

ANDES 3 ЭЛЛИПТИЧЕСКИЙ ТРЕНАЖЕР



РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

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.

<u>Если у Вас возникли какие</u>—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 некоректно, был поврежден или побывал в воде. Доставьте тренажёр 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;

- Не подставляйте руки под движущиеся части тренажера, следите, чтобы ваша одежда не попала в движущиеся части тренажера;
- Тренажер не имеет шестерни холостого хода. Скорость движения педалей должна снижаться постепенно;
- Будьте осторожны при подходе к тренажеру и спуске с него. Опустите соответствующую педаль в нижнее положение и дождитесь полной остановки тренажера.

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 С;
- 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 твердого пластика, чтобы предохранить ковер и оборудование от возможных повреждений.

60 см 60 см

30 см

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 тренажёра, не до конца затянув гайки и болты, и, убедившись, что конструкция собрана правильно, затяните их до конца.



Техническое обслуживание/ Гарантия/ Ремонт

ЧИСТКА ЭЛЛИПТИЧЕСКОГО ТРЕНАЖЕРА

Профилактическое обслуживание и ежедневная чистка оборудования продлят срок его эксплуатации и помогут сохранить его внешний вид.

При этом важно соблюдать следующие рекомендации:

- Перед любым обслуживанием обязательно отключайте тренажер от электрической сети. К обслуживанию можно приступать примерно через минуту, после полного обесточивания внутренних электрических цепей тренажера;
- Защищайте тренажер от попадания прямого солнечного света, в противном случае возможно выцветание пластиковых деталей;
- Тренажер необходимо устанавливать в сухом месте;
- Для чистки используйте мягкую хлопчатобумажную ткань;
- Не применяйте абразивные препараты, агрессивные жидкости для чистки рабочих поверхностей тренажера, такие как ацетон, бензин, уайт-спириты, бензол и их производные во избежание повреждения лакокрасочных покрытий и пластиковых деталей. Для ухода рекомендуется применять слегка смоченную нейтральным раствором моющей жидкости (мыльный раствор) ткань с последующей протиркой сухой тканью;
- После каждого использования тренажера протирайте педали, рукоятки, датчики пульса и поручни;
- Не допускайте попадания жидкости на тренажер. Это может привести к его повреждению или возникновению угрозы поражения электротоком;
- Проверяйте ход и надежность крепления педалей;
- Если тренажер неустойчив и «качается», выровняйте его с помощью регулировочных ножек;
- Регулярно выполняйте уборку территории вокруг тренажера.

ПРОВЕРКА ТРЕНАЖЕРА НА ПРЕДМЕТ ПОВРЕЖДЕНИЯ ДЕТАЛЕЙ

НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ тренажер, если он поврежден или имеет сломанные или изношенные детали. Используйте только те запасные части, которые поставляются заводом-изготовителем оборудования.

РЕГУЛЯРНО ПРОВОДИТЕ ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ ТРЕНАЖЕРА. Оно является залогом бесперебойной работы оборудования и сохранения гарантийных обязательств. Необходимо проводить регулярный осмотр тренажера. Дефектные детали следует немедленно заменять. Не следует использовать некоректно работающее оборудование до проведения ремонта.



Обслуживание и ремонт должны проводиться только лицами, обладающими необходимой квалификацией.

ПРАВИЛА УХОДА И ТЕХНИЧЕСКОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ

ЕЖЕДНЕВНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

• Рекомендуем вам ежедневно протирать тренажер влажной тканью с мягким чистящим средством (мыльный раствор), не содержащим этилового или нашатырного спирта.

ЕЖЕНЕДЕЛЬНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

- Проверить горизонтальное положение тренажёра. В случае необходимости выровняйте его с помощью регулируемых ножек по уровню пола.
- Протереть детали тренажёра: консоль, поручни, направляющие роликов от пыли, грязи и пота.

ЕЖЕМЕСЯЧНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

- Проверьте затяжку винтов на всех соединениях.
- Убедитесь в отсутствии люфта после затяжки винтов.
- Пропылесосьте пространство под и вокруг тренажёра.
- Удалите грязь из накладок в педалях.

ЕЖЕКВАРТАЛЬНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

- Снимите пластиковые кожухи и смажьте шарнирные соединения рычагов педалей и поручней (рекомендуется использовать тефлоновую смазку).
- Снимите круглый защитный кожух. Проверьте состояние и натяжение приводного ремня. В случае необходимости замените ремень или отрегулируйте натяжение ремня.

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.

Гарантийный талон сервисного обслужи Гарантийный талон бей	вания No
Mogens spenisseps	
Заводокай (серийный) намер:	
Дита проданок ""	
Гарантийный срок обслуживания: см. на обороти	
# H.O., regress-rpognesus	
	М.П. торговой организации
	and reference observations
С условиями гарантийных обязательств ознакомпен. комплектности оборудования не имею.	Протежзий по качеству, внешняму виду и
B.M.O. nosyhariana monivochum:	
Ф.И.О. покулателя полностью: Оборку, установку и любиличения оборубования произвел.*	promise
Сборку, установку и подключение оборудования произвет.* ФУЛО: мастера	paper
Сборку установку и подилочение оборудования произвект. ⁴	parent
Ф.H.O. sracreps	(Suppose)
Сбарку уштенивку и побилочение обирубляения произвет." Ф.И.О. мастере — 30 тарк	posenti.
Сберго установку и побисичения обирубления проциевся.* 9.00 местря Ден установку *** 20 меря То инфилистрациямий учина изичная.	(Harris)
Сбарку уштенивку и побилочение обирубляения произвет." Ф.И.О. мастере — 30 тарк	
Сберго уттенску и пиблочение обслубления произвен." ФИО местере Ден установания————————————————————————————————————	Ответна сервесной службы:
Сберго уптиновку и пиблочнение обслубления процивент * 4И.О местере	Ответна сервесной службы:
Сберго уттенску и пиблочение обслубления произвен." ФИО местере Ден установания————————————————————————————————————	Ответна сервесной службы:
Сбаро, установку и поднотнения обирубливным процевов." — 8-О. метро. ————————————————————————————————————	Ответна сервесной службы:
Обаро, установу и подномення обирфивания прозевен." 94.0 метру Так установ. — 20 "таря. То колония установий, рибе волича. Сендуная в прековадичный равонтак: 5.	Ответна сервесной службы:
Сбаро, установку и поднотнения обирубливным процевов." — 8-О. метро. ————————————————————————————————————	Ответна сервесной службы:
Сбаро, установку и поднотнения обирубливным процевов." — 8-О. метро. ————————————————————————————————————	Ответна сервесной службы:
Сбаро, установку и поднотнения обирубливным процевов." — 8-О. метро. ————————————————————————————————————	Ответна сервесной службы:

на Прицева Сро- систем по селотом на селотом на предостават на прете- тите селотом на прете- ста на прететите на прете- тите на прететите на прететите прететите на прететите на прететите на прететите прететите на прететите прететите на прететите прететите на прететите прететите на прететите по по п	parlicingues of the second of	Topico de la companya del la companya de la companya del la companya de la companya del	тотот Пуправшим в на тотот учето и пупра помероно и помероно и помероно и помероно и помероно и помероно и помероно и помероно и помероно и помероно и померо	residence i representation de la companya del companya del companya de la companya de la companya del company	He Sectioned für controller special sections special teams (approximation controller section) special section special section sections section sections section sections s
удовар III с светием III с с при верхиничности е при при при верхиничности при	mone of the second of the seco	отвержнения по	 верхностите водинентей и дости- пента на съот Пацията и дости пента на съот Пацията и дости съот на съот пацията на пости съот на пента пента и дости пента пента на пента на пости пента на пента на пента на пости при пента пента на пента на пости пента на пента на пента на пости пента на пента на пента на пента на пости на пента на пента на пента на пента на пента на пента на пента на пости на пента	Common Control	recombination of the control of the
удовар III с светием III с с при верхиничности е при при при верхиничности при	mone of the second of the seco	отвержнения по	 верхностите водинентей и дости- пента на съот Пацията и дости пента на съот Пацията и дости съот на съот пацията на пости съот на пента пента и дости пента пента на пента на пости пента на пента на пента на пости при пента пента на пента на пости пента на пента на пента на пости пента на пента на пента на пента на пости на пента на пента на пента на пента на пента на пента на пента на пости на пента	Common Control	recombination of the control of the
мен Адаричности и приниги (произведи, и приниги (произведи и станов (произведи и	remain / Tipe in Propose of a in Propose of a in Propose of a demonstrate propose of a propose of a in Propose of a i	при	security of acquired as a consideration of the control of the cont	come cospoi or. present per un re el sinule el pertine el per	accession of the control of the cont
и приоб и (сполории учение 7 дил при учение 1	Section of the control of the contro	mention of other parties of the control of	осучением возголорительного правами дестирутельного дестирутельного правами дестирутельного правами дестирутельного правами дестирутельного дестируте	TO AN EVENTAGE OF THE PARTY OF	подстания подстания на подстания и подста
приводент 7 листория у интернациональной по потружения и потружения и	Egyptes in paracity properties of properties paracity properties paracity properties	manufacture and a representation of the second of the seco	a apparent secuniyartaqui air ur temendocum air qui	MATERIAL STATES	indigenerale MOTHE ADDITIONAL MOTHER DESIGNATION MOTHER DESIGNA
том измоси, томобици починални придага фактови на селисионе придага при при при при при при при при при при	control participation of the p	Control of the Contro	оператория в предости и подражения установания и подражения установания и подражения и подражения и подражения и подражения установания и подражения и подражени	MARKET AND	tion or stated a productive for send or pupper share. Applicate the productive of annual or springering share or annual or publishers and the stated annual an annual an
том измоси, томобици починални придага фактови на селисионе придага при при при при при при при при при при	control participation of the p	Control of the Contro	оператория в предости и подражения установания и подражения установания и подражения и подражения и подражения и подражения установания и подражения и подражени	MARKET AND	tion or stated a productive for send or pupper share. Applicate the productive of annual or springering share or annual or publishers and the stated annual an annual an
починати придати по примента и по примента и по примента и примента и примента и примента и по примента и при при примента и при при при при при при при при при п	contract participation of the	Control of the contro	y plante. Antique de la propieta del la propieta de la propieta del la propieta de la propieta de la propieta de la propieta de la propieta del la propieta de la propieta del la propieta d	MA TON	ответь отчет продеством продеством продеством продеством просеет продеством просеет продеством просеет продеством просеет просеет продеством просеет просеет
generajon se zijevelajon historiorios e stovelajon kija, karvellijoskes (in Majost) Vernacijoskes (in Majost) Vernacijoskes (in stovelajoskes (in stovelajoskes (in stovelajoskes (in stovelajoskes) (in	MCR VBC/DB MC PREMISE MC MBC/DC MC MBC/DC MC MBC/DC MC MBC/DC MC MBC/DC M	et, wectour et automore up ne proposere un p	patina Jan. Notice de from Nationalismon e month, Torrito Hipola, major scientres, pergan months transportation percentra e rouge mo	DOS OFFICE	utered in hydrogeners strope strengther area falle de buildinesses mes flectains
Consideration equation of confidence of the conf	CONTRACTOR	in, mora		ders at A.S.	
местив токий ступова клюдуевари откучае те или товореждения батания обяваерия в организация, всем на удругия писта на правитивность та правитивность та	e come nel est gares est se se	бо другия на			
CONTROL OF THE PROPERTY OF THE	e come nel est gares est se se	бо другия на			
Parteriori cianaspiesi I. opraviologial, scini nut e "ggyres trictig me rapariologic te tricest escoperantica	100 Japan 10 100 100 10 100 100 100	Austria No			
п, организаций, всех нью и других постор не параменёние та поня месрипически	e and her fig.	durante, pu			
nut e gyptei tuctiq en tapacciónico ta toras exceptiones	meet no		fic a carrier c reprofiper	menter i unite	N ASSESSMENT OF THE PARTY OF
		street notice themy	The essistive beinigene	A COME NOW	rin, prof.
	rove or cy soro races	richtigert water methoden zwei	manusi salijanius, jarra nj Omik	represe, making	States account a character
	NI TADOMIN	rition smarry	отческог затай и друга		e darrosse
THEN POPULATION	on mechanic	Market Mile	ч нагостиных тр	-agreence	ed economics.
					spenie.
the time and delivery the		des interes	Auditors tuddentes	biome.	
			on beautiful Liberton	. 10-14 1.70	racan.
nynneel uspanee.	NUTWOPTION IN	Martal.			
					1000000
net, oneclassian a pp referencement represent per corte a perinanto PR o Constanto, este at	Personal Con-	m representa	med a serie seryr flur e craposaera racepiera	NE TOTAL	o vite Spinore - concept.
PRO N PRANCE					
Personal	Peace	Mergan	Venanteen e	"Service	**Teorgrap
cinete .			6.6	44	ar .
Property		cert	1	1	-
rises			*5	- 1	167
ment		- 4			461
Carried white			. 2	. 1	3.8
metal-acida		.3	. 2	1.8	4.6
		-	- 1	6.9	0.8
and the same					
minintenenpelate	1	100		- 1	agt .
	1	1.4		1	
minintenenpelate			1		agt .
	очник Принадования (принадования) угруппания удержиния держиния д	Nomen Conveniente Conveniente Conveniente La Conveniente Convenien	Service (Service) (Service	The control of the co	Anthony Control of Management (1997) and the Con

