



R1001 PRO

ВЕЛОТРЕНАЖЕР



РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

Уважаемый покупатель!

Поздравляем с удачным приобретением! Вы приобрели современный тренажер, который, как мы надеемся, станет Вашим лучшим помощником. Он сочетает в себе передовые технологии и современный дизайн.

Постоянно используя этот тренажер, Вы сможете укрепить сердечно-сосудистую систему и приобрести хорошую физическую форму. Надеемся, что данная модель удовлетворит все Ваши требования.

Прежде чем приступить к использованию тренажера, внимательно изучите настоящее руководство и сохраните его для дальнейшего использования. В случае возникших 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.

Если у Вас возникли какие-либо вопросы по эксплуатации данного тренажера, свяжитесь со службой технической поддержки или уполномоченным дилером, у которого Вы приобрели тренажер.

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 повредить Вашему здоровью.

Транспортировка и эксплуатация тренажера:

1. Тренажер должен транспортироваться только в заводской упаковке;
2. Заводская упаковка не должна быть нарушена;
3. При транспортировке тренажер должен быть надежно защищен от дождя, влаги, атмосферных осадков, механических перегрузок.

Хранение тренажера:

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

1. температура + 10 - + 35 С;
2. влажность: 50 -75%;
3. 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 и только после этого можно приступить к эксплуатации.

Перед тем как начать тренировку:

Перед первым занятием проверьте, правильно ли была проведена сборка тренажера. Ознакомьтесь

со всеми функциями и настройками тренажера и проводите тренировки в строгом соответствии с инструкцией по эксплуатации. Перед началом тренировки убедитесь, что все защитные элементы надежно установлены и 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.

Рекомендации по сборке:

Перед сборкой тренажера тщательно изучите ее последовательность 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 компоненты, неплотно закрепив гайки и болты, и, убедившись, что конструкция собрана правильно, окончательно затяните их.

Рекомендации по уходу:

Перед любым обслуживанием обязательно отключайте тренажер от электрической сети (для тренажеров с питанием от сети). К обслуживанию можно приступать примерно через минуту после полного обесточивания внутренних электрических цепей тренажера. Не применяйте абразивные препараты и агрессивные жидкости для чистки рабочих поверхностей тренажера – такие как ацетон, бензин, уайт-спириты, бензол и их производные во избежание повреждения лакокрасочных покрытий и пластиковых деталей. Для ухода рекомендуется применять слегка смоченную нейтральным раствором моющей жидкости ткань с последующей протиркой сухой тканью.

Электробезопасность (для тренажеров с питанием от сети):

Соблюдайте все меры предосторожности, принятые при работе с электрическим оборудованием. Тренажер 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 осмотрите электрический соединительный шнур на предмет отсутствия его 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, переходные адаптеры между электрической сетью и тренажером. Это может нарушить работу системы УЗО и увеличить риск поражения электрическим током, а также 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. В случае скачка напряжения в некоторых тренажерах предусмотрено автоматическое отключение.

Меры предосторожности:

Тренажер должен использоваться только по назначению, то есть для физических 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. Тренажер предназначен для использования взрослыми людьми, конструкция и установленные нагрузки рассчитаны на взрослых людей, поэтому эксплуатация несовершеннолетними лицами не допускается. Дети и домашние животные не должны приближаться к работающему тренажеру ближе, чем на 3 м.

Меры предосторожности

В целях вашей безопасности, а также во избежание травм внимательно ознакомьтесь с данной инструкцией перед началом тренировок:

1. Установите тренажер на ровной гладкой поверхности.
2. Поддерживайте чистоту в месте расположения тренажера.
3. Перед началом тренировки убедитесь, что все части тренажера на месте и плотно затянуты.
4. Не используйте тренажер, если какие-либо части сломаны или неисправны.
5. Подключите шнур питания к розетке с заземлением, не протягивайте шнур питания под оборудованием. Не включайте тренажер, если поврежден шнур питания.
6. Избегайте попадания рук, ног в движущиеся части тренажера.
7. Обратите внимание на ограничения по весу.
8. Тренажер предназначен только для одного пользователя.
9. Надевайте соответствующую спортивную одежду и обувь. Не занимайтесь в свободной одежде, части которой могут попасть в движущиеся элементы тренажера.
10. Не двигайте тренажер из стороны в сторону.
11. Не используйте тренажер более часа за один подход. Дайте ему «остыть», прежде, чем продолжить тренировку.
12. Будьте внимательны во время монтажа/демонтажа тренажера.
13. Избегайте попадания жидкостей на тренажер.
14. Во избежание поражения электрическим током держите электрические части тренажера вдали от воды.
15. Не используйте какие-либо аксессуары, если они не рекомендованы производителем.
16. Во время занятий, будьте внимательны к своему физическому состоянию, головокружение – признак того, что ваши тренировки слишком интенсивны.
17. Если вы чувствуете себя плохо, либо появилась боль в мышцах, суставах, груди – немедленно прекратите тренировку.
18. Неправильно построенные тренировки могут привести к травмам.
19. Убедитесь, что свободная зона вокруг тренажера составляет не менее 1 м.
20. Убедитесь, что дети находятся вдали от работающего тренажера.

