



ВЕЛОТРЕНАЖЕР

U804



РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

Уважаемый покупатель!

Поздравляем с удачным приобретением! Вы приобрели современный тренажер, который, как мы надеемся, станет Вашим лучшим помощником. Он сочетает в себе передовые технологии и современный дизайн.

Постоянно используя этот тренажер, Вы сможете укрепить сердечно-сосудистую систему и приобрести хорошую физическую форму. Надеемся, что данная модель удовлетворит все Ваши требования.

Прежде чем приступить к использованию тренажера, внимательно изучите настоящее руководство и сохраните его для дальнейшего использования. В случае возникших дополнительных вопросов обратитесь к продавцу или дилеру, который проконсультирует Вас и поможет устранить возникшую проблему.

Обязательно сохраняйте инструкцию по эксплуатации, это поможет Вам по прошествии времени вспомнить о функциях тренажера и правилах его использования.

Если у Вас возникли какие-либо вопросы по эксплуатации данного тренажера, свяжитесь со службой технической поддержки или уполномоченным дилером, у которого Вы приобрели тренажер.

Меры безопасности

Внимание!

Перед тем как приступить к тренировкам настоятельно рекомендуем пройти полное медицинское обследование, особенно если у Вас есть наследственная предрасположенность к повышенному давлению или сердечно-сосудистым заболеваниям. Неправильное или чрезмерно интенсивное выполнение упражнений может повредить Вашему здоровью.

Тренажер предназначен для домашнего использования. В целях обеспечения безопасности и надежной работы оборудования перед использованием тренажера ознакомьтесь с инструкцией.

При использовании тренажера следует соблюдать следующие базовые меры предосторожности:

- **ОСТОРОЖНО!** Во избежание удара током отключайте тренажер от сети после окончания использования и перед чисткой;
- **ВНИМАНИЕ!** Не следует оставлять включенный тренажер без присмотра во избежание удара током. Если тренажер не используется или производится его ремонт, установка или снятие комплектующих, отключите его от сети;
- Используйте тренажер только по назначению, описанному в данном руководстве. Во избежание получения травм используйте только те аксессуары, которые рекомендованы производителем;
- Во избежание травм и удара током не вставляйте какие-либо предметы в отверстия на тренажере;
- Не снимайте кожухи консоли. Ремонт тренажера должен производиться только сотрудниками сервисного центра;
- Не используйте тренажер, если заблокированы вентиляционные отверстия. Поддерживайте их в чистоте, удаляйте скапливающуюся пыль, волосы и т.д.;
- Не используйте тренажер, если у него повреждены шнур питания или вилка, если он работает некорректно, был поврежден или побывал в воде. Доставьте тренажер в сервисный центр для осмотра и ремонта;
- Не перемещайте тренажер за шнур питания и не используйте шнур как ручку;
- Шнуры питания не должны соприкасаться с нагревающимися поверхностями;
- Дети и лица с ограниченными возможностями могут находиться рядом с включенным тренажером или использовать его только под наблюдением;
- Тренажер не предназначен для использования вне помещения;
- Не пользуйтесь тренажером в местах, где распыляются аэрозоли или осуществляется подача кислорода;
- Для отключения переведите тумблеры включения/выключения в положение «выкл.(OFF)», а затем отключите шнур питания из розетки;
- Подключайте тренажер только к заземленной розетке;
- Не подставляйте руки под движущиеся части тренажера, следите, чтобы ваша одежда не попала в движущиеся части тренажера;
- Будьте осторожны при заходе на тренажер и спходе с него;

- **ОСТОРОЖНО!** Если вы почувствовали боль в груди, тошноту, головокружение или одышку, немедленно **ПРЕКРАТИТЕ** занятия на тренажере. Прежде чем возобновлять тренировки обратитесь за консультацией к врачу.

Транспортировка/Хранение/Ввод в эксплуатацию

Транспортировка и эксплуатация тренажера:

1. Тренажер должен транспортироваться только в заводской упаковке;
2. Заводская упаковка не должна быть нарушена;
3. При транспортировке тренажер должен быть надежно защищен от дождя, влаги, атмосферных осадков, механических перегрузок.

Хранение тренажера

Тренажер рекомендуется хранить и использовать только в сухих отапливаемых помещениях со следующими значениями:

1. температура + 10 - + 35 С;
2. влажность: 50 -75%;
3. если Ваш тренажер хранился при низкой температуре или в условиях высокой влажности (имеет следы конденсации влаги), необходимо перед эксплуатацией выдержать его в нормальных условиях не менее 2 – 4 часов и только после этого можно приступить к эксплуатации.

Настройка оборудования

Выбор места для тренажера

Место, где установлен тренажер, должно быть хорошо освещенным и проветриваемым. Установите тренажер на твердой, ровной поверхности, так, чтобы расстояние от стены или других предметов было достаточным (свободное пространство должно быть не менее 60 см по бокам, не менее 30 см перед оборудованием, не менее 60 см позади него).

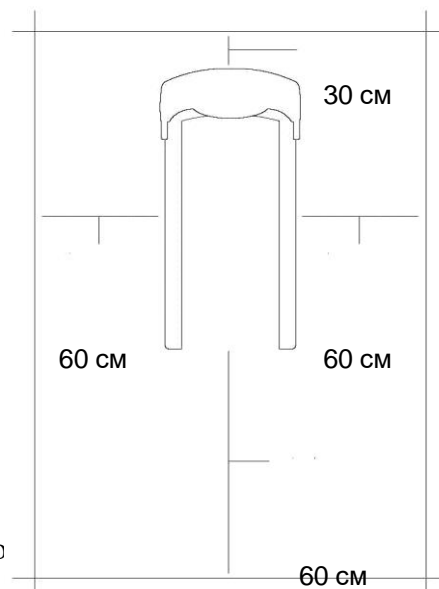
Свободное пространство сзади тренажера обеспечит вам комфортный подход к тренажеру и спуск с него

Если вы ставите тренажер на ковер, необходимо подложить под него коврик из твердой резины или пластика, чтобы предохранить ковер и оборудование от возможных повреждений.

Не размещайте тренажёр в помещениях с высокой влажностью, например, рядом с парной, сауной или закрытым бассейном. Водяные пары или хлор могут отрицательно повлиять на электронные и другие компоненты тренажера. Рекомендуется устанавливать тренажер в комфортном помещении.

