

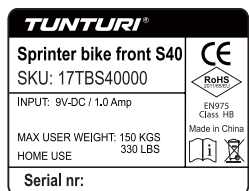
TUNTURI®

Руководство пользователя

Велотренажёр

Артикул: S40

Модель: COMPETENCE

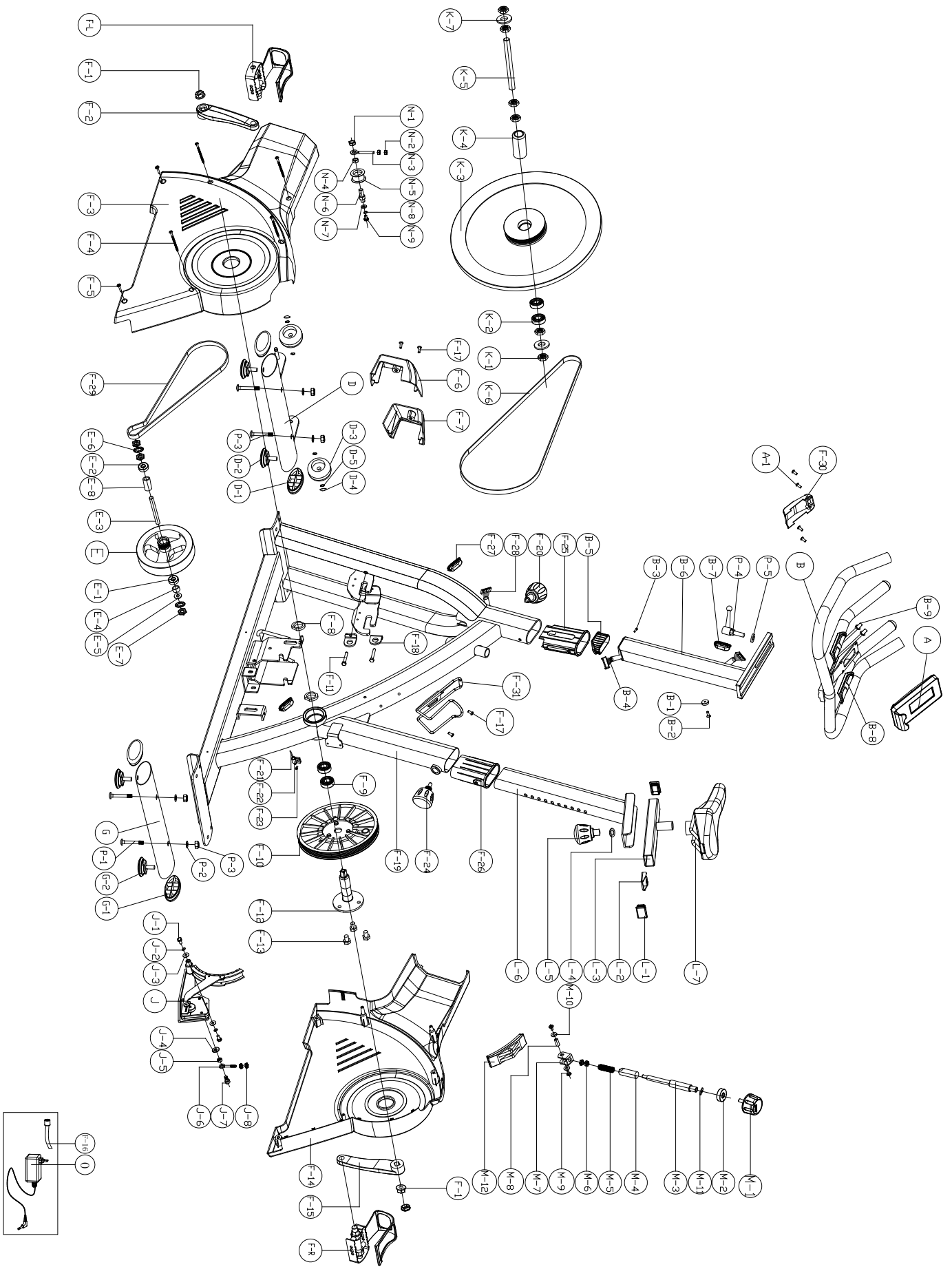


Внимание

- Перед сборкой тренажёра внимательно прочтите настоящее руководство.

EAC

Сборочный чертёж



ПЕРЕЧЕНЬ ДЕТАЛЕЙ

#	№	Наименование	Технические характеристики	Кол-во	Ед. изм.
1	A	Консоль	TUNTURI	1	шт
2	A-1	Винт М5х10	М5*10 Цвет - чёрный	4	шт
3	B	Поручень	Цвет - чёрный	1	шт
4	B-1	Ограничительная втулка	Цвет - чёрный Материал - резина	1	шт
5	B-2	Винт М5х12	М5х12мм Цвет - чёрный Класс прочности: 8.8	1	шт
6	B-3	Саморез М3х12	М3х12мм	1	шт
7	B-4	Верхний провод	600мм12P(W)+12P(B)	1	шт
8	B-5	Прокладка	Материал - ПВХ Цвет - чёрный	1	шт
9	B-6	Передняя стойка	Хромированная	1	шт
10	B-7	Защитная крышка	Цвет - чёрный Материал - ПП	1	шт
11	B-8	Датчик пульсометра	Цвет - чёрный	2	шт
12	B-9	Провод пульсометра	400мм 2P + двойная клемма	2	шт
13	D	Передний стабилизатор	RAL 9004 Цвет - чёрный	1	шт
14	D-1	Заглушка стабилизатора	Цвет - чёрный Материал - АБС	2	шт
15	D-2	Регулируемая ножка	3/8"-16 х30мм Цвет - чёрный φ40	2	шт
16	D-3	Транспортировочное колесо	Цвет - чёрный	2	шт
17	D-4	Гайка	М8	2	шт
18	D-5	Стопорное кольцо	φ8	4	шт
19	E	Маховик в сборе (E-1~E8)	φ150х32Вт Цвет - чёрный	1	комплект
20	E-1	Подшипник 6000RS	6000RS	1	шт
21	E-2	Подшипник 6900RS	6900RS	1	шт
22	E-3	Ось маховика	φ10х106.5мм	1	шт

23	E-4	Пластиковая втулка	φ10хφ14х6мм (нейлон)	1	шт
24	E-5	Плоская шайба	φ10хφ14х1т	2	шт
25	E-6	Звездообразная шайба	φ10хφ17х1т 30#	2	шт
26	E-7	Гайка 3/8"-26х4.5т	3/8"-26х4.5т (30#)	5	шт
27	E-8	Втулка	φ13хφ14х46.5мм (Q235)	1	шт
28	F	Педали в комплекте	JD305A	1	комплект
29	F-1	Гайка	M10хP1.25х9Т (нейлон) Класс прочности: 8.8	2	шт
30	F-2	Левый кривошип	9/16" x 180мм	1	шт
31	F-3	Левая защитная панель	RAL 9004 Цвет - чёрный	1	шт
32	F-4	Саморез M4х50	M4х50мм 35#	4	шт
33	F-5	Саморез M4х16	M5х16мм Класс прочности: 8.8	4	шт
34	F-6	Передняя крышка рамы (левая)	RAL 9004 Цвет - чёрный	1	шт
35	F-7	Передняя крышка рамы (правая)	RAL 9004 Цвет - чёрный	1	шт
36	F-8	Гайка M20	M20*P1.0 Цвет - чёрный	2	шт
37	F-9	Подшипник 6004RS	6004RS	2	шт
38	F-10	Приводной шкив	φ210*6 канавок Алюминиевый	1	шт
39	F-11	Винт M6х30	M6хP1.0х30мм Класс прочности:8.8	2	шт
40	F-12	Ось	φ20*180мм	1	шт
41	F-13	Винт M8х12	M8хP1.25 x 12мм x 5т	3	шт
42	F-14	Правая защитная панель	RAL 9004 Цвет - чёрный	1	шт
43	F-15	Правый кривошип	9/16" x 180мм	1	шт
44	F-16	Провод питания	350мм+3P	1	шт
45	F-17	Винт M5х14	M5х14L 30#	4	шт
46	F-18	Регулятор	4Т	2	шт
47	F-19	Главная рама	Цвет - чёрный	1	комплект
48	F-20	Ручка-фиксатор	M16 x P1.5 x 25мм	1	шт
49	F-21	Датчик + провод	400мм	1	шт
50	F-22	Фиксатор датчика	Цвет - чёрный	1	шт
51	F-23	Винт M4х10	M4х10мм	1	шт

