

PRO-FORM[®]

ENDURANCE 720 E

Модель № PFEVEL89716.0
Серійний номер _____

Запишіть серійний номер своєї моделі у строку вище.



ВИНИКЛИ ПИТАННЯ?

Якщо у вас виникли запитання чи бракує певних деталей, будь-ласка, зателефонуйте до служби підтримки клієнтів

Контактні телефони:

+38(044) 391-31-21

+38(044) 391-33-55

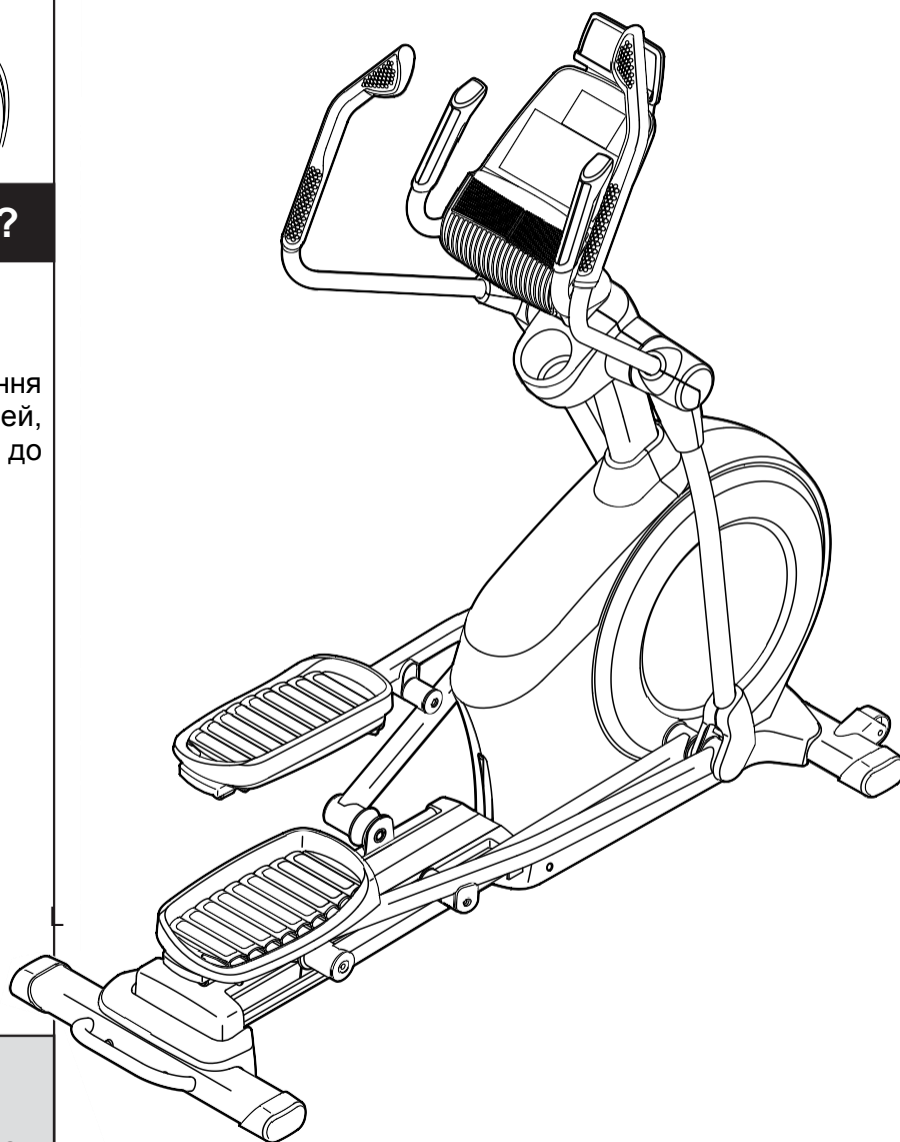
Веб- сайт: www.interatletika.com

E-mail: prof.service@interatletika.com

УВАГА

Ознайомтеся з усіма інструкціями та застереженнями, перш ніж користуватися цим тренажером. Збережіть цю інструкцію для довідки в майбутньому.

ІНСТРУКЦІЯ КОРИСТУВАЧА



www.interatletika.com

ЗМІСТ

РОЗТАШУВАННЯ ПОПЕРЕДЖУВАЛЬНИХ НАКЛЕЙОК	2
ВАЖЛИВІ ПРАВИЛА ТЕХНІКИ БЕЗПЕКИ	3
ПЕРЕД ПОЧАТКОМ РОБОТИ	5
СХЕМА ІДЕНТИФІКАЦІЇ ДЕТАЛЕЙ	6
МОНТАЖ	7
ЕКСПЛУАТАЦІЯ ТРЕНАЖЕРА	16
ТЕХНІЧНЕ ОБСЛУГОВУВАННЯ ТА УСУНЕННЯ НЕСПРАВНОСТЕЙ	27
ПОСІБНИК З ВПРАВ	30
ПЕРЕЛІК ДЕТАЛЕЙ	31
ДЕТАЛЬНІ СХЕМИ	33
ЗАМОВЛЕННЯ ЗАПАСНИХ ДЕТАЛЕЙ.	Остання сторінка
ІНФОРМАЦІЯ ЩОДО УТИЛІЗАЦІЇ.	Остання сторінка

РОЗТАШУВАННЯ ПОПЕРЕДЖУВАЛЬНИХ НАКЛЕЙОК

Цей малюнок показує розміщення попереджувальних наклейок на тренажері. Якщо наклейка відсутня чи нерозбірливо надрукована, дзвоніть за телефонним номером, який надруковано на першій сторінці та вимагайте безкоштовної заміни наклейки. Розмістіть наклейки, як зображено на малюнку. Примітка: Наклейка може бути зображена не в натуральну величину.



⚠ WARNING

- Misuse of this machine may result in serious injury.
- Read user's manual prior to use and follow all warnings and instructions.
- Do not allow children on or around machine.
- Pedals continue to spin when you stop pedaling.
- Spinning pedals can cause injury.
- Reduce pedal speed in a controlled manner.
- User weight must not exceed 300 lbs / 136 kgs.
- This product should always be used on a level surface.
- This product is not intended for therapeutic use.
- Replace label if damaged, illegible, or removed.

ВАЖЛИВІ ПРАВИЛА ТЕХНІКИ БЕЗПЕКИ

⚠ ПОПЕРЕДЖЕННЯ: Щоб зменшити ризик опіків, травмування або ураження електричним струмом, перед користуванням бігової доріжки необхідно ознайомитися з усіма правилами техніки безпеки та інструкціями, а також зі змістом попереджувальних наклейок на тренажері. Компанія ICON не несе відповідальності за травми або пошкодження майна, що пов'язані з використанням цього виробу.

1. Власник повинен переконатись, що всі користувачі дійсним чином проінформовані про всі застереження та попередження щодо експлуатації тренажера.
2. Перш ніж розпочинати тренування, проконсультуйтеся з лікарем. Це особливо важливо для людей віком від 35 років чи людей з проблемами зі здоров'ям.
3. Тренажер не призначено для використання особами з обмеженими фізичними, сенсорними або розумовими здібностями чи з недостатнім досвідом і знаннями, якщо вони не знаходяться під контролем чи за вказівками використання еліптичного тренажера з боку осіб, відповідальних за їх безпеку.
4. Використовуйте еліптичний тренажер виключно у спосіб, описаний у даній інструкції
5. Еліптичний тренажер призначений тільки для домашнього використання. Не використовуйте еліптичний тренажер в комерційних, орендних приміщеннях.
6. Зберігайте тренажер в приміщенні, подалі від вологи та пилу. Не розміщуйте тренажер у гаражі, дворі з накриттям чи біля води.
7. Розмістіть тренажер на рівній поверхні, з не менш як 3 фути (0.9 м) вільного місця за ним и 2 футами (0.6 м) з кожної сторони. Не розміщуйте тренажер на будь-якій поверхні, яка блокує доступ повітря. Щоб вберегти підлогу чи килим від ушкоджень, помістіть матове покриття під тренажер.
8. Регулярно перевіряйте та правильно закріплюйте всі деталі кожного разу, коли використовується еліптичний тренажер. Зношені деталі повинні бути негайно замінені.
9. При підключенні мережевого шнура, підключіть кабель живлення до заземленої розетки.
10. Не змінюйте шнур живлення або використовуйте адаптер для підключення кабелю живлення до неправильної розетки. Тримайте шнур подалі від нагрітих поверхонь. Не використовуйте подовжувач.
11. Не використовуйте еліптичний тренажер, якщо шнур живлення або штепсель еліптичного тренажера не працює належним чином.
12. **НЕБЕЗПЕЧНО:** Завжди відключайте кабель живлення одразу ж після використання тренажера, чи до того, як збираєтесь чистити тренажер, виконувати процедури з регулювання та зберігання. Ніколи не знімайте кришку двигуна, якщо Вам не сказав це зробити представник сервісної служби. Інші дії, що не описані в цій інструкції повинні виконуватись лише авторизованим представником сервісної служби.
13. Тримайте дітей до 13 років та тварин подалі від тренажера.
14. Максимальна припустима вага користувача для еліптичного тренажера становить 147 кг
15. Одягайте спеціальний одяг під час вправ на тренажері. Не носіть вільний одяг, який. Завжди одягайте атлетичне взуття.
16. Тримайтеся за поручні або верхні частини при монтажі, демонтажі еліптичного тренажера.
17. Монітор контролю серцебиття не є медичним пристроєм. Різні фактори, включаючи рухи користувача, можуть впливати на точність відображення даних про серцебиття. Монітор для контролю серцебиття призначений тільки як допоміжний пристрій для вправ для загального моніторингу рівня серцебиття.

Ексклюзивний представник в Україні:
Група Компаній «Інтер Атлетика»
ТОВ «Фітнес Трейдінг»
Центральний офіс:
08292, Україна, м. Буча, вул. Інститутська, 176
тел./факс: +38 (044) 391-3355, 391-3121

Виставковий центр:
04119, Україна, м. Київ, вул. Мельникова, 48
тел./факс: +38 (044) 592-0033
www.interatletika.com
e-mail: prof@interatletika.com
info@interatletika.com

18. Еліптичний тренажер не має вільного ходу; педалі будуть рухатися, поки не зупиниться колесо. Знизьте швидкість обертання педалей.
19. Тримайте спину прямо під час тренування, не вигинайте її назад.

20. Надмірне тренування може призвести до серйозних травм чи, навіть, смерті. Якщо ви відчуваєте слабкість або біль, негайно зупиніть тренування та відпочиньте.

ЗБЕРЕЖІТЬ ВИЩЕНАВЕДЕНІ ІНСТРУКЦІЇ

ПЕРЕД ПОЧАТКОМ РОБОТИ

Дякуємо, що Ви обрали еліптичний тренажер PROFORM® ENDURANCE 720 E. Тренажер ENDURANCE 720 E пропонує вражаючий комплекс характеристик, які розроблені для того, щоб зробити Ваше тренування вдома більш приємними та ефективними.

Для Вашої ж вигоди, прочитайте цю інструкцію уважно до того, як використовувати тренажер.

Якщо у Вас є питання після ознайомлення з цією інструкцією, будь-ласка, подивіться на обкладинку цієї інструкції для пошуку наших контактів.

Щоб скоротити час очікування нашої допомоги, будь-ласка, знайдіть номер моделі та серійний номер до того, як зв'язатись з нами. Номер моделі та розміщення серійного номера зазначено на обкладинці цієї інструкції.

До того, як читати далі, будь-ласка, роздивіться малюнок нижче та ознайомтесь з позначеними частинами.

