

SKIFORCE

ГОРНОЛЫЖНЫЙ ТРЕНАЖЕР



РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ



Сборка



Управление



Сервис



FITATHLON

Ссылка на наш канал
на youtube:
youtube.com/@fitathlon



Наведите камеру телефона на QR код, чтобы получить больше информации об оборудовании.

Обращаем ваше внимание, что на вашу модель оборудования может не быть видеопояснений. Мы очень стараемся как можно скорее решить эту задачу.

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 эксплуатации тренажера, внимательно изучите настоящее руководство и сохраните его для дальнейшего использования. В случае возникших дополнительных вопросов обратитесь к продавцу или в сервисный центр, 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.



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.

Транспортировка и эксплуатация тренажера

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

Хранение тренажера

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

- Температура: +10-+35С;
- Влажность: 50-75%.

Если Ваш тренажер перевозился или хранился при низкой температуре или в условиях высокой влажности (имеет следы конденсации влаги), необходимо перед эксплуатацией выдержать его в нормальных условиях не менее 4 часов, и только после этого можно приступить к эксплуатации.

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 инструменты и они не имеют повреждений. Не прикладывайте чрезмерных усилий к инструменту при сборке во избежание травм и повреждения элементов конструкции тренажера. Сначала соберите все элементы конструкции, неплотно закрепив гайки и болты, и, убедившись, что конструкция собрана правильно, окончательно затяните их.

Каждый тренажер на заводе проходит проверку качества. Это необходимо, чтобы убедиться в корректной работе всех узлов тренажера.

При этом может потребоваться частичная или полная сборка (зависит от конкретной модели). В связи с этим в местах соединений элементов тренажера могут остаться следы сборки, стыковки деталей и использования технологического крепежа.

Перед тем как начать тренировку

Перед первым занятием проверьте, правильно ли была проведена сборка тренажера. Ознакомьтесь со всеми функциями и настройками тренажера и проводите тренировки в строгом соответствии с инструкцией по эксплуатации. Перед началом тренировки убедитесь, что все защитные элементы надежно установлены и закреплены, проверьте надежность механических и электрических соединений. Установите тренажер на ровную нескользящую поверхность, оставляя с каждой стороны не менее 0,9 м свободного пространства. Для снижения шума и вибраций рекомендуется использовать и подкладывать под тренажер специальные резиновые коврики, также это позволит избежать царапин, сколов и вмятин, если напольное покрытие в Вашем доме выполнено из деликатных материалов (паркетная доска, штучный паркет, натуральный линолеум, пробковое покрытие и т. п.).



Если тренажер не эксплуатировался более 6 месяцев, то необходимо смазать все движущиеся детали до возобновления тренировок.

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.

Рекомендуемое пространство должно быть не менее 70 см по бокам, не менее 30 см перед оборудованием, не менее 110 см позади него.

В случае неисправности или поломки необходимо обеспечить доступ к оборудованию для сервисного инженера.

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 твердого пластика, чтобы предохранить ковер и оборудование от возможных повреждений. Также это позволит избежать царапин, сколов и вмятин, если напольное покрытие в Вашем доме выполнено из деликатных материалов (паркетная доска, штучный паркет, натуральный линолеум, пробковое покрытие и т. п.)

Не размещайте тренажер 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.

Рекомендации по уходу и техническому обслуживанию тренажера

Регулярное и своевременное техническое обслуживание продлевает срок службы тренажера и сводит Ваши обращения в сервисную службу до минимума. Своевременное проведение технического обслуживания является обязательным условием для сохранения гарантии на тренажер. Для этого мы рекомендуем Вам выполнять следующие профилактические процедуры.

Общие рекомендации по уходу

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 Ваш тренажер на предмет отсутствия посторонних предметов, пыли и грязи в тренажере.

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. Для ухода рекомендуется применять слегка смоченную нейтральным раствором моющей жидкости ткань с последующей протиркой сухой тканью.

ЕЖЕДНЕВНО (ПОСЛЕ КАЖДОЙ ТРЕНИРОВКИ)

Почистите и осмотрите тренажер, выполнив следующие действия:

- Рекомендуем вам ежедневно протирать тренажер влажной тканью с мягким чистящим средством (мыльный раствор), не содержащим этилового или нашатырного спирта.

ЕЖЕНЕДЕЛЬНО

- Проверьте горизонтальное положение тренажёра. В случае необходимости выровняйте его с помощью регулируемых ножек по уровню пола;
- Протрите детали тренажёра: консоль, поручни, направляющие роликов от пыли, грязи и пота.



