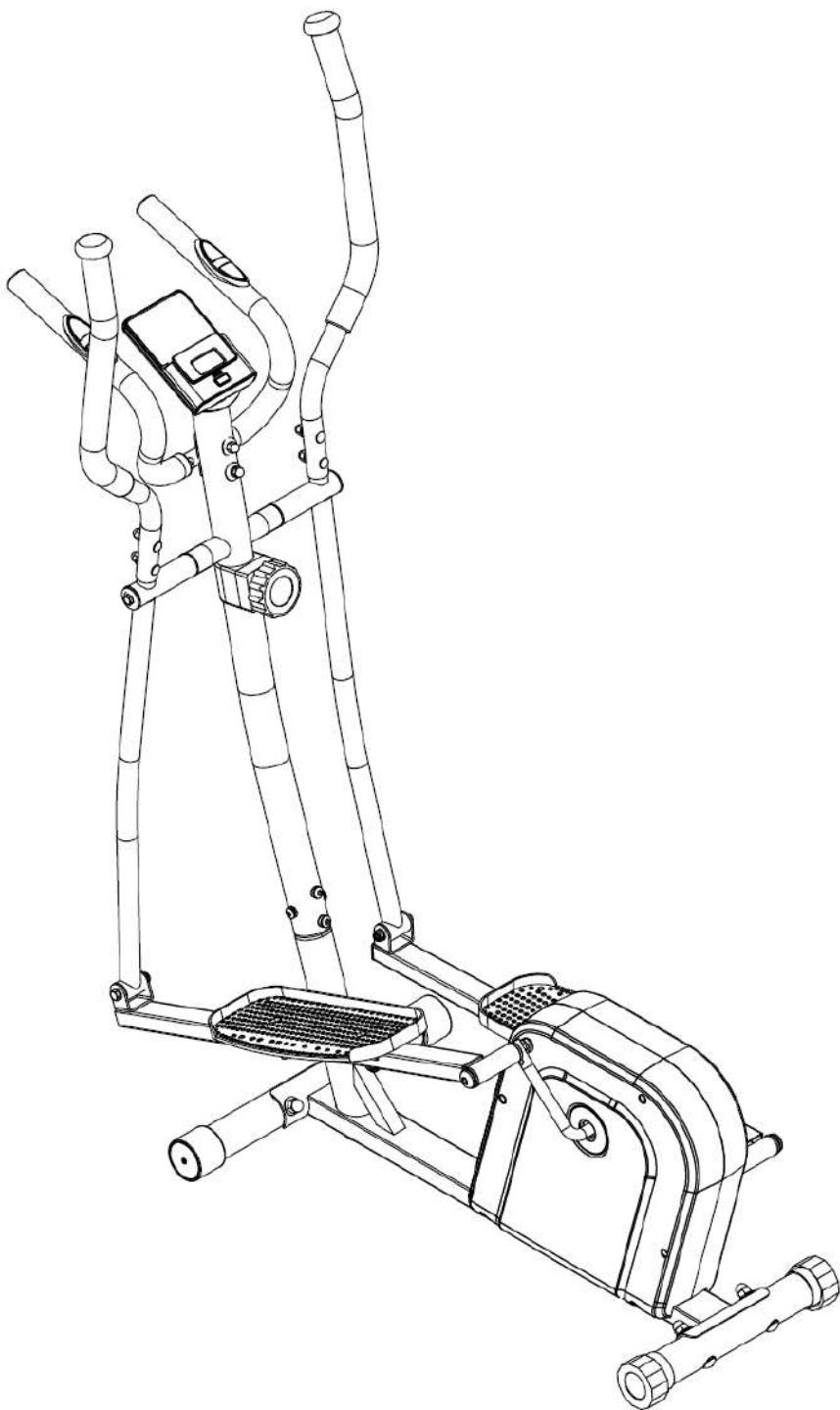


Руководство пользователя

ЭЛЛИПТИЧЕСКИЙ ТРЕНАЖЕР

Артикул: E85162



Внимание

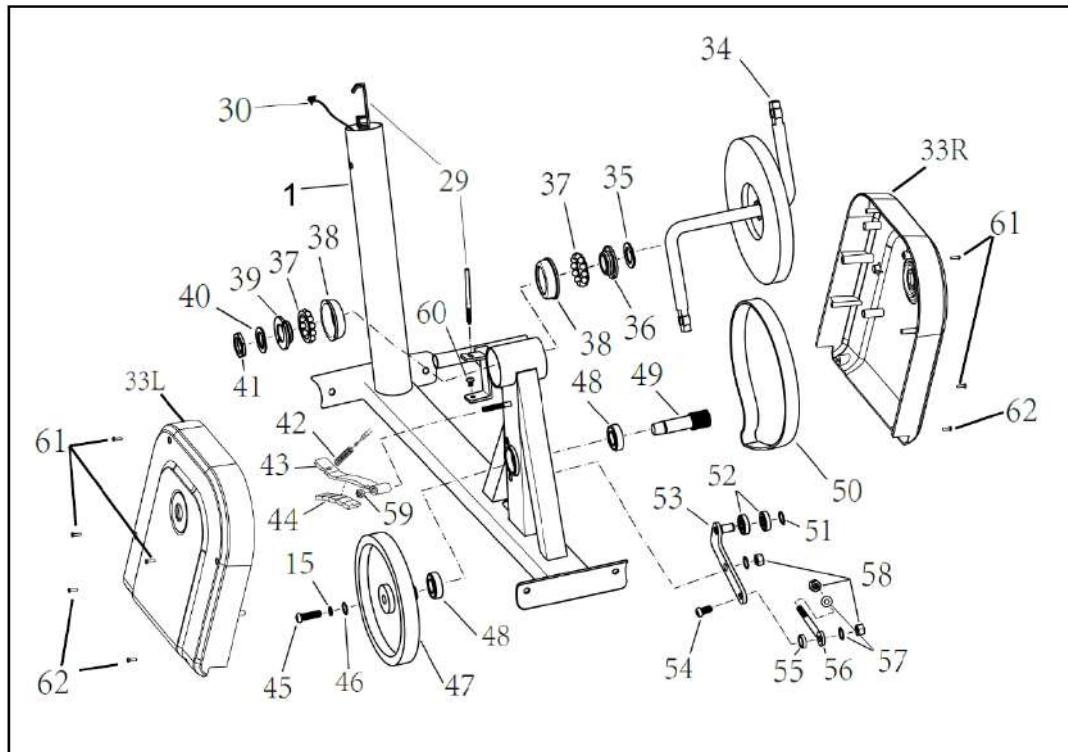
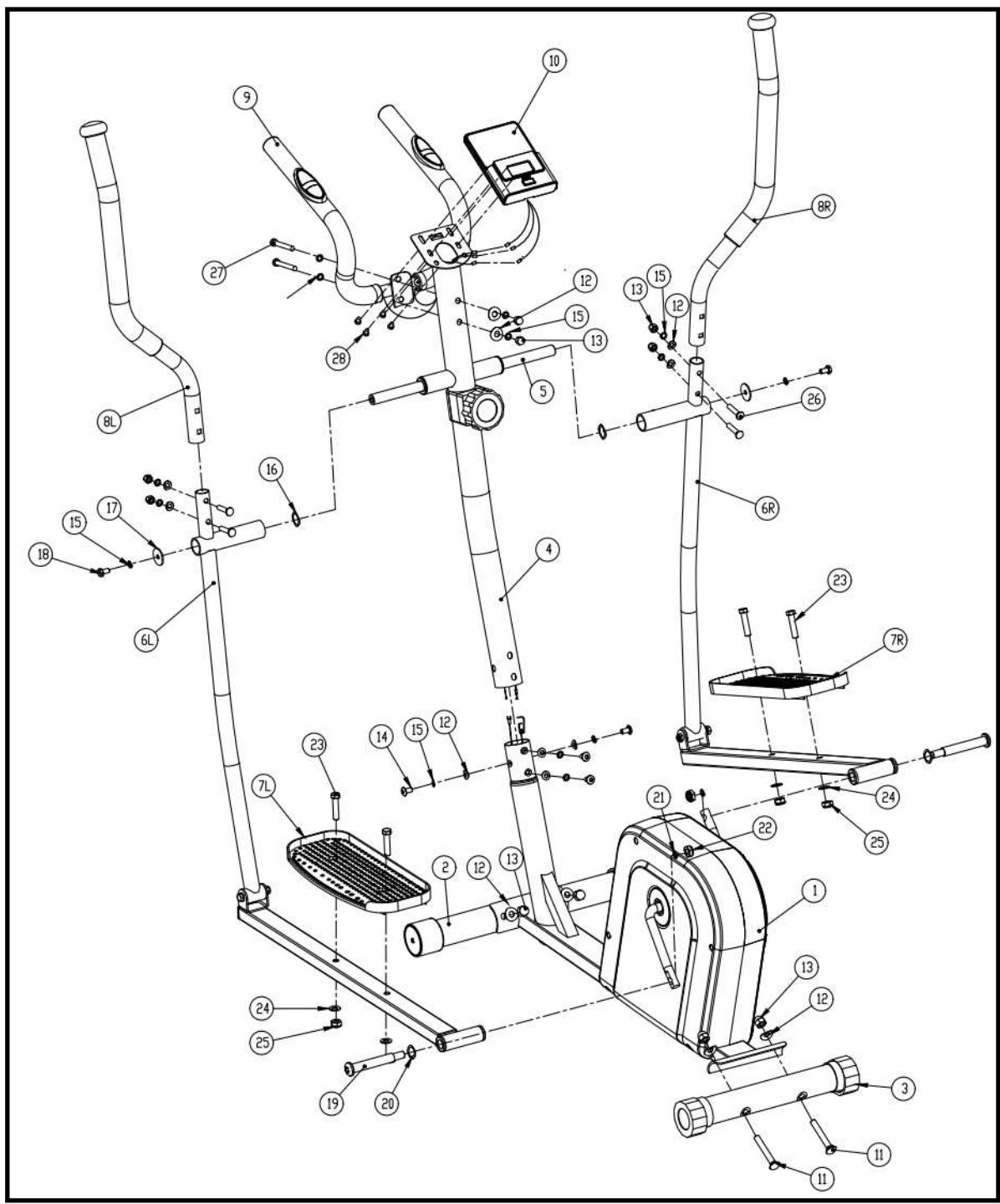
Перед началом сборки проверьте комплектацию изделия.

Не выбрасывайте упаковку до окончания сборки изделия.

Производитель имеет право вносить изменения в конструкцию не ухудшающие потребительские свойства изделия, без специального уведомления. Тренажёр предназначен для домашнего (бытового) использования.

