

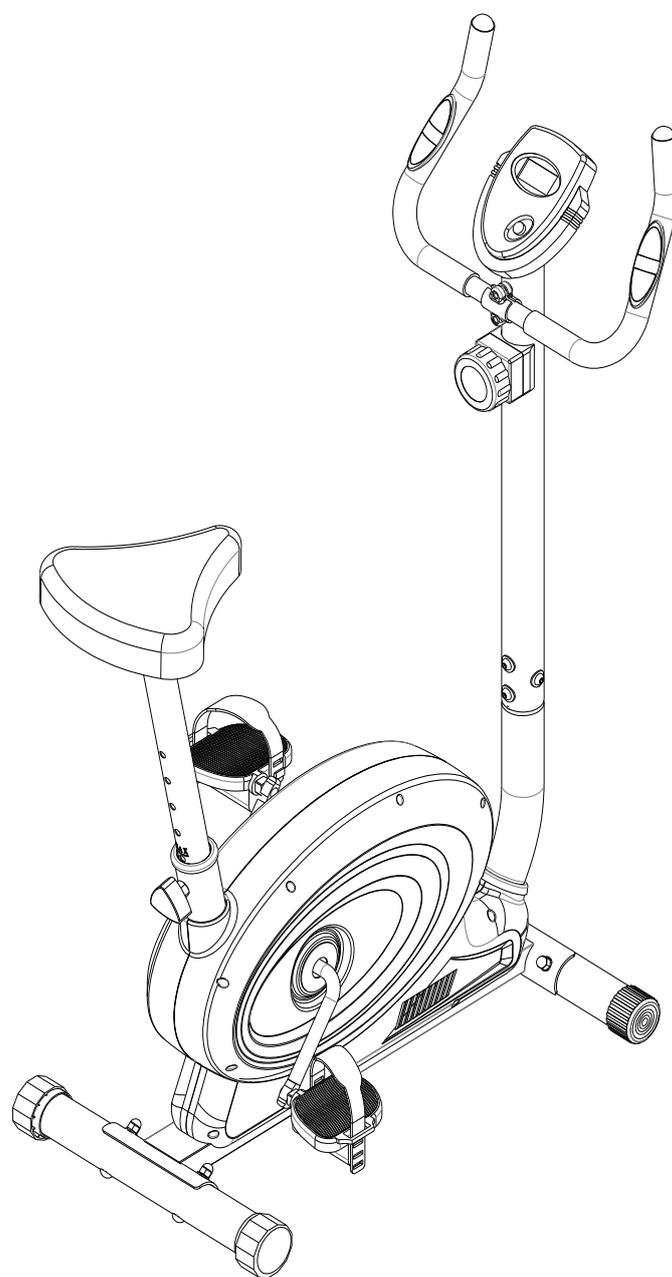
Велотренажер DFC

Руководство пользователя

Модели:

WB-1006 NEW

PT-01LB NEW

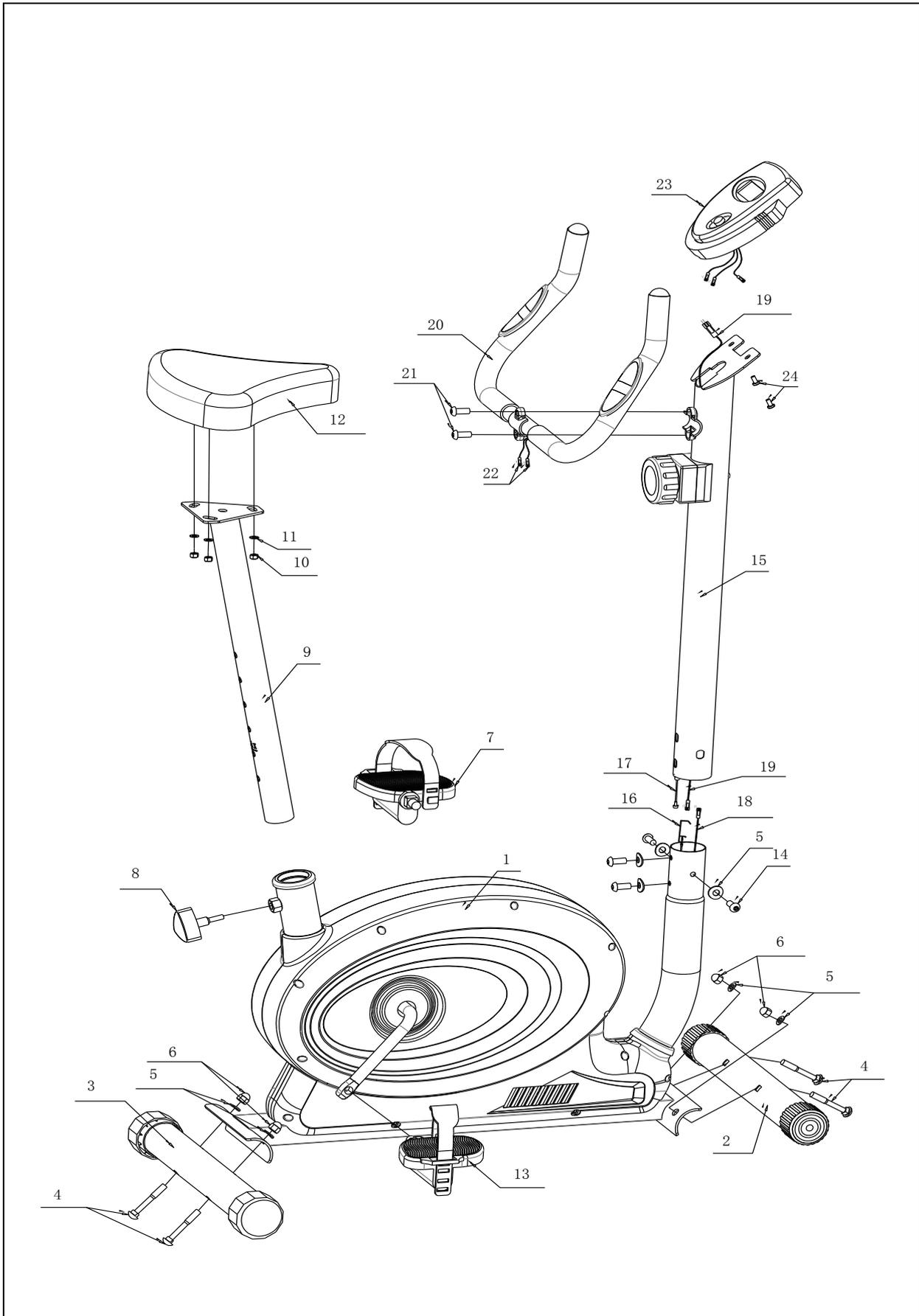


Важная информация по безопасности

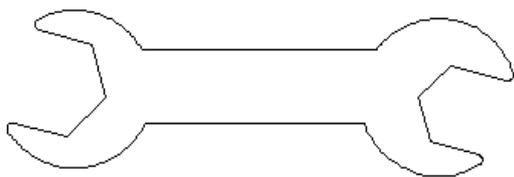
Сохраните это руководство в надежном месте для информации.