52	F-24	Ручка-фиксатор	M16 x P1.5 x 25мм Цвет - чёрный	1	шт
53	F-25	Переходная втулка	Цвет - чёрный Материал - ПП	1	шт
54	F-26	Переходная втулка	Цвет - чёрный Материал - ПП	1	шт
55	F-27	Заглушка	Цвет - чёрный Материал - ПВХ	2	шт
56	F-28	Нижний провод	1000мм 12P (W)+2P 70мм+3	1	шт
57	F-29	Приводной ремень	J5 838мм (330J)	1	шт
58	F-30	Задняя крышка консоли	Цвет - чёрный	1	шт
	F-31	Держатель бутылки для воды	VM660用(电镀)	1	шт
59	G	Задний стабилизатор	RAL 9004 Цвет - чёрный	1	шт
60	G-1	Заглушка стабилизатора	Цвет - чёрный	2	шт
61	G-2	Регулируемая ножка	3/8"-16x30мм Цвет - чёрный φ50	2	шт
62	J	Электромагнитный тормозной блок	10 магнитных пластин	1	комплект
		Двигатель		1	комплект
63	J-1	Винт M6xP1.0*16	M6xP1.0*16мм	2	шт
64	J-2	Пружинная шайба	φ6	2	шт
65	J-3	Плоская шайба φ6xφ13x1t	φ6xφ13x1t	2	шт
66	J-4	Плоская шайба φ8*φ19*2T	φ8*φ19*2T	2	шт
67	J-5	Втулка	φ10xφ14x6мм (Q235)	1	шт
68	J-6	Регулятор	M6*φ18*63мм	1	шт
69	J-7	Винт M8x22	M8*22мм	1	шт
70	J-8	Шестигранная гайка M6	M6	2	шт
71	K	Маховик в сборе (K1-K7)	Цвет - чёрный	1	комплект
72	K-1	Гайка	9/16"x5.5t	6	шт
73	K-2	Подшипник 6202RS	6202RS	2	шт
73	K-2	Подшипник 6202RS	6202RS Пластиковый корпус (东培)	2	шт
74	K-3	Маховик		1	шт

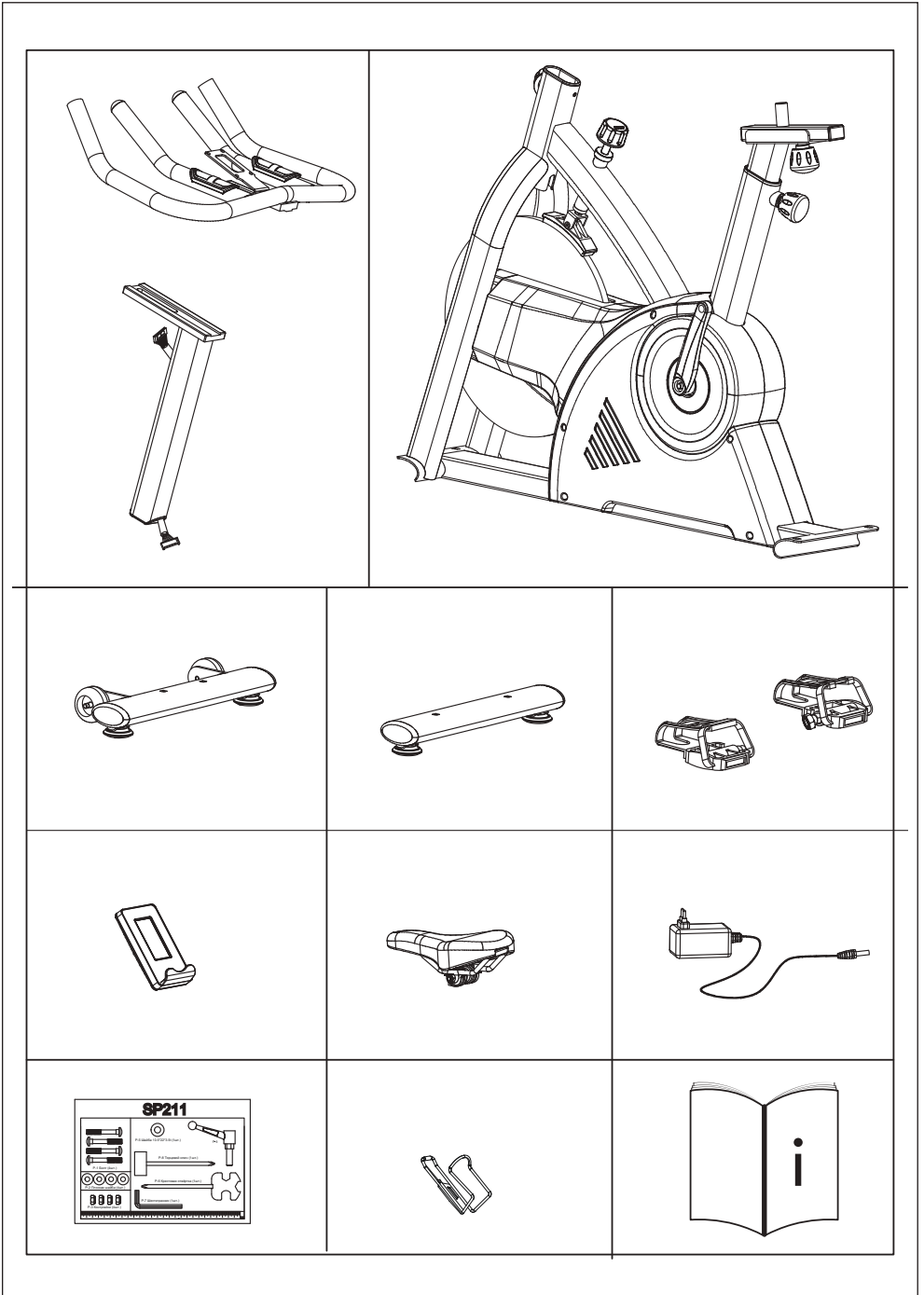
75	K-4	Втулка	φ26*56.8мм	1	шт
76	K-5	Ось маховика	φ15*156мм	1	шт
77	K-6	Ремень	РК 5 канавок 1320мм	1	шт
78	K-7	Плоская шайба φ15хφ25х1t	φ15хφ25х1t	2	шт
79	L	Сиденье в сборе	215мм хромированное	1	комплект
80	L-1	Заглушка	25*40 Цвет - чёрный Материал - ПВХ	2	шт
81	L-2	Кронштейн		1	шт
82	L-3	Каретка сиденья	Хромированная	1	шт
83	L-4	Плоская шайба	φ12.5хφ24х2t	1	шт
84	L-5	Ручка-фиксатор	Цвет - чёрный	1	шт
85	L-6	Опора сиденья	Хромированная	1	шт
86	L-7	Сиденье	SP-4 Цвет - чёрный Мягкая кожа	1	шт
87	M	Тормозной рычаг		1	комплект
88	M-1	Ручка тормозного рычага		1	шт
89	M-2	Гайка	M20*1.0*10мм	1	шт
90	M-3	Стержень	φ13*170мм	1	шт
91	M-4	Корпус рычага	φ18*64мм	1	шт
92	M-5	Пружина φ15*1.6Т*86	φ15*1.6Т*86мм Цвет - чёрный	1	шт
93	M-6	Шестигранная гайка M8	M8 4t	2	шт
94	M-7	Кронштейн	3Т Цвет - чёрный	1	шт
95	M-8	Втулка φ9.2*18	φ9.2*18мм 45#	1	шт
96	M-9	Винт M5x8	M5x8	2	шт
97	M-10	Плоская шайба φ10хφ14х1t	φ10хφ14х1t	2	шт
98	M-11	Шайба φ13.5хφ18.5х0.5t	φ13.5хφ18.5х0.5t	1	шт
99	M-12	Основание тормозного рычага	Цвет - чёрный Материал - АБС + Fibrac	1	шт
100	N	Натяжной ролик в сборе (N-1~N-9)		1	комплект
101	N-1	Шестигранная гайка M10	M10 7t	1	шт
102	N-2	Шестигранная гайка M6	M6	2	шт