ИНСТРУКЦИИ ПО БЕЗОПАСНОСТИ

1. По завершению сборки осмотрите тренажёр. Убедитесь, что все крепежи надёжно затянуты.
2. Перед тем, как приступить к тренировкам, обратитесь к врачу, который на основании вашего уровня физической подготовки даст рекомендации по допустимому уровню нагрузки, продолжительности и частоте тренировок.
3. Если во время тренировки вы почувствуете головокружение, слабость или обнаружите у себя какие-либо другие болезненные симптомы, немедленно прекратите тренировку и обратитесь к врачу.
4. Не подпускайте детей к тренажёру. Оборудование предназначено исключительно для взрослых.
5. Регулярно осматривайте защитные крышки, которые закрывают подвижные детали тренажёра, на предмет их повреждения и надёжности крепления. Для безопасного использования тренажёра вокруг него должно быть не менее 0,5 метров свободного пространства.
6. Перед использованием тренажёра убедитесь, что все его составные части (такие как поручни, педали и др.) надёжно закреплены.
7. Будьте осторожны при использовании тренажёра. Если вами обнаружены неисправные компоненты, или вы услышали необычные шумы от оборудования во время использования, немедленно прекратите работу с тренажёром.
8. Не рекомендуется надевать свободную одежду, которая может попасть в подвижные детали тренажёра.
9. Тренажёр предназначен только для домашнего, бытового использования.
10. Во избежание повреждений во время использования тренажёра соблюдайте основные меры предосторожности. Данное оборудование не предназначено для использования в терапевтических целях.
11. Данное руководство представлено в качестве справочного материала, производитель имеет право вносить изменения в оборудование без предупреждения.
12. Максимально допустимая нагрузка на тренажер: 110 кг.



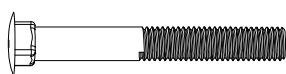
Спецификация

№	Наименование	Кол-во	№	Наименование	Кол-во
1	Главная рама	1	32	Провод пульсометра Б	1
2	Передний стабилизатор	1	33L/R	Защитный кожух	1 пара
3	Задний стабилизатор	1	34	Кривошип	1
4	Передняя стойка	1	35	Шайба ф40*2.8	8
5	Вал	1	36	Наружное кольцо подшипника	1
6 L/R	Подвижная ножка	1 пара	37	Подшипник ф44.5	2
7 L/R	Педаль	1 пара	38	Втулка подшипника ф55.6*16	2
8 L/R	Рукоятка	1 пара	39	Внутреннее кольцо подшипника	1
9	Поручень	1	40	Плоская шайба ф35*2.0	1
10	Консоль	1	41	Гайка	2
11	Винт с квадратным подголовником M8*57	4	42	Пружина	1
12	Изогнутая шайба ф8	14	43	Крепёжная пластина	1
13	Колпачковая гайка M8	10	44	Магнит	4
14	Винт с полукруглой головкой и шестигранным углублением под ключ M8*16	4	45	Болт M8*15	1
15	Пружинная шайба ф8	15	46	Шайба D8	1
16	Волновая шайба ф19	2	47	Шкив	1
17	Увеличенная плоская шайба ф8	2	48	Подшипник 6202	2
18	Винт с шестигранным углублением под ключ M8*16	2	49	Ось шкива	1
19 L/R	19R болт правый; 19L болт левый	2	50	Ремень	1
20	Волновая шайба ф16	2	51	Стопорное кольцо ф14	1
21	Пружинная шайба 1/2	2	52	Подшипник 6000Z	2
22	Контргайка 1/2	2	53	Корпус подшипника	1
23	Винт с шестигранным углублением под ключ M10*45	4	54	Болт M8*19	1
24	Плоская шайба ф10	4	55	Шайба	8
25	Контргайка M10	4	56	Болт M8*60	1
26	Винт с квадратным подголовником M8*40	4	57	Шайба D8	3
27	Винт с цилиндрической головкой и шестигранным углублением под ключ M8*65	2	58	Контргайка M8	3
28	Винт с крестообразным шлицем M5*10	4	59	Контргайка M6	1
29	Провод консоли	1	60	Болт M8*10	1
30	Сигнальный провод	1	61	Саморез ST3.8*16	9
31	Провод пульсометра А	1	62	Винт ST3.8*12	4

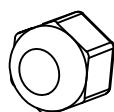
Сборка. Шаг 1. Стабилизаторы

Прикрепите к раме тренажёра передний и задний стабилизаторы.