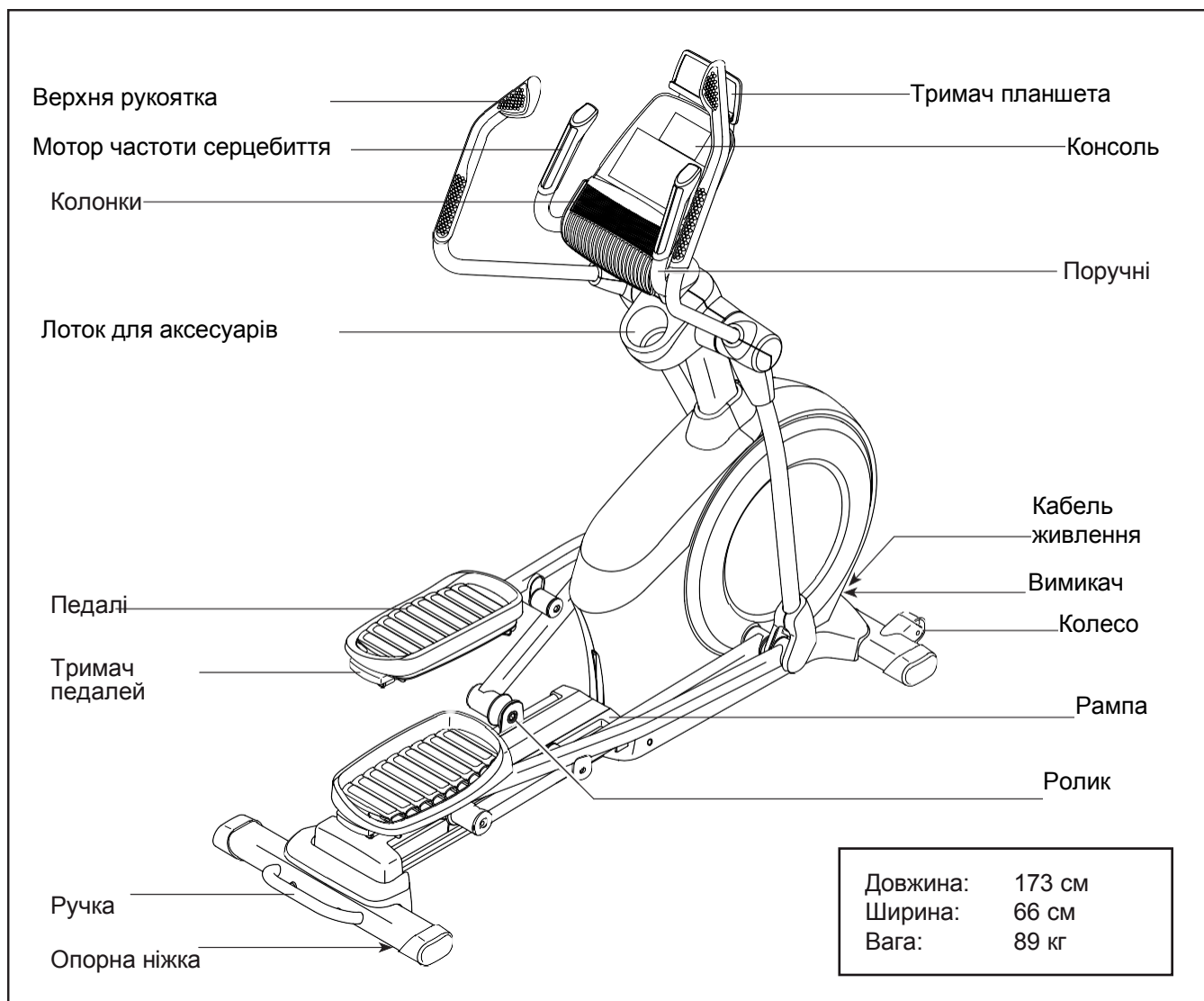
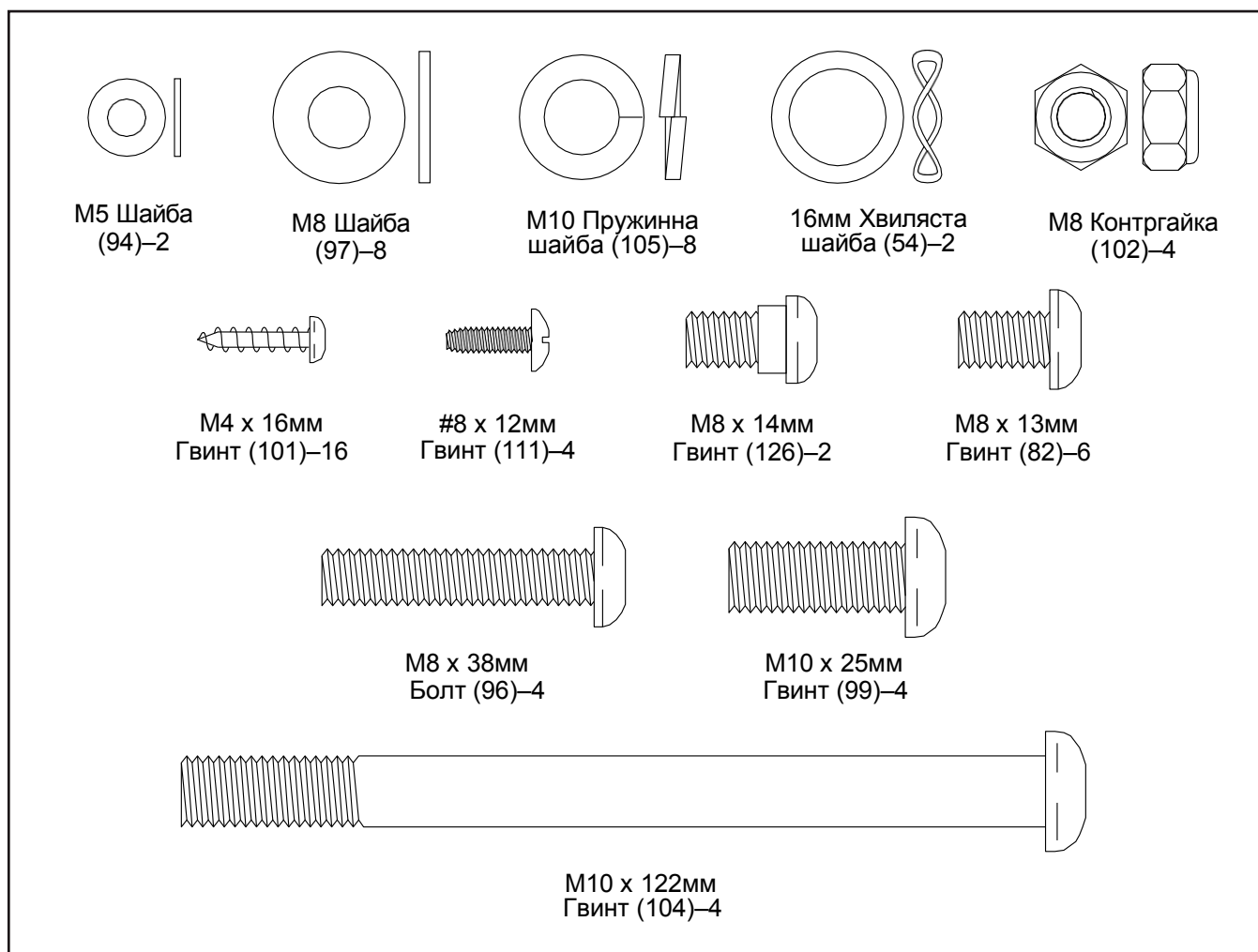


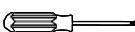
СХЕМА ІДЕНТИФІКАЦІЇ ДЕТАЛЕЙ

Роздивіться малюнок нижче, щоб визначити дрібні деталі, які необхідні для монтажу тренажера. Число в дужках – це основний номер деталі з ПЕРЕЛІКУ ДЕТАЛЕЙ, в кінці даної інструкції. Наступне число, що слідує за основним номером – це кількість деталей, які необхідні для монтажу. **Примітка: якщо деталь відсутня у комплекті, перевірте, може вона вже приєднана. У комплекті можуть бути додаткові деталі.**



МОНТАЖ

- Монтаж тренажера потребує участі 2-х людей.
- Розмістіть усі деталі на чистій поверхні, зніміть весь пакувальний матеріал. Не викидайте упаковку, поки не завершите монтаж тренажера.
- Парні деталі мають маркування «L» або «Left» для лівої сторони і «R» або «Right» – для правої сторони.
- Схема на сторінці 6 допоможе розпізнати дрібні деталі та кріпильні елементи.
- Для монтажу тренажера необхідні такі інструменти:

1 хрестова викрутка 

1 гумовий молоток 

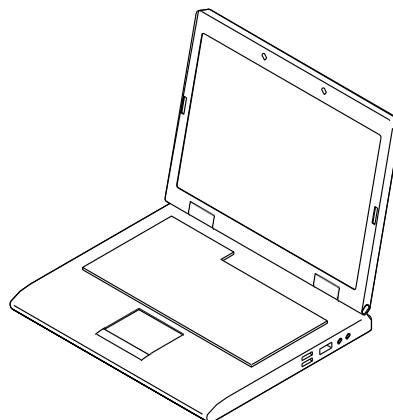
Щоб уникнути пошкодження деталей, не користуйтеся електроприладами.

1. Зайдіть на сайт www.interatletika.com на своєму комп'ютері та зареєструйте свій тренажер.

- активується гарантія вашого тренажера;
- це збереже ваш час, при необхідності звернення в службу підтримки клієнтів;
- дає змогу проінформувати вас про вигідні пропозиції та модернізацію.

Примітка: Якщо у вас немає доступу до Інтернету, тоді зателефонуйте в службу підтримки (контакти див. на обкладинці даного посібника) і зареєструйте свій тренажер.

1

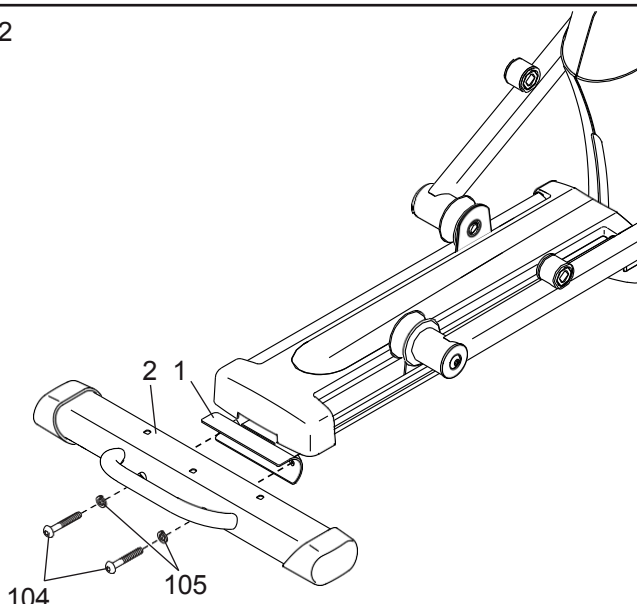


2. За допомогою другої людини, помістіть деякий пакувальний матеріал (не показано) під задню частину рами (1). Попросіть помічника утримувати раму, щоб запобігти її перекидання під час завершення цього кроку.

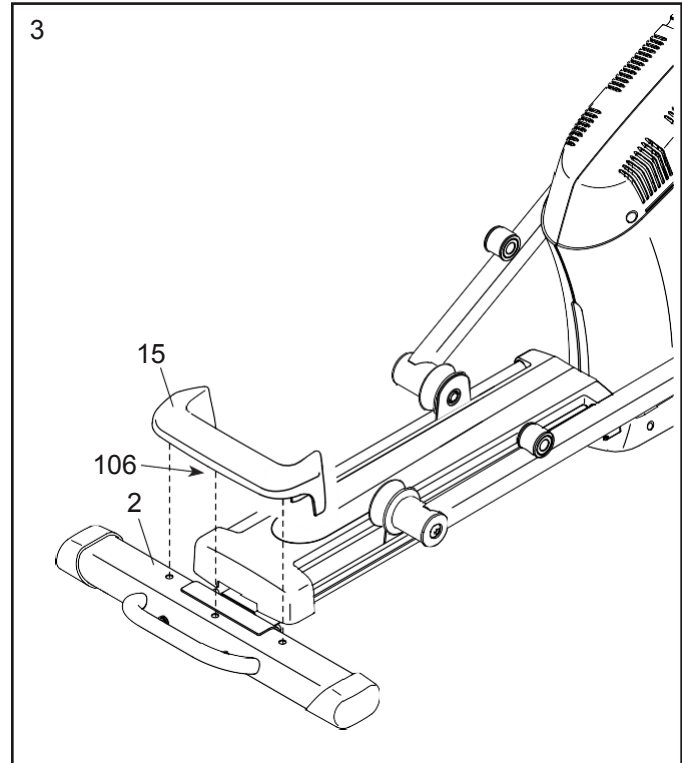
Приєднайте задній стабілізатор (2) до рами (1) за допомогою двох M10 x 122мм гвинтів (104) і двох M10 пружинних шайб (105).

Видаліть пакувальний матеріал з-під задньої частини рами (1).

2



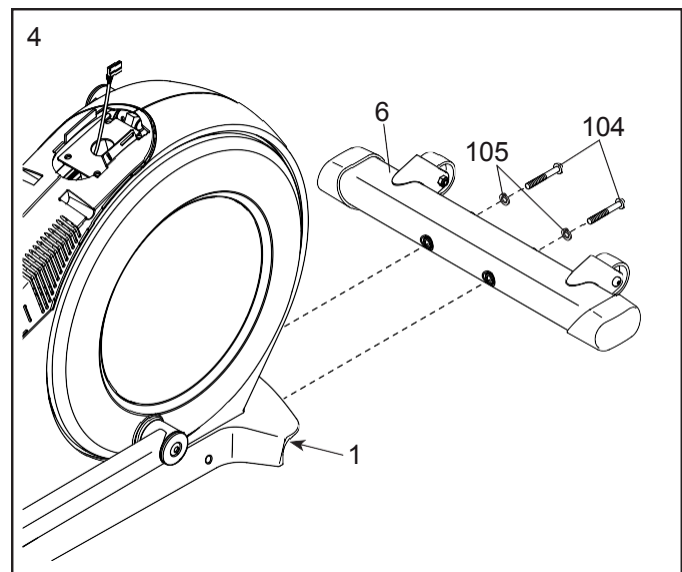
3. Вставте кришку (106) на кришку заднього стабілізатора (15) в задній стабілізатор (2).



4. За допомогою другої людини, помістіть деякий пакувальний матеріал (не показано) під задню частину рами (1). **Попросіть помічника утримувати раму, щоб запобігти її перекидання під час завершення цього кроку.**

Приєднайте передній стабілізатор (6) до рами (1) за допомогою двох M10 x 122мм гвинтів (104) і двох M10 пружинних шайб (105).

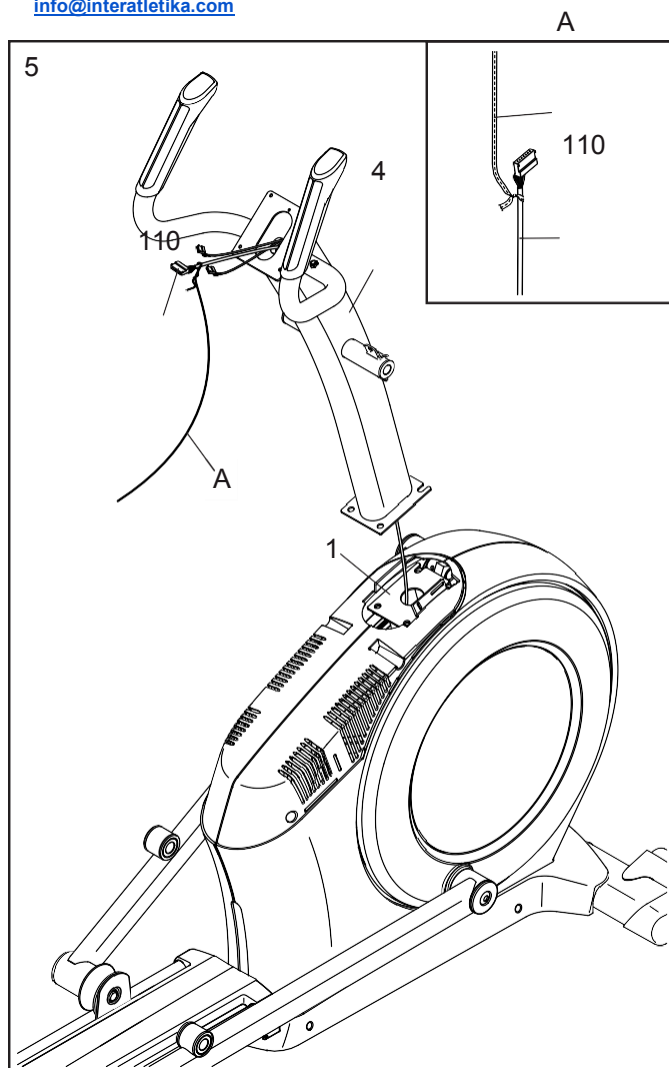
Видаліть пакувальний матеріал з-під задньої частини рами (1).



5. Розташуйте стійку (4), як показано на малюнку. Попросіть помічника тримати стійку у вертикальному положенні поблизу рами (1).

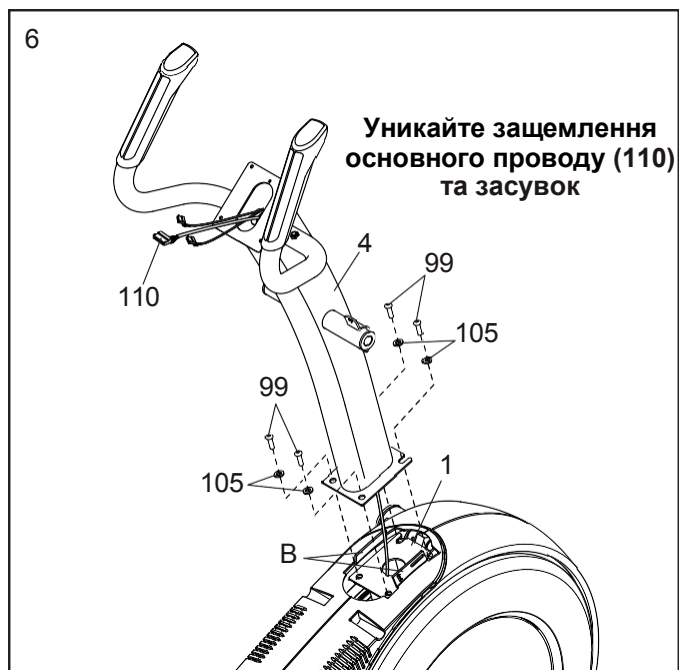
Дивіться вкладений малюнок. Розмістіть дротяну стяжку в нижній частині стійки (4). Приєднайте дротяну стяжку до основного проводу (48). Потім потягніть верхній кінець дротяної стяжки, поки основний провід не прокладено через стійку.

