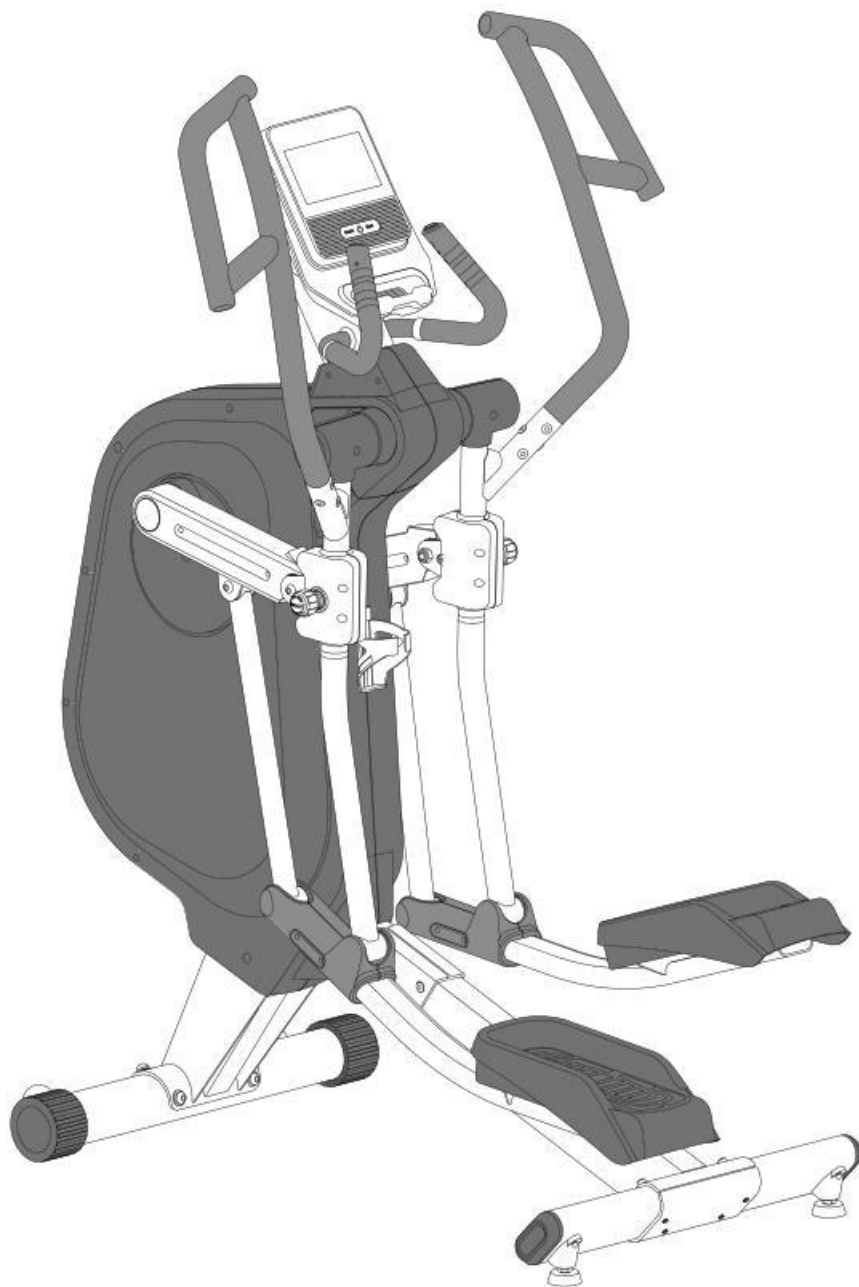


КОМБІНОВАНИЙ ЕЛІПТИЧНИЙ ОРБІТРЕК



МОДЕЛЬ: **E350**

SPORTOP [®]

Керівництво користувача

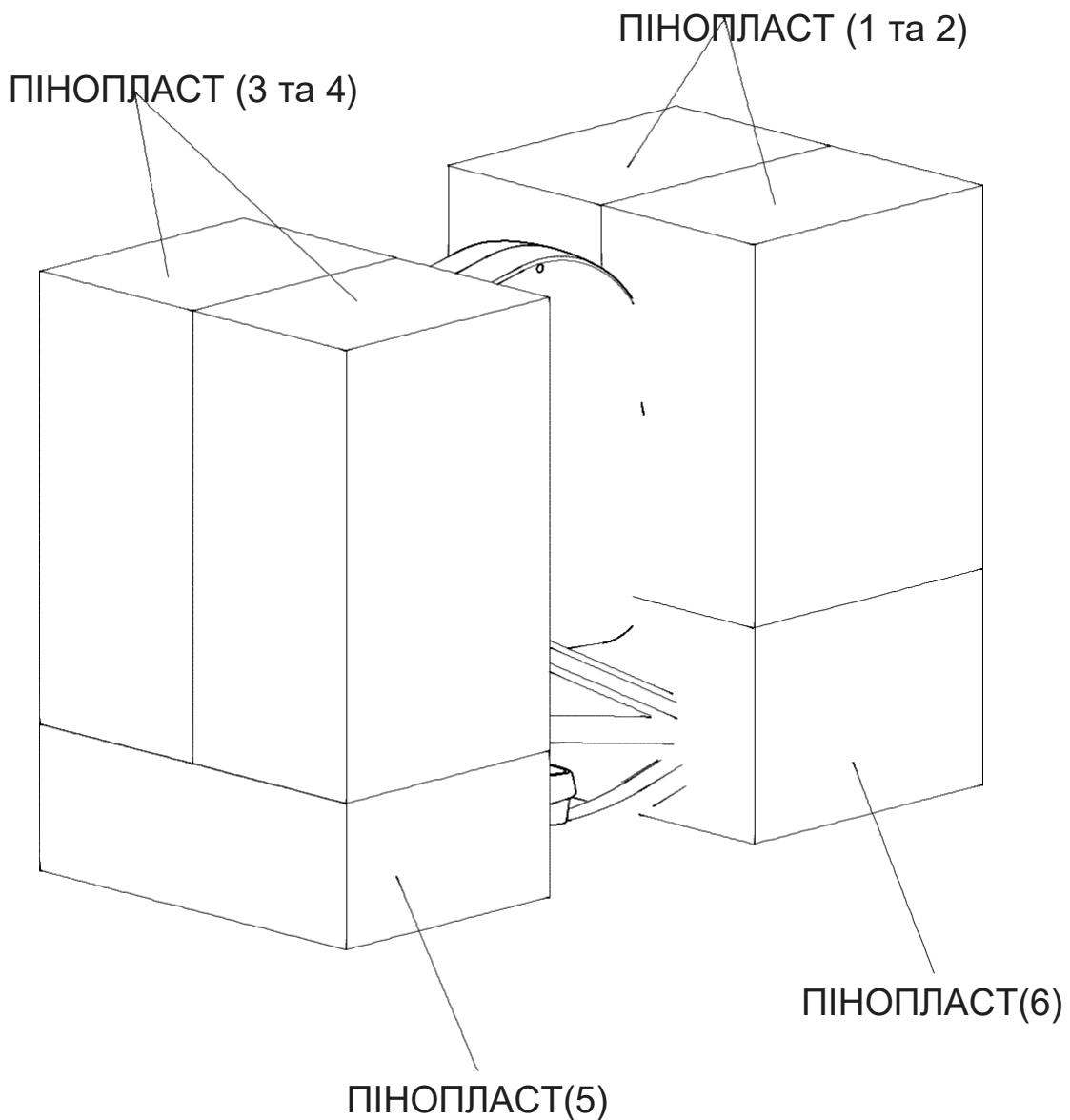
УКРАЇНСЬКА

Увага:

Будьте обережні при розпакуванні:

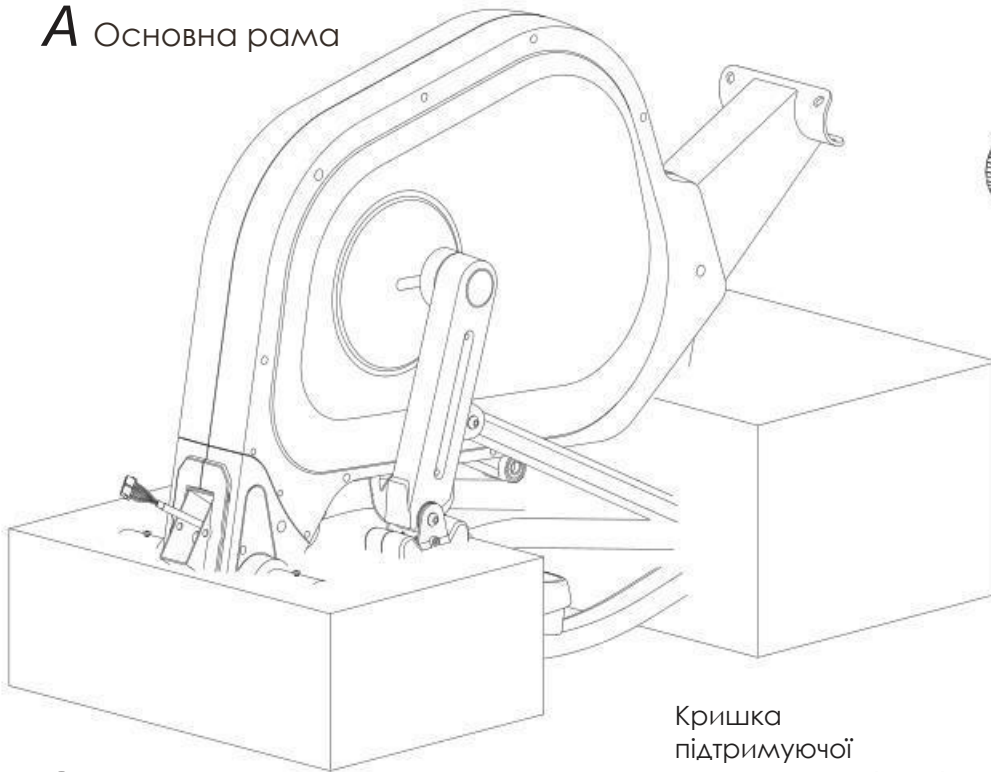
Покладіть коробку на плоску поверхню, щоб її можна було підняти. Вийміть рукоятки, передній стабілізатор, задній стабілізатор, центральну опорну трубу, консоль, сумку з устаткуванням та керівництво користувача.

Видаліть верхні частини пінопласту № 1, № 2, № 3 та № 4, залишивши основну раму (А) та нижні частини пінопласту № 5, № 6 всередині коробки, поки не буде дано вказівку їх зняти.

