



Група Компаній "Інтер Атлетика" - крупнейший отечественный производитель товаров для спорта, отдыха и здорового образа жизни, прочно удерживает лидирующие позиции на рынке Украины и стран СНГ по производству и продаже спортивных товаров и поставляет их более чем в двадцать стран мира, а также является официальным представителем в Украине известных мировых брендов.



Компания "Фитнес Трейдинг", как составляющая часть Группы Компаній "Інтер Атлетика", предлагает полный ассортимент профессионального спортивно-тренажерного оборудования для комплексного оснащения фитнес клубов, тренажерных залов и спортивно - оздоровительных комплексов.

Ексклюзивний представитель в Україні:

Група Компаній «Інтер Атлетика»

ООО «Фитнес Трейдинг»

Центральний офіс:

08292, Україна, г. Буча (г. Київ), ул. Інститутська, 17/24
тел./факс: +38 (044) 391-3355, 391-3121

Виставочний центр:

04119, Україна, г. Київ, ул. Мельникова, 48
тел./факс: +38 (044) 592-0033

www.interatletika.com

e-mail: prof@interatletika.com
info@interatletika.com

SportsArt FITNESS



C570R ГОРИЗОНТАЛЬНИЙ ВЕЛОТРЕНАЖЕР

ІНСТРУКЦІЯ КОРИСТУВАЧА



Група компаній «Интер Атлетика» вітає з придбанням одного з найкращих тренажерних виробів на ринку спортивного обладнання. Цей тренажер створений з високоякісних матеріалів та створеного для багатьох років надійної роботи.

Компанія “Sports Art”, заснована в 1977году, зуміла досягти високих результатів на ринку фітнес індустрії багато в чому завдяки сучасним технологіям, оригінальному дизайну і оптимальним цінам на свою продукцію.

“Sports Art” використовує сучасні інноваційні технології, унікальний дизайн і досконалість у виробництві для створення устаткування виняткової якості, яка буде покращувати здоров’я користувачів і стиль їхнього життя.

Використовуючи жорсткий контроль над розробкою дизайну і якістю збірки, компанія “Sports Art” гарантує тривалу і безвідмовну роботу свого обладнання.

Завдяки тридцятирічному досвіду “Sports Art” встановив новий рівень якості у фітнес індустрії і зарекомендував себе як найбільш креативний виробник.

«Sports Art» одержала кілька нагород за якість конструкцій і нагороду «Grand Prix America Award» (вища американська нагорода). Вироби «Sports Art» затверджені UL / CUL (лабораторією з техніки безпеки), CSA (канадською організацією по стандартизації), ETL, ETL, CE, C-tike і TUV / GS.

Обладнання компанії “Sports Art” отримало сертифікати Міжнародної Організації по Стандартизації T . U . V, ISO - 9001 та ISO - 9002.

Компанія “Sports Art” максимально насичує своє кардіообладнання функціональними програмами, покликаними підвищити комфорт і безпеку користувачів.

CSAFE - спеціальна система комунікації для підключення до тренажерів спеціального обладнання (аудіо та відео пристроїв), а також об’єднання тренажерів в мережу.

Технологія **“Eco Powr”** дозволяє заощаджувати до 32% електроенергії під час використання бігової доріжки.

Система **“Flowtec”** охолоджує двигун, забезпечуючи його безперервну роботу.

Компанія “Sports Art” застосовує інтелектуальну технологію **“Cardio Advisor”**, завдяки якій тренажер сам підказує користувачу оптимальне навантаження, необхідне для досягнення мети тренування.

Система ідентифікації **“AktivZone”**, допомагає визначити користувачеві групи м’язів, на які спрямоване тренування.

Під час виготовлення тренажерів застосовується технологія покриття **“Sweat Protect”**, що дозволяє захистити тренажери від корозійної природи поту, бруду та пилу.

Також застосовуються сидіння з технологією “ComfortDri”, що знижує ступінь потовиділення в період тренування.

“My Flex” - амортизаційна система, автоматично регулює пружність залежно від ваги користувача.

Технологія “Ufit” забезпечує однаковий комфорт для користувачів будь-якої ваги і росту.

“My Goal” - технологія дисплея, що дозволяє користувачеві постійно стежити за метою тренування.

Для регулювання електронікою ширини кроку, застосовується технологія **“VariStride”**, а для поліпшення амортизації технологія **“Soft Ridge”**.

Встановлюючи у фітнес центрі кардіообладнання “Sports Art”, можна залучити більш широкий спектр користувачів, завдяки високій якості обладнання і привабливому дизайну.

* **HRC** - Hear rate Control - контроль серцевих скорочень, програми з цією позначкою використовують частоту серцебиття користувача для регулювання рівня навантаження

** **Zonetrainer** - спеціальна програма для користувача, яка дозволяє задати рівень серцебиття. Після вибору, тренажер сам регулює опір (швидкість, кут нахилу і т.д.) щоб дозволити тренуватися при бажаному рівні серцевих скорочень.

Перед використанням велотренажера C570R, ми рекомендуємо вам ознайомитись з даним посібником користувача. розуміння правильного використання обладнання допоможе вам безпечно та успішно досягти мети тренування.



C570R, C580R
ГОРИЗОНТАЛЬНИЙ
ВЕЛОТРЕНАЖЕР



E821
ЕЛІПТИЧНИЙ
ТРЕНАЖЕР



E825
ЕЛІПТИЧНИЙ
ТРЕНАЖЕР



E83
ЕЛІПТИЧНИЙ
ТРЕНАЖЕР



E870, E880
ЕЛІПТИЧНИЙ
ТРЕНАЖЕР



T625
БІГОВА ДОРІЖКА



T630, T650
БІГОВА ДОРІЖКА



T670, T680
БІГОВА ДОРІЖКА



C531U
ВЕРТИКАЛЬНИЙ
ВЕЛОТРЕНАЖЕР



C570U
ВЕРТИКАЛЬНИЙ
ВЕЛОТРЕНАЖЕР



C531R
ГОРИЗОНТАЛЬНИЙ
ВЕЛОТРЕНАЖЕР

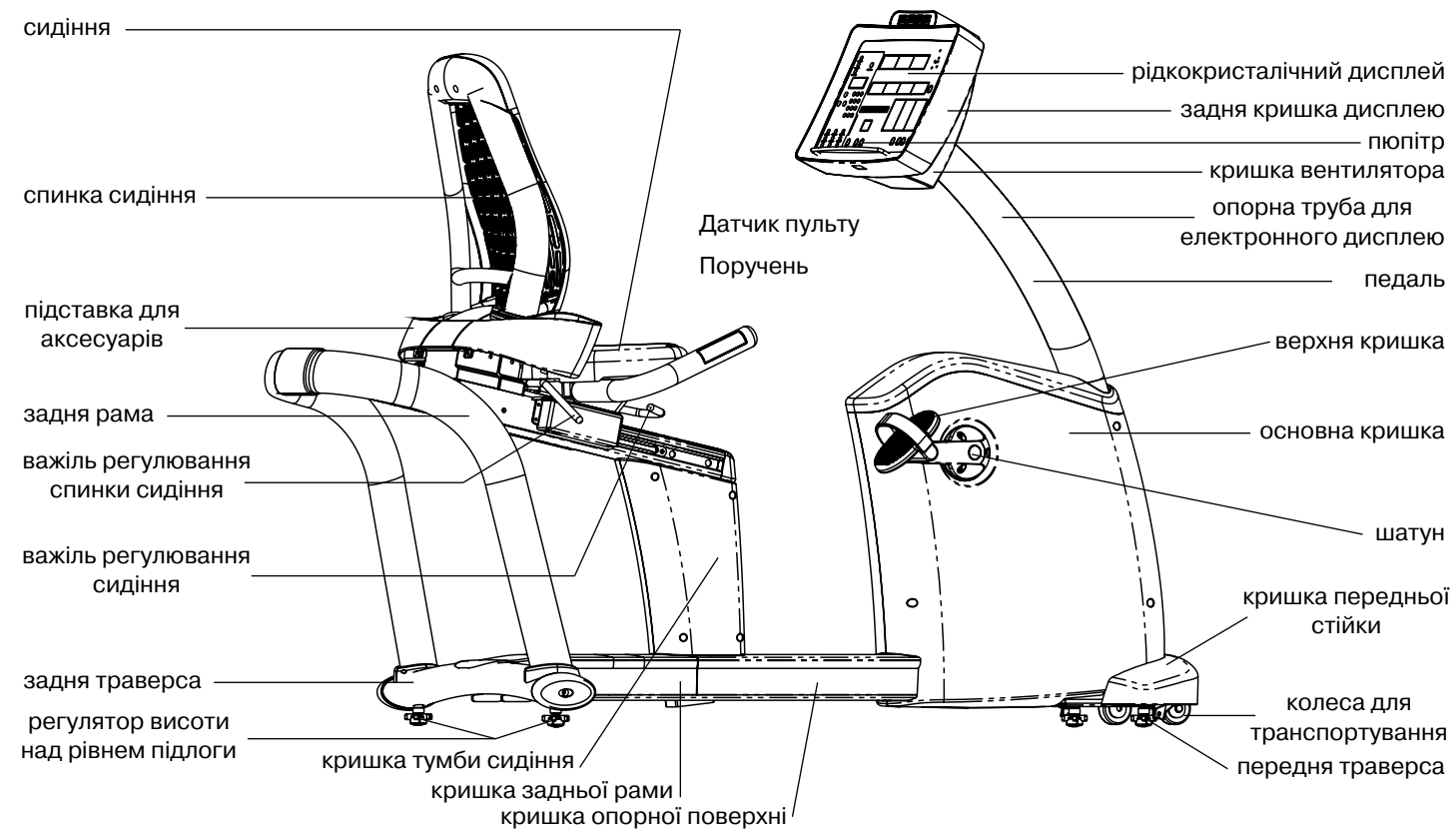


XT20
X - ТРЕНАЖЕР



S7100
СТЕПЕР

1	ПРАВИЛА ТЕХНІКИ БЕЗПЕКИ	8
2	МОНТАЖ ВЕЛОТРЕНАЖЕРА	9
3	ОСНОВНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ ДИСПЛЕЮ	25
4	ВСТАНОВЛЕННЯ ПАРАМЕТРІВ КОРИСТУВАЧА	31
5	РЕКОМЕНДАЦІЇ ДО ТРЕНУВАНЬ	32
6	СХЕМА ПІДКЛЮЧЕННЯ	33
7	ОБСЛУГОВУВАННЯ ВЕЛОТРЕНАЖЕРА	34
8	ГАРАНТІЙНІ ЗОБОВ'ЯЗАННЯ	40
9	ГАРАНТІЙНИЙ ТАЛОН	42



ВАЖЛИВІ ЗАХОДИ БЕЗПЕКИ

Будь ласка, прочитайте та дотримуйтесь нижченаведених заходів безпеки:

- Зберігайте цей посібник користувача для подальшого використання.
- Прочитайте посібник користувача та дотримуйтесь інструкцій.
- Збирайте та використовуйте велотренажер на плоскій та твердій поверхні.
- Не дозволяйте дітям знаходитися на або поруч з велотренажером.
- Перевіряйте обладнання перед кожним використанням. Переконайтеся в тому, що всі частини зібрані, а всі гайки та болти закріплені. Не використовуйте обладнання у разі, якщо будь-який з вузлів розібраний.

ПОПЕРЕДЖЕННЯ

Перед початком будь-якої програми тренувань, проконсультуйтеся з вашим лікарем. Рекомендується пройти повне медичне обстеження.

