

ขั้นตอนการตั้งค่า

1. แกะชิ้นส่วนออกจากบรรจุภัณฑ์



2. ลอกพลาสติกห่อหุ้มออก (ภาพที่ 1 ด้านล่าง) เปิดช่องใส่แบตเตอรี่ที่ด้านหลังของเครื่อง แล้วใส่แบตเตอรี่ AA 2 ก้อน (ไม่ได้ให้มาด้วย)



3. นำชิ้นส่วนเหล่านี้มา หมุนมือจับเข้ากับแผ่นโลหะ จากนั้นจับมือจับทั้งสองพร้อมกันแล้วหมุนในทิศทางตรงข้ามกันเพื่อขันให้แน่น (ขันแน่นปานกลาง)



4. นำตัวเครื่องอิเล็กทรอนิกส์ แผ่นโลหะที่ติดมือจับแล้ว และสลักเกลียวมา จัดรูของแผ่นโลหะให้ตรงกับรูบนตัวเครื่อง แล้วขันสลักเกลียวทั้ง 4 ตัวเข้าไป (ขันแน่นปานกลาง) ขึ้นส่วนทั้งสองจะยึดติดกัน

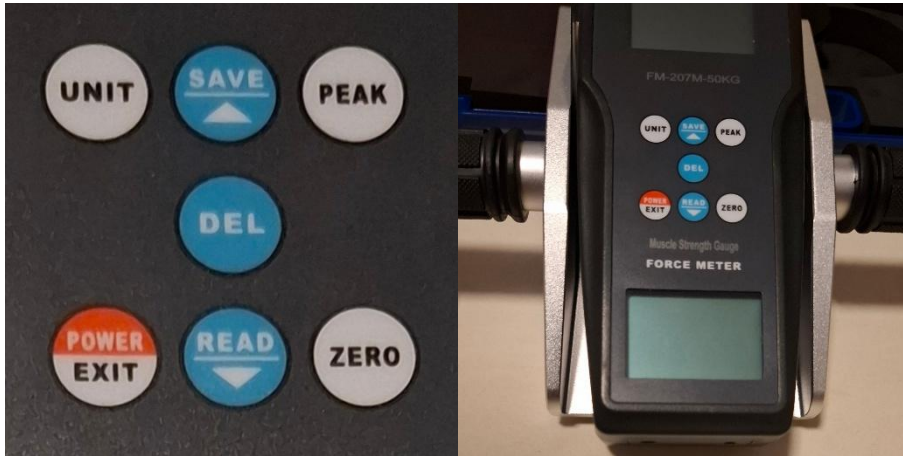


5. นำหัววัดที่ต้องการมา (แบบโค้งหรือแบบกลม) หมุนหัววัดเข้ากับสลักเกลียวที่ปลายเครื่อง เมื่อหัววัดแบบโค้ง (ตัวอย่างเช่น) อยู่ในแนวตรงแล้ว (ไม่ต้องฝืนหมุน) ให้หมุนแผ่นจานกลมที่อยู่บนสลักเกลียวขึ้นมาจนแตะกับหัววัด จากนั้นหมุนจานกลมและหัววัดในทิศทางตรงข้ามกัน เพื่อให้ทั้งสองด้านเข้าหากัน (ขันแน่นปานกลาง)



6. ประกอบเครื่องเสร็จเรียบร้อยแล้ว

ปุ่มต่างๆ



(อาจต้องกดปุ่มให้หนักแน่น)

Power (กด): เปิดเครื่อง

Power (กดค้าง): ปิดเครื่อง

Unit: สลับหน่วยระหว่าง kgf, N, lbf

Peak: เปิด/ปิดโหมด Peak (หน้าจจะแสดง 'Max.' เมื่อเปิดใช้งาน) โหมดนี้จะแสดงค่าแรงสูงสุดที่วัดได้ จนกว่าจะกดปุ่ม Zero หากปิดโหมด Peak เครื่องจะเข้าสู่โหมด Live ซึ่งจะแสดงค่าแรง ณ ขณะนั้นเท่านั้น

