

SVENSSON
INDUSTRIAL

LUMION

Велотренажер вертикальный



РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

**Сборка****Обзор****VK видео**

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, 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 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;
- 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 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



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.

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.

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.

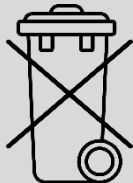
Авторизованные сервисные центры представлены по всей России. Наши профессионалы гарантируют качественное обслуживание и ремонт, следуя стандартам бренда.

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

Надлежащий раздельный сбор разобранных приборов, которые впоследствии



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.

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 коммерческого для 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.

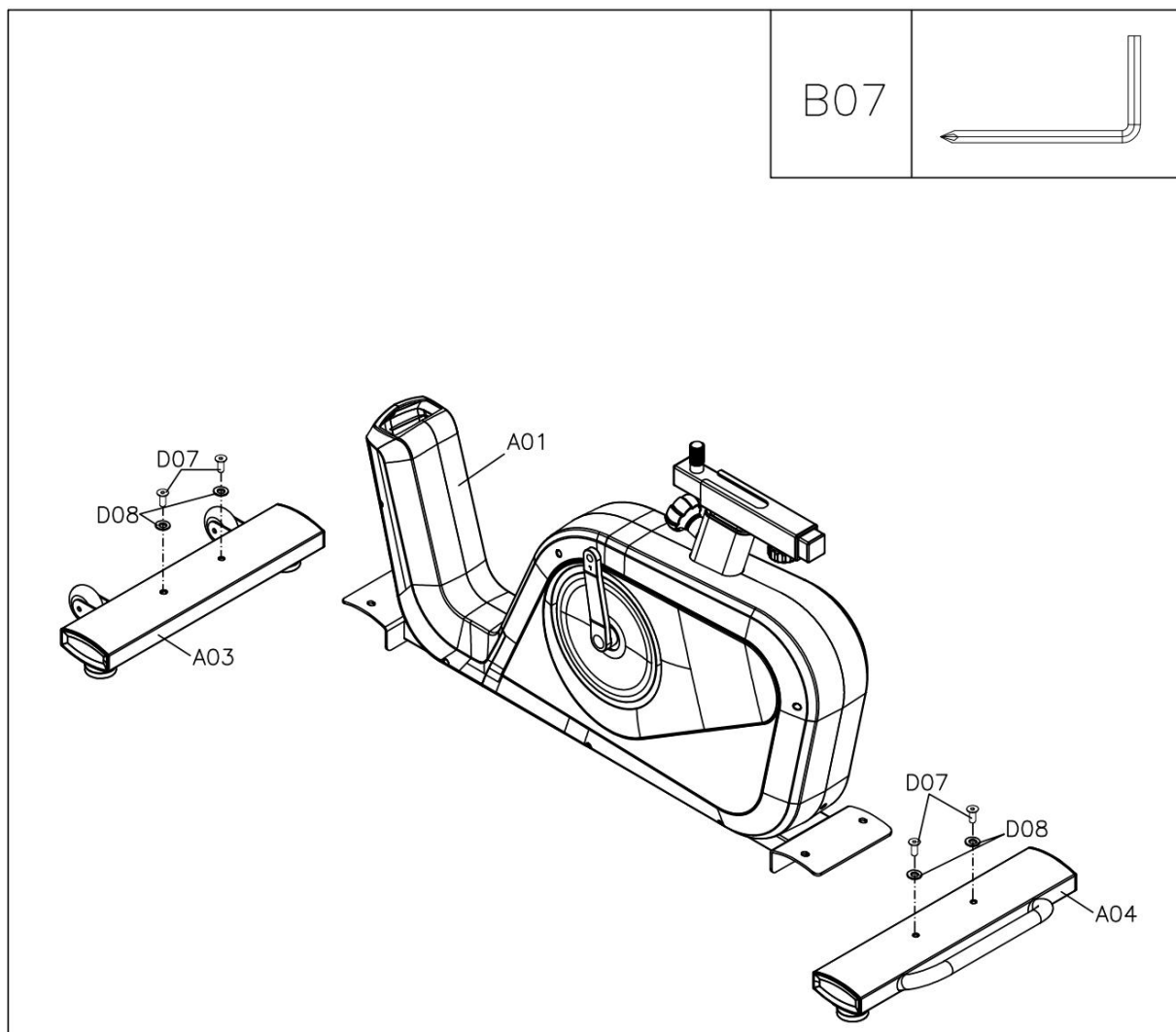
Инструкция по сборке оборудования



Внимание

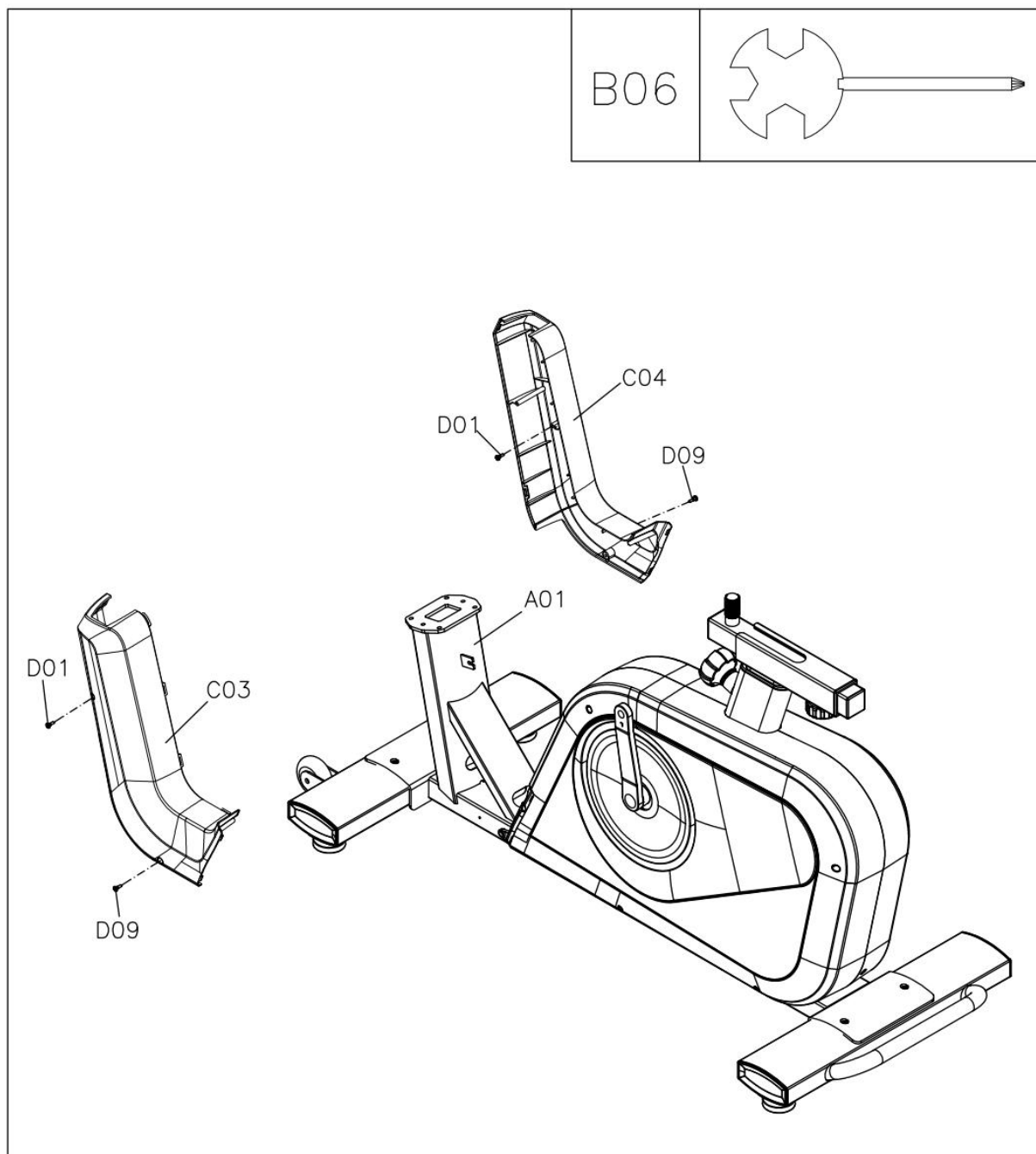
Производитель оставляет за собой право вносить изменения в продукт без предварительного уведомления.

Шаг 1



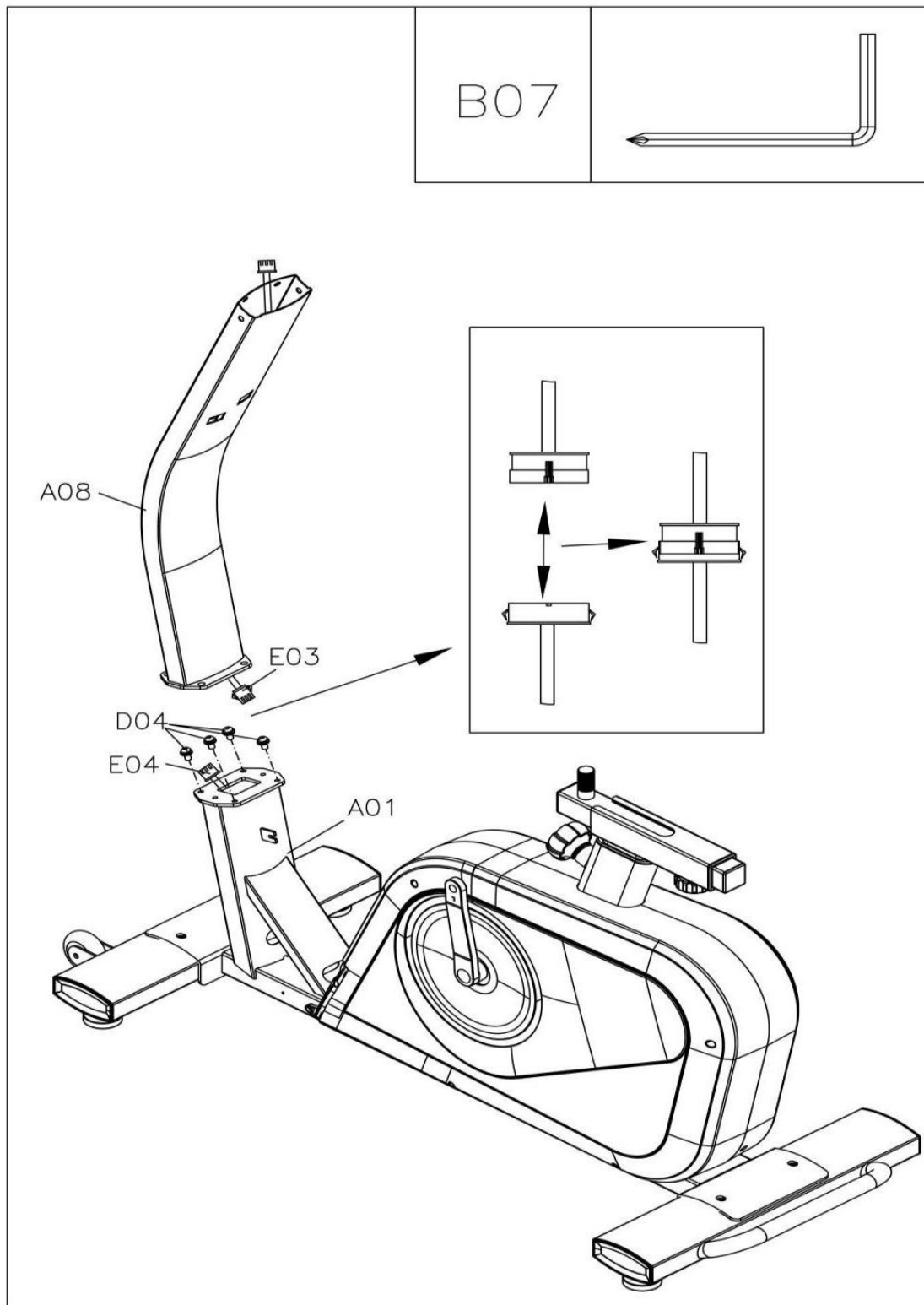
Прикрепите передний стабилизатор (A03) и задний стабилизатор (A04) к основной раме (A01) с помощью 4 винтов (D07) и 4 шайб (D08), используя гаечный ключ (B07).

Шаг 2:



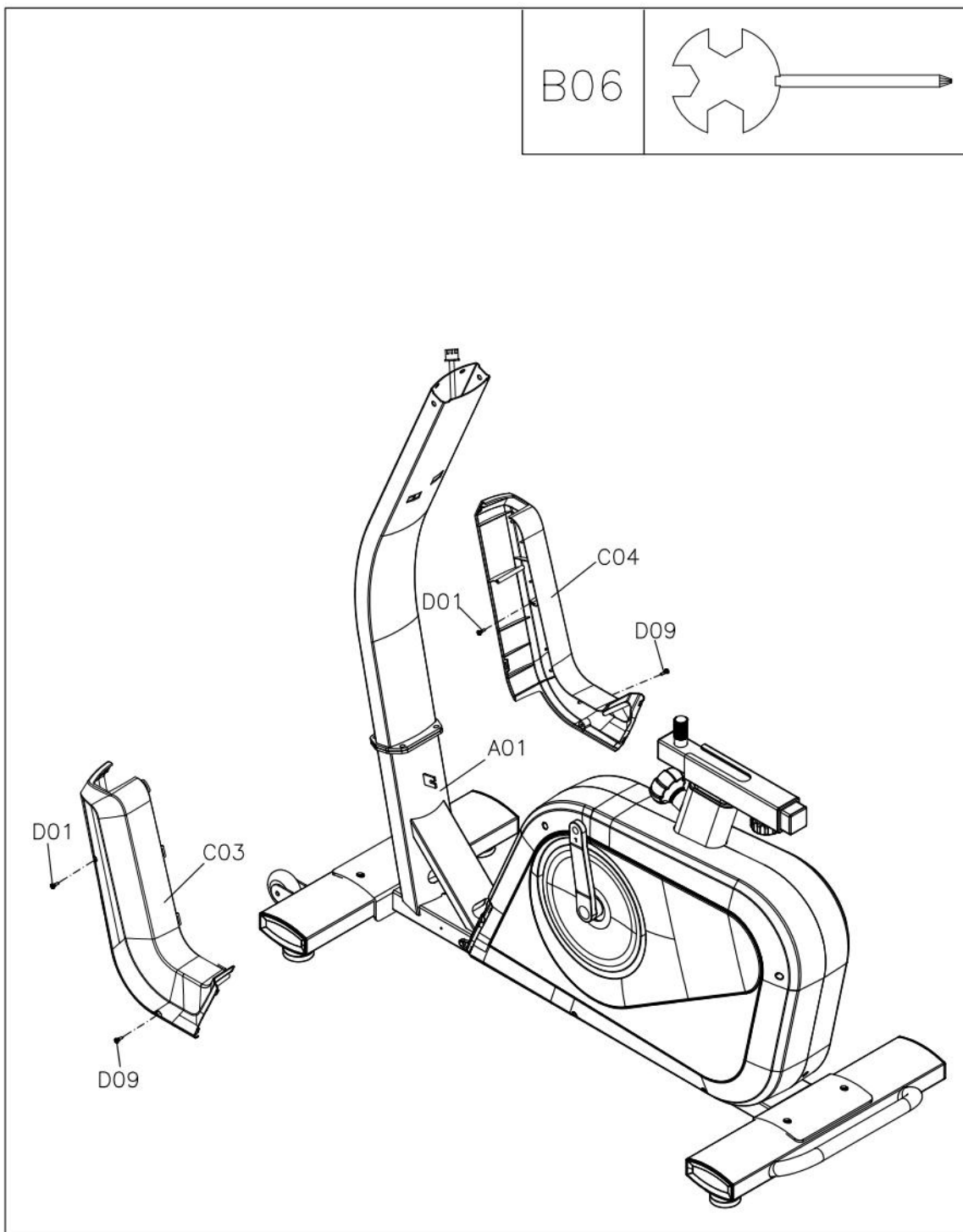
Ослабьте 2 винта (D01) и 2 винта (D09), используя гаечный ключ (B06), а затем снимите левый и правый декоративные кожухи (C03&C04) с основной рамы (A01).

Шаг 3:



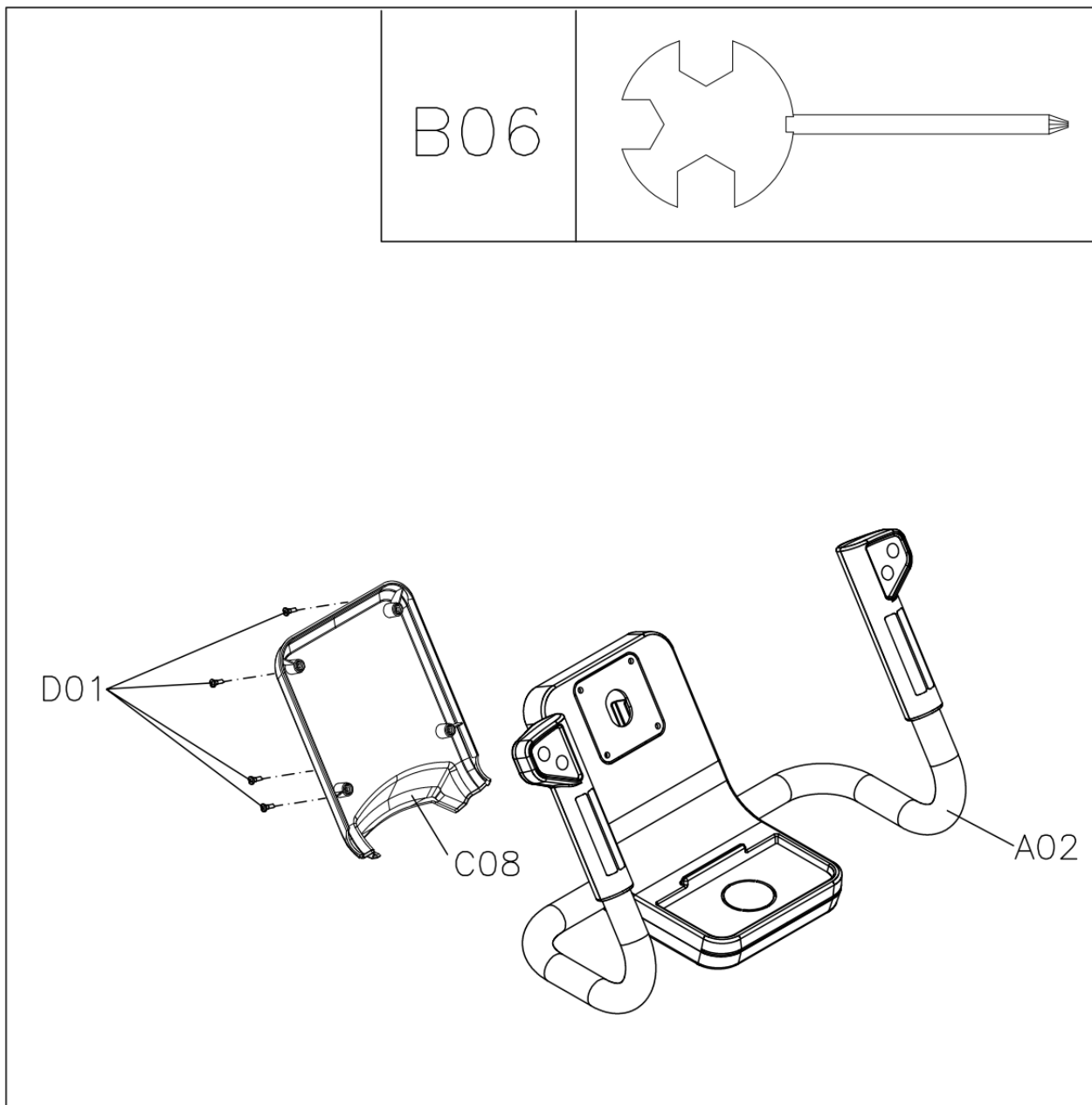
Соедините средний провод консоли (E03) и нижний провод консоли (E04), затем прикрепите опору консоли (A08) к основной раме (A01) с помощью 4 винтов (D04), используя гаечный ключ (B07).

Шаг 4:



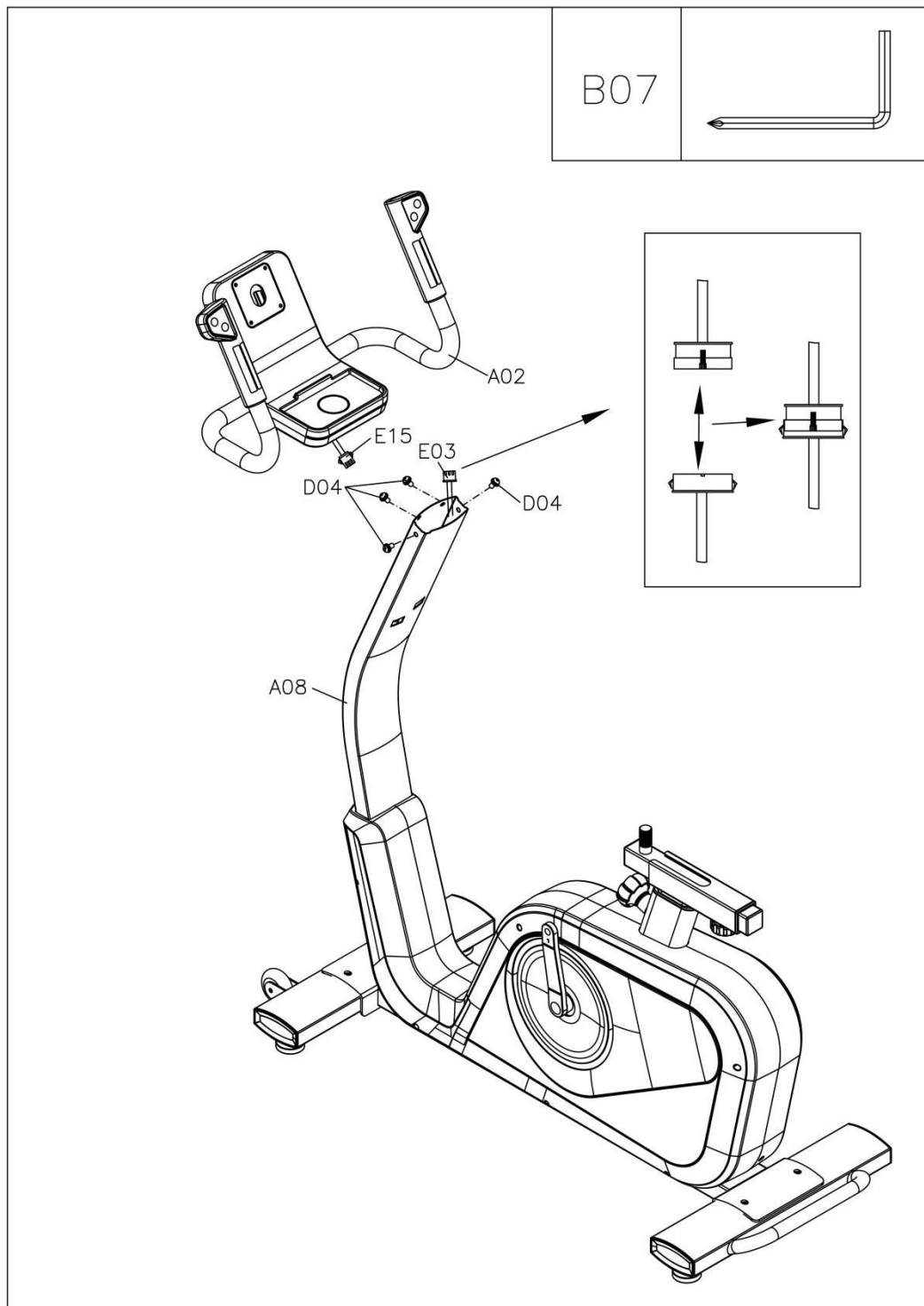
Прикрепите левый и правый декоративные кожухи (C03&C04) к основной раме (A01) с помощью 2 винтов (D01) и 2 винтов (D09), используя гаечный ключ (B06).

Шаг 5:



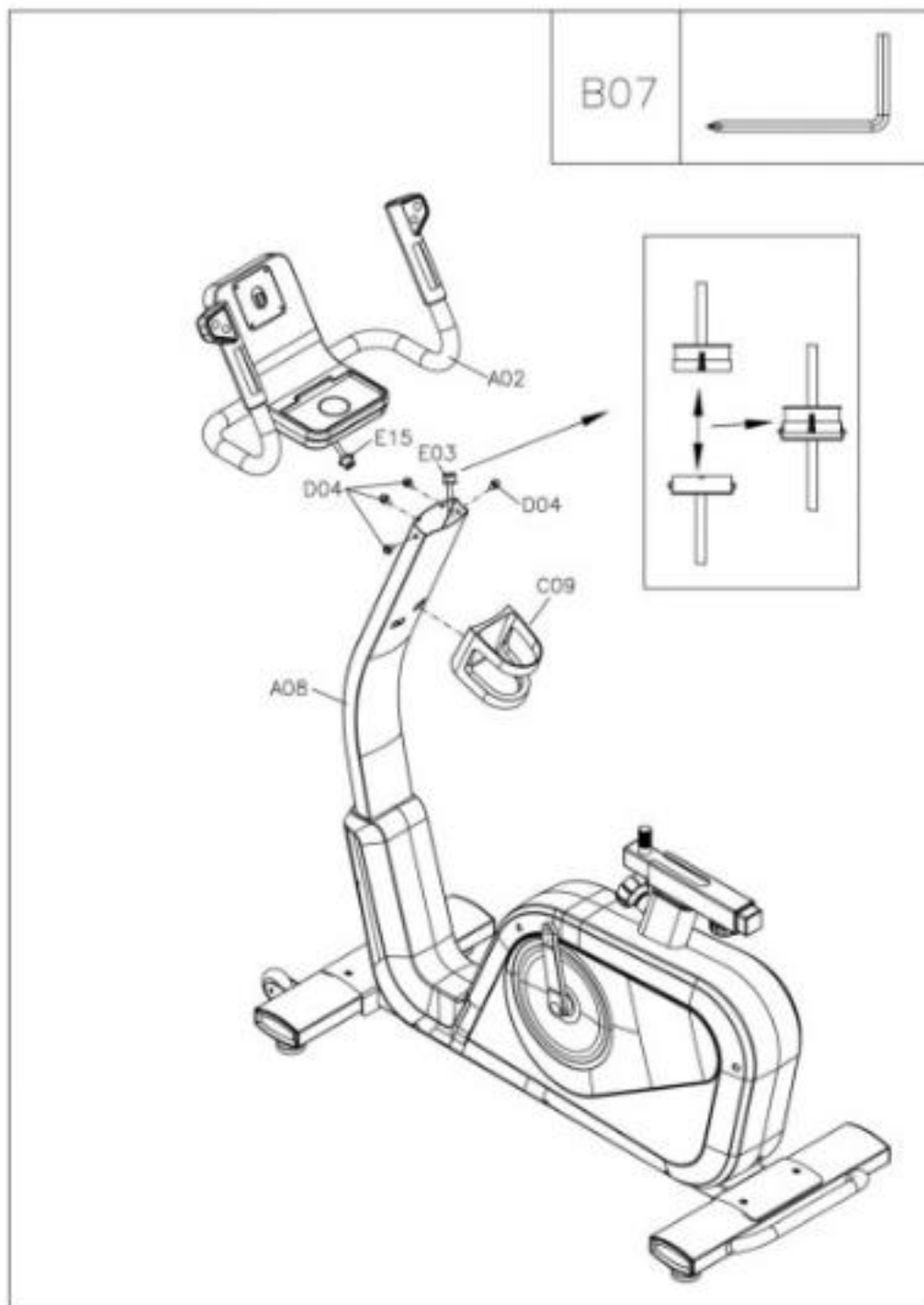
Ослабьте 4 винта (D01) и снимите задний кожух консоли (C08) с рамы консоли (A02), используя крестовой ключ (B06).