Крепежи



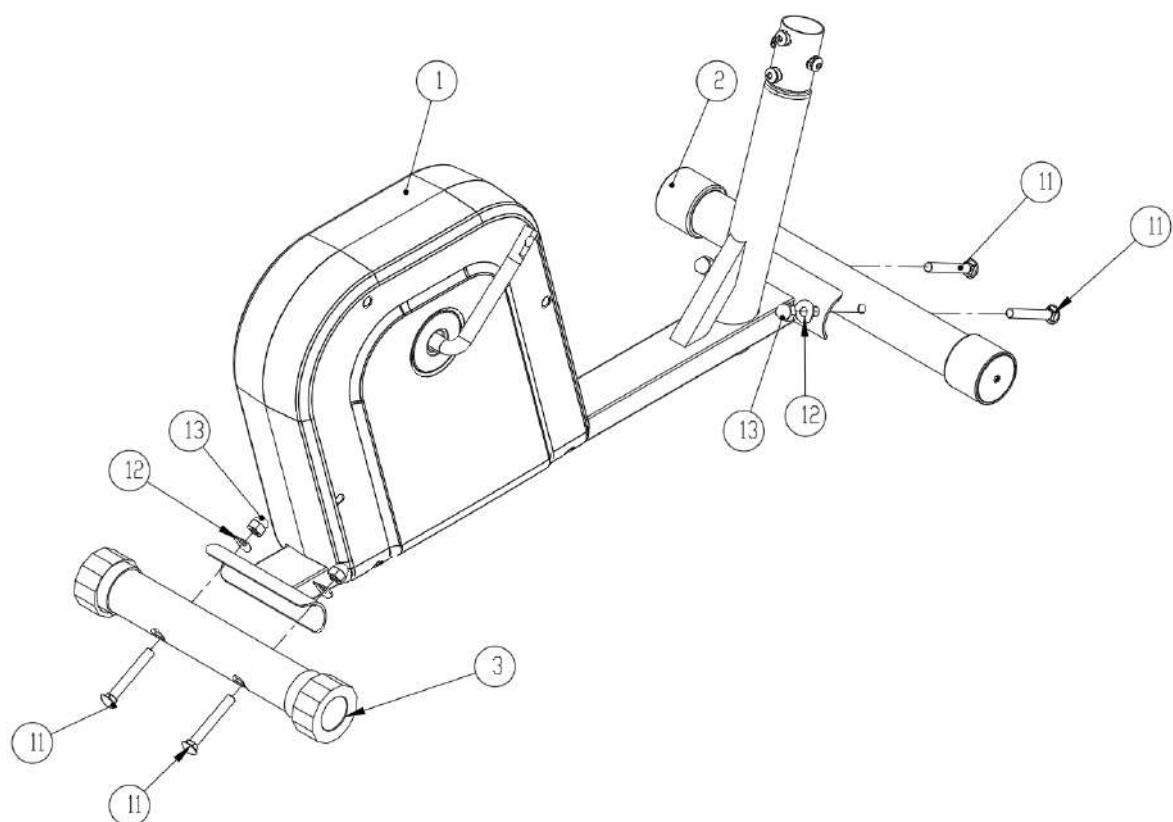
#11 Винт М8*57 (4 шт.)



#13 Гайка М8 (4 шт.)



#12 Изогнутая шайба φ8 (4 шт.)



Сборка. Шаг 2. Передняя стойка

Прикрепите переднюю стойку, предварительно выполнив необходимое подключение проводов (см. схему)

Крепежи



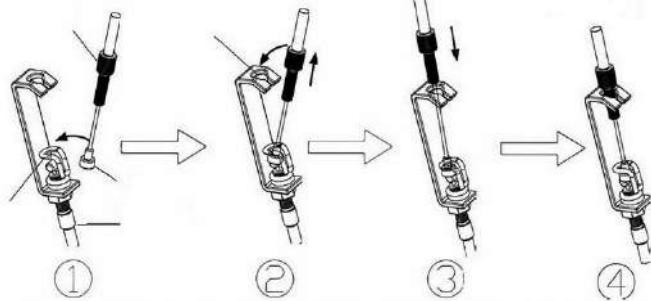
#14 Винт M8*16 (4 шт.)



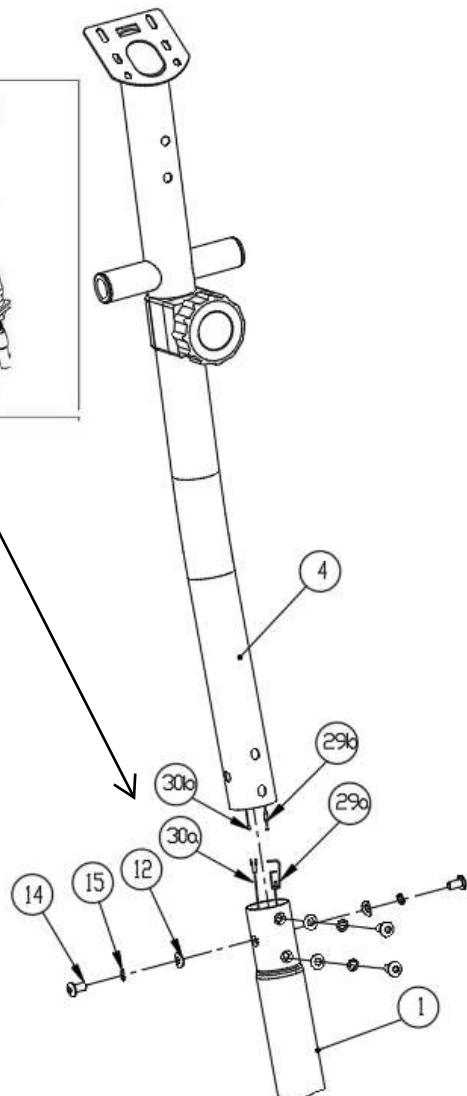
#12 Изогнутая шайба ф8 (4 шт.)



#15 Пружинная шайба ф8 (4 шт.)

