



Руководство по сборке и эксплуатации

Orlauf Ares

Велотренажер, спин-байк с электромагнитной системой нагружения

Сервисная поддержка



Актуальная инструкция





Сборка велотренажера

Поздравляем с удачным приобретением! Вы купили современный тренажер, который, как мы надеемся, станет вашим лучшим помощником. Он сочетает в себе передовые технологии и современный дизайн. Регулярные тренировки на данном тренажере помогут вам укрепить сердечно-сосудистую систему и достичь отличной физической формы. Мы надеемся, что этот тренажер полностью соответствует вашим ожиданиям и поможет достичь желаемых результатов.

Прежде чем приступить к использованию тренажера, внимательно изучите настоящее руководство и сохраните его для дальнейшего использования. В случае возникновения дополнительных вопросов обратитесь к продавцу или дилеру, который проконсультирует вас и поможет устранить возникшую проблему.

Обязательно сохраняйте инструкцию по эксплуатации! Это поможет вам по прошествии времени вспомнить о функциях тренажера и правилах его использования.



Внимание! Перед тем как приступить к тренировкам, настоятельно рекомендуем пройти полное медицинское обследование, особенно если у вас есть наследственная предрасположенность к повышенному давлению или сердечно-сосудистым заболеваниям.

Неправильное или чрезмерно интенсивное выполнение упражнений может навредить вашему здоровью.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Транспортировка и эксплуатация тренажера	5
2. Хранение тренажера	5
3. Требования перед началом эксплуатации	6
3.1 Рекомендации по сборке	6
3.2 Рекомендации по уходу	6
4. Меры предосторожности	7
5. Комплектация	8
6. Сборка	10
7. Консоль и управление	16
7.1 Общие данные по работе с кнопкой	18
7.2 Подробная инструкция по работе с тренажером	19
7.3 Диапазон параметров отображения	21
8. Подключение приложений по Bluetooth	23
9. Коды ошибок	25
10. Спецификация	26

1. ТРАНСПОРТИРОВКА И ЭКСПЛУАТАЦИЯ ТРЕНАЖЕРА

- Тренажер должен транспортироваться только в заводской упаковке.
- Заводская упаковка не должна быть нарушена.
- При транспортировке тренажер должен быть надежно защищен от влаги, атмосферных осадков и механических перегрузок.

2. ХРАНЕНИЕ ТРЕНАЖЕРА

Тренажер рекомендуется хранить и использовать только в сухих отапливаемых помещениях со следующими параметрами:

- температура от +10 до +35 °C;
- влажность от 50 до 75%;
- если ваш тренажер хранился при низкой температуре или в условиях высокой влажности (имеет следы конденсации влаги), необходимо перед эксплуатацией выдержать его в нормальных условиях не менее 2–4 часов; только после этого можно приступить к эксплуатации.

Изделие содержит электронные компоненты. Утилизация осуществляется в соответствии с требованиями законодательства вашего региона в области обращения с отходами производства и потребления. Для получения информации о правилах утилизации крупногабаритного и электронного оборудования в вашем населенном пункте обратитесь в местную администрацию или управляющую компанию.

Срок службы	36 месяцев
Срок хранения	72 месяца



Примечание! Сроки службы и хранения, установленные в инструкции, действуют только при условии соблюдения пользователем всех требований по обращению и хранению, изложенных в ней.

3. ТРЕБОВАНИЯ ПЕРЕД НАЧАЛОМ ЭКСПЛУАТАЦИИ

Перед первым занятием проверьте, правильно ли была проведена сборка тренажера. Ознакомьтесь со всеми функциями и настройками велотренажера, проводите тренировки в строгом соответствии с инструкцией по эксплуатации.

Перед началом тренировки убедитесь, что все защитные элементы установлены и надежно закреплены, проверьте надежность механических и электрических соединений. Установите тренажер на ровную нескользящую поверхность, оставляя с каждой стороны по 0,5 м свободного пространства. Для снижения шума и вибраций рекомендуется использовать специальные резиновые коврики.

3.1 Рекомендации по сборке

Перед сборкой тренажера тщательно изучите последовательность действий и выполняйте все рекомендации. Используйте для сборки приложенный или рекомендуемый инструмент. Убедитесь, что в наличии имеются все детали, и они не повреждены. Не прикладывайте чрезмерных усилий к инструменту во избежание травм и повреждения элементов конструкции тренажера. Сначала соберите все части, неплотно закрепив гайки и болты. Убедитесь, что конструкция собрана правильно, и окончательно затяните их.

3.2 Рекомендации по уходу

Перед любым обслуживанием обязательно отключайте тренажер от электрической сети (для тренажеров с питанием от сети). К обслуживанию можно приступать через минуту после полного обесточивания внутренних электрических цепей тренажера.