ЕЖЕМЕСЯЧНО – ВАЖНО

- Проверьте затяжку винтов на всех резьбовых соединениях тренажера;
- Убедитесь в отсутствии люфта после затяжки винтов;
- Пропылесосьте пространство под и вокруг тренажёра;
- Удалите грязь из накладок в педалях, узлах движения;
- Убедитесь в отсутствие сколов и трещин на пластиковых декоративных элементах оборудования;
- Проверьте работу регулятора нагрузки во всем диапазоне его значений;
- Проверьте работу дисплея консоли на каждой из программ тренировок. При значительном снижении контрастности изображения на дисплее, замените в нем элементы питания.



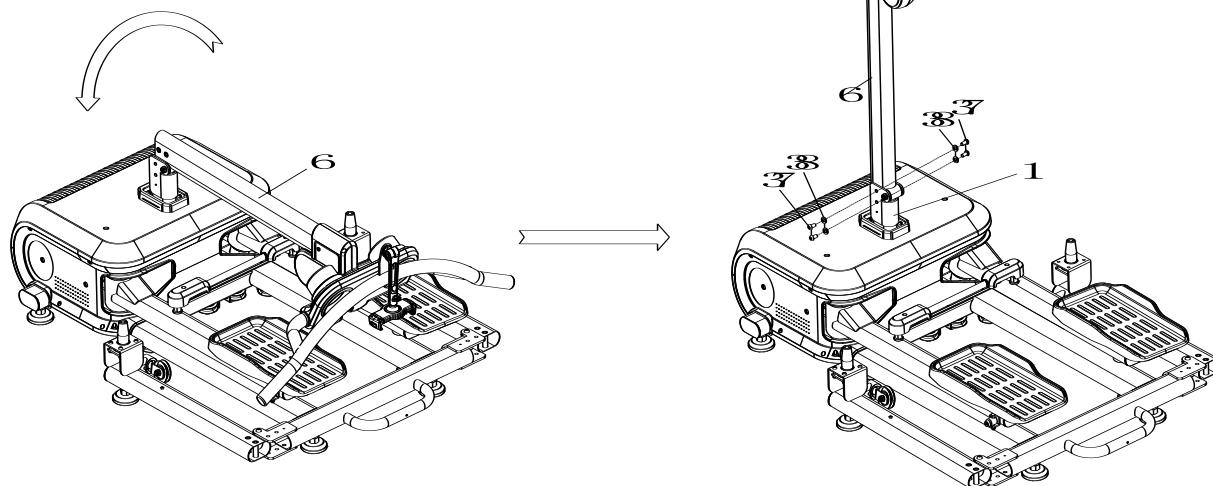
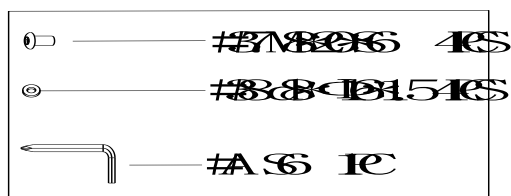
ЕЖЕКВАРТАЛЬНО – ОЧЕНЬ ВАЖНО

- Снимите пластиковые кожухи и смажьте шарнирные соединения рычагов педалей и поручней (рекомендуется использовать тефлоновую смазку);
- Снимите круглый защитный кожух. Проверьте состояние и натяжение приводного ремня. В случае необходимости замените ремень или отрегулируйте его натяжение;
- Смажьте ось центральной стойки, узлы движения рулей, опор педалей;
- Смажьте ось шатунного узла;
- Проверьте ось шкива на предмет люфта;
- Проверьте крепление маховика.

Для выполнения работ по техническому обслуживанию и ремонту тренажёра рекомендуем обращаться к специалистам сервисного центра.