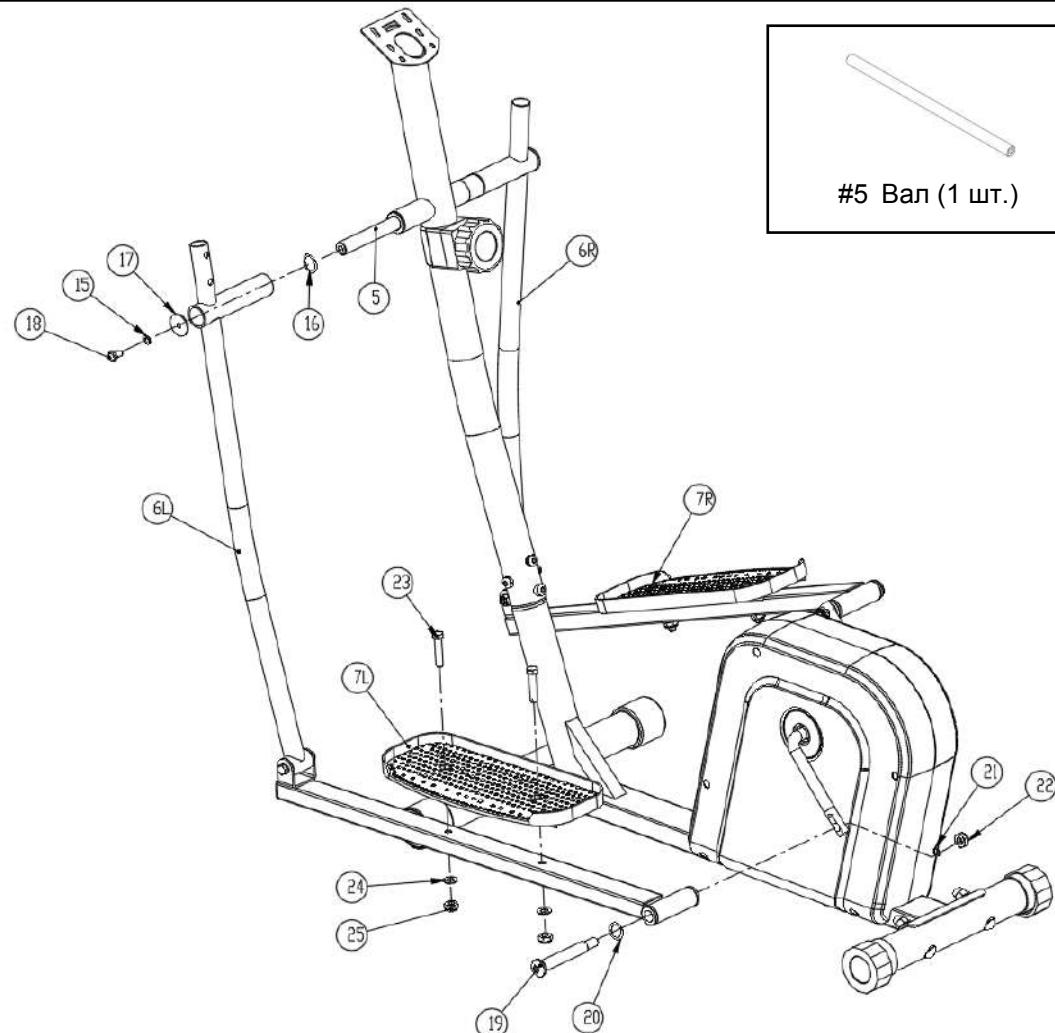
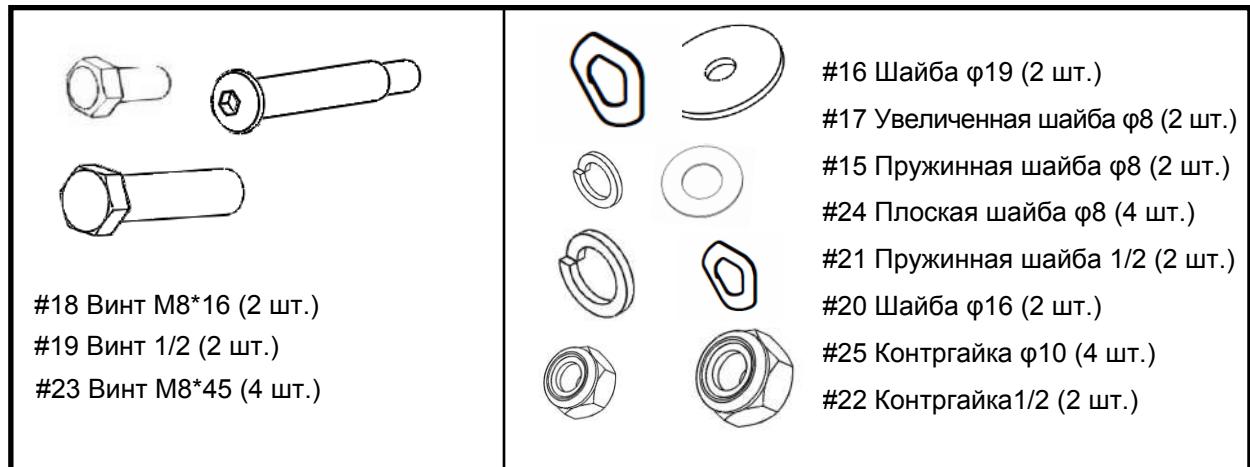


Крепление провода



Сборка. Шаг 3. Подвижные ножки

Закрепите педали на ножках тренажёра, следуя схеме. Ножки закрепите с двух сторон тренажёра.



Сборка. Шаг 4. Рукоятки

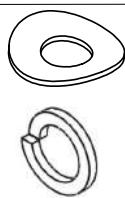
Прикрепите правую и левую рукоятки на одноимённые подвижные ножки, используя крепежи в соответствии со схемой ниже.

Обратите внимание, что левый болт необходимо закручивать против часовой стрелки, а правый болт – по часовой стрелке.