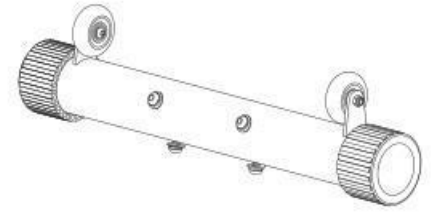


PARTS LIST

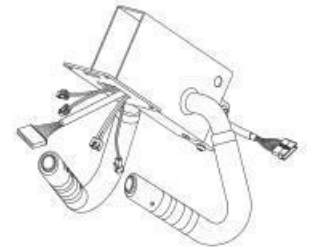
A Основна рама



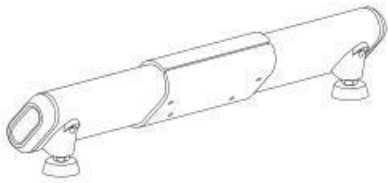
B Передній стабілізатор



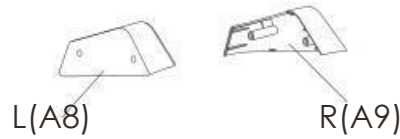
D Підтримуюча труба консолі



C Задній стабілізатор



Кришка підтримуючої труби консолі (L&R)



Передня педаль підтримуючої труби консолі

G Консоль (G1) & Кришка консолі (G)



E E1 Ручка (L) E2 Ручка (R)

I Адаптер

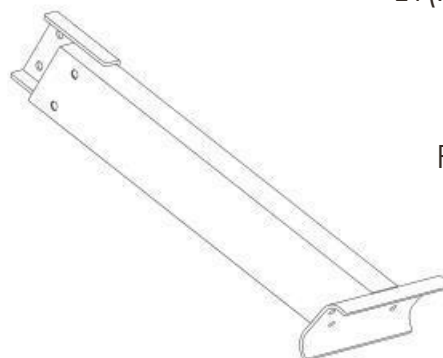
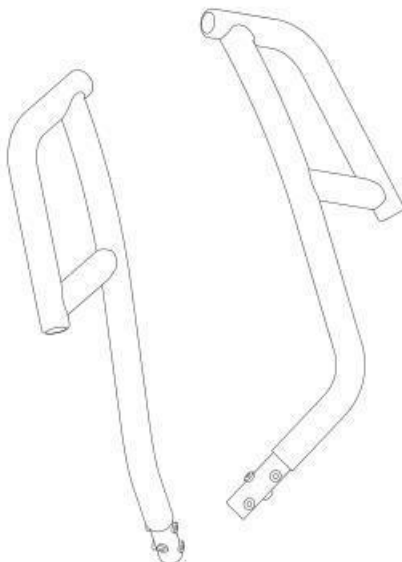


F Центральна підтримуюча трубка

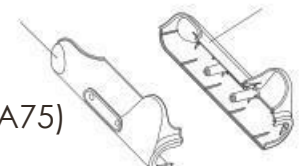
Кришка педалі підтримуючої трубки (L1&L2),(R1&R2)

L1(A72)

L2(A73)



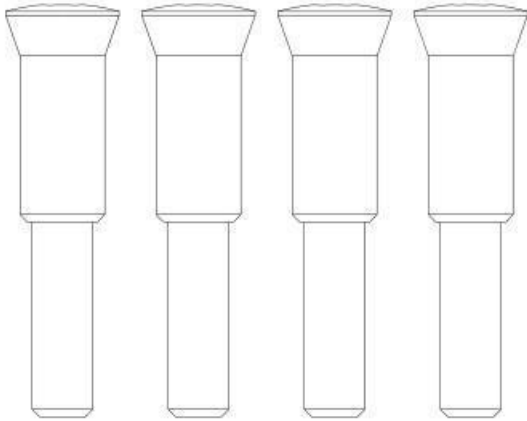
R1(A75)



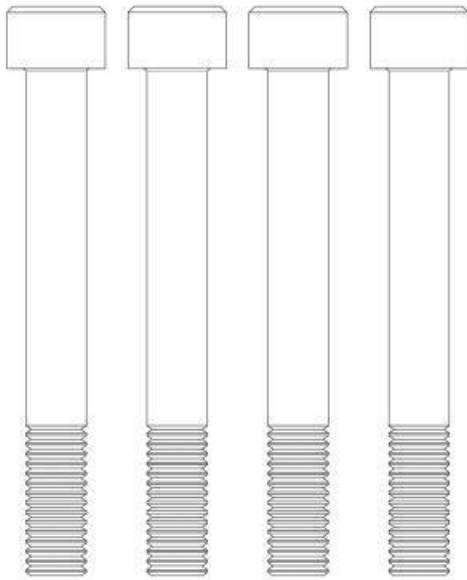
R2(A74)

PARTS LIST

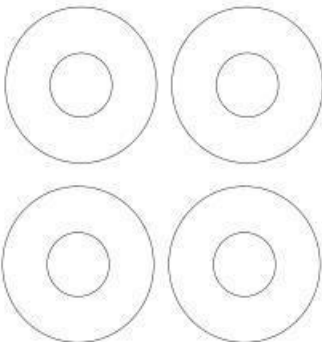
25 (F4) ГВИНТ М8



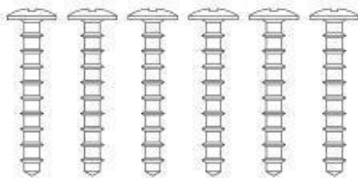
(F2) ГВИНТ М8x65



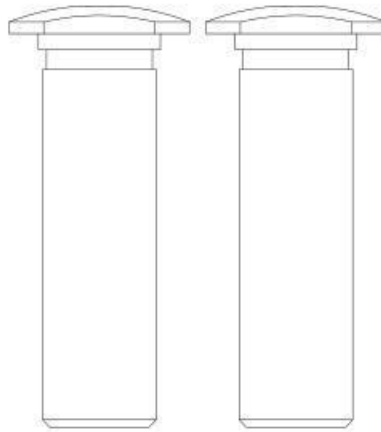
(F3) Шайба М8



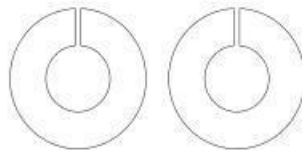
(A78) ГВИНТ М3x20



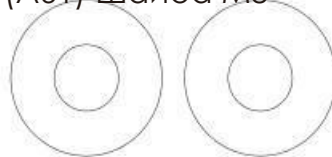
(A107) Болт Ø15x50.5



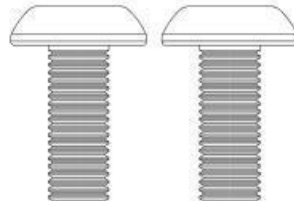
(A62) М`яка шайба М8



(A61) Шайба М8



(A63) ГВИНТ М8x20



ІНСТРУМЕНТ М6x2

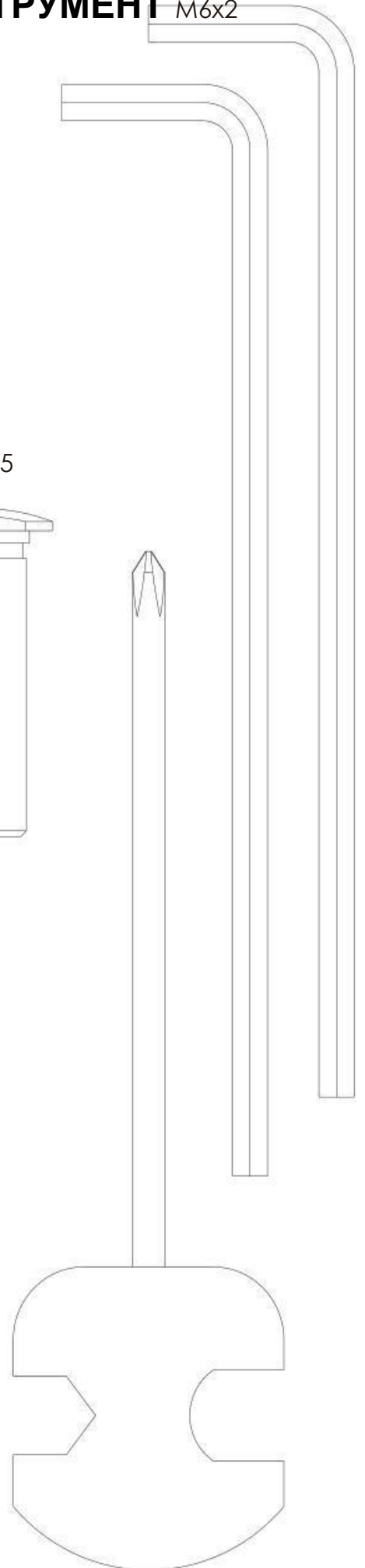


FIGURE 1

FIGURE 1 — СКЛАДАННЯ ПЕРЕДЬОГО СТАБІЛІЗАТОРА (B)

Крок 1 Сніміть 4 попередньовстановлених гвинти (B3), м'яжку шайбу (B4) та шайбу (B5) з переднього стабілізатора (B).

Крок 2 Встановіть передній стабілізатор (B) на основну раму (A) та закріпіть гвинтом (B3) та м'яркою шайбою (B4), шайбою (B5).

Використовуйте інструмент: 6m/m

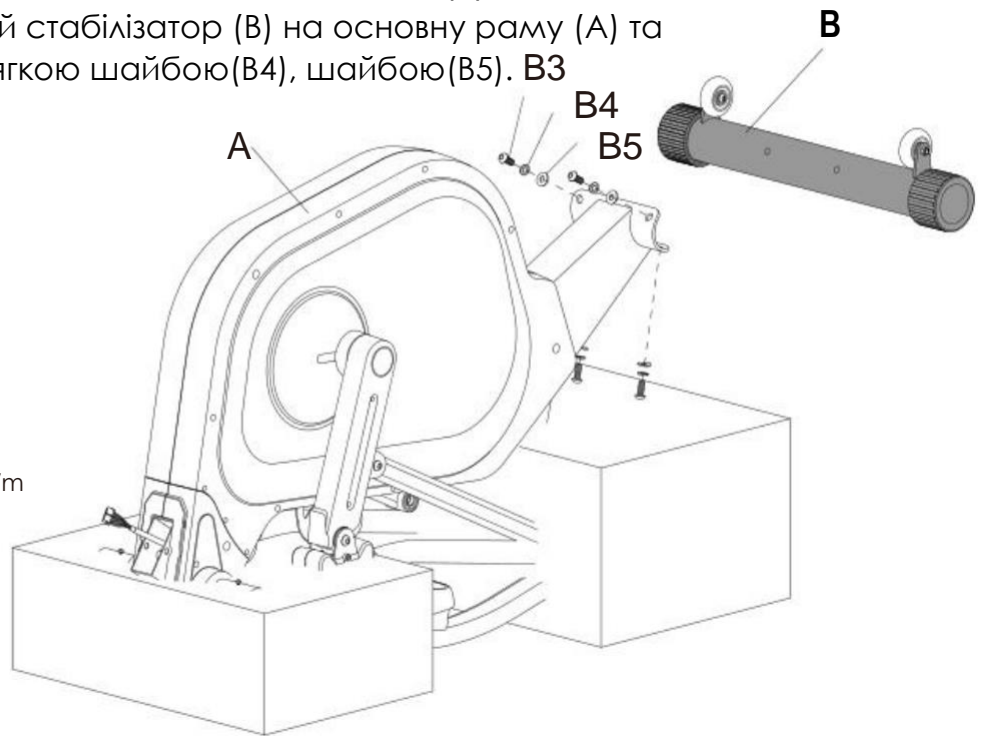


FIGURE 2

FIGURE 2 — СКЛАДАННЯ ПІДТРИМУЮЧОЇ ТРУБКИ КОНСОЛІ (D)

Крок 1 Витягніть 3 гвинти, попередньо встановлених (D2) в підтримуючу трубку (D).

Крок 2 Під'єднайте кабель консолі (K1&K2).

Крок 3 Закріпіть опорну трубку консолі (D) на основну раму (A) за допомогою гвинта (D2-ліва) та гвинта (D2-права). Гвинт (середній D2) в комплект не входить.

Крок 4 Візьміться 2 руками за невелику ручку, щоб підняти основну раму (A). Закінчить складання використовуючи гвинт (середній D2).

Крок 5 Приберіть нижні частини пінопласту № 5 та № 6.