Инструкции по сборке и эксплуатации

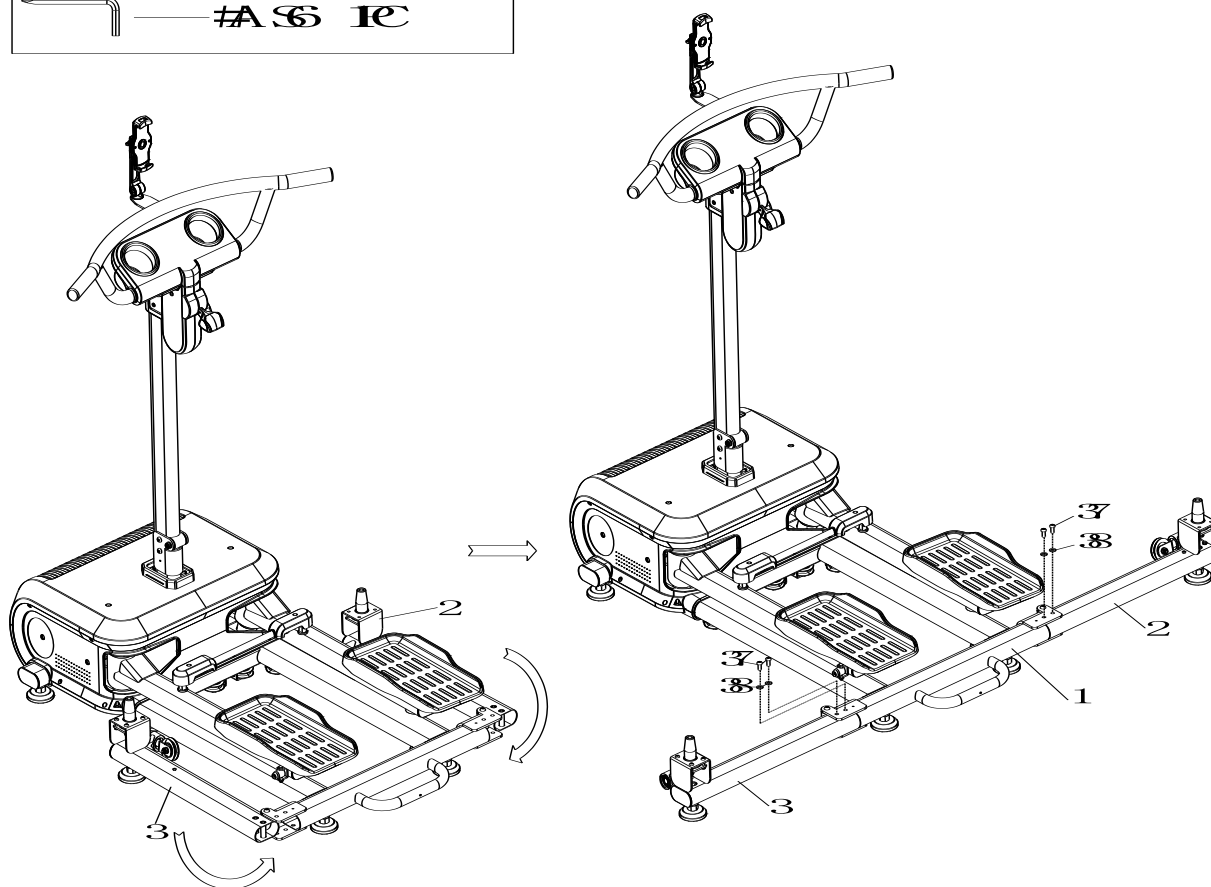
Шаг 1



1. Достаньте основную раму из коробки. Затем поднимите стойку руля (№6), как показано на рисунке.
2. Закрепите стойку руля (№6) на основной раме (№ 1) с помощью болта (№37), шайбы (№38) и гаечного ключа (№А).
3. Поднимите держатель для телефона (№22) вверх, как показано на рисунке.

