

BRONZE GYM

R1000M PRO TURBO

ВЕЛОЭРГОМЕТР



РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

BRONZE GYM

Ссылка на наш канал на youtube:
[youtube.com/@bronzegym](https://www.youtube.com/@bronzegym)



Сборка



Обзор



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, не до конца затянув 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.).

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 (слабощелочным) мыльным раствором ткань с последующей протиркой сухой тканью.

ЕЖЕДНЕВНО (ПОСЛЕ КАЖДОЙ ТРЕНИРОВКИ)

- Рекомендуем вам ежедневно протирать тренажер влажной тканью с мягким чистящим средством

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;
 - 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 защитный кожух. Проверьте состояние и натяжение приводного ремня. В случае необходимости замените ремень или отрегулируйте его натяжение;
- Проверьте ось шкива на предмет люфта;
- Проверьте крепление маховика;
- Оцените состояние подшипников на оси шкива и маховика на предмет люфта относительно посадочного места.

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 комплектующая 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.



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.

Полезные советы

- 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 ковролином 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 коммерческого использования.

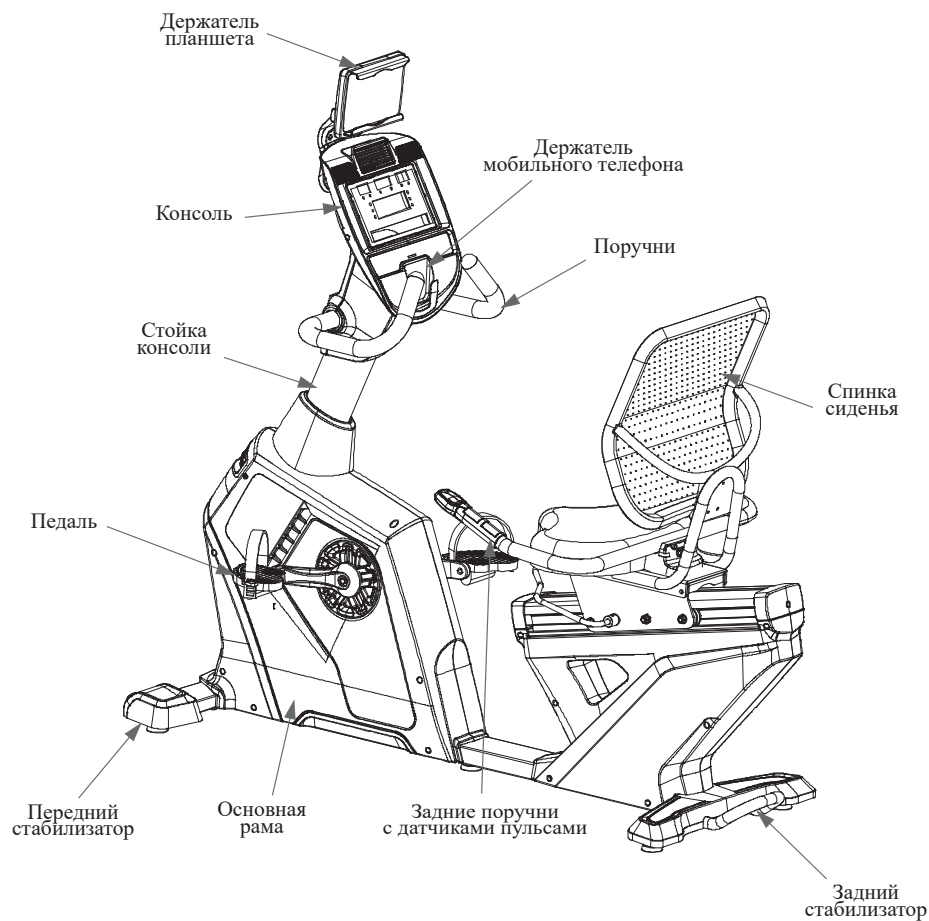


Инструкция по технике безопасности

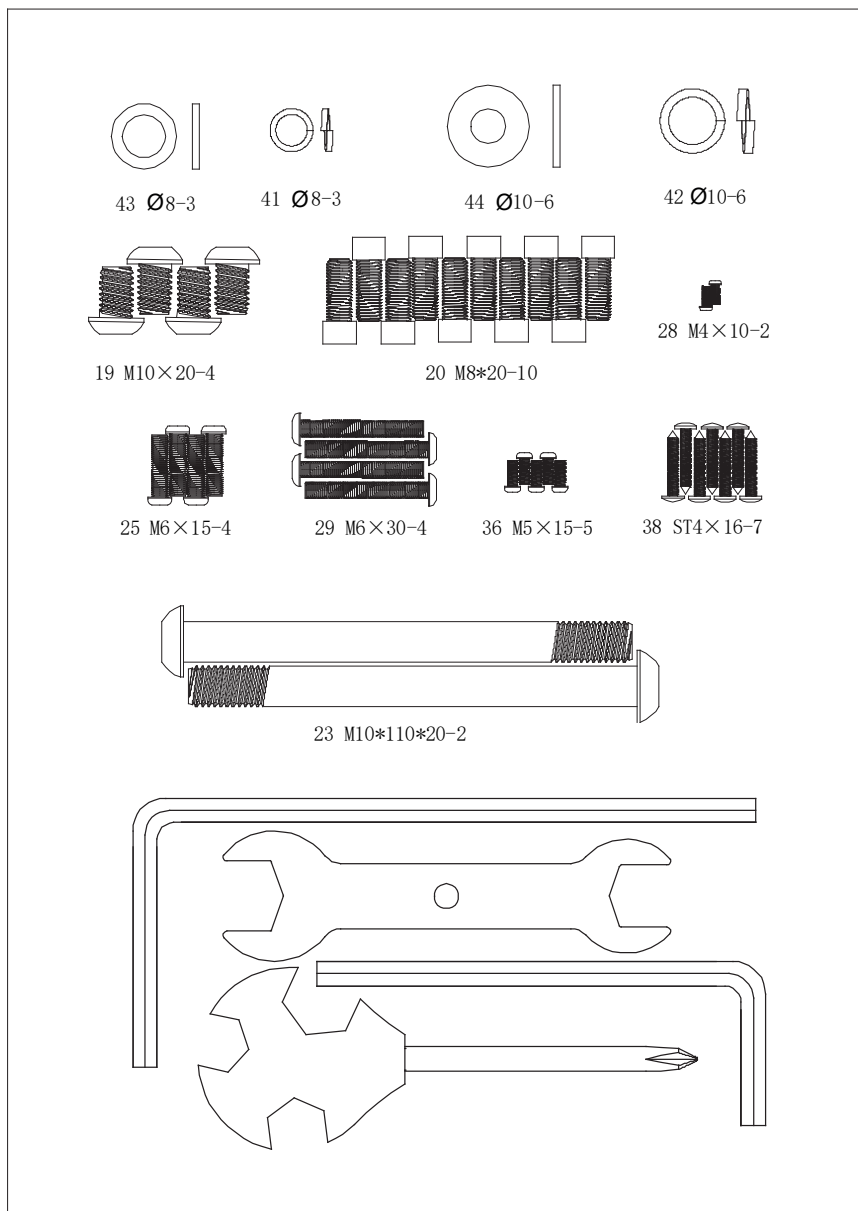
Чтобы гарантировать безопасность, используйте данное оборудование правильно. Внимательно прочитайте приведенную ниже информацию перед использованием тренажера. Важно прочитать все данное руководство перед сборкой и использованием оборудования. Безопасное и эффективное использование может быть только 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. 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;
7. 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;
8. Следует избегать хранения тренажера в очень холодных, жарких или влажных помещениях, так как это может привести к коррозии и другим связанным с ней проблемам;
9. Данный тренажер предназначен только для коммерческого использования;
10. Данное устройство предназначено только для использования внутри помещений. Максимальный вес пользователя указан в технических характеристиках;
11. Соблюдайте осторожность при перемещении данного оборудования, чтобы избежать травм;
12. Храните данное руководство по эксплуатации и инструменты для установки в безопасном месте;
13. Данный тренажер не предназначен для профессионального медицинского оздоровления.