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 раздельный 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.



СБОРКА ОБОРУДОВАНИЯ

РАСПАКОВКА

Распаковывайте тренажер там, где собираетесь его установить. Убедитесь, что коробка стоит на ровной поверхности. Рекомендуется использовать защитный коврик под кардиотренажер.

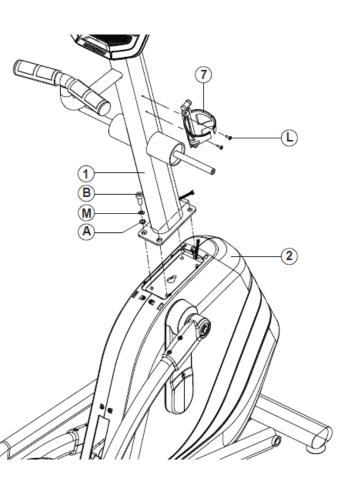
Примечание:

Во время сборки тренажера на каждом этапе убедитесь, что все болты и гайки на месте и плотно затянуты.

Применение смазочных материалов, например, литиевой смазки, может помочь вам при сборке.

СБОРКА ТРЕНАЖЕРА

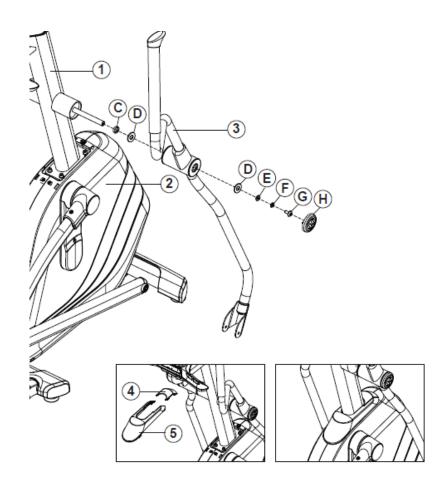
ШАГ 1



- А Открутите 4 предустановленных винта (В), с шайбами (А) и пружинными шайбами (М), от основной рамы (2).
- В Осторожно вытяните кабель консоли из стойки консоли (1), и соедините его с кабелем консоли на основной раме (2).
- С Прикрепите стойку консоли (1) к основной раме (2), используя 4 винта (В) с шайбами (А) и пружинными шайбами (М)
- D Отверните 2 предустановленных винта (L) от стойки консоли (1)
- Е Прикрепите держатель бутылки (7) к стойке консоли (1), используя 2 предустановленных винта (L).



