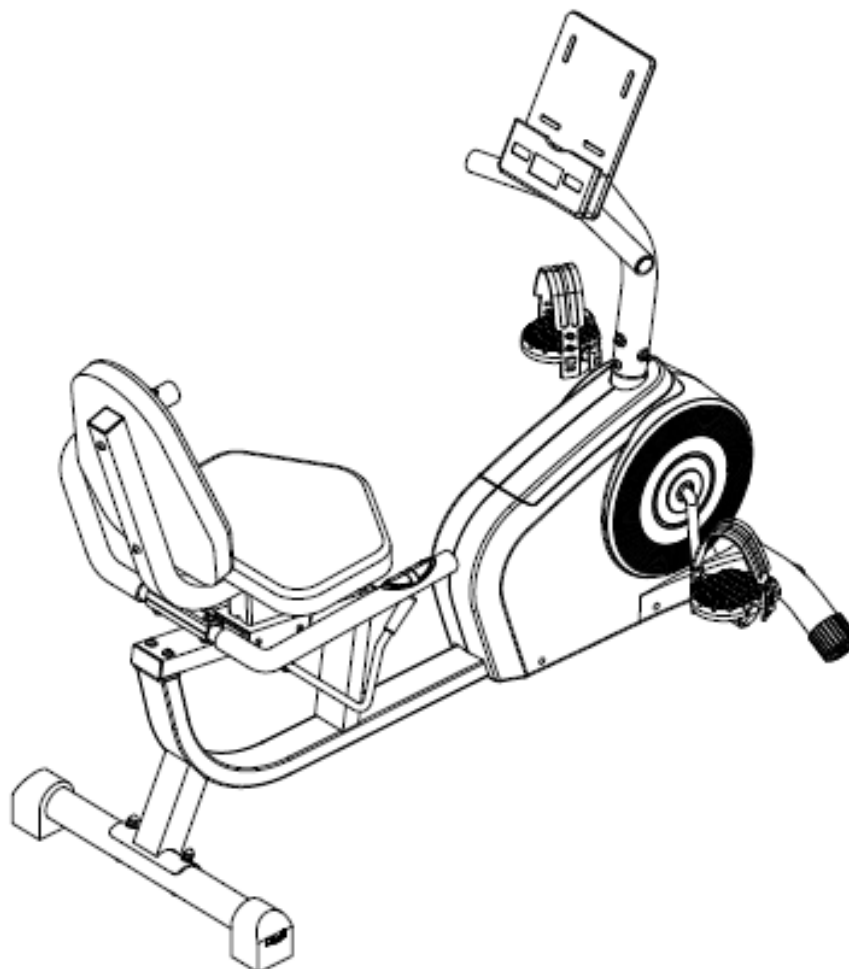




ВЕЛОТРЕНАЖЁР

Артикул: В5076Р

РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ



СОДЕРЖАНИЕ

СОДЕРЖАНИЕ	2	ИНСТРУКЦИИ ПО СБОРКЕ	12-15
ИНСТРУКЦИИ ПО БЕЗОПАСНОСТИ	3-4	РЕГУЛИРОВКА СИДЕНЬЯ	16
СБОРОЧНЫЙ ЧЕРТЁЖ	5	ПЕРЕМЕЩЕНИЕ ТРЕНАЖЁРА	16
СПЕЦИФИКАЦИЯ	6-8	РЕГУЛИРОВКА УСТОЙЧИВОСТИ	17
СОСТАВНЫЕ ЧАСТИ ТРЕНАЖЁРА	9		
ПЕРЕЧЕНЬ КРЕПЁЖНЫХ ДЕТАЛЕЙ	10-11		

ИНСТРУКЦИИ ПО БЕЗОПАСНОСТИ

Благодарим Вас за выбор нашего продукта. Для обеспечения Вашей безопасности соблюдайте меры предосторожности. Перед сборкой и эксплуатацией тренажёра ознакомьтесь со всеми инструкциями в данном руководстве. Для безопасной и эффективной работы с тренажёром убедитесь, что оборудование правильно собрано и используется должным образом. Немаловажным фактором является и своевременное техническое обслуживание тренажёра. Проконтролируйте, чтобы все пользователи оборудования были проинформированы обо всех предупреждениях и мерах предосторожности.

