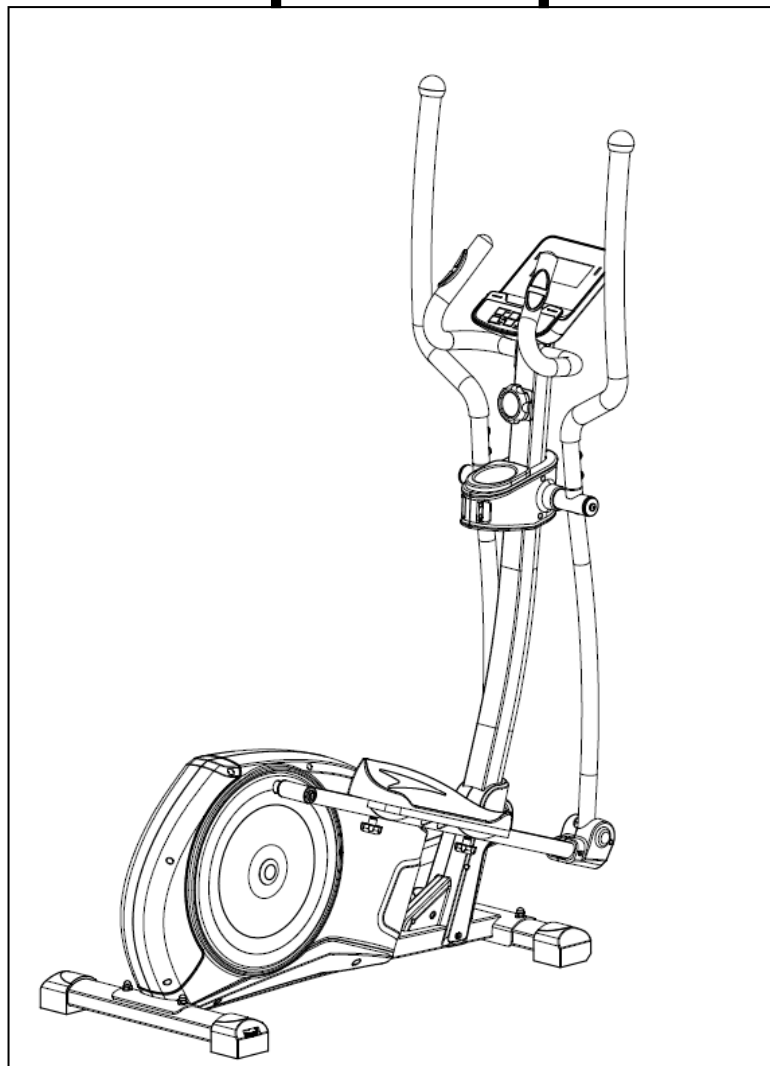


ПОСІБНИК КОРИСТУВАЧА

HB-8328EL

Магнітний 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

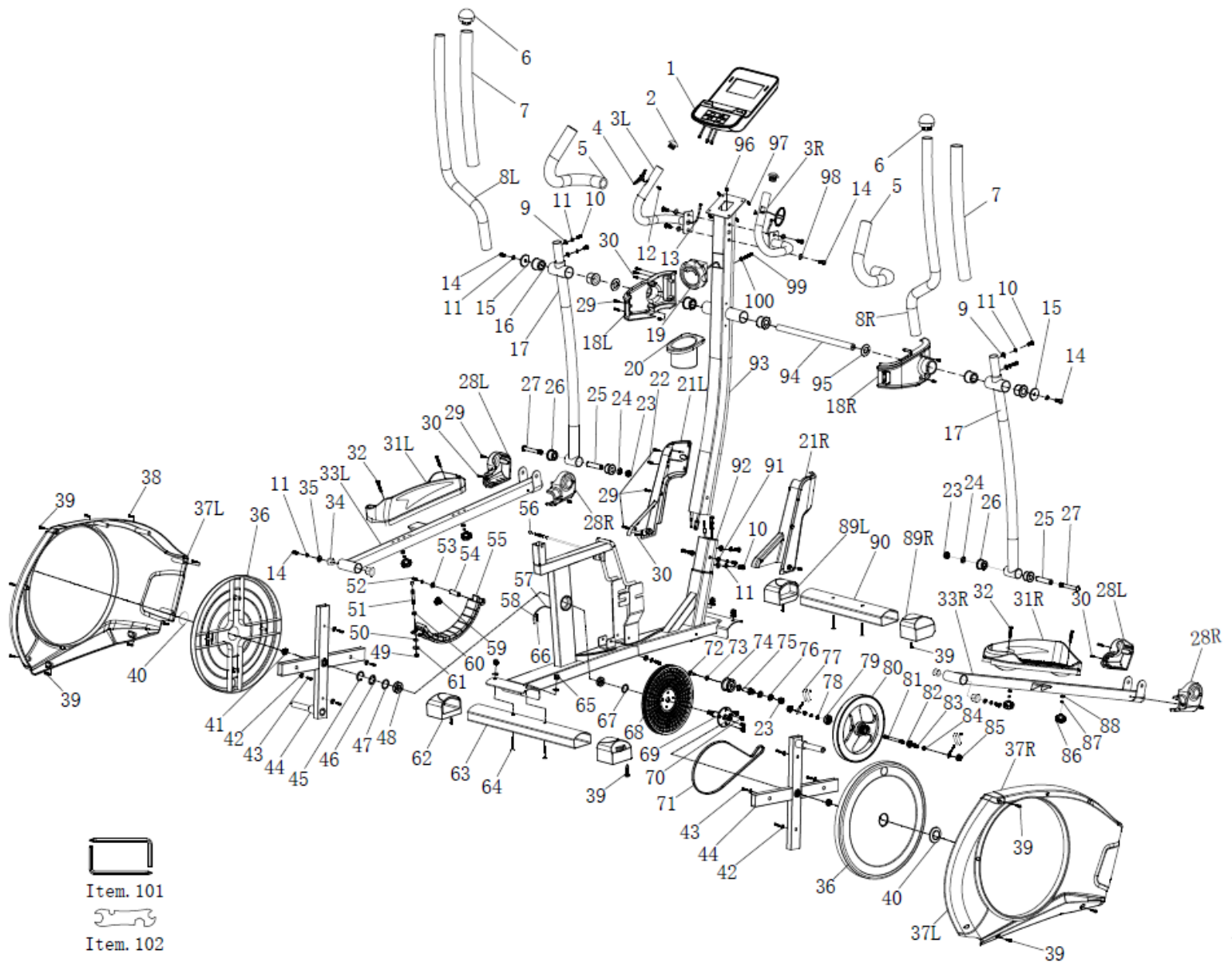
Перш ніж розпочати тренування на домашньому еліптичному тренажері, уважно прочитайте інструкції. Обов'язково дотримуйтесь інструкцій щодо інформації на випадок ремонту й доставки запасних частин.