ШАГ 2



Сборочный комплект 2				
Позиция	Наименование	Дополнительно	Кол-во	
С	Кольцо	Ф16.0хФ26.2	2	
D	Шайба	Ф16хФ25	4	
Е	Шайба	Ф8хФ25	2	
F	Пружинная шайба	Ф8хФ15	2	
G	Винт	M8x1.25Px20	2	
Н	Кожух		2	

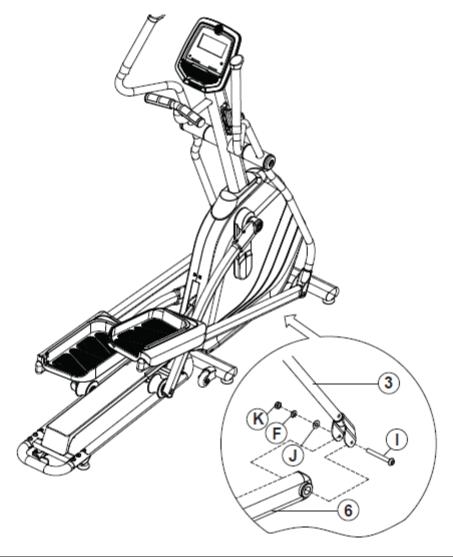
А Прикрепите руль в сборе (3) к стойке консоли (1), с помощью кольца (C), 2 шайб (D), шайбы (E), пружинной шайбы (F), винта (G) и кожуха (H).

В Повторите пункт А для другой стороны.

С Закрепите кожухи стойки консоли (4 и 5) на основной раме (2).



ШАГ 3



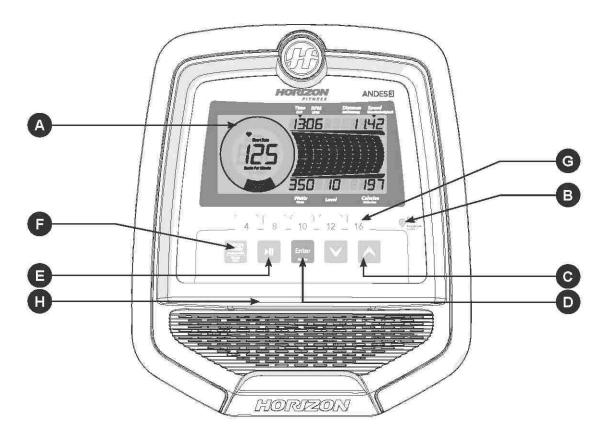
Сборочный комплект 3			
Позиция	Наименование	Дополнительно	Кол-во
F	Пружинная шайба	Ф8хФ15	2
I	Винт	M8x1.25Px70-12	2
J	Шайба	Ф8хФ20	2
K	Гайка	M8x1.25P	2

А Закрепите опору педали (6) с боковым рулем (3) используя винт (I), шайбу (J), пружинную шайбу (F) и гайку (K)

В Повторите пункт А для противоположной стороны.



РАБОТА С КОНСОЛЬЮ



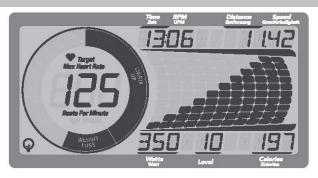
Примечание:

- Удалите защитную пленку перед началом работы с консолью.
- Обратите внимание, что кнопки консоли Comfort 7 сенсорные.
- А. Окна дисплея: Time/Время, Distance/Дистанция, Calories/Калории, Speed/Скорость, RPM/Обороты в минуту, Resistance Level/Уровень сопротивления, Heart Rate/Пульс, Watts/Ватты, HR Wheel/Активная зона, Resistance Profile/Профиль тренировки.
- В. Режим сохранения энергии.
- С. Кнопки управления: выбор программ, настройки консоли, изменение уровня сопротивления сложности во время тренировки.
- D. ENTER: подтверждение настроек программ или профиля пользователя.
- E. START/STOP: начало/завершение/пауза тренировки, удержание в течение 3 секунд приведет к сбросу настроек.
- F. Кнопка смены дисплея: просмотр дисплеев, профилей.
- G. Кнопка изменения уровня сопротивления во время тренировки.
- Н. Подставка для телефона, книги.



ДИСПЛЕЙ

ANDES 3



- ТІМЕ/ВРЕМЯ: мин:сек
- RPM/ОБОРОТЫ В МИНУТУ
- **DISTANCE/ДИСТАНЦИЯ**: км,

пройденное расстояние

- SPEED/CKOPOCTЬ: км/ч
- WATTS/BATTЫ: мощность тренировки
- LEVEL/УРОВЕНЬ: сложность

тренировки

• CALORIES/КАЛОРИИ: количество

сожженных калорий

- HEART RATE/ПУЛЬС
- MAXIMUM HEART

RATE/MAKCUMAЛЬНЫЙ ПУЛЬС =

0,85*(220-возраст)

• HEART RATE WHEEL/AKTUBHAЯ

30НА: отображается активная зона

тренировки. Вы сможете контролировать

достижение Ваших целей:

WARM UP 0-60% от макс. пульса

WEIGHT LOSS 60-70% от макс. пульса

IMPROVE FITNESS 70-80% ot make.