Рекомендации по сборке

Перед сборкой тренажера тщательно изучите ее последовательность и выполняйте все рекомендации. Используйте для сборки приложенный или рекомендуемый инструмент. Убедитесь, что в наличии имеются все детали и они не повреждены. Не прикладывайте чрезмерных усилий к инструменту во избежание травм и повреждения элементов конструкции тренажера. Сначала соберите все детали тренажера, не до конца затянув гайки и Болты, и



только убедившись, что конструкция собрана правильно, затяните их до конца.

Техническое обслуживание/ Гарантия/ Ремонт

Регулярное и своевременное техническое обслуживание продлевает срок службы тренажёра и сводит обращения в сервисную службу до минимума. Для этого рекомендуется выполнять следующие профилактические процедуры.

Рекомендации по уходу

Требования к обслуживанию велотренажера, которые выполняются непосредственно владельцем тренажёра:

Понадобится:

- мыльный раствор в распылительной бутылке (соотношение воды к мылу 10: 1);
- мягкие хлопковые безворсовые чистящие салфетки;
- жидкость для чистки ЖК-дисплеев;
- смазка типа Литол;
- консистентная смазка PTFE {Teflon}.

Перед любым обслуживанием обязательно отключайте тренажер от электрической сети. К обслуживанию можно приступать примерно через 60 секунд, когда произойдет полное обесточивание внутренних электрических цепей тренажера. Регулярно осматривайте тренажер на предмет отсутствия попадания посторонних предметов.

ЕЖЕДНЕВНО:

1. Протрите всю внешнюю поверхность корпуса и рамы тренажёра влажной тканью. Чистой, мягкой 100% безворсовой тканью и мыльным раствором протрите всю область консоли, включая ручки и кнопки управления. Чистку необходимо осуществлять нанесением небольшого количества раствора на ткань.
2. Разбрызгивание чистящего раствора непосредственно на консоль запрещено.
3. Содержите дисплей консоли чистым от отпечатков пальцев и следов пота.
4. Не используйте растворители, они могут повредить тренажёр.
5. Не применяйте абразивные препараты, агрессивные жидкости для чистки рабочих поверхностей тренажера – ацетон, бензин, уайт-спирит, бензол и их производные во избежание повреждения лакокрасочных покрытий и пластиковых деталей.
6. Для ухода рекомендуется применять слегка смоченную нейтральным раствором моющей жидкости (соотношение воды к мылу 10: 1) ткань с последующей протиркой сухой тканью.
7. Пропылесосьте под тренажёром и удалите пыль и мусор.
8. Проверьте силовой шнур питания на наличие повреждений. Убедитесь, что шнур не попал под транспортировочные колёсики тренажера или в другое место, где он может оказаться защемлен или оборван.

ЕЖЕНЕДЕЛЬНО:

1. Проверьте тренажёр на устойчивость и при необходимости отрегулируйте его положение нижними ножками выравнивания.

2. Очистите от грязи канавки педалей.
3. Пропылесосьте под тренажёром и удалите пыль и мусор.
4. Убедитесь в отсутствии посторонних звуков в работе тренажёра.

ЕЖЕМЕСЯЧНО:

1. Осмотрите консоль, поручни, сиденье, рычаги, педали, кожухи на наличие повреждений.
2. Проверьте надёжность крепления сиденья и при необходимости затяните его.
3. Проверьте затяжку педалей и затяните педали к шатунам с помощью гаечного ключа.
4. Отрегулируйте нижние выравнивающие ножки, если оборудование стоит неровно и качается во время занятий.
5. Только для вертикальных велосипедов, используйте аэрозоль Super Lube на чистую хлопчатобумажную ткань и протрите направляющие стержни, чтобы сиденье легко скользило вверх и вниз.

Профилактическое обслуживание является ключом к исправной работе тренажёров. Оборудование необходимо регулярно проверять. Нельзя использовать неисправные и поломанные детали тренажёра. Они должны быть отремонтированы или заменены.

Все работы по ремонту и техническому обслуживанию должны проводиться только сертифицированными специалистами сервисного центра.

Авторизованные сервисные центры (АСЦ) предоставляют услуги по обслуживанию тренажёров непосредственно по запросу на вашем объекте или непосредственно при доставке в АСЦ.

Электробезопасность (для тренажёров с питанием от сети)

Соблюдайте все меры предосторожности, принятые при работе с электрическим оборудованием. Тренажер должен подключаться только к заземленной розетке. Это снижает риск удара током при поломке или сбое в работе. Тренажер снабжен шнуром с жилой для заземления и вилкой с ножкой заземления. Вставьте вилку в соответствующую питающую розетку, установленную и заземленную с соблюдением действующих нормативов. Перед каждым использованием осмотрите электрический соединительный шнур на предмет отсутствия его повреждений.

Неправильное подключение может стать причиной удара током. Если у Вас возникли сомнения в правильности заземления, обратитесь к электрику или представителю сервисной службы. Не меняйте вилку тренажера. Если комплектуемая вилка не подходит к вашей розетке, обратитесь к электрику и установите нужную розетку. Не применяйте дополнительные электрические удлинители, переходные адаптеры между электрической сетью и тренажером. Это может нарушить работу системы УЗО и увеличить риск поражения электрическим током, а также явиться обоснованным отказом в гарантийном обслуживании. Не прячьте шнур питания под ковер и не ставьте на него предметы, способные пережать или повредить его. Не допускайте, чтобы шнур питания касался нагретых поверхностей. В случае скачка напряжения в некоторых тренажерах предусмотрено автоматическое отключение.

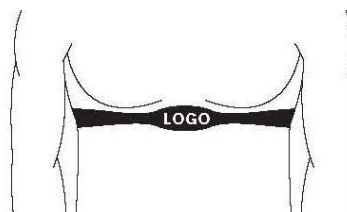
Меры предосторожности

Тренажер должен использоваться только по назначению, то есть для физических тренировок взрослых людей. Любое другое использование тренажера запрещено и может быть опасно. Продавец не несет ответственности за любые травмы или повреждения, вызванные неправильным использованием тренажера. Тренажер предназначен для использования взрослыми людьми, конструкция и установленные нагрузки рассчитаны на взрослых людей, поэтому эксплуатация несовершеннолетними лицами не допускается. Дети и домашние животные не должны приближаться к работающему тренажеру.

Пульсозависимая программа

Контактные датчики пульса (если имеются)

Обхватите руками поручни. Ладони должны находиться на датчиках пульса. В течение 15-20 секунд датчик измерит последние 5 ударов пульса. Не сжимайте датчики плотно, так как в этом случае может повыситься артериальное давление. Убедитесь, что ладони расположены на пластинах пульсомера, а не на поручнях, во избежание получения неправильных данных.



