

SVENSSON
INDUSTRIAL

LUMION

Велотренажер горизонтальный

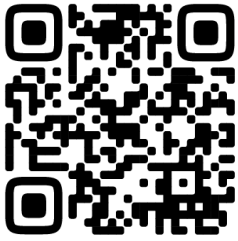


РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ



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.

**Сборка****Обзор****VK видео**

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, не до конца затянув 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.).

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 (слабощелочным) мыльным раствором ткань с последующей протиркой сухой тканью.

ЕЖЕДНЕВНО (ПОСЛЕ КАЖДОЙ ТРЕНИРОВКИ)

- Рекомендуем вам ежедневно протирать тренажер влажной тканью с мягким чистящим средством

ЕЖЕНЕДЕЛЬНО

- Проверьте горизонтальное положение тренажера. В случае необходимости выровняйте его с помощью регулируемых ножек по уровню пола;
- Протрите детали тренажера: 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 тренажера;
- Удалите грязь из накладок в педалях;
- 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 защитный кожух. Проверьте состояние и натяжение приводного ремня. В случае необходимости замените ремень или отрегулируйте его натяжение;
- Проверьте ось шкива на предмет люфта;
- Проверьте крепление маховика;
- Оцените состояние подшипников на оси шкива и маховика на предмет люфта относительно посадочного места.

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

Электробезопасность (для тренажеров 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.



Внимание!

Пользуйтесь только оригинальным адаптером (блок питания) для подключения тренажёра к электросети (там, где он есть конструктивно). Подключение адаптера с другими параметрами приведёт к выходу из строя электронных блоков управления вашего тренажёра.

Полезные советы

- Можно добавить в свой план занятий аэробные упражнения — ходьбу, бег трусцой, плавание, танцы или езду на велосипеде. Постоянно контролируйте пульс. Если у вас нет электронного кардиодатчика, уточните у врача, как измерять пульс вручную на запястье или шее. Определите целевую ЧСС;
- Пейте достаточно воды во время тренировки, так как организм активно теряет влагу и важно восстанавливать водный баланс, чтобы избежать обезвоживания. Не пейте слишком много холодной воды и напитков, их температура должна быть комнатной;
- Тренажёр не является медицинским прибором;
- ПОЧЕМУ В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ ТРЕНАЖЕР ЗВУЧИТ ГРОМЧЕ, ЧЕМ В МАГАЗИНЕ? В условиях демонстрационного зала возникает впечатление, что все тренажёры звучат тише, так как фоновый уровень шума там выше, чем у вас дома. Кроме того, цементный пол с ковролином приглушает звуки, по сравнению с паркетными(деревянными) полами. Если тренажёр стоит рядом со стеной, это также усиливает отражение шума. Для приглушения уровня шума используйте специальный резиновый коврик.

Гарантия

С условиями и сроками гарантии Вы можете ознакомиться на сайте <https://fitathlon.ru/fitathlon-service/guarantee.pdf>

Гарантия наших брендов является твердым обязательством по обеспечению высокого качества оборудования.

Перед покупкой и эксплуатацией рекомендуем ознакомиться с содержанием гарантийного талона, размещенного по указанной выше ссылке.

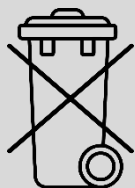
Обратите внимание, что сроки гарантии отличаются для тренажеров с разным уровнем использования: домашним, полупрофессиональным и коммерческим.

Авторизованные сервисные центры представлены по всей России. Наши профессионалы гарантируют качественное обслуживание и ремонт, следуя стандартам бренда.

Сохраняйте стикеры с уникальным серийным номером. Они являются залогом оказания гарантийного ремонта. При наличии стикера гарантийный талон не требуется.

С контактами сервисных центров можно ознакомиться на сайте <https://fitathlon.ru/fitathlon-service/>

Указания по утилизации



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.



Внимание

Тренажер предназначен для коммерческого использования.



Инструкция по технике безопасности

Чтобы гарантировать безопасность, используйте данное оборудование правильно. Внимательно прочитайте приведенную ниже информацию перед использованием тренажера. Важно прочитать все данное руководство перед сборкой и использованием оборудования. Безопасное и эффективное использование может быть только в том случае, если оборудование собрано, обслуживается и используется надлежащим образом.

1. Проконсультируйтесь с врачом, чтобы определить, есть ли у вас какие-либо медицинские или физические заболевания, которые могут поставить под угрозу здоровье и безопасность или помешать использовать оборудование должным образом. Консультация врача необходима при приеме лекарств, которые влияют на частоту сердечных сокращений, кровяное давление или уровень холестерина;
2. Всегда следите за физическим состоянием во время тренировок. Неправильное использование тренажера может повлиять на здоровье. При наличии каких-либо симптомов (включая головную боль, боль в груди, нерегулярное сердцебиение, одышку, головокружение, тошноту), немедленно прекратите тренировку и проконсультируйтесь с врачом перед повторной тренировкой;
3. Не допускайте детей и домашних животных к тренажеру. Тренажер предназначен только для использования взрослыми;
4. Расположите тренажер на устойчивой и горизонтальной поверхности и положите защитный материал на пол или ковер, чтобы не повредить пол;
5. Убедитесь, что все болты и гайки правильно затянуты перед использованием тренажера. Безопасное использование тренажера может быть гарантировано только в том случае, если проводится регулярное техническое обслуживание и ремонт, а изношенные и сломанные детали также заменяются;
6. Прекратите использовать тренажер при обнаружении каких-либо неисправных деталей или, если услышите какой-либо странный шум. Убедитесь, что все проблемы устранены, прежде чем использовать тренажер снова;
7. Всегда надевайте соответствующую одежду и обувь, которые подходят для тренировки на тренажере. Не рекомендуется носить одежду свободного покроя, так как свободная одежда может затруднить работу тренажера и, возможно, стать причиной травмы;
8. Следует избегать хранения тренажера в очень холодных, жарких или влажных помещениях, так как это может привести к коррозии и другим связанным с ней проблемам;
9. Данное устройство предназначено только для использования внутри помещений. Максимальный вес пользователя указан в технических характеристиках;
10. Соблюдайте осторожность при перемещении данного оборудования, чтобы избежать травм;
11. Храните данное руководство по эксплуатации и инструменты для установки в безопасном месте;
12. Данный тренажер не предназначен для профессионального медицинского оздоровления.

