

MAUVE

ЭЛЛИПТИЧЕСКИЙ ТРЕНАЖЕР



РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ



Сервис



Обзор



VK видео



OXYGEN  FITNESS



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, неплотно закрепив 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.).



Если тренажер не эксплуатировался более 6 месяцев, то необходимо смазать все движущиеся детали до возобновления тренировок.

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 раствором моющей жидкости ткань с последующей протиркой сухой тканью.

ЕЖЕДНЕВНО (ПОСЛЕ КАЖДОЙ ТРЕНИРОВКИ)

Почистите и осмотрите тренажер, выполнив следующие действия:

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

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, узлах движения;
- 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 круглый защитный кожух. Проверьте состояние и натяжение приводного ремня. В случае необходимости замените ремень или отрегулируйте его натяжение;
- Смажьте ось центральной стойки, узлы движения рулей, опор педалей;
- Смажьте ось шатунного узла;
- Проверьте ось шкива на предмет люфта;
- Проверьте крепление маховика.

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 вилкой 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 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



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.

- 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



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.



Внимание

Тренажер предназначен для домашнего 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. Рекомендуются подключать тренажёр к розеткам с заземляющим контактом;
7. 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;
8. 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;
9. Следует избегать хранения тренажера в очень холодных, жарких или влажных помещениях, так как это может привести к коррозии и другим связанным с ней проблемам;
10. Данный тренажер предназначен только для домашнего использования;
11. Данное устройство предназначено только для использования внутри помещений; Максимальный вес пользователя указан в технических характеристиках;
12. Соблюдайте осторожность при перемещении данного оборудования, чтобы избежать травм;
13. Храните данное руководство по эксплуатации и инструменты для установки в безопасном месте;
14. Данный тренажер не предназначен для профессионального медицинского оздоровления.

Инструкции по сборке и эксплуатации



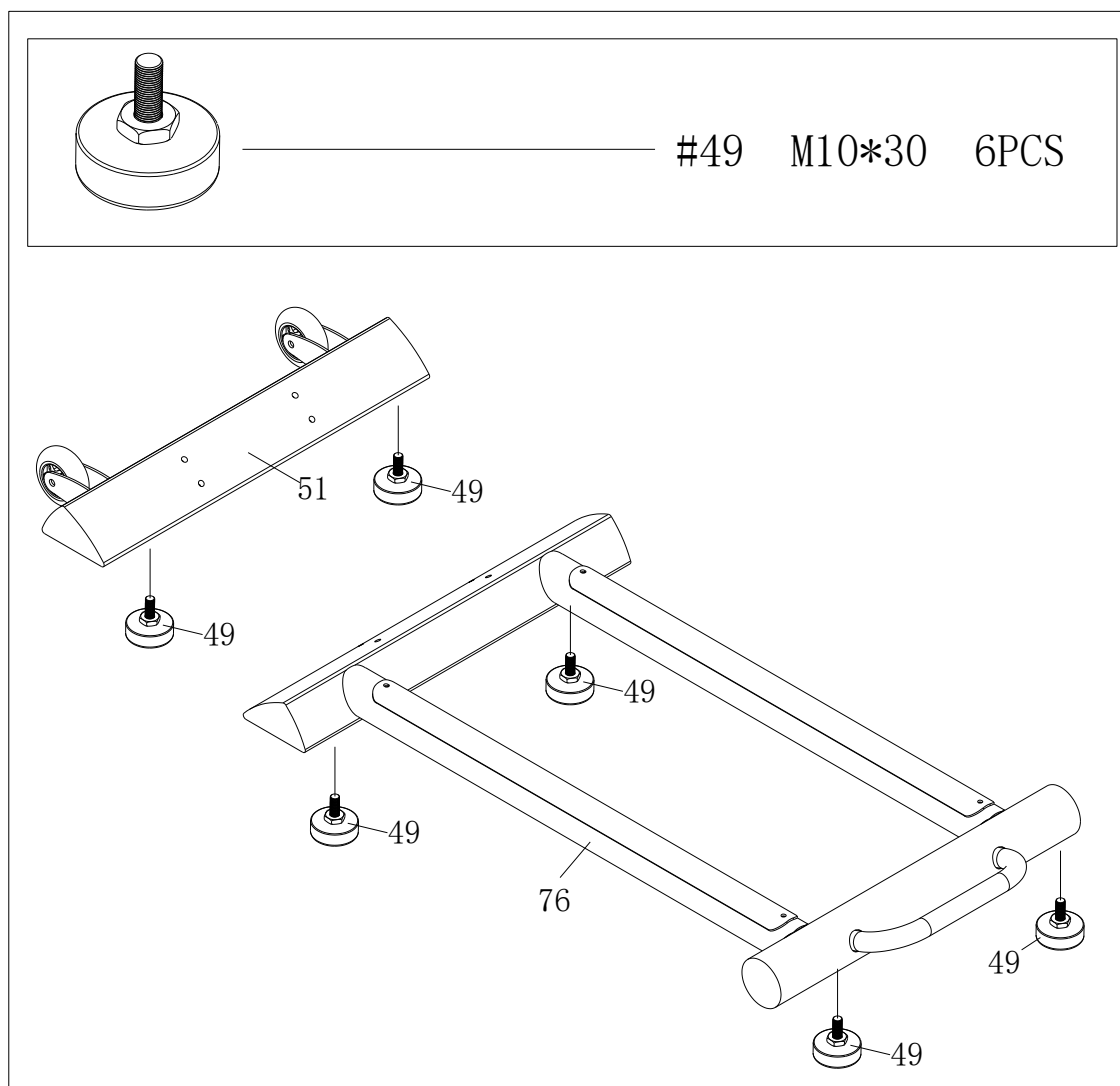
Внимание

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



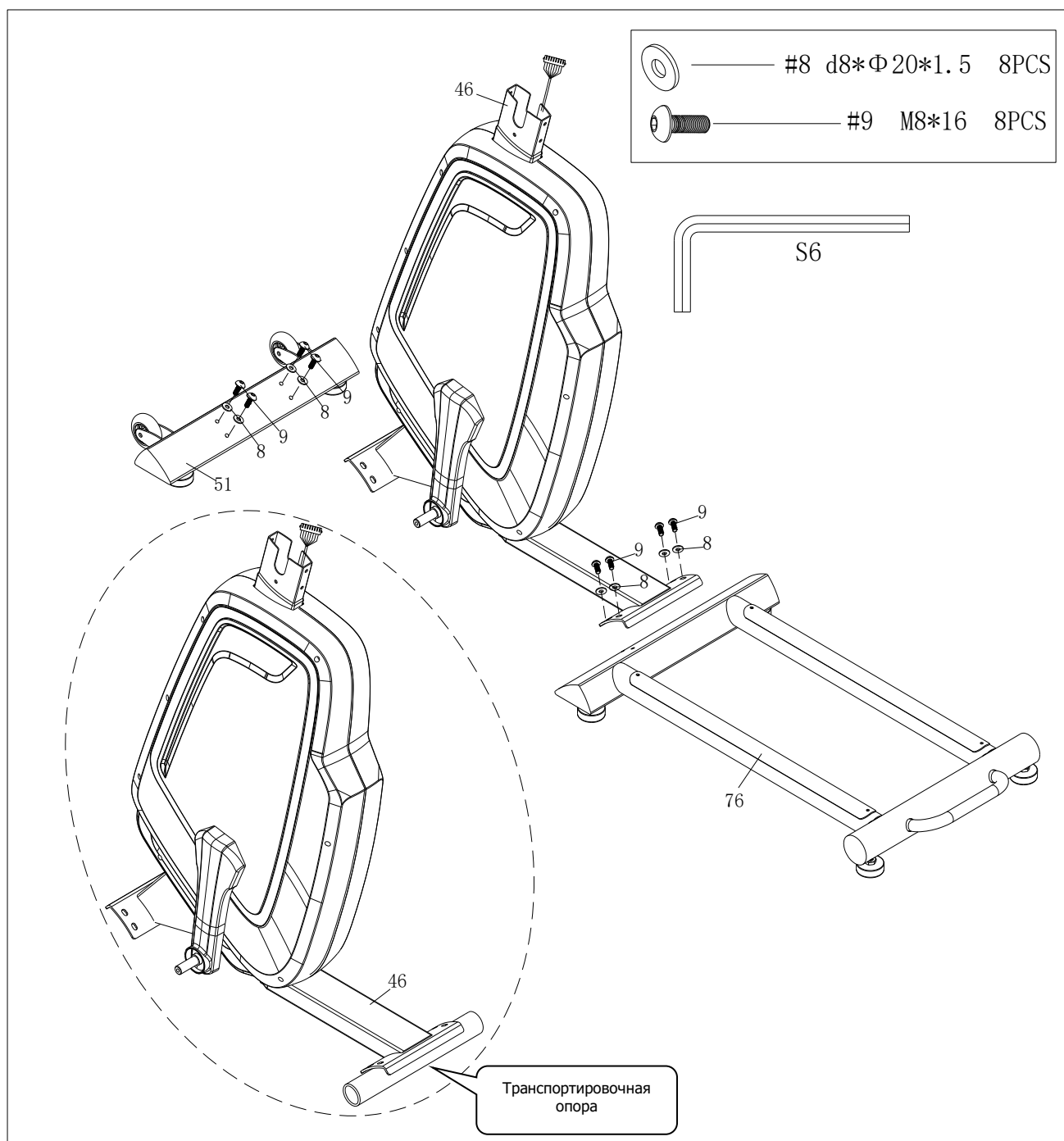
Примечание: Рекомендуется сделать 30-ти минутный технический перерыв после 100 минут работы тренажера.

