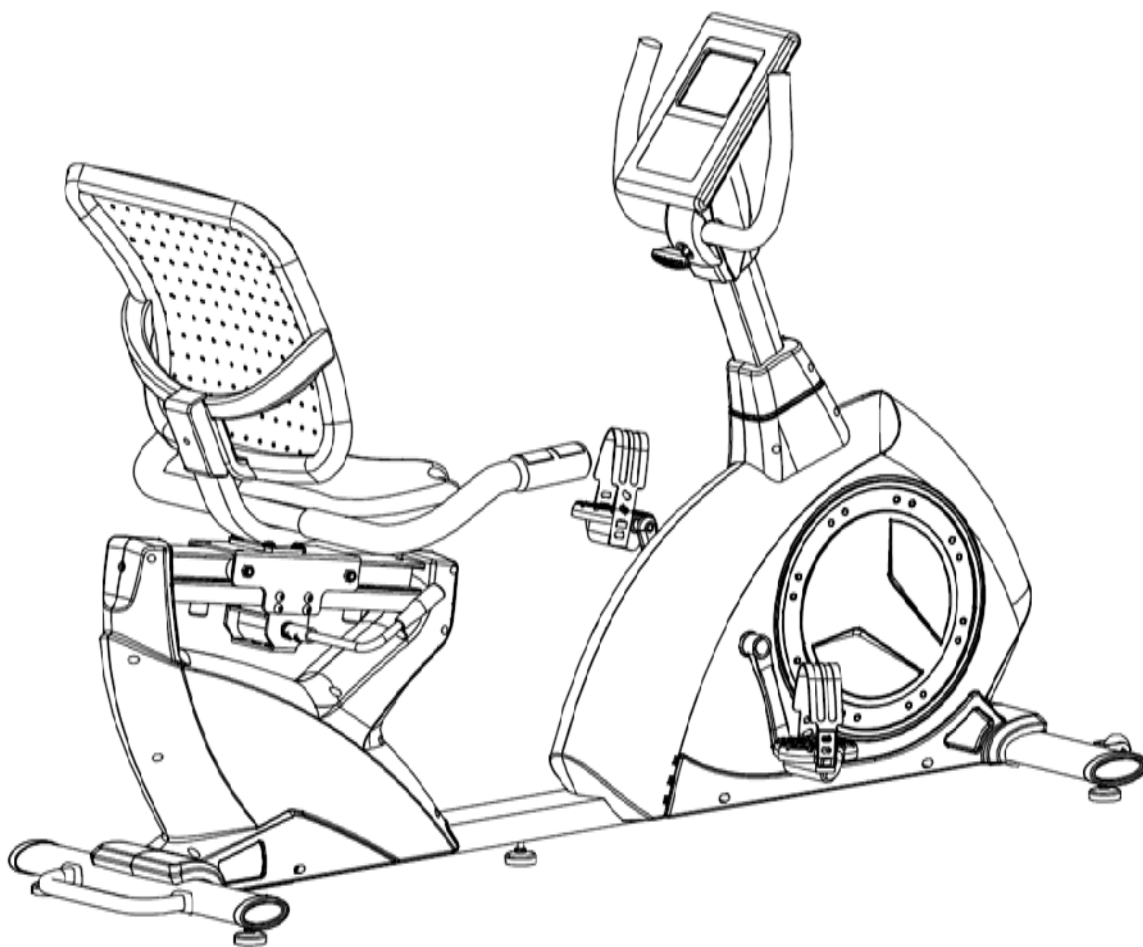




**OXYGEN**  
FITNESS

## **ВЕЛОТРЕНАЖЕР SATORI R**

<http://oxygen-fitness.net/catalog/velotrenazhery/oxygen-satori-r>



**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.

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 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.

#### 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 по 0,5 м. свободного пространства. Для снижения шума и вибраций рекомендуется использовать специальные резиновые коврики.

#### 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 компоненты, неплотно закрепив гайки и болты, и, убедившись, что конструкция собрана правильно, окончательно затяните их.

### **Рекомендации по уходу:**

Перед любым обслуживанием обязательно отключайте тренажер от электрической сети (для тренажеров с питанием от сети). К обслуживанию можно приступать примерно через минуту после полного обесточивания внутренних электрических цепей тренажера. Не применяйте абразивные препараты и 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 ткань с последующей протиркой сухой тканью.

### **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.

### **Меры предосторожности:**

Тренажер должен использоваться только по назначению, то есть для физических тренировок взрослых людей. Любое другое использование тренажера запрещено и может быть опасно. Продавец не несет ответственности за любые травмы или повреждения, вызванные неправильным использованием тренажера. Тренажер предназначен для использования взрослыми людьми, конструкция и установленные нагрузки рассчитаны на взрослых людей, поэтому эксплуатация несовершеннолетними лицами не допускается. Дети и домашние животные не должны приближаться к работающему тренажеру ближе, чем на 3 м.

### **В целях Вашей безопасности рекомендуем соблюдать следующие правила:**

1. Сборку и эксплуатацию тренажера следует осуществлять на твердой, ровной поверхности. Свободное пространство вокруг тренажера должно составлять не менее 1,2 м.;
2. При регулярной эксплуатации проверяйте затяжку резьбовых соединений каждые 1-2 месяца;
3. Не допускайте попадания внутрь тренажера посторонних предметов и жидкостей;
4. Никогда не эксплуатируйте тренажер с явными дефектами – открученными элементами крепления, незакрепленными узлами, с нехарактерными посторонними шумами и т.д. Это может привести к травмам или уменьшению срока службы тренажера;
5. Для осмотра и устранения возникших дефектов обратитесь в авторизованный сервисный центр или к уполномоченному дилеру, у которого Вы приобрели данный тренажер;
6. Для ремонта необходимо использовать только оригинальные запасные части;
7. Обслуживание тренажера, за исключением процедур, описанных в данном руководстве, должно производиться только сотрудниками сервисного центра;
8. Не допускается какое-либо изменение конструкции или узлов и деталей тренажера – это может привести к серьезным травмам и потере здоровья;
9. Вес пользователя не должен превышать максимально заявленный;
10. Во время занятий используйте соответствующую одежду и обувь. Не надевайте свободную одежду или обувь с кожаными подошвами или каблуками. Если у Вас длинные волосы, соберите их в хвост или пучок на затылке;

11. Не подставляйте руки под движущиеся части тренажера;
12. Не подвергайте себя чрезмерным нагрузкам во время тренировок. Если Вы почувствовали боль или недомогание, немедленно прекратите занятия и обратитесь за консультацией к врачу.

