

dyaco



**FE750
ELLIPTICAL**

椭圆机 使用手册

在使用机台前，请先详细阅读说明书内容

跑台适用标准 GB 17498.1-2008 GB~17498.9-2008



目录

安全警告	3
组立零件包	5
组装步骤	7
机台移动指引	11
电子表操作	12
爆炸图	30
零件表	31

注意

此机型为家用机种，在符合此情况下使用，皆有保修。若是运用在其它用途，则不符合保修条件。

安全警告

安全警告：

您所使用的椭圆机，机台设计是符合安全标准的，组装与操作前必须详细阅读使用手册，并小心使用。

为确保您的安全，请您注意下列的安全警告：

注意危险：为了减少触电的危险，请在使用机台后或清洁机台前，请将插头从插座上拔掉。

1. 在您使用椭圆机前，请阅读使用手册和附录并依循指示操作椭圆机。
2. 当您在使用椭圆机时，如果感到头昏眼花、作呕、胸口痛或是其他任何不正常的症状，请马上停止运动，并立刻与医师联络。
3. 当椭圆机闲置无人使用时、搬移机台前或更换零件时，请将插头从插座上拔掉。
4. 如果电源线、插头已损坏并且无法正常使用，如：插头已掉落、损坏或碰触过水，请勿使用本机台。
5. 请勿拉扯电源线，电源线请远离火源处。
6. 请务必在平坦的地面上组装或操作椭圆机。本椭圆机请勿在户外、靠近水的地方使用或勿在磁砖地板上使用，以免机台移动产生危险。
7. 请勿将异物塞进机台内。
8. 当椭圆机正在使用时，请注意不要让小孩和宠物靠近椭圆机。
9. 残障者需得到医师的许可并且身边有人陪伴的情况下，方可使用。
10. 请勿将手或脚伸入机台下方。当他人使用椭圆机时，请与机台保持安全距离。
11. 当不使用椭圆机时，请将所有的电源切断，并将插头拔掉。
12. 请依照说明书上的指示使用椭圆机。
13. 在运动之前请暖身 5 到 10 分钟，运动完后请休息 5 到 10 分钟，这会使您的心跳频率能够逐渐加快和逐渐减慢，并预防肌肉紧缩。
14. 运动时请维持一定的频率呼吸，请勿闭气。
15. 请慢慢开始运动，并缓慢增加速度，不要一次加速太快。
16. 当在运动时请穿着合适的衣服和鞋子，请不要穿着过大的衣服，以免衣服与机台某个零件纠结在一起。
17. 运动时请勿赤脚、只穿袜不穿鞋、穿过大的鞋子或穿室内拖鞋。
18. 移动机台时请参照使用手册中适当的方式，以免伤及背部和腰部。
19. 本器具不预备给体能弱，反应迟缓或有精神障碍的人(包括儿童)使用。除非在对其负责有安全的人员的指导或帮助下安全使用。
20. 外接的电源连接线，若需做更换维修,请洽专业服务人员，切勿自行拆解维修。
21. 最大载重 150KG。

警告

从事任何激烈运动之前请与医师商量，特别是 35 岁以上或是身体状况不适的人。

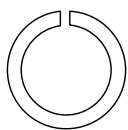
使用任何健身器材之前请详细阅读完机台使用手册，否则我们对个人的运动伤害不具任何责任。

注意!!使用椭圆机时请注意安全

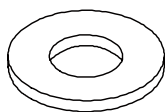


组立零件包

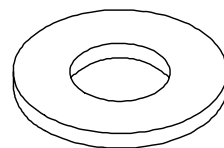
螺丝用量步骤 1



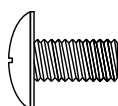
#136. 3/8" × 2T_
弹簧华司(4 片)



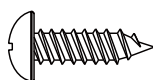
#133. 3/8" × 19 × 1.5T_
平华司(4 片)



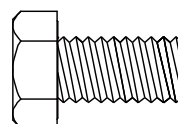
#132. Ø8.5 × 26 × 2.0T_
平华司(2 片)



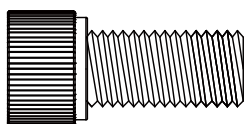
#111. M5 × 10m/m_
伞头十字螺丝(4 支)



#114. Ø3.5 × 12m/m_
伞头十字自攻(2 支)



#99. 5/16" × 15m/m_
外六角螺丝(2 支)

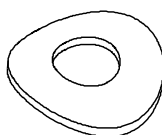


#109. 3/8" × 3/4"
CAP 承窝螺丝(4 支)

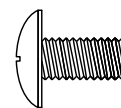
螺丝用量步骤 2



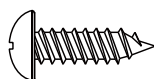
#120. 5/16" × 7T_
尼帽(6 颗)



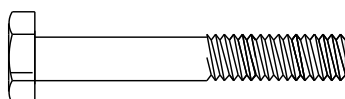
#135. 5/16" × 19 × 1.5T_
弧形华司(4 片)



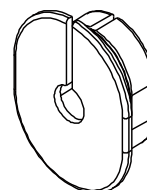
#111. M5 × 10m/m_
伞头十字螺丝
(10 支)



#114. Ø3.5 × 12m/m_
伞头十字自攻(4 支)

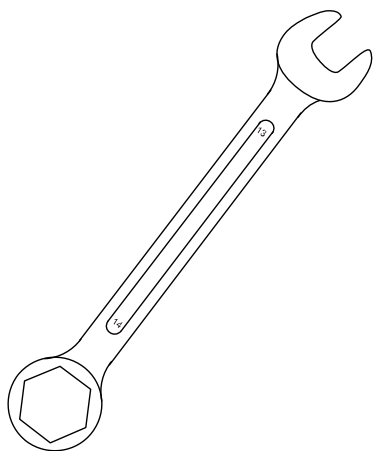


#101. 5/16" × 1-3/4"
外六角螺丝(6 支)

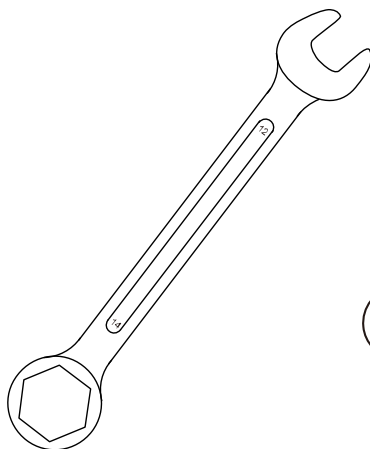


#84. 立管线塞
(2 颗)

