

INTENZA 450 ETi2

操作方式

1 選項A 按壓省電開關鍵喚醒電子錶

選項B 踩動踏板喚醒電子錶

2 選項A

選項B

1 旋轉中控旋鈕選擇運動程式

1 直接按壓快速啟動鍵

2 按壓中控旋鈕選擇運動課程，並進行個人及訓練設定

3 開始運動

4 利用中控的揚升調整鍵或阻力調整鍵設定適合的運動模式

5 運動結束時，按壓停止鍵以結束運動

運動過程中，可旋轉中控旋鈕選擇運動程式

橢圓訓練機操作圖示



INTENZA 450 ETi2S

操作方式

1 踩動踏板喚醒電子錶

選項A

1 旋轉中控旋鈕選擇運動程式

2 按壓中控旋鈕選擇運動課程，並進行個人及訓練設定

3 開始運動

4 利用中控的揚升調整鍵或阻力調整鍵設定適合的運動模式

5 運動結束時，按壓停止鍵以結束運動

運動過程中，可旋轉中控旋鈕選擇運動程式

選項B

1 直接按壓快速啟動鍵

橢圓訓練機操作圖示



INTENZA 550 ETe2

操作方式

- 1 選項A 按壓省電開關鍵喚醒電子錶
選項B 踩動踏板喚醒電子錶
- 2 選項A 從觸控螢幕中選擇運動程式
選項B 直接按壓觸控螢幕START鍵
- 3 開始運動
- 4 選項A 利用中控的揚升調整鍵或阻力調整鍵設定適合的運動模式
選項B 透過觸控螢幕的操作選項設定適合的運動模式
- 5 運動結束時，按壓停止鍵以結束運動
運動過程中，可旋轉中控旋鈕選擇運動程式

橢圓訓練機操作圖示



INTENZA 550 ETi

操作方式

1 選項A 旋轉中控旋鈕喚醒電子錶

選項B 踩動踏板喚醒電子錶

2 選項A

選項B

1 旋轉中控旋鈕選擇運動程式

1 直接按壓快速啟動鍵

2 按壓中控旋鈕選擇運動課程，並進行個人及訓練設定

3 開始運動

4 利用中控的揚升調整鍵或阻力調整鍵設定適合的運動模式

5 運動結束時，按壓停止鍵以結束運動

運動過程中，可旋轉中控旋鈕選擇運動程式

橢圓訓練機操作圖示

