



ВЕЛОТРЕНАЖЕР X-Bike

Артикул: SQ-BC2100-15B

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.

Содержание руководства

Меры безопасности	03
Сборочный чертёж	04
Список деталей	05
Инструкция по сборке	06
Инструкция по эксплуатации электронной консоли	12

Предупреждение:

Перед использованием данного изделия или началом тренировок проконсультируйтесь с врачом, особенно если вы не занимаетесь физической активностью регулярно или имеете хронические заболевания. Перед использованием внимательно прочитайте все инструкции.

Производитель не несёт ответственности за травмы или материальный ущерб, возникшие вследствие неправильного использования данного оборудования.

Меры безопасности

При установке и эксплуатации соблюдайте следующие правила:

Собирайте оборудование строго в соответствии с данным руководством.

Перед каждым использованием проверяйте надежность затяжки всех болтов и соединительных элементов для обеспечения безопасности.

Не размещайте оборудование во влажных помещениях, так как это может привести к возникновению неисправностей.

Во время сборки размещайте все детали на резиновом коврике или деревянной поверхности, чтобы избежать загрязнения и появления царапин.

Во время использования оставляйте свободное пространство не менее 1,5 м вокруг велотренажёра.

Не используйте агрессивные чистящие средства для очистки тренажёра. Для сборки и обслуживания используйте прилагаемые или профессиональные инструменты. После каждой тренировки своевременно удаляйте пот с поверхности тренажёра.

Неправильные или чрезмерные физические нагрузки вредны для здоровья. Рекомендуется проконсультироваться с врачом для определения максимально допустимой нагрузки (включая частоту сердечных сокращений и продолжительность тренировки). Данное оборудование не предназначено для лечебных тренировок. Приступайте к интенсивным физическим нагрузкам не ранее чем через 40 минут после приема пищи.

Используйте оборудование только при его исправном техническом состоянии. Для ремонта применяйте только оригинальные запасные части производителя.

Данный велотренажёр предназначен для использования только одним человеком.

Во время тренировки надевайте подходящую спортивную одежду и хорошо фиксирующуюся спортивную обувь.

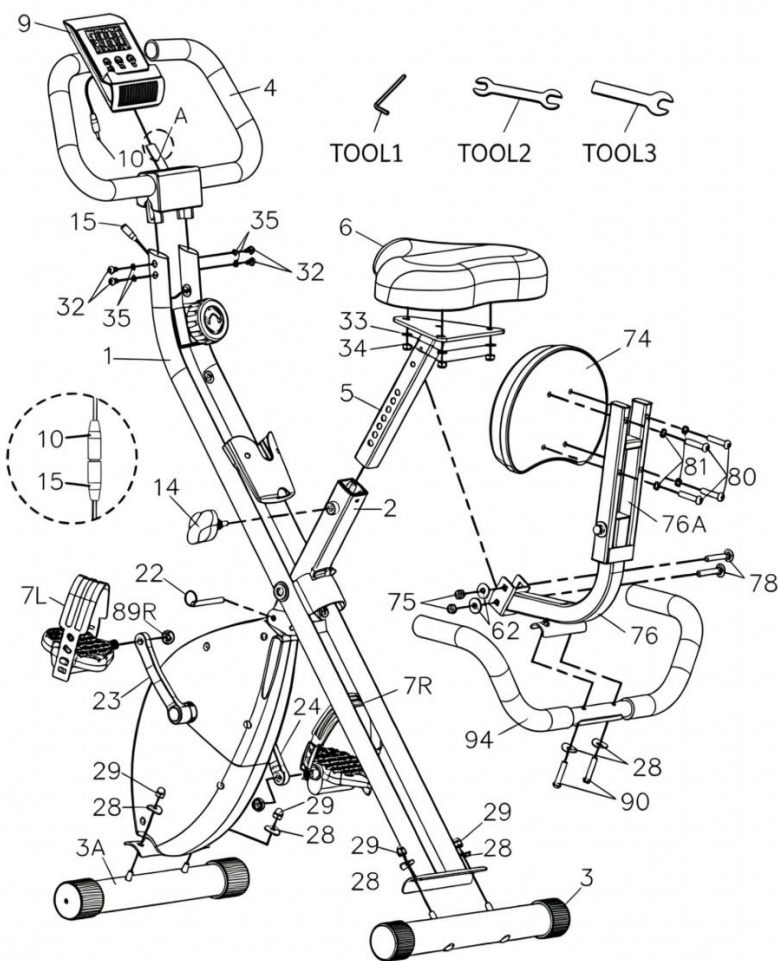
При появлении головокружения, тошноты или любого другого недомогания немедленно прекратите тренировку и обратитесь к врачу.

