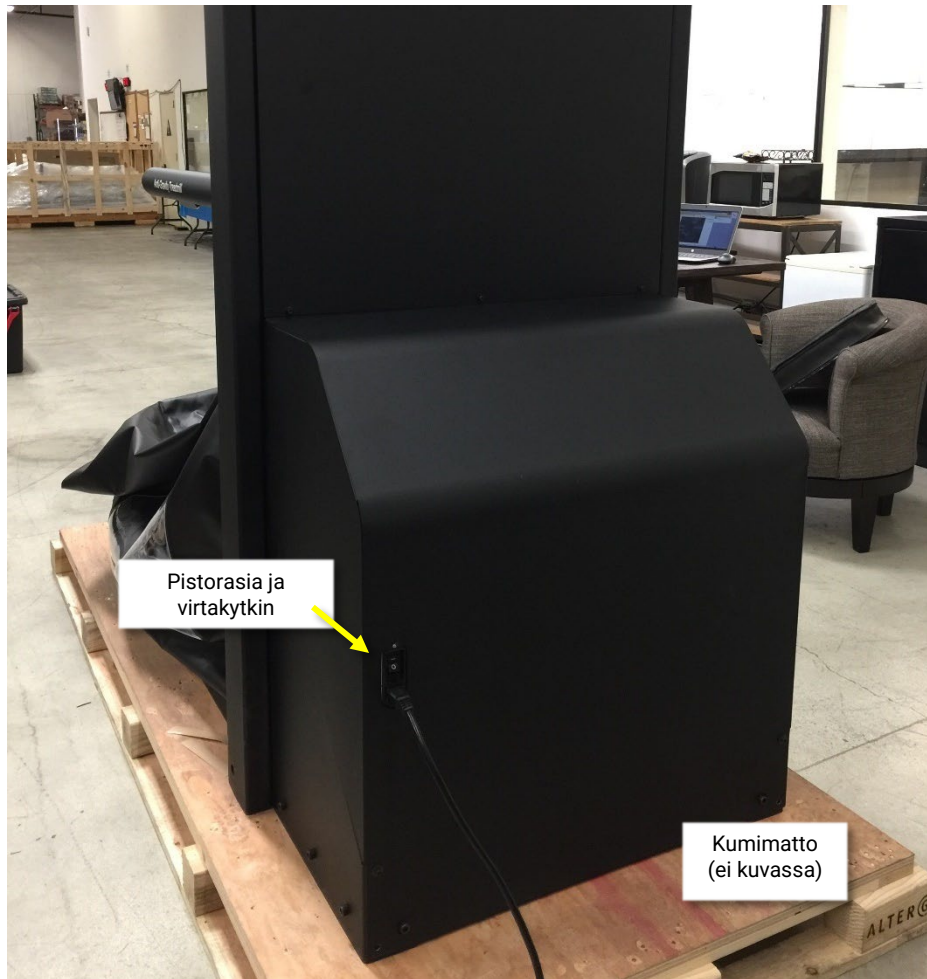
## Anti-Gravity-juoksumattosi kuljettaminen

Ota yhteyttä AlterG:hen, jos aiot siirtää Anti-Gravity-juoksumattoa. Anti-Gravity-juoksumatto ei kuulu takuun piiriin, jos Anti-Gravity-juoksumattoa siirretään väärin.

## Anti-Gravitaatio juoksumatto Komponentit

Anti-Gravity-juoksumattoa käyttävät tärkeimmät osat on merkitty alla oleviin kuviin.





## Operation

**Huomautus:** Seuraavat käyttöohjeet on tarkoitettu lääkärin suorittamiksi tai hänen johdolla suoritettaviksi

### Anti-gravitaatiojuoksumatolla käynnistäminen

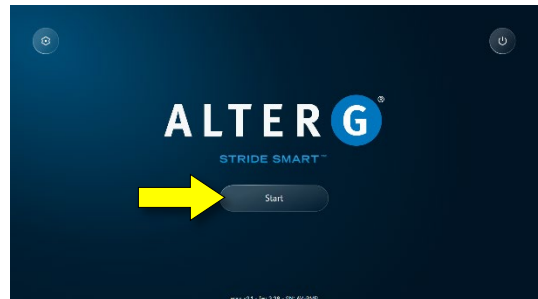
1. Virtakytkin sijaitsee Anti-Gravity-juoksumaton etupuolella. Kytke se päälle järjestelmän käynnistämiseksi ja ohjelmiston käynnistämiseksi. Kun ohjelmisto latautuu, vältä koskettamasta näyttöä, koska se voi häiritä käynnistysprosessia.

**Huomautus:** Käyttäjä ei saa seistä painovoimaisen juoksumattovyön päällä käynnistuksen aikana. Jos käyttäjä painaa vahingossa vyön päälle käynnistuksen aikana, näyttöön tulee virheilmoitus. Pyydä käyttäjää seisomaan laitteen ulkopuolella, kunnes käynnistysjakso on päättynyt.



2. Järjestelmä on valmis, kun Tervetuloa-näyttö tulee näkyviin.

**Huomautus:** Jos et ole lukenut tätä käyttöohjetta, on suositeltavaa, että lopetat nyt tai pyydät asianmukaiset ohjeet pätevältä käyttäjältä. Napauttamalla **Käynnistä** vahvistat, että olet lukenut ja ymmärtänyt tämän käyttöoppaan



### Käyttäjän kiinnittäminen painovoimattomaan juoksumattoon

Tässä jaksossa kuvatut menettelyt:

- Shortsien pukeminen
- Astuminen painovoimattomaan juoksumattoon
- Vetoketju pussiin
- Ohjaamon korkeuden asettaminen
- Turvanauhan kiinnittäminen

#### Shortsien pukeminen

Anti-Gravity-juoksumattosi mukana toimitetaan räätälöidyt kompressioshortsit, jotka varmistavat ilmatiiviin tiivisteiden käyttäjän vartalon ja juoksumattosi pussin aukon välille. On suositeltavaa, että käyttäjä pukee shortsit päälleen ennen juoksumatolle astumista.

Pyydä käyttäjää valitsemaan koko, joka on sopiva mutta ei epämukava, ja varmista, että merkki on käyttäjän selässä ja shortsien sisäpuolella. Mukavan istuvuuden ja puristumisen estämiseksi on suositeltavaa, että käyttäjä käyttää shortsien alla juoksushortseja tai sukkahousuja.

**Huomautus:** Shortsit ovat lateksittomat (joustava nailon, jossa on uretaanilaminaatti).





## Astuminen painovoimattomaan juoksumattoon



**VAROITUS:** Ennen kuin käyttäjä astuu painovoimaisen juoksumaton juoksualustalle, varmista, että turvakytin on työnnetty konsolin tasalle. Jos turvakytin ei ole paikallaan, juoksumatto olettaa, että kyseessä on turvallisuusongelma, ja kytkee juoksupinnan pois päältä.

1. Varmista ennen juoksumattoon astumista, että ohjaamo on alimmalla tasolla. Juoksumatolle astuminen ohjaamon ollessa korkeammalla saattaa aiheuttaa ohjaamon liikkumisen, jolloin käyttäjä saattaa menettää tasapainonsa.

Varmista, että kengänpohjiin ei jää kiviä tai teräviä esineitä. Tällaiset esineet voivat kolhia tai vahingoittaa pussia.

2. Tartu käsijohteisiin, astu juoksumatolle takaa ja astu pussin aukkoon. Astu tarvittaessa askelmalevyille ennen kuin astut pussin aukkoon.

**Huomautus:** Pussin kangas ei sisällä lateksia.



3. Ota kiinni laukun kummallakin puolella olevasta kahvasta ja nosta laukku suoraan ylös kaiteisiin.

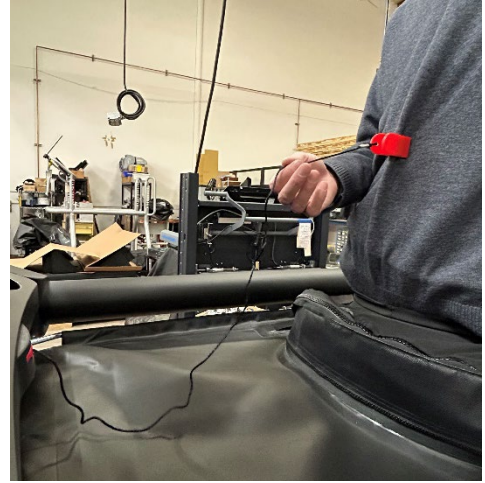


4. Vedä ylöspäin, kunnes pussin molemmat sivut napsahtavat kiinni kaiteiden alapuolella oleviin magneetteihin.



## Ohjaamon korkeuden asettaminen

1. Kiinnitä turvanauha vaatteisiisi ennen istunnon aloittamista. Varmista, että se on tukevasti kiinni.

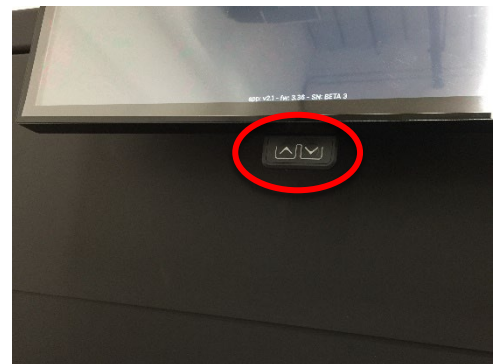


2. Käänny kasvot menosuuntaan ja käytä ohjaamon korkeuden säätöä kosketusnäytön alareunassa olevia ylös- ja alasnuolinäppäimiä ohjaamon säätämiseksi halutulle korkeudelle.

**Huomautus:** Ohjaamon korkeussäätö on tehtävä ennen istunnon aloittamista. Ohjaamon korkeussäätö poistetaan käytöstä heti, kun istunto alkaa.

Aseta ohjaamo sellaiselle korkeudelle, että vetoketju on suoliluun harjanteen kohdalla (lantion luun yläreuna, joka on hieman vyötärön tason alapuolella). Jos haluat lisätukea vartalolle, ohjaamo voidaan asettaa korkeammalle.

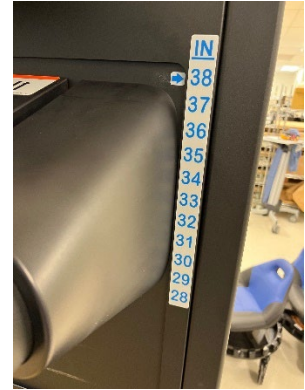
**Huomautus:** Varmista, että kaiteiden yläpuolella on riittävästi tilaa, jotta kädet voivat heilua mukavasti harjoituksen aikana.





**Huomautus:** Sisäkorkeudet on merkitty sivutukiin. Niitä voidaan käyttää merkitsemään ohjaamon korkeus eri käyttäjille.

Lisätietoja on kohdassa " Merkinnät, sijainnit, tulkinta "



Oikea puoli



Vasen puoli



**VAROITUS:** Moottoroitu ohjaamon säätö ei ole käytössä, kun pussi on täyttymässä tai kun se on täysin täyttynyt. Jos pussia on säädettävä uudelleen käyttäjän harjoittellessa, keskeytä harjoitus. Voit sitten muuttaa ohjaamon korkeutta.

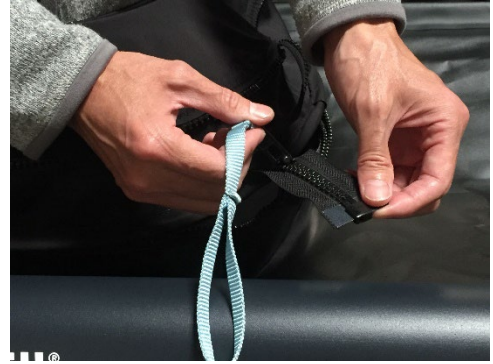
## Vetoketjuun pussiin

Kun ohjaamo on paikoillaan, vedä vetoketju Anti-Gravity Treadmill -juoksumattoon vetoketjulla vetämällä shortsit kiinni pussiin

Vetoketju aloitetaan vartalosi etupuolelta ja keskeltä ja vedetään vastapäivään (vasemmalle) koko matkan ympäri, kunnes se palaa päällekkäin eteen.

Varmista, että vetoketju on täysin kiinni, jotta se sulkeutuu kokonaan.

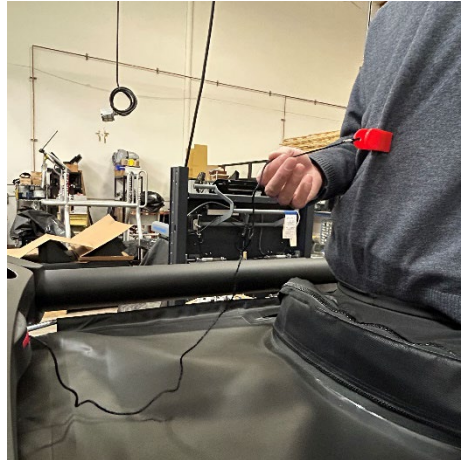
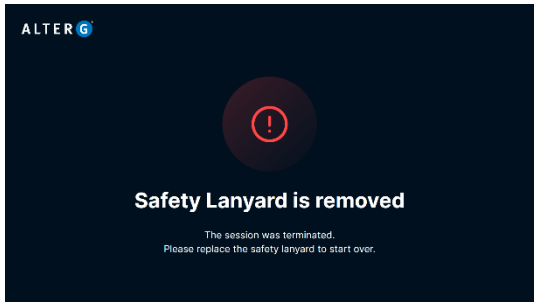
Vetoketju mahdollistaa käyttäjän nopean kiinnittämisen pussiin ja irrottamisen siitä, helpottaa hygieniaa ja mahdollistaa räätälöidyn istuvuuden kaikenkokoisille käyttäjille.



## Turvaliinan kiinnittäminen

Kuten aiemmin on kuvattu, käytä aina Anti-Gravity-juoksumatolla mukana toimitettua magneettista turvanauhakiinnikettä. Varotoimenpiteenä juoksumatto ei toimi ilman turvakytintä, joka on työnnetty sisään niin, että se on samassa tasossa hätäpysäytysmekanismiin (E-Stop) kanssa.

**HUOMAUTUS:** Hätäkortti ei tule kokonaan ulos mekanismista. Kun sitä vedetään, se ulottuu noin 2,5 cm:n (1 tuuman) päähän.