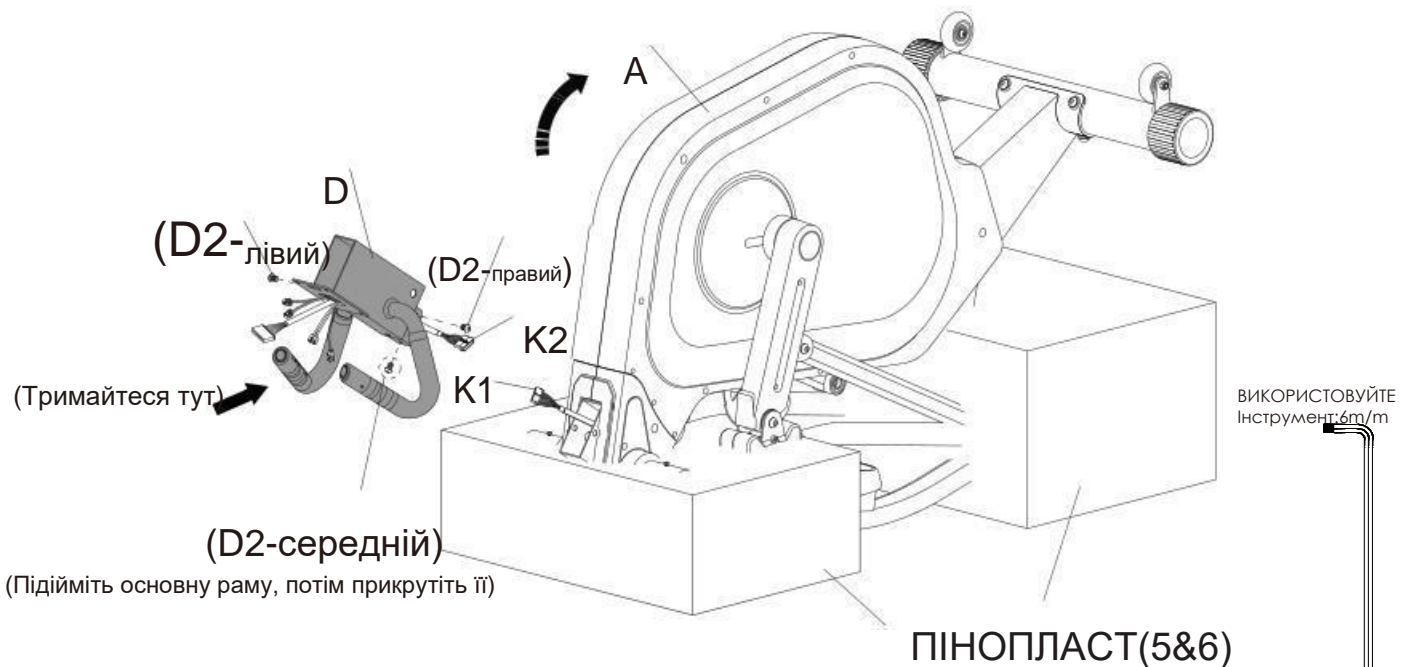
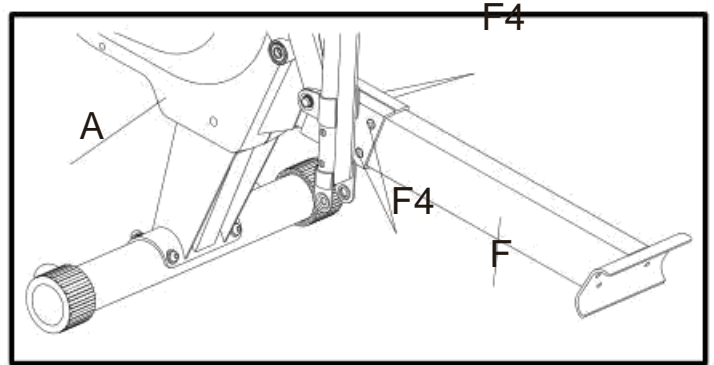
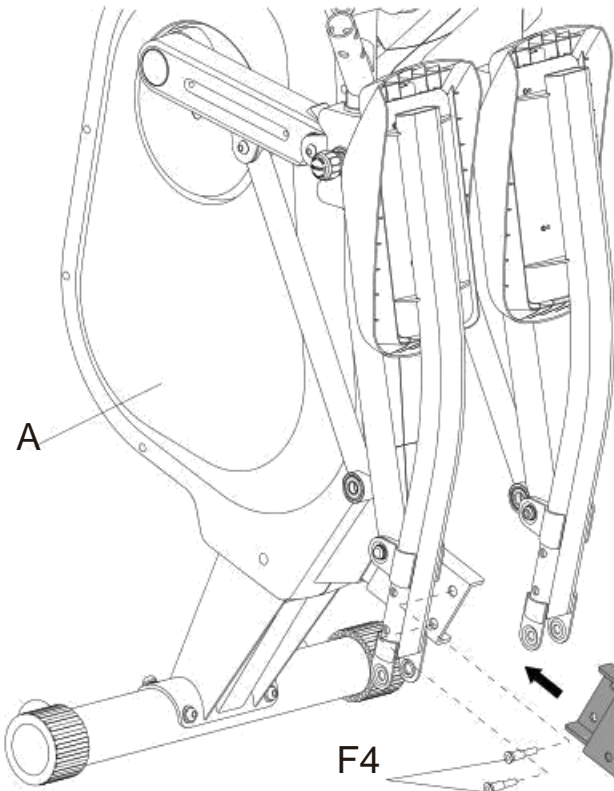
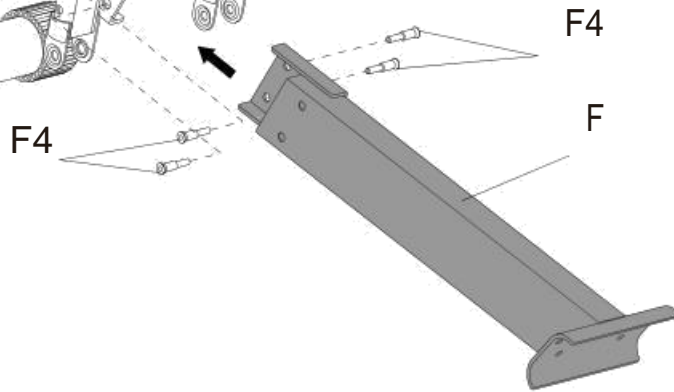


FIGURE 3 **СКЛАДАННЯ ЦЕНТРАЛЬНОЇ ОПОРНОЇ ТРУБИ(F)**

Крок 1 Встановіть центральну опорну трубу (F) на основній рамі (A) за допомогою 4 гвинтів (F4).



Після її встановлення, зафіксуйте гвинти (F4) на центральній опорній трубі.

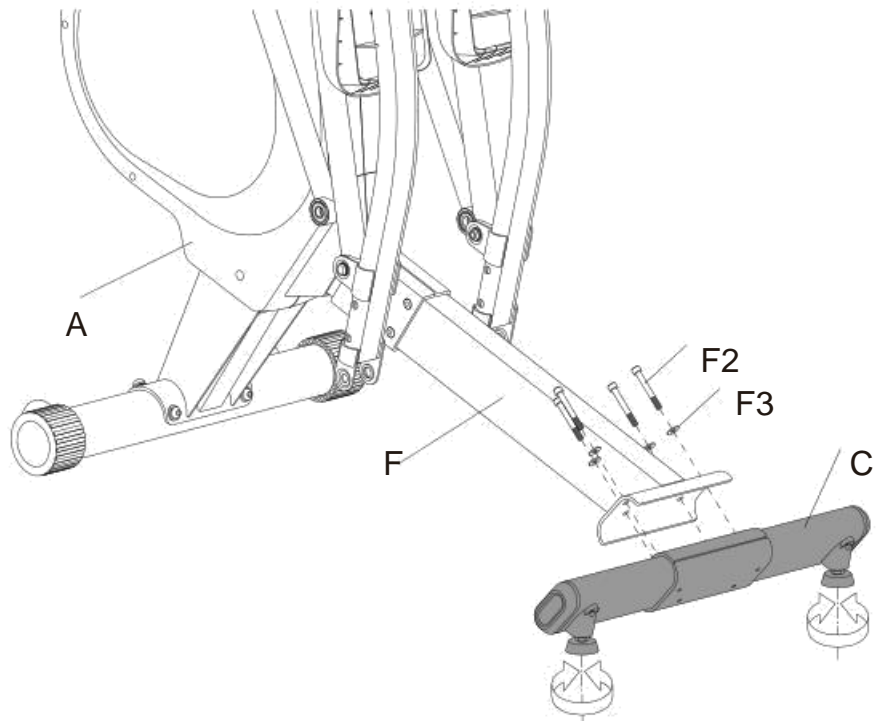


Використовуйте інструмент: 6m/m



FIGURE 4 **ВСТАНОВЛЕННЯ ЗАДНЬОГО СТАБІЛІЗАТОРА (C)**

Крок 1 Встановіть задній стабілізатор (C) на центральну опорну трубу (F) за допомогою 3 гвинтів (F2), болтів (F3).
Крок 2 Відрегулюйте ніжки-стабілізатори на нижньому задньому стабілізаторі (C), щоб сбалансувати обладнання.



Використовуйте інструмент: 6m/m



FIGURE 5

FIGURE 5

СКЛАДАННЯ КОНСОЛІ ТА КРИШКИ КОНСОЛІ

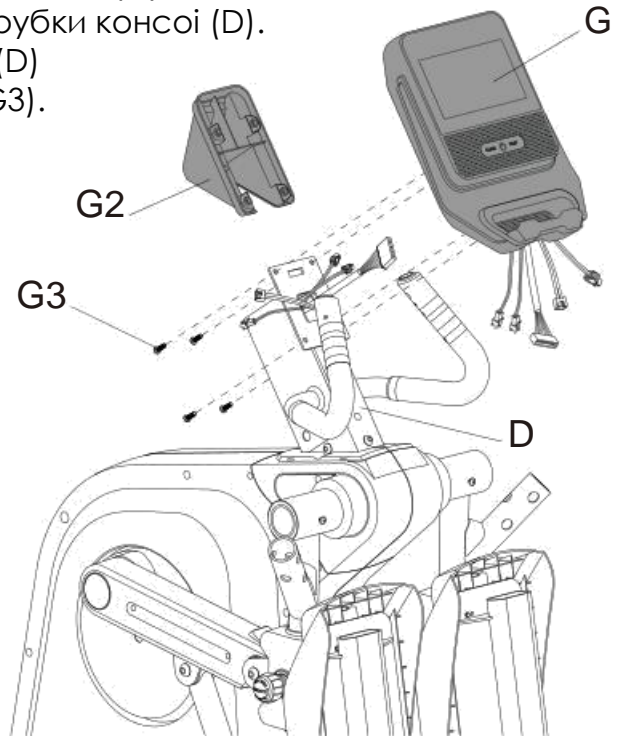
Крок 1 Витягніть 4 гвинти (G3) з консолі (G).

Крок 2 Під'єднайте усі кабелі.

Крок 3 встановіть консоль (G) на опорну трубку консолі (D).

Крок 4 Вставте кришку консолі (G2) до опорної трубки консолі (D).

Крок 5 Затягніть консоль, опорну трубку консолі (D) та кришку консолі (G2) разом гвинтами (G3).



