
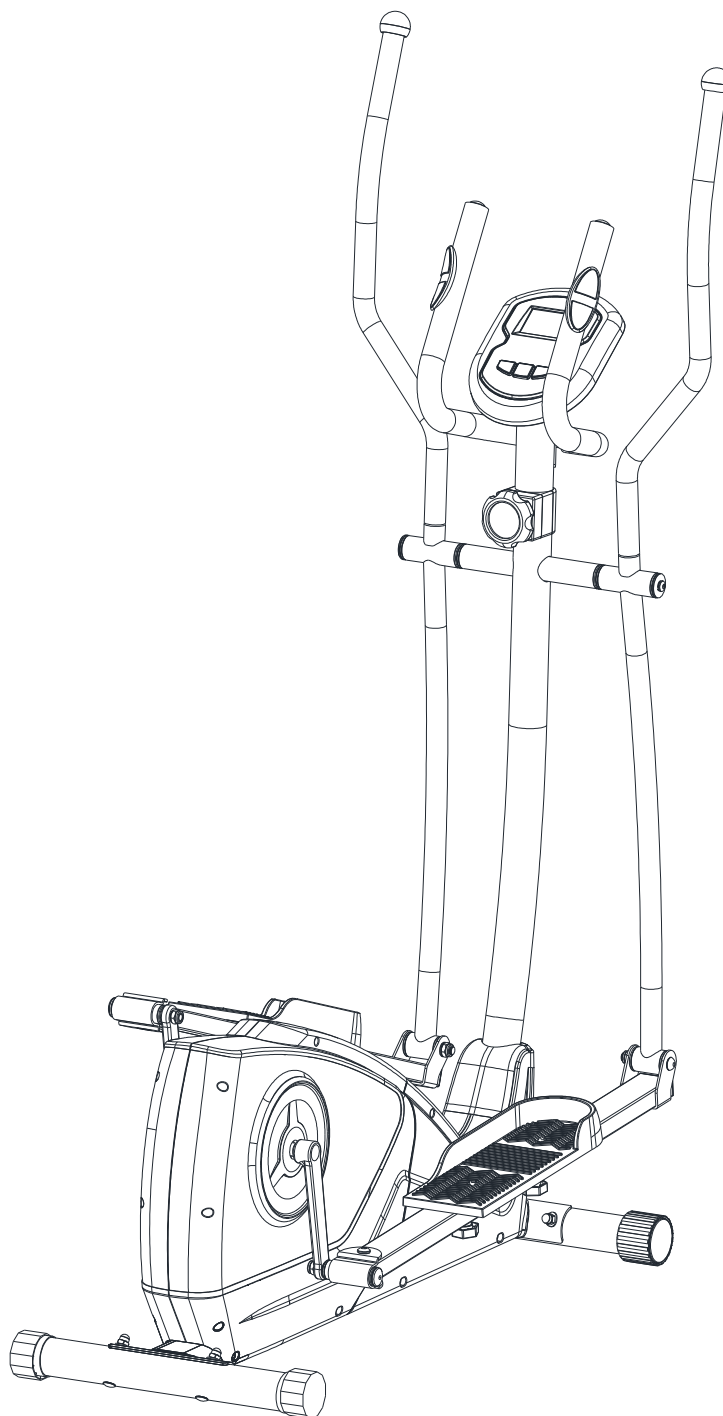


ИНСТРУКЦИЯ ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ

HB-8242EL

Эллиптический тренажер HouseFit


HOUSEFIT



Дорогие клиенты!

Мы хотим поблагодарить Вас за то, что Вы выбрали наши тренажеры, и желаем, чтобы тренировки приносили Вам только радость и удовольствие.

Просим Вас следовать всем прилагаемым инструкциям по технике безопасности и сборке.

Если у Вас возникли какие-либо вопросы - пожалуйста, свяжитесь с нами.

Содержание:

- 1) Инструкция по технике безопасности**
- 2) Чертеж в разобранном виде**
- 3) Список комплектующих**
- 4) Инструкция по сборке**
- 5) Инструкция к компьютеру тренажера**

ИНСТРУКЦИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ

Прежде чем приступить к занятиям на домашнем эллиптическом тренажере внимательно прочитайте инструкцию. Обязательно сохраните данное руководство на случай ремонта и для доставки запасных частей.