Телеметрический датчик пульса

Вы можете измерять уровень пульса с помощью беспроводного датчика пульса, значение которого будет отображено на дисплее консоли.

Прежде чем закрепить датчик на груди, увлажните области ремня, где проходят электроды.

Затяните ремень вокруг груди и отрегулируйте ремень так, чтобы он сидел плотно.

Примечание: датчик должен быть плотно и правильно закреплен на груди для того, чтобы считывать более точный и правильные данные. Если датчик расположен неправильно. Вы может получить некорректную информацию.

Измерение пульса

ВНИМАНИЕ! Для измерения пульса необходимо постоянное удержание рук на сенсорных датчиках пульса. Важно знать, что сенсорные датчики пульса не являются медицинским оборудованием и определяемые значения могут значительно отличаться от фактических.

Указания по утилизации

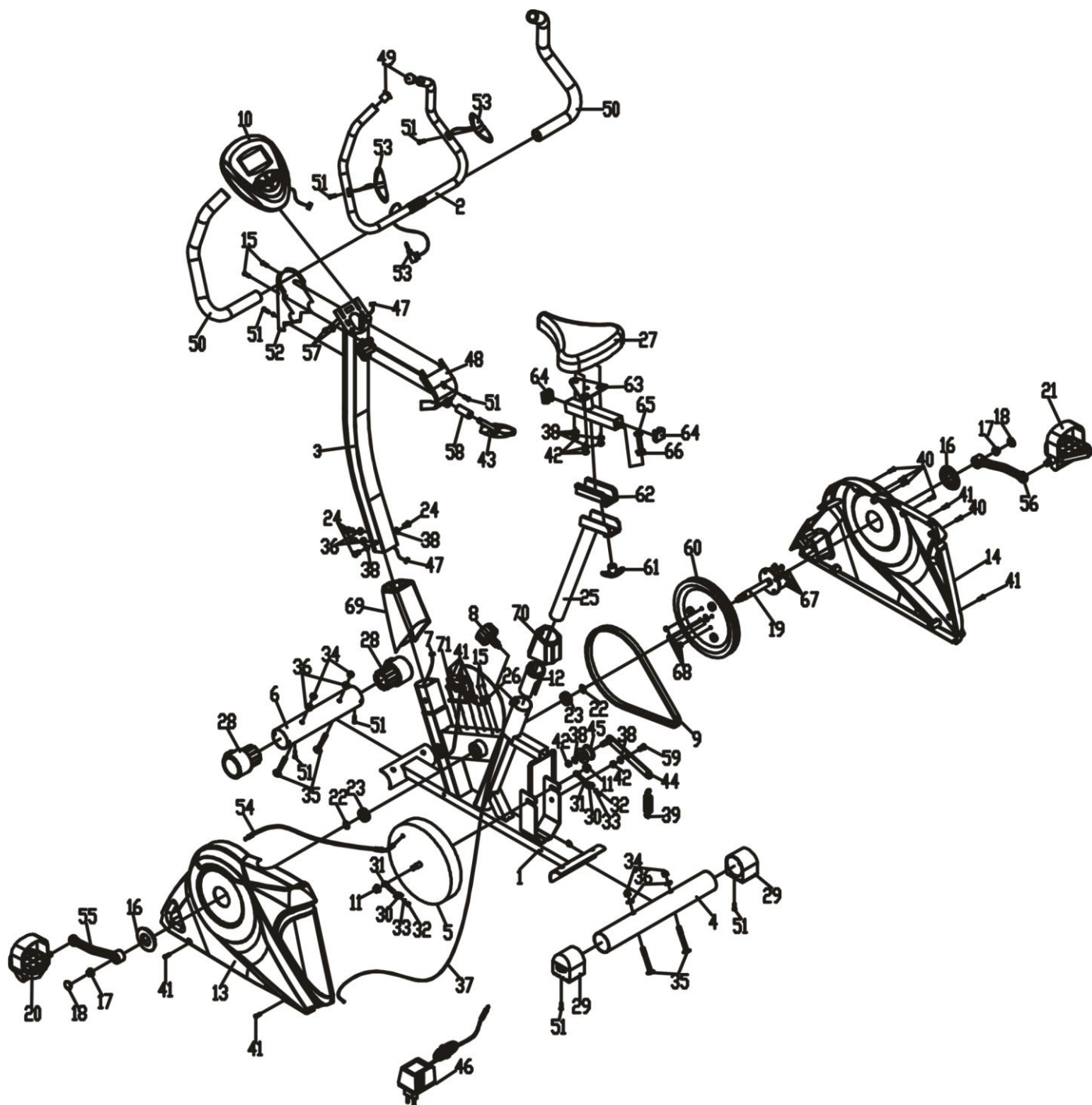
Информация для пользователя

Данный тренажер не относится к бытовым отходам. Пожалуйста, не выбрасывайте оборудование либо элементы питания вместе с бытовыми отходами, для утилизации использованных элементов питания пользуйтесь действующими в Вашей стране системами возврата и сбора для утилизации.











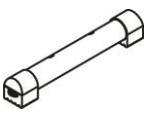
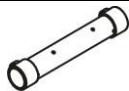



Надлежащий отдельный сбор разобранных приборов, которые впоследствии отправятся на переработку, утилизацию или экологичное захоронение, способствует предотвращению возможных негативных воздействий на окружающую среду и здоровье человека, а также позволяет повторно использовать материалы, из которых изготовлено устройство. За незаконную утилизацию устройства пользователь может быть привлечен к административной ответственности, предусмотренной действующим законодательством.


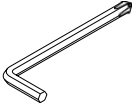
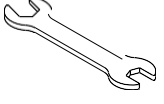


Схема тренажера в разобранном виде



Список комплектующих частей

№	Описание	Кол-во	Рисунок	
1/13/14/24/38	Основная рама/Крышка цепи/Болт/Шайба	1		
2/50/53	Руль/Неопреновая ручка/Пульсомер	1		
69	Передняя крышка	1		
70	Задняя крышка	1		
25/63/61	Стойка сиденья/Ползынок/Гайка	1		
3/47	Стойка консоли/Средний провод датчика скорости	1		
10/57	Консоль /Винты	1		
27/38/42	Сиденье /Шайба/Гайка	1		
52/48/15/51	Кожух/Винт(st4.2*20x2pcs/st2.9*9.5x2pcs)	1sets		
43	Фиксатор	1		
4/29/51	Задняя опора/Регулировочные ролики	1		
6/28	Передняя опора/Транспортировочные колесики	1		
58	Втулка	1		
8	Фиксатор	1		
46	Провод питания	1		