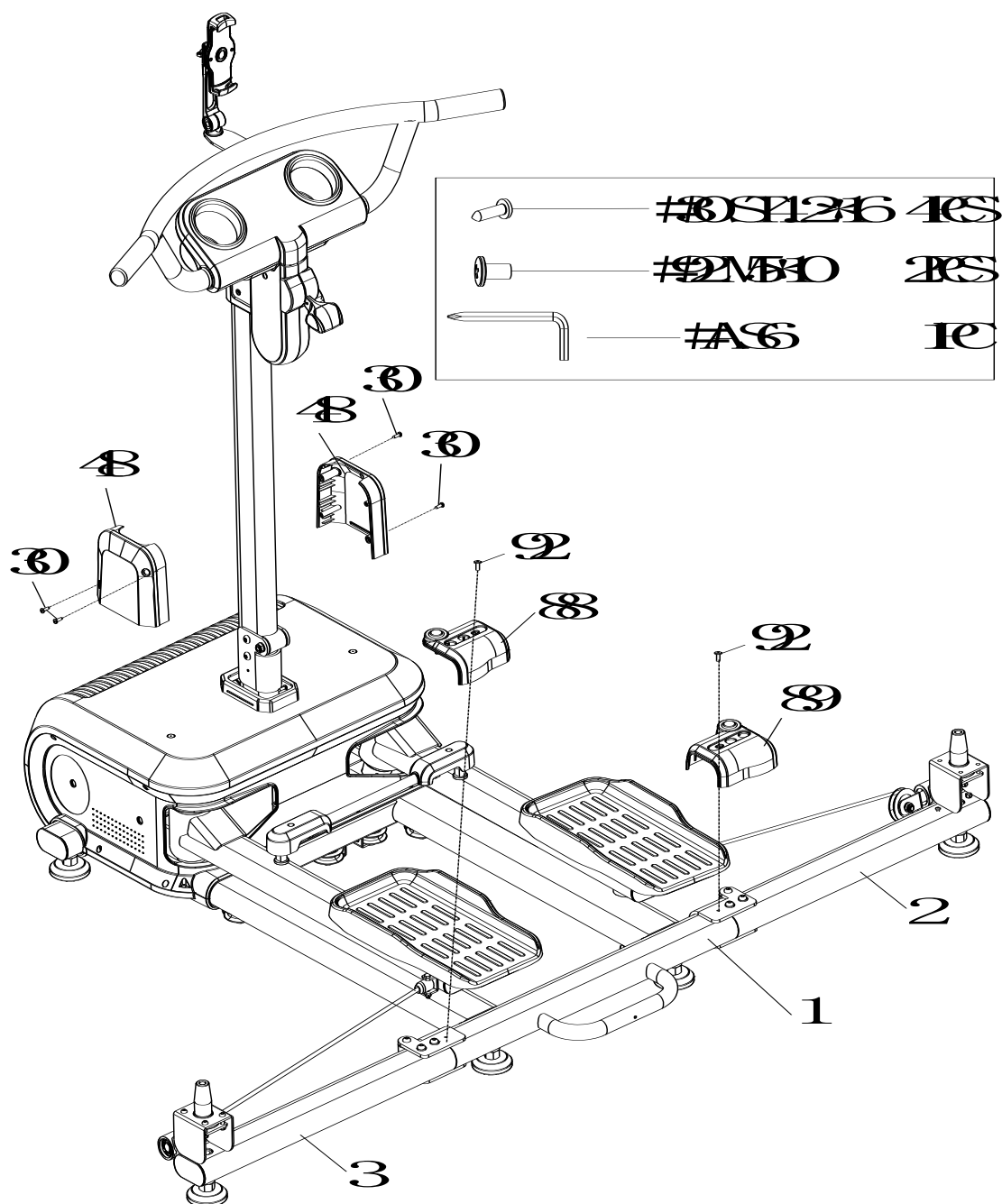
Шаг 2

	—	#37	4PC
	—	#38	15PC
	—	#A	1PC



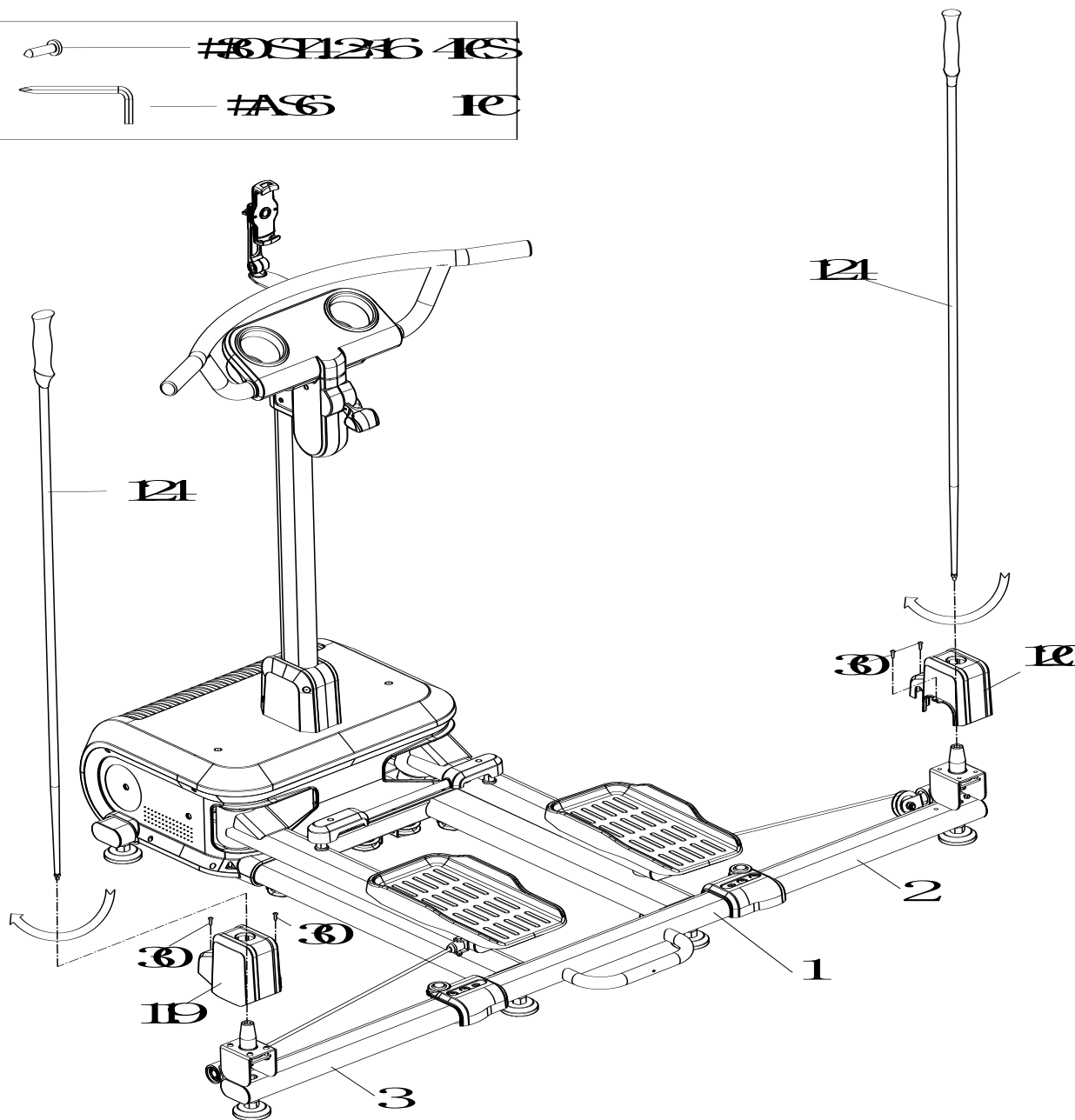
1. Разложите правый стабилизатор (№ 2) и левый стабилизатор (№ 3), как показано на рисунке.
2. Закрепите правый стабилизатор (№2) и левый стабилизатор (№3) на основной раме (№1) с помощью болта (№37), шайбы (№38) и гаечного ключа (№А).