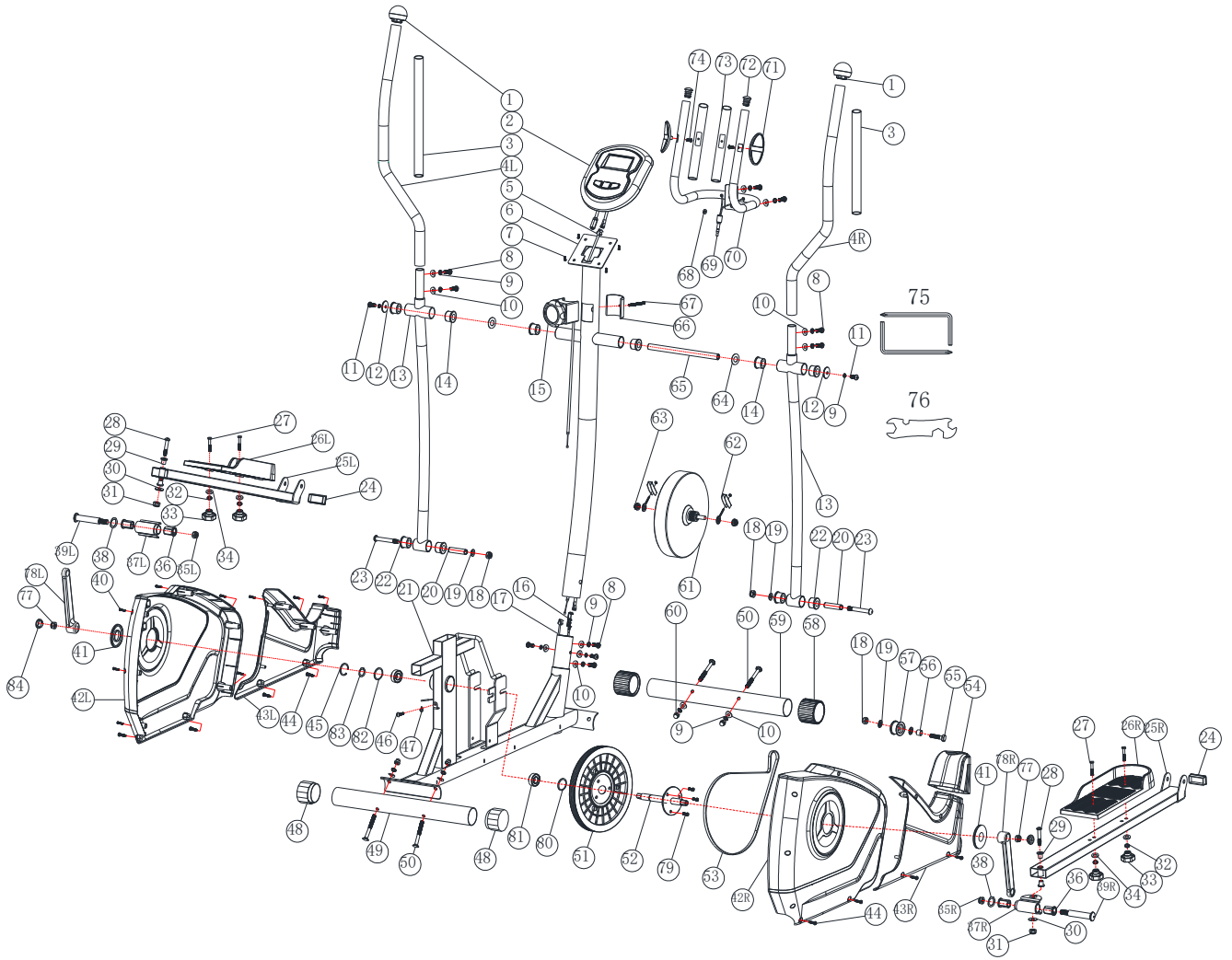
- Данный эллиптический тренажер предназначен только для домашнего использования и протестирован при максимальной массе тела 90 кг.
- Внимательно следуйте всем этапам, описанным в инструкции по сборке.
- Для сборки используйте только подходящие инструменты и при необходимости обратитесь за помощью в сборке.
- Рекомендуем проверять все соединительные элементы тренажера перед тренировками на тренажере каждые 1-2 месяца. Убедитесь, что все элементы плотно прилегают и находятся в надлежащем состоянии. Неисправные элементы необходимо немедленно заменить и/или не использовать оборудование до ремонта. Для ремонта используйте только оригинальные детали.
- В случае ремонта, пожалуйста, обратитесь к вашему поставщику.
- Избегайте использования агрессивных моющих средств при чистке домашнего тренажера.
- Рекомендуем начинать тренировки на тренажере только после правильной сборки и проверки изделия.
- Для всех регулируемых деталей помните о максимальных положениях, до которых они могут быть отрегулированы/затянуты.
- Домашний тренажер не предназначен для детей. Пожалуйста, убедитесь, что дети используют его только под присмотром взрослых.
- Убедитесь, что присутствующие осведомлены о возможных опасностях, т.е. быть осторожными с подвижными частями тренажера во время тренировки.
- Проконсультируйтесь с врачом перед началом любой программы упражнений.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ! НЕПРАВИЛЬНЫЕ/ЧРЕЗМЕРНЫЕ ТРЕНИРОВКИ МОГУТ НАНЕСТИ ВРЕД ЗДОРОВЬЮ.

- Пожалуйста, следуйте советам по правильному проведению тренировок, указанным в инструкции.
- Уровень нагрузки/работы можно отрегулировать, повернув регулировочную ручку на стержне руля.
- Уровень безопасности данного оборудования может поддерживаться только при условии регулярной проверки всех процедур сборки, указанных в инструкции по сборке.

Пожалуйста, регулярно проверяйте тренажер на предмет износа.

