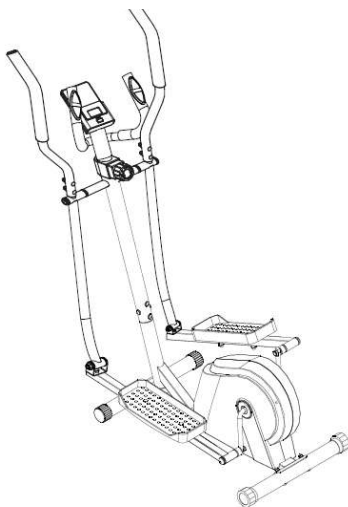




ЭЛЛИПТИЧЕСКИЙ ТРЕНАЖЕР

Артикул: SQ-B200

РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ



ВАЖНО!

Перед началом сборки проверьте комплектацию изделия.

Не выбрасывайте упаковку до окончания сборки изделия.

Перед началом эксплуатации устройства ознакомьтесь со всеми инструкциями.

Сохраните данное руководство для дальнейшего использования.

Спецификация данного продукта может отличаться от фото и может изменяться без предварительного уведомления.

Тренажер предназначен для использования только в крытом помещении.

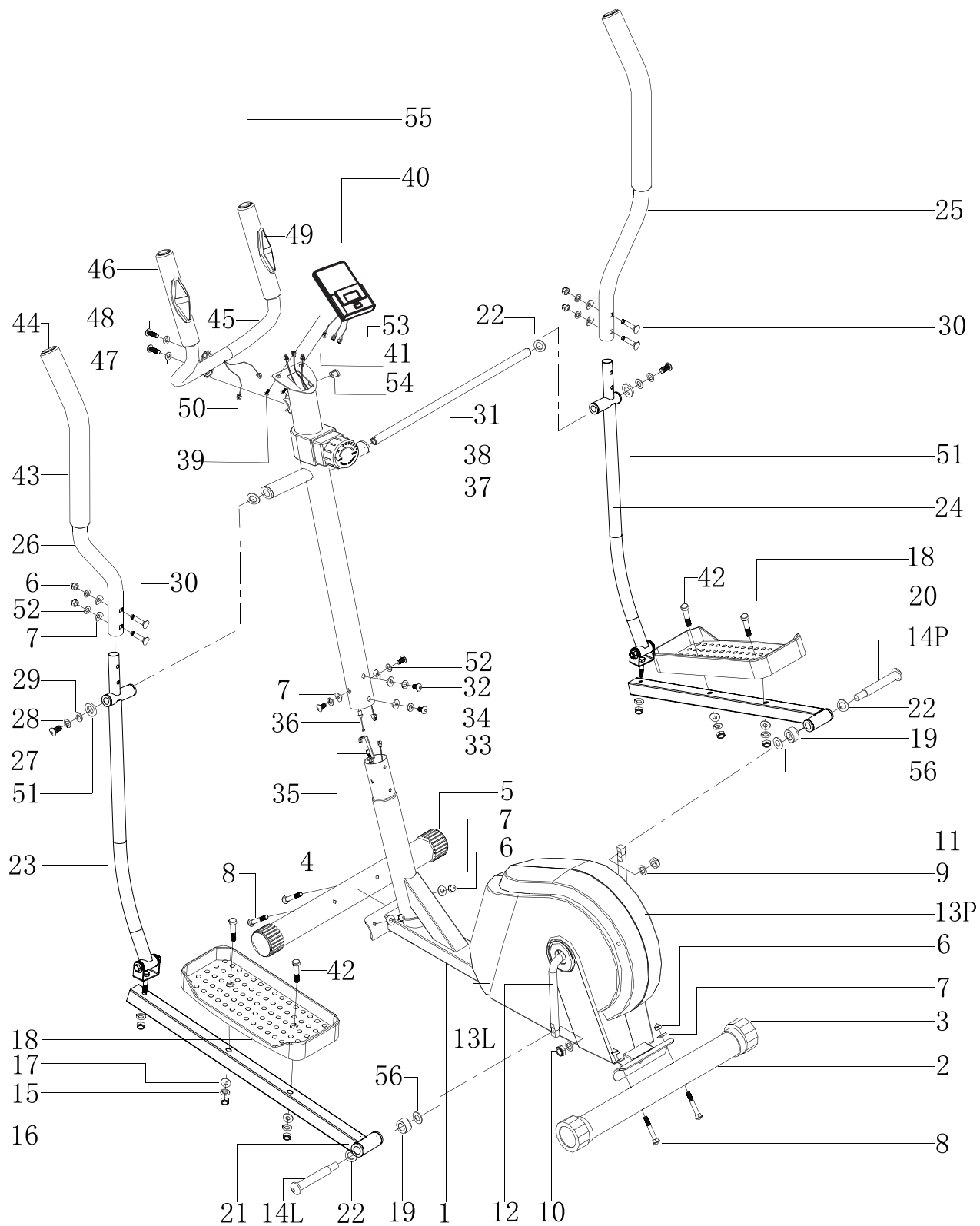
Тренажер предназначен только для домашнего использования.

ВНИМАНИЕ

Перед использованием тренажера внимательно прочитайте данное руководство и сохраните его для дальнейшего использования.

