

**TOORX**  
FITNESS IN MOTION

# MANUAL DE INSTRUCCIONES

Cod : GRLDTOORXBRXR3000

Rev : 00

Ed : 07/18



**iConsole App Manual**

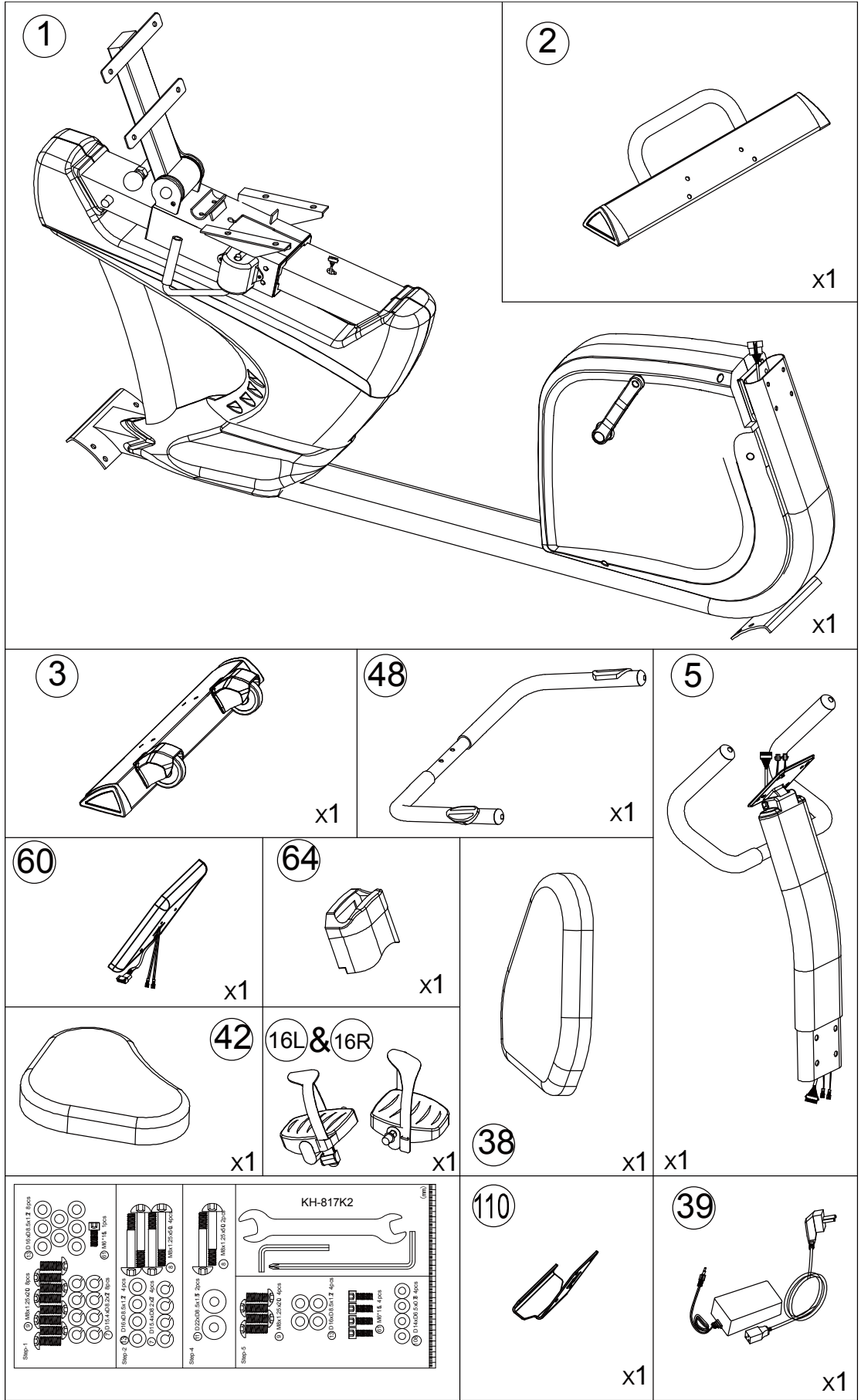
DOWNLOAD 

[www.toorx.it/iconsole](http://www.toorx.it/iconsole)

