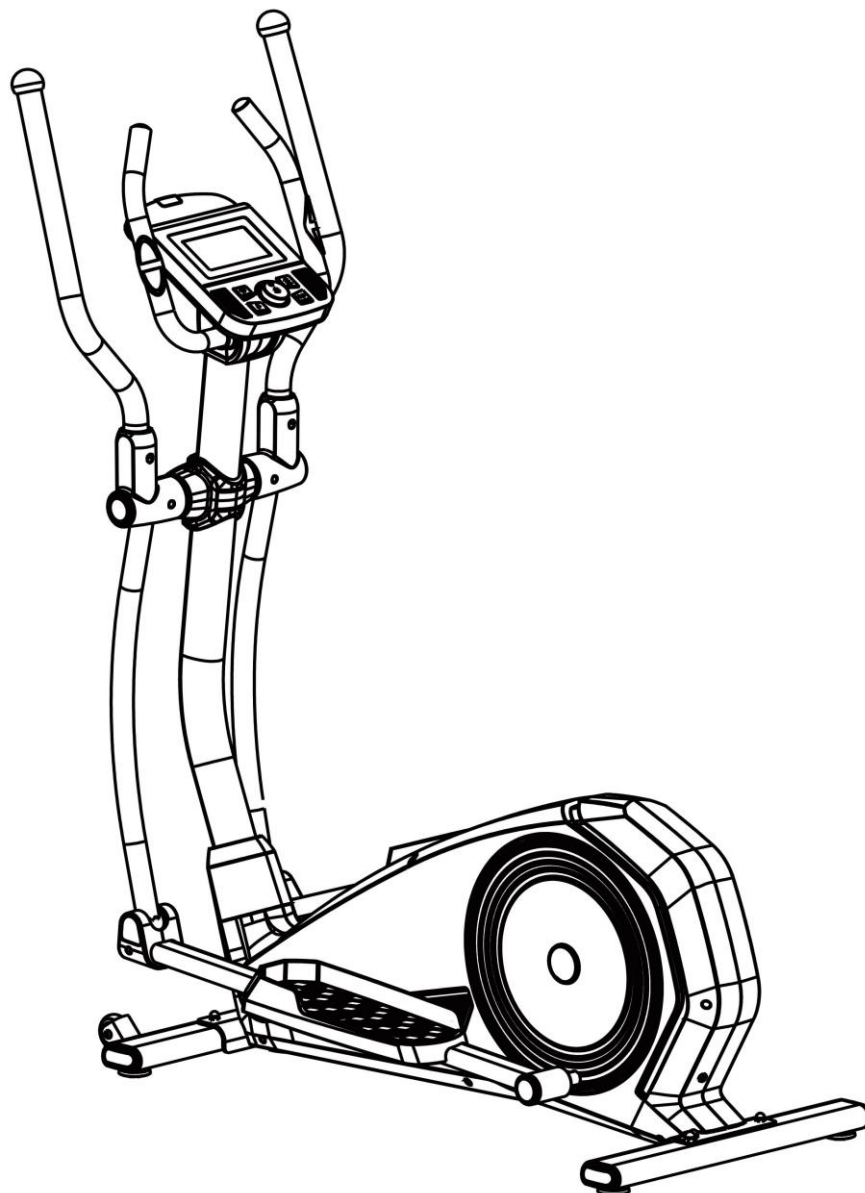


# РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

Эллиптический тренажер Proxima JADA, арт. PREL-522

Гарантийный талон

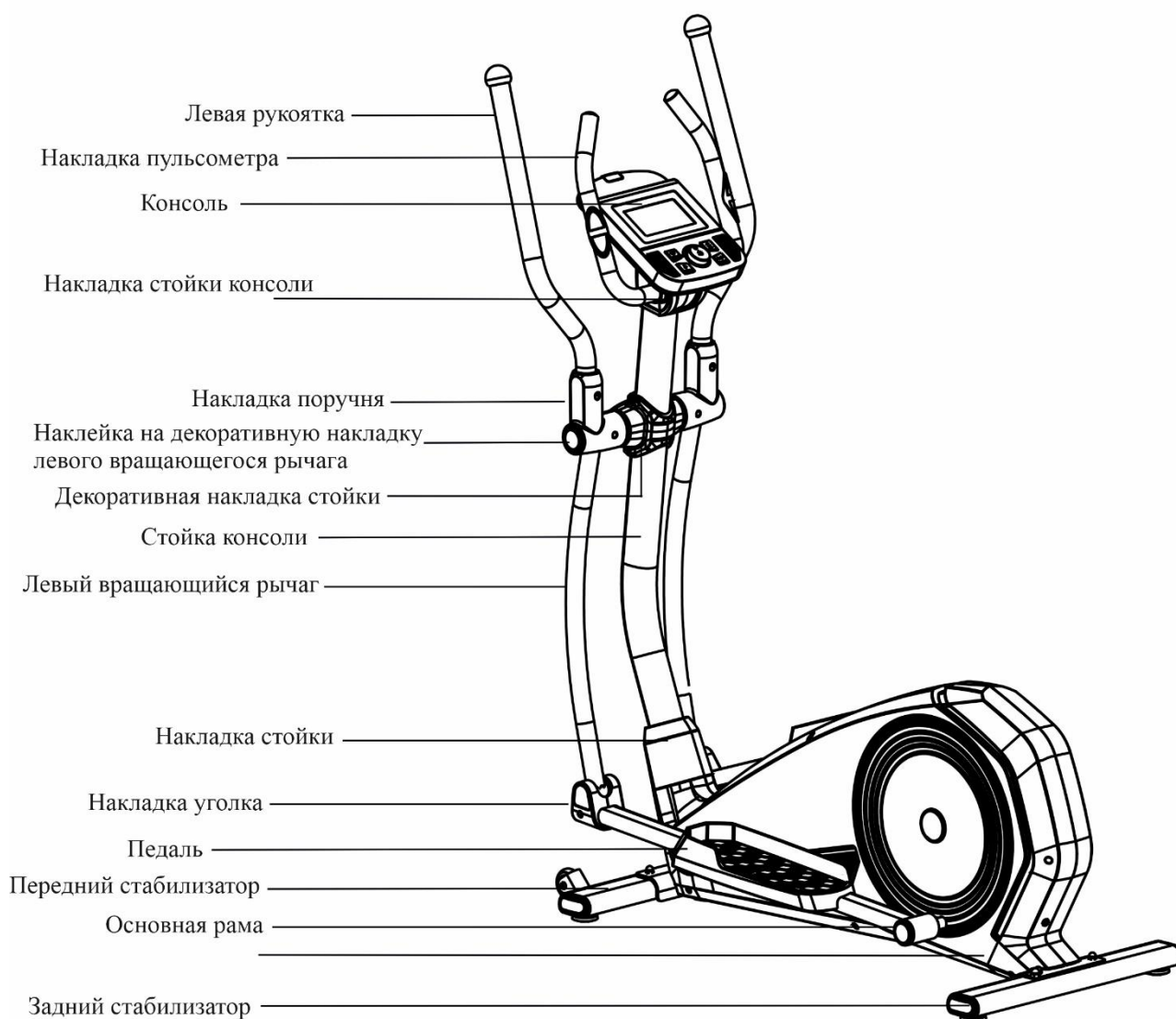


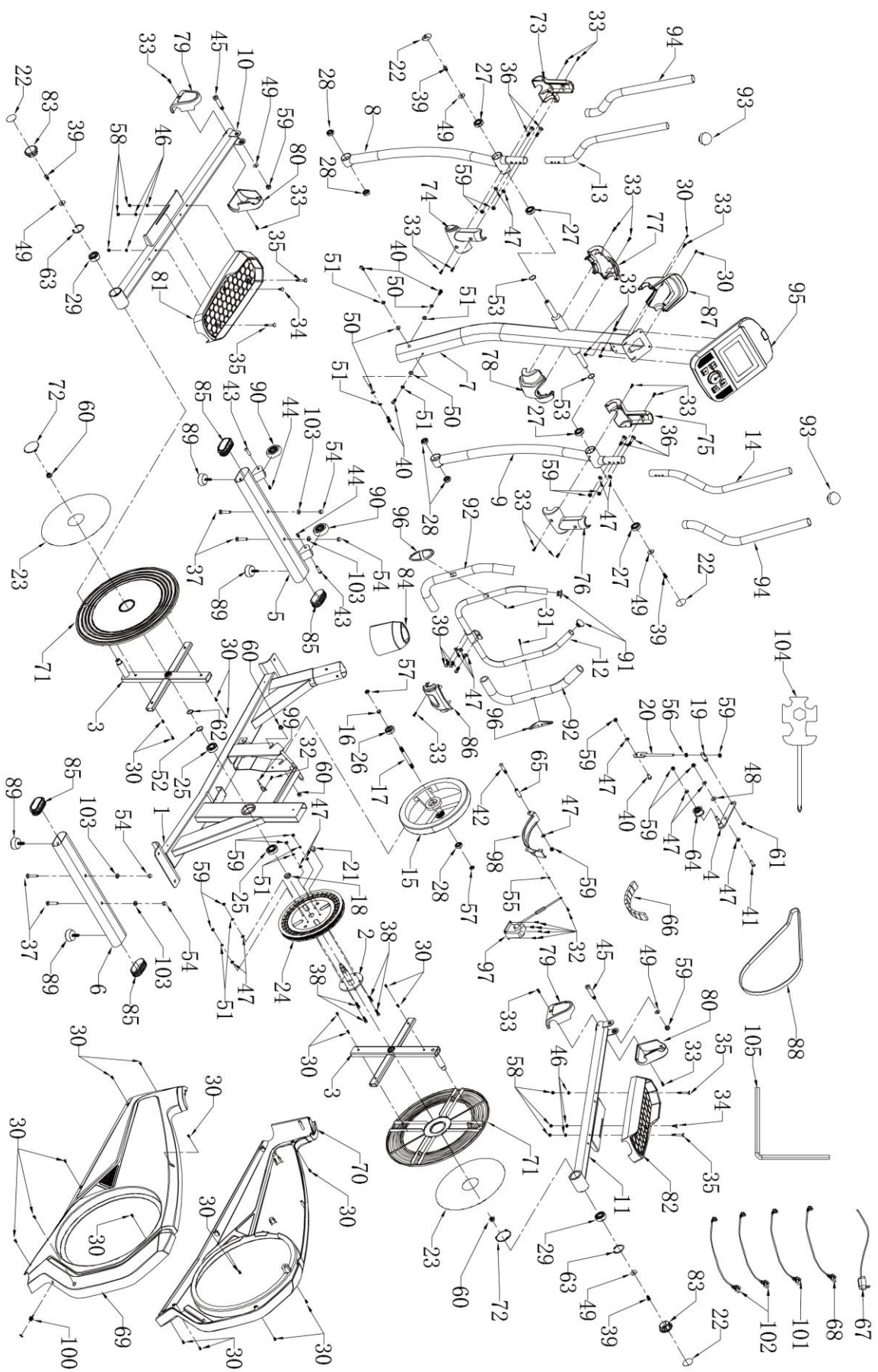
**Примечание:** Мы руководствуемся принципом устойчивого развития и, при необходимости, можем вносить изменения в наши изделия без уведомления покупателей. Ваше изделие может отличаться от описанного в инструкции.

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Краткое описание изделия.....	1
2. Меры предосторожности.....	9
3. Инструкция по сборке.....	11
4. Инструкция по эксплуатации.....	17
5. Техническое обслуживание.....	22
6. Гарантийный талон.....	23

## 1. Краткое описание изделия





№	Название	Спецификации	К-во
1	Основная рама	Черный	1
2	Ось	Черный	1
3	Крестообразный кронштейн махового колеса	Черный	2
4	Кронштейн направляющего ролика	Черный	1
5	Передний стабилизатор	Черный	1
6	Задний стабилизатор	Черный	1
7	Стойка консоли	Черный	1
8	Левый вращающийся рычаг	Черный	1
9	Правый вращающийся рычаг	Черный	1
10	Трубка левой педали	Черный	1

№	Название	Спецификации	К-во
38	Винт с головкой под шестигранник	Винт с большим шагом резьбы М8*20	4
39	Винт с цилиндрической головкой с углублением под гайку	Винт с большим шагом резьбы М8*16	7
40	Винт с цилиндрической головкой с углублением под гайку	Винт с большим шагом резьбы М8*20	5
41	Винт с цилиндрической головкой с углублением под гайку	Винт с большим шагом резьбы М8*25	1
42	Винт с цилиндрической головкой с углублением под гайку	М8*55 Шаг резьбы 20	1
43	Стопорный винт с головкой под шестигранник	Винт с большим шагом резьбы ф8-М6*30	2
44	Винт с цилиндрической головкой с углублением под гайку	М6*12	2
45	Винт с буртиком	ф10*45*М8	2
46	Плоская шайба	ф6,5*12*Т1	6
47	Плоская шайба	ф8,5*16*Т1,5	15

№	Название	Спецификации	К-во
11	Трубка правой педали	Черный	1
12	Металлическая накладка пульсометра	Черный	1
13	Левый поручень	Черный	1
14	Правый поручень	Черный	1
