

Модель № NTEVEL57019.0
Серія №

Впишіть у верхнє поле серійний номер.



СЕРВІСНЕ ОБСЛУГОВУВАННЯ

ВЕЛИКОБРИТАНІЯ

Телефон: 0330 123 1045

З Ірландії 053 92 36102

Вебсайт: iconsupport.eu

Е-mail: csuk@iconeurope.com

Адреса:

ICON Health & Fitness, Ltd.

Unit 4, Westgate Court

Silkwood Park

OSSETT

WF5 9TT

ВЕЛИКОБРИТАНІЯ

АВСТРАЛІЯ

Телефон: 1800 993 770

Е-mail: australiacc@iconfitness.com

Адреса:

ICON Health & Fitness

PO Box 635

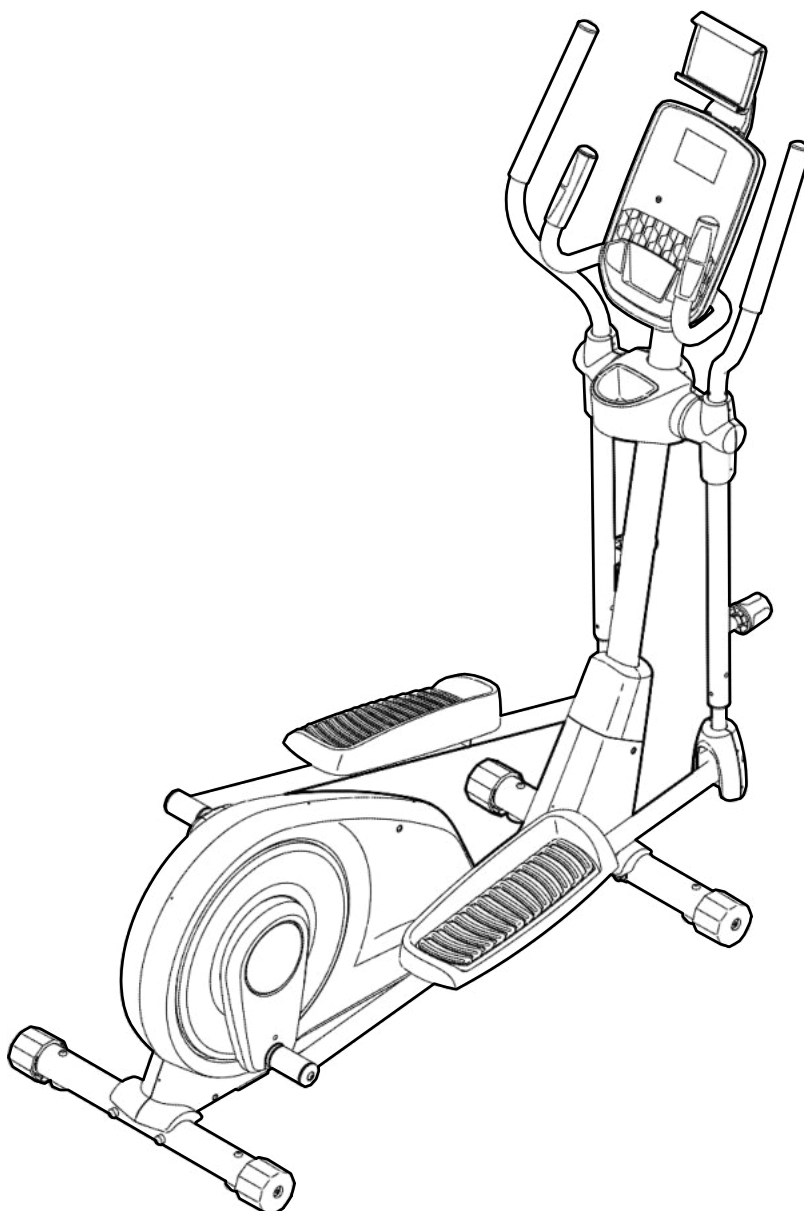
WINSTON HILLS NSW 2153

АВСТРАЛІЯ

⚠ УВАГА

Перед використанням тренажера ознайомтесь з інструкціями та заходами безпеки, викладеними в цьому посібнику. Збережіть дану інструкцію.

ІНСТРУКЦІЯ З ЕКСПЛУАТАЦІЇ

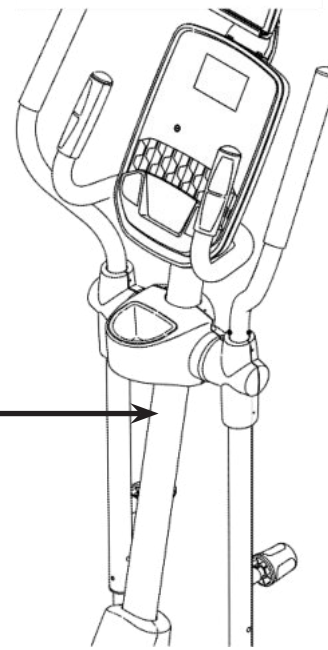
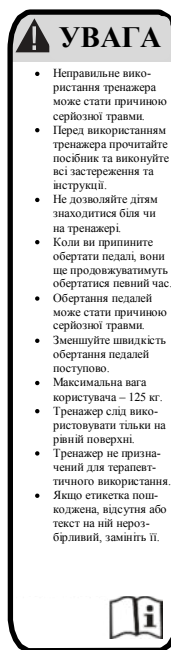


ЗМІСТ

РОЗМІЩЕННЯ ЕТИКЕТКИ ІЗ ЗАСТЕРЕЖЕННЯМ	2
ВАЖЛИВІ ЗАХОДИ БЕЗПЕКИ	3
ПЕРЕД ПОЧАТКОМ	4
СХЕМА ВИЗНАЧЕННЯ ДЕТАЛЕЙ ТРЕНАЖЕРА	5
МОНТАЖ	6
ЯК КОРИСТУВАТИСЯ ОРБІТРЕКОМ?	14
ОБСЛУГОВУВАННЯ ТА УСУНЕННЯ НЕПОЛАДОК	22
ПОСІБНИК ВПРАВ	24
СПИСОК ДЕТАЛЕЙ	25
СХЕМА ДЕТАЛЕЙ	26
ЗАМОВЛЕННЯ ЗАПАСНИХ ДЕТАЛЕЙ	Задня обкладинка
ІНФОРМАЦІЯ ПРО УТИЛІЗАЦІЮ	Задня обкладинка

РОЗМІЩЕННЯ ЕТИКЕТКИ ІЗ ЗАСТЕРЕЖЕННЯМ

На цьому малюнку показано розміщення етикетки із застереженням. **Якщо вона відсутня або текст на ній нерозбірливий, ознайомтесь із інформацією на передній обкладинці, щоб безкоштовно замовити нову наклейку. Розмістіть її в указаному на малюнку місці.**
Примітка: Розміри етикетки на малюнку можуть не співпадати з реальними розмірами.



NORDICTRACK та IFIT – зареєстровані торгові марки ICON Health & Fitness, Inc. App Store – зареєстрована торгова марка в США та інших країнах. Android та Google Play – зареєстровані торгові марки Google LLC. Текстовий знак і логотип BLUETOOTH® – зареєстровані торгові марки Bluetooth SIG, Inc., використовуються на умовах ліцензії. IOS – торгова марка чи зареєстрована торгова марка Cisco в США та інших країнах, використовується на умовах ліцензії.

ВАЖЛИВІ ЗАХОДИ БЕЗПЕКИ

⚠ ОБЕРЕЖНО: Щоб зменшити ризик серйозних травм, перед початком експлуатації тренажера прочитайте всі важливі заходи безпеки та інструкції в цьому посібнику, а також всі попередження на орбітреці. ICON не несе відповідальності за травми чи майнові збитки, заподіяні під час використання цього тренажера.

1. Всі користувачі орбітрека мають бути належним чином проінформовані про всі запобіжні заходи.
2. Перед початком тренувань проконсультуйтеся у свого лікаря. Це особливо важливо для осіб від 35 років або осіб, у яких раніше були проблеми зі здоров'ям.
3. Цей тренажер не призначено для використання особами з обмеженими фізичними, сенсорними або розумовими здібностями чи з недостатнім досвідом і знаннями, якщо вони не знаходяться під контролем чи не отримують вказівок про використання тренажера від осіб, що є відповідальними за їх безпеку.
4. Використовуйте орбітрек лише за призначенням.
5. Цей тренажер призначений лише для домашнього використання. Забороняється використовувати орбітрек в комерційних цілях, здавати в оренду чи експлуатувати в державних установах.
6. Зберігайте тренажер у приміщенні, захищеному від вологи та пилу. Не розміщайте орбітрек в гаражі, на відкритій терасі або біля води.
7. Розміщуйте тренажер на рівній поверхні так, щоб спереду і позаду нього залишалось 0,9 м вільного простору, а також 0,6 м з кожного боку. Щоб захистити підлогу чи килим від пошкодження, підстеліть під орбітрек килимок.
8. Регулярно перевіряйте і затягуйте всі деталі тренажера. Відразу замінюйте зношені деталі.
9. Не підпускайте дітей віком до 13 років і домашніх улюбленців до тренажера.
10. На орбітреці можуть тренуватися особи, вага яких не перевищує 125 кг.
11. Одягайте на тренування відповідний одяг; не одягайте вільний одяг, який може потрапити у рухомі деталі тренажера. Щоб захистити ноги під час тренувань, завжди одягайте спортивне взуття.
12. Під час посадки, сходження з тренажера чи занять на ньому тримайтеся за поручні чи рухомі важелі.
13. Пульсомір – це не медичний пристрій. Різні чинники можуть вплинути на точність вимірювання частоти серцевих скорочень. Пульсомір лише допомагає оцінювати загальну тенденцію серцевого ритму під час тренування.
14. Орбітрек не обладнаний механізмом вільного ходу; педалі будуть крутитися до тих пір, поки не зупиниться маховик. Зменшуйте швидкість обертання педалей поступово.
15. Коли тренуєтесь, тримайте спину рівно.
16. Перевантаження під час тренувань можуть привести до серйозної травми або смерті. Якщо під час тренування Ви відчули слабкість чи біль, почали задихатися, негайно припиніть тренування та відпочиньте.

ПЕРЕД ПОЧАТКОМ

Дякуємо за вибір тренажера NORDICTRACK® SE 3I. Орбітрек SE 3I володіє вражаючим набором функцій, які зроблять Ваші тренування у дома більш ефективними і приємними.

Задля Вашої безпеки рекомендуємо уважно прочитати цю інструкцію, перш ніж починати тренування. Якщо після того, як Ви її прочитаєте, у Вас виникнуть запитання, ознайомтеся із інформацією на передній обкладинці цієї інструкції. Для більш

ефективного обслуговування тренажера перед зверненням до сервісного центру випишіть номер моделі і серійний номер. Номер моделі і місце розташування етикетки із серійним номером показані на передній обкладинці цієї інструкції.

Перед тим, як продовжити читання посібника далі, рекомендуємо ознайомитися із деталями тренажера, відображеними на малюнку нижче.

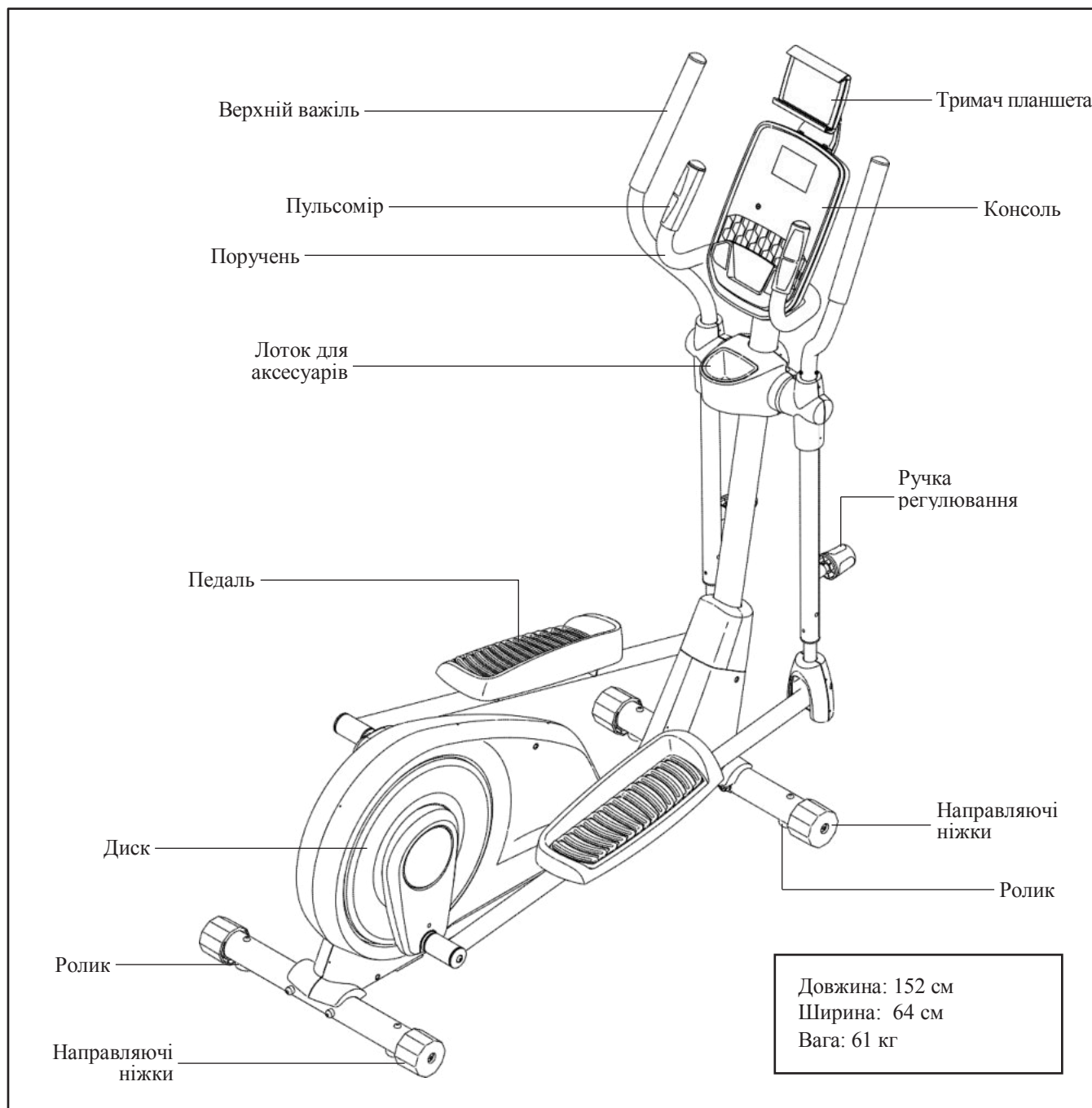
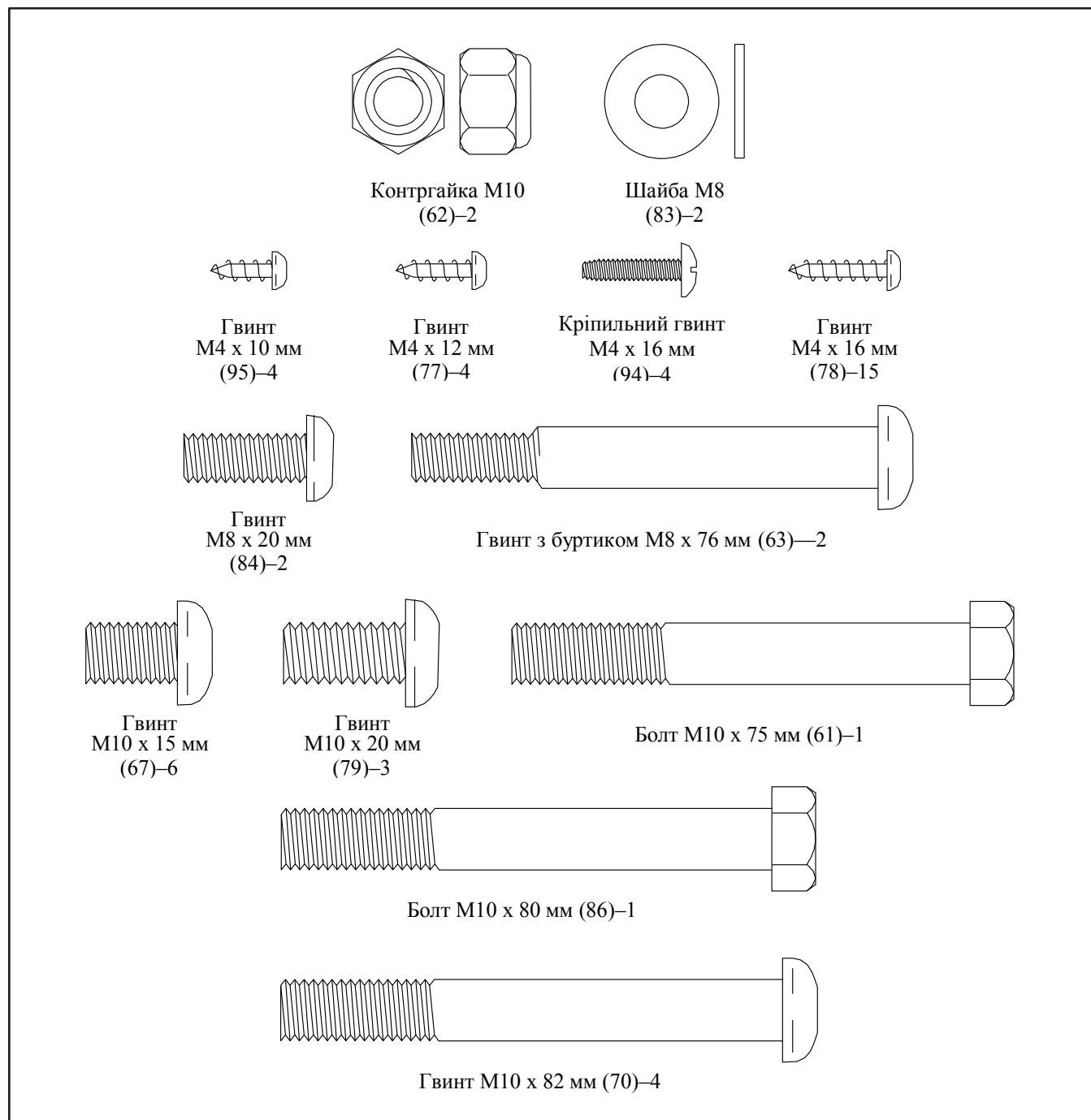


СХЕМА ВИЗНАЧЕННЯ ДЕТАЛЕЙ ТРЕНАЖЕРА

Для визначення деталей тренажера використовуйте малюнок, що нижче. Цифра у дужках під кожним малюнком – це порядковий номер деталі в розділі "СПИСОК ДЕТАЛЕЙ" в кінці цієї інструкції. Цифра після дужок вказує на кількість деталей, потрібних для складання. **Примітка: Якщо деталь відсутня в комплекті, перевірте чи вона не встановлена на своєму місці на тренажері. В комплект можуть бути додані додаткові деталі.**



МОНТАЖ

- Складання тренажера мають виконувати 2 особи.
- Розмістіть всі деталі тренажера на чистому місці і розпакуйте їх. Не викидайте пакувальні матеріали доти, доки не будуть виконані всі кроки з монтажу.
- Деталі лівої сторони позначені: "L" або "Left", а праві сторони позначені: "R" або "Right".
- Щоб визначити дрібні деталі, див. сторінку 5.

- Крім інструментів, які входять в комплект, для складання знадобляться:

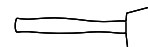
хрестоподібна викрутка



2 ключі для регулювання



гумовий молоток



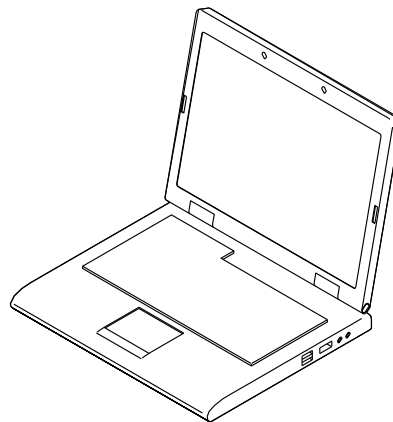
Для спрощення процесу монтажу Вам потрібно мати набір гайкових ключів. Щоб уникнути пошкодження деталей, не використовуйте електроінструменти.

1. Для реєстрації цього продукту та активації гарантії в **Великобританії** перейдіть на вебсайт iconsupport.eu. Якщо у Вас немає доступу до мережі Інтернет, зателефонуйте в службу підтримки (див. передню обкладинку цієї інструкції).

Для реєстрації цього продукту та активації гарантії в **Австралії** надішліть на поштову адресу або електронну адресу, що вказані на передній обкладинці цієї інструкції, наступну інформацію:

- квитанцію (переконайтеся, що зробили копію);
- своє ім'я, адресу та номер телефону;
- номер моделі, серійний номер тренажера та найменування продукту (вказані на обкладинці даної інструкції).

1

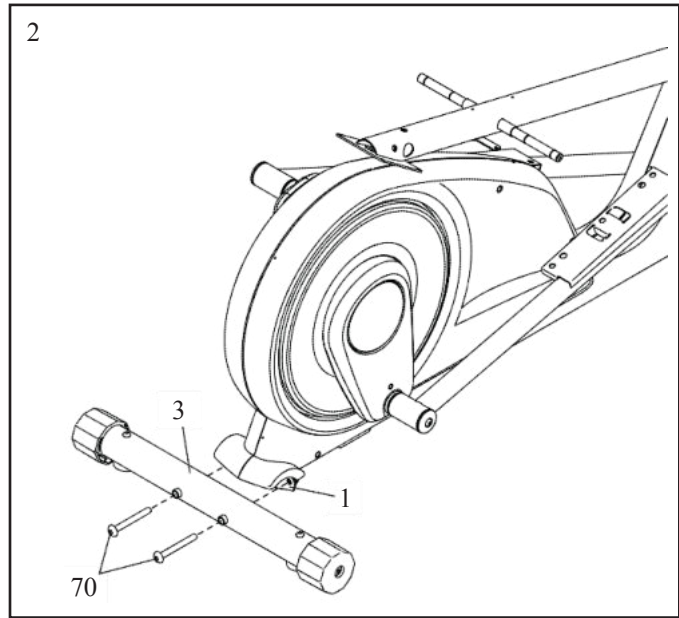


2. Якщо на рамі (1) закріплена транспортувальна трубка (не показано), відгвинтіть гвинти (не показані) на ній та демонтуйте її. Відкладіть гвинти і транспортувальну трубку.

Попросіть помічника підкласти під задню частину рами (1) пакувальні матеріали.

Закріпіть стабілізатор (3) на рамі (1) 2 гвинтами М10 х 82 мм (70).

Тепер приберіть пакувальні матеріали з-під задньої частини рами (1).

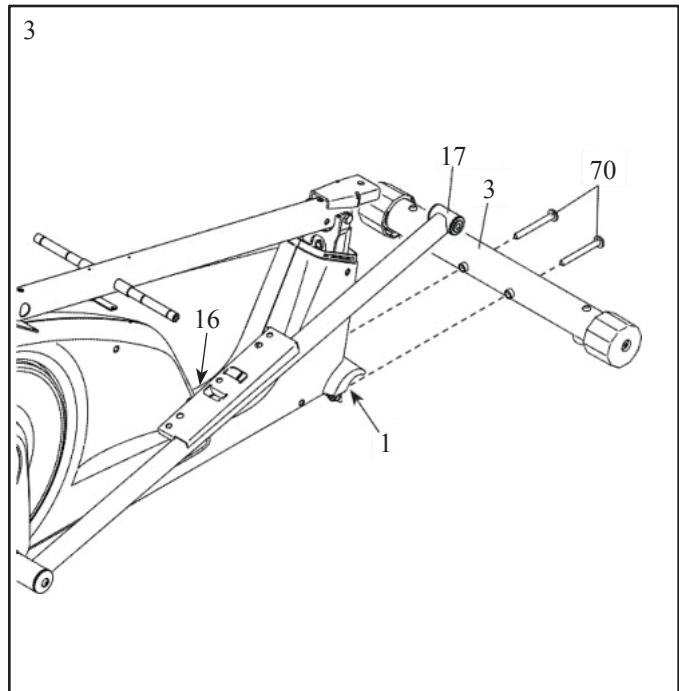


3. Якщо на рамі (1) закріплена транспортувальна трубка (не показано), відгвинтіть гвинти (не показані) на ній та демонтуйте її. Відкладіть гвинти і транспортувальну трубку.

Попросіть помічника підкласти під передню частину рами (1) пакувальні матеріали.

Порада: Підніміть важелі педалей (16, 17), а тоді встановлюйте стабілізатор (3). Закріпіть інший стабілізатор на рамі (1) 2 гвинтами М10 х 82 мм (70).

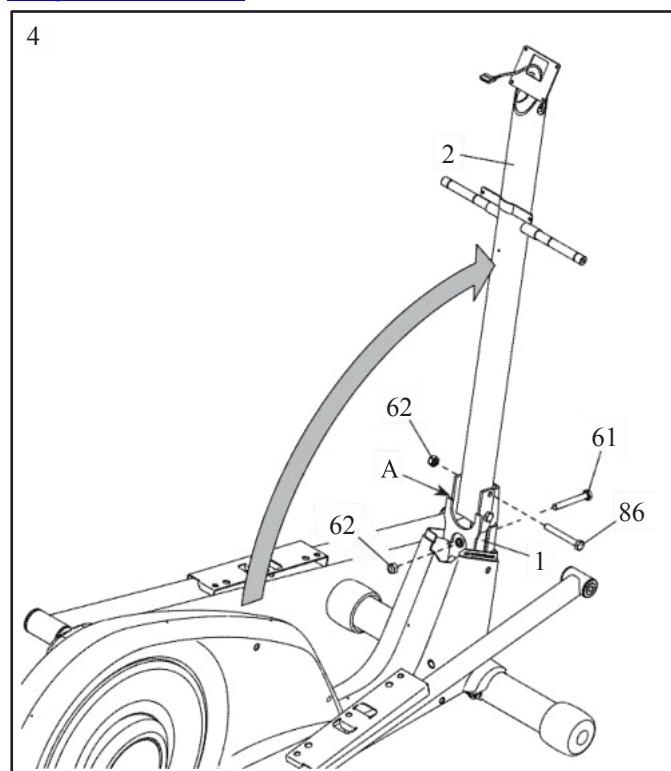
Тепер приберіть пакувальні матеріали з-під передньої частини рами (1).



4. Разом із помічником встановіть опорну стійку (2) у вертикальне положення.

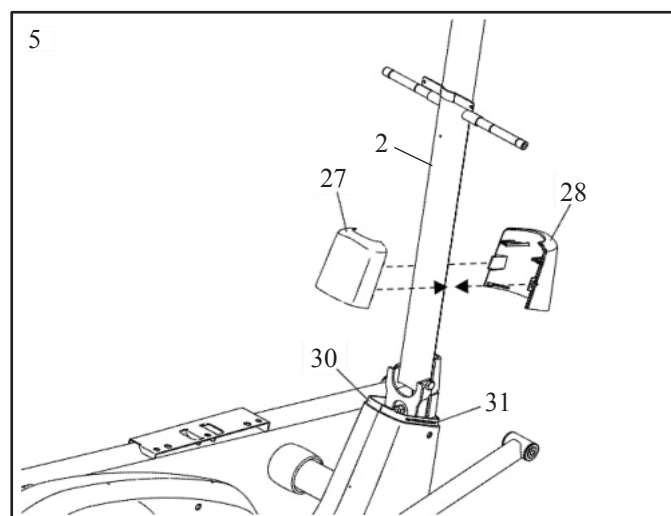
Прикріпіть опорну стійку (2) до рами (1) болтом M10 x 75 мм (61), болтом M10 x 80 мм (86) та 2 контргайками M10 (62); **наживіть обидва болти, а потім затягніть контргайки.**

Затягніть вказану контргайку M10 (A).



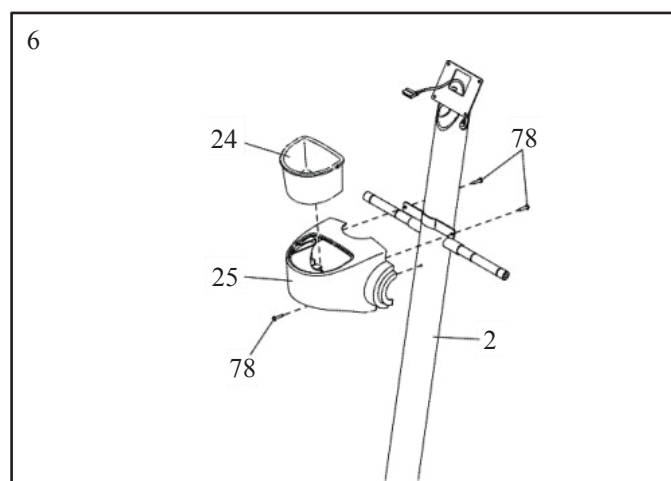
5. Визначте кришку заднього захисного щитка (27) і кришку переднього захисного щитка (28) та розташуйте їх, як показано на малюнку.

Притисніть кришки заднього і переднього захисних щитків (27, 28) до опорної стійки (2), посуньте їх вниз і притисніть до лівого і правого захисних щитків (30, 31).



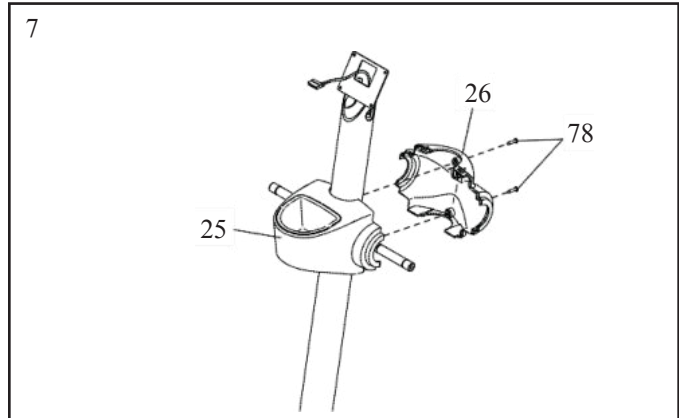
6. Закріпіть задню кришку опорної стійки (25) на стійці (2) 3 гвинтами M4 x 16 мм (78); **наживіть всі гвинти, а потім повністю затягніть їх.**

Далі закріпіть лоток для аксесуарів (24) на задній кришці опорної стійки (25).



7. Розташуйте передню кришку опорної стійки (26) так, щоб слово "UP" (ВГОРУ) було розташоване вгорі.

Закріпіть передню кришку опорної стійки (26) на задній кришці опорної стійки (25) за допомогою 2 гвинтів М4 х 16 мм (78).

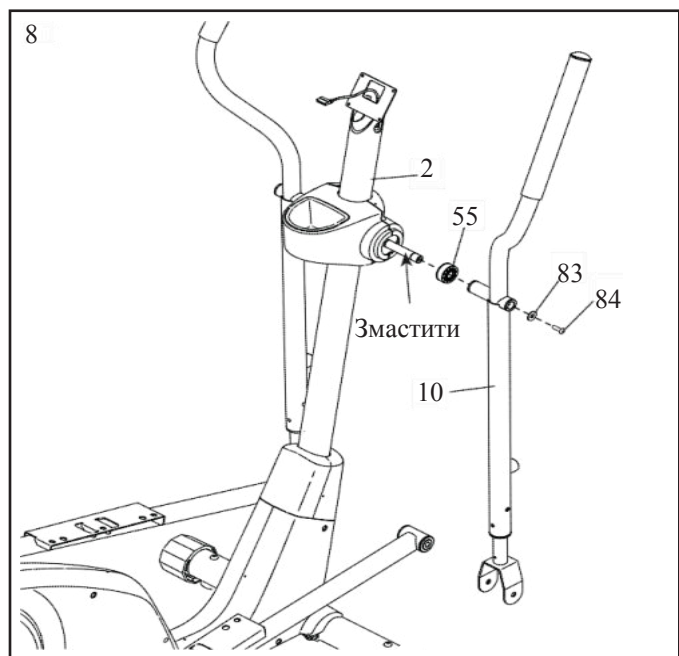


8. Щоб не забруднити пальців, одягніть на руку поліетиленовий пакет і нанесіть трохи мастила на вісі опорної стійки (2).

Одягніть прокладку шарніра (55) на праву вісь опорної стійки (2). Віднайдіть правий рухомий важіль (10), розташуйте його, як показано на малюнку, одягніть на праву вісь опорної стійки.

Закріпіть правий рухомий важіль (10) гвинтом М8 х 20 мм (84) та шайбою М8 (83).

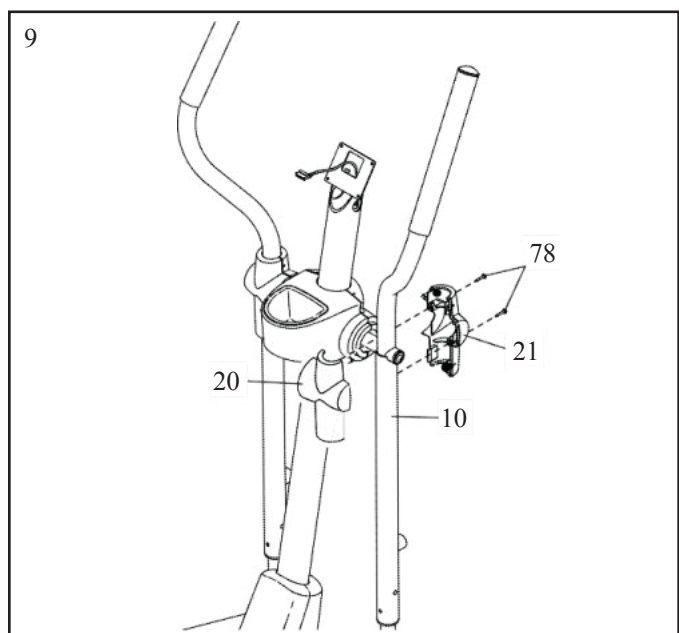
Повторіть процедуру з іншого боку орбітрека.



9. Віднайдіть праву задню кришку важеля (20) і праву передню кришку важеля (21) та розташуйте їх, як показано на малюнку.

Притисніть праву задню кришку важеля (20) і праву передню кришку важеля (21) навколо правого рухомого важеля (10) та закріпіть їх 2 гвинтами М4 х 16 мм (78). **Порада: Спочатку загвинтіть нижній гвинт, а потім – верхній гвинт.**

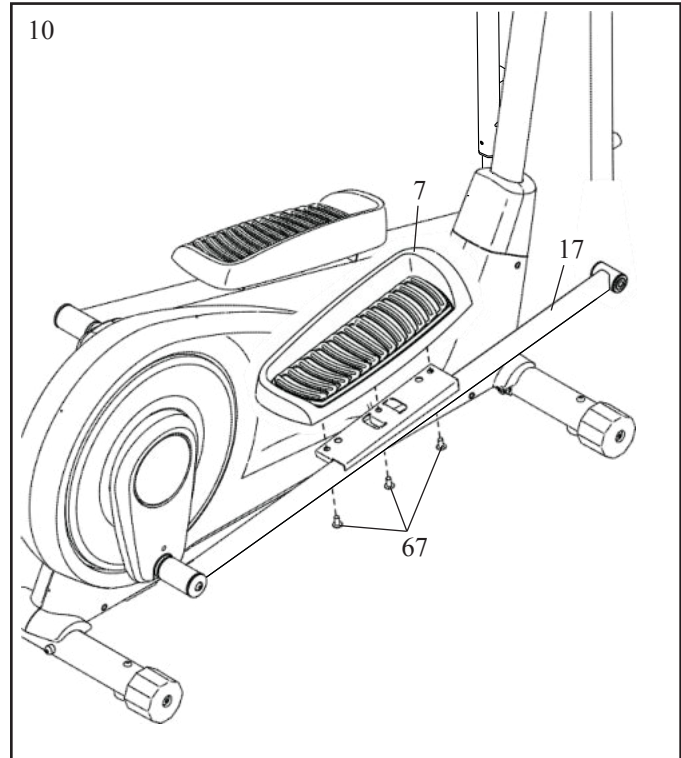
Повторіть процедуру з іншого боку орбітрека.



10. Віднайдіть праву педаль (7) і розмістіть її, як показано на малюнку.

Закріпіть праву педаль (7) на правому важелі педалі (17) 3 гвинтами М10 х 15 мм (67); **наживіть всі гвинти, а потім затягніть їх. Переконайтеся, що для кріплення правої педалі використовуються центральний отвір і 2 зовнішніх отвори.**

Повторіть процедуру з іншого боку орбітрека.

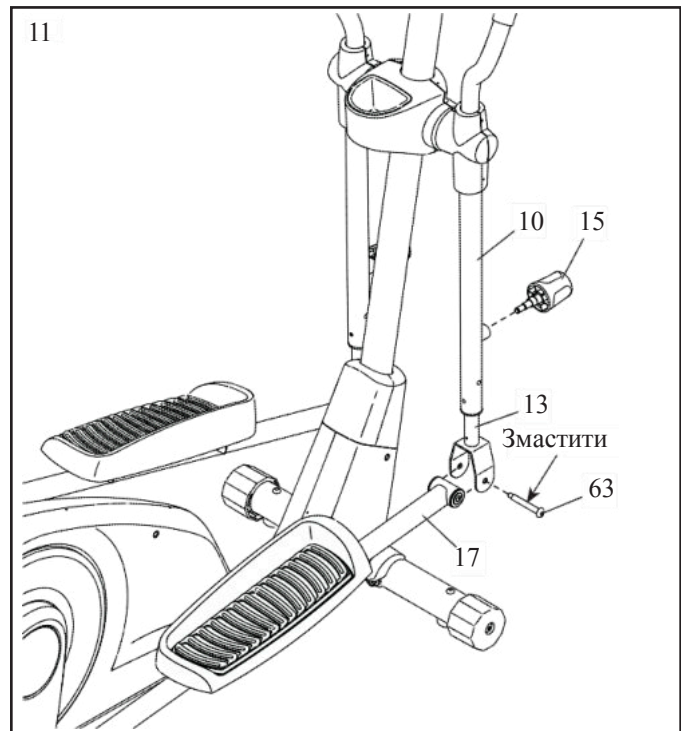


11. Нанесіть трохи мастила на гвинт з буртиком М8 х 76 мм (63).

Закріпіть передній кінець правого важеля педалі (17) в кронштейні нижньої частини правого рухомого важеля (13) за допомогою гвинта з буртиком М8 х 76 мм (63).

За допомогою ключа для регулювання затягніть затискач (15) на правому рухомому важелі (10). Потягніть затискач назовні, потягніть нижню частину рухомого важеля (13) вниз, а потім вставте затискач в один із трьох отворів для регулювання у нижній частині рухомого важеля.

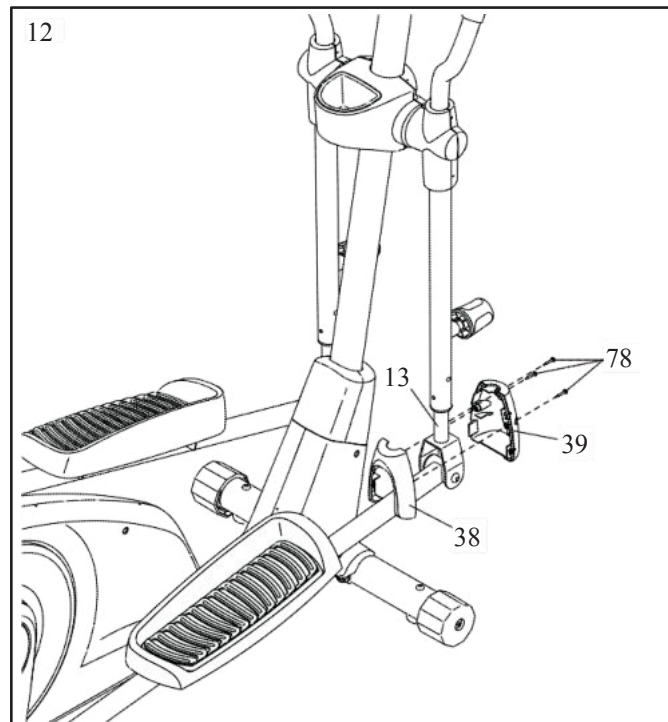
Повторіть процедуру з іншого боку орбітрека.



12. Віднайдіть задню кришку рухомого важеля (38) і передню кришку рухомого важеля (39) та розташуйте їх, як показано на малюнку.

Притисніть задню кришку рухомого важеля (38) і передню кришку рухомого важеля (39) до нижньої частини правого рухомого важеля (13) і закріпіть їх 3 гвинтами М4 х 16 мм (78); спочатку наживіть гвинт у центральний отвір, а потім – у 2 інші отвори. Загвинтіть всі гвинти.

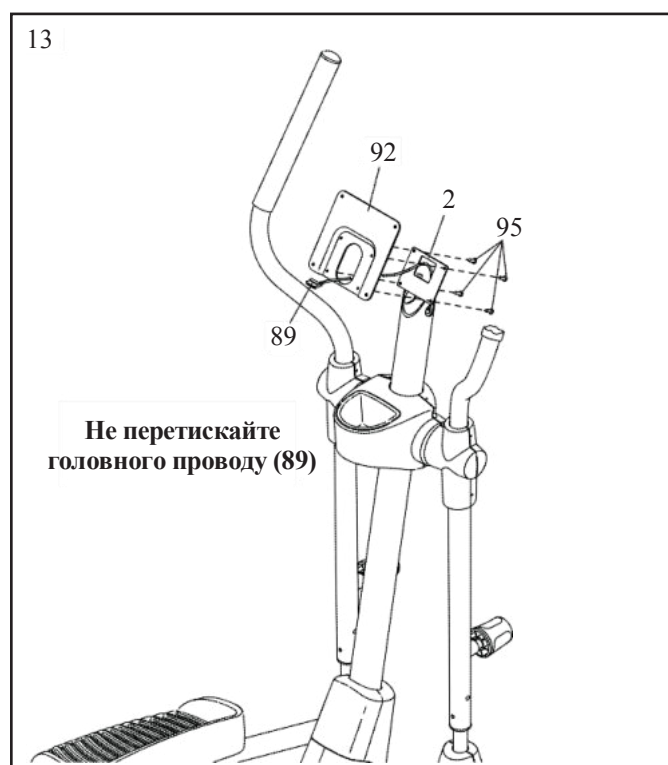
Повторіть процедуру з іншого боку орбітрека.



13. Розташуйте пластину консолі (92), як показано на малюнку, та утримуйте її біля опорної стійки (2).

Протягніть головний провід (89) в опорну стійку (2) через пластину консолі (92).

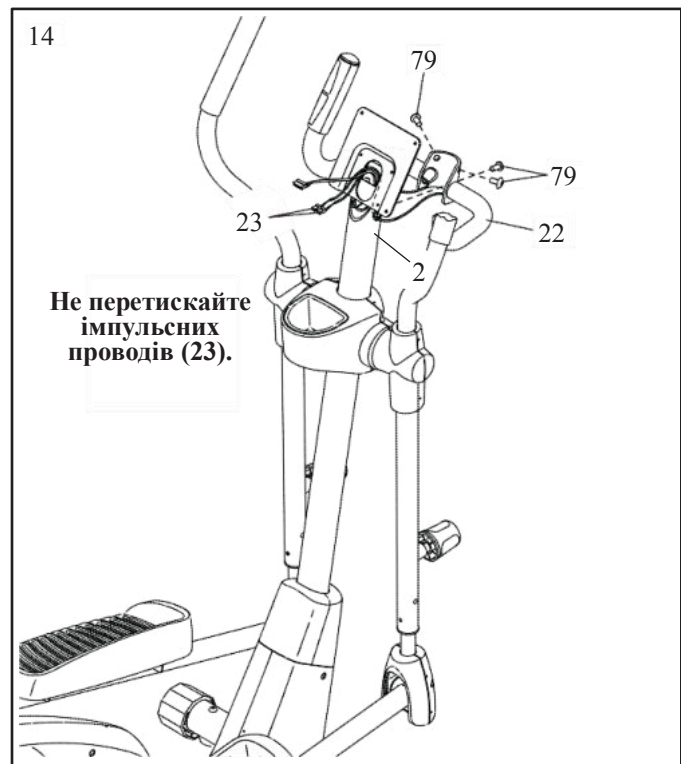
Порада: Не перетискайте головного проводу (89). Прикріпіть пластину консолі (92) до опорної стійки (2) 4 гвинтами М4 х 10 мм (95); наживіть всі гвинти, а потім затягніть їх.



14. Попросіть помічника потримати нерухомий важіль (22) біля опорної стійки (2).

Розташуйте імпульсні проводи (23) з лівого і правого боків поручня (22) та обережно протягніть їх через опорну стійку (2), як показано на малюнку.

Порада: Не перетискайте імпульсних проводів (23). Закріпіть поручень (22) на опорній стійці (2) 3 гвинтами M10 x 20 мм (79); **наживіть всі гвинти, а потім затягніть їх.**



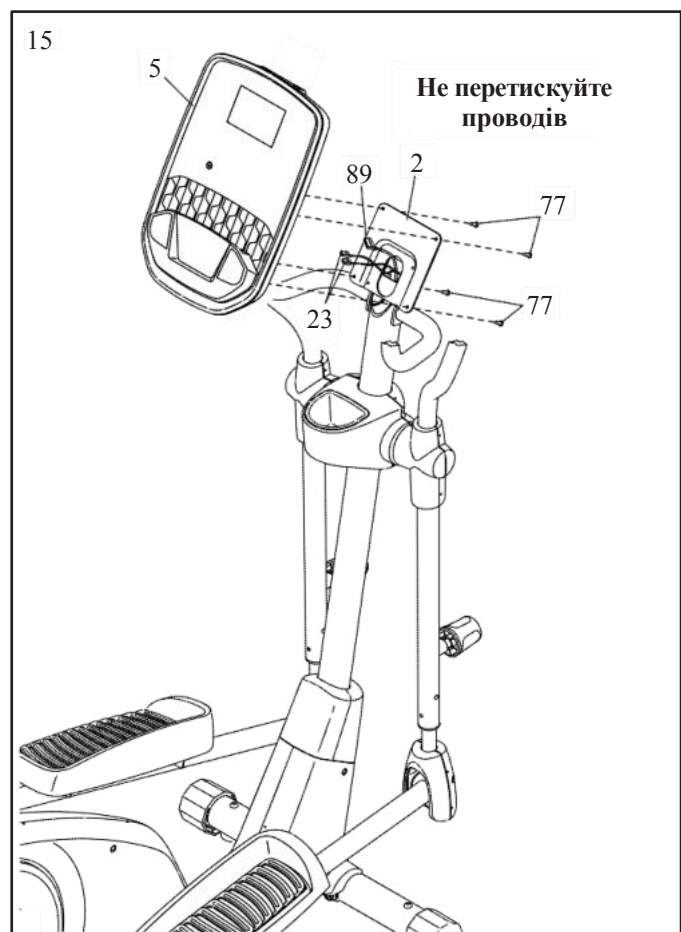
15. Відв'яжіть та викиньте зав'язку, прикріплену на головному проводі (89).

У той час, як помічник притримує консоль (5) біля опорної стійки (2), підключіть головний провід (89) та імпульсні проводи (23) в роз'єми на консолі.

З'єднувачі на головному проводі (89) та імпульсних проводах (23) повинні легко входити в роз'єми та фіксуватися в них. Якщо з'єднувач важко входить в роз'єм, переверніть його і спробуйте вставити знову. **Якщо з'єднувачі підключені неправильно, консоль (5) може вийти із ладу при вмиканні живлення.**

Сховайте зайвий провід в опорній стійці (2).

Порада: Не перетискайте проводів. Закріпіть консоль (5) на опорній стійці (2) за допомогою 4 гвинтів M4 x 12 мм (77); **наживіть всі гвинти, а потім повністю затягніть їх.**



Ексклюзивний представник в Україні:

Група Компаній «Інтер Атлетика»

ТОВ «Фітнес Трейдинг»

Центральний офіс:

08292, Україна, м. Буча, вул. Інститутська, 176

тел./факс: +38 (044) 391-3355, 391-3121

Виставковий центр:

04119, Україна, м. Київ, вул. Мельникова, 48

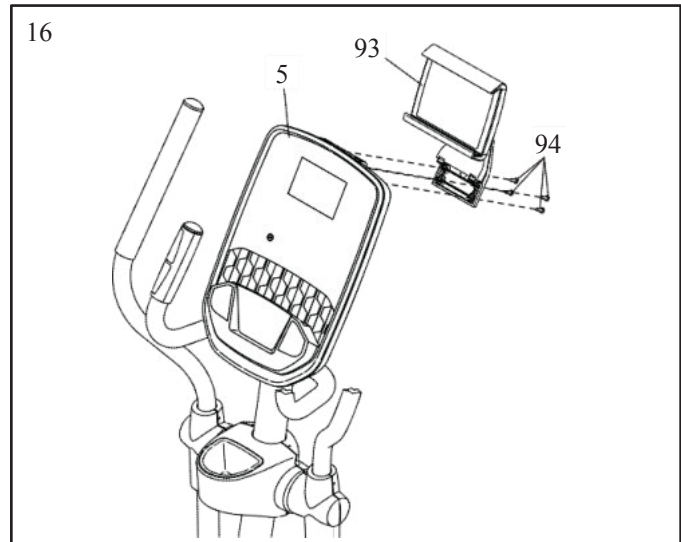
тел./факс: +38 (044) 592-0033

www.interatletika.com

e-mail: prof@interatletika.com

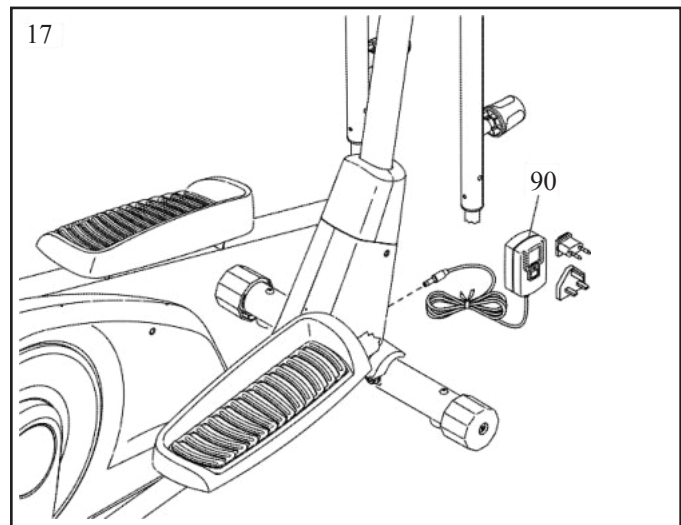
info@interatletika.com

16. Закріпіть тримач планшета (93) до консолі (5) 4 гвинтами кріплення М4 х 16 мм (94); **наживіть всі гвинти кріплення, а потім затягніть їх.**



17. Підключіть адаптер живлення (90) у розетку на тренажері.

Примітка: Щоб дізнатися, як підключити адаптер живлення (90), ознайомтеся з розділом "ПІДКЛЮЧЕННЯ АДАПТЕРА ЖИВЛЕННЯ" на ст. 14.



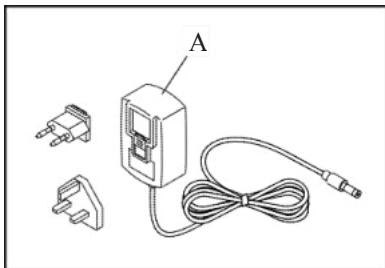
18. **Переконайтесь, що всі деталі тренажера затягнуті.** Щоб захистити підлогу або килим, покладіть килимок під тренажер. В комплект можуть бути додані додаткові деталі.

ЯК КОРИСТУВАТИСЯ ОРБІТРЕКОМ?

ПІДКЛЮЧЕННЯ АДАПТЕРА ЖИВЛЕННЯ

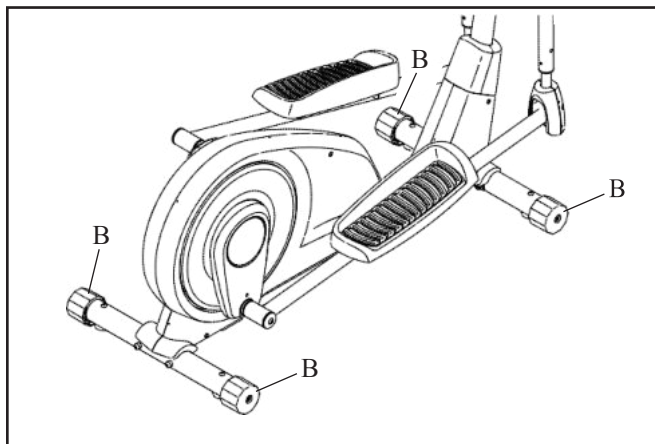
ВАЖЛИВО: Якщо тренажер довгий період часу перебував на холоді, необхідно, щоб він спочатку нагрівся до кімнатної температури. Лише після цього можна вмикати адаптер живлення (А). Ігнорування цієї рекомендації може привести до пошкодження дисплею консолі чи інших електронних деталей.

Підключіть адаптер живлення у роз'єм на тренажері (А). Після цього підключіть адаптер живлення у відповідну розетку, встановлену відповідно до всіх місцевих вимог і нормативів.



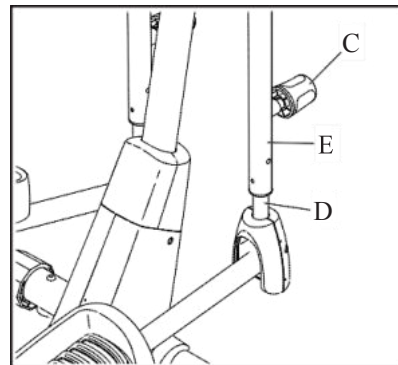
ЯК ВИРІВНЯТИ ОРБІТРЕК?

Якщо тренажер трохи похитується під час тренування, повертайте направляючі ніжки (В) на стабілізаторах доти, доки проблема не буде вирішена.



НАЛАШТУВАННЯ РУХУ ПЕДАЛЕЙ

Для налаштування руху педаль спочатку витягніть один із затискачів назовні (С), перемістіть нижню частину (D) в рухомому важелі (Е) в потрібне положення, а потім вставте затискач в один із трьох отворів для регулювання в рухомому важелі. Повторіть процедуру з іншого боку орбітрека.



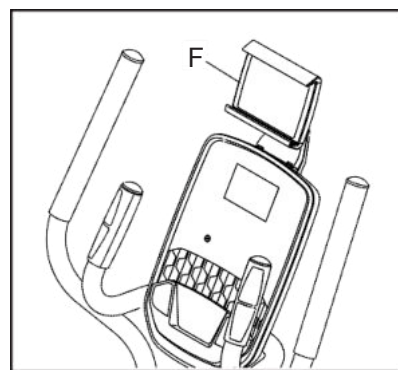
ВИКОРИСТАННЯ ТРИМАЧА ПЛАНШЕТА

ВАЖЛИВО: Тримач планшета (F) розроблений для використання більшістю повнорозмірних планшетів. Не встановлюйте в ньому інші електронні пристрої або об'єкти. Не встановлюйте жодних об'єктів зверху тримача планшета.

Щоб вставити планшет у тримач планшета (F), змістіть тримач угору, вставте планшет у лоток, а потім змістіть тримач вниз, притримуючи верхній край планшета.

Переконайтеся, що планшет надійно зафіксований у тримачі

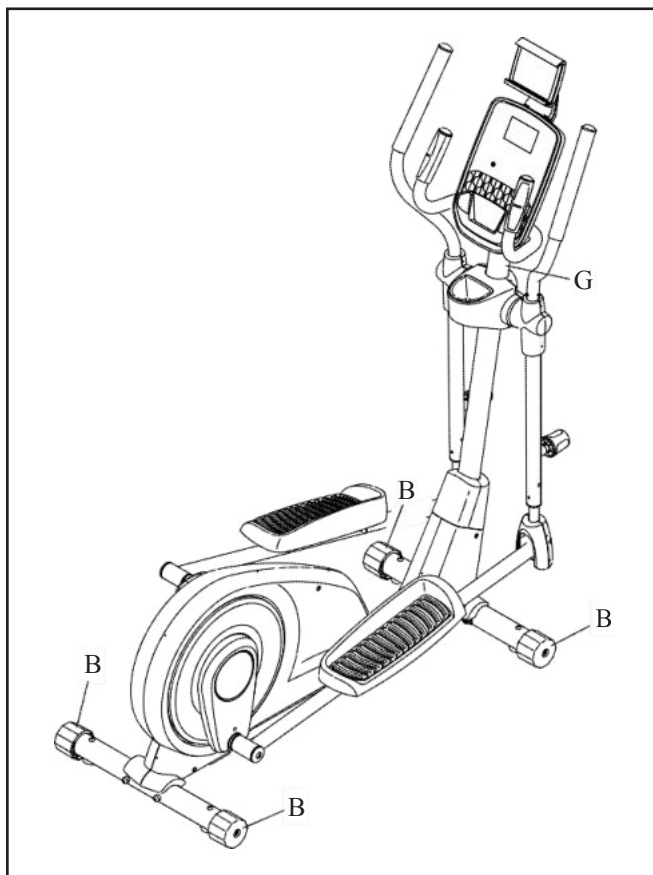
для планшета. Деякі моделі тримачів планшетів можна обертати і/чи повертати в потрібне положення. Щоб витягти планшет, повторіть процедуру у зворотньому порядку.



Ексклюзивний представник в Україні:
Група Компаній «Інтер Атлетика»
ТОВ «Фітнес Трейдінг»
Центральний офіс:
08292, Україна, м. Буча, вул. Інститутська, 176
тел./факс: +38 (044) 391-3355, 391-3121

ПЕРЕМІЩЕННЯ ТРЕНАЖЕРА

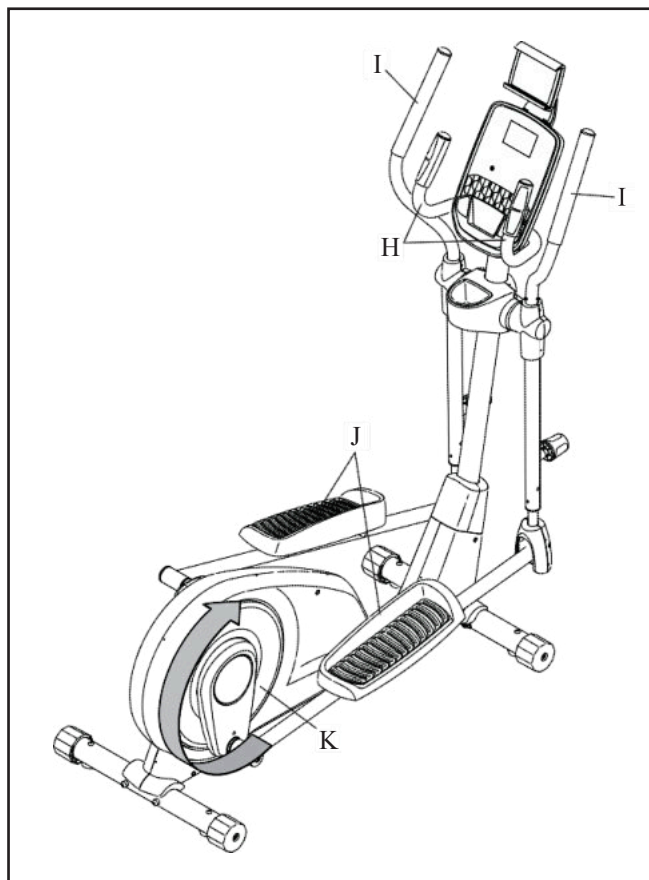
Поверніть кожну направляючу ніжку (В) в положення транспортування. В такому положенні ролик біля кожної направляючої ніжки буде торкатися підлоги. Утримуючи опорну стійку (G), обережно перемістіть тренажер у потрібне положення. Після цього повертайте направляючі ніжки доти, доки ролики не будуть торкатися підлоги, а тренажер не перестане похитуватися.



Виставковий центр:
04119, Україна, м. Київ, вул. Мельникова, 48
тел./факс: +38 (044) 592-0033
www.interatletika.com
e-mail: prof@interatletika.com
info@interatletika.com

ТРЕНУВАННЯ НА ОРБІТРЕЦІ

Щоб стати на тренажер, візьміться руками за поручні (H) або рухомі важелі (I) і поставте ногу на педаль (J), яка знаходиться в найнижчому положенні. Далі поставте іншу ногу на другу педаль.

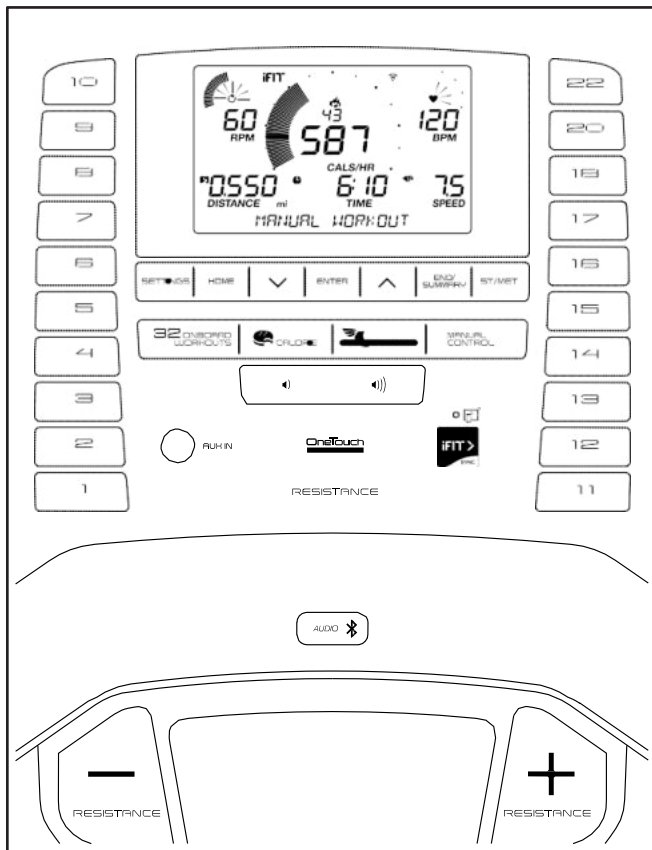


Крутіть педаль (J) доти, доки вони не почнуть рухатися безперервно. **Примітка:** Диски педалей (K) можуть рухатися в будь-яку сторону. Однак ми рекомендуємо обертати диски педалей в напрямі, показаному на малюнку стрілкою; але обертати їх в протилежному напрямі також не забороняється.

Щоб зійти з тренажера, дочекайтесь, коли педаль (J) перестануть рухатися. **Примітка:** Орбітрек не обладнаний механізмом вільного ходу; педаль будуть крутитися до тих пір, поки не зупиниться маховик. Коли педаль перестануть рухатися, зніміть ногу спочатку з верхньої педаль, а потім – з нижньої.

Ексклюзивний представник в Україні:
Група Компаній «Інтер Атлетика»
ТОВ «Фітнес Трейдінг»
Центральний офіс:
08292, Україна, м. Буча, вул. Інститутська, 176
тел./факс: +38 (044) 391-3355, 391-3121

СХЕМА КОНСОЛІ



ХАРАКТЕРИСТИКИ КОНСОЛІ

Удосконалена консоль пропонує безліч функцій, покликаних зробити Ваші тренування більш ефективними і приємними.

Ручний режим консолі дозволяє змінювати опір педалей одним натисканням клавіші.

Під час тренувань консоль буде показувати Ваші результати на даний момент. Ви також можете вимірювати значення серцевого ритму, одягнувши сумісний пульсомір. **Більше інформації про покупку додаткового пульсоміра Ви знайдете на ст. 21.**

Ви можете також підключати свій планшет до консолі та використовувати додаток iFit® Smart Cardio Equipment для запису та відслідковування інформації про тренування.

Виставковий центр:
04119, Україна, м. Київ, вул. Мельникова, 48
тел./факс: +38 (044) 592-0033
www.interatletika.com
e-mail: prof@interatletika.com
info@interatletika.com

Консоль також пропонує набір попередньо встановлених програм. Кожна програма тренування автоматично встановлює значення опору педалей, визначаючи ефективний режим тренування.

Під час тренувань користувач може слухати улюблену музику чи аудіокниги через вмонтовану звукову систему.

Використання ручного режиму – див. на цій сторінці.
Використання попередньо встановленої програми тренування – див. ст. 18. **Підключення планшета до консолі** – див. ст. 19. **Більше інформації про підключення пульсоміра до консолі** – див. ст. 20. **Використання звукової системи** – див. ст. 20. **Підключення до звукової системи за допомогою Bluetooth** – див. ст. 20. **Зміна налаштувань консолі** – див. ст. 21.

Примітка: Якщо на дисплеї наклеєна захисна плівка, зніміть її.

Примітка: Консоль може відображати швидкість та відстань в стандартних чи метричних одиницях. Щоб змінити одиницю вимірювання, натисніть кілька раз клавішу St/Met (Стандартне/Метричне). Для зручності всі рекомендації в цьому розділі подані в стандартних одиницях.

ВИКОРИСТАННЯ РУЧНОГО РЕЖИМУ

1. **Щоб увімкнути консоль, почніть обертати педалі або натисніть будь-яку клавішу.**

Коли консоль увімкнеться, дисплей має засвітитися. Після цього консоль буде готова до роботи.

2. **Виберіть ручний режим.**

Для вибору ручного режиму натисніть клавішу Manual Control (Ручний контроль).

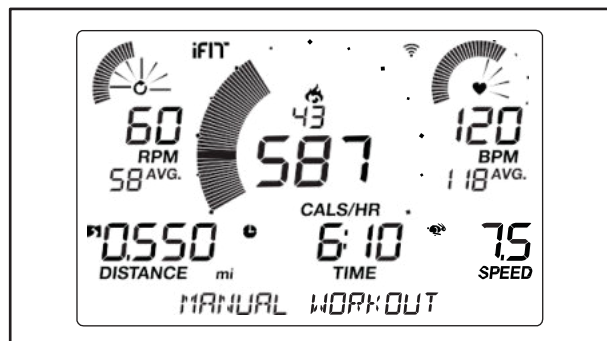
3. **При потребі змініть опір педалей.**

Якщо Ви хочете змінити значення опору, коли крутите педалі, натисніть клавіші Resistance increase/decrease (Збільшення/зменшення опору) або натисніть одну із пронумерованих клавіш Resistance (Налаштування опору).

Примітка: Після натиснення клавіші через деякий час педалі будуть обертатися з обраним рівнем опору.

4. Ваш прогрес буде відображатися на дисплеї.

На дисплеї відображається наступна інформація:



Calories (Калорії – символ вогню) – відображається приблизна кількість спалених калорій. Під час деяких попередньо встановлених тренувань на дисплеї буде відображатися кількість калорій, що залишилось спалити до завершення тренування.

Calories per Hour (Кал./год.) – відображається приблизна кількість спалених калорій за годину.

Distance (Відстань) – відображається відстань, яку Ви проїхали, в милях (милі/год.) чи кілометрах (км/год.). Щоб змінити одиницю вимірювання, натисніть кілька раз клавішу St/Met (Стандартне/Метричне).

Pulse – BPM (Пульс в уд./хв.) – відображається частота пульсу в ударах за хвилину (Уд./хв.), якщо використовується пульсомір на тренажері (див. крок 5).

Pulse Average – BPM AVG (Сер. пульс) – відображається середнє значення пульсу в ударах за хвилину (Уд./хв.), якщо використовується пульсомір на тренажері (див. крок 5).

Resistance (Опір) – рівень опору педалей з'являється на кілька секунд перед тим, як змінюється рівень опору.

RPM (Об./хв.) – відображається швидкість обертання педалей в оборотах за хвилину (об./хв.).

RPM Average – RPM AVG (Сер. знач. об./хв.) – відображається швидкість обертання педалей в оборотах за хвилину (об./хв.).

Speed (Швидкість) – відображається швидкість обертання педалей в милях на годину чи кілометрах на годину. Щоб змінити одиницю вимірювання, натисніть кілька раз клавішу St/Met (Стандартне/Метричне).

Time (Час) – після вибору ручного режиму на дисплеї з'явиться інформація про тривалість тренування. Під час деяких попередньо встановлених тренувань на дисплеї відображається, скільки часу залишилось до закінчення тренування.

Watts (Значення ват) – відображається приблизна вихідна потужність у ватах.

Average Watts – AVG (Сер. знач. ват) – відображається приблизна середня вихідна потужність у ватах.

Scan Mode and Priority Mode

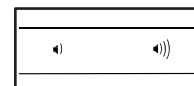
(Режим сканування і режим пріоритету) – значення калорій та значення ват відображаються на дисплеї в змінному циклі (режим сканування). Для постійного відображення калорій або ватів (пріоритетний режим) натискайте клавішу збільшення чи зменшення біля клавіші Enter (Ввід) доти, доки не з'явиться потрібний дисплей. Щоб повернутися до режиму сканування, натискайте клавішу Increase/Decrease (Збільш./Зменш.) доти, доки на дисплеї не з'явиться слово "SCAN" (СКАНУВАННЯ).



Натисніть клавішу Home (Додому), щоб завершити тренування і повернутися до головного меню. При потребі натисніть клавішу Home (Додому).

Натисніть клавішу End/Summary (Завершити/Справка), щоб завершити тренування та переглянути інформацію про тренування. Інформація про тренування відобразиться на дисплеї через кілька секунд.

Змініть рівень гучності на консолі, натискаючи клавіші Increase/Decrease (Збільш./Зменш.).



Примітка: Консоль може відображати швидкість та відстань в стандартних чи метричних одиницях вимірювання. Щоб змінити одиницю вимірювання, натисніть клавішу St/Met (Стандартне/Метричне).

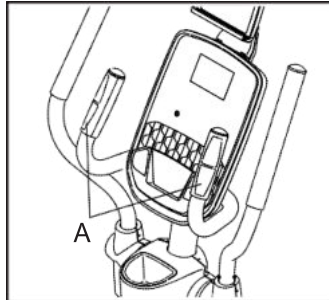
5. При потребі виміряйте серцевий ритм.

Ви можете виміряти свій пульс за допомогою пульсоміра на тренажері або нагрудного пульсоміра (більше інформації про нагрудний пульсомір можна знайти на ст. 21). Примітка: Консоль тренажера сумісна з пульсомірами BLUETOOTH® Smart.

Примітка: Якщо Ви одночасно використовуєте обидва пульсоміри, нагрудний пульсомір BLUETOOTH Smart буде пріоритетним.

Якщо на металевих контактах пульсоміра (А) наклеєна захисна плівка, зніміть її. Для вимірювання пульсу прикладіть долоні до контактів,

розташованих на нерухомих важелях тренажера. Намагайтесь не переміщати рук і не стискайте надто контакти.



6. Після завершення тренування консоль автоматично вимкнеться.

Якщо протягом кількох секунд не обернути педалей, консоль перейде в режим сну, а дисплей погасне. Щоб відновити тренування, просто почніть обернути педалі.

Якщо протягом кількох хвилин не обернути педалей та не натиснути клавіш, консоль вимкнеться, а дисплей обнулить всі значення.

Примітка: Консоль підтримує демонстраційний режим дисплею, який призначений для демонстрації тренажера у магазині. Коли увімкнений демонстраційний режим, на екрані буде відображатися встановлена презентаційна програма. Щоб вимкнути цей режим, див. розділ "ЗМІНА НАЛАШТУВАНЬ КОНСОЛІ" на ст. 21.

ВИКОРИСТАННЯ ПОПЕРЕДНЬО ВСТАНОВЛЕНОЇ ПРОГРАМИ ТРЕНУВАННЯ

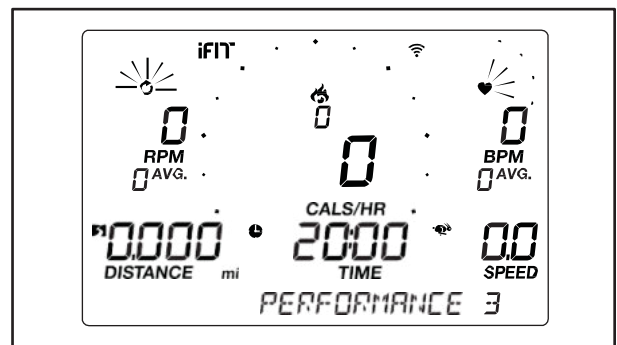
1. Щоб увімкнути консоль, почніть обертати педалі або натисніть будь-яку клавішу.

Коли консоль увімкнеться, дисплей має засвітитися. Після цього консоль буде готова до роботи.

2. Виберіть попередньо встановлену програму тренування.

Щоб вибрати попередньо встановлене тренування, натискайте клавішу Calorie (Калорії) або клавішу Performance (Продуктивність) доти, доки на дисплеї не з'явиться потрібна програма тренування.

Під час вибору тренування на дисплеї буде відображатися назва і тривалість програми або кількість калорій, що будуть спалені.



На дисплеї також будуть відображені максимальне значення швидкості та максимальний рівень опору.

3. Щоб почати тренування, почніть обертати педалі.

Кожна програма ділиться на однохвилинні сегменти. Для кожного сегменту запрограмовано один рівень опору та одне цільове значення швидкості. Примітка: Одні і ті ж самі налаштування опору і/або цільової швидкості можна запрограмувати для декількох сегментів.

Якщо для наступного сегменту програми тренування запрограмовано інший рівень опору, то на декілька секунд на дисплеї з'явиться нове значення рівня опору. Після цього опір педалей буде змінено.

Під час тренування Вам буде пропонуватися притримуватись заданого цільового значення швидкості обертання педалей для поточного сегменту. Коли на дисплеї з'являться слова **"GO FASTER" (ШВИДШЕ)**, збільште свій темп. Коли на дисплеї з'являться слова **"SLOW DOWN" (ПОВІЛЬНІШЕ)**, уповільніть свій темп. Коли на дисплеї з'являться слова **"IN RANGE TARGET" (В ЦІЛЬОВОМУ ДІАПАЗОНІ)**, притримуйтеся поточного темпу.

ВАЖЛИВО: Задане цільове значення швидкості виконує лише роль мотивації. Ваша фактична швидкість може бути меншою, ніж встановлене цільове значення. Переконайтеся, що швидкість руху педалей є комфортною для Вас.

Якщо рівень опору для поточного сегменту є надто високим чи надто низьким, Ви можете вручну змінити налаштування, натиснувши клавiші Resistance (Опору). **ВАЖЛИВО:** Після закінчення поточного сегменту педаль автоматично будуть налаштовані на встановлений для наступного сегменту рівень опору.

Тренування буде продовжуватися в тому ж темпі доти, доки не закінчиться останній сегмент. Щоб призупинити тренування, просто перестаньте обертати педаль. На дисплеї почне мигати час. Щоб відновити тренування, почніть обертати педаль.

Щоб завершити сеанс тренування, натисніть клавiшу End/Summary (Завершити/Справка). Інформація про тренування з'явиться на дисплеї через кілька секунд.

4. Ваш прогрес буде відображатися на дисплеї.

Див. крок 4 на ст. 17.

5. При потребі виміряйте серцевий ритм.

Див. крок 5 на ст. 18.

6. Після завершення тренування консоль автоматично вимкнеться.

Див. крок 6 на ст. 18.

ПІДКЛЮЧЕННЯ ПЛАНШЕТА ДО КОНСОЛІ

Консоль підтримує Bluetooth-підключення до планшетів через додаток iFit® Smart Cardio Equipment та до сумісних пульсомірів. Примітка: Інші BLUETOOTH-підключення не підтримуються.

1. Завантажте та встановіть на планшеті додаток iFit® Smart Cardio Equipment.

На своєму планшеті iOS® або Android™ перейдіть до App StoreSM або Google Play™, знайдіть безкоштовний додаток iFit® Smart Cardio Equipment та встановіть його на власному пристрої. **Переконайтеся, що на Вашому планшеті увімкнена функція BLUETOOTH.**

Далі відкрийте додаток iFit® Smart Cardio Equipment та дотримуйтеся інструкцій по створенню акаунта iFit та налаштуванню параметрів.

2. При потребі підключіть пульсомір до консолі.

Якщо до консолі Ви підключаєте одночасно пульсомір та планшет, **спочатку треба підключити пульсомір, а потім планшет.** Більше інформації про це можна знайти в розділі "ПІДКЛЮЧЕННЯ ПУЛЬСОМІРА ДО КОНСОЛІ" на ст. 20.

3. Підключіть планшет до консолі.

Натисніть клавiшу iFit Sync (Синхронізація iFit) на консолі; на дисплеї з'явиться кількість підключень консолі. Дотримуйтеся інструкцій в додатку iFit® Smart Cardio Equipment, щоб підключити планшет до консолі.

Після підключення світлодіод на консолі загориться темно-синім кольором.

4. Записуйте і відстежуйте результати тренування.

Дотримуйтеся інструкцій в додатку iFit® Smart Cardio Equipment, щоб записати і відстежувати результати тренування.

5. При потребі відключіть планшет від консолі.

Щоб від'єднати планшет від консолі, виберіть в додатку iFit® Smart Cardio Equipment функцію Disconnect (Від'єднати). Далі натисніть та утримуйте клавішу iFit Sync (Синхронізація iFit) на консолі доти, доки не загориться світлодіод темно-зеленим кольором.

Примітка: Всі Bluetooth-підключення між консоллю та іншими пристроями (включаючи будь-які планшети, пульсоміри, тощо) будуть розірвані.

ПІДКЛЮЧЕННЯ ПУЛЬСОМІРА ДО КОНСОЛІ

Консоль тренажера сумісна з пульсомірами BLUETOOTH Smart.

Щоб підключити пульсомір до консолі Bluetooth Smart, натисніть на консолі клавішу iFit Sync (Синхронізація iFit); на дисплеї з'явиться кількість підключень консолі. Після підключення світлодіод на консолі блимне два рази червоним кольором.

Примітка: Якщо біля консолі знаходиться декілька сумісних пульсомірів, консоль підключиться до пульсоміра, що має найсильніший сигнал.

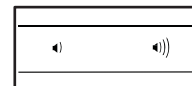
Щоб від'єднати пульсомір від консолі, натисніть та утримуйте клавішу iFit Sync (Синхронізація iFit) на консолі доти, доки світлодіод не загориться темно-зеленим кольором.

Примітка: Всі BLUETOOTH-підключення між консоллю та іншими пристроями (включаючи будь-які планшети, пульсоміри, тощо) будуть розірвані.

ВИКОРИСТАННЯ ЗВУКОВОЇ СИСТЕМИ

Для відтворення музики чи аудіокниг через звукову систему консолі під час тренування підключіть аудіокабель з роз'ємами на кінцях (не входить в комплект) в гніздо на консолі та в гніздо на аудіоплеєрі чи CD-плеєрі; **переконайтесь, що аудіокабель повністю вставлений в гнізда. Примітка: Придбати аудіокабель можна в місцевому магазині електроніки.**

Далі натисніть клавішу Play (Відтворити) на своєму аудіоплеєрі. Змініть рівень гучності, використовуючи на консолі клавіші Increase/Decrease (Збільш./ Зменш.) або регулятор гучності на своєму аудіоплеєрі.

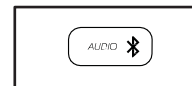


ПІДКЛЮЧЕННЯ ДО ЗВУКОВОЇ СИСТЕМИ ЗА ДОПОМОГОЮ BLUETOOTH

При потребі Ви можете підключити свій смарт-пристрій до звукової системи за допомогою Bluetooth.

Переконайтесь, що на Вашому пристрої увімкнена функція Bluetooth.

Розмістіть чи утримуйте свій пристрій біля консолі. Для підключення пристрою до консолі натисніть та утримуйте клавішу Audio (Аудіо) протягом 3 секунд. Після цього пристрій підключиться до консолі.



Після підключення Вашого пристрою до консолі аудіофайли на Вашому пристрої будуть відтворюватися через звукову систему консолі.

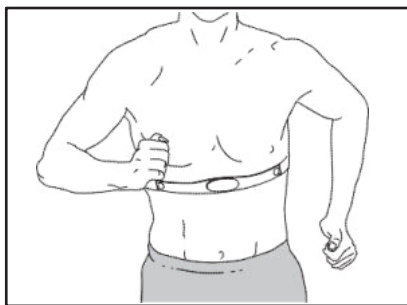
У своїй пам'яті консоль може зберігати 8 пристроїв. Якщо раніше Ваш пристрій уже підключався до консолі, то для його повторного підключення до консолі достатньо натиснути клавішу Audio (Аудіо).

Якщо потрібно, Ви можете видаляти пристрої з пам'яті консолі. Щоб стерти всі Bluetooth-пристрої, що збережені у пам'яті консолі, натисніть та утримуйте клавішу Audio (Аудіо) протягом 10 секунд.

НАГРУДНИЙ ПУЛЬСОМІР

Якщо Вашою метою є втрата ваги чи зміцнення серцево-судинної системи, тоді обирайте відповідну складність програми для того, щоб досягти бажаних

результатів. Нагрудний пульсомір дозволяє безперервно відслідковувати ритм свого пульсу під час тренування, допомагаючи Вам досягати власних цілей у фітнесі. **Більше інформації про покупку нагрудного пульсоміра можна знайти на передній обкладинці цієї інструкції.**



Примітка: Консоль тренажера сумісна з пульсомірами BLUETOOTH Smart.

ЗМІНА НАЛАШТУВАНЬ КОНСОЛІ

1. Виберіть режим налаштування.

Для вибору режиму налаштування натисніть клавішу Settings (Налаштування). Інформація про налаштування буде доступна на дисплеї.

2. Перейдіть до режиму налаштування.

Після вибору режиму налаштувань на дисплеї з'явиться декілька додаткових вікон. Для вибору потрібного додаткового вікна натискайте клавіші Increase/Decrease (Збільш./Зменш.), що знаходяться біля клавіші Enter (Ввід).

У нижній частині дисплею будуть відображатися інструкції по роботі з обраним вікном. **Обов'язково виконуйте інструкції, подані у нижній частині дисплею.**

Примітка: Тестування дисплею та додаткові вікна тестування клавіш призначені для використання кваліфікованими спеціалістами. Будь ласка, ігноруйте ці вікна.

3. При потребі змініть налаштування.

Units (Одиниці виміру) – обрана одиниця виміру буде відображатися на дисплеї. Щоб змінити одиницю вимірювання, натисніть клавішу Enter (Ввід) чи кілька раз клавішу St/Met (Стандартне/Метричне). Щоб переглянути інформацію про тренування в стандартних одиницях вимірювання, виберіть ENGLISH (Станд. вимірювання). Щоб переглянути інформацію про тренування в метричних одиницях вимірювання, виберіть METRIC (Метр. вимірювання).

Contrast Level (Рівень контрасту) – на дисплеї з'явиться поточний рівень контрасту. Натискайте клавіші Resistance increase/decrease (Збільш./зменш. опору), щоб змінити рівень контрасту.

Usage Information (Інформація про користувача) – відображається загальна кількість годин використання тренажера, а також загальна відстань (в милях або кілометрах), яку було подолано.

Demo (Дем. режим) – консоль підтримує демонстраційний режим дисплею, який призначений для демонстрації тренажера у магазині. Щоб увімкнути чи вимкнути демонстраційний режим, натисніть кілька раз клавішу Resistance increase (Збільш. опору).

4. Вийдіть із режиму налаштування.

Натисніть клавішу Settings (Налаштування), щоб вийти із режиму обслуговування.

ОБСЛУГОВУВАННЯ ТА УСУНЕННЯ НЕПОЛАДОК

ТЕХНІЧНЕ ОБСЛУГОВУВАННЯ

Регулярне обслуговування відіграє важливе значення для оптимальної продуктивності та зменшує рівень зношення деталей. Регулярно перевіряйте і затягуйте всі деталі тренажера. Відразу замінійте зношені деталі.

Для очищення тренажера використовуйте вологу тканину і невелику кількість миючого засобу. **ВАЖЛИВО:** Щоб уникнути пошкодження консолі, тримайте будь-які рідини подалі від неї. Також тримайте консоль подалі від прямих сонячних променів.

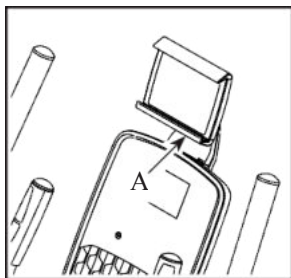
УСУНЕННЯ НЕПОЛАДОК КОНСОЛІ

Якщо консоль не показує серцевий ритм, коли Ви тримаєтесь за контакти пульсоміра на тренажері, або якщо відображається надто високе чи низьке значення серцевого ритму, ознайомтеся з інформацією в кроці 5 на ст. 18.

В разі необхідності заміни адаптера живлення зателефонуйте за номером телефону, вказаним на обкладинці цієї інструкції. **ВАЖЛИВО:** Щоб уникнути пошкодження консолі, використовуйте лише адаптер живлення, наданий виробником.

УСУНЕННЯ НЕПОЛАДОК ТРИМАЧА ДЛЯ ПЛАНШЕТА

Якщо тримач для планшета погано зафіксований, розверніть його у зворотньому напрямі та затягуйте гвинт (А) доти, доки планшет не буде добре зафіксований. Після цього поверніть планшет у потрібне положення.

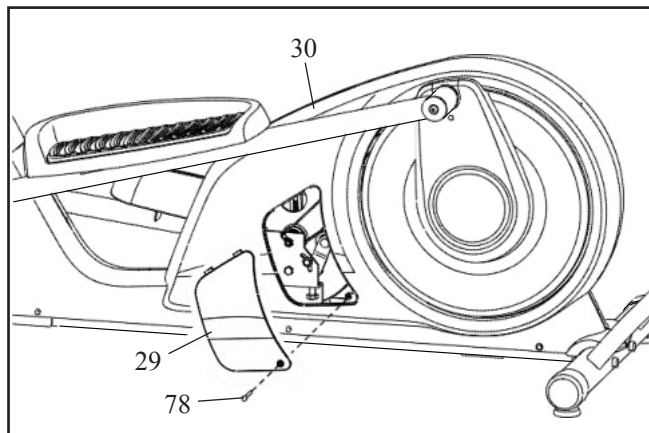


РЕГУЛЮВАННЯ РЕМЕНЮ ПРИВОДУ

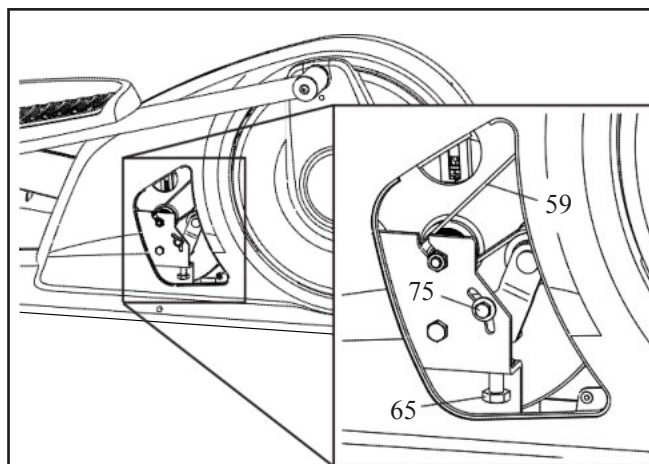
Якщо педалі прослизують під час тренування, навіть коли опір педалей налаштовано на максимальний рівень, це означає, що треба відрегулювати ремінь приводу.

Перед тим, як відрегулювати ремінь приводу, **відключіть адаптер живлення.**

Знайдіть кришку доступу (29) у лівому захисному щитку (30). Відгвинтіть гвинт М4 х 16 мм (78) і демонтуйте кришку доступу.



Ослабте гвинт колеса натягу (75). Затягуйте гвинт М10 х 55 мм (65) доти, доки ремінь приводу (59) не буде натягнутий.



Коли ремінь приводу (59) буде натягнутим, загвинтіть гвинт колеса натягу (75). Встановіть кришку доступу (29) назад і підключіть адаптер живлення.

Ексклюзивний представник в Україні:

Група Компаній «Інтер Атлетика»

ТОВ «Фітнес Трейдинг»

Центральний офіс:

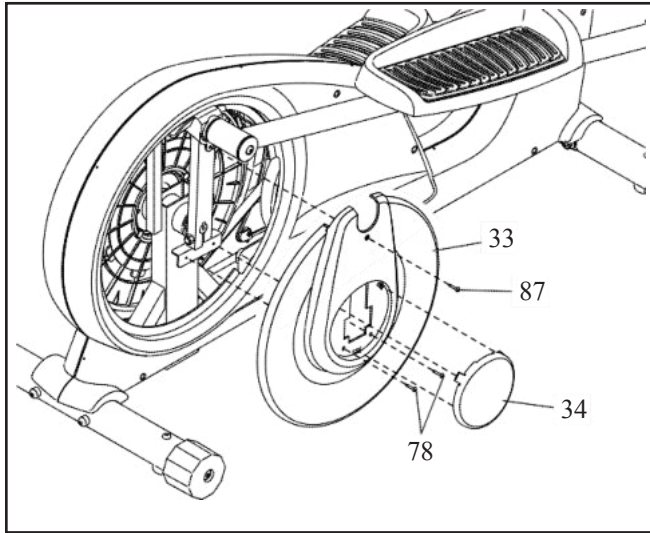
08292, Україна, м. Буча, вул. Інститутська, 176

тел./факс: +38 (044) 391-3355, 391-3121

РЕГУЛЮВАННЯ ГЕРКОНОВОГО ПЕРЕМИКАЧА

Якщо консоль відображає неправильну інформацію про тренування, відрегулюйте герконовий перемикач.

Перед тим, як відрегулювати герконовий перемикач, **відключіть адаптер живлення**. За допомогою звичайної викрутки підніміть кришку правого диска (34).



Відгвинтіть на правому диску (33) гвинт кріплення М4 х 15 мм (87) і 2 гвинти М4 х 16 мм (78), а потім демонтуйте правий диск.

Виставковий центр:

04119, Україна, м. Київ, вул. Мельникова, 48

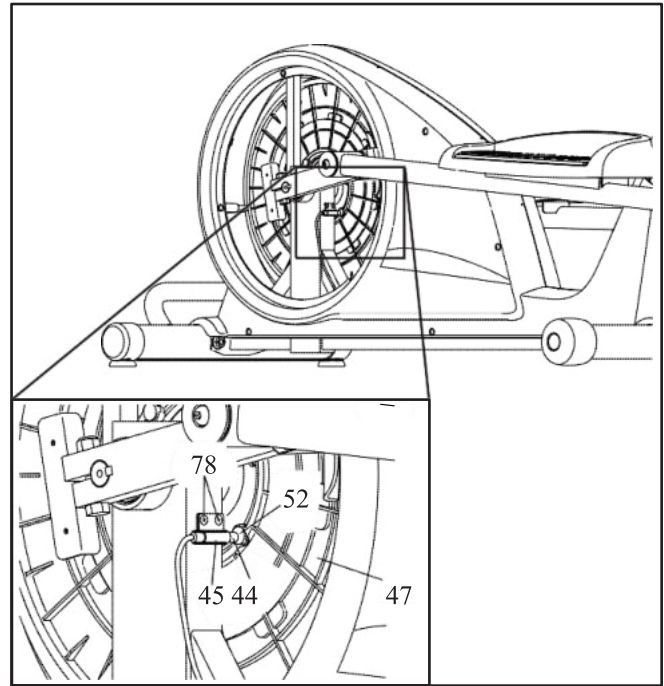
тел./факс: +38 (044) 592-0033

www.interatletika.com

e-mail: prof@interatletika.com

info@interatletika.com

Знайдіть герконовий перемикач (44). Трохи ослабте 2 гвинти М4 х 16 мм (78).



Далі повертайте шків (47) доти, доки магніт (52) не співпаде з герконовим перемикачем (44). Дещо посуньте герконовий перемикач вбік або подалі від магніту. Далі, затягніть гвинти М4 х 16 мм (78) назад.

Підключіть адаптер живлення та поверніть шків (47) на мить. Повторюйте процедуру доти, доки консоль не стане показувати правильну інформацію про тренування.

Коли герконовий перемикач буде правильно відрегульований, встановіть демонтовані деталі назад і підключіть адаптер живлення.

ПОСІБНИК ВПРАВ

⚠ ОБЕРЕЖНО: Перед початком занять проконсультуйтеся з лікарем. Це особливо важливо для осіб від 35 років або осіб, у яких раніше були проблеми зі здоров'ям.

Пульсомір – це не медичний пристрій. Різні чинники можуть вплинути на точність вимірювання частоти серцевих скорочень. Пульсомір лише допомагає оцінювати загальну тенденцію серцевого ритму під час тренування.

Дані рекомендації допоможуть Вам спланувати програму своїх тренувань. Для отримання більш детальної інформації про тренування придбайте спеціальний довідник або проконсультуйтеся з лікарем. Пам'ятайте, що для успішних результатів Ваших тренувань, необхідно дотримуватись правильного харчування та достатньо відпочивати.

ІНТЕНСИВНІСТЬ ТРЕНУВАННЯ

Якщо Вашою метою є втрата ваги чи зміцнення серцево-судинної системи, тоді обирайте відповідну складність програми для того, щоб досягти бажаних результатів. Ви можете використати свій рівень серцевого ритму для вибору оптимального рівня складності програми тренування. Наведена нижче таблиця показує рекомендовані частоти пульсу для програми зниження ваги та рекомендовані фізичні вправи.

165	155	145	140	130	125	115	♥
145	138	130	125	118	110	103	♥
125	120	115	110	105	95	90	♥
20	30	40	50	60	70	80	

Щоб знайти відповідний рівень інтенсивності, знайдіть свій вік у нижній частині таблиці (вік заокруглений до найближчих десяти років). Три числа, що знаходяться над ризикою, визначають програму Вашого тренування. Найнижча цифра, що знаходиться над цифрою Вашого віку, позначає рекомендований рівень серцебиття для програми зниження ваги, середня цифра – рекомендований рівень серцебиття для програми інтенсивного зниження ваги, найвища цифра – рекомендований рівень серцебиття для програми фізичних вправ.

Програма зниження ваги – для ефективного результату втрати ваги Вам потрібно займатися на найнижчому рівні складності, але довгий період часу. Під час перших хвилин тренування Ваш організм втрачає вуглеводи. Тільки через декілька хвилин він почне втрачати накопичені калорії. Якщо ж Вашою ціллю є зниження ваги, тоді продовжуйте тренування, доки Ваш пульс не досягне найнижчого значення, що знаходиться у Вашій зоні навантаження. Для досягнення максимального результату серцевий ритм під час тренування має бути рівним середньому значенню у Вашій зоні навантаження.

Програма фізичних вправ – якщо Вашою ціллю є зміцнення серцево-судинної системи, тоді Вам потрібно виконувати фізичні вправи, оскільки вони потребують багато кисню. Для виконання фізичних вправ рівень Вашого пульсу має знаходитися в межах найвищої цифри, яка зазначена в таблиці напроти у Вашій зоні навантаження.

РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ТРЕНУВАНЬ

Вправи для розминки – починайте тренування з 5-10 хвилинної розминки. Вправи для розминки підвищують температуру тіла, пульс, а також циркуляцію крові.

Тренування – тренуйтеся 20-30 хвилин, враховуючи рівень свого пульсу (Під час перших декількох тижнів не утримуйте пульс відповідно верхньої цифри таблиці довше, ніж 20 хвилин.). Під час тренування дихайте регулярно і глибоко, не затримуйте дихання.

Кінцева розминка – закінчіть тренування з 5-10 хвилинної розминки. Розминка підвищує еластичність м'язів і допомагає запобігти неприємним наслідкам тренувань.

ПЕРІОДИЧНІСТЬ ТРЕНУВАНЬ

Для підтримання чи покращення своєї фізичної форми проводьте три повні тренування щотижня, роблячи принаймні одnodенний перерив між ними. Через декілька місяців Ви можете збільшити кількість тренувань до 5 раз у тиждень. Пам'ятайте: для досягнення успіху тренування мають стати регулярним і приємним заняттям у Вашому повсякденному житті.

СПИСОК ДЕТАЛЕЙ

Модель № NTEVEL57019.0 R0419A

№	Кіл.	Назва	№	Кіл.	Назва
1	.	Рама	50	1	Втулка підшипника шатуна
2	1	Опорна стійка	51	1	Важіль шатуна
3	2	Стабілізатор	52	2	Магніт
4	4	Гвинт М8 x 10 мм	53	4	Підшипник важеля педалі
5	1	Консоль	54	2	Втулка підшипника важеля педалі
6	1	Ліва педаль	55	2	Прокладка шарніра
7	1	Права педаль	56	4	Втулка шарніра
8	2	Кронштейн педалі	57	4	Втулка важеля педалі
9	1	Лівий рухомий важіль	58	2	Кришка важеля педалі
10	1	Правий рухомий важіль	59	1	Ремінь приводу
11	2	Ручка	60	1	Гвинт М3 x 12 мм
12	2	Кришка ручки	61	1	Болт М10 x 75 мм
13	2	Нижня частина рухомого важеля	62	4	Контргайка М10
14	2	Втулка рухомого важеля	63	2	Гвинт з буртиком М8 x 76 мм
15	2	Затискач	64	2	Регулювальний гвинт М6
16	1	Лівий важіль педалі	65	1	Гвинт М10 x 55 мм
17	1	Правий важіль педалі	66	2	Гвинт з буртиком М8 x 14 мм
18	1	Задня кришка лівого рухомого важеля	67	6	Гвинт М10 x 15 мм
19	1	Передня кришка лівого рухомого важеля	68	4	Гвинт із буртиком М10 x 25 мм
20	1	Задня кришка правого рухомого важеля	69	2	Ковпачкова гайка М8
21	1	Передня кришка правого рухомого важеля	70	4	Гвинт М10 x 82 мм
22	1	Поручень	71	1	Ключ
23	2	Імпульсний датчик/Провід	72	4	Гвинт М8 x 15 мм
24	1	Лоток для аксесуарів	73	4	Фланцевий гвинт М4 x 12 мм
25	1	Задня кришка опорної стійки	74	2	Шайба колеса натягу/кривошипа
26	1	Передня кришка опорної стійки	75	1	Гвинт колеса натягу
27	1	Задня кришка захисного щитка	76	1	Осьовий гвинт колеса натягу
28	1	Передня кришка захисного щитка	77	4	Гвинт М4 x 12 мм
29	1	Кришка доступу	78	32	Гвинт М4 x 16 мм
30	1	Лівий захисний щиток	79	3	Гвинт М10 x 20 мм
31	1	Правий захисний щиток	80	1	Болт клеми М10
32	2	Кронштейн диска	81	8	Гвинт М6 x 12 мм
33	2	Диск	82	1	Гвинт заземлення
34	2	Кришка диску	83	2	Шайба М8
35	4	Направляючі ніжки	84	2	Гвинт М8 x 20 мм
36	4	Ролик	85	1	Гвинт М6 x 14 мм
37	4	Прокладка ролика	86	2	Болт М10 x 80 мм
38	2	Задня кришка нижньої част. рухом. важеля	87	2	Гвинт кріплення М4 x 15 мм
39	2	Передня кришка нижньої част. рухом. важеля	88	4	Роздільна шайба М8
40	1	Вихорний механізм	89	1	Головний провід
41	1	Кабель опору	90	1	Адаптер живлення
42	1	Колесо натягу	91	1	Прокладка опорної стійки
43	1	Мотор опору	92	1	Пластина консолі
44	1	Герконовий перемикач/Провід	93	1	Гвинт тримача планшета
45	1	Клема	94	4	Гвинт кріплення М4 x 16 мм
46	1	Кривошип/важіль кривошипа	95	4	Гвинт М4 x 10 мм
47	1	Шків	*	—	Інструкція з експлуатації
48	2	Прокладка важеля кривошипа	*	—	Набір інструментів
49	2	Підшипник кривошипа	*	—	Мастило

Примітка: Технічні характеристики можуть бути змінені без попереднього повідомлення. Для отримання інформації про замовлення запасних частин див. задню обкладинку цього посібника. Позначка (*) означає, що деталі не показані на малюнку.

СХЕМА ДЕТАЛЕЙ А

Модель № NTEVEL57019.0 R0419A

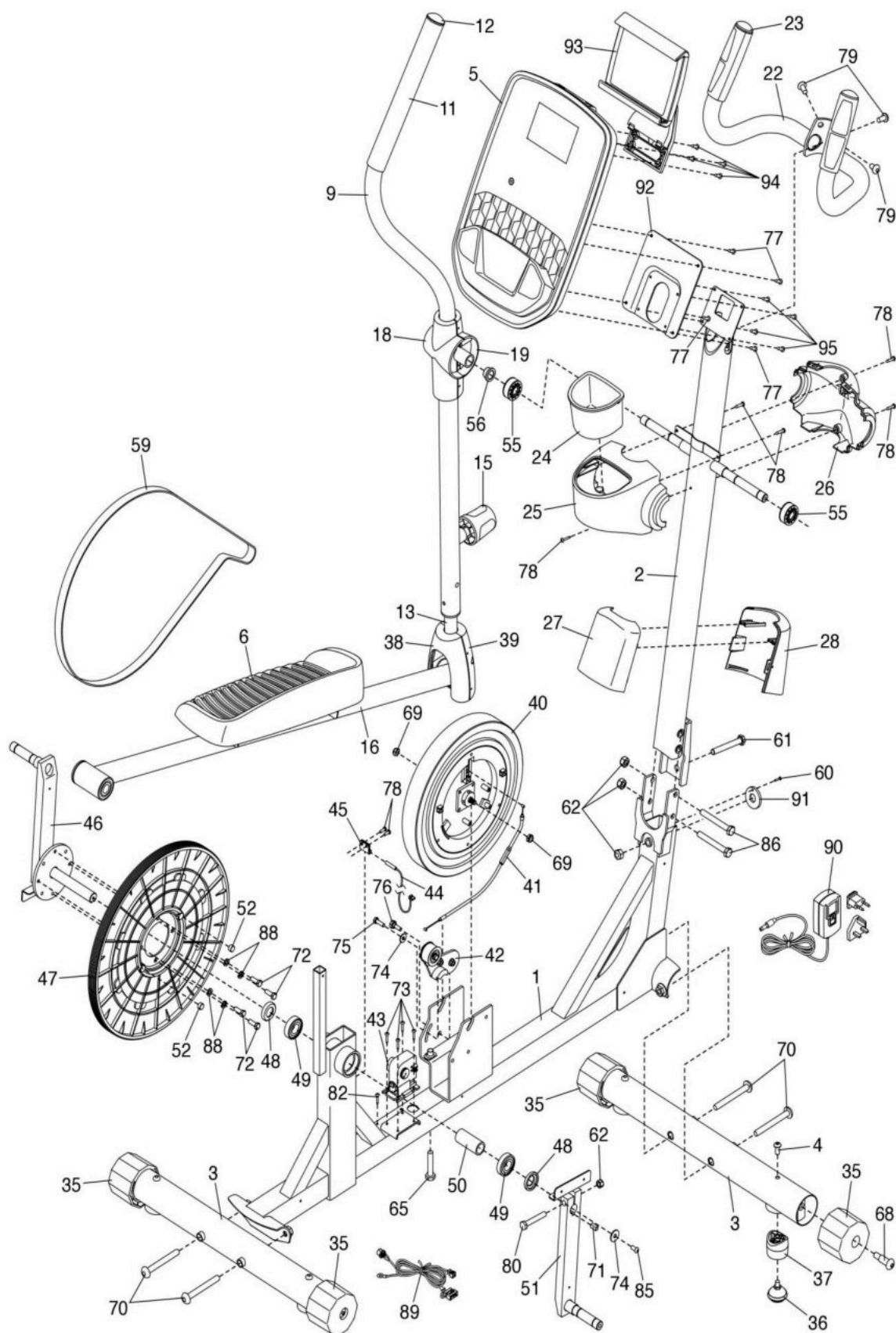
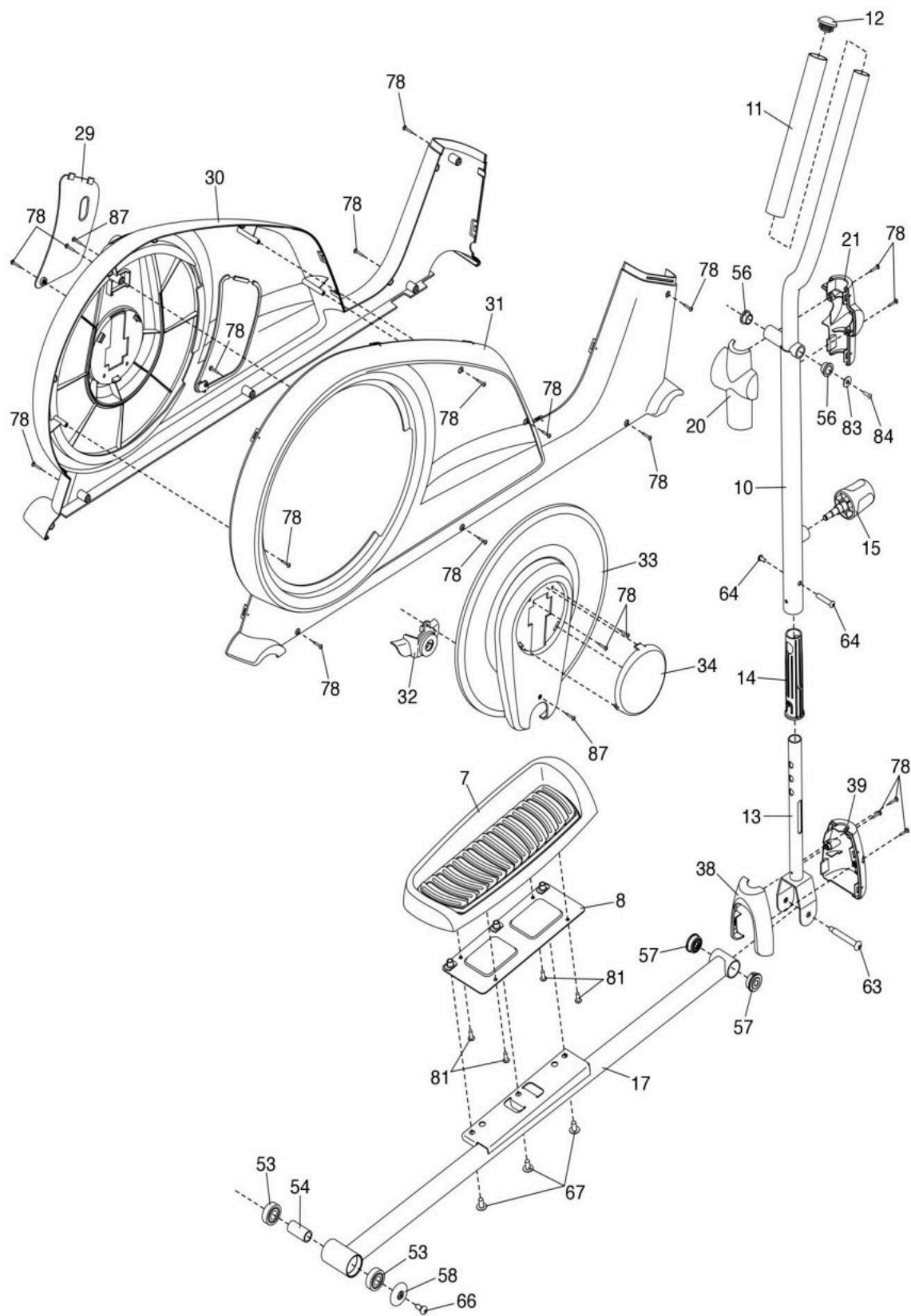


СХЕМА ДЕТАЛЕЙ Б

Модель № NTEVEL57019.0 R0419A



ЗАМОВЛЕННЯ ЗАПАСНИХ ДЕТАЛЕЙ

Щоб замовити запасні деталі, див. інформацію на обкладинці даної інструкції. Щоб ми змогли допомогти Вам, будь ласка, будьте готові надати наступну інформацію, коли будете зв'язуватись з нами:

- номер моделі і серійний номер тренажера (вказані на обкладинці даної інструкції);
- назва тренажера (див. обкладинку даної інструкції);
- номер і опис частин, які необхідно замінити (див. розділи: "ПЕРЕЛІК ДЕТАЛЕЙ" і "СХЕМА ДЕТАЛЕЙ" в кінці даної інструкції).

ІНФОРМАЦІЯ ПРО УТИЛІЗАЦІЮ

Даний тренажер не повинен викидатися разом з іншими побутовими відходами. Щоб зберегти навколишнє середовище, даний прилад після його використання повинен бути утилізований згідно місцевих законів про утилізацію.

Будь ласка, використовуйте авторизовані засоби для утилізації. Виконуючи дані вказівки, Ви допоможете зберегти національні ресурси і покращити Європейські стандарти захисту навколишнього середовища. Якщо Ви потребуєте більше інформації щодо методів утилізації, будь ласка, зв'яжіться з місцевим офісом чи організацією, де Ви придбали цей тренажер.

