

E1000M PRO TURBO

Эллиптический 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.

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 вилок 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 ковровым покрытием 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.

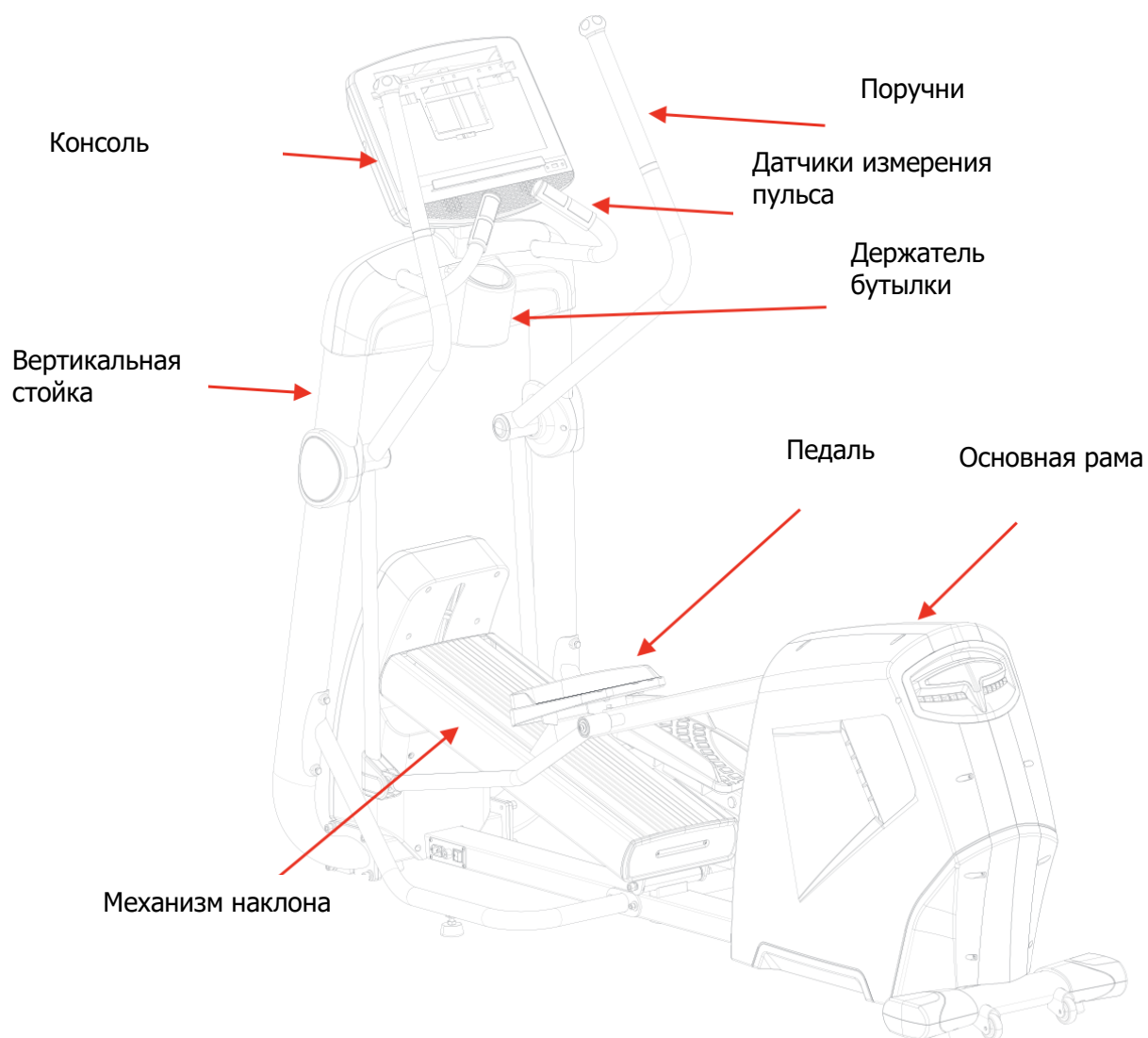
1. Проконсультируйтесь с врачом, чтобы определить, есть ли у вас какие-либо медицинские или физические заболевания, которые могут поставить под угрозу здоровье и безопасность или помешать использовать оборудование должным образом. Консультация врача необходима при приеме лекарств, которые влияют на частоту 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. Рекомендуются подключать тренажёр к розеткам с заземляющим контактом;
7. 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;
8. 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;
9. Следует избегать хранения тренажера в очень холодных, жарких или влажных помещениях, так как это может привести к коррозии и другим связанным с ней проблемам;
10. Данный тренажер предназначен только для домашнего использования;
11. Данное устройство предназначено только для использования внутри помещений; Максимальный вес пользователя указан в технических характеристиках;
12. Соблюдайте осторожность при перемещении данного оборудования, чтобы избежать травм;
13. Храните данное руководство по эксплуатации и инструменты для установки в безопасном месте;
14. Данный тренажер не предназначен для профессионального медицинского оздоровления.