СХЕМА ТРЕНАЖЕРА №1

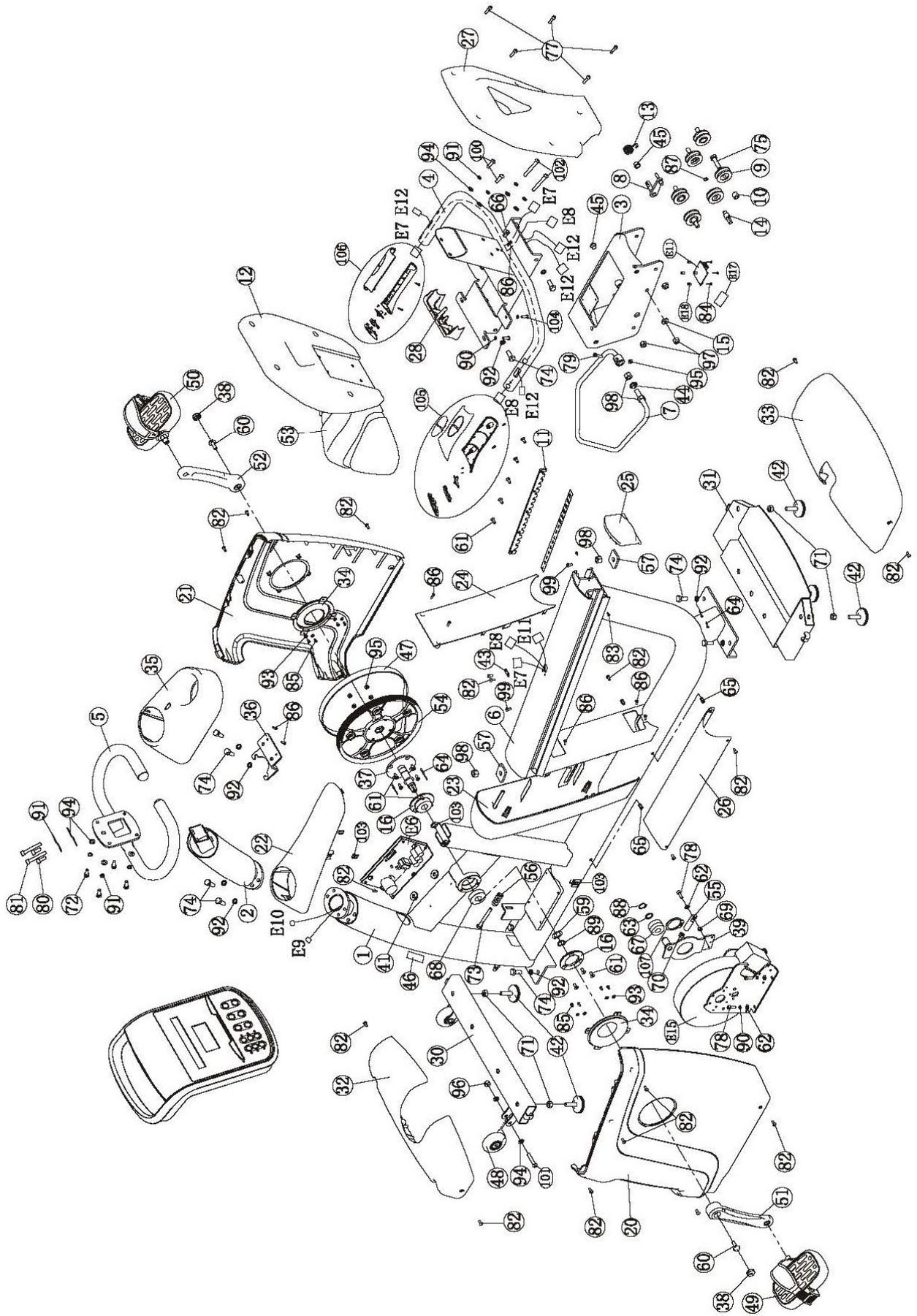