ЧЕРТЕЖ В РАЗОБРАННОМ ВИДЕ



СПИСОК КОМПЛЕКТУЮЩИХ

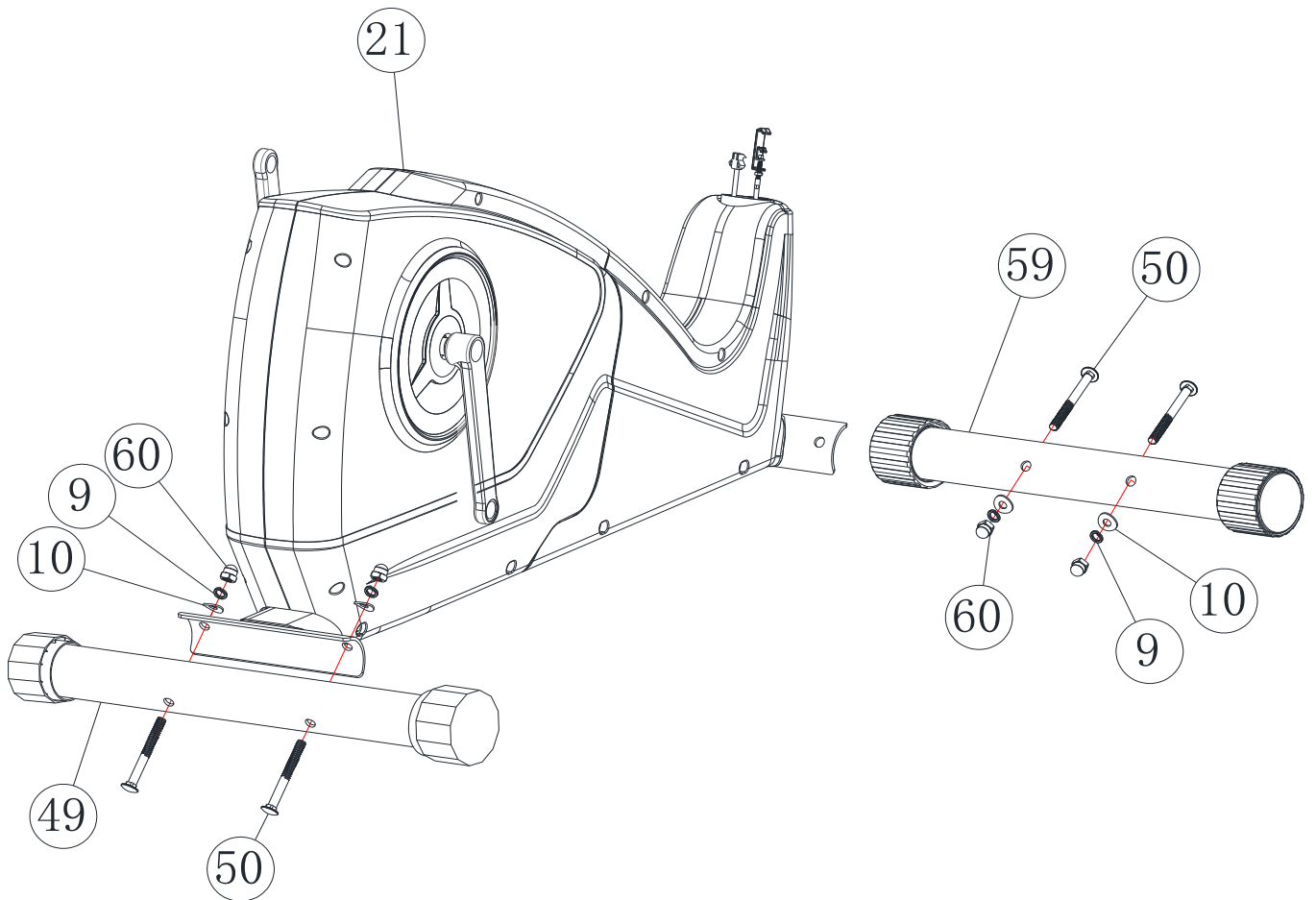
№ детали	Описание	Кол-во
1	Заглушка	2
2	Компьютер	1
3	Верхний поручень с губчатым покрытием	2
4L	Верхний поручень (Левый)	1
4R	Верхний поручень (Правый)	1
5	Верхний кабель компьютера	1
6	Стойка поручня	1
7	Винт	4
8	Винт с шестигранным шлицем	10
9	Пружинная шайба	16
10	Изогнутая шайба	14
11	Винт с шестигранным шлицем	2
12	Металлическая шайба	2
13	Нижний поручень	2
14	Втулка	6
15	Верхний трос для регулировки натяжения	1
16	Нижний трос для регулировки натяжения	1
17	Нижний кабель компьютера	1
18	Гайка	3
19	Шайба	4
20	Распорка трубки	2
21	Основная рама	1
22	Нижние вращаемые втулки поручня	4
23	Винт с шестигранным шлицем	2
24	Торцевая заглушка на опорной балке для подножки	2
25L	Опорные стержни для подножки (Левая)	1
25R	Опорные стержни для подножки (Правая)	1
26L	Подножка (Левая)	1
26R	Подножка (Правая)	1
27	Болт с квадратным подголовком	4
28	Винт с шестигранным шлицем	2
29	Втулка	4
30	Шайба	2
31	Гайка	2
32	Пружинная шайба	4
33	Ручка регулирования	4
34	Плоская шайба	4
35L	Гайка (Левая)	1
35R	Гайка (Правая)	1
36	Втулка	4
37L	Соединительная крепежная трубка (Левая)	1
37R	Соединительная крепежная трубка (Правая)	1
38	Шайба Гровер	2
39L	Болт	1
39R	Болт	1
40	Самонарезной винт	9
41	Пластиковая крышка	2
42L	Крышка цепи тренажера (Левая)	1
42R	Крышка цепи тренажера (Правая)	1

43L	Передняя пластиковая крышка (Левая)	1
43R	Передняя пластиковая крышка (Правая)	1
44	Винт	8
45	С-образная шайба	1
46	Винт	1
47	Датчики	1
48	Задняя заглушка	2
49	Задний стабилизатор	1
50	Болт с квадратным подголовком	4
51	Шкив	1
52	Ось педали	1
53	Ремень	1
54	Передняя пластиковая крышка	1
55	Болт	1
56	Распорка трубки	1
57	Направляющий ролик	1
58	Передняя заглушка	2
59	Передний стабилизатор	1
60	Колпачковая гайка	4
61	Маховик	1
62	Регулируемый ремень	2 комплекта
63	Гайка	2
64	Шайба	2
65	Поворотный стержень	1
66	Пластиковая крышка	1
67	Винт	1
68	Заглушка	1
69	Кабель пульсометра	1
70	Поручень	1
71	Панель с датчиком пульса	2
72	Заглушка	2
73	Поручень из губчатого материала	2
74	Самонарезной винт	2
75	Шестигранный ключ	1
76	Гаечный ключ	1
77	Гайка	2
78L	Кривошип (Левый)	1
78R	Кривошип (Правый)	1
79	Винт с шестигранным шлицем	3
80	Шайба	1
81	Втулка	2
82	Шайба	1
83	Шайба Гровер	1
84	Заглушка кривошипа	1