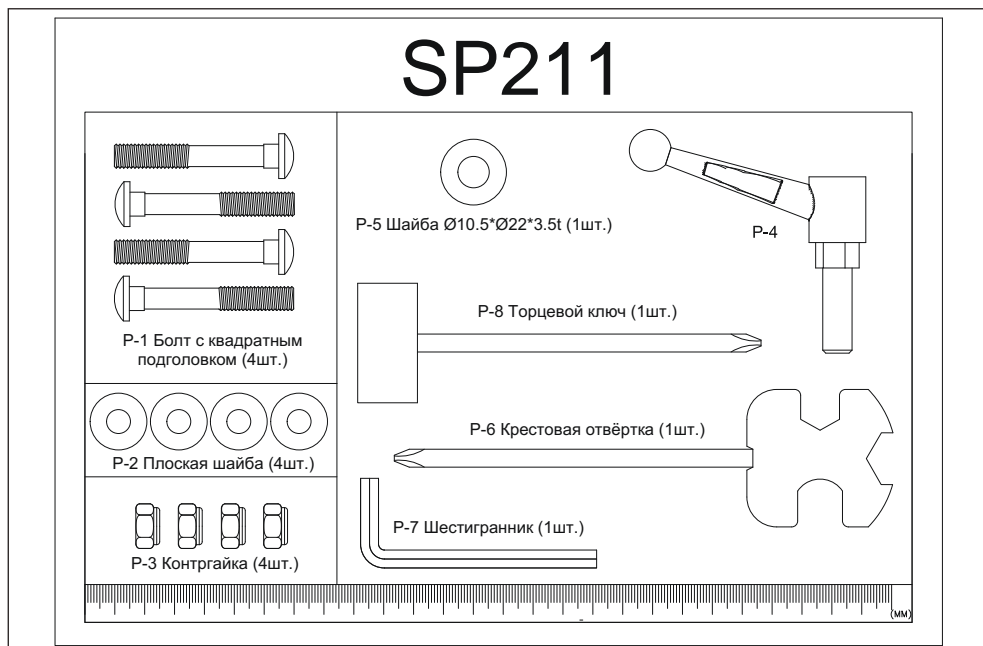
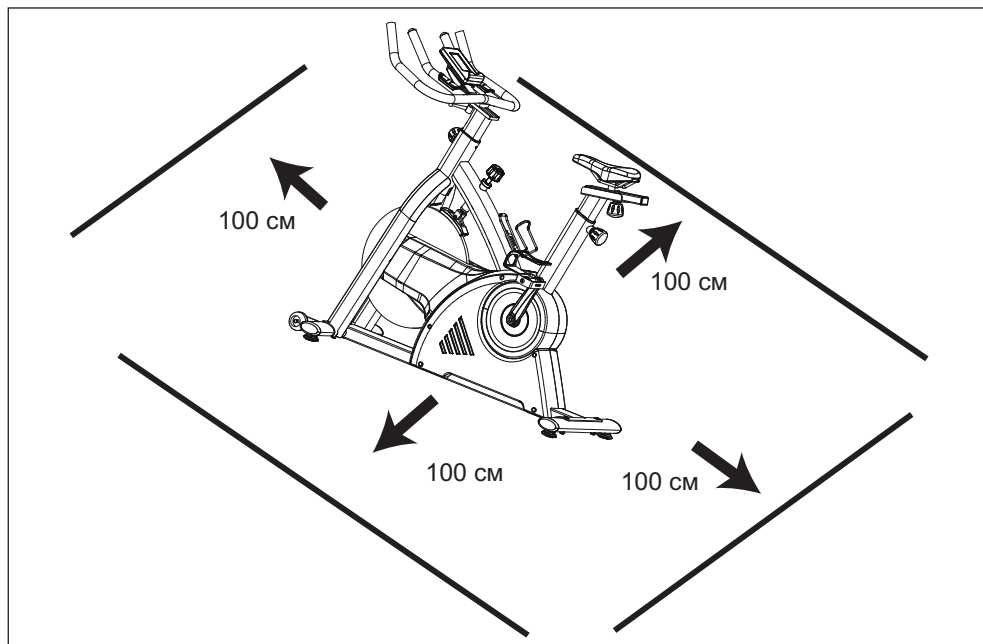
103	N-3	Регулятор	M6*φ18*63мм	1	шт
104	N-4	Втулка φ10хφ14х4	φ10хφ14х4мм Q235	1	шт
105	N-5	Шкив	φ30х22мм	1	шт
106	N-6	Ось	41мм	1	шт
107	N-7	Плоская шайба φ6хφ13х1t	φ6хφ13х1t	1	шт
108	N-8	Пружинная шайба φ6	φ6	1	шт
109	N-9	Винт M6хP1.0х12	M6 х P1.0 х 12мм	1	шт
110	P	Комплект крепежей (P-1 – P-8)	Цвет - чёрный Блистерная упаковка	1	комплект
111	P-1	Болт с квадратным подго- ловком M8х55		4	шт
112	P-2	Плоская шайба φ8хφ19	φ8хφ19х2t	8	шт
113	P-3	Гайка с нейлоновой вставко- й M8	M8	4	шт
114	P-4	Ручка-фиксатор	M10*26.5мм	1	шт
115	P-5	Шайба	φ10.5*φ22*3.5t	1	шт
116	P-6	Гаечный ключ (с крестовой отвёрткой)	13.15.19.5 Q235	1	шт
117	P-7	Шестигранник	6мм Цвет - чёрный 30мм х 84мм Q235	1	шт
118	P-8	Торцевой ключ (с крестово- й отвёрткой)	13.14 9B7500MA	1	шт
119	O	Адаптер питания	Напряжение питания: 100- 240V	1	шт
		Руководство пользователя		1	шт

A

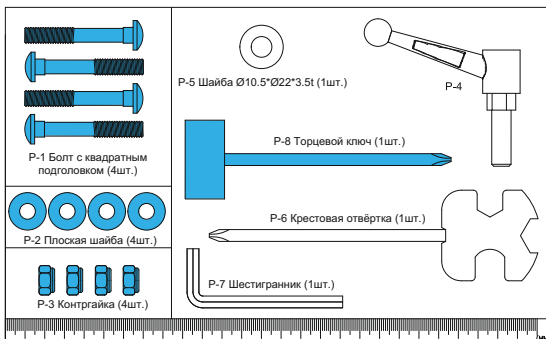
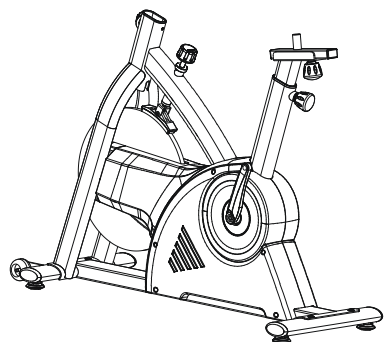
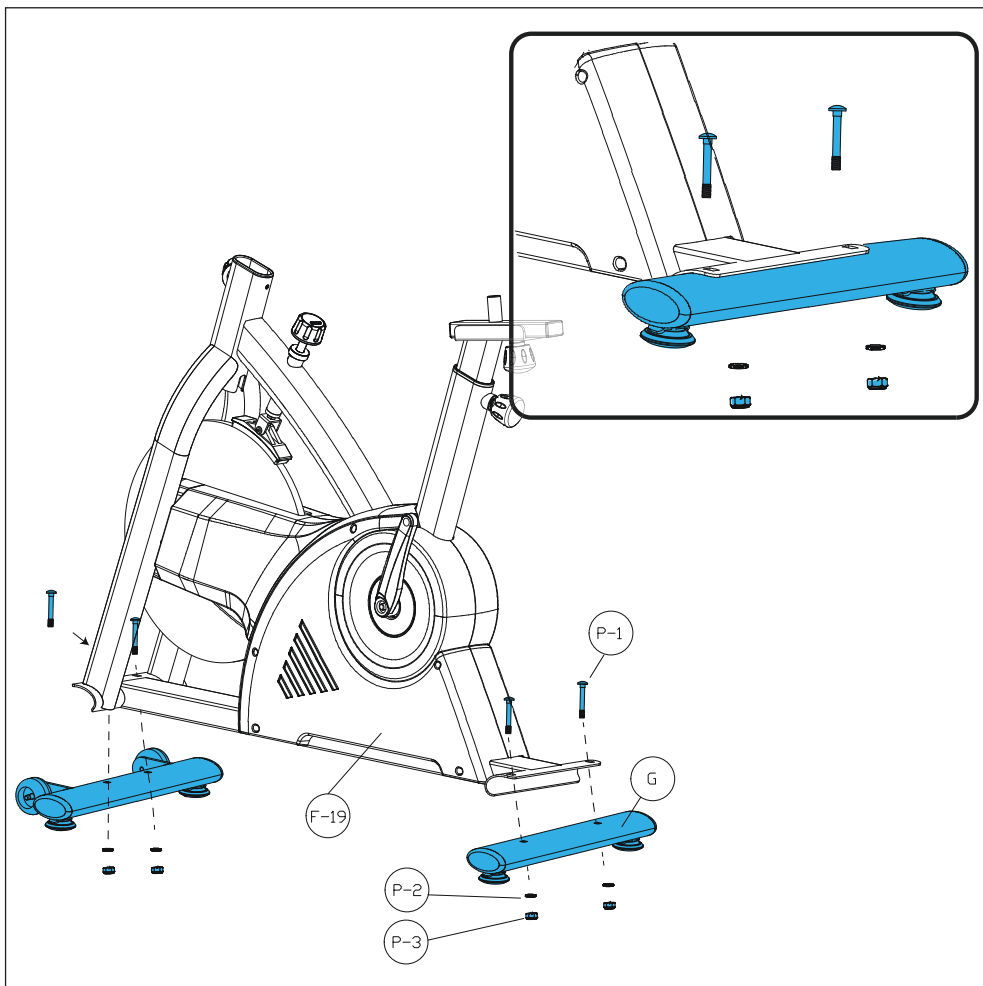


B

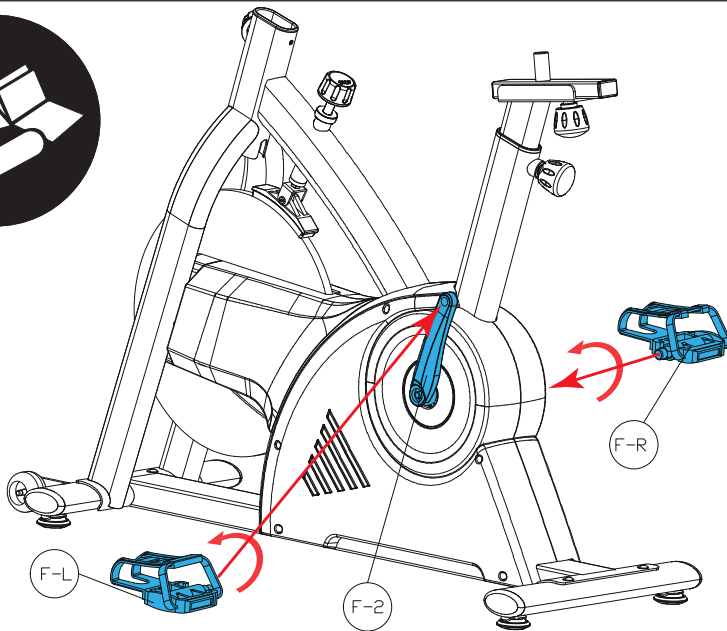


C**D**

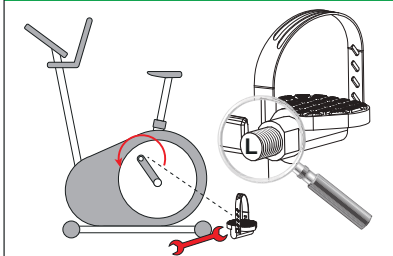
D-1



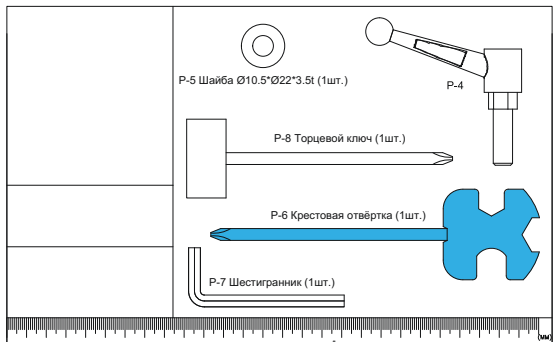
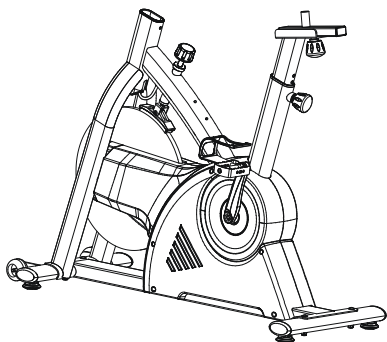
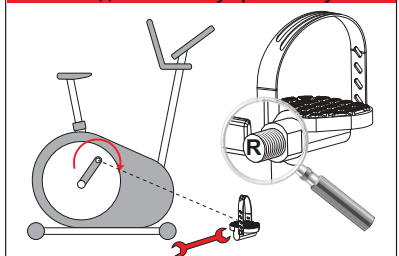
D-2



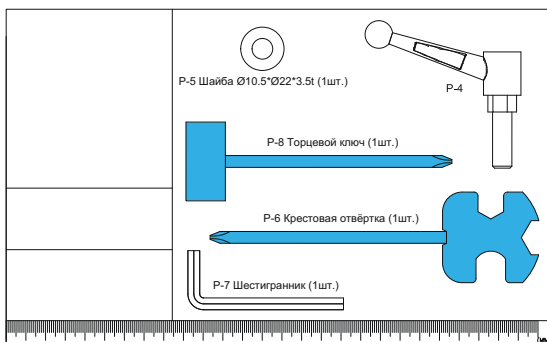
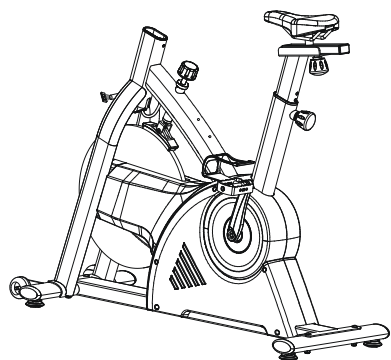
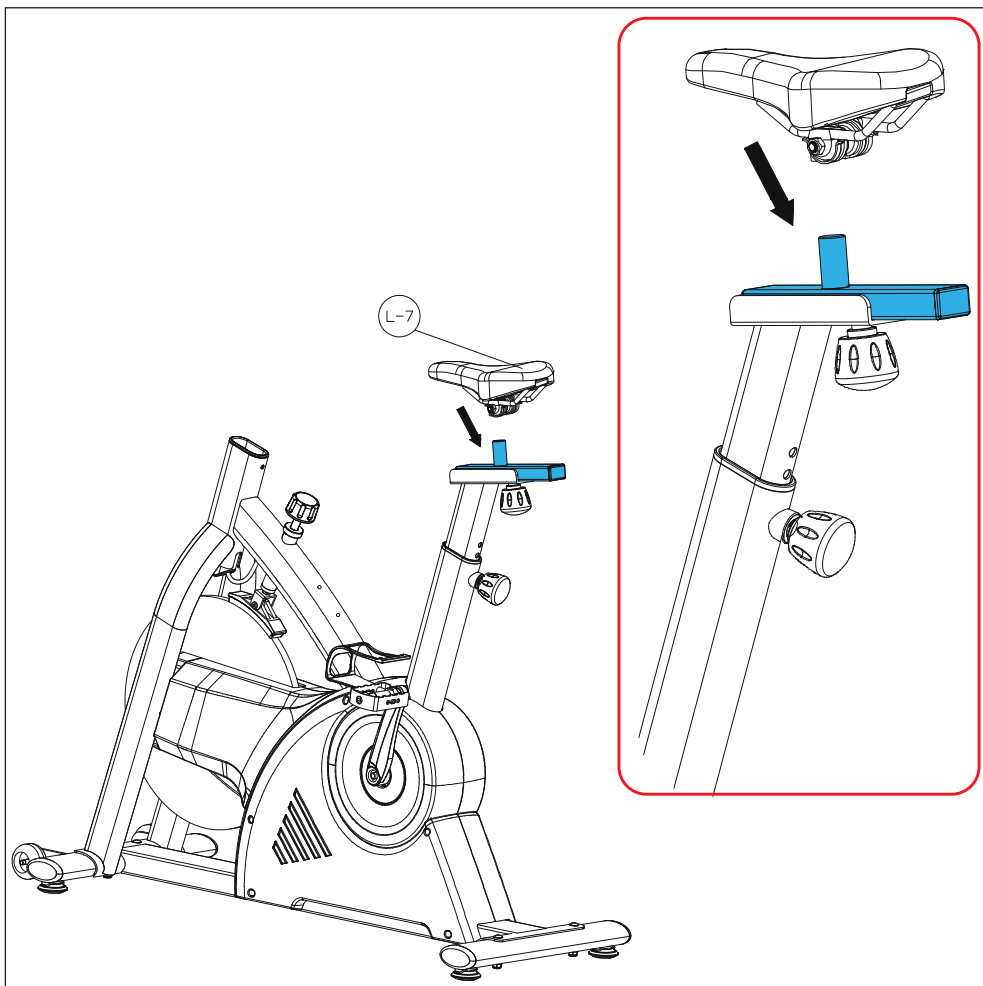
L Установка левой педали
Следует крепить к
одноимённому кривошипу