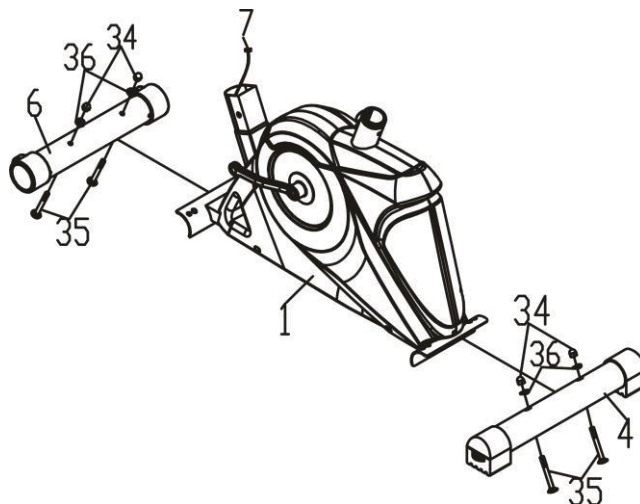
№	Описание	Кол-во	Рисунок	
34	Гайка М8	4		
36	Шайба ф8мм.	4		
35	Болт М8Х75	4		
20/21	Правая и левая педали	1sets		
	Ключ 1	1		
	Ключ 2	1		

№	Описание	Кол-во	№	Описание	Кол-во
1	Основная рама	1	37	Провод мотора	1
2	Руль	1	38	Шайба	7
3	Стойка консоли	1	39	Пружина	1
4	Задняя опора	1	40	Винты крышки цепи	5
5	Маховик	1	41	Винты крышки цепи	8
6	Передняя опора	1	42	ГайкаМ8	5
7	Нижний провод датчика скорости	1	43	Фиксатор	1
8	Фиксатор	1	44	Скоба	1
9	Приводной ремень	1	45	Колесико	1
10	Консоль	1	46	Адаптер	1
11	Гайка	2	47	Средний провод датчика скорости	1
12	Заглушка	1	48	Задняя крышка	1
13	Левая крышка цепи	1	49	Заглушка	2
14	Правая крышка цепи	1	50	Неопреновые ручки	2
15	Винт st2.9x9.5	4	51	Винты st4.2x20	8
16	Крышка шатуна	2	52	Передняя крышка	1
17	ГайкаМ10Х1.25	2	53	Пульсомер	2
18	Заглушка шатуна	2	54	Тросик натяжителя	1
19	Ось	1	55	Левый шатун	1
20	Правая педаль	1	56	Правый шатун	1
21	Левая педаль	1	57	Болт М5х10	2
22	Кольцо	2	58	Втулка	1
23	Подшипник 60003Z	2	59	Болт М8х12	1
24	Болт М8х15	4	60	Фиксатор	1
25	Стойка сиденья	1	61	Фиксатор	1
26	Провод датчика скорости	1	62	Заглушка	1
27	Сиденье	1	63	Ползунок сиденья	1
28	Заглушка	2	64	Квадратная заглушка	2
29	Регулировочный ролик	2	65	Болт М10х35	1
30	U-образная скоба	2	66	Квадратная шайба 22х22х1.0	2
31	Болт М6х36	2	67	Болт М6х16	4
32	Гайка М6	2	68	Стопорная гайка М6	4
33	Шайба	2	69	Передний кожух	1
34	Гайка М8	4	70	Задний кожух	1
35	Болт М8х70	4	71	Мотор	1
36	Шайба	6			

Сборка тренажера

Шаг 1. Крепление передней и задней опор

- Закрепите заднюю опору (4) с регулировочными роликами (29) на основной раме (1), зафиксируйте с помощью 2 шайб (36), 2 болтов (24,35);
- Закрепите переднюю опору (6) с заглушками (28) на основной раме (1), зафиксируйте с помощью 2 шайб (36), 2 болтов (35) и 2 гаек (34).

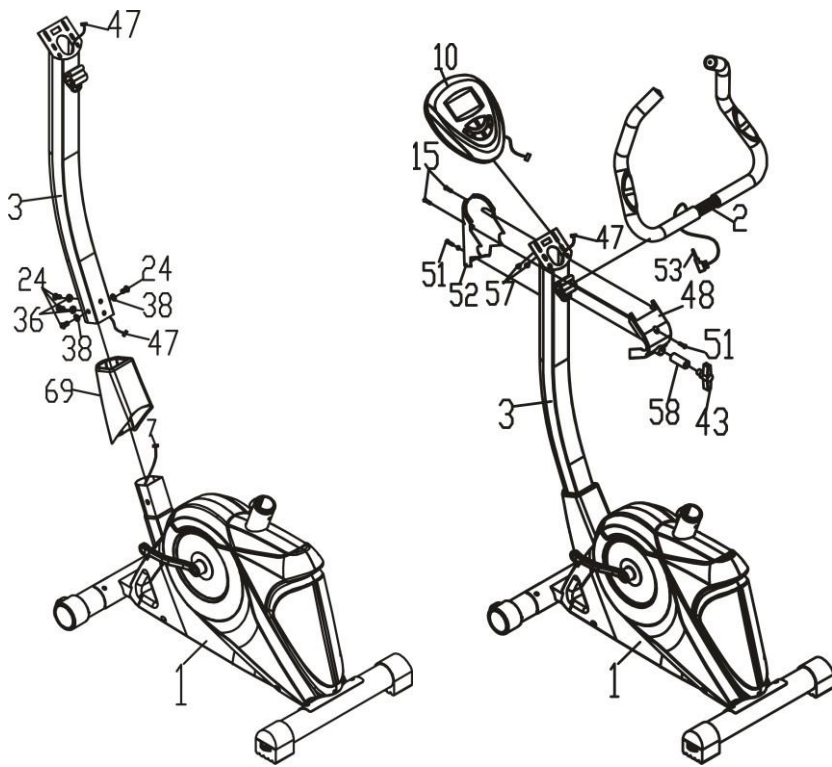


Шаг 2. Крепление стойки консоли

- Снимите 4 болта (24) и 4 шайбы (38) с основной рамы (1);
- Соедините средний провод датчика скорости (47) с нижним (7);
- Закрепите кожух (69) на стойке консоли (3), затем зафиксируйте стойку на основной раме (1), используя 4 болта (24) и 4 шайбы (38).