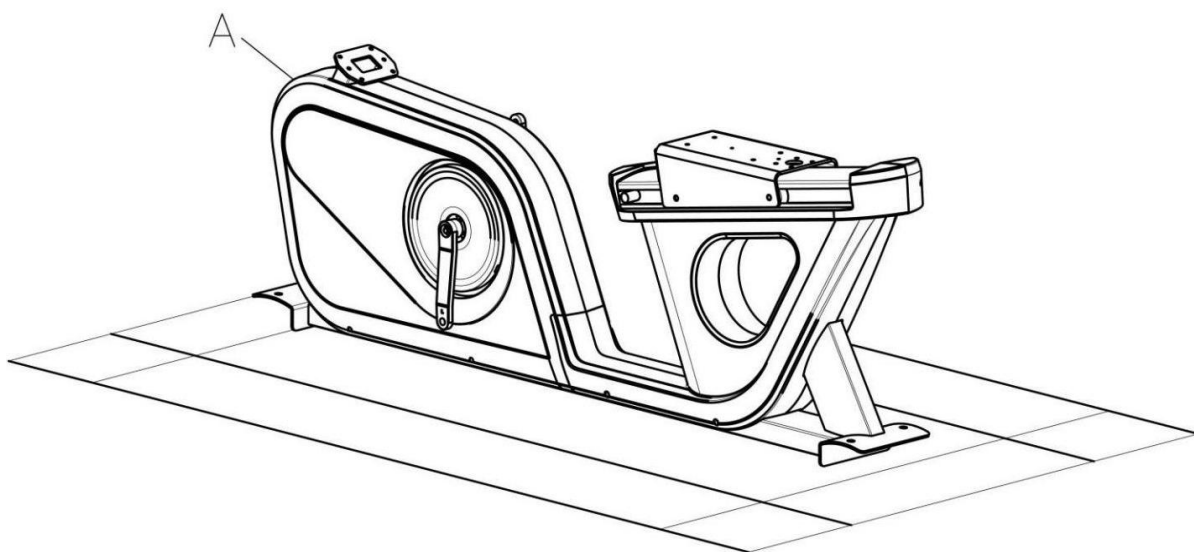
Инструкция по сборке оборудования



Внимание

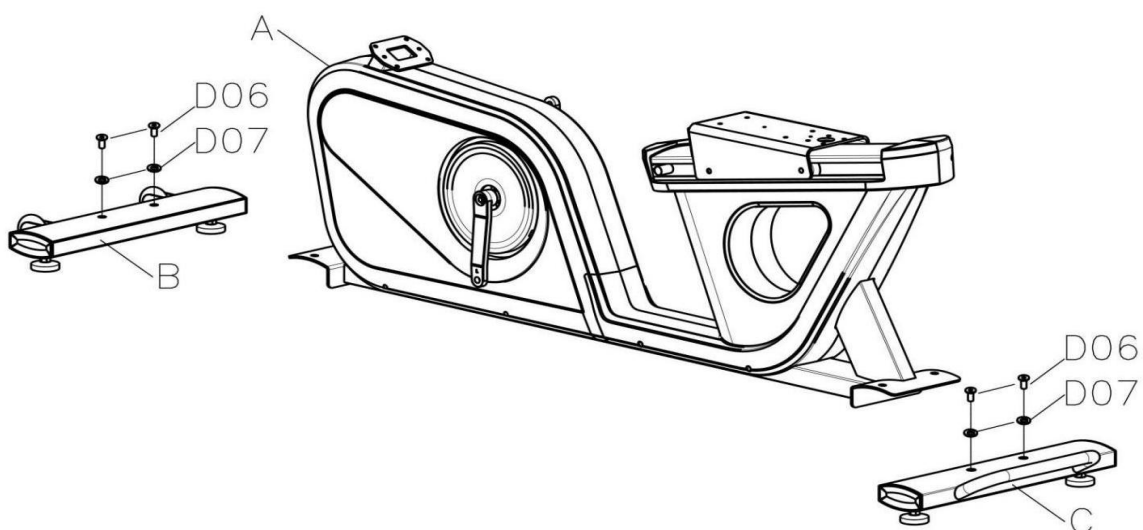
Производитель оставляет за собой право вносить изменения в продукт без предварительного уведомления.