Шаг 1:



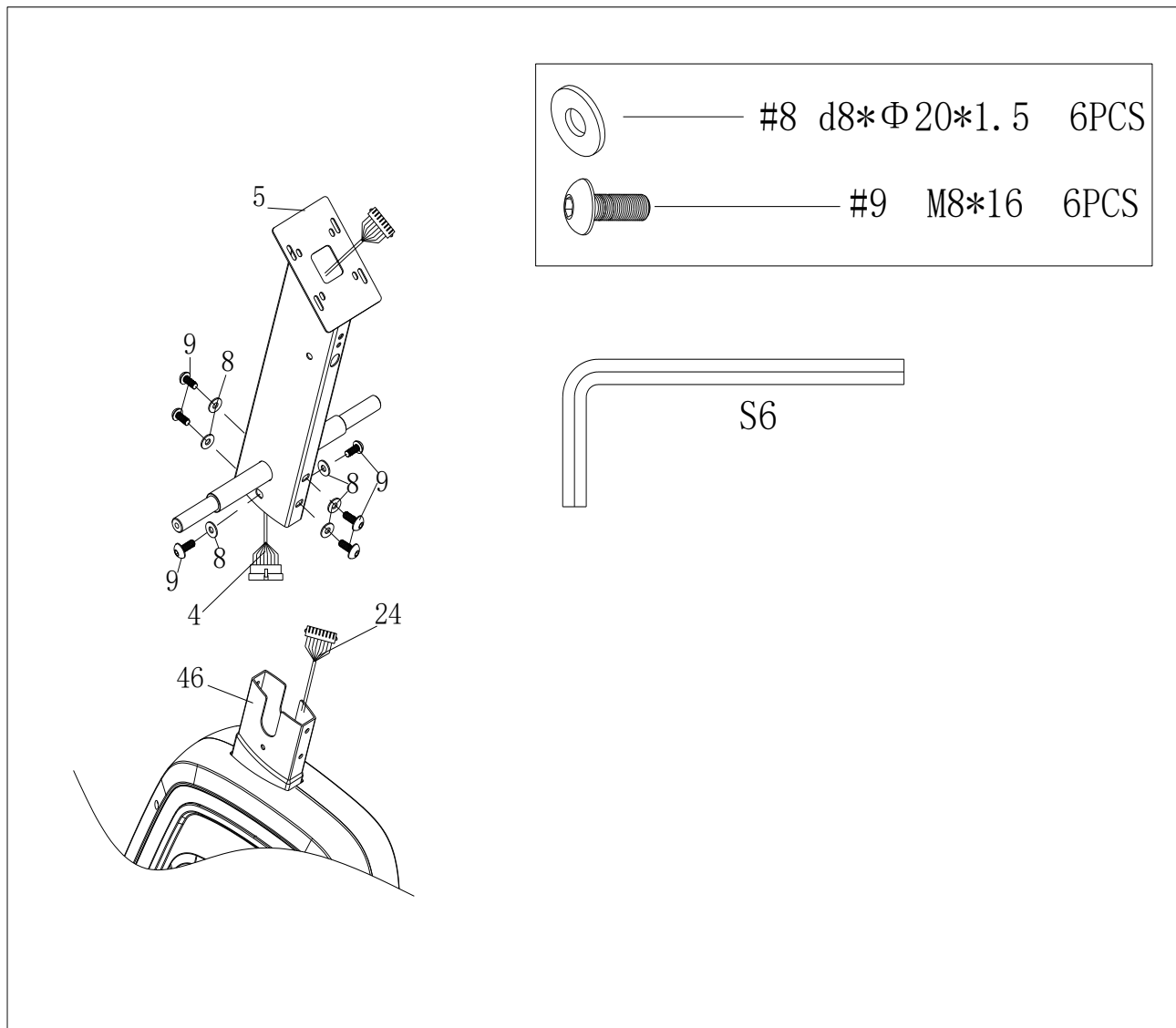
Присоедините компенсаторы пола (49) к переднему стабилизатору (51) и раме направляющей (76). Убедитесь, что все компенсаторы пола установлены на одном уровне, затем закрутите гайки на компенсаторах пола.

Шаг 2:



- Отсоедините все транспортировочные опоры от основной рамы (46)
- Прикрепите передний стабилизатор (51) и скользящую опору (76) к основной раме (46) с помощью болта (9) и шайбы (8).

Шаг 3:

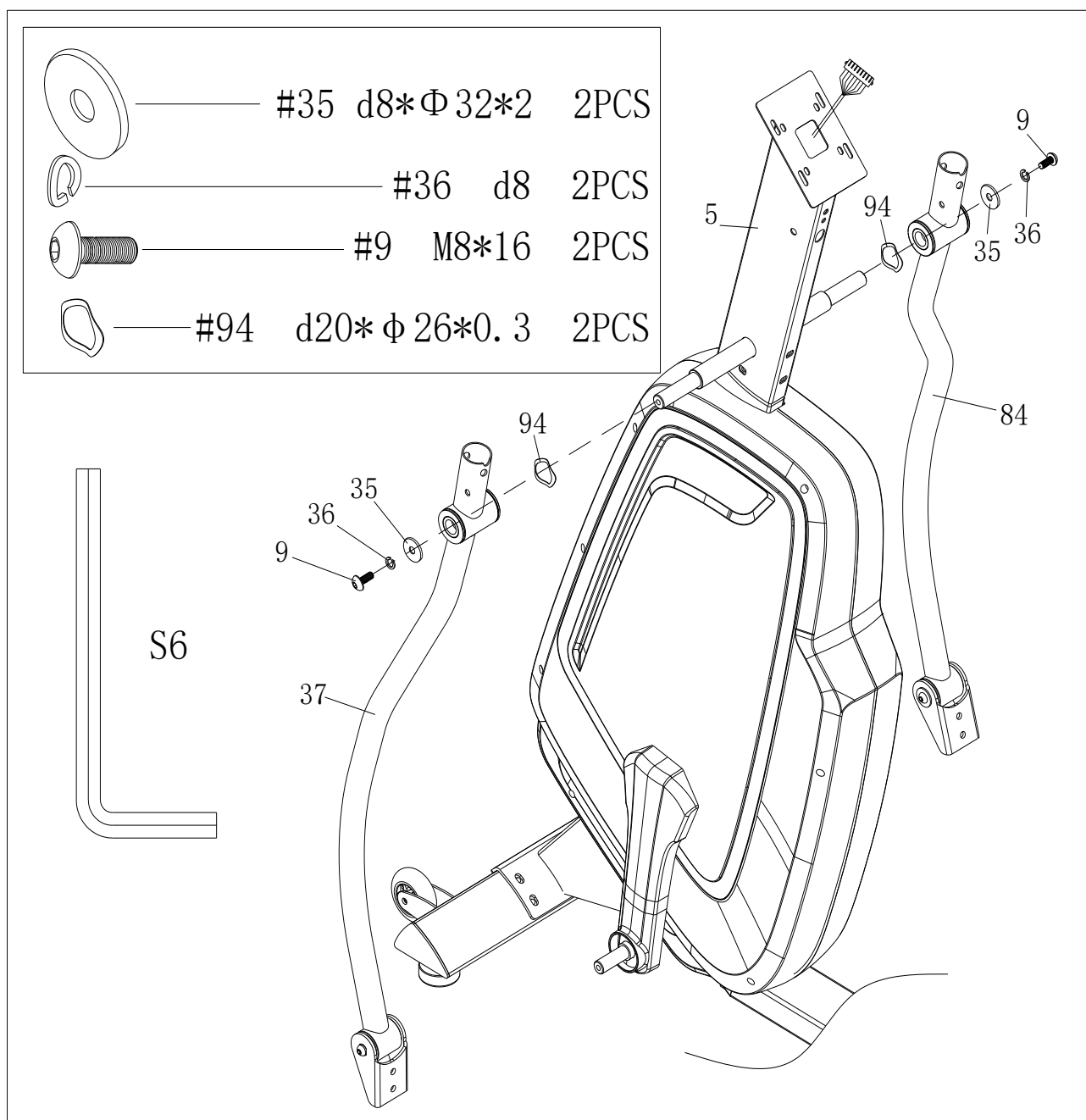


а. Соедините провод датчика (24) со средним проводом (4).

б. Прикрепите вертикальную стойку (5) к основной раме (46) с помощью болта (9) и шайбы (8).

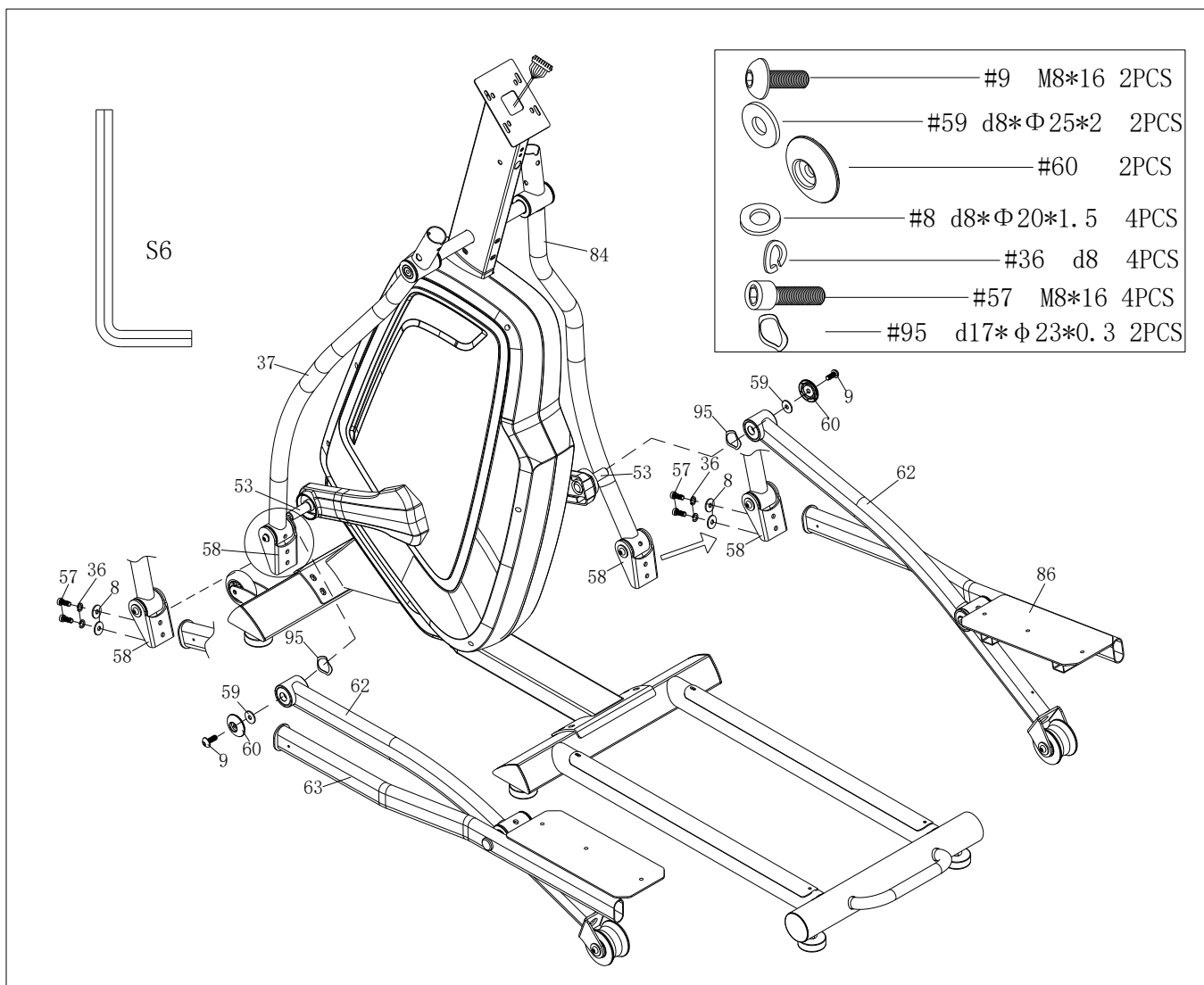
Примечание: Затяните болт (9) и шайбу (8).

Шаг 4:



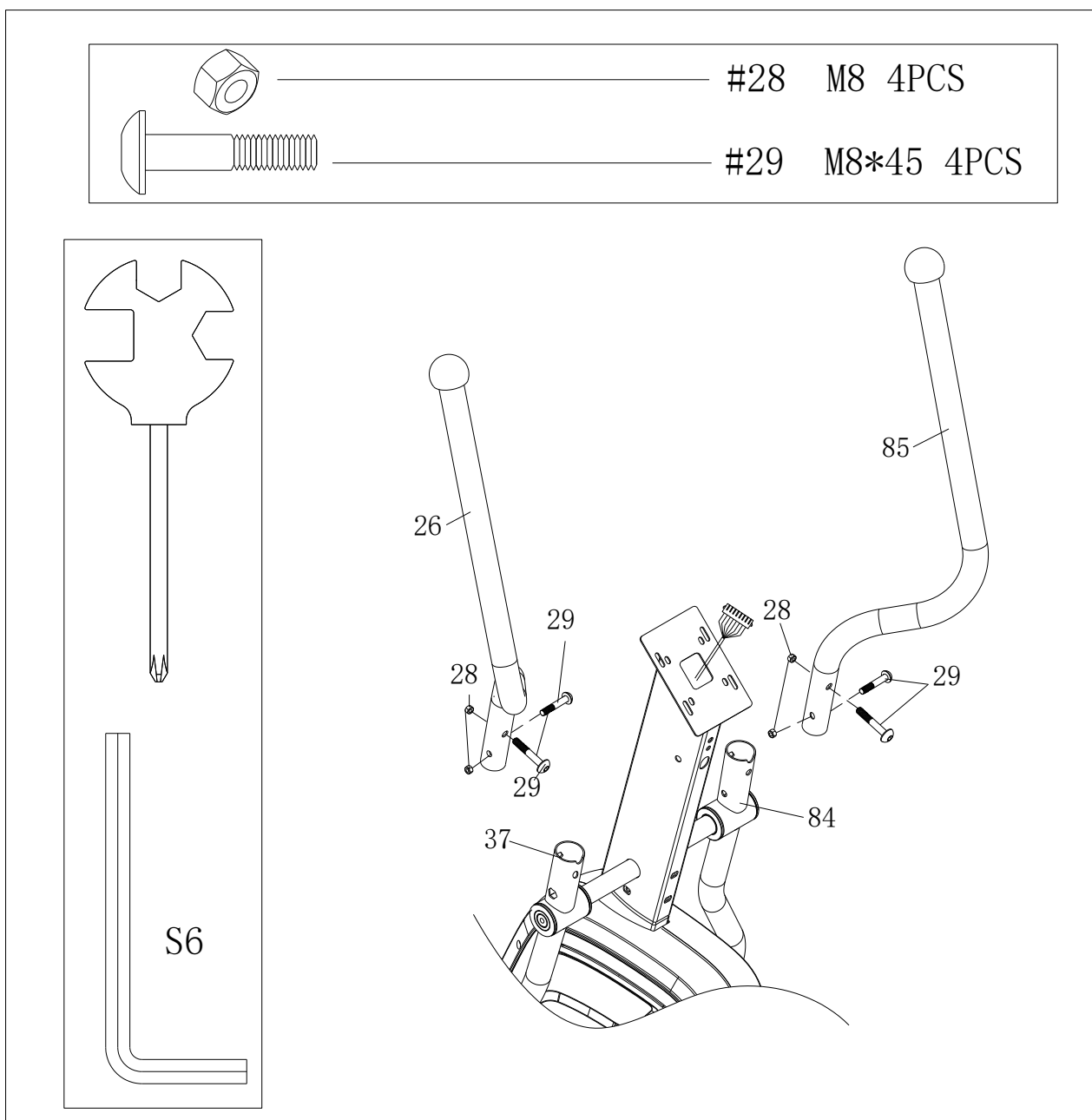
- а. Прикрепите нижний руль (37/84) к вертикальной стойке (5) с помощью болта (9), пружинной шайбы (36), шайбы (35) и дугообразной шайбы (94).