ЗАСТЕРЕЖЕННЯ

- Не торкайтеся рухомих частин.
- Вдягайте відповідне спортивне вбрання. Не вдягайте просторий одяг. Не користуйтеся взуттям зі шкіряними підшвами або високими підборами. Зачісуйте довге волосся назад.
- Не розкачайте велотренажер з боку на бік. Будьте особливо обережними під час збирання та розбирання тренажера.
- Не ставайте на тренажер.
- Не використовуйте комплектуюче обладнання, яке спеціально не рекомендоване виробником, оскільки це може призвести до пошкоджень тренажера.
- Тренажер повинен бути розміщений таким чином, щоб його оточував простір, достатній для його збирання та розбирання.
- Якщо будь-яка з частин виявиться дефектною або не буде працювати, негайно припиніть тренування та зв'яжіться з офіційним дилером для ремонту обладнання.
- Тренуйтеся в межах рекомендованого Вам рівня; не виснажуйте себе тренуваннями.
- Якщо Ви відчуваєте біль або некомфортні відчуття, припиніть тренування. Негайно проконсультуйтеся з лікарем.
- Максимально допустима вага користувача для цього велотренажера складає 150 кг.

ВИМОГИ ДО ВСТАНОВЛЕННЯ

Дякуємо Вам за придбання нашої продукції. Незважаючи на те, що ми докладаємо значних зусиль для забезпечення якості кожного продукту, можуть траплятися випадкові помилки. Будь ласка, зв'яжіться зі своїм дилером, якщо Ви встановили, що продукт є дефектним або в ньому не вистачає частин. Будь ласка, прочитайте посібник користувача та дотримуйтесь інструкцій.

ВАЖЛИВА НОТАТКА: упаковка тренажера була розроблена для його захисту під час транспортування. Будь ласка, зберігайте оригінальну упаковку в безпечному місці, якщо Вам потрібно буде в майбутньому транспортувати тренажер.

ПЕРЕЛІК ЧАСТИН

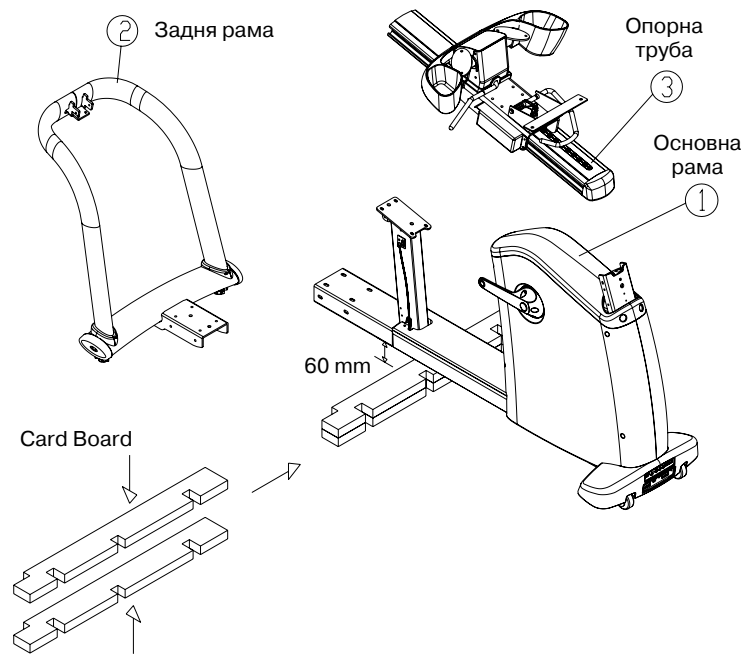
Перед збиранням тренажера переконайтеся, що у Вас є всі нижченаведені деталі.

- | | |
|----------------------------------|--|
| 1. Одна основна рама | 8. Педалі (права і ліва) |
| 2. Одна задня рама | 9. Одна кришка задньої рами сидіння (права) |
| 3. Одна опорна труба для сидіння | 10. Одна кришка тумби сидіння (ліва) |
| 4. Один поручень | 11. Одна кришка тумби сидіння (права) |
| 5. Одне сидіння | 12. Один набір інструментів та підставка для нього |
| 6. Одна спинка сидіння | |
| 7. Один електронний дисплей | |

Під час транспортування деякі частини можуть змішатися з пакувальним матеріалом. Будь ласка, переконайтеся, що ви дістали усі частини з упаковки перед тим, як її викинути. Перед початком роботи уважно прочитайте інструкцію зі збирання.

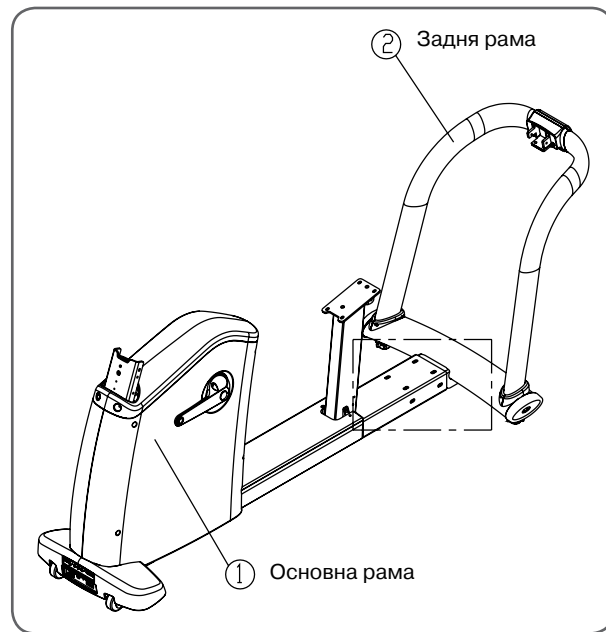


ПОСЛІДОВНІ ІНСТРУКЦІЇ

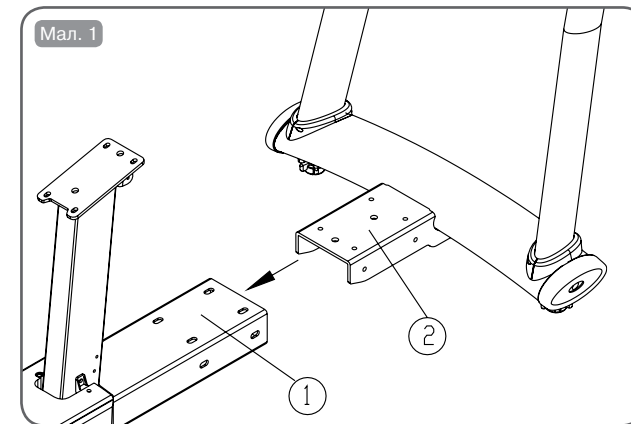


Перед збиранням задньої рами та опорної труби для сидіння, витягніть з пакувального матеріалу дві card boards та покладіть їх одна на одну. Розташуйте їх під основною рамою таким чином, щоб відстань до поверхні була 60 мм.

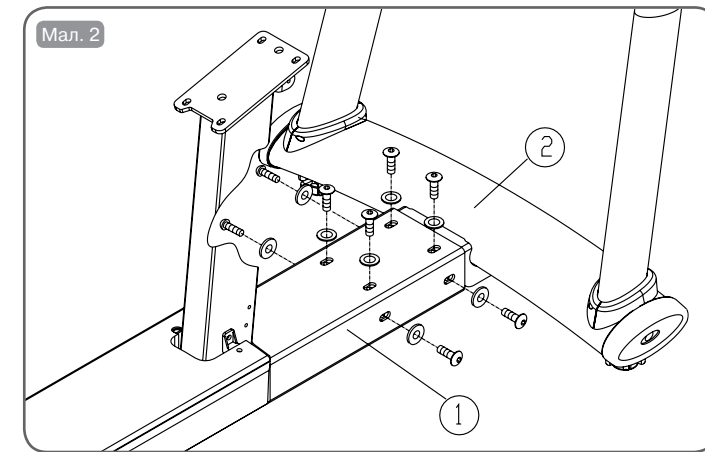
ЗБИРАННЯ РАМИ



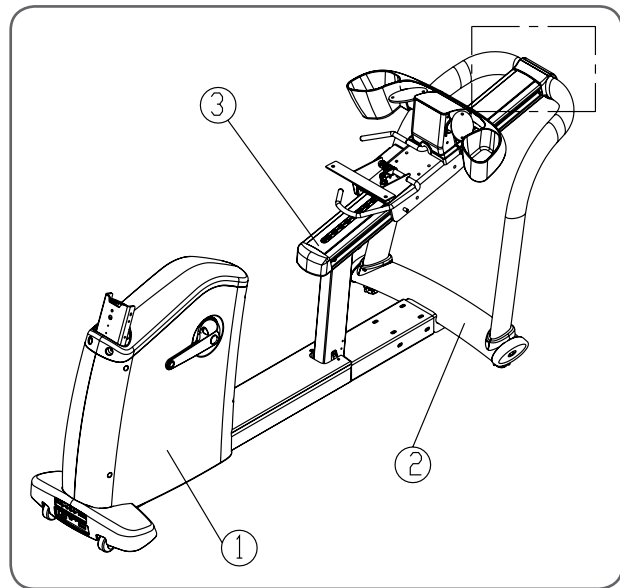
КРОК 1. Витягніть гвинти та шайби з основної рами. З'єднайте задню раму (частина № 2) з основною рамою (частина № 1) (мал. 1).



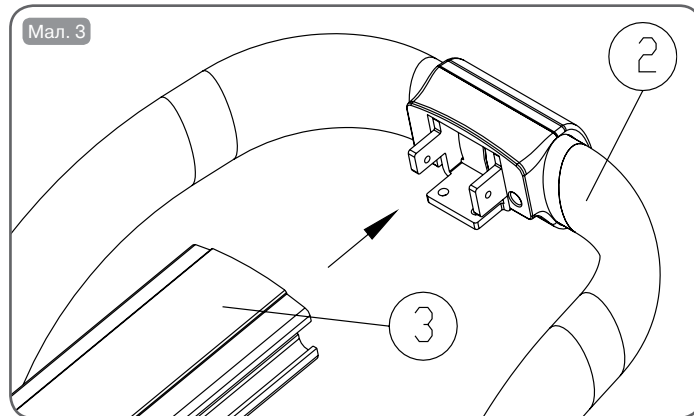
КРОК 2. Вставте гвинти та шайби, як показано на мал. 2. Поки що не повністю закручуйте їх. Залиште їх трохи недокрученими.



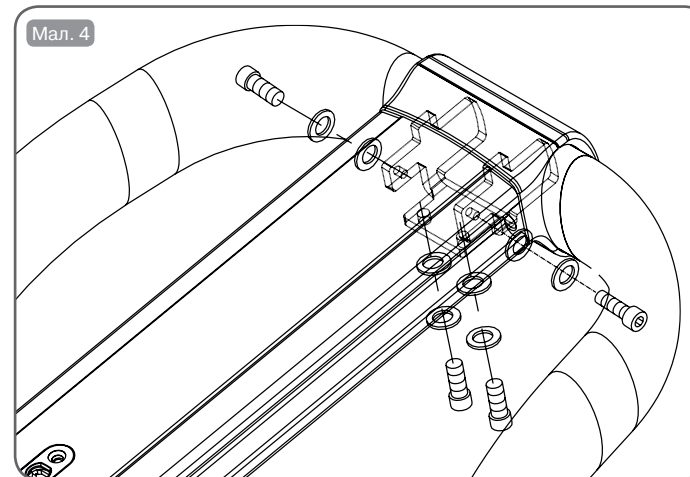
ЗБИРАННЯ ОПОРНОЇ ТРУБИ СИДІННЯ



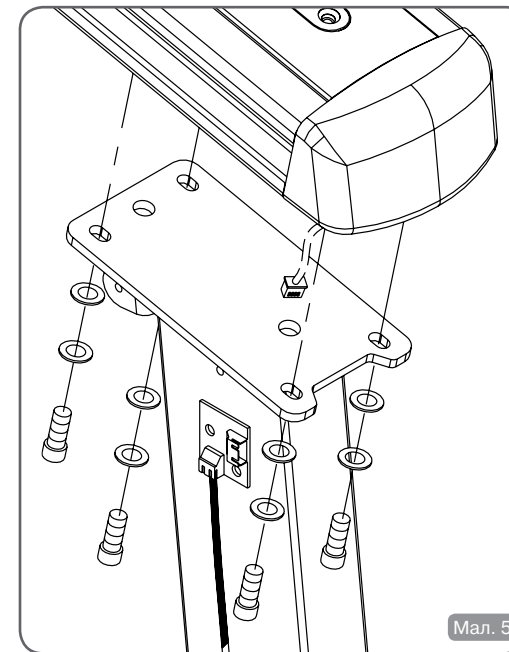
КРОК 1. З'єднайте опорну трубу сидіння (частина № 3) з задньою рамою (частина № 2) (мал. 3).



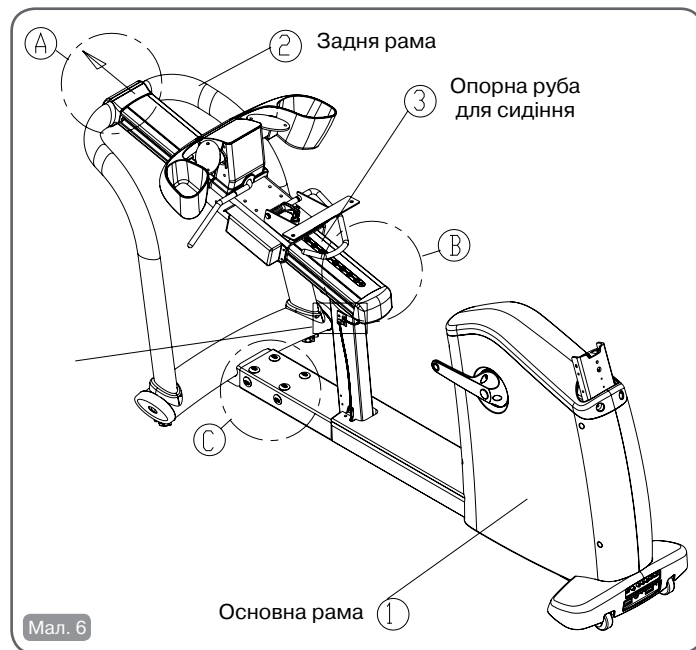
КРОК 2. Чотири комплекти гвинтів та шайб призначені для приєднання опорної труби сидіння до задньої рами. Прикрутіть два болти та шайби знизу, потім прикрутіть по одному болту з шайбою з кожної сторони (один з правої, один з лівої). В той же час, не закручуйте повністю болти. Залиште їх трохи недокрученими (мал. 4)



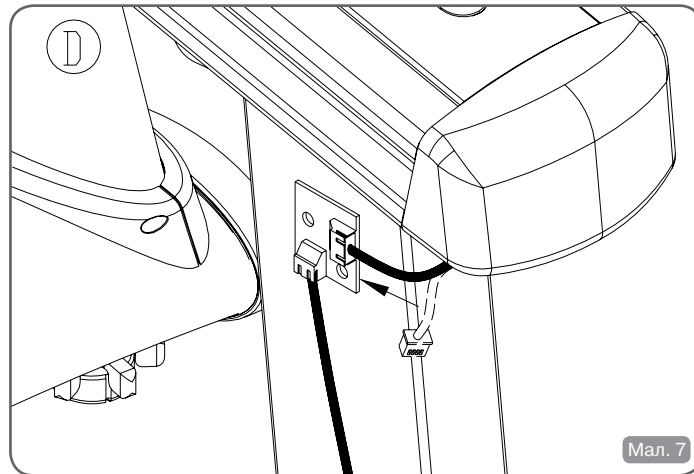
КРОК 3. Розташуйте опорну трубку сидіння та тумбі сидіння. Просуньте провід з роз'ємом в отвір на трубі для сидіння. Несильно прикрутіть гвинти та шайби, як це показано нижче. Не закручуйте гвинти повністю. Залиште їх трохи недокрученими (мал. 5).



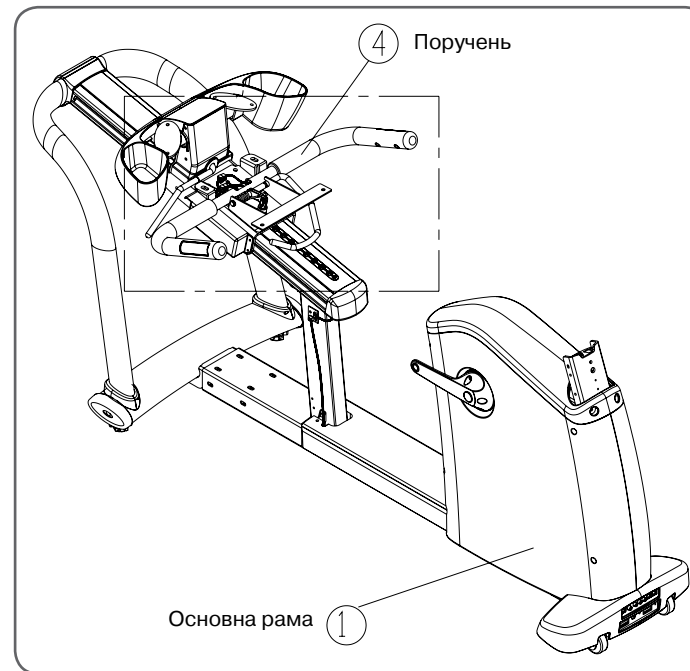
КРОК 4. Коли гвинти в місцях А, В, та С не сильно закручені, відтягніть задню раму (частина № 2) назад від передньої частини тренажера. Використовуйте інструменти для закручування цих гвинтів в такому порядку: А, В, та С (мал. 6).



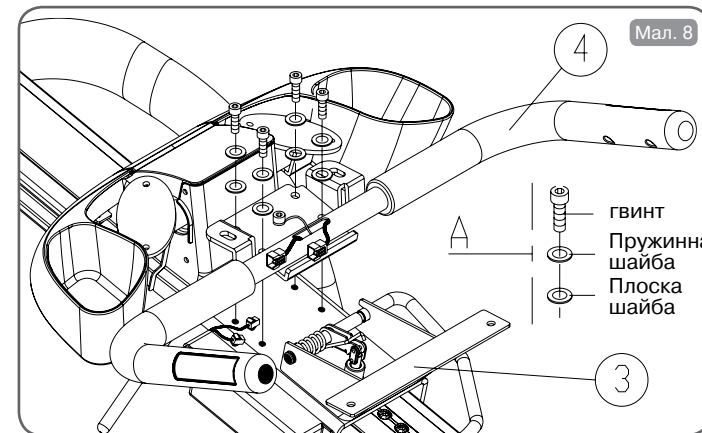
КРОК 5. Під'єднайте кабель живлення до гнізда, як показано на мал. 7.



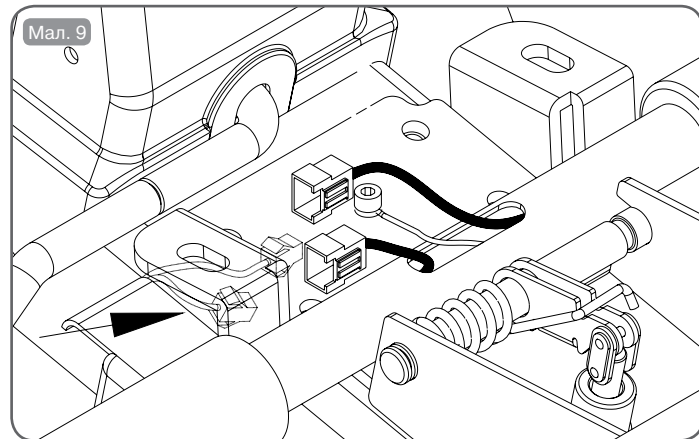
ЗБИРАННЯ ПОРУЧНЯ



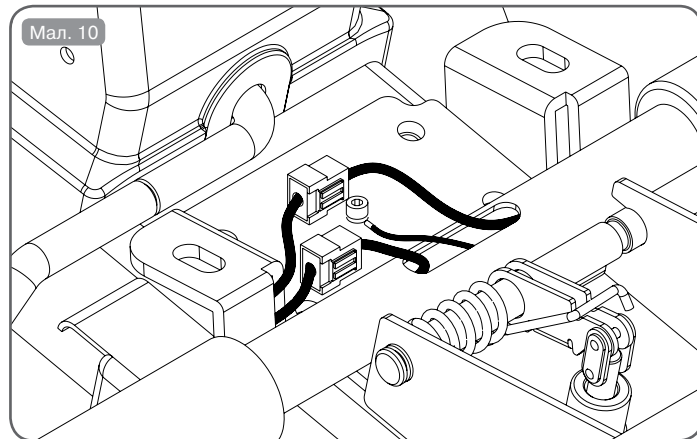
КРОК 1. Поставте поручень (частина № 4) на опорну трубку сидіння (частина № 3). Коли чотири отвори для гвинтів збігатимуться, зафіксуйте їх в порядку, наведеному у частині А (мал. 8).



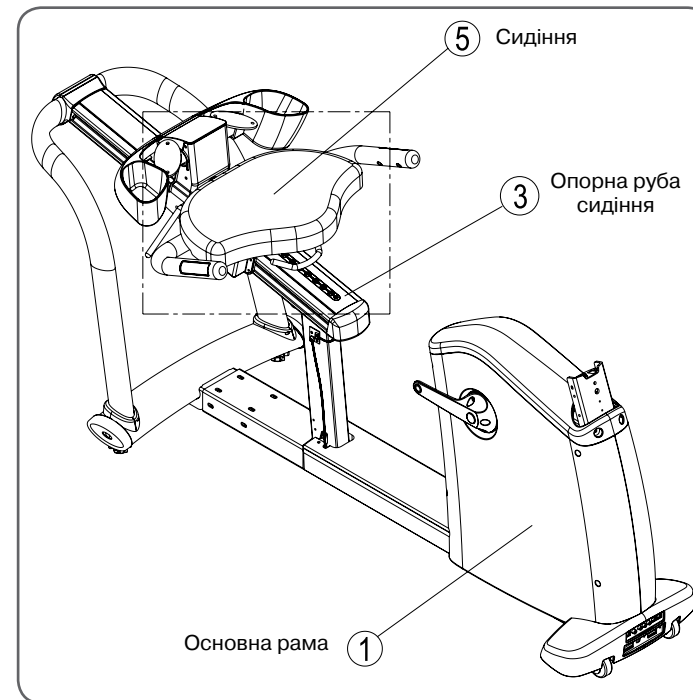
КРОК 2. Просуньте кабелі через отвір та підключіть їх до гнізд на рамі (мал. 9).



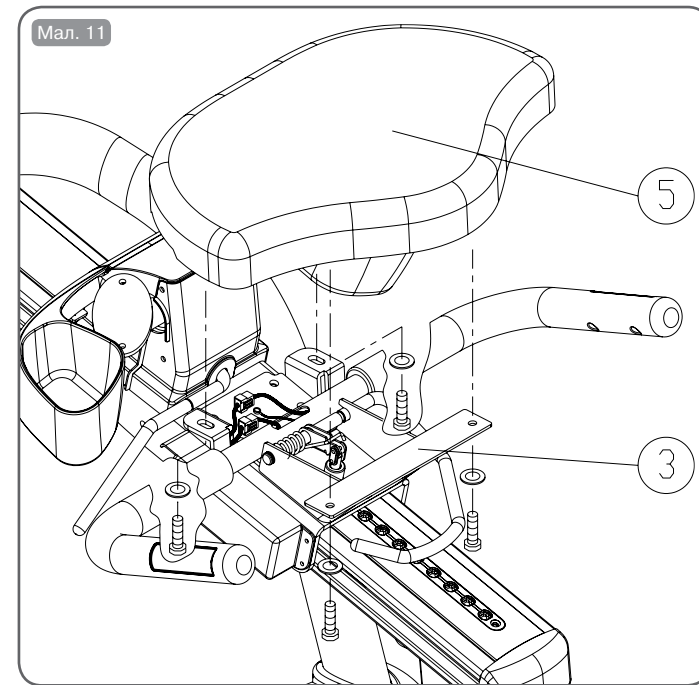
КРОК 3. З'єднайте кабелі, як показано на мал. 10.



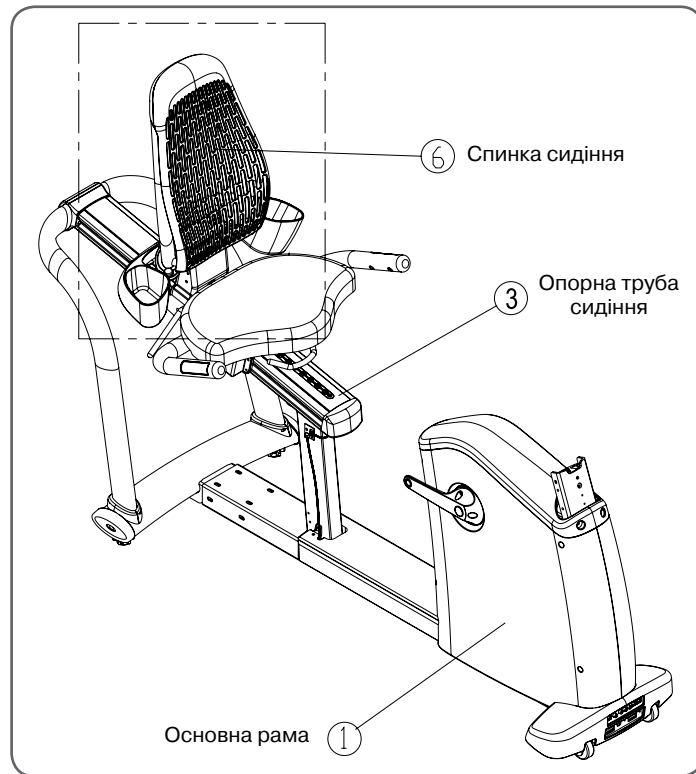
ЗБИРАННЯ СІДІННЯ



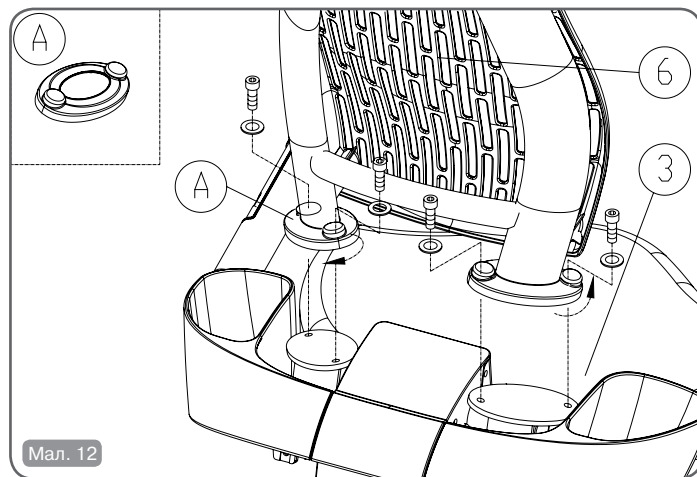
Поставте сидіння (частина № 5) на верхню секцію опорної труби сидіння (частина № 3). Коли чотири отвори для гвинтів збігатимуться, зафіксуйте їх чотирма комплектами гвинтів з шайбами починаючи знизу, як показано на мал. 11.



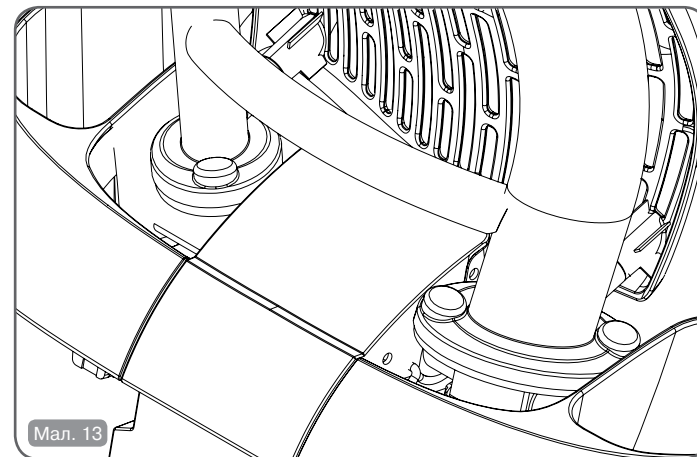
ЗБИРАННЯ СПИНКИ СИДІННЯ



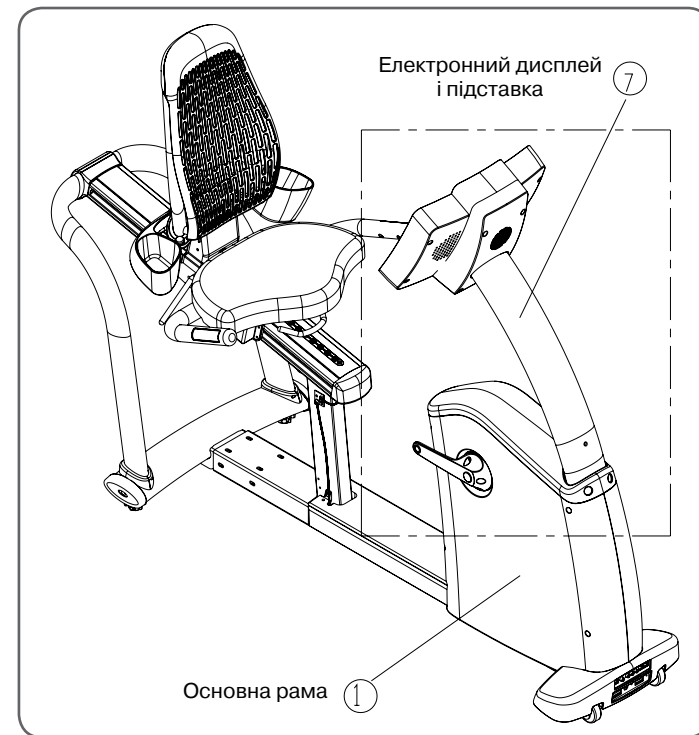
КРОК 1. Поверніть заглушки гвинтів (показані під літерою «А») вбік та поставте спинку сидіння (частина № 6) на опорну трубу сидіння (частина № 3). Коли чотири отвори для гвинтів збігатимуться, зафіксуйте їх чотирма комплектами гвинтів з шайбами. Гвинти необхідно розташовувати зверху донизу, як показано на мал. 12.



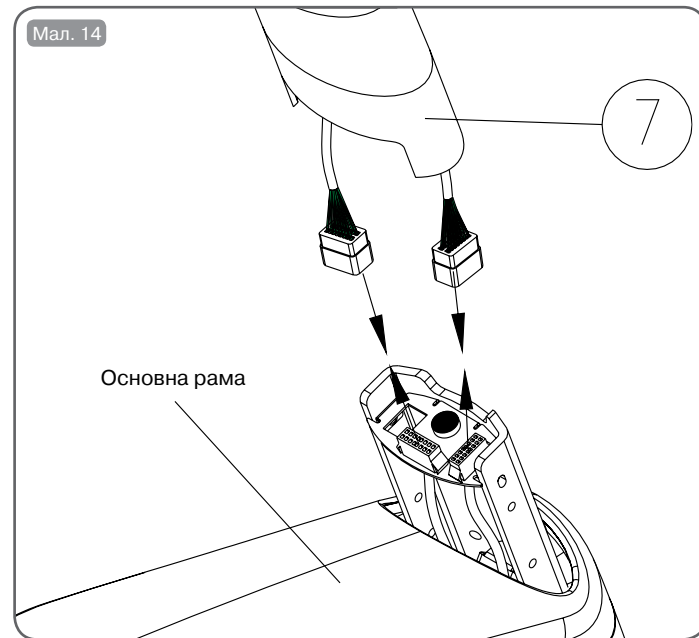
КРОК 2. Поверніть заглушки гвинтів на місце, щоб закрити ними головки гвинтів (мал. 13).



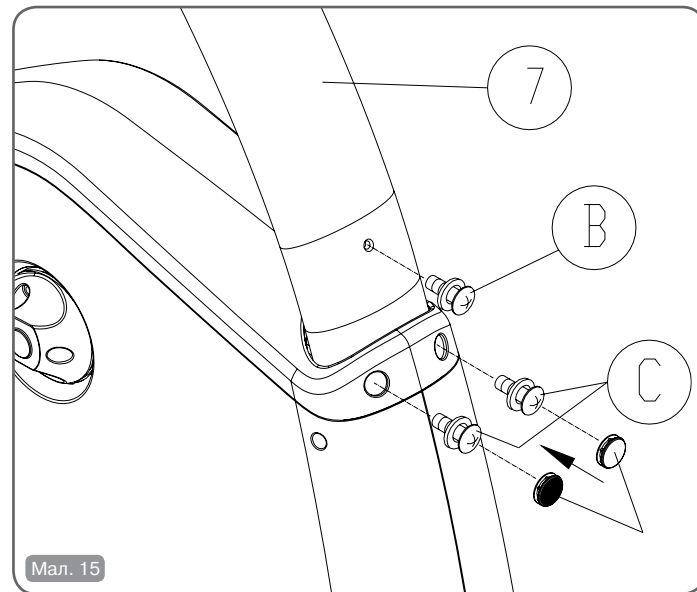
ЗБИРАННЯ ЕЛЕКТРОННОГО ДИСПЛЕЮ ТА ПІДСТАВКИ ДЛЯ НЬОГО



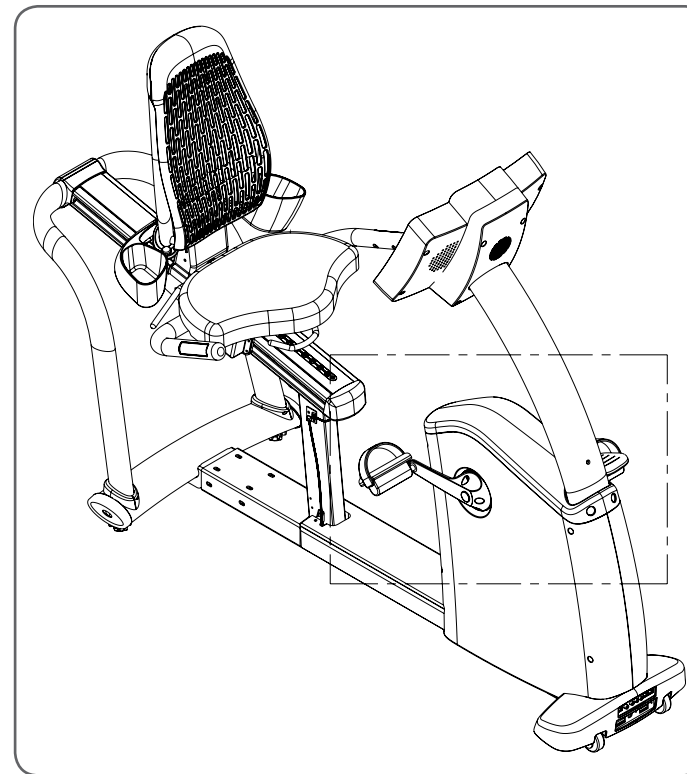
КРОК 1. З'єднайте всі кабелі даних на підставці (частина № 7), як це показано на мал. 14.



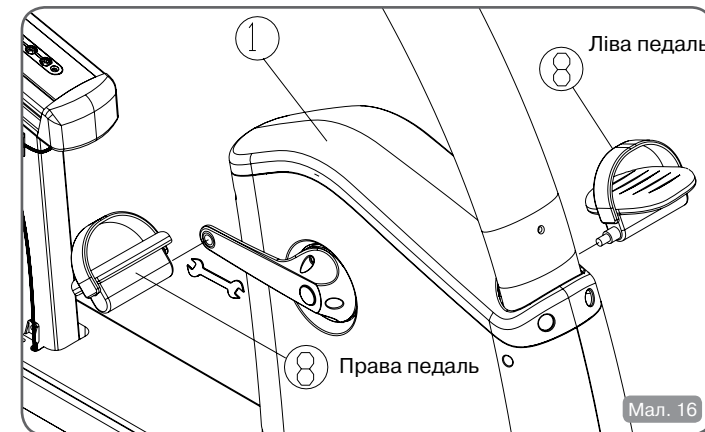
КРОК 2. Розташуйте підставку дисплея (частина № 7) на основній рамі. Закрутіть гвинт, але не повністю, гвинт В на його місці; закрутіть, але не повністю гвинт С на його місці. Наприкінці, закрутіть усі гвинти (спочатку В, потім С) для фіксації підставки дисплея. Закрийте головки болтів м'якими кришечками (мал. 15).

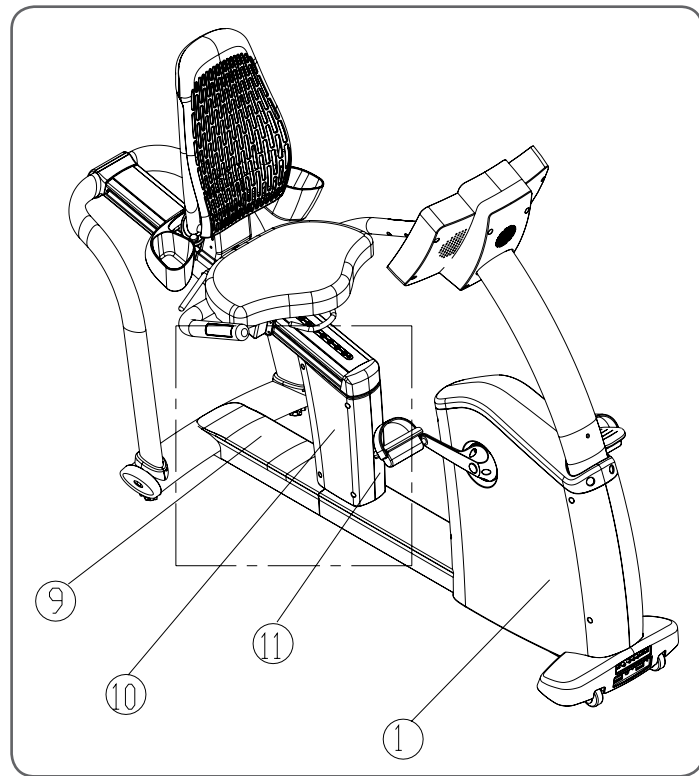


ЗБИРАННЯ ПЕДАЛЕЙ

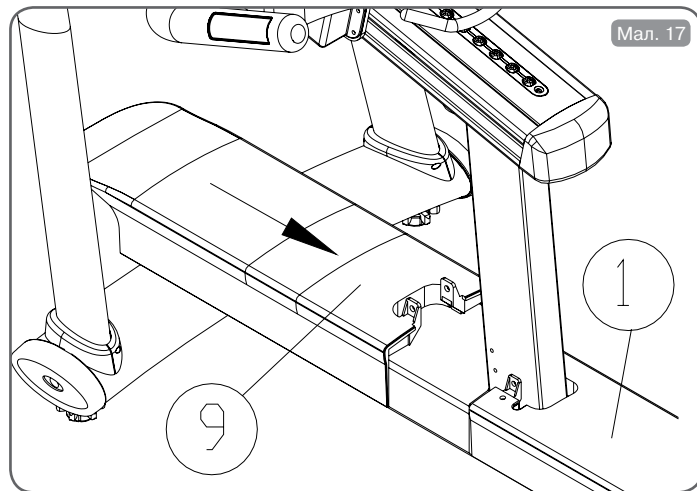


З'єднайте обидві педалі з шатунами та затягніть їх за допомогою доданого ключа. Див. Мал. 16. Візьміть до уваги, що педалі придатні для використання лише кожна зі своєї сторони. Закрутіть ліву педаль проти годинникової стрілки, а вправу педаль – за годинниковою стрілкою. Права та ліва сторони є відповідно правою та лівою сторонами тренажера. Педалі мають відповідне маркування – R (права) та L (ліва) (мал. 16).

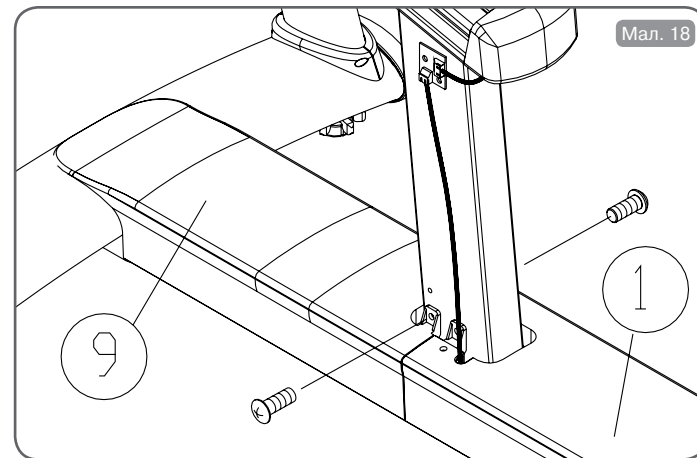


ВСТАНОВЛЕННЯ КРИШКИ

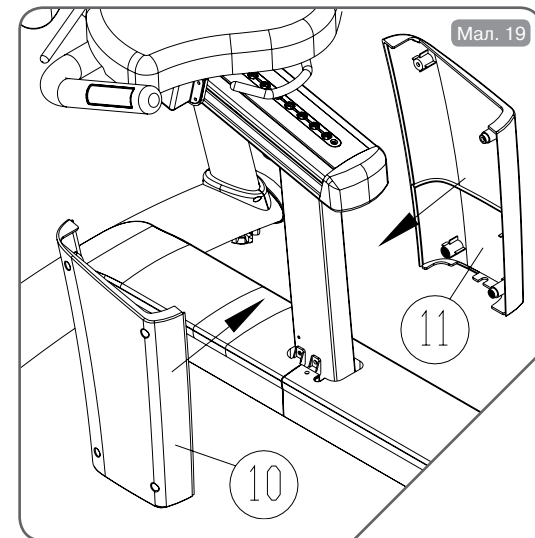
КРОК 1. Встановіть кришку задньої рами (частина № 9) на основній рамі (частина № 1), як це показано на мал. 17.



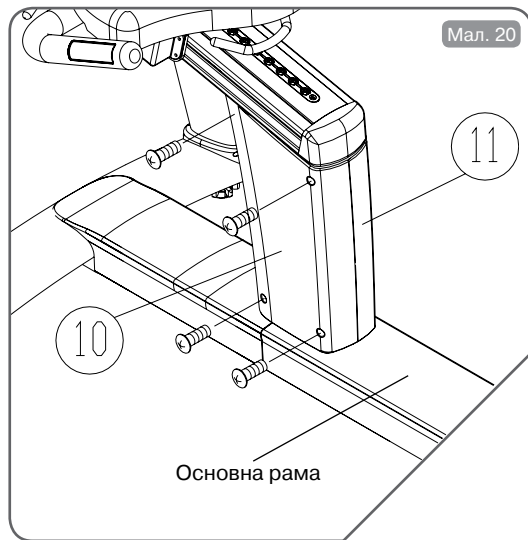
Зафіксуйте їх гвинтами, як це показано на мал. 18.



КРОК 2. Встановіть праву кришку тумби сидіння (частина № 10) та ліву кришку тумби сидіння (частина № 11) на основну раму (мал. 19).

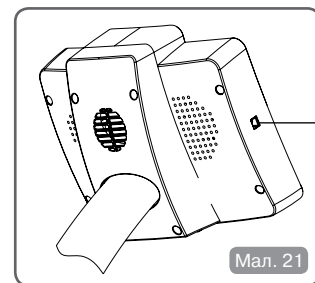


Зафіксуйте обидві кришки доданими гвинтами. Закрутіть їх з правої сторони (мал. 20).



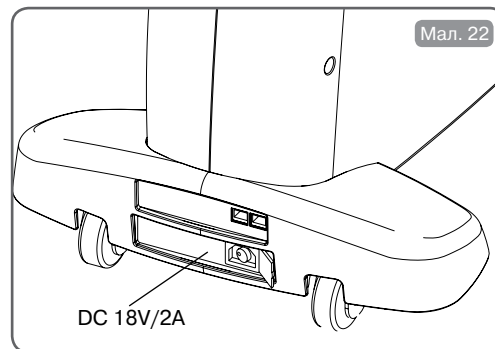
КАРДІОМОНІТОР

Для того щоб підключити кардіомонітор, з'єднайте устаткування кардіомонітора із гніздом RJ45 на лівій стороні дисплея (мал. 21).



ПІДКЛЮЧЕННЯ CSAFE

Підключіть CSAFE до гнізд RJ45, як це показано на мал. 22.



Тепер велотренажер C570R зібраний та готовий до використання.

ХАРАКТЕРИСТИКИ ДИСПЛЕЯ C570R



ХАРАКТЕРИСТИКИ ДИСПЛЕЯ C580R



ФУНКЦІЇ ДИСПЛЕЯ:

1. WORKOUT LEVEL - Рівень тренування (рівень навантаження) – від 1 до 20
2. TIME - Час (загальний час) – від 0:00 до 99:59
3. DISTANCE - Дистанція (загальна дистанція) – від 0,01 до 9999 км або миль
4. CALORIES – Калорії (загальний обсяг спалених калорій) – від 0,0 до 9999 кілокалорій
5. CAL/Hr – Калорій/год. - від 0,0 до 999,9 кілокалорій
6. METS – (швидкість обміну речовин) – від 0,0 до 99,0
7. HEART RATE – Пульс – від 40 до 250
8. WT LOSS TRAINING ZONE – Режим тренування для зменшення ваги – це значення розраховується автоматично та залежить від введених параметрів віку
9. CARDIO TRAINING ZONE – Режим тренування для серцево-судинної системи - це значення розраховується автоматично та залежить від введених параметрів віку
10. RPM – Кількість обертів за хвилину – від 0 до 250
11. WATTS – Ватти – (загальний обсяг відпрацьованих ватт) – від 0 до 9999
12. DOT MATRIX DISPLAY – Відображає профілі програми та іншу відповідну інформацію під час тренування
13. PERCENT COMPLETE – Відсоток виконання – відображає відсоток виконання завдання відносно до встановленої мети тренування
14. SPEED – Швидкість – від 0,00 до 99,99 кілометрів на годину або миль на годину.

**ФУНКЦІЇ КЛАВІШ:**

1. QUICK START – Швидкий старт – натисніть цю клавішу для того, щоб не проходити етап введення особистих даних користувача щодо віку, ваги, та вибору програми. Почнеться відлік часу.
2. TIME – Час – натисніть цю клавішу для введення цільового часу тренування
3. DISTANCE – Дистанція – натисніть цю клавішу для введення цільової відстані тренування
4. CALORIES – Калорії – натисніть цю клавішу для введення цільового обсягу калорій, який Ви бажаєте спалити під час тренування
5. ENTER – Введення – після введення кожного параметру натисніть цю клавішу для підтвердження Вашого вибору
6. NUMERIC KEYPADS (0-9) – Цифрова клавіатура – Цифрова клавіатура може замінити клавіші <▲/▼>. Просто введіть цифри (від 1 до 9) на цифровій клавіатурі замість натискання клавіш <▲/▼>.
7. Крапка в десятковому дробі (.) – використовуйте цю клавішу для введення десяткових значень
8. ▲/▼ – натискайте ці клавіші для регулювання функцій (вверх та вниз). Для швидкого регулювання значень, утримуйте потрібну клавішу
9. CLEAR – Очистити – натискання цієї клавіші очищує введені дані
10. PROGRAM BUTTONS – Програмні клавіші – MANUAL (ручний режим), INTERVAL (інтервал), WT LOSS (зниження ваги),

RANDOM (випадковий вибір), FAT BURN (спалення жиру), CARDIO (кардіо), PLATEAU (перехідний період), FIT TEST (перевірка стану здоров'я), та CUSTOMHR (пульс користувача). Натисніть відповідну клавішу для запуску програми.

11. STOP (Стоп):

- а) під час тренування, натисніть STOP для переходу до початкової стадії введення даних
- б) на початковій стадії введення даних натисніть цю клавішу для переходу до стартового вікна

12. WORKOUT LEVEL – рівень тренування ▲/▼: натисніть ці клавіші для зменшення або збільшення рівня навантаження
13. FAN – Вентилятор – натисніть цю клавішу для вибору однієї із трьох запропонованих швидкостей роботи вентилятора.

ПРОВЕДЕННЯ ТРЕНУВАНЬ

Після підключення велотренажера, почнуть миготіти індикатори QUICKSTART (Швидкий старт) та PROGRAM (Програма). Ви можете обрати програму або натиснути QUICKSTART для початку тренування.

ШВИДКИЙ СТАРТ

Якщо Ви починаєте тренування за допомогою клавіші «QUICKSTART» (Швидкий старт), велотренажер почне працювати з першим рівнем навантаження. Ви можете змінити рівень навантаження в будь-який час тренування. Системні дані, встановлені по замовчуванню: вага 75 кг та вік 35 років.

НАЛАШТУВАННЯ

Введіть інформацію про користувача для отримання правильної інформації щодо спалення калорій, контролю за пульсом (варіації значень залежать від введеного значення віку користувача), та для накопичення даних щодо загально-го часу, дистанції та спалених калорій.

А. Оберіть програму

Оберіть тренувальну програму шляхом натискання відповідної програмної клавіші на дисплеї

Б. Встановіть мету тренування

Після вибору програми на панелі почнуть миготіти індикатори TIME (час), DISTANCE (дистанція) та CALORIES (калорії). Натисніть одну з цих клавіш для встановлення мети тренування.

1. TIME (час) – значення часу варіюються від 5:00 до 99:00. Встановленим по замовчуванню значенням є 30:00. Використовуйте клавіші ▲/▼ або клавіші на цифровій клавіатурі для введення значень. Натисніть ENTER для підтвердження введених даних.

2. DISTANCE (відстань) – значення дистанції варіюються від 0,10 до 99,9 миль або кілометрів. Заздалегідь встановленим значенням є 3 км. Використовуйте клавіші ▲/▼ або клавіші на цифровій клавіатурі для введення значень. Натисніть ENTER для підтвердження введених даних.

3. CALORIES (калорії) – значення калорій варіюються від 100 до 9999 кілокалорій. Заздалегідь встановленим значенням є 100 кілокалорій. Використовуйте клавіші ▲/▼ або клавіші на цифровій клавіатурі для введення значень. Натисніть ENTER

для підтвердження введених даних.

В. Введення даних щодо ваги та віку користувача

1. Вік – віковий діапазон користувачів тренажера від 10 до 99. Встановленим по замовчуванню значенням є 35 років. Використовуйте клавіші ▲/▼ або клавіші на цифровій клавіатурі для введення значень. Натисніть ENTER для підтвердження введених даних.

2. Вага – значення ваги варіюються від 20 до 150 кг. Встановленим по замовчуванню значенням є 75 кг. Використовуйте клавіші ▲/▼ або клавіші на цифровій клавіатурі для введення значень. Натисніть ENTER для підтвердження введених даних.

Тепер Ви встановили дані користувача. Ви можете починати тренування. В будь-який час тренування Ви можете змінювати введені дані. Після цього буде виконуватися нова програма досягнення мети тренування. Значення такої цілі відображується на дисплеї під час тренування для Вашого відома.

ОХОЛОДЖЕННЯ

Після досягнення мети тренування на дисплеї відобразиться повідомлення "ACCU DATA" та загальні дані за результатами тренування – час, дистанція та калорії. Після цього відобразиться інше повідомлення - "COOL DOWN" – та почнеся зворотній відлік часу з 2:00 до 0:00, після чого дисплей відобразить стартове вікно.

ОГЛЯД ПРОГРАМ**MANUAL (РУЧНА)**

Ця програма дозволяє Вам регулювати рівень навантаження вручну шляхом натискання клавіш ▲/▼.

RANDOM (ВИПАДКОВА)

Випадкова програма має величезну кількість програм. Продовжуйте натискати цю клавішу для обрання програми, яка є найбільш придатною для Вас.

INTERVAL (ІНТЕРВАЛ)

Програма «Інтервал» пропонує три комбінації рівнів навантаження та часу: 1:1, 1:2, та 2:2. При обранні Вами цієї програми, на екрані відобразиться повідомлення "1-1:1, 2- 1:2, 3-2:2". Натисніть клавіші 1, 2, або 3 на цифровій клавіатурі для підтвердження Вашого вибору. Під час тренування натискайте клавішу програми INTERVAL для зміни Вашого вибору.

Комбінації програми є такими: 1:1 = 1 хвилина REST (Відпочинок) + 1 хвилина WORK (Тренування); 1:2= 1 хвилина REST (Відпочинок) + 2 хвилини WORK (Тренування); 2:2= 2 хвилини REST (Відпочинок) + 2 хвилини WORK (Тренування). Ви також можете змінювати рівень навантаження під час як періоду тренування, так і періоду відпочинку. Програма автоматично запам'ятає Ваші змінені дані та буде працювати згідно таким змінам протягом цього тренування.

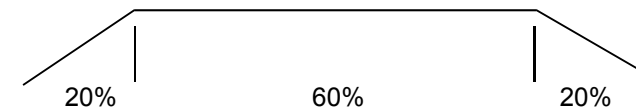
FAT BURN (СПАЛЕННЯ ЖИРУ)

Ця програма пропонує для вибору 20 рівнів тренування.

Встановленим по замовчуванню значенням є "STAGE 5" (рівень 5). Ви можете натискати клавіші ▲/▼ рівня навантаження для зміни рівня тренування. Повідомлення про Ваш поточний рівень відобразиться на екрані.

PLATEAU (ПЛАТО)

Згідно з цією програмою, рівень навантаження змінюється за діаграмою, наведеною нижче. Перша частина діаграми займає 20 % бажаної мети тренування; друга частина займає 60% бажаної мети тренування; третя частина займає 20 % бажаної мети тренування.

**WT LOSS / CARDIO / CUSTOM HR (ЗМЕНШЕННЯ ВАГИ, КАРДІО, ПУЛЬС КОРИСТУВАЧА)**

Ця програма дозволяє змінити рівень навантаження для досягнення бажаного рівня пульсу:

1. Бажаний рівень пульсу:

WT LOSS (Зменшення ваги): 65% Контроль пульсу = $(220 - \text{AGE}(\text{BIK})) * 65 \%$

CARDIO (Кардіо): 80% Контроль пульсу = $(220 - \text{AGE}(\text{BIK})) * 80 \%$

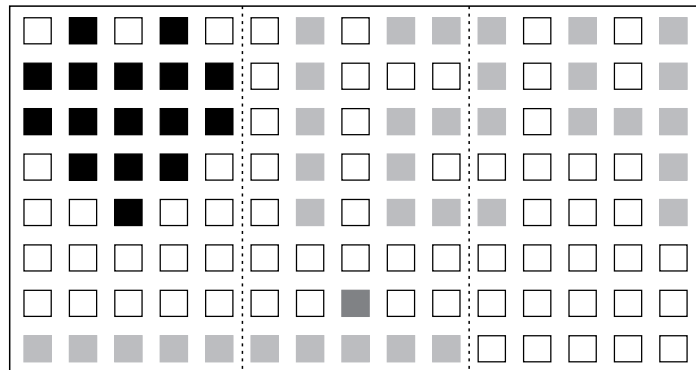
CUSTOM HR (Пульс користувача): дозволяє користувачу встановити бажаний рівень пульсу.

Примітка: при виборі програми CUSTOM HR, на екрані відобразиться повідомлення "ENTER TARGET HR" (Введіть

бажаний рівень пульсу). В той же час на панелі управління миготітиме встановлене по замовчуванню значення "120". Натисніть клавіші ▲/▼ або клавіші 0~9 на цифровій клавіатурі для регулювання значення. Натисніть ENTER для підтвердження вибору.

2. В цих програмах передбачено, якщо під час тренування не виявлено сигнал пульсу, на екрані відобразиться повідомлення "NO HEART RATE READING, PLEASE CHECK TRANSMITTER" (НЕ ЧИТАЄТЬСЯ ПУЛЬС, БУДЬ ЛАСКА, ПЕРЕВІРТЕ ДАТЧИК). Програма не змінюватиме рівень навантаження за цих обставин, в цей час можливе лише ручне регулювання шляхом натискання WORKOUT LEVEL (рівня навантаження) ▲/▼.