пульса

IMPROVE PERFORMANCE 80-90% ot

макс. пульса

MAXIMUM PERFORMANCE 90-100% ot

макс. пульса

БЫСТРЫЙ СТАРТ

- 1. Убедитесь, что тренажер подключен к сети;
- 2. Нажмите кнопку START/STOP для начала тренировки в ручном режиме (MANUAL);
- 3. Используйте кнопки-стрелки для регулирования уровня сопротивления во время тренировки.

НАЧАЛО ТРЕНИРОВКИ

- 1. Убедитесь, что тренажер подключен к сети;
- 2. Выберете Guest (Гость)/User1 (Пользователь 1)/User2 (Пользователь 2);
- 3. Установите вес (Weight) пользователя;



- 4. Установите возраст (Age) пользователя;
- 5. Выберете программу;
- 6. Выберете пол (Gender) пользователя (необходим только для программы Fit-test);
- 7. Произведите необходимые настройки программы;
- 8. Нажмите кнопку Start/Stop для начала тренировки.

ПРОГРАММЫ

: 10 предустановленных программ - Manual (Ручное управление)/ Intervals (Интервалы)/ Game (Игра)/ Weight Loss (Снижение веса)/ Rolling (Качели)/ Cadence (Темп)/ Random (Случайная)/ Constant Watts (Постоянные ватты)/ THR Zone (Целевой пульс)/ Custom (Пользователь)

MANUAL (РУЧНОЕ УПРАВЛЕНИЕ)

Выберете MANUAL и нажмите кнопку START для начала тренировки.

INTERVALS (ИНТЕРВАЛЫ)

Посредством изменения уровня сопротивления во время тренировки вы увеличиваете скорость, сила и выносливость.

GAME (ИГРА)

Эта разминка напоминает игру в гонки. Чтобы управлять автомобилем, вам необходимо крутить педали быстрее/медленнее. Старайтесь избегать препятствий и продолжать путь. Будьте осторожны, ведь у вас только 11 шансов достичь цели.

WEIGHT LOSS (СНИЖЕНИЕ ВЕСА)

Программа позволяет вам снизить массу тела посредством изменения уровня сопротивления и поддержания организма в его целевой зоне.

ROLLINGS (КАЧЕЛИ)

Постепенное увеличение/уменьшение уровня сопротивления позволяет контролировать частоту сердечных сокращений.

RANDOM (СЛУЧАЙНАЯ)

CONSTANT WATTS (ПОСТОЯННЫЕ ВАТТЫ)

Программа автоматически изменяет уровень сопротивления.

- Выберете программу Constant Watts. Нажмите Enter для подтверждения.
- Установите время (Time) кнопками **Т**, нажмите Enter для подтверждения.
- Установите ватты (Watts) кнопками 🛧 , нажмите Enter для подтверждения/

Нажмите Start для начала тренировки

THR ZONE (ЦЕЛЕВАЯ ЗОНА ПУЛЬСА)

Примечание: используйте телеметрический передатчик пульса.

- Выберете программу THR Zone. Нажмите Enter для подтверждения.
- Установите время (Time) кнопками **¬**, нажмите Enter для подтверждения.



• Установите целевой пульс (Heart rate, по умолчанию 80 ударов в минуту) кнопками ▲▼, нажмите Enter для подтверждения/

Нажмите Start для начала тренировки.

CUSTOM 1, 2 (ПОЛЬЗОВАТЕЛЬ 1 и 2)

Пользовательская программ, время по умолчанию – 15 минут.

- Введите ваши данные.
- Установите уровень сложности каждого интервала кнопками ◆▼, нажмите Enter для подтверждения. Всего интервалов 15.
- Нажмите Start для начала тренировки

КОНТАКТНЫЕ ДАТЧИКИ ПУЛЬСА

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 телеметрического датчика пульса, значение которого будет отображено на дисплее консоли.

