

Инструкция по эксплуатации 220G





ПРЕДОСТЕРЕЖЕНИЕ



Внимательно прочтите эти инструкции перед началом использования оборудования Pulse G-CV , также прочтите инструкции к каждому отдельному тренажеру.

Перед началом использования фитнес оборудования проконсультируйтесь с врачом. Системы измерения ЧСС могут быть не точными. Чрезмерная тренировка может привести к серьезным травмам или смерти. Если вы почувствуете слабость, головокружение или истощенность сразу же прекратите тренировку.

Убедитесь в том, что оборудование регулярно проверяется на предмет поломок и износа. Не используйте оборудование в случае неисправностей или поломок до полного устранения этих проблем уполномоченными лицами с использованием оригинальных запчастей.



Содержание

1 Обзор 220G

2 Содержимое Упаковки 220G

3 Сборка

- 3.1 Присоединение Основания 4
- 3.2 Крепление Защитной Накладки 5
- 3.3 Крепление Педалей 6
- 3.4 Крепление Накладок на Педали 7
- 3.5 Крепление Стойки 8
- 3.6 Крепление Поручней 9
- 3.7 Крепление Рукояток 10
- 3.8 Крепление Дока iPod®/ Подставки для Хранения 11
- 3.9 Фиксация Держателя для Хранения 11

4 Установка Консоли

- 4.1 Закрепление Консоли 12
- 4.2 Сборка Консоли 12
- 4.3 Монтаж Электропроводки Консоли 13
- 4.4 Сборка Консоли 14
- 4.5 Закрепление Штатива для Книг 14