Инструкция по сборке оборудования

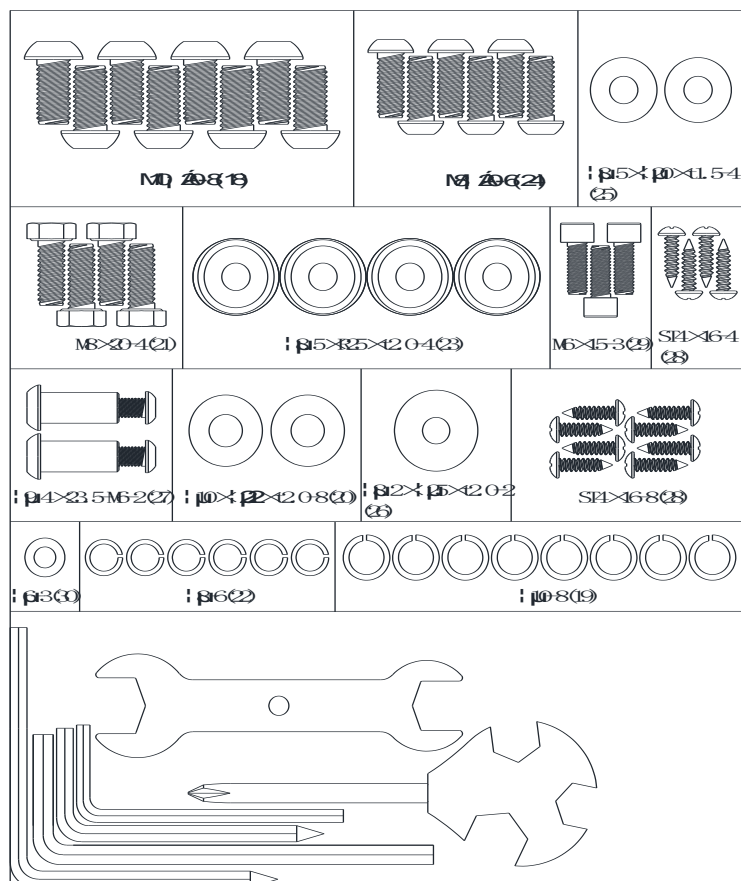


Внимание

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

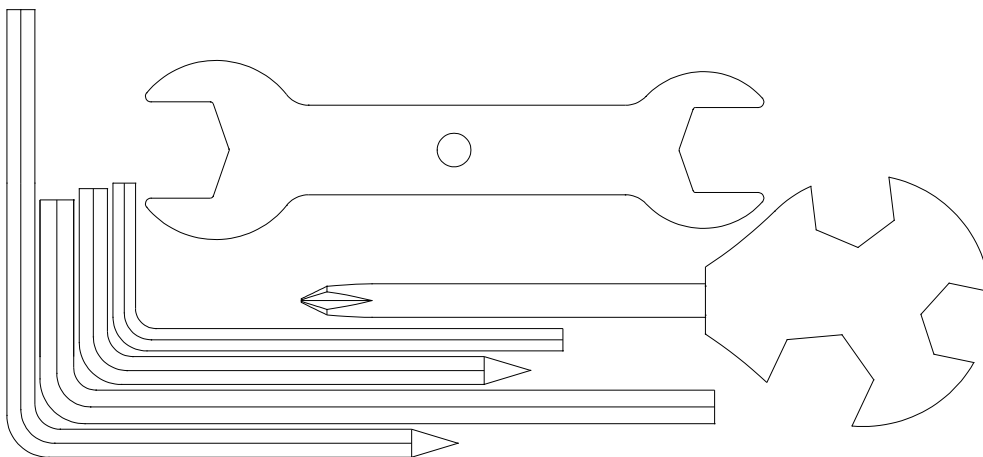


Комплект инструментов



№	Описание	Спец-ия	Кол-во
18	Болт	M10×20	12
19	Пружинная шайба	Ф10	18
20	Плоская шайба	Ф10×Ф22×2.0	28
21	Шестигранный болт	M8×20	4
22	Пружинная шайба	Ф8	22
23	Шайба	Ф8.5×R25×t2.0	4
24	Болт	M8×20	10
25	Плоская шайба	Ф8.5×Ф20×t1.5	16
26	Плоская шайба	Ф8.2×Ф25×t2.0	4
27	Винт D9.4×23.5-M6	Ф9.4×23.5-M6	2
28	Саморез	ST4×16	8
29	Болт M6×15	M6×15	13
30	Плоская шайба	Ф6	13
28	Саморез	ST4×16 (Опционально)	4

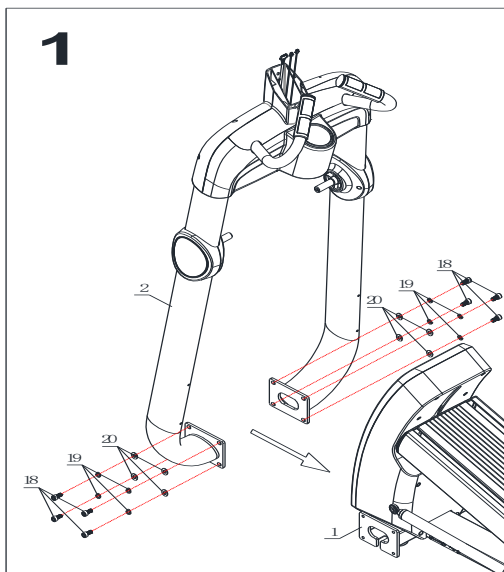
Инструменты для монтажа:



Описание	Спец-ия	Кол-во
L-образный ключ	5×80×80S	1
L-образный ключ	5×35×85S	1
L-образный ключ	6×40×120	1
L-образный ключ	4×30×80	1
Ключ с открытым концом	14×17×75	1
Ключ	15#&17#	1

Сборка оборудования

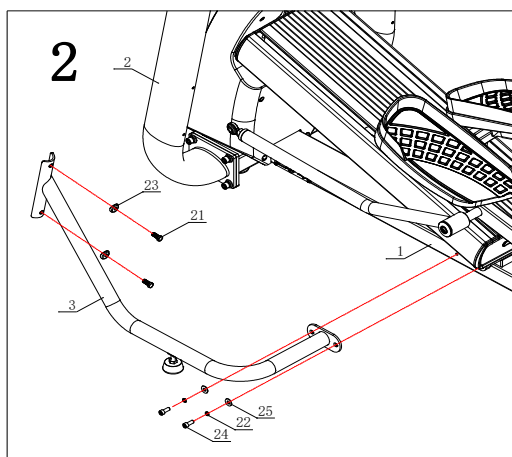
Шаг 1



1. Установите вертикальную стойку (2) на основную раму (1) и закрепите с помощью 2 плоских шайб (20), пружинной шайбы (19) и шестигранного винта (18) с обеих сторон. Пока не затягивайте детали.

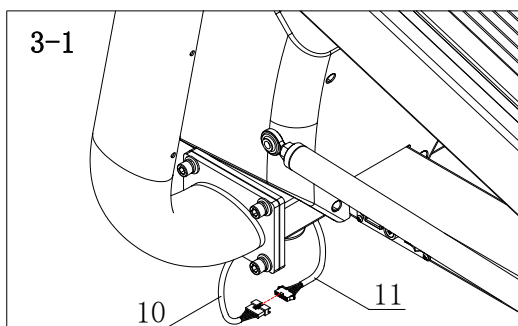
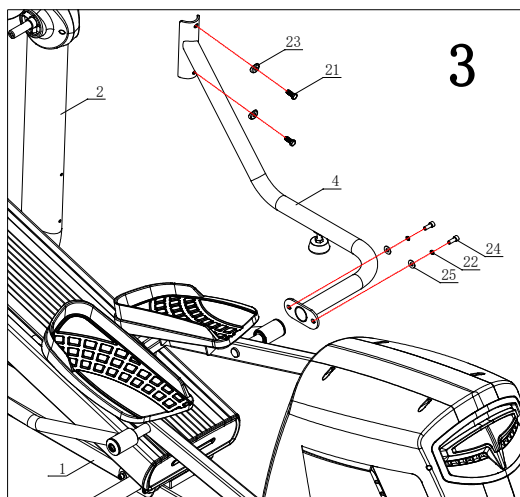
Внимание: Перед установкой вертикальной стойки (2) обратите внимание на сигнальный кабель, идущий из стойки.