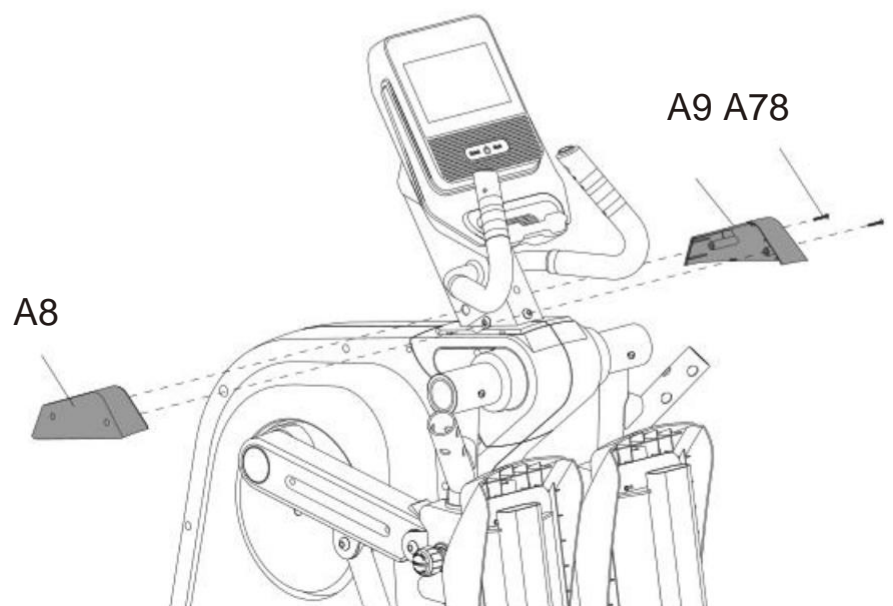
Використовуйте інструмент:



FIGURE 6

СКЛАДАННЯ ПІДТРИМУЮЧОЇ ТРУБИ КОНСОЛІ (L&R)

Крок 1 Встановіть кришку підтримуючої труби консолі-L (A8) та кришку підтримуючої труби консолі-R (A9), а потім зафіксуйте гвинтами (A78).



Використовуйте інструмент 6m/m:



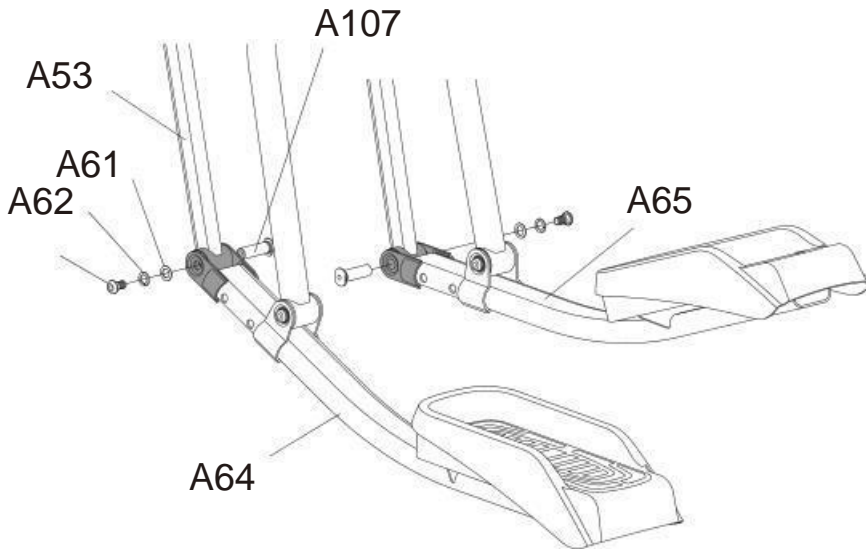
FIGURE 7

FIGURE 7

СКЛАДАННЯ ПЕРЕДНЬОГО З'ЄДНУВАЛЬНОГО ВАЛУ(A53)та ПЕРЕДНЬОЇ ПІДТРИМУЮЧОЇ ТРУБКИ ПЕДАЛІ (A64&A65)

Крок 1 З'єднайте передній вал (A53) та опорну трубку-L передньої педалі (A64), використовую для цього болт (A107), гвинт (A63), пружинну шайбу (A62) та шайбу (A61).

** Повторіть те саме для правої сторони.



Використовуйте інструмент:
6m/m

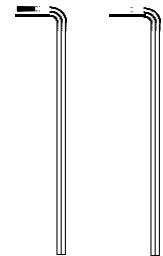


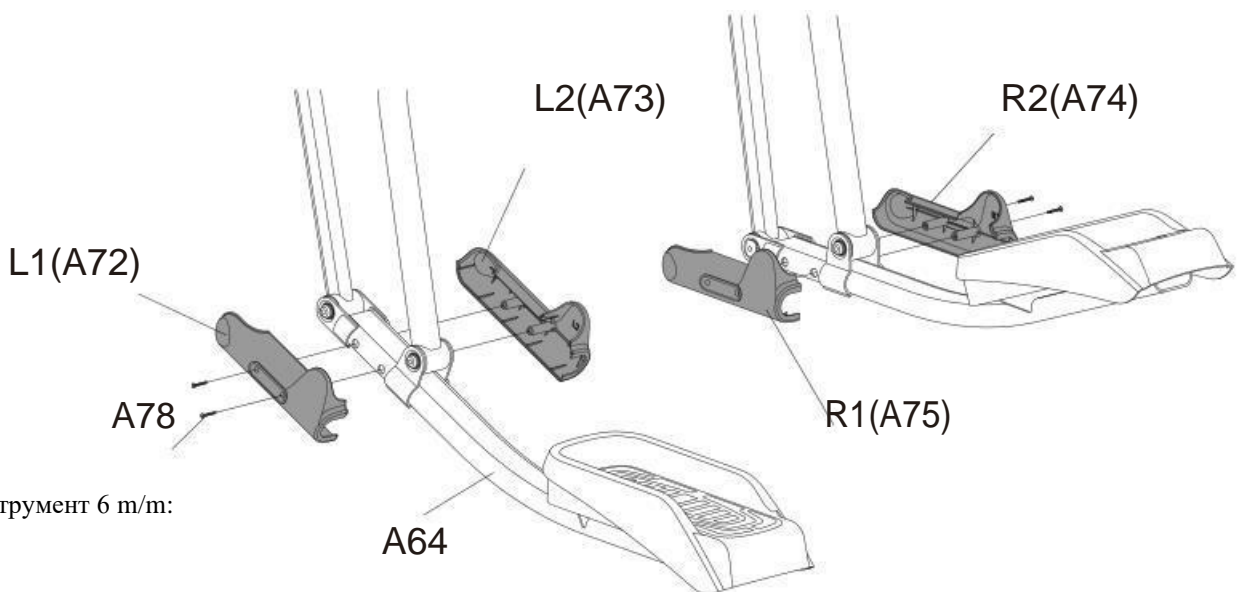
FIGURE 8

FIGURE 8

СКЛАДАННЯ КРИШКИ ТРУБКИ ПЕДАЛІ-(L&R)

Крок 1. Встановіть кришку трубки педалі L1 (A72) та кришку трубки педалі L2 (A73) на опорну трубку передньої педалі L (A64), використовую для складання 2 гвинти (A78).

** Для закінчення складання повторіть те саме для правої сторони.



Використовуйте інструмент 6 m/m:

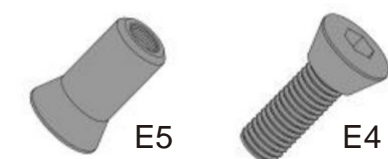


FIGURE 9

FIGURE 9 — ВСТАНОВЛЕННЯ РУКОЯТОК & КРИШКИ ПЕРЕДНЬОЇ ПІДТРИМУЮЧОЇ ТРУБИ ПЕДАЛІ

- Крок 1. Витягніть 6 попередньо зібраних гвинтів (E4 та E5) з ручки (E1).
Крок 2. Витягніть 2 попередньо зібраних гвинтів (A108) з основної рами (A).
Крок 3. Встановіть ручку (E1) на основну раму (A) за допомогою гвинтів (E4 та E5).
Крок 4. Зафіксуйте кришку передньої педалі підтримуючої трубки (A66 & A67) на головну раму (A) 2 гвинтами (A108).

** Повторіть те саме на правій стороні.



Використовуйте інструмент :

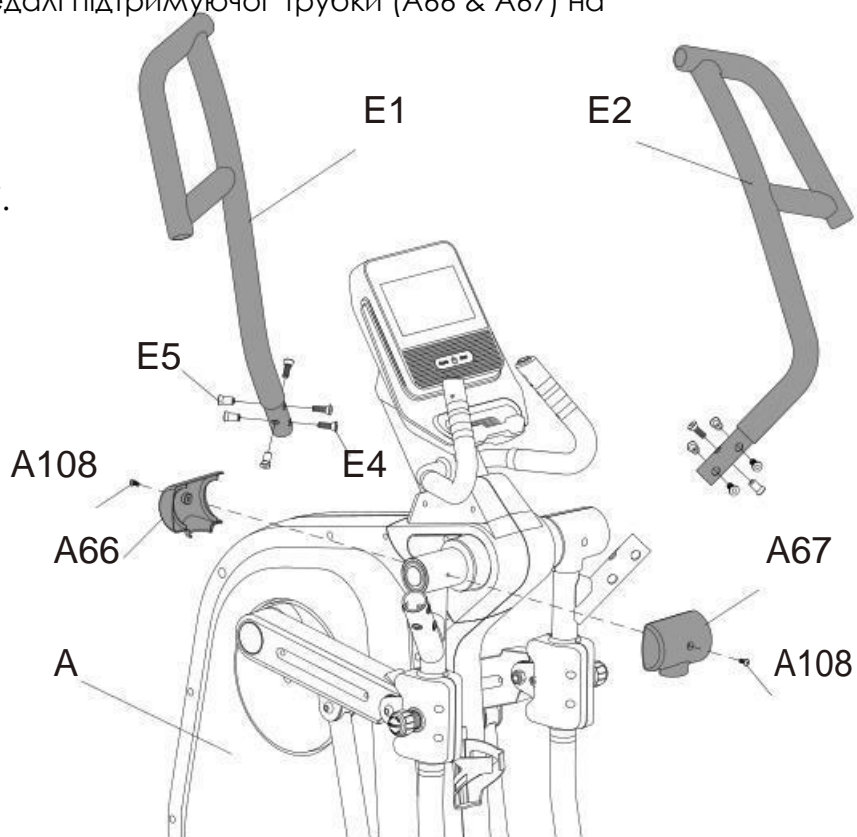
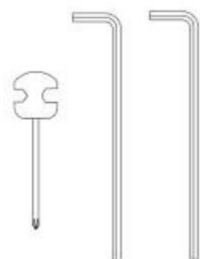


FIGURE 10

FIGURE 10 — СКЛАДАННЯ АДАПТЕРА

Вставте адаптер в роз'єм на головній рамі

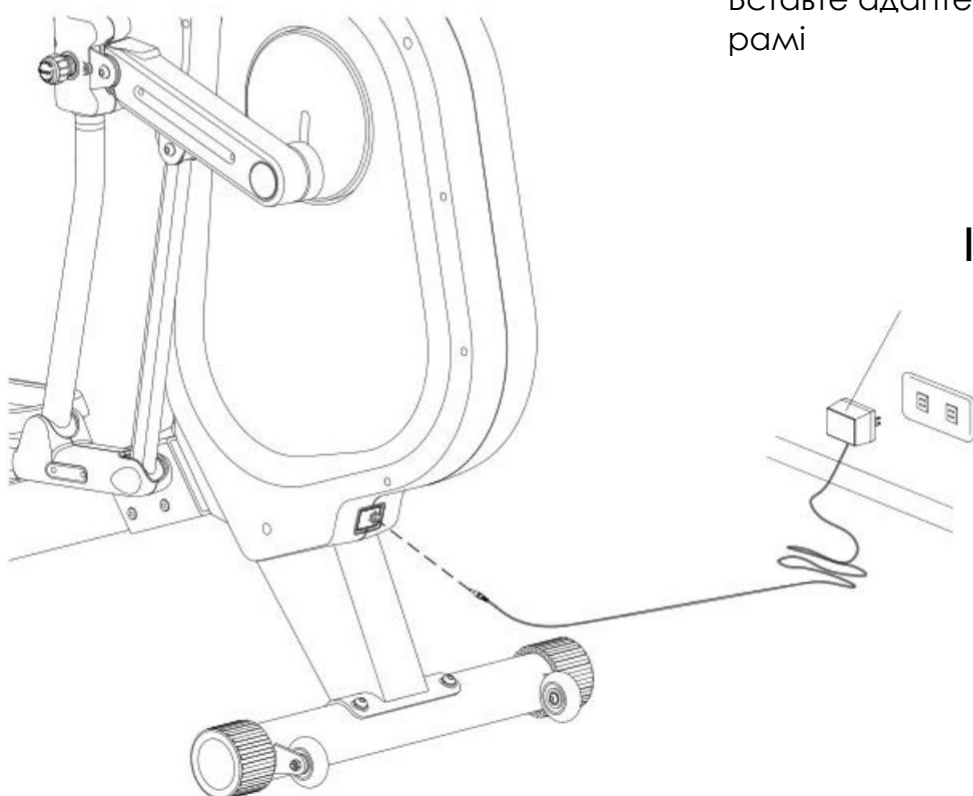


FIGURE 11 — ЯК ПЕРЕМІЩУВАТИ ОБЛАДНАННЯ

Якщо вам необхідно перемістити обладнання в інше місце, підіймайте задній стабілізатор, до тих пір, поки передні транспортувальні колеса не торкнуться підлоги. Тепер ви можете перемістити обладнання в потрібне місце. Після транспортування акуратно поставте тренажер на нове місце та якщо це необхідно для стійкості відрегулюйте ніжки-стабілізатори.

УВАГА: Ніколи не намагайтеся підняти обладнання самостійно, при необхідності зверніться за допомогою

та ніколи не намагайтеся підняти обладнання, якщо у вас є будь-які медичні проблеми.

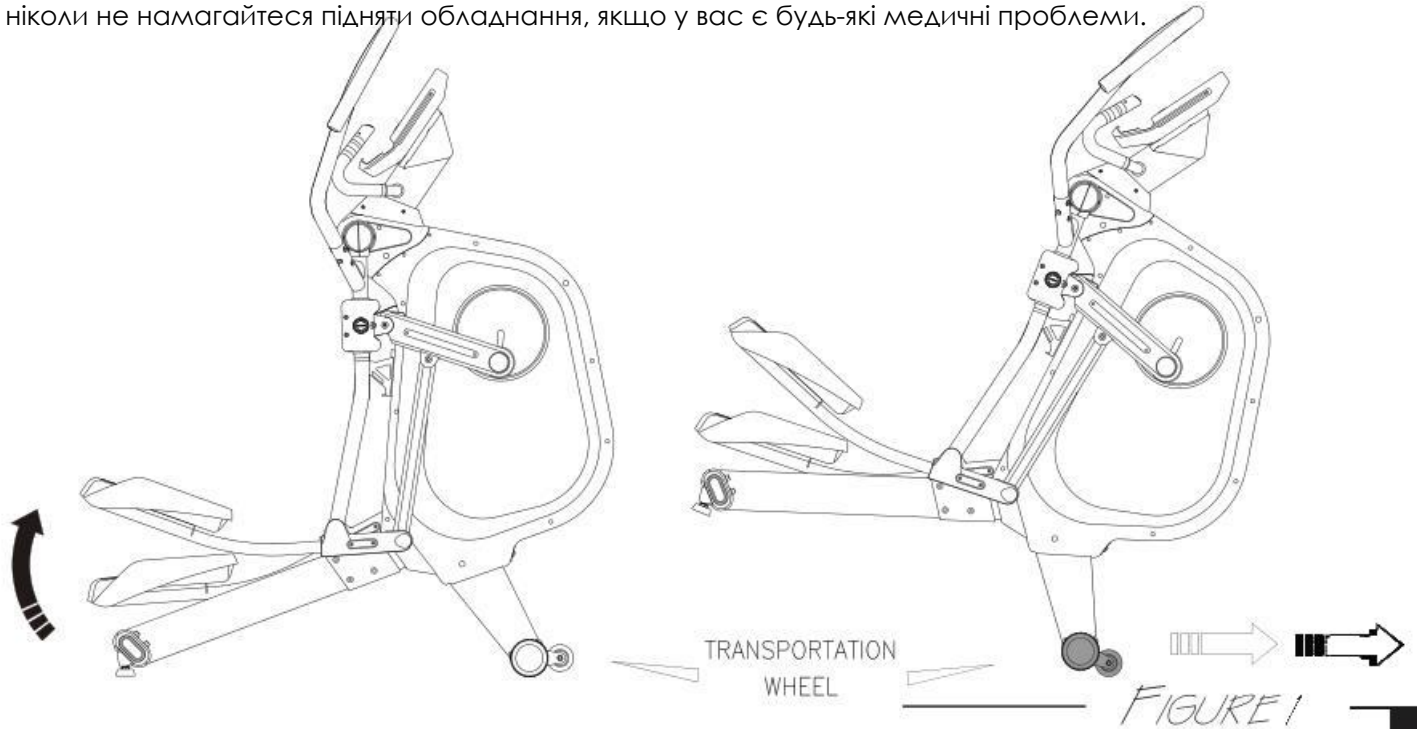
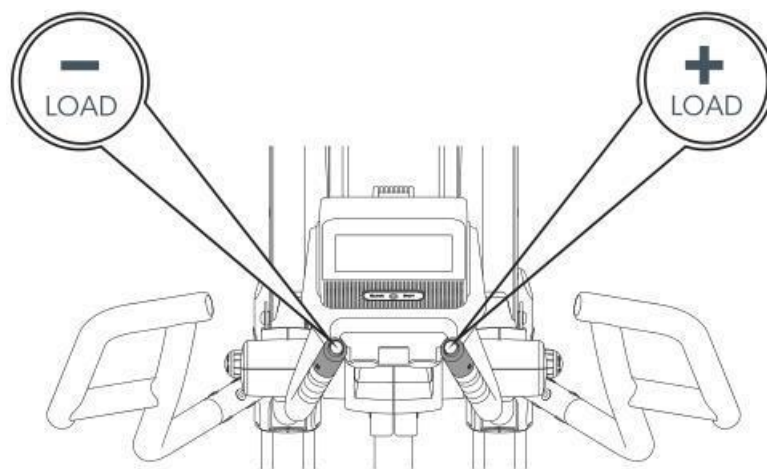


FIGURE 12 — ЯК КОРИСТУВАТИСЯ ПЕРЕМІКАЧЕМ ДЛЯ РЕГУЛЮВАННЯ НАВАНТАЖЕННЯ

Коли консоль працює, ви можете відрегулювати навантаження натисканням кнопок на маленькому кермі: натисніть кнопку «+ LOAD» на правій стороні, щоб збільшити опір або натисніть кнопку «-LOAD» на лівій стороні, щоб зменшити опір.



ЯК ВІДРЕГУЛЮВАТИ КРОК

Крок 1. На E350 є 2 варіанти вибору кроку: 1", 2".

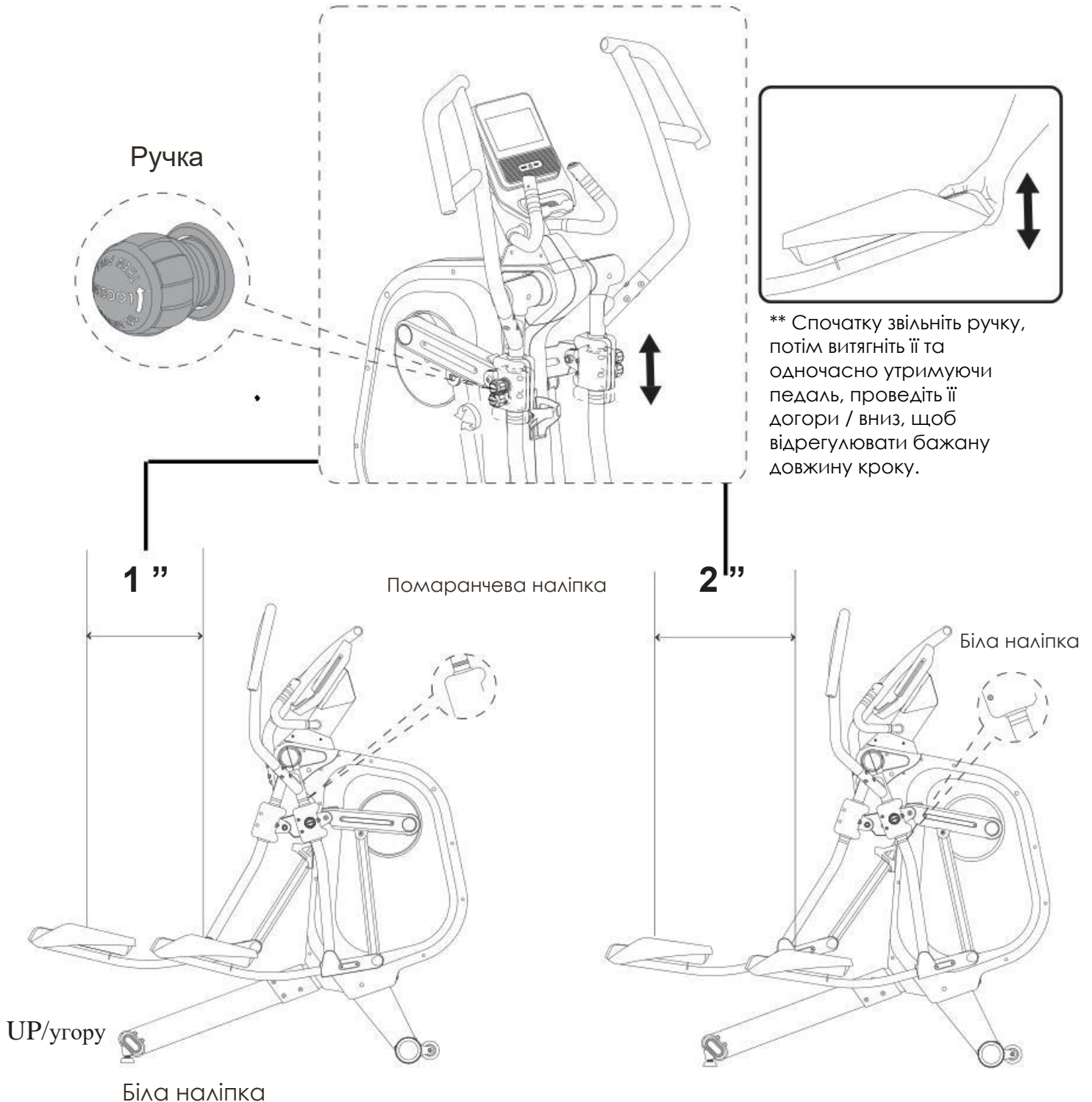
(Якщо ви обираєте 1», на передній педалі опорної труби знайдіть помаранчеву наліпку, якщо ви оберете 2», на передній педалі опорної труби знайдіть білу наліпку.)

Крок 2. Послабьте та витягніть ручку, щоб відрегулювати довжину кроку на свій розсуд

Крок 3. Після вибору довжини кроку щільно затягніть ручку назад.

Крок 4. Таким же чином можна відрегулювати довжину кроку з іншого боку.

УВАГА: Для вашої безпеки НІКОЛИ не регулюйте довжину кроку, стоячи на обладнанні. Завжди однаково налаштовуйте праву та ліву сторони. Нерівномірне встановлення кроку заброняється.