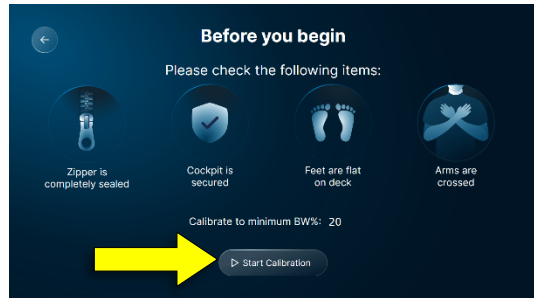
| Operaattori tai käyttäjä Toiminta                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Näyttö                                                                                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Varmista, että turvanauha on kiinnitetty turvallisesti vaatteisiisi.</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                         |
| <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Työnnä konsolin etupuolella oleva punainen E-Stop-kytkin sisään niin, että se on konsolin kanssa samassa tasossa; muuten painovoimainen juoksumatto ei toimi.</li> </ol> <div data-bbox="251 1163 341 1241">  </div> <p><b>VAROITUS:</b> Älä koskaan yritä kumota tätä kriittistä turvaominaisuutta kiinnittämällä köyttä laukkuun, painovoimaisen juoksumaton rakenteeseen tai mihinkään muuhun kuin käyttäjän vaatteisiin.</p> <p>Jos käyttäjä kaatuu harjoituksen aikana, kytkin aktivoituu ja juoksumattoon kytkeytyvä virta katkeaa; ilmanpaine vapautuu; juoksumaton juoksupinta irtaoo käyttövoimasta ja voi liikkua vapaasti. Näyttöön tulee viesti "Turvalenkki on irrotettu".</p> |   |
| <ol style="list-style-type: none"> <li>3. Continue to " Harjoitusjakson aloittaminen ja loppuun saattaminen ".</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                           |

## Aloittaminen ja loppuun saattaminen Harjoitusjakso

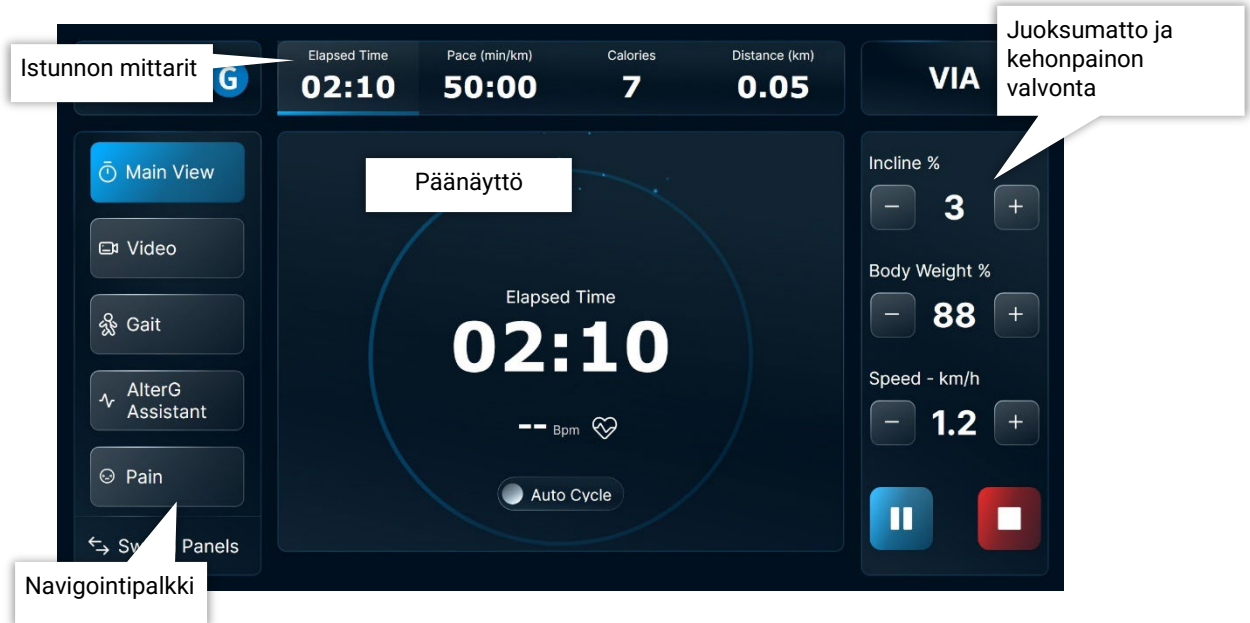
Tässä jaksossa kuvatut menettelyt:

- Harjoitusjakson
- Kosketusnäytön ominaisuuksien ja hallintalaitteiden käyttäminen
- Anti-Gravity-juoksumaton nopeuden säätäminen

### Aloittaminen Harjoitusjakso

| Operaattori tai käyttäjä Toiminta                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Näyttö                                                                                                                                                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>1. VALMISTAUTUMINEN LIIKUNTAAN.</p> <p>Napauta Tervetuloa-näytössä <b>Käynnistä</b>.</p> <p>Ennen kuin aloitat, seiso liikkumatta juoksumattohihnan pinnalla. Älä pidä kiinni tai tue itseäsi mistään järjestelmän rakenteen osasta. Järjestelmä punnitsee sinut ennen harjoittelua, ja juoksumaton on tuettava koko kehon painoa.</p>                                                                                                                                                          |                                                                                           |
| <p>2. HARJOITUSJAKSON ALOITTAMINEN.</p> <p>Noudata Ennen aloittamista -näytön ohjeita ja napauta sitten <b>Aloita kalibrointi</b>.</p> <p>Anti-Gravity-juoksumatto suorittaa kalibroitirutiinin, jonka avulla järjestelmä määrittää kotelopaineen ja kehon painon välisen suhteen. Tunnet pussin paineen muuttuvan, kun järjestelmä kalibroi.</p> <p>Kalibroitirutiinin aikana kädet on parasta laittaa ristiin, jotta vältät koskemasta mihinkään rakenteen osaan ja pilaamasta kalibrointia.</p> | <br> |
| <p>Sinulle ilmoitetaan viipymättä, kun kalibrointijakso on valmis. Näytössä näkyy prosenttiosuus kehon painosta, joka voidaan irrottaa painosta.</p> <p>3. <b>Aloita</b> harjoitusjakso napauttamalla <b>Start Session</b>. Toimimattomuus peruuttaa suoritetun kalibroinnin.</p>                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                         |

Päänäytön hallintalaitteet on esitetty ja kuvattu jäljempänä.



#### Operaattori tai käyttäjä Toiminta

#### Näyttö

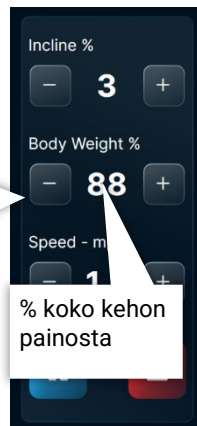
##### 4. SÄÄDÄ KEHON PAINOA.

Säädä kehon painoa plus- ja miinuspainikkeilla. Plus-näppäintä napauttamalla painosi kasvaa ja miinus-näppäintä napauttamalla painosi pienenee. Kehonpainosi näytetään prosentteina koko kehon painosta. Voit säätää kehonpainoasi milloin tahansa harjoituksen aikana. Jos pidät ohjainta painettuna, kehonpainoprosentti muuttuu.



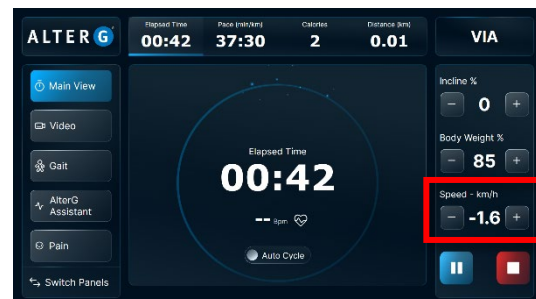
**VAROITUS:** 40 %:n ja sitä pienemmän kehonpainon kohdalla voit tulla epävakaa, jos hyppäät tai suoritat muuta toimintaa kuin kävelyä tai juoksua. Vähennä kehon painoprosenttia hitaasti, jotta voit tottua uuteen tuntemukseen ja säätää kävelymekaniikkaasi sen mukaisesti.

Lisää paino-% napauttamalla plussaa, vähennä paino-% napauttamalla miinus.



##### 5. VALITSE JUOKSUMATTOSUUNTA.

Kun juoksumatto käynnistyy, se on ohjelmoitu eteenpäin kulkemista varten. Jos haluat kävellä taaksepäin, napauta miinussäädintä, kunnes Speed näyttää negatiivisia lukuja.





## Operaattori tai käyttäjä Toiminta

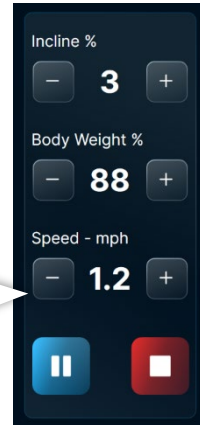
## Näyttö

### 6. SÄÄDÄ JUOKSUMATTONOPEUTTA.

Säädä juoksumaton nopeutta plus- ja miinuspainikkeilla. Eteenpäin mentäessä nopeus alkaa 0,8 km/h (0,5 mph) ja kasvaa 0,16 km/h (0,1 mph) askelin jokaisella painikkeen napautuksella ylöspäin. Kun juoksumatto on ohjelmoitu taaksepäin, nopeus alkaa 0,5 mph (0,8 km/h) ja kasvaa 0,1 mph (0,16 km/h) askelin. Jos pidät ohjainta painettuna, nopeus muuttuu nopeammin.

**Huomautus:** Viimeaikaiset ohjelmistomuutokset mahdollistavat nyt 1 MPH:n (1,6 km/h) suuriset nopeudenmuutokset. Tämän ominaisuuden voi kytkeä päälle/pois asetusten kautta asetusnäytössä.

Lisää nopeutta napauttamalla plus, vähennä nopeutta napauttamalla miinus.

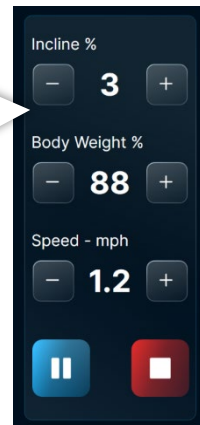


### 7. SÄÄDÄ JUOKSUMATTOA KALTEVUUTEEN.

Lisää kaltevuutta napauttamalla plus ja vähennä kaltevuutta napauttamalla miinus.

**Huomautus:** Juoksumaton kaltevuutta ei voi säätää yli 5 %, jos nopeus on asetettu alle 0,8 km/h (0,5 mph).

Lisää kaltevuusprosenttia napauttamalla plus, vähennä kaltevuusprosenttia napauttamalla miinus.



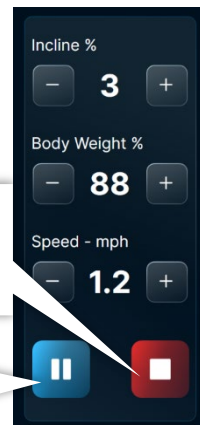
### 8. HARJOITUSJAKSON LOPETTAMINEN TAI KESKEYTTÄMINEN.

Palauta juoksumatto 0 %:n kaltevuuteen, ennen kuin lopetat harjoituksen. Lopeta harjoitusjakso napauttamalla **Stop**.

Aseta juoksumatto taukotilaan napauttamalla **Tauko**. Juoksuhinna pysähtyy, mutta kaikki tilastotiedot säilyvät. Ruumiinpainon tuki säilyy juoksumatto tauotettaessa. Jatkaaksesi harjoitusjaksoa napauta painiketta uudelleen (**Resume**).

Lopeta harjoitusjakso napauttamalla Stop

Pysäytä juoksumatto napauttamalla Tauko, jatka uudelleen napauttamalla Tauko



## Antipainovoiman juoksumatolta pois astuminen

1. Pysäytä istunto ja odota, että juoksumatto pysähtyy kokonaan.
2. Odota, että pussi tyhjenee kokonaan.
3. Käyttäjä voi sitten:
  - Irrota turvaklipsi heidän vaatteistaan.
  - Avaa shortsit pussista.
  - Laske ohjaamo ohjaamon korkeussäädön ylös- ja alasnuolinäppäimillä.
  - Irrota pussi magneettikiinnikkeistä painamalla pussin u-tankoa alaspäin.
  - Poistu juoksumatolta kääntymällä ympäri, astumalla ulos pussin aukosta ja poistumalla varovasti juoksumaton takaosasta.





## Istunto Näyttö

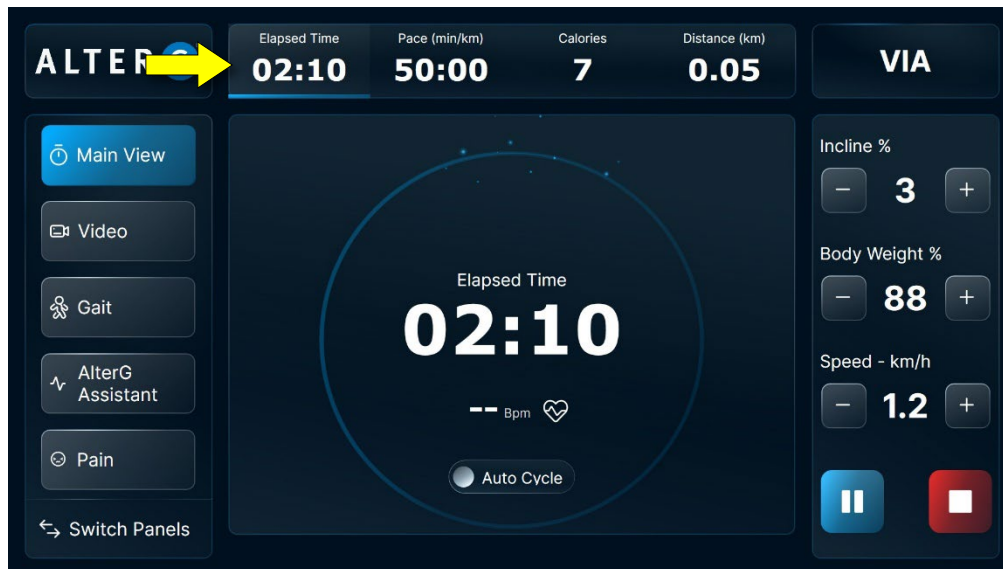
Istuntonäytöllä saat graafisen yleiskatsauksen kehon painosta, nopeudesta ja kaltevuudesta. Se sisältää myös tietoja keskinopeudesta, kulutetuista kaloreista ja kokonaismatkasta.

Syke näkyy näytön keskellä, kun jokin istuntonmittari on valittu.

## Istunnon mittarit

Istunnon mittarit näytetään oletusarvoisesti näytön yläosassa. Näytössä näkyvät istunnon kulunut aika, kulutetut kalorit, vauhti ja kuljettu matka

Vaihtoehtoiset asetellut voidaan asettaa Asetuksissa. Lisätietoja on kohdassa " Asetukset ".



## Kalorit

Näytössä näkyvä kalorimäärä ottaa huomioon kehon painoprosenttisi sekä juoksumattonopeuden, kaltevuuden ja matkan. Tämän seurauksena kulutettujen kalorien lukema on tarkempi verrattuna kuntoilulaitteisiin, jotka eivät ota huomioon näitä parametreja.

Katso lisätietoja siitä, miten AlterG Anti-Gravity® juoksumatto laskee kulutetut kalorit, osoitteesta <http://42.195km.net/e/treadsim/>.

## Sykkeen seuranta

### Sykemittari

AlterG-juoksumattonäyttö on suunniteltu vastaanottamaan käyttäjän syke yhdessä Polar® (rintaremmi) -sykemittarin kanssa. Polarin rintahihnoja voi ostaa suosituimmista urheiluvälineliikkeistä tai verkosta. Jotta näyttö näyttää käyttäjän sykkeen oikein, näytön vastaanottimen on saatava vakaa sykesignaali Polar-lähetimestä. Polar-sykemittari koostuu kahdesta pääelementistä: 1) anturi/lähetin ja 2) AlterG-juoksumattonäytössä oleva vastaanotin.

#### Kuinka käyttää rintahihnaa Lähetin

Anturia/lähetintä käytetään hieman rinnan alapuolella ja vatsan yläosassa, suoraan paljaalla iholla (ei vaatteiden päällä). Lähettimen on oltava keskellä rintalihasten alapuolella. Kun hihna on kiinnitetty, vedä se pois rinnasta venyttämällä hihnaa ja kostuta johtavat elektrodiliuskat pelkällä vedellä. Lähetin toimii automaattisesti, kun käytät sitä; se ei toimi, kun se on irrotettu kehosta. Koska kosteus voi kuitenkin aktivoida lähettimen ja hikikerroksen aiheuttamat suolakertymät voivat olla ongelma, huuhtelee lähetin vedellä ja pyyhi se kuivaksi käytön jälkeen. Rintanauha on pestävä. Kun olet irrottanut lähettimen, pese ranneke lämpimässä vedessä miedolla saippualla ja huuhtelee se huolellisesti puhtaalla vedellä.

Juoksumattonvastaanottimen kanssa yhteensopivat Polar-lähetimet ovat seuraavat: Polar-mallit T31, T31C, T34, H9 ja H10.

#### Vastaanotin

Signaalin vastaanottaminen edellyttää, että olet enintään kahden ja puolen metrin päässä vastaanottimesta. Ota huomioon, että lähetin voi vaihdella epätasaisesti, jos olet liian lähellä muita Polar-laitteita. Pidä vähintään kolmen jalan etäisyys muiden Polar-laitteiden välillä.

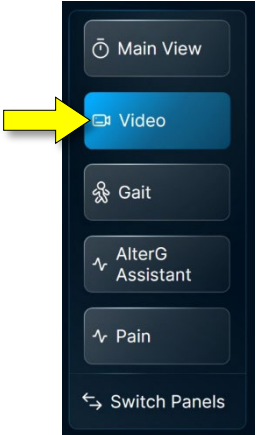
**HUOMAUTUS: Sykevastaanotto voi häiriintyä, jos Polar-monitori on liian lähellä voimakkaita sähkömagneettisen säteilyn lähteitä, kuten televisiota, henkilökohtaisia tietokoneita, sähkömoottoreita ja joitakin muita kuntolaitteita. Yhden vastaanottimen kantaman sisällä saa käyttää vain yhtä lähetintä, koska vastaanotin voi vastaanottaa useita signaaleja samanaikaisesti, mikä aiheuttaa epätarkan lukeman.**



**VAROITUS: AlterG-juoksumatolla mitattu syke on vain viitteellinen. Mitään lääketieteellistä hoitoa tai diagnoosia ei pidä perustaa Polar Monitoriin.**

## HD-videovalvontajärjestelmän käyttö (vain NEO+:lle).

### Aloittaminen

| Operaattori tai käyttäjä Toiminta                                               | Näyttö                                                                              |
|---------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| Voit tarkastella kameraa napauttamalla navigointipalkissa kohtaa <b>Video</b> . |  |

### Kameroiden tarkennus ja paikannus

NEO+ Anti-Gravity-juoksumatossa on kamera. Etukamera on asennettu pussin sisäpuolelle ja tarkennettu tehtaalla ennen toimitusta.



