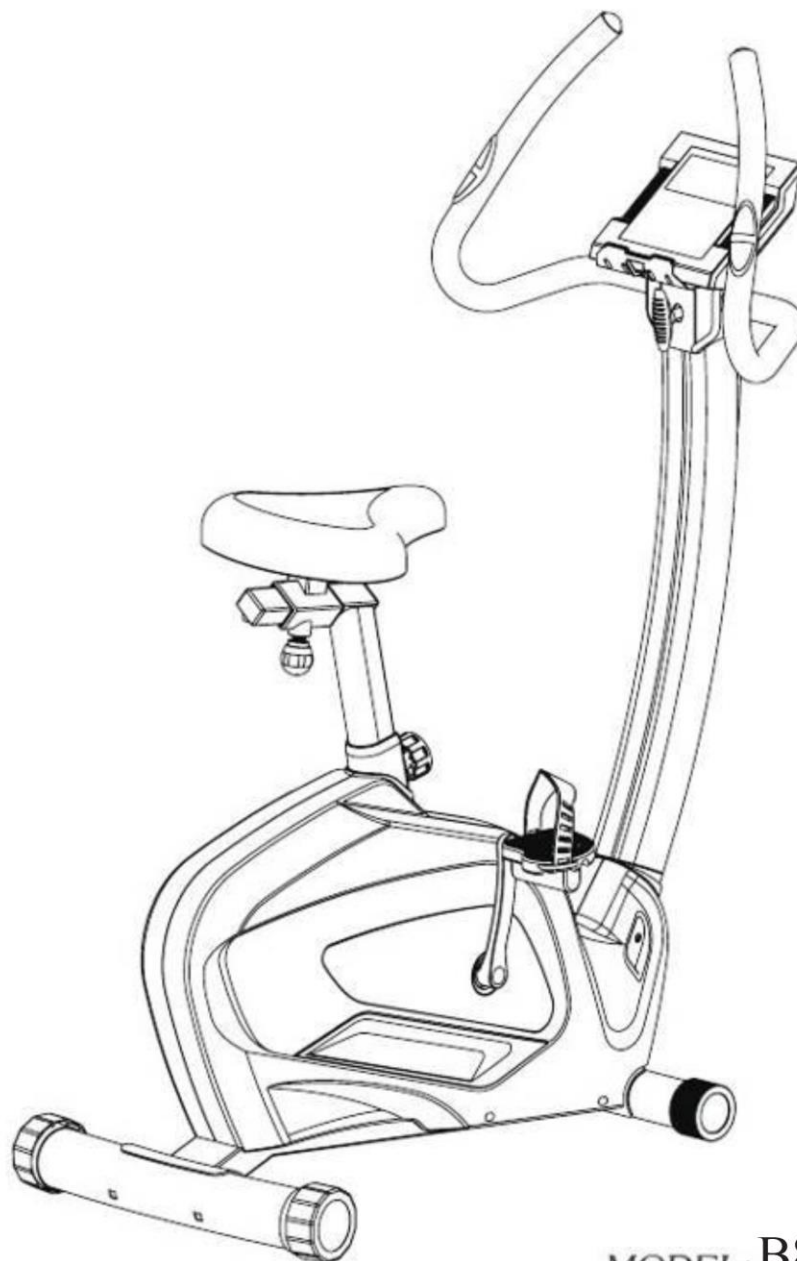


Домашний велотренажёр **HOME TRAINER**



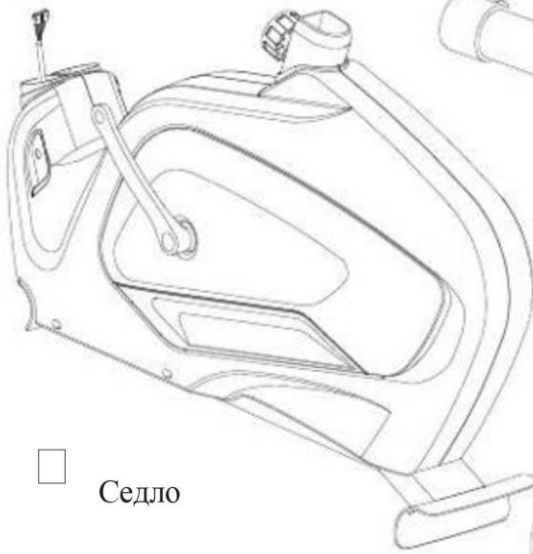
MODEL: B800P+

SPORTOP

Руководство для пользователя

Parts List

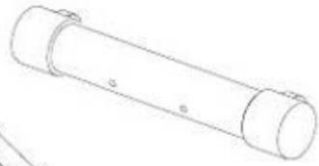
A Основной корпус



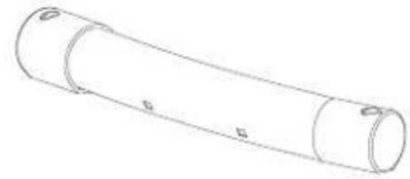
Седло



B Передний стабилизатор



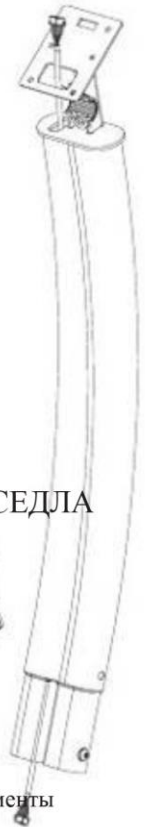
C Задний стабилизатор



E Поручни



Центральная опорная труба



H Консоль



G Декоративный кожух опорной трубы седла

J2 Передняя часть

J1 Задняя часть



ПОДВИЖНОЕ КРЕПЛЕНИЕ СЕДЛА



K1 Педаль (левая) K2 Педаль (правая)



Блок питания N1

L1 Болт



L2 Болт



L3 Шайба



L4 Гайка



L5 Болт



L6 Пружинная шайба



L7 Шайба



L8 Зажим



L10 Болт



L11 Втулка



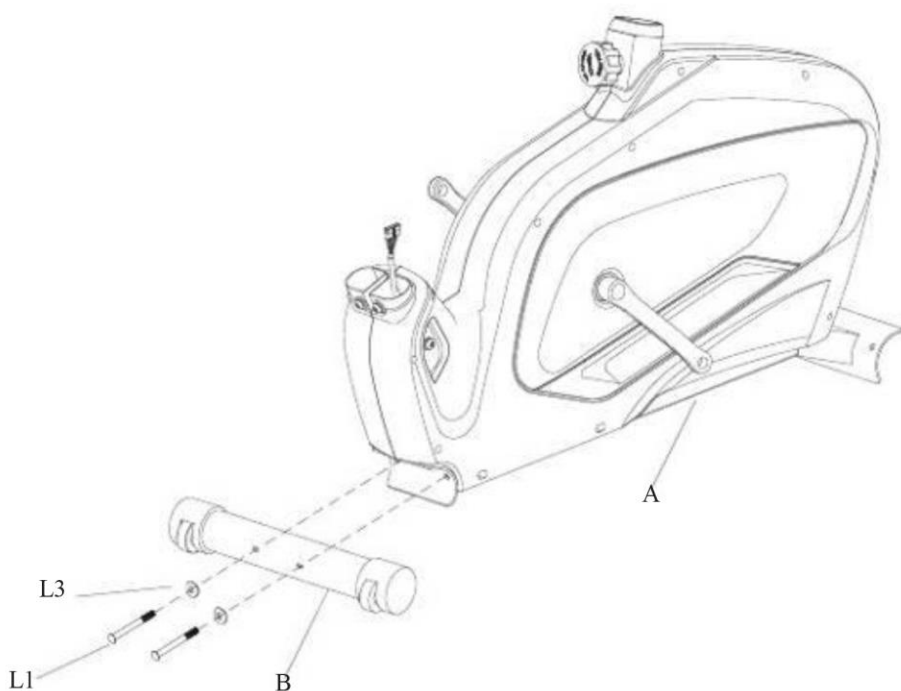
L12 ВИНТ С РУЧКОЙ



FIGURE 1

РИСУНОК_1 УСТАНОВКА ПЕРЕДНЕГО СТАБИЛИЗАТОРА

Шаг1.Закрепить передний стабилизатор (B) на основном корпусе (A) винтами (L1), и шайбами (L3).



ИНСТРУМЕНТ



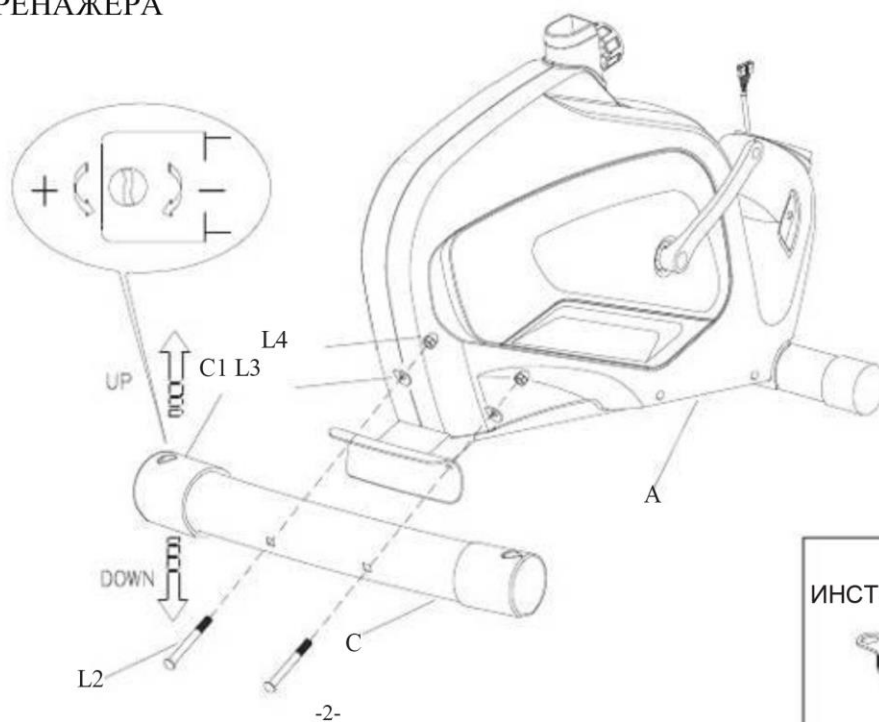
FIGURE 2

РИСУНОК_2 УСТАНОВКА ЗАДНЕГО СТАБИЛИЗАТОРА

Закрепить задний стабилизатор (C) на основном корпусе (A) болтами (L2), шайбами (L3) и гайками (L4).