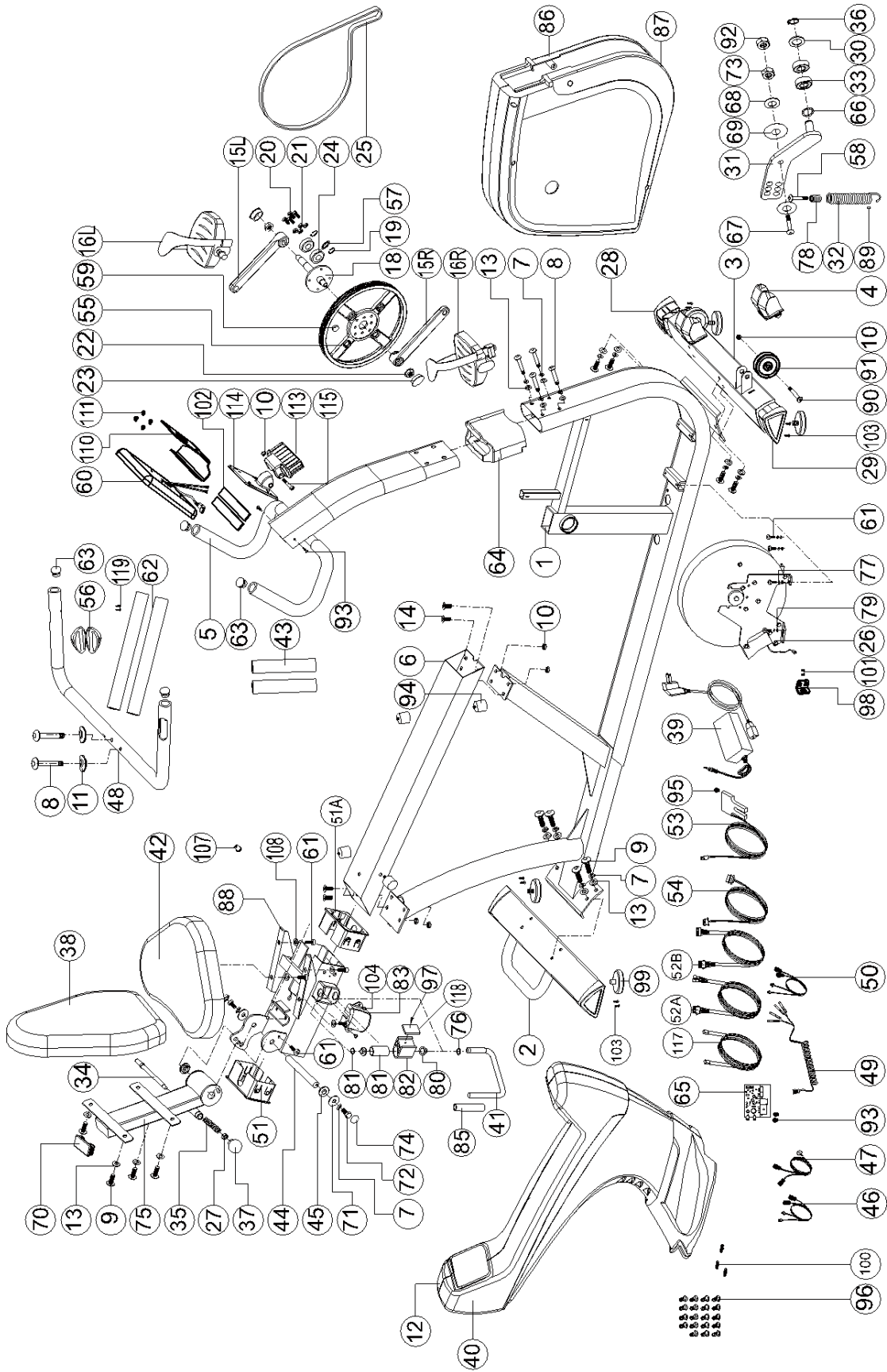
## BRXR 3000



# LISTA DE CONTROL (CONTENIDO DEL PAQUETE):



# Dibujo de despiece:



## Part List:

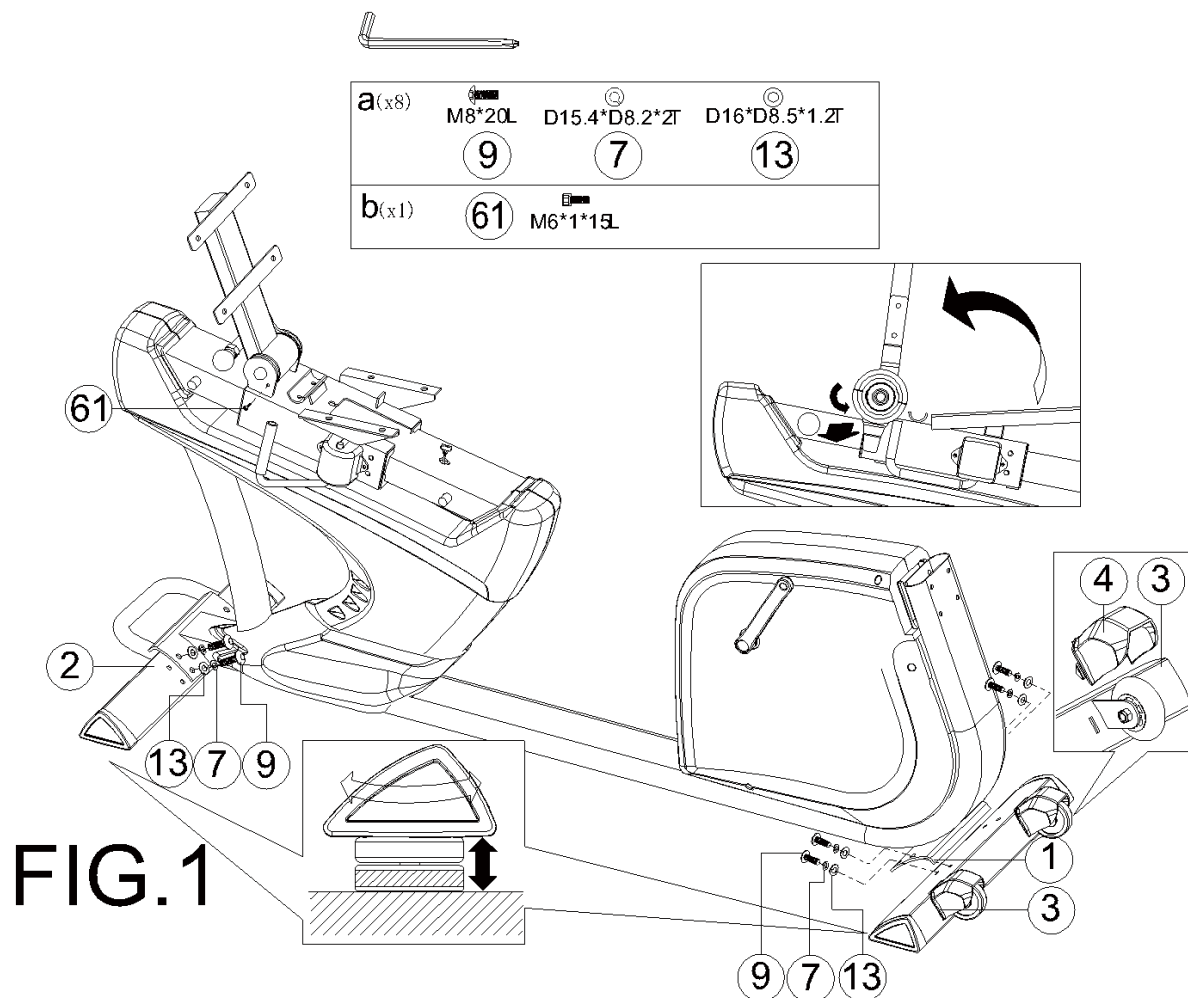
Part NO.	Description	Material	Specification	QTY
1	Main frame			1
2	Rear stabilizer			1
3	Front stabilizer			1
4	Wheel cover	PP	93.2*64.7*62	2
5	Handlebar post			1
6	Sliding beam	Q195	50*100*1.8T*740L	1
7	Spring washer	70#	D15.4 XD8.2x2T	14
8	Allen bolt	35#	M8*1.25*50L,8.8	6
9	Allen bolt	35#	M8x1.25x20L,8.8	12
10	Nut	Q235A	M8*1.25*8T	7
11	Curved washer	Q235A	D22xD8.5x1.5T	2
12	Rear chain cover (left)	PS		1
13	Flat washer	Q235A	D16*D8.5*1.2T	16
14	Allen bolt	35#	M8x1.25x15L,8.8	4
15L	Left crank	1015A	170Lx9/16"-20BC	1
15R	Right crank	1015A	170Lx9/16"-20BC	1
16L	Left pedal		JD-36A 9/16"	1
16R	Right pedal		JD-36A 9/16"	1
18	Crank axle welding set			1
19	C ring	65Mn	D22.5*D18.5*1.2T	2
20	Hex nut	35#	M6x1.0x15L, 8.8	4
21	Nut	Q235A	M6x1.0x6T	4
22	Anti-loose nut	35#	M10*1.25*10T	2
23	Screw cap	PE	D26*11L	2
24	Bearing	GCr15	#6004-2RS(C0)	2
25	Belt		410 (1041) PJ6	1
26	Magnetic system		D265*86	1
27	Hex nut	Q235A	M18*1.5*14	1
28	Tri-angle cap(left)	PE	95.7*57.2*51.3	2
29	Tri-angle cap(right)	PE	95.7*57.2*51.3	2
30	Flat washer	Q235A	D24*D16*1.5T	1
31	Idle wheel fixing plate			1
32	Spring	72A#	D3*D19*67L	1
33	Bearing	GCr15	#99502	2
34	Pin	Q235A	D9*143.5L	1
35	Spring		D1.0*131.9	1
36	C ring	65Mn	S-16(1T)	3
37	Ball knob	ABS+Q235A	D33*M8*1.25	1
38	Backrest			1
39	Adaptor		Output: 26V,2.3A	1
40	Rear chain cover (right)	PS		1
41	Adjustable pole	Q235A	D12*122*162	1
42	Seat			1
43	Foam	NBR	D30*3T*480L,PAHS	2
44	Axle	Q235A	D12*100L	1
45	Bushing	Fe	D29*D12.1*9T	2
46	Upper handle pulse cable		750L	2
47	Lower handle pulse cable		1850L	1
48	Handlebar			1
49	Handle pulse cable		690L	1
50	Upper handle pulse cable		750L	2