1. Перед началом работы с тренажёром проконсультируйтесь со своим врачом, чтобы определить, есть ли у Вас какие-либо медицинские или физические противопоказания, которые могут поставить под угрозу Ваше здоровье и безопасность, или препятствовать правильному использованию оборудования. Обязательно обратитесь к врачу за рекомендациями, если Вы принимаете лекарства, которые могут повлиять на Ваш пульс, кровяное давление или уровень холестерина.

2. Чрезмерная нагрузка или неправильная работа с тренажёром может нанести вред Вашему здоровью. Если во время тренировки Вы почувствуете головокружение, слабость или обнаружите у себя какие-либо другие болезненные симптомы, немедленно прекратите тренировку и обратитесь к врачу.

3. Не подпускайте к тренажёру детей и питомцев. Оборудование предназначено исключительно для взрослых.

4. Используйте тренажёр на твёрдой ровной поверхности. Положите под тренажёр специализированное покрытие для защиты пола от загрязнений и любых других повреждений. Для обеспечения безопасности, вокруг оборудования должно находиться не менее 120 см свободного пространства.

5. Перед первым запуском тренажёра проверьте все винты, гайки и другие соединения. Убедитесь, что тренажёр установлен в безопасном положении. Для поддержания должного уровня безопасности оборудования, регулярно проводите осмотр тренажёра на предмет повреждений и износа.

6. Для правильной работы тренажёра регулярно смазывайте его движущиеся части. Рекомендуется наносить смазку один раз в месяц.

7. Если при сборке или проверке оборудования Вами были обнаружены неисправные компоненты, или вы услышали необычные шумы от оборудования во время использования, немедленно прекратите работу с тренажёром и сообщите вашему представителю о необходимости ремонта.

8. При использовании оборудования надевайте соответствующую спортивную одежду. Не рекомендуется надевать свободную одежду, которая может попасть в подвижные детали тренажёра или ограничить ваши движения.

9. Никогда не вставляйте посторонние предметы в движущиеся детали тренажёра.

10. Максимально допустимый вес пользователя – 130 кг.

11. Данный тренажёр не предназначен для терапевтических целей.

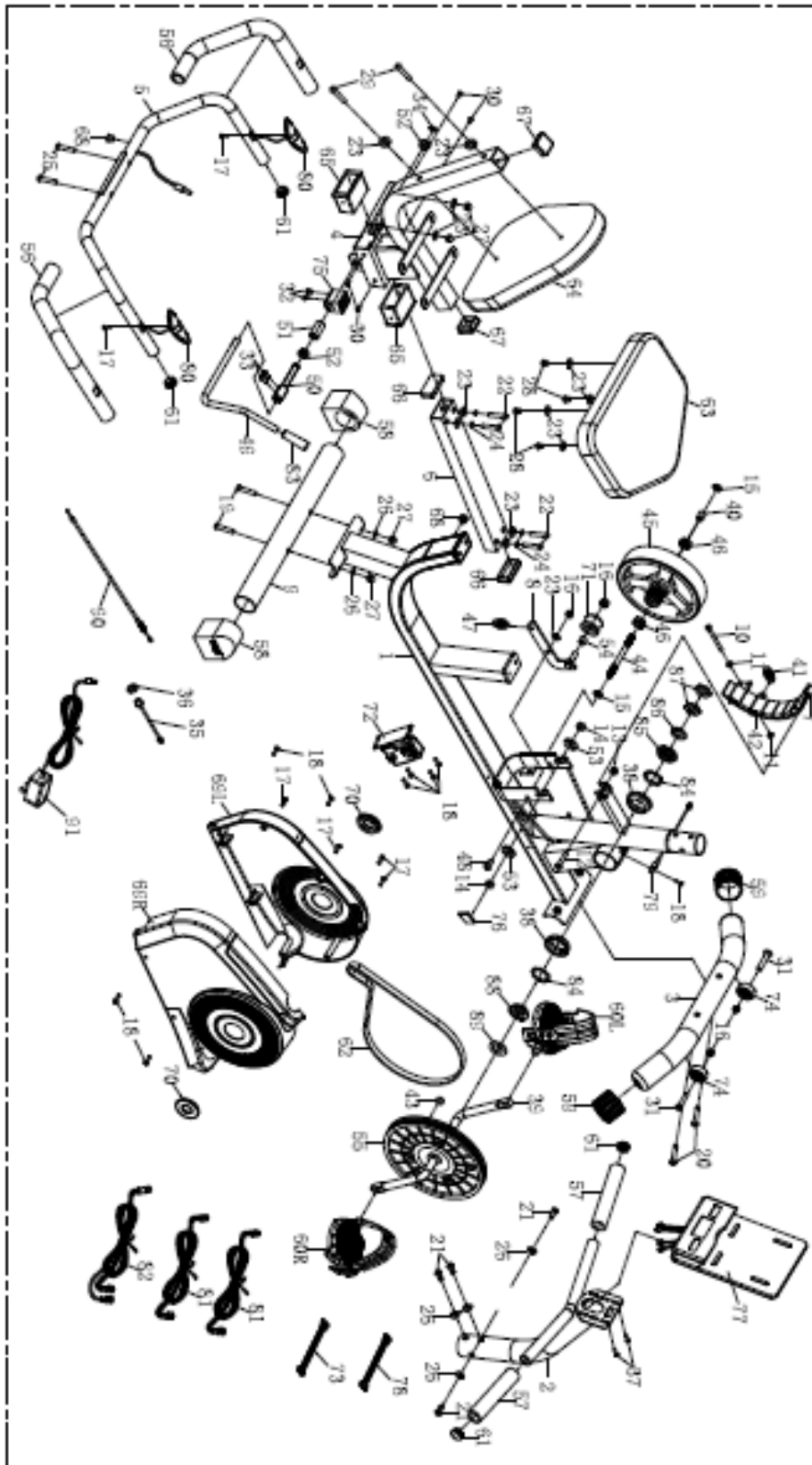
12. Будьте осторожны при подъёме и перемещении тренажёра. При необходимости обратитесь за помощью.