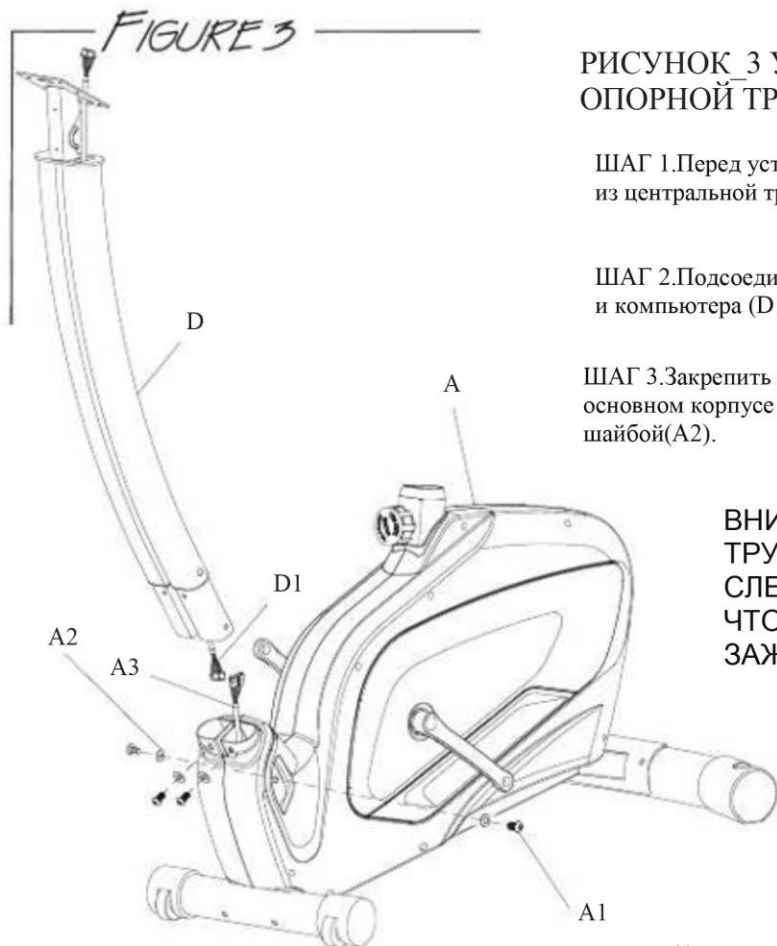
СТАБИЛИЗАЦИЯ ТРЕНАЖЁРА

** После установки стабилизаторов (рисунки 1 и 2), если тренажёр недостаточно устойчив (шатается), отрегулировать один из стабилизаторов ручкой (C1).
Поворот в сторону "+" поднимает стабилизатор, в сторону "-" – опускает.



ИНСТРУМЕНТ





РИСУНОК_3 УСТАНОВКА ЦЕНТРАЛЬНОЙ ОПОРНОЙ ТРУБЫ

ШАГ 1. Перед установкой вытащить болт (A1) и шайбу (A2) из центральной трубы (D).

ШАГ 2. Подсоединить кабели датчика (A3) и компьютера (D1).

ШАГ 3. Закрепить опорную трубу (D) в основном корпусе (A) болтами (A1) и шайбой (A2).

ВНИМАНИЕ: ВСТАВЛЯЯ ТРУБУ В КОРПУС, СЛЕДИТЬ ЗА ТЕМ, ЧТОБЫ НЕ ЗАЖИМАЛИСЬ КАБЕЛИ.



РИСУНОК_4 УСТАНОВКА СЕДЛА С ОПОРНОЙ ТРУБОЙ

ШАГ 1. Вытащить гайки (G4) и шайбы (G3) из задней части седла (F).

ШАГ 2. Установить седло (F) на подвижное крепление (M), затянуть гайки (G4) с шайбами (G3).

ШАГ 3. Ослабить ручку (A4) в гнезде опорной трубы. Выдвинуть ручку (A4), позволяя трубе (G) войти в гнездо. После установки трубы (G) в правильное положение опустить ручку (A4) и затянуть её для надёжной фиксации трубы (G).

ШАГ 4. Вытащить болт (G5) из трубы седла (G).

ШАГ 5. Ослабить ручку (G1) и осторожно задвинуть опору седла (M) в трубу (G). Одновременно должен выдвинуться пенопласт, находящийся внутри.

Вкрутить обратно болт (G5) в трубу седла (G).

РЕГУЛИРОВКА СЕДЛА

Ослабить ручку регулировки седла (G1) и передвинуть седло, чтобы найти удобное для пользователя положение. Затянуть ручку регулировки (G1) для фиксации передвижного крепления седла.