Шаг 3



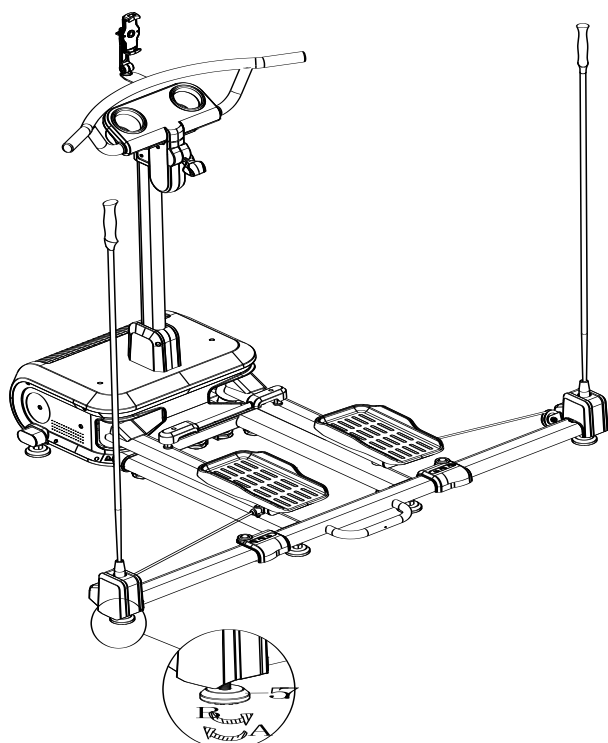
1. Закрепите кожух (№48) на стойке руля (№1) с помощью винта (№30) и гаечного ключа (№A).
2. Закрепите кожух (№88) и кожух (№89) на правом (№2) и левом стабилизаторах (№3) с помощью болта (№92) и гаечного ключа (№A).

Шаг 4



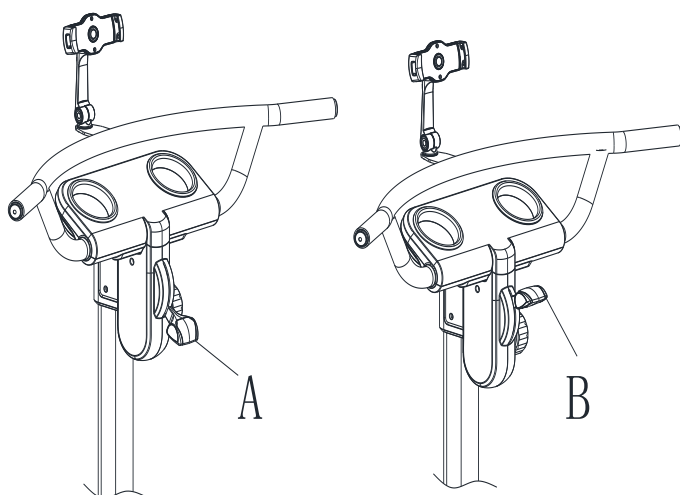
1. Закрепите кожух (#119) и кожух (#120) на правом (#2) и левом стабилизаторах (#3) с помощью болта (#30) и гаечного ключа (#A).
2. Вставьте вращающиеся ручки (№ 124) в правый (№2) и левый стабилизаторы (№3), как показано на рисунке.