Шаг 5:



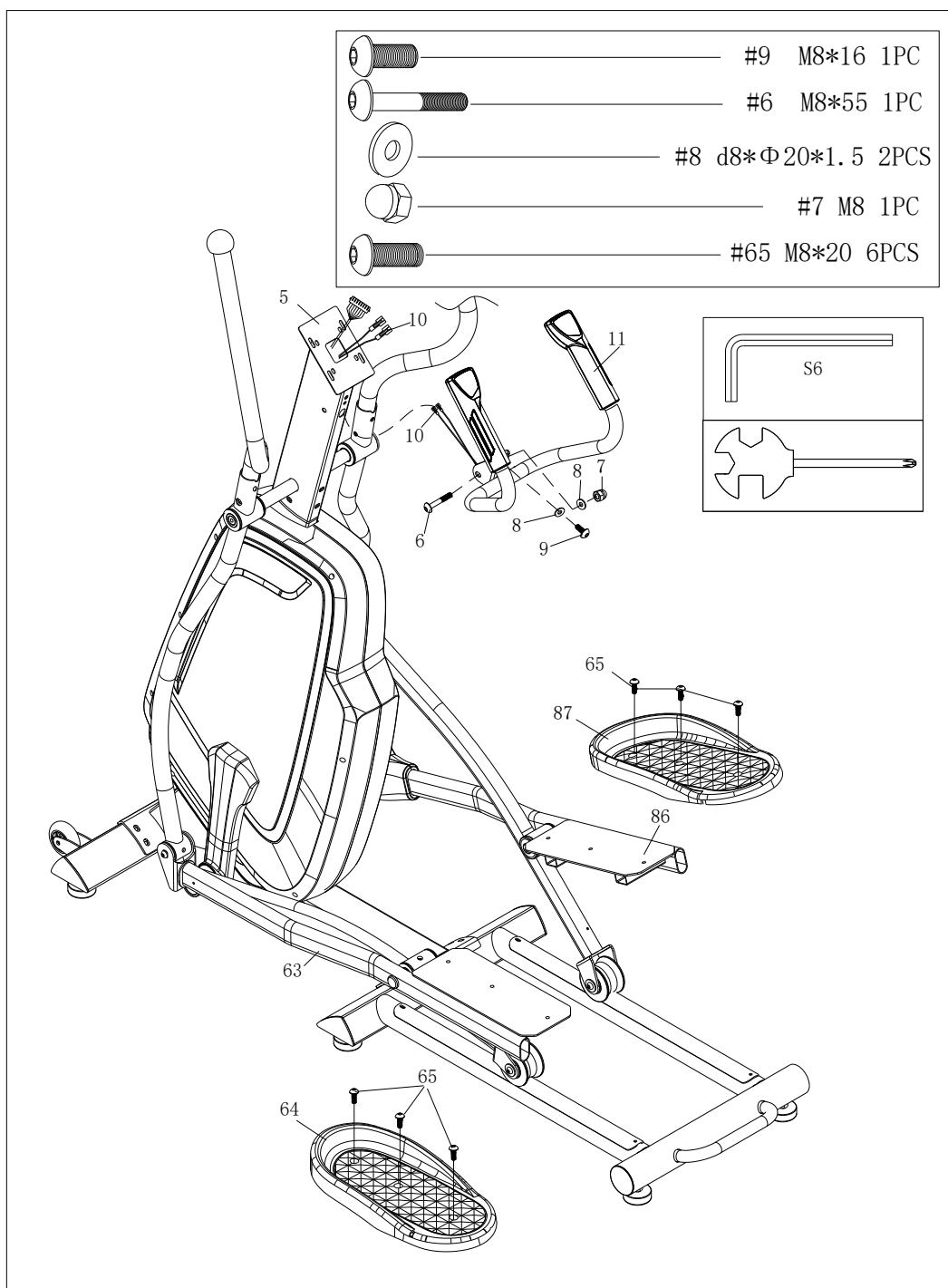
- Прикрепите опору педали (62) к шатуну (53) с помощью болта (9), заглушки (60), шайбы (59) и дугообразной шайбы (95).
- Прикрепите соединительную опору (63/86) к панели (58) с помощью болта (57), дугообразной шайбы (36) и шайбы (8).

Шаг 6:



Прикрепите руль (26/85) к нижнему рулю (37/84) с помощью болта (29) и гайки (28).

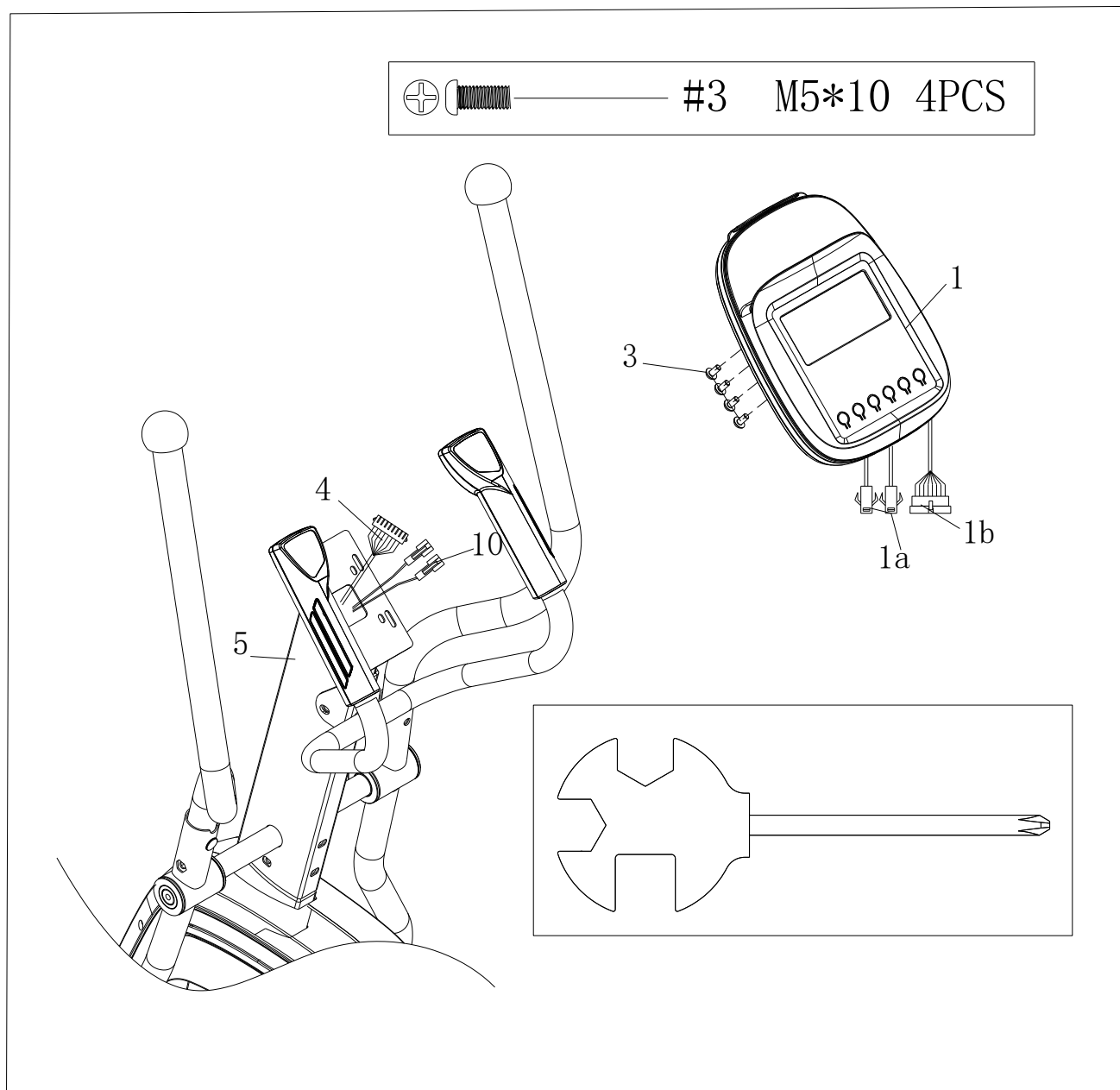
Шаг 7:



Прикрепите средний руль (11) к вертикальной стойке (5) с помощью болта (6/9), шайбы (8) и гайки (7). Проденьте провод датчика (10) через вертикальную стойку (5).

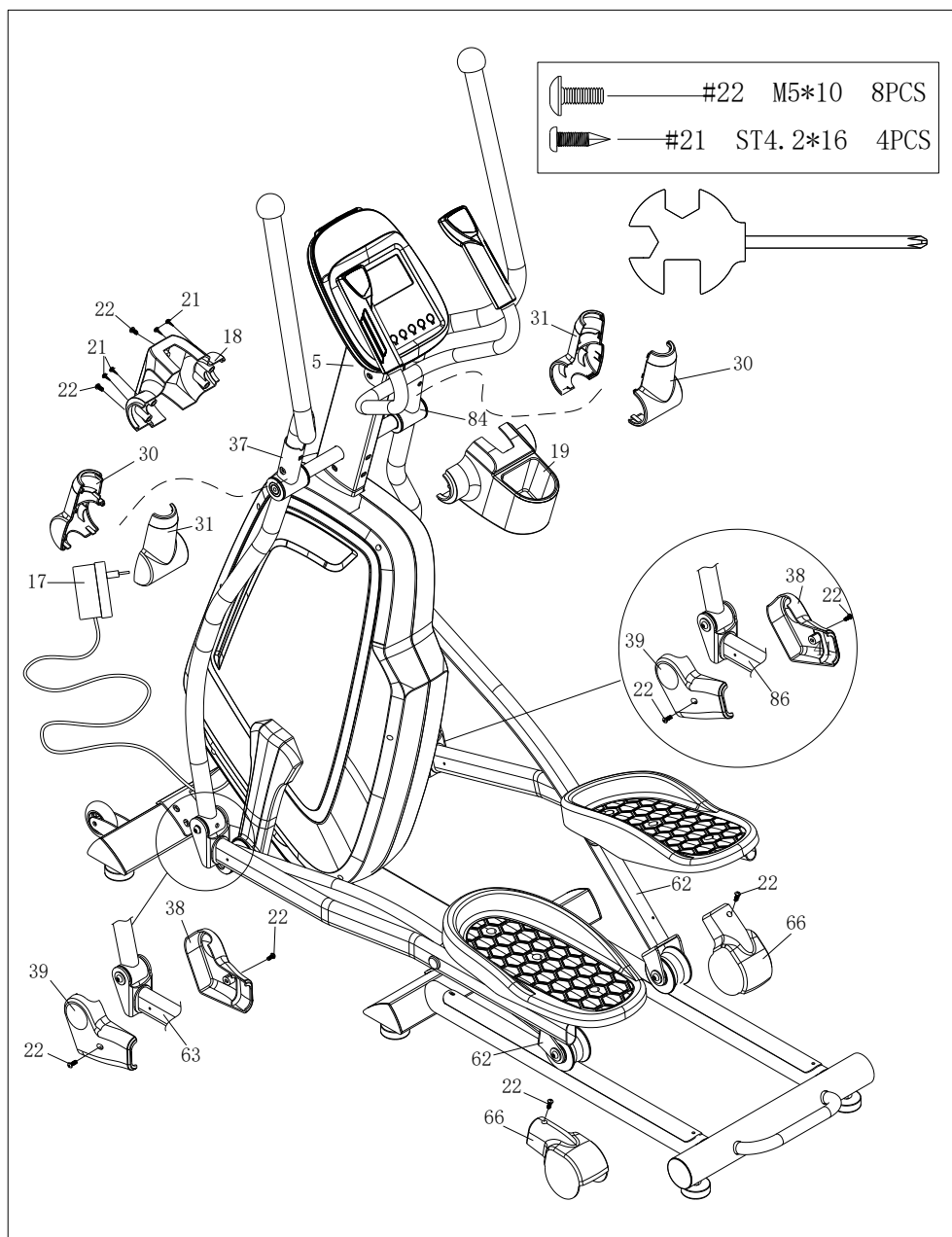
Установите педаль (64/87) на соединительную опору (63/86) с помощью болта (65).

Шаг 8:



Соедините провод консоли (1a) с проводом датчика (10), провод (1b) со средним проводом датчика (4). Затем установите консоль (1) на вертикальную стойку (5) с помощью винта (3).

Шаг 9:



Прикрепите декоративный кожух (18/19) к вертикальной стойке (5) с помощью винта (21/22).

Прикрепите кожухи руля (30/31) к нижним рулям (37/84) отдельно.

Прикрепите кожух опоры педали (38/39) к опоре педали (63/86) с помощью винта (22).

Прикрепите кожух ролика (66) к левой/правой соединительной опоре (62) с помощью винта (22).

При использовании тренажера подключите адаптер питания (17) в розетку и соответственно в разъем на тренажере;

Внимание: перед началом тренировки убедитесь, что все болты и гайки надежно затянуты.

Примечание: заглушка на переднем стабилизаторе подвижна, что позволяет легко перемещать тренажер.

Работа с консолью



Функциональные кнопки

СТАРТ/СТОП:

1. начало и пауза тренировки.
2. Начало измерения процента жира.

НИЖЕ: Уменьшение значения выбранного параметра: ВРЕМЯ, ДИСТАНЦИЯ и т.д. Во время тренировки уменьшает уровень нагрузки.

ВЫШЕ: Увеличение значения выбранного параметра. Во время тренировки увеличивает уровень нагрузки.

ВВОД: Подтверждение введенного значения или выбор режима тренировки.

ВОССТАНОВЛЕНИЕ: Включение функции восстановления пульса.

РЕЖИМ:

1. Переключение отображения параметров во время тренировки (RPM/Скорость, Одометр /Дистанция, БАТТы/ Калории).
2. Удерживайте кнопку в течение 3

секунд для сброса всех значений.

Начало тренировки

После включения питания используйте кнопки ВЫШЕ / НИЖЕ для выбора, затем нажмите ВВОД, чтобы войти в нужный режим.

Существует 7 основных режимов тренировки:

Ручной режим (Manual), Предустановленные программы (Pre- programs), Программа Ватт (Watt), Жироанализатор (Body Fat), Программа целевого пульса (Target Heart Rate), Программа контроля пульса (Heart Rate Control) и Пользовательская программа (User).