15	Маховое колесо	φ280*68	1
16	Ограничитель махового колеса	φ10*φ14*3	1
17	Ось махового колеса	φ10*120	1
18	Правая часть муфты основной стойки	φ20,2*φ25*6,8	1
19	Ручка регулировки направляющего ролика	φ15*39	1
20	Сварной блок регулировки прижимного ролика	Белый с оцинковкой	1
21	Магнит системы изменения скорости	φ17*14*(φ15*7)	1
22	Декоративная наклейка вращающегося рычага	φ37,5	4
23	Декоративная наклейка крестообразного кронштейна	φ67*282	2
24	Ремень шкива		1
25	Прокладка	6004	2

№	Название	Спецификации	К-во
48	Плоская шайба	φ8,5*φ20*T1,5	1
49	Плоская шайба	φ8,5*φ24*T2,0	6
50	Дугообразная прокладка	φ8,5*φ17*T1,5	4
51	Пружинная шайба	M8	8
52	Волнистая шайба	φ21*φ27*T0,3	1
53	Волнистая шайба	φ17,5*φ23*T0,3	2
54	Глухая гайка	M10	4
55	Шестигранная гайка	M4	1
56	Шестигранная гайка	M8	1
57	Шестигранная гайка	φM10*P1,25*T5	2
58	Контргайка	M6	6
59	Контргайка	M8	15
60	Шестигранная гайка с фланцем	M10*P1,25	4
61	Эластичная шайба оси	φ12	1
62	Эластичная шайба оси	φ20	1

№	Название	Спецификации	К-во
26	Прокладка	6300	1
27	Прокладка	6003	4
28	Прокладка	6000	5
29	Саморегулирующийся шарикоподшипник	2203	2
30	Саморез с крестообразным шлицем	ST4,2*16	24
31	Саморез с крестообразным шлицем	ST4,2*19	2
32	Винты с цилиндрической головкой Phillips	M4*12	6
33	Винт с плоской головкой Phillips	M5*14	16
34	Болт с квадратной головкой	Винт с большим шагом резьбы M6*15	2
35	Болт с квадратной головкой	M6*45 Шаг резьбы 15	4
36	Болт с квадратной головкой	Винт с большим шагом резьбы M8*40	4
37	Болт с квадратной головкой	Болт с шестигранной головкой M10*55	4

№	Название	Спецификации	К-во
63	Пружинное кольцо	φ42	2
64	Кронштейн направляющего ролика	φ30*20,5	1
65	Муфта кронштейна магнита	φ8*φ12*36	1
66	Постоянный магнит	20*30*T10	12
67	Сетевой кабель		1
68	Кабель связи		1
69	Левый кожух цепи	АБС	1
70	Правый кожух цепи	АБС	1
71	Боковая поворотная платформа рамы	АБС	2
72	Обшивка поворотной платформы рамы	АБС	2
73	Передняя накладка левого поручня	АБС	1
74	Задняя накладка левого поручня	АБС	1