Part NO.	Description	Material	Specification	QTY
51A	Bushing	NL	125*75*53	1
51	Bushing	NL	125*75*53	1
52A	Upper computer cable		600L	1
52B	Lower computer cable		950L	1
53	Sensor cable		150L	1
54	Electric cable		450L	1
55	Belt wheel	ZL102	D260*19	1
56	Handle pulse		PE18	2
57	Waved washer	65Mn	D27*D20.3*0.5T	1
58	Allen bolt	35#	M8*1.25*50L,8.8	1
59	Round magnet		M02	1
60	Computer		SE-1699-31	1
61	Screw	35#	M6*1.0*15L,8.8	9
62	Foam	NBR	D30*3T*520L,REACH	2
63	Cap	PVC	D1 1/4**29L	4
64	Upper protective cover	HIPS	137.1*121*73.4	1
65	Control board		EMS2500-A01	1
66	Waved washer	65Mn	D21xD16.2x0.3T	1
67	Allen bolt	35#	M8x1.25x30L ,8.8	1
68	Plastic washer	NL66	D10*D24*0.4T	2
69	Flat washer	Q235A	D25xD8.5x2.0T	1
70	Cap	PE	30*70*17L	1
71	Flat washer	Q235A	D25*D8.5*2T	2
72	Hex bolt	35#	M8*1.25*15L,8.8	2
73	Hex nut	Q235A	M8*1.25*6T	2
74	Screw cover	PVC	D28x14(M8)	2
75	Adjustable tube of backrest			1
76	C ring	65Mn	S-12(1T)	2
77	Spring washer	70#	D10.5*D6.1*1.3T	4
78	Nut	Fe	D15*13L	1
79	Flat washer	Q235A	D13*D6.5*1.0T	4
80	Bushing		D29*D11.9*9T	2
81	Axle		D26*41	1
82	Stopper	ABS	53*41*38	1
83	Protective cover	PS	95.4*69*49.3	1
85	Foam	PVC	D9.6*1T*213L	1
86	Left chain cover	HIPS	534.7*502*82.7	1
87	Right chain cover	HIPS	534.7*502*78.1	1
88	Seat post tube			1
89	Screw cover	PVC	D3*30L	1
90	Allen bolt	Q235A	M8*1.25*40L,8.8	2
91	Wheel		D65*24	2
92	Nut	Q235A	M8*1.25*8T	1
93	Screw	10#	ST4.2x1.4x15L	2
94	Buffer	NBR+Q235A	D20*10L *M8*1.25	4
95	Bolt	Q235A	M5x0.8x12L	1
96	Screw	10#	ST4.2x1.4x20L	19
97	Screw	10#	ST4*1.41*12L	1
98	Fixing plate	Q235A	30*27*4T	1
99	Adjustable round wheel	Q235A+rubber	D38*M10*1.5	4
100	Pin	ABS	D6*26.5*7.7	3

101	Bolt	Q235A	M5x0.8x15L,8.8	2
-----	------	-------	----------------	---

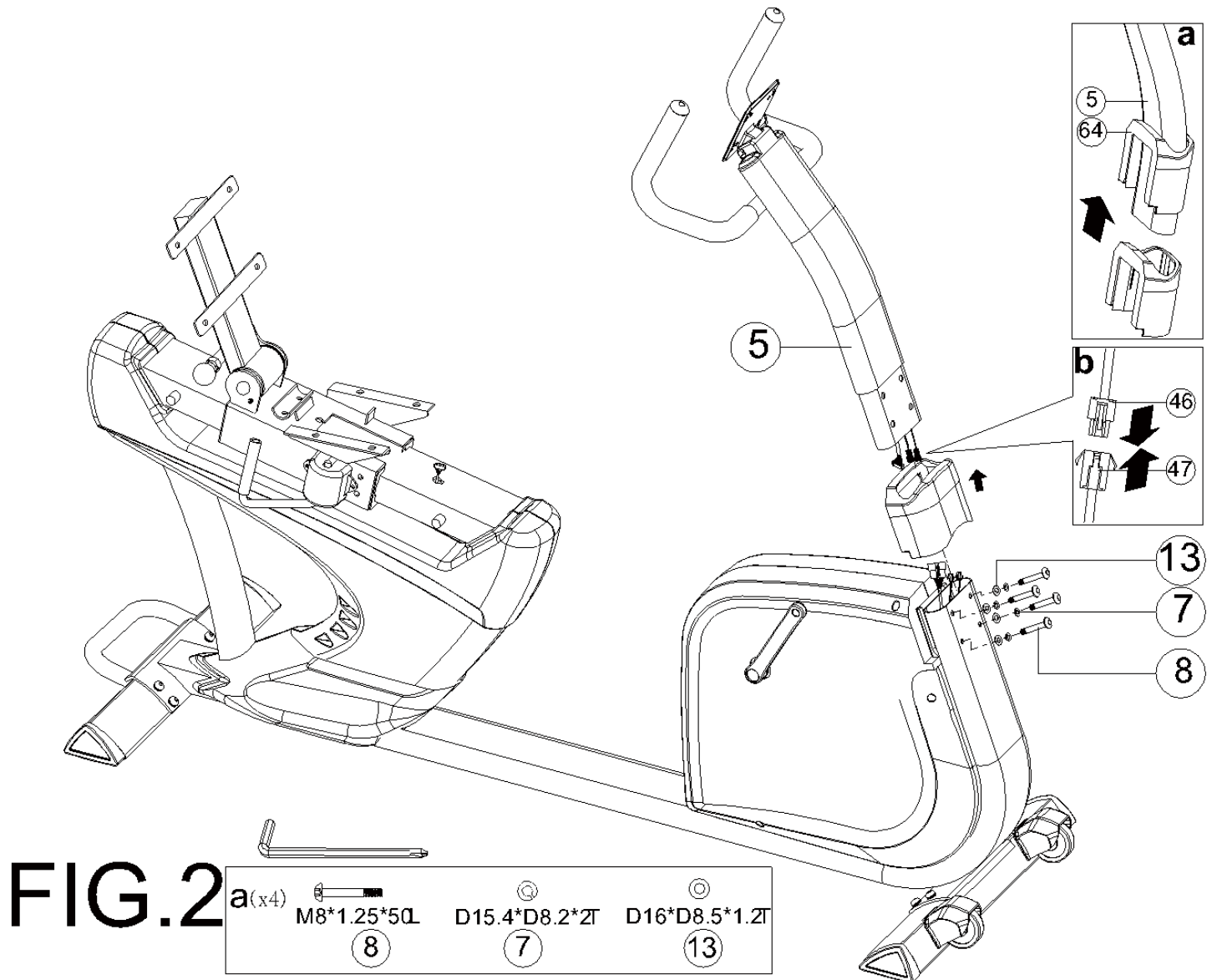
Part NO.	Description	Material	Specification	QTY
102	Buffer strip	EVA	219*15*2T	2
103	Screw	10#	ST4*1.41*15L	8
104	Bolt	Q235A	M5x0.8x10L	2
107	Line plug	PVC	D4*D12*13	1
108	Flat washer	Q235A	D14*D6.5*0.8T	4
110	Computer fixing plate	Q235A	220*120*3T	1
111	Bolt			4
113	Computer bracket	ABS	120*40*70	1
114	Computer fixing bracket	ABS	120*110*2.5T	1
115	Screw	35#	M8*1.25*45L	1
117	Connect cable		150L	1
118	Buffer	NBR	40.5*28.5*6T	1
119	Screw	10#	ST4*1.4L*25L	2
\	Allen spanner	35#	M6,8.8	1
\	Spanner	Q235A	155*30*5T	1
\	Allen spanner	Q235A	M5	1