Шаг 1



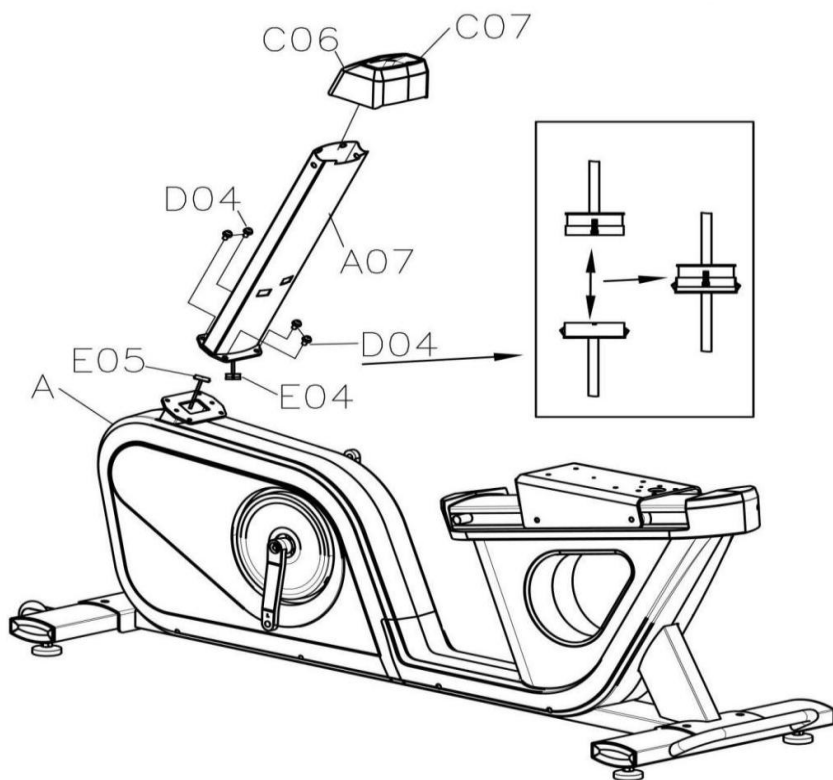
Шаг 2

	----B11	S5	1PC
	----D06	M10*20	4PCS
	----D07	ø10	4PCS



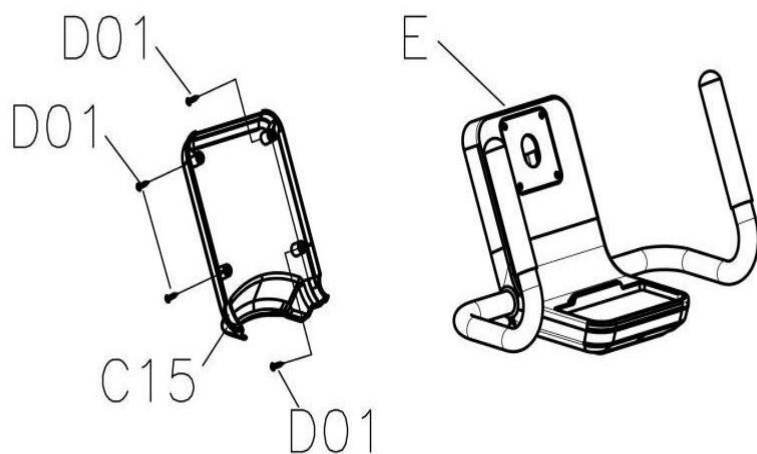
Шаг 3

	-----B11	S5	1PC
	-----D04	M8*20	4PCS




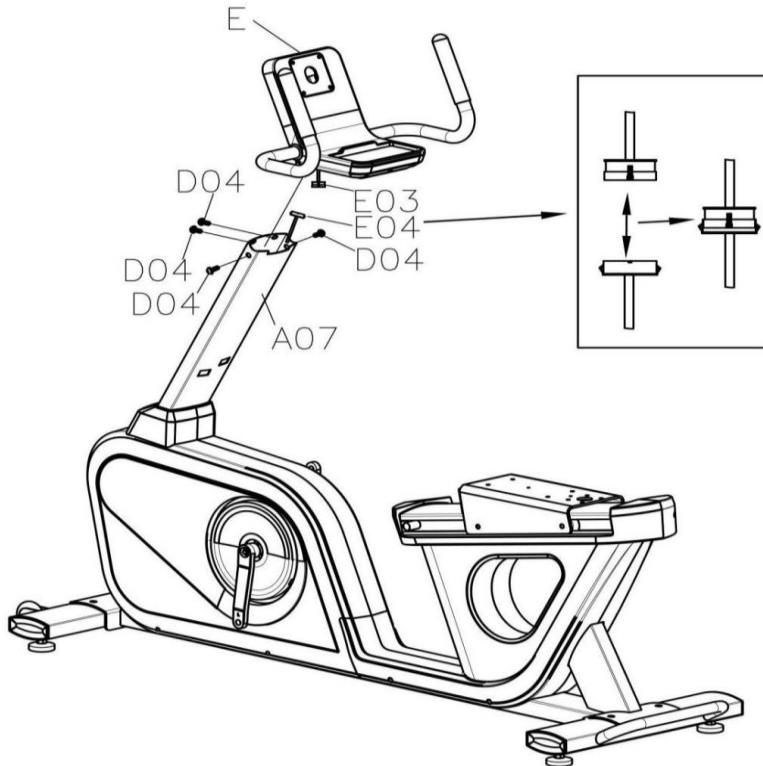
Шаг 4

	-----B10	S13-14-15	1PC