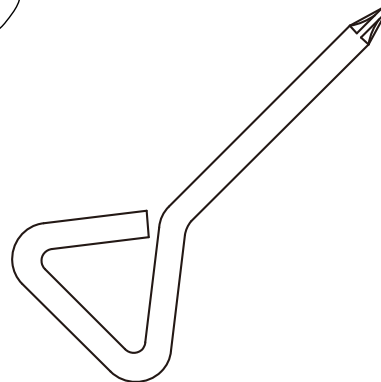
工具包



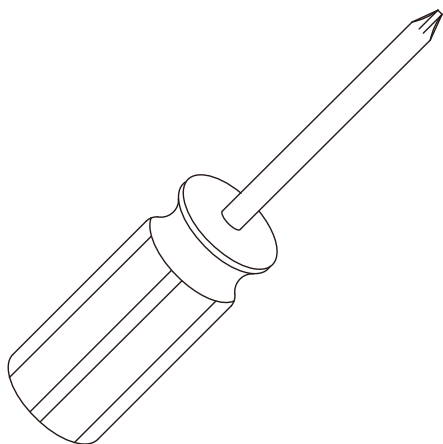
#145. 13 号 14 号开口板手



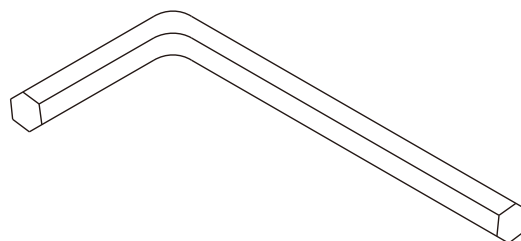
#146. 12 号 14 号开口板手



#150. 三角十字板手



#147. 十字起子



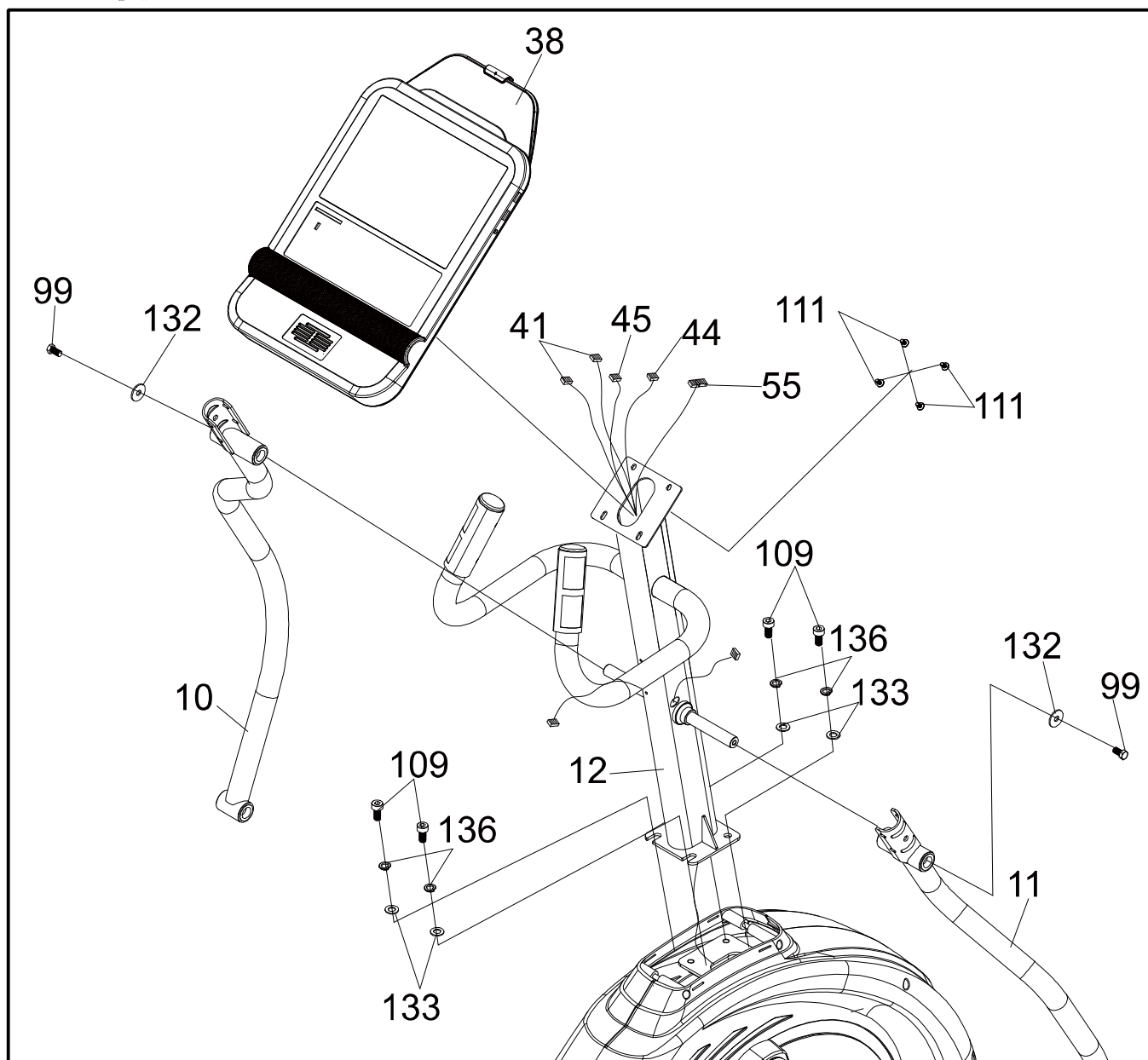
#148. L 型六角板手

机台拆箱流程

1. 使用小刀(美工刀) 沿着虚线割開箱子的外部、底部、还有边缘。把箱子举高超过机台并拆开。
2. 小心地从纸箱移开所有零件，并检查零件是否损坏或缺少。如发现有损坏零件或短少，请立即联络代理商。
3. 确认螺丝包位置。螺丝包共分为四个步骤。首先，移除工具。移除在每一步骤中所需用到的螺丝，以避免混