Примечание: Будьте аккуратны не перетяните болты, затягивайте болты и шайбы только после завершения монтажа оборудования;

- Закрепите переднюю крышку (52) на верхней части стойки (3), затяните винтами (51);
- Закрепите руль (2) с 2 пульсомерами (53) и ручками (50), затем задний кожух (48) на верхней части стойки (3), зафиксируйте с помощью втулки (58) и фиксатора (43);
- Закрепите заднюю (52) и переднюю крышки (48) на стойке, используя винты (15,51);
- Снимите винты (57) с консоли (10). Снимите штекер среднего провода (47) соедините его с консолью (10). Подсоедините провод пульсомера к консоли (10). Закрепите консоль (10) на стойке (3) с помощью 2 винтов (57) консоли (10).



Шаг 3

- Снимите гайки (42) и шайбы (38) с задней стороны сиденья (27). Закрепите сиденье (27) на ползунке и стойке с помощью гайки (42) и шайбы (38);
- Зафиксируйте стойку сиденья (25) на основной раме (1), отрегулируйте его высоту и закрепите фиксатором (8).

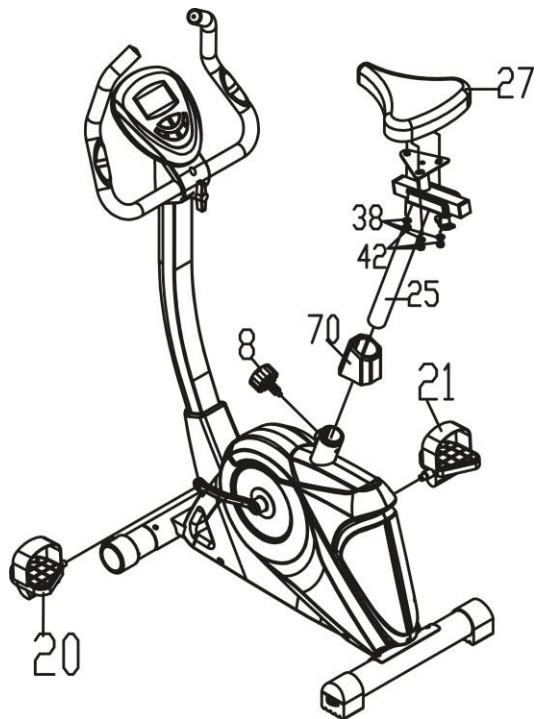
Примечание: Не устанавливайте высоту сиденья выше отметки «MAX» на стойке;

- Закрепите педали (20,21) на шатунах. Педаль с отметкой «R» соответствует правому шатуну, педаль «L» - левому.

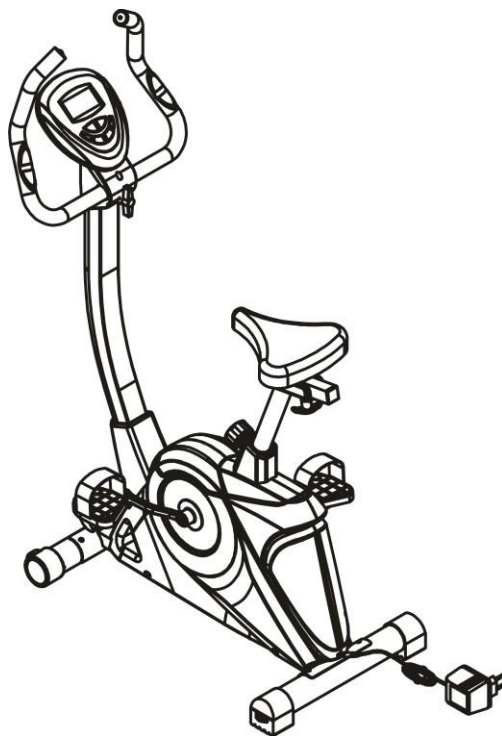
Примечание: Правую педаль необходимо закручивать по часовой стрелке, левую – против.

- Закрепите ремешки на педалях (20R&21L);

Примечание: Вы можете регулировать ремешки педалей.



Закрепите адаптер (46).



СБОРКА ЗАВЕРШЕНА

РАБОТА С КОНСОЛЬЮ



ПАРАМЕТРЫ КОНСОЛИ:

ФУНКЦИЯ	ОПИСАНИЕ
TIME (ВРЕМЯ)	Отсчет вперед – нет заданной цели, время будет отсчитываться от 00:00 до максимума 99:59 с шагом в 1 минуту. Обратный отсчет - если тренироваться с заданным временем, то время будет отсчитываться от сброса до 00:00. Каждый предустановленный прирост или снижение времени составляет 1 минуту от 00:00 до 99:00.
SPEED (СКОРОСТЬ)	Отображает текущую скорость тренировки. Максимальная скорость-99,9 КМ/Ч или МИЛЬ/Ч.
DISTANCE (РАССТОЯНИЕ)	Накапливает общее расстояние от 0,00 до 99,9 КМ или МИЛЬ. Пользователь может заранее установить данные о целевом расстоянии с помощью кнопки UP/DOWN (ВВЕРХ/ВНИЗ). Каждый прирост или снижение составляет 0,1 КМ или МИЛЬ между 0,00~99,9.
CALORIES (КАЛОРИИ)	Накапливает потребление калорий во время тренировки от 0 до максимального количества - 9999 калорий. (Данные являются только руководством для сравнения различных физических упражнений и не могут быть использованы в медицинском лечении).

PULSE (ПУЛЬС)	Пользователь может настроить целевой пульс от 0-30 до 230; зуммер будет издавать звуковой сигнал, когда фактическая частота сердечных сокращений превысит целевое значение во время тренировки.
RPM (ОБОРОТЫ В МИНУТУ)	Отображает обороты в минуту. Диапазон отображения 0~999.
WATTS (ВАТТЫ)	Потребляемая мощность тренировки Диапазон 0 ~ 999 В постоянном режиме Ватт тренажер будет оставаться в пределах заданного значения ватт (диапазон настройки 0~350).
MANUAL (РУЧНОЙ РЕЖИМ)	Тренировка в ручном режиме.
PROGRAM (ПРОГРАММА)	12 ПРОГРАММ
USER PROGRAM (ПОЛЬЗОВАТЕЛЬСКАЯ ПРОГРАММА)	Пользователь устанавливает уровень нагрузки
H.R.C. (ПУЛЬСОЗАВИСИМАЯ)	Целевой режим выбора пульса
WATT PROGRAM (ВАТТ-ПРОГРАММА)	Постоянный тренировочный режим Ваат

ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ КЛАВИШИ:

КЛАВИША	ОПИСАНИЕ
Up (Вверх)	Повышение уровня нагрузки. Выбор настроек.
Down (Вниз)	Снижение уровня нагрузки. Выбор настроек.
Mode/ Enter (Режим/ Ввести)	Подтвердите настройку или выбор.
Reset (Сброс)	Удерживайте нажатой клавишу в течение 2 секунд, консоль перезагрузится и начнет работу с пользовательской настройки. Вернитесь на главное меню во время предварительной настройки значения тренировки или остановки тренажера.
Start/ Stop (Старт/Стоп)	Начать или закончить тренировку.
Recovery (Восстановление)	Проверьте состояние восстановления сердечного ритма.
Body fat (Жироанализатор)	При остановке тренажера нажмите клавишу для измерения процента жира в теле.

