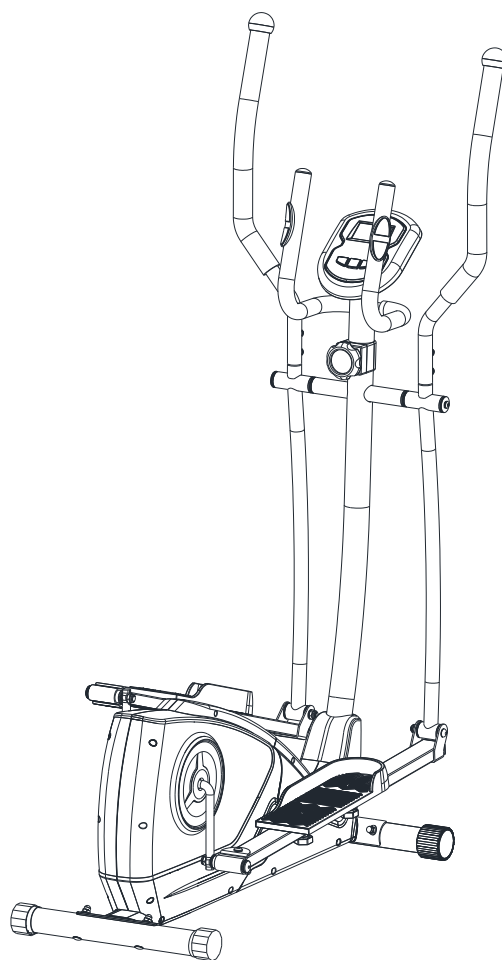


ПОСІБНИК КОРИСТУВАЧА

НВ-8242ЕЛ ЕЛІПТИЧНИЙ ТРЕНАЖЕР



Будь здоровий. Будь у формі

Шановний Покупець,

Ми хочемо подякувати вам за те, що ви обрали цей еліптичний тренажер, і побажати вам приємних та успішних тренувань.

Зверніть увагу та уважно дотримуйтесь доданих інструкцій з техніки безпеки та монтажу.

Якщо у вас виникнуть запитання, будь ласка, зв'яжіться з нами.

Зміст:

- 1.) Інструкція з техніки безпеки**
- 2.) Схема деталей**
- 3.) Перелік деталей**
- 4.) Інструкція щодо складання**
- 5.) Інструкція до комп'ютера**

ІНСТРУКЦІЯ З ТЕХНІКИ БЕЗПЕКИ

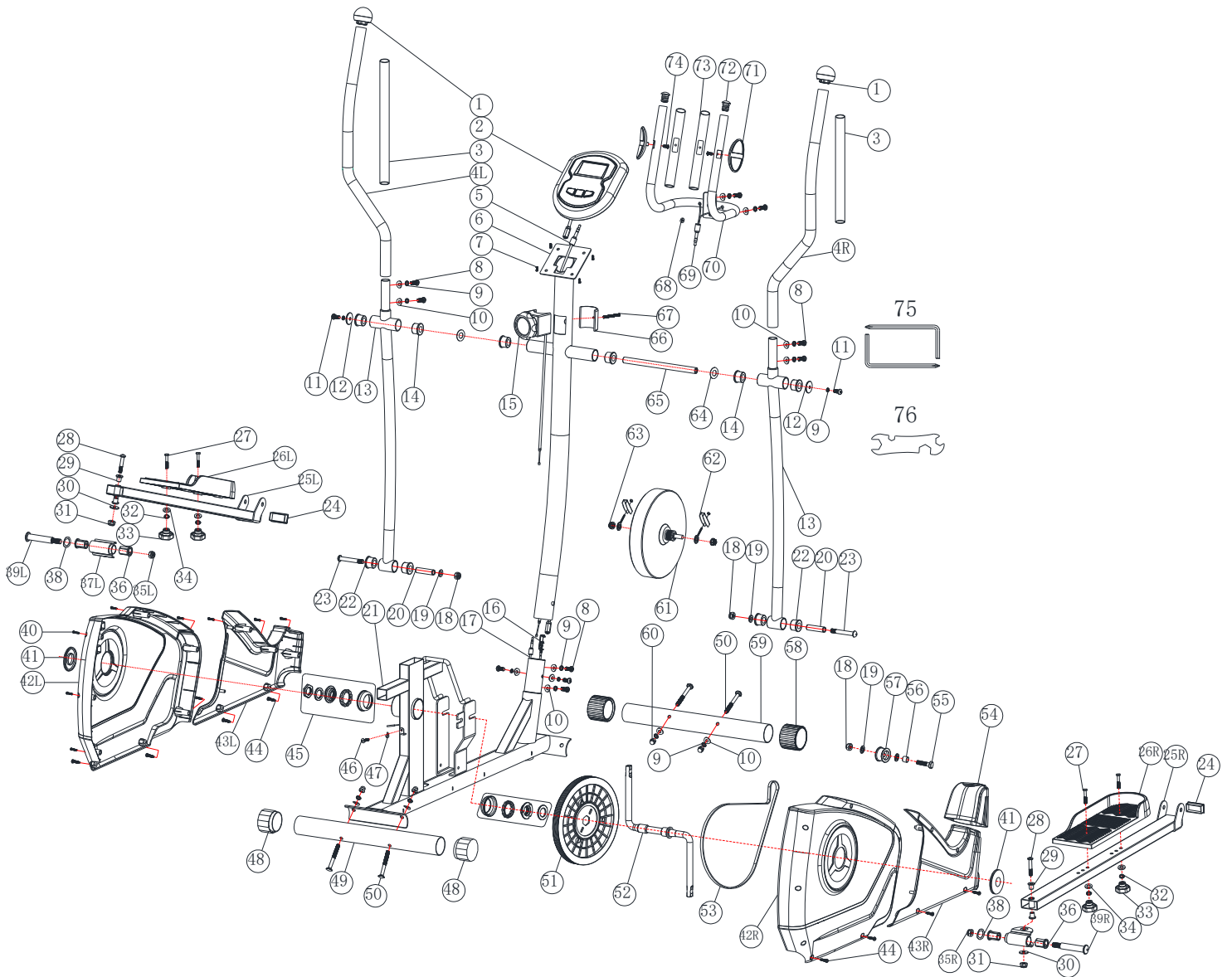
Перш ніж розпочати тренування на домашньому еліптичному тренажері, уважно прочитайте інструкції. Обов'язково дотримуйтесь інструкцій щодо інформації на випадок ремонту й доставки запасних частин.