## PASO 1



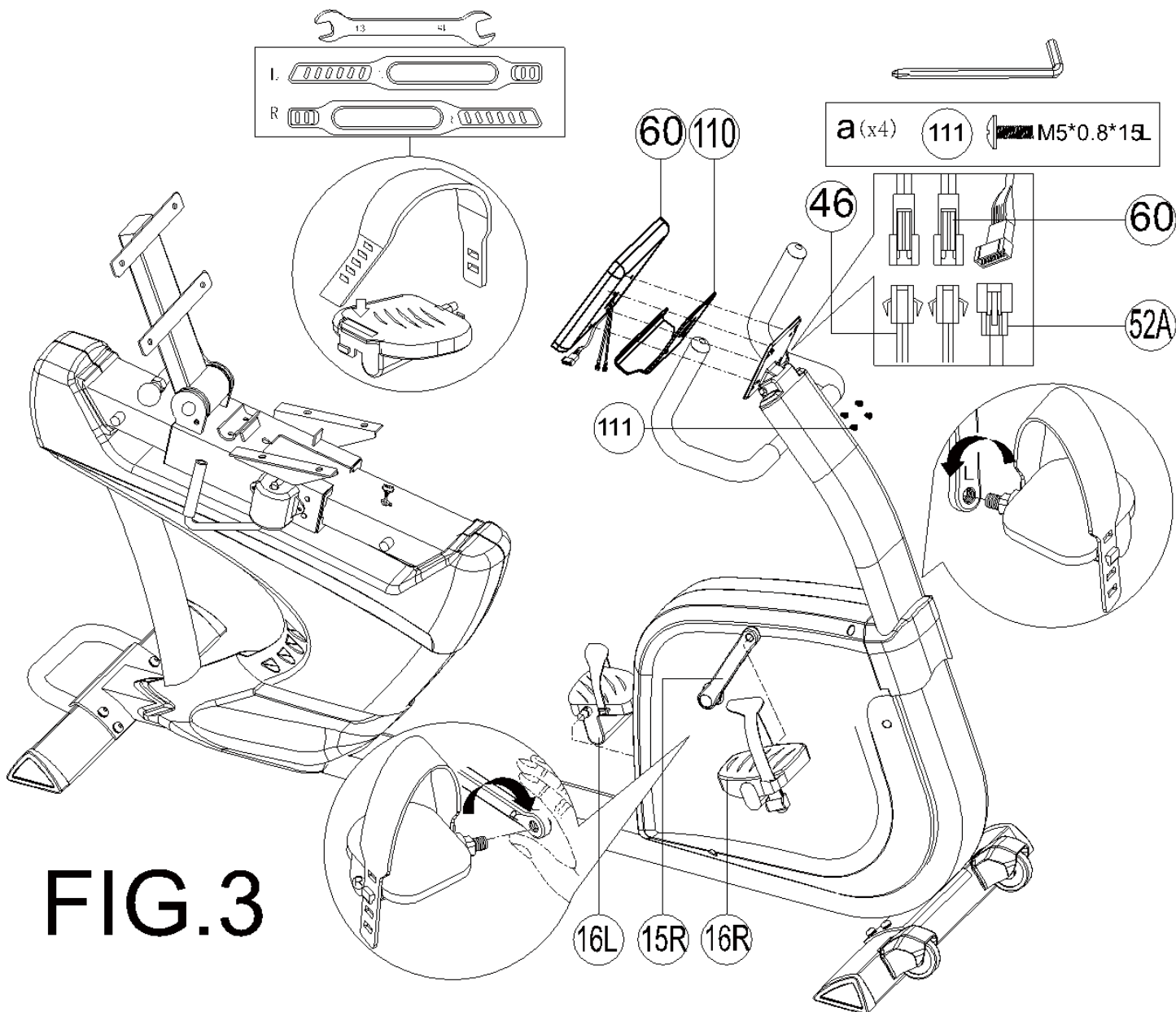
- 1) Monte el estabilizador delantero (3) y el estabilizador trasero (2) en el bastidor principal (1) utilizando la arandela elástica (7), el perno Allen (9) y la arandela plana (13).
- 2) Ajuste la altura correcta girando la rueda ajustable de la tapa del pie (99).

## PASO 2



- 1) Se recomienda que este paso del montaje sea realizado por dos personas.
- 2) Primero, levante la cubierta de protección superior (64), tal como se muestra en la fig. a. A continuación, conecte el cable de pulsación del mango (46 y 47), tal como se muestra en la fig. b.
- 3) Introduzca el soporte del manubrio (5) en el bastidor principal y apriételo utilizando la arandela elástica (7), el perno Allen (8) y la arandela plana (13). Coloque la cubierta del soporte del manubrio (64) y ajústela en el bastidor principal.

