



Мини велотренажёр

Артикул: В1.12

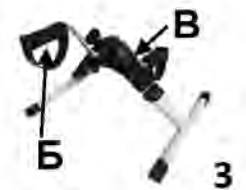
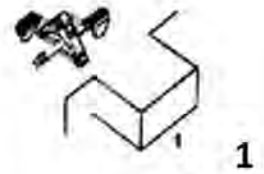
РУКОВОДСТВО ПО СБОРКЕ



Мини велотренажёры – одна из разновидностей велотренажёров, которые благодаря своей компактной конструкции не занимают много места. Это упрощает хранение тренажёра и позволяет брать его с собой при необходимости. Занятия на мини велотренажёре способствуют улучшению кровообращения и увеличению мышечной силы – такие нагрузки полезны для сердечно-сосудистой системы. Вы можете заниматься на тренажёре в положении сидя или лежа, а также с упором на руки.

Инструкции по использованию мини велотренажёра

1. Достаньте тренажёр из коробки. Будьте осторожны, чтобы не повредить его. См. рис. 1.
2. Поставьте тренажёр на ровную поверхность, затем установите ручку А таким образом, как показано на рис. 2.
3. Отрегулируйте сопротивление педалей велотренажёра с помощью ручки А. Для увеличения сопротивления поверните ручку влево, для уменьшения – вправо. Подсоедините к тренажёру педали (Б) и включите счётчик (В). Теперь Вы можете начать тренировку. См. рис. 3.
4. Для удобного хранения тренажёра потяните на себя штифт (Г) и сложите велотренажёр. См. рис. 4 и 5.
5. Примечание: (1) Перед использованием тренажёра убедитесь, что оборудование устойчиво, и педали установлены на одном уровне.
(2) Рекомендуется начать тренировку с минимального сопротивления, а затем во время тренировки постепенно его увеличивать (при необходимости).



РУКОВОДСТВО ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ КОНСОЛИ

ПОКАЗАТЕЛИ:

ВРЕМЯ ----- 00:00 ~ 99:59 МИН
КОЛ-ВО ШАГОВ ----- 0 ~ 9999
КОЛ-ВО ШАГОВ В МИНУТУ ----- 0 ~ 9999
КАЛОРИИ ----- 0 ~ 9999 КАЛ

ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ КНОПКИ:

РЕЖИМ (MODE): Используется для просмотра любого из показателей тренировки, удерживайте кнопку в течение 4 секунд, чтобы сбросить все показатели.

ПРОЦЕСС УПРАВЛЕНИЯ:

ВКЛ/ВЫКЛ (AUTO ON/OFF): Чтобы включить тренажёр, нажмите на любую кнопку консоли или просто начните крутить педали – на консоль поступит сигнал от датчика скорости, и система включится. Если тренажёр не используется более 4-х минут, консоль автоматически выключится.

ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ:

Время: Нажимайте кнопку РЕЖИМ (MODE) до тех пор, пока значок '▶' не будет указывать на параметр ВРЕМЯ (TIME). Как только Вы начнёте крутить педали, и на дисплей поступит сигнал от датчиков скорости, начнётся автоматический отсчёт продолжительности тренировки.

Количество шагов: Когда значок '▶' указывает на параметр КОЛ-ВО ШАГОВ (COUNT), на дисплее будет отображаться количество шагов, которые Вы сделаете во время тренировки. Отсчёт начнётся с того момента, как Вы начнёте крутить педали.

Количество шагов в минуту: Когда значок '◀' указывает на параметр КОЛ-ВО ШАГОВ В МИНУТУ (REPS/MIN), на дисплее будут отображаться информация о том, сколько шагов в минуту Вы делаете во время тренировки. Данная информация появится на дисплее только после того, как Вы начнёте крутить педали.

Калории: Когда значок '◀' указывает на параметр КАЛОРИИ (CAL), на дисплее будет отображаться кол-во калорий, которые Вы сжигаете во время тренировки. Отсчёт начнётся с того момента, как Вы начнёте крутить педали.

Сканирование: Когда значок '▶' указывает на СКАНИРОВАНИЕ, на дисплее автоматически будут отображаться показатели тренировки в следующем порядке:

ВРЕМЯ ----- КОЛ-ВО ШАГОВ----- КОЛ-ВО ШАГОВ В МИНУТУ ----- КАЛОРИИ

ПРИМЕЧАНИЕ:

1. Если дисплей консоли отображает данные некорректно, извлеките батарейки из устройства, а затем установите их заново.
2. Для работы консоли требуются следующие батарейки: 1.5V AG13 (1шт)