



Brukermanual

Innholdsfortegnelse

Spesifikasjoner

03

Gulvinstallasjon

05

Kom i gang

13



Bruk installasjonsinstruksjonene nøyaktig som beskrevet.

Hvis du ikke installerer Rflex i henhold til følgende instruksjoner, vil ikke garantien være gjeldende og du påtar deg selv ansvaret for bruk av produktet.

For informasjon om garanti, besøk mentra.co eller kontakt oss på service@mentra.co

Les all sikkerhetsinformasjon før du bruker Rflex. Det er eierens eget ansvar å gjøre seg kjent med og følge instruksjonene som hele tiden gjelder installasjon, bruk og vedlikehold av Rflex. Eieren erkjenner at unnlatelse av å behandle Rflex i samsvar med nevnt informasjon kan forårsake personskade og/eller ha en negativ effekt på funksjonaliteten og levetiden til Rflex. I slike tilfeller vil ikke SATS stå ansvarlig. SATS har heller ikke noe ansvar for skade på fysisk eiendom forårsaket av Rflex, eller konsekvensene av slik skade.

Rådfør deg med en lege før du starter en ny treningsplan. Feil eller overdreven trening kan medføre alvorlige skader. Hvis du opplever besvimelse, brystmerter eller pustevansker, avslutt treningen umiddelbart og kontakt lege. Trening skjer til enhver tid på brukerens egen risiko. SATS er ikke ansvarlig for noen personskade brukeren pådrar seg når en utøver aktiviteter gjennom bruk av Rflex eller deres medlemskap i Mentra by SATS. Den samme ansvarsbegrensningen gjelder for andre treningstjenester og tjenester/råd i regi av SATS/Mentra. Beregninger på skjermen og i appen - inkludert pulsmåling - kan være unøyaktige. Verdier bør bare brukes som referanse.

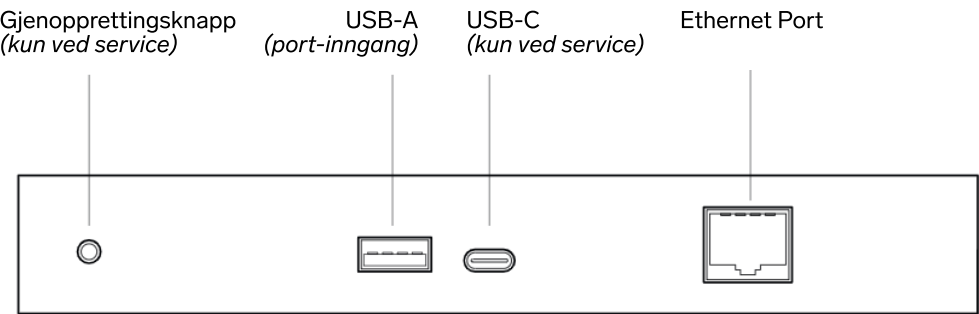


Dette produktet oppfyller kravene til relevante europeiske produktdirektiver og kan anvendes i alle EØS-land.

Spesifikasjoner ^{1/2}

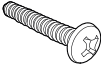
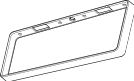
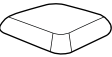
Dimensjoner	165x59x4cm
Vekt	~29 KG
Konstruksjon	Aluminium og stål
Display	43" Touchskjerm
Skjermopløsning	1920x1080p
Lysstyrke	400cd/m2
RAM	4GB DDR3
Lagring	64 GB
Tilkobling	WiFi 2.4/5.0GHz, Bluetooth 5.0, Ethernet
Mikrofon	61 dB
Kamera	5 mp
Høyttalere	2x10W
I/O	Strømbryter, RJ45 (Ethernet), USB-C, USB-A, Gjenopprettingsknapp

Utility Box – porter

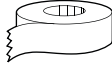
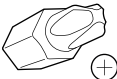