1. Для обеспечения безопасности и эффективной эксплуатации изделие должно быть собрано в соответствии с инструкцией по сборке. Пользователь обязан ознакомиться со всеми мерами предосторожности и предупреждениями. Производитель не несет ответственности за травмы, возникшие вследствие использования оборудования способом, не соответствующим требованиям настоящего руководства.
2. Тренажер должен использоваться только по своему прямому назначению.
3. Тренажер предназначен для домашнего использования взрослыми. Не оставляйте устройство в местах, доступных для детей.
4. Храните тренажер в сухом и теплом помещении, вдали от прямых солнечных лучей.
5. Не допускайте попадания воды на дисплей, так как это может привести к его повреждению или вызвать короткое замыкание.
6. Тренажер не предназначен для реабилитационных целей.
7. Тренажер допускается использовать только одному человеку одновременно.
8. Устанавливайте тренажер на устойчивую, ровную и чистую поверхность, свободную от посторонних предметов.
9. Рекомендуются устанавливать тренажер на ковровое покрытие, спортивный коврик или другую защитную подложку.
10. Перед началом тренировки убедитесь, что тренажер полностью собран и все его детали находятся на своих местах.
11. Если вы страдаете какими-либо заболеваниями, хроническими болезнями либо впервые приступаете к занятиям на данном типе оборудования, перед началом тренировок проконсультируйтесь с врачом или профильным специалистом. Неправильные или чрезмерные нагрузки могут нанести вред вашему здоровью.