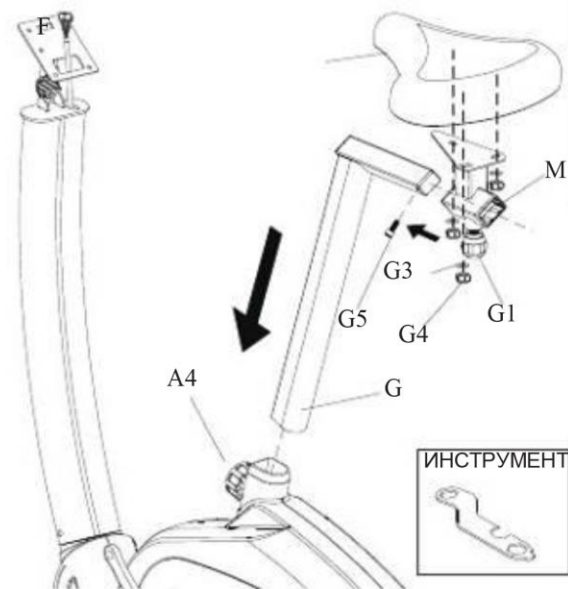
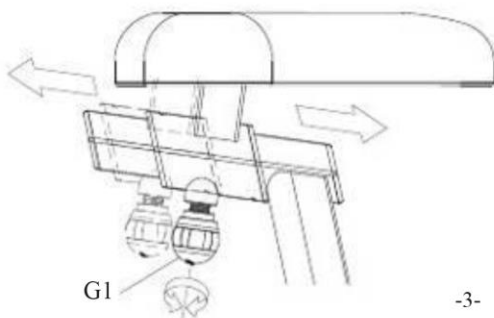
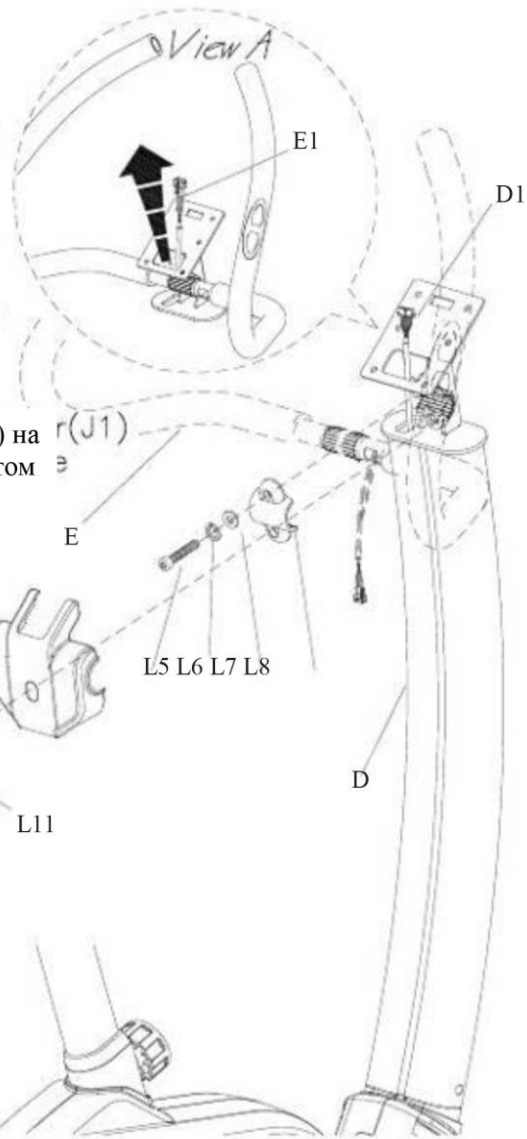


FIGURE 5

РИСУНОК_5 УСТАНОВКА ПОРУЧНЕЙ & И ЗАДНЕГО ДЕКОРАТИВНОГО КОЖУХА С ЦЕНТРАЛЬНОЙ ОПОРНОЙ ТРУБОЙ.

ШАГ 1. Соединить ручки (E) с центральной опорной трубой (D) зажимом (L8), шайбой (L7), пружинной шайбой (L6) и болтом (L5). Затем продеть датчики пульса (E1) через отверстие в креплении компьютера, как показано на увеличении A (view A).

ШАГ 2. Установить задний декоративный кожух (J1) на центральной опорной трубе (D), зафиксировать винтом с ручкой (L12), втулкой (L11), пружинной (L6) и простой шайбой (L7).