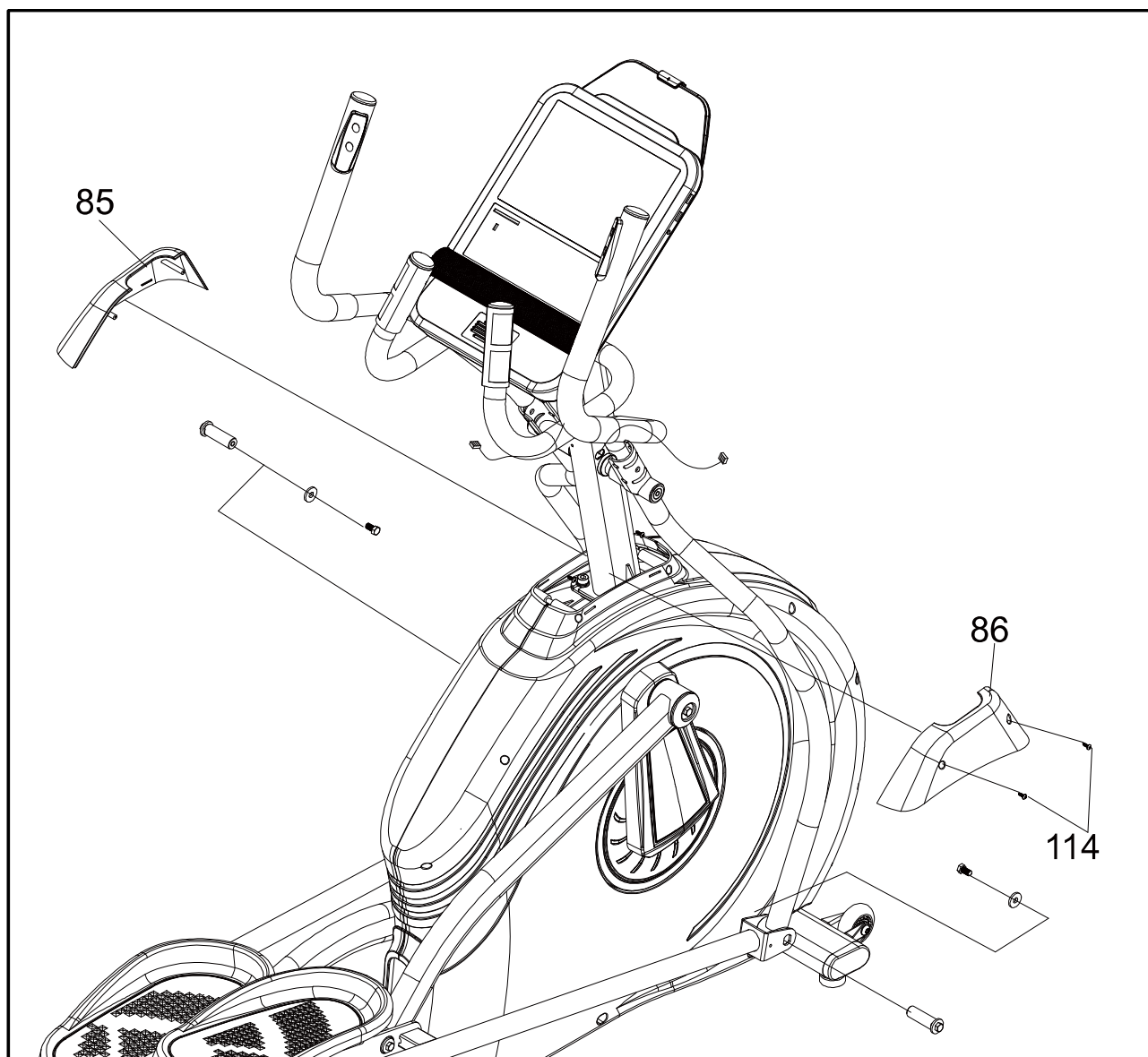
组装步骤

1-1 立管组立



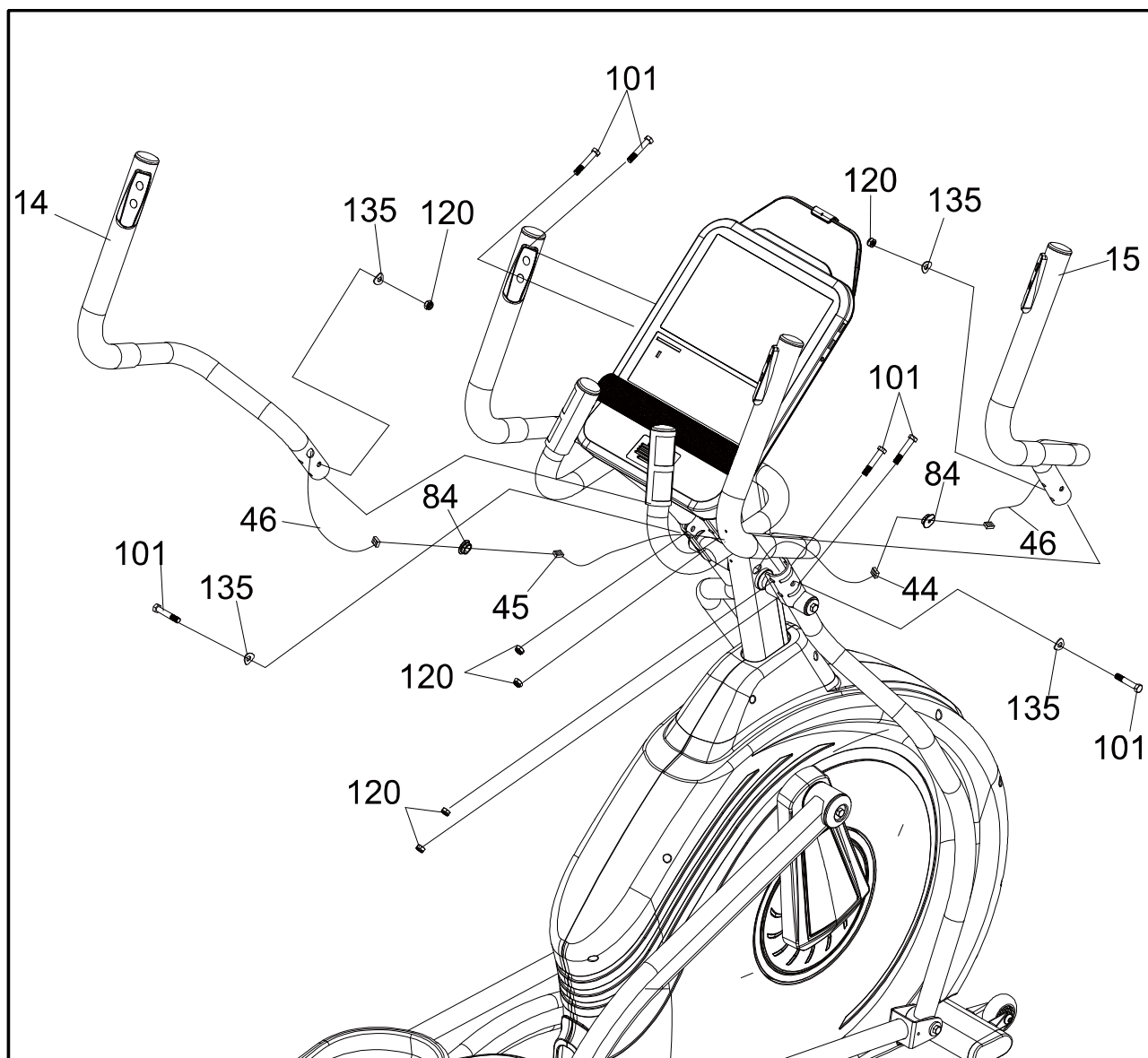
1. 利用立管焊组(12)上的魔术带，将 12P 控制线(39)穿过立管下方，由立管上方拉出，再用 CAP 承窝螺丝 3/8"x3/4" (109) 4 支、弹簧华司 3/8"x 2T(136) 4 个、平华司 3/8" x 19 x 1.5T(133) 4 个，以 L 型六角扳手 M8(148)，将立管焊组固在定主架组之立管固定片上。
2. 将电子表(38)放置于立管焊组上，将控制线(39)与手握心跳连接线(41)两条及扶手按键线(阻力)(44)、(扬升)(45)一起插在电子表上(相同颜色相插)，再将电子表置于立管组之电子表固定片上，再用伞头十字螺丝 M5 x 10m/m (111) 4 支，以十字起子(147)固定(注：确认将线材塞入立管中.勿将线材压到)。
3. 将左摇摆焊组(10)放进立管焊组之立管心轴左边，用外六角螺丝 5/16" x 15mm (99) 1 支、平华司 $\varnothing 8.5 \times 26 \times 2.0T$ (132) 1 个，以 12.14 号开口扳手(146)固定，再用相同方式及螺丝数量将右摇摆焊组(11)固定在立管焊组之立管心轴右边。

1-2 脚踏及摇摆管组组立



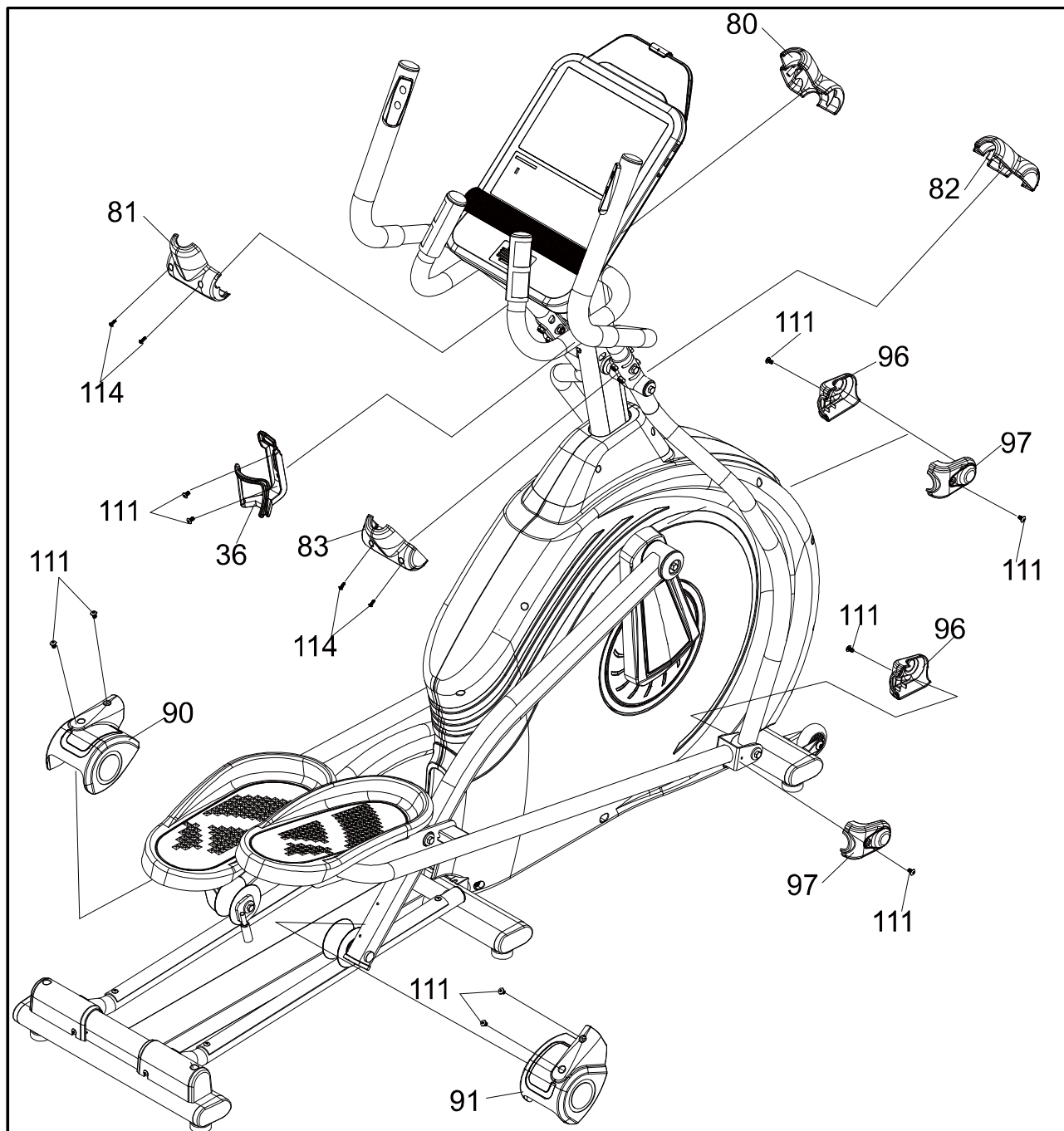
1. 先将原本在左、右踏管(8.9)焊组上的摆动轴心(20)及螺丝取下，再分别与左.右摇摆管焊组相结合(摆动轴心缺口与摇摆转轴 U 座缺口需对齐)，利用取下的螺丝以 12.14 号开口扳手(146)固定。
2. 先将左立管饰盖(85)、右立管饰盖(86)相结合于左右链盖及立管组上，用伞头十字自攻 3.5x12 (114) 2 支以十字起子(147)固定。

