

FR20 FLOATRIDE +

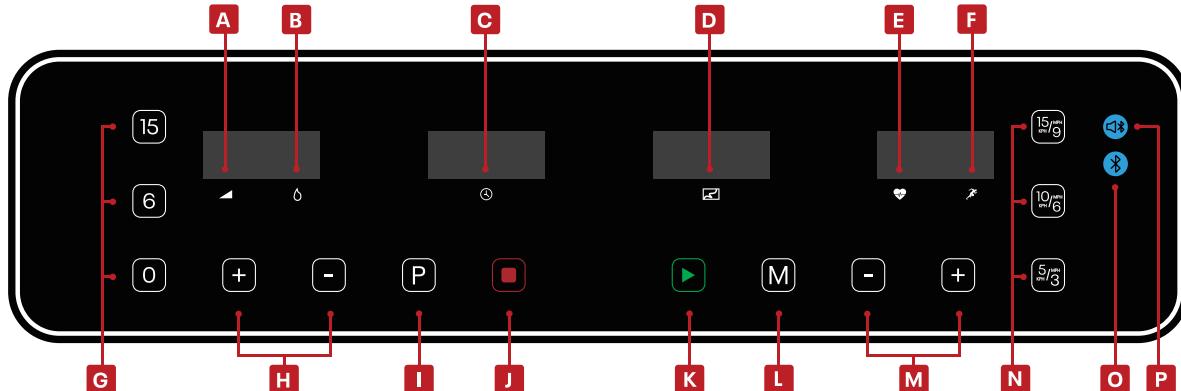
Reebok FR20 런닝머신 사용 설명서



FR20 디스플레이 & 버튼 설명

- A (INCLINE) 경사도**
- B (CALORIES) 칼로리 소모량**
- C (TIME) 운동시간**
- D (DISTANCE) 운동거리**
운동거리와 프로그램을 표시합니다.
- E (PULSE) 심박수**
- F (SPEED) 운동속도**
1.0~18.0KPH / 0.6~11MPH
- G (INSTANT INCLINE) 즉시 경사도**
경사도를 '0' or '6' or '15'로 즉시 선택합니다.
- H (INCLINE +/-) 경사도 +/-**
운동 중 경사도를 조절 합니다.
- I (PROGRAM) 프로그램**
원하는 프로그램을 선택 합니다.
P1 ~ P24, U1 ~ U3, FAT

- J (PAUSE/STOP) 정지/종료**
운동 중 작동을 정지합니다.
정지에서 한번 더 누르면 종료합니다.
- K (START) 시작**
운동 시작 버튼
- L (MODE) 모드 선택**
목표 시간, 거리, 칼로리를 설정합니다.
- M (SPEED +/-) 스피드 +/-**
운동 중 속도를 조절 합니다.
- N (INSTANT SPEED) 즉시 속도**
운동속도를 '5km' or '10km' or '15km'로 즉시 선택합니다.
- O (BLUETOOTH DONGLE) 블루투스 동글**
Reebok Fitness APP과 연결된 후 아이콘이 나타납니다.
- P (BLUETOOTH SPEAKER) 블루투스 스피커**
음악을 재생하는 기기와 연결된 후 아이콘이 나타납니다.



FR20 작동 방법

① 퀵 스타트

- ▶ START 버튼 터치 ▶ 3초 후 바로 운동을 시작합니다.
(운동 중 경사도 및 운동 속도를 자유롭게 조절 할 수 있습니다.)