Регулировка баланса



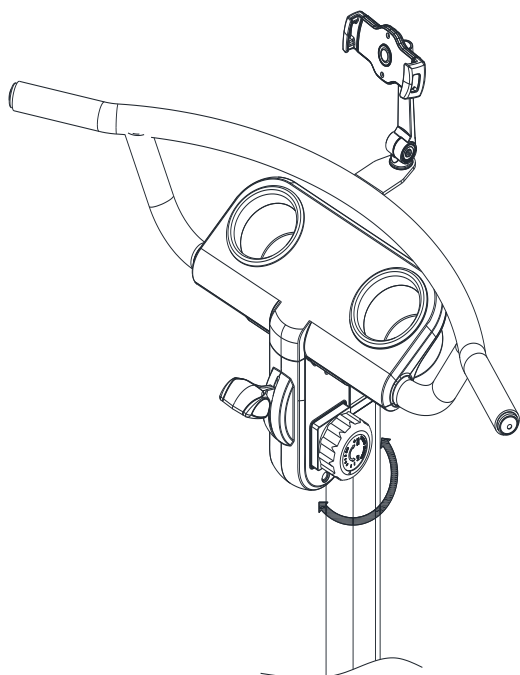
Если во время использования тренажера ощущается, что тренажер не сбалансирован, отрегулируйте положение компенсаторов пола (№57).

Использование тренажера



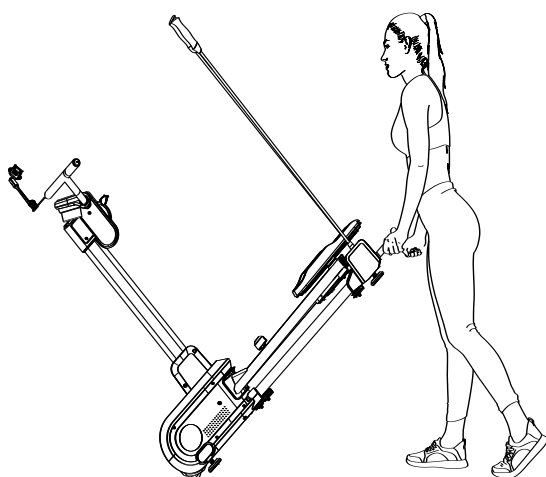
1. Изначально тренажер находится в положении А слева, то есть в состоянии торможения. Левая и правая педали не будут двигаться, поэтому можно легко нажать на педали.
2. После нажатия на педали приведите регулировочную ручку в положение В перед использованием тренажера.
3. После окончания тренировки приведите регулировочную ручку в положение А, чтобы безопасно сойти с тренажера.

Регулировка сопротивления



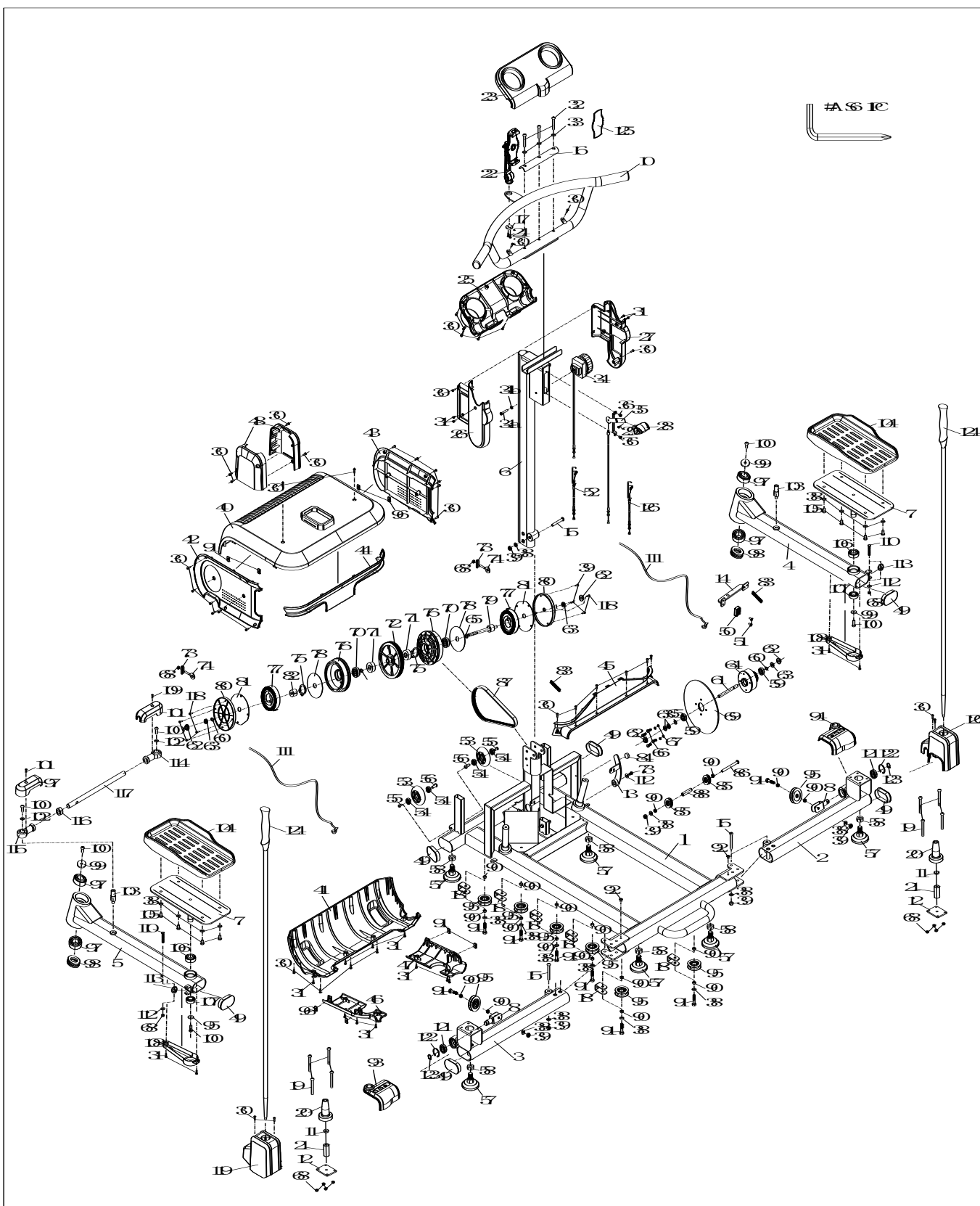
Можно отрегулировать уровень сопротивления, повернув регулятор натяжения на "+", чтобы увеличить уровень сопротивления, и повернув регулятор натяжения на "-", чтобы уменьшить уровень сопротивления. Уровень 1 - наименьшее сопротивление. Уровень 8 - наибольшее сопротивление. Можно выбрать подходящий уровень сопротивления для тренировки.