Gulvinstallasjon ^{1/8}

Inkludert materiale

 2x Plugger	 2x60mm Skruer	 2 x M6 Skruer	 4x M6 Skruer	 Unbrakonøkkel
 2m Strømledning	 Kameradeksel	 Vegganker	 Golv stativet	 4x Antiskliputer

Nødvendige verktøy

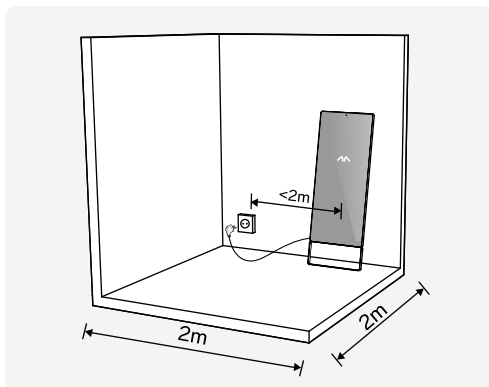
 Målebånd	 Blyant	 Vater	 Maskeringsteip	 Hammer
 Drill	 8mm Borekrone	 Philips P2 Borekrone	 Philips P2 Skrujern	 Teppe

Gulvinstallasjon ^{2/8}

Velg plassering

Sørg for å ha 2m² med plass, innen 2m fra en stikkontakt.

Merk: unngå å plassere speilet nær sterkt lys for best bildekvalitet.

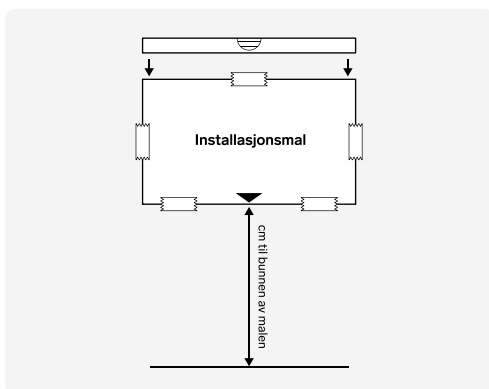


Opphengsmal

Bruk **Tabell 1** på **Installasjonsmalen** for å bestemme hengehøyde.

Mål opp fra gulvet og marker på veggen med en blyant. Tilpass strekpilen nederst på malen med merket. Forsikre at malen er i vater og at maskeringsteipen er på plass.

Merk: hvis enheten skal brukes av flere enn én person, bruk gjennomsnittshøyden for å bestemme plassering.

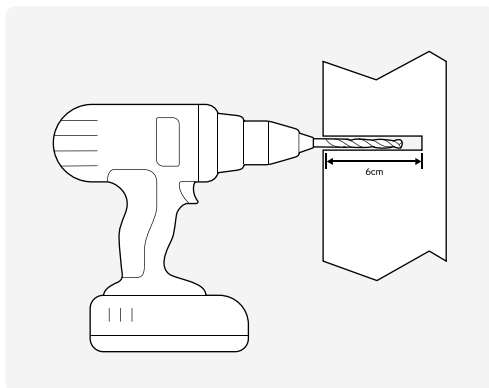


Bor pilothull

Bruk en drill med 8 mm borekrone og lag ett hull i båda av de 2 sporene på **Installasjonsmalen**.

Hvis det monteres i mur, bør hvert hull bores 6 cm dypt. Ved montering på gips, bor inn i stenderne.

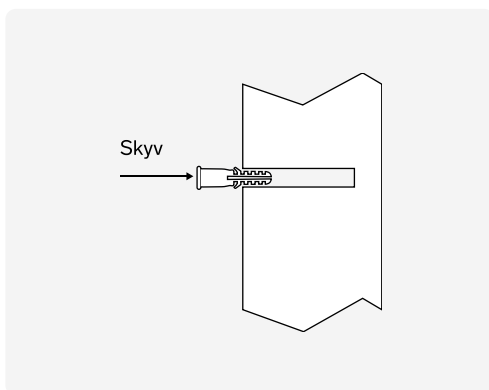
Merk: Hold boret vinkelrett. **IKKE** beveg drillen rundt mens du borer.