Шаг 6:



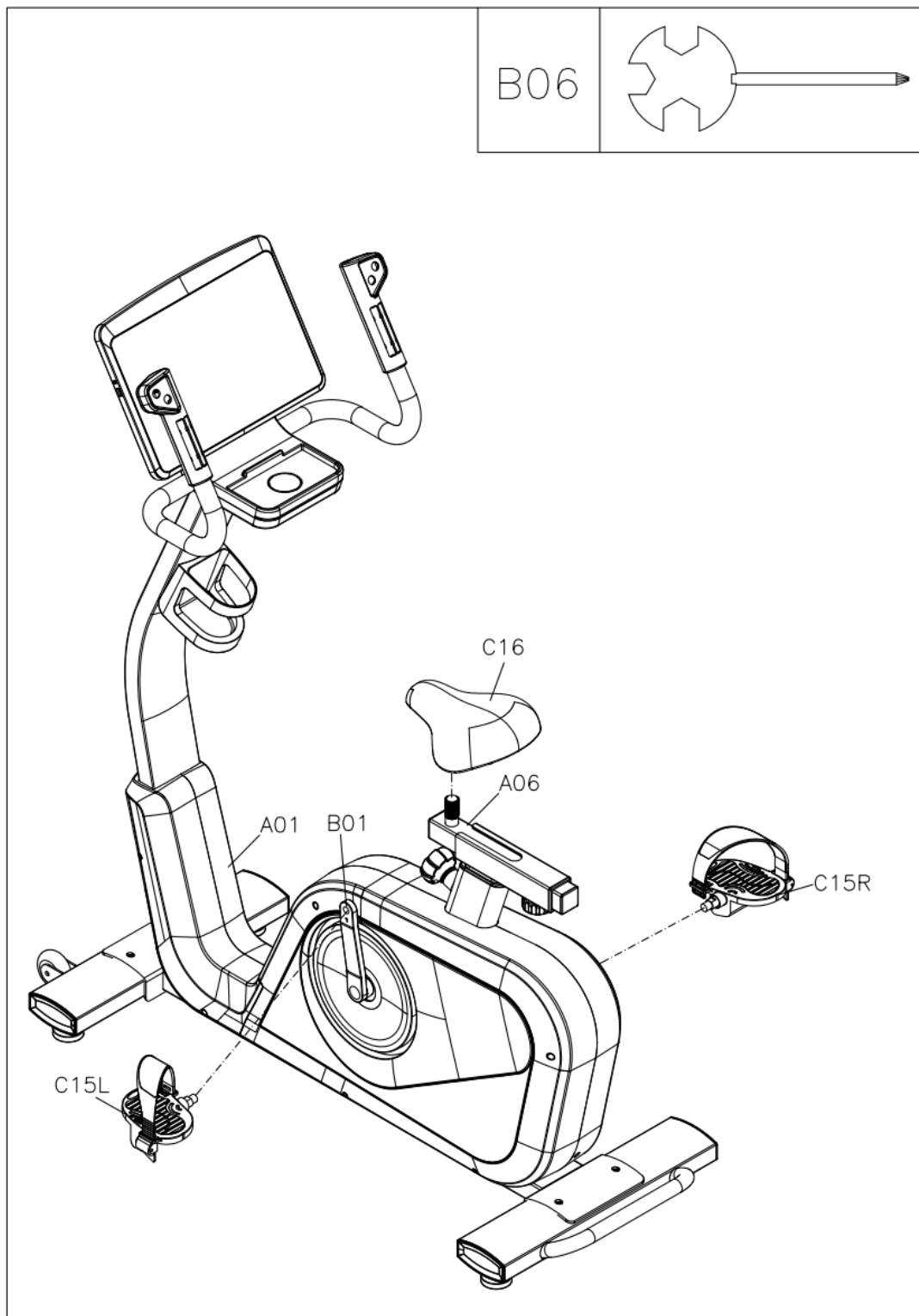
Соедините верхний провод консоли (E15) и средний провод консоли (E03), затем прикрепите раму консоли (A02) к опоре консоли (A08) с помощью 4 винтов (D04), используя гаечный ключ (B07) .

Шаг 7:



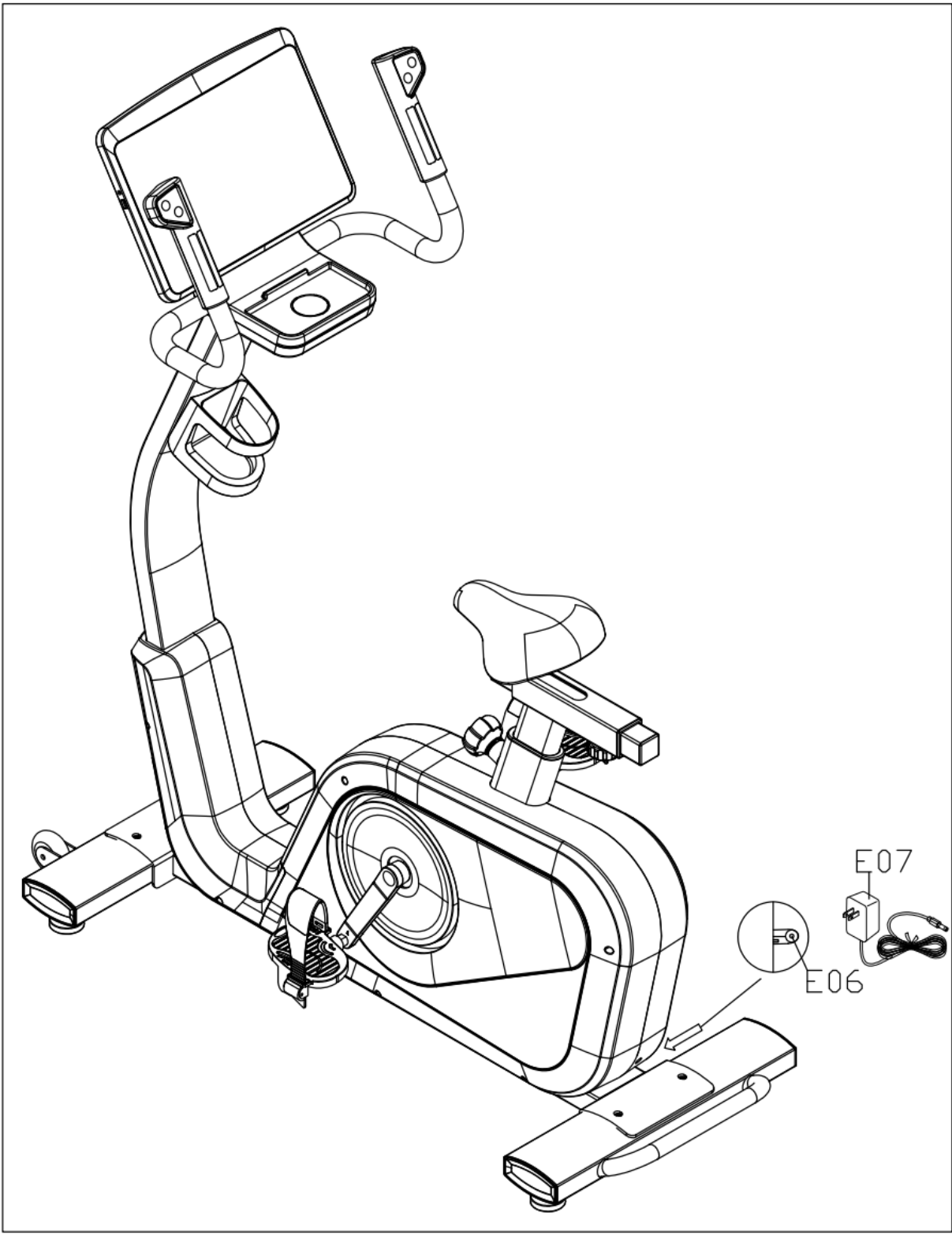
1. Соедините верхний провод консоли (E15), провод левого датчика пульса (E09) и провод правого датчика пульса (E10) с проводами консоли (E01).
2. Установите консоль (E01) на раму консоли (A02) с помощью 4 винтов (D24), используя гаечный ключ (B06).
3. Прикрепите задний кожух консоли (C08) к раме консоли (A02) с помощью 4 винтов (D01), используя гаечный ключ (B06).
4. Закрепите держатель для бутылки (C09) на опорной Раме (A08).