ФУНКЦІОНАЛЬНІ КНОПКИ

UP/ВГОРУ	Корегує дані кожної функції вгору або збільшує навантаження тренування.
DOWN/ВНИЗ	Корегує дані кожної функції вниз або зменшує навантаження тренування.
ENTER/ВХІД	Підтверджує усі налаштування.
START / STOP СТАРТ/СТОП	Потрібна щоб розпочати чи зупинити тренування. Натиснута кнопка START/ STOP в режимі очікування, також може працювати як кнопка швидкого запуску в ручній програмі.
RESET/скидання	Скидає поточне налаштування та перемикає дисплей в режим начального тренування. Для повного скидання, в режимі очікування Натисніть та утримуйте кнопку RESET протягом 2 секунд.
RECOVERY/ ВІДНОВЛЕННЯ	Для активації функції відновлення.
RECORDED DATA/ ДАНІ,ЩО ЗАПИСАНІ	В режимі зупинки, користувач може натиснути кнопку RECORDED DATA для перевірки даних.
SAVE / DELETE ЗБЕРЕГІННЯ/ ВИДАЛЕННЯ	Зберігання: Після натискання STOP для зупинки тренування, натисніть SAVE для збереження своїх результатів. Видалення: Після натискання RECORDED DATA для перевірки даних, натисніть DELETE –система запитає чи видаляти дані. Потім натисніть ENTER для підтвердження дії видалення.
PROGRAM MODE/ ПРОГРАМНИЙ РЕЖИМ	Швидка кнопка для входу в програмний режим функції.
HEARTRATE CONTROL/ КОНТРОЛЬ СЕРЦЕВОГО РИТМУ	Швидка кнопка для входу в функцію контролю серцевого ритму.
WATT/НАВАНТАЖЕННЯ	Швидка кнопка для вводу постійної функції навантаження.

ФУНКЦІЇ ДИСПЛЕЯ

TIME/ЧАС	Час буде підраховуватися від 00:00 до максимум 99:59 з кроком в 1 хв.
SPEED/ШВИДКІСТЬ	Дисплей підраховує поточну швидкість під час тренування. Максимальна швидкість 99.9 км/г або миль/г.
RPM/ОБЕРТИ	Відбиває оберти за хвилину. Діапазон 0~999 RPM(обертів)
DISTANCE/ДИСТАНЦІЯ	Підраховує загальну відстань від 0:0 до 999.9 км або миль. Користувач може встановлювати цільове значення кнопками UP або DOWN. Кожен крок це 0.1 км або миль.
CALORIES/КАЛОРИЇ	Підраховує спалені калорії протягом тренування від 0 до максимум 9999 ккал. Крок кожного збільшення чи зменшення 10 ккал. (Ці дані є приблизною інформацією для зрівняння результатів тренувань, та які неможна використовувати як медичні показники).
PULSE/ПУЛЬС	Користувач може встановити значення цільового пульсу 0 - 30 до 230
WATTS/НАВАНТАЖЕННЯ	Показує поточне навантаження тренування. Діапазон показника 0 ~ 999

УВІМКНЕННЯ

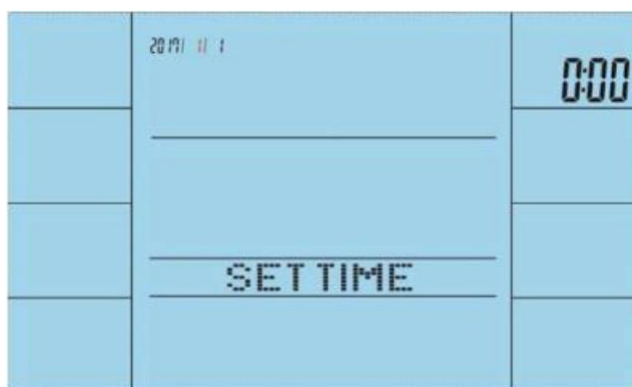
1. Підключіть джерело живлення до дисплея або натисніть кнопку RESET на 2 секунди. На LCD дисплеї протягом 2 секунд відбійються всі сегменти, супроводжуючись довгим звуковим сигналом (Малюнок 1).



Малюнок 1



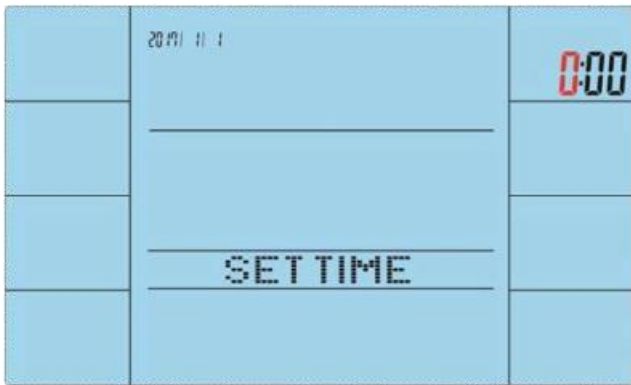
Малюнок 2



Малюнок 3



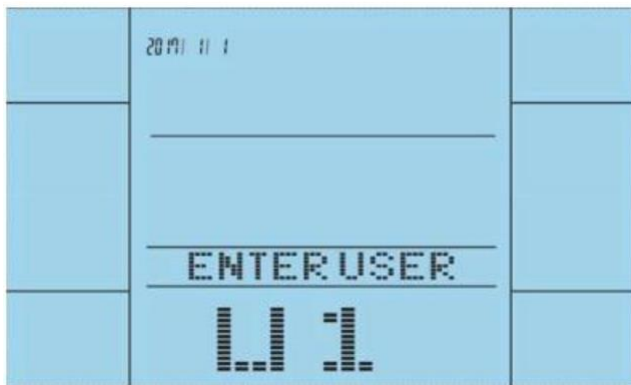
Малюнок 4



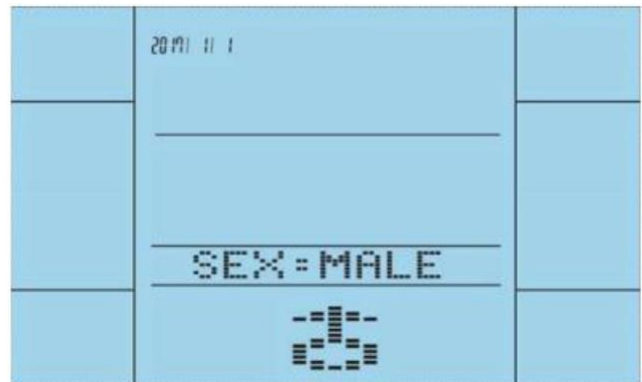
Малюнок 5

Потім перейдіть до налаштувань Calendar & CLOCK / Календар та ГОДИННИК (Малюнок 3 ~ 5), використовуючи кнопки UP чи DOWN. Вибір підтвердіть натисканням кнопки ENTER.

2. Користуючись кнопками UP або DOWN виберіть User 1 ~ 4 (Користувач 1-4) та натисніть ENTER для підтвердження вибору (Малюнок 6). Потім введіть інформацію про користувача: SEX / СТАТЬ, AGE / ВІК, HEIGHT / ЗРІСТ та WEIGHT / ВАГА (Малюнок 7~10).



Малюнок 6



Малюнок 7



Малюнок 8



Малюнок 9



Малюнок 10

КЕРУВАННЯ ПРОГРАМАМИ

Програми по вибору: MANUAL PROGRAM USER PROG WATT H.R.C. (Малюнок 11~15).



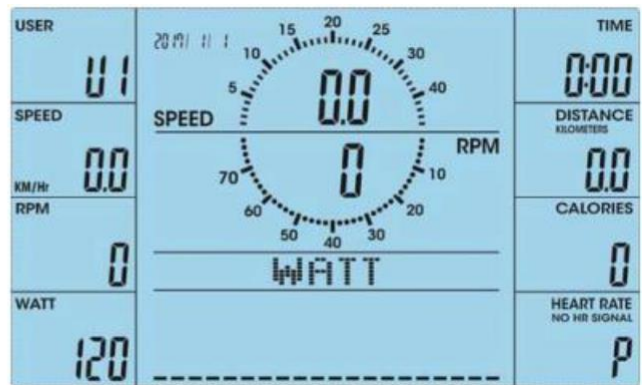
Малюнок 11



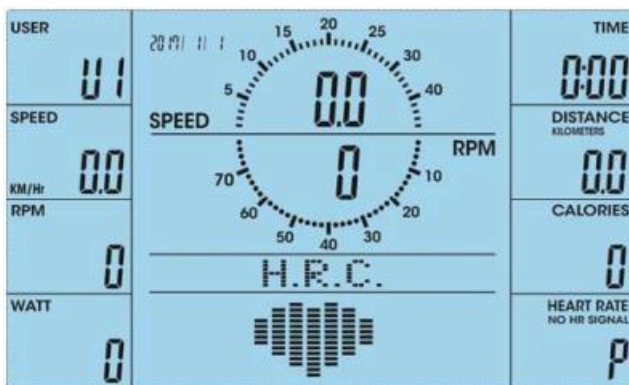
Малюнок 12



Малюнок 13



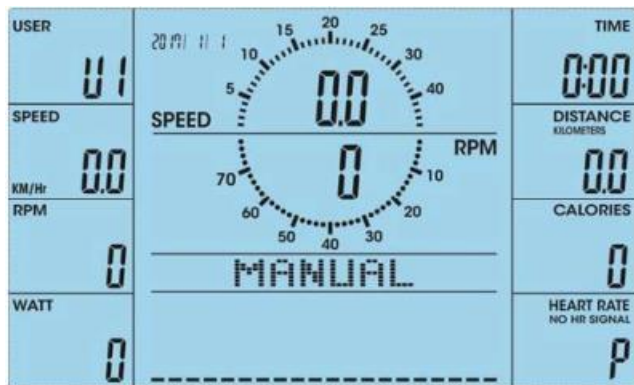
Малюнок 14



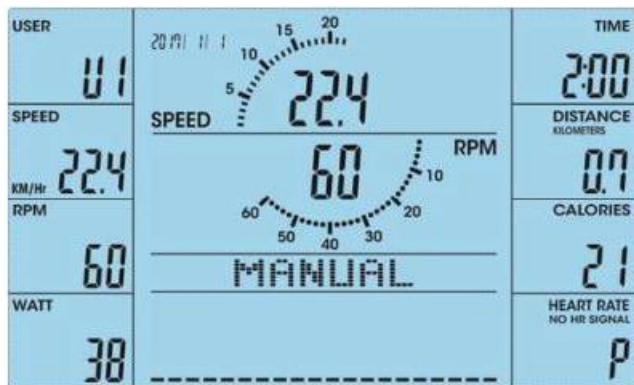
Малюнок 15

QUICK START /ШВИДКИЙ СТАРТ в режимі MANUAL

1. У режимі MANUAL натисніть ENTER (Малюнок 16).
2. Для початку тренування натисніть START / STOP (Малюнок 17). Рівень навантаження можна відрегулювати під час самого тренування.
3. Для припинення тренування натисніть START / STOP.



Малюнок 16



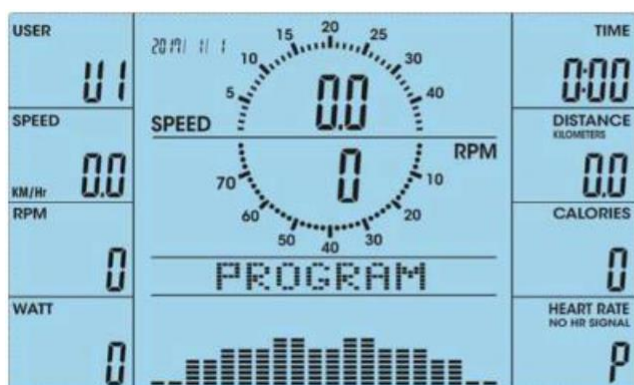
Малюнок 17

MANUAL/РУЧНИЙ РЕЖИМ

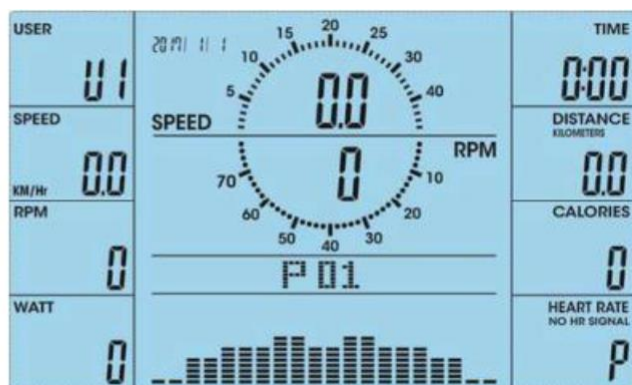
1. Після вибору MANUAL натисніть ENTER для входу в режим (Малюнок 16). Використовуючи кнопки UP або DOWN збільште або зменшіть рівень навантаження (від 1 до 16) та натисніть ENTER для підтвердження введення даних.
2. Користувач також може задати свої значення TIME / DISTANCE / CALORIES / PULSE, а потім натиснути START / STOP, щоб розпочати тренування (Малюнок 17).
3. Щоб відновити початкові налаштування режиму MANUAL натисніть кнопку RESET.
4. Так саме рівень навантаження можна регулювати і під час тренування.