---	----------	-----------	-----





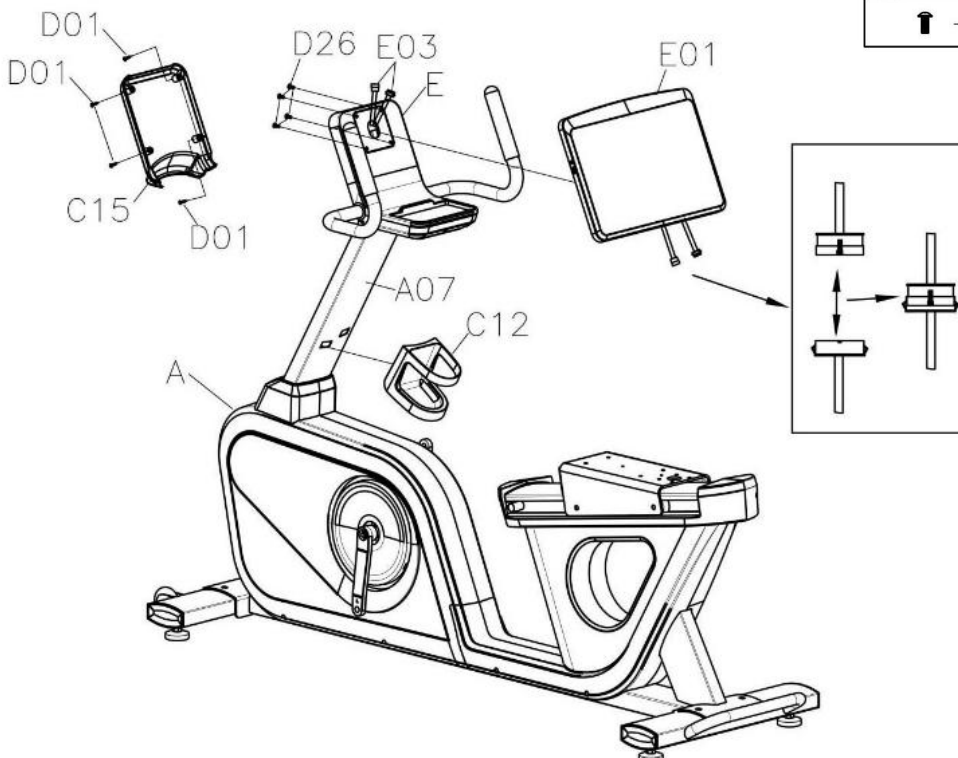
Шаг 5

	-----B11	S5	1PC
	-----D04	M8*20	4PCS

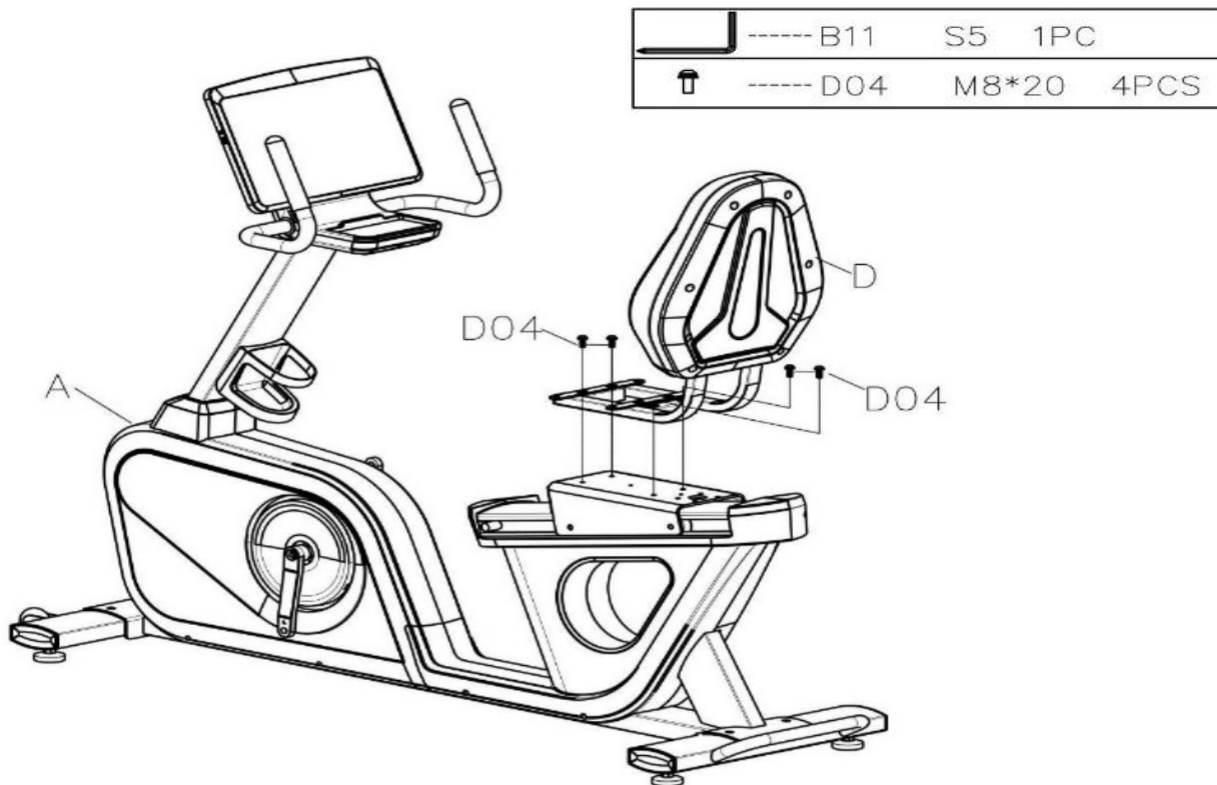


Шаг 6

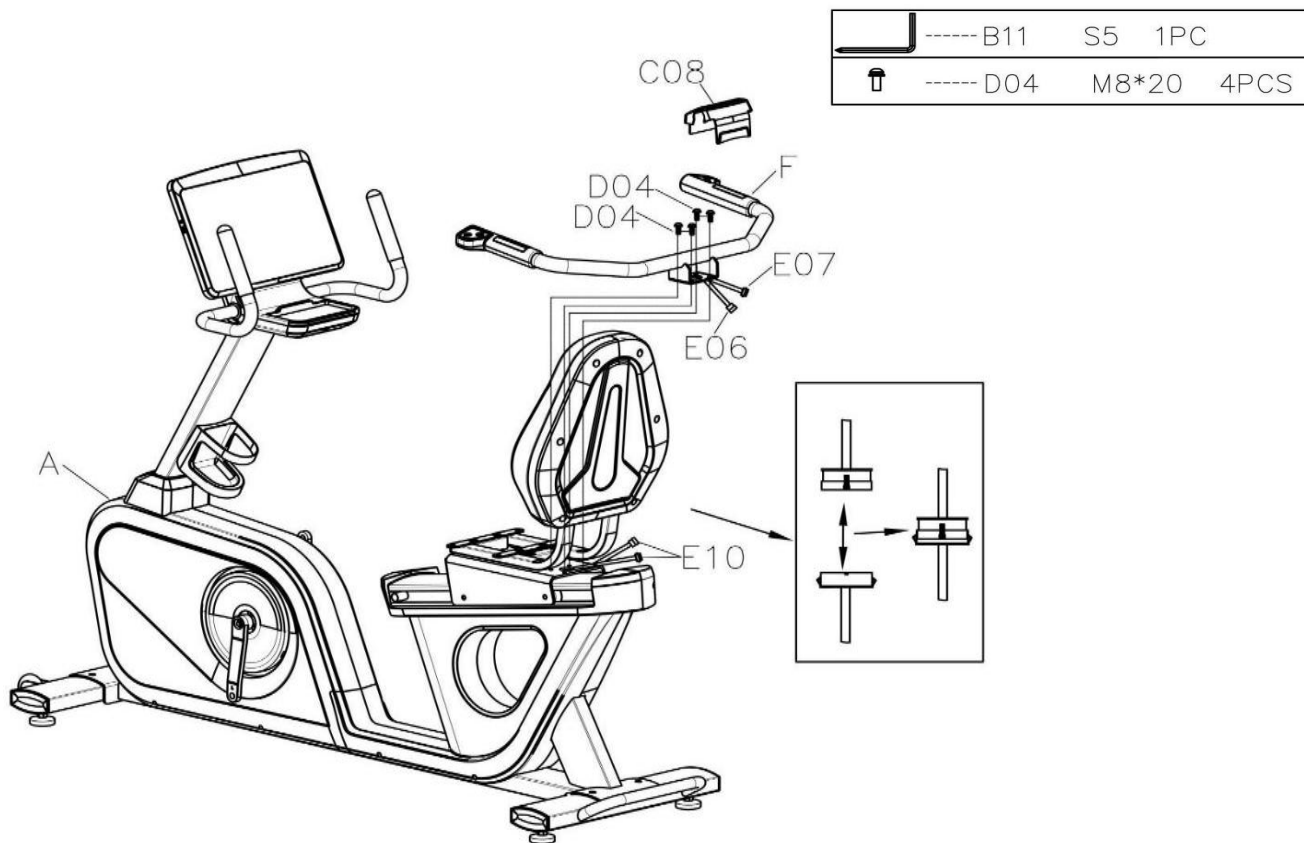
	-----B10	S13-14-15	1PC
	-----D26	M5*10	4PCS







Шаг 7

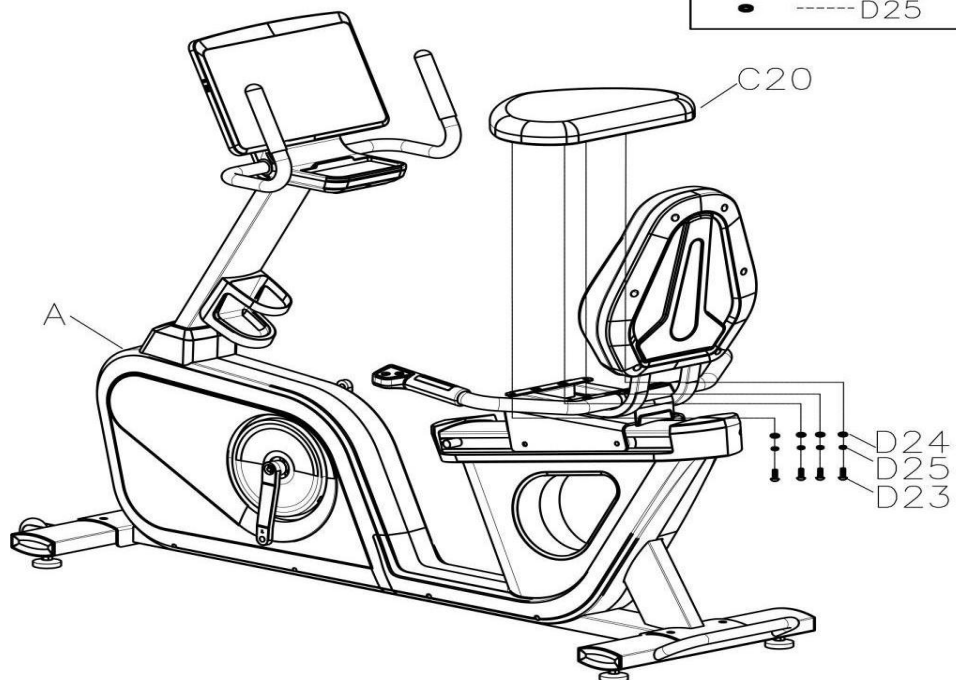


Шаг 8



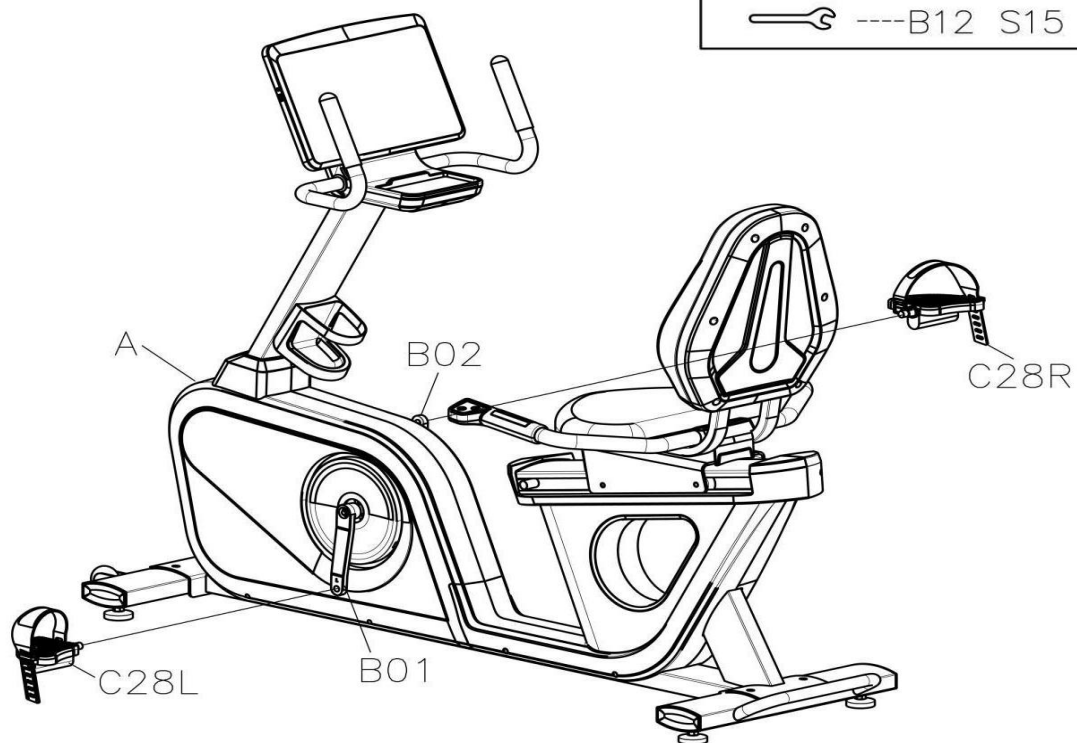
Шаг 9

	-----B11	S5	1PC
	-----D23	M8*16	4PCS
	-----D24	ø8	4PCS
	-----D25	ø8	4PCS





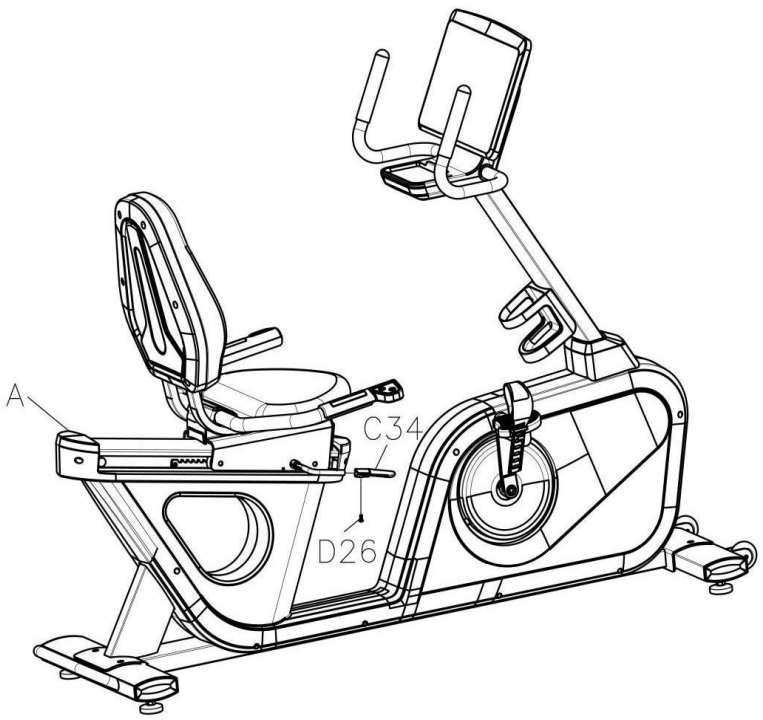
Шаг 10

	----B12	S15	1PC
--	---------	-----	-----

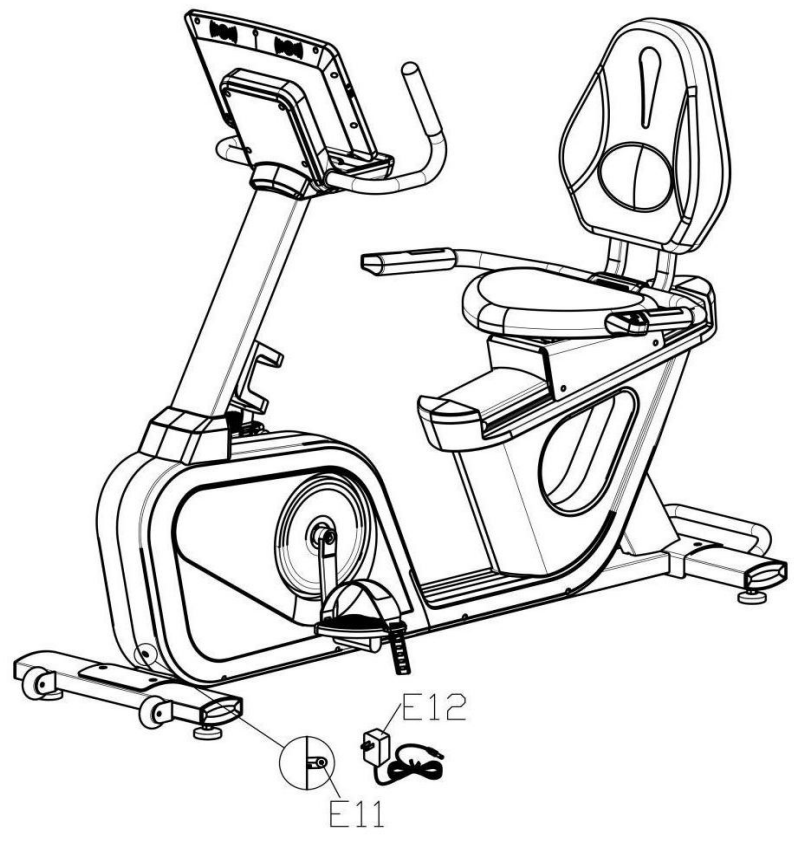


Шаг 11

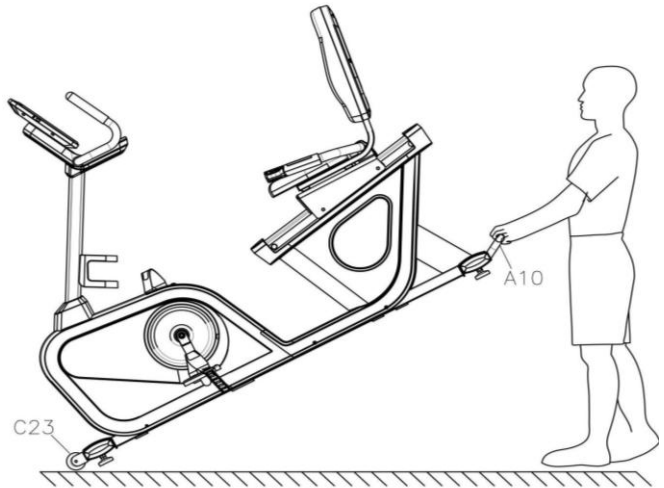
	-----	B10 S13-14-15	1PC
	-----	D26 M5*10	1PC



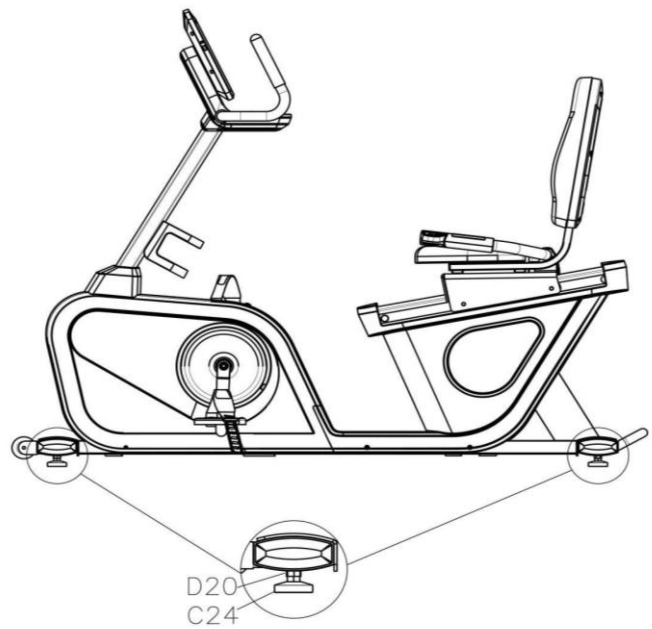
Шаг 12



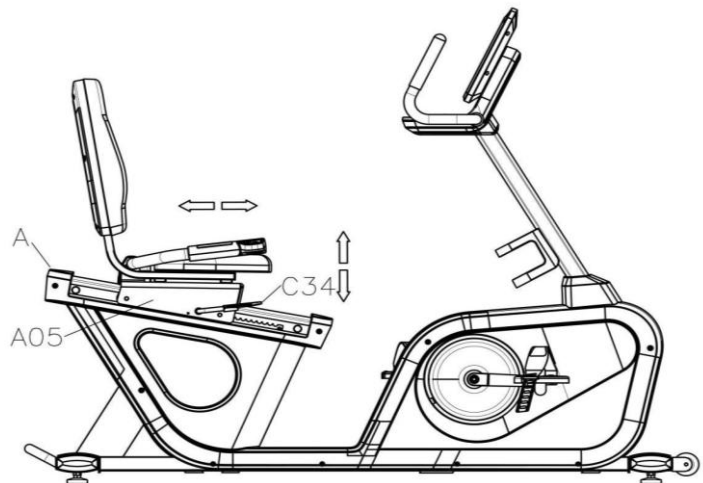
Транспортировка



Регулировка компенсаторов пола



Регулировка сиденья



Работа с консолью



Функциональные кнопки:

RESET (СБРОС):

- 1.1. В режиме ожидания нажмите и удерживайте эту кнопку около 5 секунд, чтобы сбросить значение.
- 1.2. В режиме паузы нажатие этой кнопки останавливает тренировку и переводит в режим ожидания.
- 1.3. При установке значения нажатие этой кнопки возвращает на предыдущую страницу.

MODE (РЕЖИМ):

2.1. В режиме ожидания нажатие этой кнопки позволяет войти в программы. Используйте кнопки ВВЕРХ/ВНИЗ для выбора программ между: РУЧНОЙ, P1-P30, U1-U2, H1-H3.

2.2. Нажмите эту кнопку, чтобы подтвердить программу и войти в настройки ВРЕМЯ/ВОЗРАСТ/ВЕС. После установки нажмите СТОП/СТАРТ для начала тренировки.

2.3. Во время тренировки нажатие этой кнопки позволяет переключать отображаемые данные.

STOP//START (СТОП/СТАРТ):

3.1. В режиме ожидания нажатие этой кнопки позволяет быстро запустить тренажер.

3.2. Во время тренировки нажатие этой кнопки ставит тренировку на паузу. Повторное нажатие этой кнопки возобновляет тренировку.

DOWN (ВНИЗ):

4.1. При входе в настройки программ нажатие этой кнопки позволяет выбирать программы.

4.2. Нажатие этой кнопки уменьшает уровень сопротивления.

UP (ВВЕРХ):

5.1. При входе в настройки программ нажатие этой кнопки позволяет выбирать программы.