Не применяйте абразивные препараты и агрессивные жидкости для чистки рабочих поверхностей тренажера. Не используйте ацетон, бензин, уайт-спирит, бензол и их производные во избежание повреждения лакокрасочных покрытий и пластиковых деталей. Для ухода рекомендуется применять ткань, слегка смоченную нейтральным раствором моющей жидкости. После очистки протрите тренажер сухой тканью.

4. МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ

Велотренажер должен использоваться только по назначению, то есть для тренировок взрослых людей. Любое другое использование тренажера запрещено и может быть опасно. Продавец не несет ответственности за любые травмы или повреждения, вызванные неправильным использованием тренажера.

В целях безопасности рекомендуем соблюдать следующие правила:

- сборку и эксплуатацию следует осуществлять на твердой, ровной поверхности;
- свободное пространство вокруг тренажера должно составлять не менее 0,5 м;
- при регулярной эксплуатации проверяйте затяжку резьбовых соединений каждые 1-2 месяца;
- не допускайте попадание внутрь тренажера посторонних предметов и жидкостей;
- никогда не эксплуатируйте тренажер с явными дефектами – открученными элементами крепления, незакрепленными узлами, нехарактерными посторонними шумами и т.д.; это может привести к травмам или уменьшению срока службы тренажера;
- для осмотра и устранения возникших дефектов обратитесь в авторизованный сервисный центр или к уполномоченному дилеру, у которого вы приобрели данный тренажер;
- для ремонта необходимо использовать только оригинальные запасные части;
- обслуживание тренажера, за исключением процедур, описанных в данном руководстве, должно производиться только сотрудниками сервисного центра;
- не допускается какое-либо изменение конструкции или узлов и деталей тренажера – это может привести к серьезным травмам и потере здоровья;
- вес пользователя не должен превышать максимально заявленный;
- во время занятий используйте спортивную одежду и обувь, не надевайте свободную одежду и обувь с кожаными подошвами или каблуками, а также если у вас длинные волосы, соберите их в хвост или пучок на затылке;
- не подставляйте руки под движущиеся части тренажера;
- не подвергайте себя чрезмерным нагрузкам во время тренировок, если вы почувствовали боль или недомогание, немедленно прекратите занятия и обратитесь за консультацией к врачу;
- перед началом тренировки убедитесь, что дети и домашние животные находятся на безопасном расстоянии от тренажера.