Порада: Для запобігання попадання основного проводу (110) від падіння у стійку (4), закріпіть основний провід за допомогою стяжки (А).



6. **Порада:** Для заземлення основного проводу (110). Уникайте пошкодження пластмасової засувки (В). Встановіть стійку (4) на рамі (1).

Прикріпіть стійку (4) за допомогою чотирьох М10 х 25 мм гвинтів (99) і чотирьох М10 пружинних шайб (105); вставте всі гвинти, а потім затягніть їх.



7. За допомогою одноразових рукавичок нанесіть невелику кількість мастила на поворотні осі (35) та дві 16мм хвилясті шайби (54).

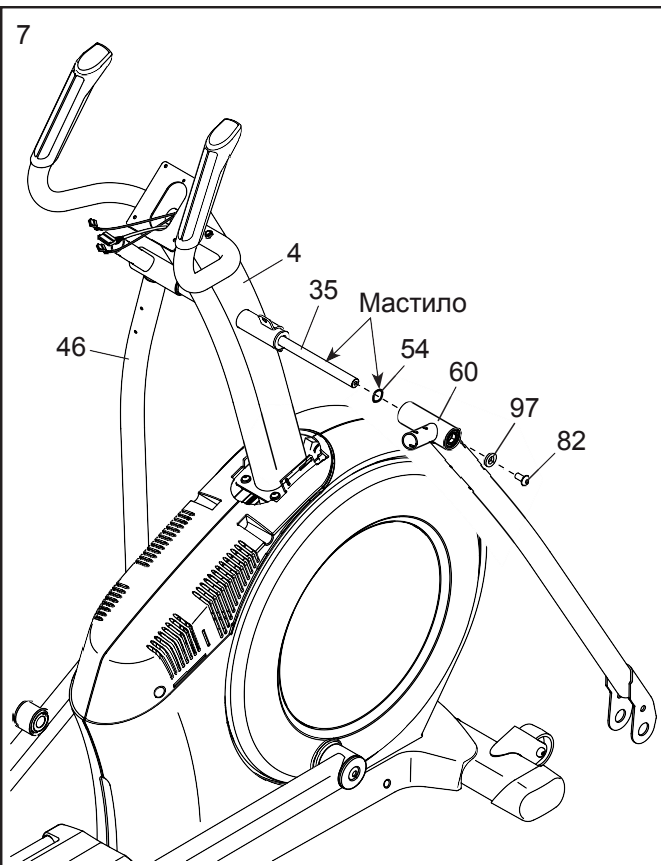
Вставте поворотну вісь (35) через стійку (4) та відцентруйте її. **Порада: Для виконання цього кроку необхідний гумовий молоток.**

Визначте педаль правої верхньої рукоятки (60) і розташуйте її, як показано на малюнку.

Вставте 16мм хвилясту шайбу (54) і праву верхню рукоятку (60) на правій стороні поворотної осі (35).

Повторіть ці дії для ніжки лівої верхньої рукоятки (46).

Одночасно затягніть М8 х 13мм гвинт (82) і М8 шайбу (97) в кожен кінець поворотної осі (35).

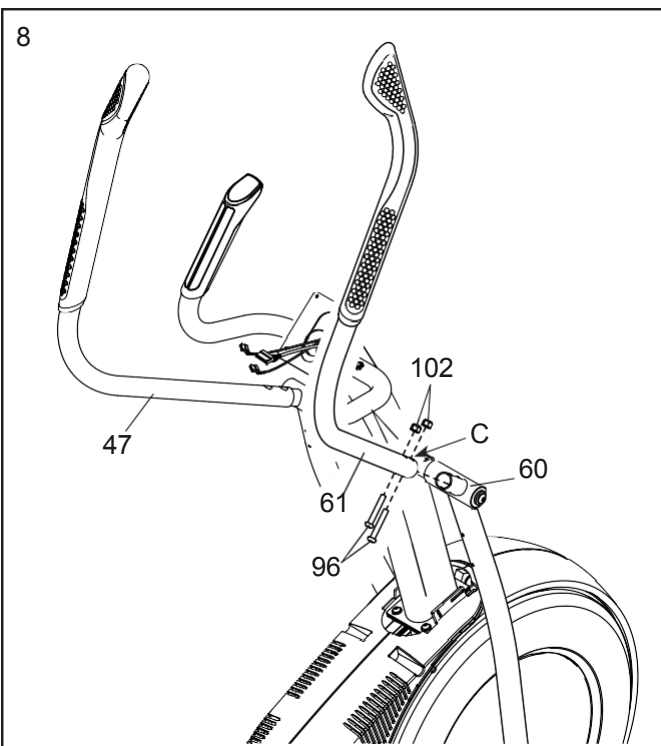


8. Визначте праву верхню рукоятку (61) та розташуйте її, як показано на малюнку.

Помістіть праву верхню рукоятку (61) в педаль правої верхньої рукоятки (60).

Прикріпіть праву верхню рукоятку (61) за допомогою двох М8 х 38мм болтів (96) і двох М8 контргайок (102). **Переконайтеся, що контргайки знаходяться в шестикутних отворах (С).**

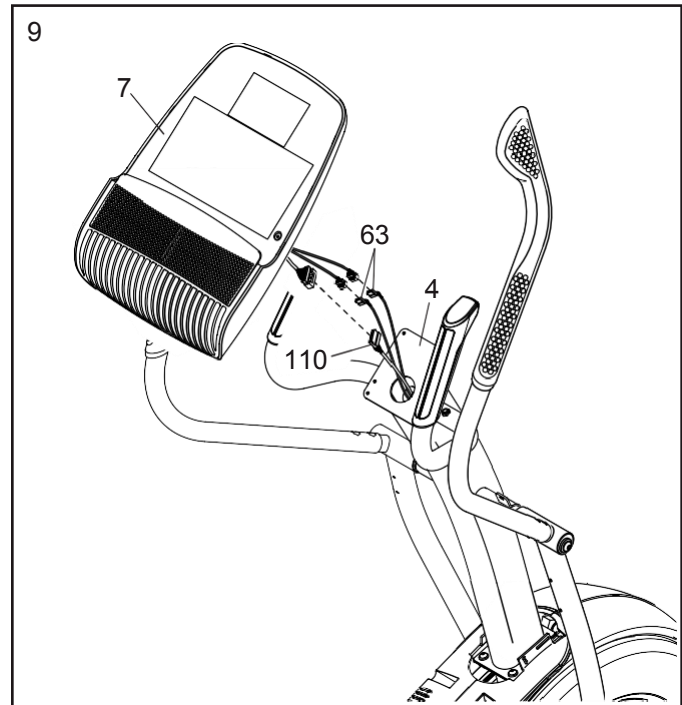
Повторіть цей крок для лівої верхньої рукоятки (47).



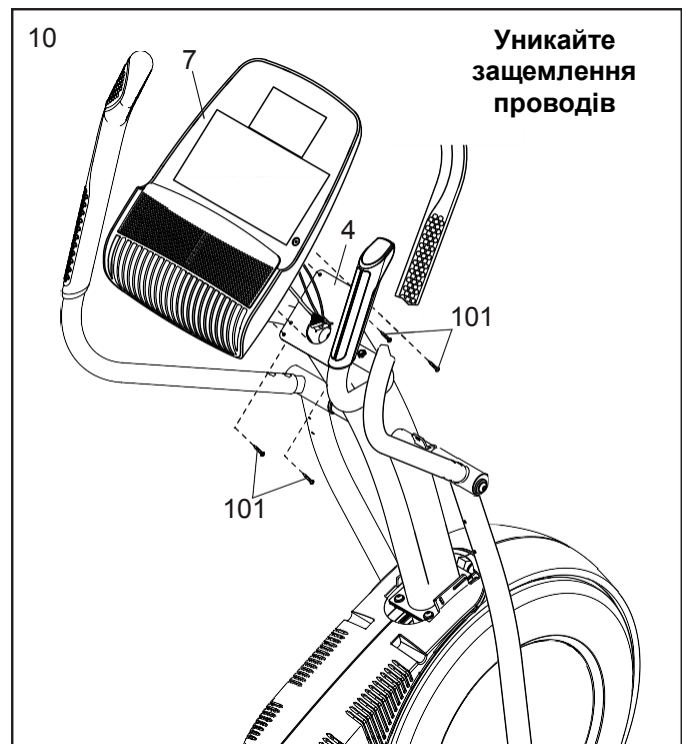
9. Від'єднайте дротяну стяжку основного проводу (110).

У той час як друга людина тримає консоль (7) поблизу стійки (4), підключіть основний провід (48), а проводи датчика пульсу (63) до відповідних розеток на задній стороні консолі.

Вставте надлишок проводу в стійку (4).



10. **Порада: Уникайте защемлення проводів.** Прикріпіть консоль (7) до стійки (4) за допомогою чотирьох М4 x 16 мм гвинтів (101); вставте всі гвинти, а потім затягніть їх.

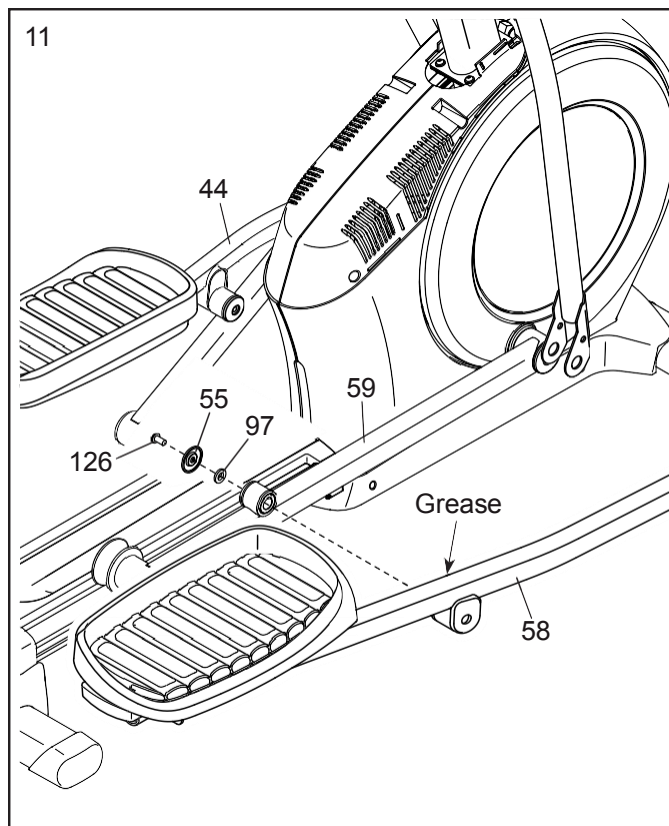


11. Розмістіть праву педаль (58), як показано на малюнку.

Нанесіть мастило на вісь важеля правої педалі (58).

Прикріпіть правий важіль педалі (58) до правого ролика (59) за допомогою М8 х 14 мм гвинта (9), кришки (55), і М8 пружинної шайби (97).

Повторіть цей крок для важеля лівої педалі (44).



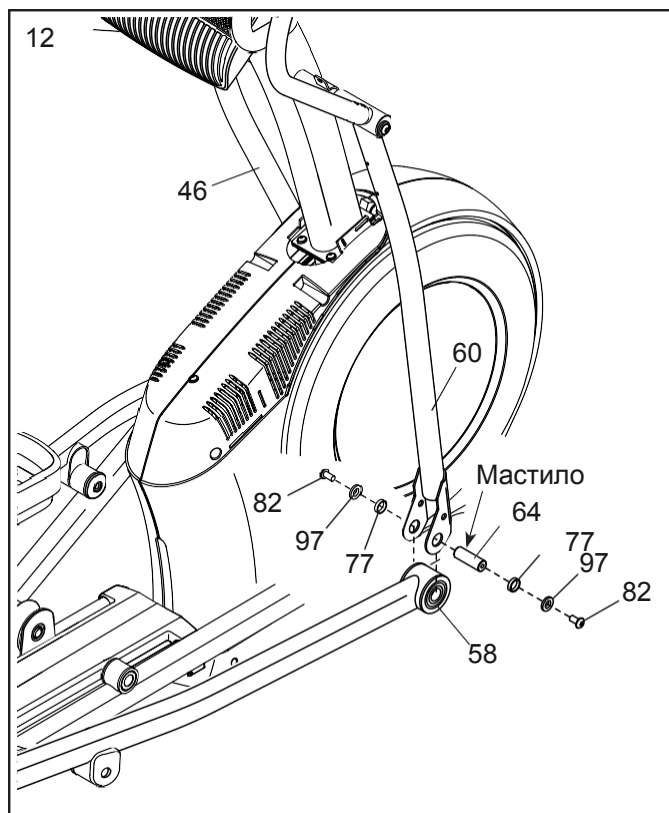
12. Нанесіть невелику кількість мастила на одну з осей педалі (64).

Потім вставте М8 шайбу (97) і розпірку (77) на М8 х 13мм гвинт (82), і затягніть гвинт на кілька оборотів в осі педалі (64).

У той час як друга людина тримає передній кінець важеля правої педалі (58), вставте кронштейн на правий верхній частині педалі (60), вставте важіль педалі (64) в обидві частини.

Встановіть М8 шайбу (97) і розпірку (77) на інший М8 х 13мм гвинт (82), і затягніть гвинт на кілька оборотів в осі педалі (64). **Потім одночасно затягніть гвинти.**

Повторіть цей крок на іншій стороні еліптичного тренажера.

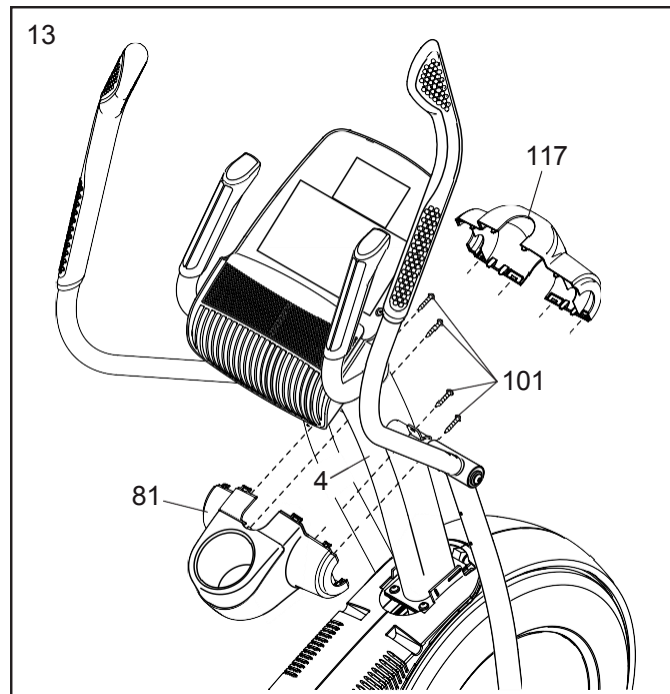


13. Розташуйте задню кришку стійки (81), як показано на малюнку.