Шаг 2



1. Установите передний стабилизатор (3) на соединение основной рамы (1) и вертикальной стойки (2) и закрепите с помощью 2 дугообразных шайб (23), шестигранного винта (21), 2 плоских шайб (25), пружинной шайбы (22) и болта (24), Пока не затягивайте детали.

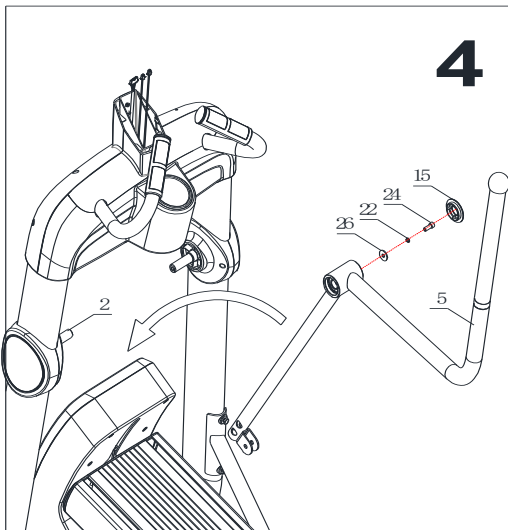
Шаг 3



1. Установите переднюю правую опорную стойку (4) на соединении основной рамы (1) и вертикальной стойки (2) и закрепите с помощью 2 дугообразных шайб (23), шестигранного винта (21), 2 плоских шайб (25), пружинной шайбы (22), болта (24). Пока не затягивайте детали.
2. Теперь крепко затяните все крепежные детали, указанные в предыдущих шагах.
3. Поднимите основную раму, подсоедините сигнальные кабели (10) и (11) и вставьте их внутрь основной рамы (1).

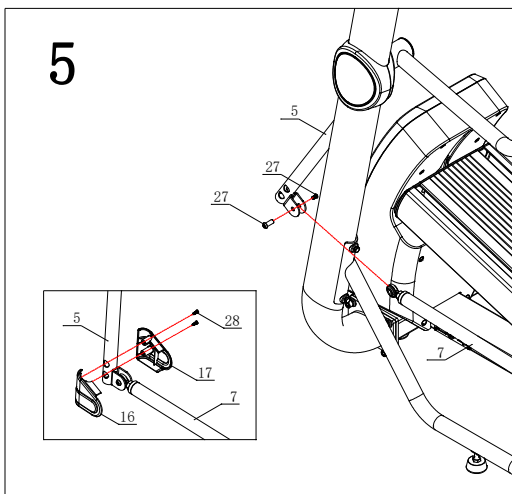
Внимание: для выполнения данного шага потребуется как минимум 2 человека, так как необходимо плавно поднимать основную раму, чтобы избежать давления рамы на корпус при подсоединении кабелей.

Шаг 4



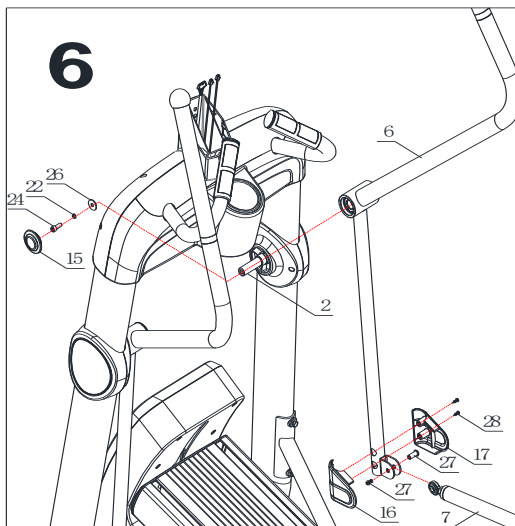
1. Нанесите немного смазки на ось вертикальной стойки (2). Прикрепите левый поручень (5) к вертикальной стойке (2) с помощью плоской шайбы (26), пружинной шайбы (22), шестигранного винта (24) и хорошо зафиксируйте детали.
2. Установите кожух поручня-3 (15) на левый поручень (5).

Шаг 5



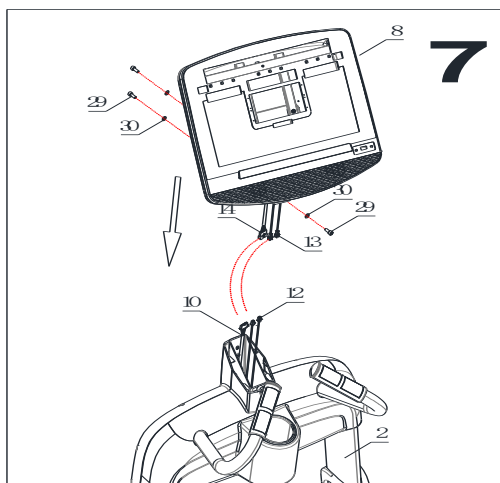
1. Добавьте немного смазки на винт D9.4×23,5-M6 (27). Установите боковой кожух (7) на левый поручень (5) и закрепите детали с помощью шестигранного винта (27) и хорошо зафиксируйте.
2. Установите кожух поручня-1 (16) и кожух поручня-2 (17) на левый поручень (5), а затем надежно зафиксируйте детали двумя саморезами (28).

Шаг 6



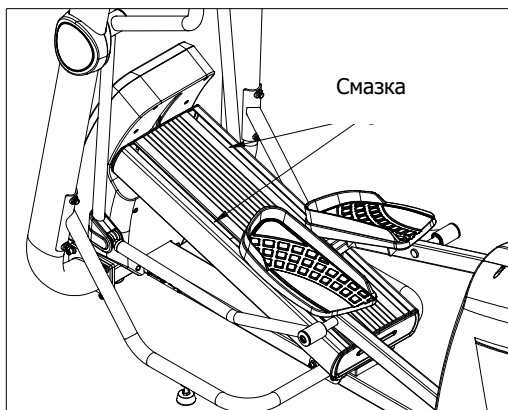
1. Повторите шаги 4 и 5, чтобы прикрепить правый поручень (6) к вертикальной стойке (2).