Zero: รีเซ็ตค่าที่แสดงกลับเป็น 0 เช่น เมื่อใช้โหมด Peak นอกจากนี้ยังใช้ได้ในกรณีที่น้ำหนักของหัววัดในท่าติดตั้งแบบคว่ำลงทำให้มีค่าแรงแสดงขึ้นมากก่อนที่จะออกแรงจริง

Save (กดค้าง): จะบันทึกค่าแรงแบบ 'Live' ลงในหน่วยความจำ และจะไม่บันทึกค่า 'Peak' หน้าจจะแสดง SV 01 หลังจากบันทึกไปแล้ว 1 ค่า

Read (กดค้าง): เข้าสู่โหมดอ่านค่าที่บันทึกไว้ ซึ่งคุณสามารถเลื่อนดูข้อมูลที่บันทึกได้

Save/ลูกศรขึ้น (ในโหมด Read): เลื่อนขึ้นเพื่อดูข้อมูล

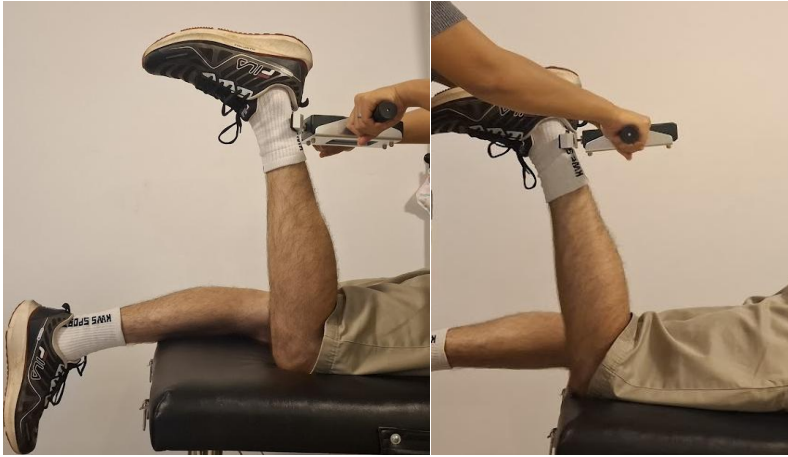
Read/ลูกศรลง (ในโหมด Read): เลื่อนลงเพื่อดูข้อมูล

Del (ในโหมด Read): ลบค่าข้อมูลที่กำลังแสดงอยู่

Power/Exit (กด ในโหมด Read): ออกจากโหมด Read

การใช้งาน

ขั้นตอนพื้นฐาน (ต้น/ตั้ง): ผู้ทดสอบจับมือจับให้แน่นและเกร็งลำตัวให้มั่นคง เพื่อให้เครื่องอยู่นิ่งในตำแหน่งเดิมขณะที่ผู้เข้ารับการทดสอบออกแรงดันเข้าหาเครื่อง ผู้ทดสอบต้องแข็งแรงพอที่จะถือเครื่องให้นิ่งได้ มิฉะนั้นค่าที่อ่านได้จะไม่แม่นยำ ผู้ทดสอบสามารถจับมือจับได้ทั้งแบบต้น (ซ้าย) หรือแบบตั้ง (ขวา) สิ่งสำคัญคือผู้ทดสอบต้องจัดแนวเครื่องเพื่อให้แรงส่งผ่านเป็นแนวตรงตามแกนสลักเกลียวของเครื่อง