## PASO 3

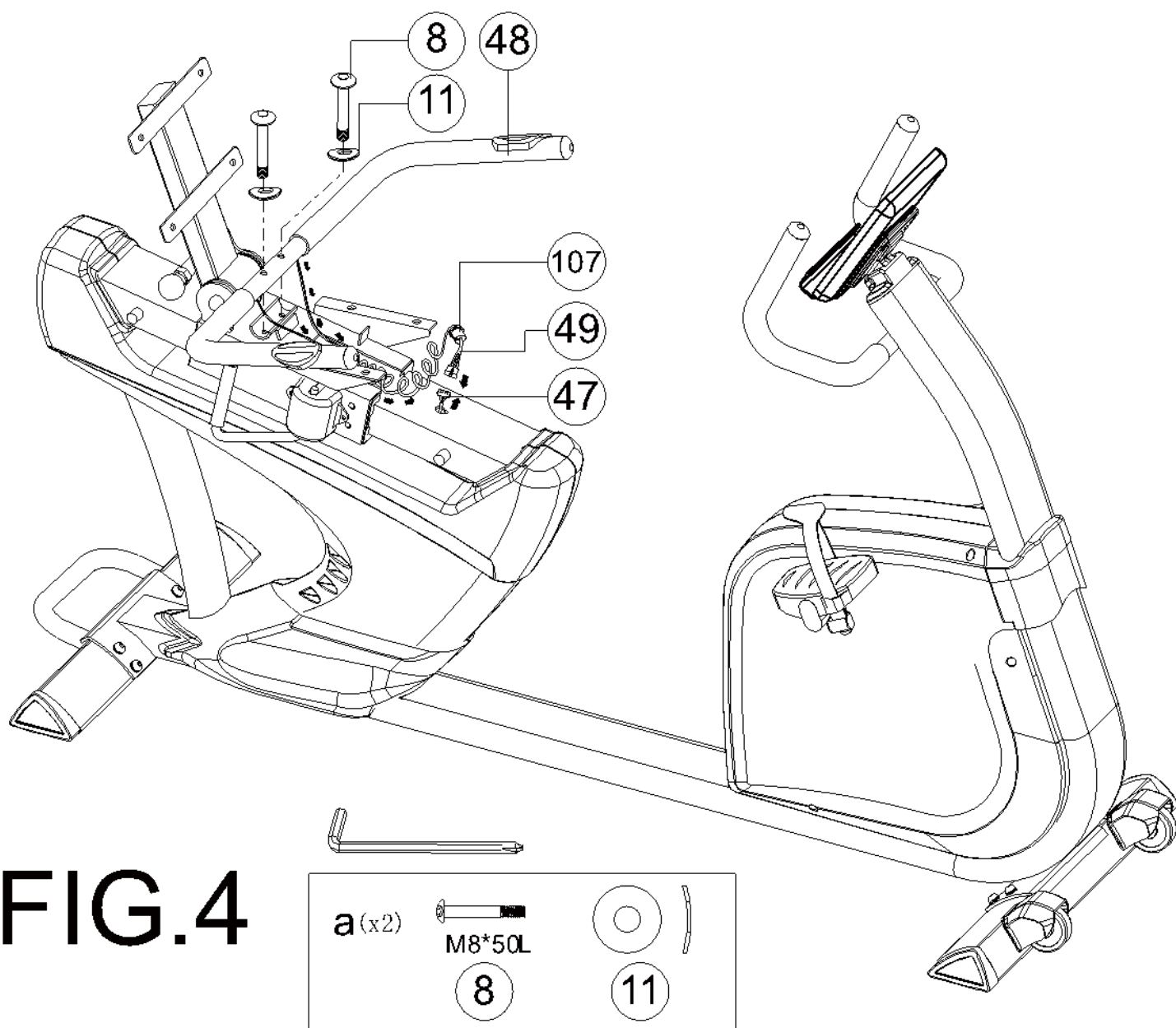


# FIG.3

- 1) Monte el cable superior de pulsación del manubrio (46) y el cable superior del ordenador (52A) en el ordenador (60).
- 2) Monte el ordenador (60) en la **placa de fijación del ordenador** (110) y en el soporte del manubrio (5) utilizando el perno (111).
- 3) Monte el pedal izquierdo (16L) en la manivela (15L) girándolo en el sentido contrario a las agujas del reloj. Monte el pedal derecho (16R) en la manivela derecha (15R) girándolo en el sentido de las agujas del reloj.

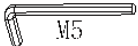
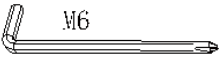






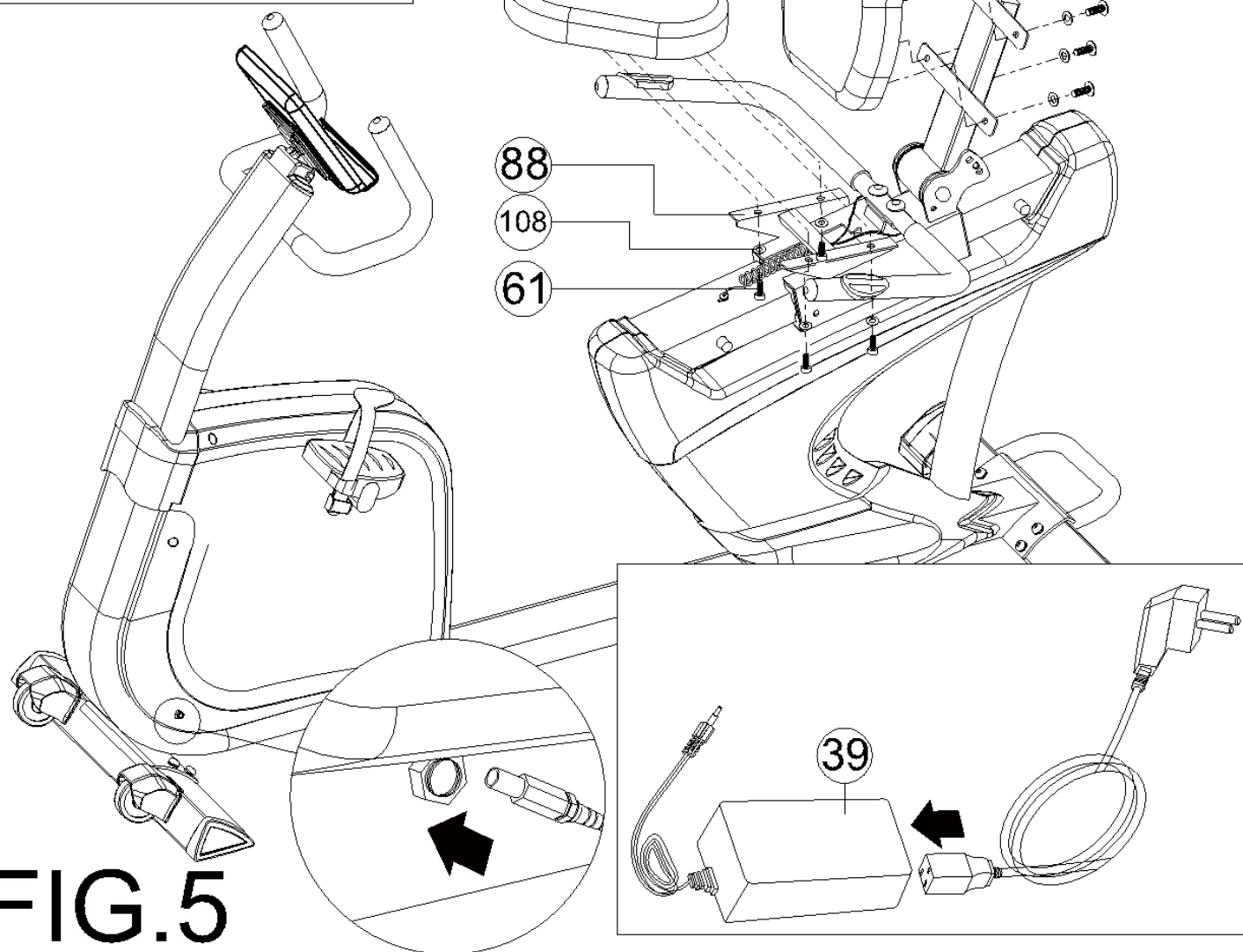
## PASO 4



- 1) Monte el manubrio (48) en el bastidor principal (1) utilizando el perno Allen (8) y la arandela curva (11).
- 2) Conecte el cable inferior de pulsación del mango (47) con el cable de pulsación del mango (49) y, a continuación, protéjalo con el tapón de línea (107).