13. Храните оборудование в помещении, защищенном от влаги и пыли. Избегайте перегрев или переохлаждение тренажёра, а также сырости, которая может привести к коррозии и повреждению деталей.

14. Используйте тренажёр исключительно в личных целях!

ВНИМАНИЕ: ПЕРЕД ТЕМ, КАК ПРИСТУПИТЬ К ЛЮБОЙ ПРОГРАММЕ ТРЕНИРОВОК, ОБЯЗАТЕЛЬНО ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ. В ПЕРВУЮ ОЧЕРЕДЬ, ЭТО НЕОБХОДИМО ДЛЯ ПОЛЬЗОВАТЕЛЕЙ СТАРШЕ 35 ЛЕТ, А ТАКЖЕ ДЛЯ ТЕХ, У КОГО ЕСТЬ ПРОБЛЕМЫ СО ЗДОРОВЬЕМ. ИЗУЧИТЕ ВСЕ ИНСТРУКЦИИ И РЕКОМЕНДАЦИИ, ПРЕДСТАВЛЕННЫЕ В ДАННОМ РУКОВОДСТВЕ. СОХРАНИТЕ РУКОВОДСТВО ДЛЯ ДАЛЬНЕЙШЕГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ.

СБОРОЧНЫЙ ЧЕРТЁЖ



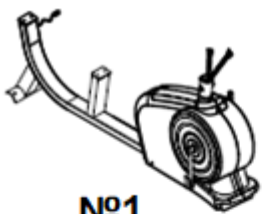


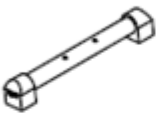


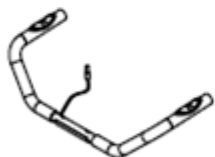



СПЕЦИФИКАЦИЯ

№	Наименование	Кол-во
1	Главная рама	1
2	Передняя стойка	1
3	Передний стабилизатор	1
4	Держатель сиденья	1
5	Поручень	1
6	Регулировочная трубка	1
7	Пластина магнита	1
8	Натяжной шкив	1
9	Задний стабилизатор	1
10	Шестигранный болт М6*70	1
11	Шестигранная гайка М6	2
12	Шестигранный болт М8*40	1
13	Гака с нейлоновой вставкой М8	1
14	Гайка М10*Н5	2
15	Гайка М10*Н4	2
16	Гайка с нейлоновой вставкой М10	4
17	Самонарезной винт ST4.2*20	6
18	Самонарезной винт ST4.2*50	9
19	Каретный болт М8*60	2
20	Болт с шестигранной головкой М8*55	2
21	Болт с шестигранной головкой М8*20	4
22	Болт М8*45	4
23	Плоская шайба 16*8.5	13
24	Пружинная шайба D8	4
25	Каретный болт М8*42	2
26	Изогнутая шайба 16*8.5	6
27	Глухая гайка М8	4
28	Болт с шестигранной головкой М8*16	4
29	Болт с шестигранной головкой М8*50	2
30	Винт М5*8	4
31	Болт с шестигранной головкой М8*38	2
32	Винт М5*15	2
33	Болт с шестигранной головкой М6*15	2
34	Пружинная шайба D12	1
35	Провод питания	1
36	Гайка	1
37	Крестовой винт М5*10	2
38	Защитная крышка Ø56*15.5	2
39	Кривошип	1
40	Распорная втулка Ф16*Ф10.2*17	1
41	Пружина Ф18×48	1
42	Магнит	9
43	Круглый магнит	1

44	Ось	1
45	Маховик	1
46	Подшипник 6000z	2
47	Пружина	1
48	Шестигранный болт М8*15	1
49	Фиксирующая рукоятка	1
50	Распределительный вал	1
51	Колесо	1
52	Распорная втулка	2
53	Шайба Ф30×2.0	2
54	Распорная втулка (для натяжного шкива)	1
55	Ремённый шкив	1
56	Поролоновая накладка для боковых рукояток	2
57	Поролоновая накладка для поручня	2
58	Заглушка для заднего стабилизатора	2
59	Заглушка для переднего стабилизатора	2
60	Педаль (левая/правая)	1
61	Заглушка для поручня	4
62	Ремень	1
63	Сиденье	1
64	Спинка	1
65	Муфта	2
66	Заглушка (для регулировочной трубки)	2
67	Заглушка (для держателя)	2
68	Изоляционная шайба	2
69	Защитная крышка цепи (левая/правая)	1
70	Защитная крышка кривошипа	2
71	Подшипник 6000	1
72	Двигатель	1
73	Провод консоли (нижний)	1
74	Колесо	2
75	Тормозное устройство	1
76	Шайба	1
77	Консоль	1
78	Провод консоли (верхний)	1
79	Провод датчика	1
80	Провод пульсометра (нижний)	2
81	Провод пульсометра (верхний)	2
82	Провод пульсометра (центральный)	2
83	Brake handlebar set	1
84	Шариковый подшипник	2
85	Гайка Ø46*12	1
86	Шайба Ø46*2	1
87	Шестигранная гайка 32*32*4	2
88	Гайка Ø46*12	1
89	Плоская шайба Ø40.5*3	1

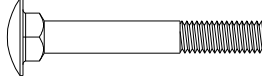

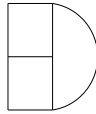
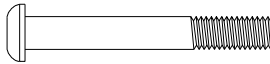

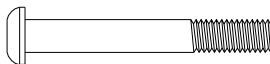

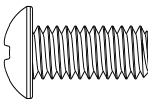
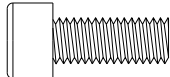
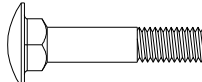
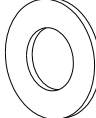
90	Провод двигателя	1
91	Адаптер	1
92	Шестигранный ключ	1
93	Рожковый ключ	1

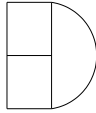
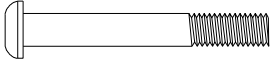
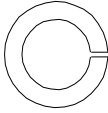
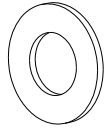
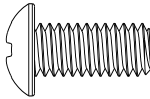


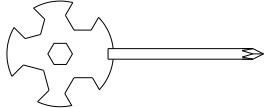
СОСТАВНЫЕ ЧАСТИ ТРЕНАЖЁРА

 №1	 №2	 №3
 №9	 №49	 №63
 №5	 №64	 №77
 №4/6		

№	НАИМЕНОВАНИЕ	КОЛ-ВО
1	Главная рама	1
2	Передняя стойка	1
3	Передний стабилизатор	1
4	Держатель сиденья	1
5	Поручень	1
6	Регулировочная трубка	1
9	Задний стабилизатор	1
49	Фиксирующая рукоятка	1
63	Сиденье	1
64	Спинка	1
77	Консоль	1
	Руководство пользователя	1
	Комплект крепёжных деталей	1

ПЕРЕЧЕНЬ КРЕПЁЖНЫХ ДЕТАЛЕЙ

№п/п	№детали	Наименование	Изображение	Кол-во
А	19	Каретный болт М8*60,		2
	26	Изогнутая шайба 16*8.5*1.5		2
	27	Глухая гайка М8		2
В	20	Болт с шестигранной головкой М8*55		2
С	23	Плоская шайба 16*8.5*1.5		2
	29	Болт с шестигранной головкой М8*50		2
D	23	Плоская шайба 16*8.5*1.5		4
	28	Крестовой винт М8*16		4
Е	33	Винт М6*15		2
F	25	Каретный болт М8*42		2
	23	Плоская шайба 16*8.5*1.5		2

	27	Глухая гайка М8		2
G	22	Болт с шестигранной головкой М8*45		4
	24	Пружинная шайба D8		4
	23	Плоская шайба 16*8.5*1.5		4
H	21	Крестовой винт М8*20		4
	26	Изогнутая шайба 16*8.5*1.5		4
J	92	Шестигранный ключ		1
K	93	Рожковый ключ		1

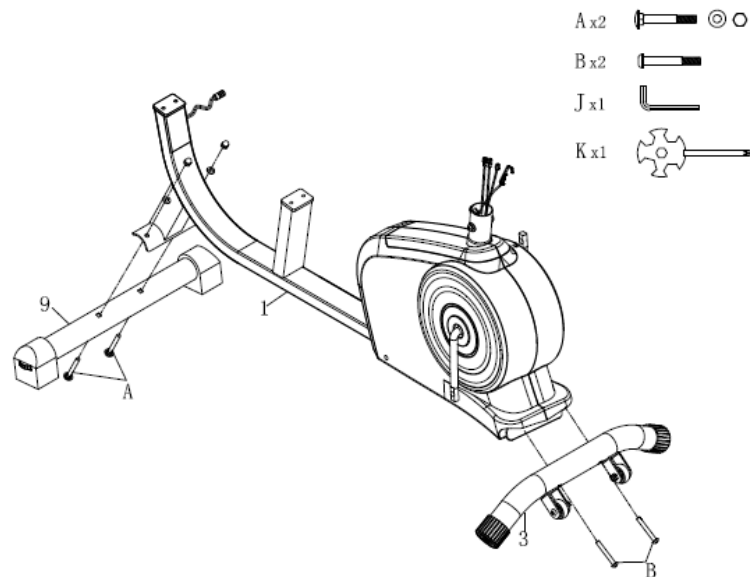
ИНСТРУКЦИИ ПО СБОРКЕ

ПРИМЕЧАНИЕ: Для сборки тренажёра требуется не менее двух взрослых людей.

Шаг 1:

Прикрепите **передний стабилизатор (9)** к **главной раме (1)** с помощью **комплекта крепёжных деталей (А)** – каретных болтов, изогнутых шайб и глухих гаек.

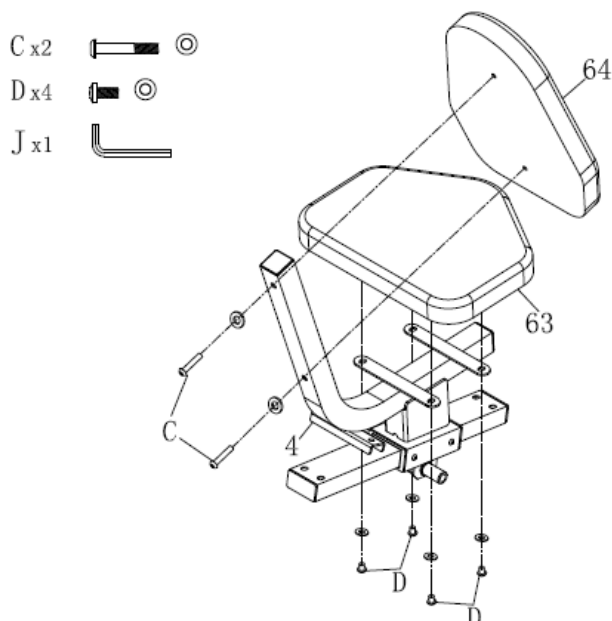
Прикрепите **задний стабилизатор (3)** к **главной раме (1)** с помощью **рожкового ключа (В)**.



