

NordicTrack[®]

COMMERCIAL 12.9

Модель № NTEVEL15918.0
Серія №

Впишіть у верхнє поле серійний номер.



Етикетка із
серійним
номером

СЕРВІСНЕ ОБСЛУГОВУВАННЯ

ВЕЛИКОБРИТАНІЯ

Телефон: 0330 123 1045

З Ірландії 053 92 36102

Вебсайт: 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

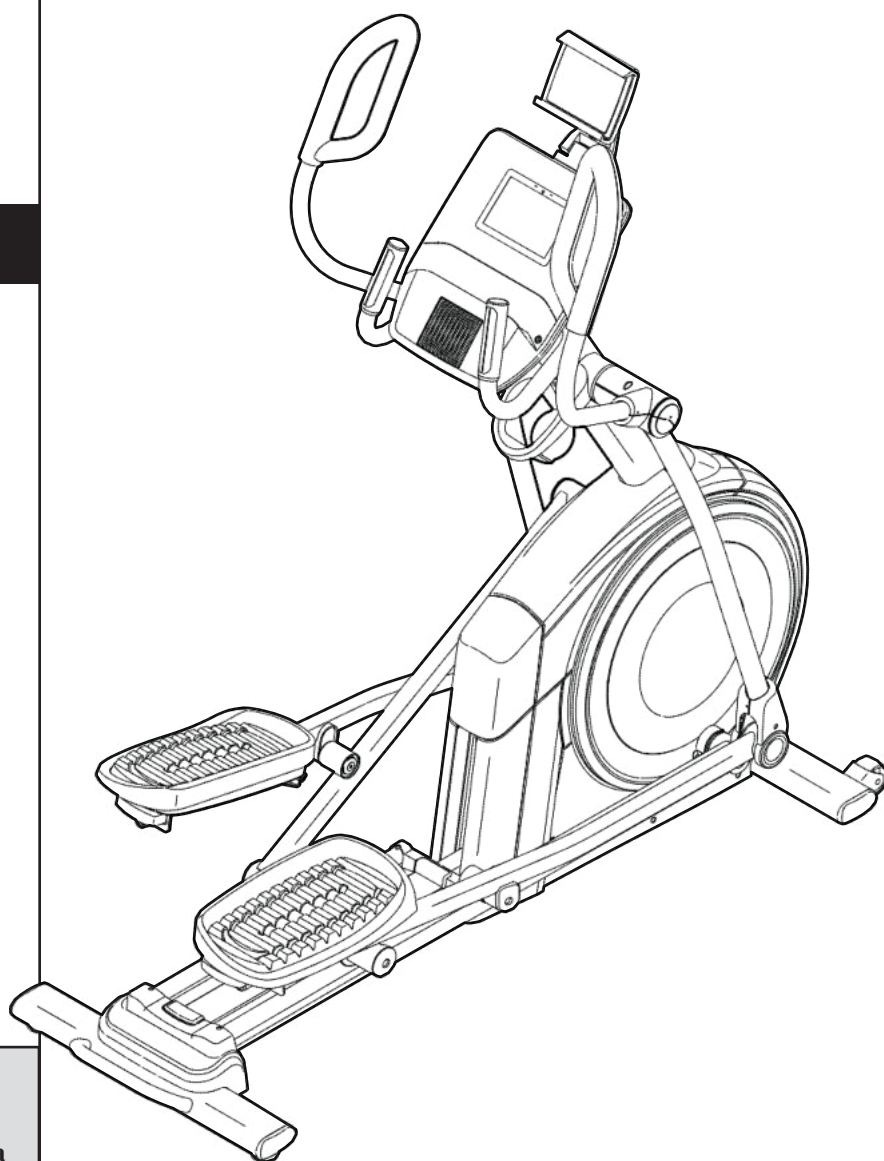
E-mail:

australiacc@iconfitness.com

Адреса:

ICON Health & Fitness
PO Box 635
WINSTON HILLS NSW 2153,
АВСТРАЛІЯ

ІНСТРУКЦІЯ З ЕКСПЛУАТАЦІЇ



УВАГА

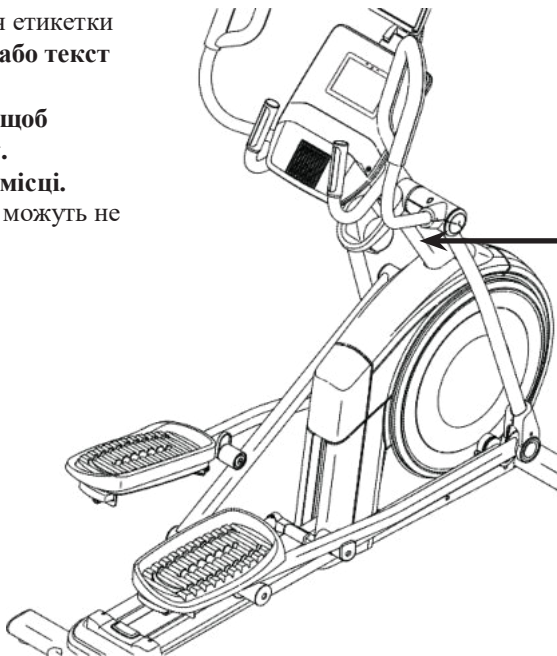
Перед використанням тренажера ознайомтесь з інструкціями та заходами безпеки, викладеними в цьому посібнику. Збережіть дану інструкцію.

ЗМІСТ

РОЗМІЩЕННЯ ЕТИКЕТКИ ІЗ ЗАСТЕРЕЖЕННЯМ	2
ВАЖЛИВІ ЗАХОДИ БЕЗПЕКИ	3
ПЕРЕД ПОЧАТКОМ	5
СХЕМА ВИЗНАЧЕННЯ ДЕТАЛЕЙ ТРЕНАЖЕРА	6
МОНТАЖ	7
НАГРУДНИЙ ПУЛЬСОМІР	17
ЯК КОРИСТУВАТИСЯ ОРБИТРЕКОМ?	18
ОБСЛУГОВУВАННЯ ТА УСУНЕННЯ НЕПОЛАДОК	32
ПОСІБНИК ВПРАВ	34
СПИСОК ДЕТАЛЕЙ	35
СХЕМА ДЕТАЛЕЙ	37
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.



УВАГА

- Неправильне використання тренажера може стати причиною серйозної травми.
- Перед використанням тренажера прочитайте посібник та виконайте всі застереження та інструкції.
- Не дозволяйте дітям знаходитись біля чи на тренажері.
- Коли ви припините обертати педалі, вони ще продовжуватимуть обертатися певний час.
- Обертання педалей може стати причиною серйозної травми.
- Зменшуйте швидкість обертання педалей поступово.
- Максимальна вага користувача – 135 кг.
- Тренажер слід використовувати тільки на рівній поверхні.
- Тренажер не призначений для терапевтичного використання.
- Якщо етикетка пошкоджена, відсутня або текст на ній нерозбірливий, замініть її.

NORDICTRACK та IFIT – зареєстровані торгові марки ICON Health & Fitness, Inc. Google Maps – зареєстрована торгова марка Google LLC. Текстовий знак і логотип BLUETOOTH® – зареєстровані торгові марки Bluetooth SIG, Inc., використовуються на умовах ліцензії. Wi-Fi – зареєстрована торгова марка Wi-Fi Alliance. WPA та WPA2 – зареєстровані торгові марки Wi-Fi Alliance.

ВАЖЛИВІ ЗАХОДИ БЕЗПЕКИ

⚠ ОБЕРЕЖНО: Щоб зменшити ризик опіків, пожежі, враження електричним струмом чи 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 на тренажері 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 орбітрека від осіб, відповідальних 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 замінійте зношені деталі.
9. Підключайте кабель живлення тренажера лише до заземленої мережі.
10. Не замінюйте кабель живлення або ж не використовуйте перехідник для підключення кабелю живлення до необхідної розетки. Тримайте кабель живлення подалі від нагрітих поверхонь. Не використовуйте подовжувач.
11. Не використовуйте орбітрек, якщо пошкоджено кабель живлення чи штепсельну вилку або ж неправильно функціонує сам тренажер.
12. **НЕБЕЗПЕЧНО:** Коли тренажер не використовується або Ви збираєтесь займатися його очищенням, відключіть кабель живлення від мережі та переведіть перемикач живлення у вимкнене положення. Будь-які інші види технічного обслуговування, не описані в цій інструкції, повинні виконуватися кваліфікованими спеціалістами.
13. Не підпускайте дітей віком до 13 років і домашніх улюбленців до тренажера.
14. На орбітреці можуть тренуватися особи, вага яких не перевищує 135 кг.
15. 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.
16. Під час посадки, сходження з тренажера чи занять на ньому тримайтеся за поручні чи рухомі важелі.
17. 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.

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

19. На орбітреці не встановлено механізм вільного ходу; педалі будуть обертатися до повної зупинки маховика. Зменшуйте швидкість обертання педалей поступово.

20. Коли тренуєтесь, тримайте спину рівно.

18. 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.

ЗБЕРЕЖІТЬ ЦІ ІНСТРУКЦІЇ

ПЕРЕД ПОЧАТКОМ

Дякуємо за вибір інноваційного тренажера NORDICTRACK® COMMERCIAL 12.9. Орбітрек COMMERCIAL 12.9 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 її прочитання у Вас виникли

запитання, ознайомтесь з інформацією на передній обкладинці цього 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 малюнок нижче.

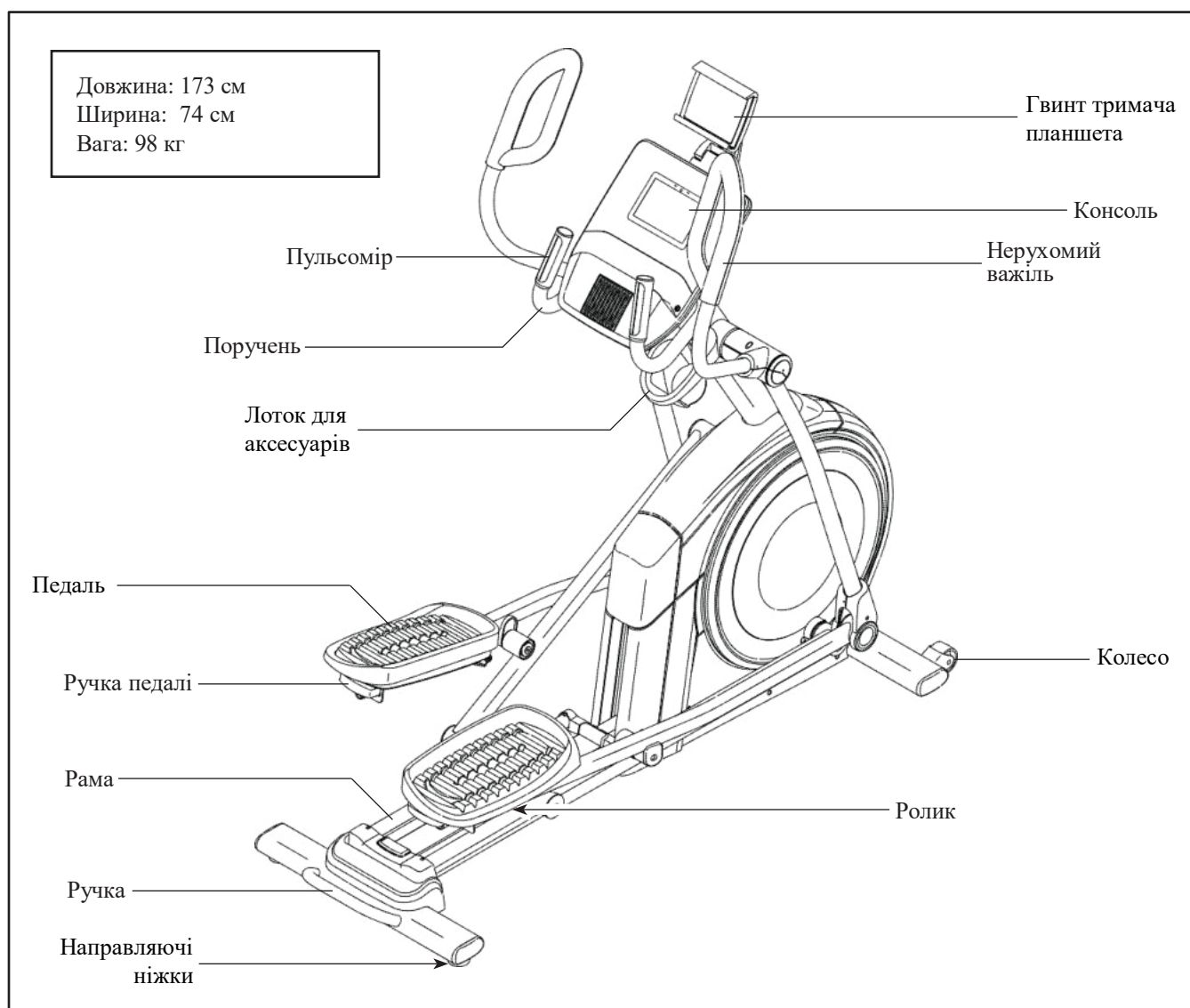
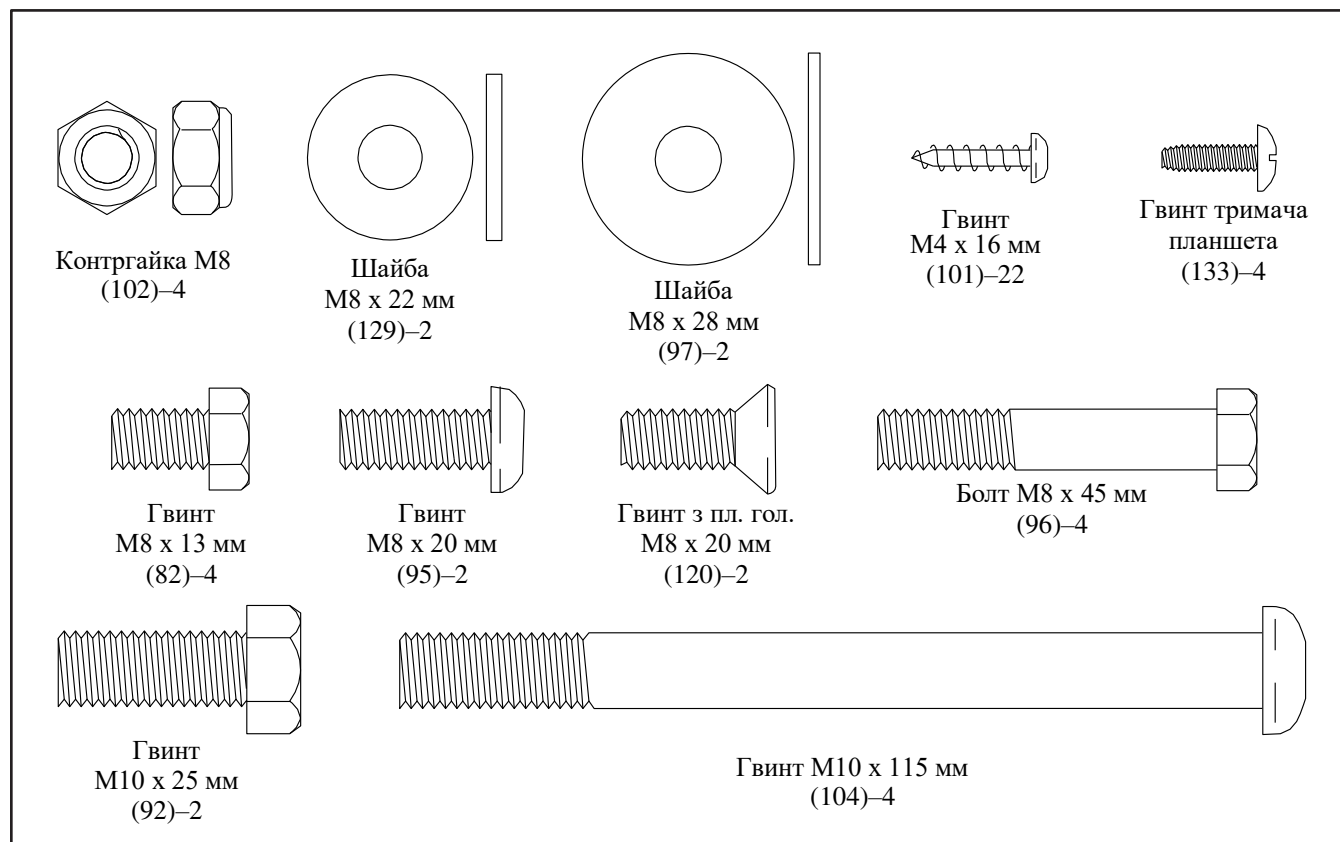


СХЕМА ВИЗНАЧЕННЯ ДЕТАЛЕЙ ТРЕНАЖЕРА

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 правої сторони позначені: "R" або "Right".
- Щоб визначити дрібні деталі, див. сторінку 6.