Дети и лица с ограниченными возможностями могут пользоваться данным оборудованием только под присмотром взрослых.

Сопротивление велотренажёра регулируется. Вы можете изменять уровень сопротивления от минимального до максимального, подбирая оптимальную интенсивность нагрузки.

Максимальный вес пользователя: 100 кг.

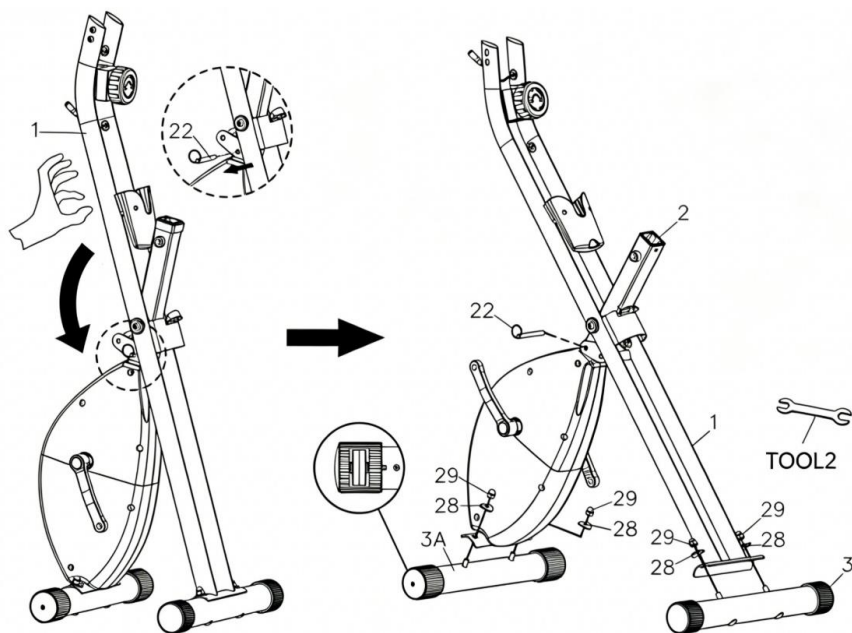
Схема сборки изделия



Список деталей

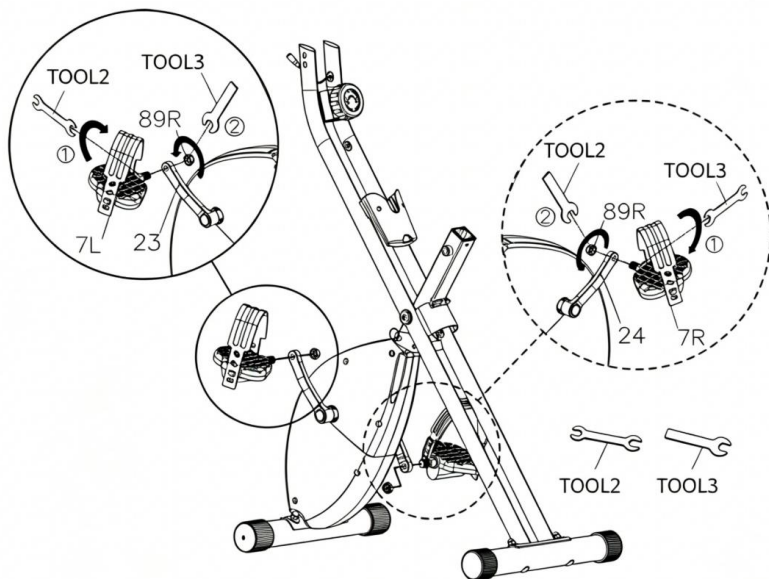
№	Наименование	Кол-во	№	Наименование	Кол-во
1	Задняя рама в сборе	1	33	Шайба (для сиденья)	3
2	Передняя рама в сборе	1	34	Стопорная гайка (для сиденья)	3
3	Задняя опорная труба в сборе	1	35	Пружинная шайба (Ф6)	4
3A	Передняя опорная труба в сборе	1	62	Большая плоская шайба (Ф8)	2
4	Передний руль в сборе	1	74	Подушка спинки	1
5	Трубка регулировки сиденья	1	75	Стопорная гайка (М8)	2
6	Сиденье	1	76	Соединительная труба спинки в сборе	1
7L	Левая педаль	1	76A	Соединительная труба подушки спинки в сборе	1
7R	Правая педаль	1	78	Болт с полукруглой головкой и квадратным подголовком (М8)	2
9	Электронная консоль	1	80	Болт с цилиндрической головкой и внутренним шестигранником (М8)	4
10	Кабель электронной консоли(аудио разъем)	1	81	Пружинная шайба (Ф8)	4