12. Перед использованием устройства выполните разминку.
13. При появлении боли, нерегулярного сердцебиения, затрудненного дыхания, головокружения или тошноты во время тренировки немедленно прекратите занятия. Перед продолжением тренировок обратитесь к врачу.
14. Не надевайте свободную одежду, которая может попасть в движущиеся части тренажера.
15. Используйте тренажер только в исправном состоянии. Если во время работы вы услышали необычный шум или обнаружили неисправность, немедленно прекратите использование. Не используйте устройство до полного устранения неисправности.
16. Не вносите никаких изменений в конструкцию устройства, кроме тех, которые описаны в настоящем руководстве. В случае возникновения неисправностей обращайтесь в сервисный центр.
17. Для безопасной эксплуатации необходимо обеспечить свободное пространство вокруг тренажера не менее 2 метров.
18. Максимально допустимый вес пользователя - 120 кг.
19. При сборке смажьте все узлы качения любой консистентной смазкой. Рекомендуем использовать смазку Литол-24М или совместимые с ней аналоги Солидол Ж, Циатим-201, смазка 1-13.
20. Регулярно проводите профилактическое техническое обслуживание.

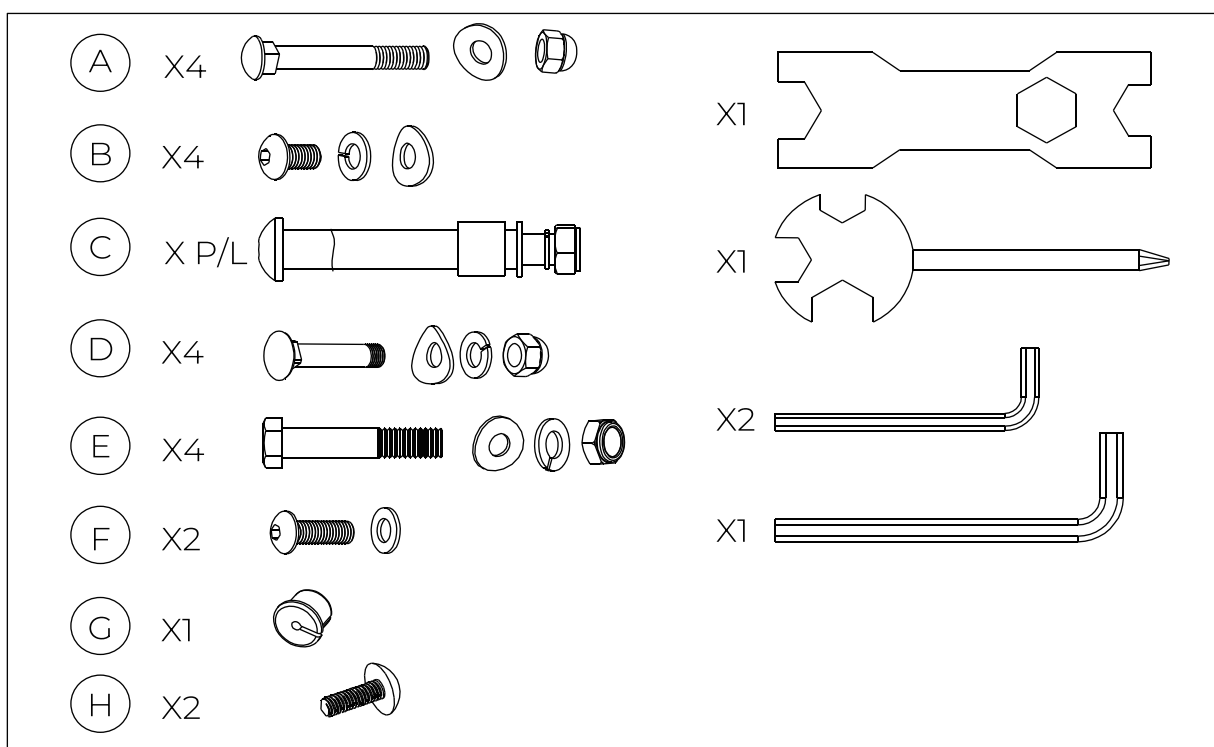
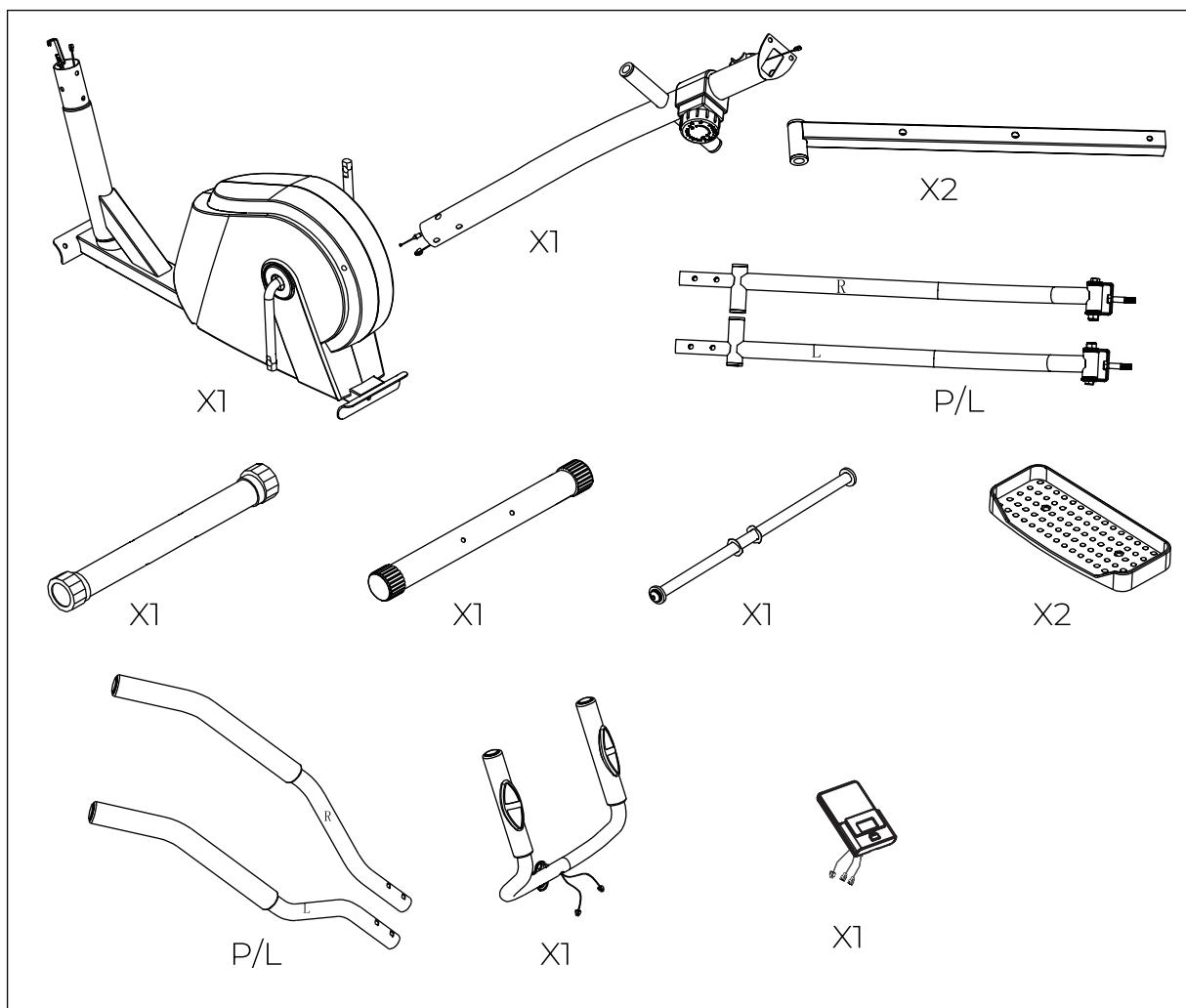
1. СХЕМА В РАЗБОРЕ