### Kameranäkymät

NEO+:n etukamera on kiinnitetty pysyvästi juoksupyörälaukun sisälle. Käyttäjän kävelyä kuvaava live-video näkyy näyttöalueen keskellä.



## Käyttäminen Gait (valinnainen vain NEO+:lle)

### Kävelymittaukset \*

| Operaattori tai käyttäjä Toiminta                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Näyttö                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Anti-Gravity-juoksumatto mittaa seuraavia asioita:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Painoa kantava symmetria</li> <li>Cadence</li> <li>Asentoajan symmetria</li> <li>Askelpituuden symmetria</li> </ul> <p>Näytä Gait napauttamalla navigointipalkissa <b>Gait</b>.</p> <p>Kävelymittaukset heijastavat kummankin jalan kolmen viimeisen askeleen keskiarvoa.</p> <p>* Kävelyanalytiikka on tarkoitettu kävelyyn. Kävelyllä tarkoitetaan kävelyä, jossa toinen jalka on aina juoksumattohihnan pinnalla. Juostessa saadut kävelytiedot eivät välttämättä anna tarkkoja tietoja.</p> |  |

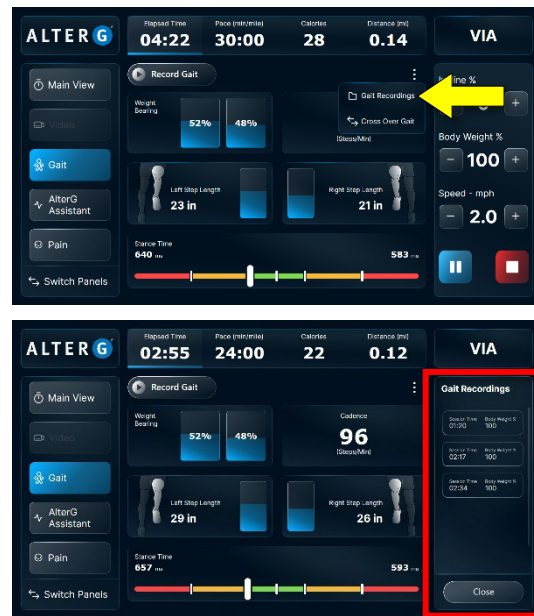
### Kävely Analytics

| Operaattori tai käyttäjä Toiminta                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Näyttö                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>1. Käyttäjät voivat tallentaa "leikkeitä" kävelytiedoista. Napauta <b>Record Gait (Tallenna kävely)</b> -näytössä. (Tallennuksen pituudelle ei ole aikarajaa.) Painike muuttuu näyttämään, että tallennus on käynnissä, ja tallennuksen kulunut aika näytetään. Lopeta tallennus napauttamalla painiketta uudelleen. Tallennus tallennetaan.</p> <p>Toista tämä vaihe tallentaaksesi yksittäisiä "leikkeitä" kävelytiedoista eri aikoina harjoitusjakson aikana.</p> <p>Suosittellemme erilaisten klippien tallentamista, jotta voit nähdä kehon painon, kaltevuuden tai nopeuden vaikutuksen kävelyn symmetriaan.</p> <p>Voit tallentaa kävelytiedon tallenteet harjoitusjakson lopussa istuntoraporttiin. Lisätietoja on kohdassa "Istunnon lopun raportointi".</p> <p>Voit säätää mitä tahansa juoksumaton säätöjä tallennuksen aikana (kehonpaino %, kaltevuus % ja nopeus).</p> |  |

## Operaattori tai käyttäjä Toiminta

## Näyttö

2. Jos haluat näyttää kävelytallenteet luettelona, napauta **Record Gait** -painikkeen oikealla puolella olevaa Options (Valinnat) -valikkoa ja valitse sitten **Gait Recordings (kävelytallenteet)**.
3. Sulje kävelyn tallennusluettelo napauttamalla **Sulje** oikeassa alakulmassa.



## Ristikkäinen kävely

### Operaattori tai käyttäjä Toiminta

### Näyttö

**Ristikkäinen kävely.** Jos potilaalla on saksiva kävely (jalka ylittää keskiviivan istuttaessa), napauta **Record Gait** -painikkeen oikealla puolella olevaa Options (Valinnat) -valikkoa ja valitse sitten **Cross Over Gait (Ristikkäinen kävely)**.

Kun cross-over gait-tila on käytössä, "Cross Over Gait: Activated" (Aktivoitu) näkyy Step Length (Askeleen pituus) yläpuolella

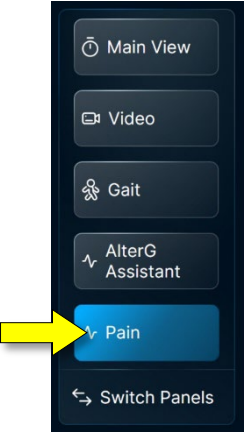
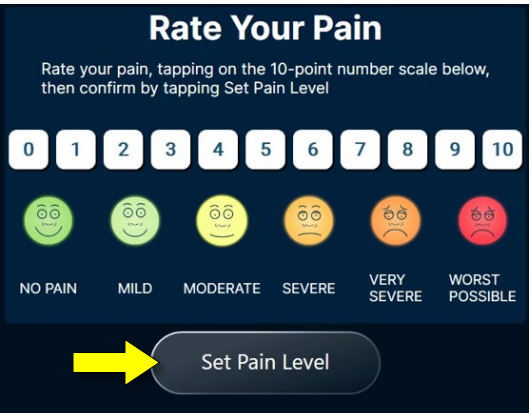
Tämän ansiosta ohjelmisto tunnistaa oikean jalan, kun vasemmanpuoleiset kuormitussolut havaitsevat painon, ja vasemmanpuoleinen jalka, kun oikeat kuormitussolut havaitsevat painon.

Voit poistaa tämän tilan käytöstä napauttamalla vaihtoehtoa uudelleen.



## Käyttökipu

### Kivun tallentaminen

| Operaattori tai käyttäjä Toiminta                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Näyttö                                                                                                                                                                     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Jos haluat kirjata kiputason harjoituksen aikana, napauta navigointipalkissa <b>Kipu</b>.</p> <p>Kipu voidaan kirjata asteikolla 0-10 (0 = ei kipua, 10 = suurin kipu). Jos haluat kirjata kivun, valitse (napauta) numero välillä 0-10 ja napauta <b>Set Pain Level (Aseta kiputaso)</b>.</p> <p>Istunnon aikana ei ole kehotuksia, jotka muistuttaisivat sinua kivun syöttämisestä. Terapeutin tehtävänä on pyytää potilasta asettamaan kiputasonsa koko istunnon ajan.</p> | <br> |



## Kipu Tulokset

### Operaattori tai käyttäjä Toiminta

Käyttäjän asettamat kiputasot näkyvät näyttöalueella oikealla. Siinä näkyy valittu kiputaso, aika ja käyttäjän valitsema kehon painoprosentti.

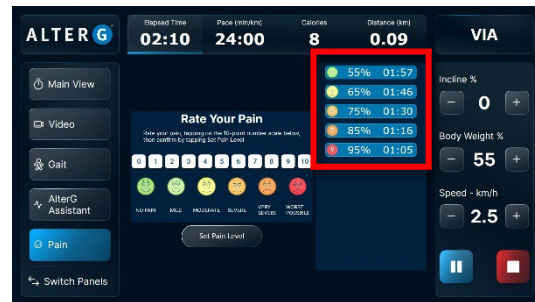
Toista nämä vaiheet, jos haluat arvioida eri kiputasoja harjoittelun aikana.

Kiputulokset sisältyvät istuntoportin kuvaajaan. Kuvaaja näyttää kivun suhteessa likimääräiseen ruumiinpainoon (%). (Jos esimerkiksi kirjasit kiputason 8 93 %:n ruumiinpainon kohdalla, numero 8 näkyy 90 %:n ja 100 %:n välissä).

Myös toleranssi näytetään. Tämä on kehon painon prosenttiosuus, jossa potilas tunsi vähiten kipua.

**Huomautus:** Kiputulokset sisällytetään automaattisesti, kun lähetät tai tallennat istunnon loppuraportit sähköpostitse (lisätietoja on kohdassa "End-of-Session Reporting").

### Näyttö



## Raportointi istunnon päätyttyä

Istunnon loppuraportti on yhteenveto istunnon yksityiskohdista. Harjoitusistunnon lopussa voit lähettää sähköpostitse tai tallentaa kopion istuntoportista, kävelytiedoista ja istunnon aikana tehdyistä kipumittauksista. Se lähetetään sinulle sähköpostitse tai tallennetaan USB-muistiin PDF-muodossa. Raportissa ei ole potilaan tai urheilijan nimeä.

Kaikki istuntoportit, joita ei ole lähetetty sähköpostitse tai tallennettu istunnon päätyttyä, poistetaan.

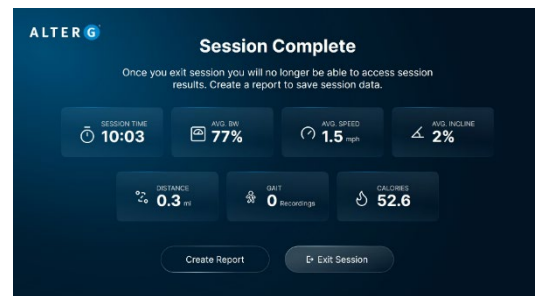
Arvioitu odotusaika sähköpostiraporttien lähettämiseen on noin 20 sekuntia Wi-Fi-yhteydestäsi riippuen. Ole kärsivällinen ja varmista, että kaikki tiedot on lähetetty, ennen kuin poistut juoksumatolta.

## Istunnon loppuraporttien luominen

### Operaattori tai käyttäjä Toiminta

1. Kun istunto lopetetaan, näyttöön tulee Istunto valmis -näyttö. Voit luoda raportin napauttamalla **Luo raportti**.

### Näyttö



## Operaattori tai käyttäjä Toiminta

## Näyttö

- Valitse Luo raportti -näytössä ne kävelytallenteet, jotka haluat sisällyttää raporttiin, napauttamalla valintaruutuja (tai napauta **Valitse kaikki**) ja napauta sitten **Jatka**.

Voit lähettää raportin sähköpostiosoitteeseen (katso "Raporttien lähettäminen sähköpostitse") tai viedä raportin USB-muistitikulle (katso "Raporttien tallentaminen ja vienti USB-muistitikulle")



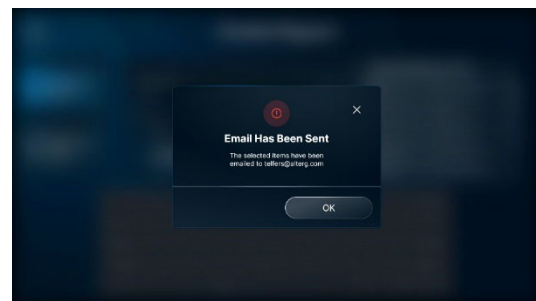
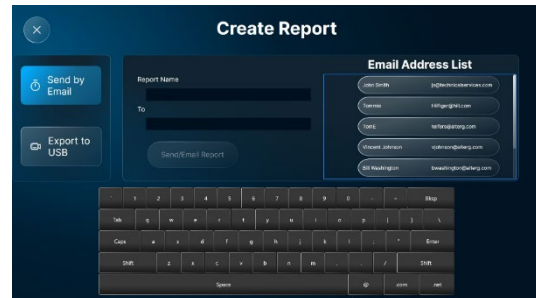
## Raporttien lähettäminen sähköpostitse

### Operaattori tai käyttäjä Toiminta

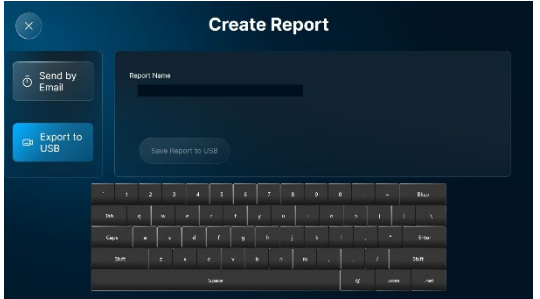
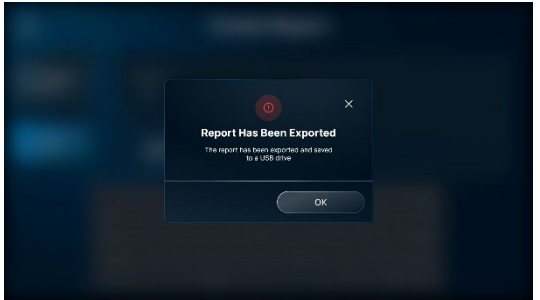
### Näyttö

- Jos haluat lähettää raportin sähköpostiosoitteeseen, napauta vasemmalla olevaa Lähetä sähköpostilla -painiketta,
- Kirjoita raportin nimi ja sähköpostiosoite näytön näppäimistöllä. Raportin nimeksi suosittelemme tunnistamatonta potilastunnusta (esimerkiksi 12345) tai istunnon aikaa ja päivämäärää (esimerkiksi 181205 02:00). Tämä auttaa sinua tunnistamaan potilaan. Suosittelemme lähettämään tiedot sähköpostitse itsellesi ja liittämään ne myöhemmin potilaan EMR-tietoihin. Jos tarjolla on luettelo sähköpostiosoitteista, valitse haluamasi sähköpostiosoite.
- Napauta **Lähetä/Email-raportti**.

Vahvistusviesti tulee näkyviin, kun sähköposti on lähetetty valittuun sähköpostiosoitteeseen. Napauta **OK**.



## Raporttien tallentaminen ja vienti USB:lle

| Operaattori tai käyttäjä Toiminta                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Näyttö                                                                                                                                                                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>Jos haluat viedä raportin USB-muistitikulle, aseta USB-muistitikku konsolin korttipaikkaan ja napauta vasemmalla olevaa <b>Vie USB-muistitikulle</b>-painiketta.</li> <li>Kirjoita raportin nimi näytön näppäimistöllä. Suosittelemme tunnistamatonta potilastunnusta (esimerkiksi 12345) tai istunnon aikaa ja päivämäärää (esimerkiksi 181205 02:00). Tämä auttaa sinua tunnistamaan potilaan.</li> <li>Napauta <b>Tallenna raportti USB:hen</b>.<br/>Kun raportti on tallennettu ja viety, näyttöön tulee vahvistusviesti. Napauta <b>OK</b>.</li> </ol> <p><b>Huomautus:</b> Voit tallentaa niin monta raporttia kuin haluat, kunhan USB-muistitikulla on tarpeeksi tilaa.</p> |   |

## Hätäpoistomenettelyt

Siinä epätodennäköisessä tapauksessa, että potilas jää liikkumattomaksi Anti-Gravity-juoksumattoon, noudata alla olevia kiireellisiä ohjeita tilanteen turvaamiseksi ennen kuin soitat numeroon +1510.270.5900 tai viittaat osoitteeseen alterg.com.

### TÄRKEITÄ HUOMAUTUKSIA:

1. AlterG-juoksumattojen juoksuhihna ei lukitu paikalleen, joten kiinnitä se pitämällä jalkaasi sitä vasten juoksumattojen takaosassa.

## Hätäskenaariot

On kolme todennäköistä tilannetta, joissa potilas voi tarvita kiireellistä apua Anti-Gravity-juoksumatolta poistumisessa:

### Skenaario 1

Potilas kaatuu tai väsyvät niin paljon, ettei hän pysty poistumaan juoksumatolta ennen kuin ilmakammio on täytetty ilmalla.

Vaihtoehto 1: Jos potilas pystyy seisomaan, pysäytä juoksumatto ja kiinnitä hihna jalalla. Auta potilasta poistumaan juoksumatolta.

Vaihtoehto 2: Vyön liikkumisen estäminen kiinnittämällä se jalalla. Irrota juoksumaton pohjan pussimutterit.

Vaihtoehto 3: Vyön liikkumisen estäminen kiinnittämällä se jalalla. Katkaise ilmakammio ja auta potilasta poistumaan juoksumatolta.



### Skenaario 2

Potilas väsyvät niin paljon, ettei hän pysty poistumaan juoksumatolta sen jälkeen, kun ilmakammio on täytetty.