ПРЕДВАРИТЕЛЬНОЕ ЗНАКОМСТВО С ТРЕНАЖЕРОМ



ПРОВЕРКА КОМПЛЕКТНОСТИ ТРЕНАЖЕРА **СБОРОЧНЫЙ КОМПЛЕКТ**

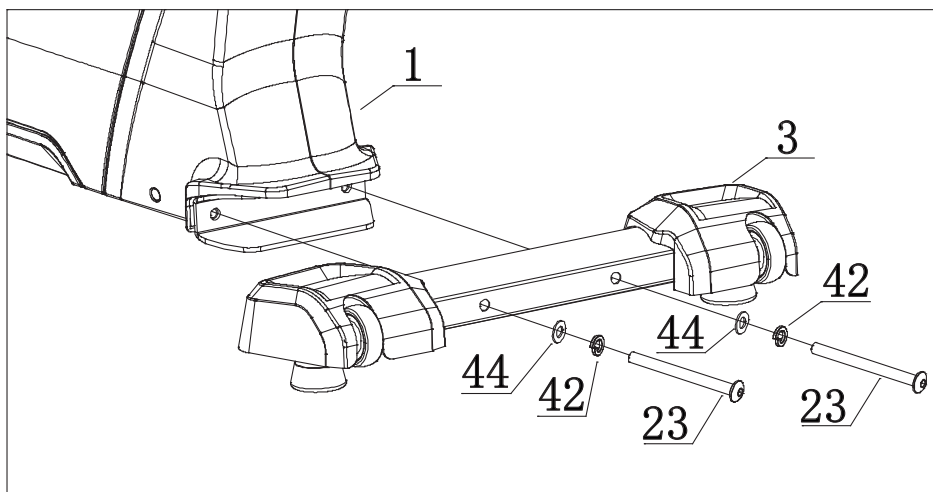


№.	Наименование	Спецификация	Кол-во
19	Болт	M10×20	4
20	Болт	M8×20	10
23	Болт	M10×110×20	2
25	Болт	M6×15	4
28	Болт	M4×10	2
29	Болт	M6×30	4
36	Болт	M5×15	5
38	Винт-саморез	ST4×16	7
41	Шайба плоская	Ø8	3
42	Шайба плоская	Ø10	6
43	Шайба пружинная	Ø8	3
44	Шайба пружинная	Ø10	6
	L-образный ключ	6×66×140	1
	L-образный ключ	5×40×110	1
	Ключ-отвертка	14×17×75	1
	Ключ	T4.0×110×32	1

Сборка оборудования

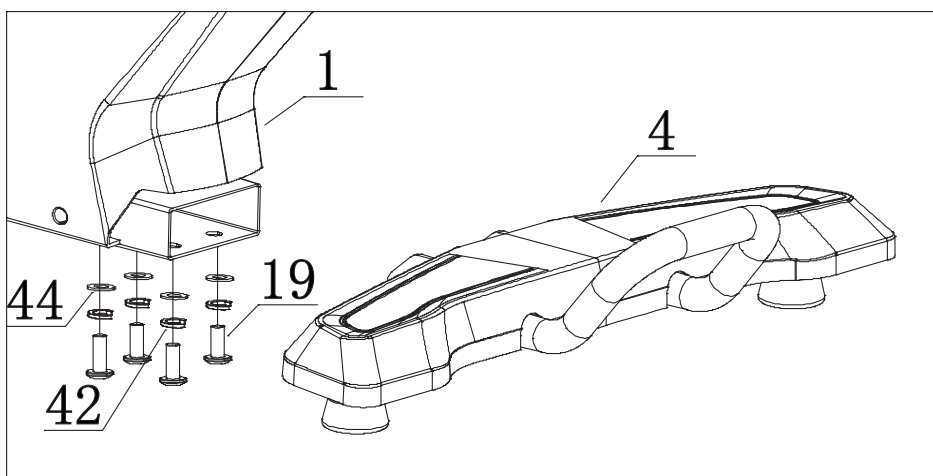
ШАГ 1:

Установите передний стабилизатор (3) на основную раму (1) с помощью шайбы (44), пружинной шайбы (42) и болта (23).



ШАГ 2:

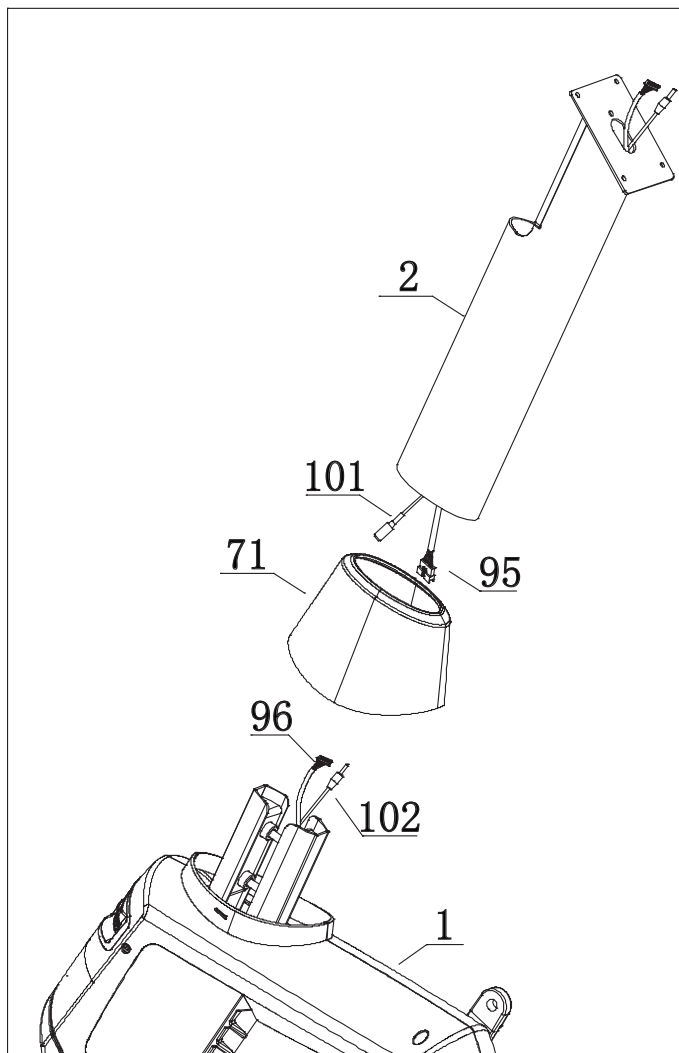
Установите задний стабилизатор (4) на основную раму (1) с помощью шайбы (44), пружинной шайбы (42) и болта (19).



ШАГ 3:

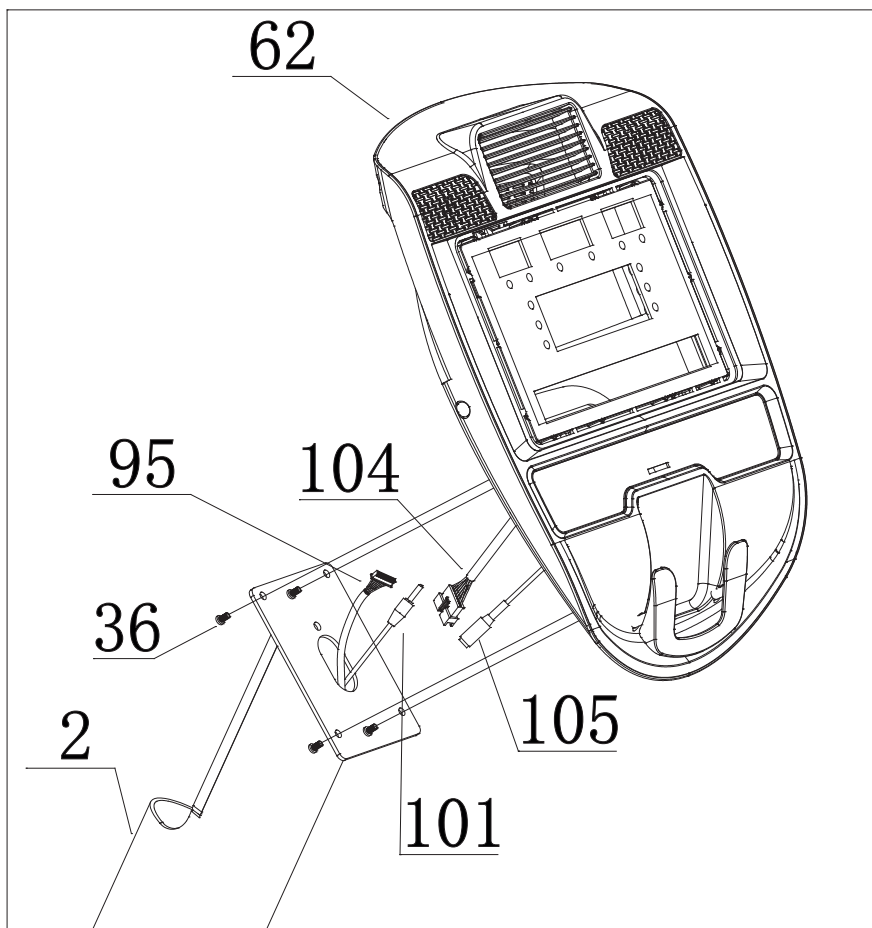
Наденьте кожух (71) на стойку (2) и поднимите его вверх по стойке. Соедините провода стойки консоли (95) и (101) с соответствующими проводами, выходящими из основной рамы (96) и (102). Вставьте стойку консоли (2) в основную раму (1), зафиксируйте с помощью болтов, предварительно установленных на раму, с помощью шестигранного ключа. Опустите кожух (71) вниз по стойке консоли (2).

