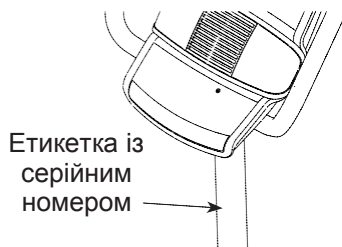


NordicTrack®

GX 2.7 U

Модель № NTEVEX39018.0
Серія №

Впишіть у верхнє поле серійний номер.



ІНСТРУКЦІЯ З ЕКСПЛУАТАЦІЇ

СЕРВІСНЕ ОБСЛУГОВУВАННЯ

ВЕЛИКОБРИТАНІЯ

Телефон: 0330 123 1045

3 Ірландії 053 92 36102

Веб-сайт: iconsupport.eu

E-mail: csuk@iconeurope.com

Адреса:

ICON Health & Fitness, Ltd.

Unit 4, Westgate Court

Silkwood Park

OSSETT

WF5 9TT

ВЕЛИКОБРИТАНІЯ

АВСТРАЛІЯ

Телефон: 1800 993 770

E-mail: australiacc@iconfitness.com

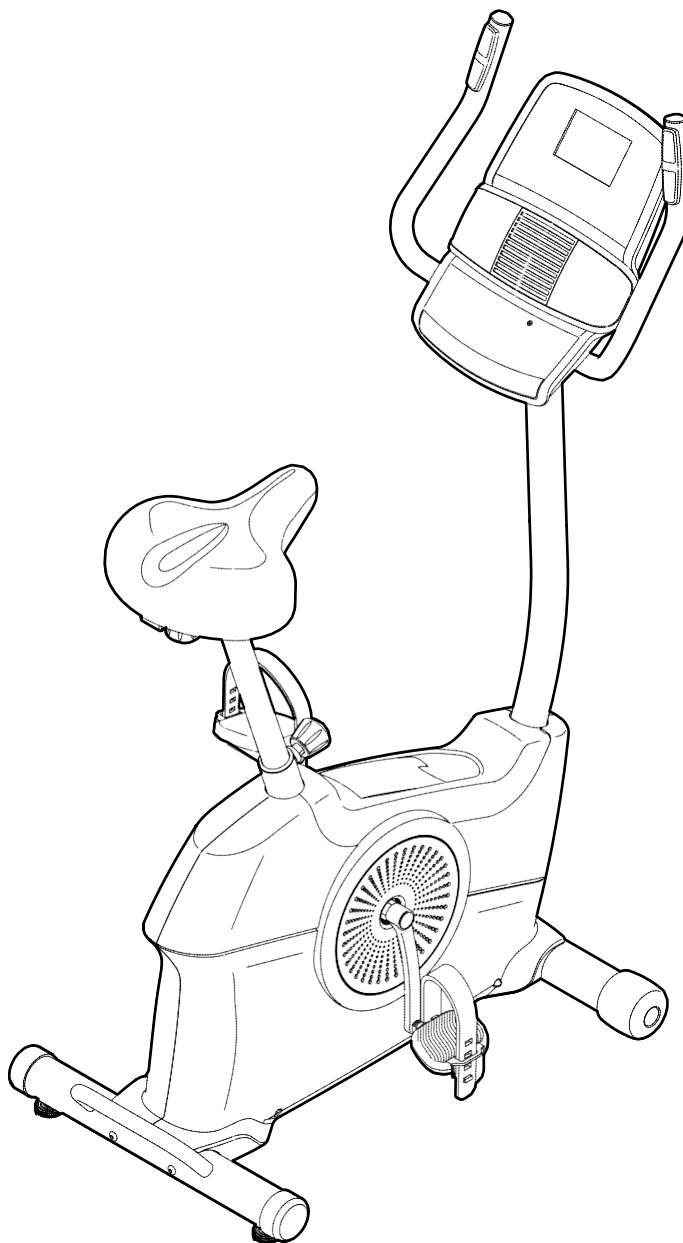
Адреса:

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.

ЗМІСТ

РОЗМІЩЕННЯ ЕТИКЕТКИ ІЗ ЗАСТЕРЕЖЕННЯМ	2
ВАЖЛИВІ ЗАХОДИ БЕЗПЕКИ.....	3
ПЕРЕД ПОЧАТКОМ	4
СХЕМА ВИЗНАЧЕННЯ ДЕТАЛЕЙ ТРЕНАЖЕРА.....	5
МОНТАЖ	6
ВИКОРИСТАННЯ ВЕЛОТРЕНАЖЕРА.....	14
ОБСЛУГОВУВАННЯ ТА УСУНЕННЯ НЕПОЛАДОК.....	23
ПОСІБНИК З ВПРАВ	25
СПИСОК ДЕТАЛЕЙ.....	26
СХЕМА ДЕТАЛЕЙ	27
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 та зареєстрована торгова марка Cisco в США та інших країнах, використовуються 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 велотренажері. ICON не несе відповідальності за травми чи майнові збитки, заподіяні під час використання цього тренажера.

1. Всі користувачі велотренажера 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 велотренажера від осіб, що є відповідальними за їх безпеку.
4. Використовуйте велотренажер лише за призначенням.
5. Цей велотренажер призначений лише для домашнього використання. Заборонено використовувати його в комерційних цілях, здавати в оренду чи експлуатувати в державних установах.
6. Зберігайте тренажер у приміщенні, захищеному від вологи та пилу. Не розміщайте велотренажер в гаражі, на відкритій терасі або біля води.
7. Встановлюйте тренажер на рівній поверхні, залишаючи навколо нього не менше 0,6 м вільного простору. Щоб захистити підлогу чи килим від пошкодження, підстеліть під велотренажер 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. 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.
11. Велотренажером можуть користуватися особи, вага котрих не перевищує 125 кг.
12. Будьте уважні, коли сідаєте на велотренажер та коли сходите з нього.
13. Пульсомір – це не медичний пристрій. На його точність можуть впливати різні фактори, включаючи рух користувача. Пульсомір лише допомагає оцінювати загальну тенденцію серцевого ритму під час тренування.
14. Коли тренуєтесь, тримайте спину рівно.
15. 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 революційного велотренажера NORDICTRACK® GX 2.7 U. Велоспорт є ефективним видом тренування для зміцнення серцево-судинної сили, підвищення витривалості та тонізування організму. Велотренажер GX 2.7 U володіє вражаючим набором функцій, які зроблять Ваші тренування більш ефективними і приємними.

Задля Вашої безпеки рекомендуємо уважно прочитати цей посібник, перш ніж починати тренування. Якщо після його прочитання у Вас

виникли запитання, ознайомтесь з інформацією на передній обкладинці даного посібника. Для 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.

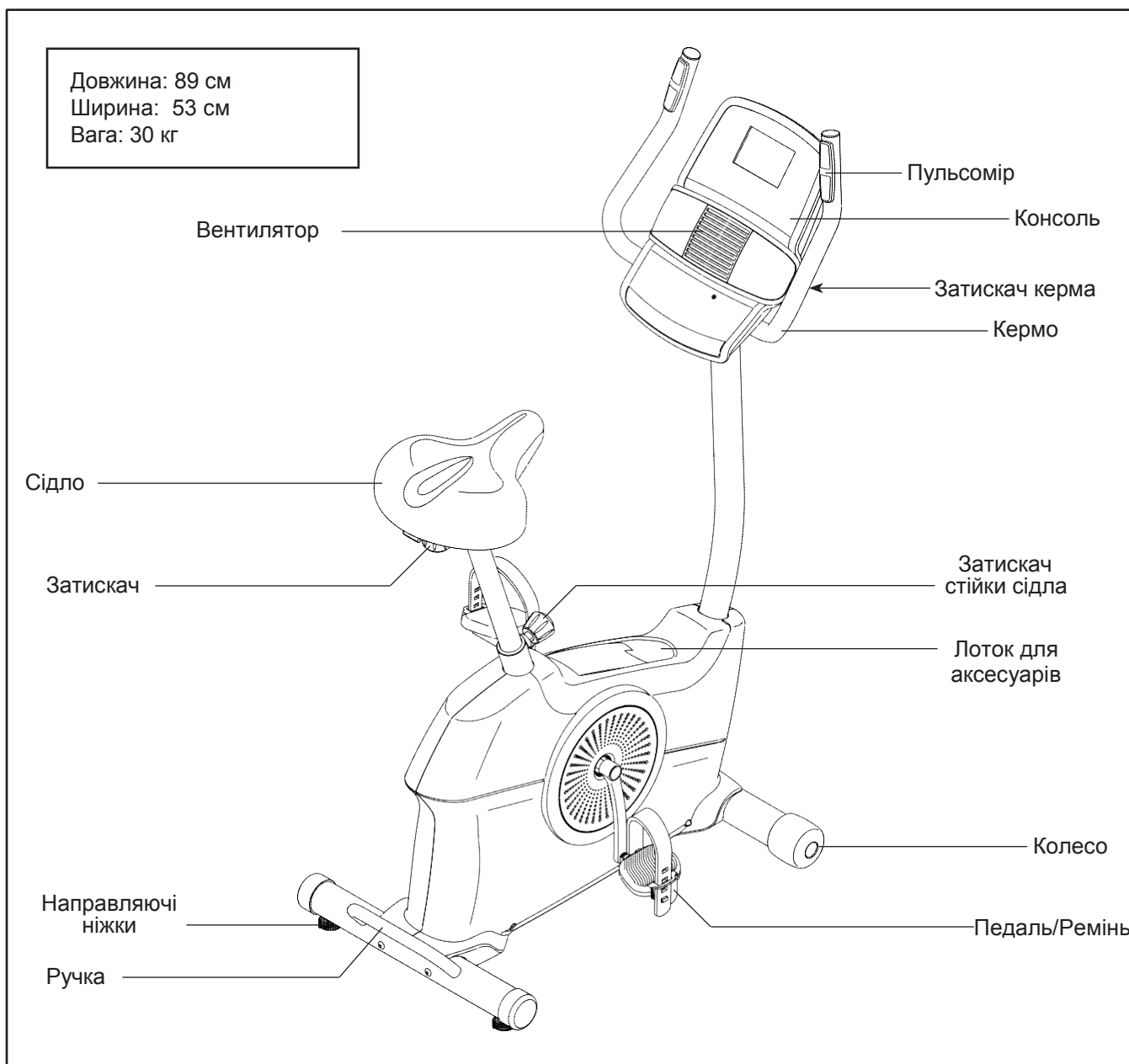
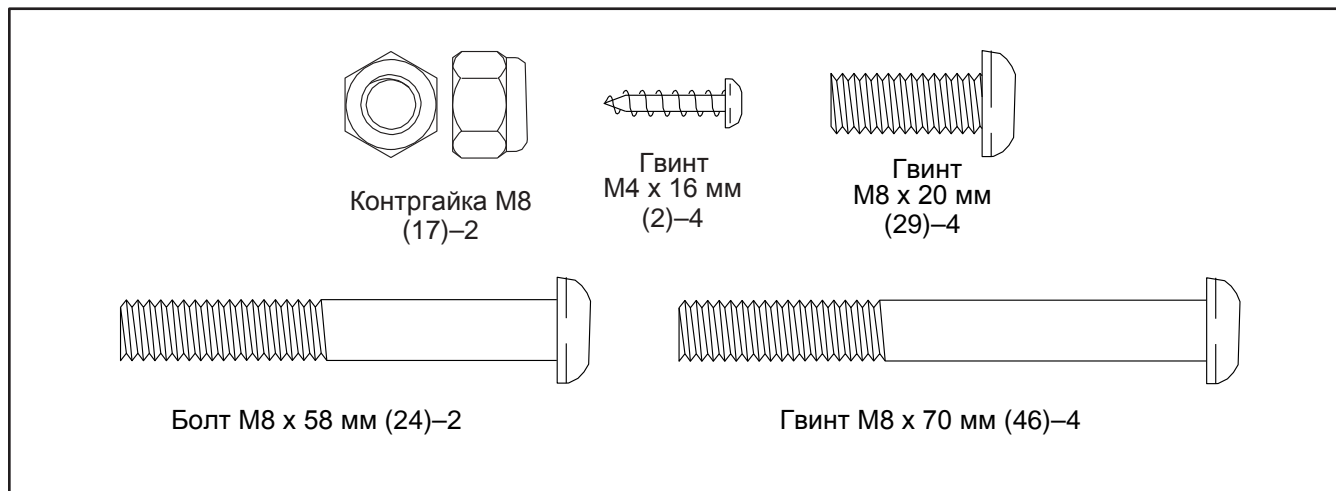


СХЕМА ВИЗНАЧЕННЯ ДЕТАЛЕЙ ТРЕНАЖЕРА

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 дві 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 правої сторони позначені: "R" або "Right."
- Щоб визначити дрібні деталі, див. сторінку 5.

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

викрутка Phillips



стандартна викрутка



розвідний ключ

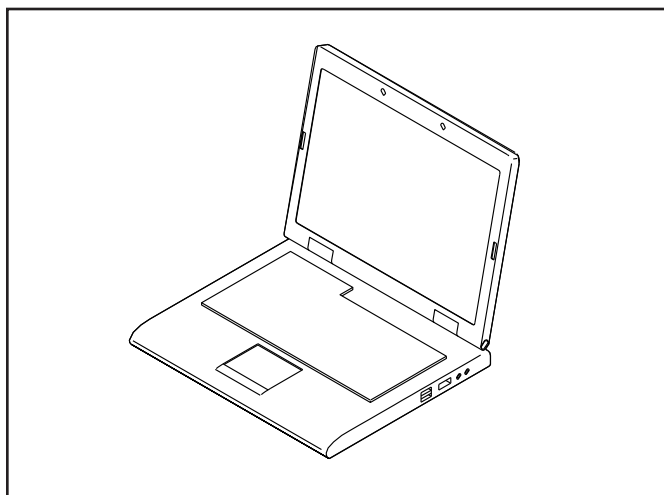


Для спрощення процесу монтажу Вам потрібно мати набір гайкових ключів. Щоб уникнути пошкодження деталей, не використовуйте електроінструменти.

1. Для реєстрації цього продукту та активації гарантії в Великобританії перейдіть на веб-сайт 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 по пошті або на 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).



2. За допомогою звичайної викрутки обережно зніміть захисну кришку (26) з лівого та правого захисних щитків (37, 58).

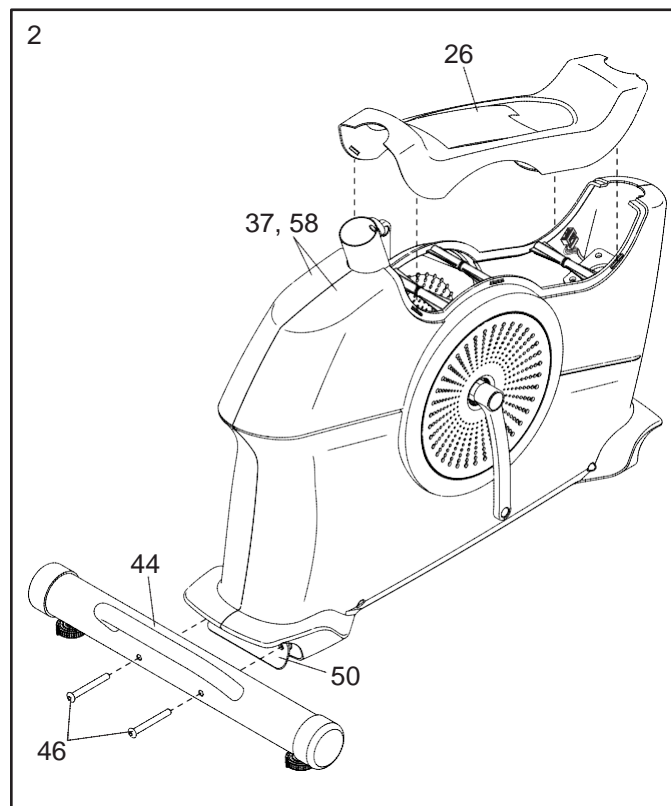
Якщо до задньої частини рами (1) прикріплені транспортувальні трубки, відгвинтіть та викиньте транспортувальні гвинти та транспортувальні трубки.

Підкладіть під задню частину рами (50) шматок пакувального матеріалу. **Виконуючи цей крок, попросіть помічника притримувати раму тренажера, щоб уникнути його падіння.**

Визначте задній стабілізатор (44).

Закріпіть задній стабілізатор (44) на рамі (50) 2 гвинтами М8 х 70 мм (46).

Тепер приберіть пакувальні матеріали з-під задньої частини рами (50).

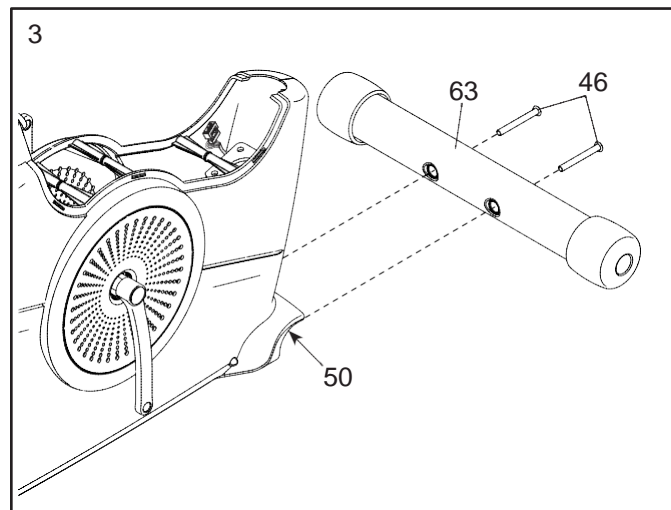


3. Якщо до передньої частини рами (1) прикріплені транспортувальні трубки, відгвинтіть та викиньте транспортувальні гвинти та транспортувальні трубки.

Підкладіть під передню частину рами (50) шматок пакувального матеріалу.

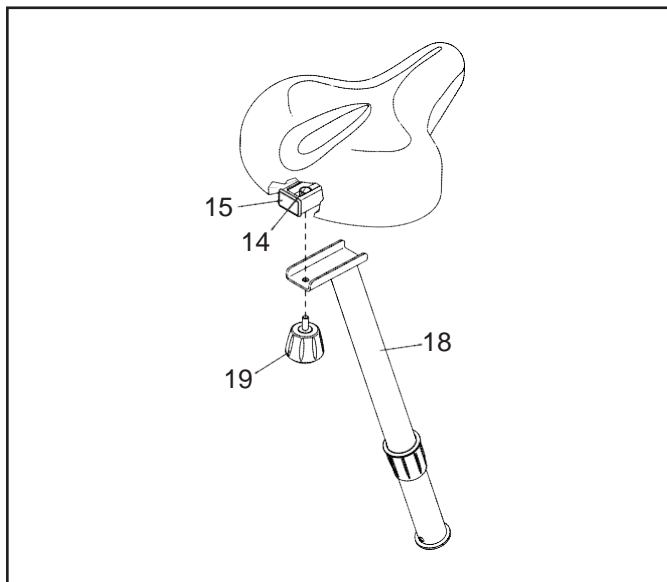
Закріпіть передній стабілізатор (63) на рамі (50) 2 гвинтами М8 х 70 мм (46).

Тепер приберіть пакувальні матеріали з-під передньої частини рами (50).



4. Встановіть каретку сідла (15) на стійці сідла (18) та утримуйте її на місці.

Вставте затискач сідла (19) в напрямку вгору у стійку сідла (18), а потім затягніть її в кронштейні сідла (14) всередині каретки сідла (15).



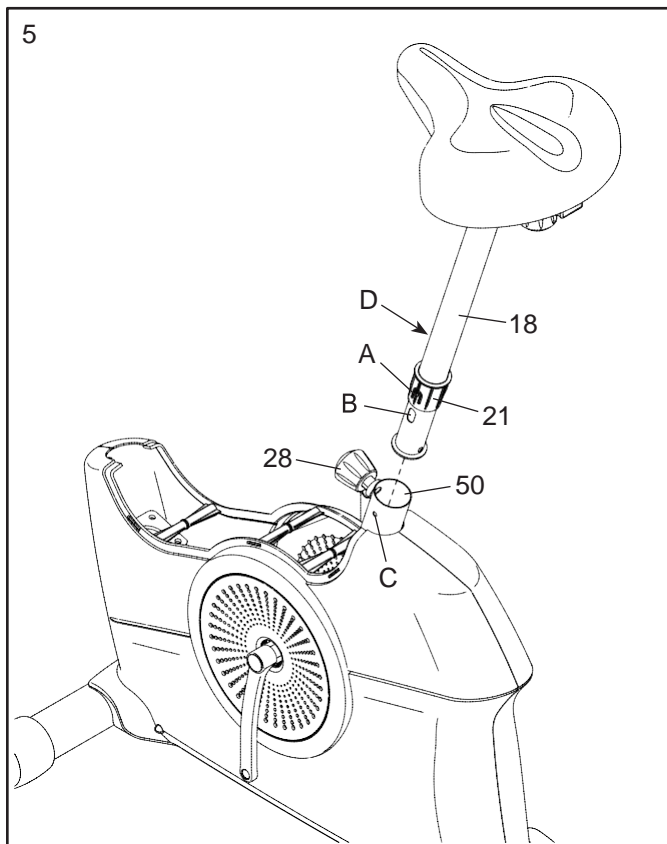
5. Утримуйте стійку сідла (18) біля рами (50), розташуйте втулку стійки сідла (21) так, щоб фіксатор (А) закривав овальний отвір (В) у стійці сідла.

Попросіть помічника ослабити затискач стійки сідла (28) на кілька обертів і потягнути його назовні.

Вставте стійку сідла (18) та втулку стійки сідла (21) в раму (50) так, щоб фіксатор (А) зафіксувався у вказаному отворі (С) рами.

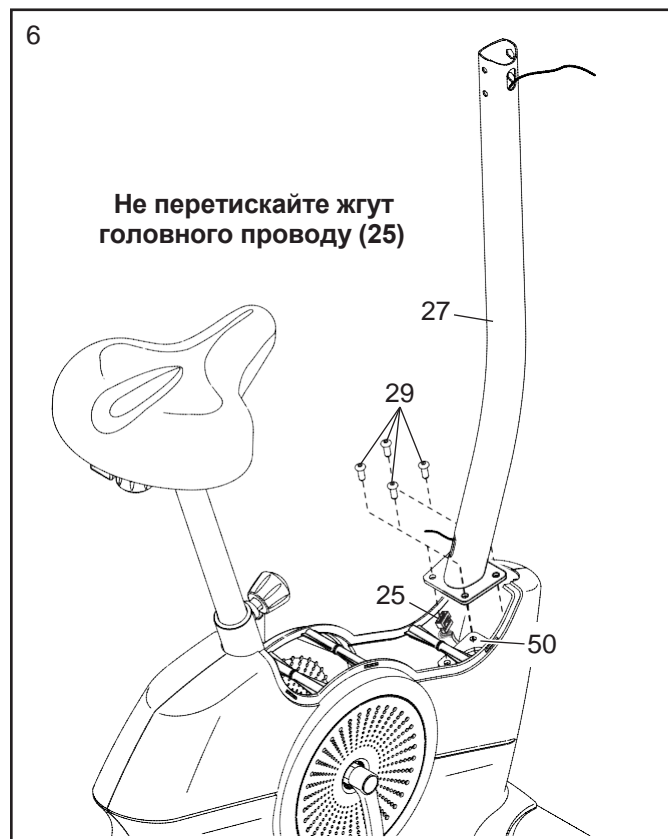
Перемістіть стійку сідла (18) в потрібне положення, піднімаючи чи опускаючи її, а потім відпустіть затискач стійки сідла (28) в отвір регулювання (D) стійки сідла. Затягніть затискач стійки сідла.

Злегка підніміть або опустіть стійку сідла (18), щоб переконатися, що затискач стійки сідла (28) потрапив в отвір для регулювання (D).



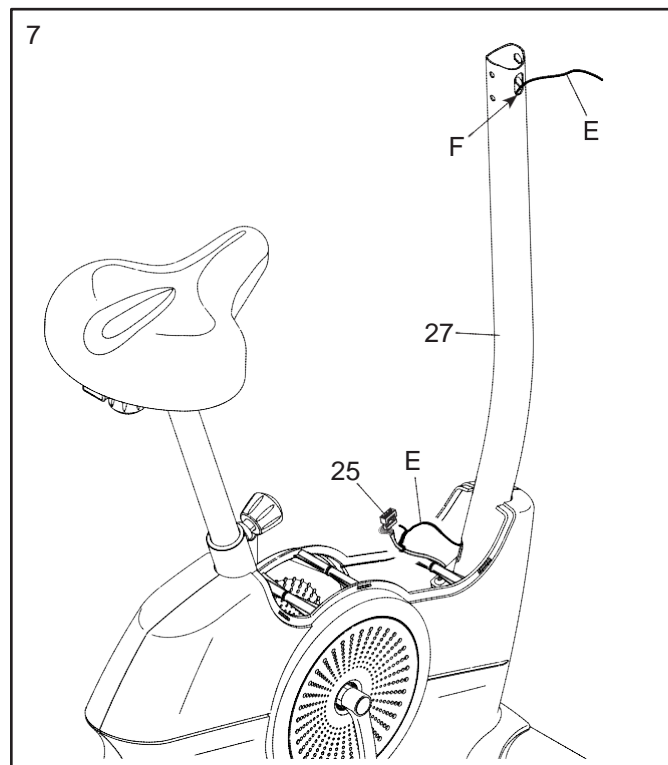
6. **Порада: не перетискайте жгут головного проводу (25).** Розташуйте опорну стійку (27), як показано на малюнку, та утримуйте її на рамі (50).

Закріпіть опорну стійку (27) 4 гвинтами М8 х 20 мм (29); **наживіть всі гвинти, а потім затягніть їх.**



7. Віднайдіть нижній кінець кріплення для проводів (E) в опорній стійці (27). Прив'яжіть кріплення для проводів до жгута головного проводу (25). Тягніть верхній кінець кріплення для проводів вгору доти, доки жгут головного проводу не буде протягнутий через опорну стійку та витягнутий через указаний отвір (F).

Порада: щоб жгут головного проводу (25) не падав в опорну стійку (27), закріпіть його кріпленням для проводів (E).



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

Виставковий центр:

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

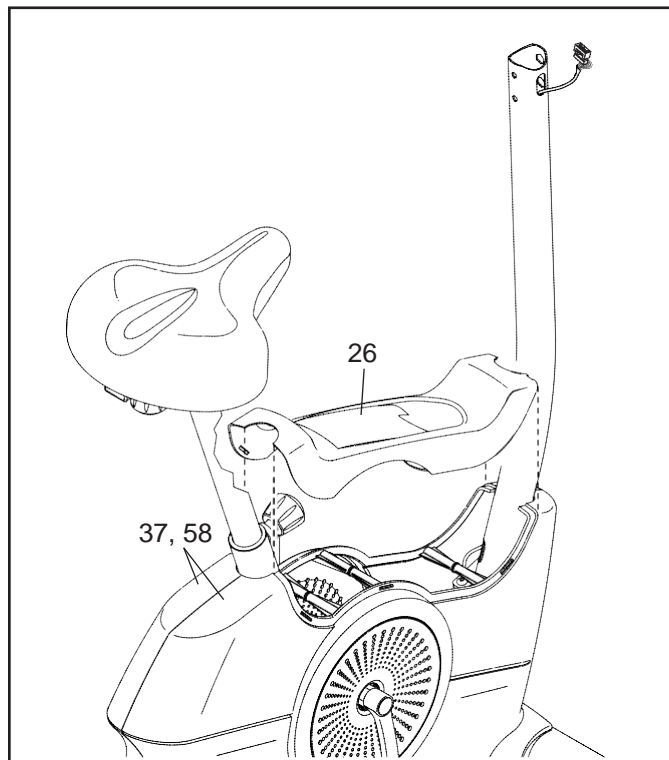
тел./факс: +38 (044) 592-0033

www.interatletika.com

e-mail: prof@interatletika.com

info@interatletika.com

8. Розташуйте захисну кришку (26), як показано на малюнку, та притисніть її до лівого та правого захисних щитків (37, 58).

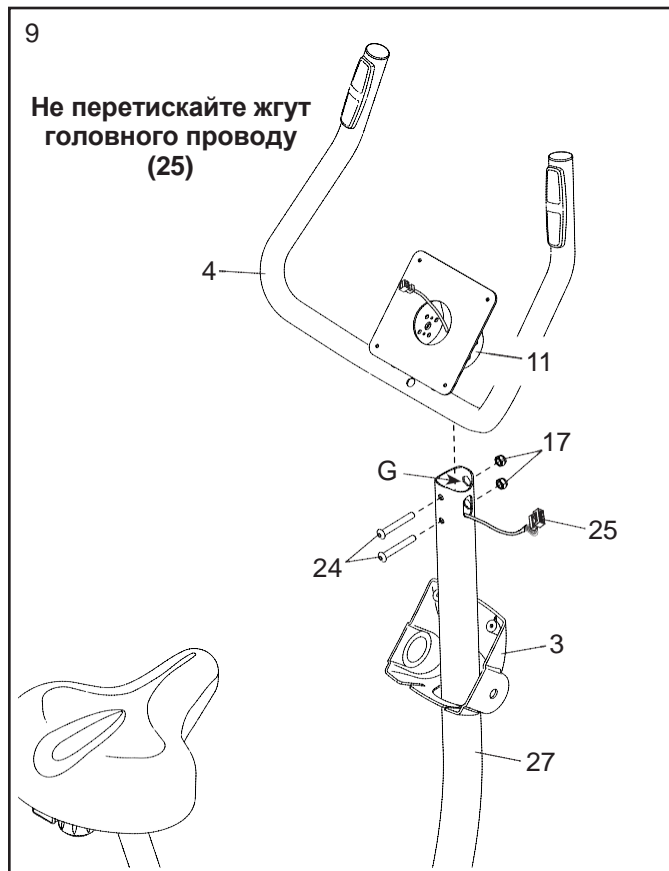


9. Розташуйте кришку консолі (3), як показано на малюнку, та насуньте її на опорну стійку (27).

Порада: не перетискайте жгут головного проводу (25). Вставте кронштейн шарніра (11) на кермо (4) в опорній стійці (27).

Закріпіть кронштейн шарніра (11) 2 болтами М8 х 58 мм (24) і 2 контргайками М8 (17). Переконайтесь, що контргайки потрапили в шестигранні отвори (G).

Порада: щоб збільшити вільний простір для затягування болтів М8 х 58 мм (24), змініть кут нахилу керма (4).



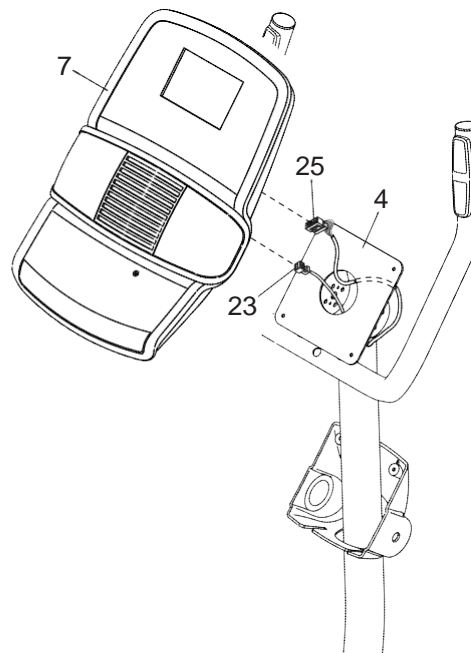
10. Відв'яжіть та викиньте кріплення для проводів на жгуті головного проводу (25). Прокладіть жгут головного проводу угору через кермо (4), як показано на малюнку.

Поки помічник притримує консоль (7) біля керма (4) підключіть жгут головного проводу (25) і жгут імпульсного проводу (23) в роз'єми на консолі.

З'єднувачі на жгуті головного проводу (25) і жгуті імпульсного проводу (23) повинні легко входити в роз'єми та фіксуватися в них. Якщо з'єднувач важко входить в роз'єм, переверніть цей з'єднувач і спробуйте вставити знову. **Якщо з'єднувачі підключені неправильно, консоль може вийти із ладу при вмиканні живлення.**

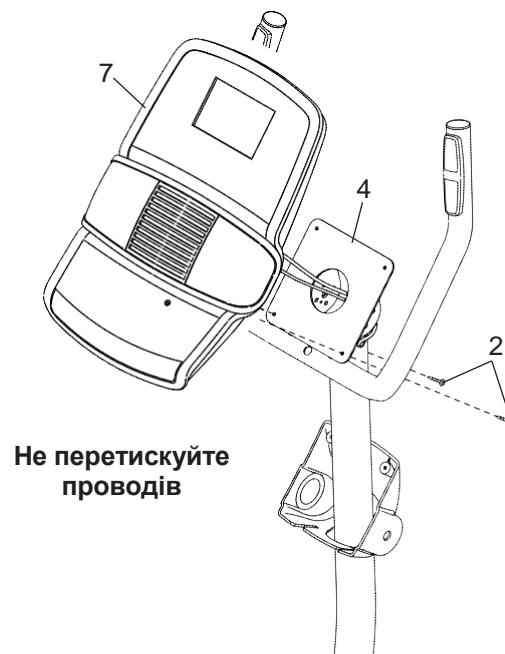
Сховайте зайвий провід в кермі (4).

10



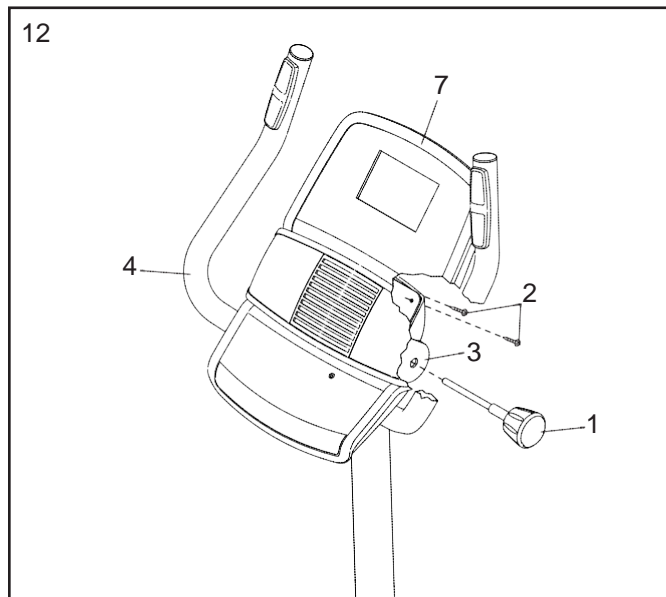
11. **Порада: не перетискуйте проводів.** Закріпіть консоль (7) на кермі (4) 2 гвинтами М4 x 16 мм (2) у нижніх отворах керма.

11



12. Насуньте кришку консолі (3) на кермо (4). Прикріпіть кришку консолі до керма та консолі (7) 2 гвинтами М4 х 16 мм (2).

Вставте затискач керма (1) у кришку консолі (3) і в кермо (4), встановіть потрібний кут нахилу, а потім затягніть затискач керма.

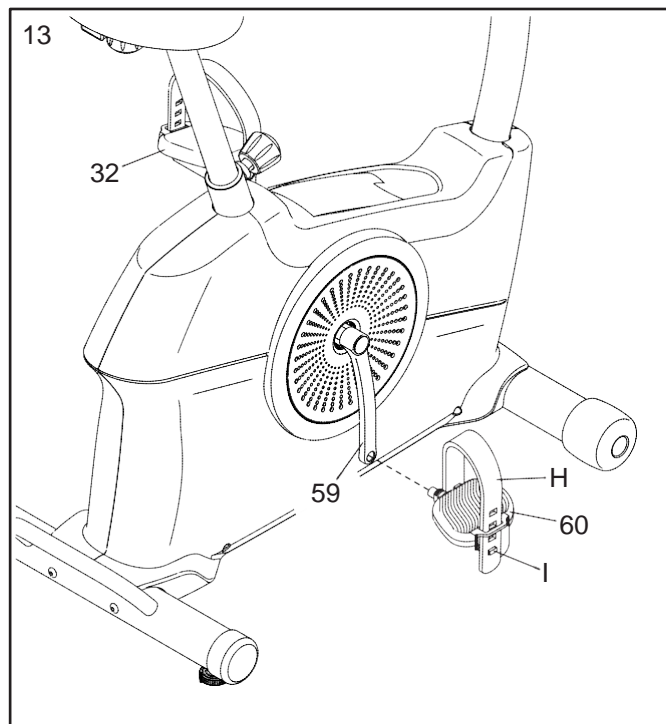


13. Знайдіть праву педаль (60).

За допомогою розвідного ключа **міцно затягніть** праву педаль (60) **за годинниковою стрілкою** в правому шатуні (59).

Щільно затягніть ліву педаль (32) проти годинникової стрілки в лівому шатуні (не показано). **ВАЖЛИВО:** щоб встановити ліву педаль, повертайте її проти годинникової стрілки.

Відрегулюйте ремінь на правій педалі (60) в потрібне положення, затисніть кінці ремня (H) в наконечниках (I) на правій педалі. **Аналогічним чином відрегулюйте ремінь на лівій педалі (32).**



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

Виставковий центр:

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

тел./факс: +38 (044) 592-0033

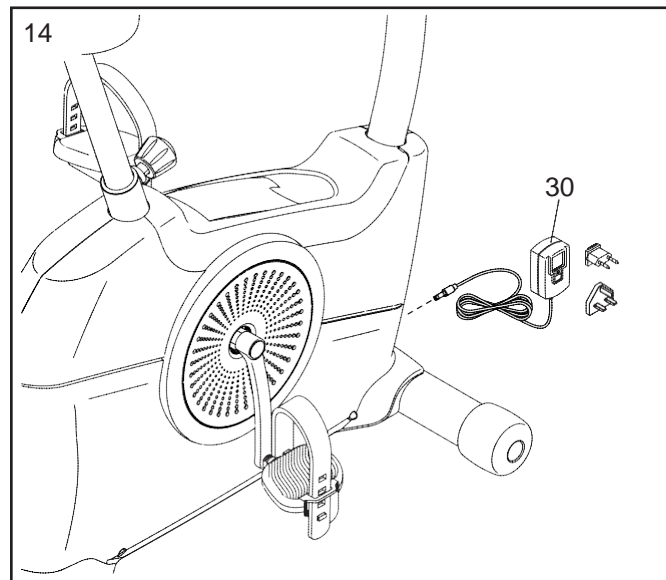
www.interatletika.com

e-mail: prof@interatletika.com

info@interatletika.com

14. Підключіть адаптер живлення (30) у розетку на велотренажері.

Примітка: щоб дізнатися, як підключити адаптер живлення (30), ознайомтеся з розділом "ПІДКЛЮЧЕННЯ КАБЕЛЮ ЖИВЛЕННЯ" на ст. 14.



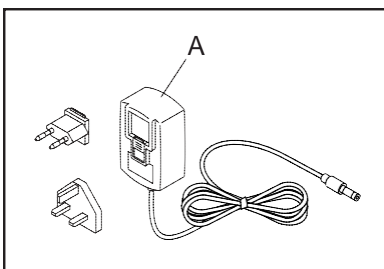
15. Після того, як велотренажер складений, перевірте, чи він правильно зібраний, що виріб правильно функціонує. Перед початком тренувань переконайтеся, що всі кріплення надійно затягнуті. В комплект можуть бути додані додаткові деталі. Щоб захистити підлогу або килим, покладіть килимок під тренажер.

ВИКОРИСТАННЯ ВЕЛОТРЕНАЖЕРА

ПІДКЛЮЧЕННЯ КАБЕЛЮ ЖИВЛЕННЯ

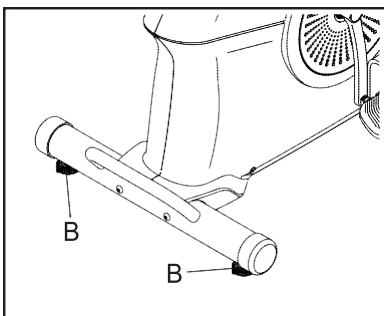
ВАЖЛИВО: якщо велотренажер довгий період часу перебував на холоді, необхідно, щоб він спочатку нагрівся до кімнатної температури. Лише після цього можна вмикати адаптер живлення. Ігнорування цієї рекомендації може привести до пошкодження дисплею консолі чи інших електронних деталей.

Підключіть адаптер живлення (A) у розетку на велотренажері. Після цього підключіть адаптер живлення у відповідну розетку, встановлену відповідно до всіх місцевих вимог і нормативів.



ЯК ВИРІВНЯТИ ВЕЛОТРЕНАЖЕР?

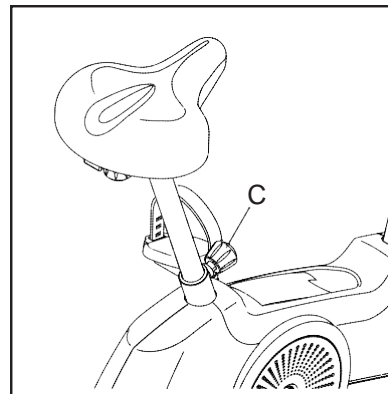
Якщо велотренажер трохи похитується на підлозі під час тренування, повертайте одну чи дві направляючі ніжки (B) на задньому стабілізаторі доти, доки похитування не буде ліквідоване.



НАЛАШТУВАННЯ ВИСОТИ СІДЛА

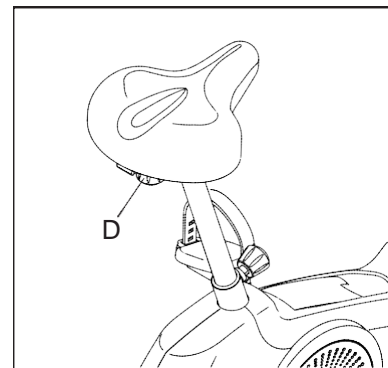
Щоб забезпечити ефективне тренування, відрегулюйте сидло на належну висоту. Під час тренування Ваші ноги мають дещо згинатися в колінах, коли педалі знаходяться в найнижчому положенні.

Щоб відрегулювати сидло, спочатку ослабте затискач стійки сидла (C) на кілька обертів та потягніть його назовні. Після цього перемістіть стійку сидла в потрібне положення, піднімаючи чи опускаючи її, а потім відпустіть затискач стійки сидла в отвір регулювання стійки сидла. Затягніть затискач стійки сидла. Злегка підніміть або опустіть стійку сидла, щоб переконатися, що ручка стійки сидла потрапила в один із отворів.



НАЛАШТУВАННЯ ГОРИЗОНТАЛЬНОГО ПОЛОЖЕННЯ СІДЛА

Щоб налаштувати горизонтальне положення сидла, ослабте затискач сидла (D) на кілька обертів, перемістіть сидло в потрібне положення, рухаючи його вперед або назад, а потім міцно затягніть затискач сидла.



Ексклюзивний представник в Україні:

Група Компаній «Інтер Атлетика»

ТОВ «Фітнес Трейдинг»

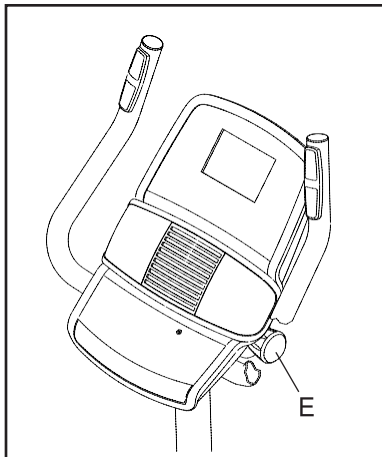
Центральний офіс:

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

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

НАЛАШТУВАННЯ КУТА НАХИЛУ КЕРМА

Щоб змінити кут нахилу керма, ослабте затискач керма (Е), встановіть потрібний кут нахилу, а потім затягніть затискач керма.



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

РЕГУЛЮВАННЯ РЕМЕНІВ ПЕДАЛЕЙ

Щоб відрегулювати ремені педалей, спочатку витягніть кінці ременів (F) із наконечників (G) на педалях. Після цього відрегулюйте ремені в потрібне положення та затисніть їх кінці в наконечниках.

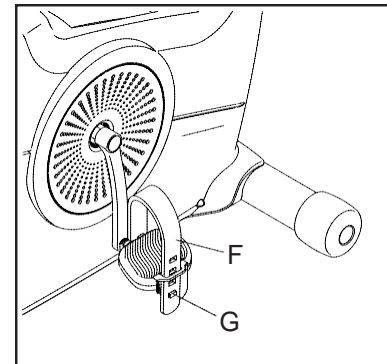
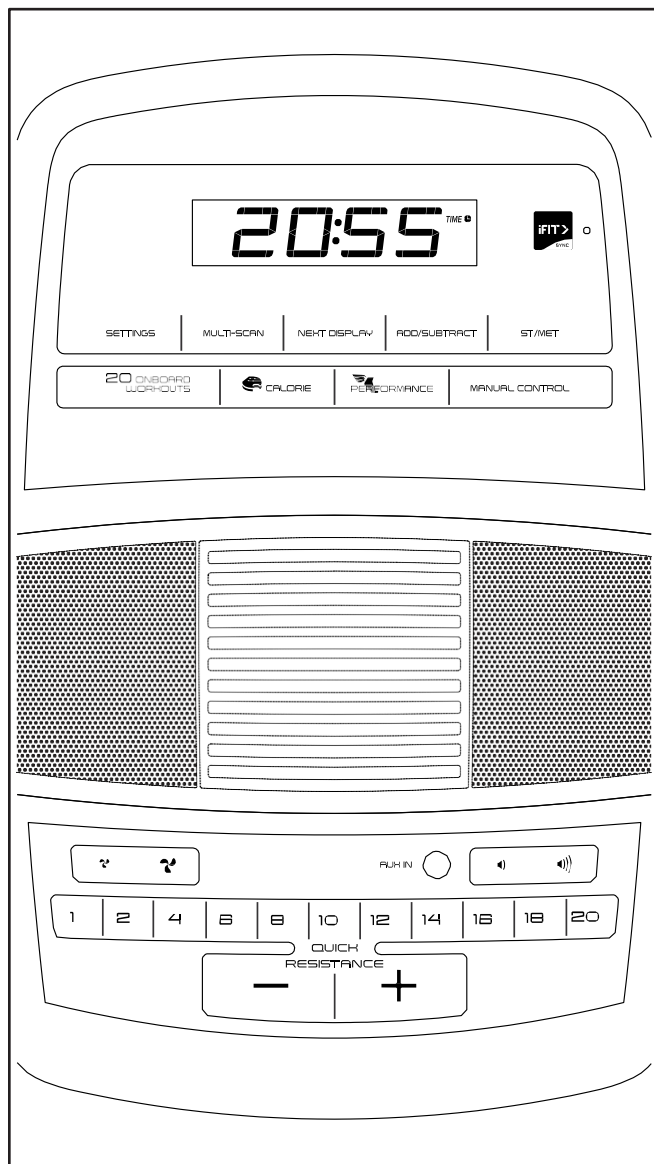


СХЕМА КОНСОЛІ



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 можете виміряти пульс за допомогою пульсоміра на кермі чи додаткового пульсоміра. **Більше інформації про покупку додаткового пульсоміра Ви знайдете на ст. 20.**

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

Консоль також пропонує набір попередньо встановлених програм. Кожна попередньо встановлена програма тренування автоматично змінює опір педалей та стимулює користувача притримуватися цільового значення швидкості обертання педалей, заданого ефективною програмою тренування.

Під час тренувань Ви можете слухати улюблену музику чи аудіокниги через вмонтовану звукову систему.

Використання ручного режиму – див. ст. 17. Використання попередньо встановленої програми тренування – див. ст. 19. Використання звукової системи – див. ст. 20. Підключення планшета до консолі – див. ст. 21. Більше інформації про підключення пульсоміра до консолі – див. ст. 21. Зміна налаштувань консолі – див. ст. 22.

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.

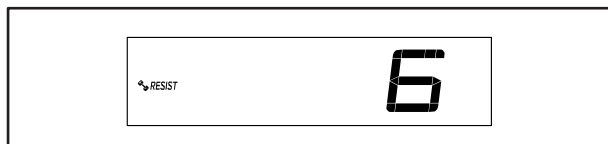
Після увімкнення консолі буде автоматично обрано ручний режим.

Якщо у Вас є обрана програма тренування, натисніть клавішу Manual Control (Ручний контроль) для повторного вибору ручного режиму.

3. При потребі змініть опір педалей.

Щоб активувати ручний режим, почніть обертати педалі.

Ви можете змінити опір педалей перед початком тренування. Щоб змінити значення опору, натисніть одну з пронумерованих клавіш Quick Resistance (Швидка зміна опору) або натискайте клавіші Quick Resistance Increase/Decrease (Шв. збільш./зменш. 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 (Кал.) – після активації ручного режиму і більшості програм тренувань на екрані буде відображатися приблизна кількість спалених калорій. У випадку вибору програм на спалення калорій на дисплеї буде відображатися приблизне значення калорій, що слід спалити до закінчення тренування.

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

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

Pace (Темп) – швидкість обертання педалей в хвилинах на милю або хвилинах на кілометр. Щоб змінити одиницю вимірювання, натисніть клавішу St/Met (Стандартне/Метричне).

Pulse (Пульс – уд. на хв. та символ серця) – відображається Ваш серцевий ритм, якщо використовується пульсомір на кермі чи нагрудний пульсомір (див. крок 5).

Resistance (Опір) – рівень опору обертання педалей.

RPM (Об./хв.) – швидкість обертання педалей в обертах на хвилину.

Speed (Швидкість – миль/год. або км/год.) – швидкість обертання педалей в милях на годину чи кілометрах на годину. Щоб змінити одиницю вимірювання, натисніть клавішу St/Met (Стандартне/Метричне).

Time (Час) – після вибору ручного режиму або програми на спалення калорій на дисплеї з'явиться інформація про тривалість тренування. Після вибору попередньо встановленого тренування буде відображатися час, що залишився до кінця тренування.

Для перегляду потрібної інформації про тренування натисніть клавішу Next Display (Наступний дисплей).



Scan mode (Режим сканування) — дозволяє переглядати інформацію про тренування в циклі повтору. Для активації режиму сканування натисніть клавішу Multi-scan (Мульти-сканування); на дисплеї засвітиться індикатор сканування (A) і з'явиться слово "SCAN" (СКАНУВАННЯ).



Щоб налаштувати цикл сканування, натисніть кілька раз клавішу Multi-scan (Мульти-сканування).

Для деактивації режиму сканування натисніть клавішу Next Display (Наступний дисплей); індикатор сканування і слово "SCAN" (СКАНУВАННЯ) зникнуть.

Ви також можете налаштувати режим у режимі сканування, щоб відображати лише потрібну інформацію про тренування в циклі повторення.

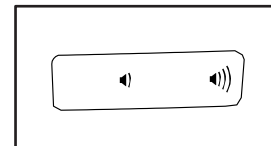
Для налаштування режиму сканування натискайте клавішу Next Display (Наступний дисплей) доти, доки на дисплеї не з'явиться інформація, яку бажаєте додати чи видалити з циклу сканування.

Далі натисніть клавішу Add/Subtract (Додати/Видалити), щоб додати чи видалити якусь інформацію про тренування з циклу сканування. Коли інформація про тренування додана, відповідний індикатор з'явиться на дисплеї. Якщо ж інформація про тренування видалена, то відповідний індикатор має зникнути з дисплею.

Далі натисніть клавішу Multi-scan (Мульти-сканування), щоб повернутися до режиму сканування.

Примітка: після кожного вимірювання частоти серцевого ритму пульсоміром на консолі буде відображатися значення Вашого пульсу в автоматичному циклі сканування.

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



Щоб призупинити роботу консолі, просто перестаньте обертати педалі. Якщо консоль знаходиться в режимі сну, на дисплеї мигатиме поточна тривалість тренування. Щоб відновити тренування, просто почніть обертати педалі.

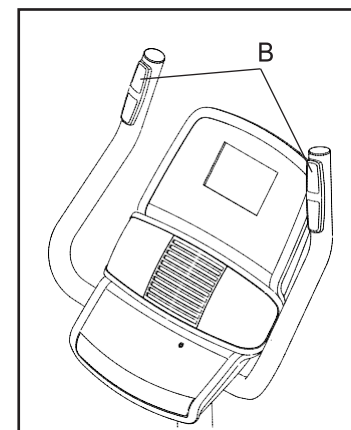
Примітка: консоль може відображати швидкість та відстань в стандартних чи метричних одиницях вимірювання. Щоб змінити одиницю вимірювання, натисніть клавішу St/Met (Стандартне/Метричне).

5. При потребі виміряйте серцевий ритм.

Ви можете зміряти свій пульс за допомогою пульсоміра на тренажері або нагрудного пульсоміра (більше інформації про нагрудний пульсомір можна знайти на ст. 20). Примітка: консоль велотренажера сумісна з пульсомірами BLUETOOTH® Smart.

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

Якщо на металевих контактах (B) пульсоміра наклеєна захисна плівка, зніміть її. Щоб виміряти пульс, прикладіть долоні до пульсоміра на тренажері, вперши їх в контакти. Намагайтесь не переміщати рук і не стискайте надто контакти.

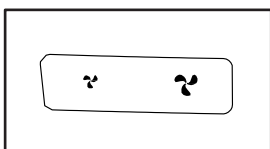


Після того, як Ваш серцевий ритм буде виміряно, його значення з'явиться на дисплеї. **Щоб результат був більш точним, тримайте руки на контактах принаймні 15 секунд.**

Якщо серцевий ритм не відображається, переконайтеся, що Ваші руки розташовані так, як описано. Намагайтесь не робити зайвих рухів чи стискати надто сильно контактів. Для оптимальної роботи протріть контакти м'якою тканиною; **ніколи не використовуйте для протирання металевих контактів спиртовмісні засоби, абразиви чи хімікати.**

6. При потребі увімкніть вентилятор.

Вентилятор підтримує декілька режимів швидкості та автоматичний режим.



Після вибору автоматичного режиму швидкість вентилятора буде автоматично збільшуватися або зменшуватися в залежності від інтенсивності тренування. Натисніть клавішу "Fan Increase/Decrease" (Збільш./зменш. швидкості вентилятора), щоб вибрати швидкість вентилятора чи вимкнути його.

Примітка: якщо не обертати педалі протягом кількох хвилин, вентилятор вимкнеться автоматично.

7. Після завершення тренування консоль автоматично вимкнеться.

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

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

Примітка: консоль підтримує демонстраційний режим, який призначений для демонстрації тренажера у магазині. Якщо на тренажері активований демо-режим, консоль не буде вимикатися, а дисплей не буде перезавантажуватися після закінчення тренування. Щоб деактивувати демо-режим, див. розділ "ЗМІНА НАЛАШТУВАНЬ КОНСОЛІ" на ст. 22.

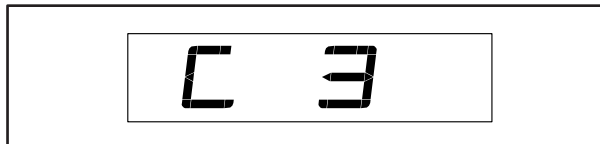
ВИКОРИСТАННЯ ПОПЕРЕДНЬО ВСТАНОВЛЕНОЇ ПРОГРАМИ ТРЕНУВАННЯ

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 встановлену програму тренування, натискайте клавішу Calorie (Калорії) або клавішу Performance (Продуктивність) доти, доки на дисплеї не з'явиться назва потрібної програми тренування. Через декілька секунд після натискання клавіші на дисплеї відобразиться тривалість тренування або кількість калорій, що мають бути спалені.



3. Розпочніть тренування.

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 запрограмовано інший рівень опору, то на декілька секунд на дисплеї з'явиться новий рівень 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 "TOO SLO" (НАДТО ПОВІЛЬНО)**, збільште швидкість обертання педалей. **Коли на дисплеї з'являться слова "TOO FAST" (НАДТО ШВИДКО)**, зменште швидкість обертання педалей. **Якщо ж на дисплеї відсутні будь-які слова**, притримуйтеся поточної швидкості обертання педалей.



ВАЖЛИВО: задане цільове значення швидкості виконує лише роль мотивації. Ваша фактична швидкість може бути меншою, ніж встановлене цільове значення. **Переконайтесь, 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 клавші Quick Resistance (Швидка зміна опору). **ВАЖЛИВО:** після закінчення поточного сегменту педалі 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 роботу консолі, просто перестаньте обертати педалі. Якщо консоль знаходиться в режимі сну, на дисплеї мигатиме поточна тривалість тренування. Щоб відновити тренування, просто почніть обертати педалі.

4. Ваш прогрес буде відобразитися на дисплеї.

Див. крок 4 на ст. 17.

5. При потребі виміряйте серцевий ритм.

Див. крок 5 на ст. 18.

6. При потребі увімкніть вентилятор.

Див. крок 6 на ст. 19.

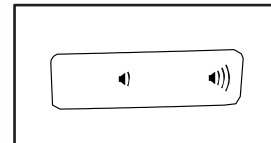
7. Після завершення тренування консоль автоматично вимкнеться.

Див. крок 7 на ст. 19.

ВИКОРИСТАННЯ ЗВУКОВОЇ СИСТЕМИ

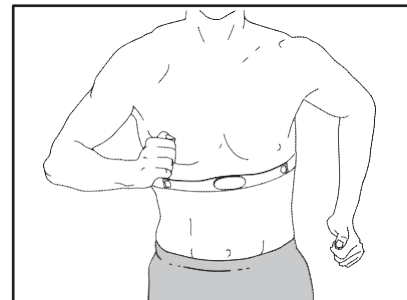
Для відтворення музики чи аудіокниг через звукову систему консолі під час тренування підключіть аудіокабель з роз'ємами на кінцях (не входить в комплект) в гніздо на консолі та в гніздо на аудіопрогравачі чи CD-плеєрі; **переконайтесь, що аудіокабель повністю вставлений в гнізда.** Примітка: придбати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

Далі натисніть клавшу Play (Відтворити) на своєму аудіопрогравачі. Змініть рівень гучності, використовуючи на консолі клавші Increase/ Decrease (Збільш./ Зменш.) або регулятор гучності на своєму аудіопрогравачі.



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 відстежувати 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.

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 Store™ 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 дотримуйтесь 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 пільсомір, а потім – планшет.** Більше інформації про це можна знайти в розділі "ПІДКЛЮЧЕННЯ ПУЛЬСОМІРА ДО КОНСОЛІ", що справа.

3. Підключіть планшет до консолі.

Натисніть клавішу iFit Sync (Синхронізація iFit) на консолі; на дисплеї з'явиться кількість підключень консолі. Дотримуйтесь 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.

Дотримуйтесь 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 світлодіод не загориться 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 BLUETOOTH Smart до консолі, натисніть клавішу iFit Sync (Синхронізація iFit) на консолі; 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 не світлодіод загориться темно-зеленим кольором.

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

ЗМІНА НАЛАШТУВАНЬ КОНСОЛІ

1. Виберіть режим налаштування.

Для вибору режиму налаштування натисніть клавішу Settings (Налаштування). Спочатку на дисплеї відкриється меню налаштувань.

2. Перейдіть до режиму налаштування.

Під час активації режиму налаштувань Ви можете переходити до кількох екранів налаштувань. Для вибору потрібного екрану налаштувань натисніть кілька раз клавішу Next Display (Наступний дисплей).

3. При потребі змініть налаштування.

Software Version Number (Номер версії ПЗ) – номер версії ПЗ буде відображатися на дисплеї.

Unit of Measurement (Одиниці виміру) – обрана одиниця виміру буде відображатися на дисплеї. Консоль може відображати швидкість та відстань в стандартних чи метричних одиницях вимірювання. Щоб змінити одиницю вимірювання, натисніть кілька раз клавішу St/ Met (Стандартне/Метричне). Щоб переглянути інформацію про тренування в стандартних одиницях вимірювання, виберіть STD (Станд. вимірювання). Щоб переглянути інформацію про тренування в метричних одиницях вимірювання, виберіть Met (Метр. вимірювання).



Display Test (Перевірка дисплею) – цей екран використовується спеціалістами сервісних служб для перевірки належного функціонування дисплею.

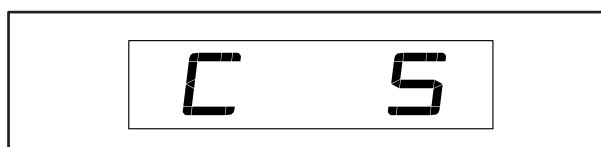
Button Test (Перевірка клавіші) – цей параметр використовується спеціалістами сервісних служб для перевірки належного функціонування певної клавіші.

Total Time (Загальний час) – на дисплеї з'явиться слово "TIME" (ЧАС). Дисплей буде показувати загальну кількість годин використання велотренажера.

Total Distance (Загальна відстань) – на дисплеї з'являться букви "MI" (МИЛІ) чи KM (КІЛОМЕТРИ). Дисплей буде показувати загальну відстань (в милях або кілометрах), що були подолані на тренажері.



Contrast Level (Рівень контрасту) – на дисплеї з'явиться поточний рівень контрасту. Натискайте клавіші Quick Resistance Increase/Decrease (Шв. збільш./зменш. опору), щоб змінити рівень контрасту.

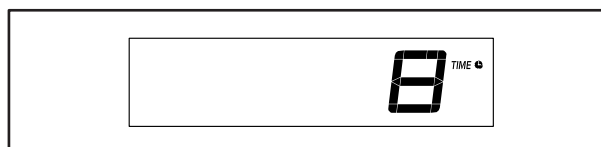


Demo Mode (Демонстраційний режим) – на дисплеї буде відображатися повідомлення про активацію демонстраційного режиму. Консоль підтримує демо-режим, який призначений для демонстрації тренажера у магазині. Якщо на тренажері активований демо-режим, консоль не буде вимикатися, а інформація на дисплеї не буде скинута після завершення тренування. Щоб вибрати демонстраційний режим, натисніть кілька раз клавішу Quick Resistance Increase (Шв. збільш. опору). Для активації демонстраційного режиму виберіть DON (Актив. демонстр. режиму). Для деактивації демонстраційного режиму виберіть DOFF (Деактив. демонстр. режиму).



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.

Почистити тренажер можна, використовуючи вологу тканину і невелику кількість мильного розчину. **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 вмикається, переконайтеся, що адаптер живлення повністю підключений. У випадку наявності зовнішніх проводів на консолі переконайтеся, що з'єднувачі на проводах правильно розташовані та міцно зафіксовані в роз'ємах на консолі.

Якщо на дисплеї консолі з'явилися лінії, див крок 3 на ст. 22 та відрегулюйте рівень контрасту дисплею.

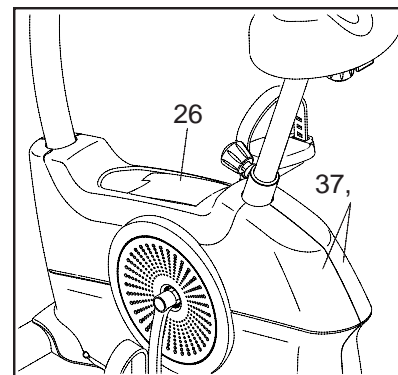
Якщо консоль не відображає значення пульсу під час використання пульсоміра, див. крок 5 на ст. 18.

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.

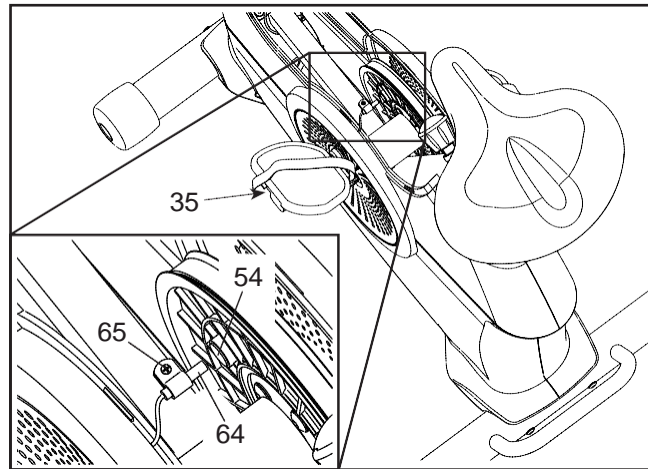
РЕГУЛЮВАННЯ ГЕРКОНОВОГО ПЕРЕМИКАЧА

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

Перед тим, як відрегулювати герконовий перемикач, **відключіть адаптер живлення.** За допомогою звичайної викрутки обережно демонтуйте кришку захисного щитка (26) на лівому і правому захисних щитках (37, 58).



Знайдіть герконовий перемикач (64). Дещо ослабте гвинт М4 x 19 мм (65).



Повертайте лівий шатун (35) доти, доки магніт (54) не буде сумісний з герконовим перемикачем (64). Дещо посуňte герконовий перемикач вбік або подалі від магніту. Далі затягніть гвинт М4 x 19 мм (65).

Підключіть адаптер живлення та поверніть лівий шатун (35) на мить. Повторюйте процедуру доти, доки консоль не стане показувати правильну інформацію про тренування.

Коли герконовий перемикач буде правильно відрегульований, встановіть кришку захисного щитка назад.

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

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

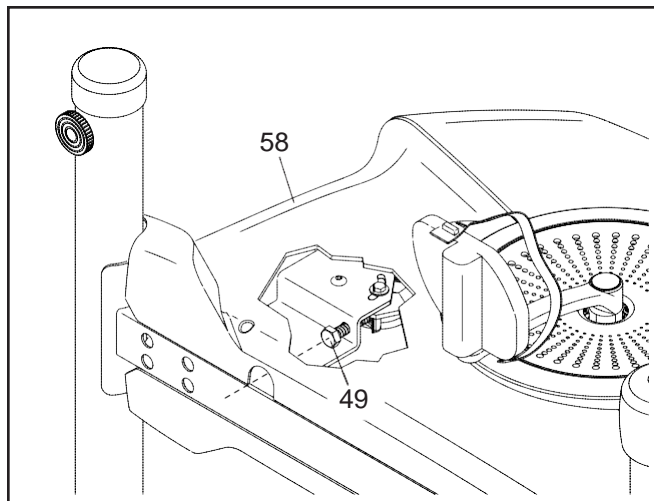
РЕГУЛЮВАННЯ РЕМЕНЮ ПРИВОДУ

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**. Потім обережно нахиліть велотренажер на ліву сторону, як показано на малюнку.

Просуньте гайковий ключ M10 з подовжувачем (не входить до комплекту) в отвір, що в нижній частині правого захисного щитка (58), та затягніть гвинт M10 x 50 мм (49) на кілька обертів, поки ремінь приводу (не показано) не буде натягнутий; **не натягуйте надто ремінь приводу**.

Після цього поставте тренажер у вертикальне положення. При потребі повторюйте цей крок доти, доки педалі не перестануть проковзувати.



ПОСІБНИК 3 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	♥
<hr/>							
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, – це 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.). Дихайте регулярно і глибоко під час тренування, 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 односторонній 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

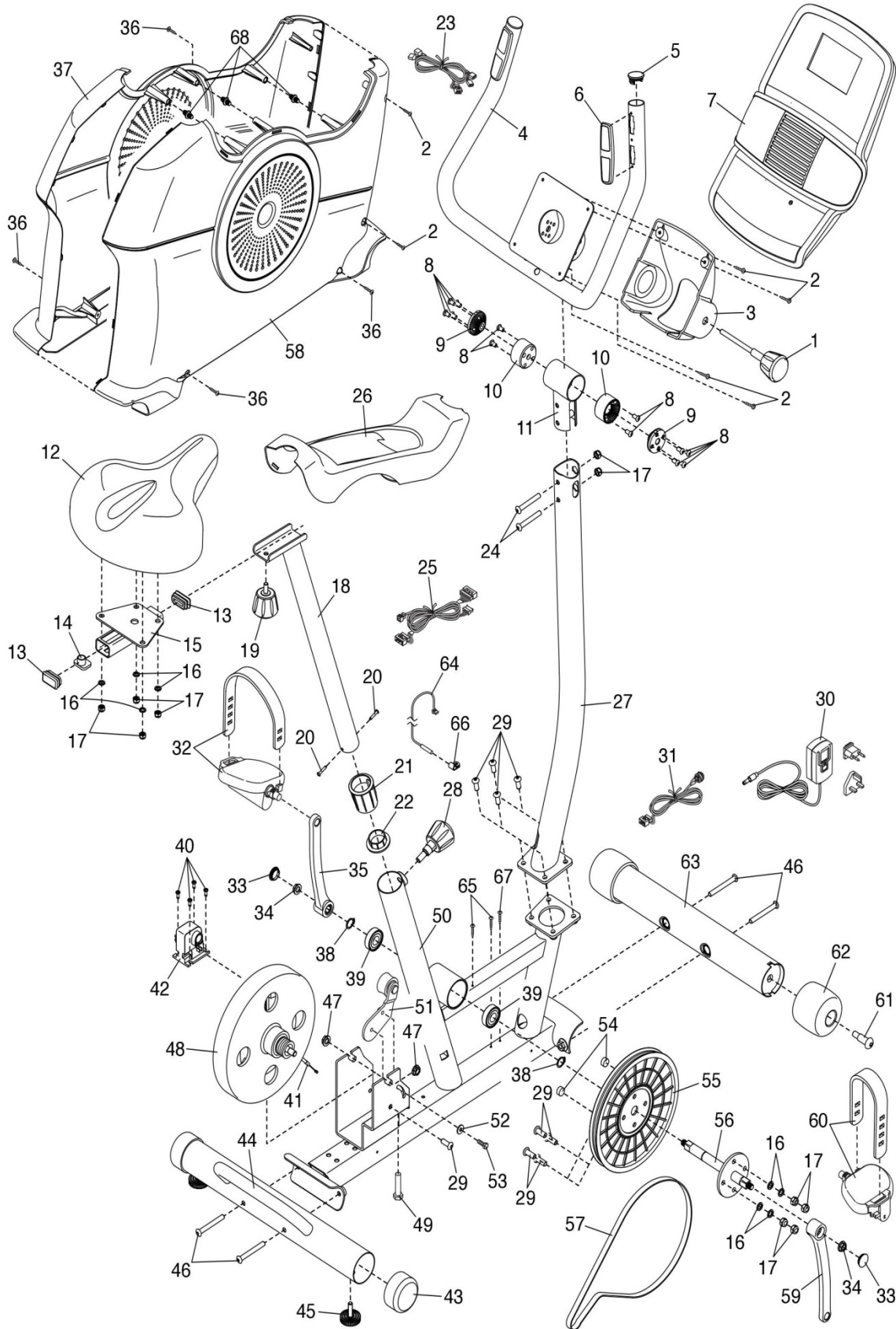
Модель № NTEVEX39018.0 R1018A

№	Кіл.	Назва	№	Кіл.	Назва
1	1	Затискач керма	36	4	Самонарізний гвинт М4 х 19
2	6	Гвинт М4 х 16 мм	37	1	Лівий захисний щиток
3	1	Кришка консолі	38	2	Стопорне кільце
4	1	Кермо	39	2	Втулка
5	2	Кришка поручня	40	4	Гвинт М4 х 12 мм
6	2	Пульсомір	41	1	Кабель опору
7	1	Консоль	42	1	Мотор опору
8	12	Гвинт М6 х 10 мм	43	2	Кришка стабілізатора
9	2	Зовнішня вісь	44	1	Задній стабілізатор
10	2	Внутрішня вісь	45	2	Направляючі ніжки
11	1	Кронштейн шарніра	46	4	Гвинт М8 х 70 мм
12	1	Сідло	47	2	Фланцева гайка М10
13	2	Кришка каретки	48	1	Вихорний механізм
14	1	Кронштейн сідла	49	1	Гвинт М10 х 50 мм
15	1	Каретка сідла	50	1	Рама
16	8	Роздільна шайба М8	51	1	Колесо натягу
17	10	Контргайка М8	52	1	Шайба М6
18	1	Опорна стійка сідла	53	1	Гвинт М6 х 20 мм
19	1	Затискач сідла	54	2	Магніт
20	2	Гвинт #8 х 3/4"	55	1	Шків
21	1	Втулка стійки сідла	56	1	Важіль колінчастого вала
22	1	Накладка стійки сідла	57	1	Ремінь приводу
23	1	Жгут імпульсного проводу	58	1	Правий захисний щиток
24	2	Болт М8 х 58 мм	59	1	Правий шатун
25	1	Жгут головного проводу	60	1	Права педаль/Ремінець
26	1	Кришка щитка	61	2	Гвинт М10 х 41 мм
27	1	Опорна стійка	62	2	Колесо
28	1	Затискач стійки сідла	63	1	Передній стабілізатор
29	9	Гвинт М8 х 20 мм	64	1	Герконовий перемикач/Провід
30	1	Адаптер живлення	65	2	Гвинт М4 х 19 мм
31	1	Силовий кабель/Приймач	66	1	Затискач
32	1	Ліва педаль/Ремінець	67	1	Гвинт М4 х 19 мм
33	2	Накладка важелю	68	3	Кріплення
34	2	Гайка важелю колінчастого	*	—	Набір інструментів
35	1	Лівий шатун	*	—	Інструкція з експлуатації

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

Модель № NTEVEX39018.0 R1018A



ЗАМОВЛЕННЯ ЗАПАСНИХ ДЕТАЛЕЙ

Для замовлення запасних деталей 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);
- назву 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.