5 Проверка Направленности

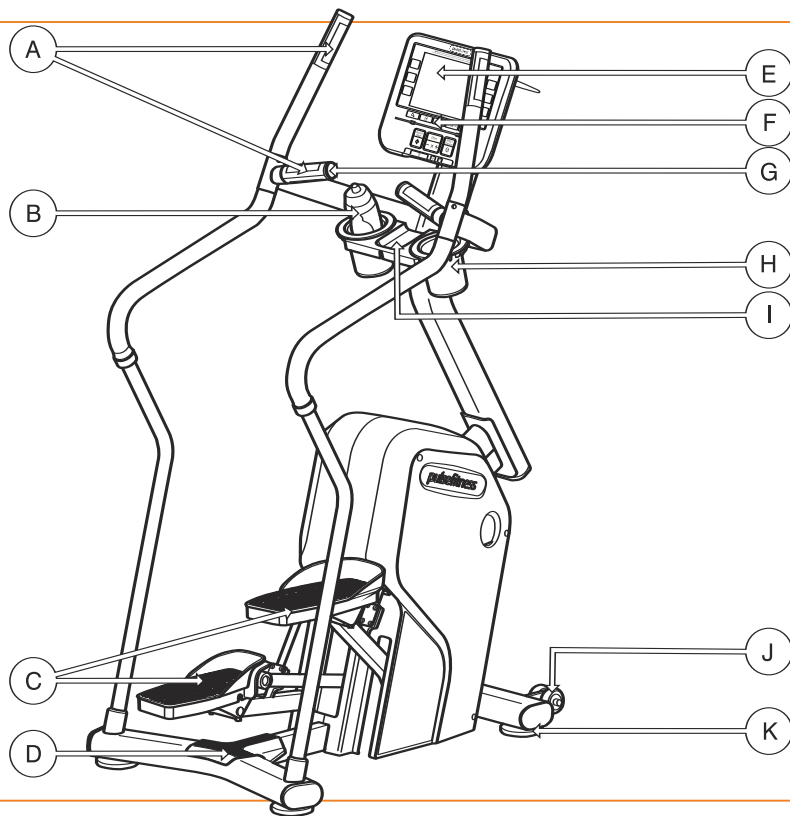
6 220G Полностью в Сборе

7 Уход и Техническое Обслуживание

- 7.1 Очистка Оборудования 18
- 7.2 Техническое Обслуживание Оборудования 18

Заметки Пользователя

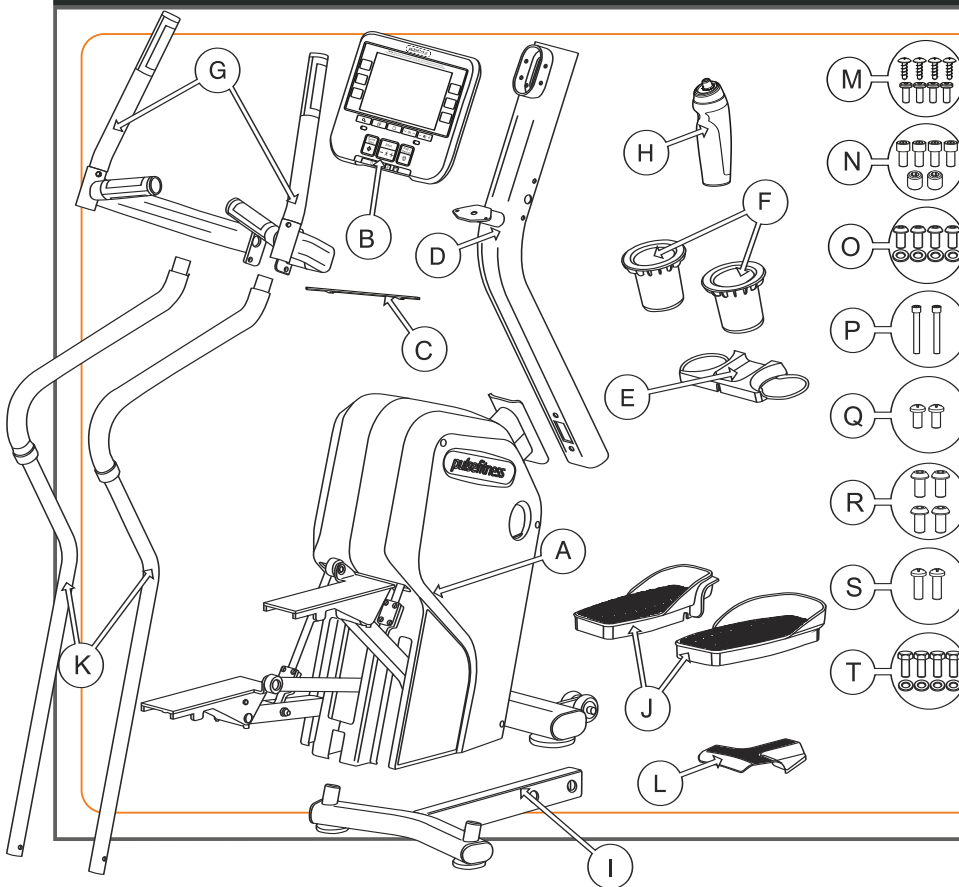
1 Обзор 220G



Степпер 220 G

- A Датчики Пульса
- B Фляга для воды
- C Педали
- D Защитная Накладка
- E Консоль
- F Подставка для книг
- G Регулятор уровня сложности
- H Подставка для Хранения
- I Док iPod®
- J Колесика для транспортировки
- K Ножка регулировки уровня

2 Содержимое Упаковки 220G



Степпер 220G должен собираться из упаковки.

Содержимое упаковок:

- A** Основной Корпус
- B** Консоль
- C** Штатив для Книг
- D** Стойка
- E** Док iPod®
- F** Хранилища для Предметов
- G** Рукоятки
- H** Флага
- I** Основание
- J** Педали
- K** Поручни
- L** Защитная Накладка
- M** Болты Консоли
- N** Болты Рукояток
- O** Болты и Шайбы Балок Ножек
- P** Болты Стоек
- Q** Болты к доку iPod®
- R** Болты Кронштейна Консоли
- S** Болты Защитной Накладки
- T** Болты Педалей

Если какие-либо части отсутствуют, свяжитесь, пожалуйста, с Отделом Сервиса +44(0)1260 294600.

3 Сборка 220G

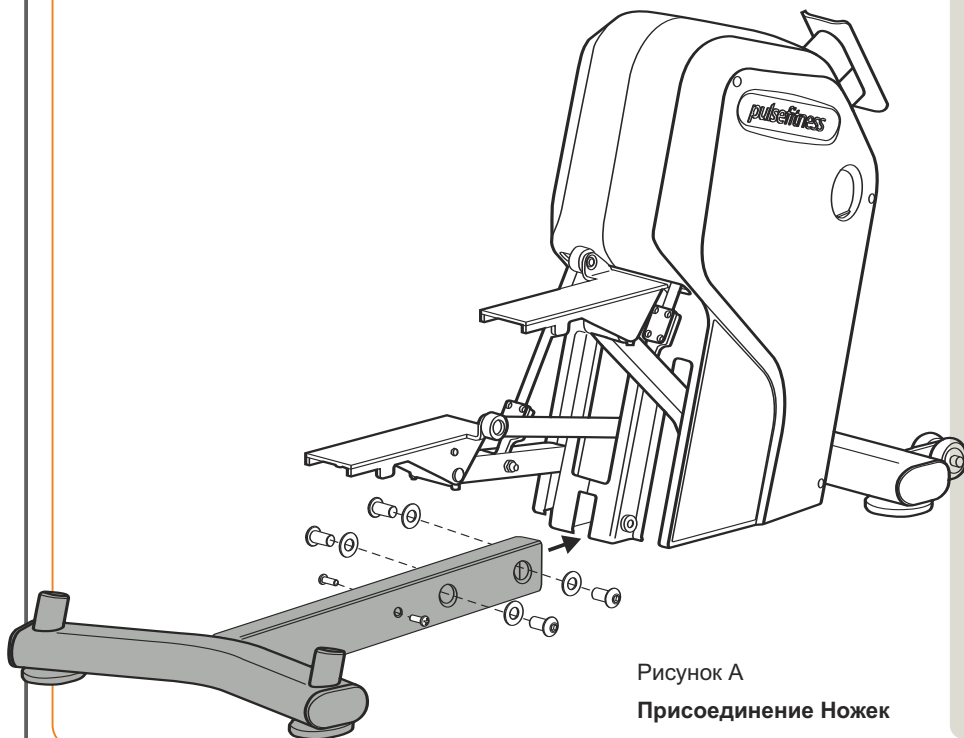


Рисунок А
Присоединение Ножек

3.1 Присоединение Основания

Вставьте Основание в Основной Корпус как показано на рисунке и крепко зафиксируйте с помощью болтов и шайб.

Примечание: Чтобы облегчить процесс установки раскрутите 2 болта с крестообразным шлицем на каждой стороне основания. (см. Рисунок А).

Необходимые Инструменты:
6мм Торцовый Ключ (M10 Болты с Полукруглой Головкой x2)

Сборка 220G

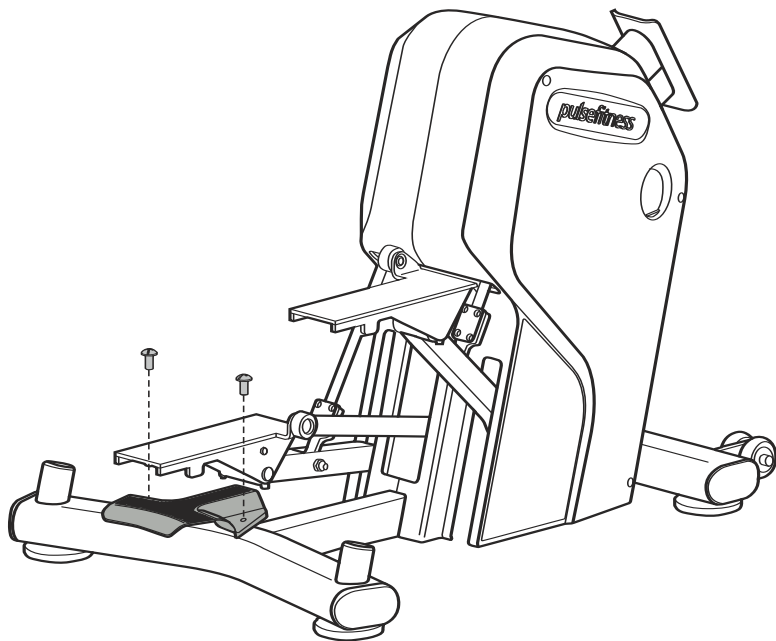


Рисунок В Крепление Защитной Накладки

3.2 Крепление Защитной Накладки

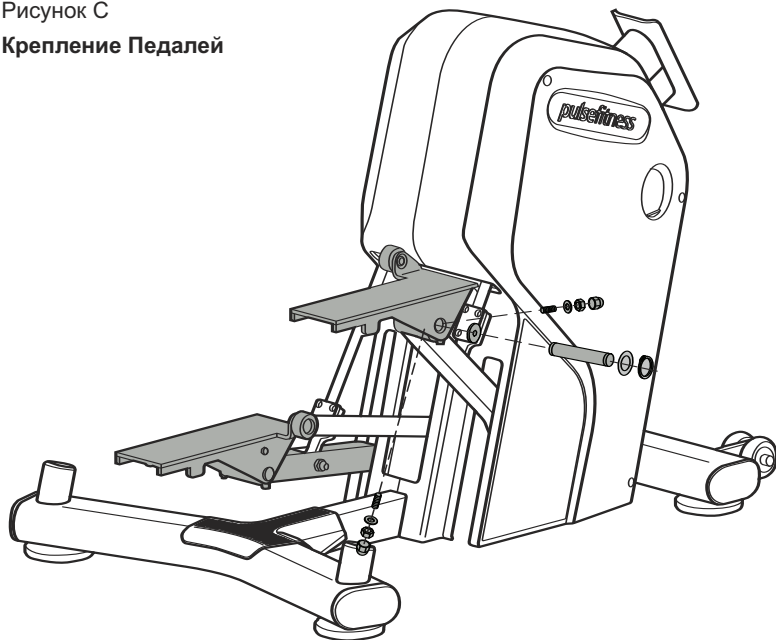
Поместите Защитную Накладку на соединение рамы и закрепите 2 болтами. (см. Рисунок В)

Необходимые Инструменты:
Крестообразная отвёртка

Сборка 220G

Рисунок С

Крепление Педалей



3.3 Крепление Педалей

Расположите Педали таким образом, чтобы Стержни Педалей могли быть вставлены как в пластину, так и в рычаг (хорошо смажьте оба стержня перед началом сборки). Закрепите с помощью шайб и стопорных колец. После этого, окончательно зафиксируйте с помощью потайных винтов, шайб и контргаек и наденьте колпачки. (см. Рисунок С).

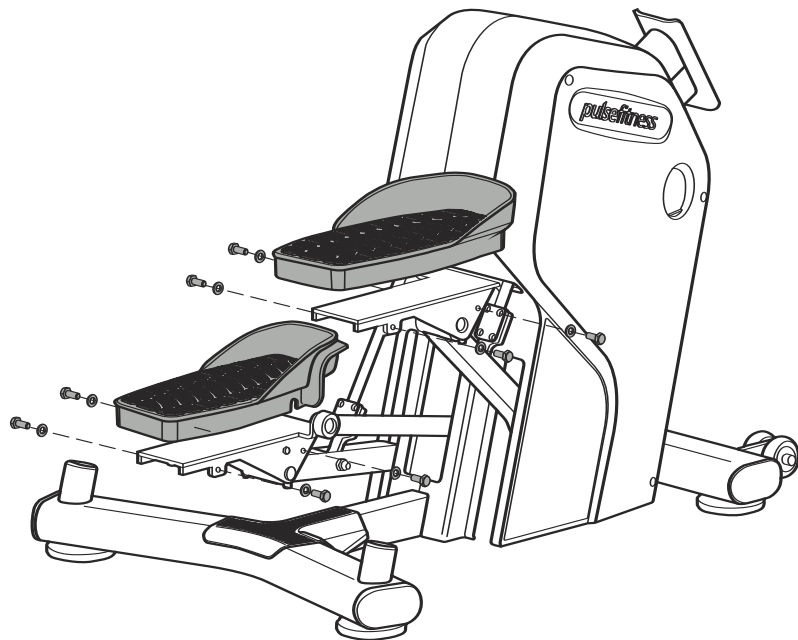
Примечание: Для облегчения установки, вставьте распорную втулку между Основным Корпусом и Рычагом Педали, чтобы удерживать Рычаг Педали.

Необходимые Инструменты:
10мм Гаечный Ключ

Сборка 220G

Рисунок D

Крепление Накладок на Педали



3.4 Крепление Накладок на Педали

Поставьте Накладки на Педали на Металлические Пластины и зафиксируйте с помощью соответствующих болтов. (см. Рисунок D).

Примечание: надежно затяните все болты.

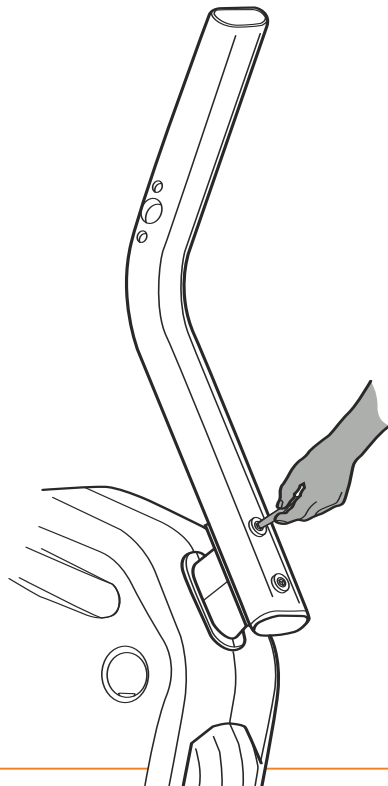
Необходимые Инструменты:

8мм Гаечный Ключ

Узкогубцы для снятия Стопорных Колец

Сборка 220G

Рисунок Е
Крепление Стойки



3.5 Крепление Стойки

Установите Стойку на что-то устойчивое, например, на ящик и протяните через нее провода.

После этого, поднимите собранную стойку вверх, прислоните ее к монтажному кронштейну и закрутите болты руками.

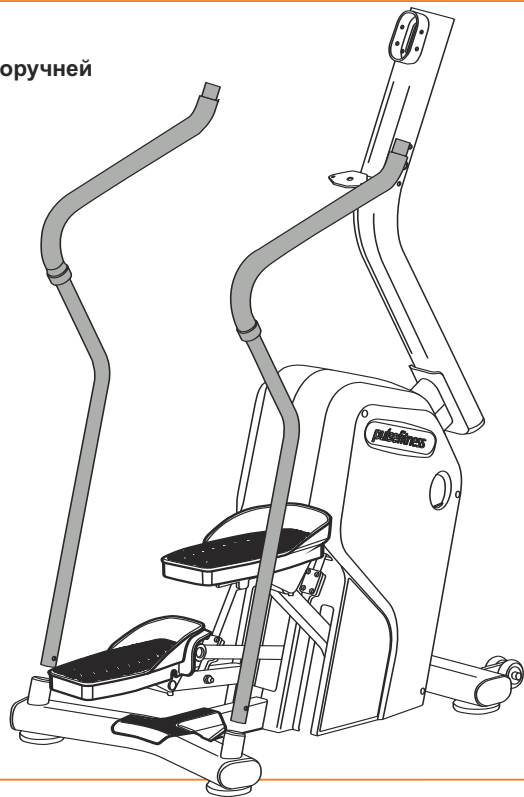
Используйте Торцовый Ключ, чтобы дотянуть болты, при этом следите, чтобы стойка находилась в вертикальном положении и без перекосов. (см. Рисунок Е).

Необходимые Инструменты:

10мм Торцовый Ключ

Сборка 220G

Рисунок F
Крепление Поручней



3.6 Крепление Поручней

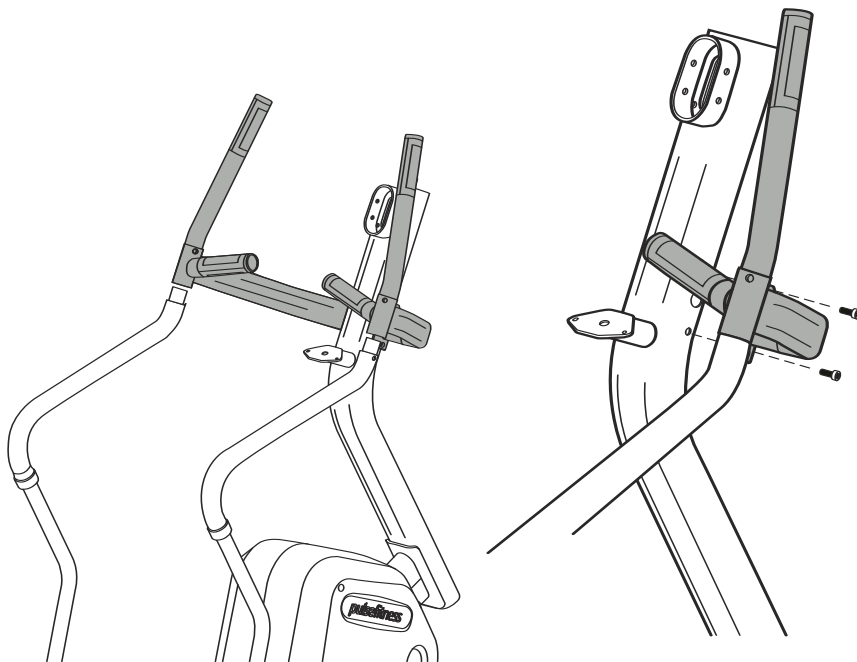
Вставьте Поручни во втулки на Основании и затяните с помощью винта. (см. Рисунок F).

Необходимые Инструменты:

3мм Торцовый Ключ (М6х6 Потайной Винт)

Сборка 220G

Рисунок G
Крепление Рукояток



3.7 Крепление Рукояток

Установите Рукоятки вверх Поручней и прикрепите Рукоятки к Основной Раме с помощью болтов рукояток, при этом провод сенсора пульса должен проходить через большое отверстие и выходить сверху рамы. (см. Рисунок G).

Примечание: Надежно затяните болты.

Необходимые Инструменты:

8мм Торцовый Ключ

Для правильной процедуры выравнивания обратитесь к документу 135-767-

Сборка 220G

Рисунок Н
Крепление Дока iPod®

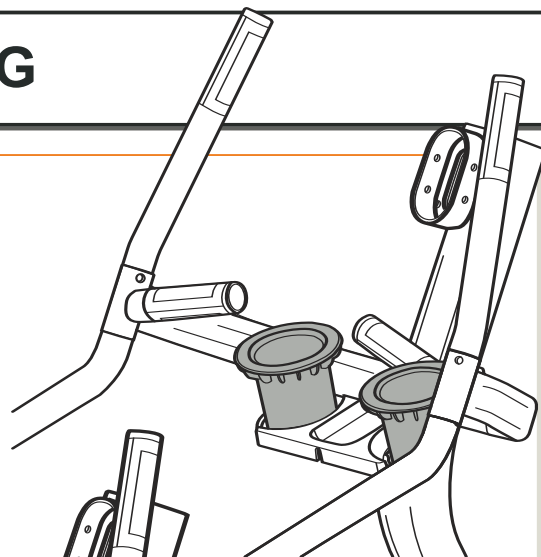
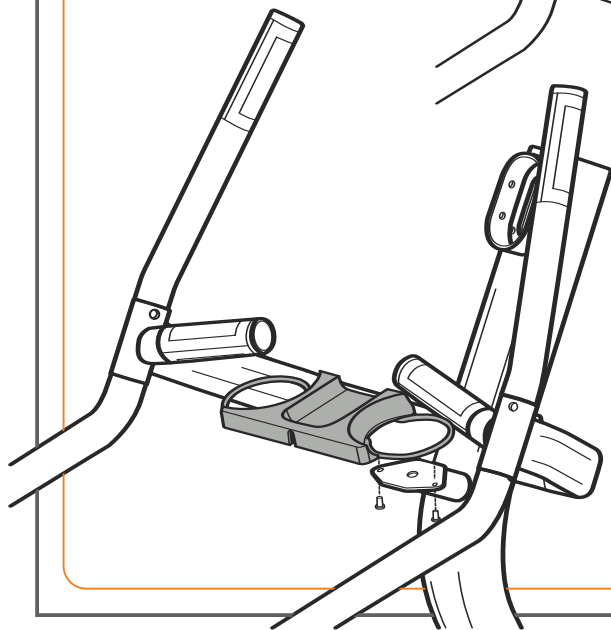