Внимание: затяните болты крепления стойки к раме, чтобы она не шаталась.



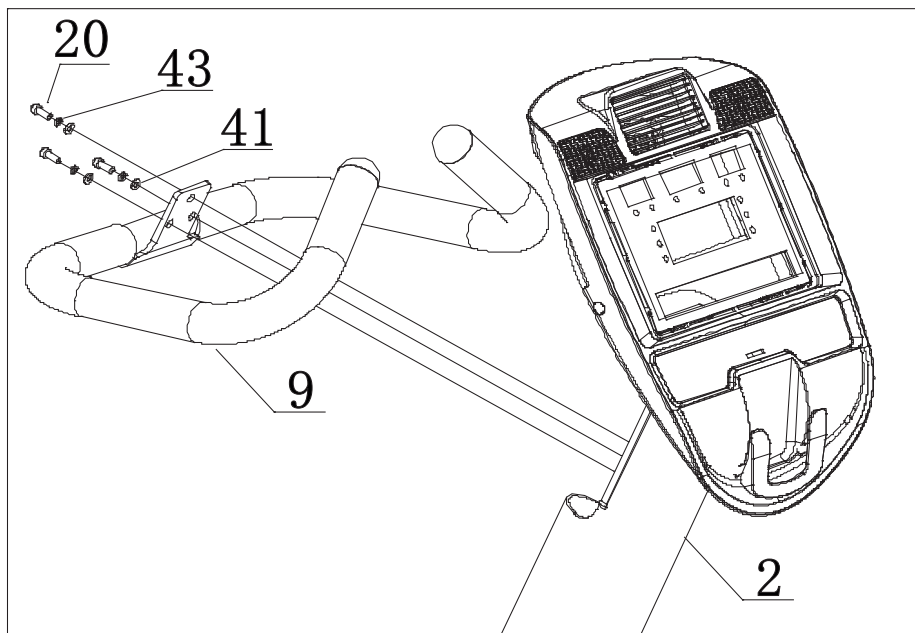
ШАГ 4:

Подключите кабель стойки консоли (95) (104) и кабель консоли (101) (105). Прикрепите консоль (62) к стойке консоли (2) винтом (36).



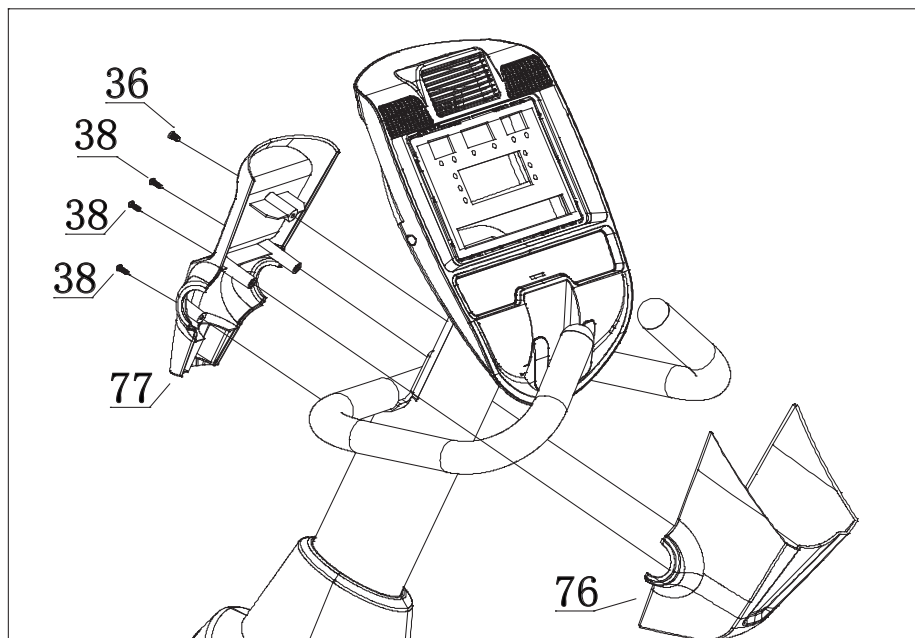
ШАГ 5:

Установите ручки (9) на стойке консоли (2) с помощью шайб (41), пружинных шайб (43) и болтов (20).



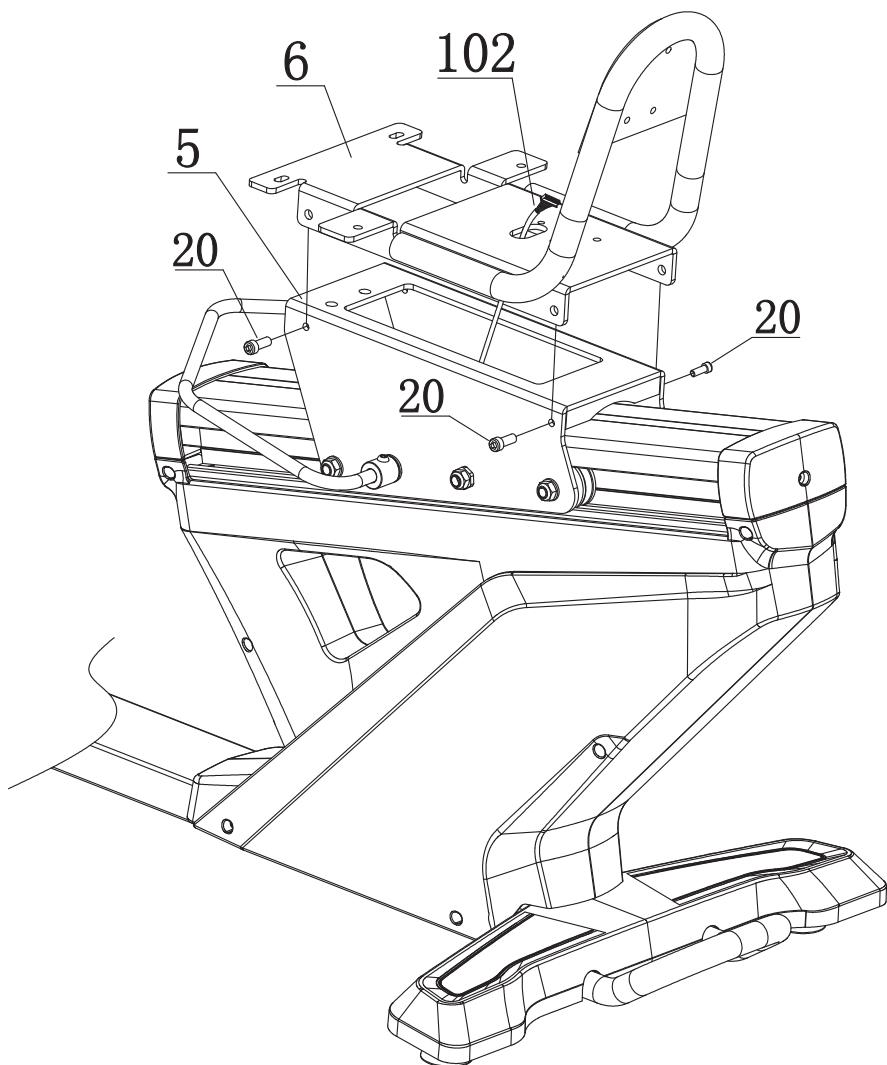
ШАГ 6:

Установите и закрепите передний кожух руля (76) и задний (77) на стойке консоли (2) с помощью винтов (38) и винтов (36).