Функции:

1. SPEED (СКОРОСТЬ): Показывает текущую скорость. Максимальная скорость 99.9 КМ/Ч или МИЛЬ/Ч.
2. RPM: Показывает количество оборотов в минуту.
3. TIME (ВРЕМЯ): Показывает накопленное время тренировки от 00:00 до 99:59. Можно задать целевое время.
4. DIST (ДИСТАНЦИЯ): Показывает накопленную дистанцию от 0.00 до 999.9 КМ или МИЛЬ. Можно задать целевую дистанцию
5. ODO (ОДОМЕТР): Показывает общую пройденную дистанцию от 0 до 9999 КМ или МИЛЬ.
6. CAL (КАЛОРИИ): Показывает количество сожженных калорий от 0.00 до 9999. Можно задать цель по сожженным калориям.
7. WATT (БАТТ): Показывает текущую мощность.

8. HEART RATE (ПУЛЬС): Показывает текущий пульс.
9. TARGET.H. R. (ЦЕЛЕВОЙ ПУЛЬС): Пользователь может установить целевой пульс.
10. PROGRAM (ПРОГРАММА): На выбор представлены 24 программы.
11. LEVEL (УРОВЕНЬ): Программа имеет 32 уровня нагрузки по 8 сегментов в каждой колонке. Каждая колонка представляет 1 минуту тренировки (без учета изменения времени), а каждый сегмент соответствует 4 уровням нагрузки.
12. Шкала RPM отображает текущее значение оборотов в минуту в диапазоне от 20~250, 20~99 – зеленый свет, 100~170 – желтый свет, 180~250 – красный свет.
13. Шкала пульса отображает процентное соотношение согласно числовому значению. 90~129 – зеленый свет (50%), 130~139 – зеленый свет (65%), 140~149 – желтый свет (70%), 150~159 – желтый свет (75%), 160~169 – красный свет (80%), выше 170 – красный свет (MAX).

Параметры тренировки:

ВРЕМЯ / ДИСТАНЦИЯ / КАЛОРИИ / ВОЗРАСТ / БАТТ / ЦЕЛЕВОЙ ПУЛЬС

Установка параметров тренировки

После выбора одного из 7 режимов тренировки, вы можете заранее установить несколько параметров тренировки для достижения нужных результатов.

Как только программа выбрана, нажатие кнопки ВВОД, заставит первый параметр - Time (ВРЕМЯ) - мигать.

Используя кнопки ВЫШЕ / НИЖЕ, выберите желаемое значение времени. Нажмите кнопку ВВОД для подтверждения.

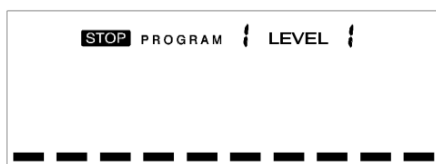
Мигающая подсказка перейдет к следующему параметру. Продолжайте настройку тем же способом, затем нажмите СТАРТ/СТОП для начала тренировки.

Подробнее о параметрах тренировки

Параметр	Диапазон	По умолчанию	Увеличение/ Уменьшение	Описание
Time (Время)	0:00~ 99:00	00:00	± 1:00	1. Если на дисплее 0:00, время будет увеличиваться. 2. Если задано время от 1:00 до 99:00, будет идти обратный отсчет до 0.
Distance (Дистанция)	0.00~999.0	0.00	±1.0	1. Если на дисплее 0.0, дистанция будет увеличиваться. 2. Если задана дистанция от 1.0 до 999.0, будет идти обратный отсчет до 0.
Calories (Калории)	0~9995	0.00	±5	1. Если на дисплее 0, калории будут увеличиваться. 2. Если задана цель по калориям от 5 до 9995, будет идти обратный отсчет до 0.
Watt (Ватт)	25~350	100	±5	Пользователь может задать мощность в программе контроля мощности.
Age (Возраст)	10~99	30	±1	Целевой пульс напрямую зависит от возраста. Когда пульс превысит целевое значение, значение пульса начнет мигать.
Pulse (Пульс)	60~220	60	±1	Настройка целевого пульса.

Режимы программ

Ручной режим (P1)



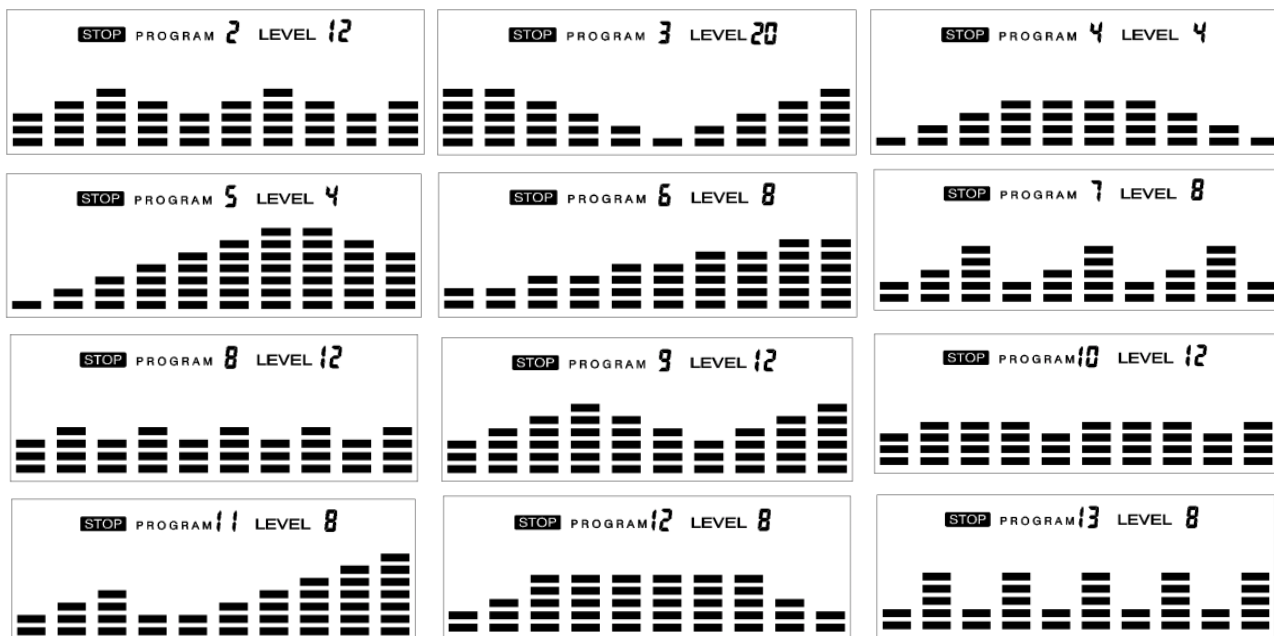
выберите Manual (Ручной режим), используя кнопки ВЫШЕ/НИЖЕ, затем нажмите ВВОД. Замигает параметр Time (ВРЕМЯ), меняйте значение кнопками ВЫШЕ / НИЖЕ. Нажмите кнопку ВВОД, чтобы сохранить значение и перейти к следующему параметру.

Настройте все нужные параметры и нажмите СТАРТ/СТОП для начала тренировки.

Примечание: Если один из параметров дойдет до нуля, раздастся звуковой сигнал и тренировка прекратится автоматически. Нажмите кнопку СТАРТ/СТОП, чтобы продолжить тренировку до выполнения остальных параметров.

Предустановленные программы (P2~P13)

Доступно 12 предустановленных программ. Все программы имеют 16 уровней сопротивления.



Настройка параметров для предустановленных программ

Выберите одну из программ кнопками ВЫШЕ/НИЖЕ, нажмите кнопку ВВОД. Замигает параметр Time (ВРЕМЯ), значение можно изменить кнопками ВЫШЕ/НИЖЕ. Нажмите кнопку ВВОД, чтобы сохранить значение и перейти к следующему параметру.

Настройте все нужные параметры и нажмите СТАРТ/СТОП для начала тренировки.

Тренировка в любой предустановленной программе

Пользователи могут тренироваться с разным уровнем нагрузки в разные интервалы согласно профилю. Уровень сопротивления регулируется кнопками ВЫШЕ/НИЖЕ во время тренировки.

Примечание: Если один из параметров дойдет до нуля, раздастся звуковой сигнал и тренировка прекратится автоматически. Нажмите кнопку СТАРТ/СТОП, чтобы продолжить тренировку до выполнения остальных параметров.

Программа контроля мощности (ВАТТы) (P14)



Выберите программу контроля мощности, используя кнопки ВЫШЕ/НИЖЕ, затем нажмите ВВОД. Замигает параметр Time (ВРЕМЯ), значение можно изменить кнопками ВЫШЕ/НИЖЕ. Нажмите кнопку ВВОД, чтобы сохранить значение и перейти к следующему параметру.

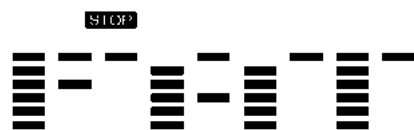
Настройте все нужные параметры и нажмите СТАРТ/СТОП для начала тренировки.

Примечание: Если один из параметров дойдет до нуля, раздастся звуковой сигнал и тренировка прекратится автоматически. Нажмите кнопку СТАРТ/СТОП, чтобы продолжить тренировку до выполнения остальных параметров.

Консоль будет автоматически регулировать сопротивление в зависимости от вашей

скорости, чтобы поддерживать постоянную мощность. Целевое значение мощности регулируется кнопками UP/DOWN (ВВЕРХ/ВНИЗ) во время тренировки.

Жироанализатор (FAT)(P15)



Выберите программу жироанализатор, используя кнопки ВЫШЕ/НИЖЕ, затем нажмите ВВОД.

Замигает Male (Мужчина), выберите пол, используя кнопки ВЫШЕ/НИЖЕ, затем нажмите ВВОД.

Замигает 175 (Рост), настройте рост, используя кнопки ВЫШЕ/НИЖЕ, затем нажмите ВВОД.

Замигает 70 (Вес), настройте вес, используя кнопки ВЫШЕ/НИЖЕ, затем нажмите ВВОД. Замигает 30 (Возраст), настройте возраст, используя кнопки ВЫШЕ/НИЖЕ, затем нажмите ВВОД.

Нажмите СТАРТ/СТОП для начала измерения, держитесь обеими руками за датчики пульса.

Через 15 секунд дисплей покажет % жира (Body Fat %), основной обмен (BMR), индекс массы тела (BMI) и тип тела (BODY TYPE).

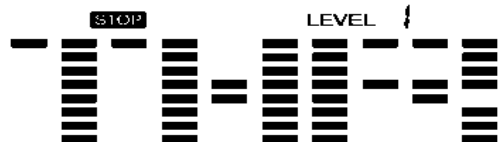
Примечание: Существует 9 типов тела в зависимости от % жира. Тип 1 от 5% до 9%. Тип 2 от 10% до 14%. Тип 3 от 15% до 19%. Тип 4 от 20% до 24%. Тип 5 от 25% до 29%. Тип 6 от 30% до 34%. Тип 7 от 35% до 39%. Тип 8 от 40% до 44%. Тип 9 от 45% до 50%.

BMR: Уровень базального метаболизма (норма калорий в покое)

BMI: Индекс массы тела

Нажмите кнопки СТАРТ/СТОП, чтобы вернуться в главное меню.

Программа целевого пульса (P16)



Выберите программу целевого пульса, используя кнопки ВЫШЕ/НИЖЕ, затем нажмите ВВОД.

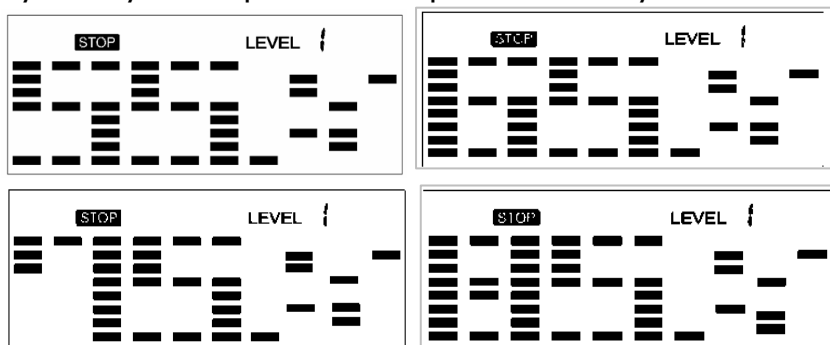
Замигает параметр Time (ВРЕМЯ), значение можно изменить кнопками ВЫШЕ/НИЖЕ. Нажмите кнопку

ВВОД, чтобы сохранить значение и перейти к следующему параметру.

Настройте все нужные параметры и нажмите СТАРТ/СТОП для начала тренировки.

Программа контроля пульса (P17-P20)

Существует 4 варианта выбора целевого пульса:



HRC- 55% Целевой пульс= 55% от (220-ВОЗРАСТ)

HRC - 65% Целевой пульс= 65% от (220-ВОЗРАСТ)

HRC - 75% Целевой пульс= 75% от (220-ВОЗРАСТ)

HRC - 85% Целевой пульс= 85% от (220-ВОЗРАСТ)

Программа контроля пульса (HRC)

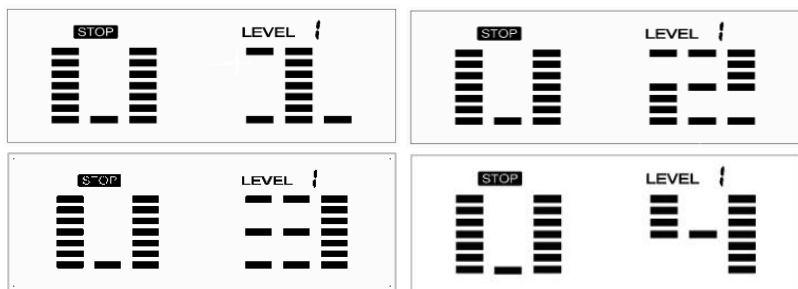
Выберите одну из программ HRC, используя кнопки ВЫШЕ/НИЖЕ, затем нажмите ВВОД. Замигает параметр Time (ВРЕМЯ), значение можно изменить кнопками ВЫШЕ/НИЖЕ. Нажмите кнопку ВВОД, чтобы сохранить значение и перейти к следующему параметру. Настройте все нужные параметры и нажмите СТАРТ/СТОП для начала тренировки.

Примечание: Если ваш пульс выше или ниже целевого (± 5), консоль автоматически подстроит нагрузку. Проверка происходит примерно каждые 20 секунд. Нагрузка будет меняться на 1 сегмент (каждый сегмент равен 4 уровням сопротивления).

Примечание: Если один из параметров дойдет до нуля, раздастся звуковой сигнал и тренировка прекратится автоматически. Нажмите кнопку СТАРТ, чтобы продолжить тренировку до выполнения остальных параметров.

Пользовательская программа (P21-P24)

4 пользовательские программы позволяют создать собственный профиль тренировки.