Перемещение тренажера

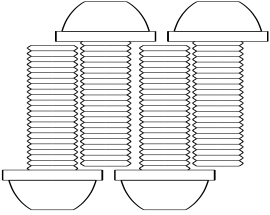
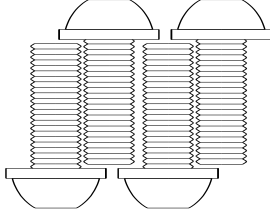
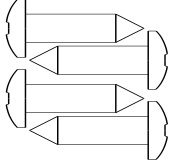
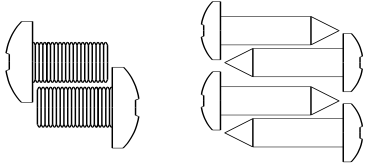
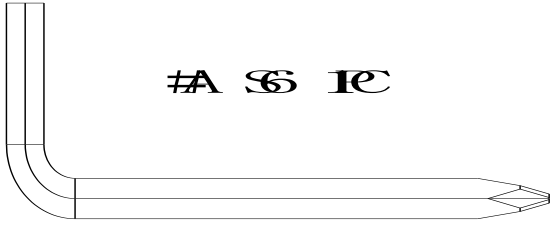


При перемещении тренажера возьмитесь за ручку сзади и поднимайте тренажер до тех пор, пока транспортировочные колеса на нижнем стабилизаторе полностью не коснутся земли. После перемещения медленно опустите тренажер на пол.

Схема тренажера



Список запчастей

<p>Step1</p>  <p>#7 M8x6 4CS #8 8x15 4CS</p>	<p>Step2</p>  <p>#7 M8x6 4CS #8 8x15 4CS</p>	<p>Step4</p>  <p>#9 S126 4CS</p>
<p>Step3</p>  <p>#2 M8x0 2CS #3 S126 4CS</p>	 <p>#A S 1C</p>	

Список запчастей

№	Описание	Спец-ия	Ко л- во	№	Описание	Спец-ия	Ко л- во
1	Основная рама		1	39	Гайка	M8*H7.5*S13	11
2	Правый стабилизатор		1	40	Верхний корпус		1
3	Левый стабилизатор		1	41	Нижний корпус		1
4	Правый поручень		1	42	Левый корпус		1
5	Левый поручень		1	43	Правый корпус		1
6	Стойка руля		1	44	Задний корпус		1
7	Рама педали		2	45	Передний корпус		1
8	U-образная пластина		2	46	Левый защитный кожух		1
9	Втулка тормоза		1	47	Правый защитный кожух		1
10	Руль		1	48	Кожух		2
11	Пластина		2	49	Заглушка	PT80*40*1.5	6
12	Резиновая пластина		2	50	Заглушка		1
13	Магнит		1	51	Винт		2
14	Тормоз		1	52	Кабель сопротивления		1
15	Болт	M8*60*20*S6	3	53	Ролик	Ф71*Ф19*24	2
16	Прокладка	t2.5*200*43.3	1	54	Подшипник	608ZZ	4
17	Шайба	Ф28*Ф5*2.5	1	55	Болт	M6*12*S5	2
18	U-образная пластина	t3*115.8*25	6	56	Болт	Ф7.8*30*M6*15*S5	2
19	Болт	M6*25	8	57	Накладка для ног	Ф70*17M16*1.5*35	6
20	Резиновая пластина		2	58	Гайка	M16*1.5	6
21	Пластина		2	59	Подшипник	6000	2
22	Держатель телефона	для	1	60	Кольцо вала	d10	2
23	Кожух		1	61	Ось	Ф10*108*M10*1	1
24	Винт	M4*10*Ф8	2	62	Гайка	M10*1*H9.5*S15	4
25	Кожух	ST4.2*16*Ф8	1	63	Гайка	M10*1*H3*S14	5
26	Кожух		1	64	Ось	Ф40*62*52*Ф33*4	1
27	Кожух		1	65	Шайба	d10*Ф13.5*0.3	2
28	Ручка тормоза		1	66	Болт	M6*16*S10	4
29	Винт	ST3.5*16*Ф7	1	67	Шайба пружинная	d6	4
30	Винт	ST4.2*16*Ф8	29	68	Гайка	M6*H6*S10	12