ИНСТРУМЕНТ

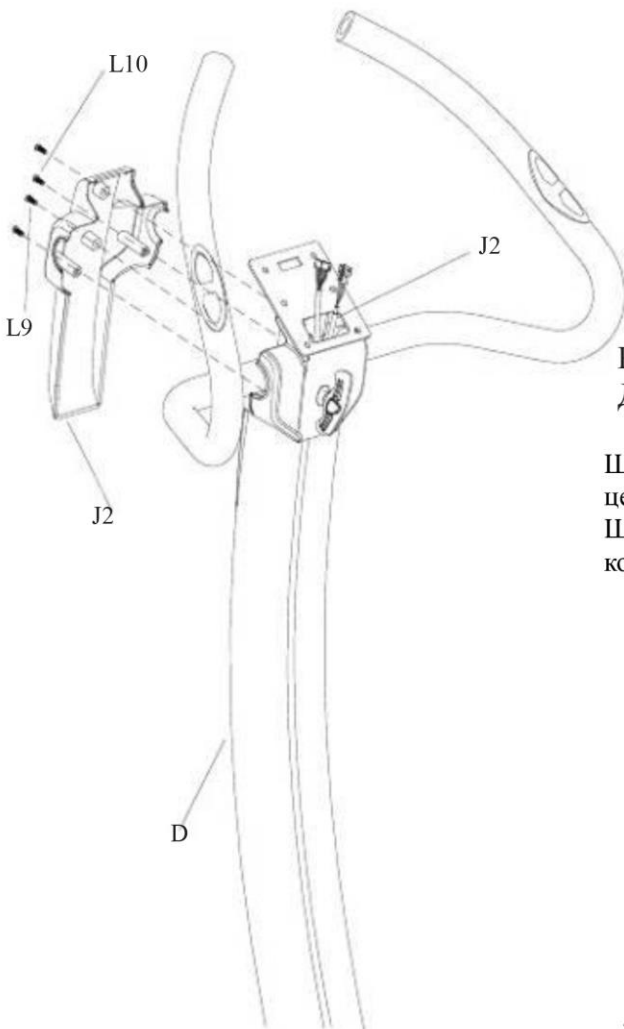


FIGURE 6

РИСУНОК_6 УСТАНОВКА ПЕРЕДНЕГО ДЕКОРАТИВНОГО КОЖУХА

ШАГ 1. Закрепить передний декоративный кожух (J2) на центральной опорной трубе (D) болтами (L9).

ШАГ 2. Скрепить вместе передний и задний декоративные кожухи (J1 и J2) болтами (L10).

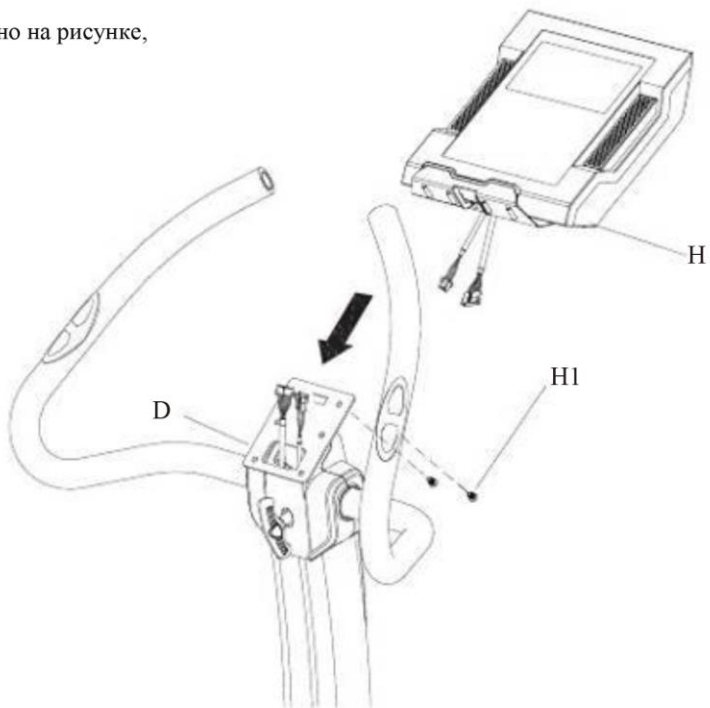
ИНСТРУМЕНТ



FIGURE 7

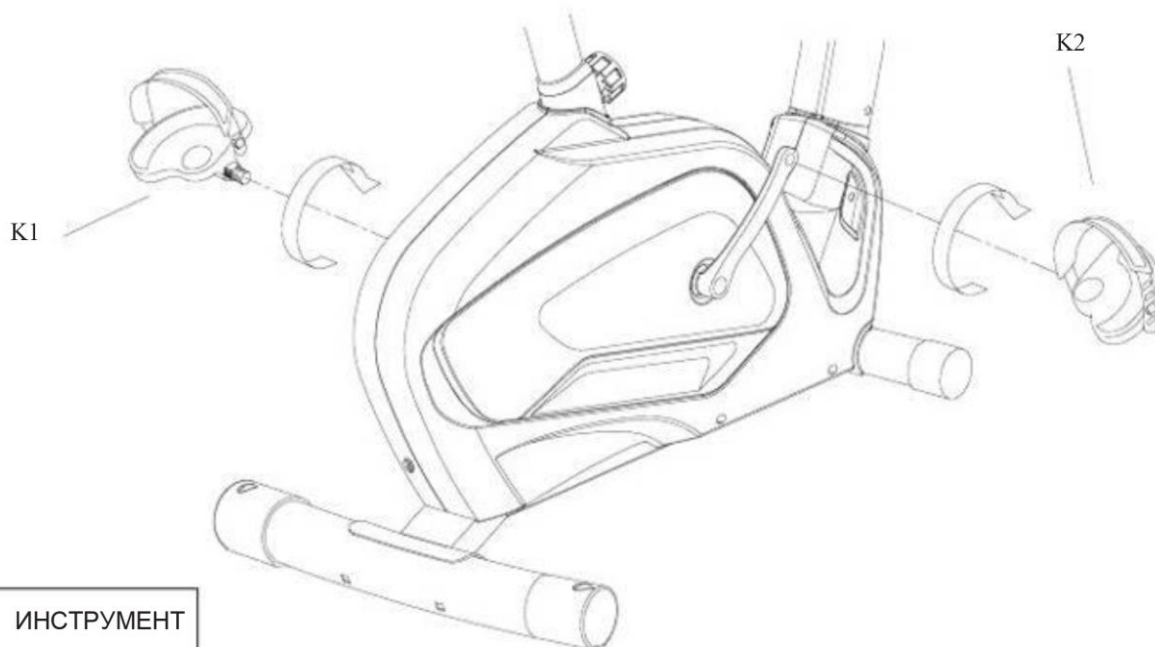
РИСУНОК_7 УСТАНОВКА КОМПЬЮТЕРА

ШАГ 1: Подсоединить кабели датчика и компьютера, установить компьютер (H) в крепление компьютера (D) как показано на рисунке, закрепить болтом (H1).