УПРАВЛЕНИЕ КОНСОЛЬЮ:

ВКЛЮЧЕНИЕ ПИТАНИЯ

Подключите блок питания, консоль включится и отобразит все фрагменты на LCD дисплее в течение 2 секунд (рис.1).

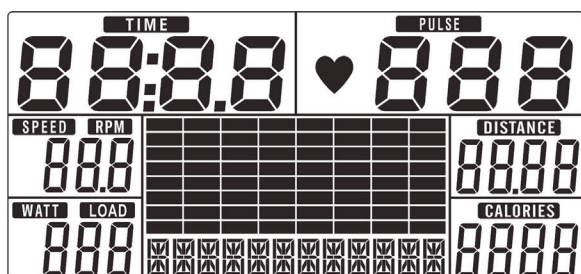


Рис. 1

Затем войдите в настройки пользовательских данных. Используйте UP (ВВЕРХ) или DOWN (ВНИЗ), чтобы выбрать U1~U4 (рис.2), затем установите SEX (ПОЛ), AGE (ВОЗРАСТ), HEIGHT (РОСТ), WEIGHT (ВЕС) (Рис.3) и подтвердите, нажав кнопку MODE / ENTER (РЕЖИМ/ВВЕСТИ). Закончив работу с профилем данных пользователя, перейдете на главное меню.

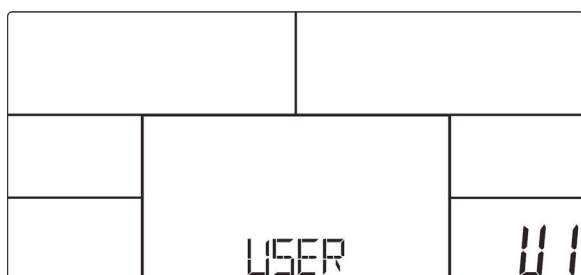


Рис. 2

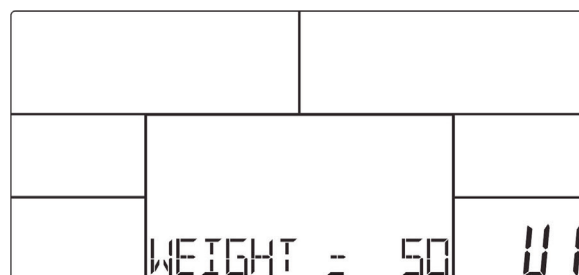


Рис. 3

ВЫБОР ТРЕНИРОВКИ

Используйте UP (ВВЕРХ) или DOWN (ВНИЗ), чтобы выбрать ручной режим тренировки (Рис.4) → программа (Рис.5) → пользовательская программа (Рис.6) → пульсозависимая программа (Рис.7) → Ватт (Рис.8).

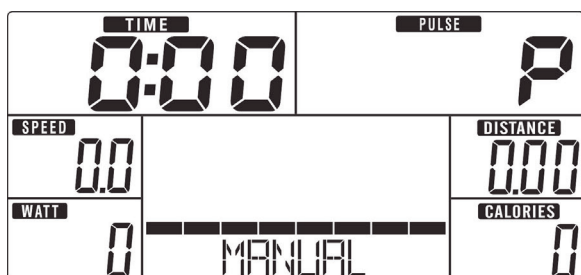


Рис. 4



Рис. 5

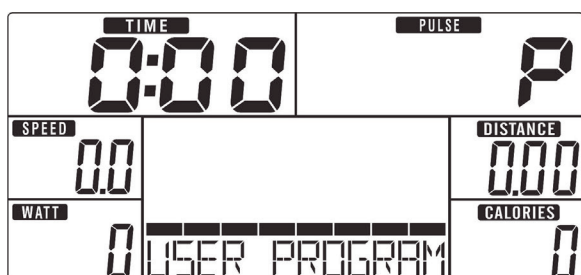


Рис. 6



Рис. 7

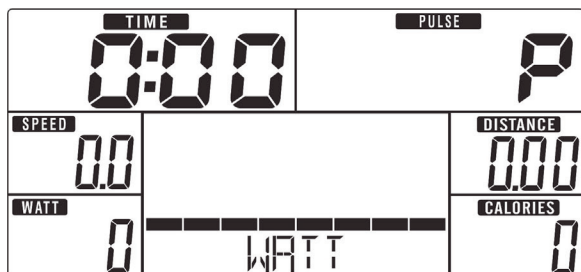


Рис. 8

Ручной режим

Нажмите кнопку START (СТАРТ) на главном меню, чтобы начать тренировку в ручном режиме.

1. Используйте UP (ВВЕРХ) или DOWN (ВНИЗ) для выбора программы тренировки, выберите Manual (Ручной режим) и нажмите MODE / ENTER (РЕЖИМ/ВВЕСТИ), чтобы подтвердить выбор.
2. Используйте UP (ВВЕРХ) или DOWN (ВНИЗ) для настройки: TIME (ВРЕМЯ) (Рис.9), DISTANCE (РАССТОЯНИЕ) (Рис.10), CALORIES (КАЛОРИИ) (Рис.11), PULSE (ПУЛЬС) (Рис.12) и нажмите MODE / ENTER (РЕЖИМ/ВВЕСТИ) для подтверждения.
3. Нажмите клавиши START/STOP (СТАРТ/СТОП), чтобы начать тренировку. Используйте UP (ВВЕРХ) или DOWN (ВНИЗ) для регулирования уровня нагрузки. Загрузите отображение уровня нагрузки в окне WATT (ВАТТ) без регулирования в течение 3 секунд и окно переключится на отображение WATT (ВАТТ) (Рис.13).
4. Нажмите клавиши START/STOP (СТАРТ/СТОП), чтобы приостановить тренировку. Нажмите кнопку RESET (СБРОС), чтобы вернуться на главное меню.



