



Эллиптический тренажер DFC

Артикул: E-JY8508

Модель: ATIVO

Руководство пользователя



ВАЖНОЕ УКАЗАНИЕ ПО БЕЗОПАСНОСТИ

Перед сборкой и эксплуатацией тренажера соблюдайте следующие меры предосторожности.

1. Соберите тренажер в точном соответствии с описанием в руководстве по эксплуатации.
2. Перед первым использованием устройства проверьте все болты, гайки и другие соединения и убедитесь, что тренажер находится в безопасном состоянии.
3. Установите устройство в сухом месте на ровной поверхности и держите его подальше от влаги и воды.
4. Поместите подходящее основание (например, резиновый коврик, деревянную доску и т.д.) под тренажер в зоне сборки, чтобы избежать загрязнения и т.д.
5. Перед началом тренировки уберите все предметы в радиусе 2 метров от тренажера.
6. Не используйте агрессивные чистящие средства для чистки тренажера, используйте только прилагаемые инструменты или свои собственные подходящие приспособления для сборки устройства или ремонта любых его деталей. Удалите капли пота с машины сразу после окончания тренировки.
7. Неправильные или чрезмерные тренировки могут повлиять на ваше здоровье. Проконсультируйтесь с врачом перед началом программы тренировок. Он может определить максимальную настройку (пульс, мощность, продолжительность тренировки и т.д.), до которой вы можете тренироваться и получить точную информацию во время тренировки. Этот тренажер не подходит для терапевтических целей.
8. Тренируйтесь на тренажере только в том случае, если он исправен. Для любого необходимого ремонта используйте только оригинальные запасные части.
9. Данный тренажер может использоваться одновременно только для тренировки одного человека.
10. Носите тренировочную одежду и обувь, подходящие для занятий фитнесом с тренажером. Тренировочная обувь должна быть соответствующей.

11. Если у вас появилось головокружение, тошнота или другие аномальные симптомы, пожалуйста, прекратите тренировку и немедленно обратитесь к врачу.
12. Дети и люди с ограниченными возможностями должны использовать тренажер только в присутствии другого человека, который сможет оказать помощь и дать совет.
13. Мощность тренажера увеличивается с увеличением скорости и наоборот. Машина оснащена регулируемой ручкой для корректировки сопротивления.
14. Максимальный вес пользователя составляет 110 кг. Предназначен только для домашнего использования.

СХЕМА ИЗДЕЛИЯ



ИНВЕНТАРЬ



Список деталей

Parts No.	Description	QTTY	Parts No.	Description	QTTY
1	Основная рама	1	12	Левая педаль	1
2	Передний стабилизатор	1	13	Правая педаль	1
3	Секция задней основной рамы	1	1-1	Болт 8X25	2
4	Стойка руля	1	1-2	Болт 8X35	4
5	Соединитель	1	1-3	Болт 10X45	4
6	Стойка левой педали	1	1-4	Кривошипный рычаг	4
7	Стойка правой педали	1	1-5	Болт 8X60	4
8	Левая рукоятка	1	1-6	Гаечный ключ М8	1
9	Правая рукоятка	1	1-7	Гаечный ключ М5	3
10	U-образный руль	1	1-8	Многофункциональный гаечный ключ	1
11	Датчик	1	1-9	Гаечный ключ S13-15	1

ИНСТРУКЦИЯ ПО СБОРКЕ

Шаг 1: Установите передний стабилизатор и секцию задней основной рамы.

А. Прикрепите передний стабилизатор (2) к основной раме (1), зафиксируйте

болтами (1-5).

В. Вставьте секцию задней основной рамы (3) в балку основания, а затем закрепите болтами (1-5).



Шаг 2: Установите стойку руля.

А. Подсоедините провод датчика к проводу верхнего датчика, пропустите трос управления натяжением через стойку руля (4) и выведите его из отверстия регулятора натяжения.

В. Вставьте стойку руля (4) поверх основной секции (1), закрепите болтами, которые предварительно прикреплены к основной секции.



Шаг 3: Установите соединитель.

Установите соединитель (5) на стойку руля (4).



Шаг 4: Установите pedalную стойку.