14	Крепежный болт	1	89R	Гайка педали (Правая резьба)	2
15	Разъем кабеля рамы (аудио разъем)	1	90	Болт с цилиндрической головкой и внутренним шестигранником (М8)	2
22	Стопорный палец с кольцом	1	94	Задний руль в сборе	1
23	Левый шатун	1	A	Кронштейн электронной консоли	1
24	Правый шатун	1	TOOL1	Шестигранный ключ (5#)	1
28	Большая изогнутая шайба (Ф8)	6	TOOL2	Двусторонний рожковый ключ (13#, 15#)	1
29	Колпачковая гайка (М8)	4	TOOL3	Рожковый ключ (19#)-	1
32	Болт с цилиндрической головкой и внутренним шестигранником (М8)	4	-	-	-

Руководство по сборке



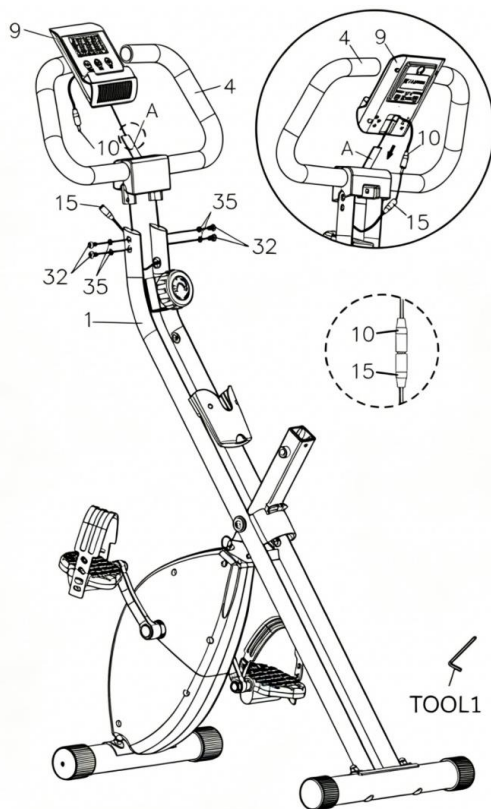
ШАГ 1

1. Возьмитесь за верхнюю часть задней рамы в сборе (#1), извлеките стопорный палец с кольцом (#22), разложите основную раму вниз и наружу, затем снова вставьте палец, чтобы зафиксировать раму.
2. Используя 2 колпачковые гайки (#29) и 2 большие изогнутые шайбы (#28), с помощью двустороннего рожкового ключа (инструмент 2) установите переднюю опорную трубу в сборе (#3A) в нижней части передней рамы в сборе (#2). Убедитесь, что колёса направлены вперёд.
3. Используя 2 колпачковые гайки (#29) и 2 большие изогнутые шайбы (#28), с помощью инструмента 2 установите заднюю опорную трубу в сборе (#3) в нижней части задней рамы в сборе (#1).