5.2. Нажатие этой кнопки увеличивает уровень сопротивления.

ДИСПЛЕЙ:

PULSE (ПУЛЬС): Приложите руки к датчикам пульса на поручнях; отображает оценочное значение пульса (эти данные предназначены только для справки и не могут считаться медицинскими данными).

DISTANCE (ДИСТАНЦИЯ): Отображает дистанцию в километрах для текущей

тренировки.

WATT (ВАТТ): Отображает текущее значение ватт.

LEVEL (УРОВЕНЬ): Отображает текущее значение сопротивления.

TIME (ВРЕМЯ): Отображает затраченное время.

SPEED (СКОРОСТЬ): Отображает текущее значение скорости.

CALORIES (КАЛОРИИ): Отображает оценочное количество сожженных калорий.

МЕДИА-ЦЕНТР:

USB-ПОРТ: Может использоваться для зарядки устройства.

Беспроводная зарядка: Может использоваться для зарядки устройства.

Функции консоли:

Настройки Ручного режима:

1.1. Из режима ожидания нажмите кнопку MODE (РЕЖИМ), и на дисплее появится надпись «MANUAL» (РУЧНОЙ РЕЖИМ).

1.2. Нажмите кнопку MODE (РЕЖИМ), чтобы установить ВОЗРАСТ, ВЕС, ВРЕМЯ, ДИСТАНЦИЮ, КАЛОРИИ.

1.3. После установки нажмите START (СТАРТ) для начала тренировки.

1.4. Каждая программа может быть разделена на 10 секций (интервалов).

1.5. Нажимайте UP (ВВЕРХ) или DOWN (ВНИЗ), чтобы изменить уровень во время каждой секции.

1.6. Во время тренировки нажатие кнопки STOP/START (СТОП/СТАРТ) ставит тренировку на паузу, уровень снижается до 1. Повторное нажатие этой кнопки возобновляет тренировку.

1.7. В режиме паузы нажатие кнопки PAUSE/STOP (ПАУЗА/СТОП) на левом поручне останавливает тренировку.

1.8. При выборе режима обратного отсчета времени, по истечении установленного времени тренажер подаст 3 звуковых сигнала, и уровень снизится до 1.

1.9. Нажмите RESET (СБРОС), чтобы вернуться в режим ожидания.

Настройка P1-P30:

2.1. Из режима ожидания нажмите кнопку MODE (РЕЖИМ), чтобы войти в выбор программ.

2.2. Нажимайте UP/DOWN (ВВЕРХ/ВНИЗ), чтобы выбрать «P1-P2-P3 ... P28-P29-P30».

2.3. Выберите одну программу и нажмите кнопку MODE (РЕЖИМ), чтобы установить значения ВОЗРАСТ, ВЕС, ВРЕМЯ.

2.4. После установки нажмите START (СТАРТ) для начала тренировки.

2.5. Каждая программа может быть разделена на 10 секций (интервалов).

2.6. Нажимайте UP (ВВЕРХ) или DOWN (ВНИЗ), чтобы изменить уровень во время каждой секции.

2.7. Во время тренировки нажатие кнопки STOP/START (СТОП/СТАРТ) ставит тренировку на паузу, уровень снижается до 1. Повторное нажатие этой кнопки возобновляет тренировку.

2.8. В режиме паузы нажатие кнопки PAUSE/ STOP (ПАУЗА/СТОП) на левом поручне останавливает тренировку.

2.9. При выборе режима обратного отсчета времени, по истечении установленного времени тренажер подаст 3 звуковых сигнала, и уровень снизится до 1.

2.10. Нажмите RESET (СБРОС), чтобы вернуться в режим ожидания.

ПРОГРАММА \ ВРЕМЯ		УСТАНОВЛЕННОЙ КАЖДОГО ИНТЕРВАЛА ВРЕМЯ/10=ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	уровень	4	6	6	8	10	6	8	10	10	6
P2	уровень	4	8	8	10	12	8	12	12	12	8
P3	уровень	4	8	8	12	12	8	14	14	14	8
P4	уровень	6	10	10	12	14	14	10	14	14	16
P5	уровень	4	8	8	10	12	14	14	10	12	14
P6	уровень	4	8	8	8	10	12	16	16	12	14
P7	уровень	4	6	6	6	8	10	6	8	10	6
P8	уровень	4	6	6	12	14	14	8	12	14	8
P9	уровень	4	8	8	14	14	8	14	16	8	16
P10	уровень	4	8	10	12	14	10	8	12	16	16
P11	уровень	4	10	16	20	14	14	20	20	14	14
P12	уровень	6	8	18	18	10	18	10	16	10	18
P13	уровень	6	6	12	12	6	6	12	12	6	6
P14	уровень	6	6	6	12	12	12	6	6	6	12
P15	уровень	4	4	4	4	12	12	12	12	4	4
P16	уровень	6	10	14	10	6	10	14	10	6	10
P17	уровень	4	14	4	14	4	14	4	14	4	14
P18	уровень	4	4	14	14	4	4	14	14	4	4
P19	уровень	4	8	14	4	8	14	4	8	14	4
P20	уровень	4	8	12	14	12	10	8	4	8	12
P21	уровень	6	10	14	14	6	10	14	14	6	10
P22	уровень	4	14	14	14	4	14	14	14	4	14
P23	уровень	4	6	8	10	12	14	14	14	4	6
P24	уровень	4	14	12	10	8	6	4	14	12	10
P25	уровень	4	10	14	14	14	10	4	10	14	14
P26	уровень	2	4	6	8	10	12	14	14	4	4
P27	уровень	2	14	14	12	10	8	6	4	4	4
P28	уровень	2	6	10	14	16	14	10	6	2	6
P29	уровень	2	8	16	8	2	2	8	16	8	2
P30	уровень	2	4	6	2	4	8	12	12	2	6

Настройка U1-U2:

3.1. В режиме ожидания нажмите кнопку MODE (РЕЖИМ), чтобы выбрать программы.

3.2. Нажимайте UP/DOWN (ВВЕРХ/ВНИЗ) для выбора «U1-U2».

3.3. Выберите одну программу и нажмите кнопку MODE (РЕЖИМ), чтобы установить значения ВОЗРАСТ, ВЕС, ВРЕМЯ.

3.4. После установки нажмите START (СТАРТ) для начала тренировки.

3.5. Каждая программа делится на 10 секций (интервалов).

3.6. Нажимайте UP (ВВЕРХ) или DOWN (ВНИЗ), чтобы изменить уровень во время каждой секции.

3.7. Во время тренировки нажатие кнопки STOP/START (СТОП/СТАРТ) ставит тренировку на паузу, уровень снижается до 1. Повторное нажатие этой кнопки возобновляет тренировку.

3.8. В режиме паузы нажатие кнопки PASE/STOP (ПАУЗА/СТОП) на левом поручне останавливает тренировку.

3.9. При выборе режима обратного отсчета времени, по истечении установленного

времени тренажер подаст 3 звуковых сигнала, и уровень снизится до 1.

3.10. Нажмите RESET (СБРОС), чтобы вернуться в режим ожидания.

Настройка Н1-Н3:

4.1. В режиме ожидания нажмите кнопку MODE (РЕЖИМ), чтобы выбрать программы.

4.2. Нажимайте UP/DOWN (ВВЕРХ/ВНИЗ) для выбора «Н1-Н2-Н3».

$H1=(220-ВОЗРАСТ) \times 60\%$

$H2=(220-ВОЗРАСТ) \times 70\%$

$H3=(220-ВОЗРАСТ) \times 80\%$

4.3. Выберите одну программу и нажмите кнопку MODE (РЕЖИМ), чтобы установить значения ВОЗРАСТ, ВЕС, ВРЕМЯ, ЦЕЛЕВОЙ ЧСС (THR).

4.4. После установки нажмите START (СТАРТ) для начала тренировки.

4.5.1. Во время тренировки, если фактическая частота сердечных сокращений (ЧСС) ниже целевой ЧСС (THR) более чем на 25 ударов, тренажер автоматически увеличит уровень на 3 ступени через 30 секунд, пока не достигнет максимального уровня.