Vähennä kehon painoprosentti alle 40 prosenttiin ja pyydä potilasta istumaan paikallaan, kunnes hän on saanut voimansa takaisin ja pystyy poistumaan omin avuin.

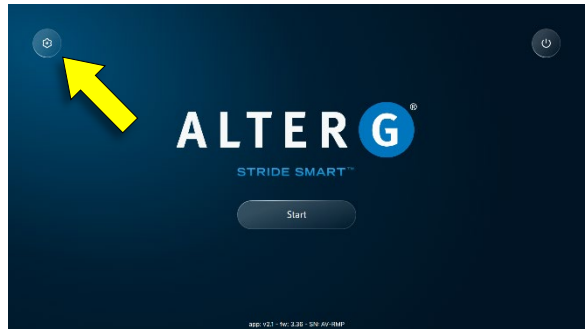
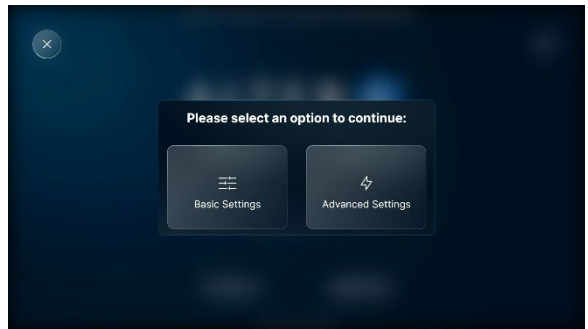
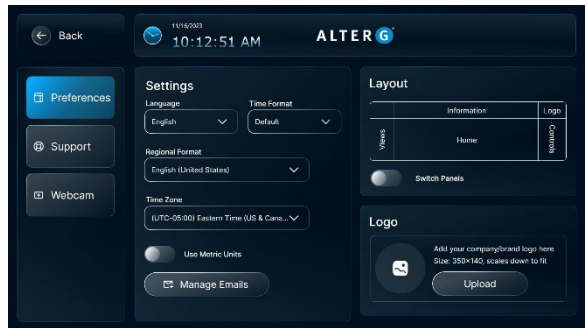
### Skenaario 3

Moottoroitu ohjaamo kytkeytyy pois käytöstä.

Jos moottoroitu ohjaamo kytkeytyy pois päältä, pysäytä juoksumatto ja irrota käyttäjän vetoketju pussista. Laske ohjaamon U-palkki alas ja kiinnitä vyö jalalla. Auta potilasta poistumaan juoksumatolta.

## Asetukset

**Huomautus:** Tässä osassa kuvataan vain perusasetukset. Lisätietoja lisäasetuksista on NEO-huoltokäsikirjassa.

| Operaattorin toiminta                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Näyttö                                                                               |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Pääset Asetukset-näyttöihin palaamalla aloitusnäyttöön ja napauttamalla näytön vasemmassa yläkulmassa olevaa Asetukset-kuvaketta.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |    |
| 2. Napauta Perusasetukset.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |   |
| <p>Perusasetukset on jaettu kolmeen alueeseen. Valitse jokin vaihtoehtoista napauttamalla navigointipalkin vastaavaa painiketta:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Etusijajärjestys.</b> Aseta aikavaihtoehdot, hallitse sähköposteja, säädä käyttöliittymän ulkoasua ja lataa yrityksesi logo.</li> <li><b>Tuki.</b> Valintoihin kuuluvat: Tekninen tuki, Käynnistä sovellus uudelleen, Sammuta tietokone, Kirjautu ulos, Lähetä lokit, Aseta huoltopäivämäärä, Puhaltimen käyttö ja kokonaiskilometrimäärä. <b>Huomautus:</b> Jotkin vaihtoehdot eivät ehkä ole käytettävissä (harmaana).</li> <li><b>Webkamera (vain NEO+ssa).</b> Käynnistää ja pysäyttää webbikameran.</li> </ul> |  |

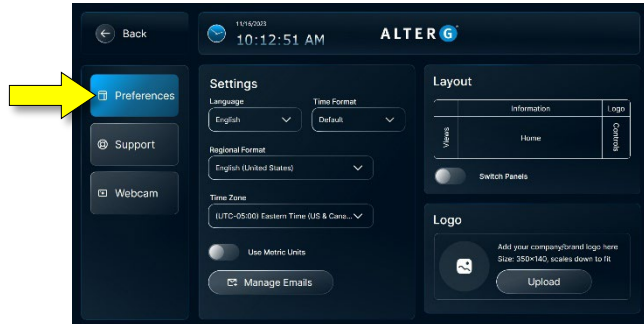
## Asetukset

Asetukset-asetuksen avulla voit asettaa tai muuttaa kieltä, aikamuotoa, alueellista muotoa, aikavyöhykettä, metriyksiköitä, hallita sähköpostin nimiä ja osoitteita, muuttaa näytön asettelua ja ladata logokuvatiedoston.

### Operaattorin toiminta

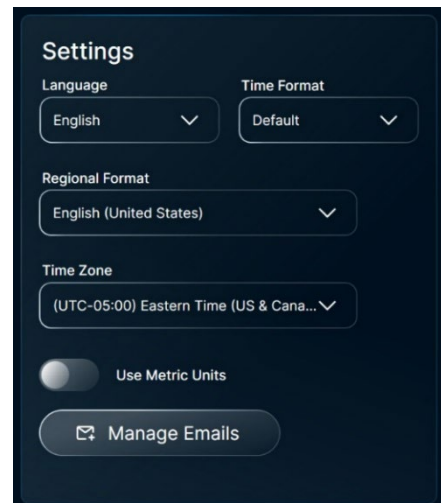
### Näyttö

1. Napauta Perusasetukset-näytön navigointipalkissa **Asetukset**.



2. Hallitse kielen, ajan ja metrysten yksiköiden näyttöasetuksia:

- Voit asettaa tai muuttaa kieltä, aikaformaattia, alueellista formaattia ja aikavyöhykettä valitsemalla asianmukaiset vaihtoehdot pudotusvalikoista.
- Jos haluat vaihtaa metrijärjestelmän yksiköihin, napauta **Käytä metrisiä yksiköitä** -vaihtoehtoa

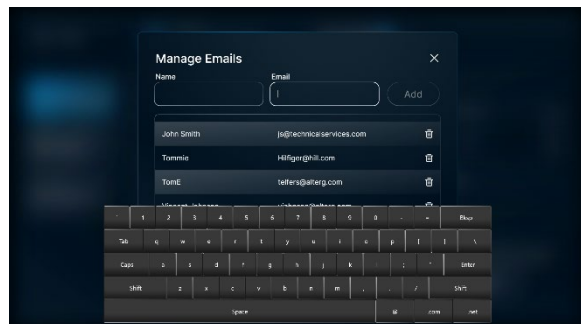


2. Hallitse sähköposteja:

Napauta **Hallitse sähköposteja**, jos haluat hallita sähköpostin nimiä ja osoitteita.

Ohjelmoimalla henkilökuntasi sähköpostiosoitteet etukäteen voit lyhentää istunnon päättämisprosessia. Näin voit valita sähköpostiosoitteet ennalta ohjelmoidusta luettelosta ja vähentää tietojen syöttämiseen kuluva aikaa.

Kirjoita sähköpostien hallinta -näytössä klinikan nimi ja sähköpostiosoite näytön näppäimistöllä ja napauta **Lisää**.





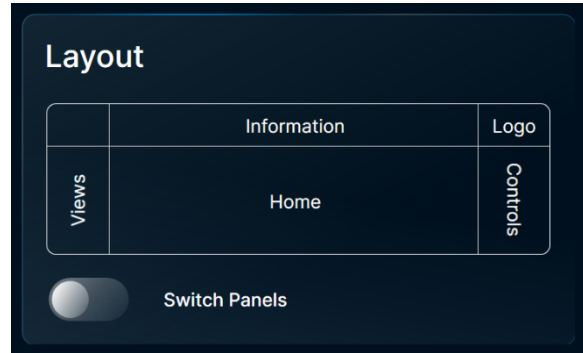
## Operaattorin toiminta

## Näyttö

### 4. Säädä näytön asettelua

AlterG on asettanut tehtaalla oletusasetukseksi ensimmäisenä luetellun asetuksen.

Oletusasettelun mukaan navigointipalkki/näkymäpaneeli on vasemmalla ja ohjauspaneeli oikealla. Voit vaihtaa näiden paneelien sijaintia napauttamalla **Vaihda paneeleita** -vaihtoehtoa.

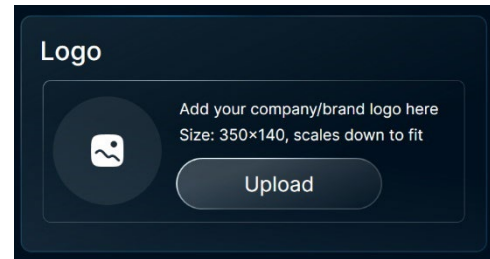


### 5. Lataa logo:

Voit ladata yrityksen tai tuotemerkin logon napauttamalla **Lataa**. Valitse kuvatiedosto ja lataa se. (Jos logo on ladattu, painikkeen nimeksi muuttuu **Poista**.)

Logon hyväksyttävät tiedostomuodot 2.x-sovellusohjelmistossa ovat JPG, JPEG ja PNG.

Logosi ilmestyy istuntonäytön oikeaan yläkulmaan.



### 6. Kun olet lopettanut asetusten säätämisen, palaa aloitusnäyttöön napauttamalla **Takaisin**.

## Tuki - Tekninen tuki

Jos sinulla on ongelmia Stride Smart -järjestelmän kanssa ja sinulla on Wi-Fi-yhteys, huoltotiimimme voi saada etäyhteyden ja auttaa sinua vianmäärityksessä.

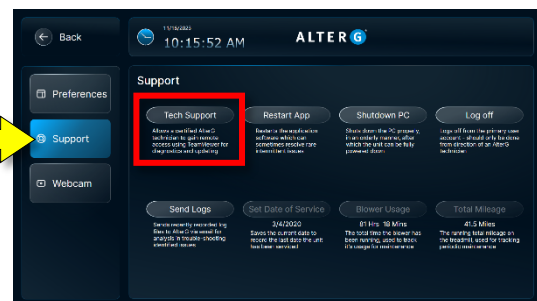
Soita huoltotiimillemme numeroon (510) 270-5900, jos haluat antaa heille etäkäyttöoikeuden. He voivat opastaa sinut alla olevan menettelyn läpi.

## Operaattorin toiminta

## Näyttö

### 1. Voit siirtyä tukinäyttöön napauttamalla Asetukset-näytön navigointipalkissa **Tuki-näyttöä**.

### 2. Jos haluat ottaa yhteyttä tekniseen tukeen, napauta **Tekninen tuki** -vaihtoehtoa.

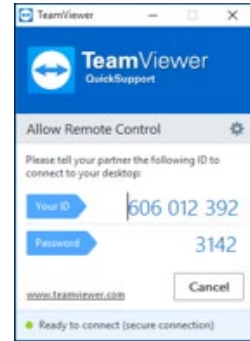


## Operaattorin toiminta

## Näyttö

Viiden sekunnin kuluessa sinun pitäisi nähdä TeamViewer-ikkunan avautuvan. Vielä 5-10 sekunnin kuluttua ID- ja salasanakentät täyttyvät automaattisesti.

3. Lue tunnus ja salasana takaisin tekniselle asiantuntijalle. Näin hän voi muodostaa yhteyden laitteeseesi ja hallita näyttöä (tai voit valokuvata näytön ja lähettää sen tekstiviestinä teknikolle).



4. Kun olet valmis, palaa aloitusnäyttöön napauttamalla **Takaisin**.

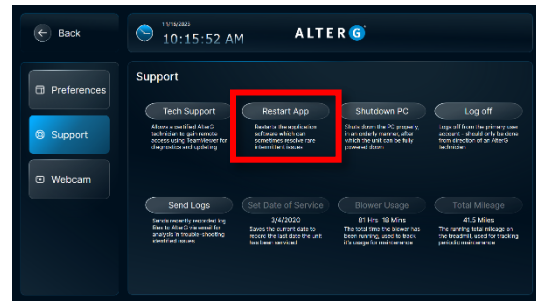
## Tuki - Käynnistä uudelleen App

### Operaattorin toiminta

### Näyttö

Jos sinulla on ongelmia Stride Smartin kanssa, saatamme pyytää sinua käynnistämään laitteesi uudelleen.

Napauta Tuki-näytössä vaihtoehtoa **Käynnistä sovellus uudelleen**.



## Tuki - Sammuta PC

Shutdown PC:tä tulisi käyttää vain, jos Stride Smart ja Anti-Gravity-juoksumatto on kytkettävä pois päältä. Sammuta laite ennen kuin irrotat mitään seinästä.

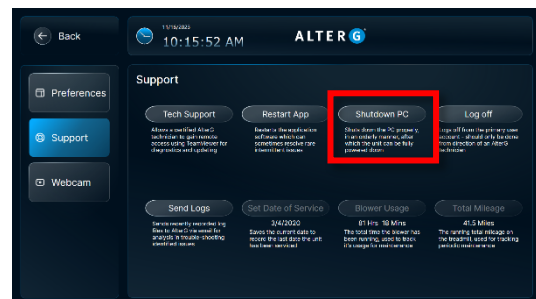
Järjestelmä käynnistyy automaattisesti, kun se on kytketty takaisin pistorasiaan.

Tietokone ja näytöt kuluttavat 45 W, mikä on vähemmän kuin tyypillinen hehkulamppu. Vaikka olemme suunnitelleet Anti-Gravity-juoksumattoa niin, että se pysyy aina päällä, suosittelemme sammuttamaan laitteen, kun sitä ei käytetä usein.

### Operaattorin toiminta

### Näyttö

Napauta Tuki-näytössä vaihtoehtoa **Sammuta tietokone**.

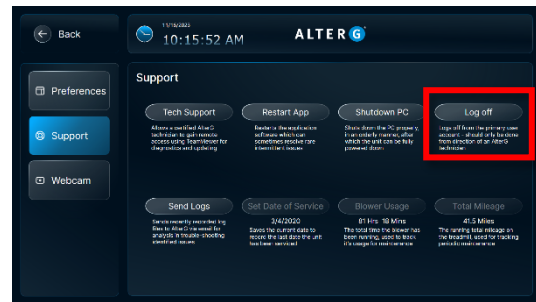


## Tuki - Kirjaudu ulos

### Operaattorin toiminta

Napauta Tuki-näytössä **Kirjaudu ulos** -vaihtoehtoa.

### Näyttö

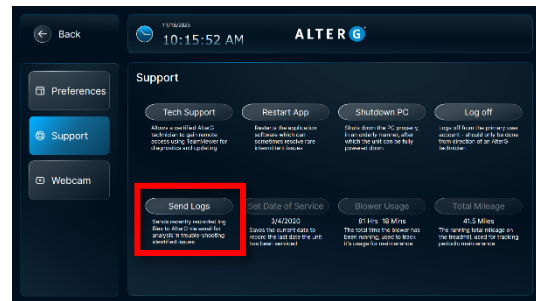


## Tuki - Lähetä lokit

### Operaattorin toiminta

Napauta Tuki-näytön **Lähetä lokit** -vaihtoehtoa.

### Näyttö

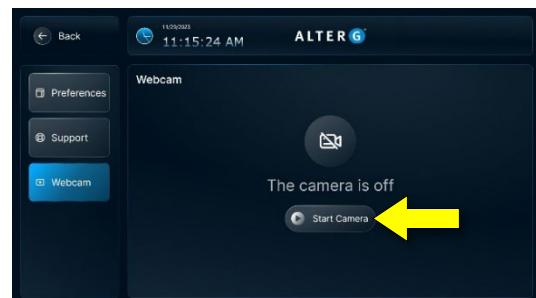


## Verkkokamera (vain NEO+:ssa)

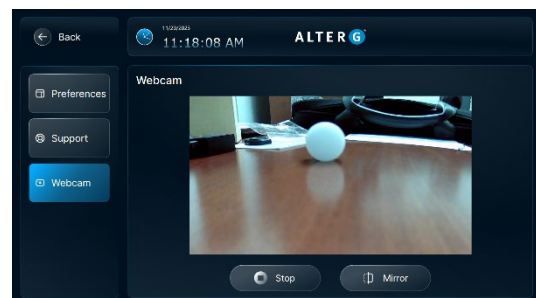
### Operaattorin toiminta

1. Napauta Asetukset-näytön navigointipalkissa **Webkamera**.
2. Voit käynnistää tai pysäyttää kameras napauttamalla **Käynnistä kamera/Pysäytä kamera**

### Näyttö



3. Voit siirtyä peilimiseen napauttamalla **Peili**. Tämä kääntää käyttäjän jalkojen asennon päinvastaiseksi.
4. Pysäytä kamera napauttamalla **Pysäytä**.



| Operaattorin toiminta                                                     | Näyttö |
|---------------------------------------------------------------------------|--------|
| 5. Kun olet valmis, palaa aloitusnäyttöön napauttamalla <b>Takaisin</b> . |        |

## Kalibrointi

Kalibroinnissa saattaa olla eroja vanhempien painovoimanestomallien juoksumattoihin verrattuna. Olemme ottaneet käyttöön älykkäämmän kalibrointiprosessin, joka voi aiheuttaa:

- Nopeampi kalibrointiprosessi
- Vahvempi paine kalibrointiprosessissa
- Tarkempi painotuksen poistaminen
- Kyvyttömyys purkaa jokaisen potilaan punnitus 20 %:iin.