ИНСТРУКЦИЯ ПО СБОРКЕ

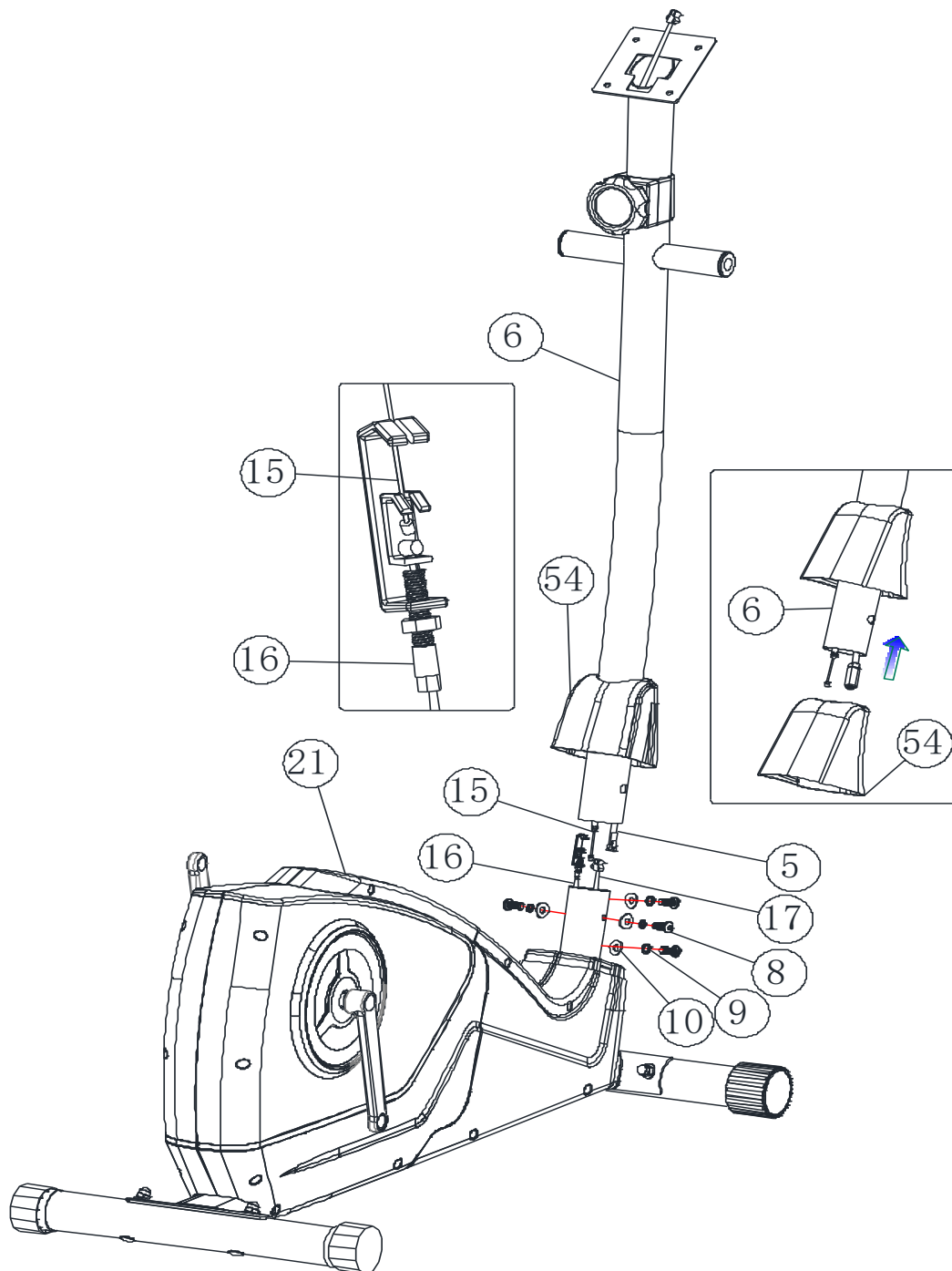
Шаг 1

Прикрепите передний стабилизатор (59) к основной раме (21) с помощью болтов с квадратным подголовком М8 (50), изогнутых шайб М8 (10), пружинных шайб (9) и колпачковых гаек М8 (60).
Прикрепите задний стабилизатор (49) к основной раме (21) с помощью болтов с квадратным подголовком М8 (50), изогнутых шайб М8 (10), пружинных шайб (9) и колпачковых гаек М8 (60).