3. Якщо Ви вибрали кардіо-програму, відобразяться такі цифри:



Значення (наприклад, 124) показує бажаний рівень пульсу. Червона крапка показує бажану кількість обертів за хвилину. Оранжеві крапки показують поточне значення кількості обертів за хвилину. Для отримання бажаного значення пульсу прискорюйте тренування до тих пір, поки оранжеві крапки не наблизяться до червоних.

4. Встановленими по замовчуванню значеннями є: рівень навантаження – 1, кількість обертів за хвилину – 50. Ці програми визначають пульс користувача та відрегулюють рівень навантаження автоматично. Після досягнення бажаної цілі тренування, велотренажер переходить в стадію ОХОЛДЖЕННЯ (COOL DOWN).

ПЕРЕВІРКА СТАНУ ЗДОРОВ'Я (FIT TEST)

Ця програма перевіряє стан серцево-судинного здоров'я організму. Після закінчення перевірки на екрані відобразиться повідомлення: "END OF FIT TEST" "YOUR SCORE IS ???". (Перевірку закінчено. Рівень стану Вашого здоров'я ???). Значення рівня варіюється від 0 до 100, значення 100 є оптимальним.

Для перевірки встановлених по замовчуванню значень системи на першому етапі встановлення значень (вибір PROGRAM (Програми) або QUICK START (Швидкий старт)), утримуйте клавішу ENTER протягом 3 секунд:

- (1) Швидкість (миль/год. або км/год.): натисніть клавіші ▲/▼ для зміни значення. Натисніть ENTER для підтвердження Вашого вибору та переходу до наступного значення. Ви також можете натиснути STOP для виходу з встановлення цього значення.
- (2) Наступне значення, "DIST", показує загальну пройдену відстань. Вимірювання проводиться в милях або кілометрах – це повинно бути вибране заздалегідь. Натисніть ENTER для підтвердження Вашого вибору та перейдіть до встановлення наступних значень. Ви також можете натиснути STOP для виходу з встановлення цього значення.
- (3) TIME (Час): це значення відображає загальний витрачений час тренування. Значення відображується в годинах. Натисніть ENTER для підтвердження Вашого вибору та перейдіть до встановлення наступних значень. Ви також можете натиснути STOP для виходу з встановлення цього значення. Це значення не може бути змінено.
- (4) Наступне значення відображає версію панелі управління. Натисніть ENTER для підтвердження Вашого вибору та перейдіть до встановлення наступних значень. Ви також можете натиснути STOP для виходу з встановлення цього значення.

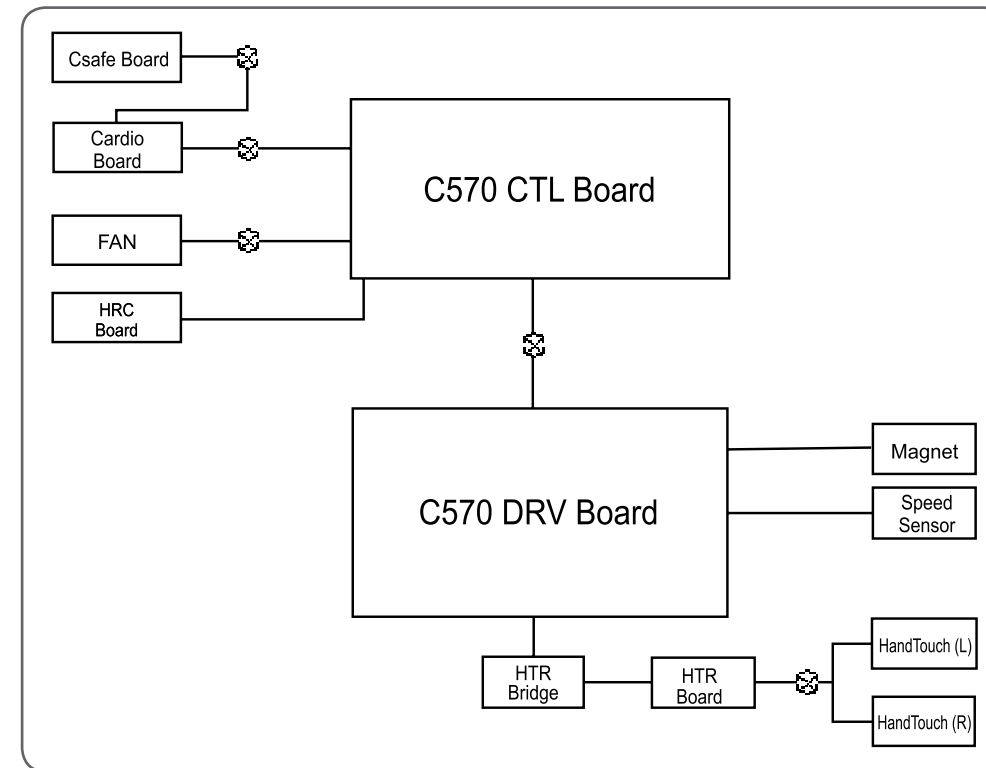
ЯК ДОВГО Я ПОВИНЕН ТРЕНУВАТИСЯ?

Тривалість Ваших тренувань залежить від стану Вашого здоров'я. Загалом, для того, щоб отримати результат від тренування, рекомендується тримати Ваш пульс в бажаній зоні тренування протягом як мінімум десяти хвилин. По мірі покращення стану Вашого здоров'я, Ви зможете тримати пульс в зоні тренування протягом довшого періоду часу, за звичай від 20 до 30 хвилин.

Після початку тренування перші декілька хвилин витрачайте на розминку, потім повільно збільшуйте навантаження для того, щоб тримати Ваш пульс в бажаній зоні тренування. Наприкінці тренування поступово знижуйте навантаження та тренуйтеся повільно – стадія «охолодження».

ЯК ЧАСТО Я ПОВИНЕН ТРЕНУВАТИСЯ?

Для отримання найкращого результату вправи повинні виконуватися від трьох до п'яти разів на тиждень. Важливо, щоб Ваш організм відновився після тренувань протягом, як мінімум, 24 годин.

СХЕМА ПІДКЛЮЧЕННЯ

Горизонтального велотренажеру SportsArt C570R не вимагає значних зусиль для його обслуговування. Проте, рекомендується регулярно чищення для того, щоб тримати велотренажер в найкращому робочому стані. Перед тренуванням, протріть поверхню дисплею сухою ганчіркою.

УВАГА

В жодному випадку не припускайте потрапляння рідини на дисплей!

Для чищення пластикових деталей використовуйте м'який засіб. Переконайтеся, що тренажер повністю сухий перед тим, як його використовувати. Під час тренування рекомендується тримати рідини подалі від тренажера. Якщо рідину буде розлито на тренажер, це вплине на його гарантію.

ОПИС ТА РОБОТА ТРЕНАЖЕРІВ

ПРИЗНАЧЕННЯ ТРЕНАЖЕРІВ.

Тренажери призначені для занять спортом (фізичного тренування) в умовах професійних спортивних залів. Під використанням тренажерів в спортивних залах розуміється використання тренажерів в закритому приміщенні (захищеному від впливу зовнішніх факторів - дощ, сніг, прямі сонячні промені, тощо).

ХАРАКТЕРИСТИКИ ТРЕНАЖЕРІВ.

Загальні характеристики тренажерів:

Максимальна вага користувача	Кг	150
Країна виробництва	—	Тайвань
Робоча температура в приміщенні	С°	від +5С°

УСТРІЙ ТА РОБОТА. Принцип дії тренажерів полягає в передачі під час тренування навантаження на м'язи людини за рахунок спеціальної траєкторії руху окремих частин тренажерів та штучного механічного ускладнення або полегшення такого руху з метою регулювання навантаження. В залежності від ступеня фізичної підготовки конкретної людини тренажери можуть бути відрегульовані на різні режими навантаження.

ІНСТРУМЕНТ ТА ПРИНАЛЕЖНОСТІ. В комплект тренажерів не входить інструмент, необхідний для збирання тренажерів.

МАРКУВАННЯ ТА ПЛОМБУВАННЯ. Кожен тренажер лінії містить спеціальне маркування (код виробу, дата виготовлення, відмітка «ВТК-відділу технічного контролю»). Упаковка тренажерів не містить маркування.

ПАКУВАННЯ. Тренажери постачаються в упаковці для уникнення пошкоджень при транспортуванні. В залежності від моделі та типу тренажера окремі деталі тренажера можуть бути додатково упаковані в поліетилен. Упаковка має бути збережена Покупцем (повернення тренажера здійснюється виключно в упаковці). Пломби на упаковці відсутні.

ПОРЯДОК КОНТРОЛЮ СПРАВНОСТІ ТРЕНАЖЕРІВ.

Тренажер повинен бути встановлений та атестований згідно даного керівництва з експлуатації. Перед початком тренування необхідно перевірити цілісність елементів тренажерів, надійність затягнення різьбових з'єднань.

ПЕРЕЛІК МОЖЛИВИХ НЕСПРАВНОСТЕЙ В ПРОЦЕСІ ВИКОРИСТАННЯ ТРЕНАЖЕРА ЗА ПРИЗНАЧЕННЯМ ТА РЕКОМЕНДАЦІЇ ВІДНОСНО ДІЙ КОРИСТУВАЧА ПРИ ЇХ ВИНИКНЕННІ.

При виникненні несправності тренажера зверніться, будь ласка, до сервісного центру виробника.

ЗАХОДИ БЕЗПЕКИ ПІД ЧАС ВИКОРИСТАННЯ ТРЕНАЖЕРА

Будь ласка, уважно прочитайте цей документ перед збиранням та початком використання тренажера. Ознайомлення з даним документом обов'язкове для всіх користувачів тренажера.

Виконання вправ дозволяється проводити при наявності в приміщенні не менш ніж двох осіб. Забороняється виконувати вправи на одному з тренажерів більш ніж одній людині одночасно, крім випадків підстрахування та тренування на багатопозиційних станціях. Забороняється проводити заняття на несправному комплексі. Забороняється вносити зміни в конструкцію тренажерів.

Безпечне та ефективне тренування на тренажерах можливе лише за умови правильного збирання та своєчасного і регулярного догляду за тренажерами.

Перед початком використання тренажерів проконсультуйтеся з лікарем щодо безпечності тренувань на даних тренажерах для вашого здоров'я, а також для визначення фізичних особливостей вашого організму, які можуть викликати ризик для вашого здоров'я та безпеки, або не дозволять ефективно використовувати тренажери. Консультація лікаря особливо необхідна в тих випадках, коли ви приймаєте медикаменти, які впливають на рівень серцебиття, кров'яного тиску та рівень холестерину.

Слідкуйте за реакцією свого організму! Неправильне використання тренажерів або надмірні навантаження можуть спричинити шкоду вашому здоров'ю. Припиніть тренування, якщо ви відчуєте наступні симптоми: біль, тиск у грудях, порушення серцебиття або дихання, слабкість або головокружіння. Якщо такі симптоми виникають регулярно, зверніться до лікаря перед продовженням тренувань. Не допускайте дітей та тварин до тренажерів. Тренажери призначені виключно для дорослих людей.

Для нормальної та безпечної роботи тренажерів необхідно вільне місце в радіусі не менш ніж 50см від крайніх частин тренажерів при максимально крайньому робочому положенні їх частин.

Перед кожним використанням тренажерів перевірте їх технічний стан та справність, зокрема необхідно впевнитись в надійному кріпленні всіх гвинтів та з'єднань.

З метою уникнення передчасного зносу, поломок, регулярно здійснюйте профілактичні перевірки тренажерів.