Шаг 7



1. Подсоедините кабель консоли (14) и кабель (10) к сигнальным кабелям (13) и (12).
2. Установите и закрепите консоль (8) на вертикальной стойке (2) с помощью 3 плоских шайб (30) и винтов (29).

Шаг 8



Добавьте немного смазки на направляющую.

Внимание: Эллиптический тренажер предназначен для использования с электрическими кабелями с напряжением 220-240 вольт и заземленной розеткой, как показано на рисунке ниже.

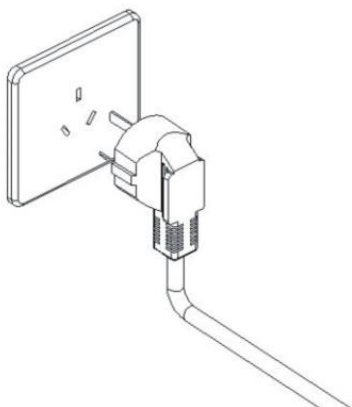
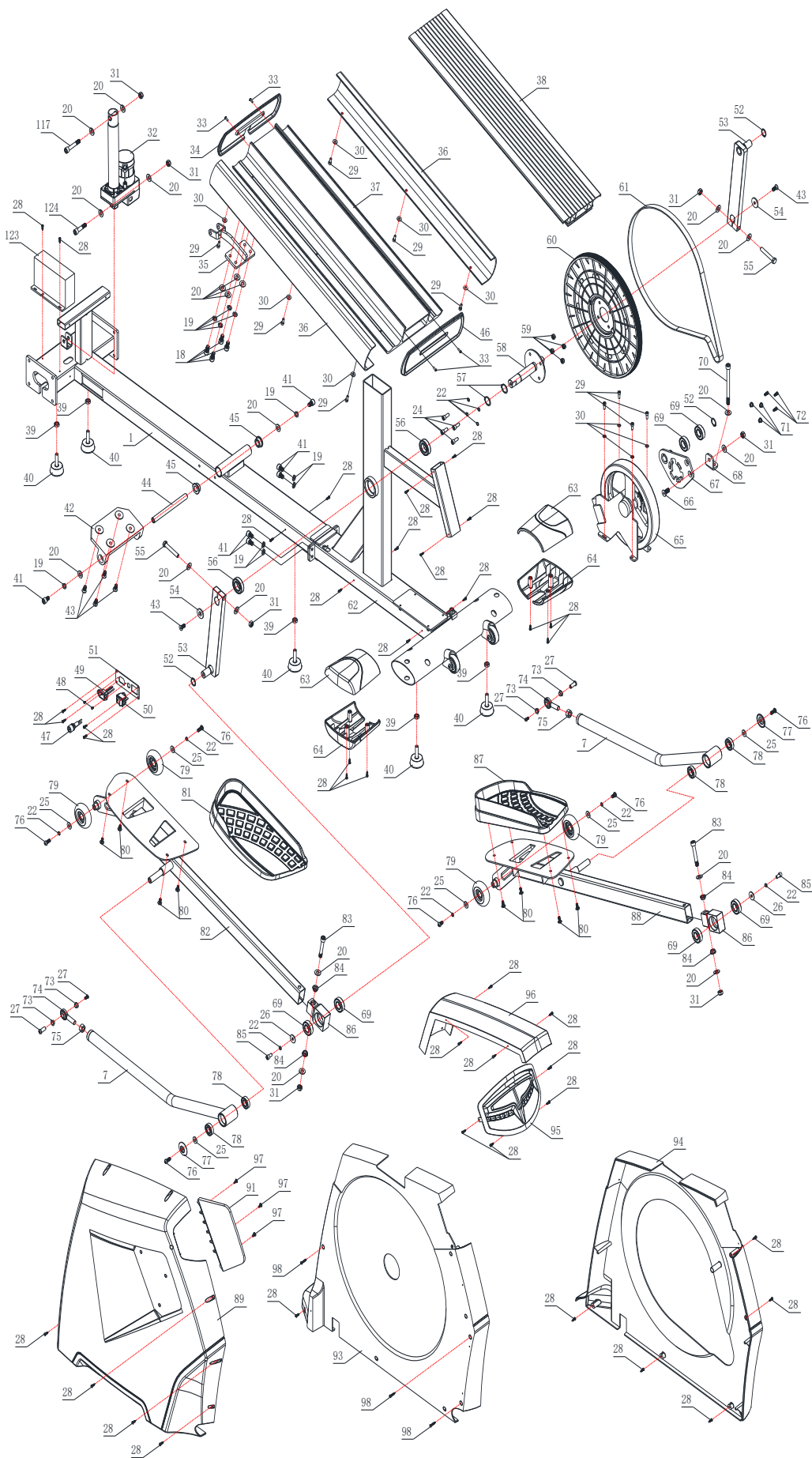
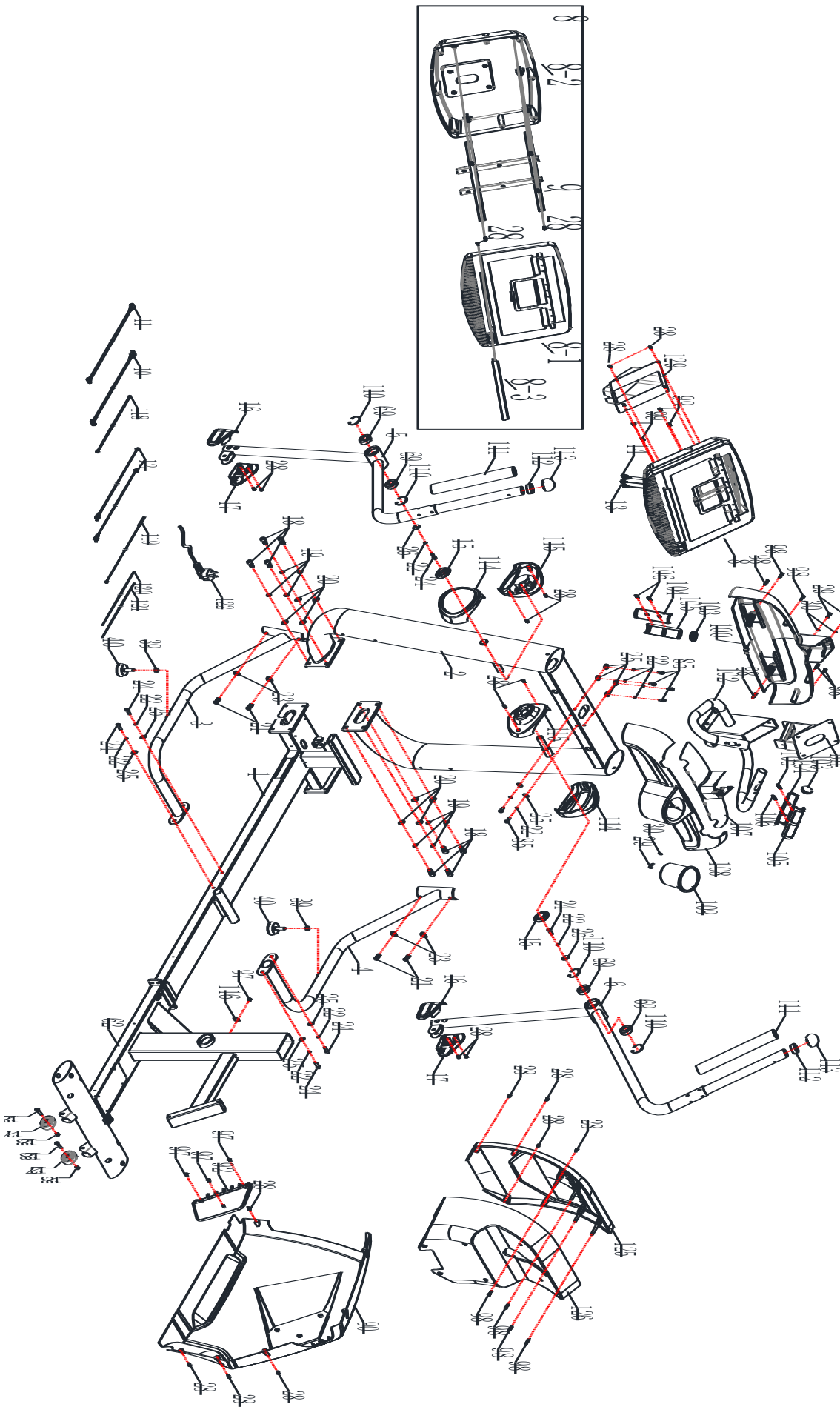


Схема тренажера в разобранном виде





Список комплектующих частей

№	Описание	Спец-ия	Кол-во
1	Основная рама		1
2	Вертикальная стойка		1
3	Передний левый стабилизатор		1
4	Передний правый стабилизатор		1
5	Левый поручень		1
6	Правый поручень		1
7	Направляющая		2
8	Консоль		1
9	Рама консоли	Площадь поверхности 0.148 м ²	1
10	Сигнальный кабель	L-2100мм	1
11	Сигнальный кабель	L-500мм	1
12	Пульсовый кабель	L-900мм	2
13	Пульсовый кабель		2
14	Кабель консоли		1
15	Кожух поручня (3)	Φ56×16.5	2
16	Нижний левый кожух поручня	96×91×26	2
17	Нижний правый кожух поручня	96×91×29	2
18	Болт	M10×20	12
19	Пружинная шайба	Φ10	18
20	Плоская шайба	Φ10×Φ22×2.0	28
21	Шестигранный винт	M8×20	4
22	Пружинная шайба	Φ8	22
23	Шайба	Φ8.5×R25×t2.0	4
24	Болт	M8×20	10
25	Плоская шайба	Φ8.5×Φ20×t1.5	16
26	Плоская шайба	Φ8.2×Φ25×t2.0	4
27	Винт D9.4×23.5-M6	Φ9.4×23.5-M6	2
28	Саморез	ST4×16	58
29	Болт M6×15	M6×15	13
30	Плоская шайба	Φ6	13
31	Шестигранная стопорная гайка	M10	7
32	Двигатель наклона		1
33	Винт	M4×15	4
34	Кожух		1
35	Соединение		1
36	Боковой кожух направляющей		2
37	Направляющая		1
38	Верхний кожух		1
39	Шестигранная гайка	M10	7

40	Накладка для ног		7
41	Шестигранный винт	M10×15	6
42	Прокладка		1
43	Шестигранный винт	M8×20	6
44	Ось	Φ16×170.4	1
45	Шайба	Φ32×Φ16×12.7	2
46	Задний кожух		1
47	Место ключа безопасности	6A	1
48	Саморез	ST3×10	2
49	Кабель питания		1
50	Переключатель		1
51	Фиксатор консоли		1
52	Вал	Φ20	3
53	Кронштейн		2
54	Плоская шайба	Φ8×Φ30×t3.0	2
55	Шестигранный винт	M10×65×20	2
56	Подшипник	6005-ZZ	2
57	Вал	Φ25	2
58	Ось кронштейна		1
59	Шестигранная гайка	M8	4
60	Шкив ремня	Φ385×22	1
61	Приводной ремень	560PJ8	1
62	Задняя рама		1
63	Верхний кожух		2
64	Нижний кожух		2
65	EMS маховик		1
66	Шестигранный винт	M10×25	1
67	Ролик		1
68	Регулировочный штифт		1
69	Подшипник	6004-ZZ	10
70	Шестигранный винт	M10×125×25	1
71	Пластина	Φ13×Φ8.5×8.4	3
72	Винт	M5×15	3
73	Втулка	Φ16×Φ12×6.3	4
74	Подшипник	SA12-TK	2
75	Шестигранная гайка	M12×P1.75	2
76	Шестигранный винт	M8×20	6
77	Винт	Φ42×4.6	2
78	Подшипник	6003-ZZ	4
79	Ролик	Φ76×24	4
80	Шестигранный винт	M6×12	4
81	Левая педаль		1
82	Набор для левой педали		1
83	Шестигранный винт	M10×65×15	2

84	Прокладка	Φ20×Φ10×8	4
85	Шестигранный винт	M8×15	8
86	Регулировочный кронштейн		2
87	Правая педаль		1
88	Набор для правой педали		1
89	Левый кожух		1
90	Правый кожух		1
91	Левый декоративный кожух		1
92	Правый декоративный кожух		1
93	Левый кожух		1
94	Правый кожух		1
95	Задний декоративный кожух		1
96	Верхний декоративный кожух		1
97	Саморез	ST4×12	7
98	Саморез	ST4×25	13
99	Шестигранный винт	M8×30×20	4
100	Кожух вертикальной стойки (1)		1
101	Фиксатор консоли		1
102	Верхний фиксатор консоли		1
103	Заглушка	Φ39×Φ30×27.5	2
104	Нижний кожух руля		2
105	Верхний кожух руля		2
106	Саморез	ST3×30	4
107	Кожух вертикальной стойки (2)		1
108	Кожух вертикальной стойки (3)		1
109	Держатель бутылки		1
110	Кольцо	Φ42	4
111	Неопрен	Φ30×t3.0×320	2
112	Втулка	Φ38×Φ32.2×15	2
113	Заглушка		2
114	Кожух поручня (1)		2
115	Кожух поручня (2)		2
116	Магнит		1
117	Шестигранный винт	M10×60×20	1
118	Тормозная система	L-2200мм	1
119	Магнитные датчики	L-2200мм	1
120	Кабель питания	L-450мм(черный)	1
121	Кабель питания	L-450мм(красный)	1
122	Кабель питания		1
123	Контроллер		1
124	Шестигранный винт	M10×45×20	1
125	Передний кожух двигателя наклона		1
126	Задний кожух двигателя наклона		1
127	Стабилизатор	Φ55×25.8 (+ 3 втулки)	2

128	Винт			Ф8×33×М6×15		2	
129	Стойка консоли			Площадь 0.097 м ²		1	
Набор для консоли							
8-1	Рама дисплея	459×388×23	1	8-2	Задний кожух панели	459×387×71	1
8-3	Держатель для телефона	300×25×20	1				

Работа с консолью



ФУНКЦИИ КОНСОЛИ

Функция	Описание	Диапазон
RESISTANCE (СОПРОТИВЛЕНИЕ)	Отображает степень сопротивления во время тренировки.	0 ~ 40
PULSE (ПУЛЬС)	Отображает частоту сердечных сокращений во время тренировки.	40 ~ 199 уд/мин
WATT (ВАТТ)	Отображает мощность в реальном времени.	0 ~ 999 ватт
SPEED (СКОРОСТЬ)	Отображает скорость движения в реальном времени.	0 ~ 99.9км/ч
CALORIES (КАЛОРИИ)	Отображает расход калорий во время тренировки	0 ~ 9999кал
DISTANCE (РАССТОЯНИЕ)	Отображает пройденное расстояние во время тренировки.	0.0~99.9км
RPM (ОБОРОТЫ В МИНУТУ)	Отображает обороты в минуту.	0 ~ 9999об/мин
INCLINE (НАКЛОН)	Отображает текущий уровень наклона.	0 ~ 20
TIME (ВРЕМЯ)	Отображает время тренировки.	0:00~99:59

ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ КЛАВИШИ

RESISTANCE+ (СОПРОТИВЛЕНИЕ +)	Увеличивает уровень сопротивления.
RESISTANCE- (СОПРОТИВЛЕНИЕ-)	Уменьшает уровень сопротивления.
INCLINE+ (НАКЛОН +)	Увеличивает наклон.
INCLINE- (НАКЛОН -)	Уменьшает наклон.
PROGRAM (ПРОГРАММА)	12 предустановленных программ, 3 пользовательские программы, 4 пульсозависимые программы, 1 программа BATT, 1 Ручной режим, 1 Режим обратного отчета.
BODY FAT (ЖИРОАНАЛИЗАТОР)	Режим жиранализатора.
RECOVERY (ВОССТОНАВЛЕНИЕ)	Режим восстановления сердечного ритма после тренировки.
MODE (РЕЖИМ)	Выбрать время, расстояние, калории, режим обратного отсчета.
RESET (СБРОС)	Сброс данных тренировки. В режиме ожидания, удерживайте клавишу в течение 3 секунд, чтобы вернуться на главную страницу
START (СТАРТ)	Начать тренировку.
STOP (СТОП)	Остановить тренировку.

ВКЛЮЧЕНИЕ ПИТАНИЯ

Подключите устройство к источнику питания и включите консоль. После полного отображения дисплея в течение 2 секунд на нем слева направо начнет отображаться нижеприведенная информация:

Текущая версия программного обеспечения, индикатор (по умолчанию 26 см), система единиц измерения (по умолчанию КМ) и ширина колеи (E).

Затем перейдите к пользовательским настройкам, значение по умолчанию - U1. Выберите U1~U4 и нажмите клавишу RESISTANCE+/- (СОПРОТИВЛЕНИЕ+/-), чтобы перейти к настройке пола, возраста, роста, веса, затем нажмите клавишу MODE (РЕЖИМ), чтобы подтвердить настройки. Нажмите RESISTANCE+/- (СОПРОТИВЛЕНИЕ+/-) для настройки и нажмите MODE (РЕЖИМ) для перехода к следующей настройке.

ПОЛ: мужчина, женщина. по умолчанию мужчина.

ВОЗРАСТ: 10~99 лет. По умолчанию 25 лет.

РОСТ: 100 ~ 220 см. По умолчанию 170 см.

ВЕС: 20~150 кг. По умолчанию 75 кг.

После завершения пользовательской настройки нажмите клавишу MODE (РЕЖИМ) для перехода в режим ожидания.

РУЧНОЙ РЕЖИМ

В режиме ожидания нажмите клавишу START (СТАРТ) для перехода к тренировке в ручном режиме.

В данном режиме нажмите клавишу RESISTANCE+/- (СОПРОТИВЛЕНИЕ+/-), чтобы отрегулировать уровень сопротивления, а клавишу INCLINE +/- (НАКЛОН+/-), чтобы отрегулировать наклон.

Нажмите клавишу STOP (СТОП), чтобы остановить тренажер.

Нажмите клавишу RESET (СБРОС) после остановки тренажера и сбросьте данные тренировки.

РЕЖИМ ОБРАТНОГО ОТСЧЕТА

В режиме ожидания нажмите клавишу MODE (РЕЖИМ), чтобы выбрать один из 3 режимов обратного отсчета времени, расстояния или калорий.

1. При выборе режима обратного отсчета времени в матричном окне отобразится значение M-1, предустановленное значение времени - 30 минут отобразится на дисплее. Нажмите клавишу RESISTANCE+/- (СОПРОТИВЛЕНИЕ+/-), чтобы установить время с регулируемым диапазоном 5~99 минут. После завершения настройки нажмите клавишу START (СТАРТ), чтобы начать тренировку. Тренажер начнет работать и автоматически остановится после завершения обратного отсчета функции времени.

2. При выборе режима обратного отсчета расстояния в матричном окне отобразится значение M-2, предустановленное значение расстояния - 1 км отобразится на дисплее. Нажмите клавишу RESISTANCE+/- (СОПРОТИВЛЕНИЕ+/-), чтобы установить расстояние с регулируемым диапазоном 1~99 км. После завершения настройки нажмите клавишу START (СТАРТ), чтобы начать тренировку. Тренажер начнет работать и автоматически остановится после завершения обратного отсчета функции расстояния.

3. При выборе режима обратного отсчета калорий в матричном окне отобразится значение M-3, предустановленное значение калорий - 50 ккал отобразится на дисплее. Нажмите клавишу RESISTANCE+/- (СОПРОТИВЛЕНИЕ+/-), чтобы установить количество калорий в регулируемом диапазоне 20~9990 ккал. После завершения настройки нажмите клавишу START (СТАРТ), чтобы начать тренировку. Тренажер начнет работать и автоматически остановится после завершения обратного отсчета функции калорий.

АВТОМАТИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА

В режиме ожидания нажмите клавишу PROGRAM (ПРОГРАММА), чтобы начать тренировку, выберете одну из 12 предустановленных программ, 3 пользовательских программ, 4 пульсозависимых программ и 1 программа BATT.

1. 12 предустановленных программ

В режиме ожидания нажмите клавишу PROGRAM (ПРОГРАММА), чтобы выбрать предустановленную программу P1~P12, затем установите время тренировки с помощью клавиши RESISTANCE+/- (СОПРОТИВЛЕНИЕ+/-). Нажмите клавишу START (СТАРТ), чтобы запустить выбранную программу. Тренажер начнет работать в заданное время и автоматически остановится после завершения обратного отсчета времени.

2. 3 пользовательские программы

В режиме ожидания нажмите клавишу PROGRAM (ПРОГРАММА), чтобы выбрать пользовательскую программу U1~U3, затем установите время тренировки с помощью клавиши RESISTANCE+/- (СОПРОТИВЛЕНИЕ+/-). Нажмите клавишу START (СТАРТ), чтобы запустить выбранную программу. Тренажер начнет работать в заданное время и автоматически остановится после завершения обратного отсчета времени. После выбора пользовательской программы U1~U3 перейдите к настройке данных с помощью клавиши MODE (РЕЖИМ).

S-01-S-16 - это настройка каждого сегмента значения сопротивления и значения наклона. Значение сопротивления каждого сегмента можно задать с помощью клавиши RESISTANCE+/- (СОПРОТИВЛЕНИЕ+/-), а значение наклона можно задать с помощью клавиши INCLINE +/- (НАКЛОН+/-). Программа будет установлена после завершения настройки 16 сегментов, данные сохранятся автоматически.

3. Пульсозависимая программа

В режиме ожидания нажмите клавишу PROGRAM (ПРОГРАММА), чтобы выбрать одну из 4 пульсозависимых программ HRC55/75/90/HRC4.

1) Данная программа включает в себя использование беспроводного измерения частоты пульса для того, чтобы установить целевую функцию частоты сердечных сокращений, сопротивление будет регулироваться автоматически.

2) Способ настройки программы, последовательность и диапазон параметров.

Нажмите клавишу PROGRAM (ПРОГРАММА) для настройки пульсозависимой программы и введите значение THR (целевая частота сердечных сокращений). Нажмите клавишу RESISTANCE+/- (СОПРОТИВЛЕНИЕ+/-) для того, чтобы настроить значения. Нажмите клавишу MODE (РЕЖИМ) для ввода настройки времени после завершения настройки THR. Нажмите клавишу RESISTANCE+/- (СОПРОТИВЛЕНИЕ+/-) для того, чтобы настроить обратный отсчет времени. И нажмите клавишу START (СТАРТ), чтобы запустить тренажер после завершения настройки.

A. THR: а) HRC1: 55%; б) HRC2: 75%; в) HRC3: 90%; г) HRC4 определяется пользователем: начальное значение (220-возраст)*55%.

B. Функция HRC1~3 не может быть изменена, в то время как HRC4 может с диапазоном изменения: 60~200.

C. Диапазон установки времени: 5:00 ~ 99:00.

3) Зависимость изменения сопротивления

A. HRC определяет частоту сердечных сокращений каждые 30 секунд (частота сердечных сокращений отображается всегда).

B. Когда фактическая частота сердечных сокращений меньше целевой и разница больше 3, уровень сопротивления увеличивается на 1.

C. Когда фактическая частота сердечных сокращений больше целевой и разница больше 3, уровень сопротивления уменьшается на 1.

D. Если на консоли не обнаружено данных о частоте сердечных сокращений, система автоматически выключится.

4. Программа WATT (ВАТТ)

В режиме ожидания нажмите клавишу PROGRAM (ПРОГРАММА) и перейдите к установке программы WATT (ВАТТ).

1) В данной программе можно установить целевое значение мощности, при изменении которой сопротивление будет регулироваться автоматически.

2) Настройка мощности: Нажмите клавишу PROGRAM (ПРОГРАММА) для перехода в режим WATT с начальной мощностью 120. Нажмите клавишу RESISTANCE+/- (СОПРОТИВЛЕНИЕ+/-) для того, чтобы настроить целевую мощность. После

завершения настройки нажмите клавишу MODE (РЕЖИМ) для настройки времени и клавишу RESISTANCE+/- (СОПРОТИВЛЕНИЕ+/-) для регулировки времени. Нажмите клавишу START (СТАРТ), чтобы запустить тренажер после завершения настройки.

Диапазон настройки мощности: 10 ~ 350 Вт.

Диапазон настройки времени: 5:00 ~ 99:00.

3) Зависимость изменения сопротивления

A. Сравнение мощности в реальном времени и целевой мощности происходит каждые 30 секунд.

B. Если разница между мощностью в реальном времени и целевой мощностью составляет менее 5 Вт, сопротивление остается неизменным.

C. Когда мощность в реальном времени меньше целевой мощности с разницей более 5 Вт, уровень сопротивления будет увеличиваться на 1 до тех пор, пока не будет достигнуто максимальное значение сопротивления.

D. Когда мощность в реальном времени превышает целевую мощность с разницей более 5 Вт, уровень сопротивления будет уменьшаться на 1 до тех пор, пока не будет достигнуто минимальное значение сопротивления.

FAT (Жироанализатор)

В режиме ожидания нажмите клавишу BODYFAT, чтобы перейти в режим жироанализатора. В это время необходимо держать обе руки на сенсорных датчиках измерения пульса или надеть беспроводной браслет для измерения частоты сердечных сокращений. Функция будет рассчитана в соответствии с данными, установленными пользователем (пол, возраст, рост, вес).