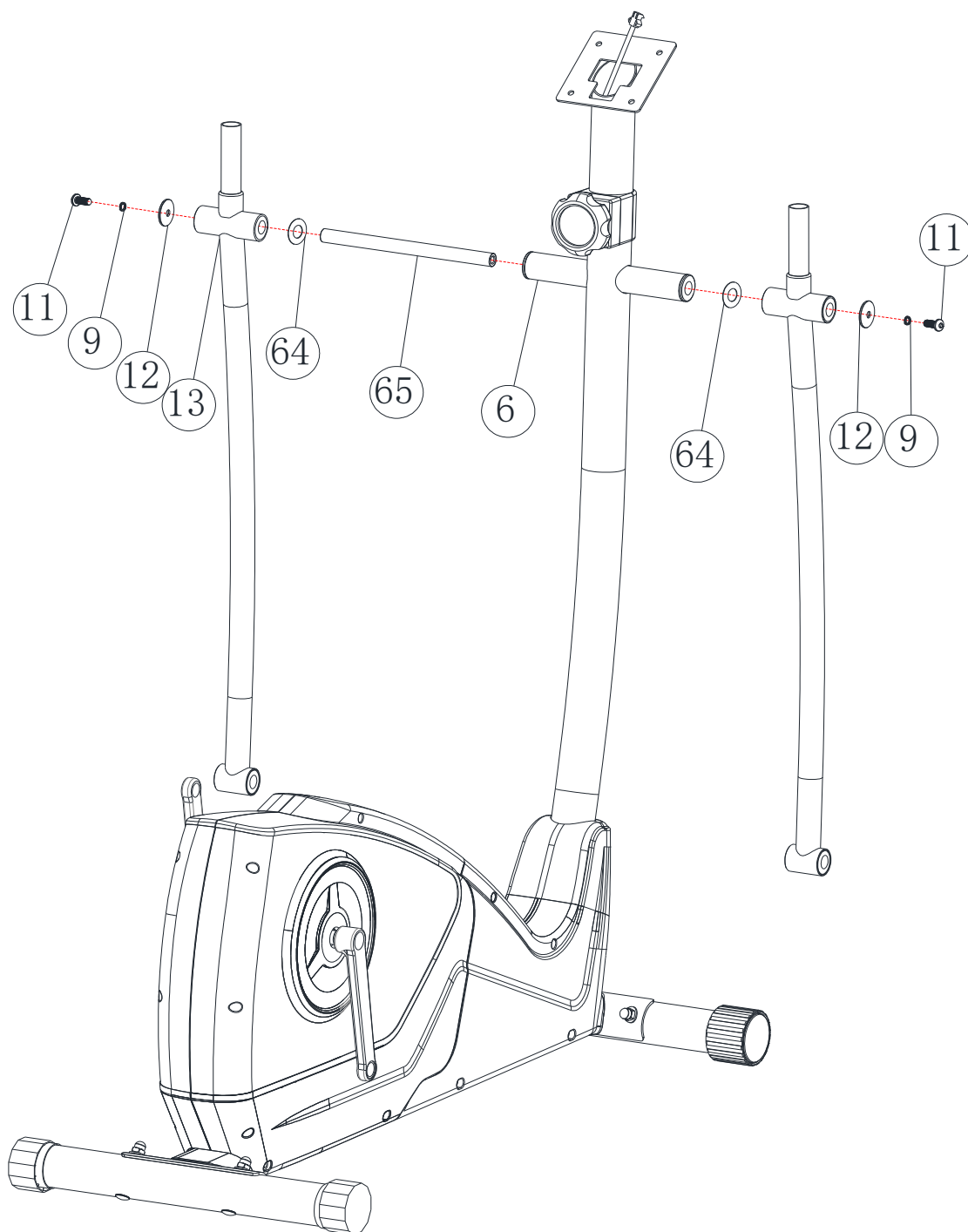
Шаг 2

Осторожно поднимите стойку поручня (6) до вертикального положения и сдвиньте вверх переднюю пластиковую крышку (54). Подсоедините верхний натяжной трос (15) и нижний натяжной трос (16), а также подключите верхний кабель компьютера (5) и нижний кабель компьютера (17). Прикрепите стойку поручня (6) к основной раме (21) с помощью винтов М8 с внутренним шестигранником (8), пружинных шайб М8 (9), изогнутых шайб М8 (10).



Шаг 3

Поместите поворотный стержень (65) в стойку поручня (6). Наденьте левый и правый нижний поручень (13) на поворотный стержень (65) и закрепите на месте шайбой (64), металлической шайбой (12), пружинной шайбой (9) и винтами с внутренним шестигранником М8 (11) с каждой стороны.