Sett inn plugger

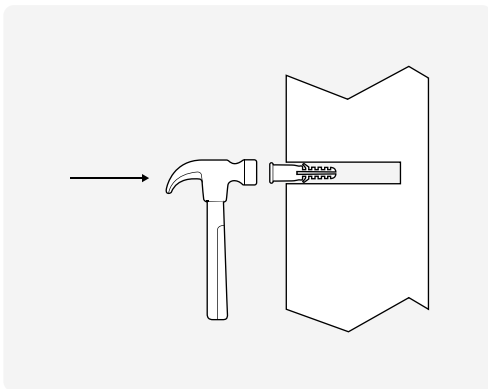
Plasser en plugg i hvert hull og skyv dem inn til de sitter godt.

Merk: Hvis et hull blir ødelagt, bor et tilsvarende hull minimum 2 cm fra det defekte hullet.



Plasser pluggene

Forsikre deg om at pluggene er vinkelrette på veggen, deretter hamre dem forsiktig slik at de er i ett med veggen.

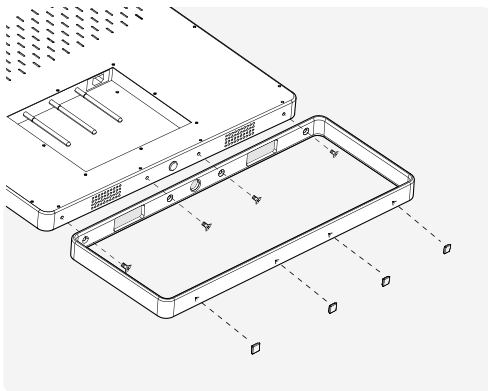


Fest stativet

Legg Rflex forsiktig på et teppe med speilet ned. Monter stativet til bunnen av enheten ved å bruke M6-skruene.

Skrue delvis inn alle festene med en 4 mm unbrakonøkkel og stram dem deretter når stativet er riktig justert.

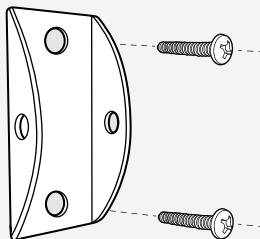
Fest antiskliputene i gummi nederst på stativet hvis ønskelig.



Fest veggankeret

Skru av ankerledningen og fjern en av de to festene.

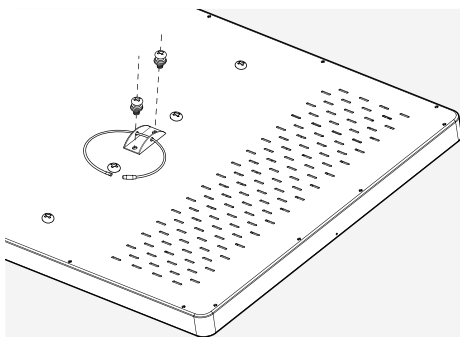
Plasser veggankeret i retningen som vist under. Legg skiver og skru 60 mm skruene i pluggene ved hjelp av en drill med et Philips P2 borekrone.



Gjør klar Rflex

Skru det andre veggankeret på baksiden av Rflex.

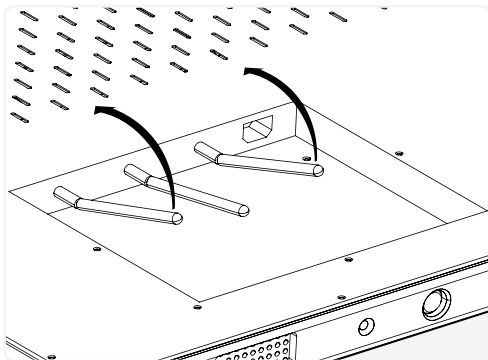
Plasser gummibufferne på toppen av de bakre hjørnene om ønskelig.



Vinkelantenner

Vri antennene litt utover for å maksimere rekkevidde for WiFi og Bluetooth.

Merk: vinkle antennene vekk fra hverandre for best signal.

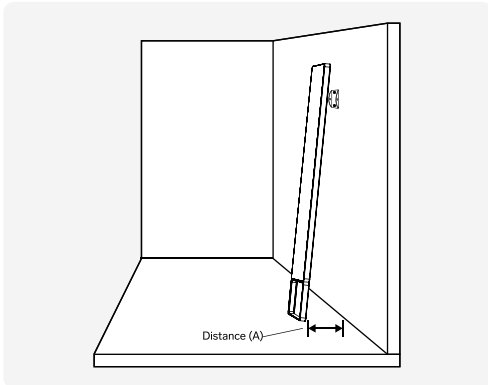


Sett inn strømledningen og plasser Rflex

Benytt to personer, løft Rflex og koble de to halvdelene av festet med ledningen og skru det sammen.

Len Rflex mot veggen og sørg for at plasseringen er sikker.

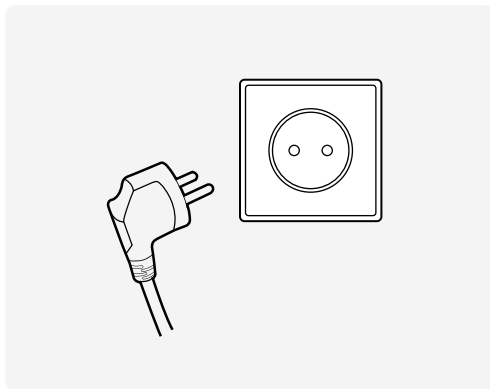
Trekk speilet ut fra veggen som spesifisert under **Avstand (A)** i trinn 1.



Gulvinstallasjon ^{7/8}

Plugg i

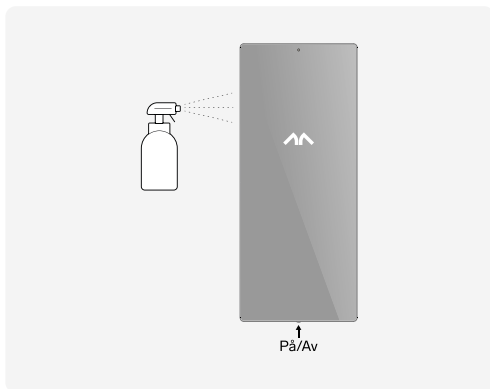
Før strømledningen langs gulvkanten og inn i nærmeste stikkontakt. Stram kablen for å unngå snublefare.



Rengjør og bruk

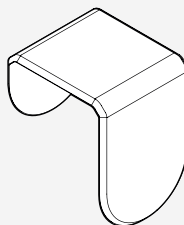
Rengjør speilet med glassrengjøringsprayen og tørk av med mikrofiberklut. (Rengjøringspray og mikrofiberklut er ikke inkludert)

Slå på Rflex ved å trykke på På / av-knappen nederst på rammen.



Kameradeksel

Hvis ønskelig, dekk kameraet med medfølgende kameradeksel ved å skyve det over rammen.



Kom i gang

1. Last ned Mentra-appen til din mobil

Logg på kontoen din i mobilappen for å koble til ditt Rflex-speil.

2. Sett opp Rflex ved hjelp av mobilappen

Slå på Bluetooth og stedstjenester på mobilappen din for å koble til Rflex. Følg instruksjonene på skjermen.

Hvis du har problemer med å koble til med telefonen din, velg alternativet **Manuell pålogging** på din Rflex og logg inn på kontoen din direkte.

3. Begynn å trene!

Bla gjennom vårt bibliotek med live og on-demand treningsøker **på Rflex eller i mobilappen**.

Når du er ferdig med å trene, klikk på strømknappen fra menyen for å **bytte din Rflex om til speilmodus**.



Hvis du har problemer med å konfigurere din Rflex informasjonen, vennligst gå til vårt hjelpesenter på mentra.co eller kontakt oss på service@mentra.co



mentra.co
service@mentra.co