5. КОМПЛЕКТАЦИЯ

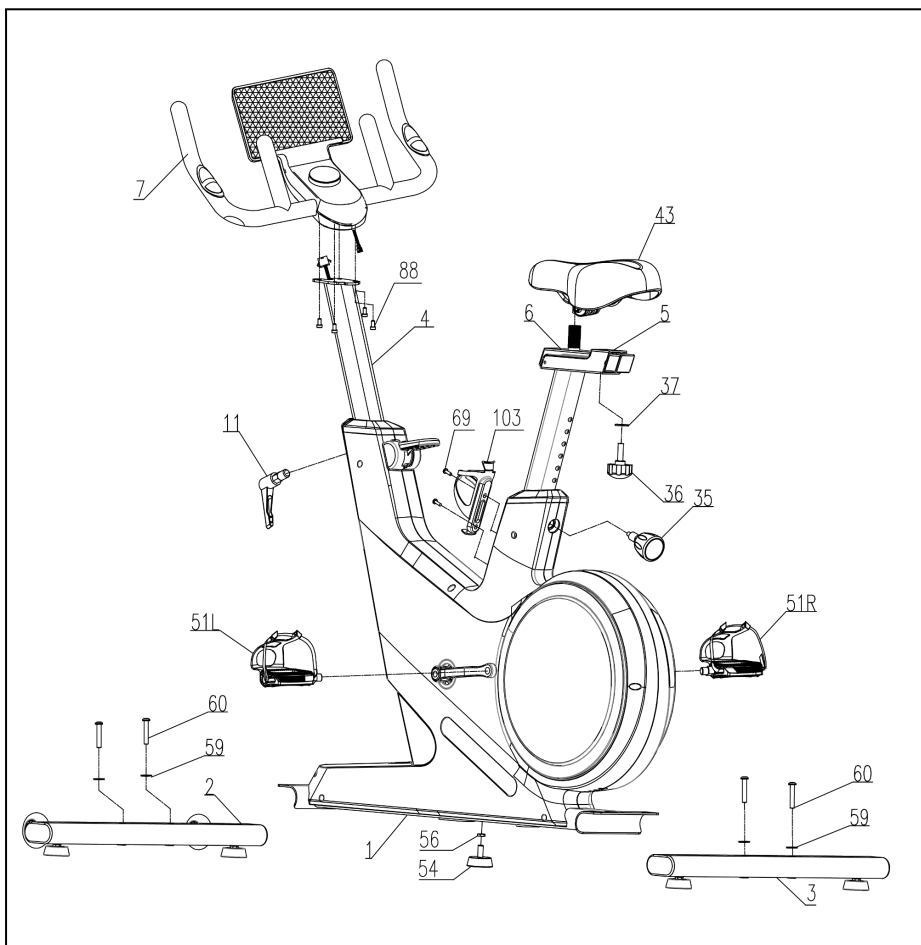


Рисунок 1 — Схема тренажера в разобранном виде

Таблица 1 — Комплектация велотренажера

№	Описание	Кол-во	№	Описание	Кол-во
1	Основная рама	1	54	Выравнивающая опора	5
2	Передняя опора	1	56	Шестигранная гайка М8*1.25	5
3	Задняя опора	1	59	Плоская шайба Ф8.5*Ф20	4
4	Стойка руля	1	60	Болт М8*1.25	4
5	Стойка седла	1	69	Винт М5*14Н	2
6	Направляющая седла	1	87	Пружинная шайба Ф6.2*Ф9	4
7	Руль	1	88	Винт М6*1.0	4
11	L-образный винт М16*1.5	1	97	Кабель консоли	1
35	Фиксатор положения седла по вертикали	1	103	Держатель бутылки	1
36	Фиксатор положения седла по горизонтали	1	104	Шестигранный ключ на 5 мм	1
37	Плоская шайба Ф10.2*Ф25	1	105	Универсальный ключ	1
43	Седло	1		Инструкция по эксплуатации и обслуживанию	1
45	Консоль	1		Гарантийный талон	1
50 L/R	Комплект шатунов (правый и левый)	1		Флаер	2
51 L/R	Комплект педалей (правая и левая)	1			

6. СБОРКА

Перед сборкой убедитесь, что все детали велотренажера в комплекте. Для этого разложите их на ровной поверхности и сверьтесь со списком в комплектации.



Внимание! Во время сборки не следует сильно затягивать болты, гайки и винты. Это необходимо сделать в самом конце.

Шаг 1

- Прикрепите переднюю опору (2) к основной раме (1) с помощью болтов M8*1.25 (60) и плоских шайб Ф8.5*Ф20 (59), используя шестигранный ключ на 5 мм (104).
- Прикрепите заднюю опору (3) к основной раме (1) с помощью болтов M8*1.25 (60) и плоских шайб Ф8.5*Ф20 (59), используя шестигранный ключ на 5 мм (104).



Внимание! Передняя опора оснащена транспортировочными роликами.

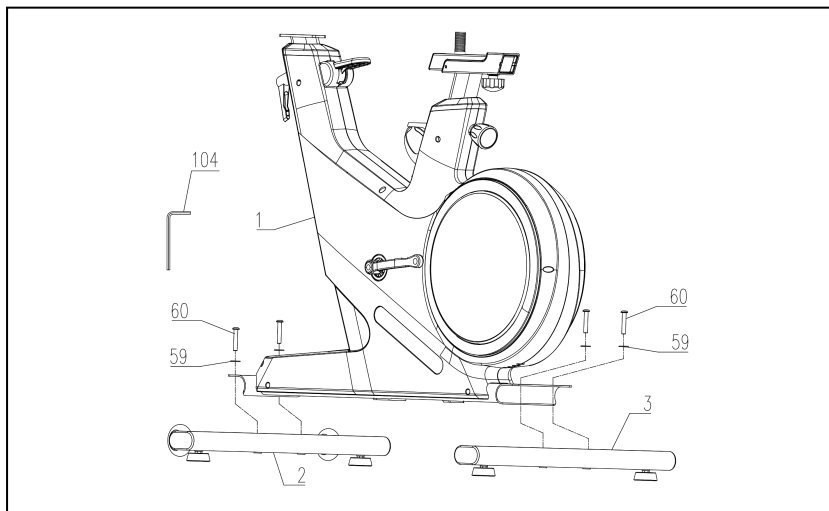


Рисунок 2 — Фиксация рамы к опорам

Шаг 2

Прикрепите педали (51 L/R) к шатунам (50 L/R). Проверьте надежность крепления педалей перед началом тренировок.



Примечание! Чтобы усилить фиксацию, поворачивайте левую педаль против часовой стрелки, а правую педаль – по часовой стрелке.



Примечание! L – обозначает левую педаль, R – обозначает правую педаль.