4.5.2. Если фактическая ЧСС находится в диапазоне от THR-25 до THR-15, тренажер автоматически увеличит уровень на 2 ступени через 30 секунд, пока не достигнет максимального уровня.

4.5.3. Если фактическая ЧСС находится в диапазоне от THR-15 до THR-5, тренажер автоматически увеличит уровень на 1 ступень через 30 секунд, пока не достигнет максимального уровня.

4.5.4. Если фактическая ЧСС находится в диапазоне от THR-5 до THR+5, уровень будет поддерживаться.

4.5.5. Если фактическая ЧСС находится в диапазоне от THR+5 до THR+15, тренажер автоматически уменьшит уровень на 1 ступень через 30 секунд, пока не достигнет минимального уровня.

4.5.6. Если фактическая ЧСС выше THR+15, тренажер автоматически уменьшит уровень на 2 ступени через 30 секунд, пока не достигнет минимального уровня.

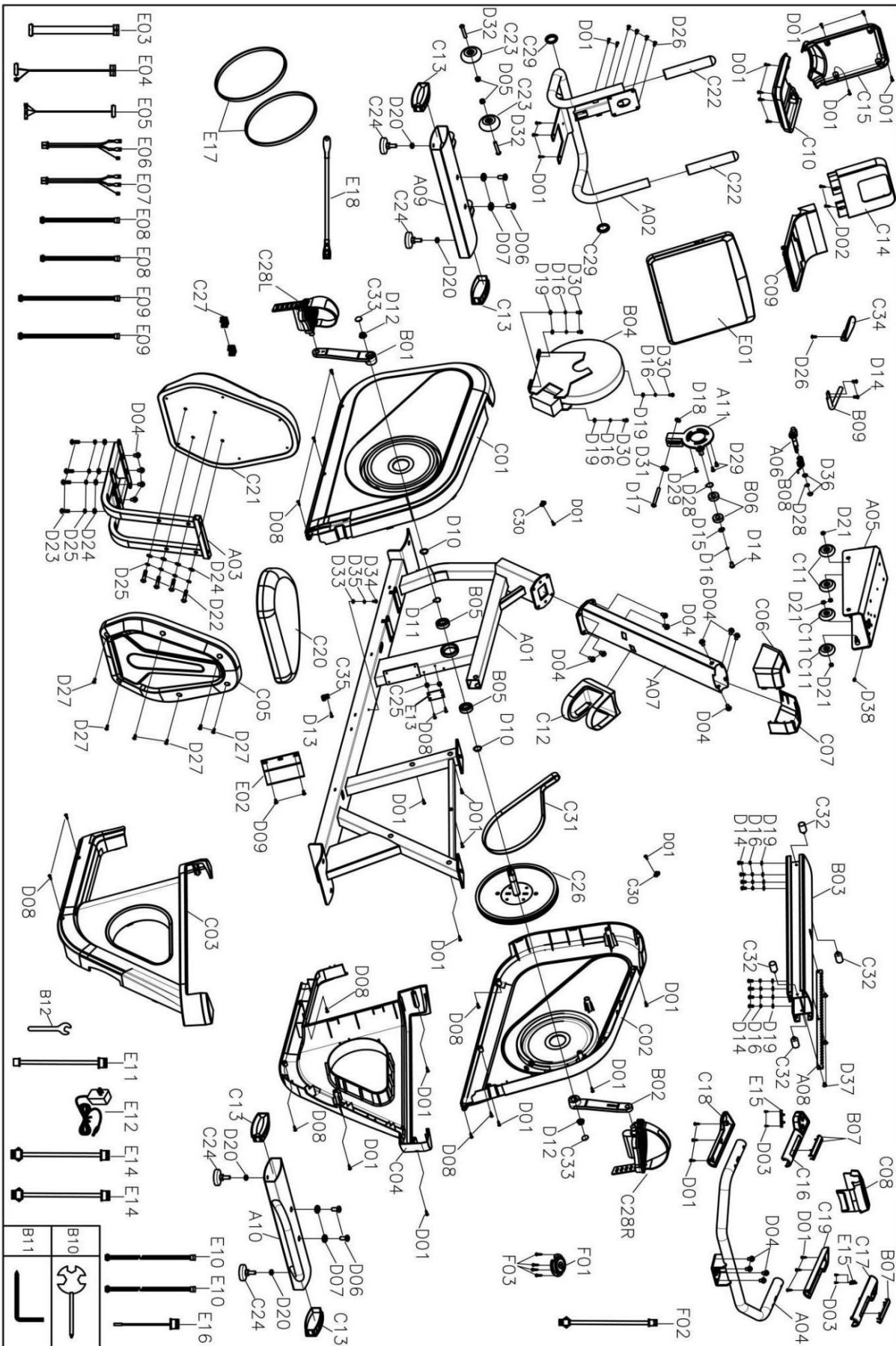
4.6. Во время тренировки нажатие кнопки STOP/START (СТОП/СТАРТ) ставит тренировку на паузу, уровень снижается до 1. Повторное нажатие этой кнопки возобновляет тренировку.

4.7. В режиме паузы нажатие кнопки PAUSE/STOP (ПАУЗА/СТОП) на левом поручне останавливает тренировку.

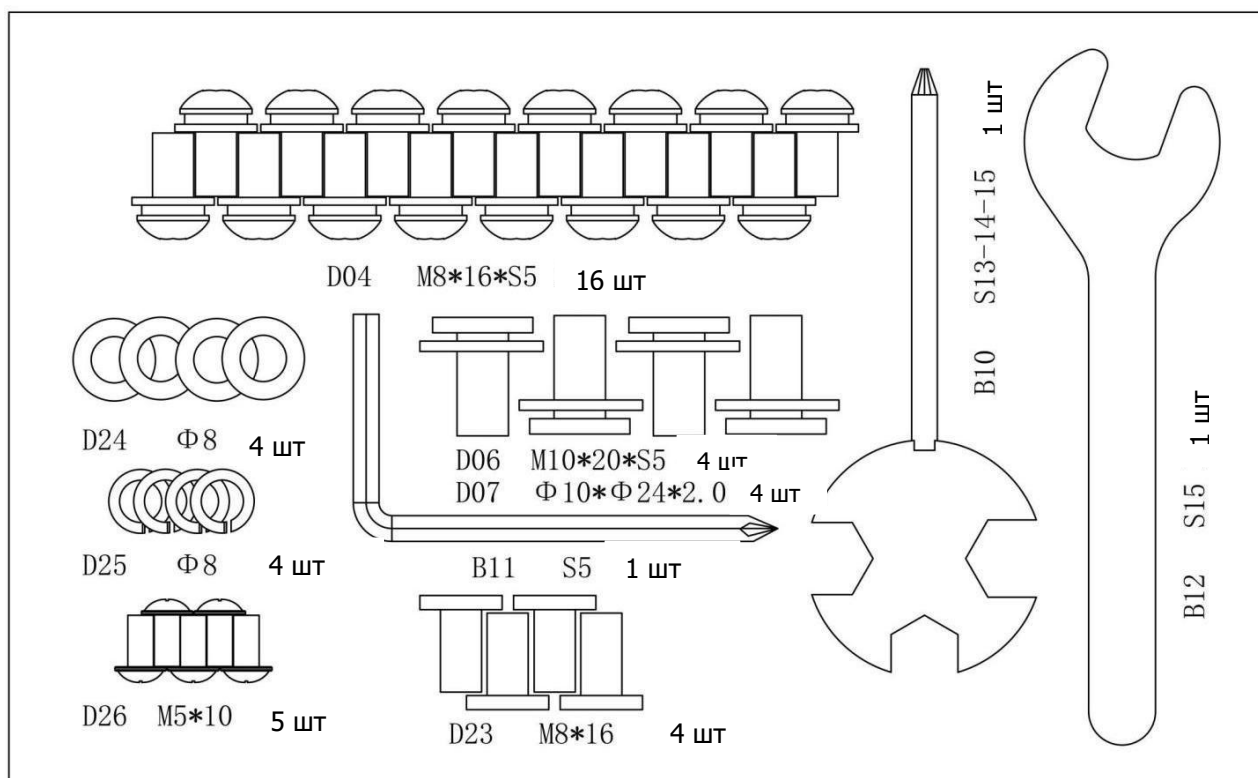
4.8. При выборе режима обратного отсчета времени, по истечении установленного времени тренажер подаст 3 звуковых сигнала, и уровень снизится до 1.