№	Название	Спецификации	К-во
75	Передняя накладка правого поручня	АБС	1
76	Задняя накладка правого поручня	АБС	1
77	Обшивка регулируемой стойки руля	АБС	1
78	Обшивка регулируемой стойки руля	АБС	1
79	Накладка левого уголка	АБС	1
80	Накладка правого уголка	АБС	1
81	Левая педаль	Полипропилен	1
82	Правая педаль	Полипропилен	1
83	Накладка подшипника педали	АБС	2
84	Накладка стойки	АБС	1
85	Овальная заглушка	АБС	4
86	Верхняя накладка стойки консоли	АБС	1
87	Нижняя накладка стойки консоли	АБС	1

№	Название	Спецификации	К-во
91	Заглушка накладки пульсометра	28*φ19,2	2
92	Пенопластовая рукоятка пульсометра	9φ20*Т5*480	2
93	Заглушка поручня	φ50*46	2
94	Пенопластовая рукоятка поручня	φ30*Т3*660	2
95	Консоль		1
96	Пульсометр		2
97	Коробка передач		1
98	Кронштейн магнита	Белый с оцинковкой	1
99	Кабель датчика скорости		1
100	Сетевой кабель основной рамы		1
101	Основной кабель		1
102	Кабель ручного пульсометра		2
103	Плоская шайба	φ10,5*φ20*Т1,5	4



88	Ремень	440J PJ6	1	104	Комбинированный ключ		1
89	Регулируемая накладка	φ50*40L*M10	4	105	Шестигранный ключ	5MM*90*90	1
90	Колесо для транспортировки	φ61,5*φ8,2*24	2				

Основные параметры и перечень деталей							
№	Наименования параметров	Описание		№	Наименования параметров	Описание	
1	Мощность	260 Вт		4	Бес-брутто	55 кг	
2	Вес махового колеса	7 кг		5	Габаритный размеры	1360*600*1670мм	
3	Вес-нетто	49 кг					
Упаковочный лист							
№	Название	Единицы	К-во	№	Название	Единицы	К-во
1	Рама	комплект	1	11	Накладка пульсометра	комплект	1
2	Передний стабилизатор	комплект	1	12	Консоль	шт.	1
3	Задний стабилизатор	комплект	1	13	Выпрямитель	шт.	1
4	Левая педаль	комплект	1	14	Накладка стойки	шт.	1
5	Правая педаль	комплект	1	15	Накладка подшипника педали	шт.	1
6	Левый вращающийся рычаг	комплект	1	16	Верхняя и нижняя накладки стойки консоли	комплект	1
7	Правый вращающийся рычаг	комплект	1	17	Передняя и задняя декоративные накладки стойки	комплект	1
8	Левый поручень	комплект	1	18	Левая и правая накладки уголка	комплект	2
9	Правый поручень	комплект	1	19	Передняя и задняя накладки левого поручня	комплект	1
10	Стойка консоли	комплект	1	20	Передняя и задняя накладки правого поручня	комплект	1

Упаковка с инструментом								
№	Название	Единицы	К-во		№	Название	Единицы	К-во
1	Ключ под внутренний шестигранник 5 мм	шт.	1		8	Глухая гайка М10	шт.	4
2	Комбинированный ключ	шт.	1		9	Контргайка М8	шт.	6
3	Винт с плоской головкой Phillips ST4,2*16	шт.	2		10	Плоская прокладка φ8,5*φ16*Т1,5	шт.	4
4	М5*14	шт.	16		11	Плоская прокладка φ8,5*φ24*Т2,0	шт.	2
5	Болт с квадратным подголовком М8*40	шт.	4		12	Плоская прокладка φ10,5*φ20*Т1,5	шт.	4
6	Болт с квадратным подголовком М10*55	шт.	4		13	Наклейка декоративной накладки вращающегося рычага	шт.	2
7	Винт с буртиком φ10*45*М8	шт.	2		14	Руководство пользователя	шт.	1

## 2. Меры предосторожности



Во избежание несчастных случаев и с целью обеспечения вашей безопасности внимательно прочитайте инструкцию перед началом использования и обратите внимание на данные меры предосторожности. Меры предосторожности: Изделие спроектировано и изготовлено с учетом требований безопасности, однако, пользователь все равно должен соблюдать меры предосторожности, приведенные ниже. Производитель не несет ответственность за последствия неправильного использования.

- ◆ Необходимо убрать любые вспомогательные устройства, чтобы они не мешали работе тренажера. Оборудование необходимо устанавливать на ровную, плоскую поверхность. Не подкладывайте под эллиптический тренажер посторонние предметы.
- ◆ При повреждении кабеля питания, его следует заменить. Обратитесь к производителю, в службу поддержки или отдел с аналогичными функциями.
- ◆ Если эллиптический тренажер не используется в течение длительного времени, выключайте кабель питания из сети.
- ◆ Изделие не предназначено для использования людьми с ограниченными возможностями и детьми. Изделие можно использовать лицам с ограниченными физическими, сенсорными или умственными способностями только под присмотром лица, ответственного за их безопасность. ---Несоблюдение этого правила может привести к получению травм.
- ◆ Не используйте эллиптический тренажер в пыльных помещениях, поддерживайте определенный уровень влажности в помещении, чтобы предотвратить образование статического электричества. Оно может оказывать влияние на работу электрической консоли. Используйте только оригинальные детали. Ни в коем случае не заменяйте их без разрешения производителя.
- ◆ Не кладите кабель питания рядом с нагретыми поверхностями и движущимися деталями.
- ◆ Перед перемещением эллиптического тренажера отключайте его от сети. Тренажер должны разбирать только специалисты. Иначе могут возникнуть серьезные повреждения.
- ◆ Перед началом использования удостоверьтесь, что ваша одежда застегнута на все пуговицы или на молнию. Не надевайте слишком свободную одежду.
- ◆ Если ваше самочувствие ухудшилось во время занятий на тренажере, прекратите тренировку и проконсультируйтесь с врачом.
- ◆ Включайте изделие в подходящую розетку. Если вилка питания не подходит к вашей розетке, не пытайтесь заменить вилку самостоятельно. Обратитесь к специалисту.
- ◆ Изделие предназначено только для домашнего использования. Не подходит для профессиональных тренировок и тестов, а также для использования в медицинских целях.
- ◆ Не используйте тренажер при повреждении или выходе из строя корпуса (когда внутренние компоненты не защищены) или при наличии риска отламывания сварных деталей.
- ◆ Не занимайтесь на эллиптическом тренажере после еды, когда вы устали или плохо себя

чувствуете. ---- Это может нанести вред вашему здоровью.

- ◆ Не используйте изделие, если на вилку попали металлические стружки, грязь или вода. ---- Это может привести к поражению электрическим током, короткому замыканию или пожару. Не трогайте изделие мокрыми руками!
- ◆ Когда тренажер не используется, вынимайте сетевой шнур из розетки. ---- Пыль и влага могут повредить изоляцию, что, в свою очередь, может привести к пожару.
- ◆ Изделие должно быть заземлено. При сбоях в работе беговой дорожки заземление обеспечивает канал для отвода электрического тока, что снижает риск поражения током.
- ◆ Изделие относится к классу НА. Если вы сомневаетесь в правильности заземления, обратитесь к профессиональному электричку.