Шаг 8:



Закрепите левую и правую педали (C15L/R) на левых и правых шатунах (B01/B02) основной рамы (A01), используя гаечный ключ (B06). Прикрепите сиденье (C16) к опоре сиденья (A06).

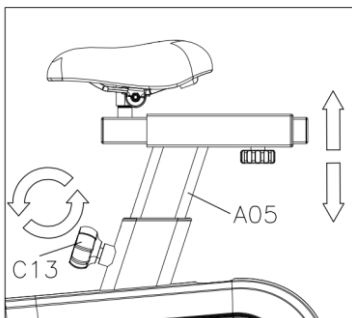
Шаг 9:



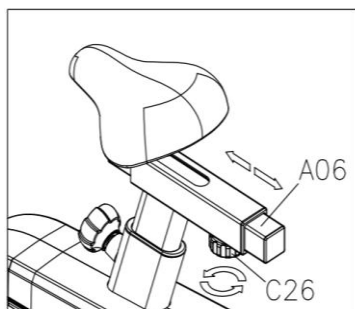
Подключите адаптер (E07) к порту кабеля питания (E06).

Регулировка тренажера

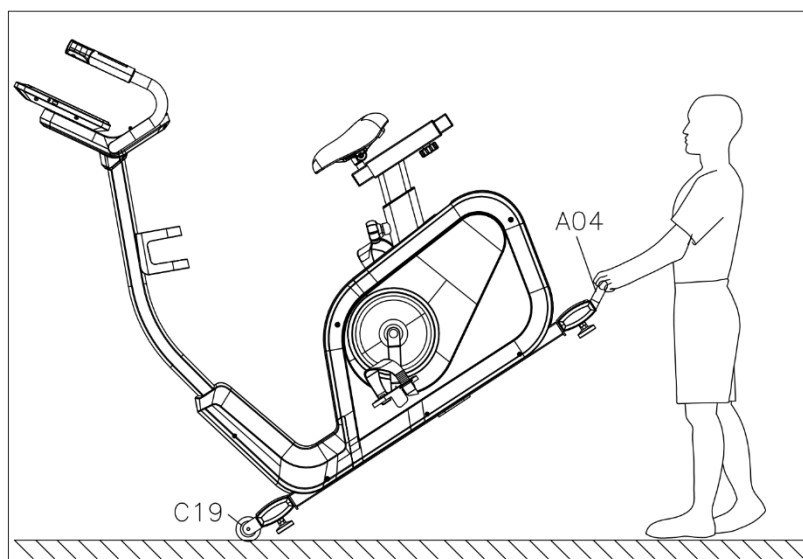
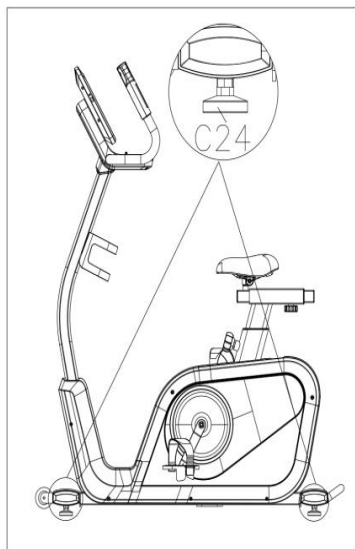
1. Отрегулируйте высоту опоры (A05): используя регулировочную ручку (C13), поверните ее против часовой стрелки, чтобы ослабить. После регулировки поверните ее по часовой стрелке, чтобы зафиксировать положение.



2. Чтобы отрегулировать положение сиденья (A06) вперед и назад, используйте регулировочную ручку сиденья (C26): поверните ее против часовой стрелки, чтобы ослабить. После регулировки поверните ее по часовой стрелке, чтобы зафиксировать



3. При неровной поверхности используйте компенсаторы пола (C24), вращая их по часовой или против часовой стрелки в зависимости от ситуации (см. рисунок), чтобы сбалансировать тренажер.



Работа с консолью



Функциональные кнопки:

1. RESET (СБРОС):

- 1.1 В режиме ожидания нажмите и удерживайте эту кнопку около 5 секунд для сброса значений;
- 1.2 В режиме паузы нажмите эту кнопку, чтобы остановить тренировку и перевести устройство в режим ожидания;
- 1.3 При настройке значений нажмите эту кнопку, чтобы вернуться на предыдущий экран;

2. MODE (РЕЖИМ):

- 2.1 В режиме ожидания нажмите эту кнопку, чтобы перейти к выбору программ. Нажмите кнопки UP/DOWN (ВВЕРХ/ВНИЗ) для выбора между следующими программами: РУЧНОЙ РЕЖИМ, P1-P30, U1-U2, H1-H3, WATT;
- 2.2 Нажмите эту кнопку для подтверждения выбора программы и перехода к настройке времени/возраста/веса. После окончания настройки нажмите кнопки STOP/START (СТОП/СТАРТ), чтобы начать тренировку;
- 2.3 Во время тренировки нажмите эту кнопку для переключения отображаемых данных на экране;

3. STOP/START (СТОП/СТАРТ):

- 3.1 В режиме ожидания нажмите эту кнопку для быстрого старта тренировки;
4. Во время тренировки нажмите эту кнопку, чтобы поставить ее на паузу. Нажмите повторно, чтобы возобновить тренировку.

5. DOWN (ВНИЗ):

- 5.1 При настройке программ нажмите эту кнопку для выбора программы.;
- 5.2 Нажмите эту кнопку для уменьшения уровня сопротивления.;

6. UP (ВВЕРХ):

- 6.1 При настройке программ нажмите эту кнопку для выбора программы;
- 6.2 Нажмите эту кнопку для увеличения уровня сопротивления;

КОНСОЛЬ:

1. **PULSE (ПУЛЬС):** Поместите руки на датчики пульса: отобразится значение вашего пульса (эти данные носят справочный характер и не могут считаться медицинскими).
2. **DISTANCE (ДИСТАНЦИЯ):** Отображает пройденное расстояние в километрах за текущую тренировку.
3. **WATT (ВАТТ):** Отображает текущее значение мощности в ваттах.

- 4. LEVEL (УРОВЕНЬ):** Отображает текущее значение нагрузки.
- 5. TIME (ВРЕМЯ):** Отображает затраченное время.
- 6. SPEED (СКОРОСТЬ):** Отображает текущее значение скорости.
- 7. CALORIES (КАЛОРИИ):** Отображает расчетное количество сожженных калорий.

МЕДИА-ЦЕНТР:

- 1. USB-порт: Может использоваться для зарядки устройства.
- 2. Беспроводное зарядное устройство: Может использоваться для зарядки устройства.

