

艾力斯特健康科技有限公司

地址:浙江省嘉兴市南湖区大桥镇十八里东街468号

电话: 0573-89973858 传真: 0573-89973638

授权制造: 浙江豪中豪健康产品有限公司

地址:浙江省平阳县轻工基地家具园兴隆路18号

电话: 0577-63176666 传真: 0577-63176699

请妥善保管此使用说明书



扫一扫精彩即刻呈现

服务热线电话: 800-8577-202 400-8888-786 Http://www.iRest.cn E-mail: iRest@iRest.cn

注: 本公司保留对产品设计更改及解释的权利, 如有改动恕不另行通知, 产品颜色及相关数据均以实物为准!

iRest® 艾力斯特
—— 有健康·有未来 ——

形秀派魔法机音乐
BODY SHOW MAGIC MACHINE (MUSIC)

拥有专利的弧形踏板

运动更安全舒适

Proprietary arc pedals, safe and cosy sport

只需调整双脚的距离, 即可改变运动的强度

Adjust the distance between feet to change the strength of exercise

音乐同步运动, 放松享受又轻松

散步 慢跑 快跑 瑜伽 健身 练习 音乐
WALKING JOGGING RUNNING YOGA GYM STRENGTH MUSIC



谢金燕推荐



2015年05月 第一版 2015年05月 第一次印刷

使用说明书 SL-Y16
OPERATION INSTRUCTIONS

感谢您选购本产品，在您使用之前，请仔细阅读使用说明书，以便掌握本产品的正确使用方法，参阅时，请特别注意重要安全警告，同时妥善保管使用说明书，以备查阅。

注：本公司保留对产品的设计更改及解释的权力，如有改动恕不另行通知，产品颜色以实物为准。

目录

安全与保养事项	02
部件名称	04
功能描述 / 操作指南	05
公里数/卡路里 / 使用方法	08
产品保养 / 密码设置 / 序列号显示	11
手控器电池安装方法 / 故障排除	12
产品规格	13

安全与保养事项



1. 重要安全警告

- 禁止将杂物塞入壳体间隙处。
- 禁止进水本产品，以免短路引起事故。
- 如果电源线或插头损坏，千万不要擅自拆卸修理，请及时与经销商联系，要求维修保养。
- 请使用与此器具匹配的电源。
- 用后或清洁前请拔离电源插头，以免造成设备或人身损害。
- 请按本手册指示使用此器具。
- 不可使用未推荐的配件及附件。
- 请勿在室外使用此器具。
- 请勿在此器具外壳或电源线破损情况下使用。
- 醉酒或感觉不适时请勿使用此器具。
- 使用此器具时请勿过分用力，以免受伤。
- 饭后一小时内请勿使用本产品。
- 颈背受伤或近期内动过手术者，请遵照医师的指示小心使用。
- 体重超过120公斤人士禁止使用。

2. 使用环境

- 请勿在高度潮湿的环境如浴室中使用此器具。
- 在环境温度急剧变化时请勿立即使用此器具。
- 请勿在灰尘严重或有腐蚀性气体环境中使用此器具。

3. 不宜使用此器具者。

- 皮肤传染病者。
- 骨质疏松症患者。
- 具有心脏问题以及佩戴电子医疗器如心脏起搏器者。
- 发高烧者。
- 孕妇或经期妇女。
- 身体有创伤或体表患病者。
- 无人监管时14岁以下儿童及神志不清者禁止使用本产品。
- 经医生嘱咐需要休养或感觉身体不适者。
- 身体潮湿时禁止使用此器具。

4. 安全事项

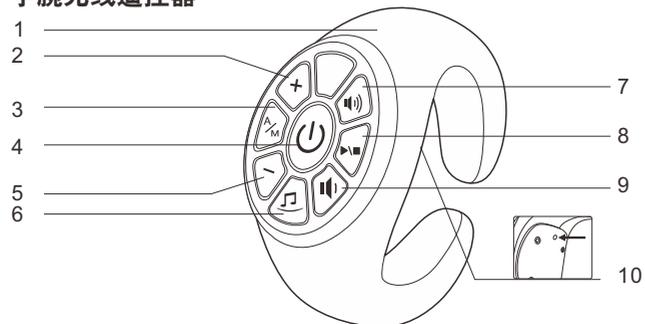
- 本器具不打算提供给身体有残障、感观或神经有缺陷或缺乏经验与常识的人士（包括儿童）使用，除非他们得到那些对他们的安全负责的人员关于如何使用该器具的监督与指导。儿童必须被监督以确保他们不会拿器具来玩耍。