31	Винт	ST4.2*16*Ф8	24	69	Алюминиевое кольцо	t4.0*Ф200*Ф30	1
32	Болт	M8*45*20*S14	3	70	Подшипник	6300-2RS	2
33	Шайба	d8*Ф20*2*R16	4	71	Подшипник	ф35*d17*16	2
34	Механизм сопротивления		1	72	Шкив ремня	Ф130*42*6PJ	1
35	Тормоз		1	73	U-образный кронштейн	30*10*1.5	2
36	Винт	M5*7*Ф8	2	74	Болт	M6*40*Ф10*2.5	2
37	Болт	M8*65*20*S6	8	75	Кольцо	d35	2
38	Шайба	d8*Ф16*1.5	31	76	Ремень	Ф120*51.8	2
77	Пружина		2	103	Универсальный шарнир	M10*ф19*52*M8	2
78	Плата компьютера	Ф89.5*Ф16*0.5	2	104	Педаля		2
79	Ось	Ф24*164	1	105	Болт		8
80	Кожух	Ф118.5*11.8	2	106	Подшипник		2
81	Плата компьютера	Ф111*Ф16*0.5	2	107	Подшипник		2
82	Втулка	Ф24*22	1	108	Нижний кожух педали		2
83	Пружина	Ф1.2*Ф11*60*N15	2	109	Винт	M4*12*Ф8	2
84	Магнит	25*10	1	110	Болт	M6*40*10*S10	2
85	Ролик	ф34*ф8*12	2	111	Нейлоновый кабель		2
86	Болт	M8*90*20*S6	1	112	Шайба	d6*Ф12*1.2	2
87	Ремень привода	6PJ240	1	113	Пружина	ф20*23*ф6	2
88	Вал	ф8.2*ф12*49.6	1	114	Подшипник	Ф16*M16	1
89	Шайба	Ф35*4*Ф8.5	2	115	Подшипник	Ф16*M16	1
90	Вал	Ф12*5*Ф8.2	18	116	Гайка	M16	1
91	Болт	M8*35*20*S14	3	117	Соединяющий стержень	M16*330*Ф16	1
92	Винт	M5*10	2	118	Винт	ST4.2*19*Ф8	8
93	Кожух		1	119	Кожух		1
94	Кожух		1	120	Кожух		1
95	Ролик	Ф55*14	8	121	Подшипник	16002	2
96	U-образный зажим	17.5*11*Ф3.2	8	122	Кольцо	d32	2
97	Подшипник	32205	4	123	Кольцо вала	d15	2
98	Подшипник	51206	2	124	Вращающийся поручень		2
99	Шайба	d8*Ф32*5	2	125	Основание держателя для телефона		1
100	Болт	M8*20*S6	7	126	Кабель тормоза		1
101	Кожух		2	A	Гаечный ключ	S6	1

Технические характеристики:

Назначение	домашнее
Рама	высокопрочная, антикоррозийная обработка, покраска в 1 слой
Система нагружения	ременная
Кол-во уровней нагрузки	8
Регулировка нагрузки	механическая
Педали	обрезиненные, увеличенного размера
Расстояние между педалями	19,8 см
Рукоятки	обрезиненные, анатомической формы
Держатель для бутылки	есть
Подставка под телефон	есть
Транспортировочные ролики	есть
Компенсаторы неровностей пола	есть
Длина в рабочем состоянии, см	136
Ширина в рабочем состоянии, см	184
Высота в рабочем состоянии, см	146
Длина в сложенном виде, см	136
Ширина в сложенном виде, см	95
Высота в сложенном виде, см	146
Вес нетто, кг	69
Вес брутто, кг	81,3
Максимальный вес пользователя, кг	130
Питание	не требует подключения к сети
Гарантия	24 мес.
Производитель	Fitathlon Group (подразделение в Германии)
Страна изготовления	КНР

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.