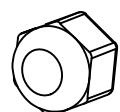
Крепежи



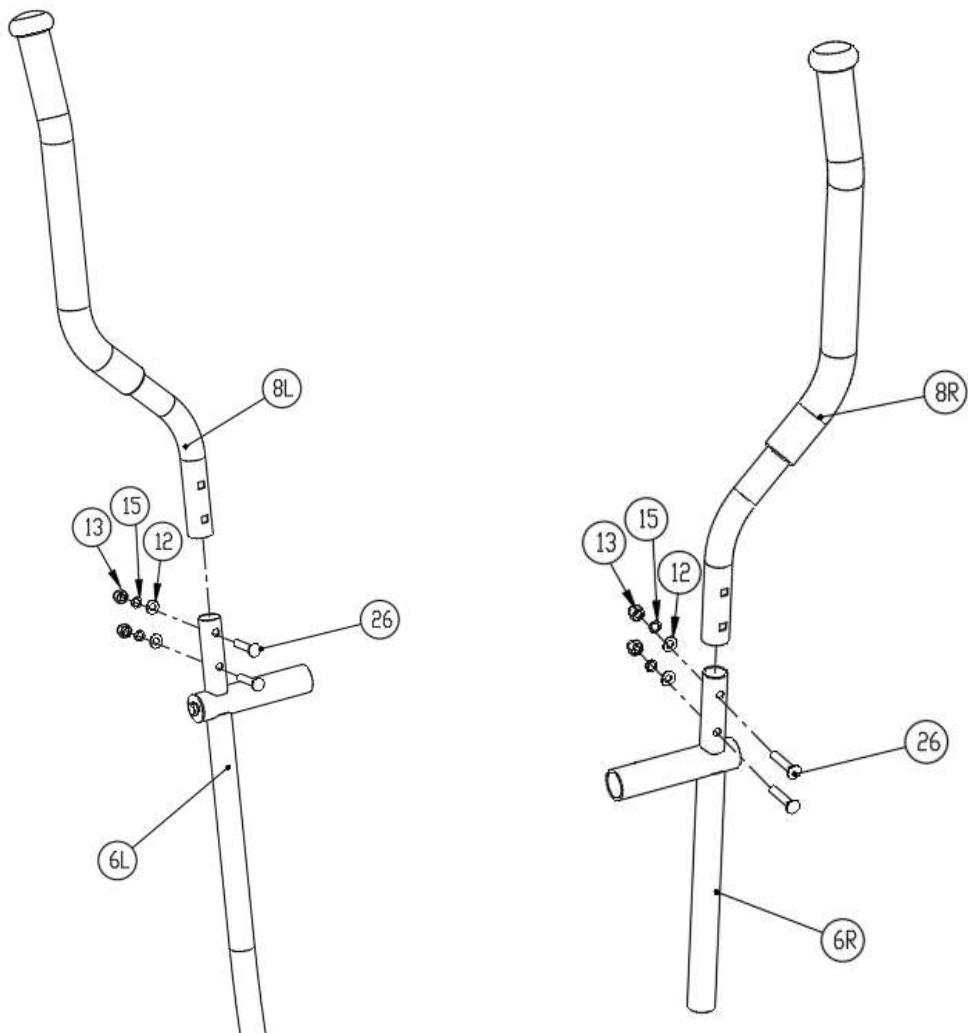
#26 Винт M8*40 (4 шт.)



#12 Изогнутая шайба (4 шт.)
#15 Пружинная шайба (4 шт.)



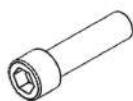
#13 Гайка (4 шт.)



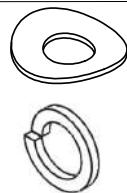
Сборка. Шаг 5. Поручень

Закрепите поручень в соответствии со схемой.

Крепежи

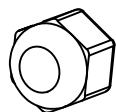


#27 Винт с цилиндрической головкой (2 шт.)