Шаг 2:

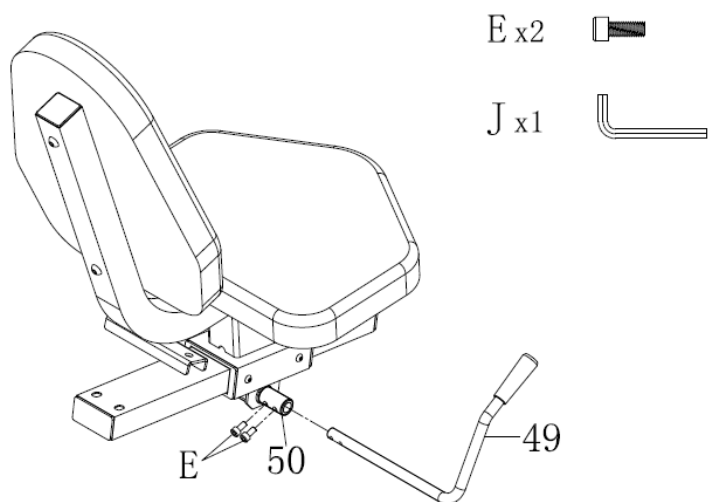
Прикрепите **сиденье (63)** к соответствующему **держателю (4)**, с помощью **комплекта крепежей (D)** – крестовых винтов и плоских шайб.

Прикрепите **спинку (64)** к **держателю (4)** с помощью **комплекта крепежей (С)** – болтов и плоских шайб.



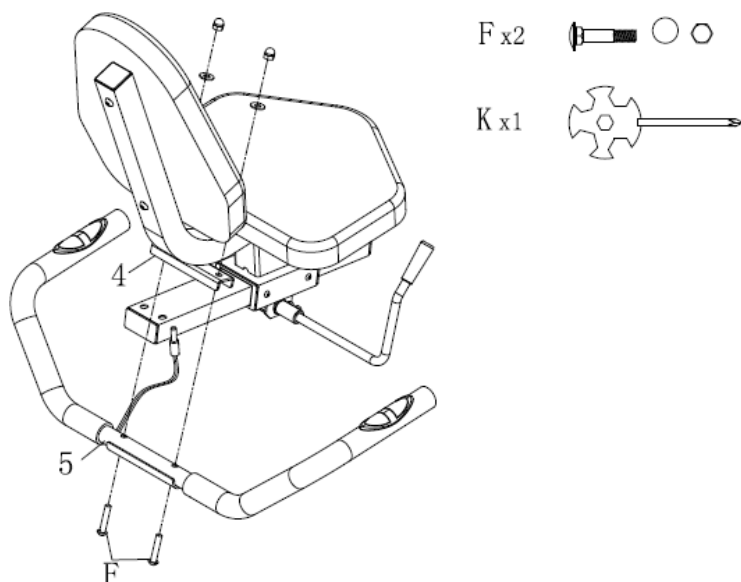
Шаг 3:

Установите **фиксирующую рукоятку (49)** в отверстие **распределительного вала (50)**, закрепите её с помощью **винтов (E)**.



Шаг 4:

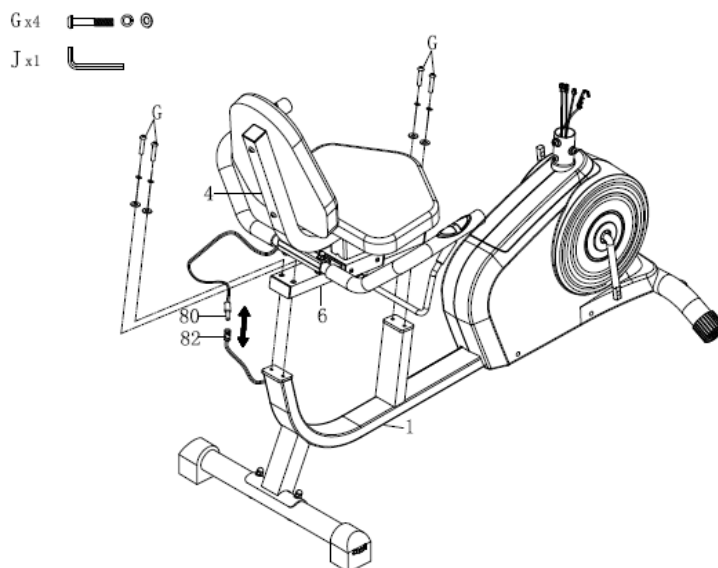
Прикрепите **поручень (5)** к **держателю (4)** с помощью **комплекта крепежей (F)** – каретных болтов, изогнутых шайб и глухих гаек.



Шаг 5:

Прикрепите держатель (4) к главной раме (1) с помощью комплекта крепежей (G) – болтов, пружинных и плоских шайб.