安全与保养事项

- 如果电源软线损坏，为了避免危险，必须由制造商、其维修部或类似部门的专业人员更换。
- 请勿使用湿手拔插电源插头。
- 插拔电源插头时切勿拉拽电源线，不可过于粗暴。
- 切勿使电线受损或窜改此器具电路。
- 如果发生停电应该离开此器具，以免电力突然恢复时导致伤害。
- 如果在使用中感到任何此器具异常请立即停止使用，并向当地供应商咨询。
- 如果您在使用此器具期间感到身体异常请立即停止使用，并向保健医生咨询。
- 切勿用力猛压或全身施压在产品上，不能与硬物体相接触，不可重压或踩踏。
- 防止水或其他腐蚀性液体流入机内从而引起故障，导致损坏机器。
- 请勿用手提电源线或手控线，从而造成机体悬空和摇摆，导致线芯断开使其无法正常工作。
- 请勿任意改造机体结构或更换零件。
- 请勿放置在接近火源及易燃的地方，容易发生故障和危险，易造成变形，变色或损坏。
- 使用过程内有异常因立即停止使用并切断电源。
- 精神病患者，身体瘫痪患者必须在有人看护下谨慎使用或先咨询医师意见。

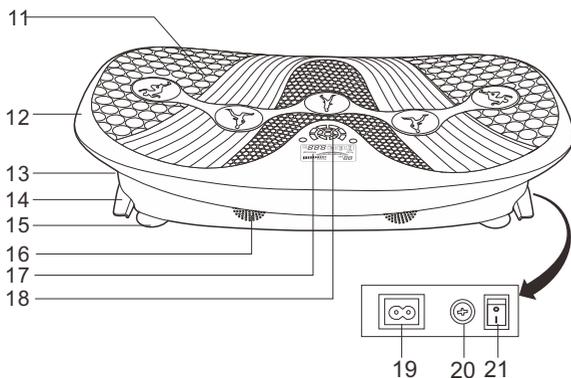
部件名称

手腕无线遥控器



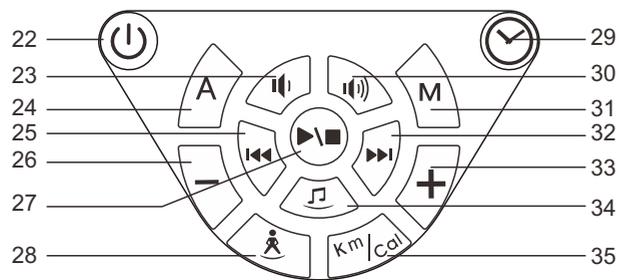
- 1.手腕环
- 2.速度加
- 3.运动模式切换
- 4.开关
- 5.速度减
- 6.音乐同步
- 7.音量 (+)
- 8.音乐播放
- 9.音量 (-)
- 10.复位键

主机介绍



- 11.脚踏垫
- 12.机身
- 13.USB插孔
- 14.魔力绳挂件
(不用时可折叠)
- 15.防滑垫
- 16.音响
- 17.彩屏液晶屏
- 18.主机按键
- 19.电源接口
- 20.保险丝
- 21.电源开关

主机按键介绍



- 22.开关
- 23.音量 (-)
- 24.自动模式
- 25.音乐 (上一首)
- 26.速度减
- 27.音乐播放
- 28.运动模式
- 29.定时
- 30.音量 (+)
- 31.手动模式
- 32.音乐 (下一首)
- 33.速度加
- 34.音乐同步
- 35.Km/Cal