Рисунок I
Крепление Подставки
для Хранения

3.8 Крепление Дока iPod® / Подставки для Хранения

Установите Док iPod® на кронштейн, который прикреплен к Стойке и прикрепите с помощью 2 винтов, перед тем, как затянуть винты убедитесь, что док ровно расположен.

Вставьте Хранилища для Предметов в металлические петли и до упора нажмите вниз. (см. Рисунок Н).

Необходимые Инструменты:
1 x Крестообразная Отвёртка

Для правильной процедуры выравнивания обратитесь к документу 135-767-

3.9 Крепление Подставки для Хранения

Плотно вставьте емкости для предметов в подставку для хранения. (см. Рисунок I).

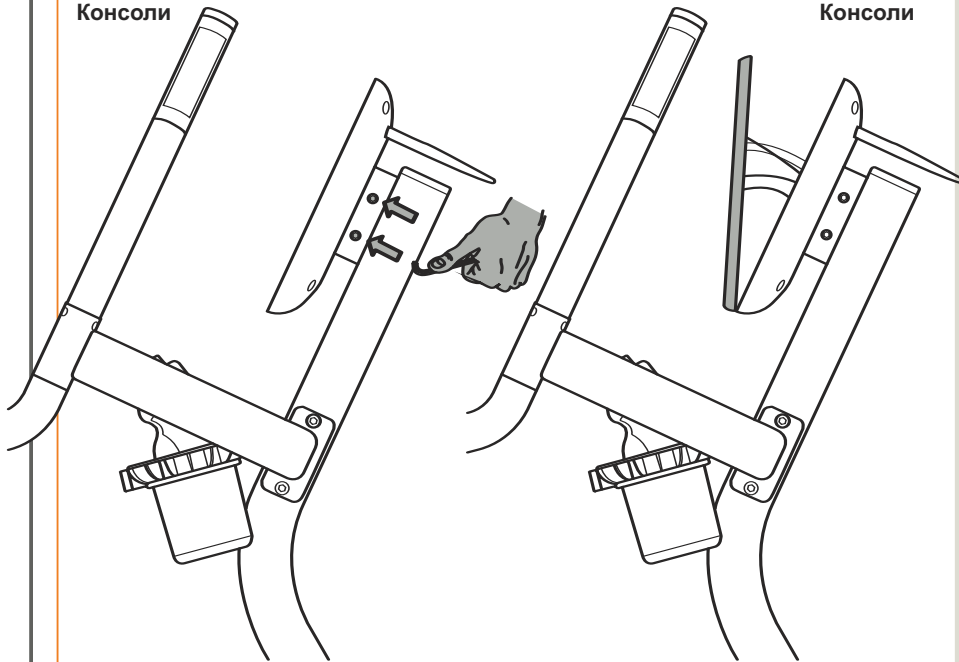
4 Установка Консоли

Рисунок J

Закрепление Консоли

Рисунок K

Сборка Консоли



4.1 Закрепление Консоли

Поместите нижнюю часть Консоли на Стойку и закрепите с помощью Болтов Консоли (см. Рисунок J).

Примечание: Крепко затяните Болты.

Необходимые Инструменты:

4мм Торцовый Ключ

4.2 Сборка Консоли

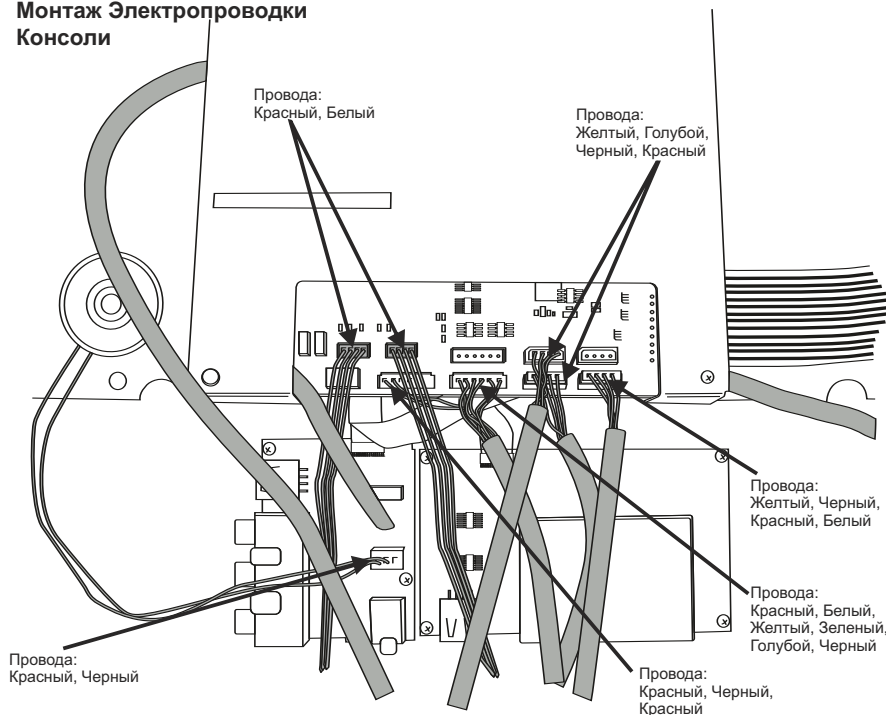
Установите верхнюю половину Консоли на нижнюю половину и осторожно подсоедините все провода к соответствующим разъемам от передней части консоли к задней*. (см. Рисунок K).

*Обратитесь к документу **135-771**-* для получения дальнейших инструкций.

Консоль

Рисунок L

Монтаж Электропроводки Консоли



4.3 Монтаж Электропроводки Консоли

Осторожно вытяните Электрические Соединители из Стойки. Убедитесь, что все Электрические Соединители подсоединены к монтажной плате, как показано*. (см. Рисунок L).

Обратитесь к документу 135-771- для получения дальнейших инструкций.

Консоль

Рисунок М Сборка консоли

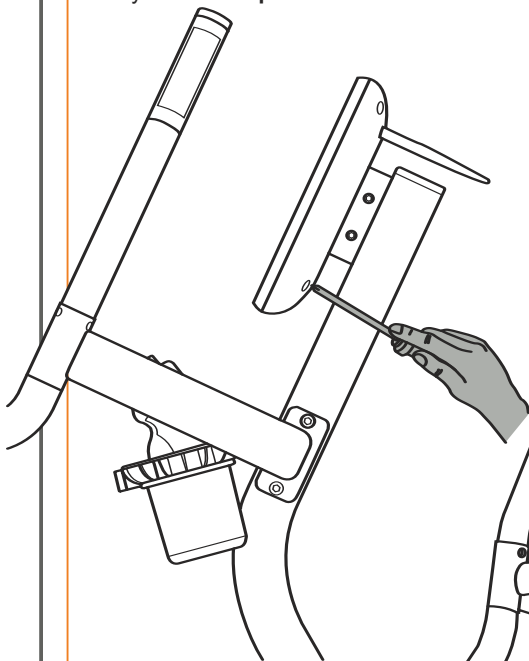
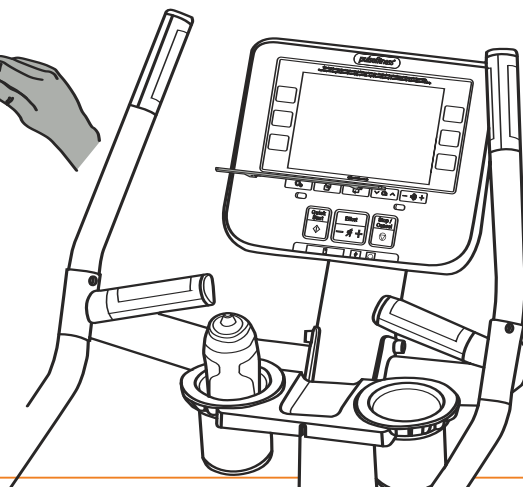


Рисунок N
Закрепление штатива
для книг



4.4 Сборка консоли

Аккуратно опустите верх консоли на место и закрепите с помощью болтов консоли*. (см. Рисунок М).

Примечание: Крепко затяните болты.

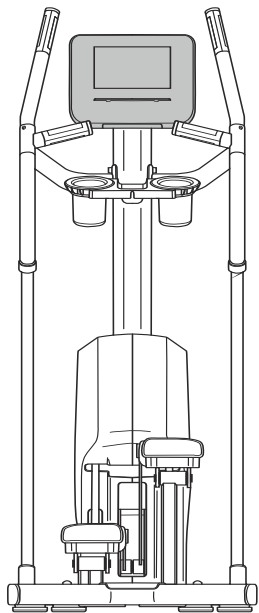
Необходимые инструменты:
Крестообразная отвертка.

4.5 Закрепление штатива для книг

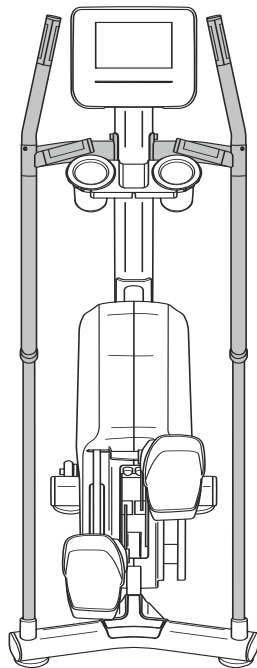
Выставьте штатив на одной линии с пазами на консоли, надавите, чтобы надежно его зафиксировать. (см. Рисунок N).

Примечание: Для этого потребуются усилия. Будьте осторожны, чтобы не повредить консоль.

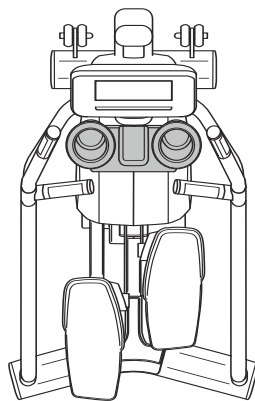
5 Проверка направленности



Консоль



Рукоятки



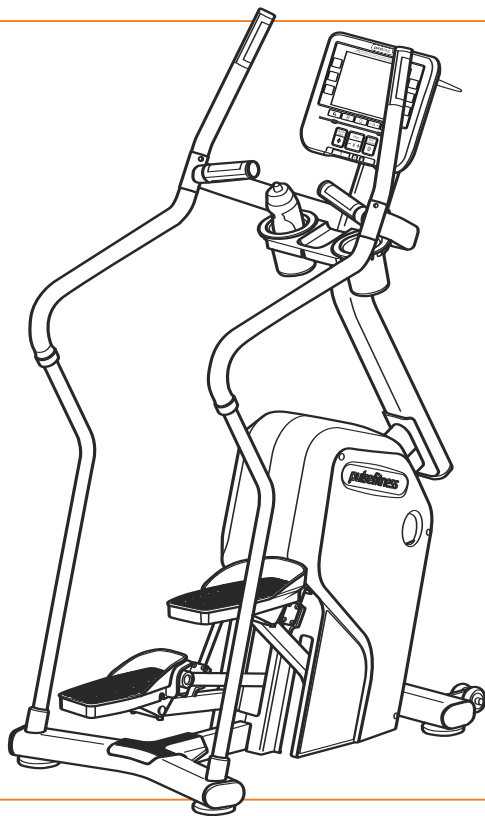
Подставка для Хранения

5.1 Проверка направленности

Убедитесь что Консоль, Рукоятки и Подставка для Хранения расположены без искривлений и правильно направлены.

Обратитесь к документу 135-767- для получения дальнейших инструкций.

6 220G Полностью в Сборе



Теперь ваш Степпер 220G собран, пожалуйста, прочтите Технический буклет и буклет, описывающий функции Консоли, чтобы ознакомиться со всеми особенностями функционирования и обеспечения безопасности.

7 Уход и техническое обслуживание

7.1 Очистка Оборудования

Очищайте раму полиролем на силиконовой основе и тканью, не оставляющей ворса.
Не используйте растворы на водной основе. Очищайте мягкие части и ручки мыльной водой.

7.2 Техническое обслуживание оборудования



ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ



Невыполнение правил технического обслуживания оборудования, которые изложены в данном Руководстве, может привести к получению серьезных травм и делает вашу гарантию недействительной.

Пожалуйста, убедитесь, что все печатные материалы, предоставленные с оборудованием Pulse были прочитаны и поняты.

Замена дефектных деталей должна производиться **НЕЗАМЕДЛИТЕЛЬНО** и/или не используйте
дефектное оборудование до выполнения ремонта.

Безопасность оборудования может обеспечиваться **ТОЛЬКО** в случае регулярной проверки на наличие повреждений и износа, например тросов, блочков, соединений. Особое внимание уделяйте компонентам уязвимым к износу.

Перед началом использования убедитесь, что все оборудование установлено на стабильной основе и уровень выставлен должным образом.

Если какие-либо запчасти отсутствуют или являются дефективными, пожалуйста, обратитесь в Отдел сервиса.

Pulse Fitness
The Bromley Centre, Bromley Road,
Congleton, Cheshire, CW12 1PT.
Tel: +44(0) 1260 294600
Fax: +44(0) 1260 299282
Email: service@pulsefitness.com

135-780-1



GB
Pulse Fitness
The Bromley Centre, Bromley Road,
Congleton, Cheshire, CW12 1PT.
Tel: +44(0)1260 294600
Fax: +44(0)1260 299282
Email: service@pulsefitness.com

D
Pulse Fitness GmbH
Rombacher Hütte 10
D - 44795 Bochum, Germany
Phone.: +49 (0)234-43623
Fax: +49 (0)234-9431330
Email: info@pulsefitness.de