ФУНКЦИИ КОНСОЛИ:

1. Настройка ручного режима:

- 1.1 В режиме ожидания нажмите кнопку MODE (РЕЖИМ) и на дисплее появится надпись "MANUAL";
- 1.2 Нажмите кнопку MODE (РЕЖИМ) для настройки следующих параметров: AGE (ВОЗРАСТ), WEIGHT (ВЕС), TIME (ВРЕМЯ), DISTANCE (ДИСТАНЦИЯ), CALORIES (КАЛОРИИ);
- 1.3 После окончания настройки нажмите START (СТАРТ), чтобы начать тренировку;
- 1.4 Каждая программа может быть разделена на 10 секций;
- 1.5 Нажмите UP (ВВЕРХ) или DOWN (ВНИЗ) для изменения уровня сопротивления в каждой секции;
- 1.6 Во время тренировки нажмите кнопки STOP/START (СТОП/СТАРТ), чтобы поставить ее на паузу; уровень сопротивления установится на 1. Нажмите кнопку повторно, чтобы возобновить тренировку;
- 1.7 В режиме паузы нажмите кнопки PAUSE/STOP (ПАУЗА/СТОП) на левом поручне, чтобы остановить тренировку;
- 1.8 При выборе режима обратного отсчета времени, когда время истечет, тренажер издаст 3 звуковых сигнала, и уровень сопротивления установится на 1;
- 1.9 Нажмите RESET (СБРОС), чтобы вернуться в режим ожидания;

2. Настройка программ P1-P30:

- 2.1 В режиме ожидания нажмите кнопку MODE (РЕЖИМ), чтобы перейти к выбору программ;
- 2.2 Нажмите UP/DOWN (ВВЕРХ/ВНИЗ) для выбора программы: "P1-P2-P3-----P28-P29-P30";
- 2.3 Выберите нужную программу и нажмите кнопку MODE (РЕЖИМ) для настройки следующих параметров: ВОЗРАСТ, ВЕС И ВРЕМЯ;
- 2.4 После окончания настройки нажмите START (СТАРТ), чтобы начать тренировку;
- 2.5 Каждая программа может быть разделена на 10 секций;
- 2.6 Нажмите UP (ВВЕРХ) или DOWN (ВНИЗ) для изменения уровня сопротивления в каждой секции;
- 2.7 Во время тренировки нажмите кнопки STOP/START (СТОП/СТАРТ), чтобы поставить ее на паузу; уровень сопротивления установится на 1. Нажмите кнопку повторно, чтобы возобновить тренировку.
- 2.8 В режиме паузы нажмите кнопки PAUSE/STOP (ПАУЗА/СТОП) на левом поручне, чтобы остановить тренировку;
- 2.9 При выборе режима обратного отсчета времени, когда время истечет, тренажер издаст 3 звуковых сигнала, и уровень сопротивления установится на 1;
- 2.10 Нажмите RESET (СБРОС), чтобы вернуться в режим ожидания;

ВРЕМЯ ПРОГРАММА		ВРЕМЯ НАСТРОЙКИ/10=ВРЕМЯ ТРЕНИРОВКИ В КАЖДОЙ СЕКЦИИ									
		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

3. Настройка программ U1-U2:

3.1 В режиме ожидания нажмите кнопку MODE (РЕЖИМ), чтобы перейти к выбору программ;

3.2 Нажмите UP/DOWN (ВВЕРХ/ВНИЗ) для выбора программы "U1-U2";

3.3 Выберите нужную программу и нажмите кнопку MODE (РЕЖИМ) для настройки следующих параметров: ВОЗРАСТ, ВЕС И ВРЕМЯ;

3.4 После окончания настройки нажмите START (СТАРТ), чтобы начать тренировку;

3.5 Каждая программа может быть разделена на 10 секций;

3.6 Нажмите UP (ВВЕРХ) или DOWN (ВНИЗ) для изменения уровня сопротивления в каждой секции;

3.7 Во время тренировки нажмите кнопки STOP/START (СТОП/СТАРТ), чтобы поставить ее на паузу; уровень сопротивления установится на 1. Нажмите кнопку повторно, чтобы возобновить тренировку.

3.8 В режиме паузы нажмите кнопки PAUSE/STOP (ПАУЗА/СТОП) на левом поручне, чтобы остановить тренировку;

3.9 При выборе режима обратного отсчета времени, когда время истечет, тренажер издаст 3 звуковых сигнала, и уровень сопротивления установится на 1;

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

4. Настройка программ Н1-Н3:

4.1 В режиме ожидания нажмите кнопку MODE (РЕЖИМ), чтобы перейти к выбору программ;

4.2 Нажмите кнопки UP/DOWN (ВВЕРХ/ВНИЗ) для выбора программ "Н1-Н2-Н3";

$H1=(220-ВОЗРАСТ)*60\%$ $H2=(220-ВОЗРАСТ)*70\%$ $H3=(220-ВОЗРАСТ)*80\%$

4.3 Выберите программу и нажмите кнопку MODE (РЕЖИМ) для настройки следующих параметров: AGE (ВОЗРАСТ), WEIGHT (ВЕС), TIME (ВРЕМЯ), THR (ЦЕЛЕВОЕ ЗНАЧЕНИЕ);

4.4 После окончания настройки нажмите START (СТАРТ), чтобы начать тренировку;

4.5.1 Если реальный пульс ниже целевого пульса -25 ударов/мин, через 30 секунд уровень сопротивления автоматически увеличится на 3 ступени (до достижения максимального уровня).;

4.5.2 Если реальный пульс находится между целевым пульсом -25 и целевым пульсом -15 ударов/мин, через 30 секунд уровень сопротивления автоматически увеличится на 2 ступени (до достижения максимального уровня).;

4.5.3 Если реальный пульс находится между целевым пульсом -15 и целевым пульсом -5 ударов/мин, через 30 секунд уровень сопротивления автоматически увеличится на 1 ступень (до достижения максимального уровня);

4.5.4 Если реальный пульс находится в пределах от целевого пульса -5 до целевого пульса +5 ударов/мин, уровень сопротивления останется без изменений.;

4.5.5 Если реальный пульс находится между целевым пульсом +5 и целевым пульсом +15 ударов/мин, через 30 секунд уровень сопротивления автоматически уменьшится на 1 ступень (до достижения минимального уровня);

4.5.6 Если реальный пульс выше целевого пульса +15 ударов/мин, через 30 секунд уровень сопротивления автоматически уменьшится на 2 ступени (до достижения минимального уровня);

4.6 Во время тренировки нажмите кнопки STOP/START (СТОП/СТАРТ), чтобы поставить ее на паузу; уровень сопротивления установится на 1. Нажмите кнопку повторно, чтобы возобновить тренировку.