1. Важно прочесть эту инструкцию перед сборкой и использованием оборудования. Безопасное и эффективное использование может быть достигнуто только, если оборудование собрано, сохранено и использовано надлежащим образом. Это ответственность владельца, проинформировать всех пользователей оборудования обо всех предупреждениях и предосторожностях.
2. Перед началом любой программы упражнений необходимо проконсультироваться с врачом, чтобы определить, наличие каких-либо медицинских или физических противопоказаний, которые могут создать риск для вашего здоровья и безопасности, или препятствовать использованию оборудования должным образом. Также консультация врача необходима, если вы принимаете лекарства, которые влияют на ваш сердечный ритм, кровяное давление или уровень холестерина.
3. Прислушивайтесь к сигналам своего тела. Неправильные или чрезмерные физические нагрузки могут повредить вашему здоровью. Прекратите тренировку, если вы испытываете любой из следующих симптомов: боль, тяжесть в груди, нерегулярное сердцебиение, крайне затрудненное дыхание, легкое головокружение, головокружение или тошноту. Если вы испытываете какие-либо из этих условий вы должны проконсультироваться с врачом, прежде чем продолжать программу упражнений.
4. Держите детей и домашних животных подальше от тренажера. Тренажер предназначен только для взрослого человека.
5. Используйте тренажер на твердой, ровной поверхности с ковриком для защиты пола или ковра. Для безопасности вокруг тренажера должно быть не менее 0.5м свободного пространства.
6. Перед использованием оборудования проверьте, чтобы все болты и гайки были надежно затянуты. Некоторые детали такие, как педали и т.д. могут деформироваться.
7. Уровень безопасности тренажера может быть обеспечен только при регулярной проверке тренажера на наличие повреждений и/или износа.
8. Всегда используйте оборудование как указано. Если вы обнаружили какую-либо поврежденную деталь во время сборки или проверки оборудования, или если вы услышали странный шум, исходящий от оборудования в процессе использования, прекратите тренировку. Не используйте тренажер до тех пор, пока проблема не будет устранена.
9. Надевайте подходящую одежду для тренировок. Старайтесь не носить свободную одежду, которая может попасть в оборудование или может ограничить или запретить движение.
10. Оборудование было протестировано и сертифицировано в соответствии с EN957 класса Н. С. подходит для бытового, домашнего использования. Максимальный вес пользователя 90кг. Полонка не зависит от скорости.
11. Тренажер не предназначен для терапевтического использования.
12. Необходимо соблюдать осторожность при подъеме или перемещении тренажера, чтобы не травмировать спину. Всегда используйте подходящие способы подъема и/или использовать помощь.

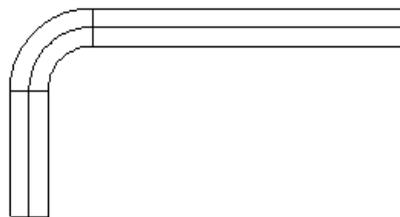
СБОРОЧНЫЙ ЧЕРТЕЖ



ИНСТРУМЕНТЫ



Гаечный ключ

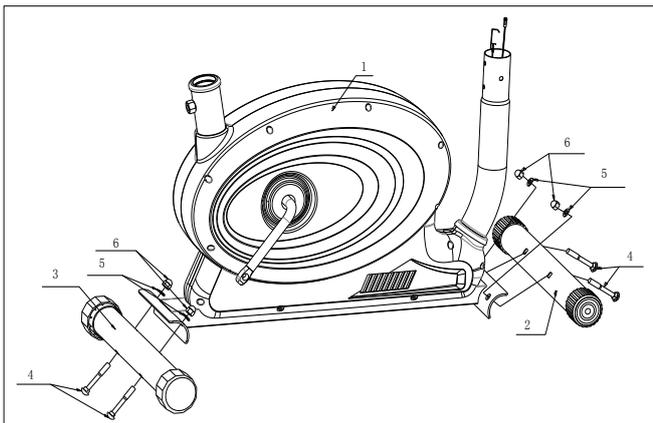


Шестигранный ключ

СБОРОЧНЫЕ ЕДИНИЦЫ

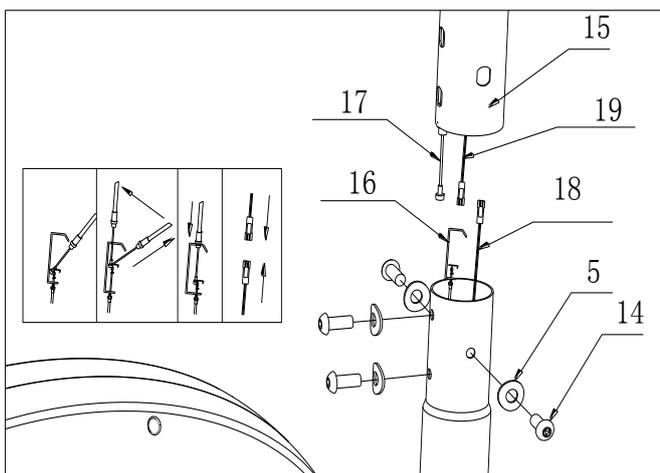
Описание		Кол-во	Описание		Кол-во
1	Основная рама	1	16	Трос натяжения	1
2	Передний стабилизатор	1	17	Трос натяжения	1
3	Задний стабилизатор	1	18	Провод компьютера	1
4	Болт с усом	4		(нижний)	
5	Шайба	4	19	Провод компьютера	1
6	Колпачковая гайка	4		(средний)	
7	Педаль (левая)	1	20	Рукоятка	1
8	Регулировочная ручка	1	21	Шестигранный болт	2
9	Опора сиденья	1	22	Провод пульсометра	1
10	Контргайка (M8)	3	23	Компьютер	1
11	Шайба	3	24	Винт со сферической	2
12	Сиденье	1		головкой	
13	Педаль (правая)	1			
14	Шестигранный болт	4			
15	Передняя стойка	1			