2-1 扶手管组立



1. 将左扶手管(14)插入左摇摆焊组之左扶手连接片中，用外六角螺丝 5/16" x1-3/4"(牙长 15L)(101) 3 支、弧形华司 5/16" x 19 x 1.5T(135) 2 个、尼帽(薄)5/16" x 7T(120) 3 个以 12.14 号开口板(146)及 13.14 号开口扳手(145)固定，再用相同方式及螺丝数量将右扶手管(15)固定于右摇摆焊组上。
2. 先将左扶手管上的阻力扶手按键上段线(44)与立管组左边的阻力扬升按键(共用)下段线(46)线材相插，将线材塞入管中，再将立管线塞(84)塞入立管中，再将右扶手管上的扬升扶手按键上段线(45)与阻力扬升按键(共用)下段线(46)线材相插，将线材塞入管中.再将立管线塞(84)塞入立管组右侧中。

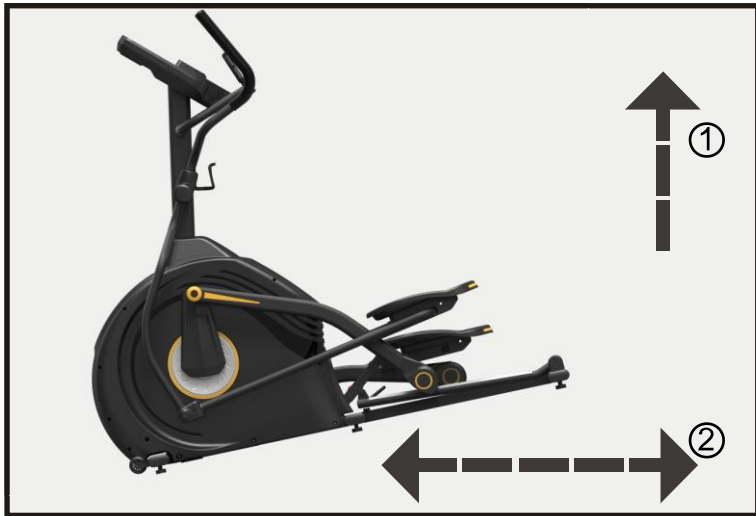
2-2 塑胶件组立



1. 先将扶手管转轴饰盖右(97) 1 个与扶手管转轴饰盖左(96) 1 个，相互结合于左踏管焊组上并用伞头十字螺丝 M5×10mm(111) 2 支，以十字起子固定于左踏管焊组上的摇摆转轴 U 座上，相同步骤及螺丝数量将扶手管转轴饰盖右(97) 1 个与扶手管转轴饰盖左(96) 1 个固定右踏管焊组上。
2. 将左滑动轮饰盖(90) 1 个放再滑动左侧管焊组之滑动左侧管后上方，用伞头十字螺丝 M5 x 10m/m (111) 2 支以十字起子固定，再将右滑动轮饰盖(91) 1 个放再滑动右侧管焊组之滑动右侧管后上方，用伞头十字螺丝 M5 x 10m/m (111) 2 支以十字起子固定。
3. 将摇摆管饰盖(左前)(80)与摇摆管饰盖(左后)(81)相互结合于左摇摆焊组之轴承五通管上，再用伞头十字自攻 $\varnothing 3.5 \times 12\text{mm}$ (114) 2 支，以十字起子固定。相同步骤将摇摆管饰盖(右前)(82)与摇摆管饰盖(右后)(83)相互结合于右摇摆焊组上之轴承五通管上，并用伞头十字自攻 $\varnothing 3.5 \times 12\text{mm}$ (114) 2 支以十字起子固定于右摇摆焊组上。
4. 最后将水壶架(36)用伞头十字螺丝 M5 x 10mm(111) 2 支，以十字起子固定于立管组之立管上。

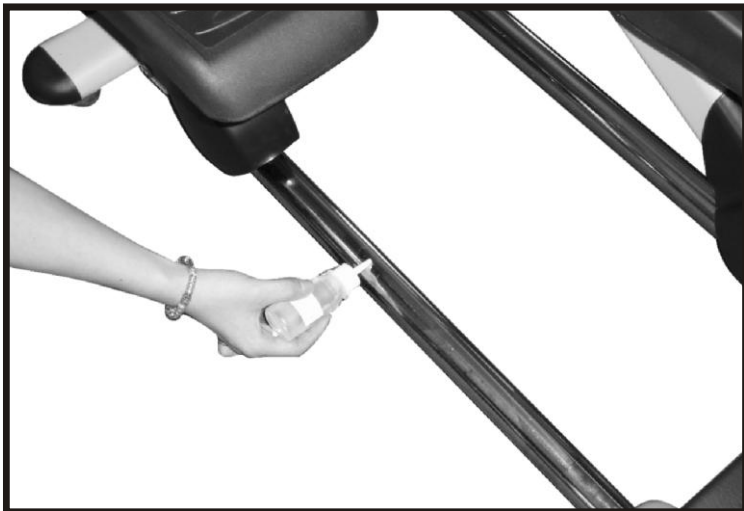
机台移动指引

本椭圆机配备有两个移动轮，当机台后方抬起时移动轮触地可带动机台。



润滑

1. 倒出 2c. c 的润滑剂在轨道中间，必须每三个月润滑一次。
2. 如果感觉不顺畅或运动时有异音，就倒 2 c. c. 的润滑剂在轨道中间。



电子表操作

电子表



一、TFT 启动后首页：

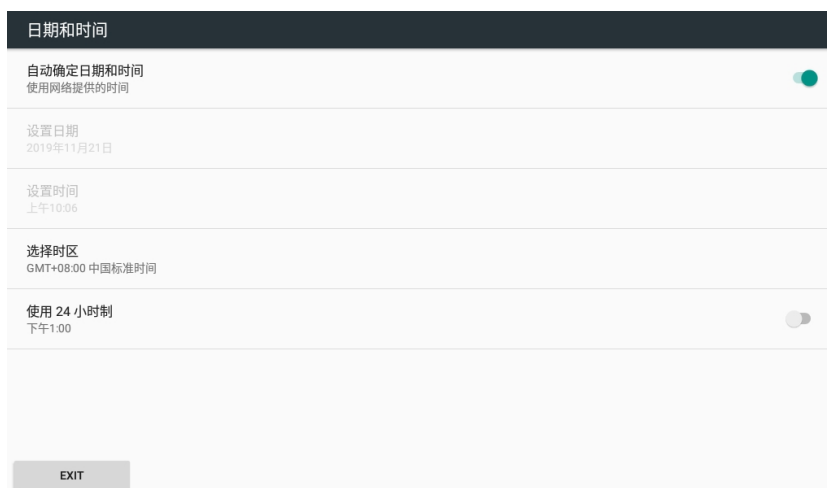


二、功能规格说明：

1. 我的训练：显示总运动资料
2. 开始训练：快速开始 / 间歇运动/ 地图模式 / 程式运动模式 / 恒定功率/程式运动/心率控制六种运动模式选择
3. 系统设定 ：此页面可操作登入帐号/首页/历史资料/新增连结帐号/设定等功能
4. 功能设定 ：音量调整功能  / 亮度调整功能  / 时区选择功能  / WIFI 设定功能  / 蓝牙心跳配对功能 
5. 多媒体模式 ：央视影音、爱奇艺、UC 浏览器、QQ 音乐、今日头条 (多媒体会依照使用情况，会替换多媒体)