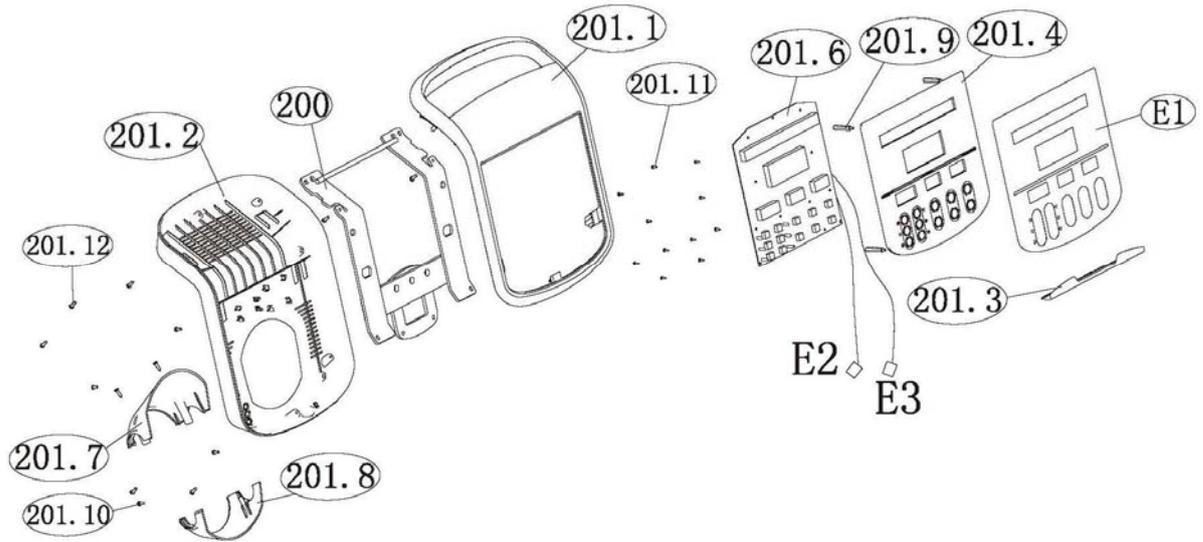
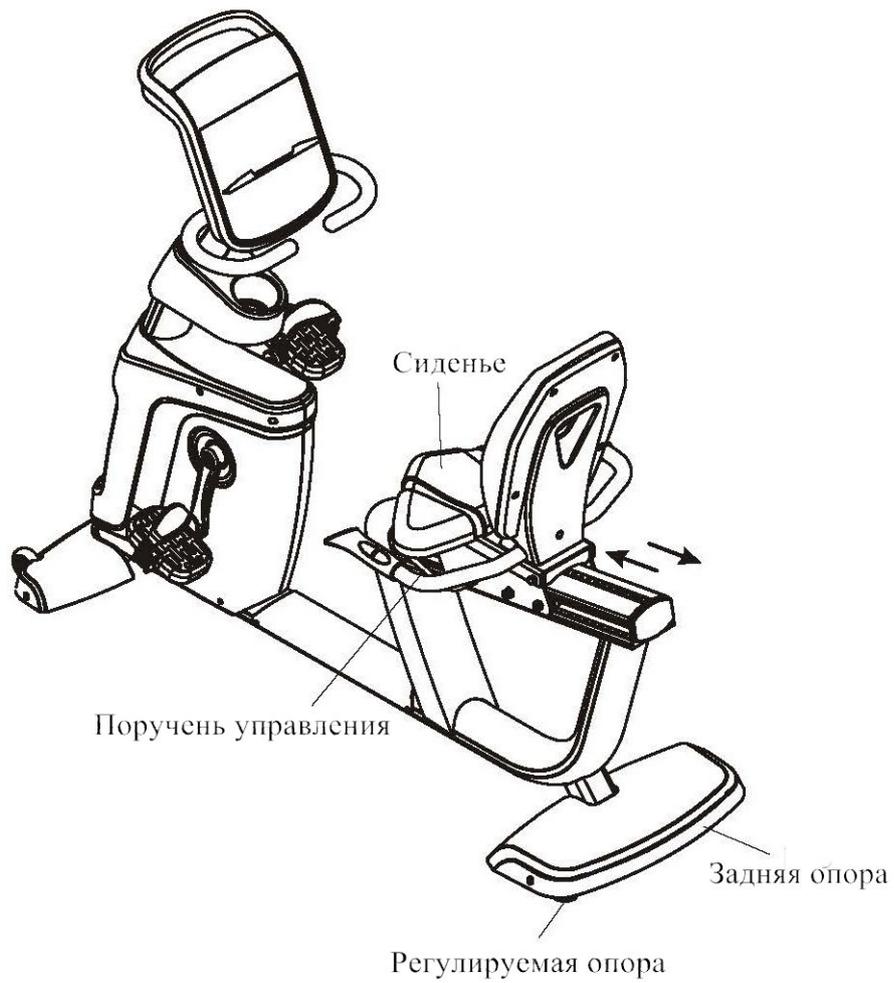