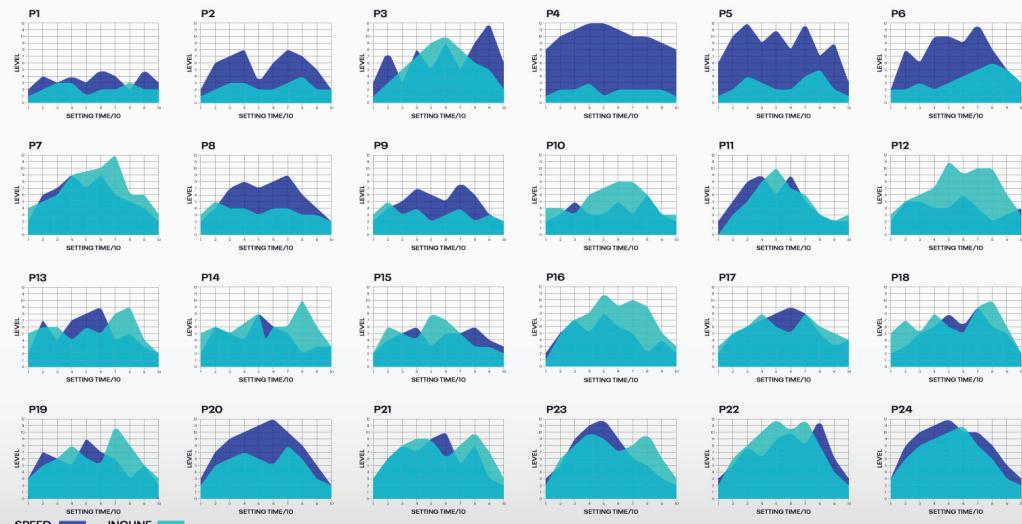
② 모드 설정

- ▶ MODE 버튼 터치 ▶ 운동시간 or 운동거리 or 소모칼로리 중 1가지 목표를 설정
- ▶ ▶ START 버튼 터치 ▶ 3초 후 바로 운동을 시작합니다.
(설정한 목표에 도달하면 운동이 종료됩니다.)

③ 프로그램 모드

- ▶ PROGRAM 버튼 터치 (24개 프로그램 중 선택) ▶ □, + 버튼을 이용 운동시간 설정 (5~99분)
- ▶ ▶ START 버튼 터치 ▶ 3초 후 바로 운동을 시작합니다.
(설정된 프로그램 패턴에 따라 경사도 및 운동 속도가 자동으로 변경됩니다.)

PROGRAMMES FR20 FLOATRIDE



FR20 FLOATRIDE+

Reebok Fitness APP 사용 설명서



리복 피트니스 APP 다운로드



애플 앱스토어 및 구글플레이에서
'Reebok Fitness Equipment'를 검색 또는
아래에 QR코드를 스캔해 다운로드 합니다.



리복 피트니스 전용 동글 장착

피트니스 APP과 연동을 지원하는 리복 전용
동글을 아래 사진과 같이 FR20 런닝머신 계기판
뒷면 하단에 장착해 주세요.

※리복 피트니스 전용 동글은 기본 구성에 포함
되어 있습니다.



사용자 운동 분석

운동 세션이 끝나면 앱이 운동 프로필을
표시하여 이동 거리, 소모된 칼로리
평균 페이스와 같은 통계를 제공합니다.

사용자는 운동 프로필에 체험한 운동의
강도 등을 작성할 수 있습니다.

운동 기록 페이지는 이전에 사용자가
수행한 운동 및 소모된 총 칼로리와 같은
통계를 검토할 수 있습니다.



나의 트레이닝
(트레이닝이 종료 후 표시)

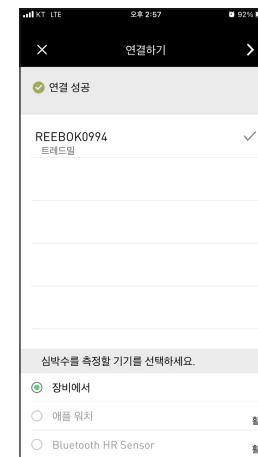
트레이닝 기록
(왼쪽 상단 ≡ 메뉴에서 선택)



리복 피트니스 APP과 FR20 런닝머신 연동



① 앱 초기 화면에서 원하는
메뉴를 선택 합니다.



② 위 그림과 같이 블루투스
동글을 선택하고 화면 우측
상단 > 터치 합니다.



③ 모니터에서 ▶ 버튼으로
운동을 시작 합니다.
(이후 모든 조작=모니터)

블루투스 스피커 연결

- ① FR20 런닝머신의 전원이 켜고 모바일 기기에서 블루투스 장치 검색.
- ② 검색된 'Reebok' 선택해 연결.
- ③ FR20 모니터 연결음과 함께 우측 상단에 아이콘이 점등되며 연결 완료.