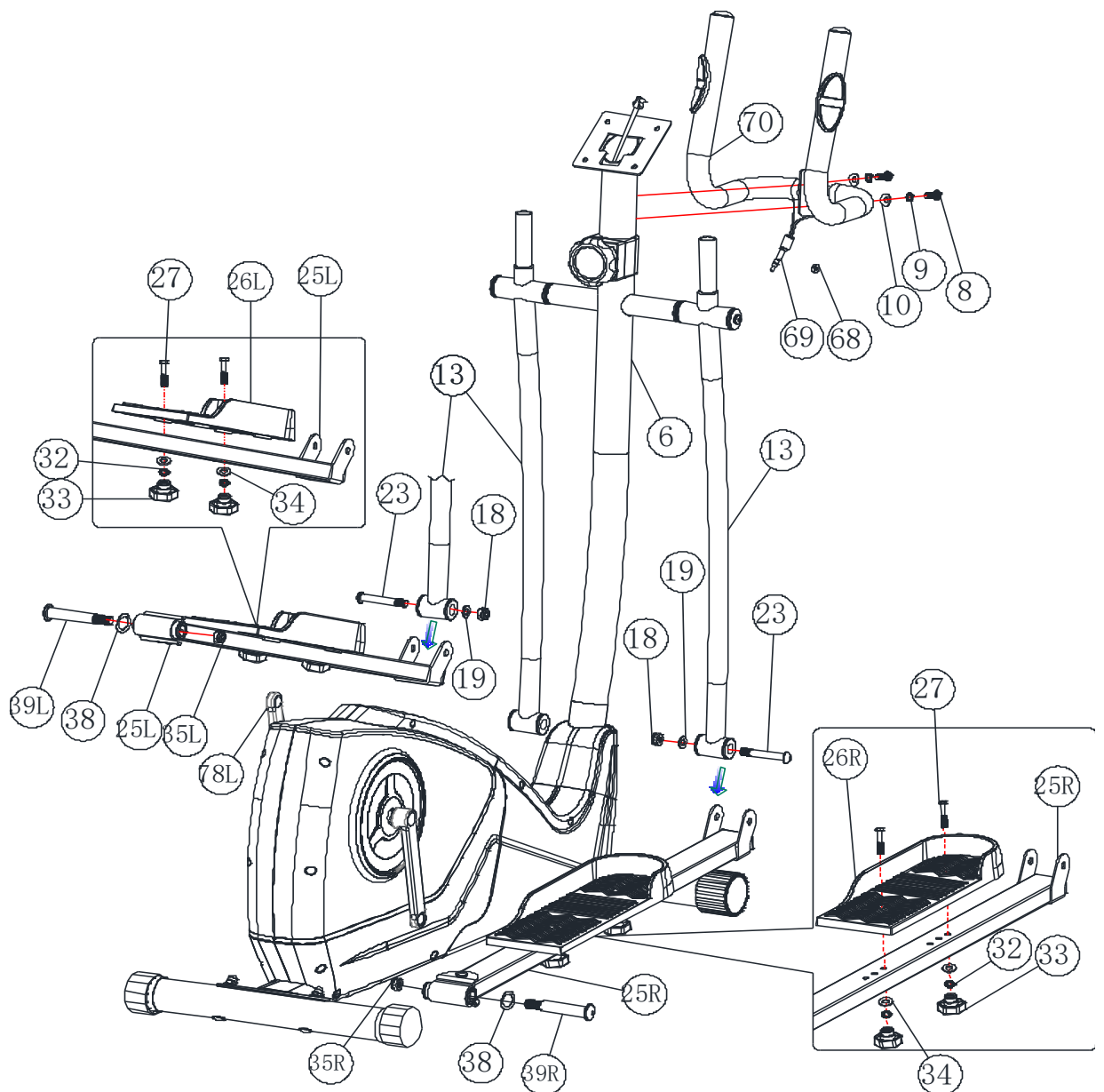


Шаг 4

Присоедините опорные стержни подножки (25L и 25R) с кривошипами (78L и 78R) с помощью винта с внутренним шестигранником (39L и 39R), пружинной шайбы (38) и гайки (35L и 35R).

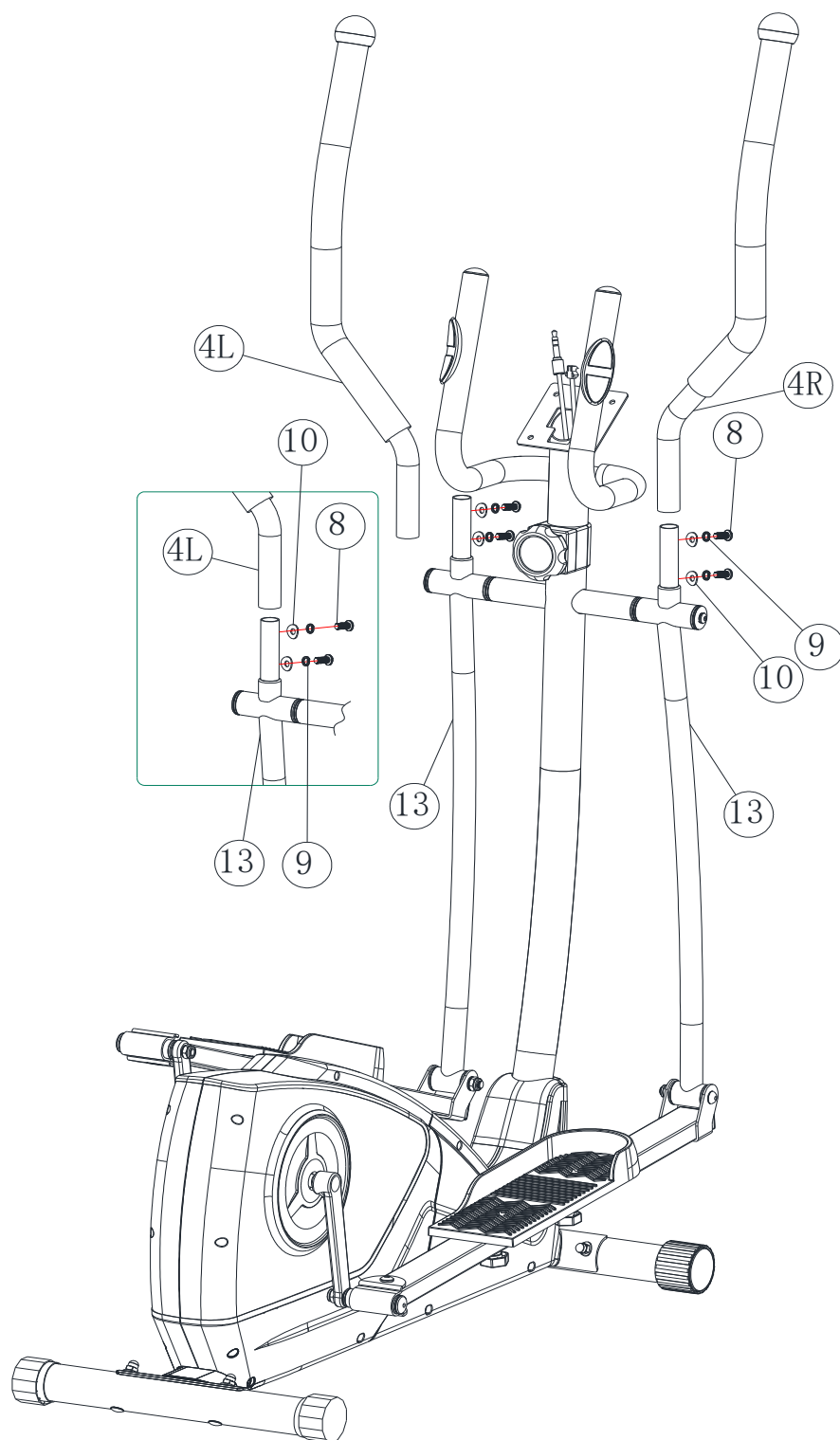
Примечание: на данном этапе не затягивайте винты. Присоедините нижний поручень (13) к опорному стержню подножки (25L и 25R) с помощью винтов M10 с внутренним шестигранником (23), шайбы M10 (19) и гайки (18), затем уже затяните все винты.

Прикрепите подножки (26L и 26R) к опорным стержням подножки (25L и 25R) с помощью болтов с квадратным подголовком (27), плоской шайбы (34), пружинной шайбы (32) и ручки (33). Возьмите поручень (70) и зафиксируйте его с помощью 2 болтов с внутренним шестигранником M8 (8), пружинных шайб (9) и 2 изогнутых шайб M8 (10). Затем не забудьте протянуть кабель датчика пульса (69) на поручне (70) через отверстие над стойкой поручня. (Внимание: убедитесь, что кабельный жгут не пережат и не защемлен во время установки.)



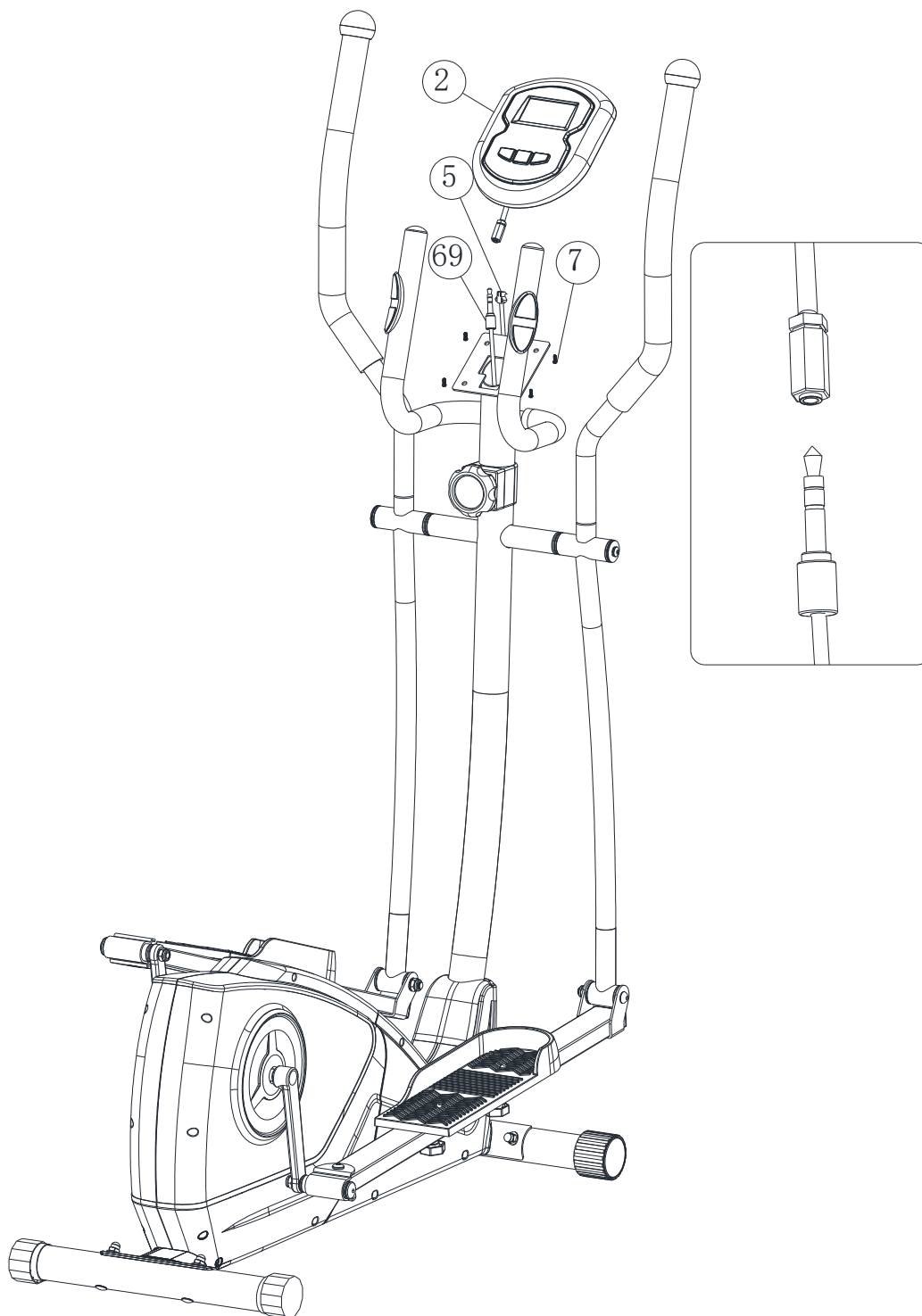
Шаг 5

Соедините верхний поручень (4L и 4R) с нижним (13) с помощью винтов с внутренним шестигранником (8), пружинных шайб (9) и изогнутых шайб (10).



