

# РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

## МИНИСТЕППЕР

Артикул: SQ-S056A



### ВАЖНО!

Перед началом сборки проверьте комплектацию изделия.

Не выбрасывайте упаковку до окончания сборки изделия.

Перед началом эксплуатации устройства ознакомьтесь со всеми инструкциями. Сохраните данное руководство для дальнейшего использования.

Спецификация данного продукта может отличаться от фото и может изменяться без предварительного уведомления.

Только для домашнего использования.

## **Меры предосторожности**

**Сохраните руководство для дальнейшего использования.**

1. Перед сборкой и эксплуатацией тренажёра внимательно прочтите инструкции настоящего руководства.
2. Прежде чем начать тренировки, проконсультируйтесь с врачом. Убедитесь, что у вас нет медицинских противопоказаний к физическим нагрузкам.
3. Не подпускайте к тренажёру домашних животных. Не позволяйте детям играть на тренажёре или возле него. Изделие предназначено исключительно для взрослых пользователей.
4. Размещать тренажёр следует на ровной и устойчивой поверхности. Положите под тренажёр специализированное покрытие для защиты пола от загрязнений и любых других повреждений. Для обеспечения безопасности вокруг оборудования должно находиться не менее 0,5 метров свободного пространства.
5. Перед использованием тренажёра убедитесь, что все крепежи надёжно затянуты.
6. Для занятий на тренажёре надевайте удобную спортивную форму. Не рекомендуется носить слишком свободную одежду, которая может попасть в подвижные механизмы тренажёра или ограничить ваши движения.
7. Тренажёр предназначен только для использования в домашних условиях, внутри помещения. Максимально допустимый вес пользователя – 100 кг.
8. Не прикасайтесь к цилинду мини-степпера во время его работы.

## **Комплектующие**



## Работа с консолью

Для отображения функциональных показателей тренировки используйте кнопку **MODE (РЕЖИМ)**. В устройстве доступны следующие параметры:

**ШАГ/МИН (REPS/MIN):** Количество шагов, сделанных за одну минуту.

**СКАНИРОВАНИЕ (SCAN):** Режим, в котором все параметры тренировки отображаются на дисплее поочерёдно.

**ВРЕМЯ (TIME):** Длительность тренировки.

**КАЛОРИИ (CALORIES):** Количество калорий, сожжённых во время тренировки. Обратите внимание, что данный параметр имеет приблизительное значение.

**ШАГИ (COUNT):** Количество шагов, сделанных во время тренировки.



### **Примечание:**

1. При отсутствии сигнала более 4-х минут консоль автоматически переключится в режим ожидания.
2. Для запуска консоли нажмите на любую кнопку устройства или просто начните движение на тренажёре.
3. Чтобы перезагрузить устройство и обновить настройки, замените батарейку или нажмите и удерживайте кнопку **РЕЖИМ (MODE)** в течение 3-х секунд.

### **Замена батарейки:**

Консоль работает от батарейки 1 шт. формат LR44 (в комплекте).

1. Извлеките консоль из тренажёра.
2. Смените батарейку.
3. Убедитесь, что батарейка установлена правильно. Обратите внимание, что для работы устройства требуется одна батарейка щелочного типа.



Перед тем, как приступить к тренировкам, поверните регулятор по часовой стрелке до упора.



## **Уход и техническое обслуживание:**

Изделие следует хранить в сухом и прохладном месте. Если вы не планируете использовать тренажёр в течение длительного времени, извлеките батарейку.

Для удаления пыли и грязи с поверхности тренажера используйте влажную ткань, а затем обеспечьте полное высыхание изделия, чтобы предотвратить коррозию или повреждение материалов.

Каждые 1-2 месяца проверяйте все детали тренажера, проверяйте затяжку соединений. Периодически производите смазку всех подвижных соединений консистентной (пластичной) смазкой.

Во время тренировки происходит нагрев гидроцилиндров.

**НЕ ПРИКАСАЙТЕСЬ** к гидроцилиндрам во время и после тренировки, это может привести к ожогу.

## Спецификация

Номер детали	Наименование детали	Количество
1	Основная рама	1
2	Рама педали (левая)	1
3	Рама педали	1
4	Педаль (левая и правая)	2
5	Датчик	1
6	Регулировочная рукоятка	6
7	Заглушка	2
8	Дисплей	1
9	Кронштейн шкива	1
10	Шкив	1
11	Трос	1
12	Стопорная втулка	2
13	Пластиковая втулка	2
14	Заглушка трубы	2
15	Гидравлический шток	2
16	Буферный упор	2
17	Магнит	1
18	Педаль (правая)	1
19	Электрический кабель	1
20	Стопорное кольцо	20
21	Болт	2
22	Заглушка	2
23	Болт	1
24	Болт	2
25	Саморез	4
26	Саморез	1
27	Плоская шайба	4
28	Гайка	6
29	Гайка	1
30	Пластиковая шайба	2
31	Пластиковая втулка	2

## Сборочный чертеж