Kyvyttömyys alentaa käyttäjän kehon painoa 20 prosenttiin on seurausta suuremmasta tarkkuudesta alkukalibrointiprosessin aikana. Jos painovoimaton juoksumatto ei pysty vähentämään käyttäjän kehonpainoa 20 %:iin kalibroinnin aikana, se sallii käyttäjän purkaa painonsa vain *alimpaan* tarkkaan kehonpainopisteeseen. (eli jos potilaan paino on rajoitettu 37 %:iin, tämä tarkoittaa sitä, että painovoimanvastainen juoksumatto ei voi kalibroinnin aikana laskea alle 37 %:n). Muutamat tekijät voivat aiheuttaa tämän, eikä sen pitäisi olla huolestuttavaa, ellei se ole jatkuvaa kaikkien käyttäjien kohdalla.

Seuraavat seikat voivat aiheuttaa kyvyttömyyden vähentää kehon painoa 20 prosenttiin:

- Käyttäjän siirtyminen kalibroinnin aikana
- Kehon koostumus
- Vanhojen shortsien käyttäminen (joissa on vuotoja, repeämiä tai reikiä).
- Vanha pussi (jossa on vuotoja, repeämiä tai reikiä).
- Pukeutuminen shortseihin, joita ei ole sovitettu kunnolla yksilölle.
- Puutteellinen shortsien vetoketjujen vetoketjujen kiinnittäminen

## Wi-Fi-yhteys

Anti-Gravity-juoksumatto on Wi-Fi-yhteensopiva, ja se voidaan ottaa käyttöön asennuksen yhteydessä, jos Wi-Fi-verkkotiedot annetaan.

Wi-Fi-yhteys voidaan määrittää asennuksen jälkeen, jos laitteessa on USB-näppäimistö ja Wi-Fi-verkkotiedot. Ota yhteyttä AlterG:n huoltotiimiin, jos tarvitset apua Wi-Fi-verkkoon liittämässä.

## AlterG Assistentin mukautettujen harjoitusten luominen

Voit luoda omia harjoituksia AlterG Anti-Gravity Treadmill -juoksumattoa varten AlterG Assistant -ohjelman avulla verkossa. Kun olet luonut harjoituksen, tallenna se XML-tiedostoksi ja kopioi se USB-asemaan.

Jos haluat ladata ja suorittaa harjoituksen juoksumatolla, asenna USB-avain konsolin USB-avainpaikkaan ja valitse AlterG Assistant istuntonäytössä.

Voit luoda mukautetun harjoittelun osoitteessa [www.alterg.com/workout-programmer](http://www.alterg.com/workout-programmer) tai <http://rt.alterg.com/test/workout> ja seurata näytön ohjeita:

1. Napsauta **Luo uusi harjoitus** -painiketta.

**Step 1:** [Create a New Workout](#)

2. Anna harjoittelullesi yksilöllinen, kuvaava nimi. Jos luot useita harjoituksia, voit helposti tunnistaa haluamasi harjoituksen luomastasi harjoitusluettelosta.

Valitse haluamasi etäisyysyksikkö ja napsauta Seuraava-painiketta. Harjoituksen nimi näkyy seuraavan näytön yläosassa.

**Step 2: Name your workout:**

Be sure to choose a unique name -- up to 40 characters -- that clearly identifies this workout, e.g. *Michael's Interval Workout*.

**Choose your preferred unit of distance:**

☒ miles  
☐ kilometers

[Next](#) or [Go Back](#)

3. Jos haluat lisätä aikavälejä, syötä arvot niille varattuihin kenttiin.

**Huomautus:** Valitse vain 2 kenttää keston, nopeuden ja etäisyyden joukosta.

Alla olevassa esimerkissä intervalli #1 asetettiin seuraavasti: Nopeus muutettiin arvoon 4.0 ja etäisyys jätettiin tyhjäksi. Kun intervalli #1 lisättiin, etäisyys laskettiin automaattisesti.

| Atherton Hills 10-Mile RT                                     |                                                                      |                                                                               |                                                               |                                                                     |                                                                 |
|---------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| Total Duration: 90:00<br>Total Distance: 6.00 miles           |                                                                      |                                                                               |                                                               |                                                                     |                                                                 |
| Interval #                                                    | Duration<br>minutes:seconds                                          | Speed<br>mph                                                                  | Distance<br>miles                                             | Body Weight<br>%                                                    | Incline<br>%                                                    |
| 1.                                                            | 90:00                                                                | 4.0                                                                           | 6.00                                                          | 100                                                                 | 0                                                               |
| 2.                                                            | <input type="text" value="90:00"/><br><small>minutes:seconds</small> | <input type="text" value="4.0"/><br><small>from -10.0 mph to 18.0 mph</small> | <input type="text"/><br><small>from 0.1 to 99.9 miles</small> | <input type="text" value="100"/><br><small>from 100% to 20%</small> | <input type="text" value="0"/><br><small>from 0% to 15%</small> |
| <a href="#">Add This Interval</a> <a href="#">Stop Adding</a> |                                                                      |                                                                               |                                                               |                                                                     |                                                                 |

4. Toista vaiheet 2 ja 3 jatkaaksesi intervallien lisäämistä harjoitteluun. Kun olet lopettanut intervallien lisäämisen, napsauta **Lopeta lisääminen** -painiketta. Harjoituksen yhteenveto tulee näkyviin, ja sinulla on mahdollisuus tehdä muutoksia.

**Step 5: Click *Save Workout*** when you are satisfied.

You can edit an interval you've already added by clicking its #.

You can also add more intervals or get familiar with what the **Action** buttons do...

Finally, you can throw this whole workout away by pressing *Don't Save*.

**Atherton Hills 10-Mile RT**

Total Duration: 165:00  
Total Distance: 9.25 miles

Save Workout
Don't Save

Click a # to edit that interval.

| Interval<br># | Duration<br><small>minutes:seconds</small> | Speed<br><small>mph</small> | Distance<br><small>miles</small> | Body Weight<br><small>%</small> | Incline<br><small>%</small> | Actions<br><small>see below</small> |
|---------------|--------------------------------------------|-----------------------------|----------------------------------|---------------------------------|-----------------------------|-------------------------------------|
| 1             | 90:00                                      | 4.0                         | 6.00                             | 100                             | 0                           | ↑ ↓ ins del                         |
| 2             | 45:00                                      | 3.0                         | 2.25                             | 100                             | 0                           | ↑ ↓ ins del                         |
| 3             | 30:00                                      | 2.0                         | 1.00                             | 100                             | 1                           | ↑ ↓ ins del                         |

Add Another Interval

↑ moves the interval up the list.  
↓ moves the interval down the list.  
ins inserts a new interval BEFORE the interval.  
del deletes the interval.

5. Napsauta **Tallenna harjoitus** -painiketta, jos olet tyytyväinen. Muussa tapauksessa säädä alla kuvatulla tavalla.
  - Toiminnot-sarake:  
 Siirrä valittua väliä ylöspäin 1 rivin verran napsauttamalla **nuolta ylöspäin**; siirrä valittua väliä alaspäin 1 rivin verran napsauttamalla **nuolta alaspäin**.  
 Napsauttamalla **Ins** voit avata uuden rivin valitun aikavälin yläpuolelle, jotta voit lisätä uuden aikavälin.  
 Valitse **Del** poistaaksesi valitun aikavälin.
  - Voit muokata aikaväliä napsauttamalla aikavälien numeropainiketta, tekemällä haluamasi muutokset ja tallentamalla.
  - Jos haluat lisätä uuden jakson loppuun, napsauta **Lisää toinen jakso** -painiketta, lisää haluamasi tiedot ja napsauta **Lisää tämä jakso** -painiketta.
  - Valitse **Älä tallenna**, jos haluat poistaa koko harjoituksen.



6. Kun olet tallentanut harjoituksen, näyttöön tulee Save Program (Tallenna ohjelma).
  - On suositeltavaa luoda kansio ja tallentaa kaikki harjoitusohjelmat tähän kansioon.
  - Napsauta **Tallenna ohjelma** -painiketta ja anna harjoitusohjelmatiedostolle yksilöllinen nimi, jotta se erottuu muista tallennetuista ohjelmatiedostoista.

### Save Your New Workout Program

**Step 6: Click *Save Program* to save the program on your hard disk.**

We recommend you **create a new directory to hold all your workout programs**, and save all of them there. By saving programs to your hard disk, you will have a copy of all of your work.

When saving your program, we also recommend you **pick a file name that will help you remember the type of workouts in the program, or who the program is for**. By default, your workout program will be given a unique name based on the current time (to avoid duplicates).

[Save Program](#)

**Step 7: copy the file from your hard disk to a USB key.**

Be sure to copy it in the root folder, not in a sub-folder.

**Step 8: rename the file on the USB key to something relevant like MyWorkouts.xml.**

The AlterG will not recognize your program unless it is an xml file in the root folder of the USB key.

To ensure success, we recommend you start with an empty USB key.

[Continue](#)

7. Kopioi tiedosto kiintolevyltä USB-muistitikulle. **Huomautus:** Suosittelemme käyttämään tyhjää USB-levyä.
8. Nimeä USB-muistitikulla oleva tiedosto uudelleen ja varmista, että se on tallennettu XML-muodossa. Napsauta Jatka-painiketta.

### Congratulations!

You've successfully created a P500 data key. Here's [how to use it](#).

Now might be a great time to look at the [Workout Programmer Manual](#) to see the additional features that Workout Programmer provides. When you're ready to try them out, follow the link on the Workout Programmer home page.

Please [let us know if you encountered any problems](#) in creating your first workout program.

[Workout Programmer home](#) (you may want to add it to your bookmarks/favorites)

## AlterG Assistant Esiohjelmoidut harjoitukset

Alla on lueteltu käytettävissä olevat AlterG Assistantin esiohjelmoidut harjoitusohjelmat.

### 20 minuutin juoksu 80 % kehon painolla (BW)

| Sekunnit | BW% | Kaltevuus | Nopeus (MPH) |
|----------|-----|-----------|--------------|
| 015      | 40  | 0         | 0            |
| 060      | 85  | 0         | 8            |
| 540      | 80  | 2         | 10           |
| 300      | 80  | 2         | 11           |
| 300      | 80  | 2         | 12           |

### Forward Run/Retro Walk yhdistelmä

| Sekunnit | BW% | Kaltevuus | Nopeus (MPH) |
|----------|-----|-----------|--------------|
|----------|-----|-----------|--------------|

|     |    |   |     |
|-----|----|---|-----|
| 015 | 40 | 0 | 0   |
| 120 | 85 | 2 | 3.1 |
| 006 | 80 | 0 | 0   |
| 120 | 80 | 0 | -3  |
| 006 | 80 | 3 | 0   |
| 180 | 80 | 3 | 8   |
| 016 | 77 | 0 | 0   |
| 180 | 77 | 0 | -3  |
| 006 | 75 | 4 | 0   |
| 120 | 75 | 4 | 9   |
| 018 | 70 | 0 | 0   |
| 120 | 70 | 0 | -3  |
| 006 | 70 | 3 | 0   |
| 060 | 70 | 3 | 10  |
| 060 | 80 | 0 | 3   |

### Forward Run/Retro Walk yhdistelmä

| Sekunnit | BW% | Kaltevuus | Nopeus (MPH) |
|----------|-----|-----------|--------------|
| 015      | 40  | 0         | 0            |
| 120      | 85  | 2         | 2.9          |
| 006      | 80  | 0         | 0            |
| 120      | 80  | 0         | -2.5         |
| 006      | 80  | 3         | 0            |
| 180      | 80  | 3         | 3.1          |
| 006      | 77  | 0         | 0            |
| 180      | 77  | 0         | -2.7         |
| 006      | 75  | 4         | 0            |
| 120      | 75  | 4         | 3.3          |
| 006      | 70  | 0         | 0            |
| 120      | 70  | 0         | -3           |

### Retro Running Intervals, keskinen tahti

| Sekunnit | BW% | Kaltevuus | Nopeus (MPH) |
|----------|-----|-----------|--------------|
| 015      | 40  | 0         | 0            |
| 120      | 85  | 0         | -2.5         |
| 180      | 80  | 0         | -4           |
| 008      | 75  | 0         | 0            |
| 060      | 75  | 0         | 3            |
| 008      | 70  | 1         | 0            |
| 120      | 70  | 1         | -4.5         |
| 008      | 80  | 2         | 0            |
| 060      | 80  | 2         | 3.1          |
| 006      | 70  | 2         | 0            |
| 060      | 70  | 2         | -5           |
| 008      | 80  | 4         | 0            |
| 060      | 80  | 4         | 3.1          |
| 006      | 70  | 2         | 0            |
| 060      | 70  | 2         | -6           |
| 010      | 80  | 5         | 0            |
| 120      | 80  | 5         | 3.1          |

### Retrojuoksu, hidas tahti

| Sekuntia | BW% | Kaltevuus | Nopeus (MPH) |
|----------|-----|-----------|--------------|
| 015      | 40  | 0         | 0            |
| 120      | 55  | 0         | -2           |
| 120      | 50  | 0         | -3.5         |
| 120      | 55  | 0         | -2.8         |
| 060      | 50  | 0         | -4           |
| 060      | 55  | 0         | -3           |
| 060      | 50  | 0         | -4.5         |
| 120      | 55  | 0         | -3.1         |
| 060      | 50  | 0         | -4.5         |
| 008      | 60  | 0         | 0            |
| 120      | 60  | 0         | 3.1          |

### Retrokävely, keskitempo

| Sekuntia | BW% | Kaltevuus | Nopeus (MPH) |
|----------|-----|-----------|--------------|
| 015      | 40  | 0         | 0            |
| 120      | 85  | 0         | -2.5         |
| 300      | 80  | 0         | -2.7         |
| 420      | 75  | 0         | -3.1         |
| 006      | 85  | 1         | 0            |
| 060      | 85  | 1         | 3            |

### Retro kävely, hidas tahti

| Sekunnit | BW% | Kaltevuus | Nopeus (MPH) |
|----------|-----|-----------|--------------|
| 015      | 40  | 0         | 0            |
| 120      | 55  | 0         | -2           |
| 300      | 50  | 0         | -2.3         |
| 420      | 45  | 0         | -2.5         |
| 006      | 55  | 0         | 0            |
| 060      | 55  | 0         | 2            |

### Nopea juoksuvauhti @ 82% Keskimääräisestä kehon painosta (BW)

| Sekunnit | BW% | Kaltevuus | Nopeus (MPH) |
|----------|-----|-----------|--------------|
| 015      | 40  | 0         | 0            |
| 120      | 90  | 2         | 3.3          |
| 300      | 85  | 3         | 8.5          |
| 420      | 80  | 3         | 10           |
| 006      | 90  | 1         | 3.1          |

### Juoksu keskinopealla vauhdilla / 77% Keskimääräinen ruumiinpaino (BW)

| Sekunnit | BW% | Kaltevuus | Nopeus (MPH) |
|----------|-----|-----------|--------------|
| 015      | 40  | 0         | 0            |
| 120      | 85  | 1         | 6.5          |
| 300      | 80  | 2         | 7.5          |
| 420      | 75  | 3         | 8.5          |
| 060      | 85  | 0         | 3            |

### Hidas juoksuvauhti keskimäärin 50 % kehon painosta (BW)

| Sekuntia | BW% | Kaltevuus | Nopeus (MPH) |
|----------|-----|-----------|--------------|
| 015      | 40  | 0         | 0            |
| 120      | 55  | 2         | 3            |
| 300      | 50  | 3         | 5.5          |
| 420      | 45  | 3         | 6.5          |
| 060      | 55  | 0         | 3            |