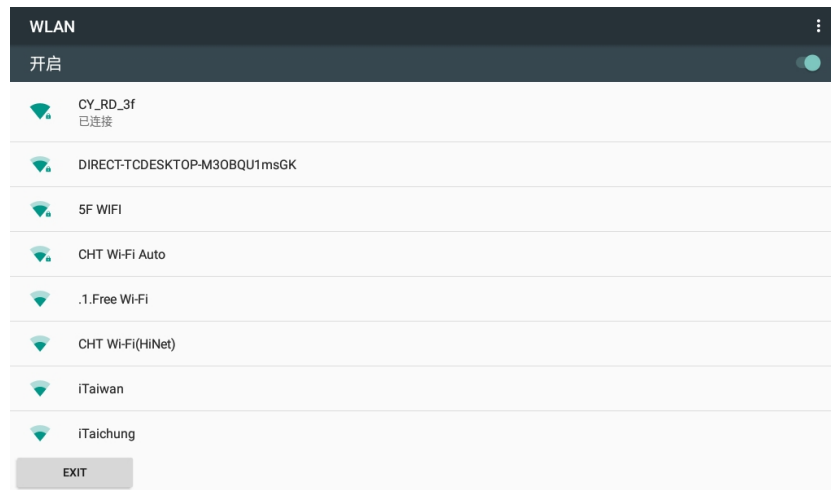


时区设定





WIFI 设定



蓝芽心跳配对



没有装置连接

三、显示数值范围：

项目	说明
DISTANCE (距离)	- 显示运动距离. - 数值范围 0.0 ~ 99.9 回圈显示
SPEED (速度)	- 显示运动期间的速度. - 数值范围 0.0 ~ 99.9
RPM (转速)	- 每分钟的转数 - 数值范围 0 ~ 999
TIME (时间)	- 显示运动时间. - 数值范围 0:00 ~ 99:59 回圈显示
Heart Rate (心跳)	- 显示运动期间心跳值. - 数值范围 0 ~ 230

• HR Zone (心率分析)	• 显示运动期间心率分析 • VERY LIGHT/LIGHT/MODERATE/HARD/MAXIMUM
• BAI (身体指数)	• 显示运动期间消耗的 BAI 值. • 数值范围 0 ~ 999
• CAL (卡路里)	• 显示运动功率消耗 显示范围 0~999
• WATT (瓦特)	• 显示运动功率消耗 • 显示范围 0~999

四、实体按键说明：

开始/暂停：开始状态下按压为暂停运动, 暂停状态下按压为开始运动

停止：结束运动

扬升：调整扬升向上/向下

段数：调整阻力向上/向下

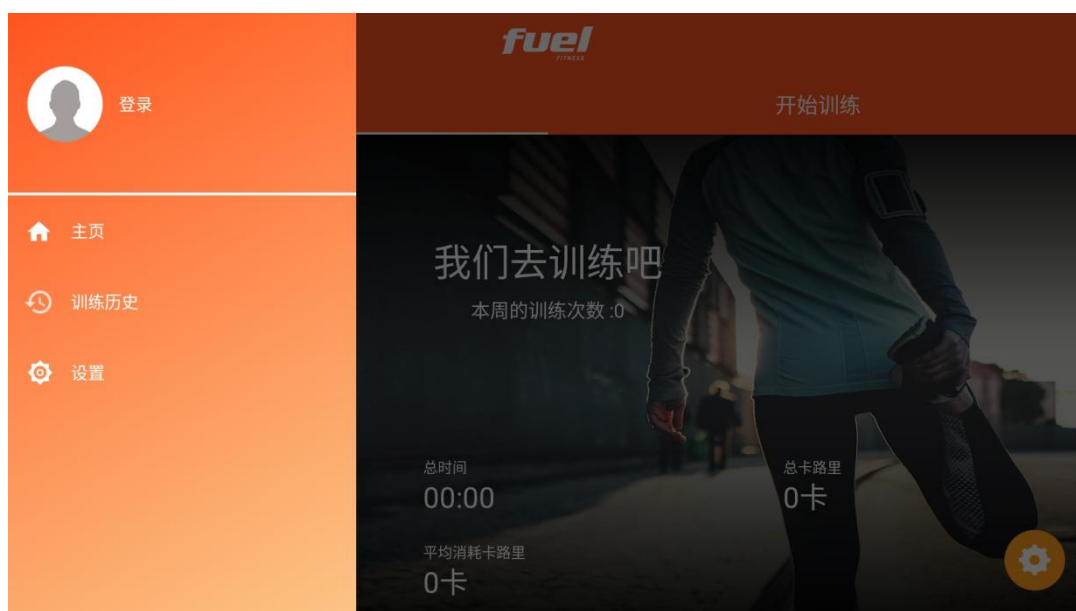
五、系统设定操作说明

1. 登陆(头像)个人资料登入与创建, 登入帐号(信箱申请 FB 微信 GOOGLE 登入)

2. 主页:回首页

2. 训练历史:运动资料查询(需登入)

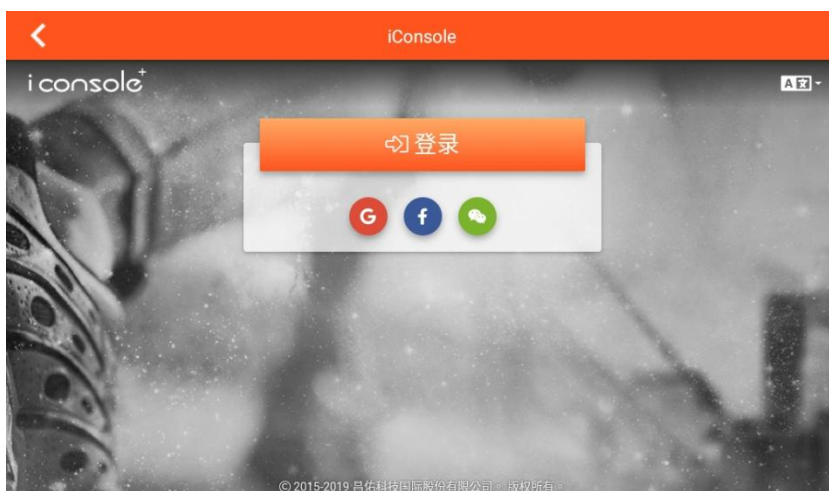
3. 设置:设定模式



A. 点选登陆(头像) 登入帐号，选择脸书/GOOGLE/微信/输入信箱密码来登入



GOOGLE /FACEBOOK/微信登入



帐号创建



B. 训练历史



C. 设置:



点选系统设置进入系统设定(亮度 音量 WIFI 蓝牙耳机 语言 公英制)

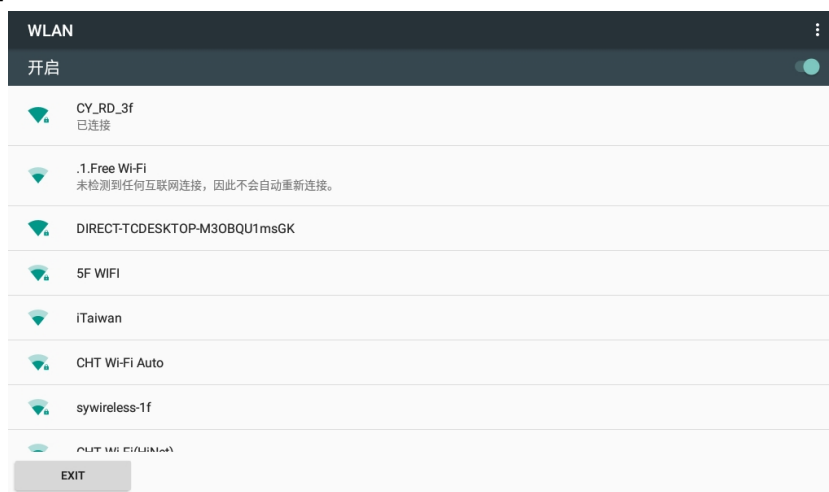
a. 亮度调整



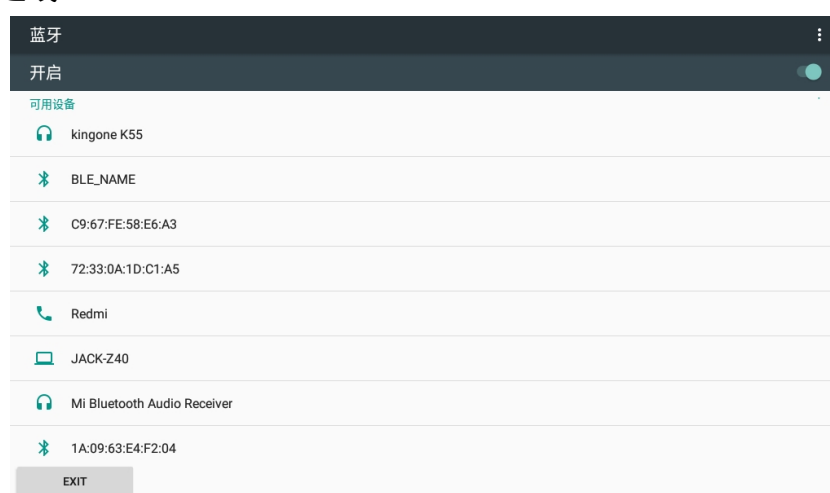
b. 音量调整



c. WIFI 设定



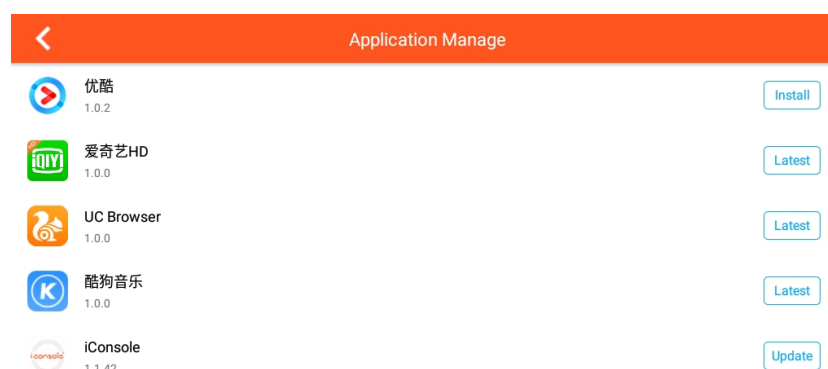
d. 蓝牙耳机连线



e. 言语选择



点选 SYSTEM UPGRADE 进入 APP 更新页面



六、多媒体模式: (左右滑动页面选择欲使用之对应 APP 图示)