4.9. Нажмите RESET (СБРОС), чтобы вернуться в режим ожидания.;

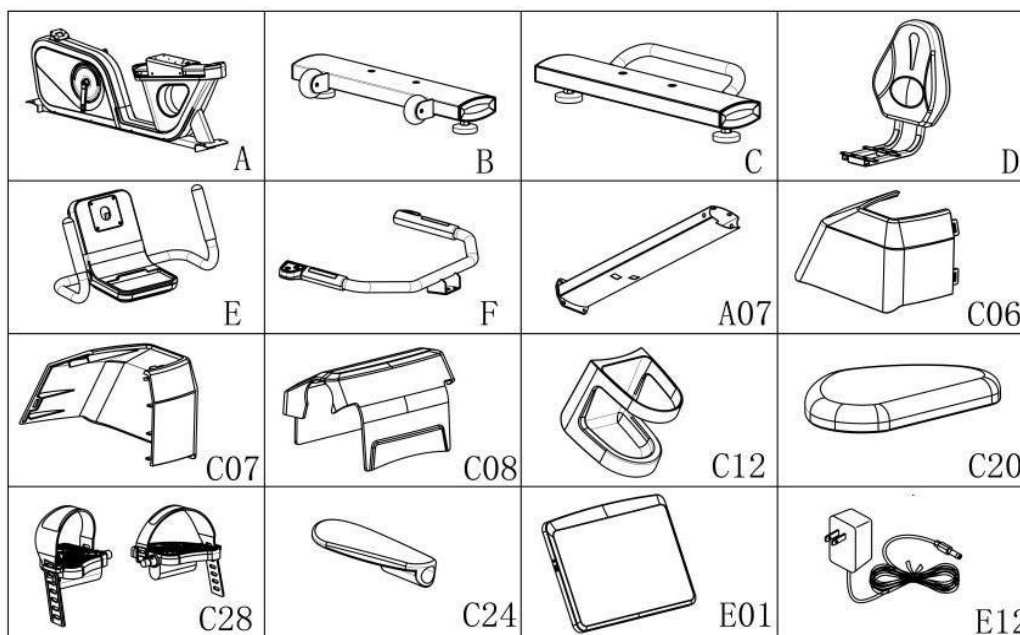
Схема тренажера в разобранном виде



Список комплектующих



Запчасти в сборе



Список запчастей

№	Описание	Спец-ия	Кол-во	№	Описание	Спец-ия	Кол-во
A01	Основная рама в сборе		1	C12	Держатель для воды		1
A02	Руль		1	C13	Заглушка		4
A03	Опора сиденья в сборе		1	C14	Передний кожух консоли		1
A04	Регулятор сиденья		1	C15	Задний кожух консоли		1

A05	Регулируемая опора сиденья		1	C16	Левый верхний кожух датчика пульса 1		1
A06	Правый ограничитель в сборе		1	C17	Правый верхний кожух датчика пульса 1		1
A07	Опора приборов консоли в сборе		1	C18	Левый нижний кожух датчика пульса 2		1
A08	Пластина		1	C19	Правый нижний кожух датчика пульса 2		1
A09	Передний стабилизатор		1	C20	Сиденья		1
A10	Задний стабилизатор		1	C21	Спинка сиденья		1
A11	Опорная планка в сборе		1	C22	ПВХ-кожух		2
B01	Левый шатун		1	C23	Транспортировочное колесо		2
B02	Правый шатун		1	C24	Компенсатор пола		4
B03	Направляющая		1	C25	Кожух		2
B04	Маховик		1	C26	Шкив ремня		1
B05	Подшипник	6004	2	C27	Заглушка		2
B06	Подшипник	6201	2	C28L	Левая педаль		1
B07	Пластина датчика пульса		4	C28R	Правая педаль		1
B08	Пружина		1	C29	Заглушка		2
B09	Рычаг рукоятки		1	C30	Фиксатор		2
B10	Гаечный ключ		1	C31	Приводной ремень		1
B11	Гаечный ключ		1	C32	Втулка		4
B12	Гаечный ключ		1	C33	Кожух шатуна		2
C01	Левый кожух		1	C34	Регулировка руля		1
C02	Правый кожух		1	C35	Неподвижная рама		1
C03	Левый кожух сиденья		1	D01	Винт	ST4.2*13	31
C04	Правый кожух сиденья		1	D02	Винт	ST4.2*8	2
C05	Задний кожух		1	D03	Винт	ST2.9*7	4
C06	Левый кожух приборов консоли		1	D04	Болт	M8*16	16
C07	Правый кожух приборов консоли		1	D05	Гайка	M8	2
C08	Задний кожух поручня		1	D06	Болт	M10*20	4
C09	Верхний кожух консоли		1	D07	Плоская шайба	Φ10*24*2.0	4
C10	Нижний кожух консоли		1	D08	Винт	ST4.2*19	12
C11	Ролик		4	D09	Болт	M4*16	2
D10	Шайба		2	D34	Болт	M5*8	1
D11	Пружинная шайба		1	D35	Пружинная шайба		1
D12	Гайка	M10*1.25	2	D36	Шайба		2
D13	Винт	ST4.2*12	1	D37	Болт	M5*10	3
D14	Болт	M6*12	11	D38	Болт	M6*10	1
D15	Плоская шайба		1	E01	Консоль		1
D16	Пружинная шайба		13	E02	Контроллер		1
D17	Болт	M8*70	1	E03	Верхний провод		1
D18	Гайка	M8	1	E04	Средний провод		1
D19	Плоская шайба		12	E05	Нижний провод		1
D20	Гайка	M10	4	E06	Провод левого поручня		1
D21	Гайка	M6	4	E07	Провод правого поручня		1
D22	Болт	M8*35	4	E08	Верхний провод руля		2
D23	Болт	M8*16	4	E09	Средний провод руля		2
D24	Плоская шайба		8	E10	Нижний провод руля		2
D25	Пружинная шайба		8	E11	Провод питания		1
D26	Болт	M5*10	5	E12	Адаптер		1
D27	Болт	M6*10	6	E13	Панель светодиодной ленты		1

D28	Шайба		2	E14	Провод светодиодной ленты		2
D29	Болт	M5*15	3	E15	Панель кнопок		2
D30	Болт	M16*1.5	4	E16	Провод датчика		1
D31	Плоская шайба		1	E17	Светодиодная лента		2
D32	Болт	M8*42	2	E18	Заземляющий провод		1
D33	Шайба		1				

Технические характеристики:

Назначение	коммерческое
Система нагружения	Электромагнитная (EMS)
Кол-во ур-й нагрузки	32
Измерение пульса	Сенсорные датчики
Консоль	LED дисплей
Показания консоли	время, скорость, дистанция, калории, пульс, ватты, уровни нагрузки
Кол-во программ	30 встроенных программ + 3 пульсозависимых программ + 2 пользовательских + ручной режим
Интеграция	Bluetooth для работы с тренировочным мобильным приложением (FITSHOW™, KINOMAP™, ZWIFT™)
Подставка под смартфон	есть
Держатель для бутылки	есть
Компенсаторы неровностей пола	есть
Размер в рабочем состоянии, см	173*75*136 см
Размер в упаковке, см	168,5*46*64 см
Вес нетто	65 кг
Вес брутто	72 кг
Макс. вес пользователя	160 кг
Питание	сеть 220 Вольт
Гарантия	2 года
Производитель	Fitathlon Group (подразделение в Швеции)
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 коммерческого использования.