## PASO 5

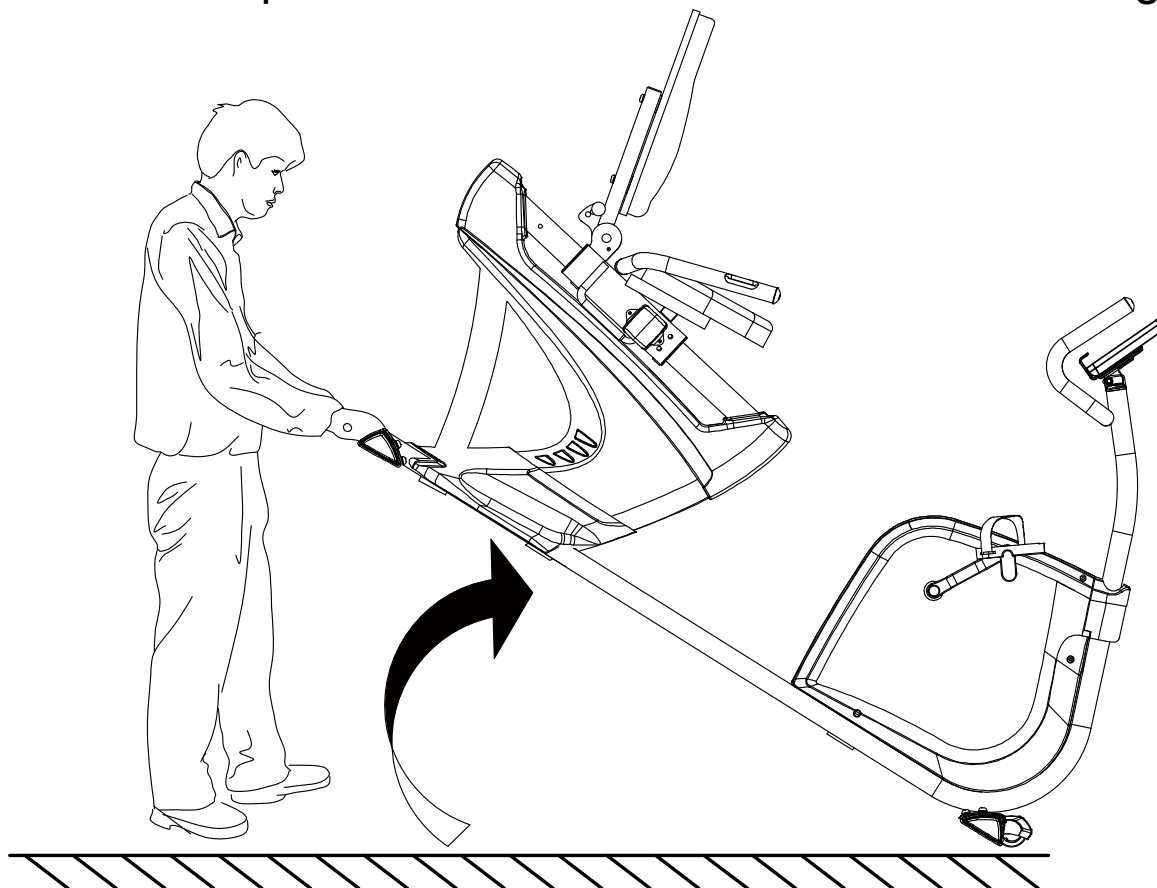
		
<b>a</b> (x4)		
	<b>9</b>	<b>13</b>
<b>b</b> (x4)		
	<b>61</b>	<b>108</b>



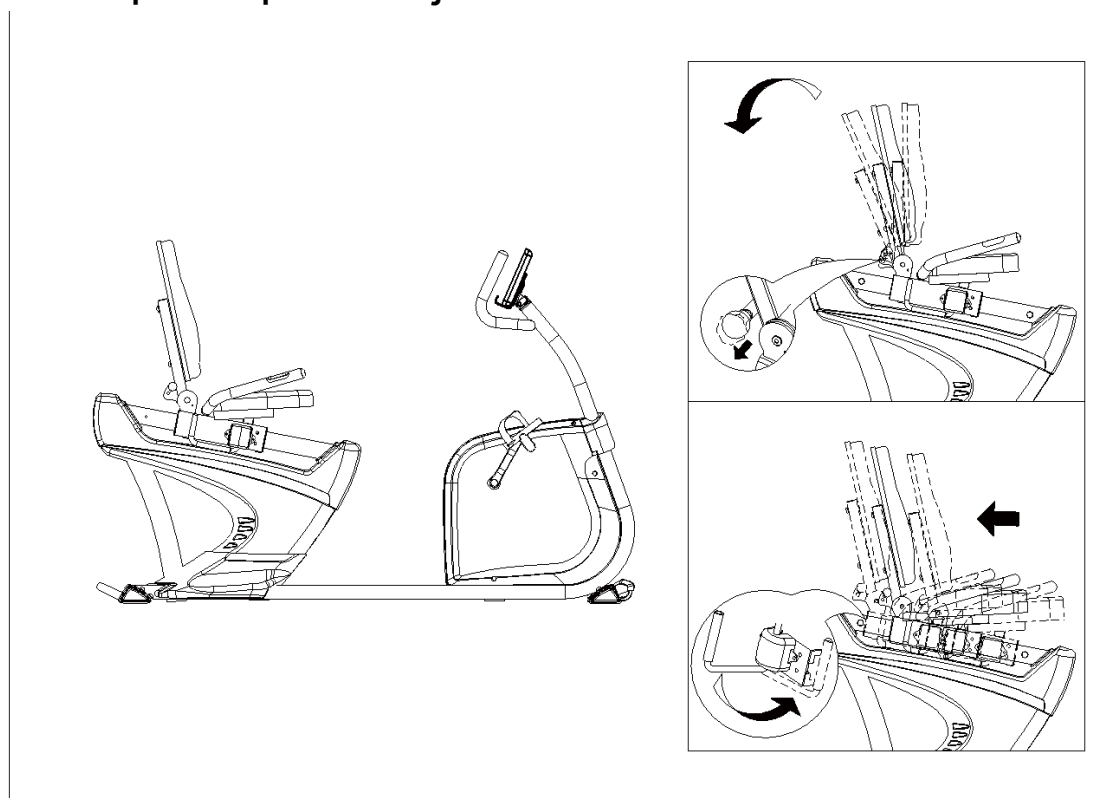
# FIG.5

- 1) Monte el asiento (42) en el tubo de soporte del asiento (88) usando el tornillo (61) y la arandela plana (108).
- 2) Monte el respaldo (38) en el soporte del respaldo utilizando el perno Allen (9) y la arandela plana (13).
- 3) Conecte el adaptador (39) en la entrada del adaptador situada en la parte delantera de la bicicleta.