- ◆ Цей еліптичний тренажер призначений лише для домашнього використання і призначений на максимальну вагу людини 130 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.
- ◆ Повідомте 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 ТА НАДМІРНІ ТРЕНУВАННЯ МОЖУТЬ
СПРИЧИНИТИ ТРАВМИ ЗДОРОВ'Ю.**

- ◆ Дотримуйтесь 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	Комп'ютер	1
2	Заглушка рукоятки	2
3L	Ліва рукоятка	1
3R	Права рукоятка	1
4	Пластина пульсового датчика	2
5	М'яке покриття рукоятки	2
6	Заглушка	2
7	М'яке покриття верхньої рукоятки	2
8L	Верхня рукоятка (ліва)	1
8R	Верхня рукоятка (права)	1
9	Вигнута шайба	6
10	Болт із внутрішнім шестигранником	8
11	Пружинна шайба	12
12	Саморіз	2
13	Дріт пульсового датчика	2
14	Болт із внутрішнім шестигранником	8
15	Шайба	2
16	Втулка	6
17	Нижня рукоятка	2
18L	Кріплення для пляшки (ліве)	1
18R	Кріплення для пляшки (праве)	1
19	Верхній натяжний трос	1
20	Підставка для пляшки	1
21L	Передній пластиковий кожух (лівий)	1
21R	Передній пластиковий кожух (правий)	1
22	Саморіз	1
23	Гайка	3
24	Шайба	2
25	Трубка	2

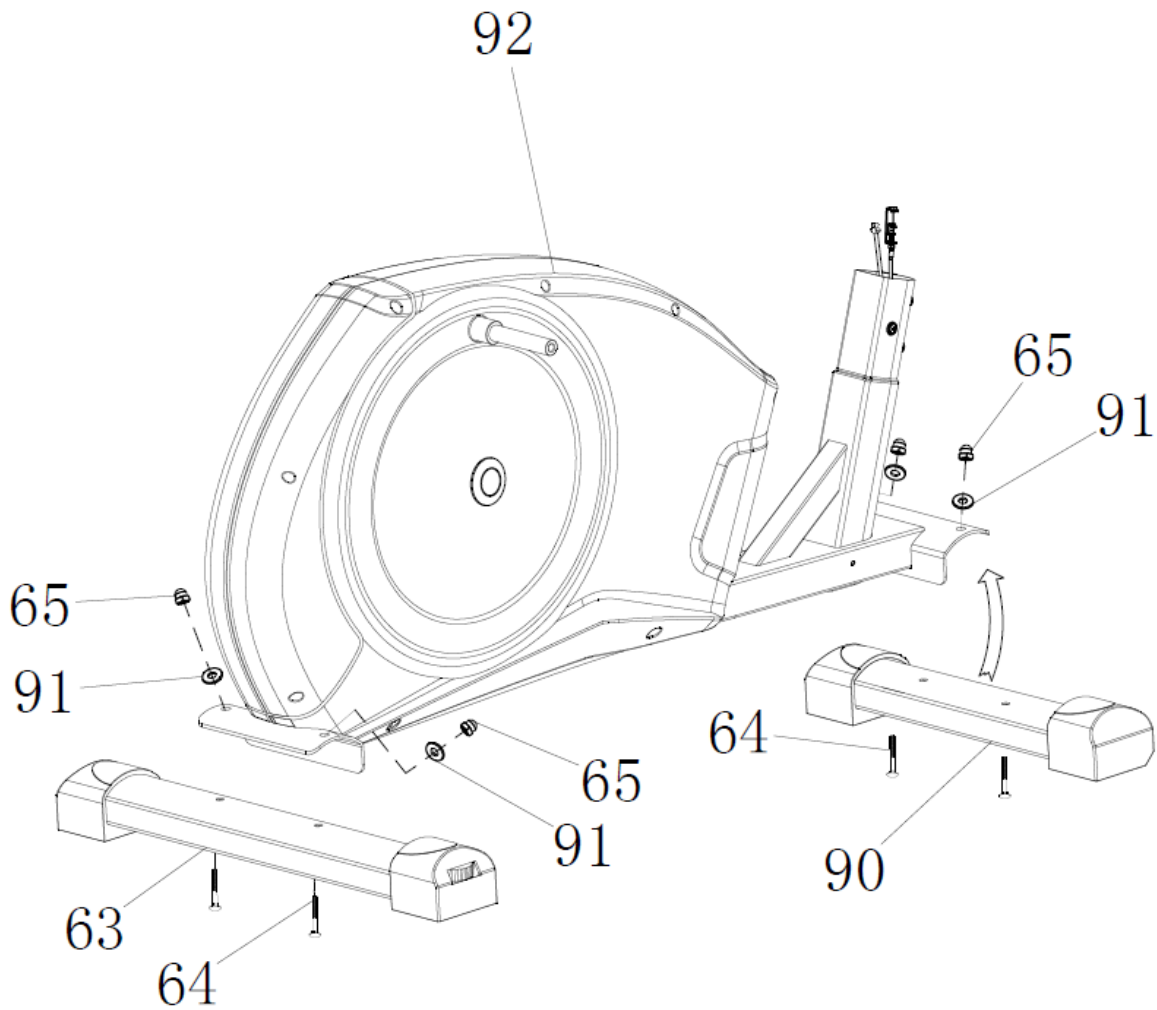
26	Втулка	4
27	Болт із внутрішнім шестигранником	2
28L	Пластиковий кожух (лівий)	2
28R	Пластиковий кожух (правий)	2
29	Саморіз	9
30	Шуруп	10
31L	Педаль (ліва)	1
31R	Педаль (права)	1
32	Вагонний болт	4
33L	Планка педалі (ліва)	1
33R	Планка педалі (права)	1
34	Втулка	4
35	Шайба	2
36	Круглий кожух	2
37L	Кожух ланцюга (лівий)	1
37R	Кожух ланцюга (правий)	1
38	Саморіз	6
39	Шуруп	10
40	Декоративний елемент круглого кожуху	2
41	Фланцева гайка	2
42	Шайба	8
43	Шуруп	8
44	Кривошип	2
45	Розрізна шайба	1
46	Вигнута шайба	1
47	Шайба	1
48	Підшипник	2
49	Гайка	2
50	Пластикова шайба	1
51	Шуруп з двома голівками	1
52	Шуруп з шестигранною голівкою	2
53	Шайба	2
54	Вісь	1
55	Магнітний вузол	1

56	Нижній натяжний трос	1
57	Дріт датчика	1
58	Датчик	1
59	Конічна пружина	1
60	Шестигранна гайка	1
61	Шайба	1
62	Задня заглушка	2
63	Планка задньої опори	1
64	Вагонний болт	4
65	Гайка	4
66	Шуруп	1
67	Шайба	2
68	Пасове колесо	1
69	Вісь педалі	1
70	Болт із внутрішнім шестигранником	4
71	Пас	1
72	Шуруп	1
73	Шайба	1
74	Натяжний ролик	1
75	Неповідна вісь	1
76	Шайба	2
77	Вузол регулювання пасу	2
78	Вигнута шайба	2
79	Підшипник	1
80	Крутенева колесо	1
81	Вісь крутеневого колеса	1
82	Підшипник	1
83	Розрізна шайба	2
84	Шестигранна гайка	2
85	Фланцева гайка	2
86	Ручка-регулятор	4
87	Пружинна шайба	6
88	Шайба	4
89L	Передня заглушка (права)	1

89R	Передня заглушка (ліва)	1
90	Планка передньої опори	1
91	Шайба	6
92	Основна рама	1
93	Центральний стояк	1
94	Обертний стрижень	1
95	Шайба	2
96	Верхній дріт комп'ютера	1
97	Шуруп	4
98	Шайба	4
99	Шуруп	1
100	Вигнута шайба	1
101	Торцевий ключ	2
102	Комбінований гайковий ключ	1

ІНСТРУКЦІЯ ЩОДО СКЛАДАННЯ

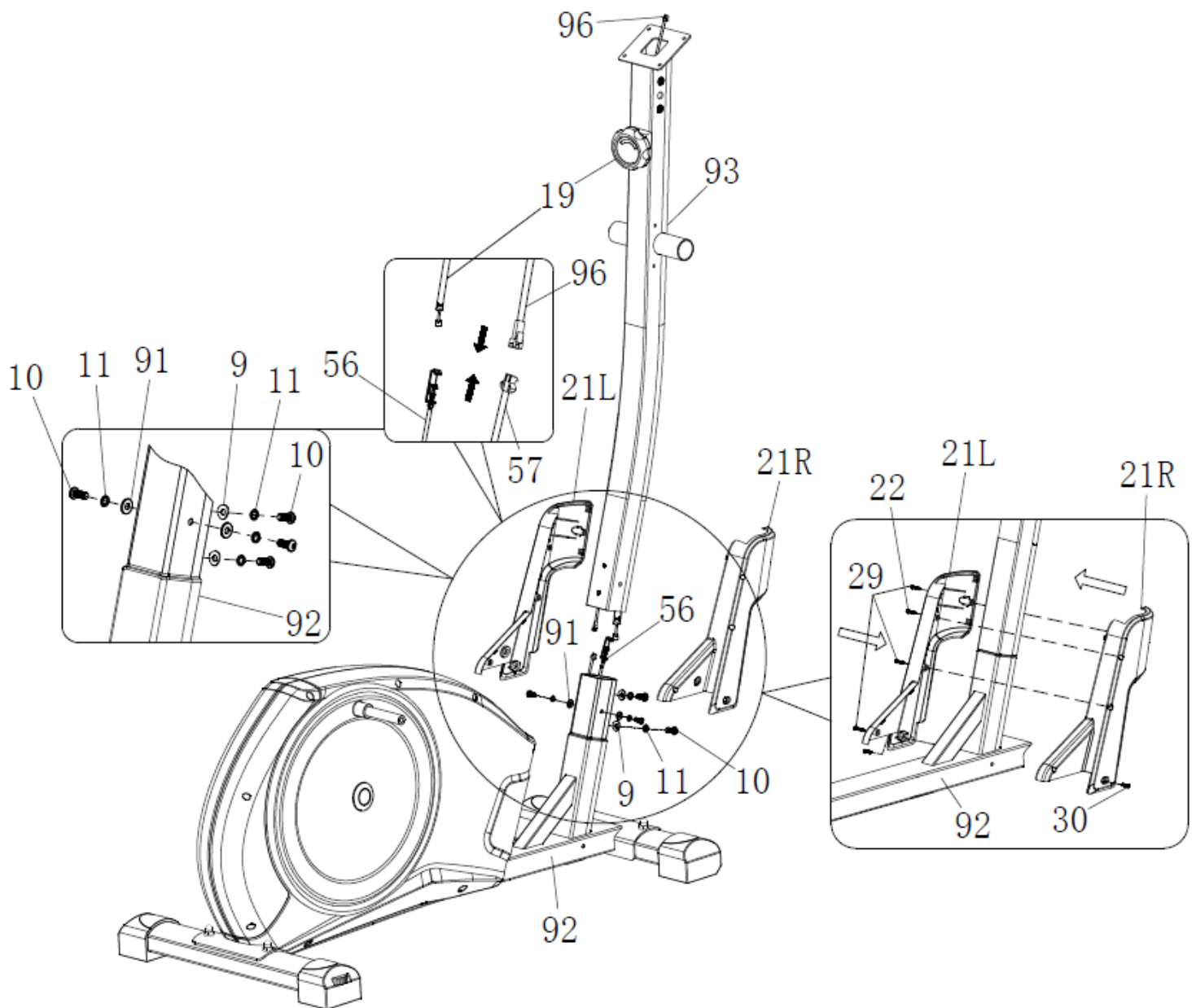
КРОК 1



Прикріпіть передню опору (90) до основної рами (92) за допомогою вагонного болта (64), гайки (65) та шайби (91).

Прикріпіть задню опору (63) до основної рами (92) за допомогою вагонного болта (64), гайки (65) та шайби (91).

КРОК 2

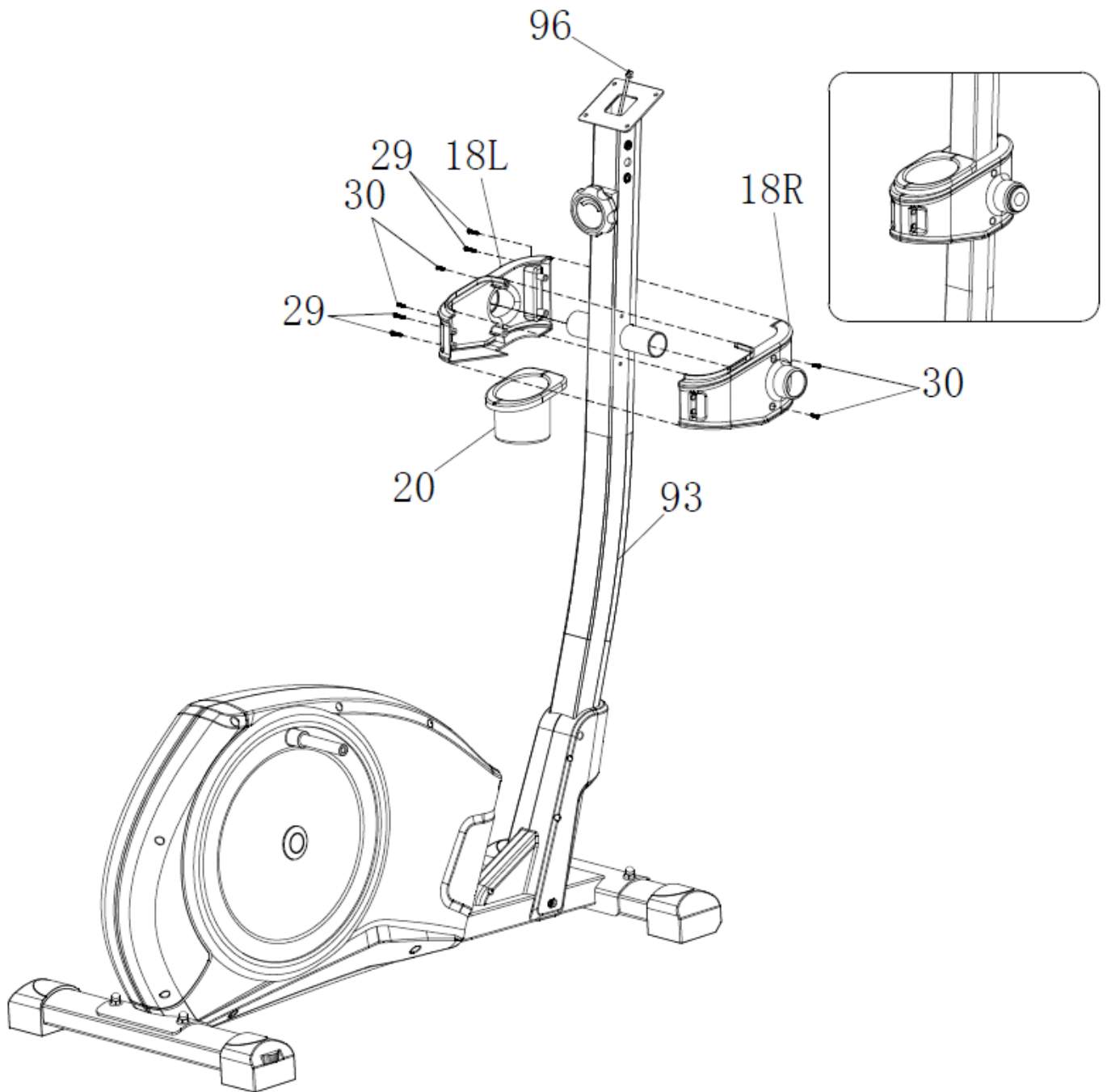


Обережно підніміть центральний стояк (93) до вертикального положення, потім з'єднайте верхній натяжний трос (19) та нижній натяжний трос (56), з'єднайте верхній комп'ютерний дрiт (96) та нижній комп'ютерний дрiт (57).

Прикріпіть центральний стояк (93) до основної рами (92) за допомогою болтів із внутрішнім шестигранником (10), пружинних шайб (11), вигнутих шайб М8 (9) та плоских шайб М8 (91).

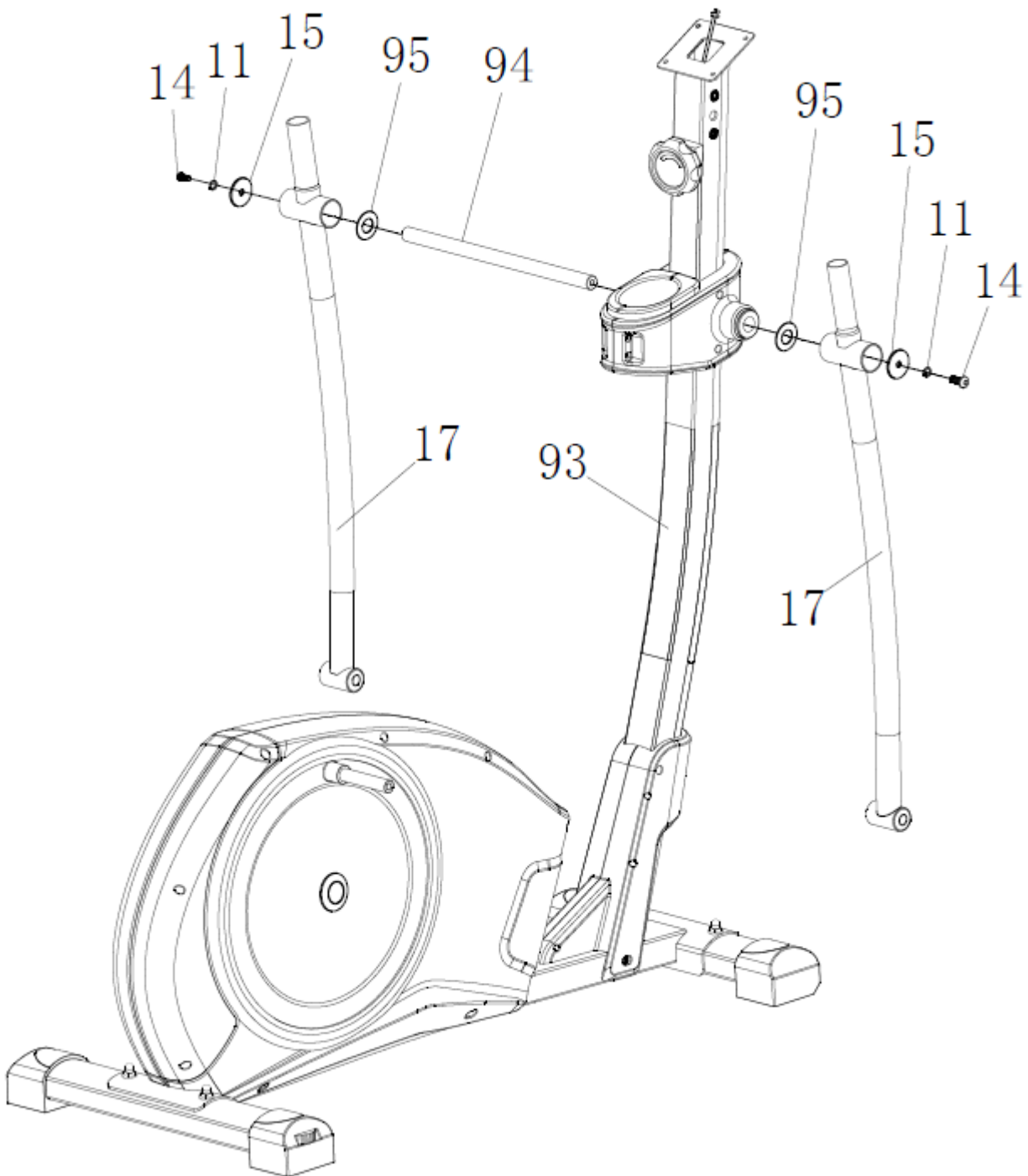
Прикріпіть передній пластиковий кожух (лівий) (21L) та передній пластиковий кожух (правий) (21R) до основної рами (92) за допомогою шурупа (22) і шурупа (29).

КРОК 3



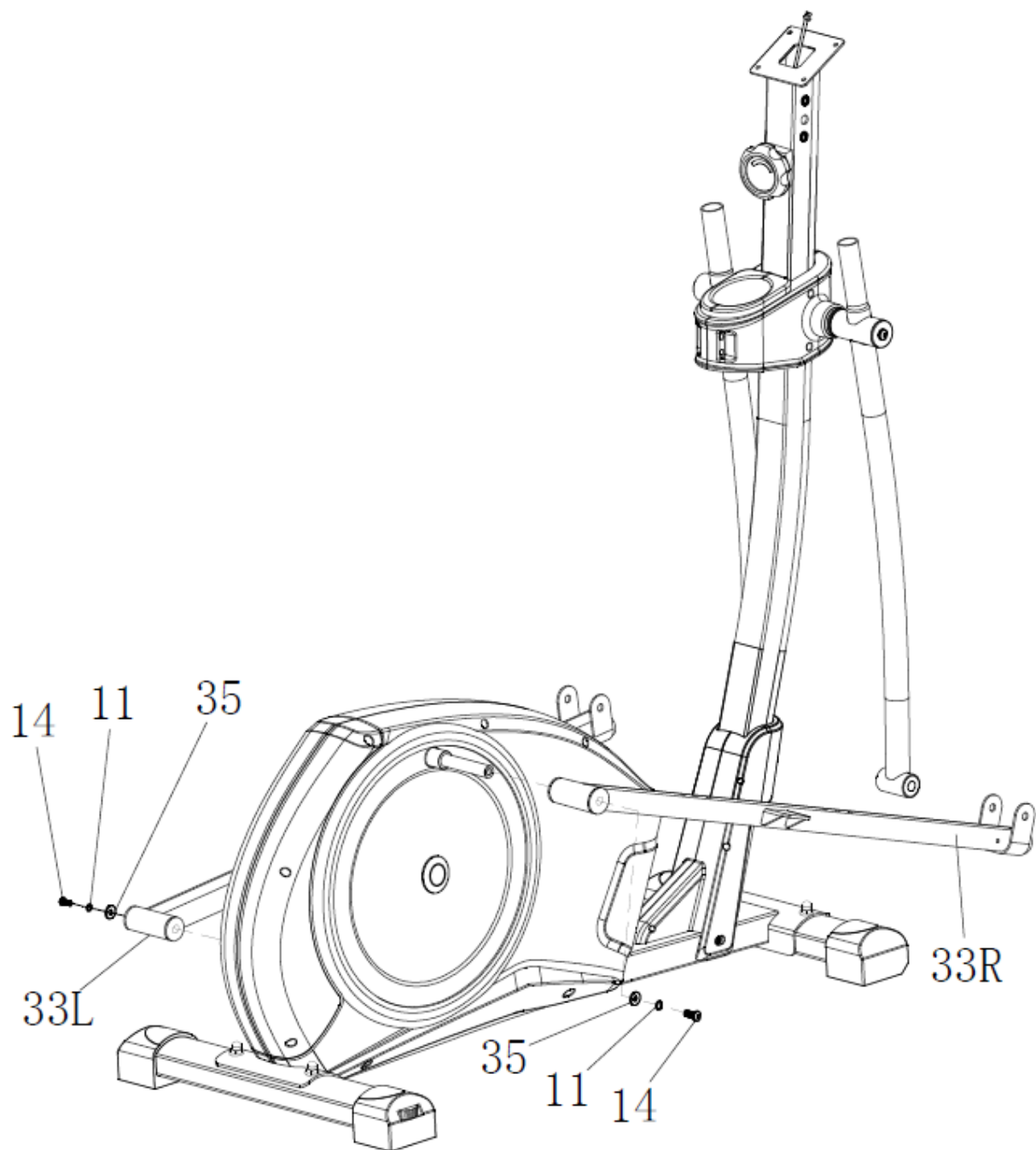
Прикріпіть кріплення для пляшки (ліве) (18L), кріплення для пляшки (праве) (18R) та підставку для пляшки (20) до центрального стояка (93) за допомогою саморіза (29) та шурупа (30).

КРОК 4



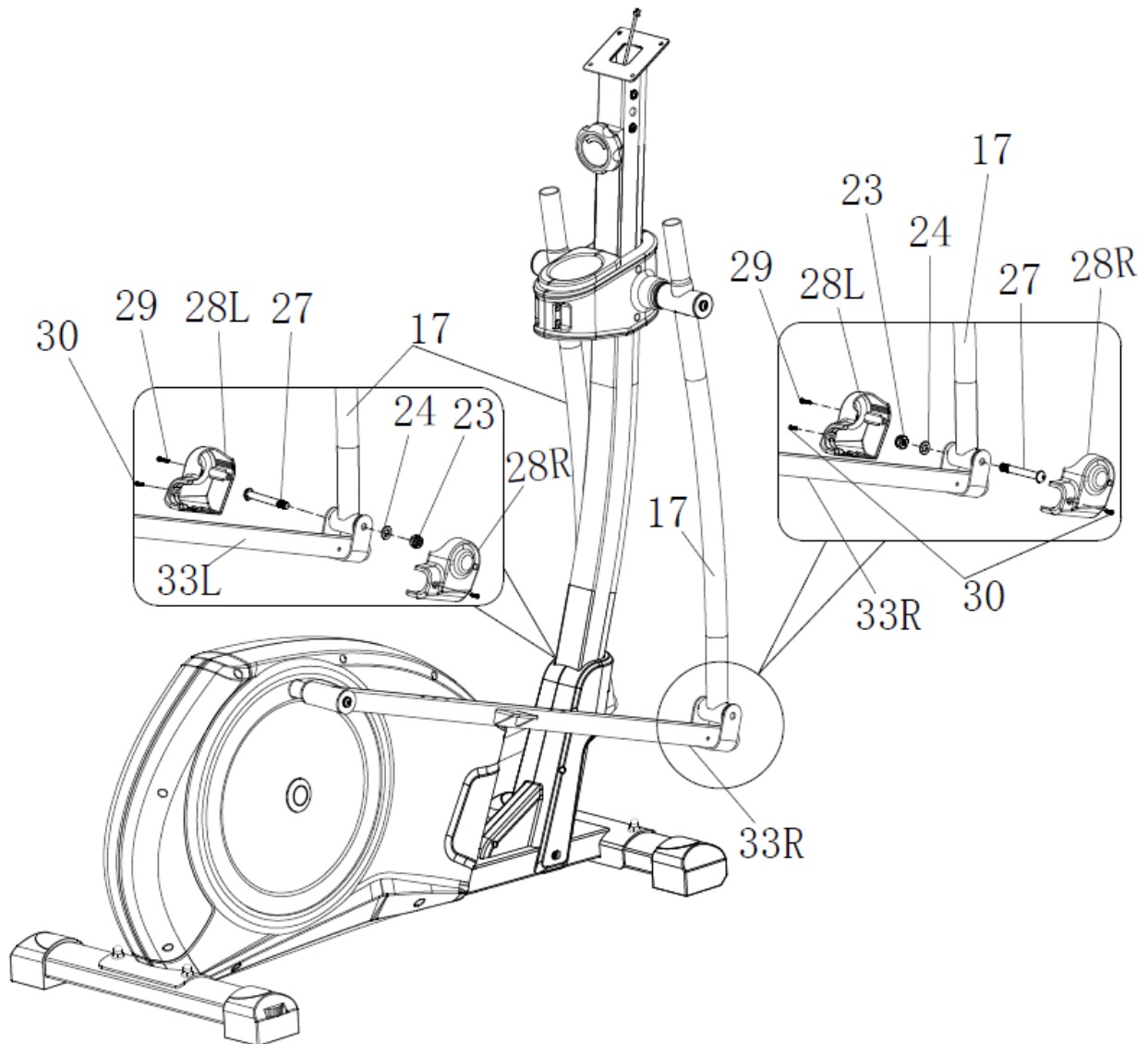
Вставте обертовий стрижень (94) у центральний Стояк (93). Надіньте ліву і праву нижні рукоятки (17) на обертовий стрижень (94) та закріпіть за допомогою шайби (95), шайби (15), пружинної шайби (11), болта із внутрішнім шестигранником (14) з кожного боку.