Рис. 9



Рис. 10



Рис. 11

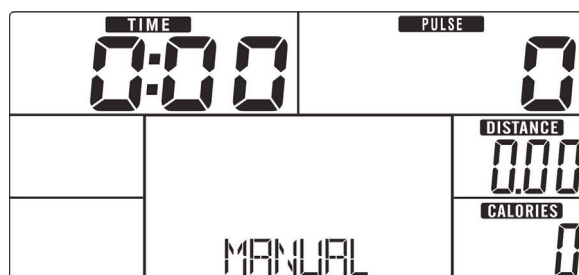


Рис. 12

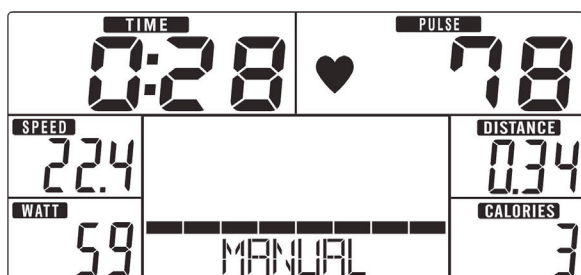


Рис. 13

Режим программы

1. Используйте UP (ВВЕРХ) или DOWN (ВНИЗ) для выбора программы тренировки, выберите начальный режим и нажмите MODE / ENTER (РЕЖИМ/ВВЕСТИ) для подтверждения.
2. Используйте UP (ВВЕРХ) или DOWN (ВНИЗ), чтобы выбрать программу 1~12 (Рис.14) и нажмите MODE / ENTER (РЕЖИМ/ВВЕСТИ) для подтверждения.
3. Используйте UP (ВВЕРХ) или DOWN (ВНИЗ) для предустановки времени.
4. Нажмите клавишу START/STOP (СТАРТ/СТОП), чтобы начать тренировку. Используйте UP (ВВЕРХ) или DOWN (ВНИЗ) для регулировки уровня нагрузки.
5. Нажмите клавишу START/STOP (СТАРТ/СТОП), чтобы приостановить тренировку.

Нажмите кнопку RESET (СБРОС), чтобы вернуться на главное меню.

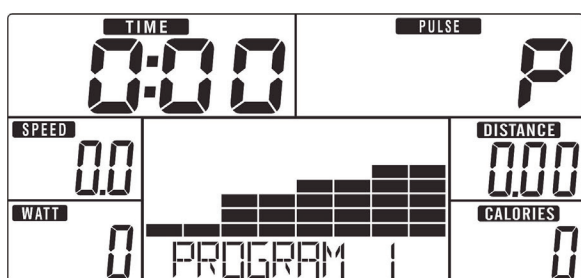


Рис. 14

Пользовательский режим

1. Используйте UP (ВВЕРХ) или DOWN (ВНИЗ) для выбора программы тренировки, выберите режим пользовательской программы и нажмите MODE / ENTER (РЕЖИМ/ВВЕСТИ) для подтверждения.
2. Используйте UP (ВВЕРХ) или DOWN (ВНИЗ) для создания профиля пользователя (Рис.15). Есть всего 20 интервалов, пользователь может регулировать уровень нагрузки каждого. Пользователь может удерживать MODE / ENTER (РЕЖИМ/ВВЕСТИ) 2 секунды, чтобы выйти во время настройки режима.
3. Используйте UP (ВВЕРХ) или DOWN (ВНИЗ) для установки времени.
4. Нажмите клавишу START/STOP (СТАРТ/СТОП), чтобы начать тренировку. Используйте UP (ВВЕРХ) или DOWN (ВНИЗ) для регулирования уровня нагрузки.
5. Нажмите клавишу START/STOP, чтобы приостановить тренировку. Нажмите кнопку RESET (СБРОС), чтобы вернуться на главное меню.

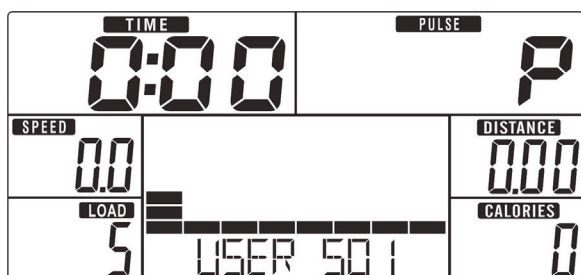


Рис. 15

Пульсозависимая программа

1. Используйте UP (ВВЕРХ) или DOWN (ВНИЗ) для выбора программы тренировки, выберите H.R.C. (пульсозависимая программа) и нажмите MODE/ENTER (РЕЖИМ/ВВЕСТИ) для подтверждения.
2. Используйте UP (ВВЕРХ) или DOWN (ВНИЗ), чтобы выбрать 55% (Рис.16), 75%, 90% или TAG (Целевое значение) (по умолчанию: 100, рис.17).
3. Используйте UP (ВВЕРХ) или DOWN (ВНИЗ) для предустановки времени тренировки.
4. Нажмите клавишу START/STOP (СТАРТ/СТОП), чтобы начать или остановить тренировку. Нажмите кнопку RESET (СБРОС), чтобы вернуться на главное меню.



Рис. 16



Рис. 17

Режим Ватт

1. Используйте UP (ВВЕРХ) или DOWN (ВНИЗ) для выбора программы тренировки, выберите WATT (ВАТТ) и нажмите MODE / ENTER (РЕЖИМ/ВВЕСТИ) для подтверждения.
2. Используйте UP (ВВЕРХ) или DOWN (ВНИЗ) для предустановки целевого значения WATT (ВАТТ) (по умолчанию: 120, рис.18)
3. Используйте UP (ВВЕРХ) или DOWN (ВНИЗ) для предустановки времени.
4. Нажмите клавишу START/STOP (СТАРТ/СТОП), чтобы начать тренировку. Используйте UP (ВВЕРХ) или DOWN (ВНИЗ), чтобы отрегулировать уровень Ватт.
5. Нажмите клавишу START/STOP (СТАРТ/СТОП), чтобы приостановить тренировку. Нажмите кнопку RESET (СБРОС), чтобы вернуться на главное меню.



Рис. 18

Функция восстановления

После тренировки в течение некоторого времени продолжайте держаться за поручни или не снимайте нагрудный ремень и нажмите клавишу RECOVERY (ВОССТАНОВЛЕНИЕ). Все функции дисплея останутся, за исключением того, что “TIME” (ВРЕМЯ) начнет обратный отсчет с 00:60 до 00:00 (рис.19). На экране будет отображаться состояние восстановления сердечного ритма с помощью кнопок F1, F2.... до F6. F1-лучший, F6-худший (рис.20). Пользователь может продолжить тренироваться, чтобы улучшить восстановление сердечного ритма. (Нажмите клавишу RECOVERY (ВОССТАНОВЛЕНИЕ) еще раз, чтобы вернуться на главный экран.)