Установите левую и правую pedalные стойки (6)(7) поперек стойки руля через соединитель, а нижний фиксатор - на кривошипный рычаг (1-4) соответственно.



Шаг 5: Установите руль.

А. С помощью болтов (1-2) установите руль (8/9) над стойкой педалей (6)(7), левую ручку – к левой стойке педалей, а правую ручку – к правой стойке педалей.

В. Установите U-образный руль (10) на стойку руля, закрепите болтами (1-1), а затем пропустите провод датчика импульсов в отверстие стойки руля.



Шаг 6: Установите датчик.

Пропустите провода датчика пульса (Если датчик с измерением пульса) и провод верхнего датчика через отверстие крепления, а затем подсоедините провода к датчику (6) соответственно. Установите датчик с креплением на стойку руля (4).



Шаг 7: Установите правую и левую педали.

С помощью болтов (1-3) зафиксируйте педаль (12/13) на стойке педали (6/7).

Педали имеют маркировку «R/L».

А. Левая педаль – к левой стойке педали. В. Правая педаль – к правой стойке

7-A



7-B



РАБОТА С КОНСОЛЬЮ

ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ КНОПКИ:

MODE - Нажмите кнопку для выбора функций. Если долго удерживать кнопку "MODE", она полностью перейдет в режим 0.

SET - Установка значений времени, расстояния, пульса и калорий, если не используется режим сканирования.

RESET - Нажмите кнопку для сброса времени, расстояния и калорий. Текущее изменение данных равно 0. Если долго удерживать кнопку RESET, помимо положения ODO, данные будут полностью равны 0.

ФУНКЦИИ И ПРОЦЕССЫ:

1. SCAN: Нажимайте кнопку "MODE" до появления надписи "SCAN", монитор прокрутит все 5 функций: "TIME", "SPEED", "DIST", "CALORIES", "ODO" и "pulse". Каждый дисплей будет удерживаться 5 секунд.

2. TIME: (1) Общее время от начала до конца упражнения.

(2) Удерживайте кнопку "MODE" до появления надписи "TIME", нажмите кнопку "SET", чтобы установить время тренировки.

Когда "SET" станет равным нулю, компьютер подаст сигнал через 10 секунд.

3. SPEED: Отображение текущей скорости.

4. DIST: (1) Расстояние от начала до конца упражнения.

(2) Удерживайте кнопку "MODE" до появления надписи "DIST", нажмите кнопку "SET" для установки дистанции упражнения.

Когда "SET" станет равным нулю, компьютер подаст сигнал через 10 секунд.

5. CALORIES: (1) Общее количество калорий от начала до конца упражнения.

(2) Удерживайте кнопку "MODE" до появления надписи "CAL", нажмите кнопку "SET" для установки калорийности упражнения.

Когда "SET" станет равным нулю, компьютер подаст сигнал через 10 секунд.

6. ODO: Общее расстояние, на которое рассчитана эта функция, зависит от периода работы аккумулятора.

7. PULSE RATE (если есть):

Удерживайте кнопку MODE, пока не появится надпись "PULSE". Перед измерением пульса, пожалуйста, положите ладони на обе контактные площадки, и через 6~7 секунд монитор покажет на ЖК-дисплее текущую частоту сердечных сокращений в ударах в минуту (BPM).

Примечание: В процессе измерения пульса, из-за зажатия контактов, измеряемое значение может быть выше реального пульса в течение первых 2~3 секунд, затем оно вернется к нормальному уровню. Измеренное значение не может рассматриваться как основа для медицинского лечения.

8. ALARM: при нажатии кнопок "MODE", "SET" и "RESET" компьютер подаст звуковой сигнал.

9. AUTO ON/OFF & AUTO START/STOP

При отсутствии сигнала в течение 4 минут питание отключится автоматически. Когда колесо находится в движении или нажата любая кнопка, монитор находится в действии.

ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ:

ФУНКЦИЯ	Auto Scan	Каждые 5 секунд
	Running Time	0:00-99:59
	Current speed	0.00~999.9 (ML)KM
	Trip Distance	0.00~9999 (ML)KM
	Total distance(ODO)	0.0~9999 (ML)KM
	Calories	0.0~9999 Kcal
	Pulse Rate	40~240BPM

Батарейки

2 шт. (AAA) – входят в комплект