**Линейка: Вы можете использовать эту линейку для измерения длины винтов во время сборки эллиптического тренажера.**

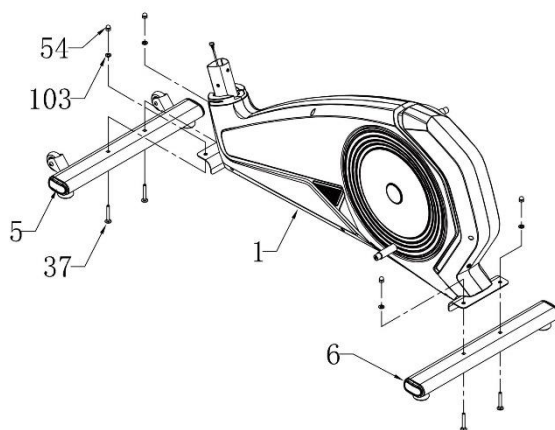


### 3. Инструкция по сборке

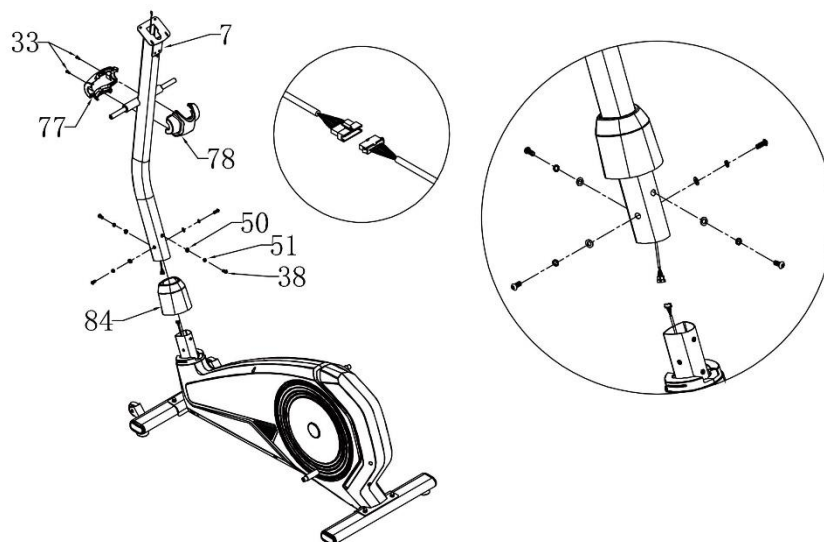
Во время сборки сначала устанавливайте винты на место и затягивайте их до конца только после завершения сборки рамы.

**Этап 1.** Выньте все детали из картонной упаковки.

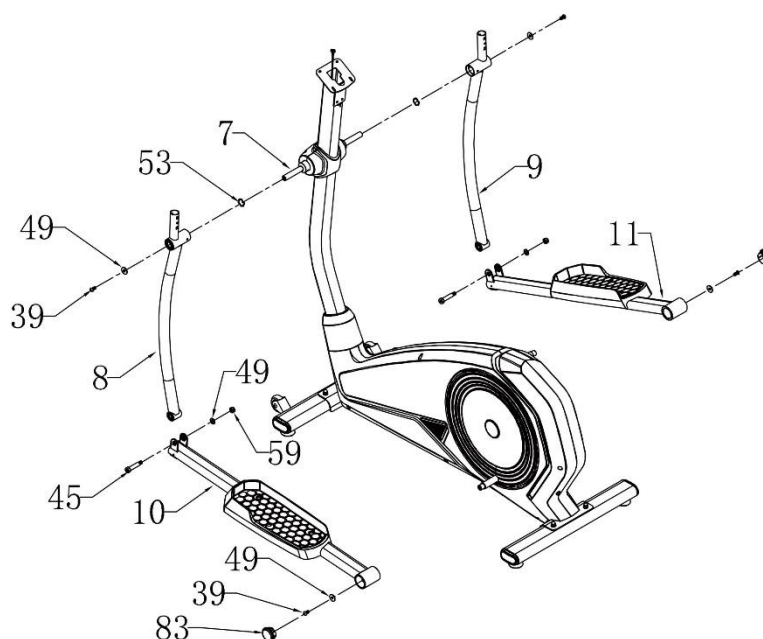
**Этап 2.** Выньте болт с квадратным подголовком №37, плоскую шайбу №103, глухую гайку №54 и комбинированный ключ №104 из упаковки с инструментом. Выполните сборку, как показано на рисунке ниже: положите передний стабилизатор №5 и задний стабилизатор №6 таким образом, чтобы их отверстия находились на одном уровне с отверстиями на раме №1. Зафиксируйте их при помощи болтов с квадратным подголовком №37, плоских шайб №47 и контргайек №54. Затяните детали при помощи комбинированного ключа №104.



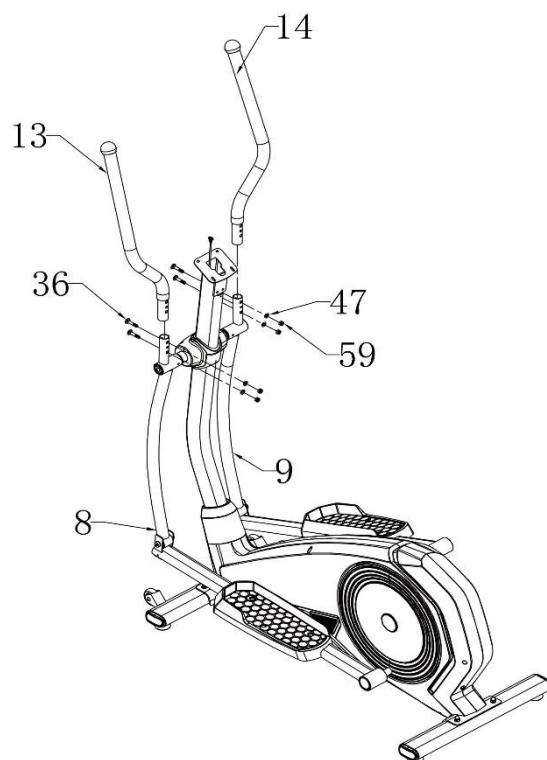
**Этап 3.** Возьмите шестигранный ключ №105 из упаковки с инструментом. Ослабьте и выньте винт №38, пружинную шайбу №51 и шайбу №50 из отверстий рамы. Наденьте накладку регулируемой стойки руля №84 на регулируемую стойку руля №7, соедините кабель регулируемой стойки руля №7 с кабелем рамы и установите регулируемую стойку руля №7 на стойку рамы. Прикрепите регулируемую стойку руля №7 к раме при помощи шестигранного ключа №105, винтов №38, пружинных шайб №51 и шайб №50. Затем установите накладку регулируемой стойки руля №84 на раму. Прикрепите переднюю декоративную накладку стойки руля №77 к регулируемой стойке руля №7 при помощи винтов №33. Затем прикрепите заднюю декоративную накладку стойки руля №78 к регулируемой стойке руля. См. рисунок ниже.



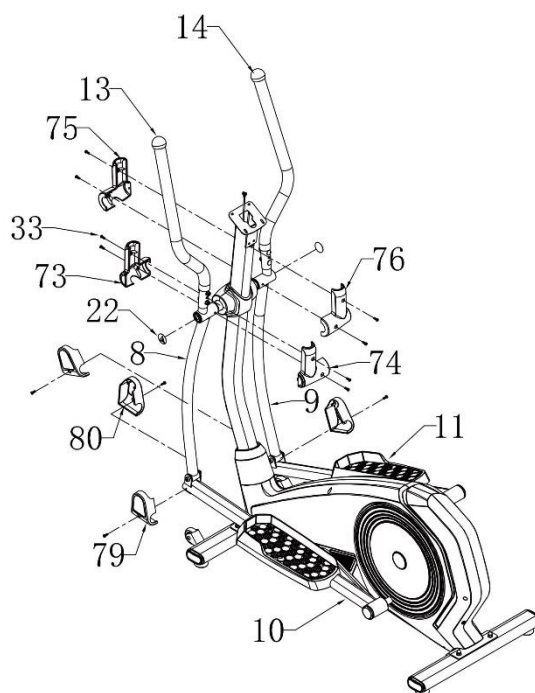
**Этап 4.** Выньте винты №39 и плоские шайбы №49 из отверстий центральной оси стойки руля №7 при помощи шестигранного ключа №105. Прикрепите нижние трубки левого и правого поручней №8 и №9 к центральной оси стойки руля №7 при помощи шестигранного ключа №105, винтов №39 и плоских шайб №49. (Примечание: не вынимайте волнистые шайбы №53 из отверстий). Установите трубки левой и правой педалей №10 и №11 на раму и зафиксируйте их при помощи шестигранного ключа №105, винтов №39 и плоских шайб №49. Затем установите накладку подшипника педали №83 на муфты осей левой и правой педалей. Установите кронштейны педалей №10 и №11 таким образом, чтобы их отверстия совпадали с отверстиями трубок левого и правого поручней №8 и №9. Зафиксируйте их при помощи винтов №45, комбинированного ключа №104 и шестигранного ключа №105. Затяните винты №45, плоские шайбы №49 и гайки №59. См. рисунок ниже.