Прежде чем закрепить датчик на груди, смочите резиновые электроды водой. Установите датчик на груди. Как показано на рисунке, логотип должен быть «от себя».

Примечание: телеметрический 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.





СИНХРОНИЗАЦИЯ ДАННЫХ НА PASSPORT

- 1) Используйте кнопки навигации на роутере, чтобы пролистать иконки и сделать выбор.
- 2) Следуйте инструкциям на экране, нажмите и удержите кнопки наклон вверх и стор (Resistance up и Change display) на консоли.
- 3) Как только процесс синхронизации успешно завершен, информация с консоли будет поступать на роутер.



4) Появится сообщение об успешном либо неуспешном завершении синхронизации.

Примечание: Используйте инструкцию по эксплуатации роутера Passport для более подробной информации.

СИНХРОНИЗАЦИЯ ДАННЫХ С БЕГОВОЙ ДОРОЖКИ НА PASSPORT $^{\mathrm{TM}}$

- 5) Используйте кнопки навигации на роутере, чтобы пролистать иконки и сделать выбор.
- 6) Следуйте инструкциям на экране, нажмите и удержите кнопки наклон вверх и стор (incline up и stop) на консоли.
- 7) Как только процесс синхронизации успешно завершен, информация с консоли беговой дорожки будет поступать на роутер.
- 8) Появится сообщение об успешном либо неуспешном завершении синхронизации.

Примечание: Используйте инструкцию по эксплуатации роутера Passport для более подробной информации.





ТЕХНИЧЕСКИЕ СПЕЦИФИКАЦИИ

Рама	усиленная
Система нагружения	электромагнитная
Кол-во уровней нагрузки	16
Маховик	21 кг. (инерционный вес)
Педальный узел	изменяемые оси ErgoFlow TM
Педали	антискользящие увеличенного размера
Расстояние между педалями	56 мм. (супермалый Q-Фактор E.S.Q.F. TM)
Длина шага	510 мм.
Наклон	нет
Измерение пульса	сенсорные датчики, Polar приемник
Консоль	5,5 - ти дюймовый, многофункциональный, черно-белый LCD дисплей
Показания консоли	профиль, время, дистанция, калории, скорость, уровень нагрузки, пульс,
Vol no marmana	Ватты, график нагрузки
Кол-во программ	10 (в т.ч. пульсозависимые)
Спецификации программ	ручной режим, интервалы, "игры", снижение веса, "качели", произвольная, восстановительная, 1 Ватт-фиксированная, 1 пульсозависимая, 1 пользовательская
Статистика тренировок	нет
Специальные программные	Warr
возможности	нет
Мультимедиа	
Интеграция	Audio IN (mini-jack 3.5 mm)
Интернет	нет
Многоязычный интерфейс	нет
Вентилятор	нет
Транспортировочные ролики	есть
Компенсаторы неровностей пола	есть
Складывание	Folding SixStar Front-drive TM
Размер в сложенном виде	
(Д*Ш [*] В)	102*67*171 см.
Размер в рабочем состоянии (Д*Ш*В)	173*67*171 см.
Вес нетто	77 кг.
Макс. вес пользователя	136 кг.
Питание	сеть 220 Вольт
Энергосбережение	есть
Гарантия	3 года
Производитель	Johnson Health Tech, CIIIA
Страна изготовления	KHP
1	

Поставщик: ООО «Неотрен», 115201 Россия, Москва, Каширский проезд, д.17 стр.9,

Дата изготовления указана на упаковке тренажера.

*Упаковка содержит информацию о дате изготовления оборудования, указанную в виде шифра. Пример: C160122, где 16 – год изготовления, 01 –месяц изготовления, 22 – внутренний номер учета.

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 «Неотрен» www.neotren.ru

Последнюю версию Руководства пользователя Вы можете найти на сайте поставщика ООО «Неотрен» www.neotren.ru

ВНИМАНИЕ!

EHL

ТРЕНАЖЕР ПРЕДНАЗНАЧЕН ДЛЯ ДОМАШНЕГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ