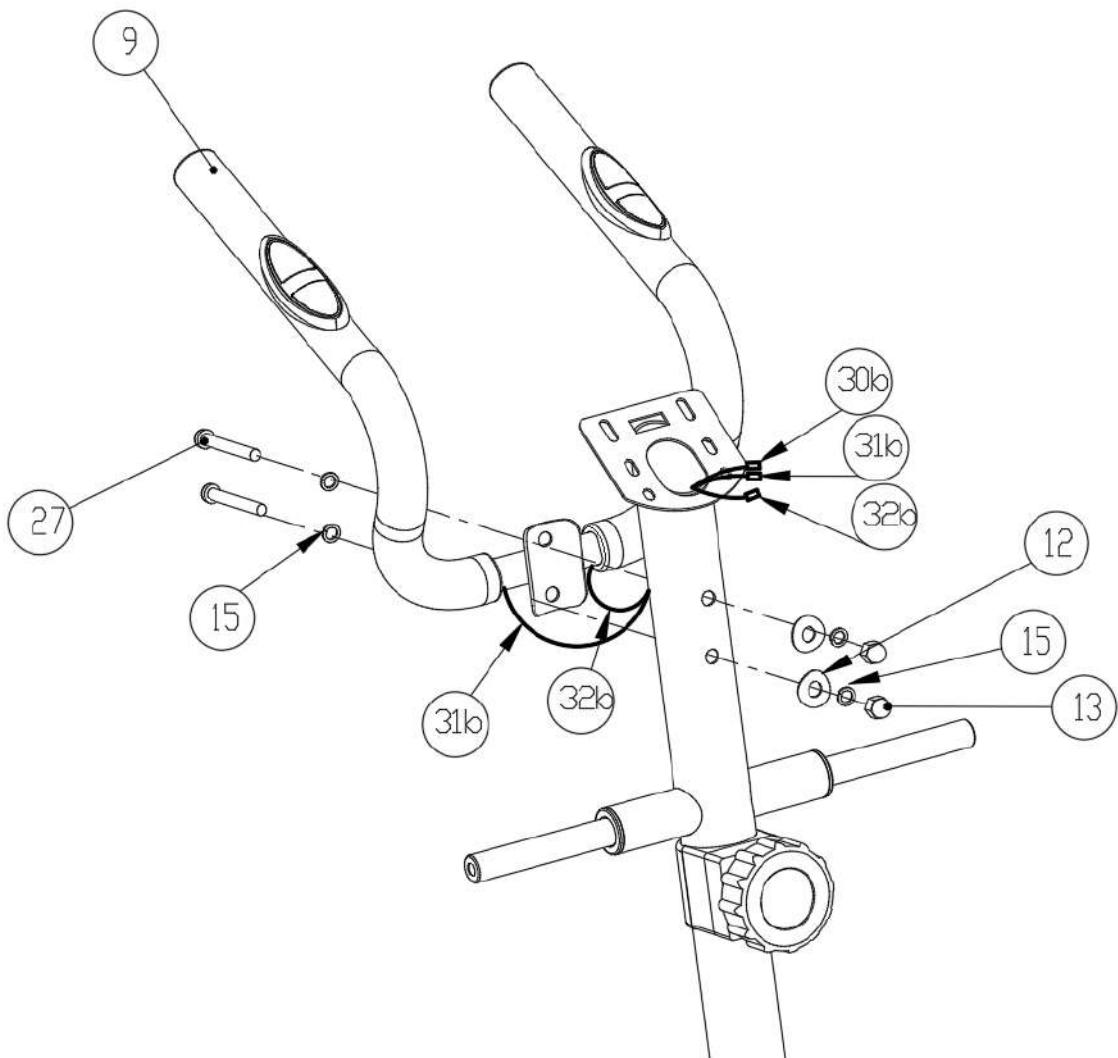


#12 Изогнутая шайба (2 шт.)

#15 Пружинная шайба (4 шт.)



#13 Гайка (2 шт.)



Сборка. Шаг 6. Консоль

Установите консоль, как показано на схеме, предварительно выполнив подключение проводов (см. схему).

В завершение закрепите на тренажёре держатель для бутылки с водой.

Крепежи



#28 Винт (4 шт.)

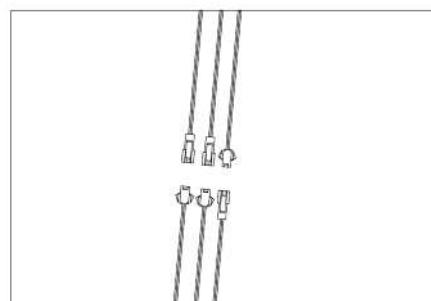
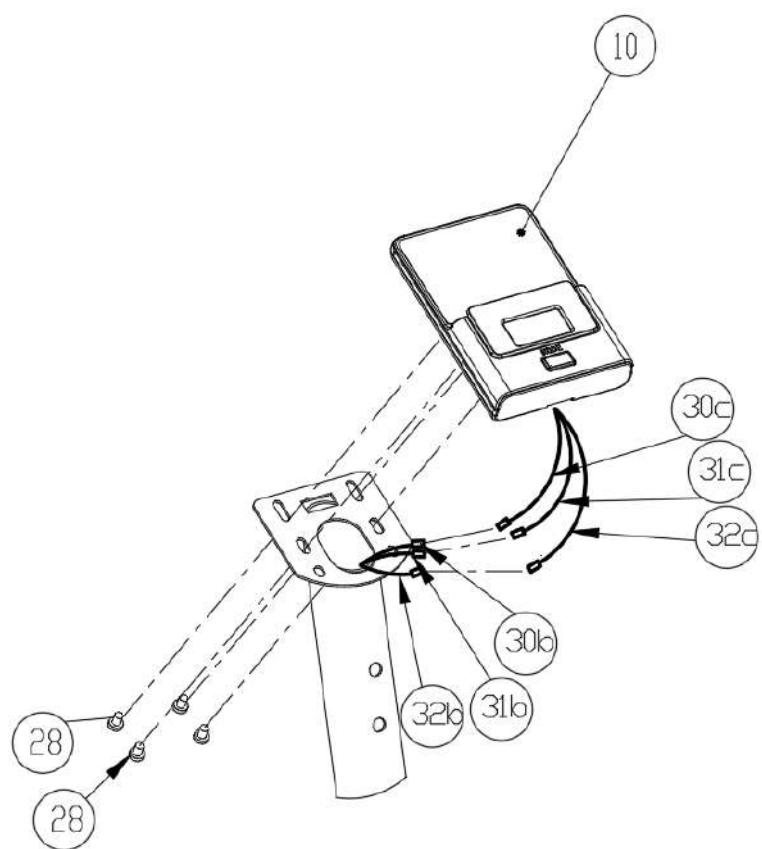
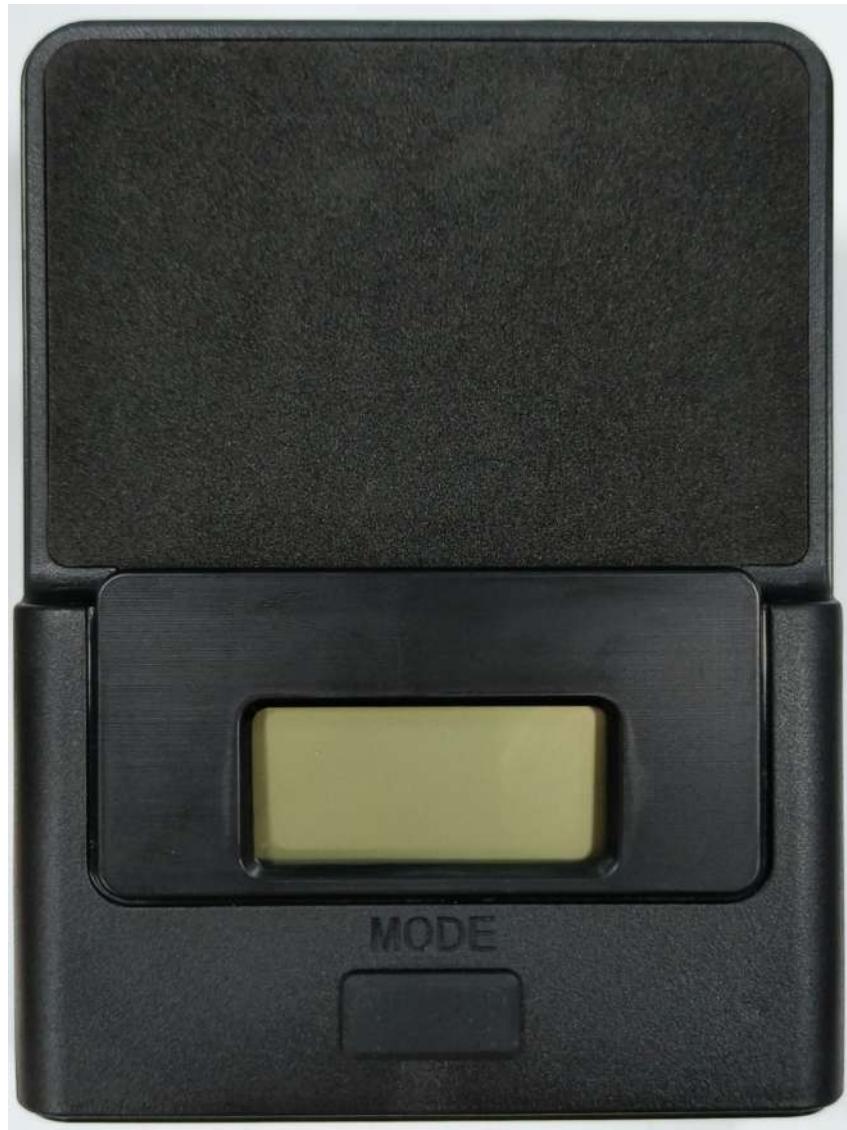


Схема подключения проводов



РАБОТА С КОНСОЛЬЮ:



ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ КНОПКИ:

РЕЖИМ (MODE) - Переключение между функциями. При длительном удержании кнопки все параметры тренировки (за исключением общей пройденной дистанции) обнулятся.

ПАРАМЕТРЫ ТРЕНИРОВКИ:

% СКАНИРОВАНИЕ (SCAN): Нажмите и удерживайте кнопку РЕЖИМ (MODE) до тех пор, пока на дисплее консоли не появится надпись "SCAN". В режиме сканирования все параметры тренировки отображаются на дисплее попеременно, по 5 секунды каждый.

& ВРЕМЯ (TIME): Общая продолжительность тренировки.

' СКОРОСТЬ (SPEED): Текущая скорость движения пользователя.

(ДИСТАНЦИЯ (DIST): Расстояние, пройденное во время тренировки.

) ОБЩАЯ ДИСТАНЦИЯ (ODO): Общее суммарное расстояние, пройденное за время всех тренировок. После замены батареек данный параметр обнуляется.

6. КАЛОРИИ (CAL): Количество калорий, сожженных во время тренировки.

7. (PULSE): при наличии функции: Нажмите и удерживайте кнопку РЕЖИМ (MODE) до тех пор, пока на дисплее не появится надпись "PULSE". Возьмитесь за датчики на поручне тренажёра -консоль начнёт измерение, и через 6-7 секунд на дисплее отобразится значение вашего пульса. Из-за возможного плохого контакта ладоней и датчиков, начальное значение пульса может быть немного завышенным. Через 2-3 секунды показатель вернётся к нормальному уровню. Примечание: Измеренный пульс не может рассматриваться в качестве основы для медицинского лечения.

ПРИМЕЧАНИЕ:

1. Если на дисплее устройства не отображаются данные, или плохо видны, первой мерой, которую стоит предпринять, является замена батареек. Это поможет устранить проблему, если она связана с недостаточным питанием.
2. Если тренажёр не используется более 4-х минут, дисплей конс автоматически погаснет, а само устройство переключится в режим ожидания.
3. Чтобы возобновить работу, нажмите на любую из кнопок конс или начните движение на тренажёре.
4. Консоль автоматически запускает отсчёт во время трениров прекращая его по отсутствию активности в течение 4 секунд.

ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ:

ПАРАМЕТРЫ	РЕЖИМ СКАНИРОВАНИЯ (SCAN)	Каждые 5 секунд
	ВРЕМЯ (TIME)	0:00'~99:59'
	СКОРОСТЬ (SPEED)	0.0-999.9 км/ч или миль/ч
	ДИСТАНЦИЯ (DIST)	0.00~9999 км или мили
	ОБЩАЯ ДИСТАНЦИЯ (ODO)	0.0-9999 км или мили
	КАЛОРИИ (CAL)	0.0-9999 Ккал
	ПУЛЬС (PULSE) - при наличии функции	40~240 уд/мин
ТИП ИСПОЛЬЗУЕМЫХ БАТАРЕЕК	AAA или UM-4 (2 шт.) Включены в комплект поставки	
ТЕМПЕРАТУРА ИСПОЛЬЗОВАНИЯ	0°C ~ +40°C	
ТЕМПЕРАТУРА ХРАНЕНИЯ	-10°C ~ +60°C	