Рис. 19



Рис. 20

Жироанализатор

1. В режиме STOP (ОСТАНОВКИ) нажмите клавишу BODY FAT (ЖИРОАНАЛИЗАТОР), чтобы начать измерение процента жира в теле (рис.21).
2. Во время измерения пользователь должен держать обе руки на поручнях. LCD дисплей будет отображать “= ” “= = ” (рис.22) в течение 8 секунд, пока компьютер не закончит измерение.
3. LCD дисплей будет отображать символ рекомендации ЖИРОАНАЛИЗАТОРА, процент жира в организме (рис.23), ИМТ (рису.24) в течение 30 секунд.
4. Сообщение об ошибке:
 - * LCD дисплей отображает “= = ” “= =” (рису.25) – значит, пользователь неправильно держится за поручни или неправильно надел нагрудный ремень.
 - *E-1– Сигнал частоты сердечных сокращений не обнаружен.
 - *E-4– Возникает, когда процент жира в теле ниже 5 или превышает 50, а результат ИМТ ниже 5 или превышает 50 (рис.26).



Рис. 21



Рис. 22

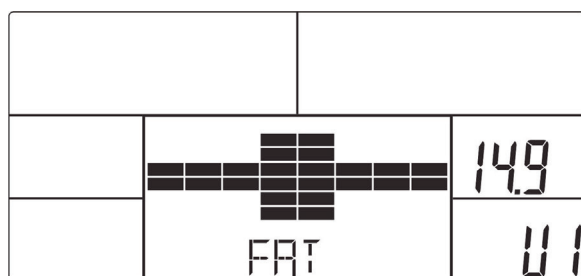


Рис. 23

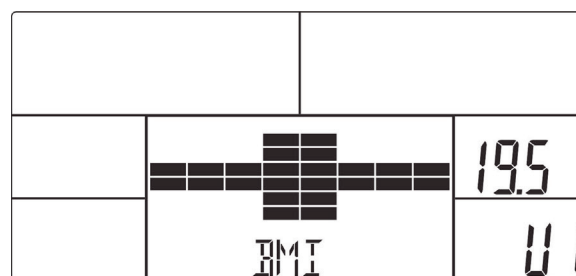


Рис. 24

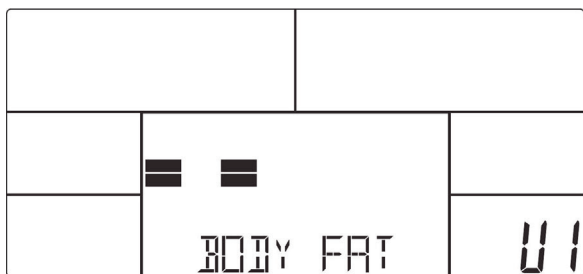


Рис. 25

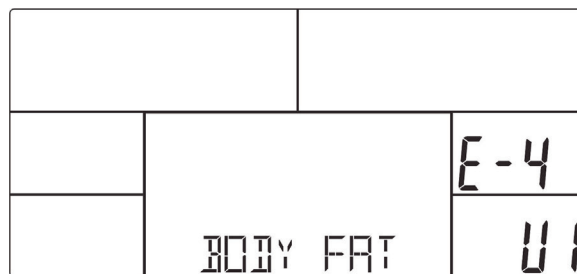


Рис. 26

Примечание:

1. Через 4 минуты без каких-либо действий консоль перейдет в режим энергосбережения. Нажатие любой клавиши может включить консоль.
2. Если консоль работает неисправно, пожалуйста, подключите адаптер и снова включите консоль.

Технические спецификации

Назначение	домашнее
Посадка	вертикальная
Рама	с однослойной покраской
Система нагружения	электромагнитная
Кол-во уровней нагрузки	16 (10-350 Ватт)
Маховик	6 кг.
Педальный узел	трехкомпонентный
Сидение	с подушкой повышенной комфортности
Регулировка положения сидения	по вертикали и горизонтали
Регулировка положения руля	есть
Измерение пульса	сенсорные датчики
Консоль	черно-белый многофункциональный LCD дисплей
Показания консоли	профиль, время, дистанция, скорость, калории, обороты в мин., пульс, Ватты, фитнес-тест (Recovery), фитнес-оценка, жиранализатор (Body Fat), индекс массы тела (BMI), температура
Кол-во программ	24 (в т.ч. пульсозависимые)
Спецификации программ	ручной режим, интервалы, "качели", шаги, долина, подъем, плато, склон, холмы, горы, фартлек, сжигание жира, жиранализатор, случайная, 1 Ватт-фиксированная, 4 пользовательские, 5 пульсозависимых
Специальные программные возможности	нет
Мультимедиа	нет
Интеграция	нет
Многоязычный интерфейс	нет
Вентилятор	нет
Складывание	нет
Транспортировочные ролики	есть
Размер в рабочем состоянии (Д*Ш*В)	96*47*137 см.
Вес нетто	25 кг.
Вес брутто	27 кг.

Макс. вес пользователя	140 кг.
Питание	сеть 220 Вольт
Гарантия	1 год
Производитель	Fitathlon Group (Германия)
Страна изготовления	КНР

Поставщик: ООО «Фитатлон» 115230, Россия, г. Москва, Каширское шоссе, дом 13 Б, 5 этаж, комната № 31 в помещении № 1.

Дата изготовления указана на упаковке тренажера.

**Упаковка содержит информацию о дате изготовления оборудования, указанную в виде шифра. Пример: С200122, где 20 – год изготовления, 01 – месяц изготовления, 22 – внутренний номер учета.*

Оборудование сертифицировано в соответствии с Техническим Регламентом Таможенного Союза.

**Производитель оставляет за собой право вносить изменения в конструкцию тренажера, не ухудшающие значительно его основные технические характеристики.*

Все актуальные изменения в конструкции либо технических спецификациях изделия отражены на официальном сайте поставщика оборудования ООО «Фитатлон»:

www.fitathlon.ru

Последнюю версию Руководства пользователя можно найти на сайте поставщика ООО «Фитатлон»: www.fitathlon.ru .

ВНИМАНИЕ!



ТРЕНАЖЕР ПРЕДНАЗНАЧЕН ДЛЯ ДОМАШНЕГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