2. СПИСОК ДЕТАЛЕЙ

№	Наименование	Кол-во
1	Основная рама	1
2	Задняя опора	1
3	Заглушка задней опоры	2
4	Передняя опора	1
5	Заглушка передней опоры	2
6	Колпачковая гайка М8	8
7	Изогнутая шайба Ø8	12
8	Болт с внутренним шестигранником М8×60	4
9	Ось кривошипа	2
10	Правая самоконтрящаяся гайка	1
11	Левая самоконтрящаяся гайка	1
12	Кривошип	2
13P	Правый защитный кожух	1
13L	Левый защитный кожух	1
14P	Правая педаль	1
14L	Левая педаль	1
15	Пружинная шайба Ø10	4
16	Самоконтрящаяся гайка М10	4
17	Болт крепления педали	4
18	Педальная трубка	2
19	Шарнирная ось	2
20	Правая педальная тяга	1
21	Левая педальная тяга	1
22	Волнистая шайба Ø16	4
23	Левая нижняя рукоятка	1
24	Правая нижняя рукоятка	1
25	Правая верхняя рукоятка	1
26	Регулятор нагрузки	1
27	Болт М10×25	2
28	Пружинная шайба Ø10	2
29	Плоская шайба Ø10	2
30	Болт М8×40	4
31	Соединительный кронштейн	1

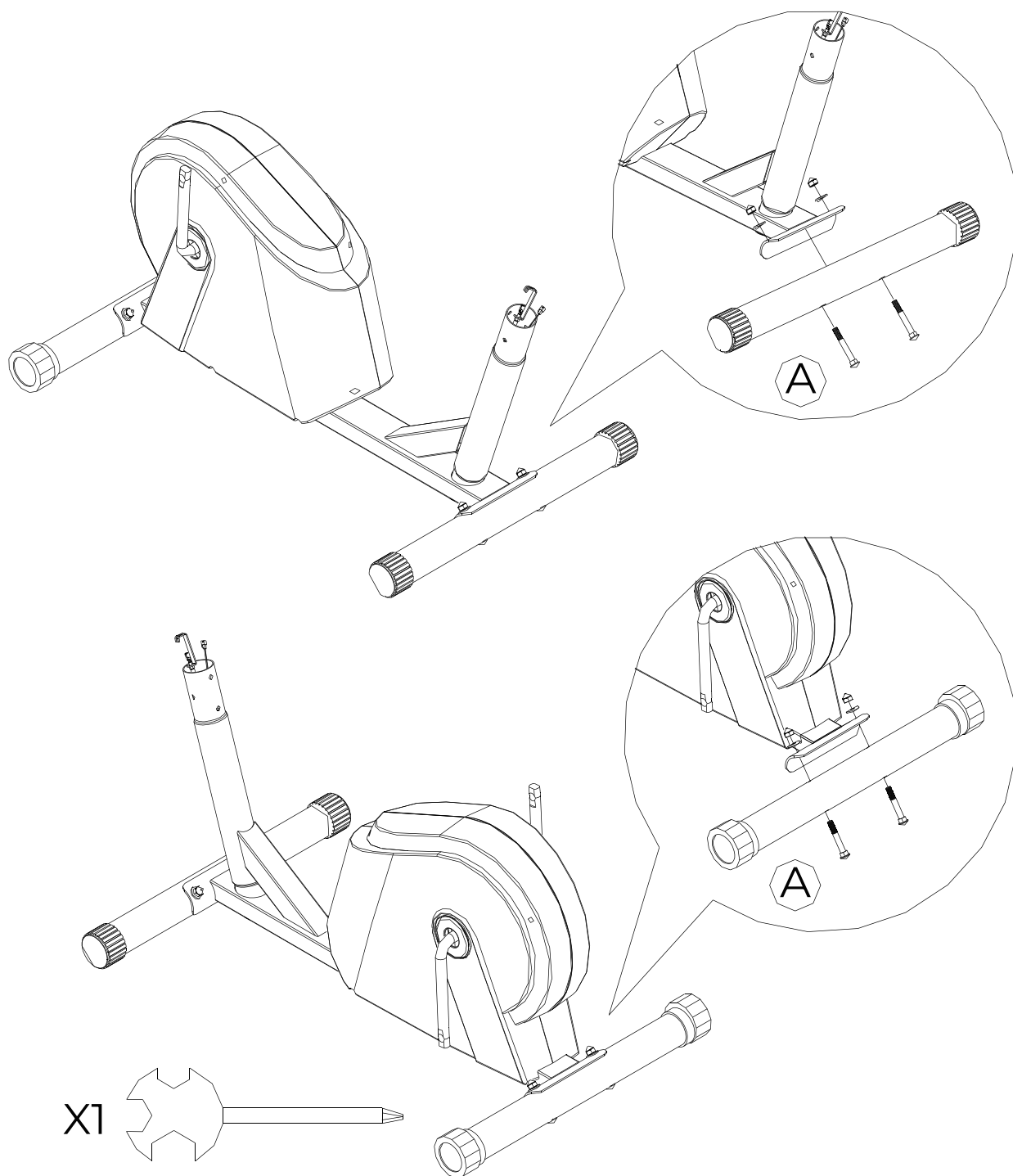
№	Наименование	Кол-во
32	Болт М8×15	4
33	Провод А	1
34	Провод В	1
35	Провод С	1
36	Провод D	1
37	Соединительная тяга	1
38	Трос регулировки нагрузки	1
39	Винт М5×10	4
40	Компьютер (дисплей)	1
41	Провод Е	1
42	Болт М10×50	4
43	Верхняя рукоятка	2
44	Заглушка	2
45	Передняя внутренняя втулка	1
46	Кронштейн передней рукоятки	2
47	Болт М8	2
48	Болт М8×25	2
49	Провод датчика пульса	2
50	Провод датчика пульса А	2
51	Заглушка P/L	2
52	Пружинная шайба Ø8	4
53	Провод датчика пульса В	2
54	Заглушка	1
55	Декоративная заглушка	2
56	Втулка V2	2

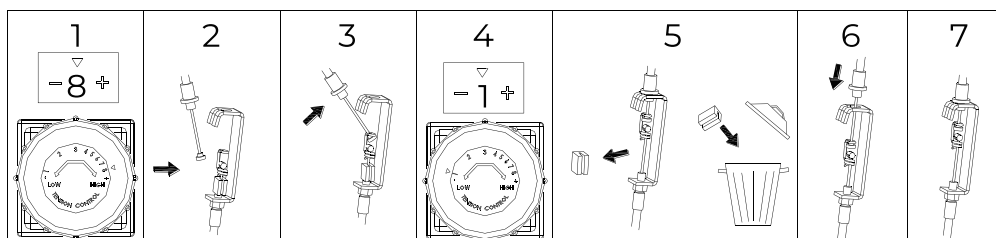
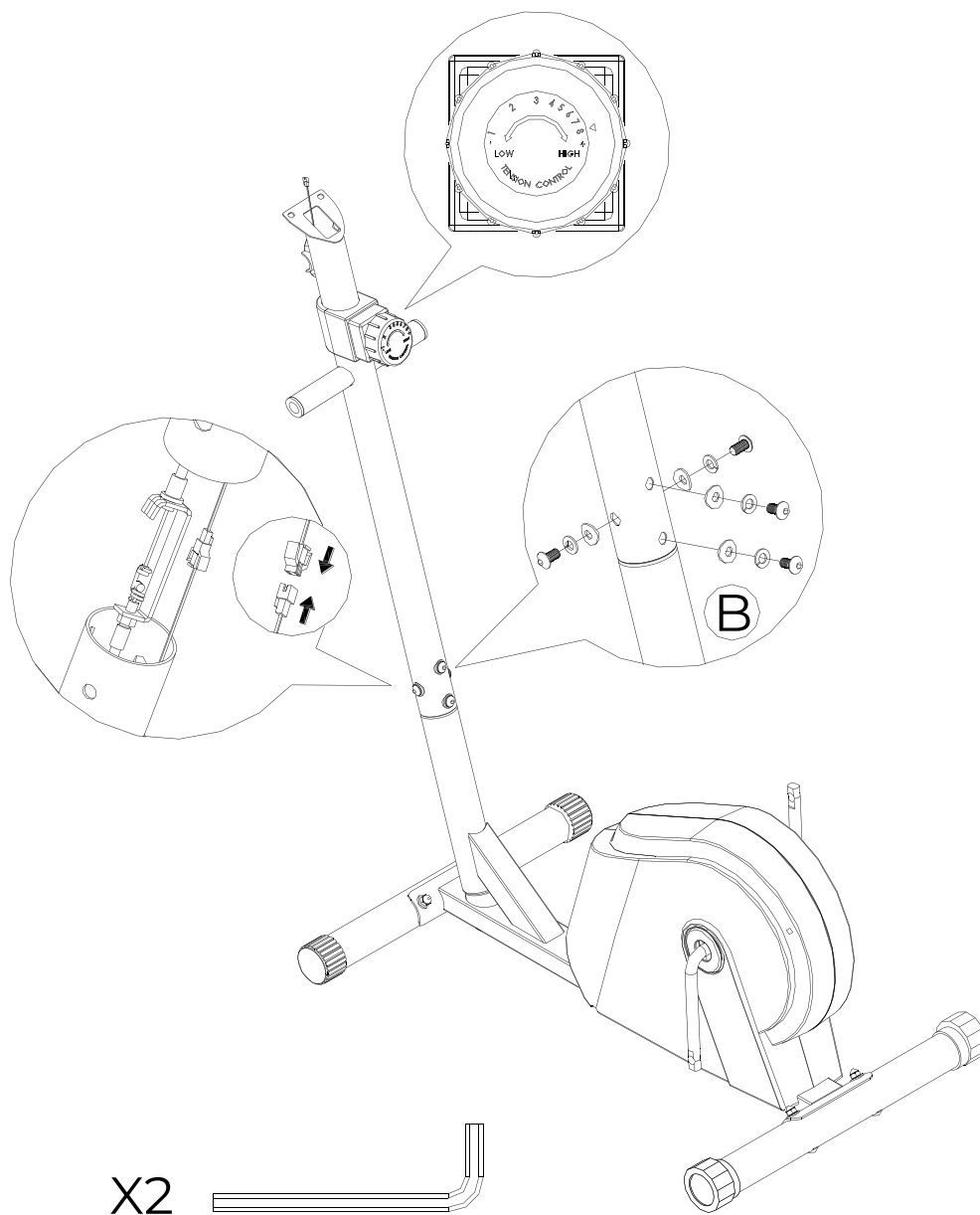