Шаг 6

Выкрутите 4 винта (7) из задней части компьютера (2). Соедините верхний кабель компьютера (5), кабель датчика пульса (69) и компьютер (2). Прикрепите компьютер (2) к верхней части стойки поручня с помощью винта (7).



ИНСТРУКЦИЯ К КОМПЬЮТЕРУ ТРЕНАЖЕРА



РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ К ТРЕНАЖЕРУ ST3604

Функция дисплея:

Значение	Описание
SCAN	Последовательность отображения: TMR→SPD→DST→CAL→PULSE. В режиме SCAN нажмите кнопку MODE, чтобы выбрать другие функции. Автоматически сканировать каждый режим последовательно каждые 6 секунд.
SPEED (SPD)	Без передачи какого-либо сигнала на монитор в течение 4 секунд SPEED будет отображать «0,0». Отображение текущей скорости тренировки.
TIME (TMR)	Без установки целевого значения время будет увеличиваться. При установке целевого значения время будет отсчитываться от вашего целевого времени до 0, а когда значение 0 будет достигнуто, подастся звуковой сигнал. Если какой-либо сигнал не будет отображен на мониторе в течение 4 секунд, время остановится. Диапазон 0:00 ~ 99:59.
DISTANCE (DST)	Без установки целевого значения расстояние будет увеличиваться. При установке целевого значения расстояние будет уменьшаться от вашего целевого расстояния до 0, и когда 0 будет достигнуто, прозвучит сигнал. Диапазон 0,0~999,9 км.
CALORIES (CAL)	Калории подсчитываются без установки целевого значения. При установке целевого значения калории будут отсчитываться от вашей целевой калории до 0, и когда 0 будет достигнуто, прозвучит звуковой сигнал. Диапазон 0,0~999,9 кал. Количество калорий на дисплее отображает общее значение. Подробную информацию о потреблении калорий для каждого человека можно получить у врача или диетолога.
PULSE	Текущий пульс будет отображаться в течение 6 секунд. Без импульсного сигнала в течение 6 секунд он отображает «P». Пульсовая сигнализация при превышении заданного целевого пульса. Диапазон 0-40~240 ударов в минуту.

Функции кнопок:

Кнопка	Описание
Reset	В настройках нажмите на кнопку RESET один раз, чтобы сбросить текущие значения функций. Нажмите кнопку RESET удерживайте в течении 2 секунд, чтобы сбросить все значения, также вы услышите звук Вi в качестве подсказки.
SET	Каждое нажатие увеличивает значения, для быстрого увеличения до нужных значений нажмите и удерживайте кнопку. Диапазон заданного времени: 0:00~99:00. (Каждый шаг равен 1:00). Диапазон заданных калорий: 0.0~999.0. (Каждый шаг равен 1.0). Диапазон значений расстояния: 0.0~999.0 (Каждый шаг равен 1.0) KM.
MODE	Кнопка MODE позволяет установить любой режим и функцию. В режиме SCAN нажмите кнопку MODE, чтобы заблокировать текущую функцию. Нажмите кнопку MODE - удерживайте в течение 2 секунд, чтобы сбросить все значения функций.

Power on & off/ Вкл. Выкл.:

Power on/Вкл.:

При включении дисплей отобразит все значения в сопровождении со звуковым сигналом, как показано на рисунке А.



Рисунок А

Power off/Выкл.:

Без передачи какого-либо сигнала на монитор в течение 4 минут монитор переходит в режим сна.

Опции:

1. При включении питания монитора (или нажмите кнопки MODE, RESET и удерживайте в течение 3 секунд), дисплей отобразит все сегменты в сопровождении со звуковым сигналом Вi, длительностью в 1 секунду и перейдет в режим SCAN – сканирование, как показано на рисунке В.
2. При отображении значений на монитор TMR/время, DST/расстояние, и CAL/калории данные значения начнут отсчёт, как показано на рисунке С.



Рисунок В



Рисунок С

Поиск неисправностей:

Если дисплей слабо отображает значения - это означает, что батарею необходимо заменить.
Если при вращении педалей нет сигнала - проверьте правильность подключения кабеля.

ПРИМЕЧАНИЕ:

- 1. Если Вы не тренируетесь в течение 4 минут - главный экран погаснет.**
- 2. Если компьютер работает неправильно - перезапустите аккумулятор и повторите попытку.**
- 3. Характеристики батареи: 1,5 В UM-3 или AA (2 шт.).**

УКАЗАНИЯ ПО УТИЛИЗАЦИИ



Условия гарантии и сервисного обслуживания указаны в Гарантийном талоне. Убедитесь, что Вы ознакомились с содержанием Гарантийного талона. Не выбрасывайте гарантийный талон.

ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

Данный тренажер не относится к бытовым отходам. Пожалуйста, не выбрасывайте оборудование либо элементы питания вместе с бытовыми отходами, для утилизации использованных элементов питания пользуйтесь действующими в Вашей стране системами возврата и сбора для утилизации.

Надлежащий отдельный сбор разобранных приборов, которые впоследствии отправятся на переработку, утилизацию или экологичное захоронение, способствует предотвращению возможных негативных воздействий на окружающую среду и здоровье человека, а также позволяет повторно использовать материалы, из которых изготовлено устройство. За незаконную утилизацию устройства пользователь может быть привлечен к административной ответственности, предусмотренной действующим законодательством.

Оборудование сертифицировано в соответствии с Техническим Регламентом Таможенного Союза. Производитель оставляет за собой право вносить изменения в конструкцию тренажера, не ухудшающие значительно его основные технические характеристики.