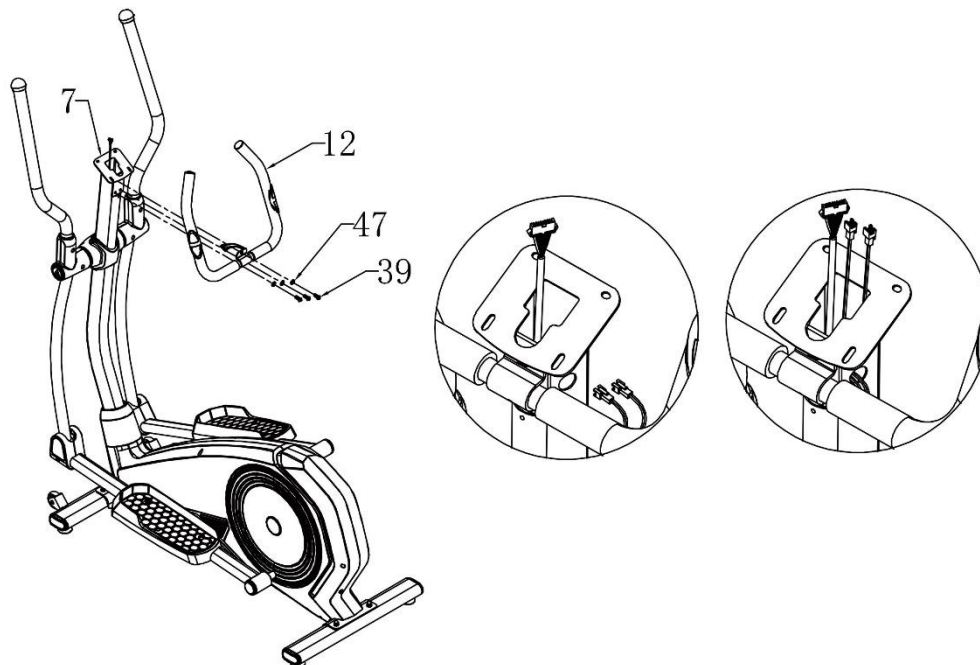
**Этап 5.** Прикрепите трубки левого и правого поручней №13 и №14 к нижним трубкам левого и правого поручней №8 и №9, таким образом, чтобы отверстия трубок совпадали. Зафиксируйте их при помощи комбинированного ключа №104, винтов №36, плоских шайб №47 и гаек №59. См. рисунок ниже.



**Этап 6.** Прикрепите левые переднюю и заднюю декоративные накладки №73 и №74 к нижней трубке левого поручня №8 и трубке левого поручня №13 при помощи комбинированного ключа №104 и винтов №33, а также – правые переднюю и заднюю декоративные накладки №75 и №76 к нижней трубке правого поручня №9 и трубке правого поручня №14 при помощи винтов №33. Затем наклейте наклейки декоративных накладок поручней №22 на декоративные накладки нижних трубок поручней. Возьмите левую и правую декоративные накладки трубок педалей №79 и №80 и установите их на трубки левой и правой педалей №10 и №11 при помощи винтов №33. См. рисунок ниже.

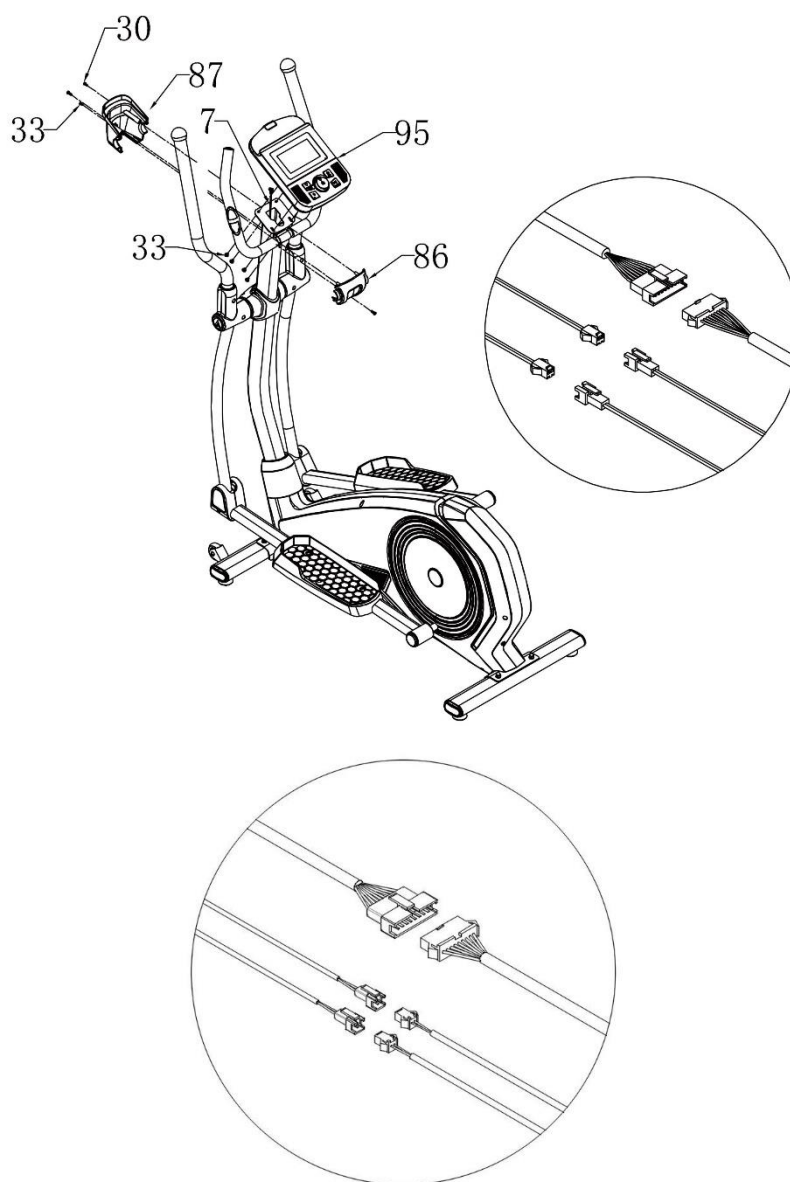


**Этап 7.** Выньте винты №39 и плоские шайбы №47 из отверстий центральной оси стойки руля при помощи шестигранного ключа №105. Прикрепите руль №12 к регулируемой стойке руля №7 при помощи шестигранного ключа №105, винтов №39 и плоских шайб №47. Проденьте кабель пульсометра руля №12 через полость правой части стойки руля №7, таким образом, чтобы разъемы кабелей выходили наружу. См. рисунок ниже.



**Этап 8.** Выньте электрическую консоль №95 из упаковки. Выньте 4 винта М5\*12 из отверстий консоли при помощи комбинированного ключа №104. Соедините разъем на задней панели консоли №95 с разъемом стойки руля №7. Уберите кабель в полость стойки №7. Установите консоль №95 таким образом, чтоб отверстие консоли находилось на металлической пластине стойки №7. Прикрепите консоль при помощи винтов М5\*12. Прикрепите верхнюю и нижнюю накладки руля №86 и №87 к регулируемой стойке руля при помощи комбинированного ключа №104 и винтов №33. Прикрепите верхнюю и нижнюю накладки руля №86 и №87 к регулируемой стойке руля при помощи комбинированного ключа №104 и винтов №30. См. рисунок ниже.