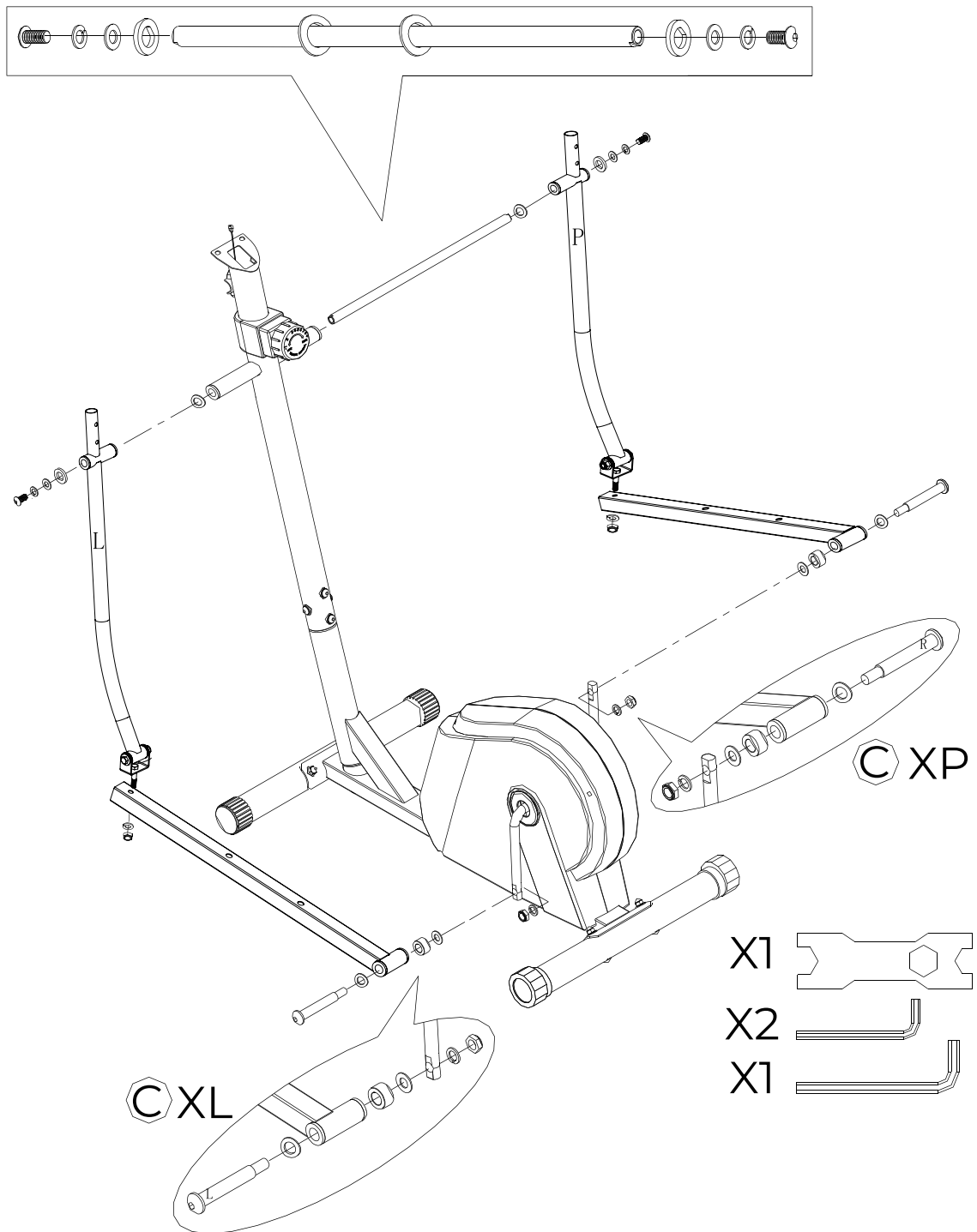
3. ИНСТРУКЦИИ ПО СБОРКЕ

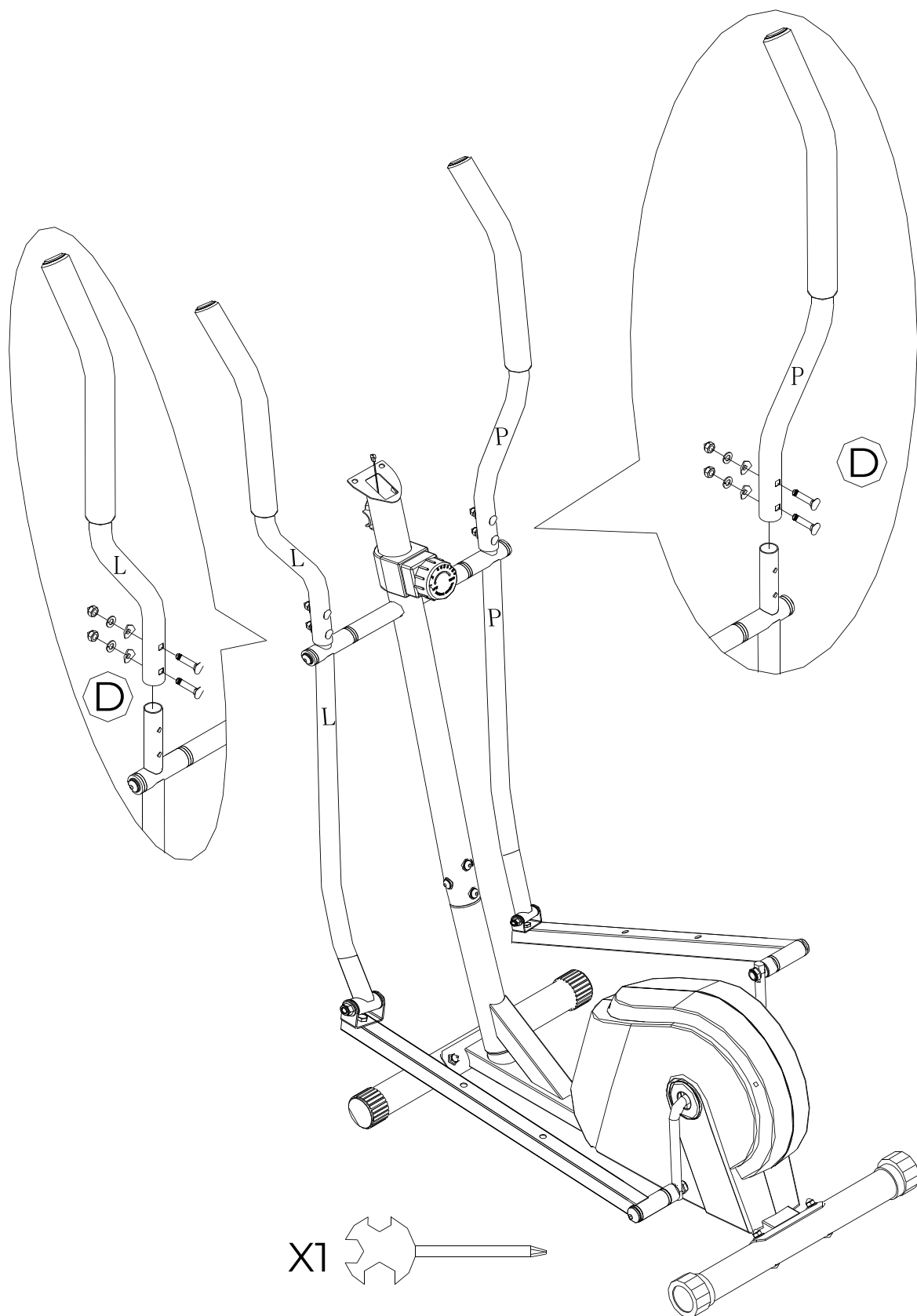
Перед началом сборки убедитесь, что вокруг тренажера имеется достаточно свободного пространства.