- ◆ Цей еліптичний тренажер призначений лише для домашнього використання і призначений на максимальну вагу людини 110 кг.
- ◆ Уважно дотримуйтесь інструкцій з монтажу.
- ◆ Для складання використовуйте лише відповідні інструменти та за потреби звертайтеся за допомогою при складанні.
- ◆ Перед першим тренуванням та кожні 1-2 місяці перевіряйте, чи всі сполучні елементи щільно прилягають і перебувають у справному стані. В разі виявлення будь-яких деталей з дефектами, зв'яжіться з імпортером, та не користуйтеся тренажером доки він не буде відремонтований. Для ремонту використовуйте лише оригінальні деталі.
- ◆ При необхідності ремонту зверніться за консультацією до фірми-продавця.
- ◆ Не використовуйте їдкі миючі засоби для чищення домашнього тренажера.
- ◆ Переконайтесь, щоб тренування починалось лише після правильного складання та огляду тренажера.
- ◆ Щодо всіх регульованих деталей пам'ятайте про максимальні положення, до яких їх можна відрегулювати / затягнути.
- ◆ Цей домашній тренажер призначений для дорослих. Дитина може користуватися ним лише під наглядом дорослого.
- ◆ Проінструкуйте всіх людей в домі, де знаходиться тренажер, про можливу небезпеку, наприклад від рухомих деталей під час тренування.
- ◆ Перед тим, як почати тренування за будь-якою програмою, порадьтеся з лікарем. Він може підказати, який вид тренування та яке навантаження підходять саме для вас.

**ПОПЕРЕДЖЕННЯ:
НЕПРАВИЛЬНІ / НАДМІРНІ ТРЕНУВАННЯ МОЖУТЬ
СПРИЧИНИТИ ТРАВМИ ЗДОРОВ'Ю.**

- ◆ Дотримуйтеся порад щодо правильності тренувань, що детально викладені в цьому посібнику.
- ◆ Рівень навантаження/тренування можна регулювати, повертаючи ручку-регулятор на стояку рукояток.
- ◆ Безпечність цього тренажера можна підтримувати лише за умови його регулярного обстеження відповідно до всіх кроків, описаних в інструкції зі складання.
- ◆ Регулярно перевіряйте надійність фіксації ручок-регуляторів, щоб вчасно помітити їх знос.

СХЕМА ДЕТАЛЕЙ



ПЕРЕЛІК ДЕТАЛЕЙ

Деталь №	Опис	Кількість
1	Заглушка	2
2	Комп'ютер	1
3	М'яке покриття верхньої рукоятки	2
4L	Верхня рукоятка (ліва)	1
4R	Верхня рукоятка (права)	1
5	Верхній дріт комп'ютера	1
6	Стояк рукоятки	1
7	Шуруп	4
8	Шуруп із внутрішнім шестигранником	10
9	Пружинна шайба	16
10	Вигнута шайба	14
11	Шуруп із внутрішнім шестигранником	2
12	Металева шайба	2
13	Нижня рукоятка	2
14	Втулка	6
15	Верхній натяжний трос	1
16	Нижній натяжний трос	1
17	Нижній дріт комп'ютера	1
18	Гайка	3
19	Шайба	4
20	Трубчаста розпірка	2
21	Основна рама	1
22	Поворотні втулки нижньої рукоятки	4
23	Шуруп із внутрішнім шестигранником	2
24	Заглушка пластини під педаллю	2
25L	Пластина під педаллю (ліва)	1
25R	Пластина під педаллю (права)	1
26L	Педаль (ліва)	1
26R	Педаль (права)	1
27	Вагонний болт	4
28	Шуруп із внутрішнім шестигранником	2

Деталь №	Опис	Кількість
29	Втулка	4
30	Шайба	2
31	Гайка	2
32	Пружинна шайба	4
33	Ручка-регулятор	4
34	Плоска шайба	4
35L	Гайка (ліва)	1
35R	Гайка (права)	1
36	Втулка	4
37L	Шарнір (лівий)	1
37R	Шарнір (правий)	1
38	Хвиляста шайба	2
39L	Болт (лівий)	1
39R	Болт (правий)	1
40	Саморіз	9
41	Пластиковий кожух	2
42L	Кожух ланцюга (лівий)	1
42R	Кожух ланцюга (правий)	1
43L	Передній пластиковий кожух (лівий)	1
43R	Передній пластиковий кожух (правий)	1
44	Шуруп	8
45	Вузол шарикового підшипника	1 вузол
46	Шуруп	1
47	Вузол датчика	1
48	Задня заглушка	2
49	Задня опора	1
50	Вагонний болт	4
51	Пасове колесо	1
52	Кривошип	1
53	Пас	1
54	Передній пластиковий кожух	1
55	Болт	1
56	Трубчаста розпірка	1

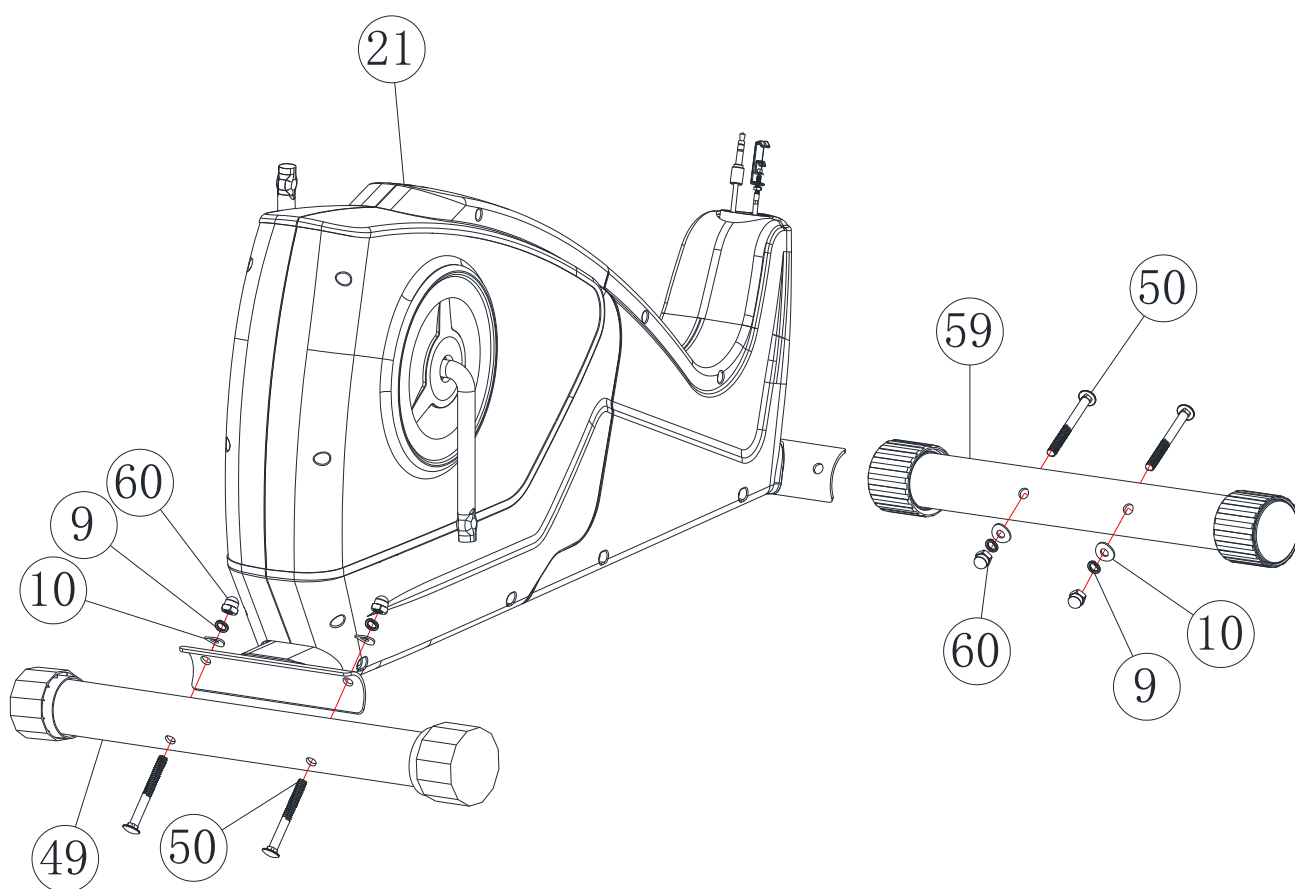
Деталь №	Опис	Кількість
57	Натяжне колесо	1
58	Передня заглушка	2
59	Передня опора	1
60	Ковпачкова гайка	4
61	Крутенева колесо	1
62	Вузол регулювання пасу	2 вузли
63	Гайка	2
64	Шайба	2
65	Обертвий стрижень	1
66	Пластиковий кожух	1
67	Шуруп	1
68	Заклушка	1
69	Дріт пульсового датчика	1
70	Рукоятка	1
71	Пластини пульсового датчика	2
72	Заклушка	2
73	М'яке покриття рукоятки	2
74	Саморіз	2
75	Торцевий ключ	1
76	Гайковий ключ	1

ІНСТРУКЦІЯ ЩОДО СКЛАДАННЯ

КРОК 1

Прикріпіть передню опору (59) до основної рами (21) за допомогою вагонного болта М8 (50), вигнутої шайби М8 (10), пружинної шайби (9) та ковпачкової гайки М8 (60).

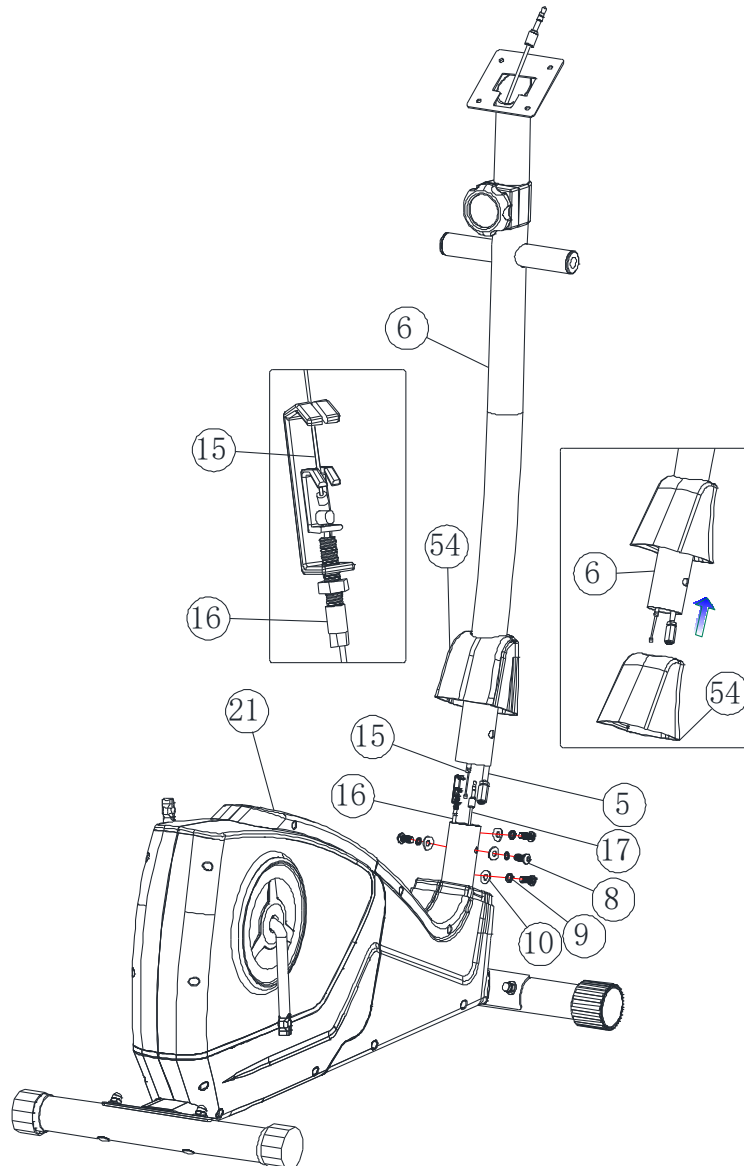
Прикріпіть задню опору (49) до основної рами (21) за допомогою вагонного болта М8 (50), вигнутої шайби М8 (10), пружинної шайби (9) та ковпачкової гайки М8 (60).



КРОК 2

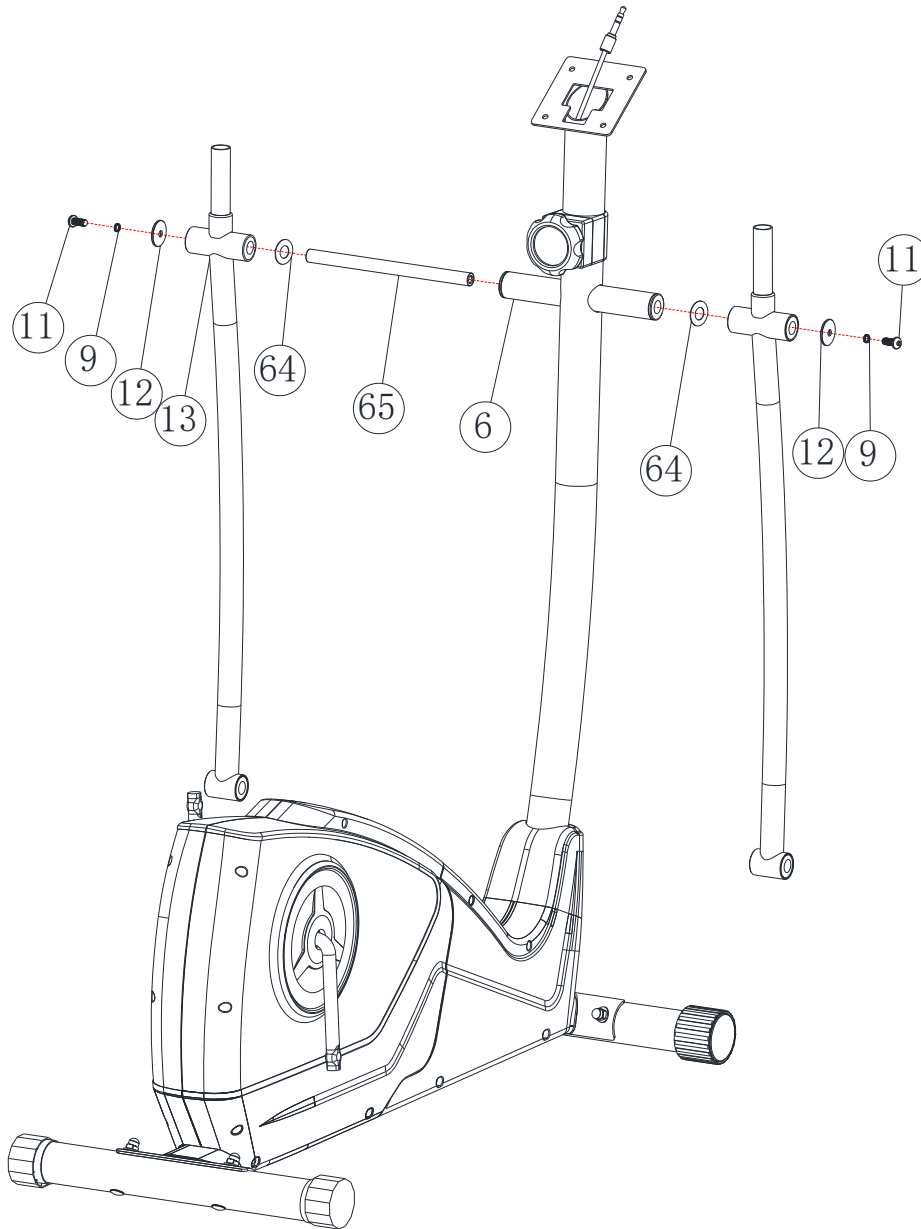
Обережно підніміть стояк рукоятки (6) до вертикального положення та надіньте на нього передній пластиковий кожух (54). З'єднайте верхній натяжний трос (15) і нижній натяжний трос (16) та з'єднайте верхній комп'ютерний дрiт (5) і нижній комп'ютерний дрiт (17).

Прикріпіть стояк рукоятки (6) до основної рами (21) за допомогою шурупа М8 (8), пружинної шайби М8 (9), вигнутої шайби М8 (10).



КРОК 3

Вставте обертовий стрижень (65) в стояк рукоятки (6). Надіньте ліву і праву нижні рукоятки (13) на обертовий стрижень (65) та закріпіть за допомогою шайби (64), металевої шайби (12), пружинної шайби (9) та шурупа М8 (11) з кожного боку.



КРОК 4

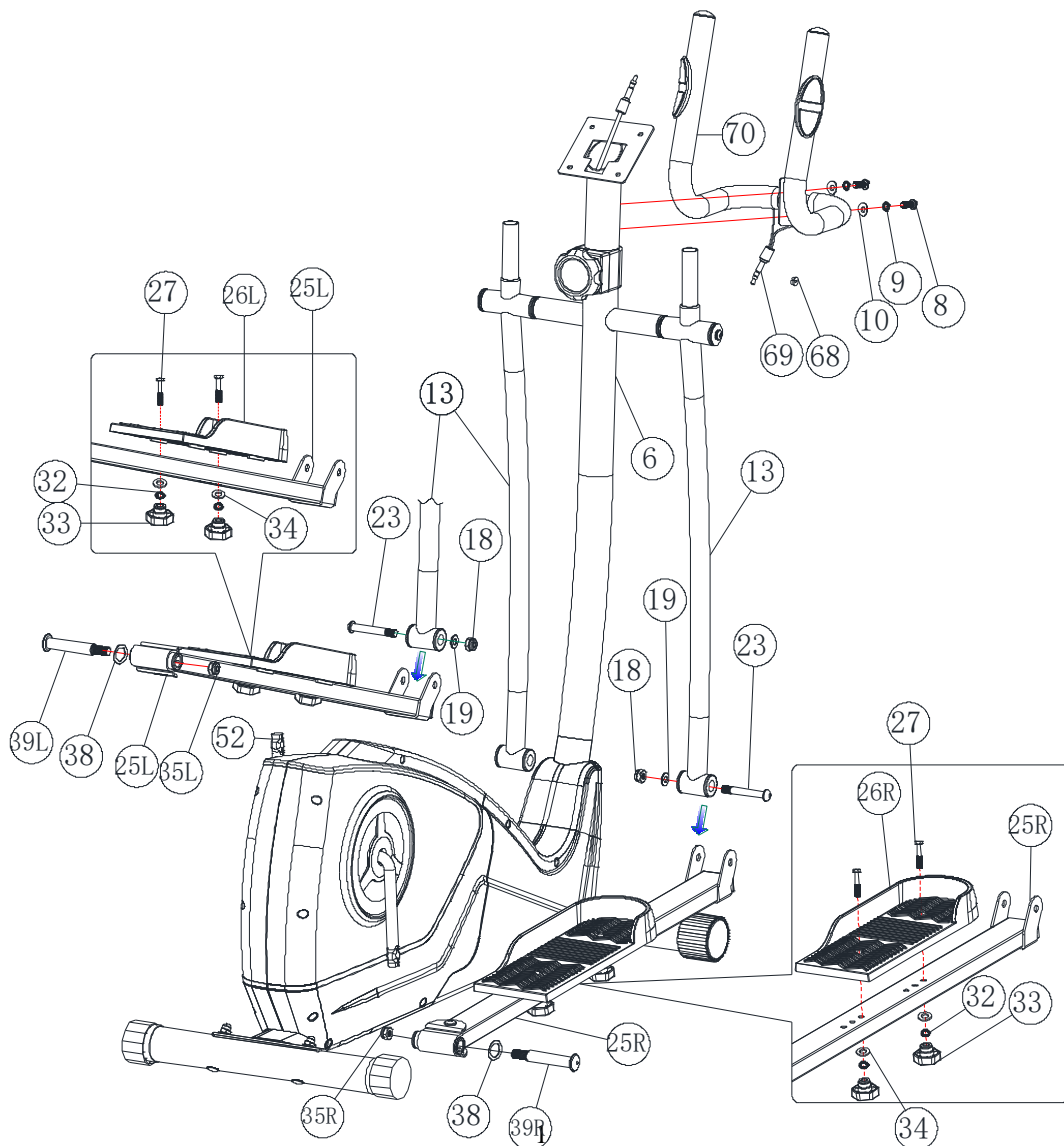
Прикріпіть пластини під педаллю (25L та 25R) до кривошипів (52) за допомогою шурупів із внутрішнім шестигранником (39L та 39R), пружинних шайб (38) і гайок (35L та 35R). Примітка: На цьому етапі не закручуйте шурупи щільно.

Прикріпіть нижню рукоятку (13) до пластин під педаллю (25L&25R) за допомогою шурупа із внутрішнім шестигранником M10 (23), шайби M10 (19) та гайки (18), потім закрутіть їх щільно.

Прикріпіть педалі (26L та 26R) до пластин під педаллю (25L&25R) за допомогою вагонних болтів (27), плоскої шайби (34), пружинної шайби (32) і ручки-регулятора (33).

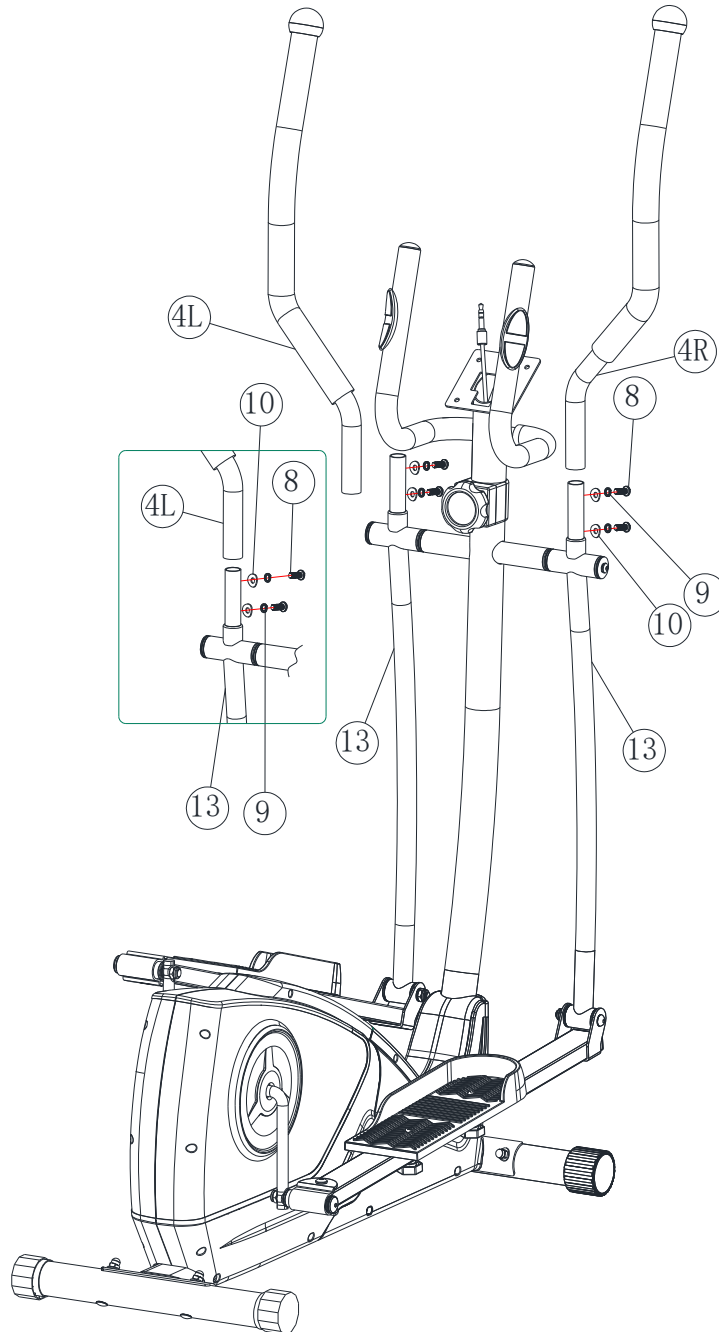
Рукоятку (70) прикріпіть за допомогою болта 2×M8 (8), пружинної шайби (9) та вигнутої шайби 2×M8 (10). Протягніть дріт пульсового датчика (69) на рукоятці (70) через отвір над стояком рукоятки.

(Увага: Слідкуйте за тим, щоб не притиснути дріт та не пошкодити ізоляцію дроту під час установки.)



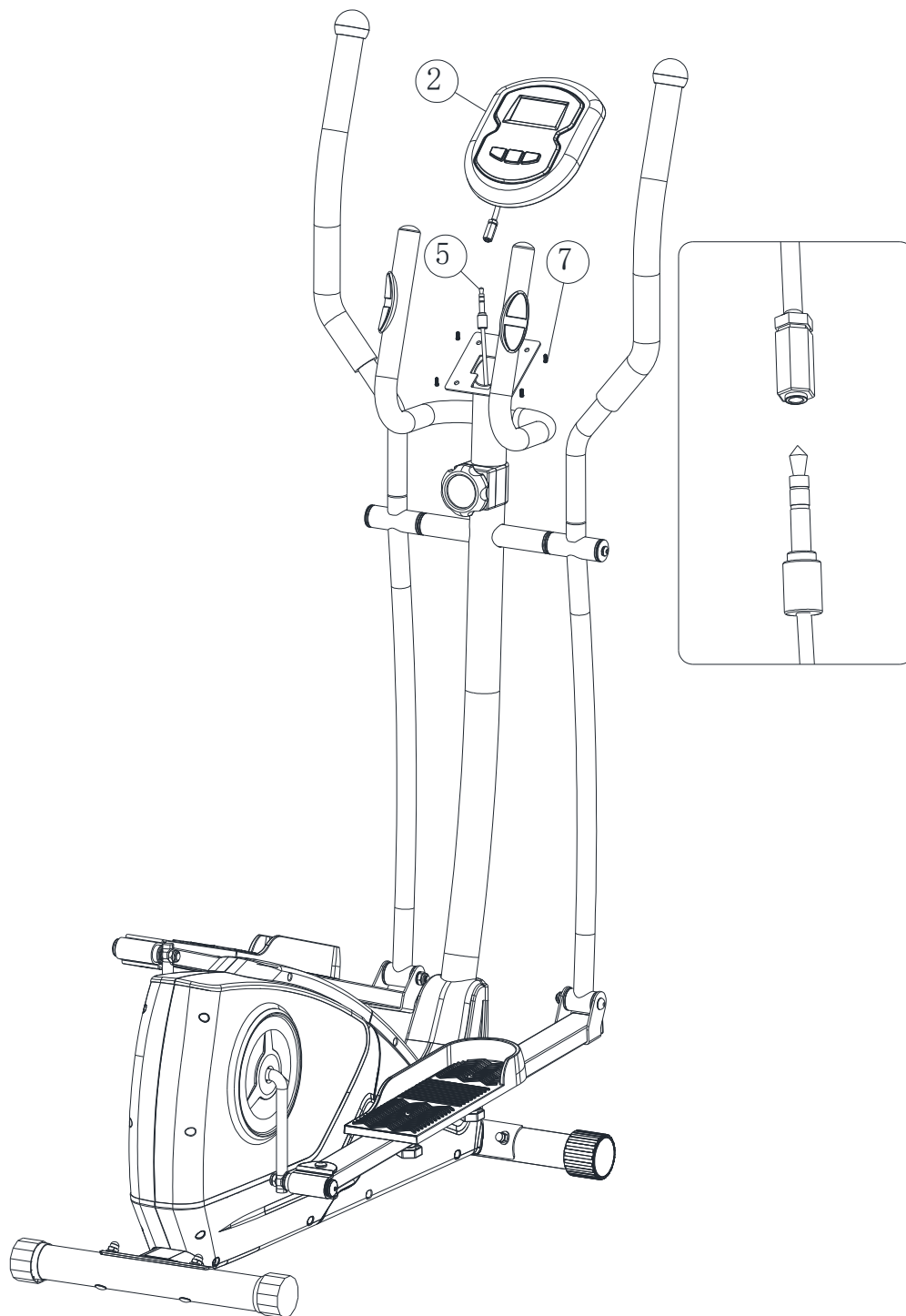
КРОК 5

Прикріпіть верхні рукоятки (4L та 4R) до нижніх рукояток (13) за допомогою шурупів із внутрішнім шестигранником (8), пружинних шайб (9) та вигнутих шайб (10).



КРОК 6

Викрутіть 4 шурупи (7) із задньої кришки комп'ютера (2). З'єднайте верхній комп'ютерний дріт (5) з комп'ютером (2). Прикріпіть комп'ютер (2) до стояка рукоятки за допомогою шурупу (7).



ІНСТРУКЦІЯ ДО КОМП'ЮТЕРА



ПОСІБНИК КОРИСТУВАЧА ST3604

ДИСПЛЕЙ:

РЕЖИМ	ОПИС
SCAN (СКАНУВАННЯ)	<ul style="list-style-type: none">- Послідовність відображення: TMR→SPD→ DST→CAL→PULSE (ЧАС→ШВИДКІСТЬ→ ДИСТАНЦІЯ→КАЛОРИЇ→ПУЛЬС)- В режимі SCAN натисніть кнопку MODE для вибору інших функцій.- Автоматично показує кожен режим по порядку та по колу, переключається на наступний режим кожні 6 секунд.
SPEED (SPD) (ШВИДКІСТЬ)	<ul style="list-style-type: none">- Якщо протягом 4 секунд до комп'ютера не поступає сигналу, на дисплеї відобразиться значення швидкості (SPEED) - "0.0".- Показує поточну швидкість.
TIME (TMR) (ЧАС)	<ul style="list-style-type: none">- Якщо цільове значення не встановлене, буде йти прямий відлік часу.- Якщо цільове значення встановлене, буде йти зворотний відлік часу від встановленого значення до 0. Коли час дійде нуля, прозвучить сигнал.- Якщо протягом 4 секунд до комп'ютера не поступає сигналу, відлік часу припиниться.- Діапазон: 0:00 ~ 99:59
DISTANCE (DST) (ДИСТАНЦІЯ)	<ul style="list-style-type: none">- Якщо цільове значення не встановлене, буде йти прямий відлік дистанції.- Якщо цільове значення встановлене, буде йти зворотний відлік дистанції від встановленого значення до 0. Коли дистанція дійде нуля, прозвучить сигнал.- Діапазон 0.0~999,9 км

CALORIES (CAL) (КАЛОРІЇ)	<ul style="list-style-type: none"> - Якщо цільове значення не встановлене, буде йти прямий відлік калорій. - Якщо цільове значення встановлене, буде йти зворотний відлік калорій від встановленого значення до 0. Коли калорії дійдуть нуля, прозвучить сигнал. - Діапазон 0.0~999.9 Кал - Кількість калорій, що відображається на дисплеї, наводиться тільки для загальної інформації. Щодо детальних відомостей про споживання калорій в кожному конкретному випадку слід звертатися до лікаря або дієтолога.
PULSE (ПУЛЬС)	<ul style="list-style-type: none"> - Через 6 секунд після початку вимірювання на дисплеї відобразиться ваш поточний пульс. - Якщо через 6 секунд після початку вимірювання на комп'ютер не поступить сигнал датчика, на дисплеї відобразиться "P". - Після завершення вимірювання пульсу, прозвучить сигнал. - Діапазон: 0-40~240 уд/хв

ФУНКЦІЇ КНОПОК:

КНОПКА	ОПИС
Reset (Скидання)	<ul style="list-style-type: none"> - В режимі налаштуваннях натисніть кнопку RESET один раз, щоб скинути поточні значення функцій. - Натисніть кнопку RESET і утримуйте протягом 2 секунд, щоб скинути всі значення функцій, при цьому прозвучить сигнал.
SET (Налаштування)	<ul style="list-style-type: none"> - При кожному натисканні значення збільшується; для швидкого збільшення натисніть і утримуйте кнопку. - Діапазон налаштування часу: 0:00~99:00 (із кроком 1:00) - Діапазон налаштування калорій: 0.0~999.0 (із кроком 1.0) - Діапазон налаштування дистанції: 0.0~999.0 (із кроком 1.0) км
MODE (РЕЖИМ)	<ul style="list-style-type: none"> - При натисканні кнопки MODE, можна обрати потрібну функцію. У режимі SCAN натисніть кнопку MODE, щоб заблокувати поточну функцію. - Натисніть кнопку MODE і утримуйте протягом 2 секунд, щоб скинути всі значення функцій.

Включення та вимкнення

Включення:

- Дисплей відобразить всі сегменти у супроводі звукового сигналу, як зазначено на Малюнку А.



Мал. А

Вимкнення:

- Якщо протягом 4 секунд до комп'ютера не поступає сигналу, дисплей увійде у сплячий режим (SLEEP).

КОРИСТУВАННЯ КОМП'ЮТЕРОМ:

1. Після увімкнення живлення дисплея (або після натискання MODE чи RESET і утримання протягом 3 секунд), дисплей відобразить всі сегменти у супроводі звукового сигналу протягом однієї секунди та перейде в режим SCAN, як показано на Малюнку В.
2. Коли будь-який сигнал потрапить до комп'ютера, почнеться відлік TMR, DST та CAL, як показано на Малюнку С.
3. Якщо протягом 4 секунд до комп'ютера не поступає сигналу, дисплей увійде у сплячий режим (SLEEP).



Мал. В



Мал. С

Усунення несправностей:

- Якщо зображення на дисплеї тьмянішає, це означає, що потрібно замінити батарейки.
- Якщо під час руху педалей немає сигналу, перевірте, чи правильно підключений дріт.

ПРИМІТКА:

1. Через 4 хвилини після припинення тренування дисплей автоматично відключиться.
2. Якщо на дисплеї відображаються нерозбірливі символи, витягніть батарейки, повторно встановіть їх та знов увімкніть дисплей.
3. Тип батарейок: 1.5V UM-3 або AA (2 шт).