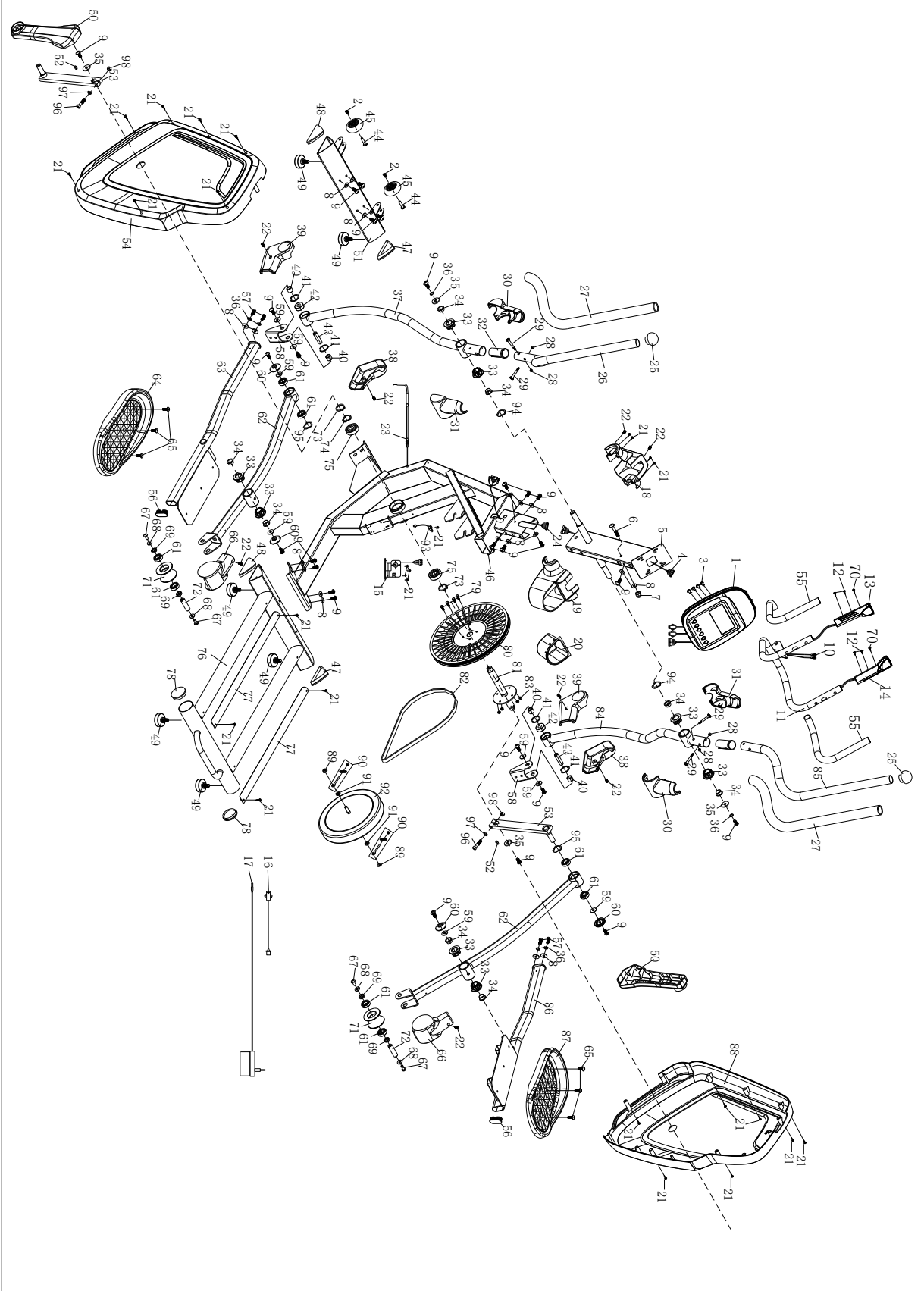


Выберите USER (ПОЛЬЗОВАТЕЛЬ), используя кнопки ВЫШЕ/НИЖЕ, затем нажмите ВВОД. Замигает параметр Time (ВРЕМЯ), значение можно изменить кнопками ВЫШЕ/НИЖЕ. Нажмите кнопку ВВОД, чтобы сохранить значение и перейти к следующему параметру.

После настройки общих параметров замигает 1-й столбик (Level 1). Используйте кнопки ВЫШЕ/НИЖЕ для установки, нажмите ВВОД для перехода к следующему столбику. (Все необходимо настроить 10 столбиков). нажмите СТАРТ/СТОП для начала тренировки.

Примечание: Если один из параметров дойдет до нуля, раздастся звуковой сигнал и тренировка прекратится автоматически. Нажмите кнопку СТАРТ/СТОП, чтобы продолжить тренировку до выполнения остальных параметров.

Схема тренажера в разобранном виде



Список запчастей

№	Описание	Кол-во
1	Консоль	1
2	Болт М6*12	2
3	Винт М5*10	4
4	Средний провод	1
5	Вертикальная стойка	1
6	Болт М8*55	1
7	Гайка М8	1
8	Шайба d8*Ф20*1.5	20
9	Болт М8*16	25
10	Провод датчика	2
11	Средний руль	1
12	Винт ST4*30*ф5	4
13	Левый поручень	1
14	Правый поручень	1
15	Двигатель	1
16	Кабель питания	1
17	Адаптер	1
18	Декоративный кожух (В)	1
19	Декоративный кожух (F)	1
20	Втулка	1
21	Винт ST4.2*16	27
22	Винт М5*10	8
23	Кабель натяжения	1
24	Провод датчика	1
25	Заглушка	2
26	Руль (L)	1
27	Втулка	2
28	Нейлоновая гайка М8	4
29	Болт М8*45	4
30	Кожух руля 1	2
31	Кожух руля 2	2
32	Втулка	2
33	Втулка	8
34	Втулка	8
35	Шайба d8*Ф32*2	4
36	Пружинная шайба d8	6
37	Нижний руль	1
38	Кожух опоры педали (R)	2
39	Кожух опоры педали (L)	2
40	Втулка Ф20*Ф15.5*16.8	4
81	Средняя ось	1
82	Ремень	1
83	Нейлоновая гайка М6	4
84	Нижний руль (R)	1
85	Руль (R)	1
86	Опора педали(R)	1
87	Педаль(R)	1
88	Кожух цепи (R)	1
89	Гайка М10*1	2
90	Болт М6*30	2

№	Описание	Кол-во
41	Кольцевая шайба d35	4
42	Подшипник 2202	2
43	Ось	2
44	Болт Ф8*32	2
45	Колесо	2
46	Основная рама	1
47	Заглушка опоры(R)	2
48	Заглушка опоры (L)	2
49	Компенсатор пола М10*30	6
50	Малый кожух	2
51	Передний стабилизатор	1
52	Стальной стержень 6*6*15	2
53	Шатун	2
54	Кожух цепи (L)	1
55	Втулка	2
56	Заглушка	2
57	Болт М8*16	4
58	Панель	2
59	Шайба d8*Ф25*2	8
60	Заглушка	4
61	Подшипник 6003	8
62	Соединительная опора	2
63	Опора педали (L)	1
64	Педаль (L)	1
65	Болт М8*20	6
66	Кожух ролика	2
67	Болт М10*16	4
68	Шайба d10*Ф25*2	4
69	Втулка	4
70	Винт ST4*16*ф5	2
71	Натяжной ролик	2
72	Ось	2
73	Стопорное кольцо d25	2
74	Дугообразная шайба d25	1
75	Подшипник 6205	2
76	Скользкая опора	1
77	Пластина	2
78	Заглушка опоры	2
79	Болт М6*15	4
80	Шкив ремня	1
91	Гайка М10*1*5	2
92	Маховик	1
93	Линия датчика	1
94	Дугообразная шайба d20*Ф26*0.3	2
95	Дугообразная шайба d17*Ф23*0.3	2
96	Болт М10*50	2
97	Пружинная шайба d10	2
98	Нейлоновая гайка М10	2

Технические характеристики:

Тип пластика	ударопрочный полистирол HIPS
Система нагружения	электромагнитная
Количество уровней нагрузки	32
Инерционный вес маховика, кг	24, BioFusion™
Тип педального узла	дисковый шатун
Расстояние между педалями, мм	70
Длина шага, мм	530
Высота шага, мм	370
Сопряжение с кардиодатчиками	Bluetooth датчик (приобретается отдельно)
Тип консоли	синий LED дисплей с белой индикацией
Показания консоли	время, скорость, дистанция, пульс, уровень нагрузки, калории, программа, Ватты, количество шагов, общая дистанция
Общее количество программ	25
Спецификация программ	быстрый старт, ручной режим, 12 предустановленных, 4 пользовательские, 4 пульсозависимые, 1 целевого пульса, жиросанализатор, Ватты, восстановление
Интеграционные технологии	Bluetooth для работы с тренировочным мобильным приложением (Kinomap™, Fitshow™)
Язык интерфейса	русский, английский
Подставка под планшет/смартфон	да
Транспортировочные ролики	да
Компенсаторы неровностей пола	да
Дополнительные функции	сенсорные датчики на поручнях, возможность сопряжения с кардиодатчиком Bluetooth через фитнес-приложения
Максимальный вес пользователя, кг	130
Подключение к сети	220 Вт
Размер в рабочем состоянии, см	161*62*172
Педали	антискользящие, увеличенного размера
Регулировка нагрузки	электронная
Подставка для бутылки	есть
Привод	передний
Вес нетто, кг	59
Гарантийный срок	24 мес.
Страна происхождения	КНР
Производитель	Fitathlon Group (подразделение в Германии)

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 домашнего использования.