Переконайтеся, що тренажери встановлені на твердій горизонтальній поверхні та їх рівень виставлений правильно. Завжди використовуйте тренажери виключно за призначенням. Якщо при використанні ви чуєте зайві шуми (звуки) або помічаєте неправильну роботу тренажерів, припиніть заняття до виявлення та повного усунення несправності.

Використовуйте зручний спортивний одяг для тренувань - попадання одягу в рухомі частини тренажерів може призвести до травм людини та пошкодження обладнання. Завжди міцно тримайтеся за поручні тренажерів та не відривайтесь від сидіння (якщо сидіння передбачене конструкцією тренажера).

Не виконуйте вправ на тренажерах після вживання алкоголю або будь-яких медичних препаратів.

Пересувайте тренажери обережно, з метою уникнення їх пошкоджень та псування. Зважуйте на вірогідність отримання травм. Завжди використовуйте правильну техніку під час підйому тренажерів або зверніться за допомогою до інших осіб під час переміщення тренажерів на інше місце.

ТЕХНІЧНЕ ОБСЛУГОВУВАННЯ ТРЕНАЖЕРІВ

ЗАГАЛЬНІ ВКАЗІВКИ.

Тренажерний комплекс має бути встановлений і атестований згідно з цим документом.

ЗАХОДИ БЕЗПЕКИ ПРИ ТЕХНІЧНОМУ ОБСЛУГОВУВАННІ.

Технічне обслуговування тренажерів має право проводити людина, у якої є відповідна технічна освіта і яка пройшла інструктаж з техніки безпеки.

ПОРЯДОК ТЕХНІЧНОГО ОБСЛУГОВУВАННЯ ТРЕНАЖЕРІВ.

Забруднення з поверхонь тренажерів необхідно змивати з використанням миючих засобів, що не містять у своєму складі абразивних елементів та розчинників.

Порядок та зміст технічного обслуговування зазначені на кожному тренажері на спеціальній етикетці.

ПЕРЕВІРКА ПРАЦЕЗДАТНОСТІ ВИРОБУ.

Уважно перевірте цілісність елементів тренажерів, надійність з'єднання різьбових елементів.

ПОТОЧНИЙ РЕМОНТ

По закінченні гарантійного терміну експлуатації вузли і частини, які були під впливом підвищеного навантаження, слід замінити. Заміну вузлів слід проводити в спеціалізованому сервісному центрі.

ЗБЕРІГАННЯ ТРЕНАЖЕРІВ

ПОРЯДОК ПІДГОТОВКИ ТРЕНАЖЕРІВ НА ЗБЕРІГАННЯ ТА ЗНЯТТЯ ЇХ ІЗ ЗБЕРІГАННЯ.

УВАГА! Тренажери розраховані на постійне використання за призначенням (з урахуванням обмежень, визначених даним документом) після їх збирання. Враховуючи цей факт не ре-

комендується тривалий час (понад 30 календарних діб) залишати тренажери без використання. Під час простою тренажерів, дія природних (фізичних) факторів може призвести до втрати зовнішнього вигляду тренажерів (їх частин), неправильної роботи, окремих частин та механізмів, і як наслідок - поломки тренажерів. У зв'язку з викладеним вище, усунення поломок, викликаних тривалим невикористанням тренажерів, а також приведення тренажерів у робочий стан після тривалого простою не входить до гарантійного ремонту (обслуговування) тренажерів.

У випадку, якщо обставини вимагають тривалого невикористання тренажерів, рекомендуємо дотримуватись наступних умов зберігання (перелік умов зберігання не є вичерпним):

- розмістити тренажери в закритому, теплому, сухому приміщенні, захищеному від дії прямих сонячних променів;
- захистити тренажери від дії зовнішніх факторів (пил, бризки води, тощо) великим поліетиленовим пакетом, залишивши при цьому місце для вільної циркуляції повітря;
- прийняти всі інші заходи для збереження зовнішнього вигляду та властивостей тренажерів під час зберігання;
- хромовані деталі мають бути законсервовані консистентним мастилом.

Під час зняття тренажерів зі зберігання та початку їх експлуатації дотримуйтесь наступних рекомендацій:

- звільніть тренажери від захисних матеріалів (поліетилен, папір, тощо);
- видаліть з поверхні тренажерів пил та інші забруднення;

- перевірте надійність всіх з'єднань тренажерів;
- видаліть з поверхні тренажерів всю змазку, яка використовувалася для консервації;
- при початку роботи тренажерів використовуйте режим мінімального навантаження та перевірте справну та правильну роботу всіх систем тренажерів;
- забезпечте можливість роботи тренажерів з мінімальним навантаженням протягом не менш 20 хвилин.

ТРАНСПОРТУВАННЯ ТРЕНАЖЕРІВ

Транспортування тренажерів здійснюється в тому вигляді, в якому вони перебували на час постачання виробником (зібраний або розібраний) в картонній коробці. Спосіб упаковки має відповідати такому, який був до розпакування тренажерів. Транспортування має здійснюватись таким чином, щоб захистити тренажери в упаковці від впливу зовнішніх факторів (дош, сніг, сонячні промені, вода, вологість, тощо).

УТИЛІЗАЦІЯ

Після закінчення терміну використання тренажерів, окремі його складові частини та механізми містять загрозу для людей та навколишнього середовища. Тому, у випадку прийняття вами рішення про утилізацію тренажерів, зверніться до виробника тренажерів або спеціалізованих організацій.

Постачальник надає наступну гарантію:

9.1. Професійне обладнання - **24 календарних місяці;**

9.2. Напівпрофесійне - 6 календарних місяців;

Гарантійний термін нараховується з дня доставки тренажера. Постачальником (згідно із даними його документів), а при умові відсутності такої інформації - з дня виготовлення, що вказаний на спеціальній етикетці.

Виробник (Постачальник) не несе гарантійних зобов'язань зокрема у випадках:

- недотримання вимог та рекомендацій цього документу;
- неправильного зберігання;
- зміни конструкції тренажерів або використання їх не за прямим призначенням;
- розбирання тренажерів;
- не проходження тренажерами відповідного технічного обслуговування (ТО);
- інших випадках порушення вимог цього документа (або передбачених цим документом чи чинним законодавством).

У ВИПАДКУ НЕСПРАВНОСТІ ТРЕНАЖЕРІВ ПОКУПЕЦЬ МАЄ ЗВЕРНУТИСЯ ДО БЕЗПОСЕРЕДНЬОГО ПРОДАВЦЯ ТРЕНАЖЕРІВ ІЗ ЗАЯВОЮ, ЯКА МАЄ МІСТИТИ ДЕТАЛЬНИЙ ОПИС ОЗНАК, ПРИЧИН НЕСПРАВНОСТІ, СИТУАЦІЇ ПРИ ЯКІЙ ВИНИКЛА НЕСПРАВНІСТЬ, ХАРАКТЕРУ ТА МІСЦЯ ВИКОРИСТАННЯ ТРЕНАЖЕРІВ. А ТАКОЖ ІНФОРМАЦІЮ ПРО ДАТУ, МІСЦЕ КУПІВЛІ ТРЕНАЖЕРІВ, ІДЕНТИФІКАЦІЙНИХ ДАНИХ ПОКУПЦЯ, МІСЦЯ ЙОГО ЗНАХОДЖЕННЯ, КОНТАКТНОГО ТЕЛЕФОНУ. ДО ЗАЯВИ ДОДАЮТЬСЯ ЧЕК ПРО КУПІВЛЮ ТОВАРУ ТА КЕРІВНИЦТВО З ЕКСПЛУАТАЦІЇ НА ТОВАР.

АДРЕСА ЦЕНТРАЛЬНОГО СЕРВИСНОГО ЦЕНТРУ

**Україна. Київська область, м. Буча, вул. Інститутська,
17/24 (телефон (044) 3913355)**

Примітки:

Продавець _____

Ідентифікаційний код згідно з ЄДРПОУ _____

ГАРАНТІЙНІ ЗОБОВ'ЯЗАННЯ

(найменування товару згідно з нормативним документом, марка)

Продавець гарантує відповідність товару вимогам зазначених нормативних документів за умови дотримання споживачем правил, які викладено в експлуатаційних документах.

Країна виготовлення товару Тайвань

Дата виготовлення товару _____

Гарантійний термін зберігання до _____

Гарантійний термін зберігання обчислюється віддати виготовлення товару і закінчується датою, визначеною виробником.

Гарантійний термін експлуатації: зазначений у п.9

Протягом гарантійного терміну експлуатації, який не повинен бути меншим ніж шість місяців, споживач має право на безоплатне технічне обслуговування товару, а у разі виявлення недоліків (відхилення від вимог нормативних документів) - на безоплатний ремонт чи заміну товару або повернення його вартості згідно з вимогами Закону України "Про захист прав споживачів" та Порядку гарантійного ремонту (обслуговування) або гарантійної заміни технічно складних побутових товарів, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 11 квітня 2002 р. N506.

У разі, коли протягом гарантійного терміну товар експлуатувався з порушенням правил або споживач не виконував рекомендацій підприємства, що виконує роботи з гарантійного обслуговування товару, ремонт провадиться за рахунок споживача.

Термін служби (придатності) товару двадцять чотири календарних місяців. Виробник (постачальник) гарантує можливість використання товару за призначенням протягом терміну служби (за умови проведення у разі потреби післягарантійного технічного обслуговування або ремонту за рахунок споживача), а якщо такий термін не встановлюється - протягом 10 років. Термін служби (придатності) товару припиняється уразі:

- внесення у конструкцію товару змін та здійснення доробок, а також використання вузлів, деталей, комплектуючих виробів, не передбачених нормативними документами;
- використання не за призначенням;
- пошкодження споживачем;
- порушення споживачем правил експлуатації товару.

Продавець _____

Ідентифікаційний код згідно з ЄДРПОУ _____

ГАРАНТІЙНИЙ ТАЛОН

Найменування товару згідно з нормативним документом, марка, - заповнює виробник (продавець)

Заводський номер _____

Дата виготовлення _____

Прізвище, ім'я, по батькові відповідальної особи виробника (продавця), підпис, М.П.

Продавець _____

Найменування підприємства, організації, юридична адреса

Дата продажу _____

Ціна _____

Прізвище, ім'я, по батькові відповідальної особи продавця, підпис, М.П.

Товар прийнято на гарантійне обслуговування:

Найменування підприємства - виконавця робіт з гарантійного обслуговування, юридична адреса

Дата взяття товару на гарантійний облік _____

Номер, за яким товар взято на гарантійний облік _____

Прізвище, ім'я, по батькові відповідальної особи виконавця, підпис, М.П.

ОБЛІК РОБІТ З ТЕХНІЧНОГО ОБЛУГОВУВАННЯ ТА ГАРАНТІЙНОГО РЕМОНТУ

Дата	Опис недоліків	Зміст виконаної роботи, найменування і тип заміненних комплектуючих виробів, складових частин	Підпис виконавця

Примітка. Додатково вноситься інформація про роботи, що виконані з метою запобігання пожежі.

Гарантійний термін експлуатації подовжено до

«_____» _____ 20__ р.

«_____» _____ 20__ р.

Прізвище, ім'я, по батькові відповідальної особи виконавця, підпис

Товар уцінено (дата і номер опису-акта уцінення товару): _____

Нова ціна (сума словами): _____ гривень

Прізвище, ім'я, по батькові відповідальної особи виконавця, підпис, М.П.

42

43