部件名称

配件



功能描述

1. 采用平衡式振动模式达到塑身作用，运动5分钟相当于跑步1公里。
2. 独特的弧形踏板设计（专利）使得运动效果更好。
3. 带模拟测量卡路里和运动公里数。
4. 运动踏板设快跑、慢跑、散步运动区域，以满足不同的运动量。
5. 时间5-30分钟定时可调，默认开机15分钟。
6. 三种自动模式和三十档手动模式，可以根据运动需要选择。
7. MP3播放功能（目前只支持MP3格式，不能有其它格式的文件或文档）。
8. 音乐同步功能，运动强度伴随音乐节奏而改变。
9. 采用DC24V电机，安全可靠。
10. 带运动魔力绳，可以做多种运动姿势。
11. 彩屏液晶显示。
12. 手腕式无线遥控。

操作指南

- 请务必详读下列事项，方可开始使用本产品，本产品仅使用220-240V~ 50/60Hz的电源，请先检查家中电压是否与本产品上所标示的规格相符。
- 把交流电源插头连接到电源插座上，并启动总电源开关。
- 站在脚踏垫上，请按下位于控制面板或者手腕无线遥控器上面的电源开关键，启动默认按摩功能，如需要其它按摩功能请用手腕无线遥控器调节。

操作指南

1. 主机键面

按键	功能描述	显示
	开关键：开机，默认自动 模式，运动方式“慢跑”，定时15分钟。	
	运动方式键：有散步、慢跑、快跑三档运动方式，必须对应自己脚底踩的位置选择，否则按参数键显示的公里数和卡路里会有偏差。	
	参数键：卡路里参数显示选择。	
	参数键：公里数参数显示选择。	
	模式键：自动模式有强()、中()、弱()三档自动模式可通过加减键选择。	
	模式键：手动模式有三十档()手动模式可通过加减键选择选。	
	定时键：定时时间为5~30分钟，每按一次加5分钟。	
	速度加键 自动模式中：按此两键有强()、中()、弱()三档速度选择。	
	速度减键 手动模式中：按此两键有1~30档速度选择。	
	音量减键 音量调节键：调节音量大小，音量()、音量()	
	音量加键	
	下一曲 歌曲切换键：切换曲目，上一曲()，下一曲()	
	上一曲	

操作指南

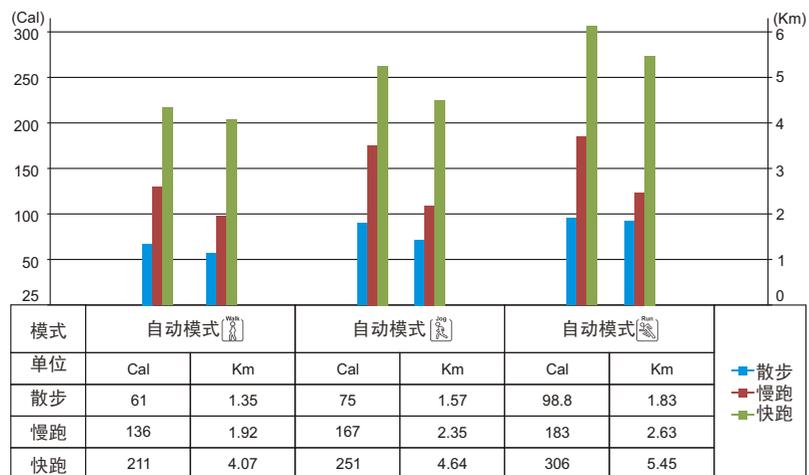
	音乐播放键：开启/关闭音乐。	
	音乐同步键：开启音乐同步模式（在MP3模式下）。	

2. 手腕无线遥控器

按键	功能描述
	开关键：开机，默认自动 模式，运动方式“慢跑”，定时15分钟。
	模式键：自动和手动模式切换。
	速度加键 自动模式中：按此两键有强()、中()、弱()三档速度选择。
	速度减键 手动模式中：按此两键有1~30档速度选择。 在MP3模式下按此两键切换曲目。
	在普通模式下：是运动方式键， 在音乐模式下：开启音乐同步。
	音乐播放键：开启/关闭音乐。
	在普通模式下是：定时键；在音乐模式下是：音量(+)键。
	在普通模式下是：参数键；在音乐模式下是：音量(-)键。

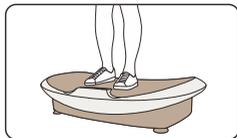
公里数/卡路里

30分钟内公里数 (Km) 和卡路里 (Cal) 消耗大概对照表



使用方法

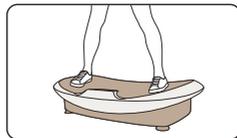
三种不同的运动方式 (运动中可以选择不同的辅助运动设备, 如“魔力拉绳, 哑铃”)



散步



慢跑



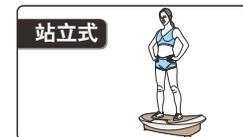
快跑

- 散步模式: 低运动量, 有助于放松腿部肌肉, 促进腿部血液循环。
- 慢跑模式: 中运动量, 缓解腿部肌肉和神经紧张, 同时达到塑身作用。
- 快跑模式: 高运动量, 全身运动, 消耗更多能量, 促进全身血液循环。

使用方法

自由运动方式 (散步、慢跑、快跑三档均可自由选用)

1. 站立式 (双腿站立在魔法机上) 放松腿部肌肉, 促进腿部血液循环。



站立式

2. 俯卧式 (利用肘关节支撑, 腹部用力绷直, 背、臀、脚成一线) 塑造健康身体曲线, 防止皮下脂肪下垂。



俯卧式

3. 坐立拉伸式运动 (坐在魔法机上, 手臂向上拉伸, 合掌于头顶) 瑜伽动作, 直接针对腹部、臀部脂肪、瘦腰、提臀。



坐立拉伸式

4. 松肩运动 (坐在魔法机上, 双手向后撑开) 缓解肩、颈部紧绷的肌肉, 缓解肩周炎和肩背部不适, 非常适合白领。



松肩运动

5. 松腿运动 (坐在椅凳上, 双脚自然放于魔法机上) 可快速促进小腿血液循环, 缓解腿部静脉曲张, 非常适合中老年人。

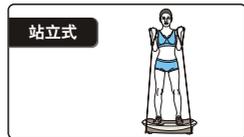


松腿运动

使用方法

魔力绳运动方式（散步、慢跑、快跑三档均可自由选用）

1. 平衡提拉式（双手紧握魔力绳，双臂举平，站立快跑区）高频振动集中在手臂、臀部和腿部，有效减掉手臂内侧赘肉，改善肩周炎和颈部疲劳酸痛，协调身体平衡。
2. 左右牵引式（双手紧握魔力绳，左/右臂举平向反方向牵引）腿部震动的同时做身体向左/右的牵引，有效拉伸经脉，消耗身体腹部两侧的脂肪，塑造健康体型。
3. 屈腿式（左脚（右脚）向前弓，右腿（左腿）向后伸，双手向上提拉魔力绳）锻炼腿部肌肉和膝关节，增加腿部骨骼密度，有助于心肺锻炼。
4. 半蹲提拉式（腿部微曲，双手沿后背拉起魔力绳，向上提拉）增加小腿及膝关节的抗压力，锻炼髌关节，拉伸背部经络，改善“电脑胳膊，鼠标手”。
5. 站立式（双脚站立慢跑/快跑区，双手向上拉魔力绳）锻炼手臂关节和肌肉，促进颈椎矫正和全身血液循环，缓解肩背肌肉酸痛。
6. 在移动时务必拔掉所有电源线，再提起魔法机的一端，提到一定角度（重心落在滑轮上时），即可向前或向后拖（推）动，移动之后将魔法机放回正常角度。



在魔力绳运动方式中同时也可以选用哑铃替代（如下图）



注意：以上运动动作方式并非唯一性，不同的人可以根据自己的需求，选择不同的运动动作方式。

产品保养

- 如果您的产品因运送、搬移及其它原因或存放在低温环境下过久，再使用前，请待置于室温一小时方可开机使用。
- 如将产品置于特殊的环境如：受灰尘、潮湿、硫磺等物质侵蚀的地方，请事先通知安装人员做好防护措施，否则将可能造成机体损坏。
- 清洁产品前，请先自插座拔走电源插头。
- 请勿以苯类、稀释剂或任何侵蚀性溶剂洗擦本机。
- 请使用干布去清洁本机。
- 切勿将本产品长期暴露于阳光直射处，亦不能接近火源，高温处。
- 如将有一段日子不会使用本产品，建议将电源拔除后整齐放好储存。
- 放存本产品在较无尘且干燥的空间。
- 切勿在产品上饮食，以防不慎伤害到本产品。
- 储存环境为：摄氏-10℃至55℃，湿度为RH 0-85%。

密码设置

必须在关机状态下

- 步骤1、首先按住主机的自动键+手动键+MP3播放键三键并释放（如图1），会听到鸣叫一声，则密码进入初始状态，液晶屏幕显示5个“FF”，默认第一个F闪烁。
- 步骤2、按速度加减键，对每个数字调整。
- 步骤3、按自动键，5个数字来回切换，密码调整完成之后。
- 步骤4、按住按手控器的复位键3s以上，会看到手控器的指示灯闪烁两下，此时手控器复位成功（如图2）。
- 步骤5、按主机的“MP3播放键”发送数据（如图3），会听到鸣叫一声；接收成功并存入，主机屏幕数据不闪烁。
- 步骤6、此时遥控器就可以控制主机。



图1

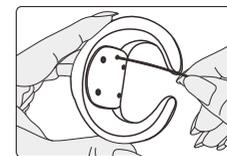


图2



图3

序列号显示

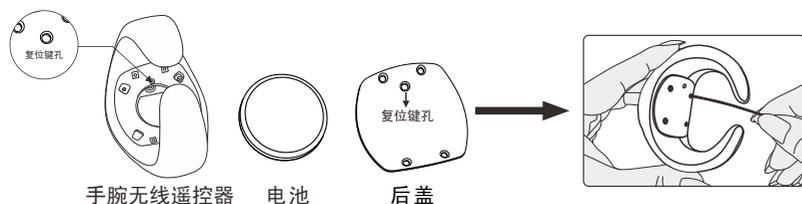
产品序列号显示

如1504130001，总共10个数字，在关机状态下，同时按住主机的定时+音量减两键并释放，进入序列号显示状态，屏目先显示5个数字，如14062 “²⁴ 062”；等5秒显示后5位数，如20001，再等20秒或按开关键，自动退出该模式。

手控器电池安装方法

手控器电池安装方法

1. 将纽扣电池放入手控器。
2. 盖上市后盖，拧紧螺丝固定。



注意：在固定后盖时务必注意后盖与手控器上的复位键孔。

故障排除

若在使用此产品过程中，可能会遇到下列几点问题，如果以下信息还不能帮助您解决问题，产品仍无法正常使用，请联系授权的经销商或者制造商、其维修部的专业人员进行检查及维修。

问题	解决办法
显示屏无显示	请检查电源插头是否已连接并已打开电源开关
产品不工作	请检查产品电压是否符合当地电源电压
	关闭电源开关，拔下插头，让机器冷却下来，一个小时之后再开机使用
产品工作时发出声音	系产品机械结构工作产生的正常声音
手腕无线遥控器无法控制主机	先将手控器与主机密码进行配对，如密码配对成功可以正常使用。
	如无法配对密码，请检查电池是否消耗完，如消耗完请更换电池。

产品规格

型 号：SL-Y16
 名 称：形秀派魔法机（音乐）
 额定电压：220V-240V~ 50/60Hz
 额定功率：95W
 最大承重：120kg
 额定时间：5~30分钟
 噪 音：≤55dB
 安全结构：
 执行标准：GB4706.1-2005 GB4706.10-2008

保 证 书

品 名	经销商（维修点）	
型 号		
客户名称		
地 址		
电 话		
购买日期	保修期：自购买日起一年	

本产品于保修期内（一年），因下列情况而发生故障时，提供免费修理。否则酌收送修者修理费或零件更换费用。

- 1、购买时已发现有破损或不良使用情况者。
- 2、按照使用说明书操作而产生自然破损者（未按照指定方法使用者或地震火灾等自然灾害而损坏，本公司不负免费维修责任）。
- 3、非消耗性零件损害维修。