### Kävelyn/rasteen/juoksun väli

| Sekunnit | BW% | Kaltevuus | Nopeus (MPH) |
|----------|-----|-----------|--------------|
| 015      | 45  | 0         | 0            |
| 060      | 85  | 0         | 3            |
| 120      | 85  | 2         | 10           |
| 060      | 85  | 0         | 3            |
| 120      | 85  | 2         | 10           |
| 060      | 85  | 0         | 3            |
| 120      | 85  | 2         | 10           |
| 060      | 85  | 0         | 3            |
| 120      | 85  | 2         | 11           |
| 060      | 85  | 0         | 3            |
| 120      | 85  | 2         | 11           |

| Sekunnit | BW% | Kaltevuus | Nopeus (MPH) |
|----------|-----|-----------|--------------|
| 060      | 85  | 0         | 3            |
| 120      | 85  | 2         | 12           |
| 060      | 85  | 0         | 3            |
| 120      | 85  | 2         | 12           |
| 060      | 85  | 0         | 3            |

#### Kävely, nopea tahti

| Sekuntia | BW% | Kaltevuus | Nopeus (MPH) |
|----------|-----|-----------|--------------|
| 015      | 40  | 0         | 0            |
| 120      | 90  | 2         | 3.3          |
| 300      | 85  | 3         | 3.9          |
| 420      | 80  | 3         | 4.1          |
| 060      | 90  | 1         | 3.1          |

#### Kävely, keskivauhti

| Sekuntia | BW% | Kaltevuus | Nopeus (MPH) |
|----------|-----|-----------|--------------|
| 015      | 40  | 0         | 0            |
| 120      | 85  | 2         | 2.7          |
| 300      | 80  | 3         | 3.1          |
| 420      | 75  | 3         | 3.3          |
| 060      | 85  | 1         | 2.7          |

#### Kävely, hidas tahti

| Sekuntia | BW% | Kaltevuus | Nopeus (MPH) |
|----------|-----|-----------|--------------|
| 015      | 40  | 0         | 0            |
| 120      | 55  | 2         | 2            |
| 300      | 50  | 3         | 2.3          |
| 420      | 45  | 3         | 2.5          |
| 060      | 55  | 1         | 2            |



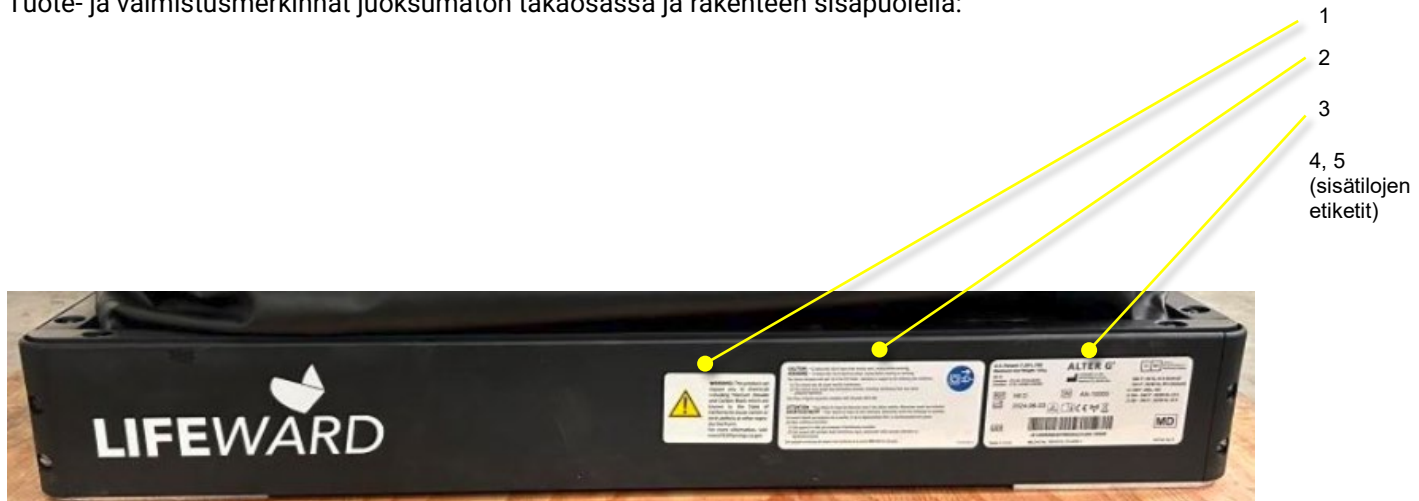
## Etiketit, sijainnit, tulkinta

Sinun on luettava ja ymmärrettävä NEO- ja NEO+-antigravitaatiojuoksumatolla olevat merkinnät. Tarroissa on tietoja painovoiman vastaisen juoksumaton toiminnasta. Noudata kaikkia etikettien ohjeita turvallisen ja miellyttävän liikuntakokemuksen saamiseksi.

Jos jokin etiketti vaurioituu ja muuttuu lukukelvottomaksi, ota välittömästi yhteyttä AlterG:hen korvaavan etiketin tilaamiseksi.

Merkintöjen sijainti on esitetty alla olevassa kaaviossa. Seuraavassa on graafinen esitys ja yksityiskohtainen kuvaus kustakin merkinnästä.

Tuote- ja valmistusmerkinnät juoksumaton takaosassa ja rakenteen sisäpuolella:

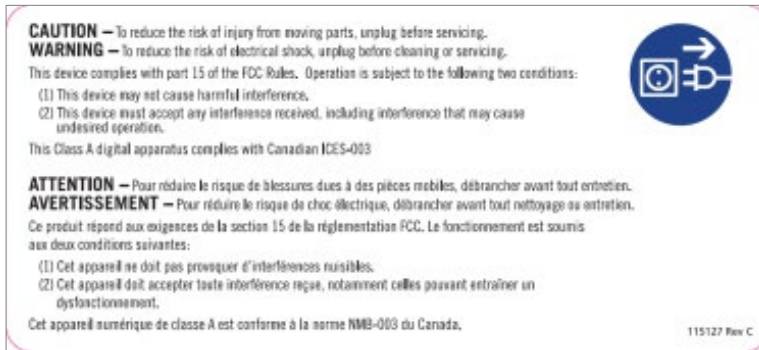


| Tarra                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Kuvaus                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>#1</p>  <p><b>WARNING:</b> This product can expose you to chemicals including Titanium Dioxide and Carbon Black which are known to the State of California to cause cancer or birth defects or other reproductive harm.<br/>For more information, visit <a href="http://www.P65Warnings.ca.gov">www.P65Warnings.ca.gov</a></p> | <p>Tämä etiketti sijaitsee tuotetarran vieressä etupaneelissa Anti-Gravity-juoksumattojen pohjan lähellä. Se osoittaa, että tämä tuote voi altistaa sinut kemikaaleille, joiden tiedetään Kalifornian osavaltiossa aiheuttavan syöpää tai synnynnäisiä epämuodostumia tai muita lisääntymiselle haitallisia vaikutuksia.</p> <p>Lisätietoja on osoitteessa <a href="http://www.P65Warnings.ca.gov">www.P65Warnings.ca.gov</a>.</p> |

## Tarra

## Kuvaus

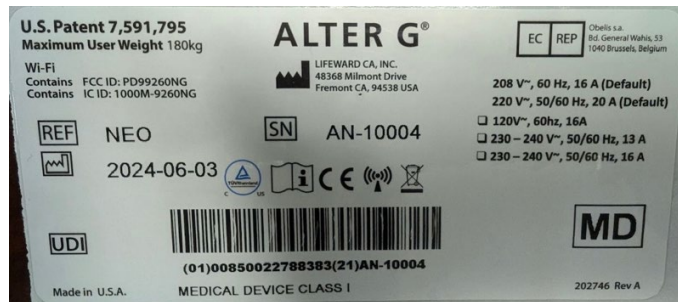
#2



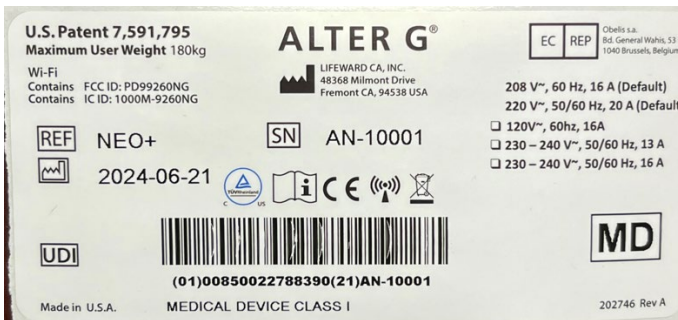
Tämä tarra sijaitsee etupaneelissa lähellä painovoimaisen juoksumaton pohjaa.

Irrota juoksumatto aina pistorasiasta ennen puhdistusta tai huoltoa, jotta vähennät liikkuvien osien tai sähköiskun aiheuttamaa loukkaantumisvaaraa.

#3



AlterG valmistaa järjestelmän. Tämä etiketti sijaitsee etupaneelissa lähellä painovoimaisen juoksumaton pohjaa, ja siitä käy ilmi järjestelmän sarja- ja mallinumero sekä virta- ja jännitevaatimukset.



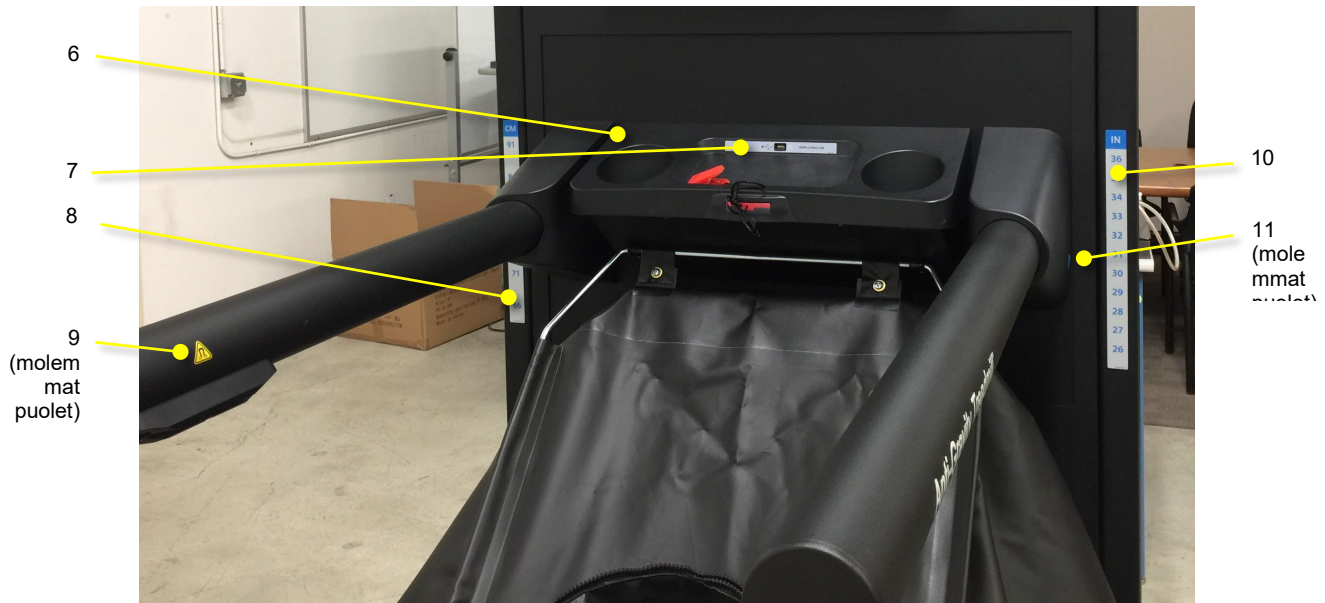
#4



Tämä tarra sijaitsee etupaneelin sisäpuolella ja ilmaisee yhteyden maadoitukseen. Käytetään nollapotentialin referenssinä ja sähköiskun varalta.

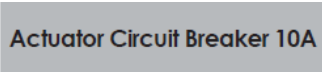
| Tarra                                                                                                                   | Kuvaus                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p data-bbox="570 258 605 285">#5</p>  | <p>Tämä merkintä sijaitsee painovoimanvastaisen juoksumaton rakenteessa ja osoittaa, että kyseisessä kohdassa on korkea jännite. Jos näet tämän merkinnän, älä mene lähelle tai pura mitään niistä komponenteista, joihin se on kiinnitetty. Koska korkeajännite voi aiheuttaa vakavan loukkaantumisen tai kuoleman, ainoastaan pätevän AlterG-huoltoteknikon tulee yrittää korjauksia.</p> |

## Käyttäjän viite- ja turvallisuusmerkinnät:



| Tarra | Kuvaus                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| #6    | <p>Tämä varoitustarra sijaitsee konsolissa, jossa kerrotaan, että käyttäjän on luettava käyttöohje ennen käyttöä, varoitetaan magneeteista ja syketaarkkuudesta.</p> <p>Ohjaamo on asetettava oikealle pystysuoralle korkeudelle ennen kuin käyttäjä aloittaa harjoittelun. Tämä tarra on kiinnitetty ohjaamon konsolin yläosaan. Noudata ehdottomasti näitä ohjeita.</p> |
| #7    | <p>Tämä on huoltokontaktin etiketti. Se sijaitsee konsolissa, ja siinä näkyy AlterG:n verkkosivuston osoite.</p> <p>Se osoittaa myös USB-portin sijainnin.</p> <p>Huomautus: USB ei ole latausportti, eikä se anna virtaa laitteille. Se on tarkoitettu vain tiedonsiirtoon.</p>                                                                                          |



| Tarra                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Kuvaus                                                                                                                            |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |                                                                                                                                                                                                                                                             |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|----|----|--|----|----|----|--|----|----|----|--|----|----|----|--|----|----|----|--|----|----|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>#8 ja #10</p> <table> <tr> <th>CM</th><th>IN</th></tr> <tr><td>96</td><td>38</td></tr> <tr><td></td><td>37</td></tr> <tr><td>91</td><td>36</td></tr> <tr><td></td><td>35</td></tr> <tr><td>86</td><td>34</td></tr> <tr><td></td><td>33</td></tr> <tr><td>81</td><td>32</td></tr> <tr><td></td><td>31</td></tr> <tr><td>76</td><td>30</td></tr> <tr><td></td><td>29</td></tr> <tr><td>71</td><td>28</td></tr> </table> | CM                                                                                                                                | IN | 96 | 38 |  | 37 | 91 | 36 |  | 35 | 86 | 34 |  | 33 | 81 | 32 |  | 31 | 76 | 30 |  | 29 | 71 | 28 | <p>Nämä merkinnät sijaitsevat pystytolpissa (merkintä #6 osoittaa senttimetrejä vasemmassa tolpassa, merkintä #8 osoittaa tuumia oikeassa tolpassa).</p> <p>Kun käyttäjä asettaa ohjaamon, ohjaamon korkeutta voidaan käyttää myöhempää käyttöä varten.</p> |
| CM                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | IN                                                                                                                                |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 96                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 38                                                                                                                                |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |                                                                                                                                                                                                                                                             |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 37                                                                                                                                |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 91                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 36                                                                                                                                |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |                                                                                                                                                                                                                                                             |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 35                                                                                                                                |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 86                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 34                                                                                                                                |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |                                                                                                                                                                                                                                                             |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 33                                                                                                                                |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 81                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 32                                                                                                                                |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |                                                                                                                                                                                                                                                             |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 31                                                                                                                                |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 76                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 30                                                                                                                                |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |                                                                                                                                                                                                                                                             |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 29                                                                                                                                |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 71                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 28                                                                                                                                |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <p>#9</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <p>Tämä tarra sijaitsee kaiteen sisäpuolella molemmilla puolilla ja merkitsee magneetin paikan.</p>                               |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <p>#11</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <p>Tämä tarra sijaitsee ohjaamon molemmilla puolilla pystytukien vieressä ja osoittaa käyttäjän asettaman ohjaamon korkeuden.</p> |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <p>#12</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <p>Tämä tarra sijaitsee järjestelmän takaosassa virransyöttömoduulin vieressä.</p>                                                |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |    |                                                                                                                                                                                                                                                             |

## Ennaltaehkäisevä huolto

Anti-Gravity-juoksumattosi turvallisen toiminnan ja pitkäikäisyyden varmistamiseksi sinun on suoritettava säännöllisiä huoltotoimenpiteitä. Voit suorittaa monet huoltotoimenpiteet itse, mutta on kuitenkin suositeltavaa, että AlterG-tekniikko tarkastaa järjestelmän 12 kuukauden välein.



**VAROITUS:** Varmista, että painovoimainen juoksumatto on sammutettu ja irrotettu pistorasiasta, ennen kuin teet mitään alla mainittuja huoltotoimenpiteitä.