PROGRAM/ПРОГРАМНИЙ РЕЖИМ

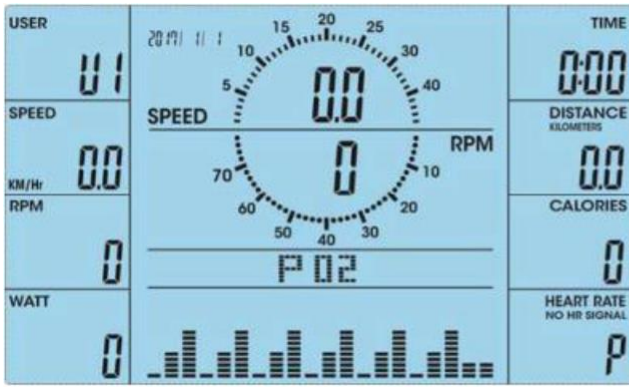
1. Після входу в режим PROGRAM (Малюнок 18), використовуючи кнопки UP або DOWN користувач може обрати програму занять від P1 до P12 (Малюнок 19-30). Потім натисніть ENTER, щоб підтвердити свій вибір.
2. Ви можете встановити своє значення TIME / ЧАС, а потім натиснути START / STOP щоб розпочати тренування. (Малюнок 31)
3. Після цього почнеться зворотний відлік. Коли TIME дорахує до 0, екран видасть звуковий сигнал. Користувач може відключити звук натисканням будь-якої кнопки.



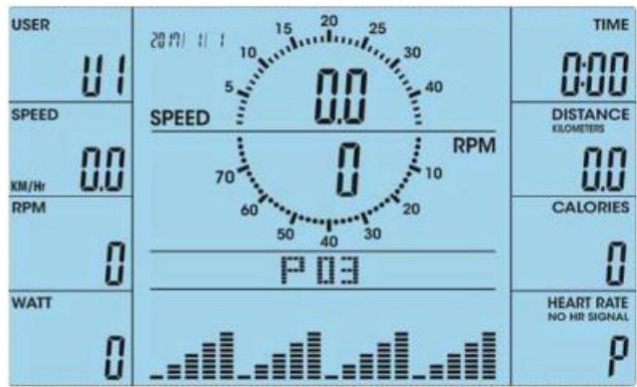
Малюнок 18



Малюнок 19



Малюнок 20



Малюнок 21



Малюнок 22



Малюнок 23



Малюнок 24



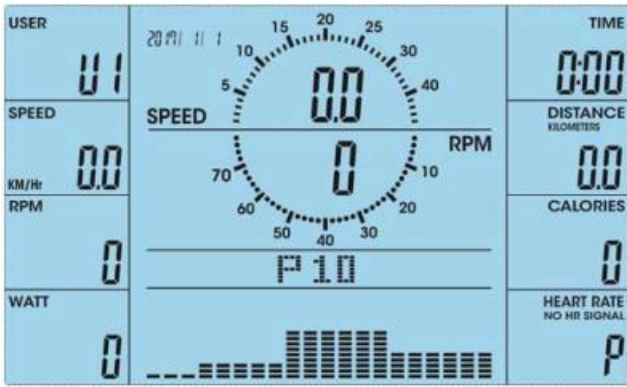
Малюнок 25



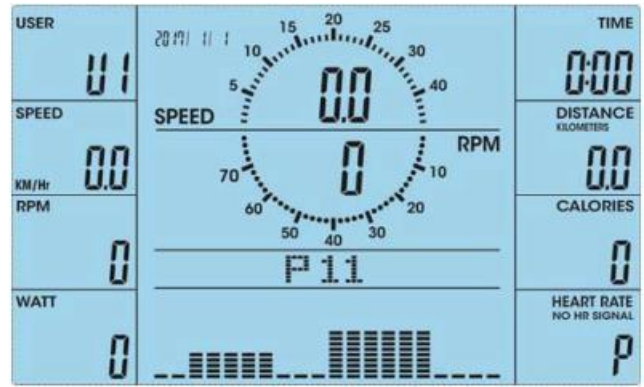
Малюнок 26



Малюнок 27



Малюнок 28



Малюнок 29



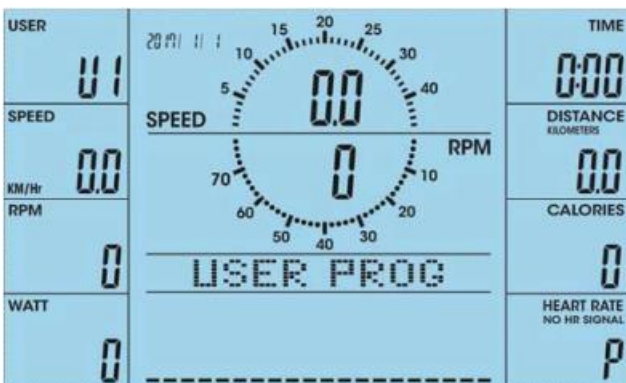
Малюнок 30



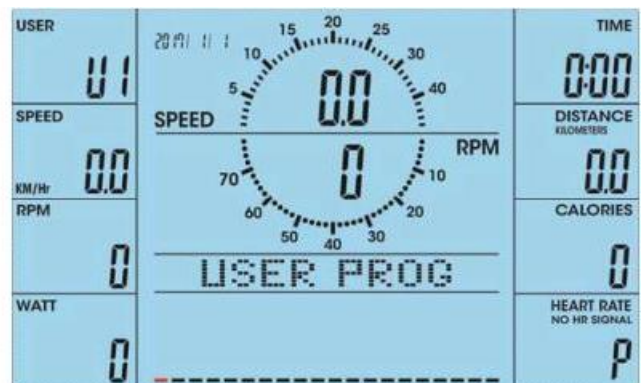
Малюнок 31

USERPROGRAM/РЕЖИМ КОРИСТУВАЧА

1. Після входу в режим USER PROGRAM (Малюнок 32), почне блимати перший стовпець профілю (Малюнок 33). Кнопками UP або DOWN відрегулюйте рівень навантаження, щоб створити свій власний профіль.
2. Після встановлення необхідних параметрів (від стовпчика 1 до стовпчика 20), утримуйте протягом 2 сек. кнопку MODE, щоб вийти з налаштування профілю та увійти в налаштування TIME / ЧАС.
3. Користувач також може попередньо встановити цільові дані тренування: TIME / DISTANCE / CALORIES / PULSE, а потім натиснути START / STOP, щоб розпочати тренування (Малюнок 34).



Малюнок 32



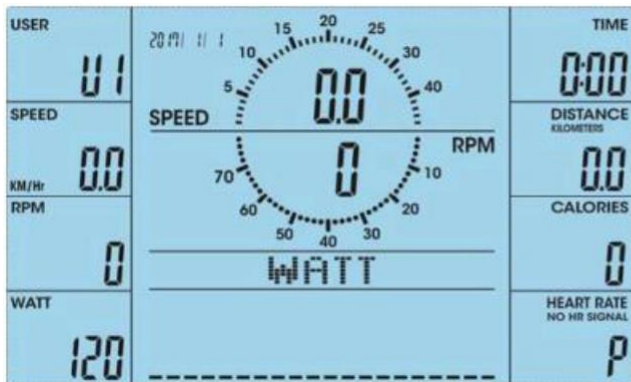
Малюнок 33



Малюнок 34

ВАТТ/НАВАНТАЖЕННЯ

1. Після натискання WATT (Малюнок 35), на екрані відбиється заводське навантаження 120. Використовуючи кнопки UP або DOWN встановіть цільове значення від 10 до 350 (Малюнок 36). Потім натисніть START для початку тренування.
2. Користувач, також, може попередньо встановити дані LOAD / TIME / DISTANCE / CALORIES / PULSE, а потім натиснути START для початку тренування (Малюнок 37).



Малюнок 35



Малюнок 36



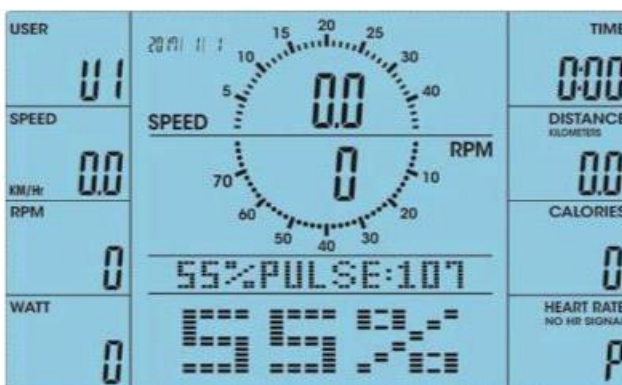
Малюнок 37

HEART RATE CONTROL/РЕЖИМ КОНТРОЛЯ СЕРЦЕВОГО РИТМУ

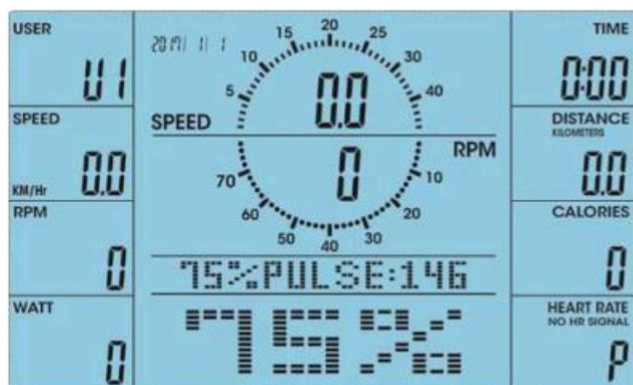
1. Після входу в режим HEART RATE CONTROL / КОНТРОЛЬ СЕРЦЕВОГО РИТМУ (Малюнок 38), на екрані буде відбиватися відсоток пульсу 55%, 75%, 90% та TARGET /МЕТА (Малюнок 39 ~ 42). Користувач може встановити своє значення відсотка пульсу для тренування, використовуючи кнопки UP або DOWN.
2. Користувач також може попередньо встановити TIME / ЧАС, а потім натиснути START / STOP, щоб розпочати тренування.
3. Після початку тренування, вікно TIME почне відлік. Коли значення TIME дійде до 0, ви почуєте звуковий сигнал. Щоб припинити звуковий сигнал натисніть будь-яку кнопку. Якщо протягом 6 сек. буде відсутній вхідний сигнал серцевого ритму, LCD дисплей буде як нагадування відбивати "PULSE INPUT" до тих пір, поки, не побачить вхідні дані пульсу (Малюнок 43).