A. 选择 APP: 央视影音、爱奇艺、UC 浏览器、QQ 音乐、今日头条



B. 多媒体模式下，可点选  展开或隐藏运动数值， 系统功能上一页， 回到主画面，按下  开始运动，按下  停止。



七、功能简介

快速开始 / 间歇运动 / 地图模式 / 恒定功率 / 程式运动 / 心率控制



1. 快速开始模式：

- 设定运动目标(距离/时间/消耗脂肪)，按下开始开始运动，各项资料开始计数
- 开始运动可调整扬升&阻力上升&下降，按下暂停可以进入暂停模式，按下停止离开此模式
- 结束后进入总结显示



2. 间歇运动模式：

- A. 可分别设定圈数 /时间 /段数 /扬升 /目标转速等设定值，按下开始开始运动
- B. 先进入热身运动，后开始间歇运动模式运动
- C. 高强度时间时可以调整段数&扬升(段数&扬升依照设定值显示)
休息时间时可以调整段数&扬升，固定在(段数&扬升依照设定值显示)
- D. 按下暂停可以进入暂停模式，按下停止离开此模式
- E. 结束后进入总结显示





3. 地图模式：

A. 进入后会侦测显示目前区域，点选  载入预设路径，区分中国与非中国区域；

点选  可以切换世界地图 (GOOGLE MAP) 或是中国图资，预设为中国地图 ，为世界地图 



B. 规划路径长按一次出现起始点 ，长按第二次出现终点 ，长按三下出现转捩点  (有最大数量)  滑动后开始运动， 可回复重新设定路线图

C.  显示/隐藏运动数值，切换地图/街景/卫星模式，数值会 3 秒切换显示

D. 可调整阻力上升或下降，按下  为暂停模式，按下  则为离开此模式

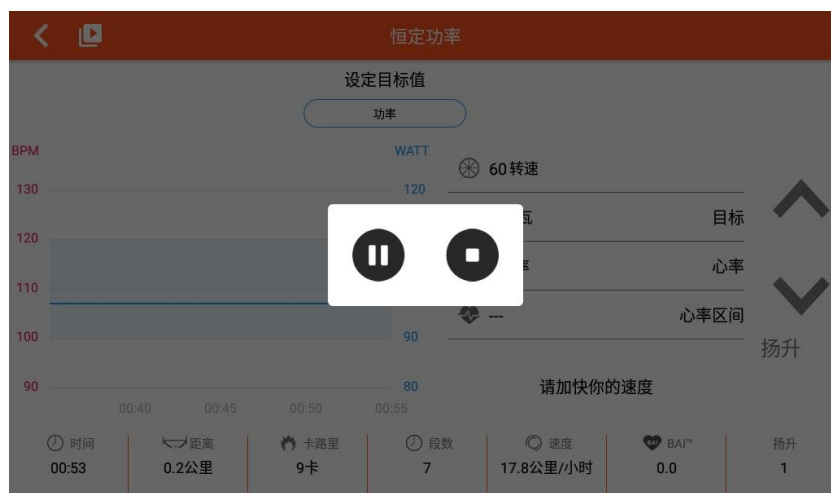
E. 结束后进入总结显示



4、恒定功率模式

- A. 可设定时间/目标功率，后按开始开始运动
- B. 段数阻力依照功率数值做调整变化
- C. 运动时可以调整扬升(扬升依照设定值显示)
- D. 按下  为暂停模式，按下  则为离开此模式
- E. 结束后进入总结显示





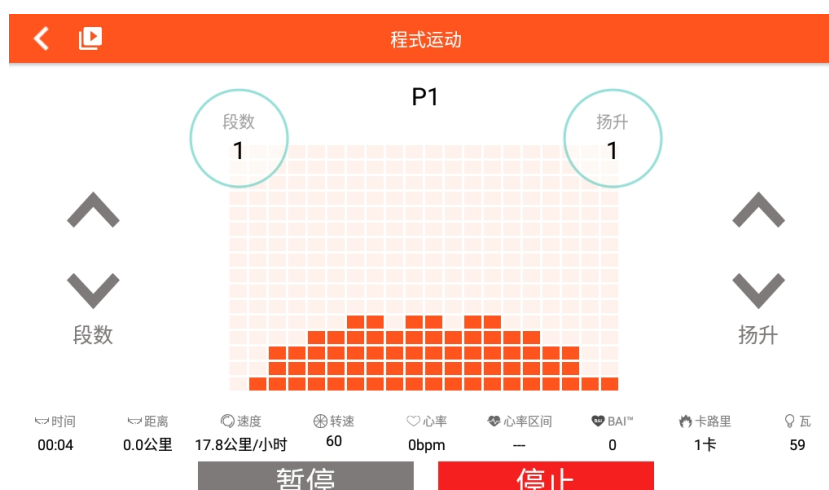
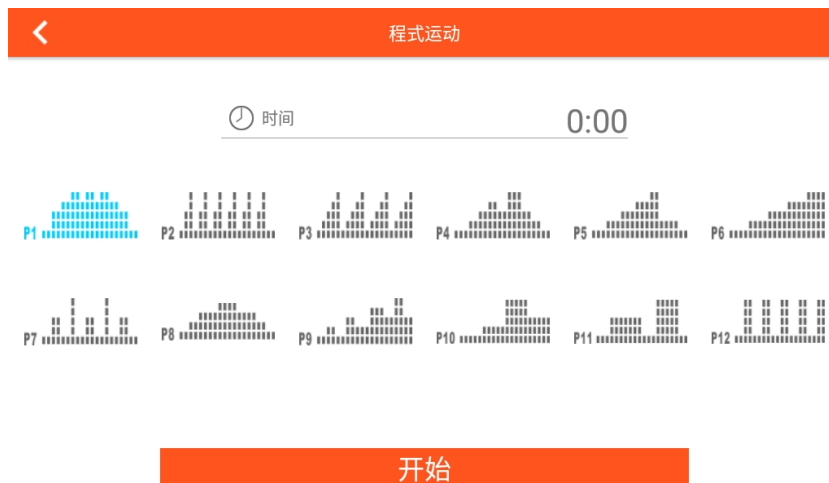
摘要

10:54, 11月21日, 2019

机器:	自行车/椭圆机
训练模式:	恒定功率
时间:	01:02
距离:	0.4 Km
卡路里:	10 cal
圈数:	0
BAI:	0
平均心跳:	0 bpm
平均步伐:	02:43 Min/Km
平均数度:	22.0 Km/H

5. 程式运动模式

- A. 设定时间，并选择 P1~P12 程式运动图，按下开始开始运动
- B. 开始运动可调整阻力&扬升上升&下降，并依照程式图调整阻力变化
- C. 按下暂停可以进入暂停模式，按下停止离开此模式
- D. 结束后进入总结资料显示



6. 心率控制模式

- A. 可设定年龄/ 时间/ 目标 55% 75% 90% 目标心跳，按下开始开始运动
- B. 段数依据设定的心跳目标调整，未达到目标心跳则阻力自动增加，超过目标心跳则阻力自动降低
- C. 运动时可以调整扬升(扬升依照设定值显示)
- D. 无心跳 30 秒自动退出该模式
- E. 按下暂停可以进入暂停模式，按下停止离开此模式
- F. 结束后进入总结资料显示



有氧运动

有氧运动是持久性的运动，可使氧气经由心脏和肺传送至您的肌肉。有氧运动能增进肺部、心脏和重要肌肉的健康。有氧运动的健康会带动到大块肌，例如：手臂、腿部、臀部。而且你的呼吸会较深和心跳会较快。应把有氧运动列为你整个运动过程中的一环。

重量训练

重量训练是必备的例行运动之一，与有氧运动一起训练能消耗掉身体的脂肪。

重量训练能强健肌肉，如果您的工作已超过使用肌肉的负荷量，您可以减少重量训练的项目。

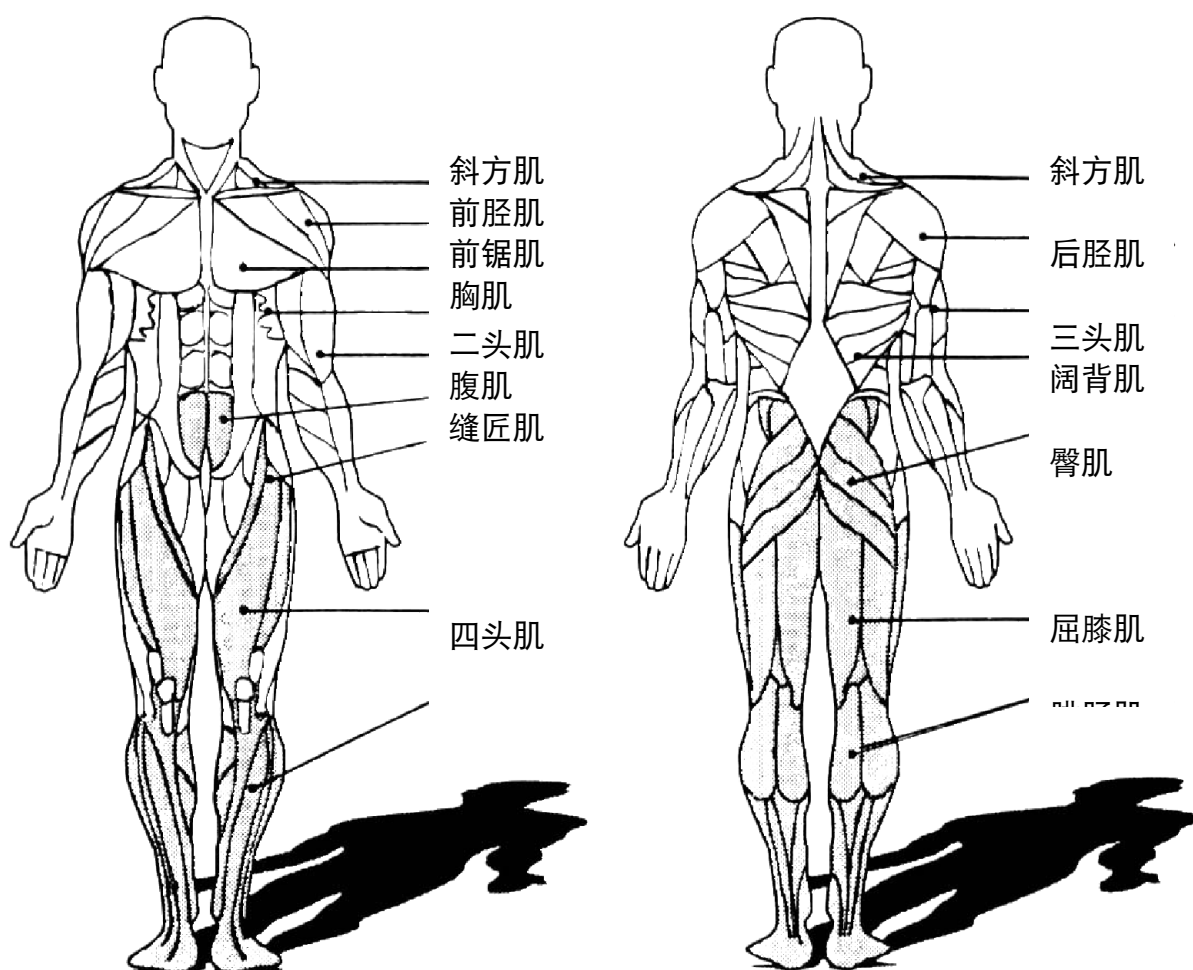
同样的，在从事任何运动前请与医师商量。

肌肉图

周期

定期的运动可以增加体能、血液循环。

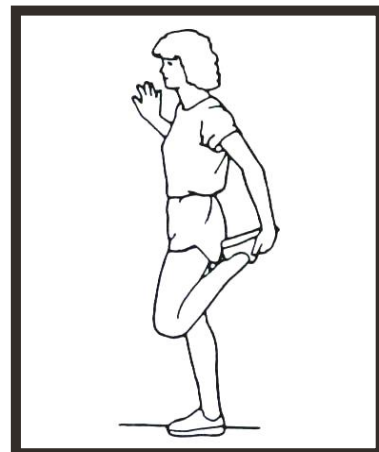
下图为肌肉组织分布图。



热身运动

大腿肌肉伸展：

请右手扶墙，左手扶起左腿脚踝，将脚踝尽量往臀部拉近，保持姿势数 15 下后，换右腿重复以上动作。



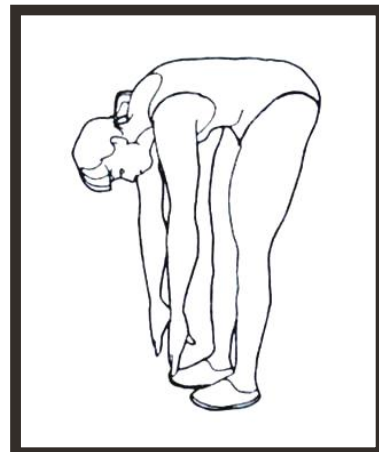
大腿内侧伸展：

请坐在地上，两脚膝盖向外、脚掌对齐，尽量将两脚往鼠蹊处拉近，然后慢慢地将两边大腿往地板压下，保持姿势数 10 下。



腰部伸展：

慢慢弯下腰，同时放松您的背部和肩部，手伸直尽量往地面伸展，保持姿势数 15 下。

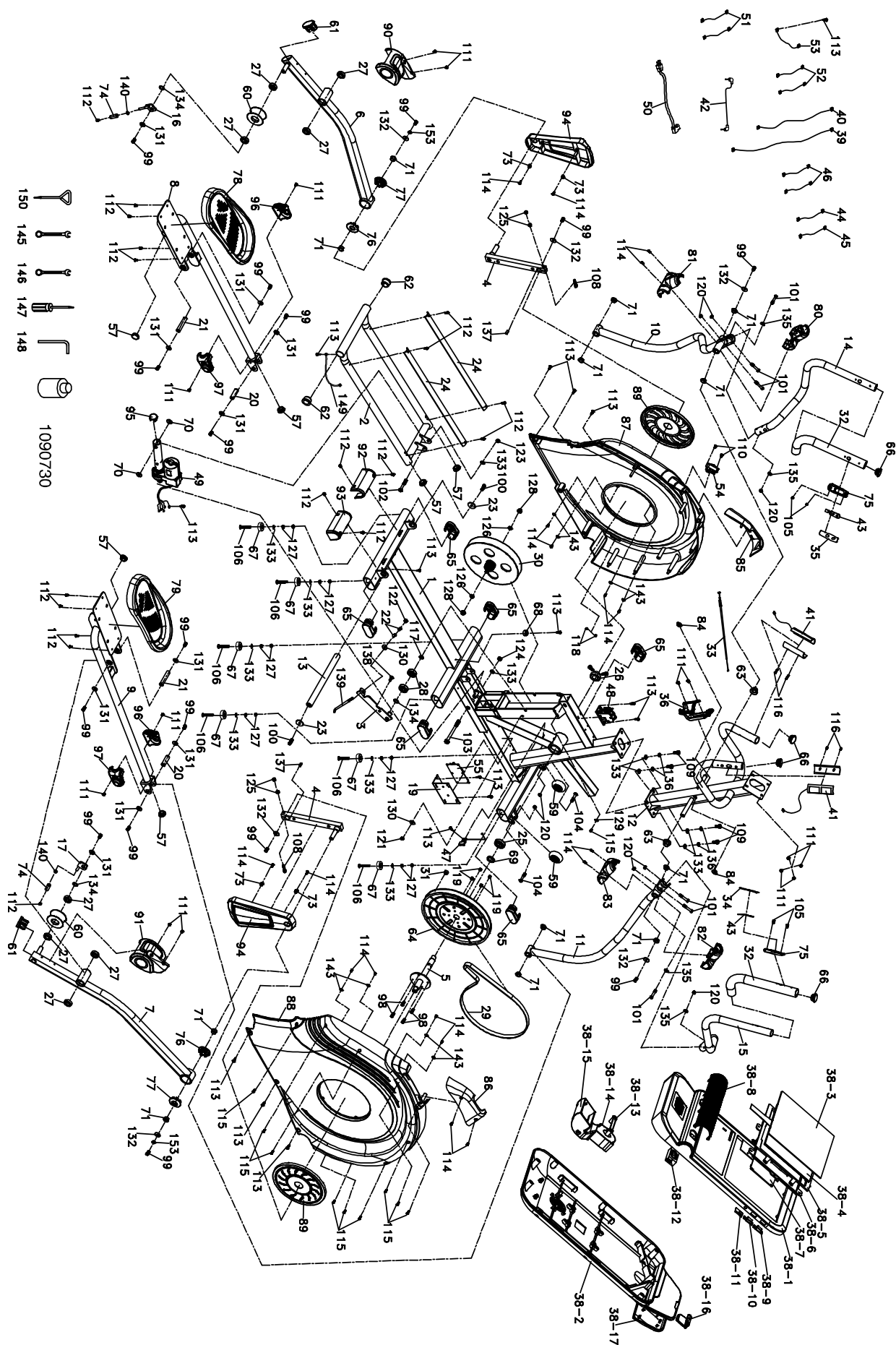


伸展脚筋：

请坐下做右腿的伸展，右腿伸直左腿弯曲，右手尽可能的朝您的右脚趾伸展，保持姿势数 15 下，然后接着做左腿的伸展。



爆炸图



零件用量

组立	品名	数量
1	主架组	1
2	滑动管焊组	1
3	压轮焊组	1
4	曲柄焊组	2
5	转盘心轴组	1
6	滑动左侧管焊组	1
7	滑动右侧管焊组	1
8	左踏管焊组	1
9	右踏管焊组	1
10	左摇摆管焊组	1
11	右摇摆管焊组	1
12	立管组	1
13	固定管焊组	1
14	左上扶手管	1
15	右上扶手管	1
16	左防脱焊组	1
17	右防脱焊组	1
19	控板固定片	1
20	摆动心轴	2
21	踏管心轴	2
22	鱼眼套管	2
23	Ø38 × Ø8.5 × 4T 平华司	2
24	电动扬升铝轨	2
25	6005 轴承	1
26	6005-2RS/B10+2M5 轴承	1
27	6003 轴承	8
28	6203 轴承	2
29	传动皮带	1
30	飞轮	1
31	磁石(含座)	1
32	扶手泡棉	2
33	钢索	1
34	扶手开关贴纸(LEVEL)	1
35	扶手开关贴纸(INCLINE)	1
36	水壶架	1
38	电子表组	1
38-01	电子表上盖	1
38-02	电子表下盖	1
38-03	10 吋触摸屏	1
38-04	10 吋显示屏	1
38-05	模组框	1
38-06	压板	1
38-07	主控板(PCB 板)	1
38-08	喇叭网	1
38-09	USB 充电小板	1
38-10	蓝芽小板	1
38-11	音源小板	1
38-12	喇叭	1

组立	品名	数量
38-13	风扇压条	1
38-14	风扇	1
38-15	导风罩	1
38-16	书报架	1
38-17	下饰盖	1
39	1600m/m 12P 控制线	1
40	800m/m 5P 控制线	1
41	850m/m 手握心跳组	2
42	400m/m 音源线	1
43	扶手薄膜按键	2
44	450m/m 阻力扶手按键上段线(白)	1
45	450m/m 扬升扶手按键上段线(红)	1
46	阻力扬升按键(共用)下段线	2
47	磁簧开关组	1
48	拉线马达	1
49	扬升马达	1
50	电源线	1
51	控板跨接线	2
52	跨接线	2
53	接地线	1
54	AC 电源开关模组	1
55	扬升控制板	1
57	Ø32(2.5T) 圆管塞	6
59	Ø65 移动轮	2
60	Ø78 滑动轮	2
61	内管塞	2
62	塑胶衬套	2
63	立管衬套	2
64	皮带盘	1
65	椭圆管塞	6
66	Ø32 (1.8T) 香菇头塞	4
67	Ø35 × 10 缓冲垫	6
68	圆脚垫	1
69	塑胶垫片	1
70	Ø25 × Ø10 × 3T 塑胶华司	2
71	塑胶衬套(WFM-1719-12)	12
73	塑胶固定卡榫	4
74	套管	2
75	扶手按键座	2
76	塑胶衬套(Ø56×Ø19×15L(平面))	2
77	塑胶衬套(Ø56×Ø19×21L(弧面))	2
78	脚踏板(左)	1
79	脚踏板(右)	1
80	摇摆饰盖(左前)	1
81	摇摆饰盖(左后)	1
82	摇摆饰盖(右前)	1
83	摇摆饰盖(右后)	1
84	立管线塞	2

组立	品名	数量
85	左立管盖	1
86	右立管盖	1
87	左链盖	1
88	右链盖	1
89	链盖饰片	2
90	左滑动轮饰盖	1
91	右滑动轮饰盖	1
92	左后横管饰盖	1
93	右后横管饰盖	1
94	曲柄饰盖	2
95	圆内管塞	1
96	左扶手转轴饰盖	2
97	右扶手转轴饰盖	2
98	1/4" × 3/4" 外六角螺丝	4
99	5/16" × 15m/m 外六角螺丝	16
100	5/16" × 1" 外六角螺丝	2
101	5/16" × 1-3/4" 外六角螺丝	6
102	3/8" × 2-1/2" 外六角螺丝	1
103	M10 × 130m/m 外六角螺丝	1
104	5/16" × 1-3/4" 伞头内六角螺丝	2
105	M5 × 20m/m 皿头十字螺丝	4
106	3/8" × 2" 大扁头内六角	6
108	M8 × 35m/m CAP 承窝螺丝	2
109	3/8" × 3/4" CAP 承窝螺丝	4
110	M4 × 12m/m 伞头十字螺丝	2
111	M5 × 10m/m 伞头十字螺丝(电黑鍍)	14
112	M5 × 10m/m 伞头十字螺丝(电黑鍍+耐铬)	18
113	5 × 19m/m 伞头十字钻尾	16
114	Ø3.5 × 12m/m 伞头十字自攻	18
115	Ø3.5 × 16m/m 伞头十字自攻	10
116	Ø3 × 20m/m 圆头十字割尾	4
117	Ø17 C 环扣	1
118	M4 × 5T 尼帽	2
119	1/4" 尼帽	4
120	5/16" × 7T 尼帽	8
121	M8 × 7T 尼帽	1
122	M8 × 9T 尼帽	1
123	3/8" × 7T 尼帽	1
124	M10 × 8T 尼帽	1
125	M8 × 6.3T 螺帽	4
126	3/8" × UNF26 × 4T 螺帽	2
127	3/8" × 7T 螺帽	12
128	3/8" × UNF26 × 11T 法兰螺帽	2
129	Ø1/4" × 19 平华司	1
130	5/16" × 23 × 1.5T 平华司	2
131	5/16" × 23 × 3.0T 平华司	10
132	Ø8.5 × 26 × 2.0T 平华司	6
133	3/8" × 19 × 1.5T 平华司	12

组立	品名	数量
134	Ø17 × 23.5 × 1T 平华司	3
135	5/16" × 19 × 1.5T 弧形华司	4
136	3/8" × 2T 弹簧华司	4
137	单头圆键	2
138	M8 × 20m/m 马车螺丝	1
139	钩型螺丝	1
140	E 扣	2
143	Ø5 × 15 × 1.2T 平华司	8
145	13 号 14 号开口扳手	1
146	12 号 14 号开口扳手	1
147	十字起子	1
148	L 型六角扳手	1
149	接地线	1
150	三角十字扳手	1
153	Ø8 × 1.5T 弹簧华司	2

The logo for dyaco, featuring the word "dyaco" in a bold, italicized, lowercase sans-serif font. The letters are black and set against a white background. Above the logo is a wide, solid grey horizontal bar.

dyaco

公司名称: 岱宇(上海)商贸有限公司
地址: 上海市杨浦区市光路728号C座10楼1001室
公司电话: 021-65068300
工厂地址: 彰化县和美镇全兴工业区工一路1号
MADE IN TAIWAN