РИСУНОК_8 УСТАНОВКА ПЕДАЛЕЙ

Шаг1. Соединить левую педаль (K1) с шатуном, поворачивая против часовой стрелки.
Шаг2. Соединить правую педаль (K2) с шатуном, поворачивая по часовой стрелке.



ИНСТРУМЕНТ



FIGURE 9

РИСУНОК_9 ПЕРЕДВИЖЕНИЕ ТРЕНАЖЁРА

Шаг1. Взяться за ручки, опустить их вниз.

Шаг2. Тренажёр можно легко передвигать благодаря роликам на переднем стабилизаторе.

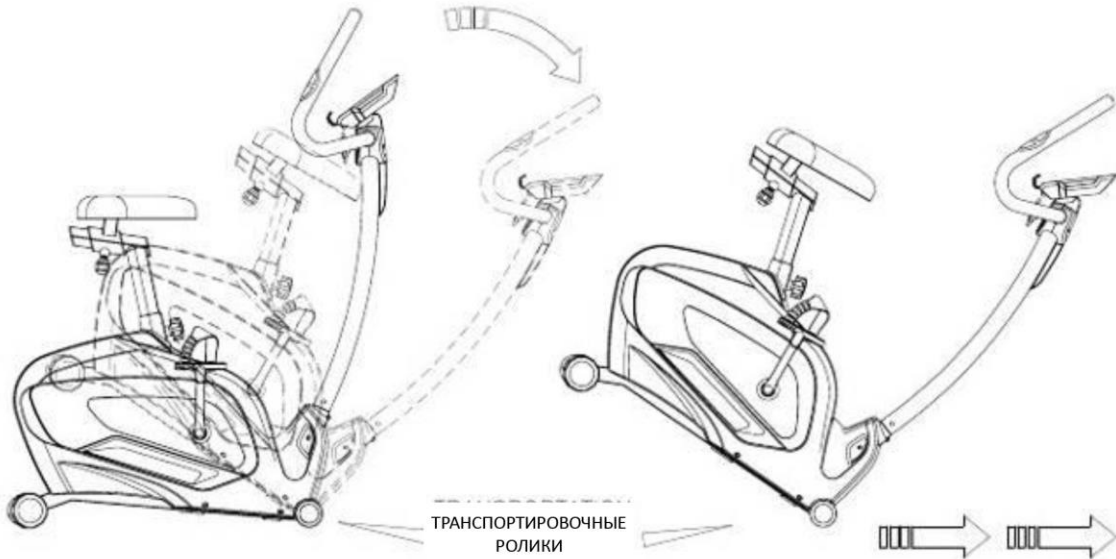
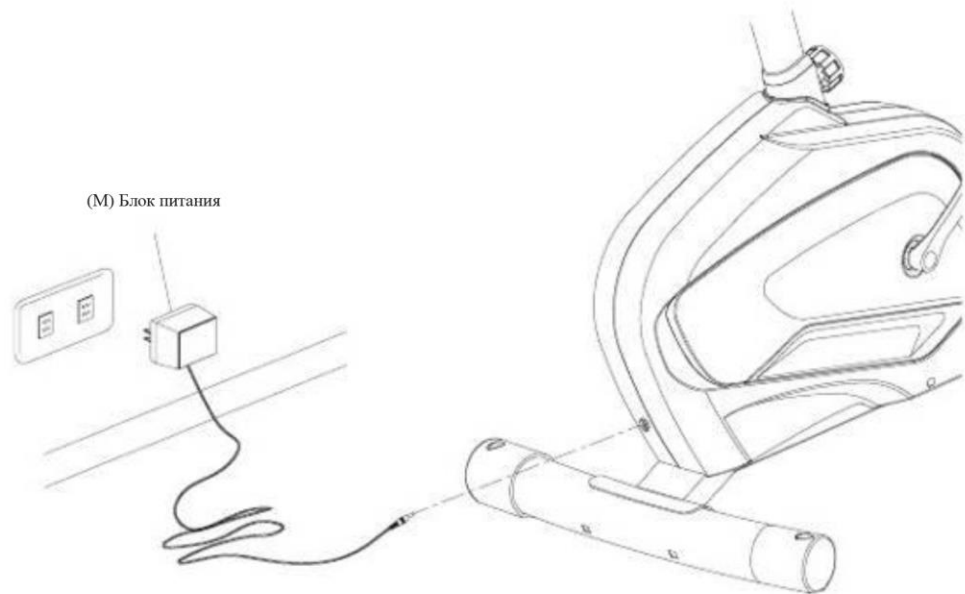


FIGURE 10

РИСУНОК10_БЛОК ПИТАНИЯ

При выборе места для тренажёра нужно учитывать удобство пользования блоком питания (М). Разъём для блока питания расположен в задней части тренажёра.