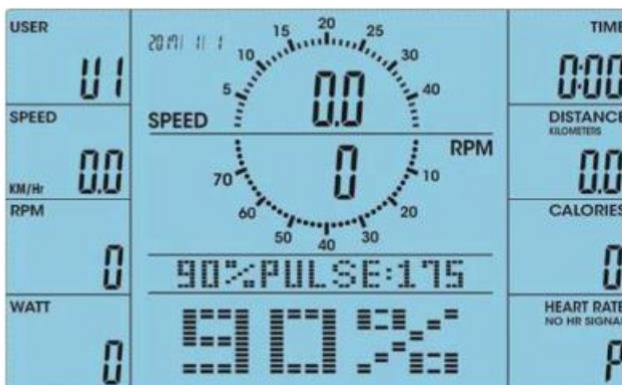
Малюнок 38



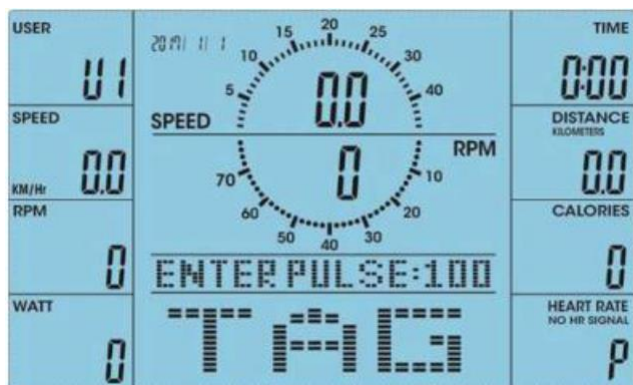
Малюнок 39



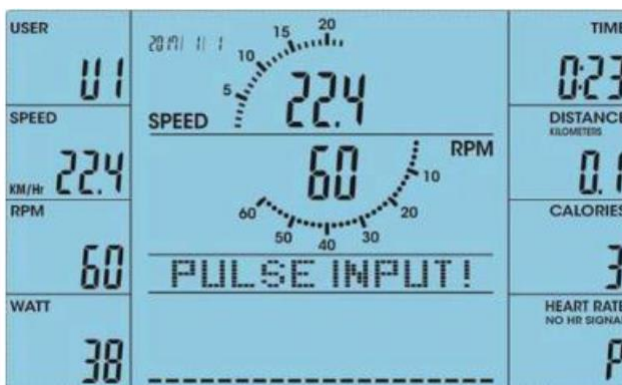
Малюнок 40



Малюнок 41



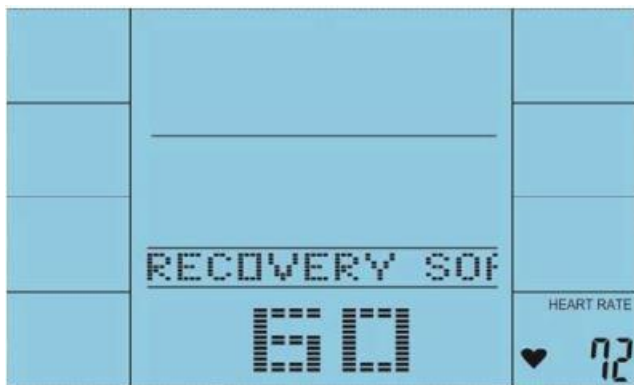
Малюнок 42



Малюнок 43

RECOVERY/ВІДНОВЛЕННЯ

Після тренування продовжуйте деякий час утримувати руками поручні та натисніть кнопку «RECOVERY». Відбивання всіх функцій, крім показника часу, припиниться. Вікно «TIME» почне зворотний відлік від 00:60 до 00:00 (Малюнок 44). Коли консоль виявить імпульсний сигнал, на LCD дисплеї відб'ється «RECOVERY SCANNING». Якщо пульс не буде знайдений, на LCD дисплеї з'явиться повідомлення «PULSE INPUT!». Потім на екрані за допомогою F1, F2 до F6 відобразиться результат відновлення пульсу (Малюнок 45), де F1 кращий результат, F6 найгірший. Користувач може продовжити тренуватися, щоб поліпшити стан відновлення серцевого ритму. (Натиснувши кнопку RECOVERY ще раз, ви повернетеся до головного вікна.)



Малюнок 44



Малюнок 45

Що зробити, щоб перевірити чи видалити збережені дані

а. Після включення обладнання користувачеві необхідно встановити календар та призначені для користувача дані U1 ~ U4 (Малюнок. 46 ~ 55). (Календар повинен бути встановлений точно).

б. Під час тренування натисніть START / STOP, відбивання значень на дисплеї призупиниться. Потім натисніть кнопку SAVE.DELETE. Дисплей відб'є SAVE FINISH (Малюнок 56), а дані тренування будуть збережені.

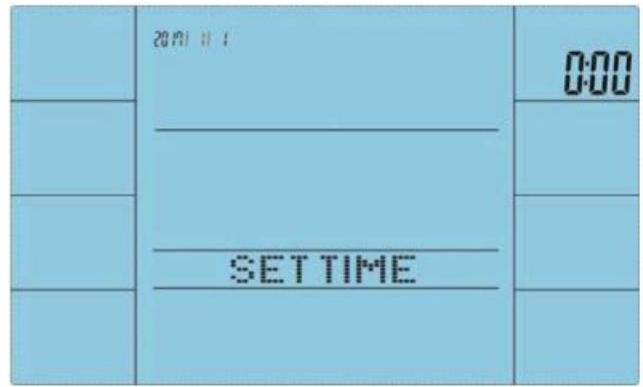
в. Якщо користувач хоче перевірити дані, він повинен знаходитися в режимі основної програми, натиснути кнопку «RECORDED» та натиснути UP або DOWN, щоб переглянути попередні збережені дані. (Малюнок 57).

г. Після перевірки записаних даних, натисніть кнопку SAVE.DELETE, та натисніть ENTER для підтвердження видалення запису (Малюнок 58).

д. Видалення всіх даних: після налаштування календаря або перевірки записаних даних натисніть кнопку «SAVE.DELETE» та утримуйте її протягом 6 секунд. Дисплей відб'є повідомлення «DELETE ALL !! »(Малюнок 59). Потім натисніть «ENTER» для підтвердження, всі дані будуть видалені (Малюнок 60). Через 15 секунд комп'ютер перезавантажиться, а календар за замовчуванням відб'є 20170101.



Малюнок 46



Малюнок 47



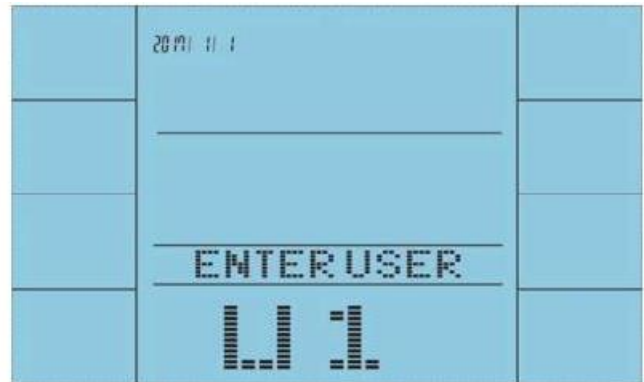
Малюнок 48



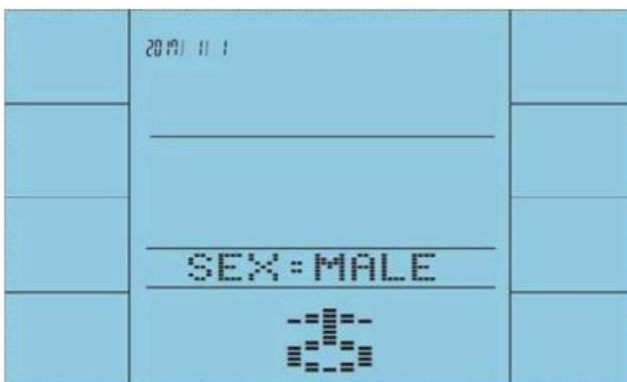
Малюнок 49



Малюнок 50



Малюнок 51



Малюнок 52



Малюнок 53



Малюнок 54



Малюнок 55



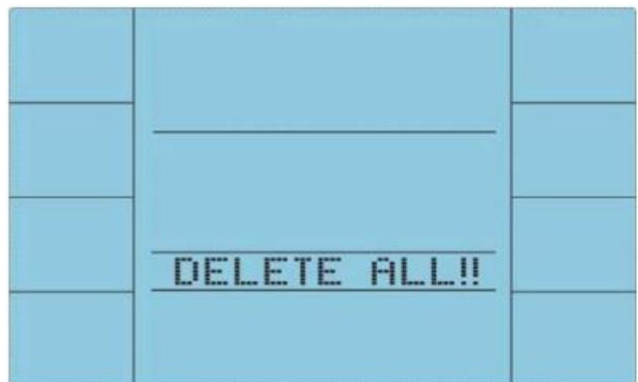
Малюнок 56



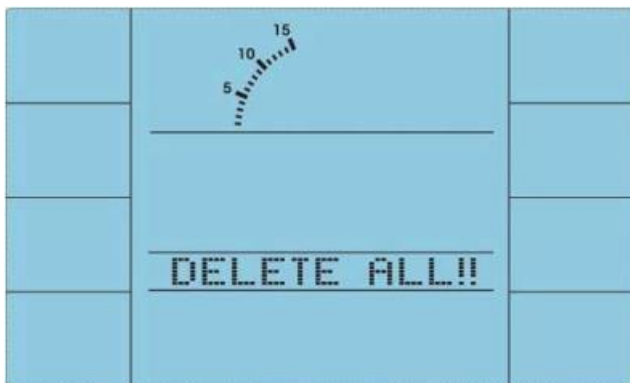
Малюнок 57



Малюнок 58



Малюнок 59



Малюнок 60

Підключена Bluetooth та зарядного пристрою USB (Малюнок 61 та Малюнок 62)



Малюнок 61



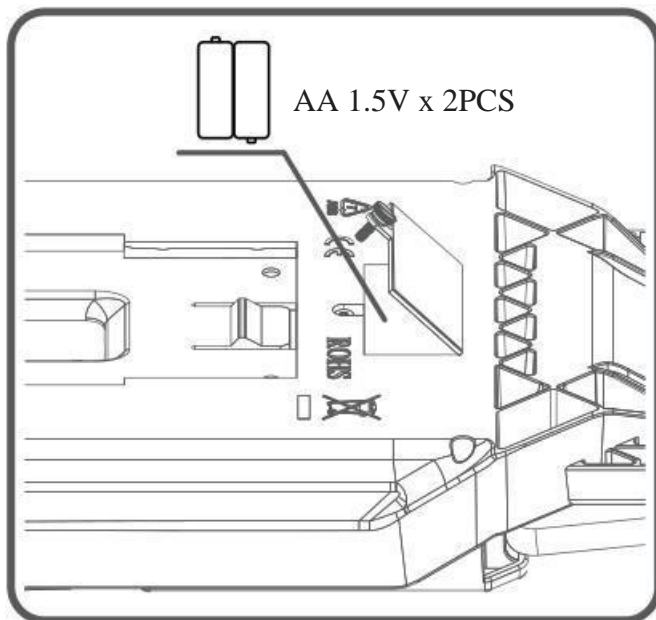
Малюнок 62

ВСТАНОВЛЕННЯ АКУМУЛЯТОРА

Щоб календар працював, всередині встановлений акумулятор. Якщо користувач хоче налаштувати календар, необхідно вийняти акумулятор для скидання календаря та знову включити консоль. (Малюнок 63).



Малюнок 63



- 1) Відпустіть ручку кришки батарейного відсіку.
- 2) Зніміть кришку відсіку.
- 3) Помістіть батарею, встановіть кришку відсіку та замкніть кришку.

ПРИМІТКА:

1. Якщо користувач не буде крутити педалі протягом 4 хвилин, комп'ютер перейде в режим енергозбереження, всі дані щодо параметрів та вправ будуть зберігатися до тих пір, поки користувач не почне тренування знову.
2. Якщо комп'ютер не функціонує належним чином, будь ласка, від'єднайте адаптер та підключіть його знову.