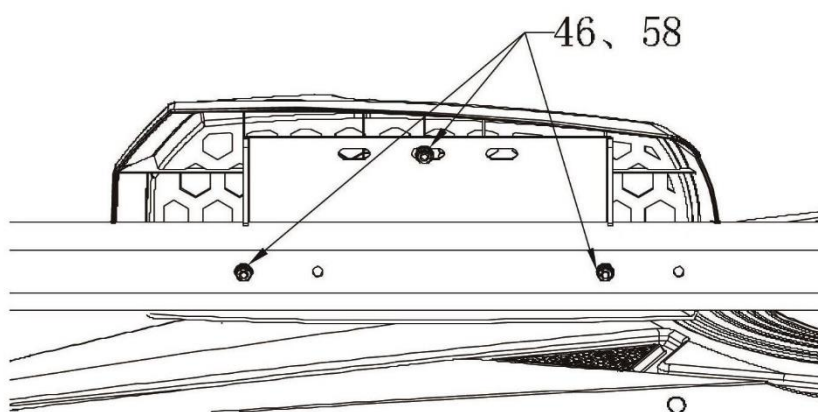
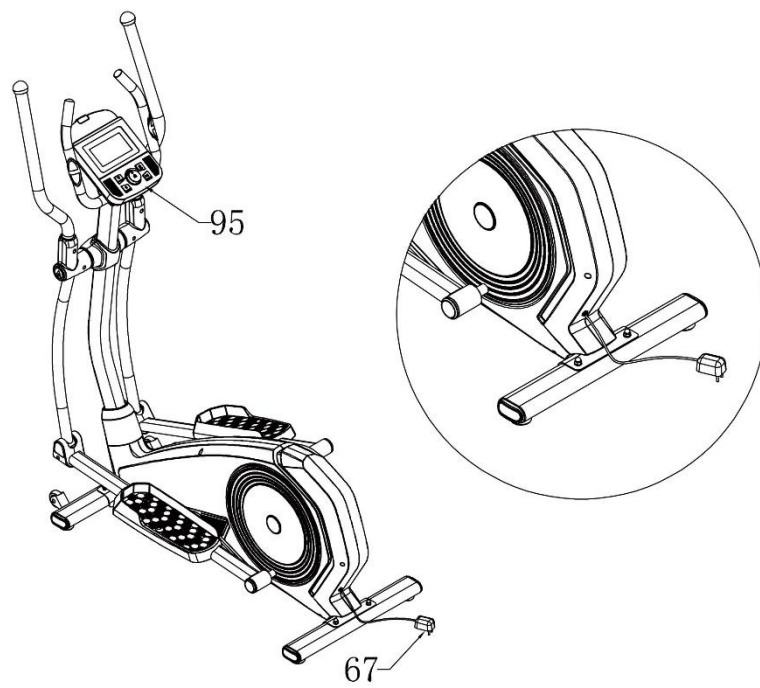




**Этап 9.** Выньте выпрямитель №67 из упаковки. Вставьте один конец выпрямителя в гнездо постоянного тока на раме. Вставьте другой конец в электрическую розетку 100-240 В. Произойдет загрузка консоли №95. Сборка завершена.

**Удостоверьтесь, что сборка была выполнена в соответствии с приведенной выше инструкцией. Перед началом использования удостоверьтесь, что все детали установлены на место.**

**Регулировка передней и задней частей педали:** Выньте винты, при помощи которых крепятся накладки педалей №46 и №58. Отрегулируйте положение передней и задней частей педали в зависимости от положения ноги во время занятий. После завершения регулировки зафиксируйте накладки при помощи винтов №46 и №58.



## 4. Инструкция по эксплуатации

### Инструкция по эксплуатации спортивного оборудования

#### Функции кнопок:

START/STOP (СТАРТ/СТОП)	Начало или прекращение тренировки.
RESET (СБРОС)	В режиме ожидания, используйте кнопку для возврата в главное меню. Нажмите и удерживайте в течение 2 секунд для перезагрузки консоли.
UP (ВВЕРХ) (+)	1. Выбор программы тренировки; 2. Увеличение значения.
MODE (РЕЖИМ)	В режиме ожидания, используйте кнопку для настройки программы тренировки. Кнопка не активна во время работы тренажера.
DOWN (ВНИЗ) (-)	1. Выбор программы тренировки; 2. Уменьшение значения.
RECOVERY (ВОССТАНОВЛЕНИЕ)	Проверка скорости восстановления сердечного ритма.
BODY FAT (КОЛИЧЕСТВО ЖИРА)	Определение количества жира

#### Функции дисплея:

ВРЕМЯ	Диапазон дисплея 0:00 ~ 99:99; Диапазон настройки 5:00 ~ 99:00 минут
РАССТОЯНИЕ	Диапазон дисплея 0 ~ 99,99; Диапазон настройки 1,00 ~ 99,90 км
КАЛОРИИ	Диапазон дисплея 0 ~ 9999; Диапазон настройки 100 ~ 9900 калорий
ПУЛЬС	Диапазон дисплея P-30 ~ 230; Диапазон настройки 0-50 ~ 220
ИНТЕНСИВНОСТЬ	Диапазон дисплея 0 ~ 999 ватт; Диапазон настройки 10 ~ 350 ватт
СКОРОСТЬ	0,0~99,9 км/ч
ОБОРОТЫ В МИН.	0~999

#### 1. Эксплуатация:

(1) Включите кабель питания в розетку (или нажмите и удерживайте в течение 2 секунд кнопку RESET). Вы услышите ЗВУКОВОЙ СИГНАЛ, после чего в течение 2 секунд загрузится дисплей (Рисунок 1). На дисплее в течение 1 секунды будут отображаться значения диаметра колеса, значения параметров, символ количества жира «E» и единицы измерения КМ (Рисунок 2). После этого консоль перейдет в Режим ожидания (Рисунок 3). Все настройки будут сброшены и двигатель начнет работать с НАГРУЗКОЙ 1.

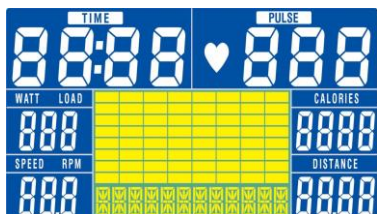


Рисунок 1



Рисунок 2



Рисунок 3

(2) Войдите в главное меню (Рисунок 3), нажмите на кнопку **MODE** и используйте кнопки **UP/DOWN**, чтобы установить значение времени (Рисунок 4), затем нажмите на кнопку **MODE** и используйте кнопки **UP/DOWN**, чтобы установить значение расстояния (Рисунок 5), затем нажмите на кнопку **MODE** и используйте кнопки **UP/DOWN**, чтобы установить значение калорий (Рисунок 6). Нажмите на кнопку **START/STOP**, чтобы начать тренировку. Используйте кнопки **UP/DOWN**, чтобы установить уровень **НАГРУЗКИ** для каждого сегмента (Рисунки 7-8). Нажмите на кнопку **START/STOP**, чтобы остановить беговую дорожку. Используйте кнопку **RESET**, чтобы переключаться между разными режимами тренировки. Режимы переключаются циклично в следующей последовательности **MANUAL (РЕЖИМ РУЧНОЙ НАСТРОЙКИ)** → **BEGINNER (НАЧИНАЮЩИЙ)** → **ADVANCE (ПРОДВИНУТОБЫЙ)** → **SPORTY (СПОРТИВНЫЙ)** → **CARDIO (КАРДИО)** → **WATT (ИНТЕНСИВНОСТЬ)**.



Рисунок 4



Рисунок 5



Рисунок 6



Рисунок 7



Рисунок 8

(3) В режиме **BEGINNER** (Рисунок 9) используйте кнопки **UP (+) / DOWN (-)**, чтобы выбрать одну из программ **BEGINNER 1~4**. Нажмите на кнопку **MODE**. На дисплее отобразятся настройки времени (Рисунок 10). Используйте кнопки **UP/DOWN**, чтобы установить значение времени. Затем нажмите **START/STOP**, чтобы начать тренировку (Рисунок 11). Во время тренировки по этой ПРОГРАММЕ уровень сопротивления педалей устанавливается автоматически и его нельзя изменить вручную. Используйте кнопку **START/STOP** для остановки. Нажмите **RESET**, чтобы сбросить все данные. Нажмите и удерживайте **RESET** в течение 3 секунд, чтобы перезагрузить консоль.



Рисунок 9



Рисунок 10



Рисунок 11

(4) В режиме ADVANCE (Рисунок 12) используйте кнопки UP (+) / DOWN (-), чтобы выбрать одну из программ ADVANCE 1~4. Нажмите на кнопку MODE. На дисплее отобразятся настройки времени (Рисунок 13). Используйте кнопки UP/DOWN, чтобы установить значение времени. Затем нажмите START/STOP, чтобы начать тренировку (Рисунок 14). Во время тренировки по этой ПРОГРАММЕ уровень сопротивления педалей устанавливается автоматически и его нельзя изменить вручную. Используйте кнопку START/STOP для остановки. Нажмите RESET, чтобы сбросить все данные. Нажмите и удерживайте RESET в течение 3 секунд, чтобы перезагрузить консоль.



Рисунок 12



Рисунок 13



Рисунок 14

(5) В режиме SPORTY (Рисунок 15) используйте кнопки UP (+) / DOWN (-), чтобы выбрать одну из программ SPORTY 1~4. Нажмите на кнопку MODE. На дисплее отобразятся настройки времени (Рисунок 16). Используйте кнопки UP/DOWN, чтобы установить значение времени. Затем нажмите START/STOP, чтобы начать тренировку (Рисунок 17). Во время тренировки по этой ПРОГРАММЕ уровень сопротивления педалей устанавливается автоматически и его нельзя изменить вручную. Используйте кнопку START/STOP для остановки. Нажмите RESET, чтобы сбросить все данные. Нажмите и удерживайте RESET в течение 3 секунд, чтобы перезагрузить консоль.



Рисунок 15



Рисунок 16



Рисунок 17

(6) В режиме CARDIO используйте кнопки UP (+) / DOWN (-), чтобы установить целевое значение частоты пульса 55%~TAG (Рисунок 18). Нажмите на кнопку MODE. На дисплее отобразятся настройки времени. Нажмите на кнопку MODE, чтобы перейти в режим настройки. Используйте кнопки UP (+) / DOWN (-), чтобы установить значение частоты пульса. Нажмите MODE еще раз, чтобы вернуться в режим настройки времени. Нажмите MODE, чтобы установить значение возраста (Рисунок 20). Затем нажмите START/STOP, чтобы начать тренировку (Рисунок 21). Во время тренировки по этой ПРОГРАММЕ уровень сопротивления педалей устанавливается автоматически и его нельзя изменить вручную. Используйте кнопку START/STOP для остановки. Нажмите RESET, чтобы сбросить все данные. Нажмите и удерживайте RESET в течение 3 секунд, чтобы перезагрузить консоль.





Рисунок 18



Рисунок 19



Рисунок 20



Рисунок 21

(7) В режиме WATT (Рисунок 22) используйте кнопки UP (+) / DOWN (-), чтобы установить целевое значение времени (Рисунок 23). Нажмите на кнопку MODE. Используйте кнопки UP (+) / DOWN (-), чтобы установить значение ИНТЕНСИВНОСТИ. Затем нажмите START/STOP, чтобы начать тренировку (Рисунок 24-25). Во время тренировки по этой ПРОГРАММЕ уровень сопротивления педалей устанавливается автоматически и его нельзя изменить вручную. Используйте кнопку START/STOP для остановки. Нажмите RESET, чтобы сбросить все данные. Нажмите и удерживайте RESET в течение 3 секунд, чтобы перезагрузить консоль.

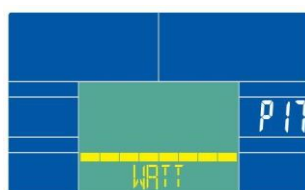


Рисунок 22



Рисунок 23

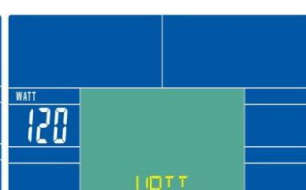


Рисунок 24



Рисунок 25

## 2. Функции кнопок

(1) Кнопки UP и DOWN (чтобы увеличивать или уменьшать значения быстрее, нажмите и удерживайте кнопку в течение 1,5 секунд. Настройка будет осуществляться с шагом 8). Выберите один из режимов MANUAL, BEGINNER, ADVANCE, SPORTY, CARDIO, WATT или др. После перехода в режим настройки, используйте эти кнопки для переключения между режимами. Если не использовать эти кнопки и сразу же нажать на кнопку START, произойдет запуск программы тренировки. Если нажать на кнопку UP или DOWN на дисплее начнут циклически отображаться режимы тренировки MANUAL, BEGINNER, ADVANCE, SPORTY, CARDIO, WATT или др.

### Изменение УРОВНЯ НАГРУЗКИ и БЫСТРЫЙ СТАРТ:

После нажатия на кнопку START, вы можете изменить УРОВЕНЬ НАГРУЗКИ. На дисплее отобразится информация об УРОВНЕ НАГРУЗКИ. Если не нажимать на кнопки UP и DOWN в течение 3 секунд, на дисплее еще раз отобразится УРОВЕНЬ НАГРУЗКИ. При необходимости внесите изменения значений в ТАБЛИЦУ. Изменение значений параметров (например, ВРЕМЕНИ, РАССТОЯНИЯ, КАЛОРИЙ):

В режиме MANUAL используйте кнопки UP или DOWN для установки значений ВРЕМЕНИ, РАССТОЯНИЯ, КАЛОРИЙ и ПУЛЬСА. Значения изменяются циклически.

В режимах BEGINNER, ADVANCE, SPORTY, WATT и HRC можно изменить только значение ВРЕМЕНИ.

При нажатии на кнопки UP и DOWN значения изменяются с шагом 1. Нажмите и удерживайте одну из этих кнопок в течение 1,5 секунд, чтобы изменять значения с шагом 8.

### Режим CARDIO (H.R.C.):

Чтобы перейти в режим CARDIO (H.R.C.), нажмите на кнопку MODE для подтверждения выбора. На дисплее отобразится значение по умолчанию, определенное на основании данных о возрасте и показаний ПУЛЬСОМЕТРА. После установки ЦЕЛЕВОГО ЗНАЧЕНИЯ, оно начнет отображаться

в секции дисплея «ПУЛЬС» и мигать. Используйте кнопки UP и DOWN, чтобы установить ЦЕЛЕВОЕ ЗНАЧЕНИЕ. Используйте кнопку MODE, чтобы установить значения времени, возраста и частоты пульса. Переключение между значениями осуществляется циклически.

#### **Режим ИНТЕНСИВНОСТЬ:**

При переходе в этот режим на дисплее начнет мигать значение ИНТЕНСИВНОСТИ (значение по умолчанию – 30 минут, 120 ватт). Используйте кнопки UP и DOWN, чтобы установить значение ИНТЕНСИВНОСТИ. Нажмите MODE для подтверждения выбора. После начала тренировки УРОВЕНЬ НАГРУЗКИ устанавливается автоматически таким образом, чтобы тренировка проходила с указанной ИНТЕНСИВНОСТЬЮ.

#### **Кнопка MODE:**

- (1) Выбор параметра для установки значения (например, ВРЕМЯ, РАССТОЯНИЕ, КАЛОРИИ): Нажмите на кнопку MODE, чтобы переключаться между значениями ВРЕМЕНИ, РАССТОЯНИЯ и КАЛОРИЙ (в режиме MANUAL). На дисплее начнут мигать значения параметров, которые можно настроить.
- (2) Функция ВВОДА: После завершения установки параметра, нажмите на кнопку MODE, чтобы перейти к следующему этапу настройки. После нажатия на кнопку установленное значение сохраняется и консоль возвращается в режим настройки.
- (3) Вышеуказанные действия можно выполнять только в режиме ожидания.
- (4) Во время тренировки кнопка не активна.

#### **Кнопка RESET:**

- (1) Основная функция: Если нажать на кнопку RESET в режиме ожидания, консоль переходит в главное меню (на дисплее отображается мигающая надпись MANUAL. Используйте кнопки UP или DOWN, чтобы выбрать один из режимов BEGINNER → ADVANCE → SPORTY → CARDIO → WATT и затем установить значения ВРЕМЕНИ, РАССТОЯНИЯ, КАЛОРИЙ, ЧАСТОТЫ ПУЛЬСА, ИНТЕНСИВНОСТИ).

**Кнопка START/STOP:** После нажатия на кнопку START/STOP, консоль включается. После повторного нажатия – консоль выключается. В режиме MANUAL, используйте кнопку START для начала тренировки, а кнопку RESET – чтобы вернуться в главное меню.