## Desinfiointi

### Shortsien puhdistus ja desinfiointi

- Ennen kuin käyttäjä pukee AlterG:n shortsit päälleen tai riisuu ne, varmista, että hän riisuu aina kengät. Kenkien pitäminen jalassa shortsien pukemisen aikana rasittaa suuresti niiden saumoja ja lyhentää merkittävästi shortsien käyttöikää.
- Jos jokin shortsien osa kuluu, lopeta käyttö.

**Pesuohjeet:** Pesuohjeet: Pese käsin tai konepesu hellävaraisella pesuohjelmalla. Kun käytät pesukonetta, laita shortsit verkkopussiin. Käytä mietoa pesuainetta. Ilmakuivaa. Älä laita shortseja kuivausrumpuun.

**Huomautus:** Shortsit ovat lateksittomat.

Sisältö:

90 % Stretch Nylon

10 % uretaanilaminointi

AlterG:n shortsit on puhdistettava ja desinfioitava potilasvaatteita ja altistumisriskin astetta koskevien pysyvien kliinisten käytäntöjen mukaisesti. Tutustu CDC:n verkkosivustoon, josta löydät viimeisimmät ohjeet potilasvarusteiden ja -vaatteiden dekontaminoinnista.

Tavallinen puhdistus voidaan suorittaa upottamalla antimikrobisiin yhdisteisiin ja mekaanisesti sekoittamalla. Noudata käytössä olevien antimikrobisten puhdistusaineiden ohjeita, kun määrittelet dekontaminaatioaltistusajan ja -menetelmän. AlterG Shortsien materiaalirakenne on nailonia ja uretaania; voit kysyä soveltuvuutta ja käyttöohjeita haluamiesi puhdistusaineiden valmistajalta. Shortsit kestävät altistumisen 10 % valkaisuaineliuokselle.

Noudata CDC:n suosittelemia dekontaminaatiomenettelyjä, kun shortsit altistuvat ihmisjätteelle tai verelle tai kun kyseessä ovat riskipotilaat tai riskialttiit mikrobikontaminaatiot. Shortsit suositellaan hävitettäväksi, kun ne ovat altistuneet jätteelle, verelle tai erittäin tarttuville mikro-organismeille tai kun kyseessä ovat korkean tartuntariskin potilaat.

Shortsien suoraa altistumista kiinteille jätteille (ulosteille), verelle tai rikkinäiselle iholle pidetään epätavallisena olosuhteena, ja shortsien riittävä desinfiointi voi olla mahdotonta näissä olosuhteissa. Shortsit, jotka altistuvat suuremmille kontaminaatoriskitilanteille, olisi poistettava muusta kuin välittömän käyttäjän käytöstä ja steriloitava käyttökertojen välillä, jos niiden katsotaan olevan turvalliset uudelleenkäyttöä varten tietyille henkilöille. Jos rikkinäinen iho, inkontinenssi tai korkean mikrobiriskin kontaminaatio on mahdollista, tilanne on arvioitava tapauskohtaisesti.

On suositeltavaa, että potilaat, joilla on suuri virtsa- tai ulosteinkontinenssin riski, käyttävät vaippoja, vaippoja ja muita tehokkaita keinoja padotuksen, pidättämisen ja imeytymisen estämiseksi. Vältä jätteiden tai tartuntavaarallisen orgaanisen aineksen siirtämistä juoksumaton sisätiloihin, koska orgaanista kontaminaatiota on hyvin vaikea poistaa sen jälkeen, kun se on joutunut juoksumaton sisätiloihin.

Virtsakatetreja ja muita putki- ja pussipohjaisia jätteiden säilytyslaitteita on käytettävä varoen ja tietoisina siitä, että juoksumaton sisäinen ympäristö saavuttaa ilmakehää korkeamman paineen. Tämä paine-ero voi paineistaa katetrijärjestelmät, jolloin ne turpoavat, vuotavat tai puhkeavat.

## Pussin ja rungon puhdistus ja desinfiointi

Pyyhi painovoimaisen juoksumaton kangaskuoren ja putkirungon pinnat 10-prosenttisella valkaisuaineliuksella tai muilla pesu- ja desinfiointiaineilla, jotka ovat yhteensopivia uretaanipinnoitteiden ja epoksipohjaisten maalikalvojen kanssa ja täyttävät CDC:n desinfiointiohjeet. Älä liota pintoja siinä määrin, että valkaisuliuos alkaa valua. Pintojen säännöllistä puhdistamista ja pyyhkimistä jokaisen käytön jälkeen suositellaan. Kun olet altistunut tartunnanaiheuttajille, puhdista juoksumaton pinnat CDC:n ohjeiden mukaisesti tai ota yhteys AlterG, Inc:iin. **Huomautus:** Pussin kangas ei sisällä lateksia.

## Yleinen puhdistus ja tarkastus

Säännöllinen puhdistus ja tarkastus auttavat pidentämään painovoimaisen juoksumattosi käyttöikää ja pitämään sen hyvännäköisenä. Juoksumattoon kertyvä lika ja roskat ovat suurin syy juoksumattoon vikaantumiseen. Tämän estämiseksi varmista, että käyttäjät käyttävät aina puhtaita kenkiä harjoitellessaan. Koska juoksumatto on suljettu järjestelmä, lika ja roskat vähentävät tuotteen pitkäikäisyyttä huomattavasti.

Järjestelmän pitäminen puhtaana helpottaa myös sellaisten ongelmien havaitsemista, joita ei ehkä muuten havaittaisi ennen kuin on liian myöhäistä. Seuraavassa on yleisiä ohjeita puhdistus- ja huoltoväleistä. Jos Anti-Gravity-juoksumatto on likaisessa ympäristössä tai kovassa käytössä, puhdistus- ja tarkastusvälien tulisi olla useammin. Älä käytä hankaavia harjoja tai puhdistusaineita; ne naarmuttavat ja naarmuttavat maali- ja muovipintoja. Älä myöskään liota mitään pintaa nesteellä, koska herkkä elektroniikka voi vaurioitua ja aiheuttaa sähkövaaran.

### Päivittäin

1. Tarkasta ja poista kaikki irtonaiset roskat pussin sisältä.
2. Tarkista, onko toiminta epänormaalia. Varmista, että ei ole epätavallisia suorituskykyominaisuuksia, kuten:
  - Juoksumatosta, ilmapuhaltimesta tai pussista tulevat epätavalliset äänet, kuten ilmavuotojen sihisevä ääni.
  - Epätavalliset näkymät tai hajut, jotka vaikuttavat tavallisuudesta poikkeavilta.
  - Mahdolliset muuttuneet käyttöominaisuudet, kuten juoksumattonopeuden aleneminen tai epäsäännöllinen tai alhainen pussinpaine. Huomaa, että alhainen pussinpaine voi johtua virheellisestä kalibroinnista. Varmista, että olet noudattanut kalibroitivaiheita asianmukaisesti, ennen kuin toteat, että pussissa on paineongelma.
3. Tarkasta sekä shortsien että laukun vetoketjut rikkiinäisten tai puuttuvien hampaiden varalta. ÄLÄ KÄYTÄ tuotetta, jos näitä ehtoja löytyy. Rikkiinäiset vetoketjun hampaat voivat pettää ja aiheuttaa pussin nopean tyhjenemisen käytön aikana.

### Viikoittain

1. Tarkista juoksumatto kokonaisuudessaan.
2. Tarkasta pussi repeämien tai vuotojen varalta.
3. Pyyhi ulkopinnat kostealla liinalla. Tämä auttaa estämään ikkunoiden kellastumista.
4. Pyyhi laukku ja näyttö tarvittaessa mikrokuutiuliniinalla naarmujen välttämiseksi. **Huomautus:** Pyyhi näyttö, kun juoksumatto on pois päältä. Jos painat kosketusnäyttöä juoksumaton ollessa päällä, saatat vahingossa aktivoida jonkin toiminnon.
5. Tarkista, onko johtoja ja kaapeleita löysällä.
6. Imuroi pussin sisäpuoli pussin yläosassa olevan reiän kautta. Voit asettaa ohjaamon korkeimpaan asentoon ja ryömiä pussin sisälle, jotta pääset paremmin käsiksi.
7. Imuroi juoksumatto alustan ympäriltä.



8. Tarkista shortsit repeämien tai reikien varalta. Järjestelmän kyky säilyttää ilmanpaine vaarantuu, jos shortsit vuotavat liikaa ilmaa.

### Kuukausittain

1. Irrota pussi rungosta ja imuroi juoksumatto perusteellisesti sisältä. Katso seuraavat ohjeet.
2. Imuroi kaikki pöly, joka on kertynyt juoksumaton etuosan kummallakin puolella olevien puhaltimen imuputkien sisällä oleviin seuloihin.

### Kausittain

Syksyllä ja talvella kuivempi ilmasto monilla maan alueilla aiheuttaa staattista kerääntymistä, kun juoksumattoa käytetään. Suihkuta juoksupinta staattisen sähkömagneettisen sähköiskun estämiseksi juoksumattoa käyttäville ja juoksumattoa käyttävien elektronisten järjestelmien häirinnän estämiseksi.

### Pussi-ikkunat

Anti-Gravity-juoksumattosi ikkunat on valmistettu polyuretaanista. On pidettävä erityistä huolta siitä, että ne pysyvät puhtaina ja kirkkaina. Ikkunoiden puhdistukseen suositellaan IMAR™-puhdistusainetta tai Windexia®.

**Huomautus:** Jos Anti-Gravity-juoksumatto on alttiina auringolle, on tarpeen tilata erityinen ikkunanpesuaine, joka sisältää UV-suojaa. Saat luettelon alueesi jälleenmyyjistä ja jakelijoista ottamalla yhteyttä AlterG:hen tai käymällä osoitteessa Amazon.com ja tilaamalla IMAR™ Strataglass -suojapuhdistusainetta.

### Miten minun pitäisi puhdistaa kosketusnäyttö ?

Kosketusnäyttöä puhdistettaessa on tärkeää ymmärtää, että se on herkkä kemikaaleille, aivan kuten silmälasit, joissa on muovilinsit (yleensä polykarbonaattia, jossa on häikäisyä vähentävä pinnoite). Itse asiassa tällaisten lasien mukana toimitettu puhdistuspakkaus on juuri sopiva kosketusnäytön turvalliseen puhdistamiseen; se sisältää yleensä mikrokuituliinan ja hellävaraisen puhdistusliuoksen, ja se maksaa yleensä noin\$ 10.

### Puhdistusohjeet

- Käytä pehmeää, nukkaamatonta liinaa. Suosittelemme erityisesti 3M Microfiber Lens Cleaning Cloth -puhdistusliinaa kosketuspaneelien puhdistamiseen ilman nestemäistä puhdistusainetta. Materiaalia voidaan käyttää kuivana tai kevyesti kostutettuna miedolla puhdistusaineella tai etanolilla. Varmista, että liina on vain hieman kostea, ei märkä.
- Älä koskaan käytä happamia tai emäksisiä (neutraali pH) puhdistusaineita tai orgaanisia kemikaaleja, kuten maalinohentajaa, asetonia, tolueenia, ksyleeniä, propyyli- tai isopropyylialkoholia tai kerosiinia. Sopivia puhdistusaineita on kaupallisesti saatavilla ja valmiiksi pakattu käytettäväksi; yksi esimerkki tällaisesta tuotteesta on Klear Screen™ tai kaupallisesti saatavilla olevat vähittäismyyntituotemerkit, kuten Reckitt-Benckiserin valmistama Glass Plus® Glass and Surface Cleaner. Vääränlaisten puhdistusaineiden käyttö voi johtaa kosketusnäytön visuaaliseen heikkenemiseen ja vahingoittaa toiminnallisuutta.
- Älä koskaan levitä puhdistusainetta suoraan kosketusnäytön pinnalle; jos puhdistusainetta roiskuu kosketusnäytölle, imeytä se välittömästi imukykyisellä liinalla.
- Kun käytät puhdistusainetta, vältä kosketusta kalvon tai lasin reunoihin ja taivutushäntään.
- Pyyhi pinta varovasti; jos pinnassa on suuntautuva rakenne, pyyhi samaan suuntaan kuin rakenne.

**Huomautus:** Useimmat tuotteet sisältävät 1-3 tilavuusprosenttia isopropyylialkoholia, mikä on hyväksyttävissä rajoissa resistiivisen kosketuspaneelin puhdistuskäytössä.

**Varoitus:** Monet tuotteet sisältävät ammoniakkia, fosfaatteja tai etyleeniglykolia, jotka **EIVÄT** ole **hyväksyttäviä**; tarkista tuotteen sisältömerkintä huolellisesti.

## Laukun huolto

- Tarkista pussi mahdollisten vuotojen varalta ja huomioi mahdolliset epänormaalit sihisevät äänet. Pieni vuoto shortsien ja vetoketjun läpi on normaalia. Jos tämä tai muut vuodot vaikuttavat Anti-Gravity Treadmillin maksimipaineominaisuuksiin, ota yhteyttä AlterG:hen vianmääritystä ja tukea varten.
- Voitele pussin vetoketju tarvittaessa vetoketjun voiteluaineella. Pidä terävät esineet aina poissa pussista.
- Tutki laukun vetoketju löystyneiden tai puuttuvien vetoketjun hampaiden varalta. Älä käytä sitä, jos hampaita puuttuu, sillä vetoketjun rikkoutuessa paineen alaisena voi tapahtua nopea paineen aleneminen.
- Anti-Gravity-juoksumattoa voidaan joutua huoltamaan sisäpuolelta, kun pussi on irrotettava alustasta. On suositeltavaa, että tällainen huolto suoritetaan päivän päätteeksi. Kun pussi kiinnitetään uudelleen, vaahtomuovi, joka muodostaa ilmatiiviin tiivisteen pussin ja alustan välille, tarvitsee aikaa laajentuakseen ja tiivistyäkseen uudelleen. Pussin irrottaminen puhdistusta varten kuvataan jäljempänä.

## Conning-tornin korvaaminen

1. Sammuta ja irrota Anti-Gravity-juoksumatto pistorasiasta.
2. Voit ripustaa pussin, jotta se on paremmin saatavilla kiinnittämällä pussin ohjaamoon ja nostamalla tai laskemalla ohjaamo.
3. Käännä tornin sisäpuoli takaisin ja etsi vetoketjun kiinnitys.



4. Poista vetoketjun peittävä teippi. Varmista, että teippi on poistettu kokonaan pussin vetoketjusta.



5. Avaa vetoketju koko matkalta, jotta ohjaustorni vapautuu.



6. Työnnä pussin vetoketjun pää tornin vetoketjun vetokielekkeeseen varmistaen, että se on täysin paikallaan ja että vetoketjun molempien puolikkaiden hampaat ovat samassa linjassa.



7. Kiinnitä tornin vetoketju varovasti pussiin ja varmista, että kaikki hampaat ovat kunnolla kiinni toisissaan. Kun molemmat osat on liitetty täysin yhteen, vetoketjun päähän jää hyvin pieni rako.



- 
8. Teippaa vetoketjukiinnityksen sisäpuoli tiivisteellä 109163 3 "x3" repäisylaastari tai 107588 1-1/2" repäisyliuska (pituus 3"-4"). Varmista, että rako peittyy kokonaan.



## Pussin poistaminen puhdistusta varten

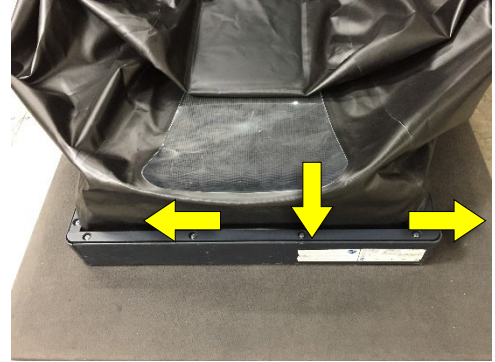
NEO & NEO+ Anti-Gravity -juoksumattojen sisäpuolen huoltamiseksi voi olla tarpeen irrottaa pussi juoksumattopohjasta. Noudata tämän jakson ohjeita pussin irrottamiseksi, puhdistamiseksi sisältä ja takaisin asettamiseksi.

### Pussin poisto ja juoksumattojen puhdistus

1. Sammuta ja irrota Anti-Gravity-juoksumatto pistorasiasta.
2. Voit ripustaa pussin, jotta se on paremmin saatavilla kiinnittämällä pussin ohjaamoon ja nostamalla ja laskemalla ohjaamoa.