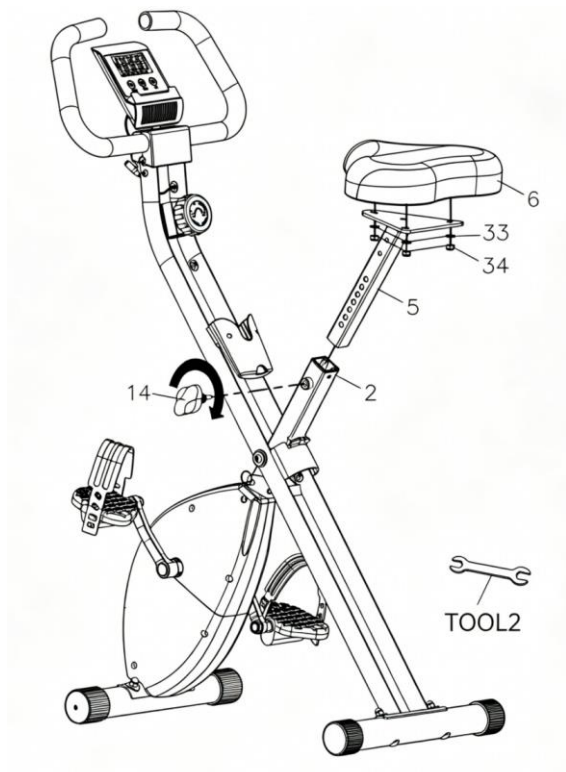
ШАГ 2

1. Установите левую педаль (#7L) в отверстие левого шатуна (#23), затем закрепите её гайкой педали с правой резьбой (#89R).
2. Установите правую педаль (#7R) в отверстие правого шатуна (#24), затем закрепите её гайкой педали с правой резьбой (#89R).
3. Рекомендации по затяжке: сначала закрепите педали с помощью инструмента 2, затем затяните гайки педалей с помощью инструмента 3. При затяжке соблюдайте указанное направление вращения.



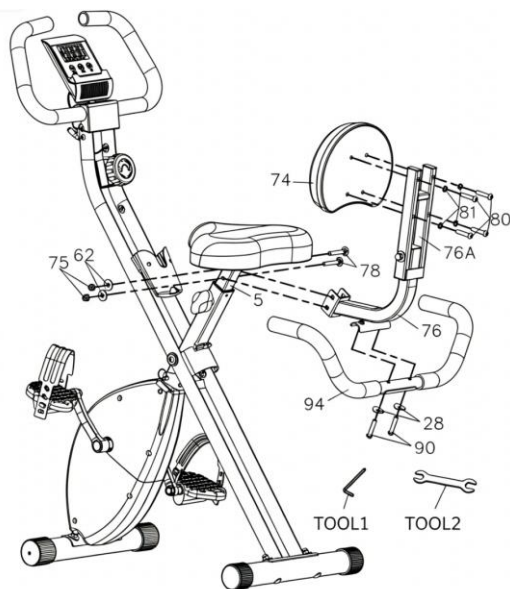
ШАГ 3

1. Используя 4 болта с цилиндрической головкой и внутренним шестигранником (#32) и 4 пружинные шайбы (#35), с помощью инструмента 1 установите передний руль в сборе (#4) на верхнюю часть задней рамы в сборе (#1).
2. Надёжно закрепите электронную консоль (#9) на кронштейне электронной консоли (A), расположенном на руле.
3. Подключите кабель электронной консоли (#10), расположенный на задней стороне консоли, к разъёму кабеля рамы (#15) на задней раме в сборе. Примечание: правильно совместите штекер и разъём.



ШАГ 4

1. Используя 3 стопорные гайки (#34) и 3 шайбы (#33), с помощью инструмента 2 закрепите сиденье (#6) на трубке регулировки сиденья (#5).
2. Вставьте собранное сиденье с трубкой регулировки в верхнюю часть передней рамы в сборе (#2). Отрегулируйте высоту до необходимого уровня с помощью крепёжного болта (#14), затем полностью затяните его.