La bicicleta puede moverse como se muestra en el siguiente dibujo.



El respaldo puede ajustarse como se muestra en el siguiente dibujo.



# MANUAL DE INSTRUCCIONES

## 【FUNCIÓN DE LOS BOTONES】

ARRIBA	Para hacer ajustes hacia arriba o aumentar la resistencia del entrenamiento.
ABAJO	Para hacer ajustes hacia abajo o disminuir la resistencia del entrenamiento.
ENTRAR	Para confirmar todos los ajustes.
INICIO/PARADA	Para iniciar o parar el entrenamiento.
RESET	Para restablecer los ajustes actuales o presionar para cambiar la pantalla al modo de entrenamiento inicial para cambiar la selección.
RECUPERACIÓN	Para comprobar el estado de recuperación de la frecuencia cardíaca.
GRASA CORPORAL	Para comprobar el % de grasa corporal. Presione el botón «BODY FAT» (GRASA CORPORAL) y manténgalo presionado durante 2 segundos para modificar los datos del usuario (SEXO, EDAD, ALTURA Y PESO) en el modo de espera.

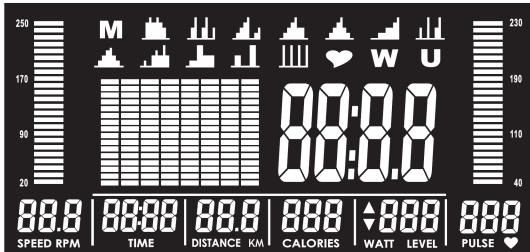
## 【FUNCIONES DE LA PANTALLA】

TIEMPO	Cuenta adelante - «TIME» contará desde 00:00 hasta un máximo de 99:59 cuando no haya un tiempo objetivo preestablecido. Cada incremento es de 01:00 minuto. Cuenta atrás - «TIME» hará una cuenta atrás desde el tiempo objetivo preestablecido hasta 00:00. Cada incremento o decremento preestablecido es de 01:00 minuto con un rango disponible entre 01:00 y 99:00.
VELOCIDAD	Velocidad de entrenamiento actual con un máximo de 99,9 km/h o 99,9 ml/h.
RPM	Rotación por minuto con un rango disponible de 0~15 a 999.
DISTANCIA	Acumulación de la distancia total desde 00:00 hasta 99,99 km o 99,99 ml. Use las teclas ARRIBA o ABAJO para preconfigurar la distancia objetivo con incrementos de 0,1 km o 0,1 ml.
CALORÍAS	Acumulación del consumo total de calorías durante el entrenamiento, desde 0 hasta un máximo de 9999 calorías. (Este dato es una guía aproximada para comparar diferentes sesiones de ejercicio, pero no puede utilizarse para tratamientos médicos).
PULSACIÓN	El usuario puede configurar el pulso objetivo desde 0~30 hasta 230. El sistema de la consola emitirá un pitido como señal cuando la frecuencia cardíaca real del usuario supere el valor objetivo preconfigurado durante el entrenamiento.
WATTS	Vatios de entrenamiento actuales con un rango disponible desde 0 hasta 999.

## 【PROCEDIMIENTO DE FUNCIONAMIENTO】

### (1) ENCENDIDO -

- 1-1 Enchufe el adaptador para encender la consola, el sistema emitirá un pitido como señal.
- 1-2 La pantalla LCD mostrará todos los segmentos durante dos segundos junto con «78.0» (diámetro de la rueda), «E» (EU) y «K» (km) durante un segundo.

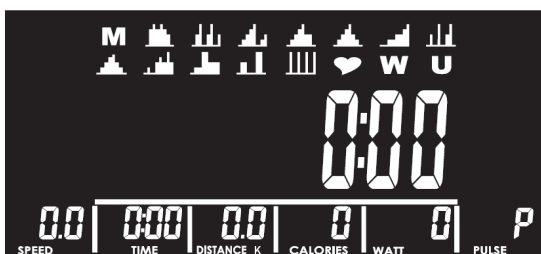


### (2) CONFIGURACIÓN DEL PERFIL DE USUARIO -

- 2-1 Utilice las teclas ARRIBA (▲) y ABAJO (▼) para seleccionar un perfil de usuario de U1~U4, y presione la tecla «ENTER» para confirmar el perfil de usuario seleccionado.
- 2-2 Presione «ENTER» cada vez que determine un valor para los ajustes de SEXO, EDAD, ALTURA y PESO, de esta manera, todos los datos introducidos se guardarán en el perfil de usuario U1~U4.

### (3) SELECCIÓN DE PROGRAMA -

- 3-1 Los programas se muestran en la pantalla LCD como MANUAL→12 PROGRAMAS→H.R.C.→WATT→PROGRAMA DE USUARIO →MANUAL en secuencia.
- 3-2 Utilice las teclas ARRIBA (▲) y ABAJO (▼) para seleccionar un programa y presione «ENTER» para confirmar cuando determina la selección.



### (4) MANUAL -

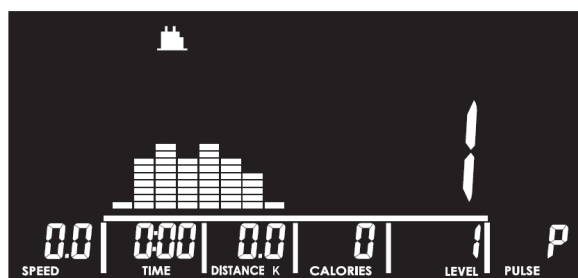
- 4-1 Seleccione «M» y utilice las teclas ARRIBA (▲) y ABAJO (▼) para ajustar el nivel de resistencia; presione «ENTER» cuando determine el valor.
- 4-2 El nivel de resistencia se puede volver a ajustar durante el entrenamiento.
- 4-3 Tras tres segundos sin ajuste de resistencia, la columna «LEVEL» (nivel) cambiará y mostrará el valor de WATT (vatío).

- 4-4 Utilice las teclas ARRIBA (▲) y ABAJO (▼) para realizar los ajustes de TIEMPO, DISTANCIA, CALORÍAS y PULSO. Presione «ENTER» cada vez que determine un valor.
- 4-5 Presione «START» y empiece a pedalear. Las barras de RPM y PULSO mostrarán los valores correspondientes.
- 4-6 Presione «STOP» para pausar el ejercicio y todos los valores de ejercicio se guardarán.
- 4-7 Presione «RESET» y vuelva a la selección de programa.