#### **СОВЕТЫ ПЕРЕД НАЧАЛОМ СБОРКИ**

##### **ОТКРЫТИЕ КОРОБКИ**

Убедитесь, что все части тренажера на месте, проверьте наличие комплектующих частей в соответствии со списком

##### **ИНСТРУМЕНТЫ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ СБОРКИ**

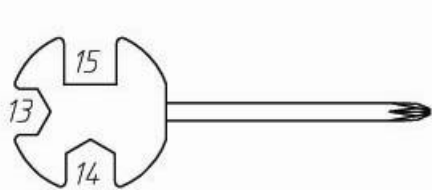
Перед началом сборки убедитесь, что все инструменты, которые будут необходимы при сборке на месте.



# СПИСОК КОМПЛЕКТУЮЩИХ ЧАСТЕЙ

№.	Описание	Кол-во	№.	Описание	Кол-во
1	Основная рама	1	29	Спинка сиденья	1
2	Передняя опора	1	30	Круглая заглушка	1
3	Задняя опора	1	31	Винт	1
4	Стойка консоли	1	32	Пластиковый фиксатор	1
5	Руль	1	33	Втулка	1
6	Нейлоновая гайка М8	2	34	Плоская шайба	1
7	Плоская шайба D8xΦ16x1.5	6	35	Неопреновая ручка	2
8	Ролик	2	36	Дополнительный провод 1	2
9	Болт М8x40xL12	2	37	Дополнительный провод 2	2
10	Заглушка	2	38	Консоль	1
11	Гайка М10	5	39	Эксцентрик	1
12	Регулировочная опора	5	40	Болт М6x10	4
13	Болт М8xL58	4	41	Ручка	1
14	Пружинная шайба D8	8	42	Неопреновая рчка	1
15	Дугообразная шайба d8x2xΦ25xR39	4	43	Плоская шайба D8xΦ19x1.5	12
16	Заглушка	2	44	Провод датчика пульса 3	2
17L/R	Шатун	1 пр.	45	Провод датчика пульса	2
18L/R	Падаль	1 пр.	46	Опора сиденья	1
19	Болт М8x15	8	47	Защитная крышка	1
20	Дугообразная шайба d8xR20	2	48	Болт М6x40	4
21	Провод датчика скорости	1	49	Плоская шайба D6x1.2xΦ16	4
22	Дополнительный провод	1	50	Опора спинки	1
23L/R	Защитная крышка	1 пр.	51	Квадратная заглушка	2
24	Винт	34	52	Неопреновая ручка	2
25a/b	Защитная крышка	1 пр.	53	Круглая заглушка	2
26	Болт М8x90	2	54	Сиденье	1
27	Регулировочная ручка	1	55	Адаптер	1
28	Болт М8x12	16			

## Инструменты



(S-13, 14, 15) 1 шт.



(S=6) 1 шт.

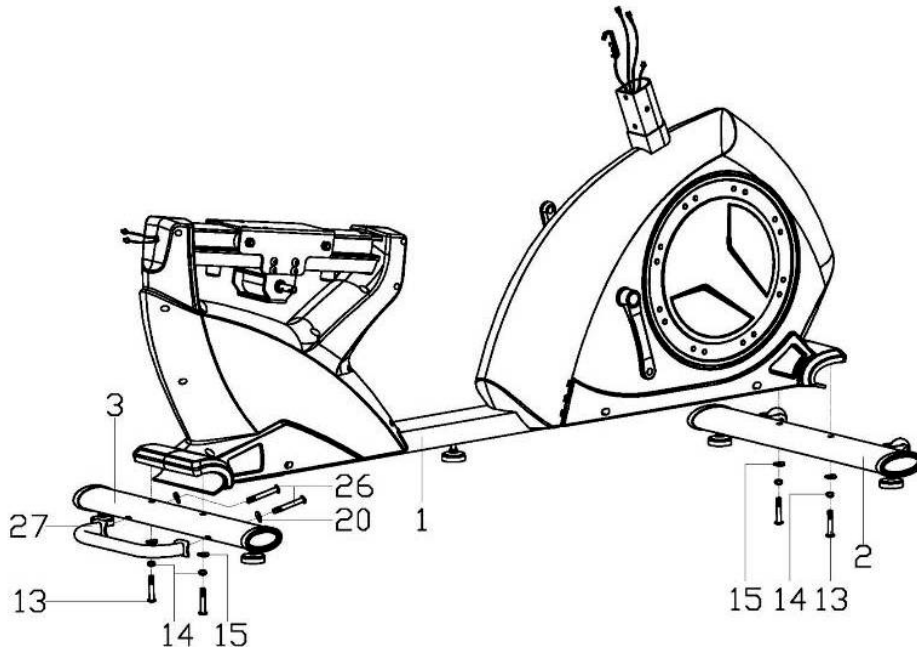


(S=5) 1 шт.

# СБОРКА ТРЕНАЖЕРА

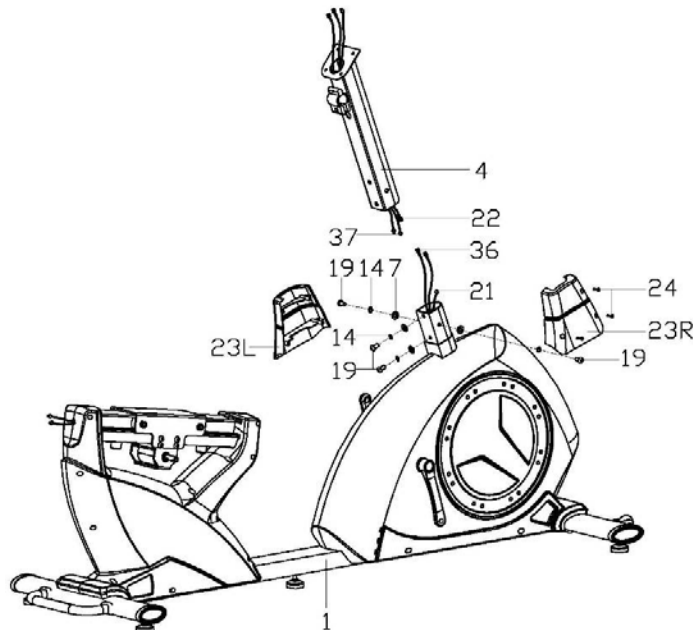
## Шаг 1

1. Зафиксируйте регулировочную ручку (27) на задней опоре (3) гайкой (26) и шайбой (20).
2. Закрепите переднюю (2) и заднюю опоры (3) на основной раме (1) с помощью болта (13) и шайб (14,15).