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

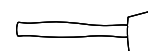
хрестоподібна викрутка



2 ключі для регулювання



гумовий молоток



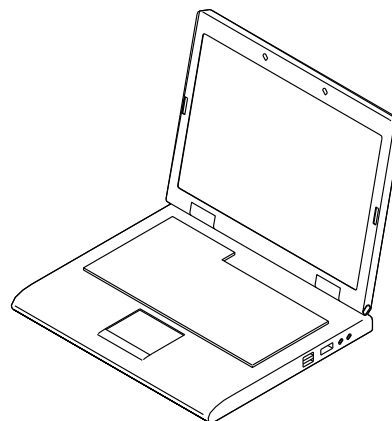
Для спрощення процесу монтажу Вам потрібно мати набір гайкових ключів. Щоб уникнути пошкодження деталей, не використовуйте електроінструменти.

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 чи 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. Попросіть помічника підкласти під задню частину рами (1) пакувальні матеріали. **Виконуючи цей крок, попросіть помічника притримувати раму тренажера, щоб уникнути її падіння.**

Якщо опори для транспортування закріплені на задній частині рами (1), відгвинтіть гвинти на опорах для транспортування, а потім викиньте гвинти та опори для транспортування.

Далі прикріпіть задній стабілізатор (2) до рами (1) 2 гвинтами M10 x 115 мм (104).

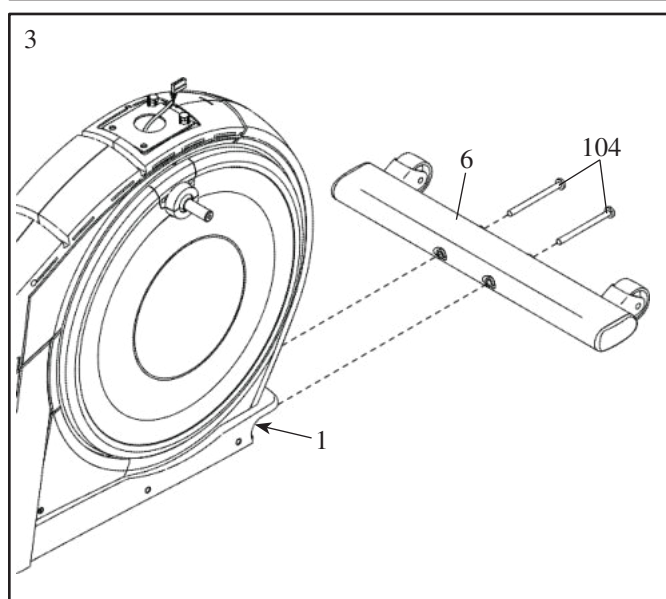
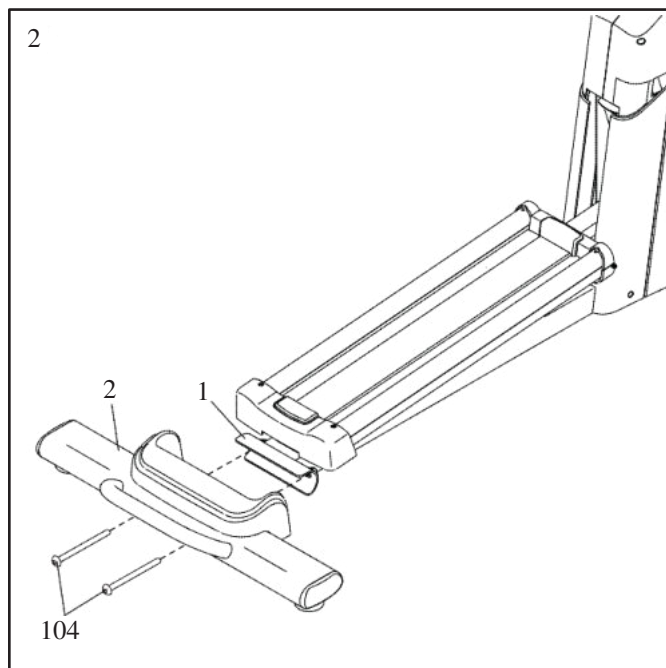
Тепер приберіть пакувальні матеріали з-під задньої частини рами (1).

3. Попросіть помічника підкласти під передню частину рами (1) пакувальні матеріали. **Виконуючи цей крок, попросіть помічника притримувати раму тренажера, щоб уникнути її падіння.**

Якщо опори для транспортування закріплені на передній частині рами (1), відгвинтіть гвинти на опорах для транспортування, а потім викиньте гвинти та опори для транспортування.

Закріпіть передній стабілізатор (6) на рамі (1) 2 гвинтами M10 x 115 мм (104).

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

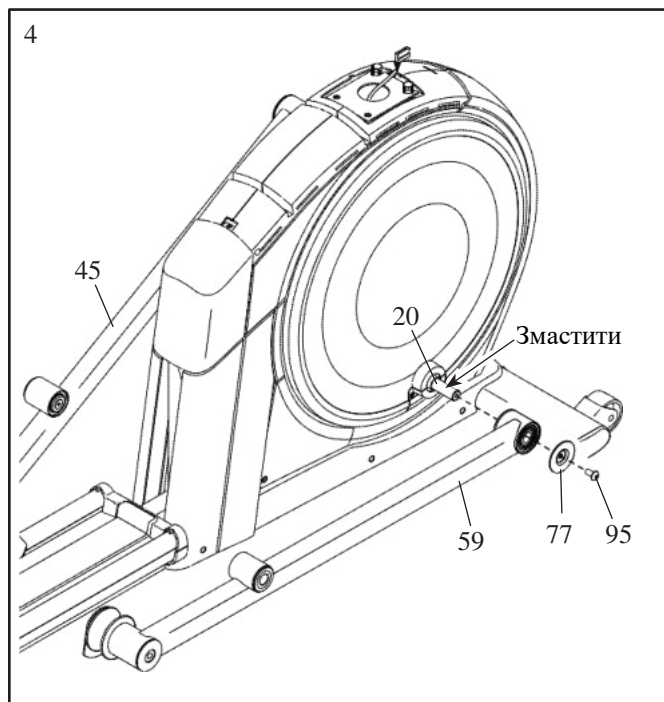


4. Одягніть поліетиленовий пакет, щоб не забруднити руки, нанесіть трохи мастила на правий важіль шатуна (20).

Віднайдіть правий важіль ролика (59), розташуйте його, як показано на малюнку, перемістіть його на правий важіль шатуна (20).

Закріпіть правий важіль ролика (59) гвинтом М8 х 20 мм (95) та накрийте його кришкою шатуна (77).

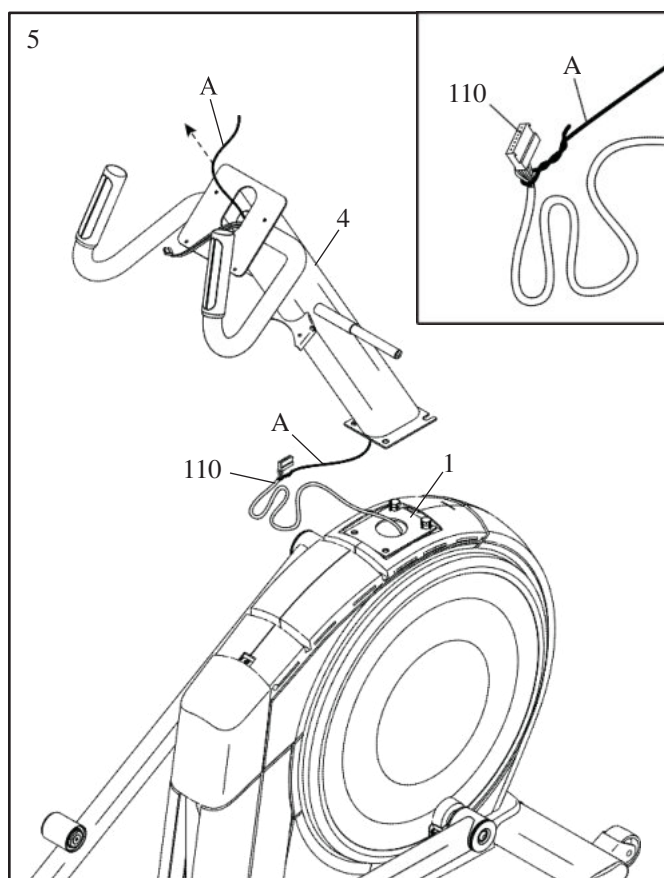
Аналогічно встановіть лівий важіль ролика (45).



5. Розташуйте опорну стійку (4), як показано на малюнку. Попросіть помічника потримати опорну стійку біля рами (1).

Знайдіть кріплення для проводів (А) у нижній частині опорної стійки (4). Прикріпіть кріплення для проводів до верхнього проводу (110), як показано на вставці малюнку. Тягніть верхній кінець кріплення для проводів вгору доти, доки верхній провід не буде протягнутий через опорну стійку.

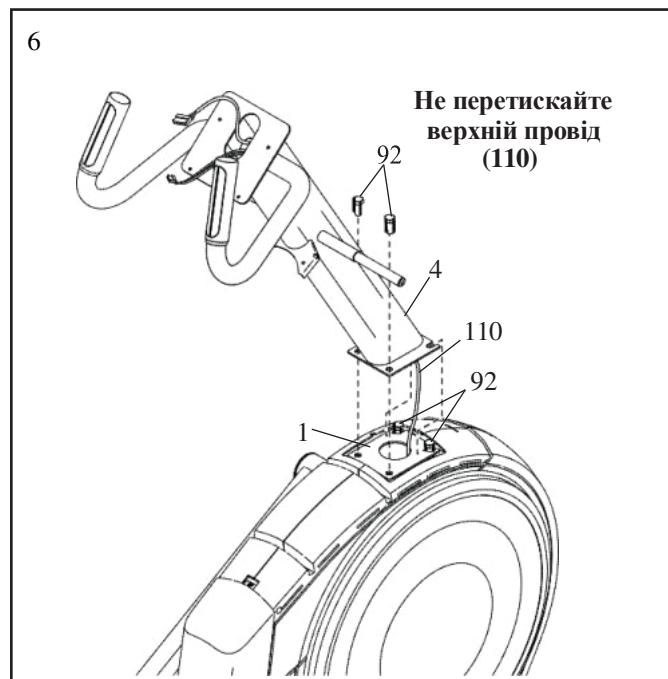
Порада: Щоб верхній провід (110) не падав в опорну стійку (4), закріпіть його кріпленням для проводів (А).



6. **Порада: Не перетискайте верхній провід (110).**
Попросіть помічника потримати опорну стійку (4) на рамі (1).

Порада: 2 гвинти M10 x 25 мм (92) вже загвинчені на рамі (1).

Закріпіть опорну стійку (4) 2 додатковими гвинтами M10 x 25 мм (92); **поки не затягуйте повністю гвинтів.**



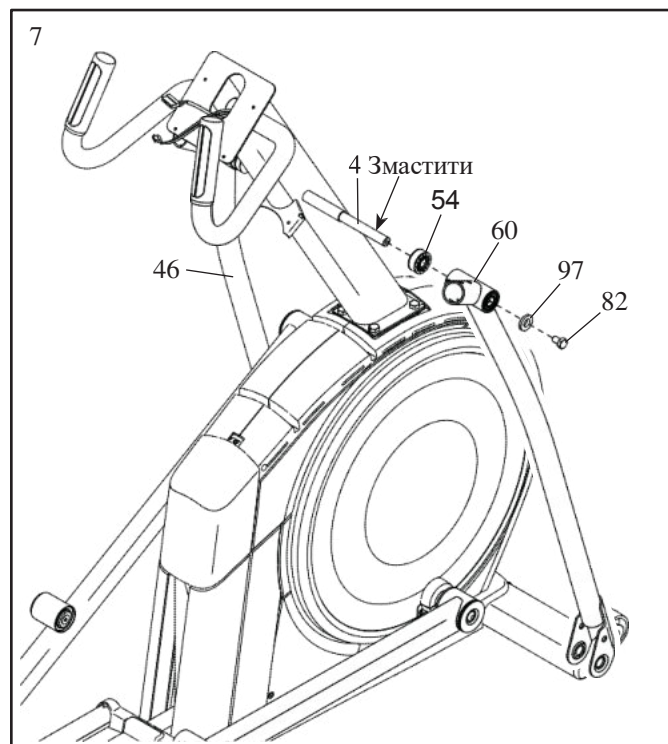
7. Нанесіть мастило на вісь на правому боці опорної стійки (4).

Одягніть прокладку шарніра (54) на правому боці опорної стійки (4).

Віднайдіть правий рухомий важіль (60), розташуйте його, як показано на малюнку, встановіть його з правого боку опорної стійки (4).

Закріпіть правий рухомий важіль (60) гвинтом M8 x 13 мм (82) та шайбою M8 x 28 мм (97).

Аналогічно встановіть лівий рухомий важіль (46).

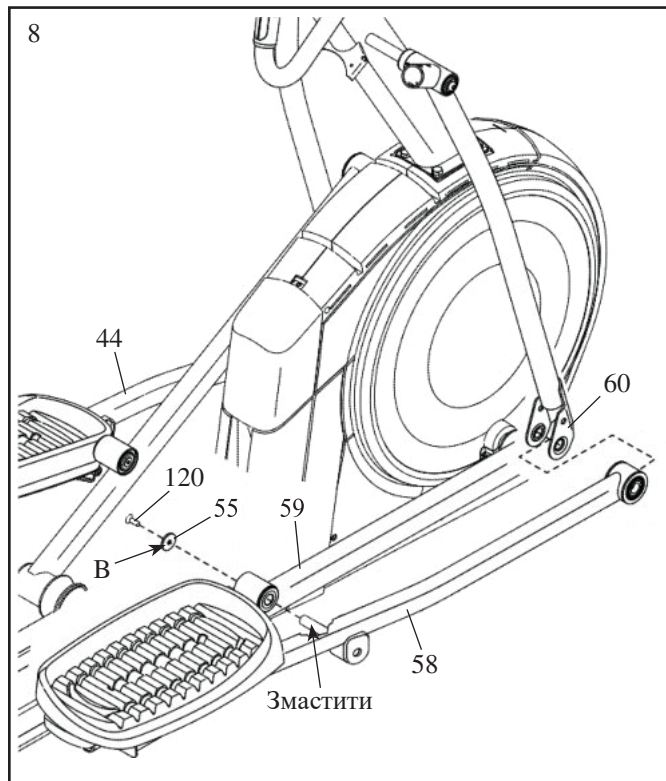


8. Розташуйте правий важіль педалі (58), як показано на малюнку, та нанесіть мастило на вісь.

Вставте правий важіль педалі (58) у правий рухомий важіль (60) та правий важіль ролика (59).

Закріпіть правий важіль педалі (58) на правому важелі ролика (59) за допомогою гвинта з плоскою голівкою М8 х 20 мм (120) та фіксатора (55); **переконайтеся, що плоска сторона (В) фіксатора повернута до правого важеля ролика.**

Аналогічно встановіть лівий важіль педалі (44).



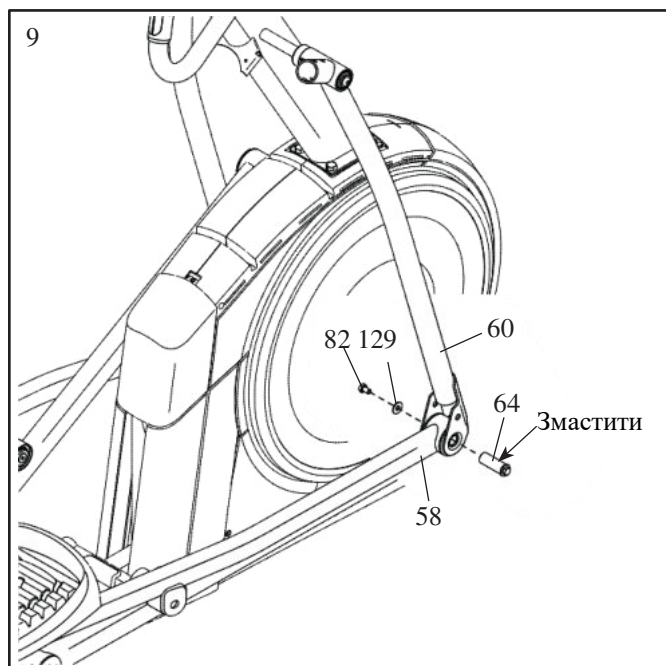
9. Змастіть одну з осей важеля педалі (64).

Вставте вісь важеля педалі (64) у правий рухомий важіль (60) та правий важіль педалі (58) у напрямі, що вказаний на малюнку.

Одягніть шайбу М8 х 22 мм (129) на гвинт М8 х 13 мм (82), а потім затягніть гвинт на кілька обертів на вісі важеля педалі (64).

Далі одночасно затягніть вісь важеля педалі (64) та гвинт М8 х 13 мм (82).

Повторіть процедуру з іншої боку орбітрека.



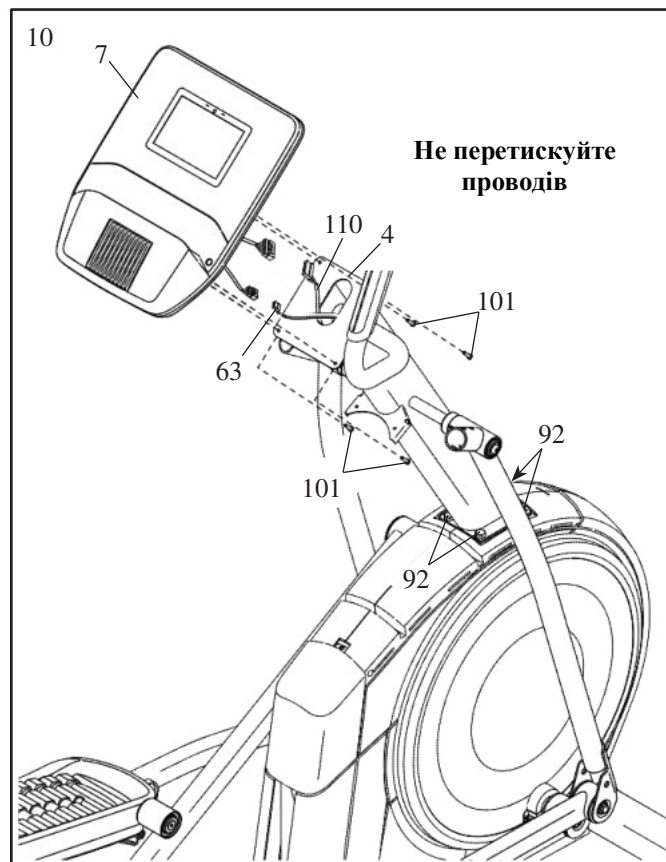
10. Див. крок 6. Затягніть 4 гвинти M10 x 25 мм (92).

Відв'яжіть та викиньте кріплення на верхньому проводі (110).

У той час, як помічник утримує консоль (7) біля опорної стійки (4), під'єднайте проводи консолі до верхнього проводу (110), а також імпульсного проводу (63).

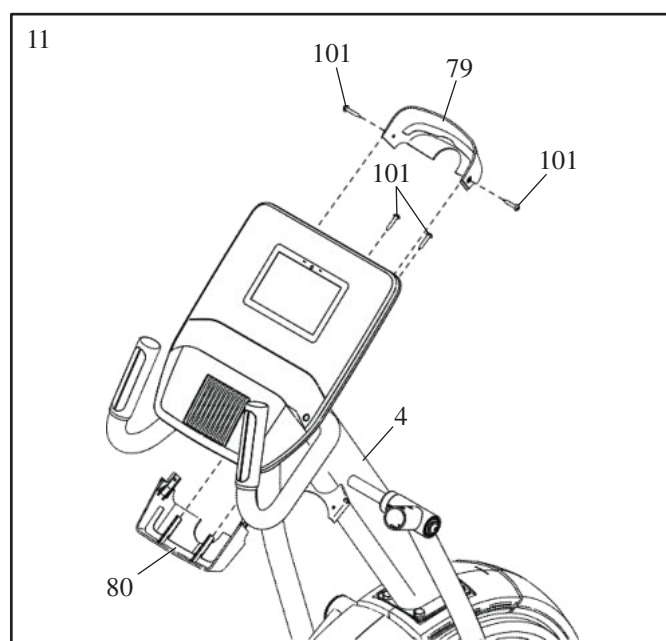
Сховайте зайвий провід в опорній стійці (4).

Порада: Не перетискуйте проводів. Закріпіть консоль (7) на опорній стійці (4) 4 гвинтами M4 x 16 мм (101); **наживіть всі гвинти, а потім повністю затягніть їх.**



11. Розташуйте задню кришку консолі (80), як показано на малюнку, та прикріпіть її до опорної стійки (4) 2 гвинтами M4 x 16 мм (101).

Далі розташуйте передню кришку консолі (79), як показано на малюнку, та прикріпіть її до задньої кришки консолі (80) 2 гвинтами M4 x 16 мм (101).



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

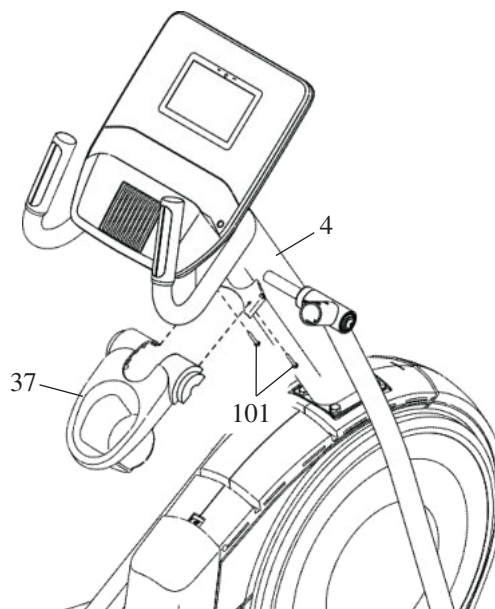
www.interatletika.com

e-mail: prof@interatletika.com

info@interatletika.com

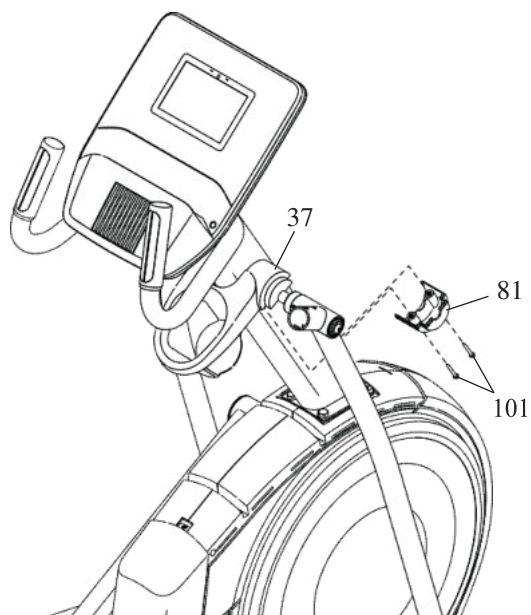
12. Розташуйте лоток для аксесуарів (37), як показано на малюнку, та закріпіть його на опорній стійці (4) 2 гвинтами M4 x 16 мм (101).

12



13. Розташуйте нижню кришку лотка (81), як показано на малюнку, а потім закріпіть її на лотку для аксесуарів (37) із правого боку за допомогою 2 гвинтів M4 x 16 мм (101).

13

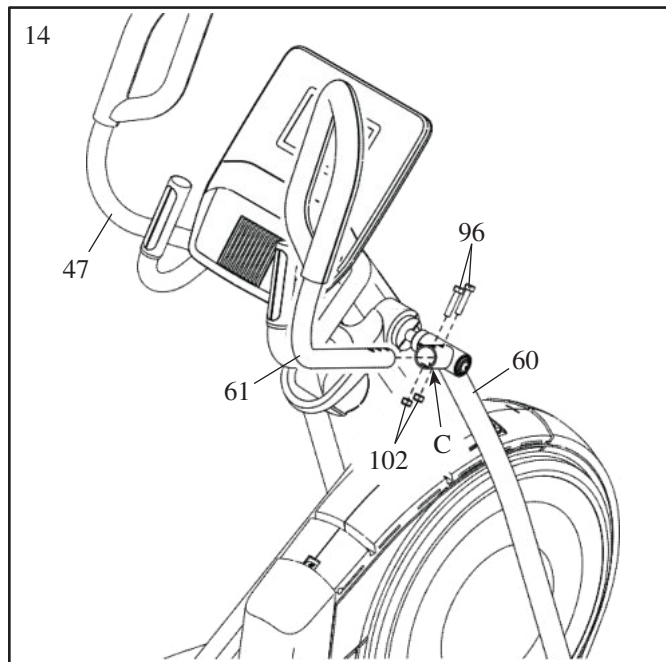


Повторіть процедуру з іншого боку орбітрека.

14. Віднайдіть правий нерухомий важіль (61), розташуйте його, як показано на малюнку, та вставте його у правий рухомий важіль (60).

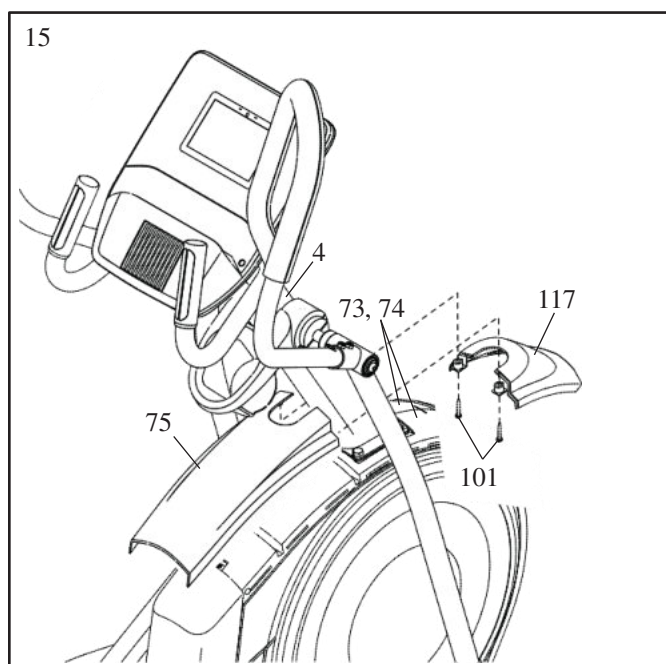
Закріпіть правий нерухомий важіль (61) 2 болтами М8 х 45 мм (96) та 2 контргайками М8 (102); **переконайтеся, що контргайки вставлені в шестигранні отвори (С).**

Аналогічно встановіть лівий нерухомий важіль (47).



15. Розташуйте передню кришку захисного щитка (117) та центральну кришку захисного щитка (75) на опорній стійці (4), як показано на малюнку. Далі з'єднайте їх 2 гвинтами М4 х 16 мм (101).

Притисніть передню кришку захисного щитка (117) та центральну кришку захисного щитка (75) до лівого і правого захисних щитків (73, 74).



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

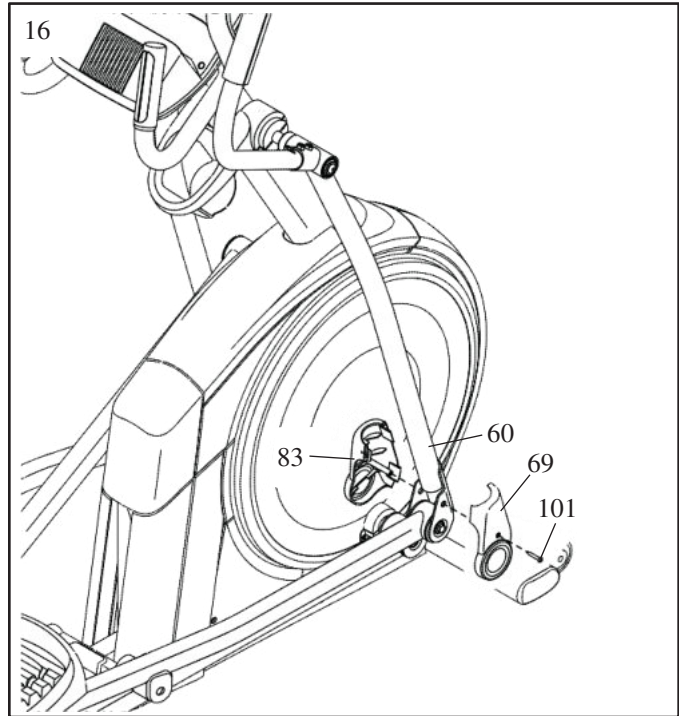
info@interatletika.com

16. Визначте внутрішню кришку правого рухомого важеля (83), розташуйте її, як показано на малюнку, та вставте у правий рухомий важіль (60).

Віднайдіть зовнішню кришку правого рухомого важеля (69), розташуйте її, як показано на малюнку, та притисніть її до внутрішньої кришки правого рухомого важеля (83).