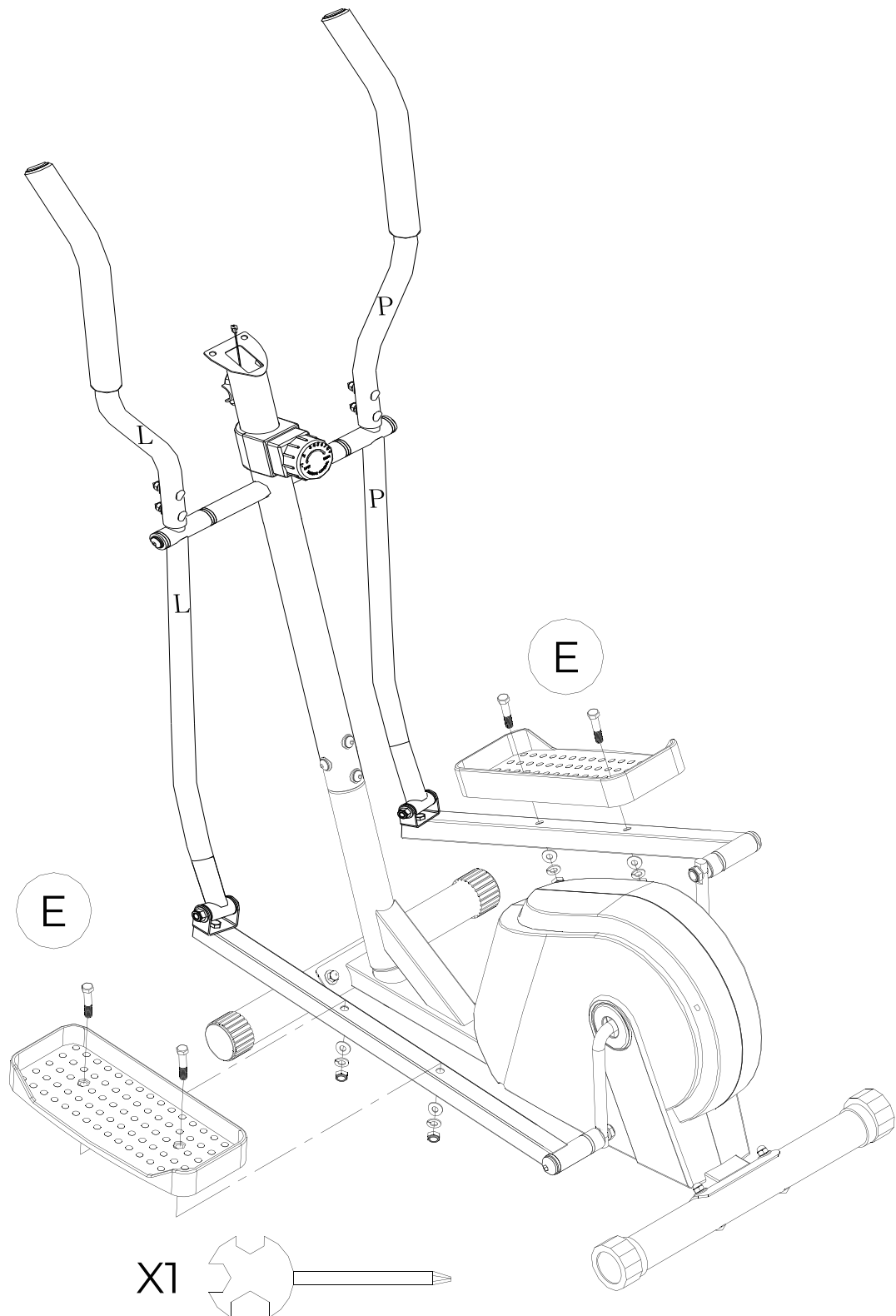
1

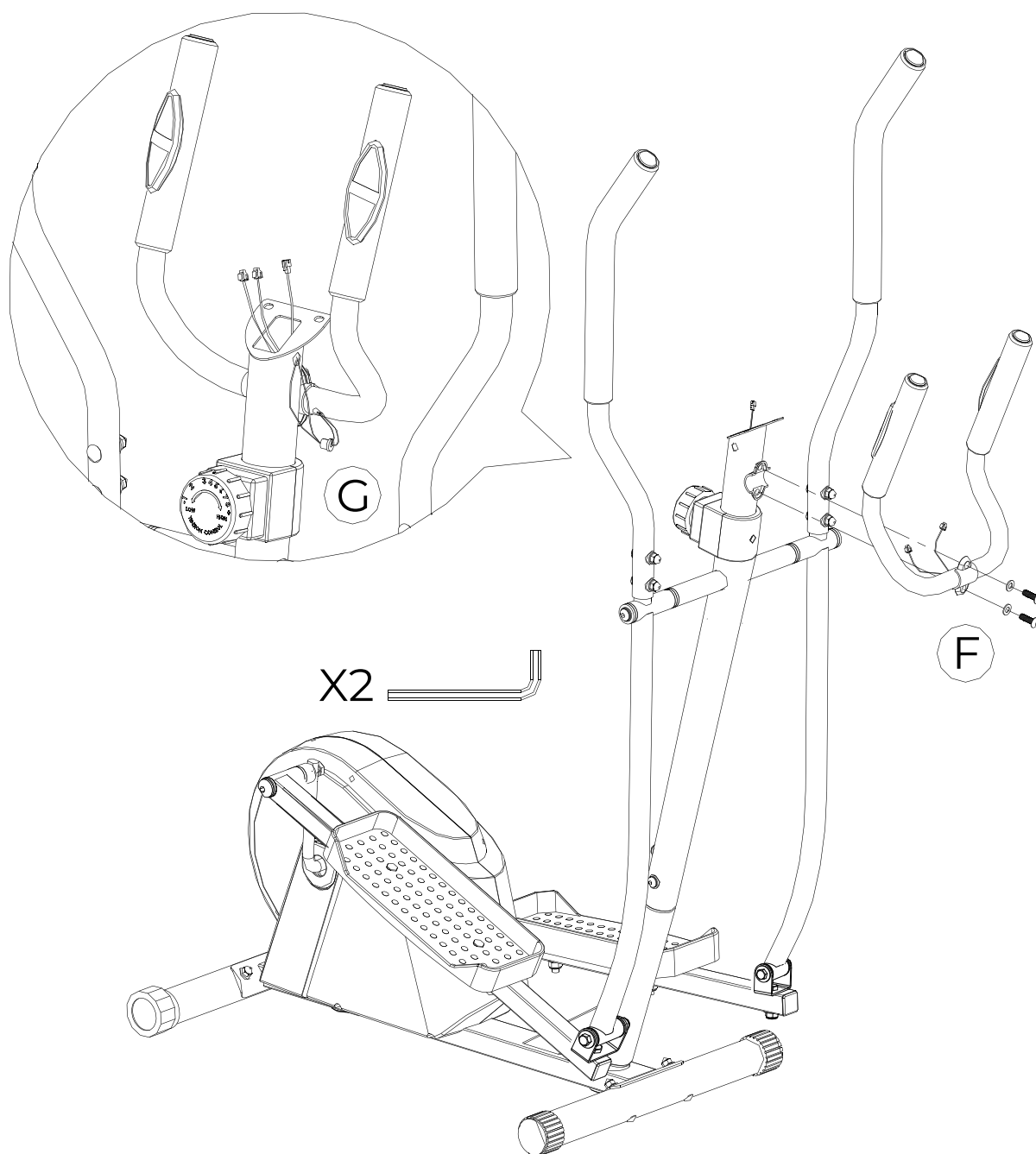


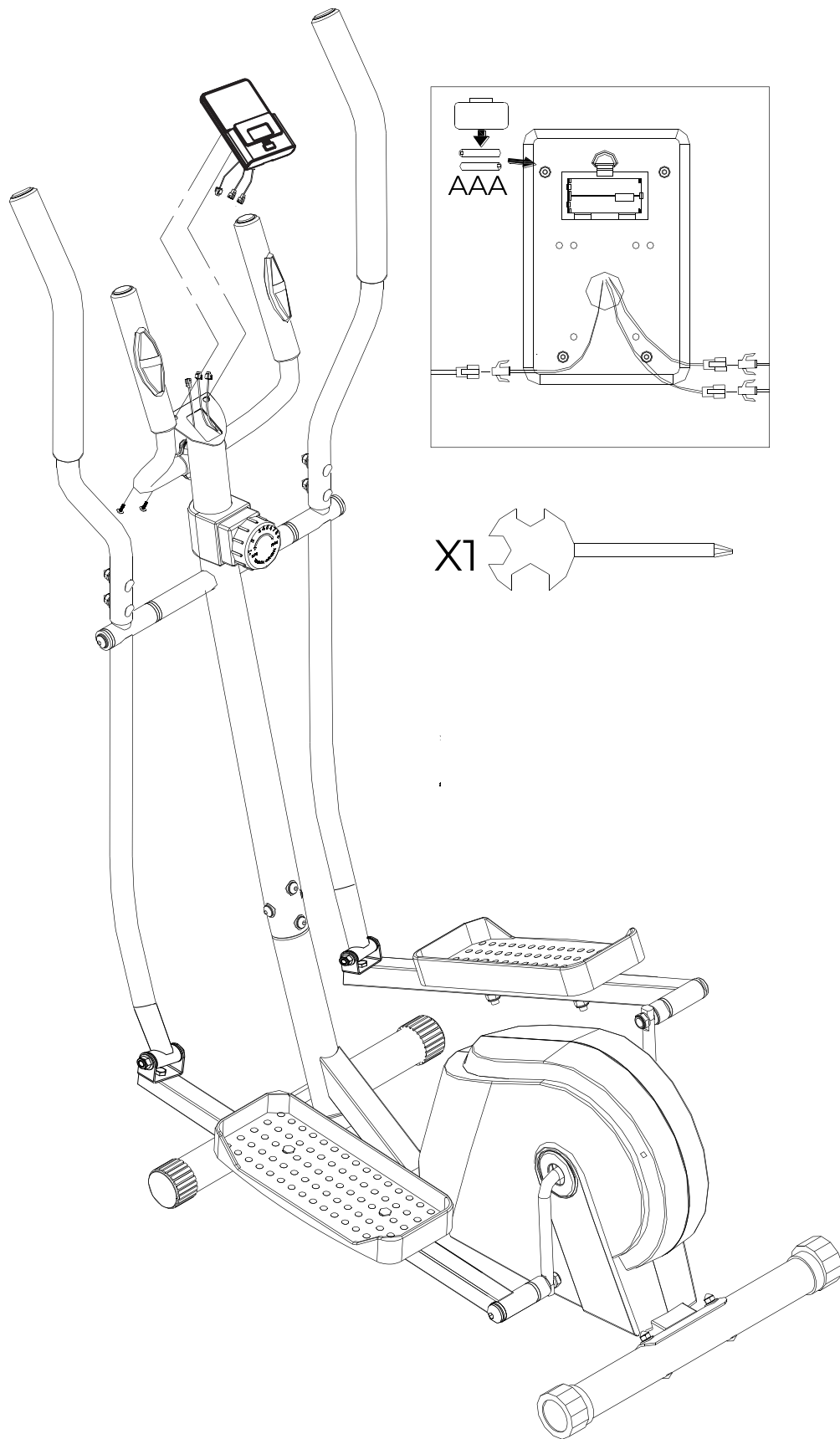












4. ФУНКЦИИ КОМПЬЮТЕРА

MODE — кнопка используется для выбора/переключения функций дисплея (SCAN, SPEED, TIME, DIST, CAL, PULSE).

Для перехода к следующей функции нажмите и удерживайте кнопку MODE в течение 2–3 секунд.

ФУНКЦИИ

SCAN:

Используется для быстрого просмотра всех функций. Автоматическое переключение между отображаемыми функциями происходит каждые несколько секунд в следующем порядке: TMR → SPD → DST → CAL → PULSE.

PULSE:

Отображает текущую частоту пульса.

SPEED:

Отображает текущую скорость.

TIME:

Отображает продолжительность текущей тренировки.

DIST:

Отображает дистанцию, пройденную за текущую тренировку.

CAL:

Отображает приблизительное количество калорий, израсходованных во время тренировки.

PULSE:

Отображает текущую частоту пульса. Для этого положите обе ладони на датчики и удерживайте их не менее 5 секунд. Значение пульса будет показано на дисплее.

Данные предназначены только для сравнения результатов различных тренировок и не должны использоваться в медицинских целях.

ВНИМАНИЕ!

Если в течение более 4 минут не выполнять никаких действий, устройство перейдет в режим энергосбережения. Дисплей автоматически выключится.

Для работы дисплея требуются 2 батарейки типа AAA (входят в комплект).

Если необходимо заменить батарейки, снимите дисплей с держателя. Затем снимите крышку батарейного отсека на задней стороне дисплея, замените батарейки и установите крышку обратно.

Если после замены батареек дисплей не включается, убедитесь, что батарейки установлены с соблюдением полярности.

Если дисплей по-прежнему не работает, убедитесь, что провод C надежно подключен к проводу D.

Если система регулировки сопротивления работает неправильно, убедитесь, что провод A надежно подключен к проводу B (см. предыдущие страницы с инструкцией по сборке).

Эти сигналы могут указывать на ослабление ремня. Следующие действия позволят быстро устранить проблему:

Ослабьте стопорную гайку до тех пор, пока натяжной винт не сможет свободно вращаться.

Поверните натяжной винт по часовой стрелке до достижения требуемого натяжения ремня.

После натяжения ремня снова затяните стопорную гайку.

ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

Перед использованием всегда проверяйте надежность затяжки всех болтов и гаек.

Использованные батарейки являются опасными отходами и не должны выбрасываться вместе с бытовым мусором.

Перед утилизацией тренажера извлеките батарейки из дисплея и утилизируйте их отдельно как опасные отходы.