Режим восстановления пульса

В режиме ожидания при определении частоты сердечных сокращений нажмите клавишу RECOVERY (ВОССТАНОВЛЕНИЕ), чтобы затем перейти в режим восстановления пульса. В окне времени будет отображаться 60-секундный обратный отсчет, тест частоты сердечных сокращений будет проводиться в течение этого времени. После завершения обратного отсчета, в зависимости от восстановления частоты пульса, значение покажет один из уровней от 1 до 6, которые представляют состояние восстановления пульса пользователя в течение 1 минуты после тренировки и остановки. F1 - лучший, F6 - худший. В режиме восстановления нажмите клавишу RECOVERY (ВОССТАНОВЛЕНИЕ) для восстановления пульса. Если нет достоверных данных о частоте сердечных сокращений, после нажатия клавиши RECOVERY (ВОССТАНОВЛЕНИЕ) отобразится значение null.

F1	Лучший
F2	Отличный
F3	Хороший
F4	Средний
F5	Ниже среднего
F6	Плохой

Режим энергосбережения

Если в течение 4 минут и 30 секунд консоль не задействуется, то система переходит в режим сна. Нажмите любую клавишу или начните заниматься на тренажере, чтобы запустить систему.

Программный режим

Сегмент Уровень	1		2		3		4		5		6		7		8	
	Сопротивление	Наклон	Сопротивление	Наклон	Сопротивление	Наклон	Сопротивление	Наклон	Сопротивление	Наклон	Сопротивление	Наклон	Сопротивление	Наклон	Сопротивление	Наклон
Программа 1	10	1	15	1	20	2	25	2	30	2	30	3	30	3	30	3
Программа 2	10	1	20	1	30	2	10	2	20	2	30	3	30	3	20	2
Программа 3	5	2	10	2	15	3	20	2	25	2	30	3	30	3	20	3
Программа 4	5	2	15	2	25	3	30	2	25	2	30	3	30	3	30	3
Программа 5	10	3	15	3	15	3	20	4	20	4	25	5	25	5	30	5
Программа 6	10	3	10	3	20	5	20	5	30	4	30	4	30	4	25	3
Программа 7	5	4	5	4	10	4	10	4	15	3	15	3	15	6	20	6
Программа 8	10	4	20	4	30	5	30	5	25	6	25	6	25	6	20	7
Программа 9	5	5	15	5	15	5	15	6	20	6	20	6	20	4	30	4
Программа 10	5	5	10	5	15	6	10	6	20	7	25	5	25	8	30	8
Программа 11	10	4	15	4	20	3	20	2	25	6	30	6	30	2	30	2
Программа 12	10	1	20	1	25	3	25	2	25	3	25	5	25	5	25	0

Сегмент Уровень	9		10		11		12		13		14		15		16	
	Сопротивление	Наклон	Сопротивление	Наклон	Сопротивление	Наклон	Сопротивление	Наклон	Сопротивление	Наклон	Сопротивление	Наклон	Сопротивление	Наклон	Сопротивление	Наклон
Программа 1	25	3	25	2	15	3	15	5	15	4	10	3	10	3	10	1
Программа 2	30	2	30	2	20	3	20	4	20	3	20	2	10	2	10	0
Программа 3	30	2	30	2	20	3	20	4	20	3	20	2	10	2	10	1
Программа 4	25	3	25	2	25	3	25	4	25	4	20	2	15	2	10	1
Программа 5	30	5	30	4	30	3	30	5	30	5	20	4	15	4	10	1
Программа 6	30	3	30	3	30	6	30	4	30	2	20	2	20	2	10	1
Программа 7	25	6	25	7	30	6	30	5	30	4	20	3	10	3	10	1
Программа 8	15	7	15	9	10	3	10	3	10	3	15	3	10	3	5	1
Программа 9	30	4	30	6	25	4	25	4	25	4	15	3	15	3	10	1
Программа 10	25	8	25	4	25	5	25	5	25	4	15	3	15	3	10	1
Программа 11	30	2	30	2	30	3	30	5	30	4	15	3	15	3	10	1
Программа 12	30	0	30	2	15	3	15	2	15	2	30	2	20	2	10	1

Руководство по устранению неполадок

Проблема и код	Возможная причина	Решение
Консоль не включается.	A. Неисправен генератор.	Замените генератор.
	B. Неисправен контроллер. (Индикатор контроллера не горит).	Замените контроллер.
	C. Неисправна плата компьютера.	Замените плату компьютера.
	D. Неисправны кабели.	Замените кабель.
Неисправность клавиши.	Клавиатура не работает.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Замените клавиатуру и сигнальный кабель. 2. Замените основную плату. 3. Замените плату компьютера.
Частота сердечных сокращений не отображается.	A. Неисправен пульсовый кабель.	1. Замените пульсовый кабель.
	B. Неисправна консоль.	2. Замените консоль.
Экран дисплея отображается не полностью, или на нем отсутствуют символы.	A. Недостаточное напряжение.	1. Проверьте контроллер и генератор.
	B. Сбой системы.	2. Замените консоль.
E-1	<p>Плохая связь:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Неисправна плата компьютера. 2. Неисправен контроллер. 3. Неисправен кабель. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Замените кабель. 2. Замените плату компьютера. 3. Замените контроллер.
E-2	Неисправность контроллера.	Замените контроллер.
E-3	На консоль не поступает сигнал о тестировании программы жиросанализатора. Во время теста необходимо держать обе руки на сенсорных датчиках измерения пульса или надлежащим образом надеть устройство для определения частоты сердечных сокращений.	Повторно войдите в режим жиросанализатора и держите руки на сенсорных датчиках измерения пульса во время тестирования.

Технические характеристики:

Назначение	Коммерческое
Система нагружения	Электромагнитная (EMS)
Кол-во ур-й нагрузки	40
Кол-во ур-й наклона	20
Регулировка наклона	Автоматическая
Длина шага	558 мм
Измерение пульса	Сенсорные датчики
Консоль	LED дисплей с точечной матрицей
Показания консоли	время, скорость, дистанция, калории, пульс, ватты, профиль, ур-нь нагрузки и наклона
Кол-во программ	25
Зарядка мобильного устройства	USB
Подставка под бутылку	Есть
Подставка под планшет	Есть
Транспортировочные ролики	Есть
Компенсаторы неровностей пола	Есть
Размер в рабочем состоянии (Д*Ш*В)	215*77*194 см
Размер в упаковке (Д*Ш*В)	222*83*88 см
Вес нетто	129 кг
Вес брутто	159 кг
Макс. вес пользователя	180 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.