3. Paikanna pussin kiinnitystangot runkoon. Kuvassa näkyvät sivuilla ja takana olevat tangot. Irrotat nämä kolme tankoa. Saattaa olla helpointa aloittaa takimmaisesta palkista



4. Kierrä kiinnikkeet irti jalustoista 10 mm:n hylsyavaimella.





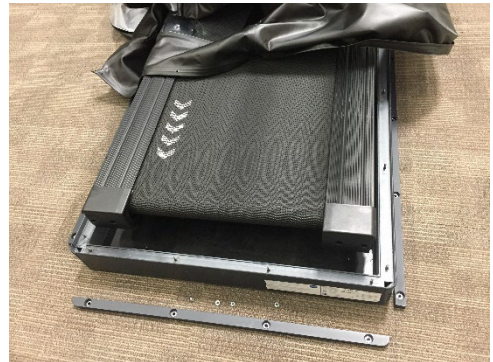
5. Vedä tangot kokonaan irti rungosta ja aseta ne sivuun kiinnikkeiden kanssa.



6. Nosta pussin pohja irti kiinnikkeistä.

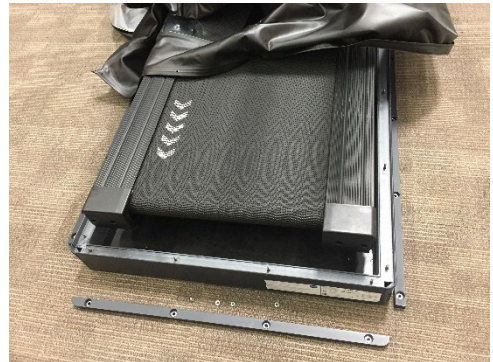
Huomaa, että sinun ei välttämättä tarvitse irrottaa sekä etu- että takapuolta koko juoksumattoa puhdistaaksesi. Takapään ja molempien sivujen irrottamisen pitäisi riittää. Tyypillisesti on parasta jättää pussin etuosa kiinni runkoon.

Kuten toisessa kuvassa näkyy, laukku on vapautettu molemmilta puolilta ja takaa. Laukun etuosa on edelleen kiinni.



7. Imuroi huolellisesti kaikki pinnat, joihin pääset käsiksi. Mene mahdollisimman pitkälle juoksumaton alle.

Puhdista juoksumaton takaosa, johon lika ja roskat kerääntyvät.

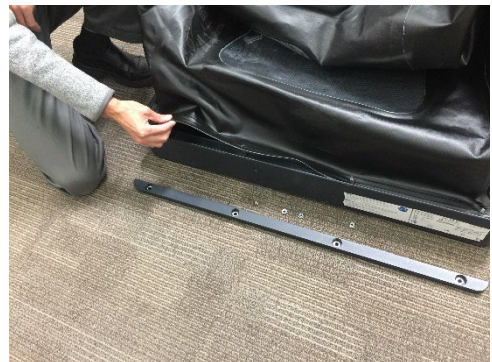


8. Voit myös tarkistaa, ettei juoksuhihnan pinnalla ole roskia tai nestevuotoja. Juoksuhihna liikkuu vapaasti, kun pyörität sitä käsin.



#### Pussin kiinnittäminen uudelleen

1. Kiinnitä pussi takaisin paikalleen siten, että reiät kohdistuvat kehyksen vastaaviin kiinnityskohtiin





2. Asenna pussin kiinnitystangot takaisin runkoon. Vaihda ja kiristä kaikki kiinnikkeet käsin. Varmista, että ne ovat tiukasti kiinni. **Älä kiristä liikaa.**



## Lisäys A: Anti-Gravity-juoksumattoa koskevat tekniset tiedot

|                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Suorituskyky</b>              | <p><b>Käyttäjän painokapasiteetti:</b> 80lbs (36kg) - 400lbs (180kg)</p> <p><b>Kehon painoalueen säätö:</b> (yli 159 kg:n (350lbs) käyttäjät eivät välttämättä saavuta 20 %:n painonpoistoa).</p> <p><b>Käyttäjän korkeusalue:</b> (154cm) - 6ft 3" (190cm).</p> <p><b>Nopeusalue:</b> -3 - 10 mph (-4,8 - 16 km/h), <b>kaltevuusalue:</b> 0 - 15°</p>                                                                                                                                                                      |
| <b>Mitat</b>                     | <p><b>Pituus:</b> 84" (213cm)</p> <p><b>Leveys:</b> 38" (97cm)</p> <p><b>Juoksupinta-ala:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 22" (56cm) leveä</li> <li>• 62" (158cm) pitkä</li> </ul> <p><b>Kumimatto:</b> × 9ft (2.7m) 9ft (2.7m).</p> <p><b>Paino:</b> 249 kg (550 lbs), noin</p>                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Suositellut huoneen mitat</b> | <p>Varaa vähintään 3,7 m (12 jalkaa) pitkä ja 2,4 m (8 jalkaa) leveä jalkatila, jotta juoksumattoa ympäröi riittävästi tilaa. Jätä vähintään 0,5 m (20 tuumaa) tilaa laitteen eteen, jotta pääset käsiksi on/off- ja elektroniikkapaneeliin.</p> <p><b>Huomautus:</b> Alimmalla korkeudella ja korkeapaineasetuksilla pussi voi laajentua jopa ~10" (25 cm) per sivu.</p> <p>Tarkista kattokorkeus varmistaaksesi, että käyttäjät eivät lyö päätänsä kattoon juostessaan. Juoksupinta on ~9" (22cm) korkeudella maasta.</p> |
| <b>Ympäristö</b>                 | <p><b>Käyttöolosuhteet:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ympäristön lämpötila: 55° F - 84° F (13° C - 29° C).</li> <li>• Suhteellinen kosteus: 20 % - 95 %</li> </ul> <p><b>Kuljetus- ja varastointiolosuhteet:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lämpötila-alue: 0° F - 120° F (0° C - 49°)</li> <li>• Suhteellinen kosteus: 20 % - 95 %</li> </ul>                                                                                                                                         |

|                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Sähköiset luokitukset</b></p> | <p><b>Tehovaatimukset NEO:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Suositellaan: 120 VAC 20A, 50/60 Hz</li> <li>• Toimiva vaihtojännitealue; 110 - 130 VAC*, 50/60 Hz.</li> </ul> <p>*Suositeltua 120 voltia/20A pienemmillä arvoilla järjestelmän kyky vähentää kehon painoa 20 %:iin tai saavuttaa suurimmat nopeudet voi vaarantua.</p> <p><b>Sijainti:</b> Asenna juoksumatto etupuolelle enintään 3,7 metrin (12 ft) päähän pistorasiasta.</p> <p><b>Sähköliitäntä (USA):</b> 120V: 20 ampeerin virtapiiri, NEMA 5-20R pistorasiaan.</p> <p><b>Kansainvälinen kokoonpano:</b> AlterG-juoksumatto on varustettu IEC 60320 C20 pistorasialla virransyöttöä varten. Jokaisen laitteen mukana toimitetaan IEC 60320 C19 -pistoke ja asianmukainen seinäpistoke nimettyä maata varten. Sopiva pistoke on kiinnitettävä juoksumaton virtajohtoon seuraavaa johtojen kytkentäkaaviota käyttäen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Valkoinen Johtaja: Neutraali</li> <li>• Musta Kapellimestari: Linja</li> <li>• Maadoitusjohdin: Vihreä/Keltainen</li> </ul> <p><b>Tehovaatimukset NEO+, ** NEO:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Suositeltu: 220 VAC 20A, 50/60 Hz</li> <li>• Toimiva vaihtojännitealue; 200 - 240 VAC*, 50/60 Hz.</li> </ul> <p>*Suositeltua 220 voltia/20A pienemmillä arvoilla järjestelmän kyky vähentää kehon painoa 20 %:iin tai saavuttaa korkeimmat nopeudet voi vaarantua.</p> <p>** NEO-tuotteesta on saatavana lisämaksusta valinnainen 220 VAC:n suurnopeusversio.</p> <p><b>Sijainti:</b> Asenna juoksumatto etupuolelle enintään 3,7 metrin (12 ft) päähän pistorasiasta.</p> <p><b>Sähköliitäntä (USA):</b> 220V: 20 ampeerin virtapiiri, NEMA 6-20R pistorasiaan.</p> <p><b>Kansainvälinen kokoonpano:</b> AlterG-juoksumatto on varustettu IEC 60320 C20 pistorasialla virransyöttöä varten. Jokaisen laitteen mukana toimitetaan IEC 60320 C19 -pistoke ja asianmukainen seinäpistoke nimettyä maata varten. Sopiva pistoke on kiinnitettävä juoksumaton virtajohtoon seuraavaa johtojen kytkentäkaaviota käyttäen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sininen Kapellimestari: Neutraali</li> <li>• Brown Kapellimestari: Linja</li> <li>• Maadoitusjohdin: Vihreä/Keltainen</li> </ul> |
|-------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|



## Lisäys B: Lisävarusteet ja lisävarusteet

Tutustu AlterG:n verkkosivuihin tai ota yhteyttä AlterG:n myyntiedustajaan saatavilla olevien vaihtoehtojen ja tilausten osalta.

## Liite C: Vianmäärittäminen

Useimmissa tapauksissa Anti-Gravity-juoksumattosi korjaukset on teetettävä AlterG:n pätevällä tekniikalla. Ota yhteyttä AlterG-edustajaan tai pyydä korjauksia osoitteesta [.CS@golifeward.com](mailto:CS@golifeward.com)

Ennen kuin pyydät apua korjausteknikolta, voit etsiä vikoja ja mahdollisesti ratkaista ne.

### Korjaukset

Huomioi seuraavat asiat, jotta voimme auttaa sinua mahdollisimman nopeasti.

- Mikä on Anti-Gravity-juoksumaton sarjanumero? Valmistajan etiketti sijaitsee juoksumaton pohjassa.
- Mitä tapahtui ennen ongelmaa?
- Tapahtuiko ongelma yllättäen?
- Onko ongelma pahentunut ajan myötä?
- Jos kuulet epätavallista ääntä, mistä ääni on peräisin?
- Oliko juoksumatto käytetty ongelman ilmetessä?
- Huomioi mahdolliset muut merkitykselliset oireet.
- Näyttääkö näyttö virheilmoituksia?

### Ilmanpaine

Jos harjoittelun aikana tuntuu epäasianmukaista painetta, tarkista shortsit ja yksikköpussi vuotojen varalta. Jos paineongelmat jatkuvat, ota yhteyttä AlterG:hen.

### Juoksumatto

1. Vapaa pyörä: Juoksumaton kansi ei lukitu ja liikkuu, jos sitä työnnetään. Kun E-Stop on vedetty, juoksumaton on tarkoitus liikkua vapaasti
2. Juoksumattohihna ei liiku, ennen kuin käynnistät käyttöliittymän. Jos juoksuhihna liikkuu muussa tapauksessa, ota välittömästi yhteyttä AlterG:hen. Jos juoksumattohihna ei liiku käytön aikana, testaa muita toimintoja, kuten kaltevuutta. Jos tämä toimii, tarkista näytöstä mahdolliset virheilmoitukset. Kirjaa mahdolliset järjestelmävirheilmoitukset ja ota yhteyttä AlterG:hen.

### Vuodot

Jos pussin tai shortsien kangas on revennyt tai jos vetoketjun hampaat ovat rikki tai puuttuvat, lopeta käyttö ja ota yhteyttä AlterG:hen.

### Järjestelmävirheet

Anti-Gravity Treadmill -ohjelmistossa on sisäänrakennettu virhetarkistus, jolla varmistetaan, että kaikki järjestelmät toimivat eritelmien mukaisesti. Jos havaitaan virhe, näyttöön tulee "Odottamaton virhe" ja sen jälkeen kuvaus havaitusta virheestä. Jos näet tämän viestin, kirjoita ylös virheilmoitus ja kuvaus olosuhteista, joissa virhe tapahtui.

Virhe voi johtua odottamattomasta poikkeamasta, jota voi esiintyä monimutkaisissa tietokoneohjatuissa laitteissa. Jos näin on, katkaise virta näyttökonsolista. Tämä voi poistaa virheen ja korjata ongelman. Jos virhe jatkuu, ota yhteyttä AlterG:hen. Merkitse muistiin olosuhteet, joissa virhe ilmenee, ja vianmäärittäyskoodi.



## Liite D: EMC-lausunto

### **Varoitus:**

- Anti-Gravity-juoksumatto on LÄÄKINNÄLLINEN SÄHKÖLAITE, ja se vaatii erityisiä varotoimia EMC:n suhteen, ja se on asennettava ja otettava käyttöön tässä käyttöohjeessa annettujen EMC-tietojen mukaisesti.
- Kannettavat ja siirrettävät RF-viestintälaitteet voivat vaikuttaa Anti-Gravity-juoksumattoon.
- Muiden kuin AlterG Inc:n määrittelemien lisävarusteiden, antureiden ja kaapeleiden käyttö voi lisätä EMISSIONIA tai heikentää LAITTEEN IMMUNITEETTIA.
- Tätä LAITETTA ei saa käyttää muiden laitteiden vieressä tai päällekkäin muiden laitteiden kanssa, ja jos käyttö vieressä tai päällekkäin on välttämätöntä, LAITTEEN normaalia toimintaa on tarkkailtava sen varmistamiseksi, että se toimii normaalisti siinä kokoonpanossa, jossa sitä käytetään.

## Lisäys E: Takuu

Anti-Gravity-juoksumatto kuuluu seuraavan takuun piiriin:

- Yhden vuoden varaosat ja työvoima koko koneelle.

Takuu: Lifeward Inc. takaa asiakkaalle, että Anti-Gravity-juoksumatto on vapaa valmistusvirheistä yhden (1) vuoden ajan alkuperäisestä ostopäivästä. Takuu ei kata vaurioita tai laitevikoja, jotka johtuvat väärinkäytöstä, käyttäjän tai muista vahingoista tai Anti-Gravity-juoksumattoja koskevassa käyttöoppaassa esitettyjen ympäristö- ja sähkövaatimusten ja huoltotoimenpiteiden noudattamatta jättämisestä. Kaikki asiakkaan tekemät muutokset, purkaminen ja siirtäminen ilman Lifeward - huoltopalvelun valvontaa tai Anti-Gravity-juoksumattojen omistusoikeuden siirtäminen mitätöivät takuun ja laajennetun takuun. Pyydämme sinua ottamaan yhteyttä Customer Success -tiimiimme, jotta voimme auttaa sinua prosessin helpottamisessa kaikissa tilanteissa.

Laajennettu takuu:

Lifeward Inc. tarjoaa Anti-Gravity-juoksumattoon laajennetun takuun vuositasolla seuraavasti:

Jos ostat laajennetun takuun ostopäivästä, Lifeward CA tarjoaa yhden (1) ilmaisen ennaltaehkäisevän huoltotarkastuksen ja -huollon pätevän teknikon toimesta ensimmäisen käyttövuoden lopussa.

Laajennettu takuu voidaan ostaa AlterG:n myynnin ja asennuksen jälkeen. Lisätietoja saat ottamalla yhteyttä valtuutettuun edustajaan tai Lifeward Inc:iin.

Lifeward CA tai sen valtuuttama huoltoteknikko tekee takuuajan tai laajennetun takuun aikana diagnoosin ja korjaa Anti-Gravity-juoksumattosi, mukaan lukien osat ja työt. Palvelu voi vaihdella puhelinsoitoista ja sähköposteista tarvittaessa paikan päällä tehtäviin huoltokäynteihin. Jos et osta AlterG:ltä laajennettua takuuta, sinua laskutetaan kulloinkin voimassa olevien hintojen mukaisesti osista ja työstä sekä kaikista matkoista ja/tai kuljetuksista, joita tarvitaan tuotteen huoltoon alkuperäisen yhden (1) vuoden takuun päättymisen jälkeen.

Takuu tai laajennettu takuu ei kata menetettyjä liiketoimintamahdollisuuksia, jotka johtuvat siitä, että painovoimainen juoksumatto on poissa käytöstä, eikä takuu tai laajennettu takuu kata väärinkäytöstä tai muista käyttäjävahingoista johtuvia vaurioita tai laitevikoja. Tähän sisältyy ympäristö- ja sähkövaatimusten sekä Anti-Gravity-juoksumattojen käyttöohjeessa esitettyjen huolto- ja ylläpitoprotokollien noudattamatta jättäminen. Kaikki asiakkaan tekemät muutokset Anti-Gravity-juoksumattoon mitätöivät takuun. Jos sinun on purettava Anti-Gravity-juoksumatto siirtääksesi sitä, jos teet sen ilman Lifewardin pätevää teknikkoa, takuu raukeaa.