ФУНКЦИИ КНОПОК:

START/STOP	Запуск и остановка системы.
ENTER	В режиме остановки – подтверждение введённых данных (время (Time), дистанция (DST), калории (CAL), Пульс (Pulse) и т.д.), и вход в программу.
RESET	Reset: в режиме остановки – возврат в главное меню и сброс всех введённых данных. Total Reset: В любой момент при удержании кнопки RESET в течение 2 секунд дисплей полностью засвечивается, затем переходит на домашнюю страницу.
RECOVERY	Режим бесполезен при отсутствии данных пульса. При показе пульса – нажать для восстановления. Display F1~F6 after 1minute, press it again to check out.
UP	Выбор тренировочного режима и увеличение вводимых показателей.
DOWN	Выбор тренировочного режима и уменьшение вводимых показателей

ДИАПАЗОНЫ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ДИСПЛЕЯ

TIME	Время. Показания: 0:00 - 99:59; установка: 0:00 - 99:00 минут
PULSE	Пульс. Показания: 30-230; установка: 0-30-230
SPEED	Скорость. 0,0 - 99,9 км/ч
DISTANCE	Дистанция. Показания: 0,00-99,9; установка: 0,00-99,9 км
WATT	Мощность (Ватт). Установка: 10-350
CALORIES	Калории. Показания: 0-999; установка: 0-990 ккал
H.R.C.	Температура. Показания: 0-60 °C
RPM	Обороты (оборотов в минуту). 0-999

ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ ДЕЙСТВИЙ ПРИ ПОЛЬЗОВАНИИ ТРЕНАЖЁРОМ

1. ВКЛЮЧИТЬ ПИТАНИЕ

При включении питания на 1 секунду включается звуковой сигнал. При этом LCD-дисплей полностью засвечивается на 2 секунды, затем показывает диаметр колеса, после чего переходит в обычный режим с возможностью выбора тренировочного режима.

2. НАСТРОЙКА ПРОФИЛЯ ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

При выборе одного из пользовательских профилей USER U1~U4 на дисплее начинает мигать надпись SEX (пол). Выбрать кнопкой UP или DOWN и нажать ENTER для подтверждения. Повторные нажатия ENTER позволят по очереди установить возраст (AGE), рост (HEIGHT) и вес (WEIGHT). Значения устанавливаются кнопками UP и DOWN.

(Примечание: Если удерживать кнопку UP или DOWN нажатой более 1,5 сек., значение увеличится/уменьшится на 8 пунктов).

3. ВЫБОР ТРЕНИРОВОЧНОГО РЕЖИМА

При входе в меню режимов выбрать кнопкой UP или DOWN: MANUAL (ручная настройка) → PROGRAM (программы) → User program (пользовательские тренировки) → H.R.C → WATT. Нажать ENTER/MODE для входа в режим. При нажатии START без выбора режима автоматически включится ручной режим (MANUAL) и начнётся тренировка.

4. ТРЕНИРОВОЧНЫЕ РЕЖИМЫ

4.1. РУЧНОЙ РЕЖИМ

В меню START пользователь может кнопками UP и DOWN настроить уровень нагрузки (LOAD), который будет показан на дисплее. При отсутствии действий в течение 3 секунд автоматически включается режим WATT. Краткое нажатие UP или DOWN увеличит/уменьшит значение на 1 пункт; При удержании UP или DOWN более 1,5 секунды значение будет увеличиваться на 2 пункта каждую секунду.

4.2. PROGRAM

В режиме PROGRAM пользователь может кнопками UP или DOWN выбрать одну из предварительно настроенных тренировочных программ (Program1~Program12). После выбора программы на дисплее появится и начнёт мигать окно LOAD. При отсутствии действий в течение 3 секунд автоматически включается режим WATT. Выбрать уровень нагрузки (LOAD) кнопкой UP или DOWN (макс. 16, мин. 1).

4.3. Пользовательские программы (User Program)

С помощью кнопок UP и DOWN можно создать личный тренировочный профиль с 20 параметрами и подтвердить нажатием ENTER. Нажатие START/STOP начнёт тренировку. Тренировка приостанавливается удержанием ENTER в течение 2 секунд. Таймер сохранит последнее значение времени.

4.4. H.R.C.

В режиме H.R.C (контроль сердечного ритма) нужно сначала ввести возраст и подтвердить нажатием ENTER. В области PULSE будет показана целевая частота пульса согласно возрасту. При выборе TARGET, в области PULSE появится и начнёт мигать значение 100. Кнопками UP и DOWN можно установить выбранную целевую частоту пульса.

4.5. WATT

При входе в режим на дисплее мигает область WATT и можно установить кнопками UP и DOWN значение мощности (по умолчанию – 120 Вт).

5 RECOVERY

После работы на тренажёре в течение определённого времени удерживать руки на поручнях и нажать кнопку RECOVERY («восстановление»). Сбросятся все показания дисплея, кроме TIME («время»). Начнётся обратный отсчёт времени от 00:60 до 00:00. На дисплей будет выведен статус восстановления сердечного ритма пользователя – F1, F2...до F6. F1 – наилучший результат, F6 – самый худший.

(Для возврата в главное меню нажать RECOVERY повторно).

Если повторно нажать RECOVERY непосредственно во время восстановления, консоль перейдёт на предыдущую страницу.

Примечания:

1. В режиме MANUAL пользователь может кнопками UP и DOWN выбрать время (TIME)/дистанцию (DISTANCE)/калории (CALORIES)/частоту пульса (PULSE).
2. В режимах PROGRAM/User Program/H.R.C./WATT можно выбирать только значение времени (TIME).
3. Одно краткое нажатие UP или DOWN увеличит/уменьшит значение на 1 пункт; при удержании кнопки более 1,5 секунды значение увеличивается/уменьшается на 8 пунктов в секунду, пока кнопка нажата.
4. При отсутствии сигнала (от датчиков и клавиатуры) более 4 минут система автоматически переходит в спящий режим (SLEEP MODE). Все установленные и рассчитанные показатели будут сохранены. При следующем включении питания и запуске тренировка продолжится с прежними показателями.
5. При появлении на LCD-дисплее сообщения E-2: осмотреть консоль и соединительные кабели на предмет зажима проводов или плохого контакта.

4.5. WATT

При входе в режим на дисплее мигает область WATT и можно установить кнопками UP и DOWN значение мощности (по умолчанию – 120 Вт).

5 RECOVERY

После работы на тренажёре в течение определённого времени удерживать руки на поручнях и нажать кнопку RECOVERY («восстановление»). Сбросятся все показания дисплея, кроме TIME («время»). Начнётся обратный отсчёт времени от 00:60 до 00:00. На дисплей будет выведен статус восстановления сердечного ритма пользователя – F1, F2...до F6. F1 – наилучший результат, F6 – самый худший.

(Для возврата в главное меню нажать RECOVERY повторно).

Если повторно нажать RECOVERY непосредственно во время восстановления, консоль перейдёт на предыдущую страницу.

Примечания:

1. В режиме MANUAL пользователь может кнопками UP и DOWN выбрать время (TIME)/дистанцию (DISTANCE)/калории (CALORIES)/частоту пульса (PULSE).
2. В режимах PROGRAM/User Program/H.R.C./WATT можно выбирать только значение времени (TIME).
3. Одно краткое нажатие UP или DOWN увеличит/уменьшит значение на 1 пункт; при удержании кнопки более 1,5 секунды значение увеличивается/уменьшается на 8 пунктов в секунду, пока кнопка нажата.
4. При отсутствии сигнала (от датчиков и клавиатуры) более 4 минут система автоматически переходит в спящий режим (SLEEP MODE). Все установленные и рассчитанные показатели будут сохранены. При следующем включении питания и запуске тренировка продолжится с прежними показателями.
5. При появлении на LCD-дисплее сообщения E-2: осмотреть консоль и соединительные кабели на предмет зажима проводов или плохого контакта.

Внимание! Важные рекомендации и требования.

- ➔ Для тренажера необходима отдельная розетка 220V/10AMP, которая не используется другими электроприборами!
- ➔ Учитывая низкое качество электросетей Украины необходимо обеспечить электропитание тренажера, исключающее резкие перепады напряжения и электропомехи. Для этого следует применять специальные электростабилизирующие устройства.
- ➔ Не используйте тренажер в случае блокировки вентиляционных отверстий. Постоянно проверяйте, не засорились ли вентиляционные отверстия на тренажере там, где они есть, и на двигателе или генераторе основного привода.
- ➔ Исключите попадание посторонних предметов и насекомых в вентиляционные и другие отверстия тренажера.
- ➔ Для обеспечения долгосрочной работы тренажера вес пользователя должен быть на 20% меньше максимально допустимого для данного тренажера. Гарантия аннулируется в том случае, когда тренажер более 30 % времени эксплуатируется с весом пользователя приближенным к максимальному.
- ➔ Категорически запрещается эксплуатация и (или) хранение тренажера вне помещения. Запрещается включение тренажера в течение 2-х суток после того, как он был перемещен из холодного помещения в теплое.
- ➔ Запрещается использовать тренажер в помещениях с повышенной влажностью и (или) резкими перепадами температуры (не отапливаемые балконы, лоджии и веранды, а также сауны и бассейны).
- ➔ Избегайте установки тренажеров в местах, где возможно попадание прямых солнечных лучей. Попадание прямых солнечных лучей может привести к повышенному нагреву узлов тренажера.
- ➔ Не устанавливайте тренажер на ковровые покрытия. В случае необходимости установки тренажера на ковровое покрытие применяйте специальный резиновый или полиуретановый защитный коврик.
- ➔ Обеспечьте своевременное регламентное сервисное обслуживание тренажеров. Сервисное обслуживание должно производиться авторизованными специалистами или сервисными службами.

Внимание!

- ➔ Не соблюдение вышеуказанных рекомендаций и требований может привести к сокращению сроков эксплуатации тренажера, а также к повреждению электроники и двигателя тренажера.
- ➔ Не соблюдение вышеуказанных рекомендаций ведет к прекращению установленных сроков гарантийного обслуживания.