#### **Кнопка RECOVERY:**

- (1) Если тренажер не получает информацию о ЧАСТОТЕ ПУЛЬСА пользователя, кнопка RECOVERY не активна.
- (2) Когда на дисплее отобразится значение ЧАСТОТЫ ПУЛЬСА, нажмите на эту кнопку.
  - i. На дисплее отображаются только значения ВРЕМЕНИ и ПУЛЬСА. Другие функции не активны (Рисунок 26).
  - ii. В секции «ВРЕМЯ» отображается обратный отсчет «0:60» (вне зависимости от получения информации о частоте пульса пользователя; обратный отсчет ВРЕМЕНИ завершается при достижении 0). На дисплее отобразится текущее значение ЧАСТОТЫ ПУЛЬСА. После завершения обратного отчета на дисплее отобразится значение «FX» (Рисунок 24, значение X=1~6) и прозвучит звуковой сигнал. Нажмите на кнопку RECOVERY еще раз, чтобы вернуться в главное меню (двигатель останавливается и устанавливается УРОВЕНЬ НАГРУЗКИ 1).
- (3) Во время отсчета в режиме ВОССТАНОВЛЕНИЯ, пользователь может нажать кнопку RECOVERY для остановки измерения и возврата в предыдущее меню. После возврата в режим ВОССТАНОВЛЕНИЯ, отсчет начинается заново (Рисунок 27).
- (4) Нажмите на кнопку RECOVERY во время отсчета для возврата в предыдущее меню.



Рисунок 26



Рисунок 27

### Кнопка определения КОЛИЧЕСТВА ЖИРА:

Нажмите на эту кнопку. Используйте кнопки UP+ и DOWN-, чтобы указать ваш пол. Нажмите на кнопку MODE для подтверждения выбора. Используйте кнопки UP+ и DOWN-, чтобы установить значение вашего роста. Нажмите на кнопку MODE для подтверждения выбора. Используйте кнопки UP+ и DOWN-, чтобы установить значение вашего веса. Нажмите на кнопку MODE для подтверждения выбора. Используйте кнопки UP+ и DOWN-, чтобы установить значение вашего возраста. Нажмите на кнопку MODE для подтверждения выбора. Программа автоматически определит количество жира в организме.

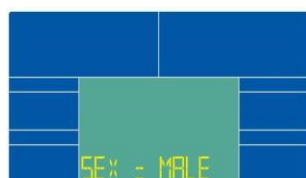


Рисунок 28



Рисунок 29



Рисунок 30

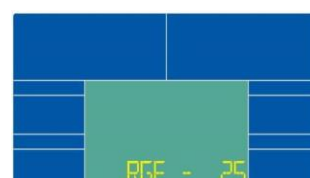


Рисунок 31



Рисунок 32



Рисунок 33

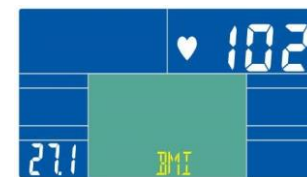


Рисунок 34



Рисунок 35

**Примечание:** Электрическая консоль оснащена аккумулятором, поэтому потребляет много электроэнергии. Для стабильной работы рекомендуется использовать блок питания 9 В 1 А или больше, или блок питания, входящий в комплект поставки.

## 5. Техническое обслуживание

**Очистка:** Выполнение тщательной очистки продлит срок службы эллиптического тренажера.

Периодически вытирайте пыль, чтобы поддерживать детали в чистоте. Надевайте чистую обувь во время тренировок, чтобы предотвратить загрязнение педалей и попадание посторонних предметов внутрь тренажера.



## ГАРАНТИЙНЫЙ ТАЛОН

<p><i>Заполняется продавцом</i></p> <p>Модель _____</p> <p>Артикул _____</p> <p>Серийный номер _____</p> <p>Дата продажи _____</p> <p>Гарантийный срок _____</p> <p>Печать и подпись продавца</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	<p><i>Заполняется мастером при обслуживании</i></p> <p>Модель _____</p> <p>Серийный номер _____</p> <p>Неисправность _____</p> <p>_____</p> <p>Проведенные работы _____</p> <p>_____</p> <p>Ф.И.О. и подпись мастера</p> <p>_____</p> <p>Дата ремонта _____</p>
<p><i>Заполняется мастером при обслуживании</i></p> <p>Модель _____</p> <p>Серийный номер _____</p> <p>Неисправность _____</p> <p>_____</p> <p>Проведенные работы _____</p> <p>_____</p> <p>Ф.И.О. и подпись мастера</p> <p>_____</p> <p>Дата ремонта _____</p>	<p><i>Заполняется мастером при обслуживании</i></p> <p>Модель _____</p> <p>Серийный номер _____</p> <p>Неисправность _____</p> <p>_____</p> <p>Проведенные работы _____</p> <p>_____</p> <p>Ф.И.О. и подпись мастера</p> <p>_____</p> <p>Дата ремонта _____</p>

### **1. Производитель гарантирует:**

- 1.1. Исправность изделия при продаже и безопасность в эксплуатации;
- 1.2. Восстановление функциональности изделия в течение указанного гарантийного периода с момента приобретения (посредством ремонта, а в случае его невозможности посредством замен).

### **2. Условия гарантийного обслуживания:**

- 2.1. Обслуживание производится только в сертифицированных сервисных центрах, адреса которых указаны на сайте производителя ([www.proxima-fitness.ru](http://www.proxima-fitness.ru)).
- 2.2. Прием изделия в обслуживание сервисным центром осуществляется только при наличии данного гарантийного талона, оформленного надлежащим образом и документов, подтверждающих факт покупки (товарный чек, кассовый чек). Неисправное изделие должно быть сдано в сервисный центр в полной комплектации, с технической документацией.
- 2.3. Срок гарантийного ремонта определяется степенью неисправности изделия.
- 2.4. Под неисправностью подразумевается потеря работоспособности изделия, которая может быть продемонстрирована сотруднику сервисного центра.
- 2.5. При необоснованном обращении в сервисный центр покупателю может быть выставлен счет за диагностику неисправности. Необоснованным считается обращение по поводу устранения неисправностей в работе изделия, не потребовавших замены или ремонта комплектующих, а также, если при диагностике выяснено, что неисправности как таковой нет, а обращение явилось следствием неправильного подключения или эксплуатации. Счет также выставляется в случаях, признанных уполномоченным сервисным центром не гарантийными.

### **3. Ограничение гарантийных обязательств:**

- 3.1. Претензии по комплектации и внешнему виду изделия принимаются только при его покупке.
- 3.2. Гарантийные обязательства не распространяются на расходные материалы (включая батареи, аккумуляторы и т.д.)
- 3.3. Гарантия не распространяется на ущерб, причиненный другому оборудованию, работающему в сопряжении с данным изделием.
- 3.4. Гарантийные обязательства не распространяются на изделие в следующих случаях:
  - выход изделия из строя по вине покупателя (нарушения им правил эксплуатации, работа в недокументированных режимах, неправильная установка и подключение, превышение допустимой рабочей температуры, перегрев и т.п.)
  - наличие внешних и/или внутренних механических повреждений (замятых контактов, трещин, следов удара, сколов и т.п.), полученных в результате неправильной эксплуатации установки или транспортировки, воздействий на изделие чрезмерной силы, химически агрессивных веществ;
  - наличие признаков ремонта неуполномоченными лицами;
  - наличие повреждений, полученных в результате аварий, воздействия на изделие огня, влаги, попадания внутрь корпуса насекомых, пыли, посторонних предметов и т.п.
  - наличие повреждений, полученных в результате неправильного подключения изделия в электросеть и/или эксплуатации изделия при нестабильном напряжении в электросети (отклонение напряжения более 10%, а также отсутствия (или выполненного с отклонениями от стандарта) заземления

С условиями гарантии покупатель ознакомлен надлежащим образом, к внешнему виду и комплектации претензий нет, все возникшие у покупателя вопросы ему полностью разъяснены, покупатель, не имеет каких-либо заблуждений относительно содержания условий гарантии на изделие.

Подпись покупателя \_\_\_\_\_