

נספח א' - הוראות למפעיל:

א. הפעלת האימון:

- ברגע שתתקרב לחיישן המרחק (פחות מ-15 ס"מ), המערכת תזהה זאת ותתחיל סט חדש באופן אוטומטי.
- חזרות (שכיבות סמיכה) ייספרו אוטומטית ויוצגו על מסך ה-LCD.

ב. מנוחה חכמה:

- אם תפסיק לבצע חזרות למשך 10 שניות – המערכת תיכנס אוטומטית למצב מנוחה.
- במהלך המנוחה, מנוע הסרוו יסתובב כדי להראות לך שאתה במנוחה.
- לאחר כ-10 שניות, המערכת תתחיל סט חדש לבד.

ג. איפוס:

- אם תלחץ על הכפתור – המערכת תתאפס לחלוטין: חזרות, סטים, וזמנים.

ד. פידבק חכם:

- תוכל לראות על המסך כמה חזרות עשית בכל סט, וכמה זמן נמשך הסט (ללא מנוחה).
- זמזם ייתן צליל בכל חזרה, בתחילת סט, ובסיום סט.

ה. לצפייה בנתונים חיים:

- אם אתה מחובר למחשב, תוכל לפתוח את Serial Monitor ולראות הודעות מערכת בזמן אמת.