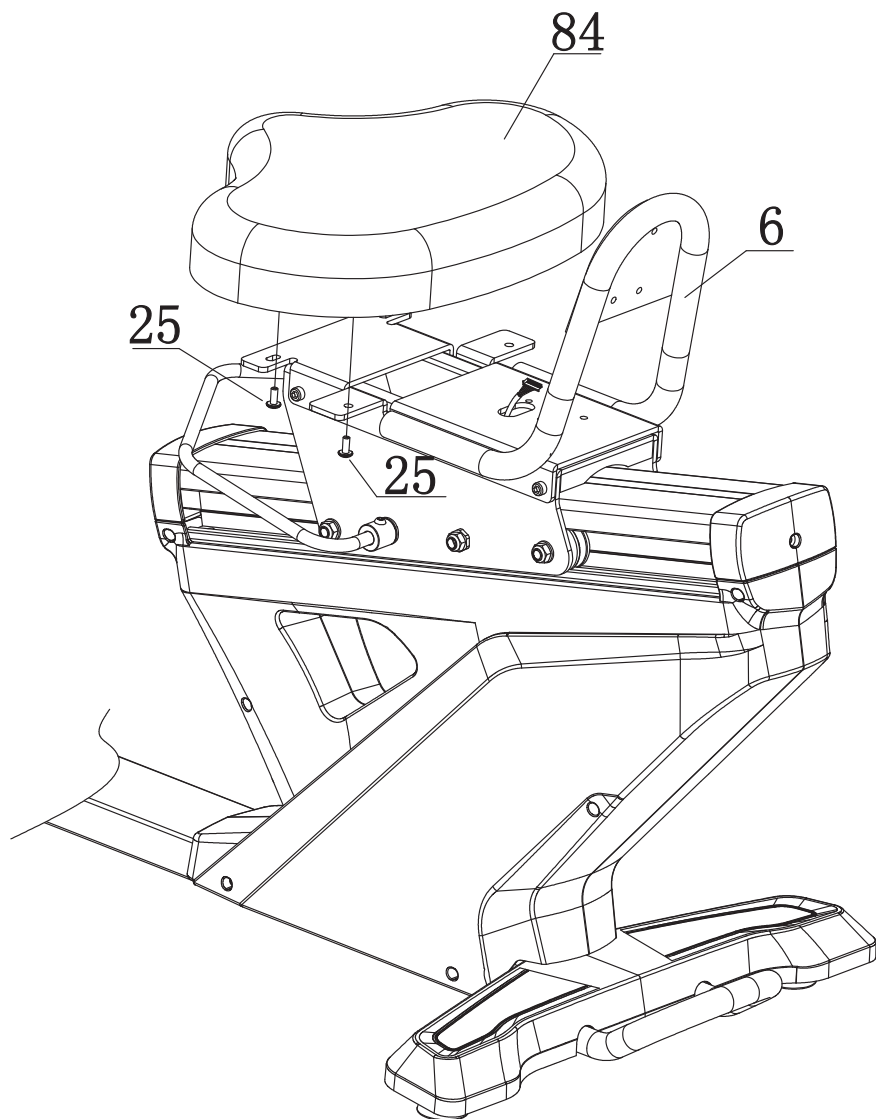
ШАГ 7:

Достаньте раму сиденья (6) и проведите провод датчиков пульса (102), выходящий из основной рамы, через раму сиденья (6). Затем установите раму сиденья (6) на слайдер сиденья (5) и закрепите соединение 4 болтами (20), как показано на рисунке.



ШАГ 8:

Установите сиденье (84) на раму сиденья (6) и закрепите 4 болтами (25).

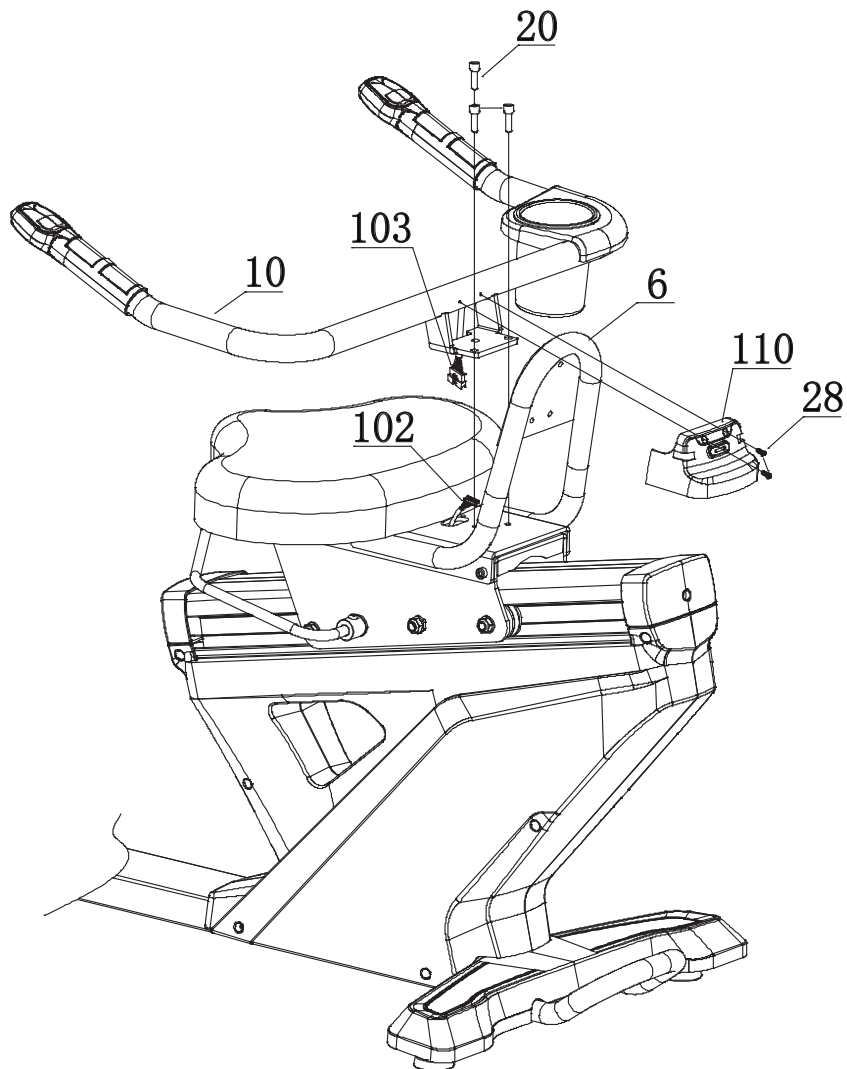


ШАГ 9:

Соедините разъем провода датчиков пульса поручней (103) с соответствующим разъёмом провода рамы (102).

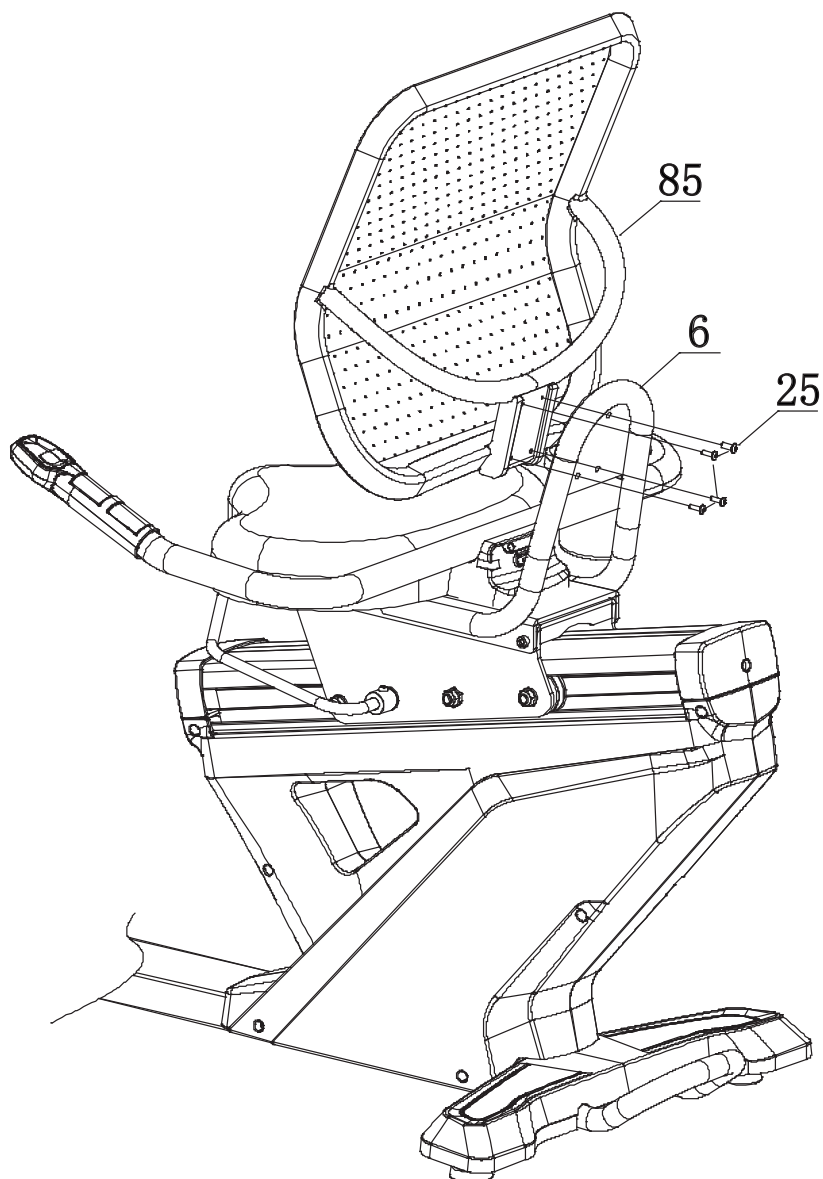
Прикрепите поручни (10) к раме сиденья (6) с помощью болтов (20).

Закройте место соединения поручней с рамой кожухом (110) и закрепите его с помощью болта (28).



ШАГ 10:

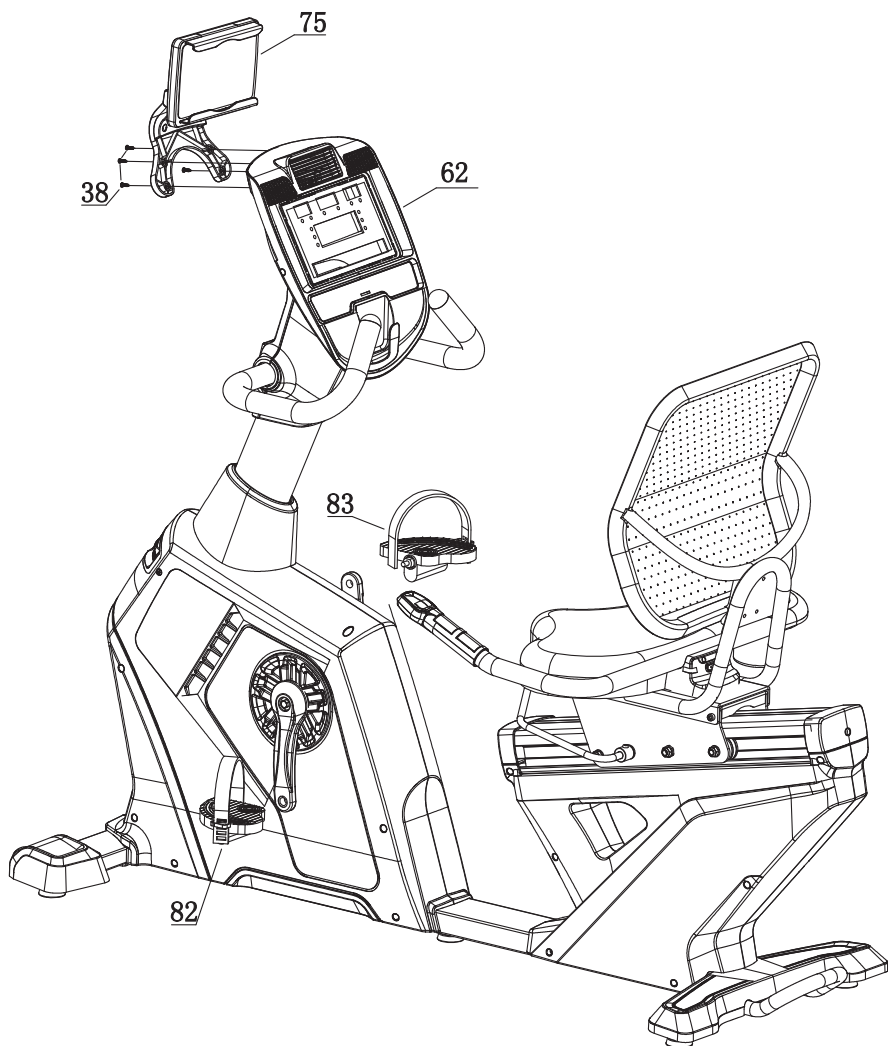
Установите спинку сиденья (85) на раму сиденья (6) и закрепите с помощью 4 болтов (25).



ШАГ 11:

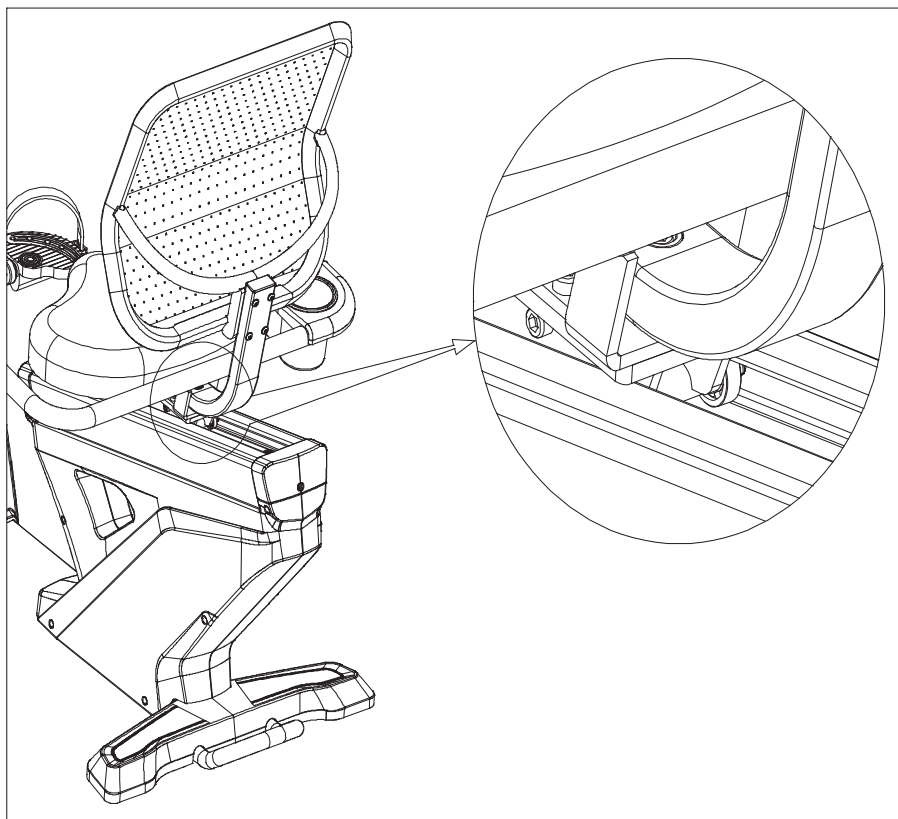
Прикрепите педали (82, 83) к шатунам, как показано на рисунке. Педаль с пометкой R поместите с правой стороны, а с пометкой L – с левой. Левую педаль ввинчивайте против часовой стрелки, а правую, напротив, по часовой.

Прикрепите держатель планшета (109) к консоли (62) с помощью 4 винтов (38).



ШАГ 12:

Смажьте направляющую перед использованием.



Сборка закончена!

Рекомендуем проверить затяжку всех крепежных соединений тренажера перед его использованием и регулярно следить за их состоянием.

Эксплуатация тренажера

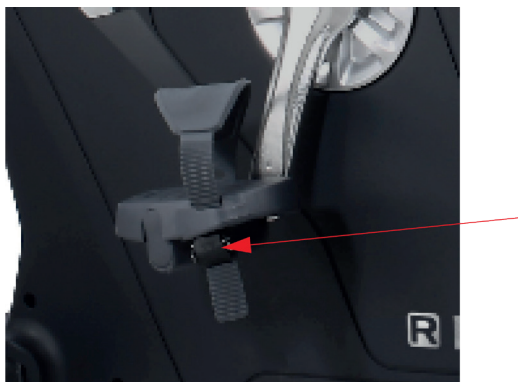
РЕГУЛИРОВКА ПОЛОЖЕНИЯ СИДЕНЬЯ

Сядьте на сиденье тренажера и поместите ступни в ремешки педалей. Возьмитесь за ручку регулировки сиденья и потяните ее вверх. Установите сиденье в наиболее удобное для вас положение и отпустите ручку.

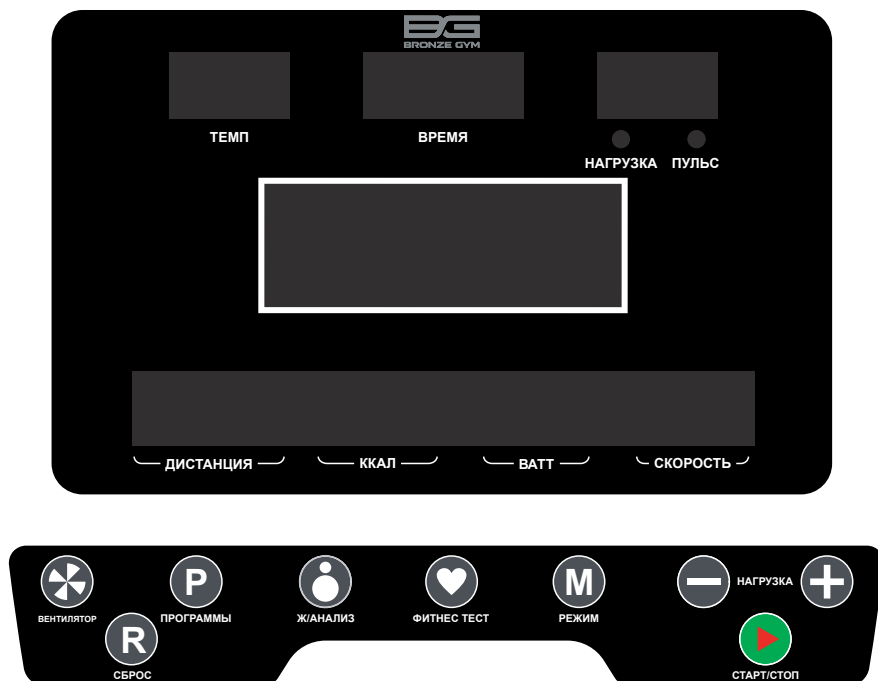


РЕГУЛИРОВКА РЕМЕШКОВ ПЕДАЛЕЙ

Сядьте на сиденье тренажера и поместите ступни в ремешки педалей. Отрегулируйте ремешки педалей в соответствии с размером ваших ступней.



Работа с консолью



ОПИСАНИЕ ИНФОРМАЦИОННЫХ ОКОН ДИСПЛЕЯ

ВРЕМЯ: отображает время тренировки. Диапазон 0:00 – 99:00 мин.

ДИСТАНЦИЯ: отображает пройденное расстояние. Диапазон 0.0 – 99.99 км.

ККАЛ: отображает израсходованные калории. Диапазон 0 – 999 ккал.

СКОРОСТЬ: отображает скорость 0.0 – 99.9 КМ(МИЛЬ)/Ч

НАГРУЗКА: уровень нагрузки во время тренировки. Диапазон 1- 20.

ПУЛЬС: отображает пульс. Диапазон 40 – 220 уд./мин.

ТЕМП: частота вращения педалей (обороты/мин). Диапазон 0- 999.

WEIGHT (ВЕС): отображает вес пользователя. Диапазон 30 - 150 КГ (40 – 400 LB).

HEIGHT (РОСТ): отображает рост пользователя. Диапазон 90 – 210 CM.

AGE (ВОЗРАСТ): отображает возраст пользователя. Диапазон 10 – 99.

КЛАВИШИ

- СТАРТ/СТОП: Начало и окончание тренировки.
- СБРОС: Возврат в основное меню в режиме остановки. Зажмите клавишу в течении 5 сек для сброса системы. Для возврата к предыдущему параметру во время настройки.
- РЕЖИМ: Для установки или настройки параметров. В режиме тренировки для переключения информации о тренировке.
- НАГРУЗКА +/-: Увеличение или уменьшение параметра тренировки во время настройки. Во время тренировки для регулировки нагрузки.
- ПРОГРАММЫ: Для выбора программы тренировки.
- ФИТНЕС ТЕСТ (ВОССТАНОВЛЕНИЕ ПУЛЬСА): Проверка уровня восстановления частоты сердечных сокращений после нагрузки.
- Ж/АНАЛИЗ (ЖИРОАНАЛИЗАТОР): Режим жиросанализатора.
- ВЕНТИЛЯТОР: Для включения/выключения вентилятора.
- USB-разъем: Для зарядки телефона или планшета.
- МР3-разъем: Для проигрывания музыки.

ПРОГРАММЫ

БЫСТРЫЙ СТАРТ:

Нажмите клавишу СТАРТ для быстрого начала тренировки и начните вращать педали. Дисплей консоли начнет отсчет параметров тренировки с нулевой отметки и будет отображать частоту пульса, если вы обхватите ладонями на сенсорные датчики на поручнях.

РУЧНОЙ РЕЖИМ (P00):

Нажмите клавишу СБРОС, для перехода в основное меню. Кнопкой ПРОГРАММЫ выберите программы P00. Нажмите СТАРТ для начала тренировки или нажмите РЕЖИМ, для перехода в режим настройки, где клавишами +/- установите значения Возраста, Веса, Времени, Расстояния, Калорий. Нажмите СТАРТ, чтобы начать тренировку.

ПРЕДУСТАНОВЛЕННЫЕ ПРОГРАММЫ (P01 – P12):

Нажмите клавишу СБРОС, для перехода в основное меню. Кнопкой ПРОГРАММЫ выберите программы P01 – P12. Нажмите СТАРТ для начала тренировки или нажмите РЕЖИМ, для перехода в режим настройки, где клавишами +/- установите значения Возраста, Веса, Времени. Нажмите СТАРТ, чтобы начать тренировку.

ПОЛЬЗОВАТЕЛЬСКИЕ ПРОГРАММЫ (U01 – U04):

Нажмите клавишу СБРОС, для перехода в основное меню. Кнопкой ПРОГРАММЫ выберите программы U01 – U04. Нажмите СТАРТ для начала тренировки или нажмите

РЕЖИМ, для перехода в режим настройки, где клавишами +/- установите значения Возраста, Веса, Времени. Нажмите СТАРТ, чтобы начать тренировку.

ПУЛЬСОЗАВИСИМЫЕ ПРОГРАММЫ (H01 – H03):

Нажмите клавишу СБРОС, для перехода в основное меню. Кнопкой ПРОГРАММЫ выберите программы H01 - H04. Нажмите СТАРТ для начала тренировки или нажмите РЕЖИМ, для перехода в режим настройки, где клавишами +/- установите значения Возраста, Веса, Времени, Целевую частоту сердечных сокращений. Нажмите СТАРТ, чтобы начать тренировку.

ЖИРОАНАЛИЗАТОР (BODY FAT):

Нажмите клавишу СБРОС, для перехода в основное меню. Кнопкой Ж/АНАЛИЗ выберите режим жироанализатора. Нажмите РЕЖИМ, для перехода в режим настройки, где клавишами +/- установите значения Возраста, Веса, Рост. Нажмите РЕЖИМ, чтобы начать проверку. Во время проверки необходимо постоянно держать руки на датчиках пульса, в течении 10 секунд. В это время на консоли будет идти обратный отсчет, начиная с 0:10.

ЗАПУСК ФУНКЦИИ ФИТНЕС ТЕСТА (RECOVERY):

Находясь в любом из режимов тренировки, нажмите кнопку RECOVERY. Консоль в течении 10 секунд проанализирует пульс. После этого запустится режим восстановления на 60 секунд. Вначале на консоли появится время 0:10, которое начнет обратный отсчет, во время анализа пульса, после этого на дисплее отобразится время 0:60, что запустит сам режим восстановления. По окончании программы консоль покажет значение, где:

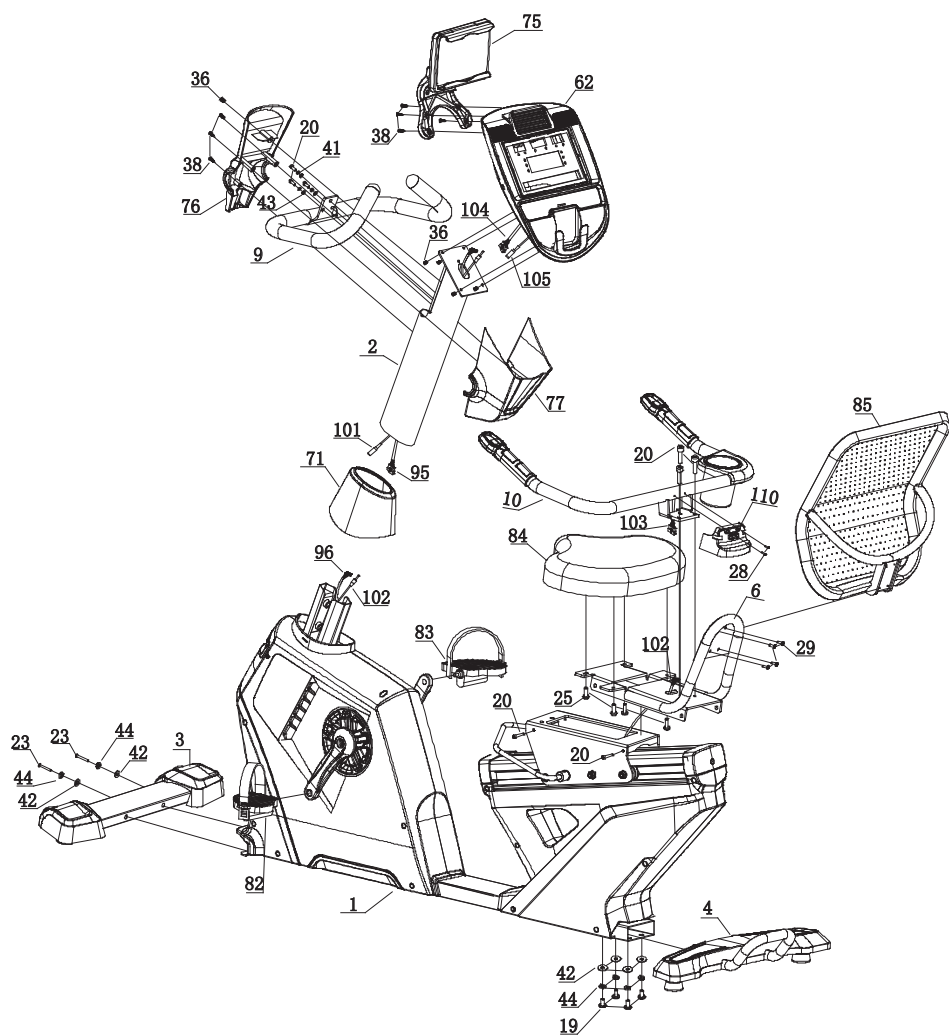
F1	Превосходно
F2	Очень хорошо
F3	Хорошо
F4	Нормально
F5	Плохо
F6	Очень плохо

Список комплектующих частей

Предварительно собранные детали, для сборки

№.	Наименование	Спецификация	Кол-во
1	Основная рама		1
2	Стойка консоли		1
3	Передний стабилизатор		1
4	Задний стабилизатор		1
6	Крепление спинки сиденья		1
9	Передний руль		1
10	Руль сиденья		1
11	Ручка регулировки		1
19	Болт	M10×20	4
20	Болт	M8×20	10
22	Болт	M12×70	2
23	Болт	M10×110×20	2
24	Болт	M8×15	2
25	Болт	M6×15	4
28	Болт	M4×10	2
29	Болт	M6×10	4
36	Болт	M5×15	5
36	Винт	M5×15	5
38	Винт	ST4×16	7
41	Шайба	Ø8	3
42	Шайба	Ø10	6
43	Пружинная шайба	Ø8	3
44	Пружинная шайба	Ø10	6
62	Консоль в сборе		1
71	Кожух стойки консоли		1
76	Передний кожух руля		1
77	Задний кожух руля		1
82	Левая педаль (8020-21)		1
83	Правая педаль (8020-22)		1
84	Сиденье (8010-22)		1
85	Спинка (8010-23)		1
95	Кабель стойки консоли	B11/L-800mm	1
96	Кабель консоли основной рамы	B11/L-800mm	1
101	Кабель пульсометров стойки консоли	R11/L-800mm	1
102	Кабель пульсометров основной рамы-2	R11/L-2400mm	1
103	Кабель пульсометров основной рамы -4	R11/L-900mm	1
104	Кабель консоли		1
105	Кабель пульсометров консоли		1
109	Держатель IPAD		1

Схема деталей тренажера для сборки



Список комплектующих частей

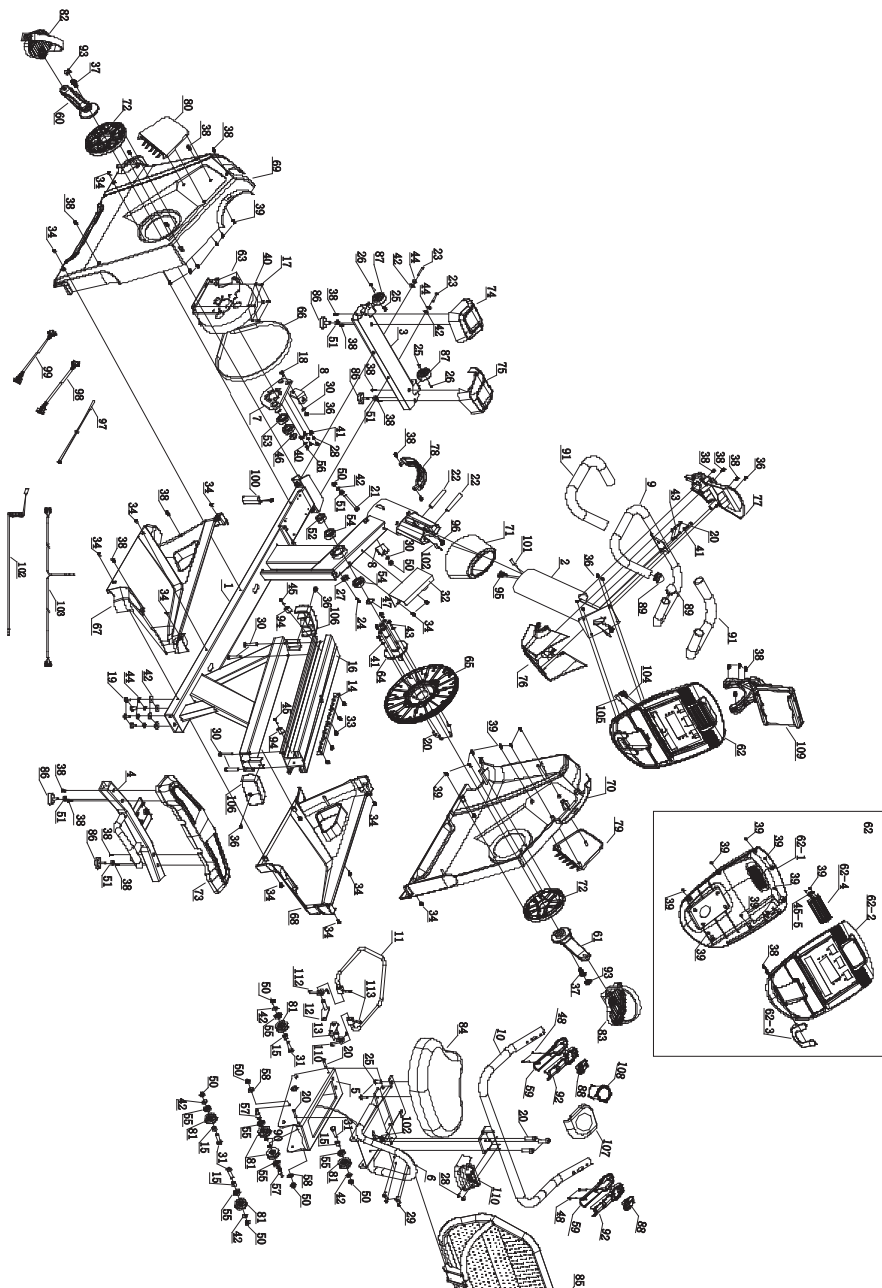
№.	Наименование	Спецификация	Кол-во
1	Основная рама	Поверхность: 0.924 м²	1
2	Стойка консоли	Поверхность: 0.596 м²	1
3	Передний стабилизатор	Поверхность: 0.132 м²	1
4	Задний стабилизатор	Поверхность: 0.160 м²	1
5	Крепление сиденья	Поверхность: 0.13 м²	1
6	Крепление спинки сиденья	Поверхность: 0.238 м²	1
7	Прижимной кронштейн ремня	Поверхность: 0.028 м²	2
8	Крепление	Поверхность: 0.001 м²	3
9	Передний руль	Поверхность: 0.214 м²	1
10	Руль сиденья	Поверхность: 0.154 м²	1
11	Ручка регулировки	Поверхность: 0.03 м²	1
12	Фиксатор (L)		1
13	Фиксатор (R)		1
14	Направляющая слайдера		1
15	Крепление		4
16	Алюминиевая направляющая	R11/137.5×111.5×670	1
17	Болт	M6×10	4
18	Болт	M10×25	1
19	Болт	M10×20	4
20	Болт	M8×20	14
21	Болт	M10×130×35	1
22	Болт	M12×70	2
23	Болт	M10×110×20	2
24	Болт	M8×15	2
25	Болт	M6×15	6
26	Болт	Ø8×33×M6×15	2
27	Крепление магнита		1
28	Болт	M4×10	2
29	Винт	M6×30	4
30	Болт	M8×45×20	4
31	Болт	M10×40×20	4
32	Плата управления нагрузки	B11	1
33	Болт	M6×10	5
34	Винт	M5×15	12
35	Винт	M5×20	3
36	Винт	M5×15	7
37	Болт	5/16-18UNC-1"	2

38	Винт	ST4×16	24
39	Винт	ST4×10	23
40	Шайба	Ø6	7
41	Шайба	Ø8	7
42	Шайба	Ø10	12
43	Пружинная шайба	Ø8	7
44	Пружинная шайба	Ø10	6
45	Болт	M6×20	4
46	Фиксирующее кольцо	Ø20	1
47	Фиксирующее кольцо	Ø25	1
48	Винт	ST3×25	4
49	Гайка	M8	4
50	Гайка	M10	8
51	Гайка	M10	5
52	Гайка	M24×P1.5	1
53	Подшипник	6004ZZ	2
54	Подшипник	6005ZZ	2
55	Подшипник	6001ZZ	6
56	Крепление	Ø13×Ø8.5×8.4	3
57	Вал эксцентрика		2
58	Пластина		2
59	Поручень	6920EA/192×59×19	2
60	Левый шатун	B11/228.3×78.5×51	1
61	Правый шатун	B11/228.3×78.5×51	1
62	Консоль в сборе	LED/ HRC/ MP3/ USB	1
63	Генератор	Мощность:50-400w/ напряжение:690r/ min>85v/ однонаправленное движение	1
64	Ось в сборе	Ø108×192	1
65	Шкив в сборе (8500-49)	Ø308.9×22.2	1
66	Приводной ремень	480PJ8	1
67	Левый кожух сиденья	R11/734×500×69.5	1
68	Правый кожух сиденья	R11/734×500×69.5	1
69	Левый кожух маховика	R11/738×649×95.5	1
70	Правый кожух маховика	R11/738×649×95.5	1
71	Кожух стойки консоли	R11/208×128.5×143	1
72	Кожух шатуна	B11/Φ174×16	2
73	Кожух заднего стабилизатора	B11/591×154.5×50	1
74	Левый кожух переднего стабилизатора	B11/151.5×154.5×66.2	1

75	Правый кожух переднего стабилизатора	B11/151.5×154.5×66.2	1
76	Передний кожух руля	B11/289×168.5×144	1
77	Задний кожух руля	B11/312×168.5×88.7	1
78	Кожух	B11/135×71×79.2	1
79	Кожух правый	B11/164.4×230.5×30.8	1
80	Кожух левый	B11/164.4×230.5×30.8	1
81	Колесо		6
82	Левая педаль (8020-21)	8020/JD-36A	1
83	Правая педаль (8020-22)	8020/JD-36A	1
84	Сиденье (8010-22)	ST-169 cushion	1
85	Спинка (8010-23)	SB-R7.4	1
86	Ножка (8200-76)	Ø49×10.5×M10×22	4
87	Колесо (8500-56)	Ø54.5×23.5	2
88	Кнопка руля	59*44.5*13.5(186C)	2
89	Заглушка	φ32×t1.5	2
90	Квадратная заглушка	25×50×t1.5	1
91	Поручень	Ø29×t3.0×530	2
92	Руль сиденья	192×59×19	2
93	Заглушка шатуна		2
94	Ограничитель	Ø20×20	2
95	Кабель стойки консоли	B11/L-800 мм	1
96	Кабель консоли основной рамы	B11/L-800 мм	1
97	Датчик движения	B11/L-800/2PIN	1
98	Кабель	XH-2P/L-600 мм	1
99	Кабель	XH-3P/L-600 мм	1
100	Батарея		1
101	Кабель пульсометров стойки консоли	R11/L-800 мм	1
102	Кабель пульсометров основной рамы-2	R11/L-2400 мм	1
103	Кабель пульсометров основной рамы - 4	R11/L-900 мм	1
104	Кабель консоли		1
105	Кабель пульсометров консоли		1
106	Заглушка направляющей	R11/143.3×71×45	2
107	Держатель бутылки	R11/147*147*34.3	1
108	Бутылка	1950CA/Ø100×118	1
109	Держатель планшета		1
110	Кожух поручней		1
111	Пружина		1
112	Пружина		1
113	Пружина		2

Консоль в сборе			
62-1	Нижний кожух консоли		1
62-3	Держатель iPhone		1
62-5	Крепление		2
62-2	Верхний кожух консоли		1
62-4	Отверстие для выпуска воздуха		1

Схема тренажера в разобранном виде



Технические характеристики

Посадка	горизонтальная
Рама	высокопрочная с двухслойной покраской
Система нагружения	Электромагнитная с генератором (GMS)
Кол-во уровней нагрузки	20
Маховик	15 кг
Педали	большие с фиксирующими ремнями
Сидение	эргономичное повышенной комфортности со спинкой и поручнями
Регулировка положения сидения	по горизонтали
Руль/поручни	Передние и задние мультипозиционные с прорезиненными рукоятками
Регулировка положения руля	нет
Измерение пульса	сенсорные датчики на поручнях сиденья
Нагрудный кардиодатчик	нет
Консоль	многофункциональный LED основной дисплей с точечной матрицей + 7 дополнительных информационных окон с красной подсветкой
Показания консоли	время, скорость, дистанция, уровень нагрузки, калории, пульс, темп, ватт, фитнес тест, жиросанализатор
Кол-во программ	20
Спецификации программ	12 предустановленных программ, ручной режим, 4 пользовательские, 3 пульсозависимые
Мультимедиа	воспроизведение аудио файлов, встроенные динамики
Зарядка мобильного устройства	есть, USB
Интеграция	AUX IN (воспроизведение аудио через смартфон/MP3), USB (зарядка мобильного устройства)
Держатель мобильного тел.	есть
Держатель планшета	есть
Вентилятор	есть
Транспортировочные ролики	есть
Размер в рабочем состоянии (Д*Ш*В)	162*71*139 см
Вес нетто	75 кг.
Вес брутто	90 кг (упаковка 1 шт. в 1 коробке)
Компенсаторы неровности пола	есть
Держатель бутылки	есть
Макс. вес пользователя	180 кг.
Питание	автономно (генератор)

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 коммерческого использования.