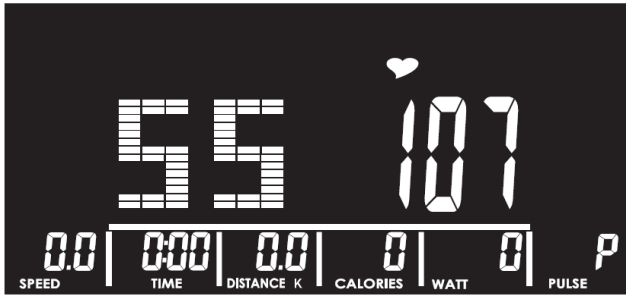
## (5) 12 PROGRAMAS -

- 5-1 Utilice las teclas ARRIBA (▲) y ABAJO (▼) para seleccionar un programa de P1 a P12 y presione «ENTER» para confirmar después determinar selección.
- 5-2 La pantalla LCD mostrará el gráfico intermitente correspondiente al programa seleccionado por el usuario.
- 5-3 Utilice las teclas ARRIBA (▲) y ABAJO (▼) para ajustar el nivel de resistencia y el tiempo; presione «ENTER» cada vez que determine un valor y presione «START» para iniciar el entrenamiento.
- 5-4 El nivel de resistencia se puede volver a ajustar durante el entrenamiento.
- 5-5 Tras tres segundos sin ajuste de resistencia, la columna «LEVEL» (nivel) cambiará y mostrará el valor de WATT (vatio).



## (6) H.R.C. -

- 6-1 Utilice las teclas ARRIBA (▲) y ABAJO (▼) para seleccionar 55%, 75%, 90% o TARGET (objetivo).
- 6-2 El valor de la frecuencia cardíaca se calculará automáticamente en función de las entradas del usuario del valor de AGE (edad) y se mostrará en la columna alfanumérica como texto intermitente.
- 6-3 Cuando el usuario seleccione «TARGET» (objetivo), utilice las teclas ARRIBA (▲) y ABAJO (▼) para ajustar el valor entre 30~230 y presione «ENTER» para confirmar cuando determine un valor.
- 6-4 Utilice las teclas ARRIBA (▲) y ABAJO (▼) para ajustar el tiempo y presione «ENTER» para iniciar el entrenamiento.



## (7) PROGRAMA DE USUARIO -

- 7-1 Utilice las teclas ARRIBA (▲) y ABAJO (▼) para crear el programa deseado por el usuario, presione «ENTER» cuando cada valor del cuadro esté determinado.
- 7-2 Presione «ENTER» y manténgalo presionado durante 2 segundos y pase al ajuste del tiempo.
- 7-3 Presione «START» y podrá empezar a pedalear.



## (8) WATT -

- 8-1 El valor por defecto de 120 WATT se mostrará en la columna alfanumérica como texto intermitente para efectuar el ajuste.
- 8-2 Utilice las teclas ARRIBA (▲) y ABAJO (▼) para ajustar los valores de «WATT» y «TIME».
- 8-3 Presione «START» para iniciar el ejercicio.
- 8-4 El nivel de «WATT» se ajustará automáticamente de acuerdo con el valor real de «RPM» introducido por del usuario.
- 8-5 El nivel de «WATT» se puede volver a ajustar manualmente durante el entrenamiento.



## (9) GRASA CORPORAL -

9-1 Esta función será válida después de que el usuario deje de pedalear (o presione «STOP»).

9-2 Durante la prueba de GRASA CORPORAL se requiere una entrada de señal continua de «RPM».

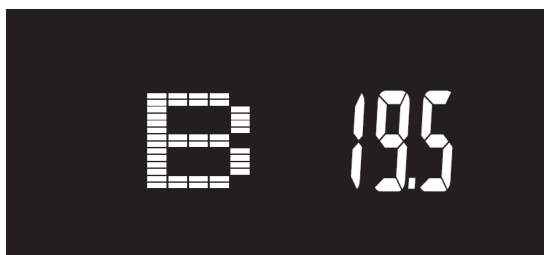
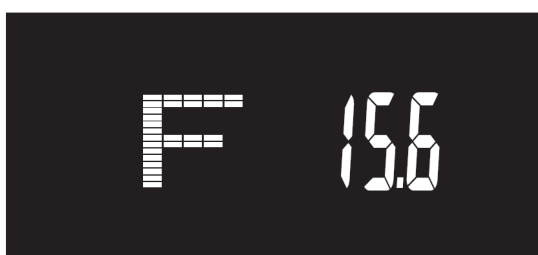
9-3 Presione «BODY FAT» (grasa corporal), el sistema de la consola mostrará «UX» durante dos segundos e iniciará el proceso de medición de grasa corporal y mostrará los resultados de «FAT%» (porcentaje de grasa) y «BMI» (índice de masa corporal) en la pantalla 8 segundos después.

9-4 Presione «BODY FAT» (grasa corporal) y manténgalo presionado durante dos segundos para entrar en el perfil de usuario y volver a configurar SEXO, EDAD, ALTURA, y PESO. Presione «ENTER» para iniciar el proceso de medición de grasa corporal.

9-5 La pantalla LCD muestra los siguientes mensajes:

«E-1» - Cuando no se detecta ninguna señal de entrada de frecuencia cardíaca; o

«E-4» - Cuando el resultado de «FAT%» (porcentaje de grasa) es superior a 5~50 y el resultado de «BMI» (índice de masa corporal) es superior a 5~50.



## (10) RECUPERACIÓN -

10-1 La función «RECOVERY» (recuperación) es válida cuando se detecta una entrada de valor de frecuencia cardíaca (durante el ejercicio o después de que el usuario presione «STOP»).

10-2 Presione «RECOVERY» (recuperación) y la pantalla LCD mostrará la cuenta atrás del tiempo de «0:60» y el valor de la frecuencia cardíaca real del usuario se mostrará en la columna «PULSE» (pulsación).

10-3 Cuando el tiempo llegue a «0:00», la pantalla LCD mostrará el resultado «FX» (X=1~6) en la sección alfanumérica.

10-4 Presione nuevamente «RECOVERY» (recuperación) y vuelva al modo anterior durante o después de la prueba de «RECOVERY» (recuperación);

la pantalla LCD seguirá mostrando el valor real de la frecuencia cardíaca del usuario.





## APP:



1. Esta consola ha sido integrada en el módulo Bluetooth 4.0 para la función APP.
2. Cada vez que la consola esté conectada al dispositivo inteligente a través de Bluetooth, la consola se apagará.

## Nota:

1. Después de 4 minutos sin pedalear o sin entradas de pulsaciones, la consola se pondrá en el modo de ahorro de energía.  
Para volver a activar la consola, presione cualquier tecla.
2. Si la consola funciona o se muestra de forma anormal, apáguela y vuelva a encenderla.



GARLANDO SPA  
Via Regione Piemonte, 32 - Zona Industriale D1  
15068 - Pozzolo Formigaro (AL) - Italy  
[www.toorx.it](http://www.toorx.it) - [info@toorx.it](mailto:info@toorx.it)