ИНСТРУКЦИЯ ПО СБОРКЕ



ШАГ 1

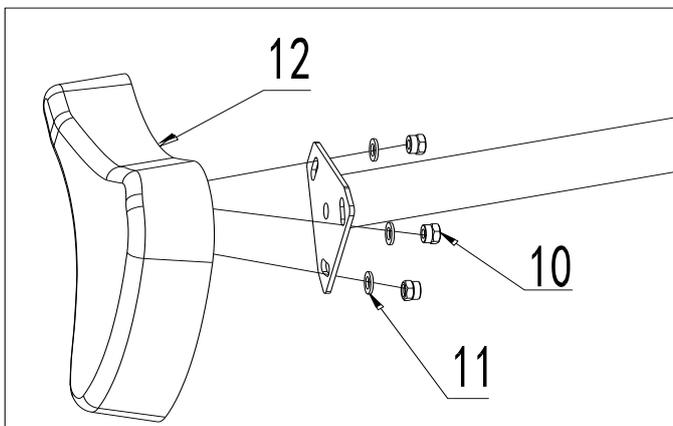
Прикрепите передний стабилизатор (2) к основной раме (1) с помощью двух колпачковых гаек (6), шайб (5) и болтов (4). Прикрепите передний стабилизатор (3) к основной раме (1) с помощью двух колпачковых гаек (6), шайб (5), болтов (4).



ШАГ 2

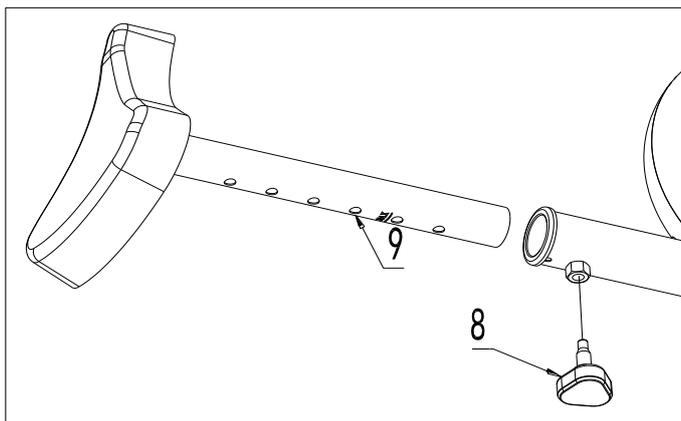
Отрегулируйте трос натяжения (17) на самое длинное положение, соедините трос натяжения (17) и (16) (на самое длинное положение). Соедините трос натяжения (18) с разъемом среднего провода 19. Вставьте переднюю стойку (15) в основную раму (1), затем надежно закрепите их шестигранным болтом (14) и шайбой (5).

Примечание: Когда соедините провод (17) с (16), отрегулируйте сопротивление до 1 уровня.



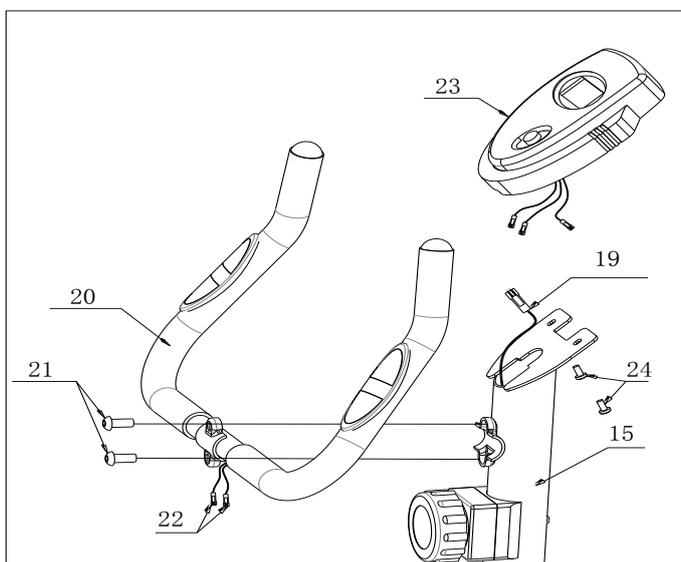
ШАГ 3

Прикрепите сиденье (12) к опоре сиденья (9) с помощью трех шайб (11) и трех контргаек (10), расположенных под сиденьем.