КРОК 5



Прикріпіть планки педалей (33L та 33R), надівши їх на основну раму, і закріпіть за допомогою болта із внутрішнім шестигранником (14), пружинної шайби (11) і шайби (35) з кожного боку.

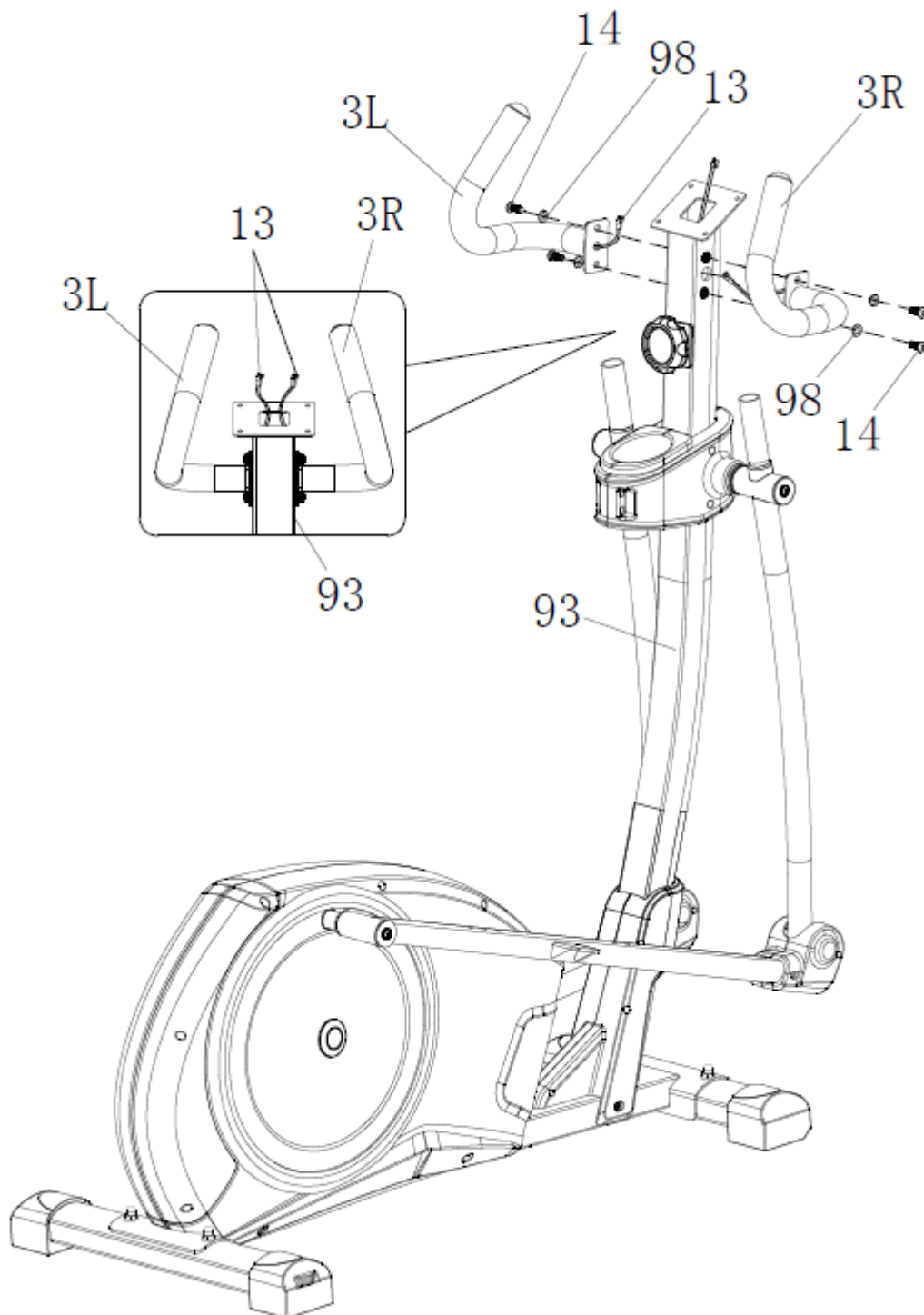
КРОК 6



Вирівняйте положення планок педалей (33L та 33R) по відношенню до нижніх рукояток (17) та скріпіть за допомогою болта із внутрішнім шестигранником (27), шайби (24) і гайки (23). Щільно закрутіть.

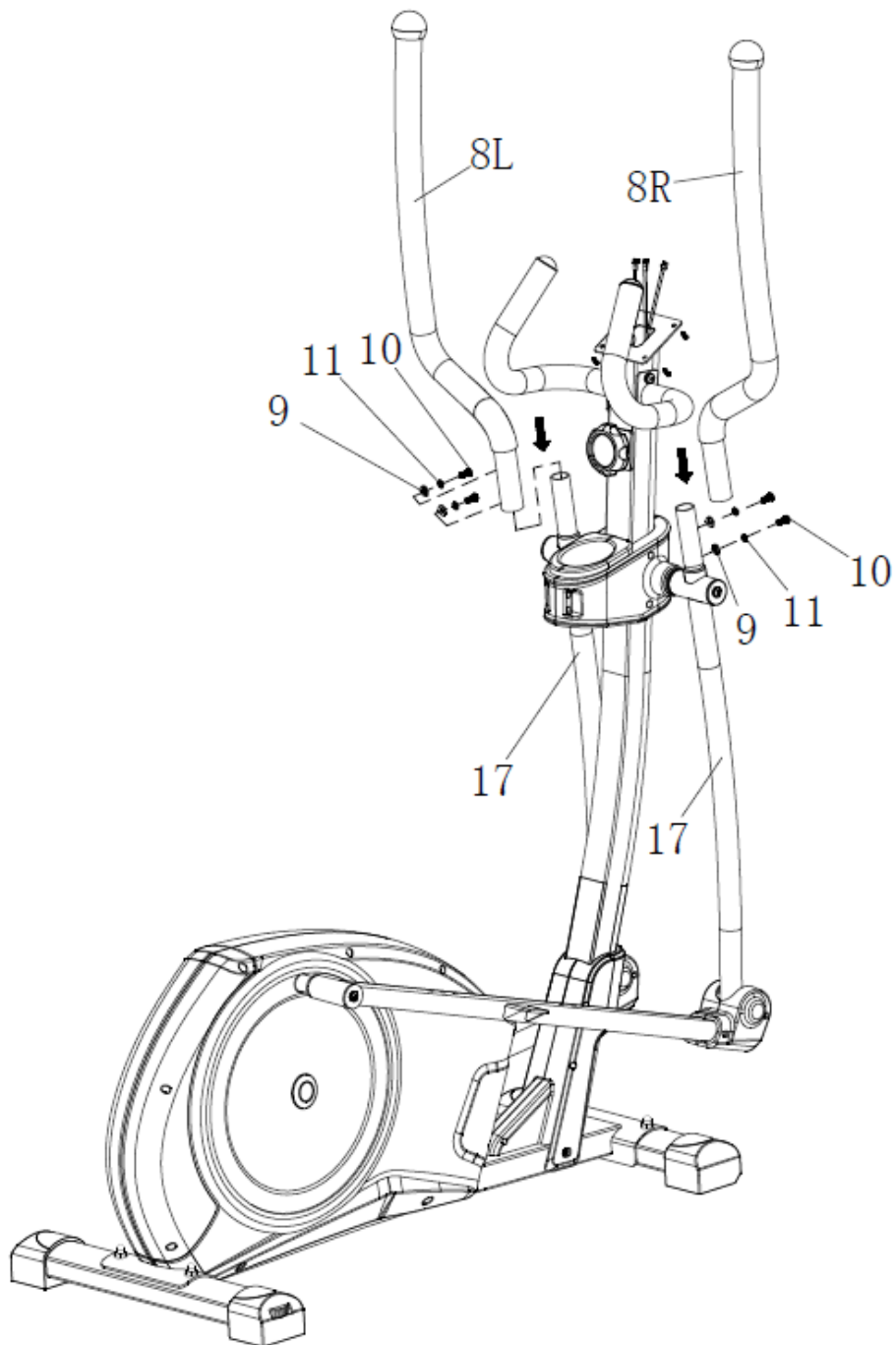
Прикріпіть пластикові кожухи (28L та 28R) до планок педалей (33L та 33R) за допомогою саморіза (29) і шурупа (30). Потім закрутіть всі шурупи.

КРОК 7



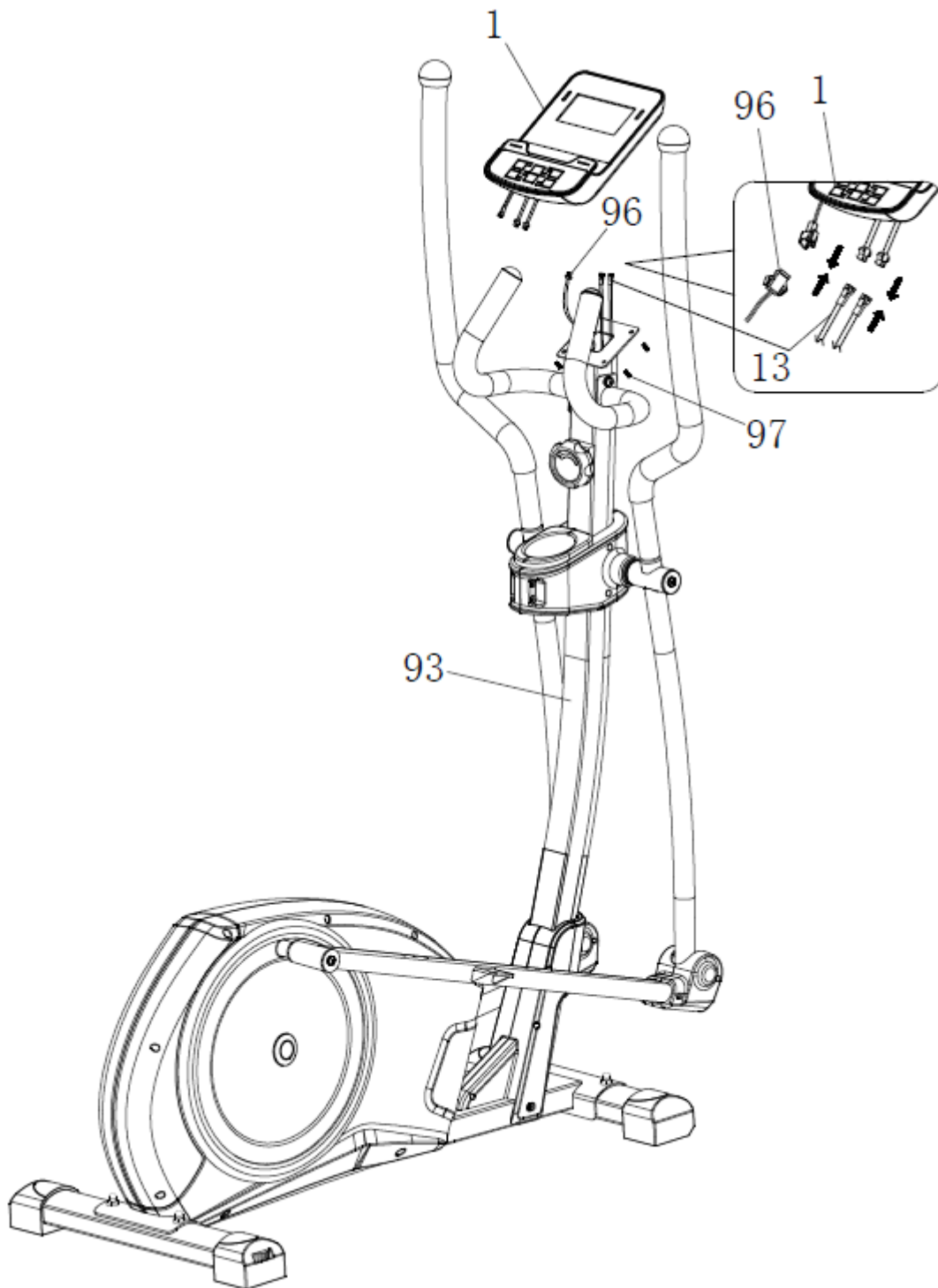
Прикріпіть ліву рукоятку (3L) та праву рукоятку (3R) до центрального стояка (93) за допомогою болта із внутрішнім шестигранником (14) та шайби (98). Перед цим протягніть дріт пульсового датчика (13) через отвір в центральному стояку. Потім витягніть дріт пульсового датчика (13) з центрального стояка, як показано на маленькому малюнку.

КРОК 8



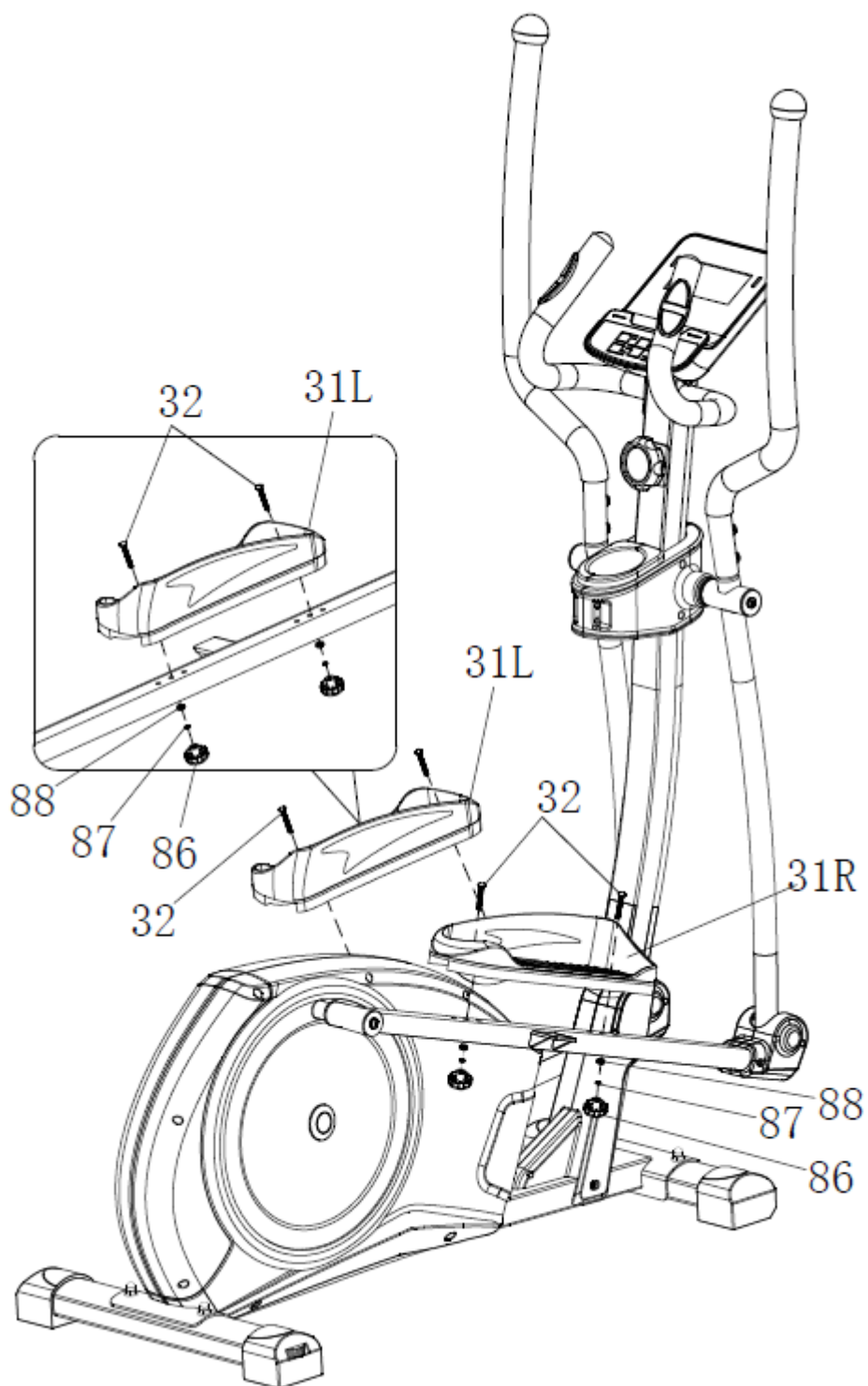
Прикріпіть верхні рукоятки (8L та 8R) до нижніх рукояток (17) зза допомогою болта із внутрішнім шестигранником (10), пружинної шайби (11) та вигнутої шайби (9).

КРОК 9



Викрутіть 4 шурупи (97) із задньої кришки комп'ютера (1). Приєднайте дріт пульсового датчика (13) і верхній комп'ютерний дріт (96) до комп'ютера (1). Встановіть комп'ютер (1) на кронштейн та закріпіть за допомогою 4-х шурупів, які ви викрутили раніше.

КРОК 10



Прикріпіть педалі (31L та 31R) до планок педалей (38L та 38R) за допомогою вагонного болта (32), шайби (88), пружинної шайби (87) і ручки-регулятора (86), щільно закрутіть.

ІНСТРУКЦІЯ ДО КОМП'ЮТЕРА



ХАРАКТЕРИСТИКИ:

TIME (ЧАС)	00:00-99:59
SPEED (SPD) (ШВИДКІСТЬ).....	0-99.9 км/год (миль/год)
DISTANCE (ДИСТАНЦІЯ).....	0.00-9999 км (миль)
CALORIES (КАЛОРІЇ).....	0.0-9999 кКал
ODOMETER (ODO) (ОДОМЕТР)	0.0-9999 км (миль)
PULSE (PUL) (ПУЛЬС)	40~240 уд/хв

ФУНКЦІЇ КНОПОК:

MODE (РЕЖИМ): Ця кнопка дозволяє обрати і зафіксувати необхідну функцію.

SET (НАЛАШТУВАННЯ): Дозволяє налаштувати значення часу (TIME), дистанції (DISTANCE), калорій (CALORIES), пульсу (PULSE).

CLEAR (RESET) (СКИДАННЯ): Кнопка дозволяє скинути значення до нуля при її натисканні.

ON/OFF (START/STOP) (ВВІМКНЕННЯ / ВИМИКАННЯ, СТАРТ / СТОП): Кнопка дозволяє увімкнути та відключити комп'ютер.

КОРИСТУВАННЯ КОМП'ЮТЕРОМ:

1. AUTO ON/OFF (АВТОМАТИЧНЕ ВВІМКНЕННЯ/ВИМИКАННЯ)

- ◆ Комп'ютер вмикається при натисканні будь-якої кнопки або коли датчик отримує сигнал про рух тренажера.
- ◆ Комп'ютер автоматично вимикається, коли датчик не отримує сигнал про рух тренажера або якщо не натискати кнопки протягом 4-х хвилин.

2. RESET (СКИДАННЯ)

Дані комп'ютера можна скинути або вийнявши батарейки, або натиснувши і утримуючи кнопку MODE протягом 3-х секунд.

3. MODE (РЕЖИМ)

Для вибору режиму SCAN, або щоб зафіксувати функцію на дисплеї (LOCK), якщо вам зараз не потрібний режим сканування (SCAN), натисніть кнопку MODE, коли на дисплеї блимає потрібна вам функція.

ФУНКЦІЇ:

- 1. TIME (ЧАС):** Натискайте кнопку MODE, доки на дисплеї не з'явиться «TIME». Відображається загальний час тренування.
- 2. ШВИДКІСТЬ:** Натискайте кнопку MODE, доки на дисплеї не з'явиться «SPEED». Відображається поточна швидкість.
- 2. ДИСТАНЦІЯ:** Натискайте кнопку MODE, доки на дисплеї не з'явиться «DISTANCE». Відображається пройдена на тренуванні дистанція.
- 4. КАЛОРІЇ:** Натискайте кнопку MODE, доки на дисплеї не з'явиться «CALORIE». Відображаються калорії, спожиті під час тренування.
- 5. ОДОМЕТР (якщо є):** Натискайте кнопку MODE, доки на дисплеї не з'явиться «ODOMETER». Відображається загальна дистанція за всі тренування.
- 6. ПУЛЬС (якщо є):** Натискайте кнопку MODE, доки на дисплеї не з'явиться «PULSE». Відображається поточний пульс в ударах на хвилину. Щоб виміряти пульс та отримати достатньо точні дані, візьміться обома руками за пластини пульсового датчика (або прикріпіть вушну кліпсу до вуха) та потримайте протягом 30 секунд.

SCAN (СКАНУВАННЯ): Дисплей автоматично змінюється кожні 4 секунди.

БАТАРЕЙКИ: Якщо на дисплеї відображаються нерозбірливі символи, витягніть батарейки, повторно встановіть їх та знов увімкніть дисплей.