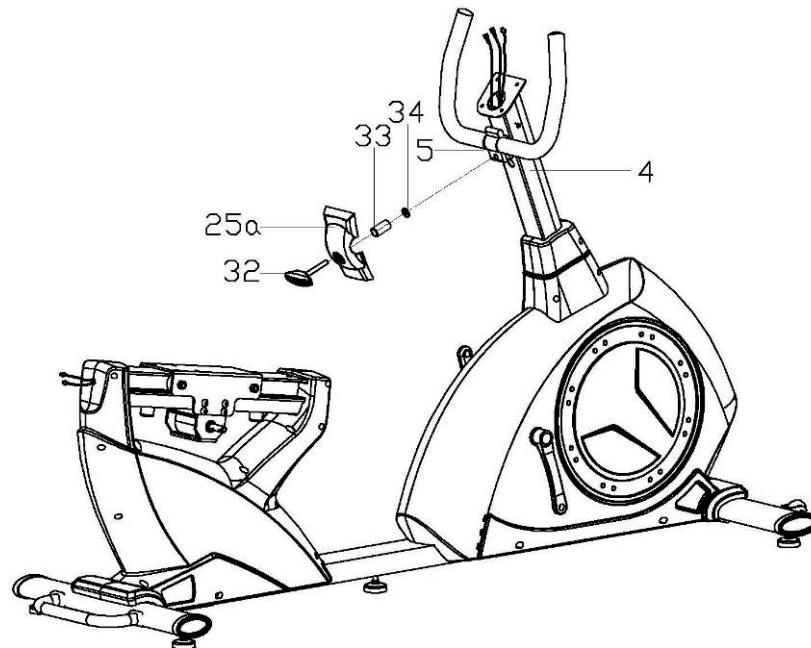
## Шаг 2

Соедините провод датчика скорости (21) и провод датчика пульса (36) с проводами (22, 37), затем зафиксируйте стойку консоли (4) на основной раме (1) болтом (19) и шайбами (14, 7). Зафиксируйте защитные крышки (23L/R) на основной раме (1) винтами (24).



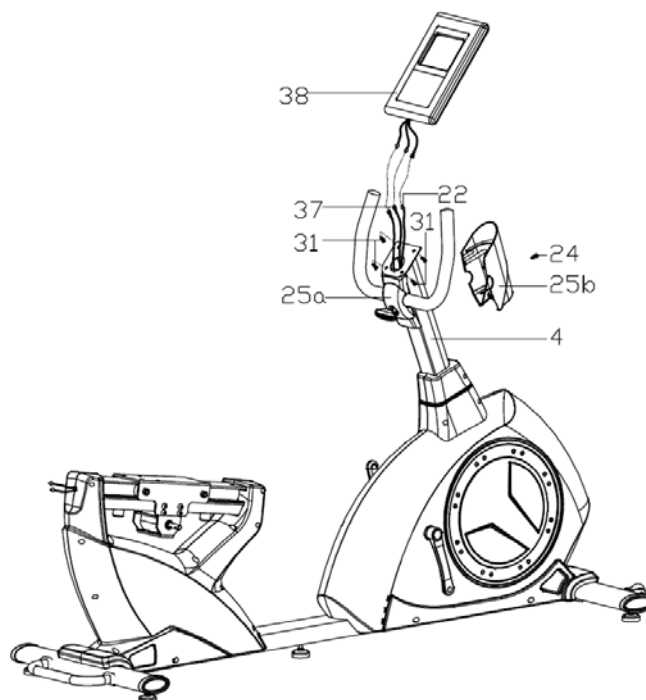
### Шаг 3

Зафиксируйте руль (5) на стойке (4), используя пластиковый фиксатор(32), защитную крышку (25a), втулку (33) и шайбы(34).



### Шаг 4

1. Соедините вспомогательные провода (37,22) с кабелем консоли (38), затем зафиксируйте консоль (38) на стойке (4) винтами (58).
2. Закрепите защитную крышку (25a/b) на стойке (4) с помощью винтов (24).

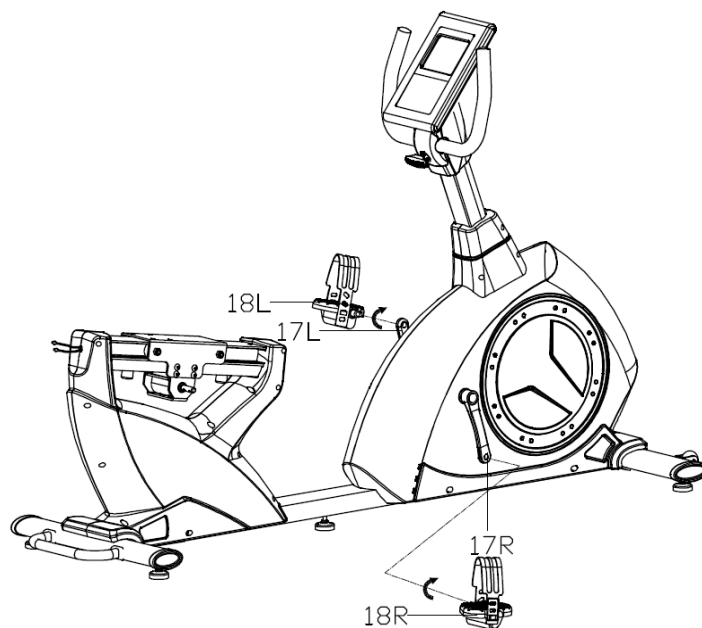


### Шаг 5

Зафиксируйте педали (18L/R) на шатунах (17L/R).

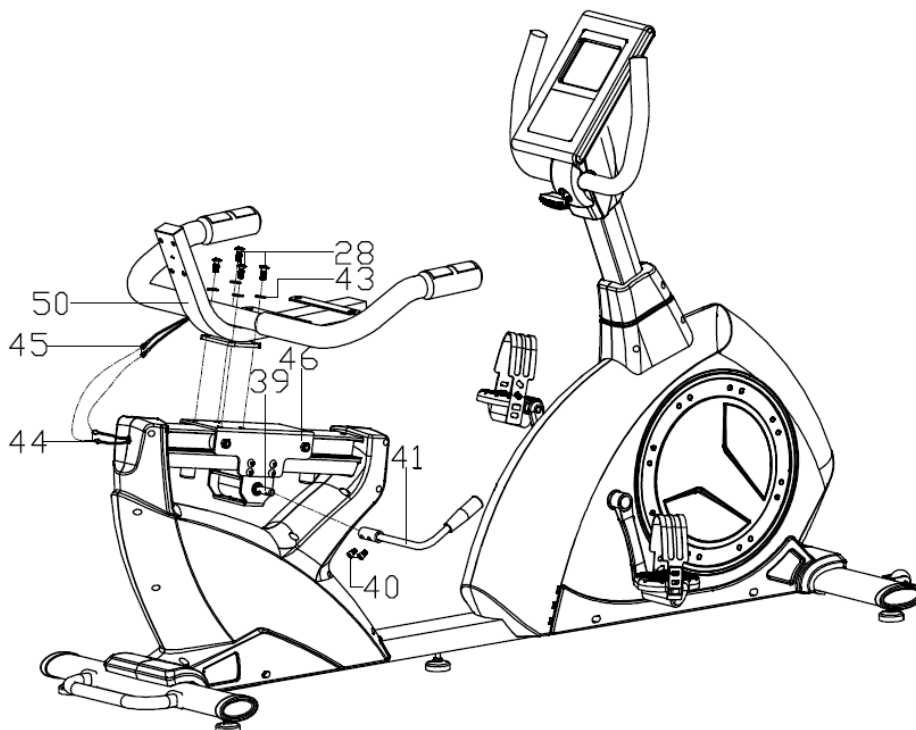
Примечание: Педали имеют отметки R- правая и L-левая, устанавливая педали, закручивайте

правую педаль по часовой стрелке, а левую против.



### Шаг 6

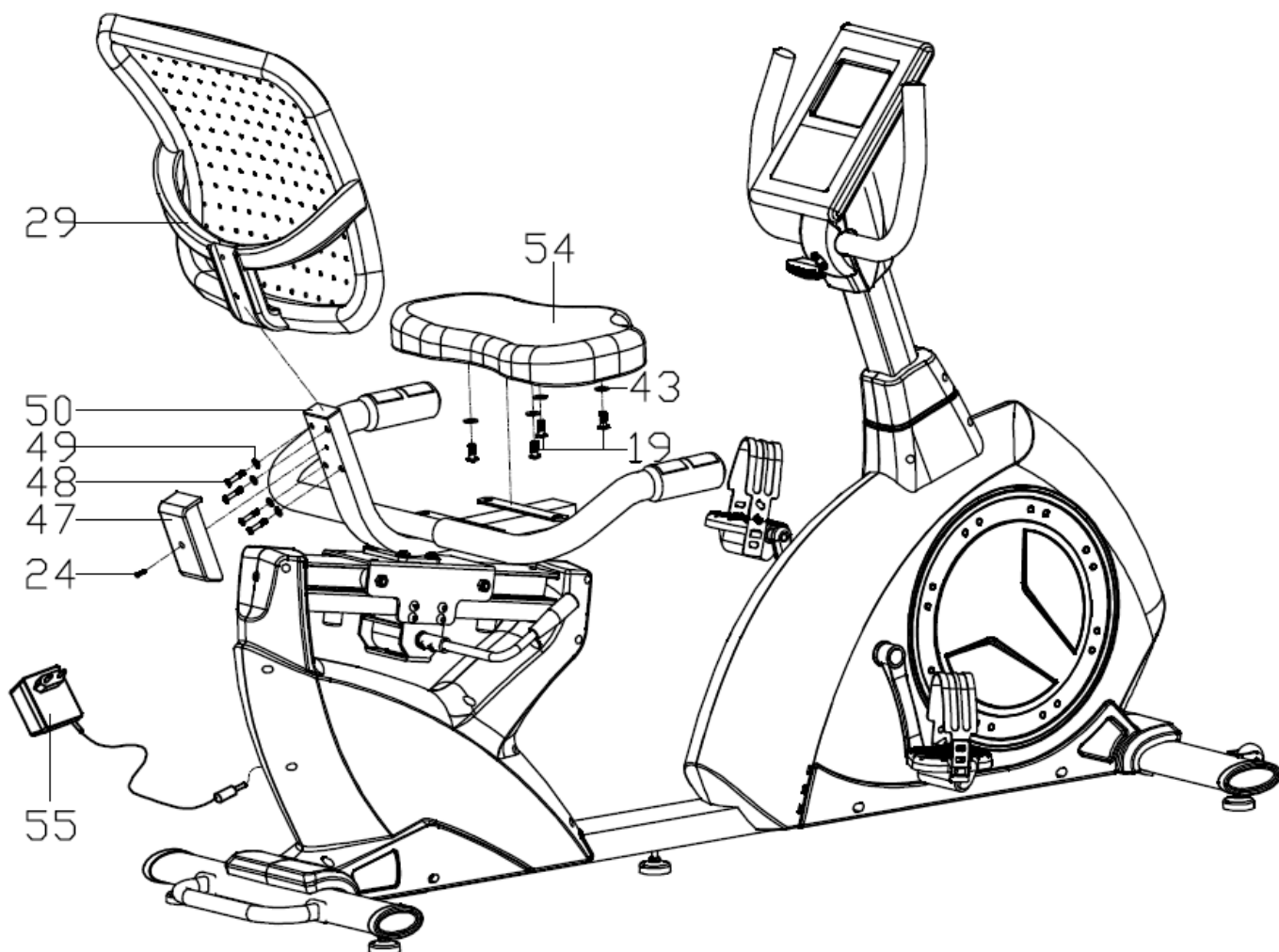
1. Соедините провод датчика пульса (45) с дополнительным проводом 3(44) основной рамы (1), затем соедините опору сиденья (50) и опору спинки (46) с помощью болтов (28) и шайб (43).
2. Закрепите ручку (41) на эксцентрикe (39), используя болт(40).



### Шаг 7

Закрепите сиденье (54) на опоре (50) болтами (19) и шайбами (43).

Закрепите спинку (56) на раме (50) с помощью болтов (48) и шайб (49), затем зафиксируйте защитную крышку (47) на опоре (50) винтами (24).



# РАБОТА С КОНСОЛЬЮ

## Функции консоли

1. 21 программа
  - Ручное управление (Manual)

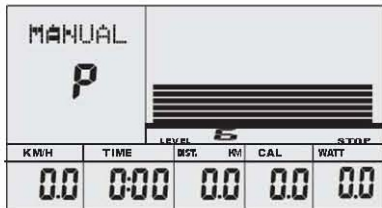


Рис.1

- 1) Профили программ (10) (Рис 2-11)

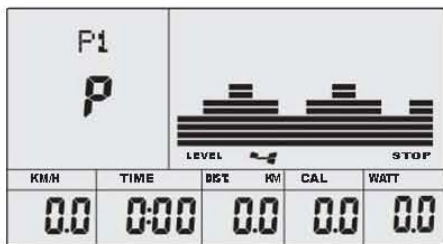


Рис.2

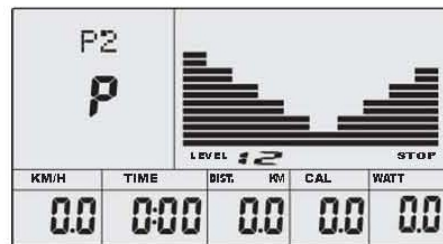


Рис.3

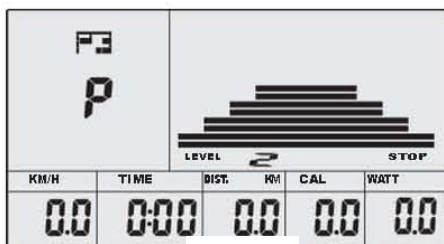


Рис.4

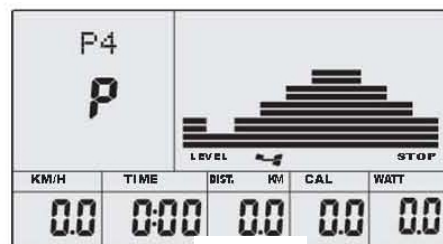


Рис.5

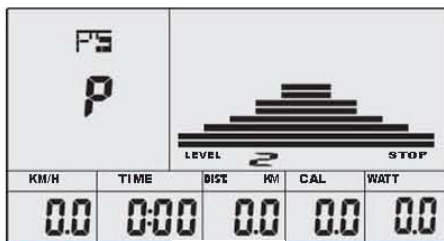


Рис.6

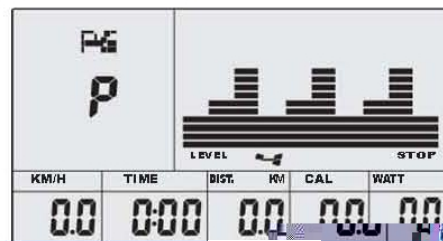


Рис.7

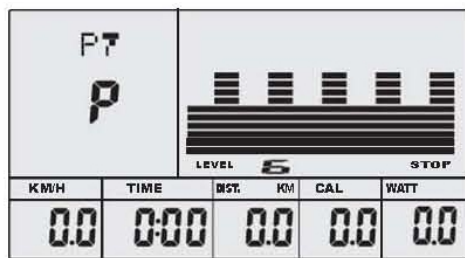


Рис.8

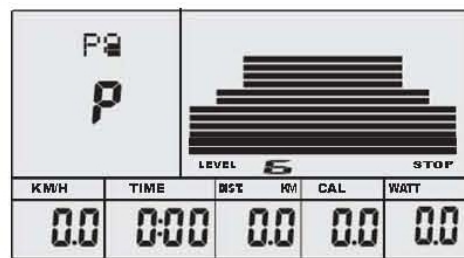


Рис.9

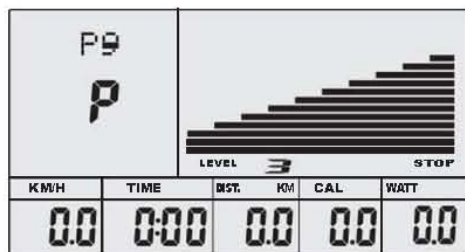


Рис.10

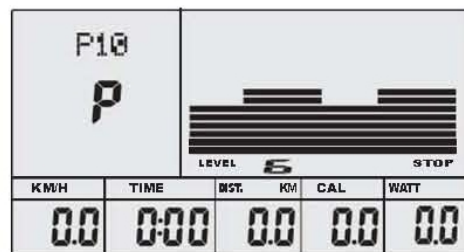


Рис.11

- P1 Rolling - Прокаты
- P2 Valley - Впадина
- P3 Fat burn – Сжигание жира
- P4 Ramp - Скат
- P5 Mountain - Гора
- P6 Interval - Интервалы
- P7 Cardio - Кардио
- P8 Endurance - Выносливость
- P9 Slope - Склон
- P10 Rally - Ралли

2) Ватт фиксированная программа (1)

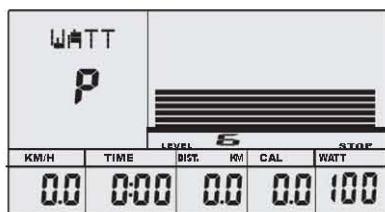


Рис.12

3) Пульсозависимые программы (4)(Рис 13-16): 55%, 75%, 90% и Целевой пульс

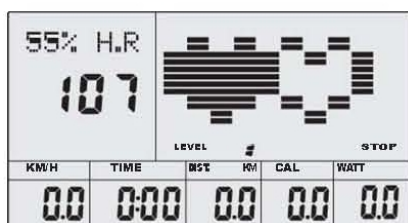


Рис.13

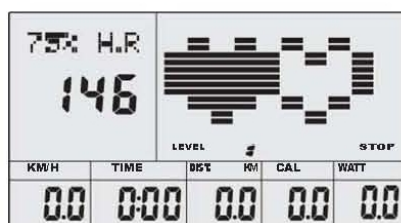


Рис.14

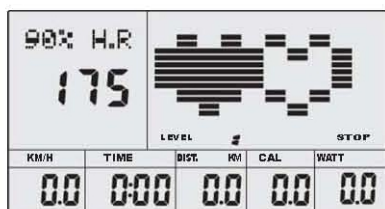


Рис.15

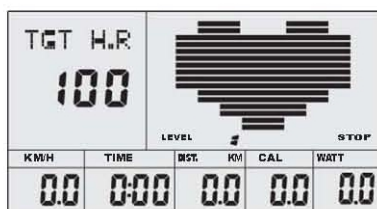


Рис.16

4) Пользовательские программы (4 – CUSTOM1-CUSTOM4) (Рис.17-20)

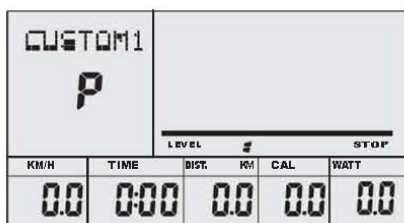


Рис.17

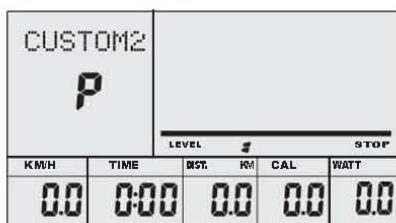


Рис.18

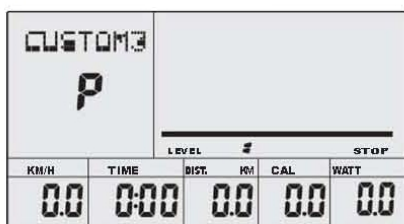


Рис.20

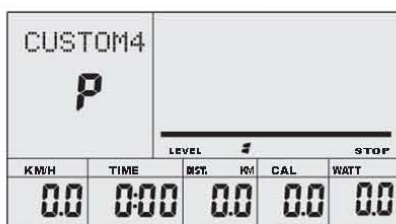


Рис.21

2. Сохранение пользовательской информации GENDER (Пол), HEIGHT (Рост), WEIGHT (Вес) и AGE (Возраст).
3. Отображается ваш текущий статус. (См. Рис. 22)
4. . Измерение пульса (См. Рис. 23)
5. Отображаются SPEED(RPM) (Скорость, об/мин), TIME (Время), DIST. (Расстояние), CAL. (Калории), WATT (Ватты), PULSE (Пульс), LEVEL (Уровень).
6. Если консоль не получает сигнала в течение более 4 минут, она автоматически выключится, тренировка сохранится, и после возврата консоли из «спящего режима» вы сможете продолжить тренировку. (Уровень сопротивления возобновленной тренировки будет минимальный).
7. Сенсорные кнопки.



Рис.22

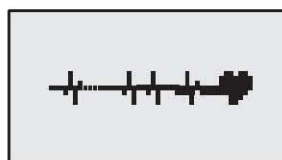


Рис.23

## Кнопки

### 1. ENTER

5) В режиме остановки, нажмите кнопку ENTER для выбора программы или настройки параметра, мигающего на дисплее;

1. После выбора программы нажмите Enter для подтверждения;

2. В режиме настройки параметров нажмите ENTER для подтверждения ввода.

6) В режиме тренировки нажмите кнопку ENTER для выбора дисплея скорости или пульса;

7) Для остальных режимов – удержите кнопку в течение 2 секунд для перезагрузки консоли.

### 2. START/STOP (Старт/Стоп)

8) Нажмите кнопку START/STOP, чтобы начать/завершить программу;

9) В любом режиме – удержите кнопку в течение 2 секунд для перезагрузки консоли.

### 3. UP (Вверх)

10) Выбор программы, увеличение значения параметра в режиме настроек;

11) В режиме тренировки нажмите кнопку, чтобы увеличить уровень сопротивления.

### 4. DOWN (Вниз)

12) Выбор программы, уменьшение значения параметра в режиме настроек;

13) В режиме тренировки нажмите кнопку, чтобы уменьшить уровень сопротивления.

### 5. PULSE RECOVERY (Восстановление пульса)

14) Измерьте уровень вашего пульса и укажите его значение, нажмите кнопку, чтобы войти в режим PULSE RECOVERY;

15) Для того чтобы выйти из режима, нажмите кнопку повторно.

## Операции консоли

### 1. Включение консоли

Подключите тренажер к сети, прозвучит сигнал консоли, затем включится компьютер. (См. Рис 24)

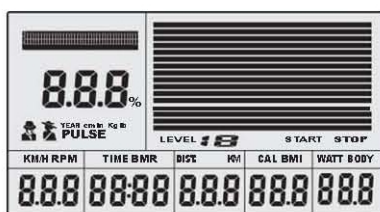


Рис 24

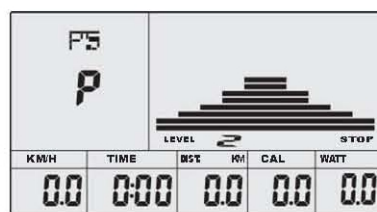


Рис 25

### 2. Выбор программы и установка значения параметра

- Программа Manual (Ручное управление) и Программы P1~P10;
  - Используйте кнопки UP/DOWN для выбора программы (См. Рис.25);
  - Нажмите кнопку ENTER для подтверждения выбора программы и перехода к установке времени;
  - Окно времени (Time) будет мигать, используйте кнопки UP/DOWN для изменения значения параметра. Нажмите ENTER для подтверждения (См. Рис.26).

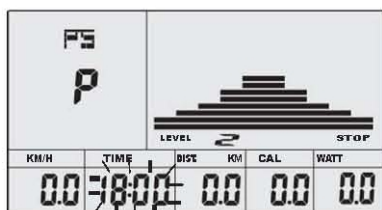


Рис 26

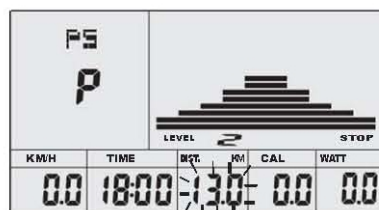


Рис 27

- Окно дистанции (Distance) будет мигать, используйте кнопки UP/DOWN для изменения значения параметра. Нажмите ENTER для подтверждения (См. Рис.27);

- Окно калорий (Calories) будет мигать, используйте кнопки UP/DOWN для изменения значения параметра. Нажмите ENTER для подтверждения (См. Рис.28);
- Нажмите кнопку START/ STOP, чтобы начать тренировки (См. Рис.29).
- Ватт фиксированная программа
  - Используйте кнопки UP/DOWN, чтобы выбрать программу;

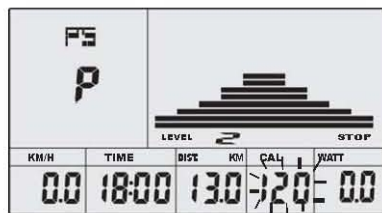


Рис 28

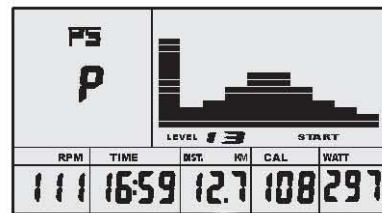


Рис 29

- Нажмите кнопку ENTER, чтобы подтвердить выбор и перейти в режим настройки времени;
- Окно времени (Time) будет мигать, используйте кнопки UP/DOWN для изменения значения параметра. Нажмите ENTER для подтверждения.
- D Окно дистанции (Distance) будет мигать, используйте кнопки UP/DOWN для изменения значения параметра. Нажмите ENTER для подтверждения;
- Окно калорий (Calories) будет мигать, используйте кнопки UP/DOWN для изменения значения параметра. Нажмите ENTER для подтверждения;
- Окно ватт (Watt) будет мигать, используйте кнопки UP/DOWN для изменения значения параметра. Нажмите ENTER для подтверждения (См.Рис 30);
- Нажмите кнопку START/ STOP, чтобы начать тренировки.

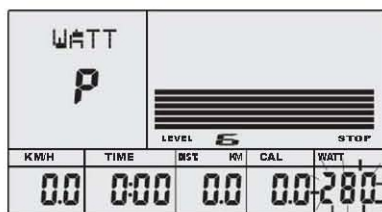


Рис.30

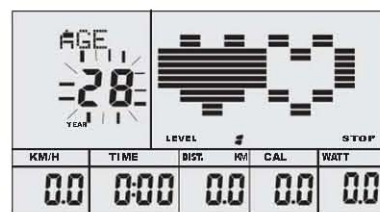


Рис.31

**Примечание:**

*Количество ватт определяет крутящийся момент. Для данной программы количество ватт будет постоянным. Это означает, что если вы вращаете педали быстрее, уровень сопротивления будет снижаться, и наоборот, при медленном вращении педалями, уровень сопротивления будет повышаться.*

- Пульсозависимые программы: 55%Н.Р, 75% Н.Р и 90% Н.Р

Максимальный уровень пульса зависит от возраста пользователя, программа подберет оптимальную для вас тренировку.

- Используйте кнопки UP/DOWN, чтобы выбрать программу;
- Нажмите кнопку ENTER, чтобы подтвердить выбор и перейти в режим настройки времени;
- Окно времени (Time) будет мигать, используйте кнопки UP/DOWN для изменения значения параметра. Нажмите ENTER для подтверждения.
- D Окно дистанции (Distance) будет мигать, используйте кнопки UP/DOWN для изменения значения параметра. Нажмите ENTER для подтверждения;
- Окно калорий (Calories) будет мигать, используйте кнопки UP/DOWN для изменения значения параметра. Нажмите ENTER для подтверждения;
- Окно возраст (Age) будет мигать, используйте кнопки UP/DOWN для изменения значения параметра. Нажмите ENTER для подтверждения. (См.Рис. 31);
- После введения возраста, на консоли будет отображена целевая зона пульса;
- Нажмите кнопку START/ STOP, чтобы начать тренировки

- Пульсозависимая программа - TARGET HEART RATE (Целевой пульс)

Пользователь может самостоятельно установить целевой пульс тренировки.

- Используйте кнопки UP/DOWN, чтобы выбрать программу;
- Нажмите кнопку ENTER, чтобы подтвердить выбор и перейти в режим настройки времени;
- Окно времени (Time) будет мигать, используйте кнопки UP/DOWN для изменения значения параметра. Нажмите ENTER для подтверждения.
- D Окно дистанции (Distance) будет мигать, используйте кнопки UP/DOWN для

изменения значения параметра. Нажмите ENTER для подтверждения;

- Окно калорий (Calories) будет мигать, используйте кнопки UP/DOWN для изменения значения параметра. Нажмите ENTER для подтверждения;
- Окно целевого пульса (Target heart rate) будет мигать, используйте кнопки UP/DOWN для изменения значения параметра. Нажмите ENTER для подтверждения. (См. Рис 32)

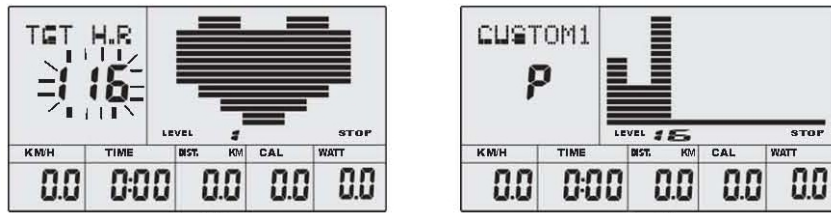


Рис.32

Рис.33

- Нажмите кнопку START/ STOP, чтобы начать тренировки.

**Примечание:**

Во время тренировки пульс пользователя зависит от уровня сопротивления и скорости. Пульсозависимая программа поможет вам поддерживать уровень пульса в допустимых для вас пределах. Если уровень вашего пульса выше/ниже нормы уровень сопротивления автоматически будет изменяться.

- Пользовательские программы CUSTOM1~CUSTOM4
  - Используйте кнопки UP/DOWN, чтобы выбрать программу;
  - Нажмите кнопку ENTER, чтобы подтвердить выбор и перейти в режим настройки времени;
  - Окно времени (Time) будет мигать, используйте кнопки UP/DOWN для изменения значения параметра. Нажмите ENTER для подтверждения.
  - Окно дистанции (Distance) будет мигать, используйте кнопки UP/DOWN для изменения значения параметра. Нажмите ENTER для подтверждения;
  - Окно калорий (Calories) будет мигать, используйте кнопки UP/DOWN для изменения значения параметра. Нажмите ENTER для подтверждения;
  - Окно сопротивления (Resistance) будет мигать, используйте кнопки UP/DOWN для изменения значения параметра. Нажмите ENTER для подтверждения/ Уровень сопротивления возможно изменить в пределах от 2 до 10.(См. Рис.33)
  - Нажмите кнопку START/ STOP, чтобы начать тренировки.
- Программа Body Fat (Сжигание жира)
  - Используйте кнопки UP/DOWN, чтобы выбрать программу. (См.Рис. 34)

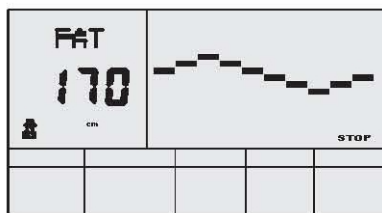


Рис.34

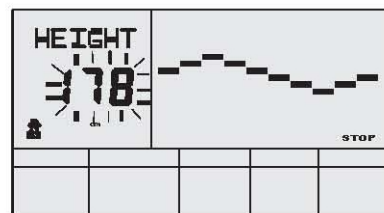


Рис.35

- Используйте кнопки UP/DOWN, чтобы выбрать программу;
- Нажмите кнопку ENTER, чтобы подтвердить выбор и перейти в режим настройки времени;
- Окно рост (Height) будет мигать, используйте кнопки UP/DOWN для изменения значения параметра. Нажмите ENTER для подтверждения.(См. Рис.35);
- Окно вес (Weight) будет мигать, используйте кнопки UP/DOWN для изменения значения параметра. Нажмите ENTER для подтверждения.(См. Рис.36)

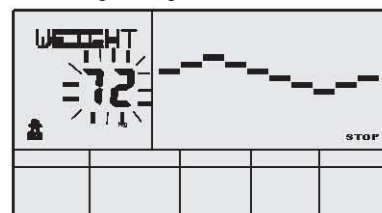


Рис.36



Рис.37

- Окно возраст (Age) будет мигать, используйте кнопки UP/DOWN для изменения значения параметра. Нажмите ENTER для подтверждения. (См.Рис. 37)
- Окно пол (Gender) будет мигать, используйте кнопки UP/DOWN для изменения

значения параметра. Нажмите ENTER для подтверждения. (См.Рис. 38)

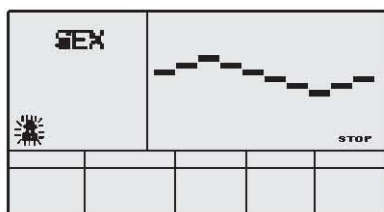


Рис.38

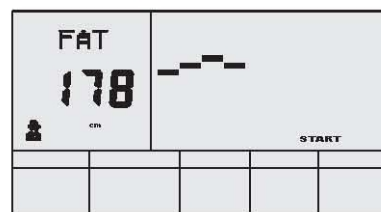


Рис.39

○ Нажмите кнопку START/ STOP, чтобы начать тренировки.(См.Рис. 39)

Примечание: Во время программы Body Fat Ладони должны находиться на пульсомерах. Результаты теста будут выведены на дисплей: FAT% (% жира), BMR (Скорость основного обмена веществ), BMI (Индекс массы тела), BODY (Результат) (См. Рис 40)

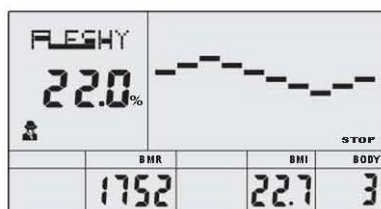


Рис. 40

FAT%: процентное соотношение жира в организме.

BMR: (Скорость основного обмена веществ – метаболизм) – это энергия (измеряется в калориях), необходимая организму для нормального функционирования.

BMI (Индекс массы тела) – необходим для определения группы (результат).

Если во время теста ладони не находятся на поручнях, консоль не будет получать сигнал и на дисплее появится сообщение - ERROR2. Нажмите кнопку START/STOP и начните снова.

Во время теста вы не можете выйти из программы, нажав любую кнопку. По окончании теста нажмите кнопки UP, DOWN, чтобы выйти из программы.

Результат измерения жира – результаты жиранализатора

Результат Возраст/ Пол % жира	Недовес BODY1	Здоровый BODY2	Избыточный вес BODY3	Превышение весаТ BODY4	Ожирение BODY5
Муж./≤30 лет	< 14%	14% ~20%	20.1% ~25%	25.1% ~35%	> 35%
Муж./>30 лет	< 17%	17% ~23%	23.1% ~28%	28.1% ~38%	> 38%
Жен./≤ 30 лет	< 17%	17% ~24%	24.1% ~30%	30.1% ~40%	> 40%
Жен./> 30 лет	< 20%	20% ~27%	27.1% ~33%	33.1% ~43%	> 43%

### 3. Восстановление пульса

Восстановление пульса – проверка уровня пульса до и после тренировки. Для использования данного теста следуйте инструкциям ниже:

- Для измерения пульса ладони пользователя должны находиться на поручнях с пульсомерами, либо ремень- датчик должен быть закреплен на груди.
- Нажмите кнопку RECOVERY, чтобы зайти в режим восстановления пульса.(См. Рис.41)

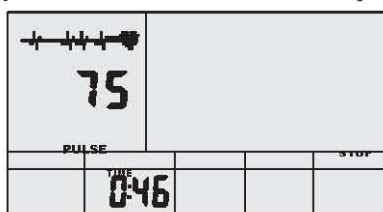


Рис.41

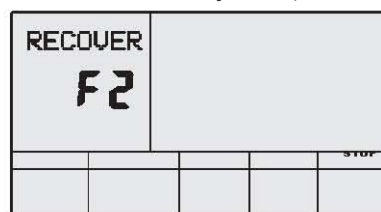


Рис.42

- Измерение пульса
- Время будет исчисляться обратным отсчетом от 60 до 0 секунд.
- Как только время достигнет 0, на экран будут выведены результаты теста: (F1-F6), где F1=Отлично F2=Хорошо F3=Удовлетворительно F4=Ниже среднего F5= Плохой F6= Очень плохой (См. Рис.42)

F) Если консоль не получает сигнал с датчиков пульса, нажмите кнопку RECOVERY.

## 4. Измерение пульса

Держитесь ладонями за поручни с датчиками пульса. На дисплее консоли будет отображен ваш текущий пульс, значение его измеряется в BPM или количестве ударов в минуту. Во время измерения пульса будет мигать иконка пульса на дисплее.

### **Примечание:**

*Датчики пульса не являются медицинским оборудованием, информация о пульсе носит информационный характер.*

## **Спецификации**

1. Speed (Скорость): Отображается текущая скорость 0.0-99.9 км/ч  
RPM (Об/мин): Количество оборотов в минуту 0-999.  
TIME (Время): Время тренировки 0:00-99:59. Если при заданном значении времени показатель достиг 0, программа завершится, прозвучит сигнал консоли.  
DIST (Расстояние): Пройденное расстояние тренировки 0.0-99.9-999 км. Если при заданном значении расстояния показатель достиг 0, программа завершится, прозвучит сигнал консоли.  
CALORIE (Калории): Количество потраченных калорий 0.0-99.9-999. Если при заданном значении количество калорий показатель достиг 0, программа завершится, прозвучит сигнал консоли.  
PULSE (Пульс): 30-240BPM(ударов в минуту)  
RESISTANCE LEVEL (Уровень сопротивления): 1-16  
WATT (Ватты): Количество ватт во время тренировки.
2. Дисплей
  - Если на консоли появилось сообщение ERROR1, проверьте мотор и провода мотора;
  - Если на консоли появилось сообщение ERROR2, убедитесь, что ваши ладони находятся на датчиках пульса.
3. Аудио вход и динамики (Если имеются)  
Подсоедините аудиоплеер, затем поверните аудиовключатель (Находится с правой стороны консоли).

## **ТЕХНИЧЕСКИЕ СПЕЦИФИКАЦИИ**

Посадка	горизонтальная
Рама	высокопрочная с двухслойной покраской "металлик" и лакировкой
Система нагружения	электромагнитная
Кол-во уровней нагрузки	16 (30-350 Ватт)
Маховик	10 кг.
Педальный узел	трехкомпонентный
Сидение	эргономичное дышащее с поддержкой спины
Регулировка положения сидения	по горизонтали
Регулировка положения руля	есть
Измерение пульса	сенсорные датчики
Консоль	цветной сенсорный (Touch Screen) многофункциональный LCD дисплей
Показания консоли	профиль, время, дистанция, скорость, калории, обороты в мин., пульс, Ватты, фитнес-тест (Recovery), фитнес-оценка, жиранализатор (Body Fat), индекс массы тела (BMI)
Кол-во программ	21 (в т.ч. пульсозависимые)
Спецификации программ	ручной режим, интервалы, "качели", долина, склон, спуск, гора, ралли, выносливость, сжигание жира, кардио, жиранализатор, 1 Ватт-фиксированная, 4 пульсозависимые, 4 пользовательские
Специальные программные возможности	нет
Многоязычный интерфейс	нет

Мультимедиа	нет
Интеграция	нет
Вентилятор	нет
Складывание	нет
Транспортировочные ролики	есть
Размер в рабочем состоянии (Д*Ш*В)	170*66*108 см.
Вес нетто	47 кг.
Вес брутто	53 кг.
Макс. вес пользователя	150 кг.
Питание	сеть 220 Вольт
Гарантия	2 года

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»

Тренажер сертифицирован по Системе Сертификации Гост Р «Федеральным Агентством По Техническому Регулированию и Метрологии» (Ростест).



**ВНИМАНИЕ!**  
**ТРЕНАЖЕР ПРЕДНАЗНАЧЕН ДЛЯ ДОМАШНЕГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ**

Посмотреть на сайте: <http://oxygen-fitness.net/catalog/velotrenazhery/oxygen-satori-r>