СХЕМА СБОРКИ КОНСОЛИ



ТРЕНАЖЕР В СОБРАННОМ ВИДЕ

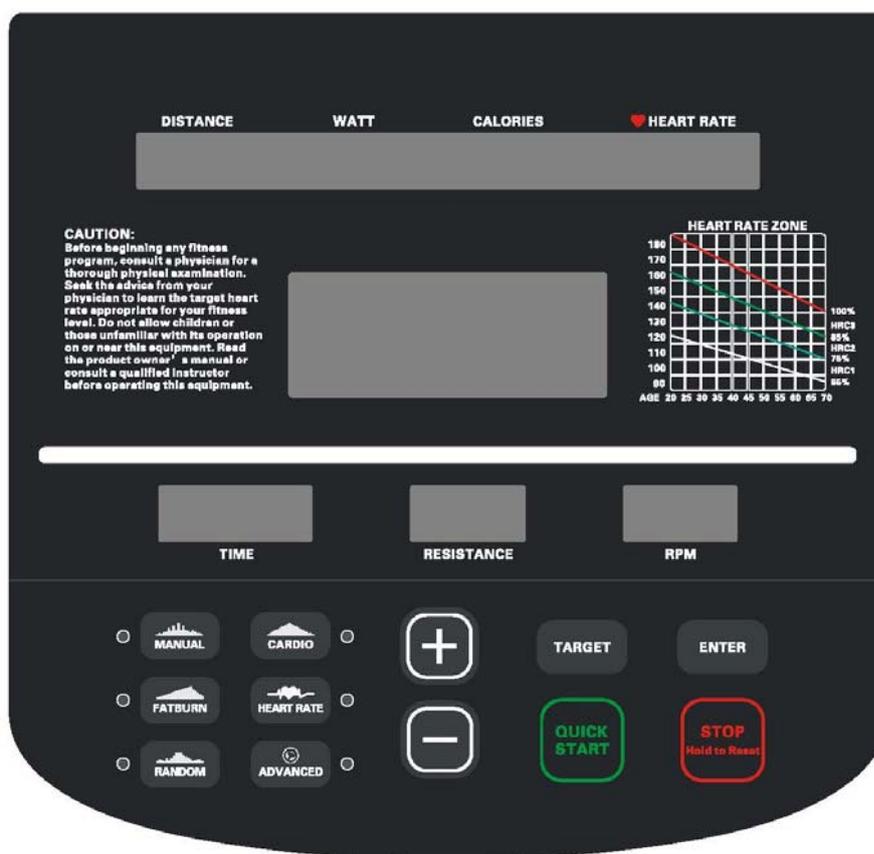


СПИСОК КОМПЛЕКТУЮЩИХ ЧАСТЕЙ

№	Описание	Кол-во	№	Описание	Кол-во
1	Основная рама	1	68	Кривошип	2
2	Стойка консоли	1	69	Гайка	1
3	Регулировочный крепеж	1	70	Гайка	1
4	Рама спинки	1	71	Гайка	5
5	Руль	1	72	Болт М8*20	4
6	Рама сиденья	1	73	Болт М8*70	1
7	Регулировочная ручка	1	74	Болт М10*25	12
8	Пружина	1	75	Болт М10*40	4
9	Колесико	6	77	Болт М6*20	5
10	Втулка	4	78	Болт М6*20	5
11	Пластина	1	79	Болт М6*25	1
12	Спинка сиденья	1	80	Болт М8*20	2
13	Пружина	1	81	Болт М8*55	2
14	Прокладка	2	82	Винт М5*12	20
15	Пластина	2	83	Винт ST2,9*9,5	2
16	Крышка кривошипа	2	84	Винт ST2,9*16	4
20	Левая крышка	1	85	Винт ST4,2*9,5	8
21	Правая крышка	1	86	Винт ST4,2*16	9
22	Верхняя крышка	1	87	Клипса Ф10	2
23	Передняя крышка	1	88	Клипса Ф17	1
24	Задняя крышка	1	89	Клипса Ф20	2
25	Втулка	1	90	Шайба Ф6	8
26	Кожух	1	91	Шайба Ф8	12
27	Задняя крышка	1	92	Шайба Ф10	12
28	Декоративная крышка	1	93	Шайба Ф5,5*Ф10*1	8
30	Передняя опора	1	94	Шайба Ф9*Ф16*1	16
31	Задняя опора	1	95	Гайка М6	5
32	Крышка передней опоры	1	96	Гайка М8	2
33	Крышка задней опоры	1	97	Гайка М10	6
34	Кольцо шатуна	2	98	Гайка М12	4
35	Держатель бутылки	1	99	Болт М6*12	2
36	Крепеж держателя бутылки	1	100	Болт М8*25	2
37	Ось	1	101	Болт М8*45	2
38	Втулка шатуна	2	102	Болт М8*60	2
39	Натяжной шкив	1	103	Гайка	6
41	Шайба	2	104	Болт 1/4'-20*19	4

42	Регулируемая ножка	5	105	Пульсомер	1
43	Пластина	1	106	Пульсомер	1
44	Прокладка	1	107	Клипса Ф45	1
45	Прокладка	2	108	Отвертка	1
46	Клеящая лента	1	109	Отвертка	1
47	Поликлиновый ремень	1	110	Ключ S-5	1
48	Колесико	2	111	Ключ S-6	1
49	Левая педаль	1	200	Держатель консоли	1
50	Правая педаль	1	201	Консоль	1
51	Левый шатун	1	E1	Накладка консоли	1
52	Правый шатун	1	E1,1	Стикер для консоли	1
53	Спинка сиденья	1	E2	Кабель консоли	1
54	Шкив	1	E3	Таймер	1
55	Гайка	1	E4	Заглушка	1
56	Пружина	1	E5	Магниты	1
57	Пластина	2	E6	Плата управления	1