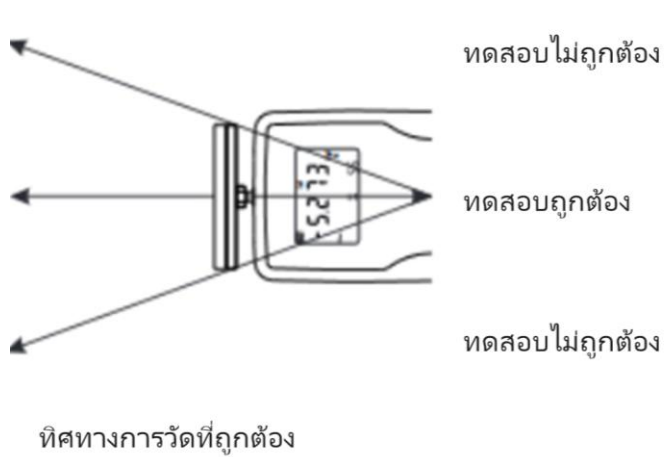
โหมด Peak: วิธีใช้งานที่ง่ายที่สุด คือ เปิดเครื่อง เปิดโหมด Peak ให้ผู้เข้ารับการทดสอบออกแรงดันเข้าที่หัววัด อ่านค่าสูงสุดที่แสดง แล้วกด Zero เพื่อรีเซ็ตให้พร้อมสำหรับการวัดครั้งถัดไป

โหมด Live: ปิดโหมด Peak หน้าจอจะแสดงค่าแบบต่อเนื่องขณะที่ผู้เข้ารับการทดสอบออกแรงดัน คุณอาจประมาณค่าเฉลี่ยจากค่าที่เห็น หรือหากวางมือได้เหมาะสม คุณสามารถจับมือจับและกดปุ่ม Save ไปพร้อมกันได้ เพื่อบันทึกค่า Live ณ เสี้ยววินาทีนั้น (ผลที่บันทึกอาจต่างจากค่าที่แสดงบนหน้าจอ เนื่องจากหน้าจออัปเดตเป็นช่วงๆ เท่านั้น)



หมายเหตุเพิ่มเติม

1. ต้องออกแรงเป็นแนวตรงตามแกนสลักเกลียวและหัววัด ห้ามออกแรงในแนวเฉียง



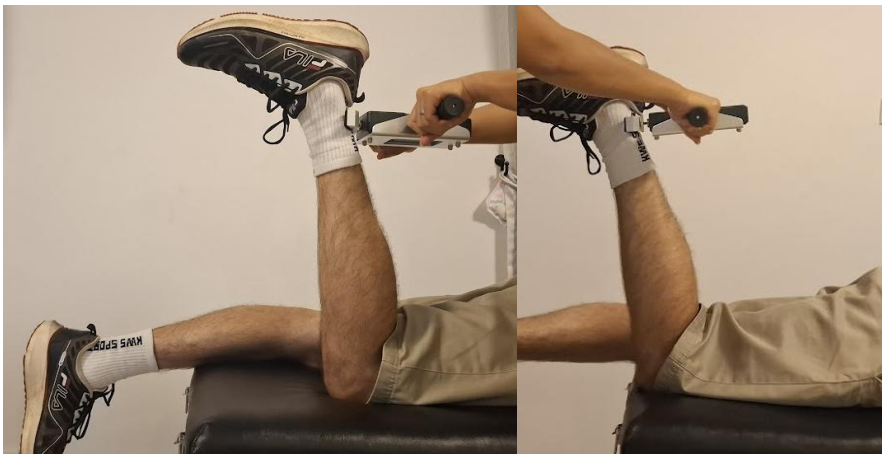
2. เมื่อแบตเตอรี่อ่อน หน้าจอจะแสดงไอคอนรูปแบตเตอรี่
3. เครื่องสามารถวัดแรงได้ทั้งค่าบวกและค่าลบ แต่หัววัดที่ให้มาออกแบบสำหรับการดันเท่านั้น
4. หน้าจอทั้ง 2 ด้านมีไว้เพื่อความสะดวกในการอ่านค่าจากทั้งสองทิศทางเป็นหลัก

ตัวอย่างกล้ามเนื้อ

กล้ามเนื้อต้นขาด้านหน้า (Quadriceps):



กล้ามเนื้อต้นขาด้านหลัง (Hamstring):



กล้ามเนื้อสะโพก (Hip Flexor):