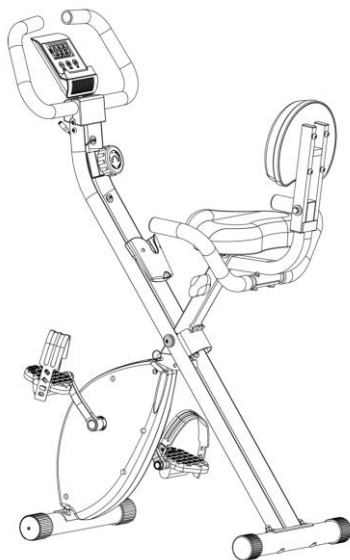
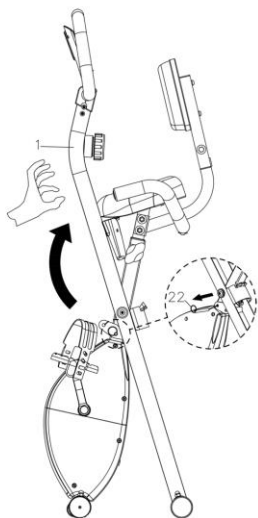


ШАГ 5

1. Используя 2 большие плоские шайбы (#62), 2 стопорные гайки (#75) и 2 болта с полукруглой головкой и квадратным подголовком (#78), с помощью инструмента 2 установите соединительную трубу спинки в сборе (#76) на трубку регулировки сиденья (#5).
2. Используя 2 большие изогнутые шайбы (#28) и 2 болта с цилиндрической головкой и внутренним шестигранником (#90), с помощью инструмента 1 установите задний руль в сборе (#94) в нижней части соединительной трубы спинки в сборе (#76).
3. Используя 4 болта с цилиндрической головкой и внутренним шестигранником (#80) и 4 пружинные шайбы (#81), с помощью инструмента 1 закрепите подушку спинки (#74) на соединительной трубе подушки спинки в сборе (#76A).

Складывание и раскладывание

- Режим складывания: установите велотренажёр на ровную поверхность. Возьмитесь за верхнюю часть задней рамы в сборе, извлеките стопорный палец с кольцом (#22), сложите основную раму вверх и внутрь, затем снова вставьте палец, чтобы зафиксировать раму.
- Внимание: во время складывания или раскладывания велотренажёра не допускайте нахождения детей рядом.



5. Инструкция по эксплуатации электронной консоли



Основные функции

1. **SCAN:** Нажмите кнопку **MODE**, чтобы включить режим автоматического переключения. На дисплее показатели автоматически сменяются каждые 6 секунд в следующем порядке: **TIME** → **SPEED** → **DIST** → **ODO** → **CAL**.
2. **TIME:** Отображает общее время тренировки. Диапазон: 00:00–99:59.
3. **SPEED:** Отображает текущую скорость. Диапазон: 0,0–99,9 км/ч.
4. **DISTANCE (DIST):** Отображает дистанцию текущей тренировки. Диапазон: 0,00–99,99 км.
5. **ODOMETER (ODO):** Отображает общий накопленный пробег. После замены батареек данные сбрасываются. Диапазон: 0–9999 км.
6. **CALORIES (CAL):** Рассчитывает количество калорий, израсходованных во время тренировки. Диапазон: 0,0–999,9 ккал.

Функции кнопок

- Кнопка **MODE**: переключение между режимами **SCAN**, **TIME**, **SPEED**, **DIST**, **ODO** и **CAL**.
- Кнопка **RESET**: нажмите и удерживайте около 2 секунд, чтобы сбросить значения **TIME**, **DIST** и **CAL** до нуля.
- Кнопка **SET**: в режиме, отличном от **SCAN**, выберите **TIME**, **DIST** или **CAL**. Нажмите и удерживайте кнопку для установки целевого значения обратного отсчёта. После достижения заданного значения счётчик автоматически сбрасывается на ноль и возвращается к обычному режиму подсчёта.

Примечания

1. При появлении на дисплее индикатора низкого заряда батареи немедленно замените батарейки.
2. Если в течение 2 минут не обнаруживается движение или нажатие кнопок, дисплей автоматически переходит в спящий режим и выключается.
3. Консоль автоматически включается при начале тренировки или при нажатии любой кнопки.
4. Через 4 секунды после прекращения тренировки консоль прекращает подсчёт и отображает сообщение «STOP». После возобновления тренировки сообщение исчезает, и подсчёт продолжается.
5. Тип батареек: 2 батарейки типа AA (входят в комплект).
6. Рабочая температура: от 0 °C до +40 °C.
7. Температура хранения: от -10 °C до +60 °C.