58	Провод	0,55	E7	Кабель 1	1
59	Шайба Ф20	2	E8	Кабель 2	1
60	Винт	2	E9	Кабель консоли	1
61	Винт М6*15	15	E10	Таймер	1
62	Шайба Ф6,6*Ф15*2	5	E11	ЕКГ	1
63	Шайба	2	E12	Провод пульсомера	2
64	Заклепка Ф3,2*15	4	E16	Магниты	2
65	Гайка М15	4	E17	Ресирвер	1
66	Гайка М6*16,5	1	E18	Прокладка	4
67	Подшипник	2			

Работа с консолью



Дисплей

- Distance - Дистанция (км или мили, допустимый промежуток 0,01-999)
- Watt – Ватты
- Calories - Калории (расчет количества калорий основан на весе пользователя (70 кг по умолчанию), скорости и времени тренировки)
- Hart rate – Пульс (уд/мин)
- Time – Время (мин:сек, допустимый промежуток 99:59)
- Resistance – Соппротивление (Уровень сложности тренировки L1-L20)
- Speed – Скорость тренировки
- Точечно-матричный дисплей – При включении тренажера на дисплее появляется сообщение «Start pedaling or select program to begin»./При вводе данных отображает их на дисплее./Отображает профиль тренировки.

Кнопки консоли

Start – Быстрый старт

Stop – Завершение тренировки

+/- - Изменение параметров во время тренировки

Target – Используется для режима обратного отсчета (время/калории/дистанция)

Enter – Ввод информации

Manual – Ручное управление
Fat burn – Программа «Сжигание жира»
Random – Программа «Случайная»
Cardio – Кардио тренировка
Hart rate – Пульсозависимые программы
User –Пользовательская программа

Быстрый старт/ Режим ручного управления (Manual)

- Начните вращать педали. Нажмите кнопку «Quick start» для начала тренировки
- На дисплее появится сообщение «Enter weight kgs». Укажите вес пользователя, используя клавиши +/-, нажмите Enter для подтверждения, затем Start для начала тренировки либо одну из программ.
- Используйте кнопку Stop для завершения

Target (Режим обратного отсчета)

Вы можете начать целевую тренировку в режиме обратного отсчета (время, или расстояние, или количество калорий). Для этого установите целевой показатель кнопками +/-, затем нажмите Enter и Start.

Программы

После появления сообщения «Start pedaling or select program to begin» выберете одну из программ:

- Manual – Ручное управление
- Fat burn – Программа «Сжигание жира»
- Random – Программа «Случайная»
- Cardio – Кардио тренировка
- Hart rate – Пульсозависимые программы
- User –Пользовательская программа

Кардио тренировка (Cardio)

- На дисплее появится сообщение «Cardio mode»
- Далее появится сообщение «Enter Time» (Установите продолжительность тренировки). Данные по умолчанию – 20 минут. Кнопками +/- вы можете изменить значение. Нажмите Enter для подтверждения или Quick start для начала тренировки.

Сжигание жира (Fat burn)

- На дисплее появится сообщение «Fat burn mode»
- Далее появится сообщение «Enter Time» (Установите продолжительность тренировки). Данные по умолчанию – 30 минут. Кнопками +/- вы можете изменить значение. Нажмите Enter для подтверждения или Quick start для начала тренировки.

Пульсозависимые программы (Heart rate)

Данная программа включает в себя несколько вариантов тренировок: 1 - 65%, 2 - 75% и 3 - 85%. Выберите Heart rate, затем повторными нажатиями выберете одну из тренировок.

- На дисплее появится сообщение «Enter time» (Установите продолжительность тренировки). Данные по умолчанию – 30 мин. Кнопками +/- вы можете изменить значение. Нажмите Enter для подтверждения.
- Установите уровень сопротивления (Max level). Всего 20 уровней сложности.
- На дисплее появится сообщение «Enter age» (Введите возраст пользователя). Кнопками +/- вы можете изменить значение. Нажмите Enter для подтверждения или Quick start для начала тренировки.

Случайная (Random)

- На дисплее появится сообщение «Random mode»
- Далее появится сообщение «Enter Time» (Установите продолжительность тренировки). Данные по умолчанию – 20 минут. Кнопками +/- вы можете изменить значение.
- Установите уровень сопротивления (Max level). Всего 20 уровней сложности.
- Нажмите Enter для подтверждения или Quick start для начала тренировки.

Пользовательская программа

- Нажмите кнопку User, чтобы зайти в режим пользовательской программы.
- Время по умолчанию – 30 минут. Уровень сопротивления/сложность (Max level) – 1. Всего уровней 20.
- Кнопками +/- вы можете изменить сложность каждого уровня, нажав Enter для подтверждения, затем Start для начала.

ТЕХНИЧЕСКИЕ СПЕЦИФИКАЦИИ

Посадка	горизонтальная
Рама	особопрочная с двухслойной покраской "металлик"
Система нагружения	электромагнитная (генератор)
Кол-во уровней нагрузки	20 (25-350 Ватт)
Маховик	13 кг.
Сидение	эргономичное контурное
Регулировка положения сидения	по горизонтали (15 положений)
Регулировка положения руля	нет
Измерение пульса	сенсорные датчики
Консоль	точечный LED дисплей + 7-ми оконный буквенно-цифровой LED дисплей
Показания консоли	профиль, скорость, время, дистанция, калории, пульс, обороты в мин., уровни, Ватты
Кол-во программ	11 (в т.ч. пульсозависимые)
Спецификации программ	ручной режим, кардио, сжигание жира, случайная, 3 целевые, 3 пульсозависимые, 1 пользовательская
Статистика тренировок	нет
Мультимедиа	нет
Интеграция	нет
Интернет	нет
Язык(и) интерфейса	английский
Вентилятор	нет
Складывание	нет
Транспортировочные ролики	есть
Размер в рабочем состоянии (Д*Ш*В)	166*62*136 см.
Вес нетто	84 кг.
Макс. вес пользователя	180 кг.
Питание	автономно от сети
Гарантия	3 года
Производитель	Neotren GmbH, Германия
Страна изготовления	КНР

*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 ООО «Неотрен» www.neotren.ru

Тренажер сертифицирован по Системе Сертификации Гост Р «Федеральным Агентством По Техническому Регулированию и Метрологии» (Ростест).



ВНИМАНИЕ!

ТРЕНАЖЕР ПРЕДНАЗНАЧЕН ДЛЯ КОММЕРЧЕСКОГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ!