



Руководство по сборке и эксплуатации

Orlauf Otter

Домашний велотренажер с электромагнитной системой нагружения

Сервисная поддержка



Актуальная инструкция





Сборка велотренажера

Поздравляем с удачным приобретением! Вы приобрели тренажер Orlauf Otter, который, как мы надеемся, станет вашим надежным помощником. Он сочетает в себе передовые технологии и современный дизайн. Регулярные тренировки на данном тренажере помогут укрепить сердечно-сосудистую систему и поддерживать хорошую физическую форму.

Прежде чем приступить к эксплуатации, внимательно изучите настоящее руководство, чтобы ознакомиться с техническими и функциональными особенностями велотренажера. Обязательно сохраните данную инструкцию, чтобы иметь под рукой информацию о функциях и правилах эксплуатации. Обращаем внимание на необходимость соблюдения правил безопасности при использовании тренажера.

В инструкции даны подробные рекомендации по сборке и установке велотренажера, подготовке его к использованию и техническому обслуживанию. Если у вас возникли какие-либо вопросы по эксплуатации велотренажера, свяжитесь со службой технической поддержки или уполномоченным дилером, у которого вы его приобрели.



Внимание! Перед началом тренировок настоятельно рекомендуется пройти медицинское обследование, особенно при наличии наследственной предрасположенности к повышенному артериальному давлению или сердечно-сосудистым заболеваниям.

Неправильное выполнение упражнений или чрезмерная интенсивность тренировок могут нанести вред 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
3.3 Электробезопасность	6
4. Меры предосторожности	8
5. Комплектация	9
6. Сборка	12
7. Консоль и управление	18
7.1 Обозначение кнопок на консоли	19
7.2 Выбор программ и настройка параметров перед тренировкой	20
7.3 Функции и особенности консоли	20
7.4 Программы тренировок и работа с ними	21
8. Коды ошибок	27
9. Спецификация	28

1. ТРАНСПОРТИРОВКА И ЭКСПЛУАТАЦИЯ ТРЕНАЖЕРА

Перед установкой велотренажера убедитесь в том, что:

- тренажер привезен к вам в целой заводской упаковке без видимых повреждений;
- при транспортировке тренажер был защищен от механических перегрузок, атмосферных осадков и повышенной влажности;
- принимайте товар только после тщательного осмотра и проверки целостности заводской упаковки.

2. ХРАНЕНИЕ ТРЕНАЖЕРА

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

- температура: от +10 до +35°С;
- влажность: 50–75%;
- если ваш тренажер хранился при низкой температуре или в условиях высокой влажности (при наличии конденсата), необходимо перед эксплуатацией выдержать его в домашних условиях не менее 2–4 часов. После этого допускается начало 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 данном руководстве.

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.

3.3 Электробезопасность

Соблюдайте все меры предосторожности, принятые при работе с электрическим оборудованием:

- велотренажер должен подключаться только к заземленной розетке — это снижает риск удара током при поломке или сбое в работе; тренажер снабжен шнуром с жилой для заземления и вилкой с ножкой заземления, вставьте вилку в соответствующую

питающую розетку, установленную и заземленную с соблюдением действующих нормативов;

- перед каждым использованием осматривайте электрический соединительный шнур, чтобы убедиться, что у него нет повреждений;
- неправильное подключение может стать причиной удара током;
- если у вас возникли сомнения в правильности заземления, обратитесь к электрику или представителю сервисной службы;
- не меняйте вилку тренажера, если комплектуемая вилка не подходит к вашей розетке, обратитесь к электрику и установите нужную розетку;
- не применяйте дополнительные электрические удлинители и переходные адаптеры между электрической сетью и тренажером, это может нарушить работу системы узо и увеличить риск поражения электрическим током, а также может явиться обоснованным отказом в гарантийном обслуживании;
- не прячьте шнур питания под ковер и не ставьте на него предметы, способные пережать или повредить его; не допускайте, чтобы шнур питания касался нагретых поверхностей.



Внимание! В случае скачка напряжения в некоторых тренажерах предусмотрено автоматическое отключение.

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

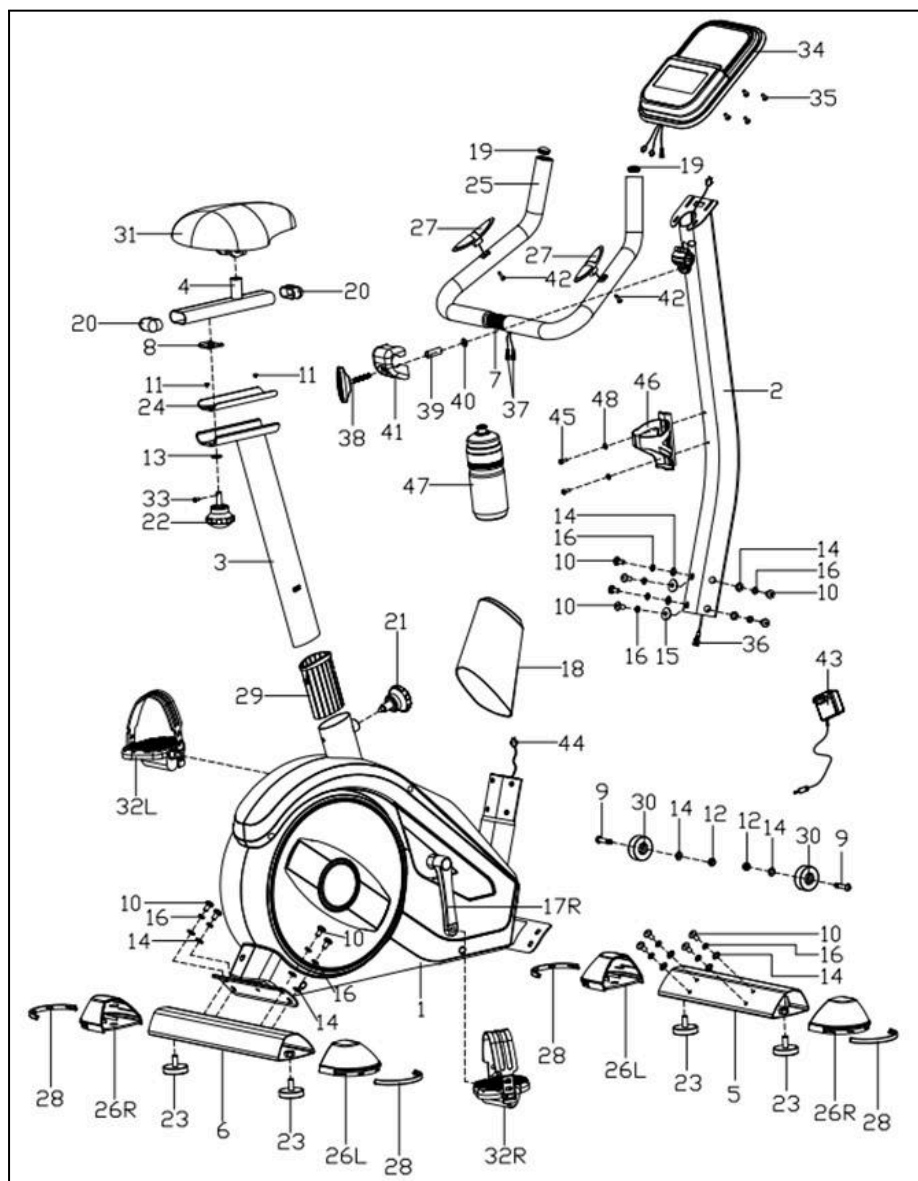


Рисунок 1 — Схема тренажера в разобранном виде

Таблица 1 — Перечень деталей велотренажера

№	Описание	Кол-во	№	Описание	Кол-во
1	Рама	1	27	Кардиодатчик	1
2	Стойка консоли	1	28	Полоса для заглушки	4
3	Опора седла	1	29	Втулка опоры седла	1
4	Горизонтальная опора седла	1	30	Транспортировочные ролики	1
5	Передняя опора	1	31	Седло	1
6	Задняя опора	1	32 L/R	Педали	1
7	Поручни	1	33	Винт с крестообразным шлицем M4*10	1
8	Слайдер	1	34	Консоль	1
9	Винт с внутренним шестигранником M8*38	2	35	Винт с крестообразным шлицем M5*10	2
10	Винт с внутренним шестигранником M8*15	14	36	Соединительный кабель	2
11	Винт с крестообразным шлицем M4*6	2	37	Кабель кардиодатчика	1
12	Нейлоновая гайка M8	2	38	Фиксатор положения поручней	1
13	Шайба плоская D10*D20*1,5	1	39	Втулка	1
14	Шайба плоская D8*D16*1,5	14	40	Шайба плоская D8*D13*1,5	3
15	Шайба изогнутая D8,5*D25*1,5*R30	2	41	Кожух крепления поручней	3
16	Шайба пружинная D8	14	42	Крестообразный самонарезающий винт 4.2*16	1
17 L/R	Шатун	1 компл	43	Адаптер	1
18	Кожух опоры	1	44	Нижний кабель	1
19	Заглушка на поручни	2	45	Крестообразный самонарезающий винт 4.2*18	2
20	Заглушка на горизонтальную опору седла	2	46	Держатель для бутылки	1
21	Фиксатор положения седла по вертикали	1	47	Бутылка	1

22	Фиксатор положения седла	1	48	Плоская шайба D5	2
23	Компенсатор неровности пола	1 компл		Инструкция по эксплуатации и обслуживанию	1
24	Пластиковая подложка под седло	2		Гарантийный талон	1
25	Оплетка из пенорезины	1		Флаер	2
26 L/R	Заглушки задней опоры	2			

6. СБОРКА

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



Внимание! Во время сборки не затягивайте болты до упора. Окончательную затяжку выполните после завершения сборки.

Шаг 1

- Прикрепите переднюю опору (5) к раме (1) с помощью винтов с внутренним шестигранником M8*15 (10), пружинной шайбы D8 (16) и плоской шайбы D8*D16*1,5 (14).
- Прикрепите заднюю опору (6) к раме (1) с помощью винтов с внутренним шестигранником M8*15 (10), пружинной шайбы D8 (16) и плоской шайбы D8*D16*1,5 (14).

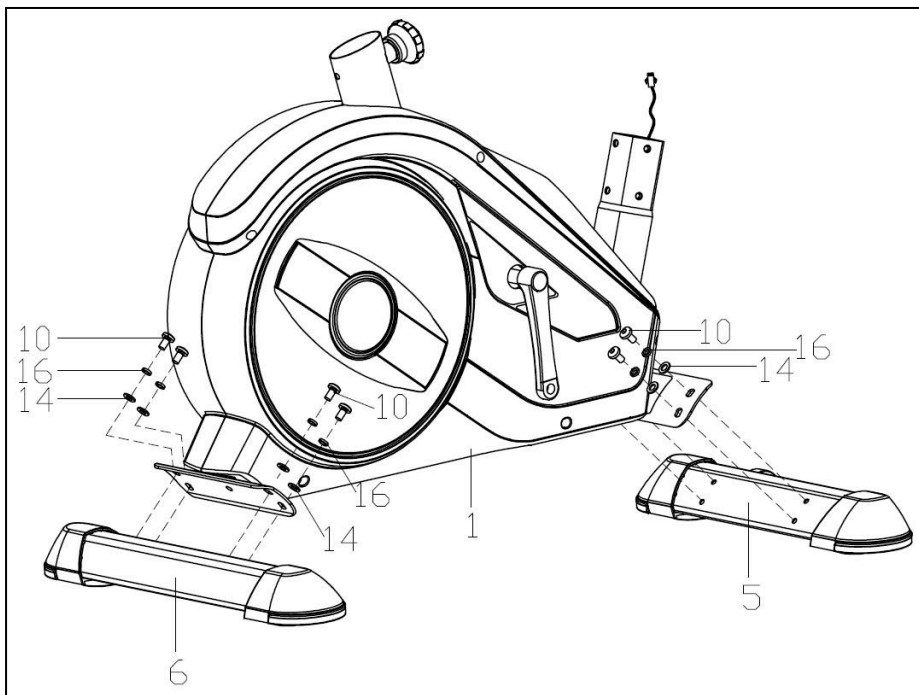


Рисунок 2 — Фиксация рамы к опорам

Шаг 2

Прикрепите педали (32 L/R) к шатунам (17 L/R) соответственно. Проверяйте 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.

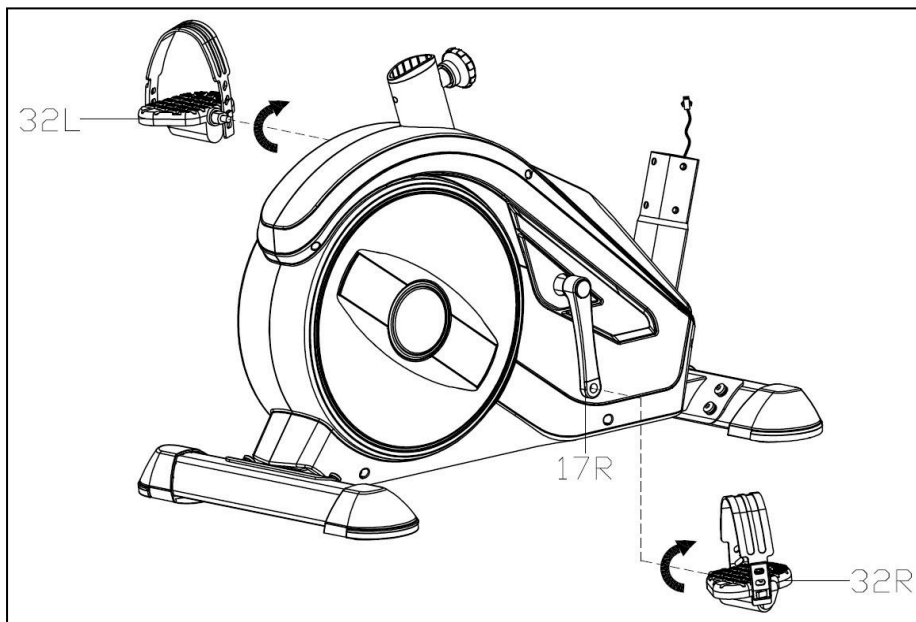


Рисунок 3 — Установка педалей

Шаг 3

- Вставьте опору седла (3) в раму (1), закрепив ее фиксатором положения седла по вертикали (21) на нужной высоте.
- Прикрепите седло (31) к горизонтальной опоре (4) при помощи винта и гайки.

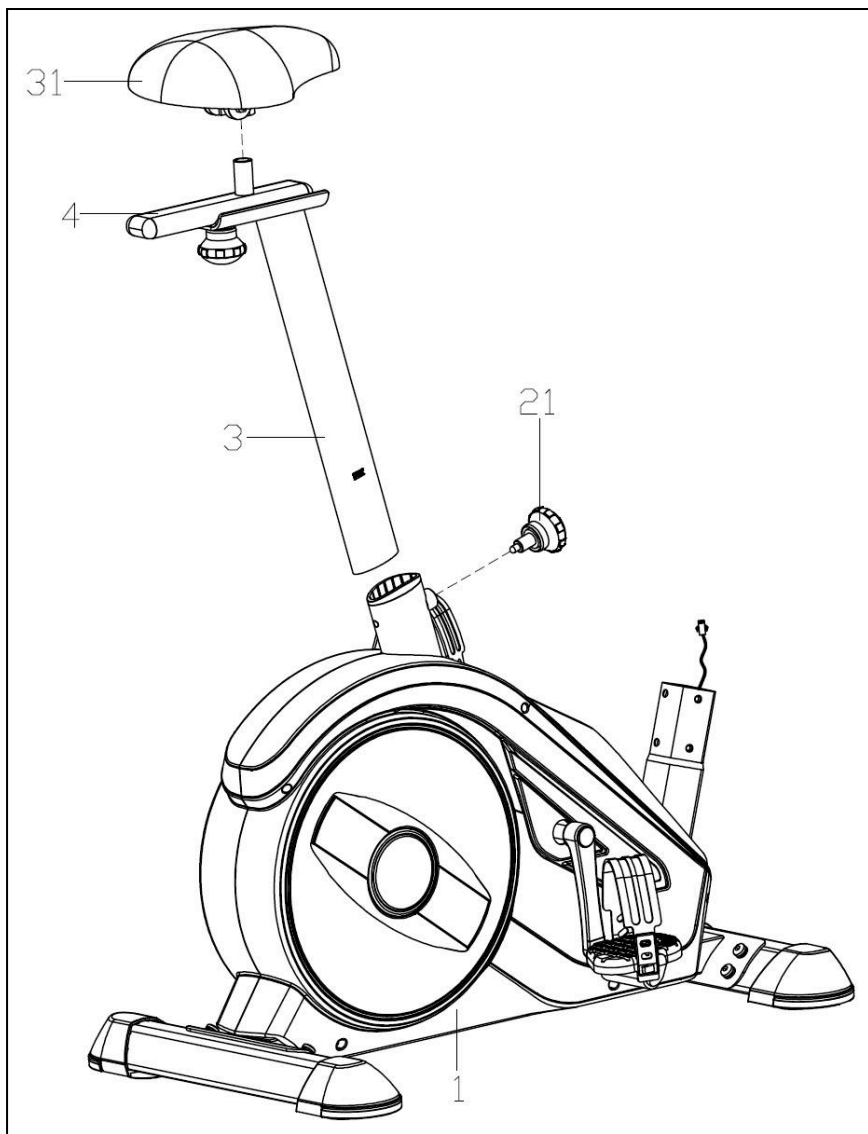


Рисунок 4 — Установка седла

Шаг 4

- Наденьте кожух опоры (18) на стойку консоли (2).
- Подсоедините нижний кабель (44) к соединительному кабелю (36).
- Закрепите стойку консоли (2) на раме (1) с помощью винтов с внутренним шестигранником M8*15 (10), пружинных шайб D8 (16), изогнутых D8,5*D25*1,5*R30 (15) и плоских шайб D8*D16*1,5 (14).

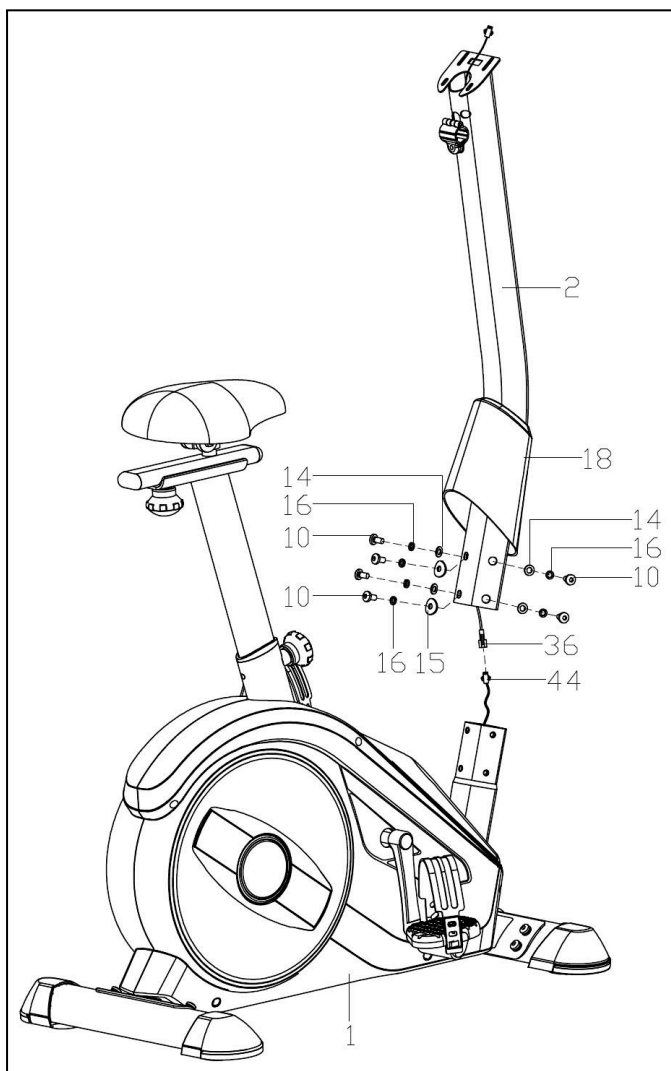


Рисунок 5 — Установка стойки консоли

Шаг 5

- Протяните кабели кардиодатчика (37) от стойки консоли (2) к кронштейну консоли сверху.
- Прикрепите ручки (7) к стойке (2), закрепив фиксатором положения поручней (38), кожухом крепления (41), втулкой (39) и плоской шайбой D8*D13*1,5 (40) под нужным углом.

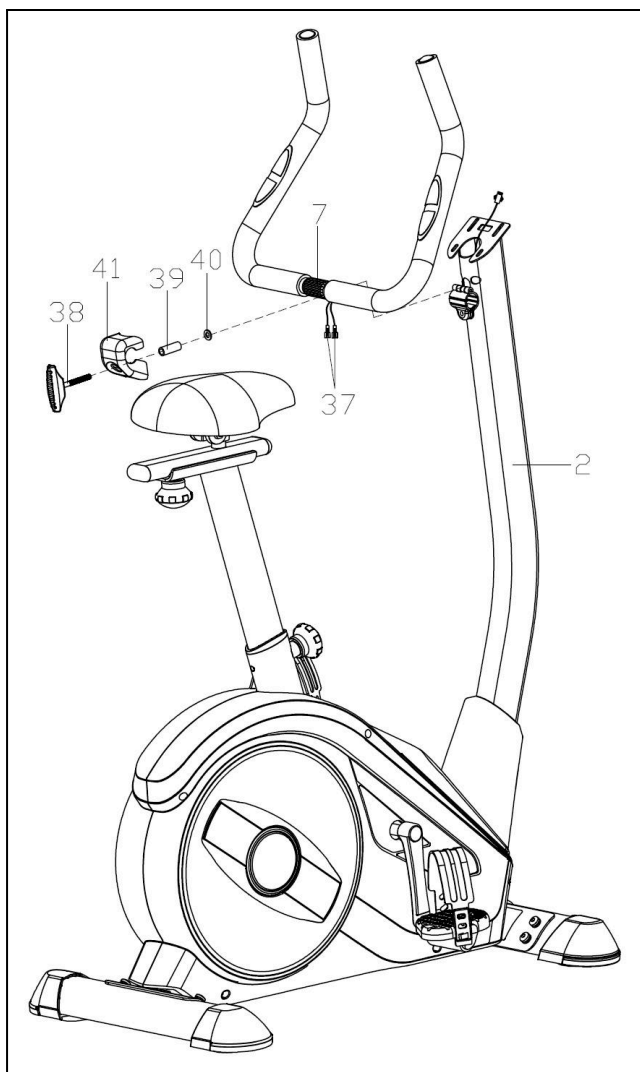


Рисунок 6 — Установка поручней

Шаг 6

- Подсоедините все кабели (36 и 37) к соответствующим кабелям, идущим от консоли (34).
- Установите консоль (34) на кронштейн в верхней части стойки консоли (2), закрепив ее с помощью винтов с крестообразным шлицем М5*10 (35).
- Зафиксируйте держатель для бутылки (46) на стойке консоли (2) при помощи крестообразных самонарезающих винтов (45) и плоских шайб D5 (48). Поместите бутылку (47) в держатель (46).
- Вставьте провод адаптера (43) в разъем питания на основной раме, затем подключите адаптер к розетке с заземлением.