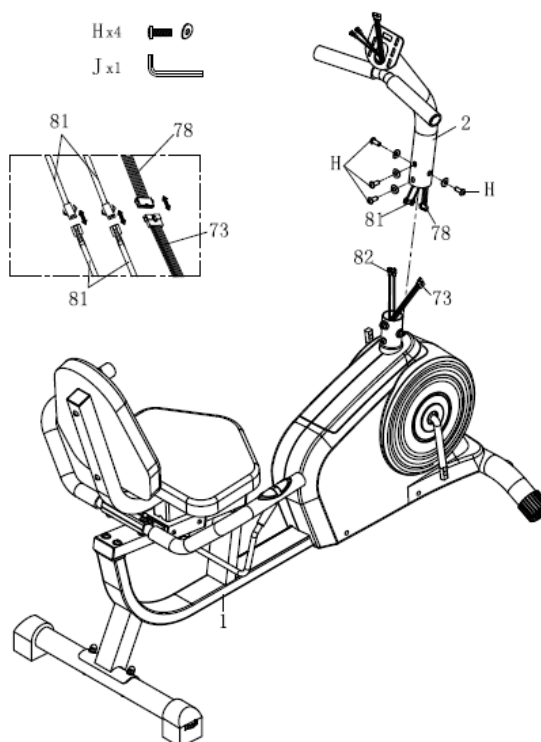
Соедините нижний (80) и центральный провода пульсометра (82).



Шаг 6:

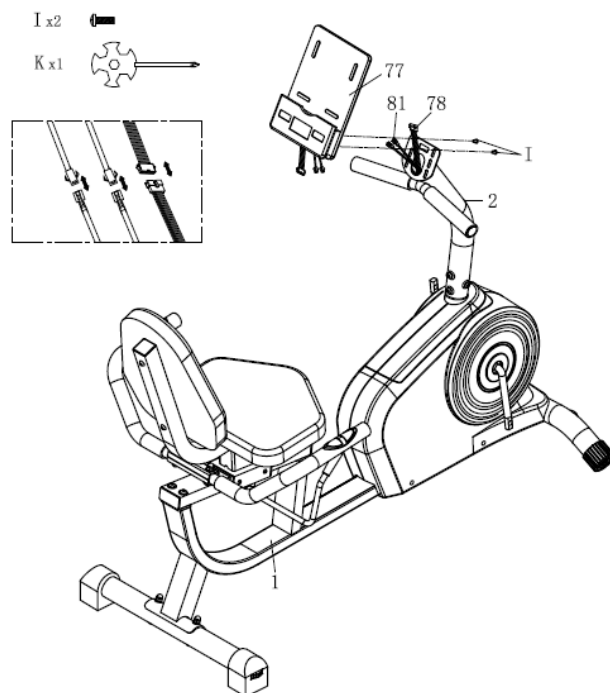
Соедините верхний (78) и нижний (73) провода консоли, а затем – верхние (81) и центральные (82) провода пульсометра.

Прикрепите переднюю стойку (2) к главной раме (1) с помощью комплекта крепежей (H) – крестовых винтов и изогнутых шайб.



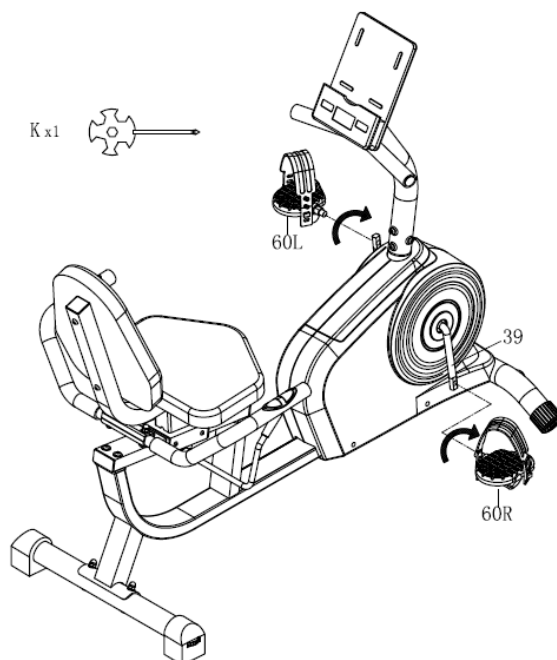
Шаг 7:

Подсоедините **верхний провод пульсометра (81)** и **верхний провод консоли (78)** к **консоли (77)**. Затем прикрепите **консоль (77)** к **передней стойке (2)** с помощью **крестовых винтов (I)**.



Шаг 8:

Прикрепите **левую и правую педали (60L/R)** к соответствующим **кривошипам (39)**. Педали промаркированы ("L" и "R" соответственно). Для того, чтобы закрепить педали, необходимо закрутить их в кривошип. Правую педаль следует закручивать по часовой стрелке, левую педаль – против часовой стрелки.



Сборка завершена!

РЕГУЛИРОВКА СИДЕНЬЯ

Поднимите **фиксирующую рукоятку (49)**, чтобы ослабить сиденье (см. рис. 1). Обопричься ногами о пол и установите **сиденье (63)** в удобное для Вас положение. Опустите **рукоятку (49)**, чтобы зафиксировать сиденье (см. рис. 2).

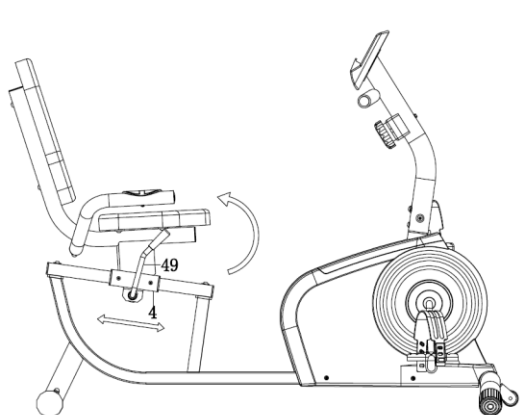


Рис. 1

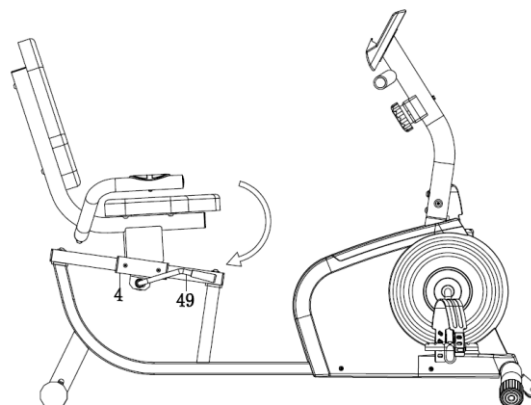
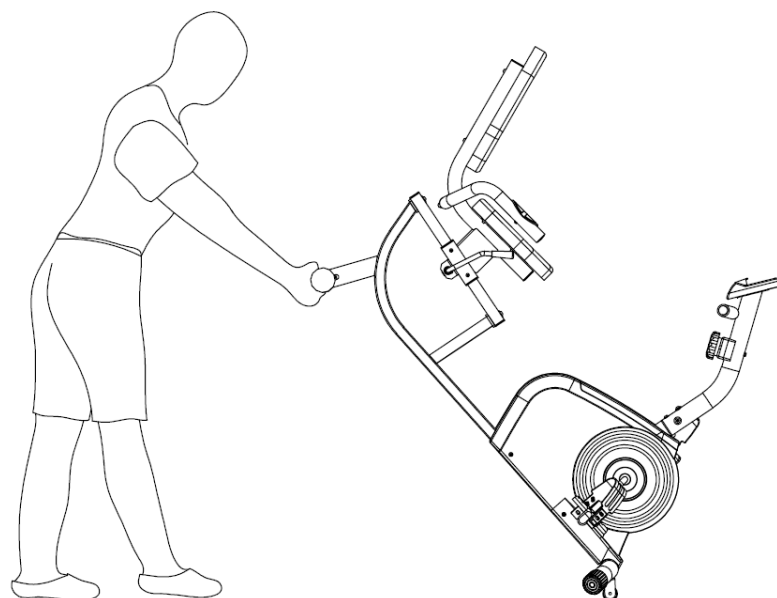


Рис. 2

ПЕРЕМЕЩЕНИЕ ТРЕНАЖЁРА



Возьмитесь за **задний стабилизатор (3)** и поднимите тренажёр таким образом, чтобы он опирался только о колёса, установленные на **переднем стабилизаторе (9)**. Теперь Вы можете переместить тренажёр в любое необходимое для Вас место.

РЕГУЛИРОВКА УСТОЙЧИВОСТИ ТРЕНАЖЁРА

Для того, чтобы тренировка на тренажёре была комфортной, необходимо убедиться, что тренажёр находится в устойчивом положении. Если тренажёр качается во время использования, отрегулируйте заглушки, установленные на **заднем стабилизаторе (9)**. Для этого поворачивайте их по часовой стрелке, до тех пор, пока проблема не будет устранена.