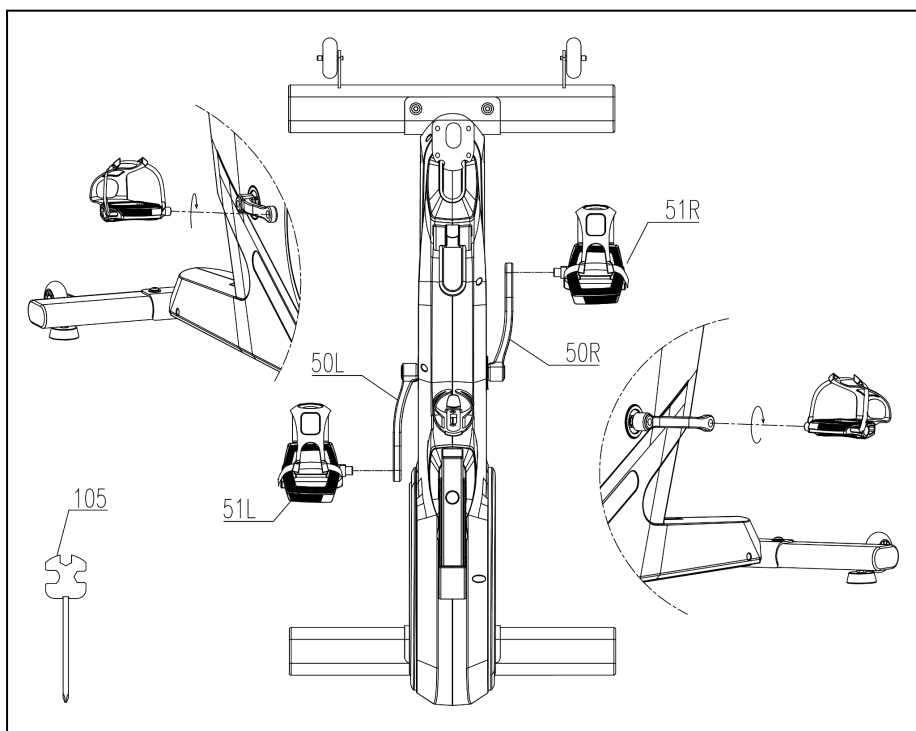


Рисунок 3 — Установка педалей

Шаг 3

- Прикрепите седло (43) к направляющей седла (6) при помощи универсального ключа (105). Настройте удобный для вас угол наклона седла и затяните винт.
- Регулировать высоту седла можно при помощи фиксатора положения седла по вертикали (35).
- Отрегулировать горизонтальное положение седла можно при помощи фиксатора положения седла по горизонтали (36).

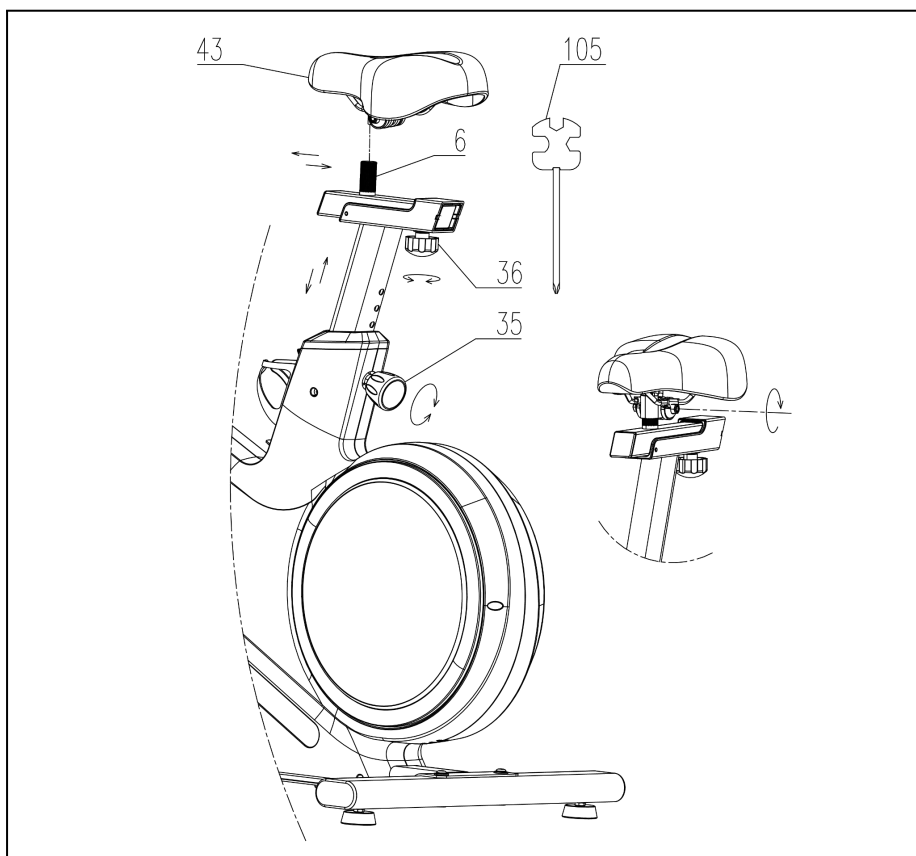


Рисунок 4 — Установка седла

Шаг 4

- Открутите L-образный винт M16*1.5 (11) и установите стойку руля (4) в максимально высокое положение.
- Подсоедините кабель консоли (97) к верхнему кабелю консоли (45a), уберите кабель в стойку руля (4).
- Установите руль (7) на стойку руля (4), так чтобы совпадали все четыре отверстия, затем зафиксируйте при помощи пружинных шайб Ф6.2*Ф9 (87) и винтов М6*1.0 (88).



Внимание! Не вытаскивайте стойку консоли выше отметки MAX.

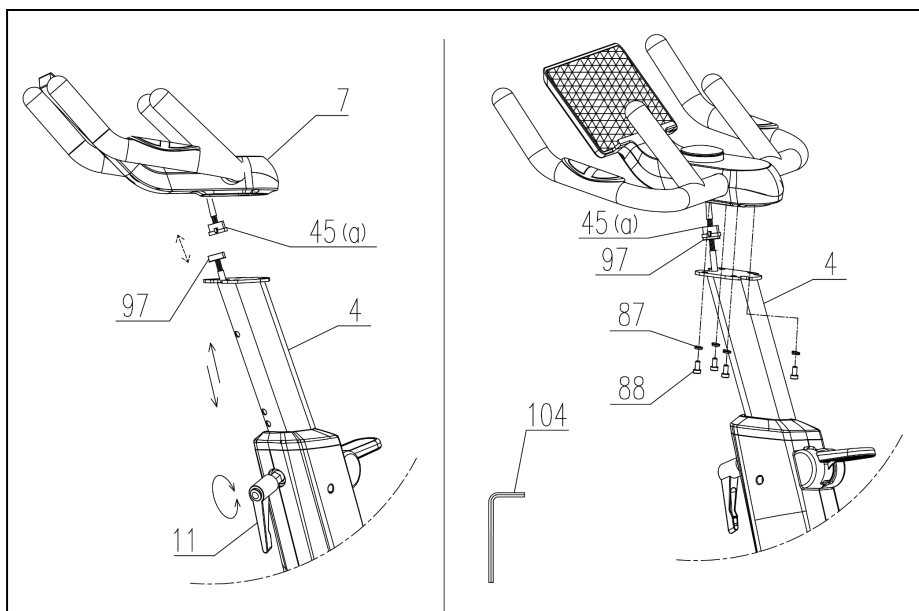


Рисунок 5 — Установка рулевой стойки

Шаг 5

Установите по центру рамы выравнивающие опоры (54).



Примечание! Отрегулируйте все выравнивающие опоры для достижения максимально устойчивого положения тренажера.

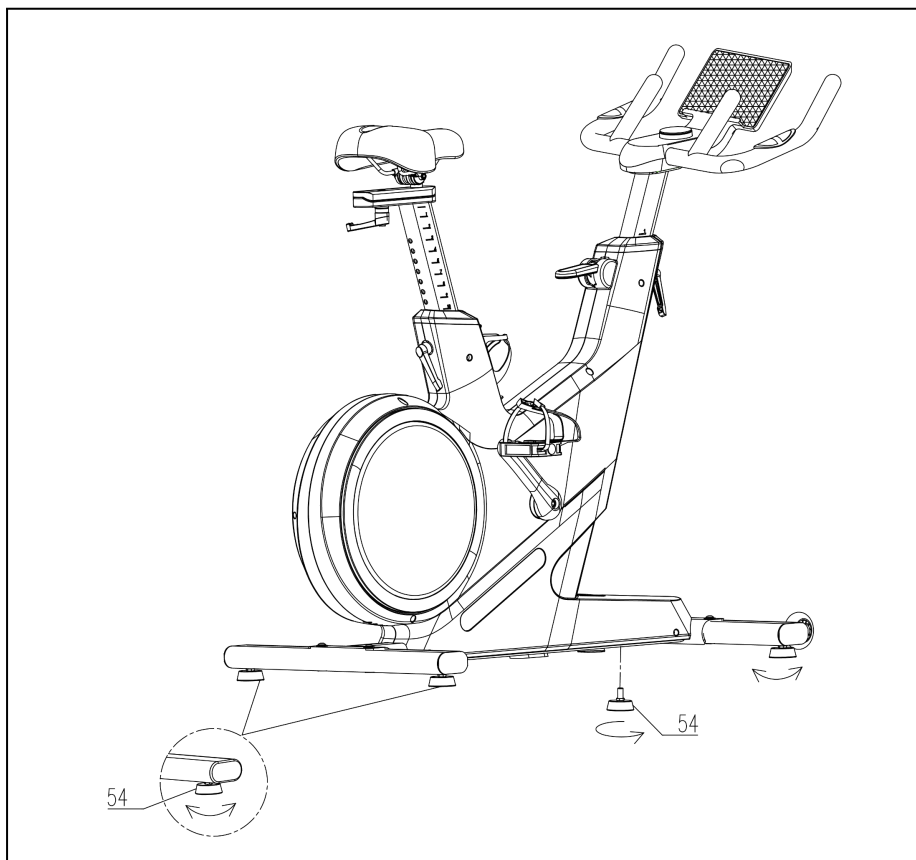


Рисунок 6 — Регулировка положения

ВНИМАНИЕ

Если устройство долго не использовалось, то батарея могла разрядиться. Для зарядки используйте провод питания с разъемом Type-C.

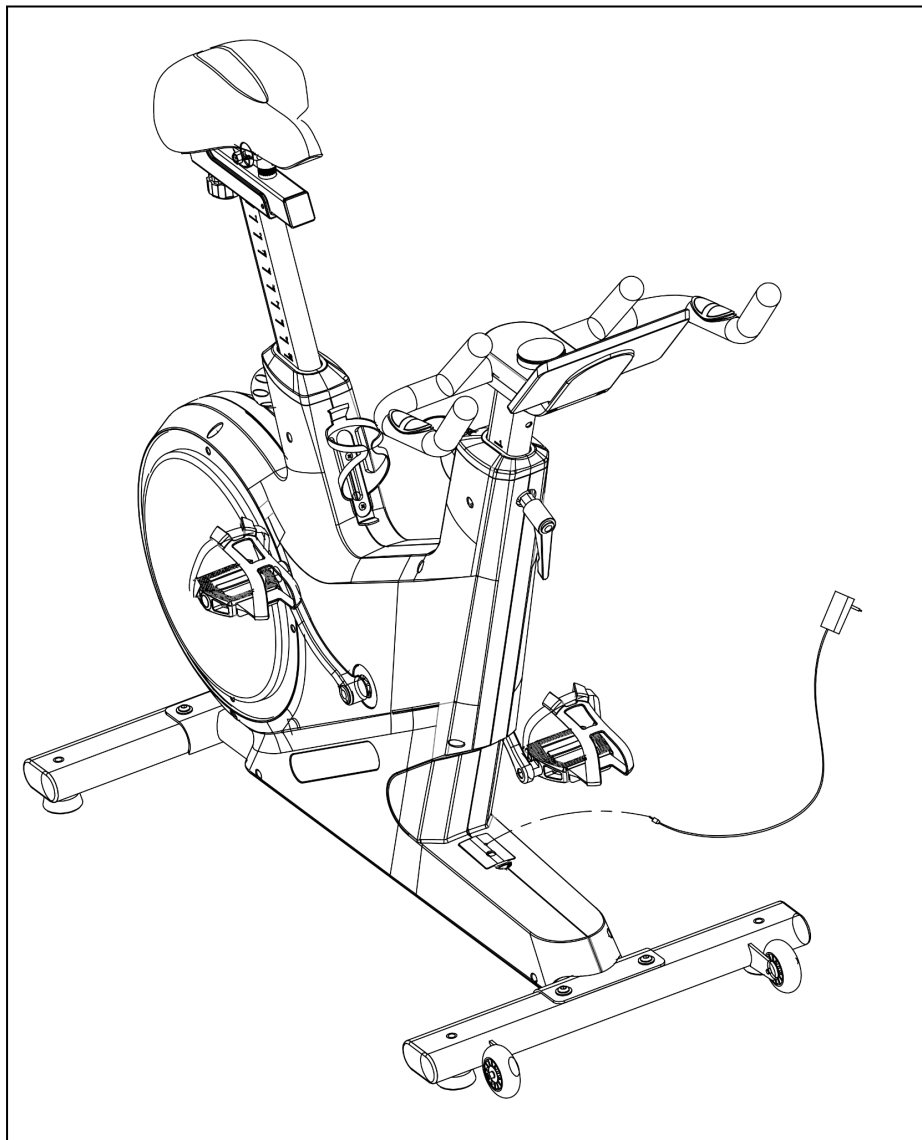


Рисунок 7 — Подзарядка через порт Type-C

7. КОНСОЛЬ И УПРАВЛЕНИЕ

Обзор общего вида консоли



Рисунок 8 — Общий вид консоли

- Пульс (ударов/мин).
- Нагрузка (от 1 до 32 уровней).
- Текущая скорость (км/ч)/Время тренировки (мин)/Расстояние (км)/Калории.
- Текущий статус Bluetooth (вкл/выкл).

Режим сканирования



Рисунок 9 — Сканирование

- В режиме сканирования на большом экране каждые 3 секунды по очереди отображаются текущие показатели: скорость -> время -> расстояние -> калории.
- На маленьком экране сверху отображается текущий уровень нагрузки.

- Синим цветом отображается статус Bluetooth (если он включен).

Фиксированный экран



Рисунок 10 — Фиксированный экран

- Нажатием на дисплей выберите данные, которые хотели бы зафиксировать для отображения на экране. Это может быть скорость, время, расстояние, калории.
- На маленьком экране сверху отображается текущий уровень нагрузки.
- Синим цветом отображается статус Bluetooth (если он включен).

Окно кода ошибки



Рисунок 11 — Код ошибки

В случае возникновения неполадок на экране будет отображаться текущий код ошибки.

7.1 Общие данные по работе с кнопкой

Вид консоли в спящем режиме



Рисунок 12 — Спящий режим

- В спящем режиме консоль неактивна. Для активации нажмите на кнопку, либо поверните кнопку в любую сторону.
- Консоль переходит в спящий режим после 3 минут отсутствия активности.

Нажатие на кнопку

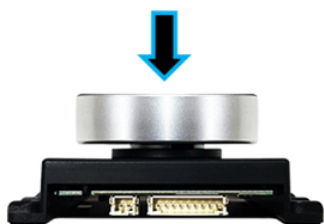


Рисунок 13 — Нажатие на кнопку

- Нажмите кнопку для активации консоли.
- Нажмите на кнопку в активном режиме для переключения между фиксированными данными на консоли.
- Длительное нажатие в течение двух секунд сбросит все данные.
- При нажатии на кнопку будет слышен сигнал.

Вращение кнопки



Рисунок 14 — Вращение кнопки

- Вращайте кнопку по часовой стрелке для увеличения нагрузки.
- Вращайте кнопку против часовой стрелки для уменьшения нагрузки.
- При вращении кнопки будет слышен звуковой сигнал.

7.2 Подробная инструкция по работе с тренажером

Шаг 1

При активации тренажера будет слышен звуковой сигнал и экран консоли перейдет в активное положение. Предустановленный уровень нагрузки — 1.

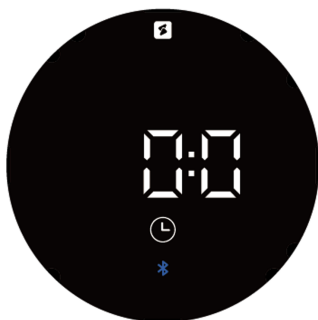


Рисунок 15 — Активация экрана консоли

В отсутствие активных действий в течение 1 минуты все данные будут сброшены. В отсутствие любых действий в течение 3 минут экран полностью погаснет и тренажер переходит в спящее состояние.

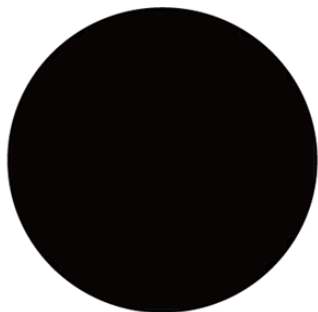


Рисунок 16 — Экран консоли в спящем режиме

Шаг 2

Чтобы войти в активный режим консоли нажмите на кнопку или начните крутить педали. В верхней части экрана каждые 3 секунды будет попеременно отображаться текущий пульс и уровень нагрузки. Для корректного отображения пульса крепко держитесь за датчики пульса на руле в течение 6 секунд.

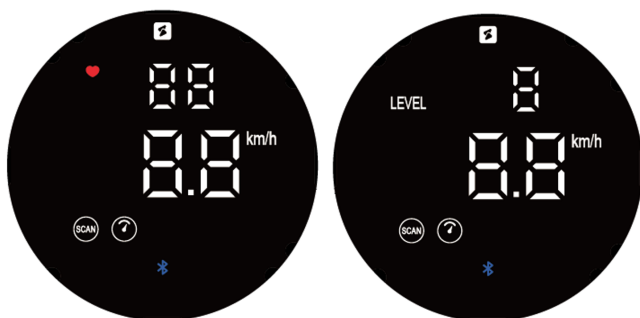


Рисунок 17 — Текущий пульс (слева) и уровень нагрузки (справа)

Шаг 3

При начале работы по умолчанию будет активирован режим сканирования и на экране будут последовательно отображаться следующие показатели: скорость -> время -> расстояние -> калории.



Рисунок 18 — Скорость



Рисунок 19 — Время



Рисунок 20 — Расстояние



Рисунок 21 — Калории

Шаг 4

Нажатием на кнопку можно зафиксировать нужный экран. Значок сканирования погаснет и будут выведены только выбранные данные (скорость/время/расстояние/калории).

7.3 Диапазон параметров отображения



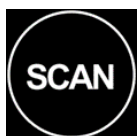
Текущий пульс

0 ~ 240 ударов в минуту.



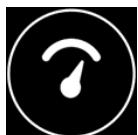
Уровень нагрузки

1 ~ 32 уровня.



Сканирование

Значок горит — режим сканирования запущен.



Скорость

0.0 ~ 99.9 км/ч.

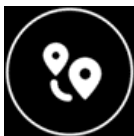
60 об/мин ~ 21,5 км/ч.



Время

0:0 ~ 99:59.

Запускается при коротком нажатии на кнопку или при начале движения. Отсчет прекращается через 4 секунды после окончания вращения педалей.



Расстояние

0.0 ~ 999 км.



Калории

0.0 ~ 999 ккал.

Имеет прямо пропорциональную зависимость от уровня сопротивления. Сопротивление 1 соответствует 11,4 ккал/километр, а сопротивление 32 — 44,6 ккал/километр.



Bluetooth

Значок горит — блютус подключен.

8. ПОДКЛЮЧЕНИЕ ПРИЛОЖЕНИЙ ПО BLUETOOTH

Перед началом убедитесь, что:

- велотренажер включен и не сопряжен с другими устройствами;
- на вашем смартфоне/планшете включен Bluetooth (при необходимости также разрешите доступ к геолокации на устройствах android);
- расстояние между тренажером и вашим гаджетом не превышает 5–7 метров.

1. Подключение к Kínomar:

- запустите Kínomar на своем телефоне или планшете, либо отсканируйте QR-код;
- на главном экране приложения нажмите в правом нижнем углу кнопку «My Profile» (Мой профиль);
- в разделе «Manage my equipment» (Управление оборудованием) выберите тип тренажера: «Bike» (Велотренажер);
- выберите из списка бренд «ORLAUF»;
- в списке устройств найдите ваш велотренажер и нажмите, чтобы подключиться;
- начните крутить педали (даже с небольшой скоростью), чтобы велотренажер начал передавать данные о вращении и скорости по Bluetooth;
- при успешном подключении на экране Kínomar отобразятся текущие параметры, такие как скорость (SPEED), обороты в минуту (RPM) и пр.; теперь можно выбирать виртуальные трассы и начинать тренировку.



2. Подключение к Zwift:

- запустите приложение Zwift на устройстве, которое будете использовать (смартфон, планшет);
- авторизуйтесь в своей учетной записи или создайте новую, если необходимо;
- на экране «Pair Devices» (Подключение устройств) выберите тип тренажера: «Bike» (Велотренажер);
- когда ваш велотренажер появится в списке, нажмите для подключения;
- дождитесь статуса «Connected» (Подключено) и нажмите кнопку «Let's Go», чтобы перейти к выбору трассы или старту тренировки;
- начните крутить педали (даже с небольшой скоростью), чтобы велотренажер начал передавать данные о вращении и скорости по Bluetooth;
- во время занятия Zwift будет отображать основные показатели (мощность (W), скорость, пройденная дистанция); если у вас есть нагрудный кардиодатчик, подключите его отдельно в разделе «Heart Rate».

9. КОДЫ ОШИБОК

E01 (Ошибка 1)

Ошибка **E01** связана с нарушением работы двигателя. Для устранения неполадки обратитесь в сервисный центр ООО «ДЕМО-СПОРТ».

10. СПЕЦИФИКАЦИЯ

Тип оборудования	велотренажер, спин-байк
Питание	не требует подключения к сети
Энергосбережение	есть
Посадка	вертикальная
Система нагружения	электромагнитная
Кол-во уровней нагрузки	32
Вес маховика (физический/инерционный)	22 кг/48 кг
Педальный узел	трехкомпонентный
Регулировка положения седла	по вертикали, по горизонтали
Регулировка положения руля	по вертикали
Консоль	LED-дисплей
Показания консоли	время, расстояние, скорость, калории, пульс, нагрузка
Общее количество программ	нет
Мультимедиа	подключение к Zwift/Kinomap
Измерение пульса	сенсорные датчики
Макс. вес пользователя	150 кг
Компенсаторы неровностей пола	да
Транспортировочные ролики	да
Габариты (Д*Ш*В)	115*55*124 см
Габариты упаковки	109*23*84 см
Вес нетто	42 кг
Вес брутто	46 кг

Импортер	ООО «ДЕМО-СПОРТ» 197183, Санкт-Петербург г., Полевая Сабиловская ул., дом 54, литера А, помещение 035С тел. 8-800-775-56-38
Завод-изготовитель	Ningbo Bestgym Health Technology Co., Ltd. No.2288 Jinhai East Road, Binhai New Area, Economic Development Zone, Fenghua, Ningbo, Zhejiang, China info@bestgymfitness.com
Страна изготовления	КНР
Дата изготовления	указана на этикетке
Гарантия	24 месяца

Оборудование сертифицировано в соответствии с ТР ТС.

*Производитель оставляет за собой право вносить изменения в конструкцию тренажера, не ухудшающие значительно его основные технические характеристики. Все актуальные изменения в конструкции либо технических спецификациях изделия отражены на официальном сайте поставщика оборудования.

В случае возникновения любых неисправностей просим не пытаться устранить проблему самостоятельно, обращайтесь в сервисный центр ООО «ДЕМО-СПОРТ» по телефону 8-800-775-56-38.



Внимание! Тренажер предназначен для домашнего использования!



ORLAUF