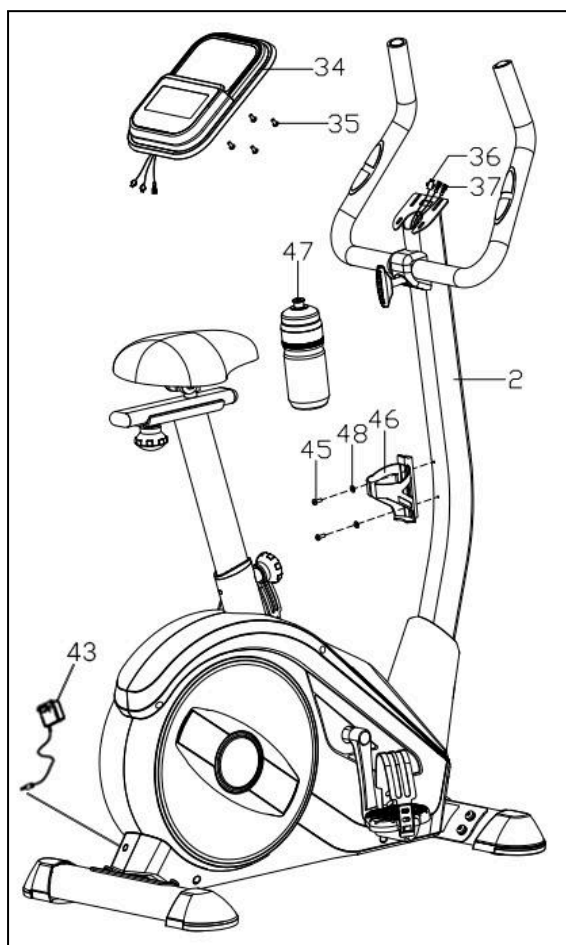


Рисунок 7 — Установка консоли и держателя для бутылки

7. КОНСОЛЬ И УПРАВЛЕНИЕ

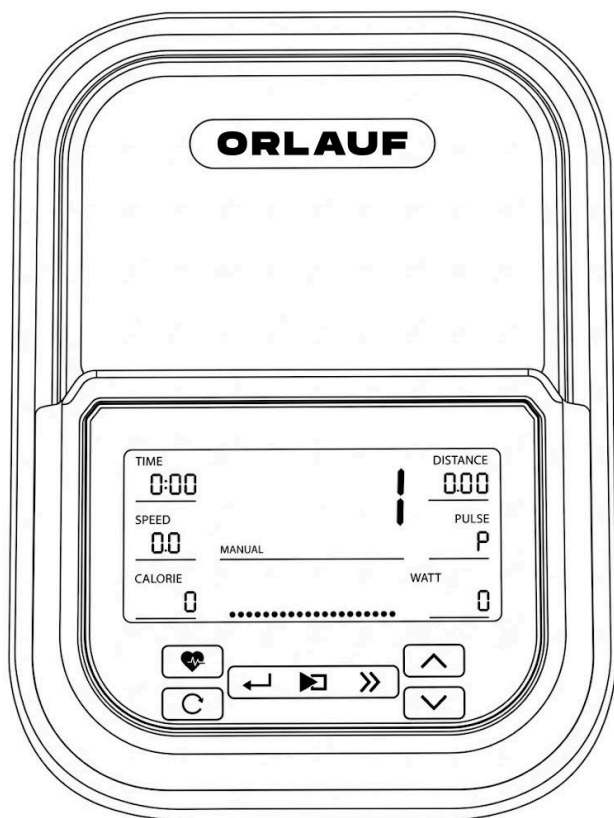


Рисунок 8 — Консоль велотренажера

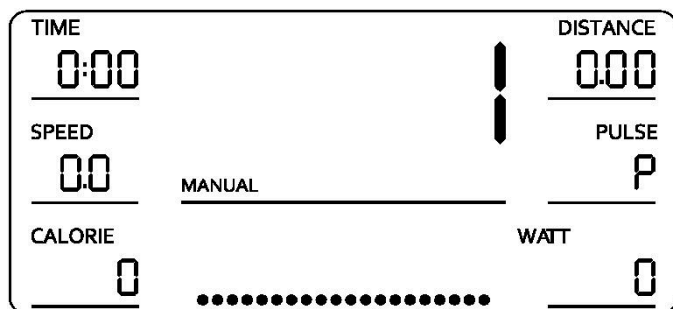


Рисунок 9 — Экран консоли велотренажера

7.1 Обозначение кнопок на консоли



Восстановление. Нажмите для запуска функции восстановления пульса.



Сброс. Нажмите для сброса всех текущих показателей тренировки.



Ввод:

- в режиме настройки нажмите эту кнопку для подтверждения введенных данных;
- в режиме тренировки нажмите для переключения между показателями ватт/оборотов в минуту.



Старт/Стоп:

- функция быстрого старта — запуск консоли без выбора программы в режиме ручных настроек; отсчет времени начнется с начала;
- **Старт** — возобновление тренировки после остановки; удерживайте эту кнопку в течение двух секунд для перезагрузки;
- **Стоп** — остановка во время тренировки.



Показатели. Нажмите для отображения/смены выбранного показателя тренировки.

Вверх:



- нажмите для увеличения нагрузки во время тренировки;
- в режиме настройки нажимайте для увеличения показателей времени, расстояния, калорий и возраста, а также для выбора пола и программы;
- в режиме ожидания нажимайте для переключения между автопрограммами.

Вниз:



- нажмите для уменьшения нагрузки во время тренировки;
- в режиме настройки нажимайте для уменьшения показателей времени, расстояния, калорий, возраста, а также для выбора пола и программы;
- в режиме ожидания нажимайте для переключения между автопрограммами.

7.2 Выбор программ и настройка параметров перед тренировкой

- Кнопками $\wedge/\vee$ выберите нужный режим. Нажмите **Ввод** для подтверждения.
- В ручном режиме кнопками $\wedge/\vee$ можно задать значения вашей тренировки по следующим параметрам: **TIME** (Время), **DISTANCE** (Расстояние), **CALORIES** (Калории), **PULSE** (Пульс).
- Нажмите кнопку **Старт/Стоп** для начала тренировки.
- Когда заданная цель будет достигнута, раздастся звуковой сигнал и тренажер остановится.
- Если вы хотите продолжить тренировку, нажмите кнопку **Старт/Стоп**.

7.3 Функции и особенности консоли

- **TIME (Время).** Показывает прошедшее время тренировки в диапазоне от 0:00 до 99:59. Вы также можете установить обратный отсчет времени от установленного значения с помощью кнопок $\wedge/\vee$. Если вы продолжите тренировку после того, как обратный отсчет закончится, раздастся звуковой сигнал и значение вернется к исходному установленному времени, сообщив вам, что ваша тренировка завершена.
- **DISTANCE (Расстояние).** Суммарное расстояние, пройденное во время каждой тренировки в диапазоне от 0 до 99,9 км.
- **RPM (Обороты).** Частота вращения педалей в диапазоне от 0 до 199.
- **WATT (Ватты).** Мощность в ваттах в диапазоне от 0 до 899.
- **SPEED (Скорость).** Скорость тренировки в км/милях в час в диапазоне от 0,0 до 99,9 км/ч.
- **CALORIES (Калории).** Общее количество сожженных калорий в любой момент тренировки в диапазоне от 0,0 до 999 ккал.

- **PULSE (Пульс).** Отображается частота пульса в ударах в минуту в диапазоне от 40 до 240 уд/мин.
- **RESISTANCE LEVEL (Уровень нагрузки).** Показывает текущий уровень нагрузки от 1 до 32.
- **PULSE RECOVERY (Восстановление пульса).** После нажатия кнопки **Старт/Стоп** положите руки на рукоятках. Нажмите кнопку **Восстановление**, отсчет времени начнется с 01:00-00:59 до 00:00. Как только обратный отсчет завершится (00:00), компьютер покажет состояние восстановления сердечного ритма с оценкой от F1.0 до F6.0.

Значения показаний функции PULSE RECOVERY

F = 1.0	Выдающийся
1.0 < F < 2.0	Превосходный
2.0 ≤ F ≤ 2.9	Хороший
3. 0 ≤ F ≤ 3.9	Средний
4.0 ≤ F ≤ 5.9	Ниже среднего
F = 6.0	Плохой



Примечание! Если сигнал не поступает, на консоли отобразится Р в окне PULSE. Если отображается ERR в окне сообщений, повторно нажмите кнопку Восстановление и убедитесь, что вы крепко держитесь за кардиодатчики.

7.4 Программы тренировок и работа с ними

Ручная настройка (P1, Manual)

Пользователь может начать тренировку, нажав кнопку **Старт/Стоп**. Пользователи могут тренироваться с любым желаемым уровнем сопротивления (регулируется кнопками $\wedge/\vee$ во время тренировки) с обратным отсчетом времени, количеством калорий или заданным расстоянием.

Работа с ручной настройкой:

- используйте кнопки $\wedge/\vee$, чтобы выбрать ручную программу;
- нажмите кнопку **Ввод**, чтобы войти в ручную программу;
- когда **TIME** начнет мигать, кнопками $\wedge/\vee$ установите время тренировки; нажмите кнопку **Ввод** для подтверждения;

- аналогичным способом установите значения для **DISTANCE**, **CALORIES** и **PULSE**;
- для начала тренировки нажмите кнопку **Старт/Стоп**.

P2-P11 (Предустановленные программы)

Программы от 2 до 11 — предустановленные. В эту группу входят следующие режимы: Перекаты, Долина, Жиросжигание, Гора, Выносливость, Склоны, Кардио, Плато, Ступеньки, Ралли.

Можно заниматься с разной нагрузкой и интервалами согласно отображаемому профилю тренировки. Уровень нагрузки можно повысить или понизить кнопками $\wedge/\vee$, поставить обратный отсчет времени, калорий и расстояния.

Работа с P2-P11:

- с помощью кнопок $\wedge/\vee$ выберите одну из программ P2-P11;
- нажмите **Ввод** для входа в программу;
- когда **TIME** начнет мигать, кнопками $\wedge/\vee$ установите время тренировки; нажмите кнопку **Ввод** для подтверждения;
- аналогичным способом установите значения для **DISTANCE**, **CALORIES** и **PULSE**;
- нажмите кнопку **Старт/Стоп** для начала тренировки.

P12 (Жирослизатор)

P12 — специальная программа для расчета соотношения жира в организме пользователя и предоставления пользователям определенного профиля нагрузки.

Есть 3 типа телосложения, разделенных в зависимости от рассчитанного процента жира:

- тип 1 — жира в организме % > 27;
- тип 2 — $27 \geq$ жира в организме % ≥ 20 ;
- тип 3 — жира в организме % < 20.

На консоли отобразятся результаты теста в процентах жира.

Работа с P12:

- кнопками $\wedge/\vee$ выберите P12;
- нажмите **Ввод** для входа в программу;

- когда замигает **F/M**, кнопками $\wedge/\vee$ задайте нужный пол; M = мужчина, F = женщина, предустановленный пол — мужчина; нажмите **Ввод** для подтверждения;
- когда замигает **HEIGHT**, кнопками $\wedge/\vee$ задайте нужный рост; предустановленный рост — 170 см; нажмите **Ввод** для подтверждения;
- когда замигает **WEIGHT**, кнопками $\wedge/\vee$ задайте нужный вес; предустановленный вес — 72 кг; нажмите **Ввод** для подтверждения;
- когда замигает **AGE**, кнопками $\wedge/\vee$ задайте нужное значение; предустановленное значение — 30 лет;
- нажмите **Старт/Стоп** для начала измерений; если на экране будет значок E, убедитесь, что вы крепко держитесь за кардиодатчики; повторно нажмите **Старт/Стоп**;
- в конце измерений отобразится значение ИМТ, процента жира в теле и уровень базального метаболизма;
- нажмите кнопку **Старт/Стоп** для начала тренировки.

Показатели ИМТ

Пол/Возраст	Дефицит массы тела	Норма	Избыток массы тела	Предожирение	Ожирение
Мужчина ≤ 30	< 14	14 ~ 20	20.1 ~ 25	25.1 ~ 35	> 35
Мужчина > 30	< 17	17 ~ 23	23.1 ~ 28	28.1 ~ 38	> 38
Женщина ≤ 30	< 17	17 ~ 24	24.1 ~ 30	30.1 ~ 40	> 40
Женщина > 30	< 20	20 ~ 27	27.1 ~ 33	33.1 ~ 43	> 43

Процент жира в теле

Пол	Низкий	Средний	Повышенный	Высокий
Мужской	< 13%	13%–25.9%	26%–30%	> 30%
Женский	< 23%	23%–35.9%	36%–40%	> 40%

Уровень базального метаболизма (тип телосложения):

- B1 — крайне худой;
- B2 — худой;

- B3 — умеренно худой;
- B4 — ниже нормы;
- B5 — нормальный;
- B6 — выше нормы;
- B7 — предожирение;
- B8 — ожирение;
- B9 — экстремальное ожирение.

P13 (Ватт-фиксированная тренировка)

Программа 13 — ватт-фиксированная.

Нажмите **Ввод**, чтобы задать целевые параметры **WATT**, **TIME**, **DISTANCE**. Во время тренировки уровень нагрузки изменить будет нельзя, он будет меняться в зависимости от скорости. Например, если скорость маленькая, то нагрузка будет возрастать.

Работа с P13:

- кнопками $\wedge/\vee$ выберите P13 Ватт-фиксированную программу;
- нажмите **Ввод** для входа в программу;
- когда **TIME** начнет мигать, кнопками $\wedge/\vee$ установите время тренировки; нажмите кнопку **Ввод** для подтверждения;
- аналогичным способом установите значения для **DISTANCE**, **WATT**;
- нажмите кнопку **Старт/Стоп** для начала тренировки.



Примечание! В этой программе значение **WATT** будет оставаться постоянным. Это означает, что, если скорость большая, уровень сопротивления уменьшится, а если скорость маленькая, уровень сопротивления увеличится.

P14-P17 (Программы контроля частоты сердечных сокращений)

Программы с 14 по 17 — это программы контроля частоты сердечных сокращений (ЧСС): 55% ЧСС, 75% ЧСС, 95% ЧСС, Целевая ЧСС.

Значения программ P14-P17:

- P14 — 65% от макс. ЧСС; целевой пульс = $(220 - \text{Возраст}) \times 65\%$;

- P15 — 75% от макс. ЧСС; целевой пульс = $(220 - \text{Возраст}) \times 75\%$;
- P16 — 85% от макс. ЧСС; целевой пульс = $(220 - \text{Возраст}) \times 85\%$;
- P17 — целевая ЧСС; тренировки с заданным значением ЧСС.

Пользователи могут тренироваться в соответствии с желаемой программой сердечного ритма, установив следующие параметры: возраст, время, расстояние, калории или целевой пульс. В этих программах регулируется уровень нагрузки в соответствии с определяемой частотой сердечных сокращений. Например, уровень нагрузки может увеличиваться каждые 20 секунд, пока определяемая частота сердечных сокращений ниже целевого ЧСС. Уровень нагрузки может снижаться каждые 20 секунд, пока определяемая частота сердечных сокращений выше целевого ЧСС.

Работа с P14-P17:

- кнопками $\wedge/\vee$ выберите программы контроля ЧСС с P14 по P17;
- нажмите **Ввод** для входа в программу;
- когда замигает **TIME**, нажимайте кнопки $\wedge/\vee$, чтобы установить время тренировки; нажмите кнопку **Ввод** для подтверждения;
- аналогичным способом установите значения для **DISTANCE** и **CALORIES**;
- когда в программе P17 замигает **TARGET PULSE** (Целевой пульс), установите нужное значение от 80 до 180 кнопками $\wedge/\vee$;
- когда замигает **AGE**, задайте нужное значение кнопками $\wedge/\vee$; предустановленное значение — 30 лет;
- нажмите кнопку **Старт/Стоп** для начала тренировки.

P18-P21 (Пользовательские программы)

Программы с 18 по 21 — пользовательские: User 1, User 2, User 3, User 4. Каждый из пользователей может задавать нужные значения времени, расстояния, калорий и нагрузки. Значения и профиль будут сохранены в системе после окончания настройки. Пользователь может менять нагрузку во время тренировки при помощи кнопок $\wedge/\vee$, это не отразится на данных, сохраненных в профиле.

Работа с P18-P21:

- кнопками $\wedge/\vee$ выберите пользовательские программы P18-P21;
- нажмите **Ввод** для входа в программу;

- когда **TIME** начнет мигать, кнопками $\wedge/\vee$ установите время тренировки; нажмите кнопку **Ввод** для подтверждения;
- аналогичным способом установите значения для **DISTANCE**, **CALORIES** и **AGE**;
- когда замигает первый столбик, кнопками $\wedge/\vee$ задайте нужный персональный профиль; нажмите **Ввод** для подтверждения нагрузки в первом столбике; предустановленное значение нагрузки — 1;
- когда замигает второй столбик, кнопками $\wedge/\vee$ задайте нужный персональный профиль; нажмите **Ввод** для подтверждения нагрузки во втором столбике; предустановленное значение нагрузки — 1;
- повторяйте описанные выше шаги, чтобы создать свой персональный профиль; нажмите **Ввод** для подтверждения;
- нажмите кнопку **Старт/Стоп** для начала тренировки.

8. КОДЫ ОШИБОК

Код ошибки	Возможные причины	Устранение неисправностей
E1	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ошибки в работе мотора. 2. Проблемы с подключением кабелей. 3. Ошибка сигнала между консолью и мотором. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Обратитесь в авторизованный сервисный центр. 2. Обратитесь в авторизованный сервисный центр. 3. Замените консоль.
E2	<ol style="list-style-type: none"> 1. Неправильное положение рук на датчике пульса при запуске жиросканализатора. 2. Неправильное отображение ЧСС. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Крепко возьмитесь за датчики пульса и держите как минимум 3 секунды. 2. Проверьте отображение ЧСС в других режимах. Обратитесь в авторизованный сервисный центр.

Технические данные текущего адаптера

Выход: DC 9V/1000 мА. Вход: переменный ток 100-240 В.

9. СПЕЦИФИКАЦИЯ

Тип оборудования	велотренажер
Питание	от сети 220 В, 50 Гц
Энергосбережение	есть
Посадка	вертикальная
Система нагружения	электромагнитная
Кол-во уровней нагрузки	32
Вес маховика (физический/инерционный)	11 кг/24 кг
Педальный узел	трехкомпонентный
Регулировка положения седла	по вертикали, по горизонтали
Регулировка положения поручней	круговая
Консоль	LCD-дисплей
Показания консоли	время, дистанция, обороты, ватты, скорость, калории, пульс, уровень нагрузки, восстановление пульса
Общее количество программ	21
Мультимедиа	нет
Измерение пульса	сенсорные датчики
Макс. вес пользователя	140 кг
Компенсаторы неровностей пола	да
Транспортировочные ролики	да
Габариты (Д*Ш*В)	91*52*144 см
Габариты упаковки (Д*Ш*В)	98*26*63 см
Вес нетто	31,5 кг
Вес брутто	35 кг

Импортер	ООО «ДЕМО-СПОРТ» 197183, г. Санкт-Петербург, Полевая Сабиловская ул., дом 54, литера А, помещение 035С тел. 8-800-775-56-38
Завод-изготовитель	XIAMEN K-POWER TRADING CO., LTD. NO.53 TONGMING ROAD, TONGAN DISTRICT, XIAMEN, CHINA T. +86-592-7265 356
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!

EAC

ORLAUF