Прикріпіть задню кришку стійки (81) до стійки (4) за допомогою чотирьох М4 х 16 мм гвинтів (101); **вставте всі гвинти, а потім затягніть їх.**

Далі, розташуйте передню кришку стійки (117), як показано на малюнку.

Прикріпіть передню кришку стійки (117) навколо стійки (4), натиснувши на гачки на задній кришці стійки (81) на виступи на передній кришці стійки.



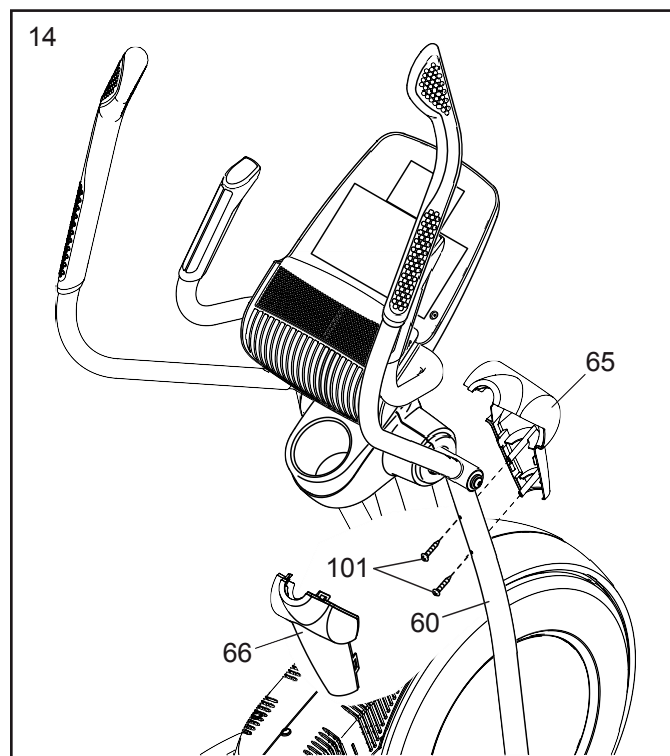
14. Визначте передню кришку правої рукоятки (65) та розташуйте її, як показано на малюнку.

Прикріпіть передню кришку правої рукоятки (65) до педалі правої верхньої частини рукоятки (60) за допомогою двох М4 х 16 мм гвинтів (101).

Далі, визначте задню кришку правої рукоятки (66) та розташуйте її, як показано на малюнку.

Прикріпіть задню кришку правої рукоятки (66) навколо педалі правої верхньої частини рукоятки (60), натиснувши на гачки на задній кришці стійки (65).

Повторіть цей крок на іншій стороні еліптичного тренажера.



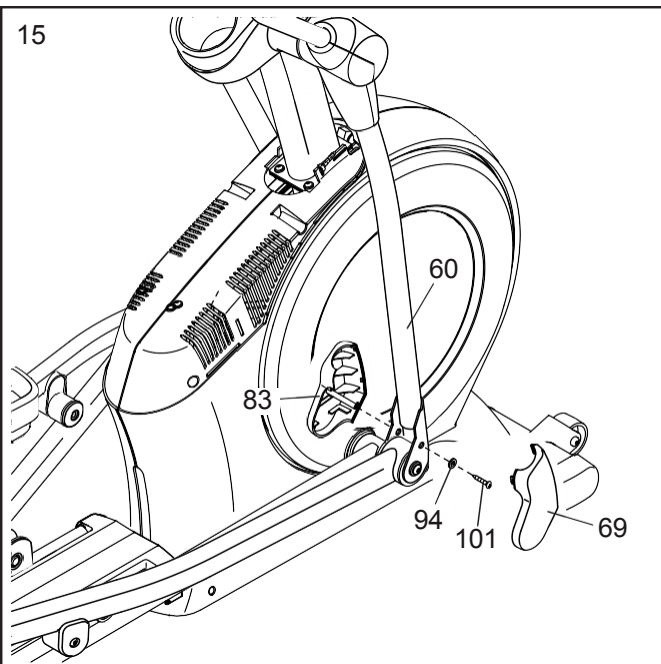
15. Визначте кришку правої внутрішньої частини педалі (83) та розташуйте її, як показано на малюнку.

Прикріпіть кришку правої внутрішньої частини педалі (60) до правої верхньої частини педалі (60) за допомогою М4 x 16 мм гвинт (101) і М5 шайби (94).

Визначте кришку правої зовнішньої частини педалі (69) та розташуйте її, як показано на малюнку.

Прикріпіть кришку правої зовнішньої частини педалі (69) навколо правої верхньої частини педалі (60), натиснувши на гачки на кришці внутрішньої частини педалі (83) на виступи на правій верхній частині педалі.

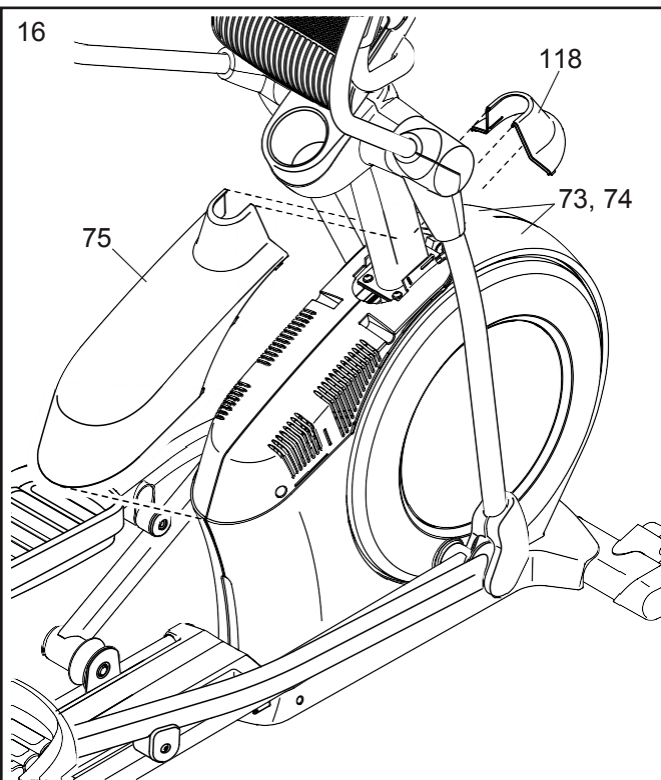
Повторіть цей крок на іншій стороні еліптичного тренажера.



16. Розташуйте ковпачок кришки екрана (118) і кришку екрана (75), як показано на малюнку.

По-перше, вставте наконечник ковпачка кришки екрана (118) в лівий і правий екран (73, 74).

Потім вставте наконечник на кришку екрана (75) в лівий і правий екран (73, 74).

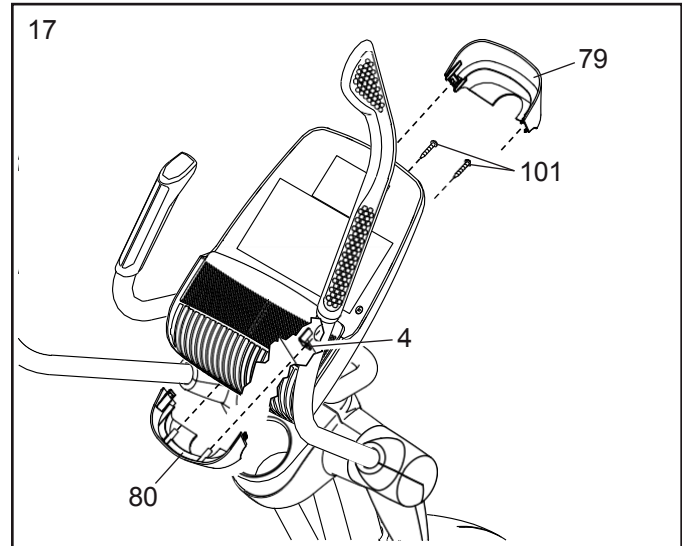


17. Розташуйте задню кришку консолі (80), як показано на малюнку.

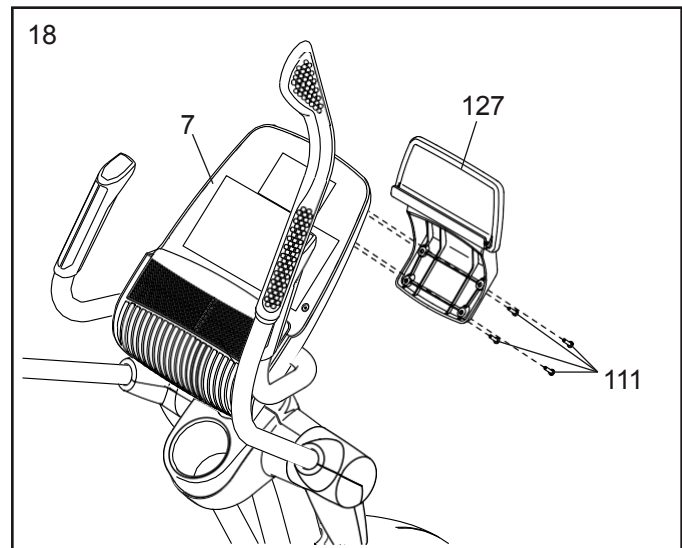
Прикріпіть задню кришку консолі (80) до стійки (4) за допомогою двох М4 х 16 мм гвинтів (101).

Потім розташуйте передню кришку консолі (79), як показано на малюнку.

Прикріпіть передню кришку консолі (79) навколо стійки (4), натиснувши на гачки задньої кришки консолі (80).



18. Прикріпіть тримач планшета (127), до задньої частини консолі (7) за допомогою чотирьох #8 х 12 мм гвинтів (111); **вставте всі гвинти, а потім затягніть їх.**



19. **Переконайтесь, що всі частини добре закріплені до того, як використовувати еліптичний тренажер.** До комплекту деталей тренажера можуть входити додаткові деталі.

ЕКСПЛУАТАЦІЯ ТРЕНАЖЕРА

ПІДКЛЮЧЕННЯ ДО МЕРЕЖІ

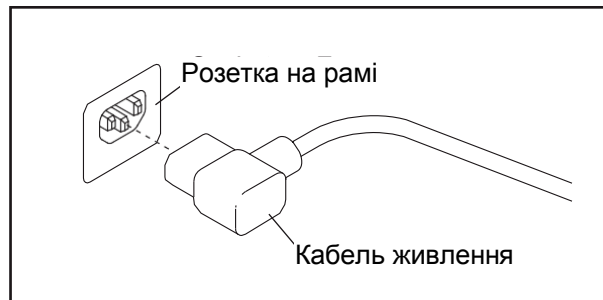
Даний тренажер повинен бути заземлений. При несправності або поломці тренажера, заземлення знизить ризик ураження електричним струмом. Мережевий кабель живлення даного тренажера має провід заземлення та вилку з відповідним контактом. **ВАЖЛИВО:** Якщо кабель живлення пошкоджений, його потрібно замінити на новий, рекомендований виробником.



НЕБЕЗПЕЧНО: Неправильне підключення до електричної мережі може стати причиною підвищення ризику отримання електричного удару. Перевірте обладнання у електрика чи працівника сервісного центру, якщо сумніваєтесь, чи правильно заземлено тренажер. Не змінюйте провід, що наданий виробником, якщо він не підійде до розетки, встановіть правильну розетку за допомогою електрика.

Виконайте наступні дії, щоб підключити кабель живлення.

1. Підключіть вказаний кінець мережевого кабелю до відповідної розетки на рамі.

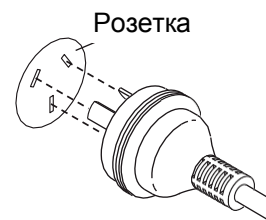


2. Підключіть кабель живлення у відповідну розетку, яка правильно встановлена і заземлена, у відповідності з усіма місцевими нормативами та правилами.

Великобританія

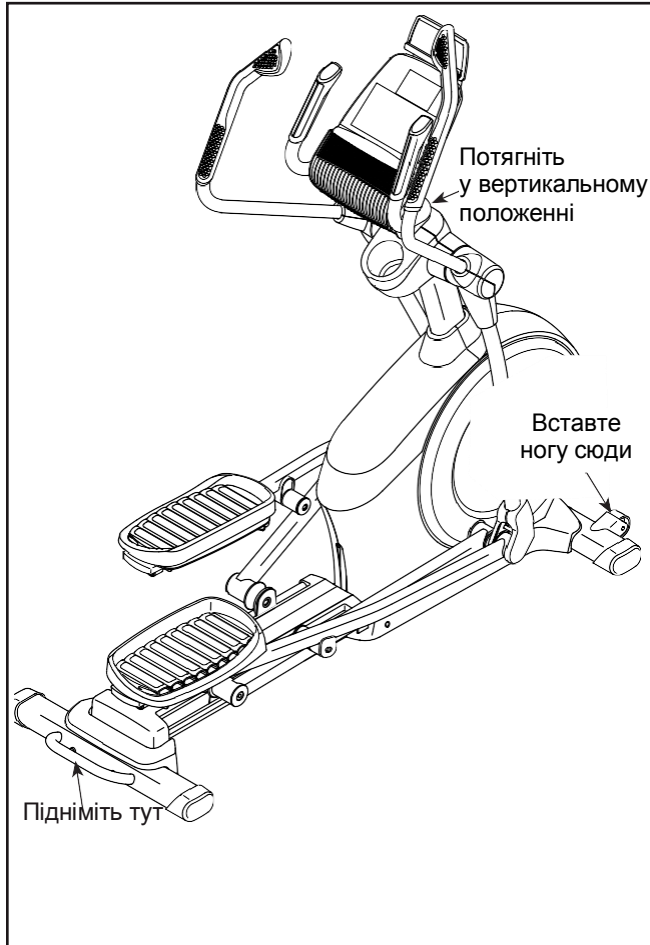


Австралія



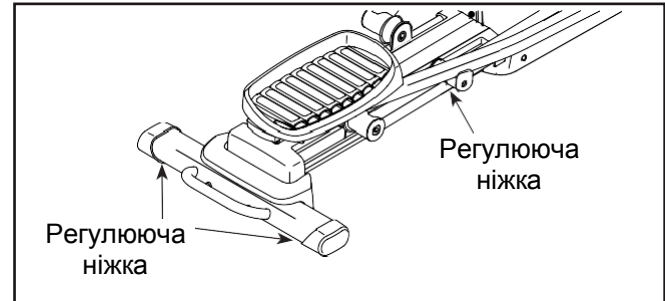
ПЕРЕМІЩЕННЯ ТРЕНАЖЕРА

Через розмір та вагу, еліптичний тренажер мають транспортувати дві людини. Одна людина вставляє одну ногу на одне з коліс. Візьміться за ручку і підійміть раму, поки еліптичний тренажер не почне котитися на колесах. Обережно перемістіть еліптичний тренажер в потрібне місце, а потім опустіть його на підлогу.



ВИРІВНЮВАННЯ ТРЕНАЖЕРА

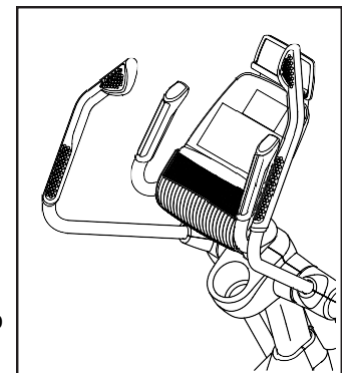
Якщо тренажер похитується злегка на підлозі під час використання, використовуйте одну або обидві регульовальні ніжки під заднім стабілізатором, щоб зупинити погойдування.



ВИКОРИСТАННЯ ТРИМАЧА ДЛЯ ПЛАНШЕТА

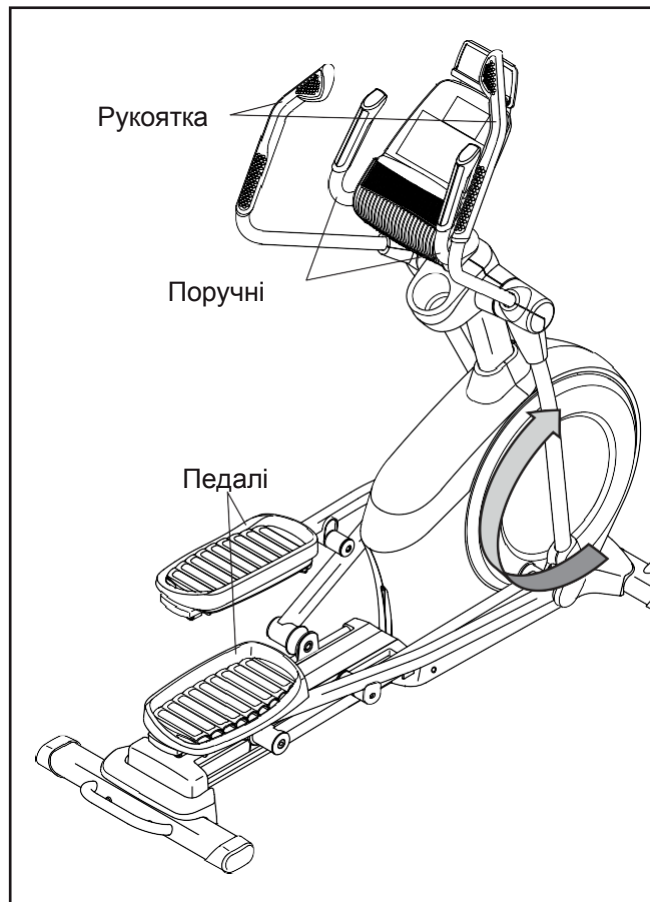
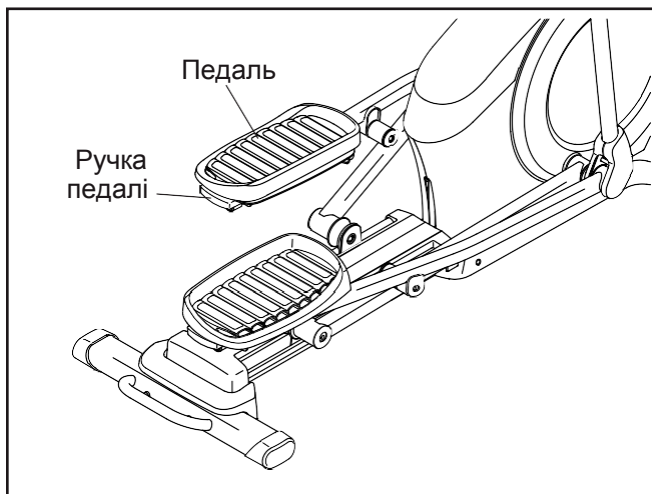
ВАЖЛИВО: Тримач планшета призначений для використання повнорозмірних планшетів і смарт-пристроїв. Не ставте будь-який інший електронний пристрій або об'єкт в тримач планшета.

Щоб вставити планшет або смартфон в тримач планшета, встановіть нижній край планшета або смартфона в лотку. **Переконайтеся, що планшет або смартфон надійно закріплений в тримачі планшета.** Виконайте ці дії для видалення планшета або смартфона з тримача.



РЕГУЛЮВАННЯ ПОЛОЖЕННЯ ПЕДАЛЕЙ

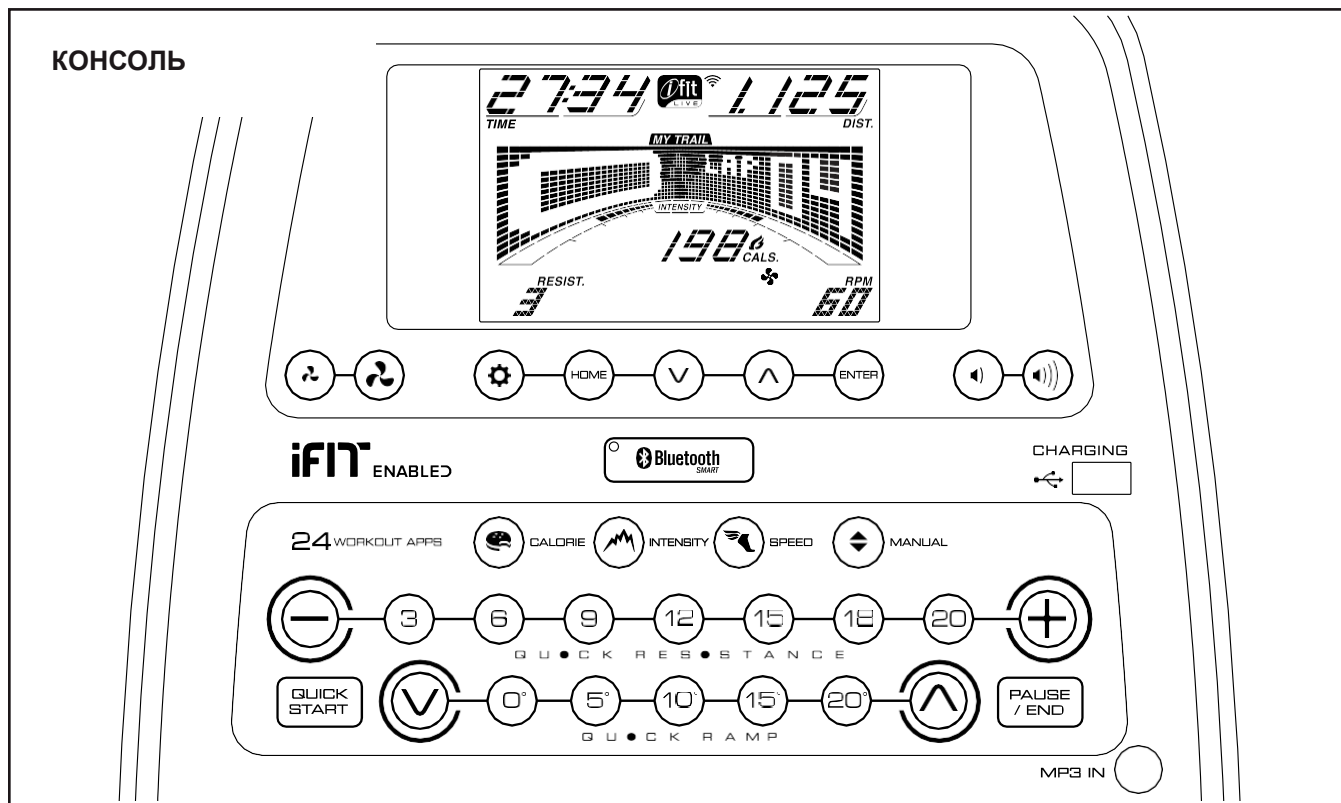
Кожна педаль може бути відрегульована на декілька позицій. Щоб налаштувати кожну педаль, просто потягніть за педаль зовні, перемістіть педаль в потрібне положення, а потім відпустіть ручку педалі в регулювальний отвір. Переконайтеся в тому, щоб налаштувати обидві педалі в такому ж положенні.



ТРЕНУВАННЯ НА ТРЕНАЖЕРІ

Щоб розпочати тренування необхідно утримувати верхні рукоятки та встати на педалі, які знаходяться в самому нижньому положенні. Натисніть на педалі, поки вони не почнуть рухатися з безперервним рухом. **Примітка: педалі можуть повертатися в будь-якому напрямку. Рекомендується, щоб ви використовувати педалі в напрямку стрілки; Проте, для різноманітності, ви можете використовувати педалі в протилежному напрямку.**

При закінченні тренування, зачекайте, поки педалі повністю не зупиняться. **Примітка: еліптичний тренажер не має вільного ходу; педалі будуть продовжувати рух, поки не зупиниться маховик.** Коли педалі є стаціонарними, ступайте на найвищу педаль в першу чергу. Потім, ступайте на найнижчу педаль.



ХАРАКТЕРИСТИКИ КОНСОЛІ

Консоль тренажера пропонує вражаюче різноманіття функцій, що розроблені для того, щоб зробити Ваші вправи більш ефективними та приємними.

Коли Ви використовуєте Ручний режим налаштувань, Ви можете змінити швидкість і кут нахилу тренажера натиснувши відповідну кнопку. Під час занять, консоль відображає поточну інформацію по тренування. Ви також можете виміряти рівень серцебиття, використовуючи поручні для вимірювання серцебиття або нагрудний датчик. **Див. сторінку 24 для отримання інформації про покупку опційного нагрудного монітора серцевого ритму.**

Крім того, консоль пропонує широкий вибір встановлених тренувань. Кожна встановлена програма автоматично змінює опір педалей і запропонує вам зберегти цільову швидкість.

Ви також можете підключити ваш смарт-пристрій до консолі і використовувати додаток iFit® для запису й відслідковування інформації про тренування.

Під час тренування, Ви можете слухати Вашу улюблену музику чи аудіо книги за допомогою консольної звукової стерео системи.

Ви можете також використовувати порт зарядки на консолі для зарядки вашого USB- пристрою під час тренування.

Щоб увімкнути ручний режим, дивіться сторінку 20. Щоб використовувати встановлену програму тренування, дивіться сторінку 23. Щоб використовувати звукову стерео систему, дивіться сторінку 24. Щоб використовувати порт зарядки, дивіться сторінку 24. Щоб підключити старт-пристрій до консолі, дивіться сторінку 25. Щоб підключити монітор серцевого ритму до консолі, дивіться сторінку 25. Щоб змінити налаштування консолі, дивіться сторінку 26.

Примітка :Якщо на консолі є захисна плівка, зніміть її.

Примітка: Консоль може відображати швидкість та відстань як в милях, так і в кілометрах. Для того, щоб знайти вибрані одиниці вимірювання, див. крок 3 на сторінці 26. Для зрозумілості, всі інструкції в цьому розділі, відносяться до миль.

УВІМКНЕННЯ ТРЕНАЖЕРА

ВАЖЛИВО: Якщо тренажер довго знаходився на холодному повітрі, дайте йому нагрітись до кімнатної температури, до того як вмикати напругу. Якщо Ви цього не зробите, то можете пошкодити консоль чи інші електричні компоненти.

Увімкніть кабель живлення (дивіться сторінку 16). Потім знайдіть вимикач живлення на рамі бігової доріжки біля мережевого кабелю. Натисніть вимикач живлення в положення «скидання» (RESET).



Дисплей увімкнеться і консоль буде готова до використання.

Примітка: При включенні живлення в перший раз, система може відкалібрувати кут нахилу автоматично. Рампа буде рухатися вгору і вниз. Коли рампа перестав рухатися, система нахилу відкалібрована.

ВАЖЛИВО: Якщо система нахилу не відкалібрована автоматично, див. крок 3 на сторінці 26 і вручну відкалібруйте систему нахилу.

ВИКОРИСТАННЯ РУЧНОГО РЕЖИМУ

1. Почніть крутити педалі або натисніть будь-яку кнопку на пульті, щоб включити консоль.

Див. УВІМКНЕННЯ ТРЕНАЖЕРА на сторінці 20.

2. Виберіть ручний режим.

Натисніть кнопку Manual або кнопку Home, щоб вибрати ручний режим.

Якщо ви вибрали тренування, повторно виберіть ручний режим, натиснувши на кнопку Home або за допомогою кнопок Onboard Workouts.

3. Змініть опір педалей і кут нахилу.

Щоб змінити опір педалей, натисніть кнопки збільшення і зменшення опору Quick Resistance, або натиснувши одну з пронумерованих кнопок Quick Resistance.

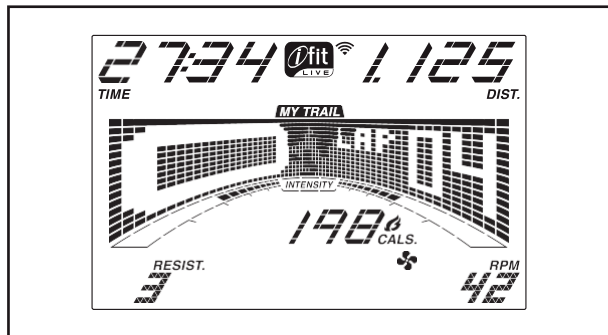
Примітка: Після того, як ви натиснете кнопку, то буде потрібно якийсь час для педалі, щоб досягти обраного рівня опору.

Для того, щоб змінити рух педалей, ви можете змінити кут нахилу рами. Для зміни кута нахилу, натискайте кнопки збільшення і зменшення Quick Ramp або натиснувши одну з пронумерованих кнопок Quick Ramp.

Примітка: Після того, як ви натиснете кнопку, то буде потрібно якийсь час, щоб досягти обраного рівня нахилу.

4. Слідкуйте за своїм прогресом.

Дисплей може показати наступну інформацію тренування:



Калорії - Цей дисплей покаже приблизну кількість калорій, яку ви спалили.

Калорії за годину (Кал/год) - Цей дисплей покаже приблизну кількість калорій, яку ви спалите за годину.

Відстань - Цей дисплей покаже відстань, яку ви подолаєте в милях (милі) або в кілометрах (км).

Нахил—В цьому режимі дисплей покаже рівень нахилу рампи протягом декількох секунд кожен раз, коли відбувається зміна рівня нахилу.

Пультс - Цей дисплей покаже частоту серцевих скорочень в ударах за хвилину, коли ви використовуєте монітор серцевого ритму або додатковий монітор серцевого ритму грудної клітини (див. крок 5).

Опір - Цей дисплей покаже рівень опору педалей протягом декількох секунд, коли відбувається зміна рівня опору.

Об/хв. - Цей дисплей буде показувати швидкість обертання педалей в обертах за хвилину.

Швидкість - Цей дисплей буде показувати швидкість обертання педалей в милях за годину або в кілометрах за годину.

Час - Коли обраний ручний режим, дисплей покаже час, що минув. При виборі запрограмованого тренування, цей дисплей буде показувати час, що залишився до кінця тренування.

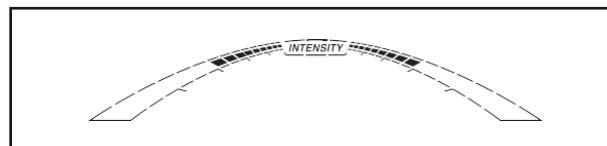
Матриця пропонує кілька вкладок дисплея. Натисніть кнопки збільшення і зменшення поруч з кнопкою Enter кілька разів, поки не з'явиться відповідна закладка.

Speed - Ця вкладка покаже профіль налаштувань швидкості тренування. Новий сегмент з'явиться в кінці кожної хвилини.

My trail - Ця вкладка покаже трек, який представляє 1/4 милі (400 м). Як ви тренуєтеся, миготливий прямокутник покаже ваші успіхи. Вкладка My Trail також буде показувати кількість кіл, яку ви подолали.

Calorie - На цій вкладці буде показано приблизну кількість калорій, яку ви спалили. Висота кожного сегмента - це кількість калорій, спалених під час цього сегмента.

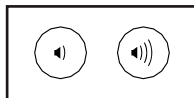
Resistance - Ця вкладка покаже профіль наближених налаштувань опору тренування нового сегмента, з'явиться в кінці кожного сегмента. Примітка: Текст заголовка для цієї вкладки не буде відображатися в матриці.



Щоб призупинити консоль, натисніть кнопку Pause/End або кнопки Home або просто перестаньте крутити педалі. Коли консоль припинена, час буде блимати на дисплеї. Щоб продовжити тренування, просто відновіть крутити педалі.

Натисніть кнопку Home кілька разів, щоб призупинити тренування, переглядайте результати тренування, та повертайтеся ручний режим.

Щоб змінити рівень гучності консолі, натисніть кнопки збільшення/зменшення гучності.

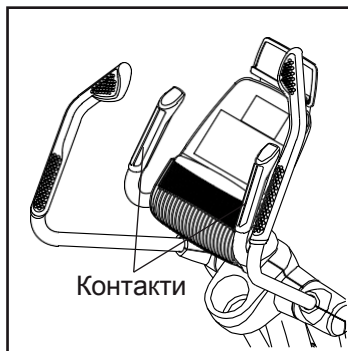


5. Виміряйте ваш пульс.

Ви можете виміряти частоту серцебиття, використовуючи монітор серцевого ритму на поручні тренажеру або нагрудний пульсометр. (див. сторінку 24 для отримання інформації про покупку опційного нагрудного монітора серцевого ритму). Примітка: Консоль є сумісною з моніторами BLUETOOTH®.

Примітка: Якщо ви використовуєте обидва монітора серцевого ритму, монітор BLUETOOTH Smart heart rate матиме пріоритет.

До того як використовувати датчики для вимірювання пульсу, зніміть плівку з металевих контактів на поручнях. Додатково переконайтеся, що ваші руки чисті.



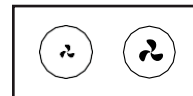
Для вимірювання частоти серцевих скорочень, утримуйте монітор серцевого ритму долонями. Намагайтеся не совати руками.

Коли Ваш пульс визначено, на дисплеї символ серця буде блимати кожен раз, коли ваше серце б'ється, один або два тире будуть з'являтися, а потім буде відображено ваш пульс. Для найбільш точного визначення частоти серцевих скорочень продовжуйте утримувати контакти протягом 15 секунд.

Якщо частота серцевих скорочень не відображається, переконайтеся, що ваші руки розташовані як описано. Будьте обережні, щоб не рухати руками або надмірно щільно стиснути контакти. Для забезпечення оптимальної продуктивності, очистіть контакти за допомогою м'якої тканини; **Ніколи не використовуйте спирт, абразивні або хімічні речовини для очищення контактів.**

6. Увімкнення вентилятора.

Вентилятор має кілька параметрів швидкості. Натисніть клавіші збільшення/зменшення, для вибору швидкості обертання вентилятора, або вимкніть вентилятор



Примітка: Якщо педалі не рухаються протягом приблизно тридцяти секунд, вентилятор вимикається автоматично.

7. Коли ви закінчили тренування, від'єднайте кабель живлення.

Якщо не крутити педалі протягом декількох секунд, пролунає серія звукових сигналів, консоль включить режим паузи.

Якщо не крутити педалі протягом декількох хвилин, консоль вимкнеться, дисплеї будуть скинуті.

Коли ви закінчите тренування, натисніть вимикач живлення в неробоче положення і від'єднайте кабель живлення. **ВАЖЛИВО: Якщо ви не зробите цього, електричні компоненти еліптичного тренажера можуть пошкодитися.**

ВИКОРИСТАННЯ ПОПЕРЕДНЬО ВСТАНОВЛЕНОЇ ПРОГРАМИ

1. Почніть крутити педалі або натисніть будь-яку кнопку на пульті, щоб включити консоль.

Див. УВІМКНЕННЯ ТРЕНАЖЕНА на сторінці 20.

2. Виберіть програму.

Для вибору тренування, натисніть кнопку Calorie, Intensity або Speed кілька разів, поки потрібне тренування не з'явиться на дисплеї.

При виборі тренування, дисплей покаже тривалість тренування або кількість калорій, яку необхідно спалити. Профіль налаштувань швидкості тренування буде з'являтися в матриці.

Дисплей також покаже максимальну швидкість обертання педалей (оборотів в хвилину), максимальний рівень опору, максимальний рівень нахилу.

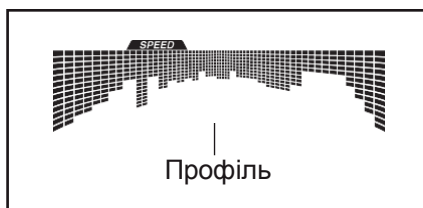
3. Розпочніть тренування.

Натисніть кнопку Quick Start або розпочніть крутити педалі, щоб почати тренування.

Кожне тренування поділено на сегменти. Одна опція швидкості та нахилу запрограмована для кожного сегмента. Примітка: та ж опція для швидкості і/або нахилу може бути запрограмована й для наступних сегментів

Рівень опору і обороти в хвилину для першого сегмента з'являться в матриці.

Під час тренування, профіль на закладках швидкості і опору буде показувати і ваш прогрес.



Миготливий сегмент профілю являє поточний сегмент тренування. Висота миготливого сегмента вказує кількість оборотів в хвилину або рівень опору для поточного сегмента.

В кінці кожного сегмента тренування лунає серія звукових сигналів. Рівень опору для наступного сегмента з'явиться в верхньому дисплеї протягом кількох секунд. Опір педалей потім зміниться.

Під час тренування, вам буде запропоновано зберегти швидкість обертання педалей близько цільових оборотів в хвилину для поточного сегмента. **При появі стрілки вгору на дисплеї - збільшіть темп. При появі стрілки вниз - зменшіть темп. Коли стрілка не з'являється – збережіть поточний темп.**

ВАЖЛИВО: Цільова швидкість призначена тільки для забезпечення мотивації. Переконайтеся в тому, що ви крутите педалі зі швидкістю та рівнем опору, який зручний для вас.

Якщо рівень опору для поточного сегмента занадто високий або занадто низький, ви можете вручну змінити налаштування натисканням кнопки Resistance.

ВАЖЛИВО: Якщо поточний сегмент тренування закінчується, педалі автоматично пристосовуються до рівня опору, запрограмованого для наступного сегмента.

Якщо ви припините крутити педалі протягом декількох секунд, пролунає серія звукових сигналів.

Щоб припинити тренування в будь-який час, натисніть кнопку Pause/ End або зупинить крутити педалі. Час буде блимати на дисплеї. Щоб відновити тренування, просто відновіть крутити педалі.

Для завершення тренування, натисніть кнопку Pause/ End знову. Результати тренування з'являться на екранах протягом декількох секунд.

4. Слідкуйте за своїм прогресом.

Дивіться крок 4 на сторінці 21.

5. Виміряйте ваш пульс.

Дивіться крок 5 на сторінці 22.

6. Увімкніть вентилятор.

Дивіться крок 6 на сторінці 22.

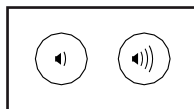
7. Коли ви закінчили тренування, від'єднайте кабель живлення.

Дивіться крок 7 на сторінці 22.

ВИКОРИСТАННЯ ЗВУКОВОЇ СТЕРЕО СИСТЕМИ

Для відтворення музики або аудіокниг через консоль звукової стерео системи, підключіть 3,5 мм аудіо кабель (не входить в комплект) в роз'єм на консолі та в гніздо MP3-плеєра, CD-плеєра, або інших пристроїв; **переконайтеся, що аудіо кабель добре під'єднаний. Примітка: Для того, щоб придбати аудіо кабель, зверніться в місцевий магазин електроніки.**

Налаштуйте рівень гучності за допомогою кнопки збільшення або зменшення гучності на консолі або регулятора гучності на персональному аудіо-плеєрі.



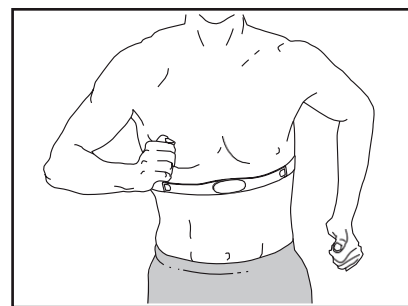
ВИКОРИСТАННЯ ПОРТА ДЛЯ ЗАРЯДКИ

Консоль має порт для зарядки, який можна використовувати для зарядки USB- пристроїв, таких як смарт-телефони, в той час як ви тренуєтеся.

Щоб використовувати порт зарядки, підключіть USB-кабель для зарядки (не входить в комплект) в порт на консолі та в гніздо на пристрої; **переконайтеся, що USB-кабель для зарядки повністю підключений.** Примітка: Порт зарядки не може бути використаний для перегляду або передачі даних або для відтворення музики через звукову систему консолі.

ДОДАТКОВИЙ НАГРУДНИЙ ПУЛЬСОМЕТР

Незалежно від поставленої мети під час тренувань (зниження ваги або зміцнення серцево-судинної системи), ключ до успіху – це підтримання правильної частоти серцевих скорочень під час тренувань. Додатковий нагрудний пульсометр дозволить вам постійно стежити за частотою свого серцевого ритму і допоможе в досягненні поставлених цілей. **Щоб придбати нагрудний пульсометр, див. інформацію на лицьовій обкладинці даного посібника.**



Примітка: консоль є сумісною з моніторами BLUETOOTH® Smart heart rate.

ПІДКЛЮЧЕННЯ СМАРТ-ПРИСТРОЮ ДО КОНСОЛІ

Консоль підтримує BLUETOOTH підключення до смарт-пристроїв через додаток iFit і сумісні монітори серцевого ритму. Примітка: Інші підключення BLUETOOTH не підтримуються.

1. Завантажте та встановіть додаток iFit на смарт-пристрої.

На вашому смарт-пристрої IOS® або Android™, відкрийте App StoreSM або Google Play™, знайдіть безкоштовний додаток iFit, а потім встановіть додаток на смарт-пристрої. **Переконайтеся, що опція BLUETOOTH включена на смарт-пристрої.**

Відкрийте додаток iFit та дотримуйтесь інструкцій, щоб налаштувати обліковий запис iFit й налаштувати параметри.

2. Підключіть смарт-пристрій до консолі.

Дотримуйтесь інструкцій додатку iFit, щоб підключити ваш смарт-пристрій до консолі.

Коли з'єднання встановлено, індикатор на консолі буде блимати синім. Натисніть кнопку Bluetooth на консолі, щоб підтвердити з'єднання; Світлодіод на консолі потім загориться синім кольором.

3. Записуйте та відстежуйте інформацію тренування.

Дотримуйтесь інструкцій додатку iFit, щоб записувати й відстежувати інформацію тренування.

4. Відключіть старт-пристрій від консолі.

Щоб відключити смарт-пристрої натисніть і утримуйте кнопку Bluetooth на консолі протягом 5 секунд.

Примітка: Усі BLUETOOTH з'єднання між консоллю та іншими пристроями (включаючи будь-які старт-пристрої, монітори серцевого ритму, і т.д.) будуть відключені.

ПІДКЛЮЧЕННЯ ПУЛЬСОМЕТРА ДО КОНСОЛІ

Консоль сумісна з усіма моніторами BLUETOOTH Smart heart rate.

Для підключення вашого монітору, натисніть кнопку Bluetooth на консолі. Коли з'єднання встановлено, індикатор на консолі буде блимати два рази. Примітка: Це може зайняти до 15 секунд.

Примітка: Якщо є більше ніж один сумісний монітор серцевого ритму біля консолі, консоль буде з'єднуватися з монітором серцевого ритму з найсильнішим сигналом.

Щоб відключити пульсометр натисніть і утримуйте кнопку Bluetooth на консолі протягом 5 секунд.

Примітка: Усі BLUETOOTH з'єднання між консоллю та іншими пристроями (включаючи будь-які старт-пристрої, монітори серцевого ритму, і т.д.) будуть відключені.

ЗМІНА НАЛАШТУВАНЬ КОНСОЛІ

1. Виберіть режим налаштувань.

Для вибору режиму налаштувань, натисніть кнопку Settings. На дисплеї буде відображатися інформація з налаштувань.

2. Перейдіть в режим налаштувань.

Якщо обраний режим налаштувань, на дисплеї з'явиться кілька додаткових екранів. Натисніть кнопку збільшення/зменшення поруч з кнопкою Enter кілька разів, щоб вибрати потрібний додатковий екран.

У нижній частині дисплея буде відображатися інформація для обраного екрану. **Переконайтеся в тому, щоб слідувати інструкціям, наведеним в нижній частині дисплея.**

3. Зміна налаштувань.

Одиниці виміру - На дисплеї буде відображатися вибрана одиниця виміру. Щоб змінити одиниці вимірювання, натисніть кнопку Enter кілька разів. Для перегляду відстані в милях, виберіть ENGLISH. Для перегляду відстані в кілометрах виберіть METRIC.

Система калібрування нахилу - Якщо система не функціонує належним чином, то, можливо, буде потрібно виконати калібрування. Для калібрування системи нахилу, натисніть кнопки збільшення або зменшення нахилу. Рампа буде рухатися вгору і вниз. Коли рампа перестає рухатися, система нахилу відкалібрована.

Рівень контрастності - На дисплеї буде відображатися рівень контрастності. Натисніть кнопки збільшення і зменшення опору для регулювання рівня контрастності.

Корисна інформація - На дисплеї буде відображатися загальна кількість годин, загальна відстань (в милях або в кілометрах).

4. Вихід з режиму налаштувань.

Натисніть кнопку Settings, щоб вийти з режиму налаштувань.

ТЕХНІЧНЕ ОБСЛУГОВУВАННЯ ТА УСУНЕННЯ НЕСПРАВНОСТЕЙ

ОБСЛУГОВУВАННЯ

Регулярне технічне обслуговування має важливе значення для забезпечення оптимальної продуктивності й зменшення зносу. Регулярно перевіряйте та правильно закріплюйте всі деталі, коли використовується еліптичний тренажер.

Щоб очистити еліптичний тренажер, використовуйте вологу тканину і невелику кількість м'якого мила. **ВАЖЛИВО: Щоб уникнути пошкодження консолі, тримайте рідини подалі від консолі та тримайте пульт від прямих сонячних променів.**

НЕСПРАВНОСТІ КОНСОЛІ

Якщо консоль не включається, переконайтеся, що кабель живлення надійно підключений.

Якщо лінії з'являються на дисплеї консолі див. **ЗМІНА НАЛАШТУВАНЬ КОНСОЛІ** на сторінці 26 і відрегулюйте рівень контрастності дисплея.

Якщо консоль не відображує частоту серцевих скорочень, коли ви тримаєте монітор або якщо відображається частота серцевих скорочень, яка видається занадто високо або занадто низькою, див. крок 5 на сторінці 22.

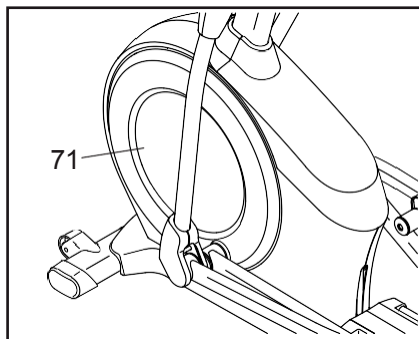
НЕСПРАВНІСТЬ СИСТЕМИ НАХИЛУ

Якщо рампа не рухається до потрібного рівня нахилу, див. крок 3 на сторінці 26 і відкалібруйте систему нахилу.

РЕГУЛЮВАННЯ ГЕРКОНОВОГО РЕЛЕ

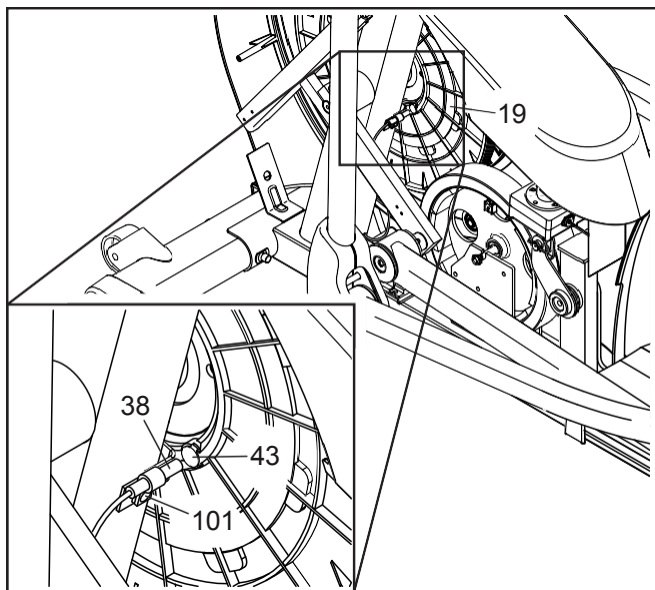
Якщо консоль не відображає правильний зворотний зв'язок, герконове реле повинно бути відрегульоване. Перед тим, як налаштувати, **від'єднайте адаптер живлення**

За допомогою стандартної викрутки, акуратно підніміть лівий диск (71)



Примітка: Для зрозумілості, лівий екран видаляється на кресленні праворуч

Потім розташуйте герконове реле (38). Перемістіть педалі, поки один з магнітів (43) не вирівняється з реле.



Потім послабте М5 х 16 мм з гвинт з плоскою головкою (101), підніміть герконове реле (38) в сторону або в сторону від магніту (43), і затягніть гвинт з плоскою головкою.

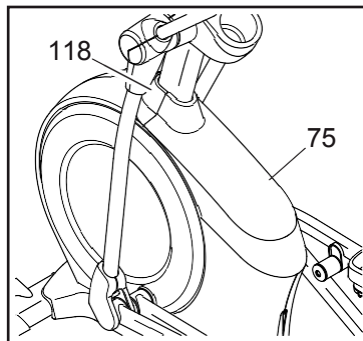
Підключіть адаптер і перемістіть педалі вперед і назад, так що магніт (43) пройшов через герконове реле (38) кілька разів. Повторіть ці дії до тих пір, поки консоль не почне відображати правильний зворотний зв'язок.

Коли герконове реле правильно відрегульоване, вимкніть адаптер живлення. Потім встановіть на місце лівий диск і підключіть адаптер живлення.

РЕГУЛЮВАННЯ ПРИВОДНОГО РЕМЕНЯ

Якщо педалі ковзають під час тренування, в той час як опір сягає найвищого рівня, може знадобитися регулювання приводного ремня. Перед тим, як відрегулювати приводний ремінь, **від'єднати адаптер живлення**

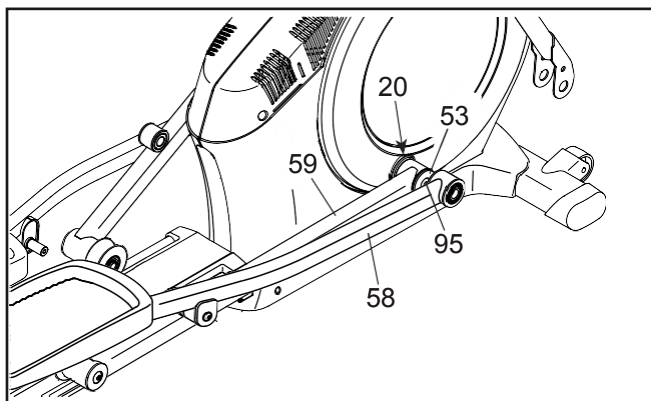
Використовуючи стандартну Викрутку, зафіксуйте кришку (75) і захисну кришку (118).



Див. крок 15 на сторінці 14. Зніміть верхню частину правої педалі та внутрішню кришку (69, 83).

Див. крок 12 на сторінці 12. Зніміть праву педаль (58).

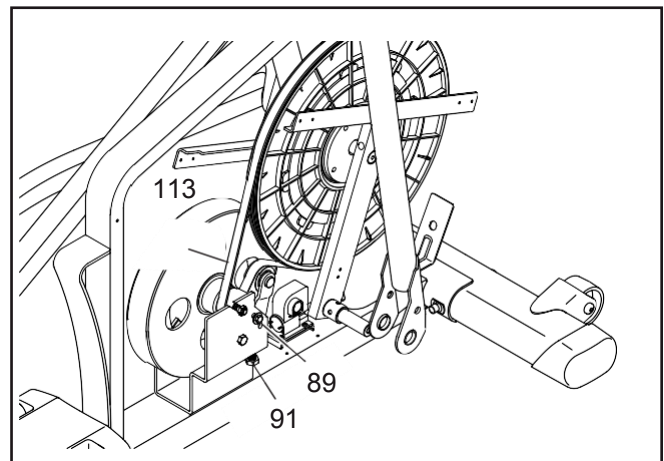
Видаліть М8 х 16 мм гвинт (95), кришку (53) і М8 шайбу (не показано) з правого ролика (20). Потім обережно зніміть правий роликівий важіль (59) і правий важіль педалі (58) з еліптичного тренажера



Див. ДЕТАЛЬНУ СХЕМУ В на сторінці 35.

Видаліть М4 х 25 мм гвинти (3), М4 х 19мм гвинти (5), і М4 х 48мм гвинт (107) з лівого і з правого екрана(73, 74); **зверніть увагу на розташування кожного розміру гвинта.** Потім зніміть правий екран.

Послабте поворотний гвинт (89), затягніть гвинти ремня (91), доки приводний ремінь (17) не затягнеться щільно, а потім затягніть поворотний болт.



Потім, встановіть на місце ті частини, які ви видалили.

ПОСІБНИК З ВПРАВ

⚠️ ЗАСТЕРЕЖЕННЯ: Перед вибором тієї чи іншої програми проконсультуйтеся будь-ласка з Вашим лікарем. Це особливо важливо для людей віком від 35 років чи людей з певними вадами здоров'я. Система визначення пульсу не є медичним пристроєм. Багато факторів можуть впливати на правильність відображення даних пульсу. Система визначення пульсу може використовуватися тільки як помічник, що слідкує за рівнем пульсу під час тренування.

Даний посібник допоможе Вам спланувати програму Вашого тренування. Для отримання більш детальної інформації стосовно вправ ми можете скористатися додатковою літературою або проконсультуватися з тренером. Пам'ятайте, що правильне харчування і відпочинок дуже необхідні для отримання позитивних результатів

ІНТЕНСИВНІСТЬ ТРЕНУВАННЯ

Якщо Ваша ціль скинути вагу чи зміцнити Вашу серцево-судинну систему, тоді обирайте відповідну складність програми для того, щоб досягти бажаних результатів. Ви можете використати Ваш рівень пульсу для вибору оптимального рівня складності. Діаграма знизу відображає рекомендований рівень серцебиття для програми зниження ваги та програми «аеробіка».

165	155	145	140	130	125	115	♥
145	138	130	125	118	110	103	♥
125	120	115	110	105	95	90	♥
20	30	40	50	60	70	80	

Щоб знайти відповідний рівень складності, спочатку необхідно знайти свій вік у нижній частині зображення (під ризикою). З числа, що знаходяться над ризикою визначають програму Вашого тренування. Найнижче значення, що знаходиться над Вашим віком – це рекомендований рівень серцебиття для програми зниження ваги, середнє значення – рекомендований рівень серцебиття для програми інтенсивного зниження ваги, найвище значення – рекомендований рівень серцебиття для програми «аеробіка».

Програма зниження ваги. Щоб скидати вагу ефективно Вам потрібно займатися на найнижчому рівні складності, але довгий період часу. Під час перших хвилин тренування Ваш організм спалює вуглеводи. Тільки через декілька хвилин Ваш організм почне спалювати накопичені калорії. Якщо ж Вашою метою є зниження ваги, тоді продовжуйте займатися, доки Ваш пульс не досягне найнижчого значення, що знаходиться над Вашим віком. Максимальне зниження ваги досягається, коли Ваш пульс досягає середнього значення таблиці.

Програма «аеробіки». Якщо Вашою метою є зміцнення серцево-судинної системи, тоді Ви повинні виконувати вправи з аеробіки, оскільки вони потребують багато кисню. Для вправ з аеробіки, рівень Вашого пульсу має знаходитись у межах найвищого значення, що зображене на малюнку.

ПОСІБНИК З ВПРАВ

Розминка – починайте Ваше тренування з 5-10 хвилинної розминки. Розминка підвищує температуру тіла, пульс, а також циркуляцію крові.

Тренування – тренуйтеся 20-30 хвилин враховуючи рівень Вашого пульсу. (Під час перших декількох тижнів, не тримайте Ваш пульс відповідно до зображення зверху довше ніж 20 хвилин). Дихайте регулярно і глибоко під час тренування, не затримуйте дихання.

Заминка – закінчуйте Ваше тренування 5-10 хвилинною заминкою. Заминка дозволить підвищити еластичність Ваших м'язів та попередити ризик травм після тренування.

ЧАСТОТА ТРЕНУВАНЬ

Щоб зберегти чи покращити Вашу фізичну норму, намагайтеся тренуватися тричі на тиждень, з одним днем відпочинку між тренуваннями. Через декілька місяців регулярних тренувань Ви можете розпочати тренуватися 5 днів на тиждень. Пам'ятайте, що ключовими моментами є регулярність тренувань та отримання насолоди від тренувань.

ПЕРЕЛІК ДЕТАЛЕЙ

Модель № PFEVEL89716.0 R1016A

№	К-ть	Опис	№	К-ть	Опис
1	1	Рама	51	2	Ролик
2	1	Задній стабілізатор	52	1	Права педаль
3	1	Рампа	53	4	Кришка осі
4	1	Стійка	54	2	16мм Хвиляста шайба
5	6	M4 x 19мм Гвинт	55	2	Кришка осі
6	1	Передній стабілізатор	56	4	Втулка ролика
7	1	Консоль	57	6	Великий підшипник
8	2	Направляючий ролик	58	1	Права педаль
9	1	Пластина правої педалі	59	1	Правий ролик
10	1	Кришка рампи	60	1	Педаль правої рукоятки
11	1	Мотор нахилу	61	1	Права рукоятка
12	1	Мотор нахилу	62	2	Затиск
13	1	Рампа	63	2	Провід сенсора
14	1	Ролик рампи	64	2	Вісь педалі
15	1	Кришка заднього стабілізатора	65	1	Передня кришка правої рукоятки
16	2	Наконечник	66	1	Задня кришка правої рукоятки
17	2	Втулка рами	67	1	Передня кришка лівої рукоятки
18	1	Корба	68	1	Задня кришка лівої рукоятки
19	1	Розетка	69	1	Зовнішня кришка правої педалі
20	2	Втулка	70	1	Зовнішня кришка лівої педалі
21	4	M4 x 10мм Гвинт	71	2	Диск
22	1	Ролик	72	1	Внутрішня кришка лівої педалі
23	1	M10 x 15мм Гвинт	73	1	Лівий екран
24	1	M10 x 95мм Болт	74	1	Правий екран
25	1	Мотор опору	75	1	Кришка екрана
26	1	M10 x 42мм Болт	76	1	Ковпачок лівої педалі
27	4	Стопорне кільце	77	4	Вісь
28	1	Механізм Едді	78	2	Ключ
29	1	Вісь маховика	79	1	Передня кришка консолі
30	4	Ковпачок стабілізатора	80	1	Задня кришка консолі
31	1	Контролер	81	1	Задня кришка стійки
32	1	Вимикач	82	10	M8 x 13мм Гвинт
33	2	Регулююча ніжка	83	1	Внутрішня кришка правої педалі
34	2	Колесо	84	3	M10 Шайба
35	1	Поворотна вісь	85	2	M4 x 14мм Гвинт
36	2	Втілка стійки	86	2	M10 x 58мм Болт
37	1	Лоток для аксесуарів	87	1	Важіль правої педалі
38	1	Герконове реле	88	1	Холостий гвинт
39	1	Затиск	89	1	Натяжний гвинт
40	2	Підшипник рами	90	3	M6 Шайба
41	1	Кільце	91	1	Гвинт ременя
42	1	Рукав	92	2	M10 x 19мм Гвинт
43	2	Магніт	93	4	M4 x 12мм Гвинт
44	1	Ліва педаль	94	2	M5 Шайба
45	1	Лівий ролик	95	8	M8 x 16мм Гвинт
46	1	Педаль лівої рукоятки	96	4	M8 x 38мм Болт
47	1	Ліва рукоятка	97	10	M8 Шайба
48	1	Шпилька	98	2	M8 x 18мм Шайба
49	1	Ліва педаль	99	4	M10 x 25мм Гвинт
50	6	M10 Контргайка	100	4	Підшипник педалі

Ексклюзивний представник в Україні:
Група Компаній «Інтер Атлетика»
ТОВ «Фітнес Трейдинг»
Центральний офіс:
08292, Україна, м. Буча, вул. Інститутська, 176
тел./факс: +38 (044) 391-3355, 391-3121

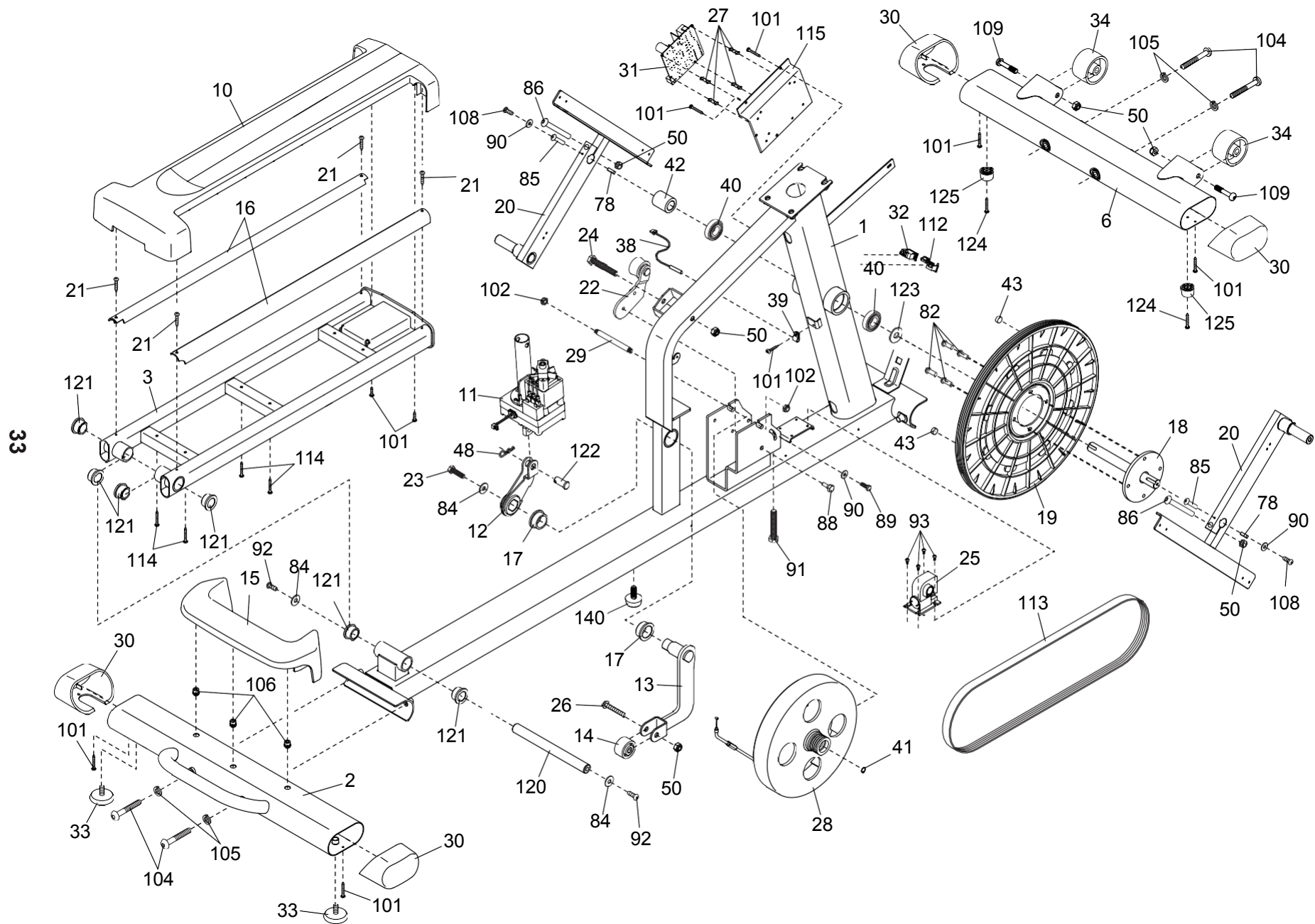
Виставковий центр:
04119, Україна, м. Київ, вул. Мельникова, 48
тел./факс: +38 (044) 592-0033
www.interatletika.com
e-mail: prof@interatletika.com
info@interatletika.com

№	К-ть	Опис	№	К-ть	Опис
101	35	M4 x 16мм Гвинт	123	1	Пластикова втулка
102	6	M8 Контргайка	124	2	M4 x 19мм Самонарізний гвинт
103	8	M6 x 12мм Гвинт	125	2	Кришка
104	4	M10 x 122мм Гвинт	126	2	M8 x 14мм Гвинт
105	8	M10 Пружинна шайба	127	1	Тримач планшета
106	3	Кришка	128	1	Пластина лівої педалі
107	1	M4 x 48мм Гвинт	129	1	Ліва ручка педалі
108	2	M6 x 13мм Гвинт	130	2	Педаль
109	2	M10 x 60мм Болт	131	2	Прежина педалі
110	1	Основний провід	132	2	Вісь
111	4	#8 x 12мм Гвинт	133	2	M6 Гайка
112	1	Розетка	134	1	Права ручка педалі
113	1	Приводний ремінь	135	8	M6 Шайба
114	4	M4 x 40мм Гвинт	136	4	M6 x 12мм Гвинт
115	1	Кронштейн контролера	137	2	Підшипник
116	2	Кільце диска	138	2	M4 x 16мм Гвинт
117	1	Передня кришка стійки	139	2	M4 x 25мм Гвинт
118	1	Ковпачок екрану	140	1	Регулююча ніжка
119	1	Кабель живлення	*	—	Інструменти
120	1	Вісь рами	*	—	Мастило
121	6	Втулка рами	*	—	Інструкція з експлуатації
122	1	Штифт			

Примітка: Специфікація може змінюватись без попередження. Для отримання інформації про замовлення запасних частин, дивіться на звороті обкладинки даного посібника. Позначені зірочкою (*) частини тренажеру - не зображені на малюнках.

Ексклюзивний представник в Україні:
Група Компаній «Інтер Атлетика»
ТОВ «Фітнес Трейдинг»
Центральний офіс:
08292, Україна, м. Буча, вул. Інститутська, 176
тел./факс: +38 (044) 391-3355, 391-3121

Виставковий центр:
04119, Україна, м. Київ, вул. Мельникова, 48
тел./факс: +38 (044) 592-0033
www.interatletika.com
e-mail: prof@interatletika.com
info@interatletika.com



ДЕТАЛЬНА СХЕМА А

Модель № PFEVEL89716.0 R1016A

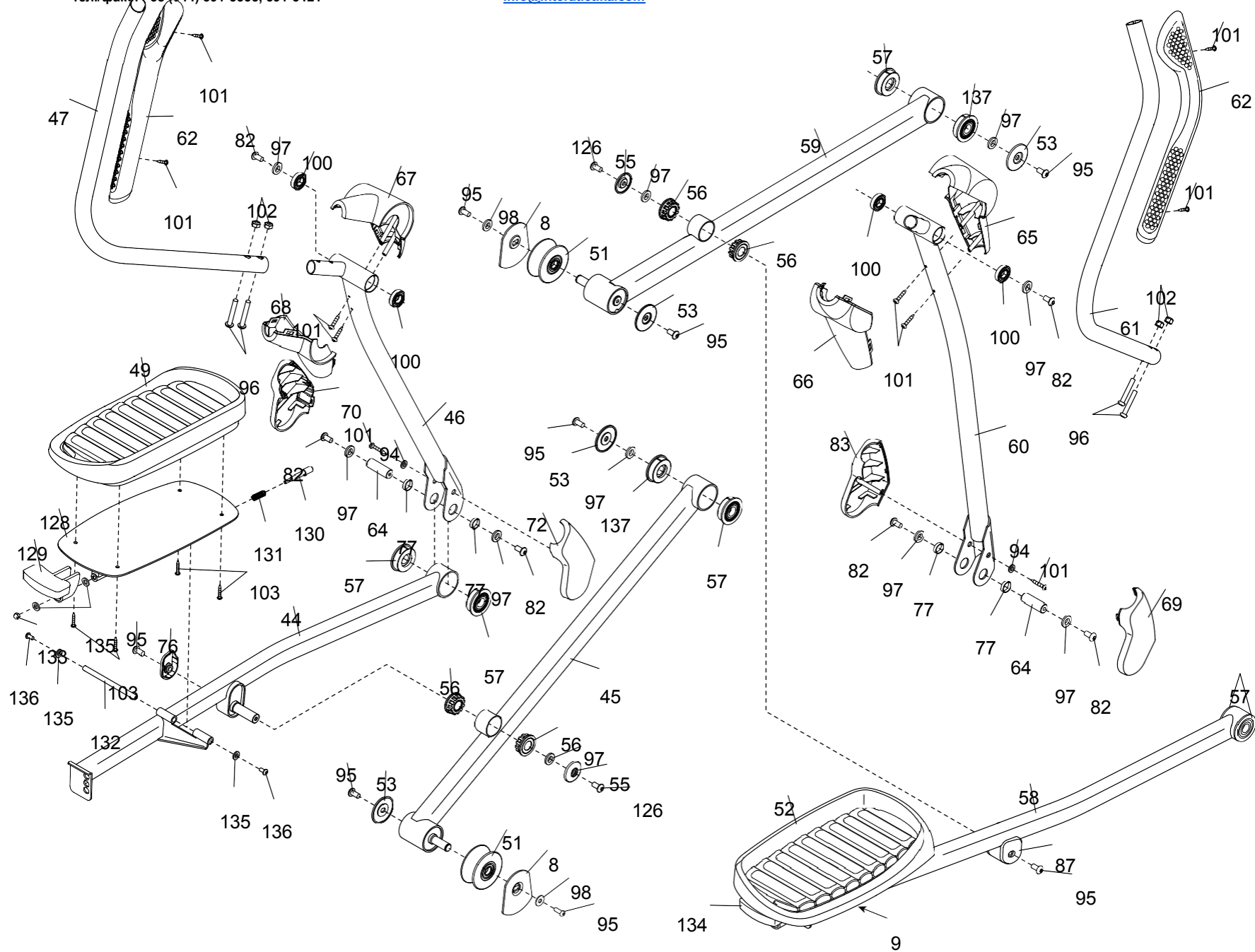
Ексклюзивний представник в Україні:
Група Компаній «Інтер Атлетика»
ТОВ «Фітнес Трейдинг»
Центральний офіс:
08292, Україна, м. Буча, вул. Інститутська, 176
тел./факс: +38 (044) 391-3355, 391-3121

Виставковий центр:
04119, Україна, м. Київ, вул. Мельникова, 48
тел./факс: +38 (044) 592-0033
www.interatletika.com
e-mail: prof@interatletika.com
info@interatletika.com

ДЕТАЛЬНА СХЕМА Б

Модель № PFEVEL89716.0 R1016A

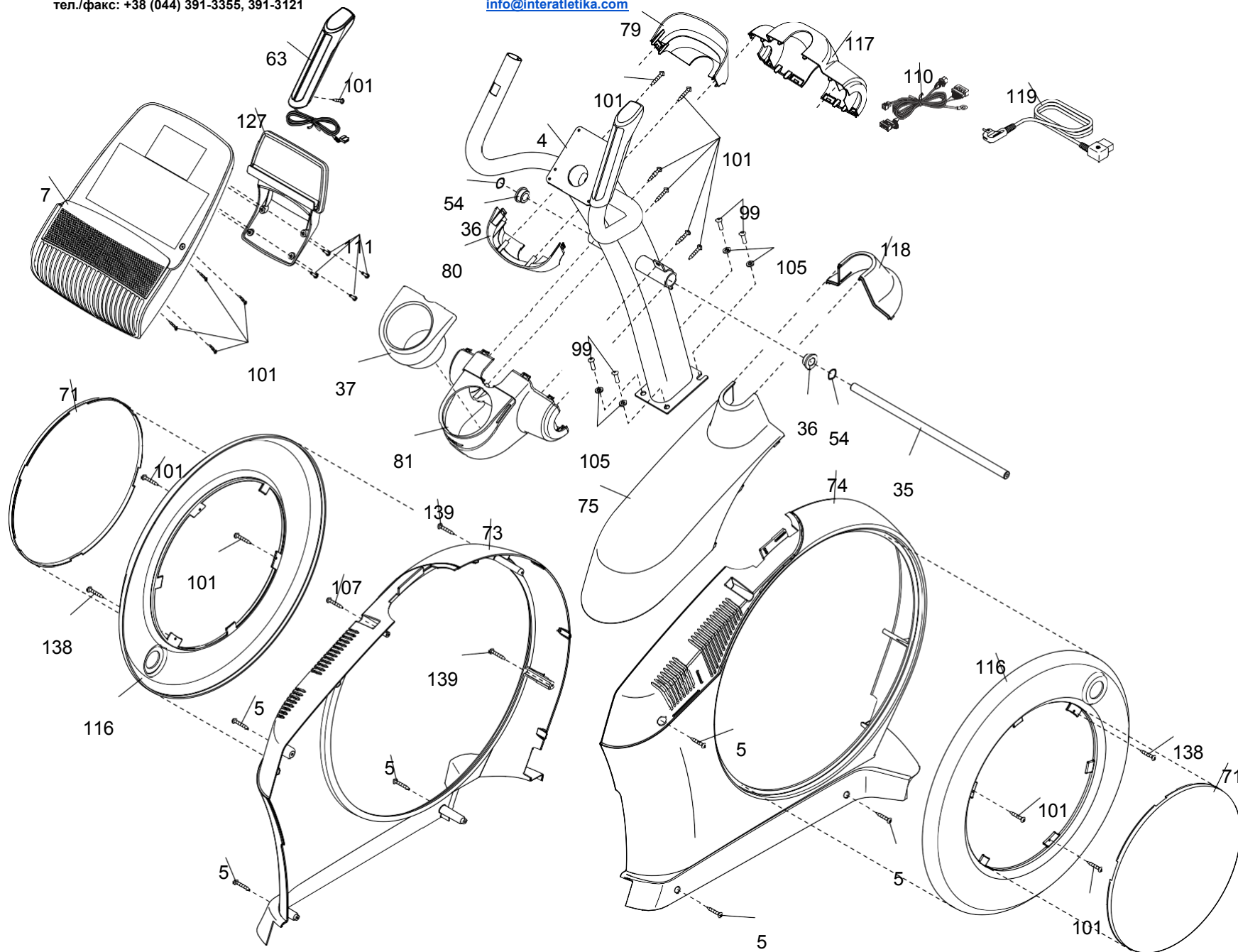
34



Ексклюзивний представник в Україні:
Група Компаній «Інтер Атлетика»
ТОВ «Фітнес Трейдінг»
Центральний офіс:
08292, Україна, м. Буча, вул. Інститутська, 176
тел./факс: +38 (044) 391-3355, 391-3121

Виставковий центр:
04119, Україна, м. Київ, вул. Мельникова, 48
тел./факс: +38 (044) 592-0033
www.interatletika.com
e-mail: prof@interatletika.com
info@interatletika.com

35



ДЕТАЛЬНА СХЕМА В

МОДЕЛЬ № PFEVEL89716.0 R1016A

ЗАМОВЛЕННЯ ЗАПАСНИХ ДЕТАЛЕЙ

Щоб замовити запасні деталі, дивіться на обкладинку цієї інструкції. Щоб ми змогли допомогти Вам, будь-ласка, будьте готові надати наступну інформацію, коли будете зв'язуватись з нами:

- номер моделі і серійний номер товару (дивіться обкладинку цієї інструкції)
- назву товару (дивіться обкладинку цієї інструкції)
- номер і опис частин, які необхідно замінити (дивіться СПИСОК ДЕТАЛЕЙ і ДЕТАЛЬНУ СХЕМУ в кінці цієї інструкції).

ІНФОРМАЦІЯ ЩОДО УТИЛІЗАЦІЇ

Даний тренажер не повинен викидатися разом з іншими побутовими відходами. Щоб зберегти навколишнє середовище, даний прилад, після його використання, повинен бути утилізований згідно місцевих законів.

Будь-ласка, використовуйте авторизовані засоби для утилізації. Виконуючи дані вказівки, ви допоможете зберегти національні ресурси і покращити Європейські стандарти захисту навколишнього середовища. Якщо ви потребуєте більше інформації щодо методів утилізації, будь-ласка, зв'яжіться з місцевим офісом чи організацією, де ви придбали цей тренажер