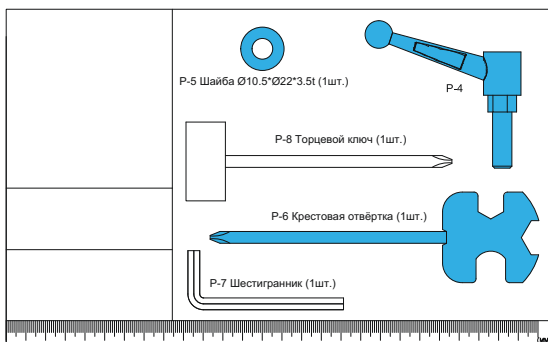
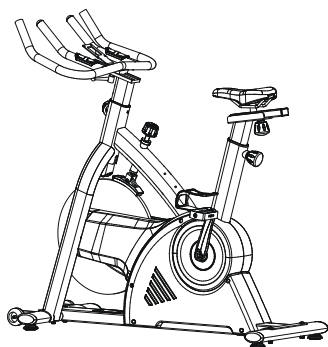
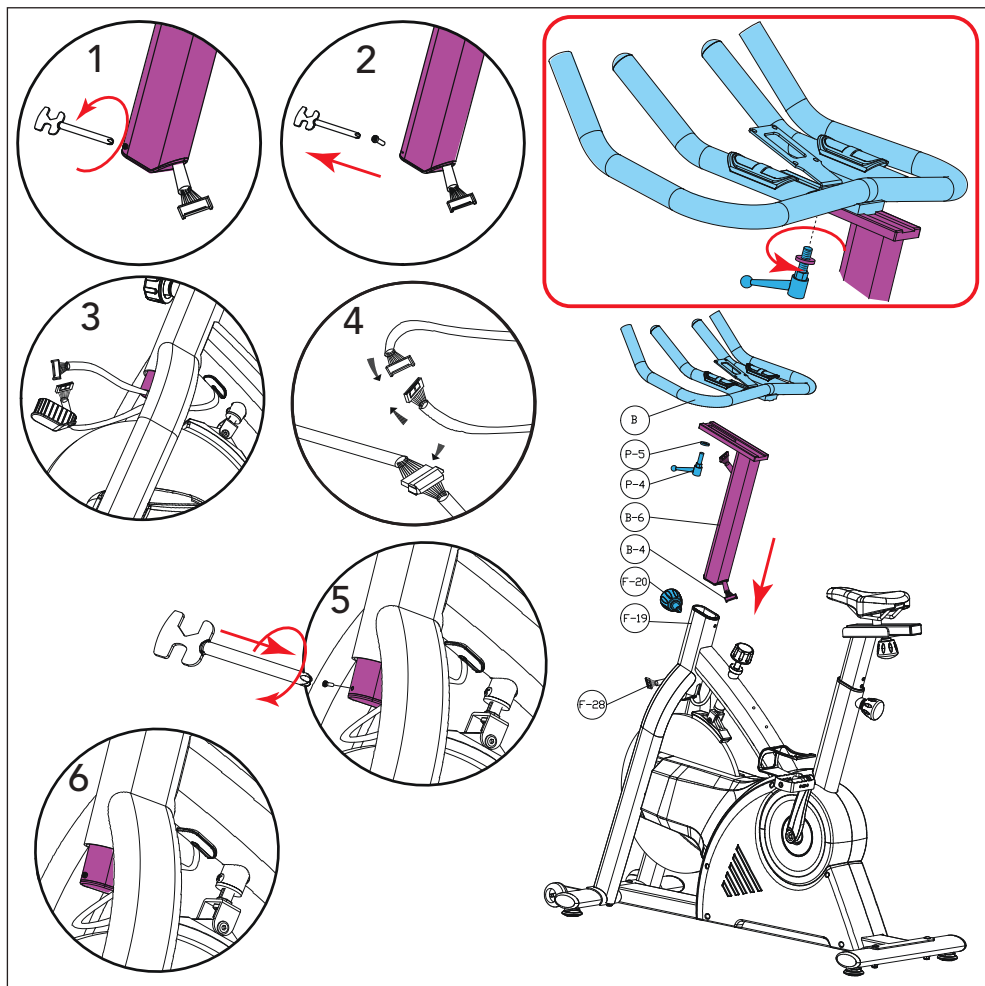
R Установка правой педали
Следует крепить к
одноимённому кривошипу



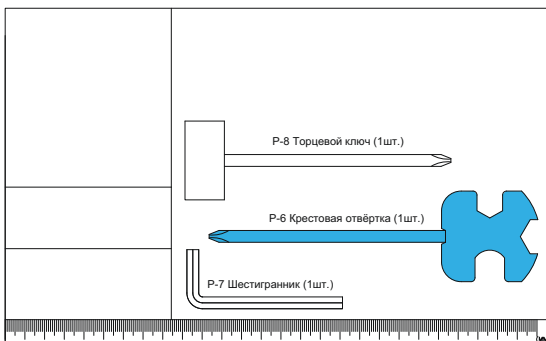
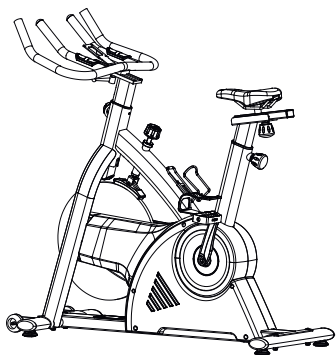
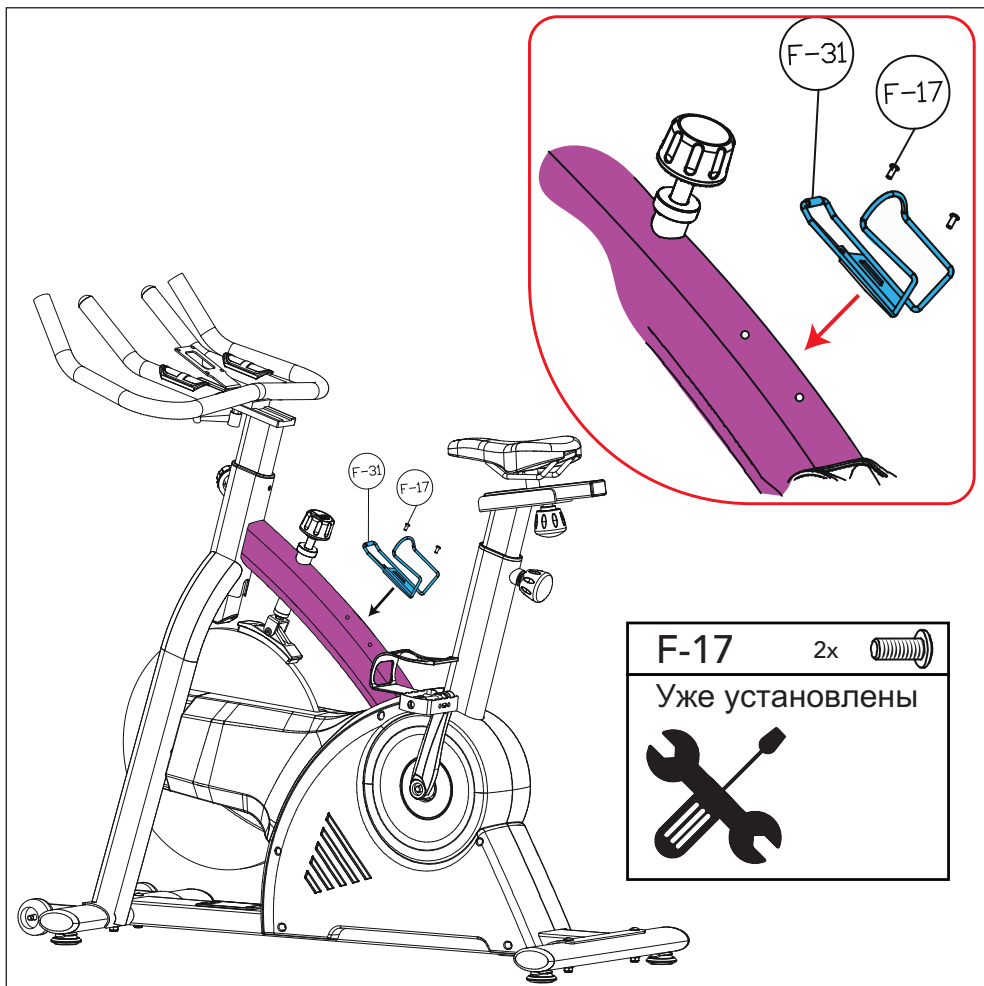
D-3



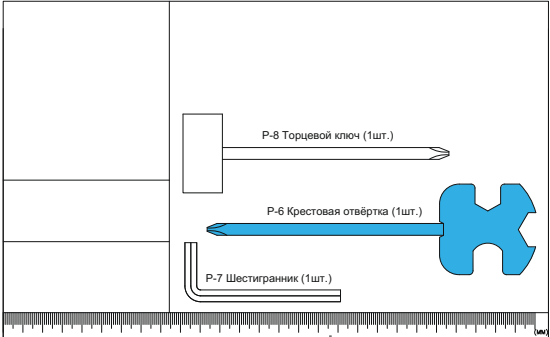
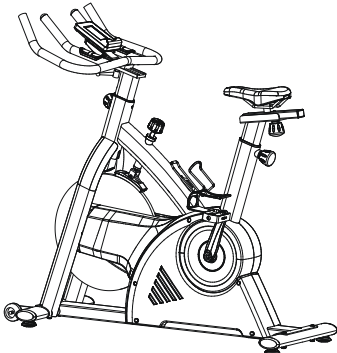
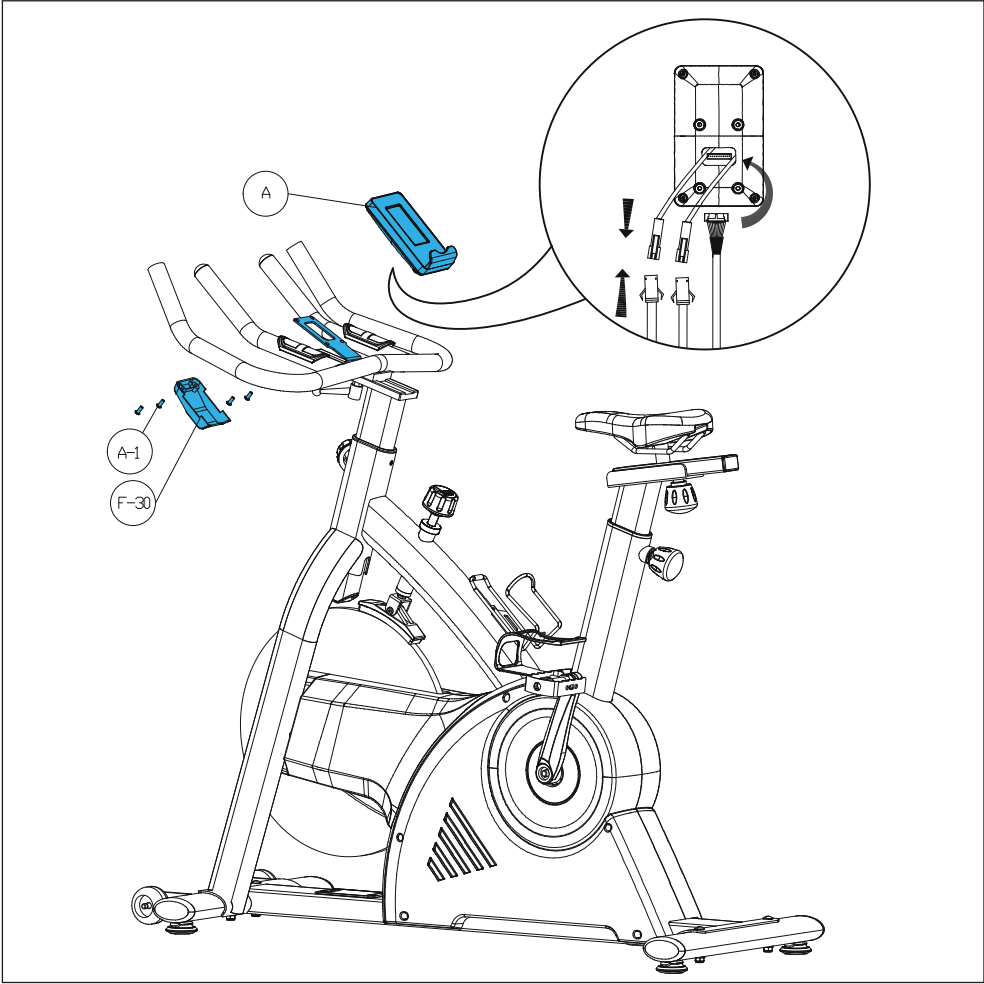
D-4



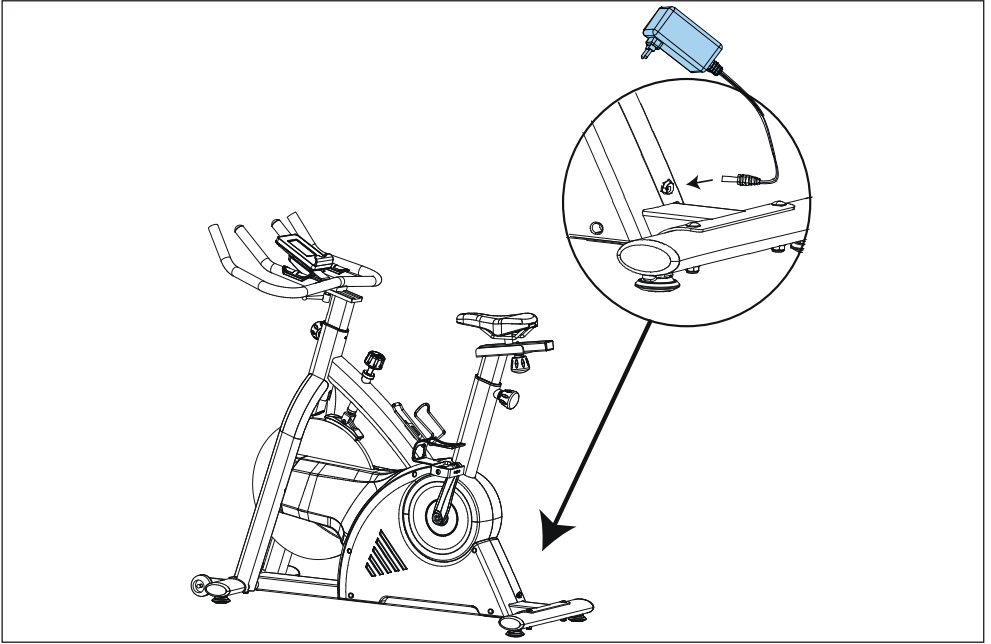
D-5



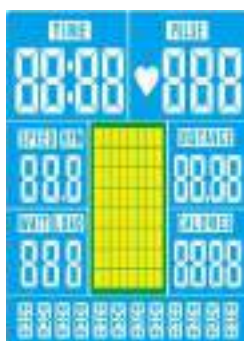
D-6



E



ИНСТРУКЦИЯ ПО РАБОТЕ С КОНСОЛЬЮ



Информация, отображаемая на дисплее:

Показатель	Описание
ВРЕМЯ (TIME)	<ul style="list-style-type: none"> Длительность тренировки. Диапазон: 0:00 ~ 99:59
СКОРОСТЬ (SPEED)	<ul style="list-style-type: none"> Текущая скорость движения пользователя. Диапазон: 0.0 ~ 99.9 км/ч или миль/ч.
ДИСТАНЦИЯ (DISTANCE)	<ul style="list-style-type: none"> Расстояние, пройденное во время тренировки. Диапазон: 0.0 ~ 99.9 км или миль.
КАЛОРИИ (CALORIES)	<ul style="list-style-type: none"> Количество калорий, сожжённых во время тренировки. Диапазон: 0 ~ 9999
ПУЛЬС (PULSE)	<ul style="list-style-type: none"> Пульс пользователя во время тренировки. Диапазон значений: 0~230. Когда текущее значение пульса выходит за пределы целевой зоны, консоль издаёт звуковой сигнал, чтобы оповестить об этом пользователя.
ОБ/МИН (RPM)	<ul style="list-style-type: none"> Количество оборотов, сделанных в минуту. Диапазон: 0 ~ 999
НАГРУЗКА (WATT)	<ul style="list-style-type: none"> Расход энергии во время тренировки. Диапазон: 0~999

Функциональные кнопки

Кнопка	Назначение
Вверх (Up)	<ul style="list-style-type: none"> Увеличение сопротивления. Изменение параметра в режиме настроек.
Вниз (Down)	<ul style="list-style-type: none"> Уменьшение сопротивления. Изменение параметра в режиме настроек.
Ввод (Mode)	<ul style="list-style-type: none"> Подтверждение настроек, переключение на желаемую функцию.
Сброс (Reset)	<ul style="list-style-type: none"> Перезагрузка консоли (при удержании кнопки в течение двух секунд) В режиме настроек или режиме паузы – возврат в главное меню.
Пуск/стоп (Start/ Stop)	<ul style="list-style-type: none"> Начало/завершение тренировки.
Режим восстановления (Recovery)	<ul style="list-style-type: none"> Определение скорости восстановления пульса.

Порядок действий:

Включение:

В момент запуска консоли (а также при перезагрузке) устройство издаст звуковой сигнал, а на дисплее в течение двух секунд одновременно загорятся все сегменты дисплея (см. рисунок 1). Затем на дисплее отобразится диаметр колеса и единица измерения (см. рисунок 2). После этого устройство переключится на главное меню.

Если в течение четырёх минут на консоль не будут поступать сигналы, устройство переключится в энергосберегающий режим. Нажмите на любую кнопку, чтобы активировать консоль.

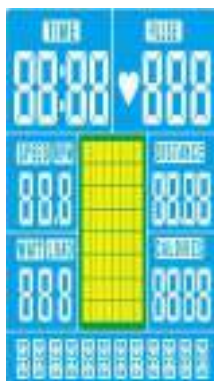


Рисунок 1

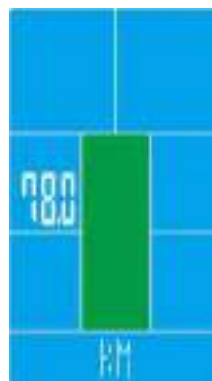


Рисунок 2

Выбор режима тренировки:

Чтобы выбрать нужный режим, зайдите в главное меню, после чего выполните переключение при помощи соответствующей системы управления (вверх/вниз):

Ручной режим (см. рисунок 3) → Начальный уровень (см. рисунок 9) → Продвинутый уровень (см. рисунок 11) → Профессиональный режим (см. рисунок 13) → Кардио-тренировка (см. рисунок 15) → Целевой режим с контролем нагрузки (см. рисунок 18), → Ручной режим (см. рисунок 3).

Ручной режим

Чтобы запустить тренажёр в ручном режиме, в главном меню нажмите кнопку START.



Рисунок 3

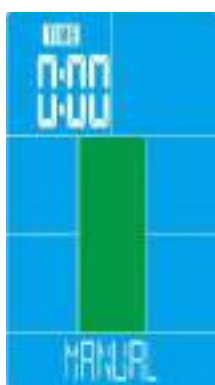


Рисунок 4

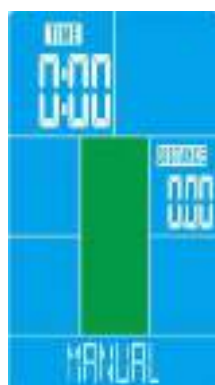


Рисунок 5

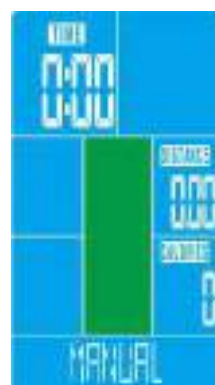


Рисунок 6



Рисунок 7



Рисунок 8

1. При помощи кнопок вверх/вниз выберите в настройках ручной режим, подтвердите выбор нажатием кнопки MODE.
2. При помощи кнопок вверх/вниз установите длительность тренировки (см. рисунок 4), а также целевые показатели дистанции (см. рисунок 5), калорий (см. рисунок 6) и пульса (см. рисунок 7). Выполняйте подтверждение каждого параметра при помощи кнопки MODE.
3. Нажмите кнопку START/STOP для запуска тренажёра. При необходимости отрегулировать сопротивление, используйте кнопки вверх/вниз.
4. Для паузы повторно нажмите кнопку START/STOP. Для возврата в главное меню нажмите кнопку RESET.

Начальный уровень

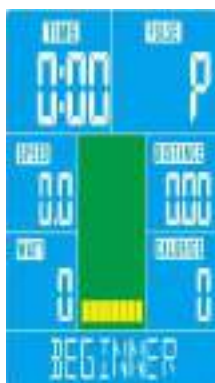


Рисунок 9

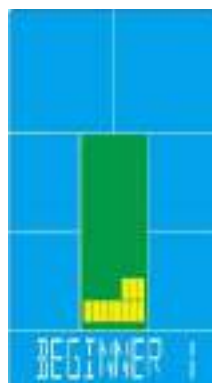


Рисунок 10

1. Выберите в настройках режим для начинающих пользователей, подтвердите выбор нажатием кнопки MODE. Затем при помощи кнопок вверх/вниз переключитесь на нужную программу из представленного диапазона Beginner 1 (Рисунок 10) ~ Beginner 4. Нажмите кнопку MODE для подтверждения.
2. Установите длительность тренировки, используя кнопки вверх/вниз.
3. Нажмите кнопку START/STOP для запуска тренажёра. При необходимости отрегулировать сопротивление, используйте кнопки вверх/вниз.
4. Для паузы повторно нажмите кнопку START/STOP. Для возврата в главное меню нажмите кнопку RESET.

Продвинутый уровень



Рисунок 11

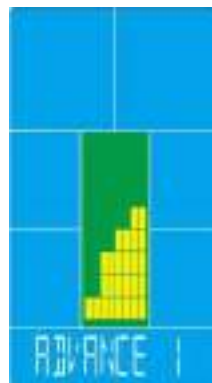


Рисунок 12

1. Выберите в настройках продвинутый режим (см. рисунок 11), подтвердите выбор нажатием кнопки MODE. Затем при помощи кнопок вверх/вниз переключитесь на нужную программу из представленного диапазона Advance 1 (Рисунок 12) ~ Advance 4. Нажмите кнопку MODE для подтверждения.
2. Установите длительность тренировки, используя кнопки вверх/вниз.
3. Нажмите кнопку START/STOP для запуска тренажёра. При необходимости отрегулировать сопротивление, используйте кнопки вверх/вниз.
4. Для паузы повторно нажмите кнопку START/STOP. Для возврата в главное меню нажмите кнопку RESET.

Профессиональный режим



Рисунок 13

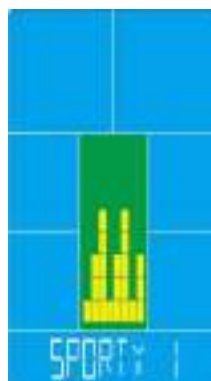


Рисунок 14

1. Выберите в настройках режим для профессиональных спортсменов (см. рисунок 13), подтвердите выбор нажатием кнопки MODE. Затем при помощи кнопок вверх/вниз переключитесь на нужную программу из представленного диапазона Sporty 1 (см. рисунок 14) ~ Sporty 4. Нажмите кнопку MODE для подтверждения.
2. Установите длительность тренировки, используя кнопки вверх/вниз.
3. Нажмите кнопку START/STOP для запуска тренажёра. При необходимости отрегулировать сопротивление, используйте кнопки вверх/вниз.
4. Для паузы повторно нажмите кнопку START/STOP. Для возврата в главное меню нажмите кнопку RESET.

Кардио-тренировка



Рисунок 15

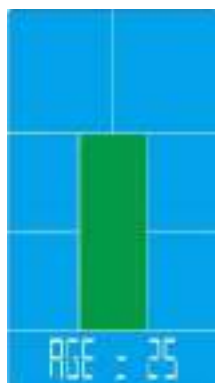


Рисунок 16

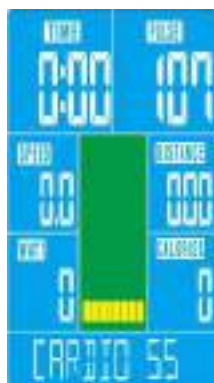


Рисунок 17

1. Выберите в настройках кардио-тренировку (Рисунок 15), подтвердите выбор нажатием кнопки MODE.
2. При помощи кнопок вверх/вниз введите в систему свой возраст (Рисунок 16) и подтвердите значение, нажав кнопку MODE.
3. При помощи кнопок вверх/вниз установите показатель ЧСС: 55% (см. рисунок 17), 75%, 90% или TAG (целевое значение, по умолчанию 100).
4. При помощи кнопок вверх/вниз установите длительность тренировки.
5. Для запуска и остановки тренажёра используйте кнопку START/STOP. Для возврата в главное меню нажмите кнопку RESET.

Целевой режим с контролем нагрузки



Рисунок 18

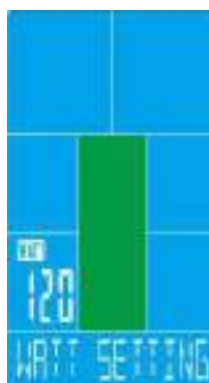


Рисунок 19

1. Выберите в настройках режим WATT (см. рисунок 18), подтвердите свой выбор нажатием кнопки MODE.
2. При помощи кнопок вверх/вниз установите целевое значение расхода энергии (определяется количеством калорий, которое пользователь сжигает во время тренировки). По умолчанию система предложит значение 120 (см. рисунок 19).
3. При помощи кнопок вверх/вниз установите длительность тренировки.
4. Нажмите кнопку START/STOP для запуска тренажёра. Изменить целевой параметр можно при помощи кнопки вверх/вниз.
5. Для паузы повторно нажмите кнопку START/STOP. Для возврата в главное меню нажмите кнопку RESET.

Режим восстановления

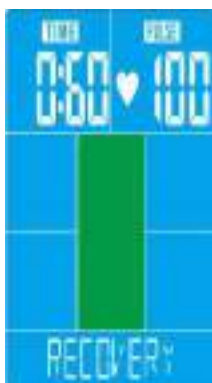


Рисунок 20

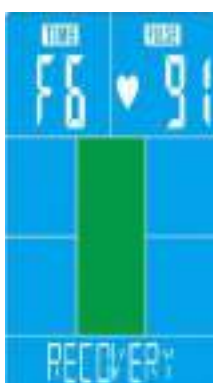


Рисунок 21

1.0	OUTSTANDING
1.0 : F : 2.0	EXCELLENT
2.0 : F : 2.9	GOOD
3.0 : F : 3.9	FAIR
4.0 : F : 5.9	BELOW AVERAGE
6.0	POOR

Рисунок 22

1. В конце тренировочной программы возьмитесь за поручень, на котором расположены датчики пульсометра, и нажмите кнопку RECOVERY. При активации режима отсчёт всех параметров прекратится – за исключением времени (система запустит минутный обратный отсчёт, см. рисунок 20).
2. По завершению система выдаст результат (F1, F2...F6) (см. рисунок 21). Показатель F1 говорит о быстром восстановлении пульса, что является отличным результатом, а F6 – наоборот, медленное восстановление).

Можно возобновить тренировку, чтобы улучшить свой результат.

Нажмите кнопку RECOVERY ещё раз, чтобы вернуться в главное меню.

***ПРИЛОЖЕНИЕ**



1. Управление тренировочным процессом можно осуществлять за счёт специального приложения на смарт-устройстве, к которому консоль подключается посредством Bluetooth.
2. После того, как соединение со смарт-устройством будет установлено, консоль выключится.

Типы неполадок и их устранение:

1. При возникновении проблем с функционированием консоли выполните перезапуск устройства: отсоедините адаптер питания от электросети, а затем заново подключите.

2. Код ошибки E-1:

На устройство не поступают сигналы с датчиков, вследствие чего расчёт параметров невозможен. Проверьте положение рук на поручне.

3. Код ошибки E-4:

Превышение диапазона допустимых значений возраста, роста или веса пользователя при настройке данных. Пожалуйста, используйте точные данные пользователя.

4. Код ошибки E-7:

4-1. Осмотрите провода, проверьте, чтобы все соединения были выполнены верно. Убедитесь в отсутствии обрывов или ослабления контактов.

4-2. Проверьте, не превышен ли диапазон допустимых значений.

Примечание:

Информация, представленная в настоящем руководстве, носит справочный характер. Фактическая функциональность консоли может отличаться. Подробную информацию об устройстве уточняйте у продавца.

Содержание

Введение	24
Меры предосторожности	24
Электробезопасность	25
Сборка	25
Описание (схема А)	25
Описание (схема В)	25
Описание (схема С)	25
Описание (схема D)	26
Дополнительная информация	26
Использование	26
Электропитание (схема E)	27

Введение

Настоящее руководство является неотъемлемой частью изделия: прежде чем приступить к сборке и эксплуатации тренажёра, внимательно прочтите все инструкции в документе. Обратите внимание на следующие меры предосторожности:

Меры предосторожности

ВНИМАНИЕ

Изучите инструкции, представленные в руководстве, и следуйте им во время работы с тренажёром. Несоблюдение представленных правил и рекомендаций может привести к травмам пользователя или повреждению изделия. Сохраните документ с целью его дальнейшего использования в качестве справочного материала.

ВНИМАНИЕ

- Показания частоты пульса могут быть неточными.
 - Чрезмерная нагрузка может привести к травмам или даже летальному исходу. При появлении признаков слабости или головокружения, немедленно прекратите тренировку.
- Тренажер предназначен только для домашнего пользования. Он не подлежит сдаче в аренду или использованию в иных коммерческих целях.
- Не допускается использовать изделие более 5 часов в день.
- Изделие может представлять опасность для детей, лиц с ограниченными возможностями, а также для тех, у кого отсутствует достаточный опыт или знания в данной сфере. В этом случае обязательно должны быть ответственные лица, которые ознакомят с тренажёром, будут осуществлять контроль во время тренировки, а также окажут помощь, если это необходимо.
- Перед началом тренировок проверьте состояние своего здоровья, проконсультировавшись с врачом.
- В случае, если вы ощущаете тошноту, головокружение или другие виды недомогания, немедленно прекратите тренировку и обратитесь к врачу.
- Во избежание мышечной боли и растяжений начинайте каждую тренировку с разминки, а завершайте заминкой. Не забывайте сделать растяжку в конце тренировки.
- Изделие должно использоваться только в помещении. Эксплуатация вне помещений не допускается.

- Используйте тренажёр только в помещениях с хорошей вентиляцией. Чтобы не простудиться, не используйте изделие на сквозняке.
- Пользоваться изделием можно при температуре окружающего воздуха от 10°C до 35°C. Хранить при температурах от 5°C до 45°C.
- Не используйте и не храните тренажёр в помещениях с высокой влажностью. Влажность воздуха не должна превышать 80%.
- Не допускается использование тренажёра в иных целях, не указанных в настоящем руководстве.
- Не используйте тренажёр, если одна из его частей повреждена или неисправна. При обнаружении повреждений/дефектов свяжитесь с продавцом изделия.
- Не касайтесь руками, ногами и другими частями тела движущихся частей тренажера.
- Следите за тем, чтобы во время тренировки ваши волосы не находились рядом с движущимися частями тренажера.
- Тренируйтесь в подходящей одежде и обуви.
- Следите за тем, чтобы свисающие элементы одежды, украшения и другие предметы не соприкасались с движущимися частями тренажера.
- На тренажёре может заниматься только один человек одновременно. Максимально допустимый вес пользователя - 135 кг.
- Не вскрывайте тренажёр без предварительной консультации с продавцом изделия.

Электробезопасность

(Только для изделий, подключаемых к сети электропитания)

- Перед использованием убедитесь, что напряжение источника питания совпадает с напряжением, указанным на табличке тренажера.
- Не используйте удлинитель.
- Провод питания не должен соприкасаться с источниками тепла, острыми предметами и смазочными материалами.
- Не пытайтесь переделывать или изменять провод питания или его вилку.
- Не пользуйтесь тренажёром, если провод питания или вилка повреждены/неисправны. Обратитесь к продавцу изделия для замены дефектного элемента.

- Разматывать провод питания следует полностью.
- Не прокладывайте провод питания под ковром или другими предметами. Не кладите на провод какие-либо предметы.
- Убедитесь, что провод питания не свисает с края стола, и что за него нельзя случайно потянуть или запнуться об него.
- Не оставляйте подключенный к розетке тренажёр без присмотра.
- При отключении тренажера от розетки не тяните за провод питания.
- Отключайте тренажёр от электросети всякий раз, когда он не используется, а также перед сборкой/разборкой изделия, перед чисткой и техническим обслуживанием.

Сборка

Описание (схема А)

На схеме показано, как будет выглядеть тренажёр по завершению сборки.

Вы можете использовать её во время сборки в качестве ориентира, но ни в коем случае не нарушайте последовательность, выполняйте все этапы в соответствии с инструкциями.

Описание (схема В)

На схеме показаны детали, которые потребуются вам для сборки тренажёра.

!! ПРИМЕЧАНИЕ

- Обратите внимание, мелкие детали могут быть спрятаны/упакованы в полых пространствах пенопластовой упаковки.
- Если какая-то из деталей отсутствует, свяжитесь с продавцом изделия.

Описание (схема С)

На схеме показаны крепёжные элементы, входящие в комплект тренажёра.

В комплект крепежей входят болты, шайбы, гайки и т.д., а также инструменты, которые облегчат и ускорят процесс сборки.

Описание (схема D)

На схеме показана пошаговая инструкция по сборке тренажёра.

!! ПРИМЕЧАНИЕ

- Все детали пронумерованы в соответствии со спецификацией, с которой можно ознакомиться в полной онлайн-версии руководства.

ВНИМАНИЕ

- Выполняйте сборку строго в обозначенном порядке.
- Подъём и перемещение тренажёра должны выполнять не менее двух людей.

ВНИМАНИЕ

- Тренажёр следует размещать на твёрдую ровную поверхность.
- Чтобы исключить повреждение напольного покрытия, устанавливайте изделие на специальный коврик.
- С каждой стороны от тренажера должно оставаться не менее 100 см свободного пространства.
- Правильный порядок сборки показан на схемах в руководстве.

Дополнительная информация

Доп. информация к шагу D2 - рекомендации по установке педалей

!! ПРИМЕЧАНИЕ

- Правые и левые детали определяются на основании вашего положения на тренажёре во время тренировки.
- Педали промаркированы: правая педаль обозначена символом "R", а левая - "L".

Установка правой педали

- Установите педаль в правый кривошип.
- Начните закручивать педаль вручную по часовой стрелке.
- В завершение затяните педаль при помощи гаечного ключа.

Установка левой педали

- Установите педаль в левый кривошип.
- Начните закручивать педаль вручную против часовой стрелки.
- В завершение затяните педаль при помощи гаечного ключа.

!! ПРИМЕЧАНИЕ

- По завершению сборки сохраните инструменты – они могут пригодиться в дальнейшем.

Использование

Регулировка ножек

На тренажёре имеется 4 регулируемые ножки. Если тренажёр шатается, ножки можно использовать для выравнивания устройства.

- Поворачивайте нужную ножку, пока тренажёр не займет устойчивое положение.
- Чтобы зафиксировать положение, затяните стопорные гайки.

!! ПРИМЕЧАНИЕ

- Положение тренажёра максимально устойчиво в том случае, когда все ножки полностью вкручены в изделие. Поэтому сначала закрутите все ножки и лишь затем выкручивайте те из них, которые необходимы для выравнивания тренажёра.

Регулировка положения сиденья

Для настройки положения сиденья выполните следующие действия:

- Ослабьте регулировочную ручку.
- Переместите сиденье в нужное положение.
- Затяните ручку.

Регулировка высоты сиденья

Регулировка высоты сиденья осуществляется за счёт опоры. Отрегулируйте деталь таким образом, чтобы когда педаль находилась в нижнем положении, ваша нога была вытянута.

- Ослабьте регулировочную ручку.
- Переместите опору сиденья в нужное положение.
- Затяните ручку.

Регулировка поручня

Поручень тренажера можно отрегулировать под рост и положение пользователя.

- Ослабьте регулировочную ручку.
- Переместите поручень в нужное положение.
- Затяните ручку.

Экстренная остановка

Для экстренной остановки педалей нажмите на специальную кнопку на корпусе тренажера.

Электропитание (схема E)

Тренажер работает от внешнего источника питания. Местоположение разъема питания показано на схеме.

!! ПРИМЕЧАНИЕ

- Сначала подключите провод питания к тренажеру, и лишь затем к розетке.
- Всегда отключайте тренажёр от электросети, когда он не используется.

Дополнительная информация

Утилизация упаковки

Существует предписание правительства, требующее сократить объем отходов, утилизируемых на свалках. В связи с этим просим вас проявить ответственность и утилизировать упаковку надлежащим образом.

Утилизация тренажера после окончания срока службы

Компания Tunturi надеется, что тренажер прослужит вам многие годы. Однако придет время, когда тренажер отработает свой срок. Вы несете ответственность за надлежащую утилизацию вашего тренажера.