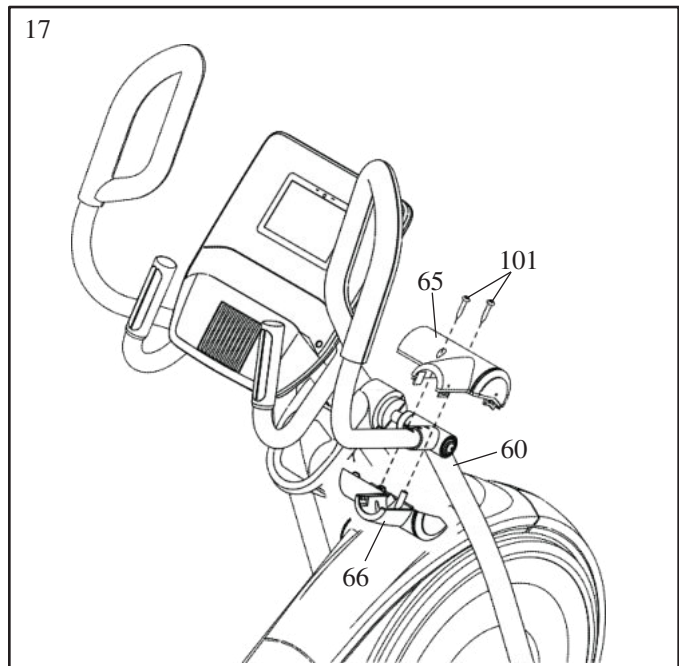
З'єднайте зовнішню кришку правого рухомого важеля (69) та внутрішню кришку правого рухомого важеля (83) гвинтом М4 х 16 мм (101).

Повторіть процедуру з іншого боку орбітрека.



17. Розташуйте передню і задню кришки правого рухомого важеля (65, 66) навколо правого рухомого важеля (60), як показано на малюнку, а потім пригвинтіть їх 2 гвинтами М4 х 16 мм (101).

Повторіть процедуру з іншого боку орбітрека.



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

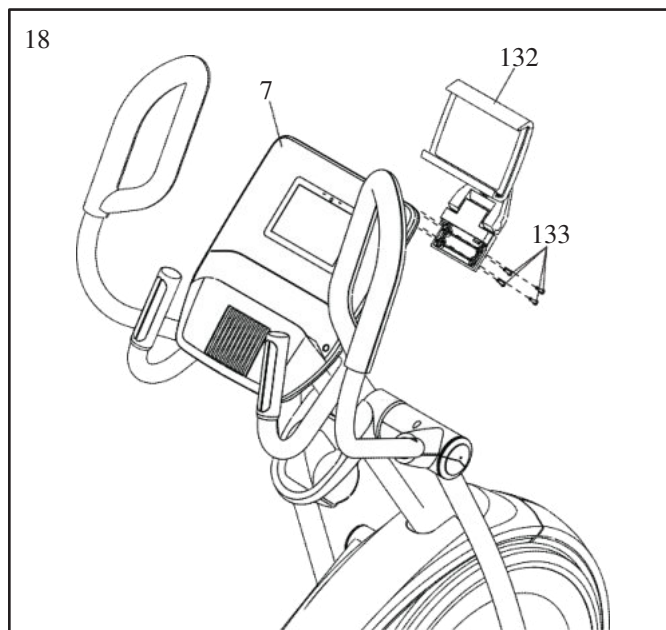
тел./факс: +38 (044) 592-0033

www.interatletika.com

e-mail: prof@interatletika.com

info@interatletika.com

18. Прикріпіть тримач планшета (132) до консолі (7) 4 гвинтами тримача планшета (133); **наживіть всі гвинти, а потім затягніть їх.**

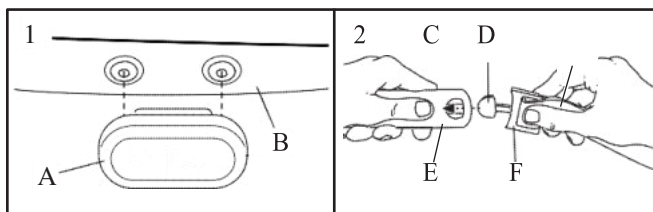


19. **Переконайтесь, що всі деталі тренажера затягнуті.** В комплект можуть бути додані додаткові деталі. Щоб захистити підлогу або килим від пошкоджень, підстеліть під тренажер килимок.

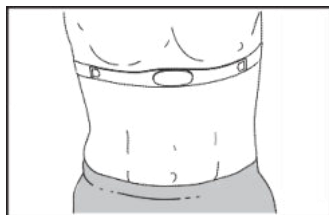
НАГРУДНИЙ ПУЛЬСОМІР

ЯК ОДЯГНУТИ ПУЛЬСОМІР

Якщо пульсомір виглядає так, як показано на малюнку 1, натисніть кнопку передавача (А) на застібці нагрудного ремня (В). Якщо пульсомір виглядає так, як показано на малюнку 2, вставте наконечник (С) на одному кінці нагрудного ремня (D) в інший кінець передавача (Е). Далі притисніть кінець передавача під пряжку (F) на нагрудному ремні; наконечник має знаходитися на одному рівні з передавачем.

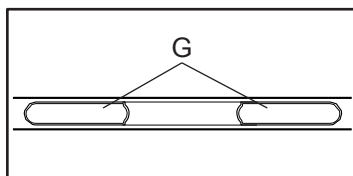


Обгорніть пульсомір навколо грудей в указаному місці. Пульсомір має одягатися під одяг і щільно прилягати до шкіри.



Переконайтеся, що логотип розташований справа зверху. Далі прикріпіть до передавача інший кінець нагрудного ремня. Якщо потрібно, відрегулюйте довжину ремня.

Відтягніть передавач і нагрудний ремінь на кілька сантиметрів та знайдіть 2 електроди (G). Змочіть електроди



слиною або розчином для контактних лінз. Тепер поверніть передавач у початкове положення.

ДОГЛЯД ТА ОБСЛУГОВУВАННЯ

- Після кожного використання протирайте електроди м'яким рушником. Через вологість передавач може знаходитися в активованому режимі, що буде скорочувати термін служби акумулятора.

- Зберігайте пульсомір у теплому та сухому місці. Не зберігайте його в пластиковому контейнері чи іншій упаковці, де може накопичуватися волога.
- Оберігайте пульсомір від тривалого впливу прямих сонячних променів і не використовуйте його при температурі вище 50°C або нижче -10°C.
- Під час використання або зберігання пульсоміра не згинайте та не розтягуйте його надмірно.
- Для очищення передавача можна використовувати вологу тканину і невелику кількість м'якого засобу. Протріть його вологою тканиною, а потім випріть насухо м'яким рушником. Ніколи не використовуйте для очищення спирт, абразиви чи хімікати. Вручну промийте нагрудний ремінь та просушіть його на повітрі.

УСУНЕННЯ НЕПОЛАДОК

- Якщо пульсомір функціонує неправильно, спробуйте перемістити його нижче або вище.
- Якщо значення пульсу не відображається до того, як Ви почали пітніти, знову змочіть електроди.
- Щоб значення пульсу відображалось на екрані, Ви маєте знаходитися на відстані витягнутої руки від консолі.
- Якщо на передавачі є кришка акумуляторного відсіку, це означає, що Ви можете замінювати батарею на іншу цього ж типу.
- Пульсомір розроблений для використання людьми, які мають нормальний серцевий ритм. Причиною відображення неправильного значення пульсу може бути передчасне скорочення шлуночків, тахікардія чи аритмія.
- На роботу пульсоміра може впливати магнітне поле від високовольних ліній або інших джерел. Якщо Ви підозрюєте, що проблема полягає саме в цьому, спробуйте перемістити тренажер в інше місце.

ЯК КОРИСТУВАТИСЯ ОРБІТРЕКОМ?

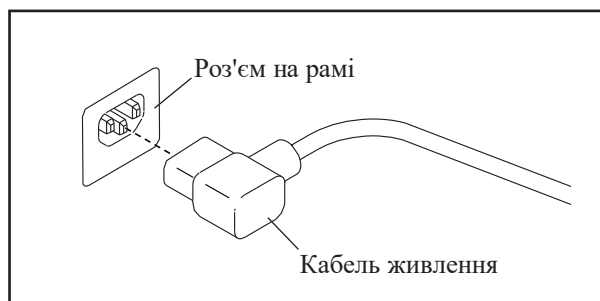
ПІДКЛЮЧЕННЯ КАБЕЛЮ ЖИВЛЕННЯ

Цей виріб має бути заземленим. У випадку несправності чи поломки заземлення забезпечує шлях найменшого опору для електричного струму, що зменшує ймовірність ураження електричним струмом. Кабель живлення тренажера включає в себе заземлений провід з роз'ємом. **ВАЖЛИВО:** Якщо кабель живлення пошкоджений, його слід замінити іншим кабелем, рекомендованим виробником.

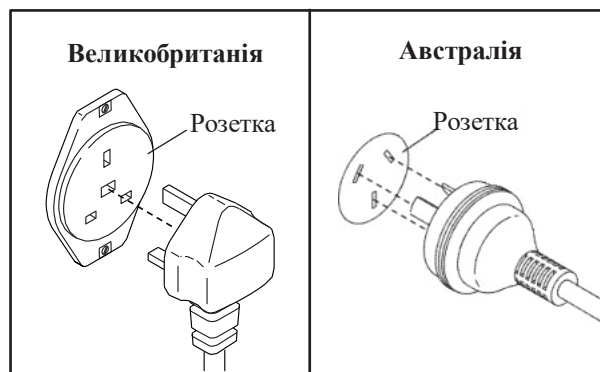
⚠ НЕБЕЗПЕЧНО: Неправильне підключення заземленого кабелю підвищує ризик враження електричним струмом. Якщо Ви сумніваєтесь у правильності заземлення, попросіть кваліфікованого спеціаліста перевірити це. Не замінюйте вилку, встановлену виробником. Якщо ж вона не вставляється в розетку, зверніться до кваліфікованого електрика, щоб він встановив потрібну вилку.

Для підключення кабелю живлення виконайте наступні кроки.

1. Вставте вказаний кінець кабелю живлення в роз'єм на рамі.



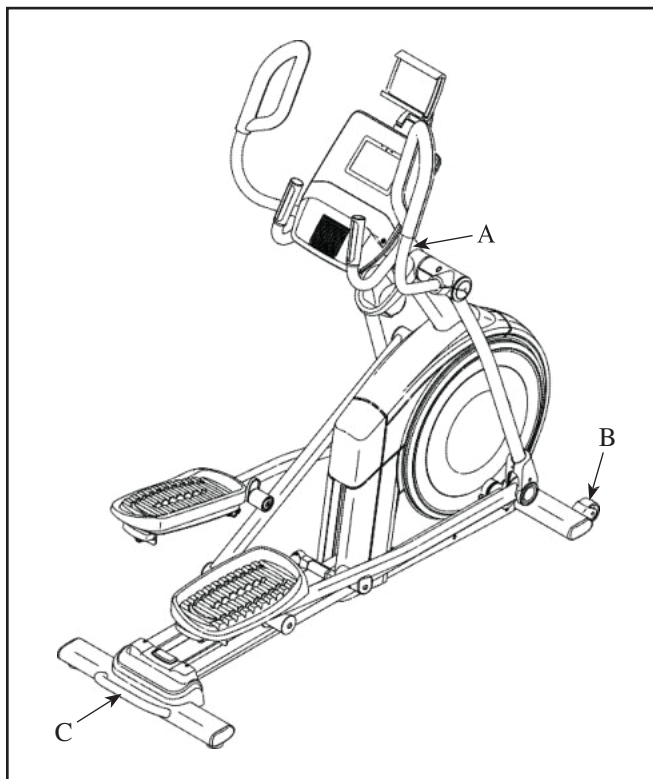
2. Вилку кабелю живлення вставте в розетку, встановлену і заземлену згідно з нормами місцевого законодавства.



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

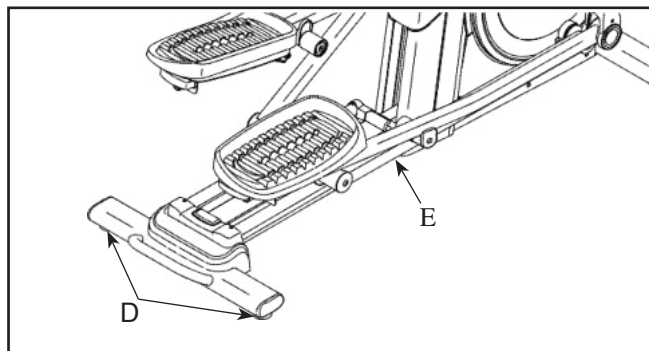
З огляду на розмір і вагу орбітрека переміщувати його повинні **2 особи**. Станьте перед тренажером, захватіть опорну стійку (A) та поставте ногу навпроти одного з коліс (B). Тягніть опорну стійку, а помічник нехай піднімає тренажер за поручень (C) доти, доки орбітрек не почне котитися на задніх колесах. Обережно перемістіть орбітрек в необхідне місце і опустіть його на підлогу.



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

ЯК ВИРІВНЯТИ ОРБІТРЕК?

Якщо під час тренування орбітрек злегка похитується, повертайте одну чи обидві направляючі ніжки (D) під задньою частиною рами або повертайте направляючі ніжки (E) під центральною частиною рами доти, доки похитування не буде ліквідоване.



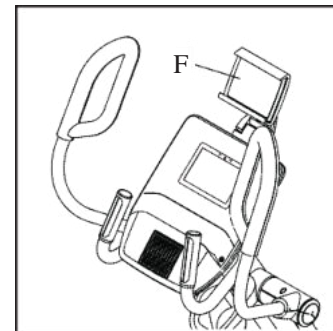
ВИКОРИСТАННЯ ТРИМАЧА ПЛАНШЕТА

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

Щоб вставити планшет у тримач планшета (F), встановіть нижній край планшета у лоток. Потім натягніть затискач на верхній край планшета.

Переконайтеся, що планшет надійно закріплений в тримачі для планшета. Якщо дозволяє Ваша модель

тримача планшета, повертайте та/або обертайте його до потрібного рівня. Щоб витягти планшет, повторіть процедуру у зворотньому порядку.



Ексклюзивний представник в Україні:

Група Компаній «Інтер Атлетика»

ТОВ «Фітнес Трейдінг»

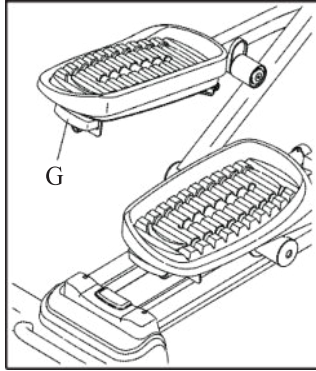
Центральний офіс:

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

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

НАЛАШТУВАННЯ ПОЛОЖЕННЯ ПЕДАЛЕЙ

Кожну педаль можна встановлювати в різні положення. Щоб відрегулювати положення педалі, просто потягніть ручку педалі (G) назовні, перемістіть педаль в потрібне положення, а потім відпустіть ручку педалі в отворі регулювання під педаллю. Упевніться, що обидві педалі встановлені в однаковому положенні.



ТРЕНУВАННЯ НА ОРБІТРЕЦІ

Див. малюнок справа. Щоб стати на тренажер, візьміться руками за поручні (H) чи рухомі важелі (I) і поставте ногу на педаль (J), яка знаходиться в найнижчому положенні. Далі поставте іншу ногу на другу педаль. Крутіть педалі доти, доки вони не почнуть рухатися безперервно. **Примітка:** Педалі можуть обертатися в будь-яку сторону. Однак ми рекомендуємо обертати педалі в напрямі, показаному на малюнку стрілкою; але обертати їх у протилежному напрямі також не забороняється.

Виставковий центр:

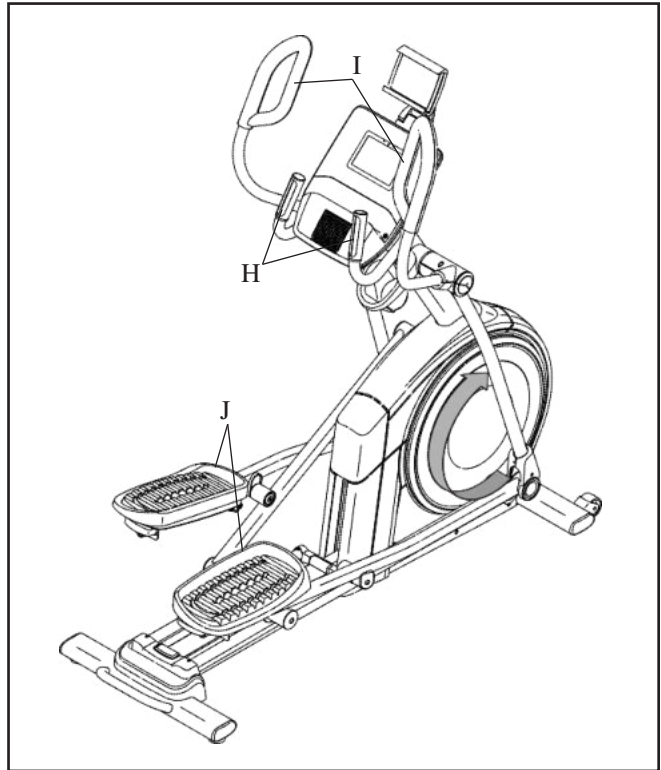
04119, Україна, м. Київ, вул. Мельникова, 48

тел./факс: +38 (044) 592-0033

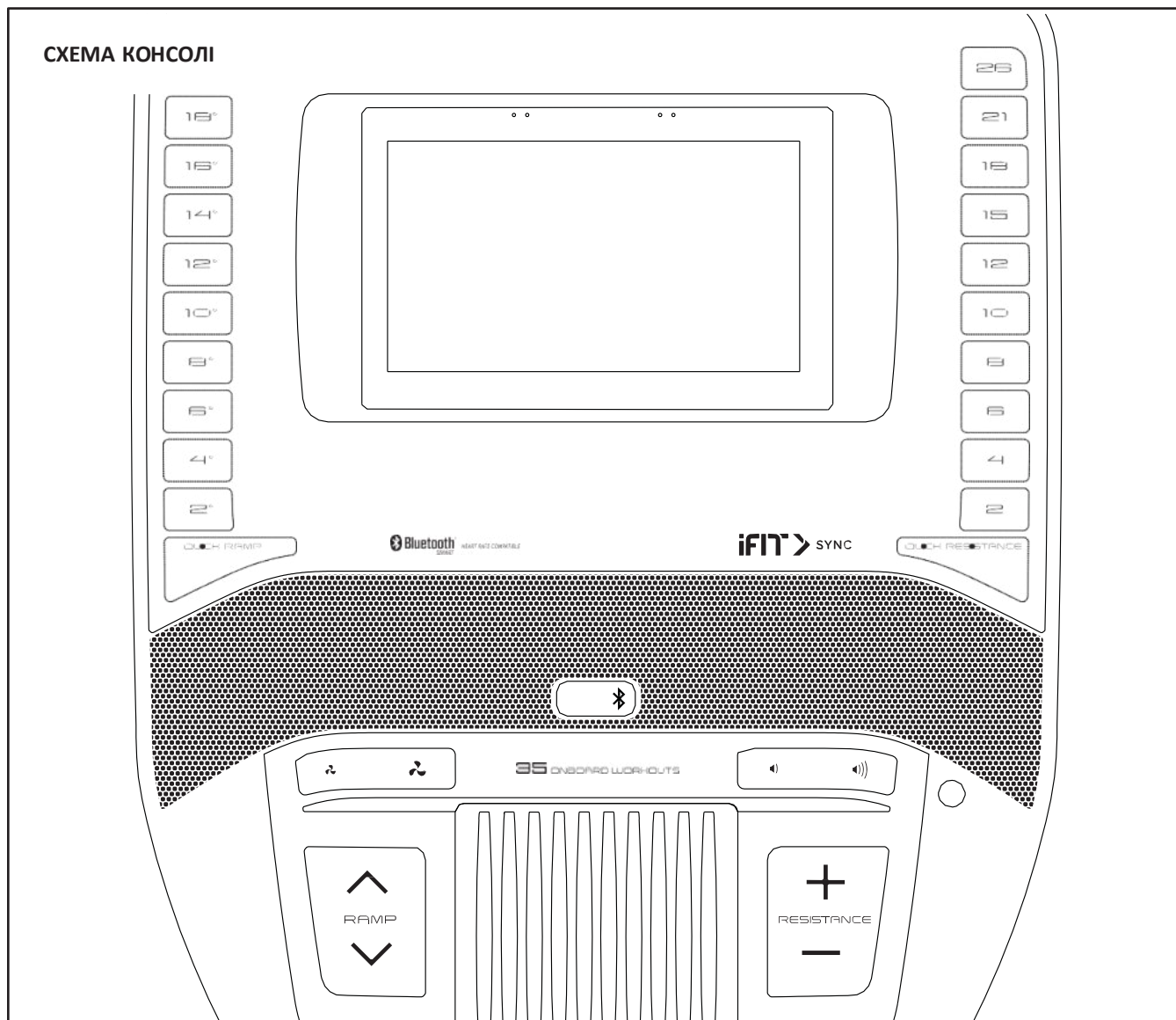
www.interatletika.com

e-mail: prof@interatletika.com

info@interatletika.com



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



ХАРАКТЕРИСТИКИ КОНСОЛІ

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

Консоль підтримує бездротову технологію, яка дозволяє підключатися до сервісу iFit. Сервіс iFit надає доступ до великої та різноманітної бібліотеки програм тренування, а також дозволяє створювати власні програми тренування, відстежувати результати тренувань та отримати доступ до багатьох інших функцій.

Крім того, консоль пропонує серію попередньо встановлених програм тренування. Кожна програма тренування автоматично встановлює опір педалей та нахил тренажера, визначаючи ефективний режим тренування.

Ручний режим консолі дозволяє змінювати опір педалей та нахил тренажера одним натисканням клавіші.

Під час тренувань консоль буде підтримувати безперервний зворотний зв'язок. Ви також можете вимірювати значення серцевого ритму, одягнувши нагрудний пульсомір.

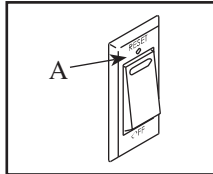
Під час тренувань користувач може слухати улюблену музику чи аудіокниги через вмонтовану звукову систему.

Увімкнення живлення – див. ст. 22. **Використання сенсорного екрану** – див. ст. 22. **Налаштування консолі** – див. ст. 22.

УВІМКНЕННЯ 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. Ігнорування цієї рекомендації може привести до пошкодження консолі чи інших електронних деталей.

Підключіть кабель живлення (див. розділ "ПІДКЛЮЧЕННЯ КАБЕЛЮ ЖИВЛЕННЯ" на ст. 18). Віднайдіть перемикач живлення на тренажері біля кабелю живлення. Перемістіть перемикач живлення в увімкнене положення (А).



Дисплей увімкнеться, і консоль буде готова до роботи.
Примітка: Якщо живлення вмикається вперше, система нахилу може виконати автоматичну калібровку. Під час цієї процедури тренажер буде рухатися вгору та вниз. Коли тренажер перестане рухатися, система нахилу буде відкалібрована.

ВАЖЛИВО: Якщо не виконується автоматичне калібрування системи нахилу, ознайомтеся з кроком 6 на ст. 22 та виконайте ручне калібрування системи нахилу.

ВИКОРИСТАННЯ СЕНСОРНОГО ЕКРАНУ

Планшет консолі оснащений кольоровим сенсорним екраном. Ознайомитися з роботою цього пристрою допоможе наступна інформація:

- Консоль працює подібно до інших планшетів. Ковзаючи чи проводячи пальцем по дисплеї, Ви зможете переміщати зображення на екрані, наприклад, дисплеї в програмі тренування.
- Для введення тексту доторкніться до поля введення. Після цього з'явиться клавіатура. Щоб ввести цифри чи інші символи, натисніть клавішу ?123. Натисніть клавішу *Alt*, якщо необхідно збільшити вибір символів. Для повернення цифрової клавіатури натисніть знову клавішу *Alt*. Щоб повернутися до алфавітної клавіатури, натисніть клавішу *ABC*. Для введення великих літер натисніть клавішу із стрілкою вгору. Щоб ввести декілька великих літер підряд, натисніть клавішу зі стрілкою знову. Для введення маленьких літер натисніть цю клавішу втретє. Щоб видалити останній знак, натисніть клавішу зі стрілкою назад та *X*.

НАЛАШТУВАННЯ КОНСОЛІ

Перед першим використанням тренажера слід виконати налаштування консолі.

1. Підключіться до бездротової мережі.

Щоб мати змогу використовувати програми тренування iFit та інші функції консолі, необхідно підключитися до бездротової мережі. Користуйтеся підказками на екрані, щоб підключити консоль до бездротової мережі.

2. Користувальські налаштування.

Заповніть форму на екрані, щоб налаштувати консоль для відображення потрібної одиниці вимірювання та Вашого часового поясу.

Примітка: Для зміни цих налаштувань пізніше див. розділ "ЗМІНА НАЛАШТУВАНЬ КОНСОЛІ" на ст. 29.

3. Увійдіть або створіть обліковий запис iFit.

Дотримуйтеся підказок на екрані, щоб увійти чи створити обліковий запис iFit.

4. Ознайомлення з роботою консолі.

Після першого увімкнення тренажера на дисплеї розпочнеться відтворення презентації, яка допоможе Вам ознайомитися з особливостями консолі. Примітка: Для повторного перегляду презентації натисніть на екрані клавішу *Profile* (Профіль) (символ людини), натисніть клавішу *Settings* (Налаштування) внизу екрану, а потім оберіть розділ "*How It Works*" (Як це працює?).

5. Перевіряйте наявність ПЗ.

Спершу натисніть на екрані клавішу *Profile* (Профіль), а потім натисніть клавішу *Settings* (Налаштування), клавішу *Maintenance* (Технічне обслуговування) та клавішу *Update* (Оновити). Після цього розпочнеться перевірка наявності нової версії ПЗ. Більше інформації див. у розділі "ЗМІНА НАЛАШТУВАНЬ КОНСОЛІ" на ст. 29.

6. Виконайте калібрування системи.

Спершу натисніть на екрані клавішу *Profile* (Профіль), а потім натисніть клавішу *Settings* (Налаштування), клавішу *Maintenance* (Технічне обслуговування) та клавішу *Calibrate Incline* (Калібрування нахилу). Під час цієї процедури тренажер буде рухатися вгору та вниз. Більше інформації див. у розділі "ЗМІНА НАЛАШТУВАНЬ КОНСОЛІ" на ст. 29.

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

Тепер консоль готова до тренування. Далі будуть описані програми тренування та інші функції, які підтримує консоль.

Використання ручного режиму – див. ст. 23.
Використання карти тренування або попередньо встановленої програми тренування – див. ст. 25.
Створення власної карти тренування – див. ст. 27.
Використання програми тренування iFit – див. ст. 28.

Зміна налаштувань консолі – див. ст. 29.
Підключення до бездротової мережі – див. ст. 30.
Використання звукової системи – див. ст. 31.
Підключення BLUETOOTH® до звукової системи – див. ст. 31.
Підключення кабелю HDMI – див. ст. 31.

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

ВИКОРИСТАННЯ РУЧНОГО РЕЖИМУ

1. Щоб увімкнути консоль, доторкніться до екрану або натисніть будь-яку клавішу.

Див. розділ "УВІМКНЕННЯ ЖИВЛЕННЯ" на ст. 22. Примітка: Підготовка консолі до тренування може зайняти трохи часу.

2. Виберіть головне меню.

Після увімкнення живлення та завантаження консолі з'явиться головне меню.

Щоб повернутися до головного меню під час тренування, доторкніться до екрану, натисніть клавішу *Pause (Пауза)*, клавішу *End (Кінець)*, а потім натисніть клавішу *Finish (Завершити)*. Щоб вийти з меню налаштувань та повернутися до головного меню, натисніть клавішу *Back (Назад)* (символ стрілки), а потім натисніть клавішу *Close (Закрити)* (символ X).

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

3. При потребі змініть значення опору педалей та нахилу тренажера.

Натисніть клавішу *Manual Start (Ручний старт)* і почніть обертати педалі.

Щоб змінити значення опору педалей, натисніть одну з пронумерованих клавіш *Quick Resistance* (Швидка зміна опору) або натискайте клавіші *Resistance increase/decrease* (Збільш./зменш. опору).

Щоб відрегулювати рух педалей, натисніть одну з пронумерованих клавіш *Quick Ramp* (Швидке регулювання рами) або натискайте клавіші *Ramp increase/decrease* (Збільш./зменш. нахилу рами).

Примітка: Після натиснення клавіші має минути певний час, поки педалі почнуть обертатися з обраним значенням опору або буде встановлено обраний рівень нахилу тренажера.

4. Слідкуйте за прогресом.

Консоль пропонує кілька режимів відображення. Від вибраного режиму відображення залежить, яка інформація про тренування буде відображатися.

Для вибору потрібного режиму відображення чи перегляду статистики та графіків перетягніть курсор по екрану вниз. Щоб переглянути статистику або графіки, натисніть клавішу *More (Більше)* (символ +).

При потребі можна змінити рівень гучності, натискаючи на консолі клавіші Vol increase/decrease (Збільш./зменш. гучності).



Щоб призупинити програму тренування, просто доторкніться до екрану чи перестаньте обертати педалі. Щоб відновити тренування, просто почніть обертати педалі.

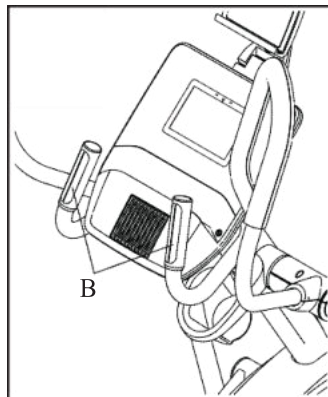
Для завершення програми тренування спершу доторкніться до екрану. Далі натисніть клавішу *End* (Кінець). Результат тренування буде відображатися на екрані. При потребі Ви можете опублікувати свої результати, скориставшись однією з опцій на екрані. Щоб повернутися до головного меню, натисніть клавішу *Finish* (Завершити).

5. При потребі виміряйте серцевий ритм.

Ви можете виміряти пульс за допомогою пульсоміра на поручнях чи нагрудного пульсоміра. Примітка: Консоль тренажера сумісна з пульсомірами BLUETOOTH Smart.

Використання пульсоміра – див. ст. 17. Для правильного використання пульсоміра на тренажері дотримуйтесь інструкцій, поданих нижче. **Примітка: Якщо Ви одночасно використовуєте обидва пульсоміри, нагрудний пульсомір буде пріоритетним.**

Якщо на металевих контактах пульсоміра (В) наклеєна захисна плівка, зніміть її. Щоб виміряти пульс, прикладіть долоні до пульсоміра на тренажері, вперши їх в



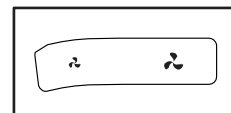
контакти. **Намагайтесь не переміщати рук і не стискайте надто контакти.**

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, переконайтесь, що Ваші руки розташовані так, як описано. Намагайтесь не робити зайвих рухів чи не 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 збільшення чи зменшення швидкості обертання педалей. Натисніть клавішу Fan increase/decrease (Збільш./зменш. швидкості вентилятора), щоб вибрати швидкість вентилятора чи вимкнути його.



Примітка: Якщо на консолі відкрите головне меню, а педалі якийсь час не обертаються, вентилятор автоматично вимкнеться.

7. Після завершення тренування слід витягти кабель живлення.

Далі переведіть перемикач живлення у вимкнену позицію та відключіть кабель живлення. **ВАЖЛИВО:** Ігнорування цієї вимоги приведе до передчасного пошкодження деталей тренажера.

ВИКОРИСТАННЯ КАРТИ ТРЕНУВАННЯ АБО ПОПЕРЕДНЬО ВСТАНОВЛЕНОЇ ПРОГРАМИ ТРЕНУВАННЯ

1. Щоб увімкнути консоль, доторкніться до екрану або натисніть будь-яку клавішу.

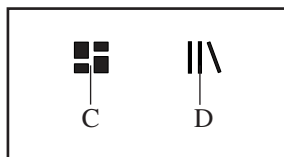
Див. розділ "УВІМКНЕННЯ ЖИВЛЕННЯ" на ст. 22. Примітка: Підготовка консолі до тренування може зайняти трохи часу.

2. Оберіть головне меню чи бібліотеку програм тренування.

Після увімкнення живлення та завантаження консолі відкриється головне меню.

Щоб повернутися до головного меню під час тренування, доторкніться до екрану, натисніть клавішу *Pause* (Пауза), клавішу *End* (Кінець), а потім натисніть клавішу *Finish* (Завершити). Щоб вийти з меню налаштувань та повернутися до головного меню, натисніть клавішу *Back* (Назад) (символ стрілки), а потім натисніть клавішу *Close* (Закрити) (символ X).

Щоб перейти до головного меню (C) чи бібліотеки програм тренування (D), натисніть відповідну клавішу внизу екрану.



3. Виберіть програму тренування.

Щоб обрати програму тренування з головного меню чи бібліотеки програм тренування, просто натисніть на екрані клавішу потрібної програми тренування. Ковзаючи чи проводячи пальцем по екрані, Ви зможете переміщати перелік опцій вгору або вниз.

Примітка: Для використання карти програми тренування консоль повинна мати доступ до бездротової мережі (див. розділ "ПІДКЛЮЧЕННЯ ДО БЕЗДРОВОТОЇ МЕРЕЖІ" на ст. 30).

Періодично перелік рекомендованих карт тренувань на консолі буде змінюватися. Щоб зберегти одну з рекомендованих карт програм тренувань для майбутнього використання, Ви можете додати її до переліку улюблених, натиснувши клавішу *Favorites* (Улюблені) (символ серця).

Для додавання карт програм тренування до переліку улюблених необхідно увійти до облікового запису iFit (див. крок 3 на ст. 28).

Для створення власної карти програми тренування див. розділ "ЯК НАМАЛЮВАТИ ВЛАСНУ КАРТУ ТРЕНУВАННЯ" на ст. 27.

Під час вибору програми тренування на екрані будуть відображатися короткий опис програми тренування, включаючи тривалість та відстань тренування, а також приблизна кількість калорій, що будуть спалені під час заняття.

4. Розпочніть тренування.

Щоб запустити програму тренування, натисніть клавішу *Start* (Старт).

Під час виконання декотрих програм тренування матриця буде показувати карту маршруту і маркер, що визначає Ваш прогрес. Щоб обрати потрібні параметри карти, використовуйте клавіші на екрані.

Режими відображення будуть також показувати Ваш прогрес. Для вибору потрібного режиму відображення чи перегляду статистики та графіків перетягніть курсор по екрану вниз. Щоб переглянути статистику або графіки, натисніть клавішу *More* (Більше) (символ +).

Тренування відбувається аналогічно до тренування в режимі ручного керування (див. ст. 23).

Під час тренувань на екрані буде відображатися цільове значення швидкості. Під час тренування притримуйтеся того цільового значення швидкості обертання педалей, яке відображається на екрані. На екрані може з'являтися повідомлення, яке буде повідомляти про необхідність збільшити, зменшити чи притримуватися заданої швидкості обертання педалей.

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.

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

Якщо рівень опору та/або рівень нахилу надто високий чи низький, Ви можете самостійно змінити налаштування, натискаючи клавіші Resistance (Опір) або клавіші Ramp (Нахил). **Натиснувши клавішу Resistance (Опір)**, Ви можете вручну змінювати значення опору (див. крок 3 на ст. 23). **Натиснувши клавішу Ramp (Нахил)**, Ви можете вручну змінювати рівень нахилу (див. крок 3 на ст. 23). **Щоб повернутися до запрограмованого налаштованого значення опору та/або нахилу**, натисніть клавішу *Follow Workout (Наступне тренування)*.

Примітка: Цільове значення калорій, що вказане в описі програми тренування, означає кількість калорій, які будуть спалені під час тренування. Фактична кількість калорій, які будуть спалені, залежить від різних факторів, наприклад, Вашої ваги. Крім того, якщо під час виконання програми Ви вручну змінюєте рівень опору або рівень нахилу, це також впливає на кількість витрачених калорій.

Щоб призупинити програму тренування, просто доторкніться до екрану чи перестаньте обертати педалі. Для закінчення програми тренування натисніть клавішу *End (Кінець)*. Щоб відновити тренування, просто почніть обертати педалі.

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

Після закінчення програми тренування на екрані з'являться результати тренування. При потребі Ви можете опублікувати свої результати, скориставшись однією з опцій на екрані. Щоб повернутися до головного меню, натисніть клавішу *Finish (Завершити)*.

5. Слідкуйте за прогресом.

Див. крок 4 на ст. 23.

6. При потребі виміряйте серцевий ритм.

Див. крок 5 на ст. 24.

7. При потребі увімкніть вентилятор.

Див. крок 6 на ст. 24.

8. Після завершення тренування витягніть кабель живлення.

Див. крок 7 на ст. 24.

СТВОРЕННЯ ВЛАСНОЇ КАРТИ ТРЕНУВАННЯ

1. Щоб увімкнути консоль, доторкніться до екрану або натисніть будь-яку клавішу.

Див. розділ "УВІМКНЕННЯ ЖИВЛЕННЯ" на ст. 22. Примітка: Підготовка консолі до тренування може зайняти трохи часу.

2. Оберіть Draw your own map workout (Створення власної карти тренування).

Після увімкнення живлення та завантаження консолі відкриється головне меню.

Щоб повернутися до головного меню під час тренування, доторкніться до екрану, натисніть клавішу *Pause* (Пауза), клавішу *End* (Кінець), а потім натисніть клавішу *Finish* (Завершити). Щоб вийти з меню налаштувань та повернутися до головного меню, натисніть клавішу *Back* (Назад) (символ стрілки), а потім натисніть клавішу *Close* (Закрити) (символ X).

Для створення власної карти тренування натисніть клавішу *Draw-your-own-map* (Створення власної карти тренування) (символ карти) у нижній частині екрану.

3. Створіть власну карту.

Перейдіть до зони карти, де можна створити власну карту тренування, провівши пальцями по екрану. Доторкніться екрану в місці, яке бажаєте зробити початковою точкою тренування. Потім доторкніться екрану в місці, яке бажаєте зробити кінцевою точкою тренування.

Якщо бажаєте почати та закінчити тренування в одній точці, скористайтеся клавішами *Loop* (Коло) чи *Out & Back* (Вкінець/Назад) з лівої сторони екрану. Ви також можете вибрати, чи бажаєте своє тренування прив'язувати до дороги.

У разі допущення помилки скористайтеся клавішею *Undo* (Скасувати) з лівої сторони екрану.

На екрані буде відображатися статистика значень висоти та відстані тренування.

4. Збережіть своє тренування.

Щоб зберегти програму тренування, натисніть клавішу *Save New Workout* (Зберегти нову програму тренування). При потребі введіть заголовок і опис до програми тренування. Після цього натисніть клавішу *Continue* (Продовжити) (символ >).

5. Розпочніть тренування.

Щоб запустити програму тренування, натисніть клавішу *Start* (Старт). Програма тренування буде функціонувати так само, як програма карти тренування або попередньо встановлена програма тренування (див. ст. 25).

6. Слідкуйте за прогресом.

Див. крок 4 на ст. 25.

7. При потребі виміряйте серцевий ритм.

Див. крок 5 на ст. 24.

8. При потребі увімкніть вентилятор.

Див. крок 6 на ст. 24.

9. Після завершення тренування витягніть кабель живлення.

Див. крок 7 на ст. 24.

ВИКОРИСТАННЯ ПРОГРАМИ ТРЕНУВАННЯ iFIT

Для використання програми тренування iFit консоль повинна мати доступ до бездротової мережі (див. розділ "ПІДКЛЮЧЕННЯ ДО БЕЗДРОВОЇ МЕРЕЖІ" на ст. 30). Знадобиться також обліковий запис iFit.

1. Додавайте тренування до графіку на iFit.com.

На своєму комп'ютері, смартфоні, планшеті або іншому пристрої з доступом в Інтернет відкрийте браузер, перейдіть на вебсайт iFit.com та авторизуйтеся.

Далі оберіть Menu > Library (Меню > Бібліотека). Перегляньте у бібліотеці програми тренувань та додайте потрібні тренування.

Після цього оберіть Menu > Schedule (Меню > Графік), щоб переглянути свій графік. Всі тренування, які Ви додали, будуть показані у Вашому графіку; Ви при потребі можете класифікувати або видаляти тренування із графіку.

Виділіть час, щоб ознайомитися із вебсайтом iFit.com перш, ніж покинути його.

2. Виберіть головне меню.

Після увімкнення живлення та завантаження консолі відкриється головне меню.

Щоб повернутися до головного меню під час тренування, доторкніться до екрану, натисніть клавішу *Pause* (Пауза), клавішу *End* (Кінець), а потім натисніть клавішу *Finish* (Завершити). Щоб вийти з меню налаштувань та повернутися до головного меню, натисніть клавішу Back (Назад) (символ стрілки), а потім натисніть клавішу Close (Закрити) (символ X).

3. Увійдіть до свого облікового запису iFit.

Якщо Ви цього ще не зробили, натисніть внизу екрану клавішу Profile (Профіль) (символ людини), щоб увійти до свого облікового запису iFit. Дотримуйтеся підказок на екрані, коли вводите логін і пароль.

Для зміни користувача облікового запису iFit натисніть клавішу Profile (Профіль), а потім клавішу *Manage Accounts* (Менеджер акаунтів). Якщо обліковий запис зв'язаний з декількома користувачами, на екрані з'явиться перелік цих користувачів. Натисніть на ім'я потрібного користувача.

4. Ви можете обрати ту програму iFit, яка раніше була додана до розкладу на вебсайті iFit.com.

ВАЖЛИВО: Перед завантаженням програм тренування iFit необхідно додати їх до розкладу на вебсайті iFit.com (див. крок 1).

Щоб завантажити програму тренування iFit із вебсайту iFit.com на консоль, натисніть клавішу Calendar (Календар) (символ календаря) в нижній частині екрану.

Під час завантаження програми тренування на екрані будуть відображатися короткий опис програми тренування, включаючи тривалість та відстань тренування, а також приблизна кількість калорій, що будуть спалені під час заняття.

5. Розпочніть тренування.

Щоб запустити програму тренування, натисніть клавішу *Start* (Старт). Програма тренування буде функціонувати так само, як програма карти тренування або попередньо встановлена програма тренування (див. ст. 25). Примітка: Під час виконання програми тренування відстані чи часу на дисплеї не буде відображатися карта.

6. Слідкуйте за прогресом.

Див. крок 4 на ст. 23.

7. При потребі виміряйте серцевий ритм.

Див. крок 5 на ст. 24.

8. При потребі увімкніть вентилятор.

Див. крок 6 на ст. 24.

9. Після завершення тренування витягніть кабель живлення.

Див. крок 7 на ст. 24.

Більше інформації про iFit Ви знайдете на вебсайті iFit.com.

ЗМІНА НАЛАШТУВАНЬ КОНСОЛІ

ВАЖЛИВО: Деякі описані особливості та налаштування можуть бути відсутні. Іноді після встановлення нової версії ПЗ консоль починає функціонувати дещо інакше.

1. Виберіть Settings main menu (Налаштування головного меню).

Спершу увімкніть живлення (див. розділ "УВІМКНЕННЯ ЖИВЛЕННЯ" на ст. 22). Примітка: Підготовка консолі до тренування може зайняти трохи часу.

Виберіть Main menu (Головне меню). Після увімкнення живлення та завантаження консолі відкриється головне меню. Щоб повернутися до головного меню під час тренування, доторкніться до екрану, натисніть клавішу *Pause* (Пауза), клавішу *End* (Кінець), а потім натисніть клавішу *Finish* (Завершити).

Далі натисніть на екрані клавішу Profile (Профіль) (символ людини), а потім клавішу *Settings* (Налаштування). На екрані відкриється меню налаштувань.

2. При потребі перейдіть до меню налаштувань та змініть налаштування.

Ковзаючи чи проводячи пальцем по екрані, Ви зможете переміщати перелік опцій вгору або вниз. Щоб переглянути меню налаштувань, просто доторкніться до слова "Menu" (Меню). Для виходу з меню натисніть клавішу Back (Назад) (символ стрілки). Ви можете переглядати та змінювати налаштування в наступних пунктах меню:

Account (Акаунт)

- My Profile (Мій профіль)
- In Workout (Програма тренування)
- Manage Accounts (Менеджер акаунтів)

Equipment (Обладнання)

- Equipment Info (Інформація про обладнання)
- Equipment Settings (Налаштування обладнання)
- Maintenance (Технічне обслуговування)
- Wi-Fi

About (Про нас)

- How It Works (Як це працює?)
- Feedback (Зворотній зв'язок)
- Legal (Юридична інформація)

3. Перегляньте презентацію про роботу консолі.

Щоб переглянути презентацію про особливості роботи консолі, перейдіть до розділу "How It Works" (Як це працює?).

4. Налаштуйте одиницю вимірювання та інші параметри.

Для налаштування одиниці вимірювання, часового поясу чи інших параметрів, натисніть *Equipment Settings* (Налаштування обладнання), а потім оберіть потрібний пункт налаштувань. Консоль може відображати швидкість та відстань в стандартних чи метричних одиницях вимірювання.

5. Перегляньте технічну інформацію.

Щоб переглянути інформацію про тренажер, оберіть *Equipment Info* (Інформація про обладнання), а потім *Machine Info* (Інформація про тренажер).

6. Оновіть ПЗ консолі.

Для досягнення найкращих результатів регулярно перевіряйте наявність нової версії ПЗ. Щоб перевірити наявність нової версії ПЗ, оберіть *Maintenance* (Технічне обслуговування), а потім *Update* (Оновлення), використовуючи бездротову мережу. Оновлення розпочнеться в автоматичному режимі. **ВАЖЛИВО:** Щоб не допустити пошкодження тренажера, не витягуйте кабель живлення з розетки під час оновлення.

На екрані буде відображатися прогрес оновлення. Після завершення оновлення тренажер має перезавантажитися. Якщо цього не сталося, переведіть перемикач живлення у вимкнене положення. Зачекайте декілька секунд та переведіть перемикач живлення в увімкнене положення. Примітка: Підготовка консолі до тренування може зайняти декілька хвилин.

Примітка: Іноді після встановлення нової версії ПЗ консоль починає функціонувати дещо інакше. Такі оновлення направлені на поліпшення ефективності тренування.

7. Виконайте калібрування системи.

Щоб виконати калібрування системи, оберіть Maintenance (Технічне обслуговування), натисніть клавішу *Calibrate Incline* (Калібрування нахилу), а потім клавішу *Begin* (Почати). Кут нахилу тренажера збільшиться до максимального рівня, зменшиться до мінімального рівня, а потім повернеться в початкове положення. Так система калібрування буде відкалібрована. Коли система нахилу відкалібрується, натисніть клавішу *Finish* (Кінець).

ВАЖЛИВО: Під час калібрування системи нахилу тримайте подалі від тренажера домашніх тварин, ноги та не вставляйте в нього інші предмети.

8. Вихід з налаштувань головного меню.

Щоб вийти з меню налаштувань, натисніть клавішу Back (Назад). Для виходу з головного меню налаштувань натисніть клавішу Close (Закрити) (символ X).

ПІДКЛЮЧЕННЯ ДО БЕЗДРОВОЇ МЕРЕЖІ

Щоб мати змогу використовувати програми тренування iFit та інші функції консолі, необхідно підключитися до бездротової мережі.

1. Виберіть головне меню.

Спершу увімкніть живлення (див. розділ "УВІМКНЕННЯ ЖИВЛЕННЯ" на ст. 22). Примітка: Підготовка консолі до тренування може зайняти трохи часу.

Виберіть Main menu (Головне меню). Після увімкнення живлення та завантаження консолі відкриється головне меню. Щоб повернутися до головного меню під час тренування, доторкніться до екрану, натисніть клавішу *Pause* (Пауза), клавішу *End* (Кінець), а потім натисніть клавішу *Finish* (Завершити).

2. Виберіть меню бездротової мережі.

Натисніть клавішу Wi-Fi (символ бездротової мережі) у нижній частині екрану, щоб обрати меню бездротової мережі.

3. Увімкніть Wi-Fi.

Переконайтеся, що функція Wi-Fi® є активованою. Якщо ця функція деактивована, переведіть перемикач *Wi-Fi* в увімкнене положення.

4. Налаштування та керування підключенням до бездротової мережі.

Коли Wi-Fi буде підключено, на екрані з'явиться список доступних мереж. Примітка: Формування повного переліку бездротових мереж може зайняти трохи часу.

Примітка: Вам необхідно мати доступ до бездротової мережі з маршрутизатором, що підтримує стандарти 802.11b/g/. Трансляція SSID має бути ввімкнена, приховані мережі не підтримуються.

Коли список вже доступний, оберіть необхідну бездротову мережу. Примітка: Вам необхідно знати назву мережі (SSID) і також пароль, якщо мережа захищена.

Під час введення паролю та підключення до обраної бездротової мережі дотримуйтеся підказок на екрані (Використання клавіатури – див. розділ "ВИКОРИСТАННЯ СЕНСОРНОГО ЕКРАНУ" на ст. 22).

Після підключення консолі до бездротової мережі біля назви бездротової мережі з'явиться прапорець.

Якщо у Вас виникли проблеми з підключенням до зашифрованої мережі, переконайтеся, що Ви ввели пароль правильно. Примітка: Паролі є чутливими до регістру.

Примітка: Консоль підтримує незахищене та захищене (WEP, WPA™, та WPA2™) шифрування. Рекомендовано широкосмугове підключення: якість роботи залежить від швидкості з'єднання.

Примітка: Якщо у Вас залишилися питання після виконання цих інструкцій, перейдіть на вебсайт support.iFit.com.

5. Вихід із меню бездротової мережі.

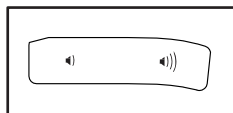
Для виходу з меню бездротової мережі натисніть клавішу Back (Назад) (символ стрілки).

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

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 BLUETOOTH® ДО ЗВУКОВОЇ СИСТЕМИ

1. Розмістіть чи утримуйте біля консолі сумісний з BLUETOOTH пристрій.
2. На своєму пристрої увімкніть налаштування BLUETOOTH.
3. Підключіть пристрій до консолі.

Натисніть та утримуйте на консолі протягом 3 секунд клавішу Bluetooth. На консолі активується режим підключення. Після підключення Вашого пристрою до консолі аудіофайли на Вашому пристрої будуть відтворюватися через звукову систему консолі.

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

Примітка: 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 Bluetooth.

4. При потребі видаліть пристрій з пам'яті консолі.

Для видалення всіх пристроїв сумісних з BLUETOOTH, що збережені в пам'яті консолі, натисніть та утримуйте протягом 10 секунд клавішу Bluetooth.

ПІДКЛЮЧЕННЯ КАБЕЛЮ HDMI

Для відображення екрану консолі на телевізорі чи моніторі підключіть кабель HDMI (не входить до комплекту) у порт на консолі та порт у телевізорі чи моніторі; **переконайтесь, що кабель HDMI повністю вставлений. Примітка: Придбати кабель HDMI можна в місцевому магазині електроніки.**

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 консолі. Також тримайте консоль подалі від прямих сонячних променів.**

УСУНЕННЯ НЕПОЛАДОК КОНСОЛІ

Якщо консоль не вмикається, переконайтеся, що кабель живлення повністю підключений, а перемикач живлення переведений в увімкнене положення.

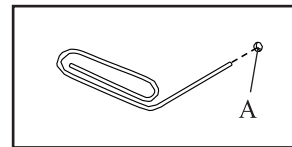
Якщо консоль не показує серцевий ритм, коли Ви тримаєтесь за поручні пульсоміра на тренажері, або якщо відображається надто високе чи низьке значення серцевого ритму, ознайомтеся з інформацією в кроці 5 на ст. 24.

Якщо консоль не відображає значення пульсу під час використання нагрудного пульсоміра, див. розділ "УСУНЕННЯ НЕПОЛАДОК" на ст. 17.

У випадку виникнення проблем із підключенням консолі до бездротової мережі, авторизацією в обліковий запис iFit або використанням програм тренування перейдіть на вебсайт support.iFit.com.

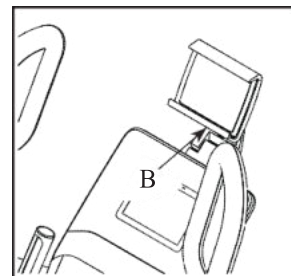
Якщо консоль належним чином не завантажується, замерзає чи не реагує на натискання клавіш, виконайте скидання параметрів консолі до заводських налаштувань. **ВАЖЛИВО: В результаті цього всі налаштування амортизаторів, встановлені на консолі, будуть видалені.** Процедура переналаштування консолі мають виконувати 2 особи. Спершу переведіть перемикач живлення у вимкнену позицію та відключіть

кабель живлення. Далі віднайдіть невеликий отвір скидання (А) біля порту USB на консолі. За допомогою вигнутої скріпки натисніть та утримуйте клавішу Reset (Скидання) в середині отвору, а помічник нехай підключить кабель живлення до розетки і переведе перемикач живлення в увімкнене положення. Продовжуйте утримувати клавішу Reset (Скидання) доти, доки консоль не буде увімкнена. Після завершення процедури скидання тренажер має перезавантажитися. Якщо орбітрек не перезавантажився, переведіть перемикач живлення у вимкнене положення, а потім в увімкнене положення. Після увімкнення консолі перевірте оновлення програмного забезпечення (див. крок 6 на ст. 29). Примітка: Підготовка консолі до тренування може зайняти декілька хвилин.



УСУНЕННЯ НЕПОЛАДОК ТРИМАЧА ДЛЯ ПЛАНШЕТА

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



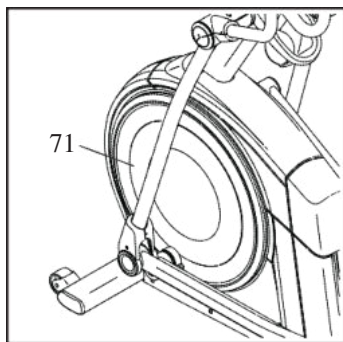
УСУНЕННЯ НЕПОЛАДОК СИСТЕМИ НАХИЛУ

Якщо на тренажері не встановлено потрібний рівень нахилу, див. розділ "ЗМІНА НАЛАШТУВАНЬ КОНСОЛІ" на ст. 29 і відкалібруйте систему нахилу.

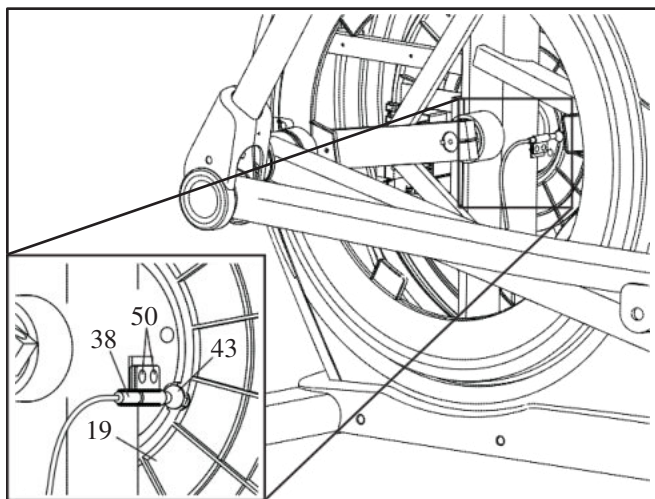
РЕГУЛЮВАННЯ ГЕРКОНОВОГО ПЕРЕМИКАЧА

Якщо консоль відображає неправильну інформацію про тренування, відрегулюйте герконовий перемикач. Для цього **переведіть перемикач живлення у вимкнене положення та відключіть кабель живлення.**

За допомогою
звичайної викрутки
обережно підніміть
лівий диск (71).



Знайдіть герконовий перемикач (38). Далі провертайте шків (19) доти, доки магніт (43) не співпаде з герконовим перемикачем.



Дещо ослабте 2 вказані самонарізні гвинти М4 х 12 мм (50). Перемістіть герконовий перемикач (38) трохи ближче або далі від магніту (43), а потім затягніть самонарізні гвинти.

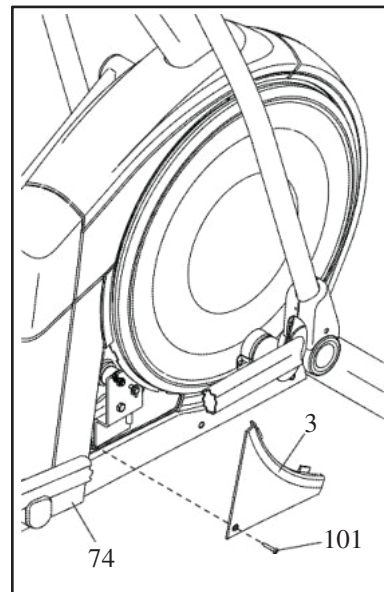
Після цього підключіть кабель живлення, переведіть перемикач живлення в увімкнене положення та порухайте шків (19) вперед і назад, щоб магніт (43) не почне просковзувати повз герконовий перемикач (37). Повторюйте процедуру доти, доки консоль не стане показувати правильну інформацію про тренування.

Коли герконовий перемикач буде правильно відрегульований, встановіть назад лівий диск, підключіть кабель живлення та переведіть перемикач живлення в увімкнене положення.

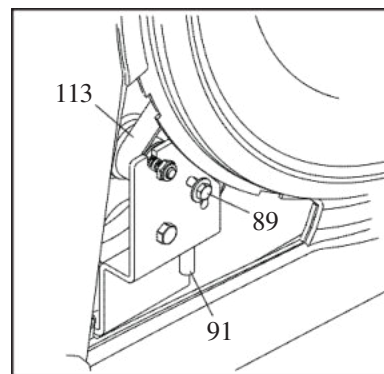
РЕГУЛЮВАННЯ РЕМЕНЮ ПРИВОДУ

Якщо педалі прослизують під час тренування, навіть коли опір педалей налаштовано на максимальний рівень, це означає, що треба відрегулювати ремені приводу. Для цього **переведіть перемикач живлення у вимкнене положення та відключіть кабель живлення.**

Віднайдіть кришку
для доступу
(3) на правому
захисному щитку
(74). Відгвинтіть
гвинт М4 х 16 мм
(101) і демонтуйте
захисний щиток.



Віднайдіть та
ослабте
гвинт колеса
натягу (89).
Затягуйте гвинт
регулювання
ременю приводу
(91) доти, доки
ремінь приводу
(113) не буде
натягнутий. Затягніть
гвинт колеса натягу.



Встановіть назад всі демонтовані раніше деталі. Підключіть кабель живлення та переведіть перемикач живлення в увімкнене положення.

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 – закінчуйте 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 одноденний 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 № NTEVEL15918.0 R0818A

№	Кіл.	Назва	№	Кіл.	Назва
1	.	Рама	51	2	Ролик
2	1	Задній стабілізатор	52	1	Ручка лівої педалі
3	1	Кришка доступу	53	2	Кришка вісі
4	1	Опорна стійка	54	2	Прокладка шарніра
5	6	Гвинт М4 х 19 мм	55	2	Фіксатор
6	1	Передній стабілізатор	56	4	Втулка важеля ролика
7	1	Консоль	57	6	Великий підшипник важеля
8	2	Направляючий ролик	58	1	Правий важіль педалі
9	1	Прокладка підшипника шатуна	59	1	Правий важіль ролика
10	1	Задня кришка рами	60	1	Правий рухомий важіль
11	1	Двигун нахилу	61	1	Правий нерухомий важіль
12	1	Важіль двигуна нахилу	62	1	Ліва верхня ручка нерухомого важеля
13	1	Важіль рами	63	2	Імпульсний датчик/Провід
14	2	Прокладка важеля рами	64	2	Вісь важеля педалі
15	1	Кришка заднього стабілізатора	65	1	Передня кришка правого рухомого важеля
16	2	Колія	66	1	Задня кришка правого рухомого важеля
17	1	Перемикач живлення	67	1	Передня кришка лівого рухомого важеля
18	1	Важіль колінчастого вала	68	1	Задня кришка лівого рухомого важеля
19	1	Шків	69	1	Зовнішня кришка правого рухомого важеля
20	2	Важіль шатуна	70	1	Зовнішня кришка лівого рухомого важеля
21	1	Ліва нижня ручка нерухомого важеля	71	2	Диск
22	1	Колесо натягу	72	1	Внутрішня кришка лівого рухомого важеля
23	2	Короткий буфер	73	1	Лівий захисний щиток
24	1	Маленькі направляючі ролики	74	1	Правий захисний щиток
25	1	Мотор опору	75	1	Центральна кришка захисного щитка
26	7	Контргайка М10	76	1	Бокова накладка лівого важеля педалі
27	2	Шайба М10	77	2	Кришка шатуна
28	1	Вихорний механізм	78	2	Ключ
29	1	Права педаль	79	1	Передня кришка консолі
30	4	Кришка стабілізатора	80	1	Задня кришка консолі
31	3	Гвинт М10 х 19 мм	81	2	Нижня кришка лотка
32	2	Прокладка підшипника важеля ролика	82	8	Гвинт М8 х 13 мм
33	2	Великі направляючі ролики	83	1	Внутрішня кришка правого рухомого важеля
34	2	Колесо	84	1	Гвинт заземлення М4 х 12 мм
35	2	Затискач	85	—	(Не використовується)
36	1	Шайба колеса натягу	86	2	Болт М10 х 58 мм
37	1	Лоток для аксесуарів	87	1	Бокова накладка правого важеля педалі
38	1	Герконовий перемикач/Провід	88	1	Осьовий гвинт колеса натягу
39	1	Скоба герконового перемикача	89	1	Гвинт колеса натягу
40	2	Підшипник рами	90	3	Шайба М6 х 19 мм
41	1	Верхня передня кришка рами	91	1	Гвинт регулювання ременю приводу
42	1	Втулка	92	4	Гвинт М10 х 25 мм
43	2	Магніт	93	4	Фланцевий гвинт М4 х 12 мм
44	1	Лівий важіль педалі	94	1	Нагрудний пульсомір
45	1	Лівий важіль ролика	95	8	Гвинт М8 х 20 мм
46	1	Лівий рухомий важіль	96	4	Болт М8 х 45 мм
47	1	Лівий нерухомий важіль	97	2	Шайба М8 х 28 мм
48	1	Втулка натягування	98	2	Шайба М8 х 18 мм
49	1	Ліва педаль	99	1	Прокладка шківів шатуна
50	6	Самонарізний гвинт М4 х 12 мм	100	4	Підшипник рухомого важеля

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

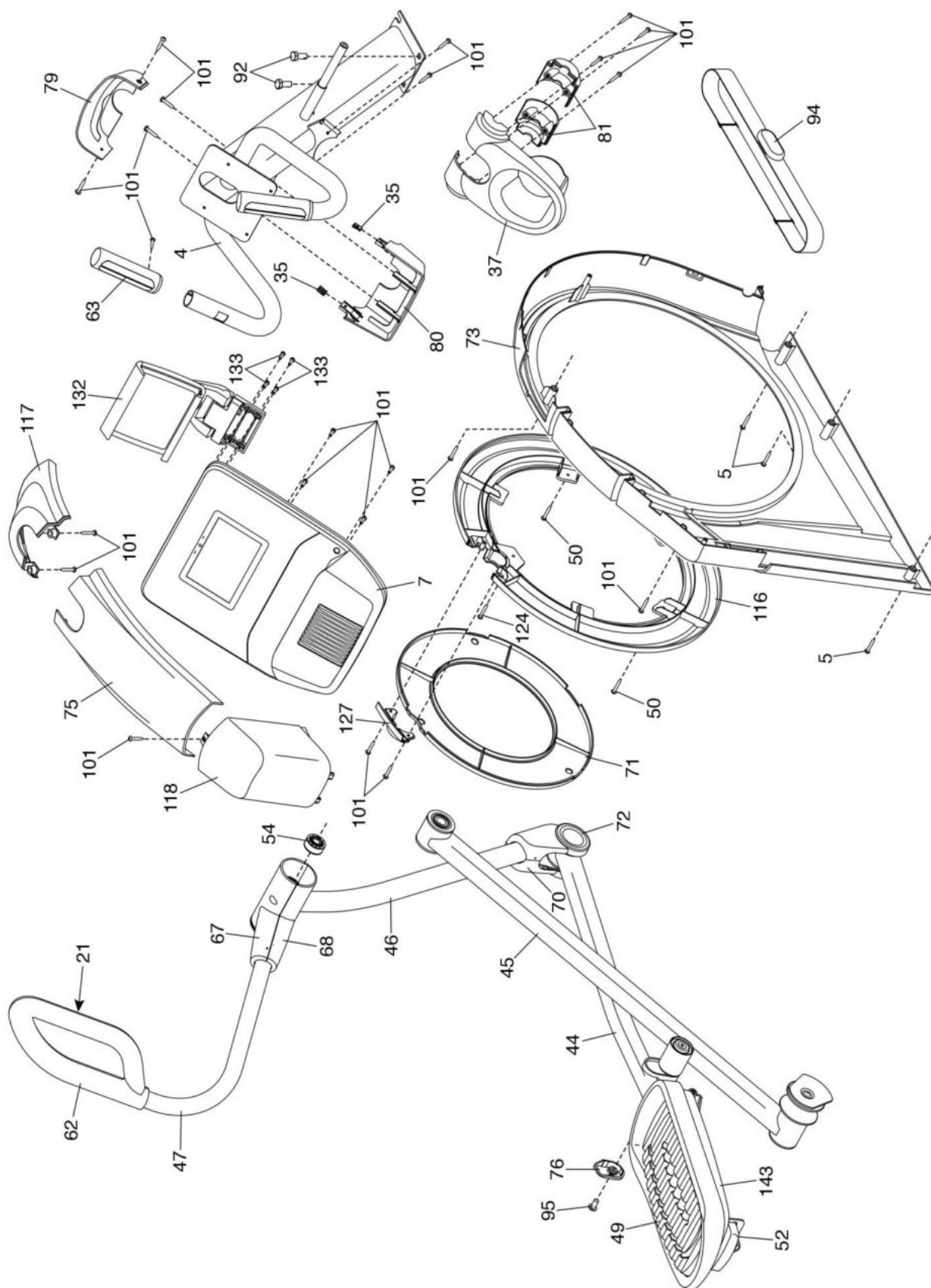
№	Кіл.	Назва
101	53	Гвинт М4 х 16 мм
102	6	Контргайка М8
103	11	Гвинт М6 х 12 мм
104	4	Гвинт М10 х 115 мм
105	1	Фланцевий гвинт М4 х 25 мм
106	1	Нижня кришка рами
107	1	Втулка шатуна
108	2	Гвинт М6 х 13 мм
109	2	Болт М10 х 58 мм
110	1	Верхній провід
111	1	Нижній провід
112	2	Самонарізний гвинт М4 х 19 мм
113	1	Ремінь приводу
114	1	Контролер
115	4	Проставка
116	2	Кільце диску
117	1	Передня кришка захисного щитка
118	1	Кришка заднього захисного щитка
119	1	Кабель живлення
120	2	Гвинт з пл. гол. М8 х 20 мм
121	8	Втулка рами
122	1	Болт М10 х 47 мм
123	2	Маленький підшипник важеля
124	2	Гвинт кріплення М4 х 16 мм
125	1	Верхня ручка правого нерухомого важеля

№	Кіл.	Назва
126	2	Гвинт М4 х 25 мм
127	2	Кронштейн диска
128	1	Довгий буфер
129	2	Шайба М8 х 22 мм
130	4	Гвинт М4 х 12 мм
131	2	Клейка стрічка
132	1	Тримач планшета
133	4	Гвинт тримача планшета
134	1	Нижня ручка правого нерухомого важеля
135	2	Шайба М6 х 26 мм
136	1	Шайба М10 х 28 мм
137	1	Права ручка педалі
138	2	Штифт педалі
139	2	Пружина педалі
140	2	Ковпачкова гайка М6
141	4	Шайба М6
142	1	Права пластина педалі
143	1	Ліва пластина педалі
144	2	Болт М10 х 158 мм
145	1	Прокладка важеля двигуна
146	2	Роздільна шайба М10
*	—	Набір інструментів
*	—	Мастило
*	—	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.

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

Модель № NTEVEL15918.0 R0818A



Модель № NTEVEL15918.0 R0818A

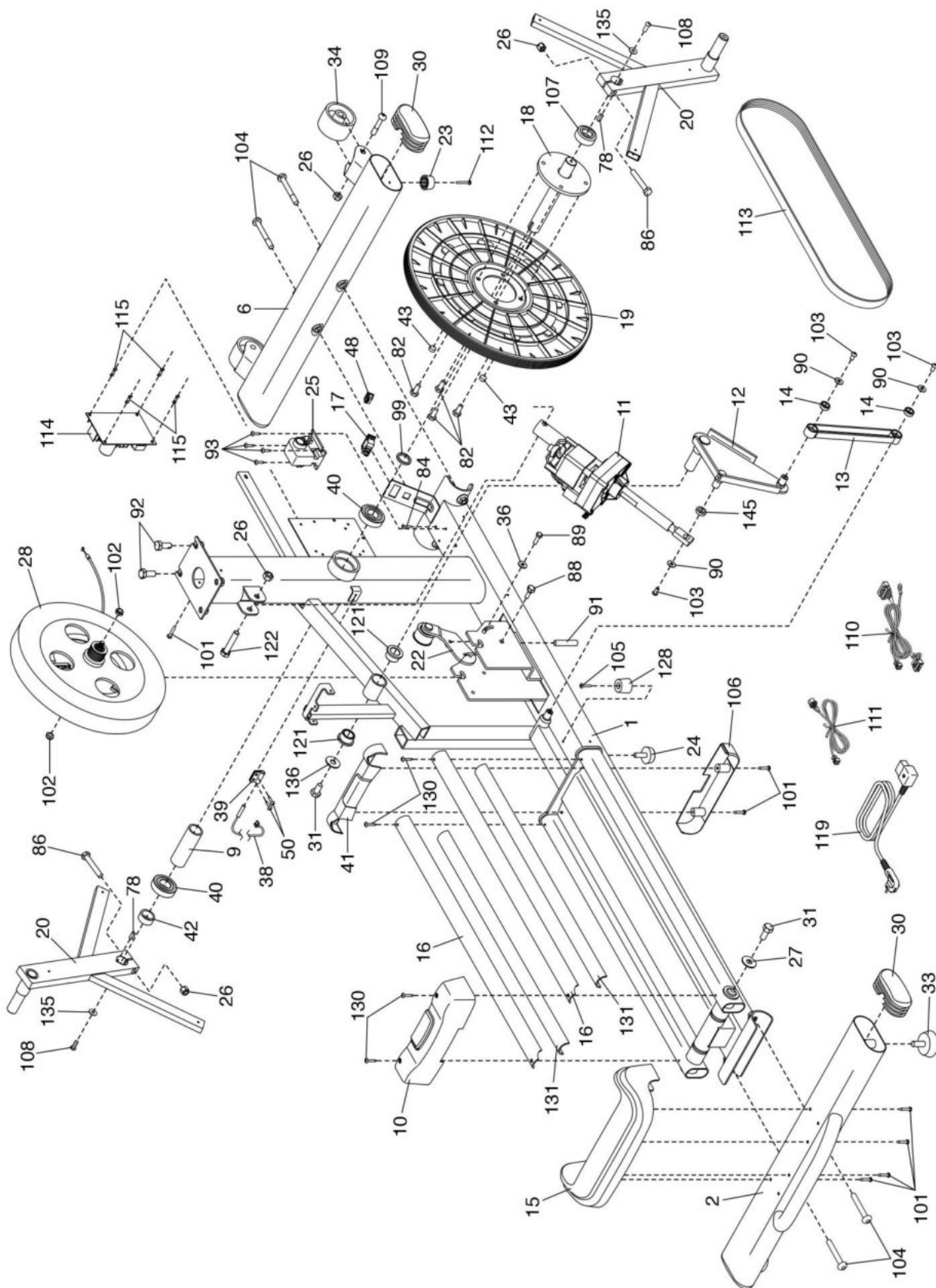
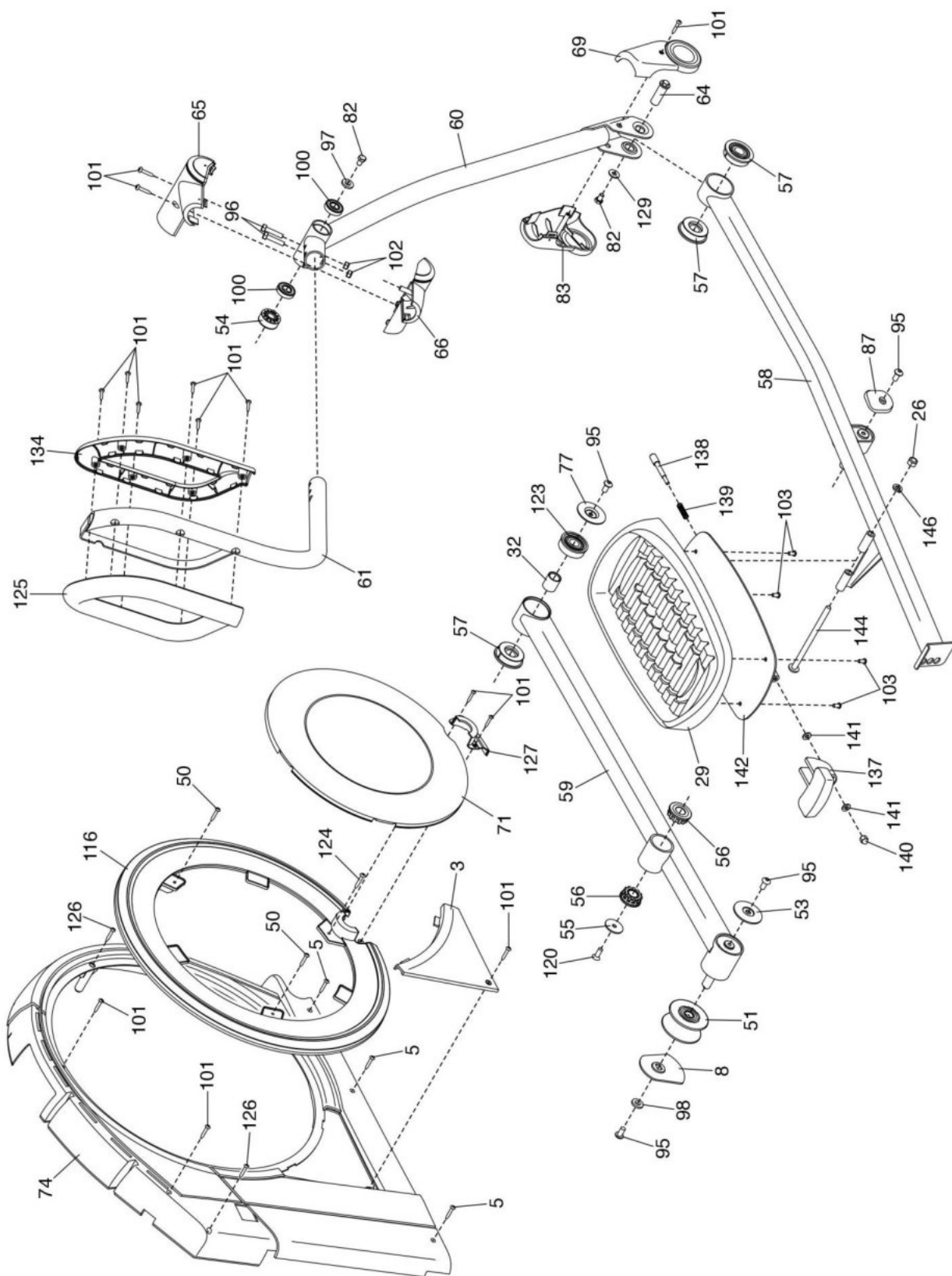


СХЕМА ДЕТАЛЕЙ В

Модель № NTEVEL15918.0 R0818A



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

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.

