

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 использованию тренажера, внимательно изучите настоящее руководство и сохраните его для дальнейшего использования. В случае возникших дополнительных вопросов обратитесь к продавцу или дилеру, 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.

Меры безопасности

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.

Тренажер предназначен для домашнего использования. В целях обеспечения безопасности и надежной работы оборудования перед использованием тренажера ознакомьтесь с инструкцией.

При использовании тренажера следует соблюдать следующие базовые меры предосторожности:

- **ОСТОРОЖНО!** Во избежание удара током отключайте тренажер от сети после окончания использования и перед чисткой;
- **ВНИМАНИЕ!** Не следует оставлять включенный тренажер без присмотра во избежание удара током. Если тренажер не используется или производится его ремонт, установка или снятие комплектующих, отключите его от сети;
- Используйте тренажер только по назначению, описанному в данном руководстве. Во избежание получения травм используйте только те аксессуары, которые рекомендованы производителем;
- Во избежание травм и удара током не вставляйте какие-либо предметы в отверстия на тренажере;
- Не снимайте кожухи консоли. Ремонт тренажера должен производиться только сотрудниками сервисного центра;
- Не используйте тренажер, если заблокированы вентиляционные отверстия. Поддерживайте их в чистоте, удаляйте скапливающуюся пыль, волосы и т.д.;
- Не используйте тренажер, если у него повреждены шнур питания или вилка, если он работает некорректно, был поврежден или побывал в воде. Доставьте тренажер в сервисный центр для осмотра и ремонта;
- Не перемещайте тренажер за шнур питания и не используйте шнур как ручку;
- Шнуры питания не должны соприкасаться с нагревающимися поверхностями;
- Дети и лица с ограниченными возможностями могут находиться рядом с включенным тренажером или использовать его только под наблюдением;
- Тренажер не предназначен для использования вне помещения;
- Не пользуйтесь тренажером в местах, где распыляются аэрозоли или осуществляется подача кислорода;
- Для отключения переведите тумблеры включения/выключения в положение «выкл.(OFF)», а затем отключите шнур питания из розетки;
- Подключайте тренажер только к заземленной розетке;
- Не подставляйте руки под движущиеся части тренажера, следите, чтобы ваша одежда не попала в движущиеся части тренажера;
- Будьте осторожны при заходе на тренажер и спуске с него;
- **ОСТОРОЖНО!** Если вы почувствовали боль в груди, тошноту, головокружение или одышку, немедленно ПРЕКРАТИТЕ занятия на тренажере. Прежде чем возобновлять тренировки обратитесь за консультацией к врачу.

Транспортировка/Хранение/Ввод в эксплуатацию

Транспортировка и эксплуатация тренажера:

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

Хранение тренажера

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

1. температура + 10 - + 35 C;
2. влажность: 50 -75%;
3. если Ваш тренажер хранился при низкой температуре или в условиях высокой влажности (имеет следы конденсации влаги), необходимо перед эксплуатацией выдержать его в нормальных условиях не менее 2 – 4 часов и только после этого можно приступить к эксплуатации.

Настройка оборудования

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 (свободное пространство должно быть не менее 60 см по бокам, не менее 30 см перед оборудованием, не менее 60 см позади него).

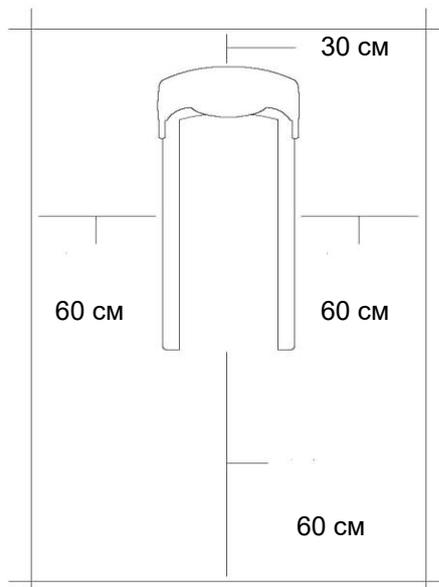
Свободное пространство сзади тренажера обеспечит вам комфортный подход к тренажеру и спуск с него

Если вы ставите тренажер на ковер, необходимо подложить под него коврик из твердой резины или пластика, чтобы предохранить ковер и оборудование от возможных повреждений.

Не размещайте тренажёр 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. Рекомендуется устанавливать тренажер в комфортном помещении.

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 они не повреждены. Не прикладывайте чрезмерных усилий к инструменту во избежание травм и повреждения элементов конструкции тренажера. Сначала соберите все детали тренажера, не до конца затянув гайки и Болты, и только убедившись, что конструкция собрана правильно, затяните их до конца.



Техническое обслуживание/ Гарантия/ Ремонт

Регулярное и своевременное техническое обслуживание продлевает срок службы тренажёра и сводит обращения в сервисную службу до минимума. Для этого рекомендуется выполнять следующие профилактические процедуры.

Рекомендации по уходу

Требования к обслуживанию велотренажера, которые выполняются непосредственно владельцем тренажёра:

Понадобится:

- мыльный раствор в распылительной бутылке (соотношение воды к мылу 10: 1);
- мягкие хлопковые безворсовые чистящие салфетки;
- жидкость для чистки ЖК-дисплеев;
- смазка типа Литол;
- консистентная смазка PTFE {Teflon}.

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 тренажер на предмет отсутствия попадания посторонних предметов.

ЕЖЕДНЕВНО:

1. Протрите всю внешнюю поверхность корпуса и рамы тренажёра влажной тканью. Чистой, мягкой 100% безворсовой тканью и мыльным раствором протрите всю область консоли, включая ручки и кнопки управления. Чистку необходимо осуществлять нанесением небольшого количества раствора на ткань.
2. Разбрызгивание чистящего раствора непосредственно на консоль запрещено.
3. Содержите дисплей консоли чистым от отпечатков пальцев и следов пота.
4. Не используйте растворители, они могут повредить тренажёр.
5. 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.
6. Для ухода рекомендуется применять слегка смоченную нейтральным раствором моющей жидкости (соотношение воды к мылу 10: 1) ткань с последующей протиркой сухой тканью.
7. Пропылесосьте под тренажёром и удалите пыль и мусор.
8. Проверьте силовой шнур питания на наличие повреждений. Убедитесь, что шнур не попал под транспортировочные колёсики тренажера или в другое место, где он может оказаться защемлен или оборван.

ЕЖЕНЕДЕЛЬНО:

1. Проверьте тренажёр на устойчивость и при необходимости отрегулируйте его положение нижними ножками выравнивания.
2. Очистите от грязи канавки педалей.
3. Пропылесосьте под тренажёром и удалите пыль и мусор.
4. Убедитесь в отсутствии посторонних звуков в работе тренажёра.

ЕЖЕМЕСЯЧНО:

1. Осмотрите консоль, поручни, сиденье, рычаги, педали, кожухи на наличие повреждений.
2. Проверьте надёжность крепления сиденья и при необходимости затяните его.
3. Проверьте затяжку педалей и затяните педали к шатунам с помощью гаечного ключа.
4. Отрегулируйте нижние выравнивающие ножки, если оборудование стоит неровно и качается во время занятий.
5. Только для вертикальных велосипедов, используйте аэрозоль Super Lube на чистую хлопчатобумажную ткань и протрите направляющие стержни, чтобы сиденье легко скользило вверх и вниз.

Профилактическое обслуживание является ключом к исправной работе тренажёров. Оборудование необходимо регулярно проверять. Нельзя использовать неисправные и поломанные детали тренажёра. Они должны быть отремонтированы или заменены.

Все работы по ремонту и техническому обслуживанию должны проводиться только сертифицированными специалистами сервисного центра.

Авторизованные сервисные центры (АСЦ) предоставляют услуги по обслуживанию тренажёров непосредственно по запросу на вашем объекте или непосредственно при доставке в АСЦ.

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.

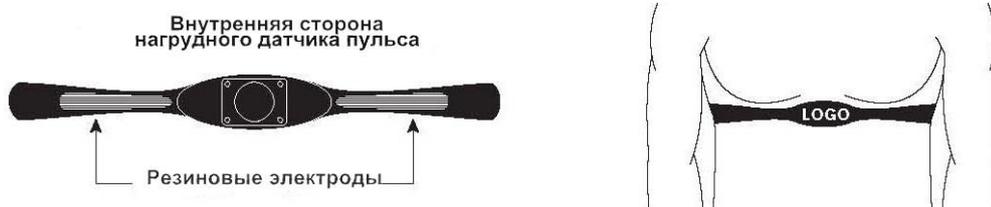
Меры предосторожности

Тренажер должен использоваться только по назначению, то есть для физических тренировок взрослых людей. Любое другое использование тренажера запрещено и может быть опасно. Продавец не несет ответственности за любые травмы или повреждения, вызванные неправильным использованием тренажера. Тренажер предназначен для использования взрослыми людьми, конструкция и установленные нагрузки рассчитаны на взрослых людей, поэтому эксплуатация несовершеннолетними лицами не допускается. Дети и домашние животные не должны приближаться к работающему тренажеру.

Пульсозависимая программа

Контактные датчики пульса (если имеются)

Обхватите руками поручни. Ладони должны находиться на датчиках пульса. В течение 15-20 секунд датчик измерит последние 5 ударов пульса. Не сжимайте датчики плотно, так как в этом случае может повыситься артериальное давление. Убедитесь, что ладони расположены на пластинах пульсомера, а не на поручнях, во избежание получения неправильных данных.



Телеметрический датчик пульса

Вы можете измерять уровень пульса с помощью беспроводного датчика пульса, значение которого будет отображено на дисплее консоли.

Прежде чем закрепить датчик на груди, увлажните области ремня, где проходят электроды.

Затяните ремень вокруг груди и отрегулируйте ремень так, чтобы он сидел плотно.

Примечание: датчик должен быть плотно и правильно закреплен на груди для того, чтобы считывать более точный и правильные данные. Если датчик расположен неправильно. Вы может получить некорректную информацию.

Измерение пульса

ВНИМАНИЕ! Для измерения пульса необходимо постоянное удержание рук на сенсорных датчиках пульса. Важно знать, что сенсорные датчики пульса не являются медицинским оборудованием и определяемые значения могут значительно отличаться от фактических.

Тренажёр предназначен для домашнего использования.

Условия гарантии и сервисного обслуживания указаны в Гарантийном талоне.

Убедитесь, что вы ознакомились с содержанием Гарантийного талона.

Не выбрасывайте гарантийный талон.

Указания по утилизации

Информация для пользователя

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.



Инструкция по технике безопасности

1. Убедитесь, что все пользователи ознакомлены с предупреждениями и мерами предосторожности, касающимися данного тренажера.
2. Прочтите все предупреждения, размещенные в данном руководстве.
3. Аэробайк следует использовать только после тщательного ознакомления с данным руководством. Перед использованием убедитесь, что тренажер собран правильно, а все детали крепко затянуты.
4. Для сборки данного тренажера нужны два человека.
5. Не допускайте детей и домашних животных к тренажеру. Тренажер предназначен только для использования взрослыми.
6. Аэробайк не является электромагнитным велотренажером; поэтому скорость вращения педалей следует снижать под контролем, чтобы избежать травм во время тренировки.
7. Рекомендуется разместить данный тренажер на специальном покрытии на ровной поверхности.
8. Расположите тренажер на устойчивой и горизонтальной поверхности.
9. Убедитесь, что имеется достаточное пространство для доступа к аэробайку и вокруг него.
10. Отрегулируйте компенсаторы (46) на заднем стабилизаторе таким образом, чтобы велосипед стоял на полу ровно.
11. Перед использованием осмотрите тренажер на наличие изношенных или незакрепленных частей, надежно затяните все детали или замените изношенные перед использованием.
12. Перед использованием всегда проверяйте, надежно ли затянуто сиденье (73) с помощью фиксирующей ручки (76).
13. Необходимо отрегулировать сиденье в соответствии с инструкциями.
14. Не пытайтесь отрегулировать сиденье во время тренировки.
15. Проконсультируйтесь с врачом перед использованием тренажера. Если чувствуете слабость, головокружение или испытаете боль во время тренировки, немедленно прекратите занятия и проконсультируйтесь с врачом.
16. Выберите интенсивность, соответствующую вашему уровню силы и гибкости.
17. Не надевайте слишком свободную одежду во время использования тренажера.
18. Никогда не тренируйтесь босиком или в носках; всегда надевайте подходящую обувь, такую как кроссовки, которые хорошо сидят, обеспечивают поддержку стопы и имеют нескользящую резиновую подошву.
19. Будьте осторожны и сохраняйте равновесие при использовании, монтаже, демонтаже или сборке тренажера.
20. Максимальный вес пользователя может быть 350 фунтов.
21. Тренажером одновременно может пользоваться только один человек.
22. Аэробайк предназначен только для домашнего пользования.



ВНИМАНИЕ

Перед сборкой и использованием данного тренажера, внимательно прочитайте руководство по эксплуатации и предупреждения, входящие в комплект поставки данного тренажера. Несоблюдение инструкций может причинить вред здоровью.

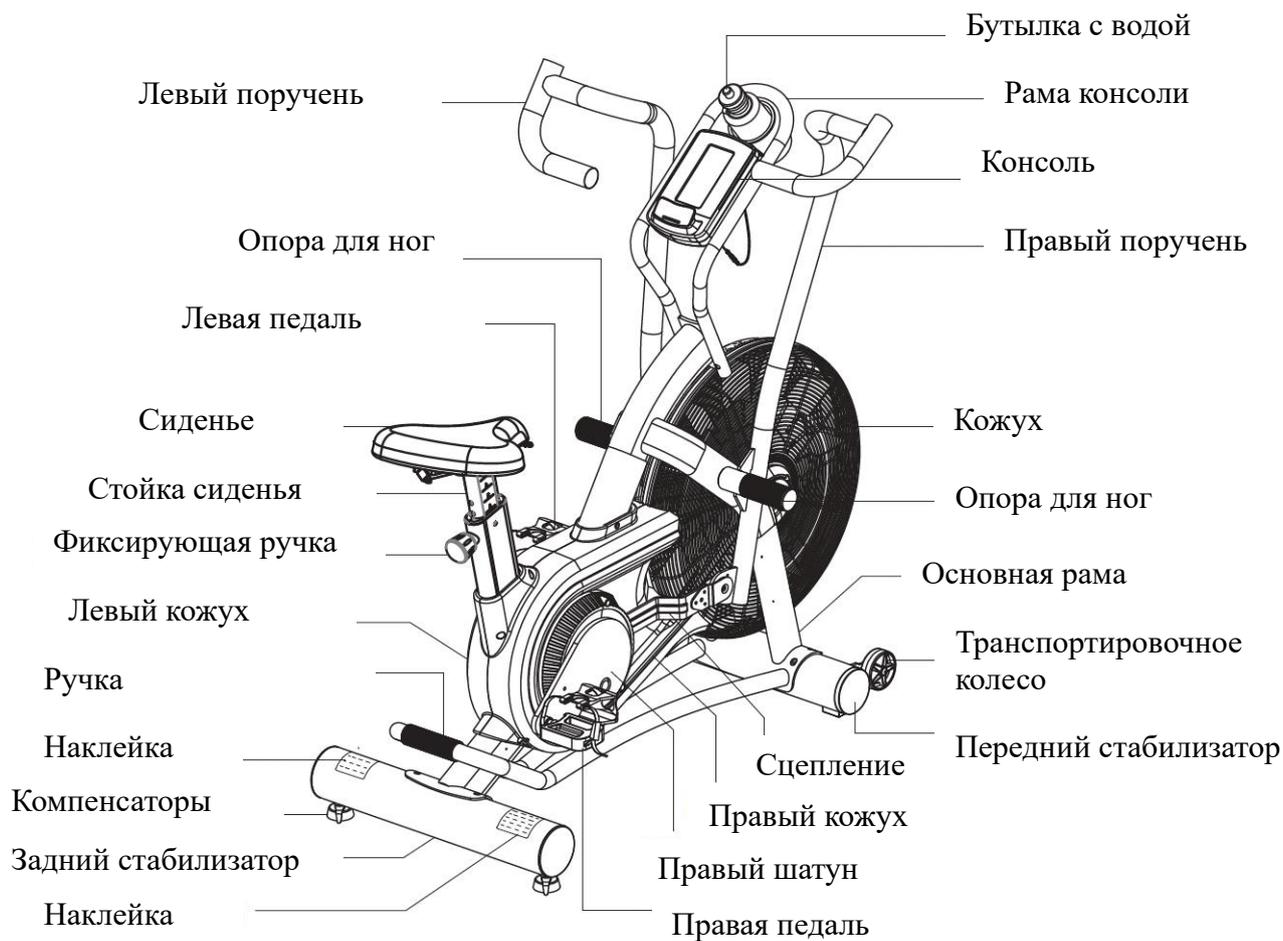
Во время использования тренажера, держите вне досягаемости детей и животных.

Настоятельно рекомендуем вам, перед тем как приступить к тренировкам, пройти полное медицинское обследование, особенно, если у вас есть наследственная предрасположенность к повышенному давлению или заболеваниям сердечно-сосудистой системы и, если вы старше 35 лет.

Максимальный вес пользователя - 160 кг.

Проверьте все крепежные соединения тренажера перед началом использования и регулярно следите за их состоянием.

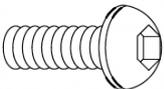
Инструкция по сборке тренажера



Комплект инструментов



После распаковки тренажера откройте упаковки с оборудованием и убедитесь, что следующие детали крепления есть в наличии. Некоторые элементы могут быть уже предустановлены на оборудовании.

	Название	Кол-во
	108 Болт (M10 x 1,5 x 20 мм)	4
	112 Шайба (M10)	8

Поместите все детали из коробки на свободное место и разложите на полу перед сборкой. Уберите все упаковочные материалы и положите обратно в коробку. Не выбрасывайте упаковочные материалы до завершения сборки. Внимательно прочитайте каждый шаг, прежде чем начинать.

Внимание: К аэробайку прикреплены некоторые детали. Выполните следующие шаги по сборке, предварительно сняв установленные детали. Не выбрасывайте упаковочные материалы до завершения сборки.

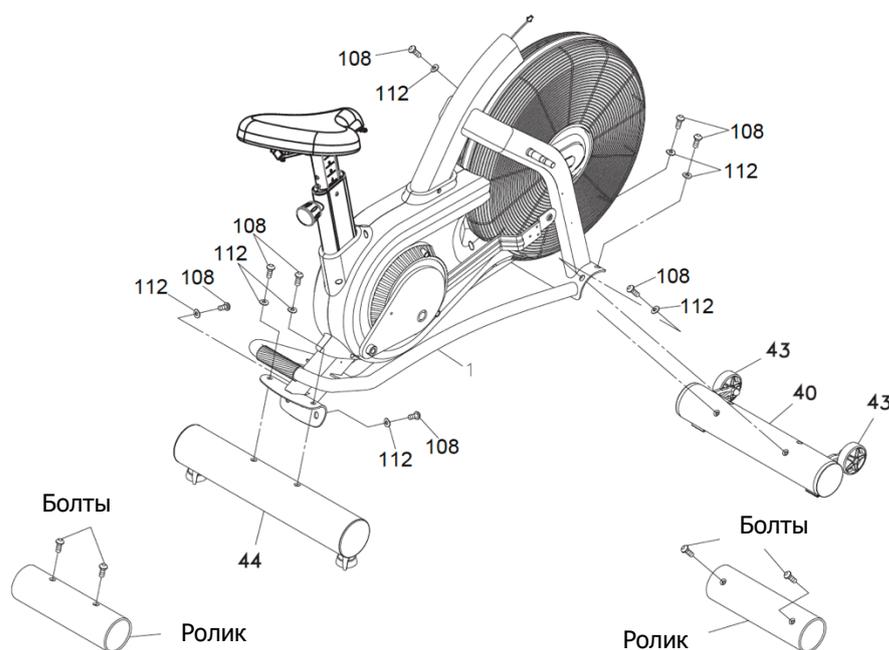
ШАГ 1

Снимите ролик с передней части основной рамы (1), для этого открутите болты. Выдвиньте транспортировочные колеса (43) переднего стабилизатора (40) вперед, затем прикрепите передний стабилизатор (40) к основной раме (1) с помощью болтов (M10x1,5x20мм) (108) и шайбы (M10) (112).

ШАГ 2

Снимите ролик с задней части основной рамы (1), для этого открутите болты. Прикрепите задний стабилизатор (44) к основной раме (1) с помощью болтов (M 10x1,5x20мм) (108) и шайб (M 10) (112).

Внимание: Инструкции по выравнению тренажера будут приведены дальше.



ШАГ 3

Установите правый поручень (58) на ось основной рамы (1), затем закрепите детали и прикрутите подставку для ног (83) к оси, как показано на рисунке. Используйте

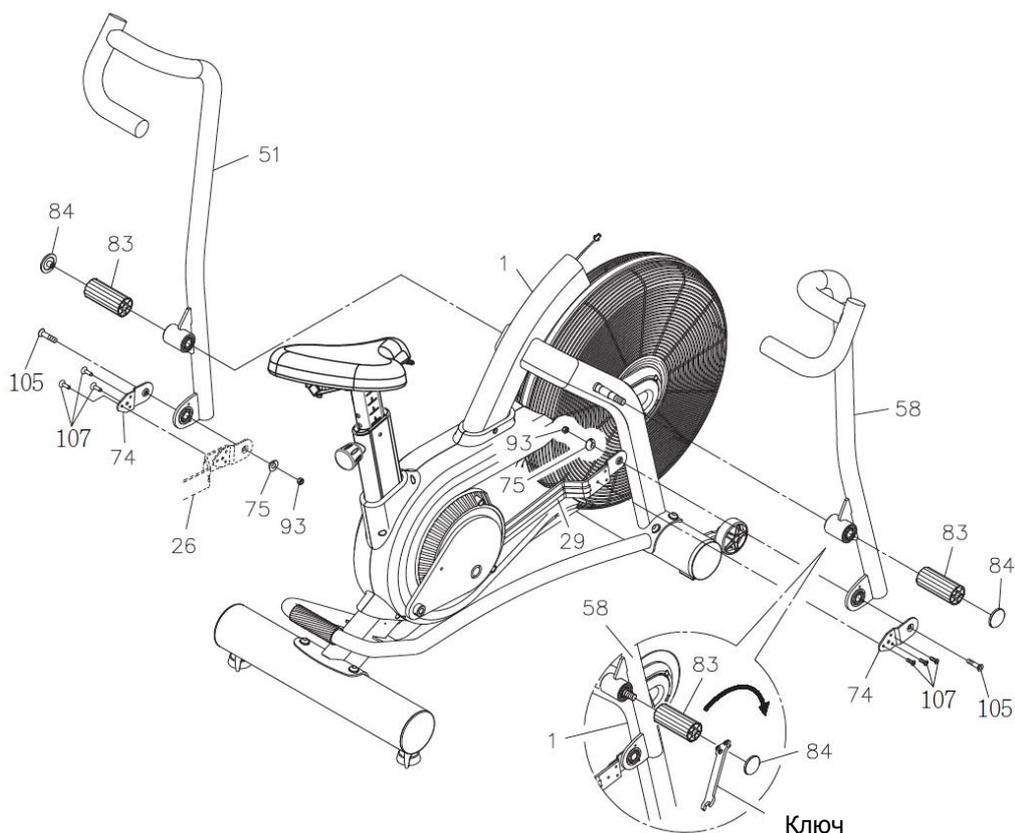
гаечный ключ, чтобы надежно затянуть подставку для ног (83). Вставьте декоративный кожух (84) в подставку для ног (83).

ШАГ 4

Прикрепите правое сцепление (29) к нижнему концу правого поручня (58) с помощью фиксатора (74), прокладки (75), болта с плоской торцевой головкой (M8x1,25x30 мм) (105) и нейлоновой гайки (M8x1.25) (93). Не затягивайте болт слишком сильно до выполнения 5 шага.

ШАГ 5

Прикрепите фиксатор (74) к правому сцеплению (29) с помощью болтов с плоской торцевой головкой (M6x1x15мм) (107). Надежно затяните все болты. Прочитайте то же самое с шагом 3, 4 и 5. Закрепите левый поручень (51), и присоедините левое сцепление (26).



Внимание: На правой педали (39) имеется надпись R. Правая педаль (39) имеет правую резьбу и затягивается поворотом по часовой стрелке. Левая педаль (38) имеет букву L. Левая педаль (38) имеет левую резьбу и затягивается поворотом против часовой стрелки.

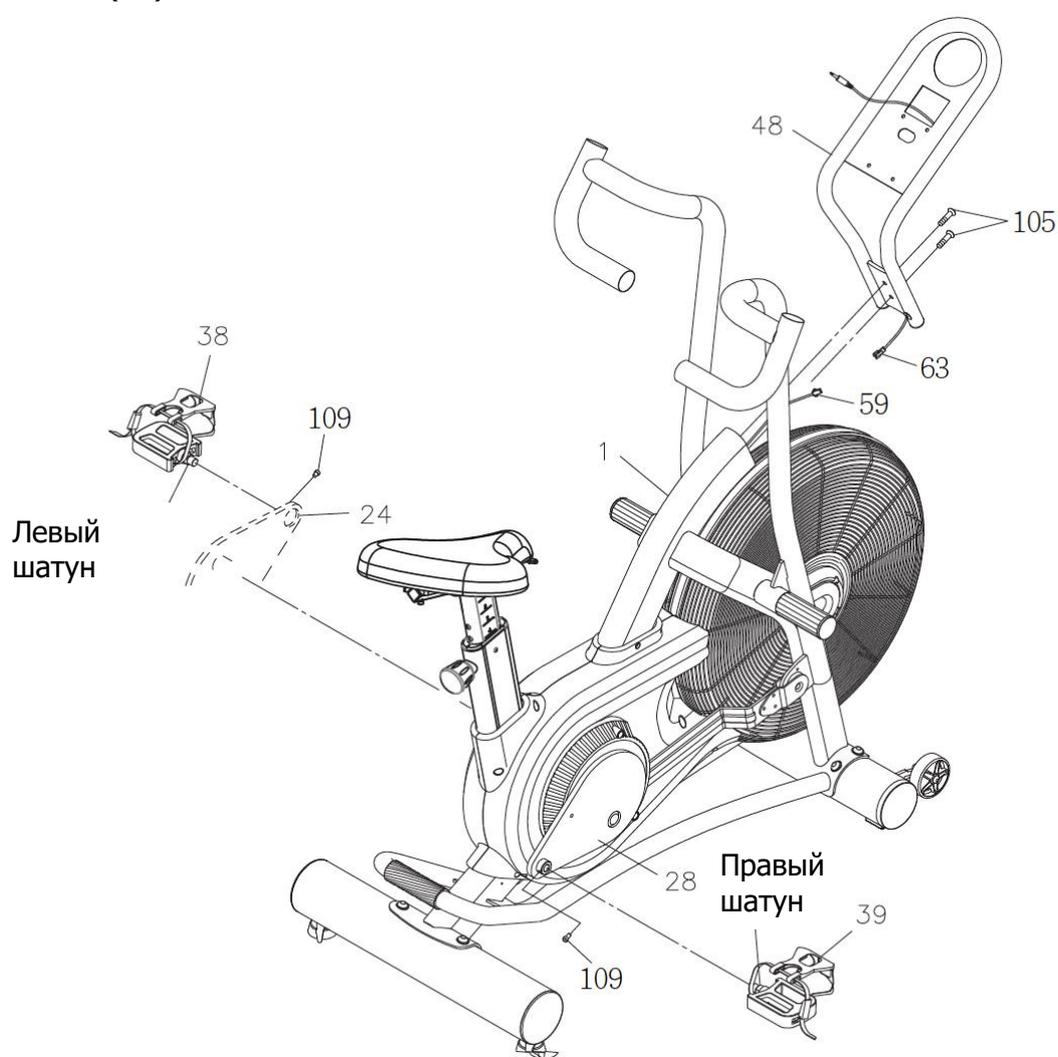
ШАГ 6

Ослабьте болт (M6x1x10 мм) (109), предустановленный на правом шатуне (28). Установите правую педаль (39) на правый шатун (28), как показано на рисунке. Крепко затяните педаль. Левая и правая педали (38, 39) должны совпадать с шатунами с обеих сторон (24, 28). Затяните болт с торцевой головкой (M6x1x10 мм) (109) на правом шатуне (28). Прodelайте то же самое, чтобы прикрепить левую педаль (38) к левому шатуну (24).

ШАГ 7

Подсоедините кабель датчика (59) к соединительному кабелю (63), затем установите раму консоли (48) на переднюю часть основной рамы (1) с помощью болтов с плоской торцевой головкой (M8x1,25x30 мм) (105).

Внимание: Будьте осторожны, чтобы не повредить кабели при подключении рамы консоли (48).



ШАГ 8

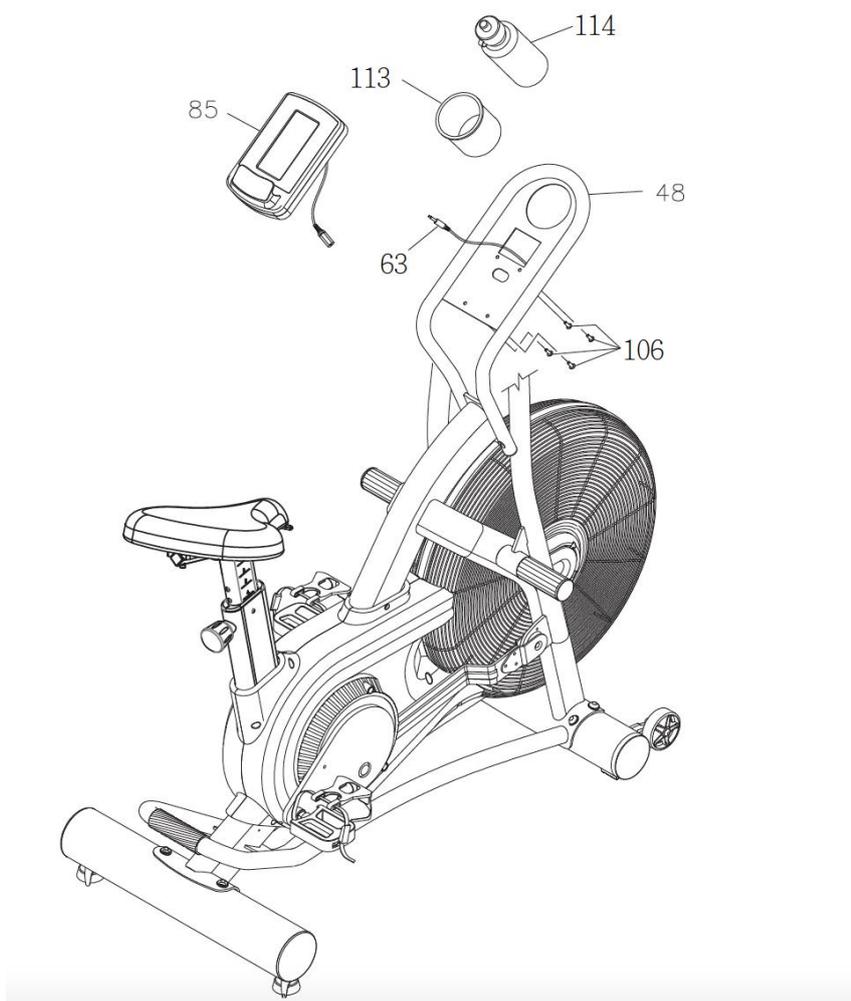
Установите в консоль две батарейки типа АА (85) (батарейки не входят в комплект). Подробные инструкции по установке аккумулятора будут приведены далее.

Подключите соединительный кабель (63) к консоли (85). Установите консоль (85) на раму консоли (48) и закрепите с помощью винтов с круглой головкой (M5x0,8x12 мм) (106).

Внимание: Будьте осторожны, чтобы не повредить кабели при подключении консоли (85).

ШАГ 9

Вставьте держатель для бутылки с водой (113) в отверстие на раме консоли (48). Поместите бутылку с водой (114) в держатель (113).

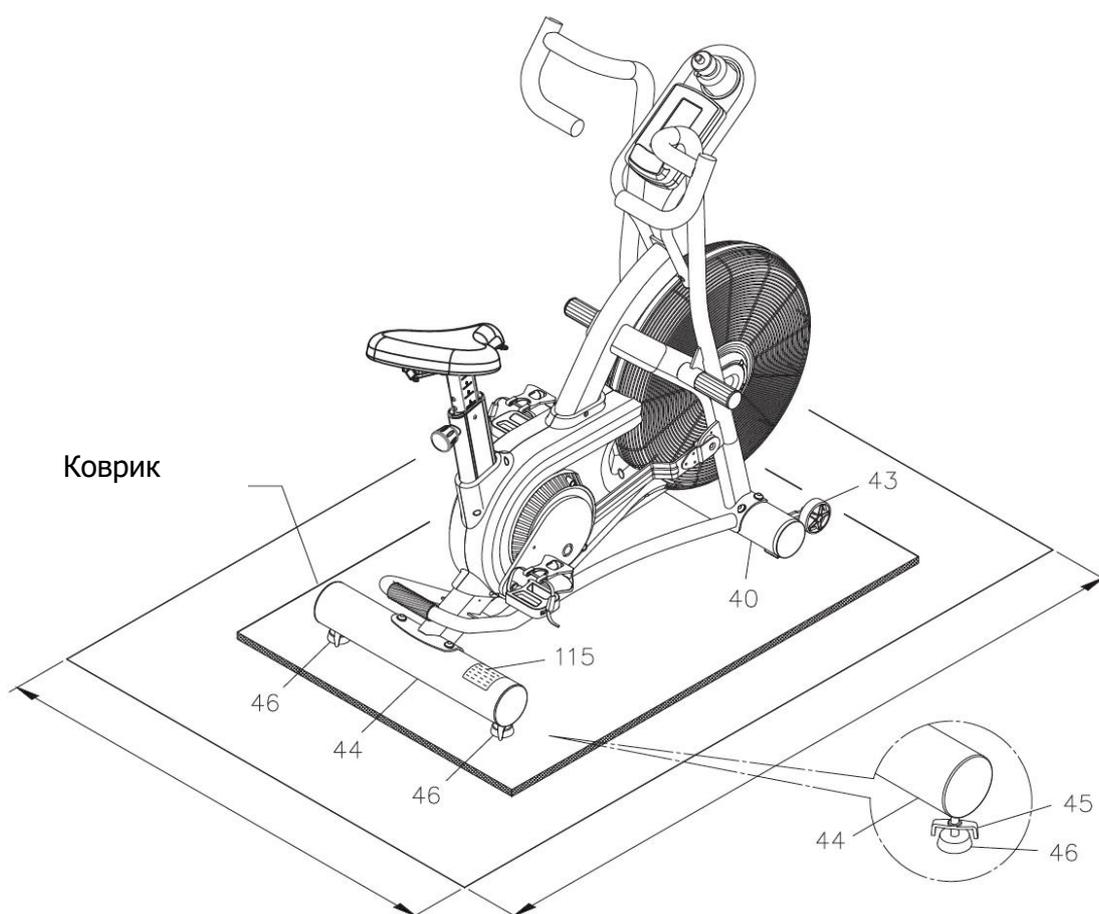


Выравнивание и перемещение тренажера

Установите аэробайк в том месте использования. Рекомендуется разместить аэробайк на специальном коврике. Убедитесь, что имеется достаточное пространство для доступа к аэробайку и вокруг него.

Выравнивание: Отрегулируйте компенсаторы (46) под задним стабилизатором (44) таким образом, чтобы аэробайк стоял на полу ровно.

Перемещение: Аэробайк оснащен парой транспортировочных колес (43) на переднем стабилизаторе (40). Поднимите тренажер за ручку в задней части аэробайка, чтобы передвинуть тренажер.



Ослабьте регулировочные фиксаторы (45) так, чтобы они коснулись компенсаторов (46). Отрегулируйте компенсаторы (46) для выравнивания. Затяните регулировочные фиксаторы (45) и надежно прижмите к заднему стабилизатору (44), чтобы затем закрепить компенсаторы (46) в нужном положении.

Контроль сборки:

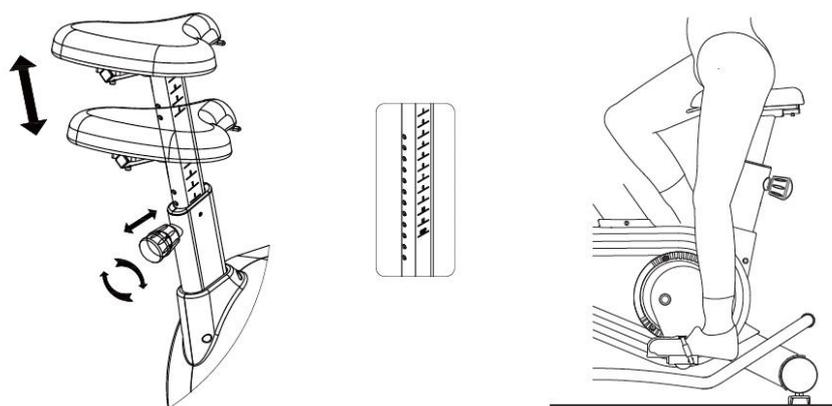
Визуально осмотрите аэробайк, чтобы убедиться, что сборка выполнена так, как показано на рисунке выше. Проверьте работу аэробайка, медленно повернув педали на один полный оборот, чтобы убедиться в правильности работы механизма.

Внимание: Найдите и прочтите наклейки с предупреждениями (115) на аэробайке. Убедитесь, что все пользователи перед использованием ознакомились с предупреждениями (115).

Регулировка высоты сиденья

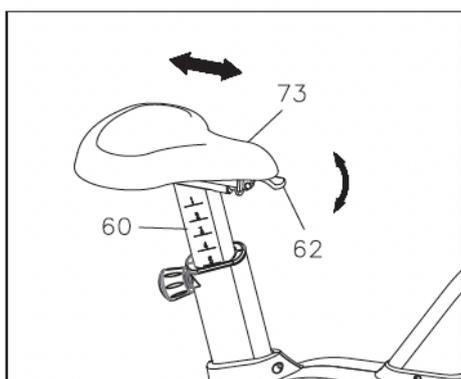
Правильная высота сиденья важна для эффективного выполнения тренировки. Чтобы определить правильную высоту сиденья, сядьте на аэробайк и поставьте ноги на педали. Одна нога должна быть слегка согнута, а другая расслаблена, как показано на рисунке. Если одна нога слишком прямая или не может коснуться педали, то необходимо опустить сиденье. Если другая нога согнута слишком сильно, то нужно поднять сиденье. Ослабьте регулировочную ручку (128), для этого поверните ее по часовой стрелке. Вытяните регулировочную ручку (128) и отрегулируйте сиденье (73) до нужной высоты. Отпустите регулировочную ручку (128), и сиденье автоматически встанет в установленное место. Затяните регулировочную ручку, для этого поверните против часовой стрелки.

Внимание: Не вытягивайте сиденье слишком высоко, максимальное значение указано под сиденьем.



Регулировка сиденья вперед/назад

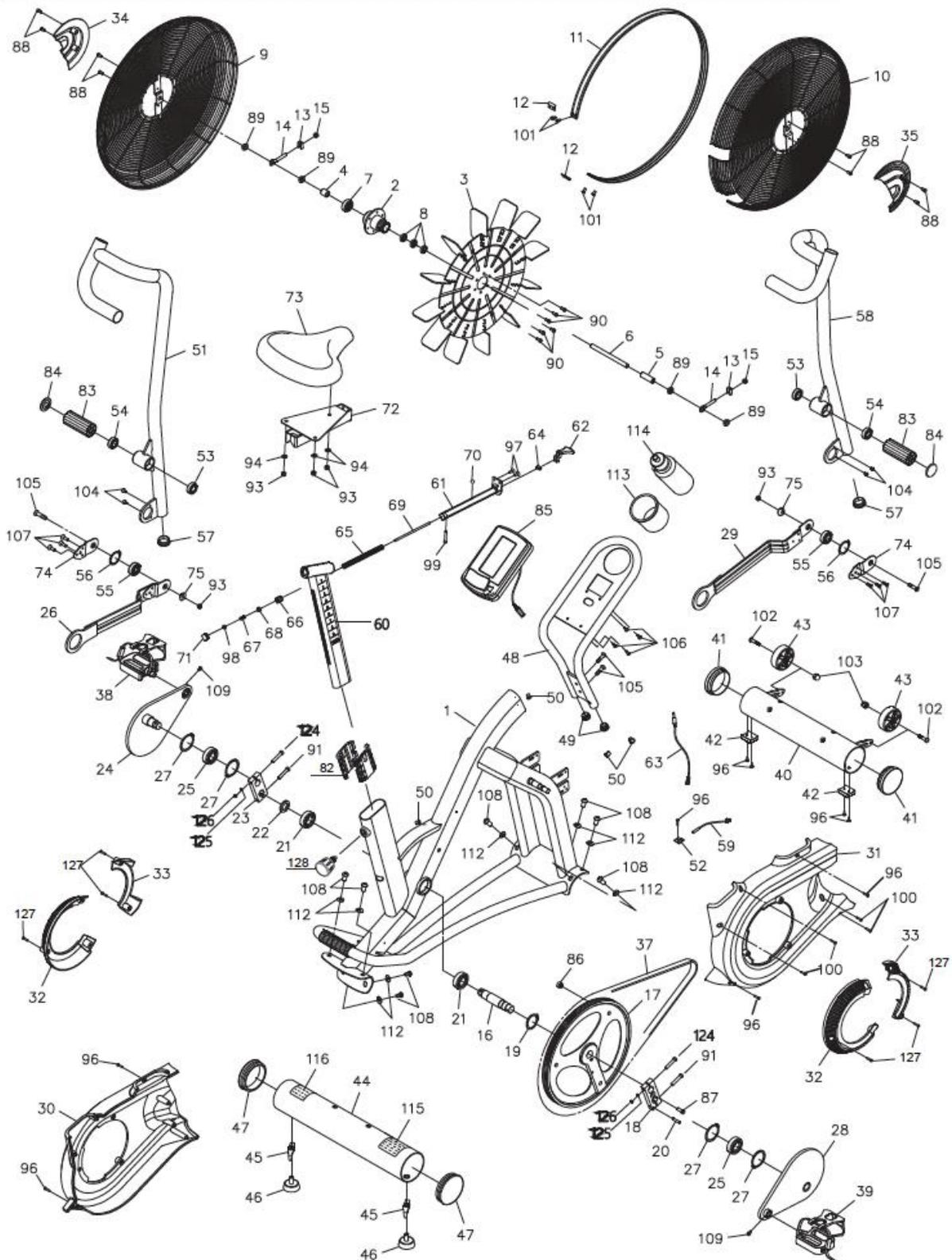
Регулировка положения сиденья (73) вперед или назад поможет проработать различные группы мышц нижней части тела. Поднимите регулировочный рычаг (62), затем сдвиньте сиденье (73) в нужное положение. Отпустите регулировочный рычаг (62), чтобы закрепить сиденье (73) в нужном положении.



ХРАНЕНИЕ ТРЕНАЖЕРА

1. Храните аэробайк в чистом и сухом месте.
2. Чтобы переместить аэробайк, поднимите тренажер за рычаг и поставьте аэробайк на транспортировочные колеса (43) на переднем стабилизаторе (40).
3. Во избежание повреждения электроники извлеките батарейки из консоли (85), если тренажер не планируется использоваться долгое время.

Схема тренажера в разобранном виде



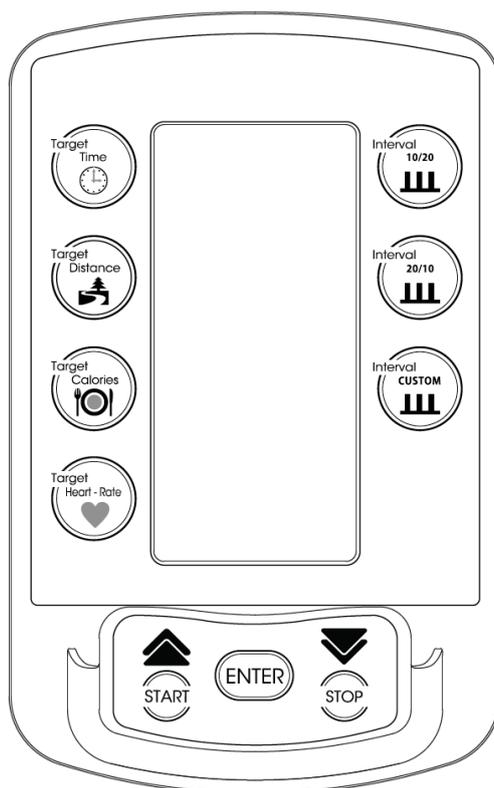
Список комплектующих частей

№	Описание	Кол-во
1	Основная рама	1
2	Крепление вентилятора	1
3	Вентилятор	1
4	Уплотнитель вентилятора	1
5	Втулка вентилятора	1
6	Ось вентилятора	1
7	Подшипник (6301Z)	1
8	Подшипник (6901Z)	3
9	Левый кожух вентилятора	1
10	Правый кожух вентилятора	1
11	Пластиковая лента	1
12	Держатель ленты	2
13	Кронштейн натяжителя	2
14	Болт (M8×1.25×45мм)	2
15	Гайка (M8×1.25)	2
16	Ось шатуна	1
17	Шкив	1
18	Правый шатун	1
19	С-образное кольцо (S25)	1
20	Штифт	1
21	Подшипник (6005)	2
22	Гайка подшипника	1
23	Левый шатун	1
24	Левый диск	1
25	Подшипник (2205ZZ)	2
26	Левое сцепление	1
27	С-образное кольцо (S52)	4
28	Правый диск	1
29	Правое сцепление	1
30	Левый кожух	1
31	Правый кожух	1
32	Кожух шатуна	2
33	Кожух шатуна	2
34	Заглушка левого кожуха вентилятора	1
35	Заглушка правого кожуха вентилятора	1
36	Заглушка стойки сиденья	1
37	V-образный приводной ремень (690-J6)	1
38	Левая педаль	1
39	Правая педаль	1
40	Передний стабилизатор	1
41	Заглушка (Ø90)	2
42	Стойки для ног	2

43	Транспортировочное колесо	2
44	Задний стабилизатор	1
45	Регулировочная ручка	2
46	Регулируемая ножка	2
47	Заглушка (Ø101.6мм)	2
48	Стойка консоли	1
49	Заглушка (Ø25мм)	2
50	Уплотнитель	4
51	Левый поручень	1
52	Крепление датчика	1
53	Подшипник (6003Z)	2
54	Подшипник (6202Z)	2
55	Подшипник (6203Z)	2
56	С-образное кольцо (S40мм)	2
57	Заглушка (Ø38мм)	2
58	Правый поручень	1
59	Кабель датчика	1
60	Стойка сиденья	1
61	Ползунок сиденья	1
62	Регулятор сиденья	1
63	Соединительный кабель	1
64	Ось	1
65	Длинная пружина	1
66	Крепление	1
67	Короткая пружина	1
68	Втулка (Ø8×Ø12×7мм)	1
69	Направляющий стержень	1
70	Кольцо (Ø10)	1
71	Заглушка	1
72	Стойка сиденья	1
73	Сиденье	1
74	Пластина	2
75	Уплотнитель диска	2
82	Комплект подседельных деталей	2
83	Ножка	2
84	Декоративная втулка	2
85	Консоль	1
86	Магнит	1
87	Болт с торцевой головкой (M8×1.25×20мм)	1
88	Болт с торцевой головкой (M5×0.8×12мм)	8
89	Гайка (M12×1.25)	4
90	Болт с торцевой головкой (M6×1×12мм)	6
91	Болт с торцевой головкой (M10×1.5×40мм)	2
93	Нейлоновая гайка (M8×1.25)	5
94	Шайба (M8)	3

96	Винт с круглой головкой (ST3.5×15мм)	9
97	Болт с плоской головкой (M6×1×15мм)	2
98	Нейлоновая гайка (M6×1)	1
99	Болт с торцевой головкой (M6×1×35мм)	1
100	Винт с круглой головкой (ST4×15мм)	5
100A	Винт с круглой головкой (ST4×45мм)	6
101	Винт с плоской головкой (M4×0.7×10мм)	4
102	Болт (M8×1.25×40мм)	2
103	Гайка (M8×1.25мм)	2
104	Винт с круглой головкой (M5×0.8×8мм)	4
105	Болт с плоской головкой (M8×1.25×30мм)	4
106	Винт с круглой головкой (M5×0.8×12мм)	4
107	Болт с плоской головкой (M6×1×15мм)	6
108	Болт (M10×1.5×20мм)	8
109	Болт с торцевой головкой (M6×1×10мм)	2
112	Шайба (M10)	8
113	Держатель бутылки воды	1
114	Бутылка для воды	1
115	Наклейка с предупреждением	1
116	Наклейка серийного номера	1
117	Гаечный ключ (4 мм)	1
118	Гаечный ключ (5 мм)	1
119	Гаечный ключ (6 мм)	1
120	Ключ (14/17 мм)	1
121	Ключ	1
122	Отвертка	1
123	Инструкция	1
124	Шестигранный винт M10*50	2
125	Шестигранный винт M10	2
126	Шайба M10	2
127	Саморез с плоской головкой ST4×45	6
128	Стойка выдвижная	1

Работа с консолью



Аэробайк оснащен системой воздушного вентилятора для создания сопротивления во время тренировки. Рекомендуется использовать данную консоль, чтобы варьировать программы тренировки и отмечать прогресс в достижении поставленных целей.

Включение питания: Консоль включится, если нажать любую клавишу и прокрутить педали.

Выключение питания: В режиме ожидания консоль автоматически отключается после 60 секунд бездействия. Если 90 секунд не использовать тренажер, то консоль автоматически отключится. Во время запуска интервальной программы при нажатии клавиши STOP (СТОП), программа будет продолжать работать до завершения и затем отключится после 90 секунд бездействия.

ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ КЛАВИШИ:

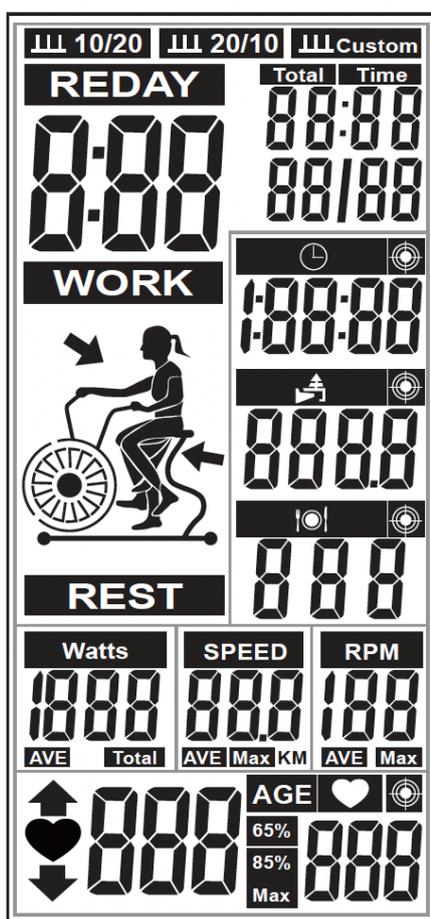
- ENTER (ВВОД): Нажмите, чтобы подтвердить заданные значения или перейти к выбранной программе.
- START (СТАРТ): Нажмите, чтобы запустить выбранную программу или возобновить программу в режиме паузы.
- STOP (СТОП): Нажмите, чтобы остановить / приостановить программу. Нажмите и удерживайте кнопку в течение двух секунд, чтобы перезагрузить компьютер и перейти в режим установки возраста.
- UP (ВВЕРХ): Нажмите, чтобы увеличить значения данных.
- DOWN (ВНИЗ): Нажмите, чтобы уменьшить значения данных.
- Target Time (Целевое время): Нажмите, чтобы выбрать программу обратного отсчета от целевого времени.

- Target Distance (Целевое расстояние): Нажмите, чтобы выбрать программу обратного отсчета от целевого расстояния.
- Target Calories (Целевой расход калорий): Нажмите, чтобы выбрать программу обратного отсчета от целевого расхода калорий.
- Target Heart Rate (Целевая частота пульса): Нажмите, чтобы выбрать пульсозависимую программу.

Внимание: Чтобы использовать данную функцию, необходимо надеть на себя передатчик частоты сердечных сокращений.

- Interval 10/20 (Интервал 10/20): Нажмите для входа и запуска интервальной программы 10/20.
- Interval 20/10 (Интервал 20/10): Нажмите для входа и запуска интервальной программы 20/10.
- Interval Custom (Пользовательский интервал): Нажмите для входа и запуска пользовательской интервальной программы.

ФУНКЦИИ ДИСПЛЕЯ



TIME (ВРЕМЯ): Отображает время тренировки в диапазоне 1 ~ 1:59:59 ч. в режиме прямого отсчета. На дисплее горит «0:00» во время установки времени тренировки в программе обратного отсчета времени (диапазон 1 ~1:59:00 ч.) и производит обратный отсчет от установленного времени.

DISTANCE (РАССТОЯНИЕ): Отображает пройденную дистанцию в диапазоне от 0,5 миль до 999,9 миль в обычном режиме. На дисплее горит «0.0» во время установки в программе целевой дистанции (диапазон от 0,5 до 999,5 км) и производит обратный отсчет от установленного значения.

CALORIES (КАЛОРИИ): Отображает сожженные калории в диапазоне от 0 до 999 ккал в обычном режиме. На дисплее горит «0» во время установки в программе обратного отсчета сожженных калорий (диапазон от 10 до 990 ккал) и производит обратный отсчет от установленного значения.

RPM (Кол-во оборотов): Отображает частоту вращения педалей в минуту (темп) в диапазоне от 0 до 199.

SPEED (СКОРОСТЬ): Отображает текущую скорость от 0 до 99,9 миль/ч.

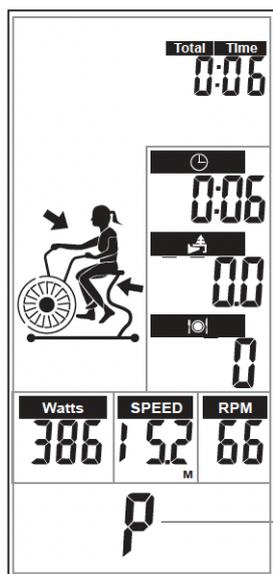
WATTS (ВАТТЫ): Отображает количество требуемой мощности в диапазоне от 0 до 1999 ватт.

HEART RATE (ЧАСТОТА СЕРДЕЧНЫХ СОКРАЩЕНИЙ): Отображает пульс в диапазоне от 40 до 220 уд./мин во время тренировки. Чтобы использовать данную функцию, необходимо надеть передатчик частоты сердечных сокращений на грудь, чтобы измерить частоту пульса. В случае отсутствия кардиодатчика, в окне дисплея ничего не отобразится.

Внимание: Передатчик частоты сердечных сокращений не является медицинским устройством. Поддержание постоянного сигнала может быть затруднено из-за различных расстояний, проходимых во время тренировки. Функция измерения частоты сердечных сокращений - отличный инструмент для оптимизации тренировки, но полученные данные следует использовать только в качестве ориентира.

ПРОГРАММЫ

Данная консоль имеет несколько программ: Обычная программа, Программа обратного отсчета времени, Программа обратного отсчета расстояния, Программа обратного отсчета калорий, Пульсозависимая программа, Интервальная программа 10/20, Интервальная программа 20/10 и Пользовательская интервальная программа. Инструкции по работе в данных программах будут приведены ниже.



1. **Нормальная программа.**

Можно начать крутить педали для включения консоли. На дисплее будет мигать цифра "30", что значит необходимо ввести возраст от 1 до 99. Используйте кнопки "A/V" для ввода значения данных и затем нажмите клавишу ENTER (ВВОД) для подтверждения. Затем консоль перейдет в режим ожидания. Нажмите клавишу "START" (СТАРТ) или прокрутите педали, чтобы начать выполнять тренировку в данной программе. Все значения функции будут подсчитаны. Нажмите клавишу "STOP" (СТОП), чтобы завершить программу. Или консоль перейдет в режим ожидания после 30 секунд бездействия. Консоль выключится после 60 секунд бездействия.

Внимание: В режиме ожидания на дисплее будет отображаться интервальная программа 10/20, интервальная программа 20/10, пользовательская интервальная программа, готовность, работа,

отдых, время, расстояние, калории, ватты, скорость, обороты в минуту и частота сердечных сокращений, функции последовательно меняются каждую секунду.

Чтобы использовать пульсозависимую функцию, необходимо надеть передатчик частоты сердечных сокращений на грудь, чтобы измерить частоту пульса. В случае отсутствия кардиодатчика, на окне дисплея будет отображаться «Р».



Программа обратного отсчета времени

Нажмите клавишу Target time (Целевое время), на дисплее начнет мигать "0:00", для того чтобы установить значение от 1:00 минуты до 1:59:00 часов. Используйте клавиши "UP/DOWN" (ВВЕРХ / ВНИЗ), чтобы установить значения. Затем нажмите "ENTER" (ВВОД) для подтверждения введенного значения. Нажмите "START" (СТАРТ), чтобы запустить программу. Во время

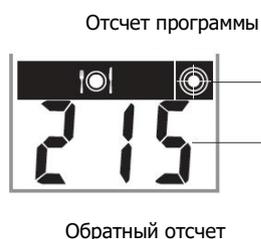
тренировки показатель времени начнет отсчет в обратном направлении от заданного значения, все остальные значения функций также будут отсчитываться в обратном направлении. По завершению программы, консоль перейдет в режим паузы на 30 секунд, а затем автоматически выключится по истечении 60 секунд (если тренажер не используется).



Программа обратного отсчета расстояния

Нажмите клавишу Target Distance (Целевое расстояние), на дисплее начнет мигать "0:00", для того чтобы установить значение от 0.5 до 999.5 миль. Используйте клавиши "UP/DOWN" (ВВЕРХ / ВНИЗ), чтобы установить значения. Затем нажмите "ENTER" (ВВОД) для подтверждения введенного значения. Нажмите "START" (СТАРТ), чтобы запустить программу. Во время

тренировки показатель расстояния начнет отсчет в обратном направлении от заданного значения, все остальные значения функций также будут отсчитываться в обратном направлении. По завершению программы, консоль перейдет в режим паузы на 30 секунд, а затем автоматически выключится по истечении 60 секунд (если тренажер не используется).

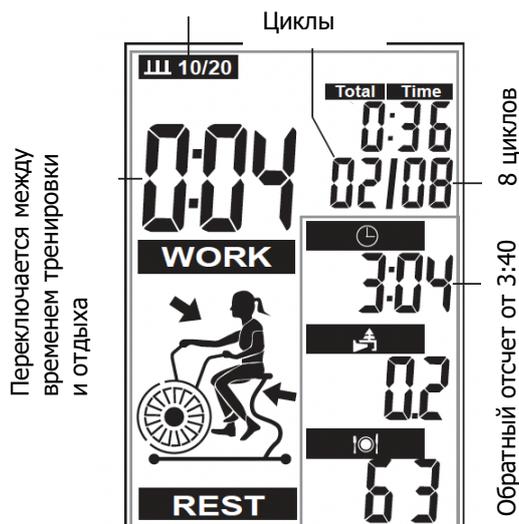


Программа обратного отсчета калорий

Нажмите клавишу Target Calories (Целевые калории), на дисплее начнет мигать "0", для того чтобы установить значение от 10 до 990 ккал. Используйте клавиши "UP/DOWN" (ВВЕРХ / ВНИЗ), чтобы установить значения. Затем нажмите "ENTER" (ВВОД) для подтверждения введенного значения. Нажмите "START" (СТАРТ), чтобы

запустить программу. Во время тренировки показатель калорий начнет отсчет в обратном направлении от заданного значения, все остальные значения функций также будут отсчитываться в обратном направлении. По завершению программы, консоль перейдет в режим паузы на 30 секунд, а затем автоматически выключится по истечении 60 секунд (если тренажер не используется).

Отсчет программы

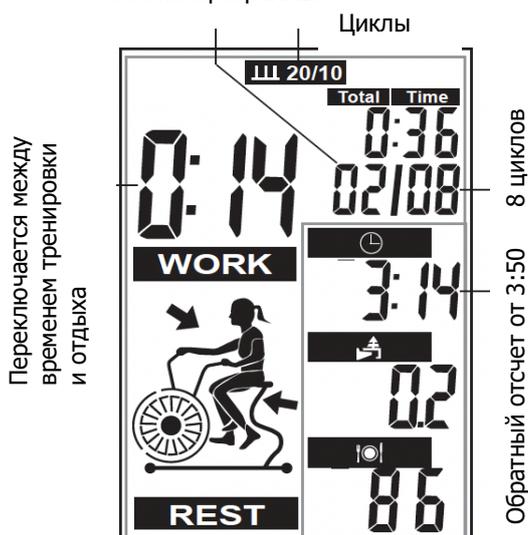


Интервальная программа 10/20

Данная программа позволяет пользователю тренироваться в течение 10 секунд, затем отдыхать в течение 20 секунд и затем повторять данный цикл несколько раз. Нажмите клавишу Interval 10/20, после чего программа запустится. Через три секунды можно будет приступить к тренировке. Отсчет времени начнется с 3:40 минут (10 секунд работы x 8) + (20 секунд отдыха x 7) = 220 секунд = 3:40 минут. Все остальные значения функции будут подсчитаны. По завершению тренировки, если не нажимать клавишу "STOP" (СТОП), программа будет продолжать работать до завершения, затем

перейдет в режим остановки на 30 секунд. Компьютер автоматически выключится после 60 секунд (если тренажер не используется).

Отсчет программы

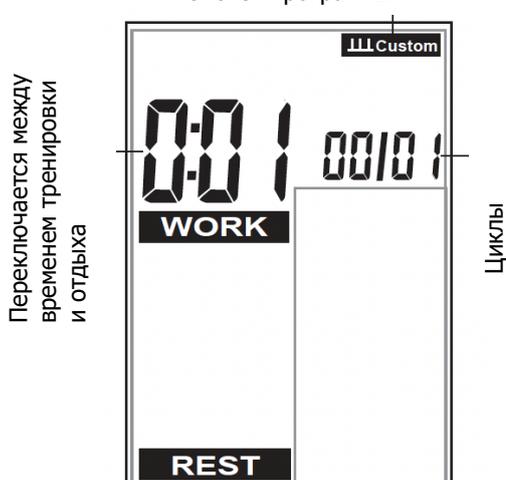


Интервальная программа 20/10

Данная программа позволяет пользователю тренироваться в течение 20 секунд, затем отдыхать в течение 10 секунд и затем повторять данный цикл несколько раз. Нажмите клавишу Interval 20/10, после чего программа запустится. Через три секунды можно будет приступить к тренировке. Отсчет времени начнется с 3:50 минут (20 секунд работы x 8) + (10 секунд отдыха x 7) = 230 секунд = 3:50 минут. Все остальные значения функции будут подсчитаны. По завершению тренировки, если не нажимать клавишу "STOP" (СТОП), программа будет продолжать работать до завершения, затем перейдет в режим остановки на 30 секунд. Компьютер автоматически выключится

после 60 секунд (если тренажер не используется).

Отсчет программы



Пользовательская интервальная программа

Данная программа позволяет пользователю вручную установить время тренировки и отдыха от 1 секунды до 9:59 минут, а также задать цикл от 1 до 99 циклов. Пользователь будет тренироваться в течение заданного времени тренировки, затем отдыхать в течение заданного времени отдыха и затем повторять данный цикл несколько раз. Нажмите клавишу Interval Custom, на дисплее начнет мигать "00/01" для предварительной настройки значения цикла от 1 до 99 циклов. Используйте клавиши "UP/DOWN" (ВВЕРХ / ВНИЗ) и "ENTER" (ВВОД), чтобы ввести значения количества циклов, которые хотите выполнить. Затем введите время тренировки и время

отдыха, начиная с 1 секунда до 9:59 минуты. После нажмите клавишу "ENTER" (ВВОД) для подтверждения заданного значения времени отдыха, затем программа запустится. Через три секунды вы можете приступить к тренировке. Отсчет времени будет производиться в обратном направлении от заданных значений, все остальные значения функции будут также подсчитываться в обратном направлении. По завершению тренировки, если не нажимать клавишу "STOP" (СТОП), программа будет продолжать работать до завершения, затем перейдет в режим остановки на 30 секунд. Компьютер автоматически выключится после 60 секунд (если тренажер не используется).

ОБЩИЕ УКАЗАНИЯ

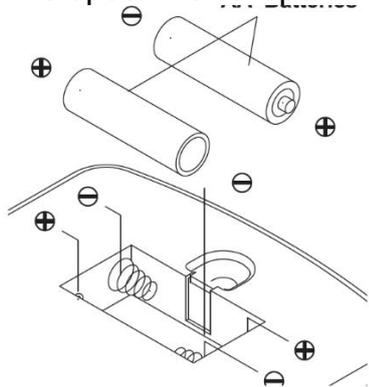
1. Чтобы прекратить тренировку, нажмите клавишу "STOP" (СТОП).
2. При запуске программы консоль перейдет в режим ожидания после 30 секунд, если не использовать тренажер. Компьютер выключится еще через 60 секунд, если не использовать тренажер, итого 90 секунд.
3. Во время тренировки нажатие клавиши "START" (СТАРТ) приведет к приостановке работы программы. Консоль тренажера будет подавать звуковой сигнал каждые 30 секунд. Отчет параметров тренировки остановится на достигнутых значениям и будет мигать каждые 2 секунды. Нажмите клавишу "START" (СТАРТ), чтобы возобновить работу программы. Консоль перейдет в режим ожидания после 5 минут, если не использовать тренажер, затем выключится спустя еще 60 секунд, если не использовать тренажер.
4. Нажмите клавишу "STOP" (СТОП) и удерживайте в течение двух секунд, чтобы сбросить все значения функций до нуля и перезагрузить компьютер.
5. Единицы измерения расстояния можно переключать с мили на километры. Одновременно нажмите клавиши "START" (СТАРТ) и "ENTER" (ВВОД). На дисплее будет мигать "KM" или "M". Нажмите клавиши "UP/DOWN" (ВВЕРХ / ВНИЗ), чтобы изменить значение на километры или мили, и нажмите клавишу "ENTER" (ВВОД) для подтверждения.

УСТАНОВКА И ЗАМЕНА БАТАРЕЕК

1. Откройте крышку батарейного отсека на задней панели консоли (85).
2. Консоль (85) работает от двух батареек типа AA (по 1,5 В каждая), батарейки входят в комплект поставки. Чтобы установить или заменить батарейки, посмотрите на рисунок.

Внимание:

1. Не ставьте новую и старую батарейки вместе.
2. Используйте аккумулятор того же типа. Не смешивайте щелочные батарейки с батарейками другого типа.
3. Не рекомендуется использовать перезаряжаемые батарейки.
4. Окончательная утилизация аккумулятора должна производиться в соответствии с правилами.
5. Не бросайте батарейки в огонь.



Технические характеристики

Назначение	профессиональное
Посадка	вертикальная
Рама	высокопрочная
Система нагружения	аэродинамическая
Педальный узел	трехкомпонентный шатун на подшипниках
Сидение	комфортабельное, профессионального класса
Регулировка положения сидения	по горизонтали и вертикали
Педали	из легированной стали с туклипсами и фиксирующими ремнями
Поручни	подвижные поручни профессионального уровня с разноплановыми хватами
Измерение пульса	встроенный кардиоприемник
Нагрудный кардиодатчик	опционально
Консоль	многофункциональный LCD дисплей с подсветкой
Показания консоли	время, скорость, дистанция, расход калорий, пульс, темп, ватт, интервал
Кол-во программ	8
Спецификации программ	быстрый старт, целевое время, целевая дистанция, целевой расход калорий, интервал 10/20, интервал 20/10, интервал пользователя, пульсозависимая программа
Держатель мобильного тел.	есть
Транспортировочные ролики	есть
Размер в рабочем состоянии (Д*Ш*В)	122,5*55*120 см
Вес нетто	64 кг.
Вес брутто	73,5 кг
Размеры упаковки	130*37*86 см (упаковка 1 шт. в 1 коробке)
Компенсаторы неровности пола	есть (2 регулируемых опоры)
Держатель бутылки	есть
Дополнительно	ручка для перемещения сзади тренажера
Макс. вес пользователя	160 кг
Питание	батарейки (не требует подключения к электросети)
Энергосбережение	есть
Гарантия	3 года
Производитель	BRONZE GYM
Страна изготовления	КНР

Поставщик: ООО "Фитатлон", 115230, Россия, г. Москва, Каширское шоссе, дом 13Б, 5 этаж, комната №31 в помещении №1.

Дата изготовления указана на упаковке тренажера.

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.

Последнюю версию Руководства пользователя, а также все актуальные изменения в конструкции либо технических спецификациях изделия отражены на официальном сайте поставщика оборудования <http://fitathlon.ru/>

ВНИМАНИЕ!



**ТРЕНАЖЕР ПРЕДНАЗНАЧЕН ДЛЯ КОММЕРЧЕСКОГО
ИСПОЛЬЗОВАНИЯ**

Дополнительная информация

Торговая марка: BROZE GYM

Модель: A1000M

Сделано в КНР.

Импортер и Уполномоченная изготовителем организация: ООО "Фитатлон", 115230, Россия, г. Москва, Каширское шоссе, дом 13Б, 5 этаж, комната №31 в помещении №1.

Данный товар реализуется в соответствии с требованиями законодательства Российской Федерации.

Для подтверждения даты покупки товара при гарантийном ремонте или предъявлении иных предусмотренных законом требований, убедительно просим вас сохранять сопроводительные документы (чек, квитанцию, иные документы, подтверждающие дату и место покупки).