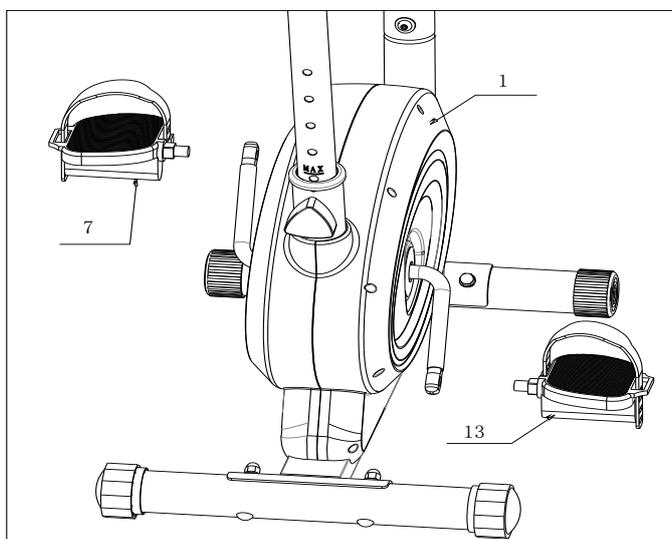
ШАГ 4

Вставьте пору сиденья (9) в основную раму (1) и совместите отверстия для необходимой высоты сиденья. (Это можно сделать только после сборки тренажера). Зафиксируйте сиденье в нужном положении с помощью регулировочной ручки (8).



ШАГ 5

Соедините провод компьютера (средний) (19) с компьютером (23), затем зафиксируйте компьютер (23) на кронштейне с помощью винта со сферической головкой (24). С помощью гаечного ключа зафиксируйте рукоятку (20) на передней стойке (15) при помощи шестигранного болта (21). Затем подсоедините провод пульсометра (22) с компьютером.



ШАГ 6

Педали (7&13) промаркированы «L» и «R» – левая и правая. Соедините их с соответствующими шатунами. Правый шатун находится с правой стороны тренажера, если вы сидите на нем.

Обратите внимание, что правая педаль должна устанавливаться по часовой стрелки, а левая педаль против часовой стрелки.

ИНСТРУКЦИЯ К КОМПЬЮТЕРУ



Сканирование (SCAN): Автоматически отобразиться в правильной последовательности данное состояние.

Время (TMR): от 0 до 99:59.

Скорость (SPD): Отображает скорость в процессе движения

Расстояние (DST): Отображает суммарное расстояние в процессе движения.

Калории (CAL): Отображает суммарный расход в процессе движения.

Расстояние (ODO): Отображает итоговое расстояние.

Частота пульса (PR): Отображает частоту ударов вашего сердца во время тренировки.

TIME (TMR)от 0 до 99:59 МИН

Время

SPEED (SPD)от 0 до 99.9 КМ/Ч

Скорость

DISTANCE (DST) от 0 до 999.9 КМ

Расстояние

CALORIES (CAL) от 0 до 9999 ККАЛ

Калории

DISTANCE (ODO) от 0 до 9999 КМ

Расстояние

PULSE RATE (PR) от 40 до 240 УД/МИН

Пульс

РЕГУЛИРОВКА СОПРОТИВЛЕНИЯ

Высоту сиденья можно отрегулировать, удалив регулировочную ручку и поднимая или опуская сиденье. Есть 6 отверстий в опоре сиденья, позволяющие выбрать необходимую высоту. Как только необходимая высота выбрана, установите на место и затяните регулировочную ручку. Ручка регулировки натяжения позволяет изменять сопротивление педалей. Высокое сопротивление затрудняет вращение педалей, низкое сопротивление - облегчает. Для получения наилучших результатов установите натяжение в процессе использования тренажера.