4.7 В режиме паузы нажмите кнопки PAUSE/STOP (ПАУЗА/СТОП) на левом поручне, чтобы остановить тренировку;

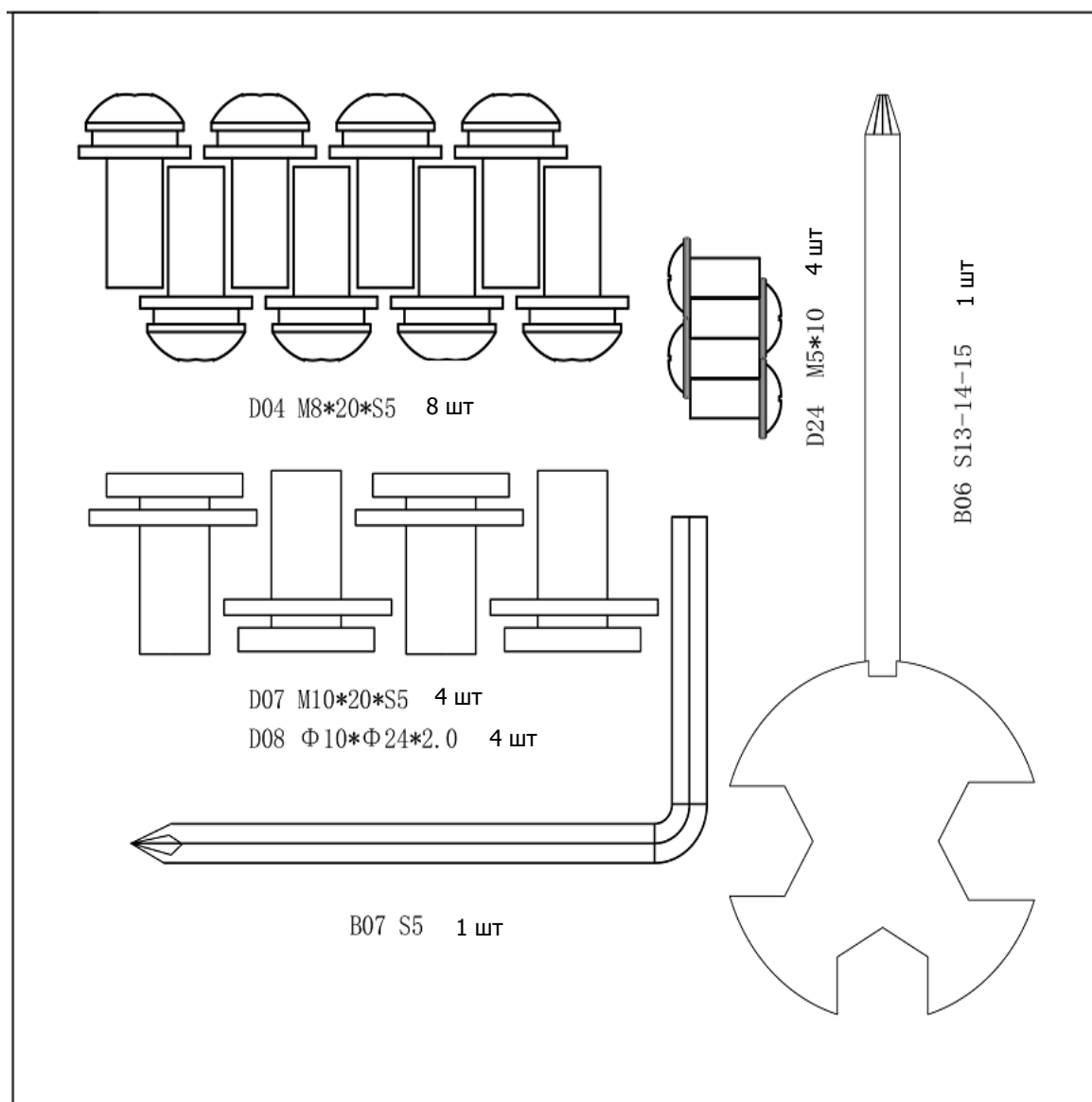
4.8 При выборе режима обратного отсчета времени, когда время истечет, тренажер издаст 3 звуковых сигнала, и уровень сопротивления установится на 1;

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

Список запчастей

№	Описание	Спец-ия	Кол-во	№	Описание	Спец-ия	Ко-л-во
A01	Основная рама		1	C19	Транспортировочные колеса		2
A02	Рама консоли		1	C20	Верхний кожух датчика пульса L1		1
A03	Передний стабилизатор		1	C21	Верхний кожух датчика пульса R1		1
A04	Задний стабилизатор		1	C22	Нижний кожух датчика пульса L2		1
A05	Регулируемая опора		1	C23	Нижний кожух датчика пульса R2		1
A06	Опора сиденья		1	C24	Компенсатор пола		4
A07	Прижимная пластина ремня		1	C25	Втулка		2
A08	Опора консоли		1	C26	Регулировочная ручка сиденья		1
A09	Пластина сиденья		1	C27	Кожух шатуна		2
B01	Левый шатун		1	C28	Основа крепления датчика		1
B02	Правый шатун		1	D01	Винт	ST4.2*13	22
B03	Маховик		1	D02	Винт	ST4.2*8	2
B04	Подшипник		2	D03	Винт	ST2.9*7	4
B05	Подшипник		2	D04	Болт	M8*20*S5	8
B06	Крестообразный ключ	S=13 · 14 · 15	1	D05	Болт	M8*42 *20	2
B07	Гаечный ключ	S5	1	D06	Гайка	M8	2
B08	Датчики пульса		4	D07	Болт	M10*20*S5	4
C01	Левый кожух		1	D08	Плоская шайба	Φ10*Φ24*2.0	4
C02	Правый кожух		1	D09	Винт	ST4.2*19*Φ8	10
C03	Левый декоративный кожух		1	D10	Болт	M4*16	4
C04	Правый декоративный кожух		1	D11	Стопорное кольцо	20	2
C05	Верхний кожух консоли		1	D12	Прокладка		1
C06	Нижний кожух консоли		1	D13	Болт	M10*1.25	2
C07	Передний кожух консоли		1	D14	Винт	ST4.2*12	3
C08	Задний кожух консоли		1	D15	Болт	M5*15	3
C09	Подставка для бутылки		1	D16	Болт	M6*12*S5	1
C10	Втулка опоры сиденья		1	D17	Плоская шайба	Φ6*Φ18*1.5	1
C11	Заглушка		4	D18	Пружинная шайба	6	5
C12	Регулируемая опора сиденья		1	D19	Болт	M8*70	1
C13	Регулировочная ручка		1	D20	Гайка	M8	1
C14	Заглушка		2	D21	Плоская шайба	Φ6*Φ12*1.5	4
C15	Левая и правая педали		2	D22	Шплинт R-типа	1.2*20	1
C16	Сиденье		1	D23	Гайка	M10	4
C17	Ремень двигателя		1	D24	Болт	M5*10	4
C18	Шкив ремня		1	D25	Болт	M6*15	4
D26	Плоская шайба	8	1	E08	Плата адаптера светодиодной ленты		1
D27	Винт	ST2.9*8	1	E09	Провод левого датчика пульса		1
D28	Плоская шайба	3	1	E10	Провод правого датчика пульса		1

D29	Стопорная шайба	5	1	E11	Плата кнопок		2
D30	Болт	M5*8	1	E12	Удлинитель светодиодной ленты		2
D31	Пружинная шайба	5	1	E13	Светодиодная лента RGB		2
E01	Консоль		1	E14	Заземляющий провод		1
E02	Плата управления		1	E15	Верхний провод консоли		1
E03	Средний провод консоли		1	F01	Провод беспроводной зарядки		1
E04	Нижний провод консоли		1	F02	Модуль беспроводной зарядки		1
E05	Датчик скорости		1	F03	Основа беспроводной зарядки		1
E06	Провод питания		1	F04	Винт	ST2.9*7	4
E07	Адаптер		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	125*53*138 см
Размер в упаковке, см	116*28.5*89 см
Вес нетто	55 кг
Вес брутто	65 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.

