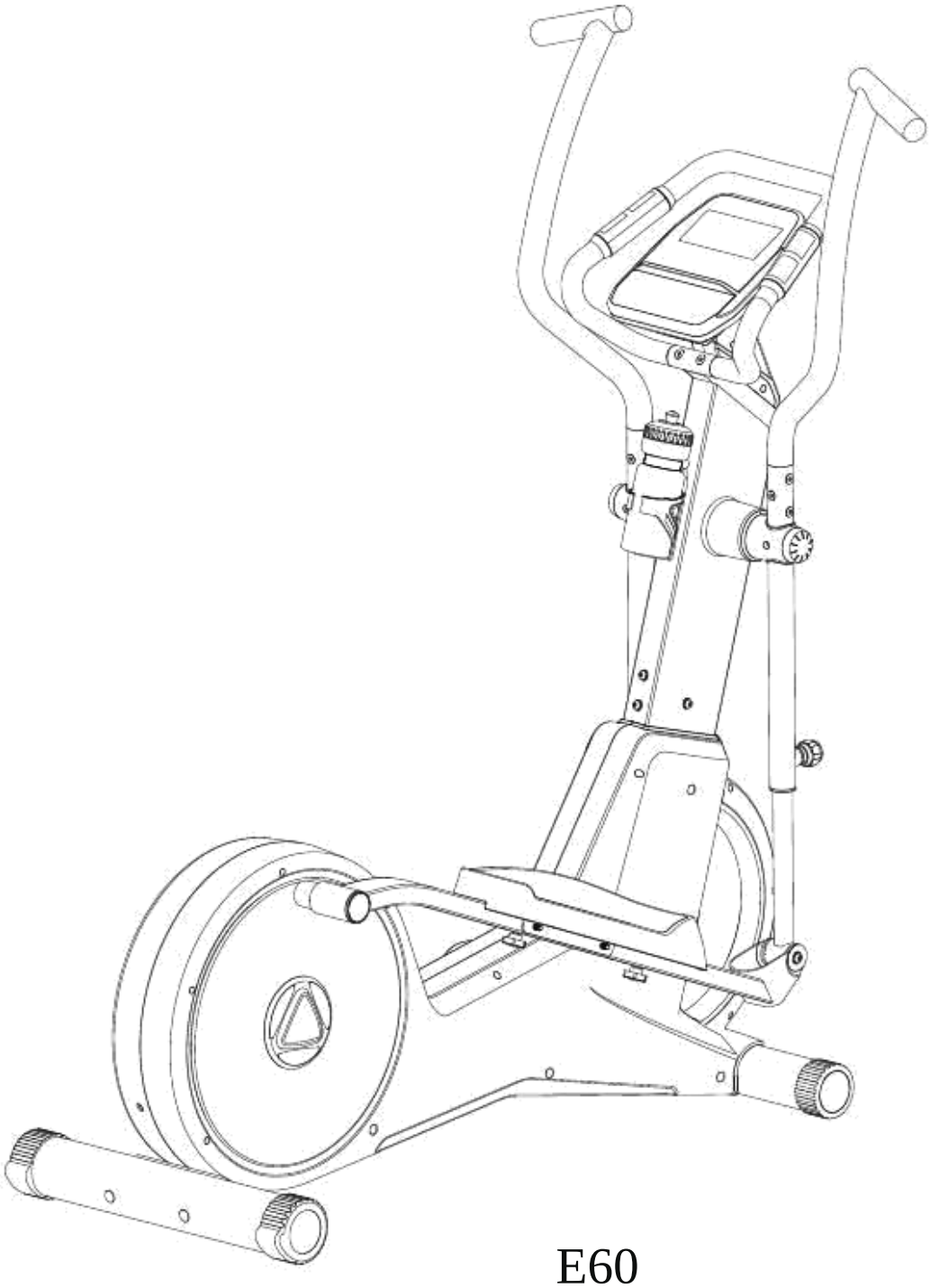
ОРБІТРЕК E60

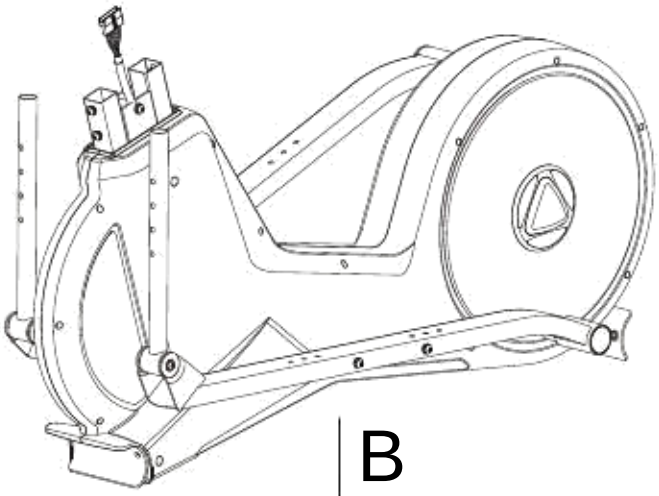


E60

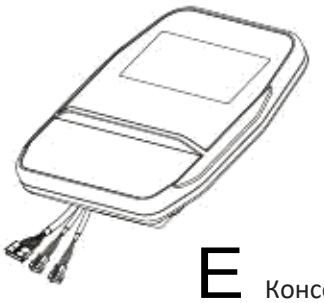
SPORTOP®

Список запчастин

A Рама

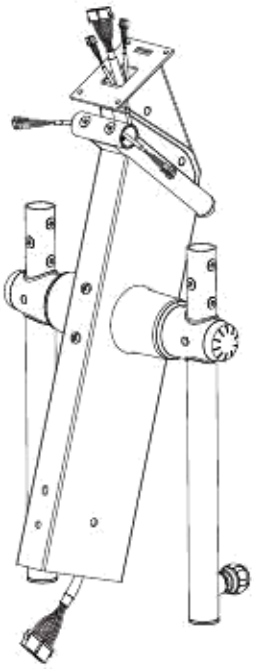


E Консоль

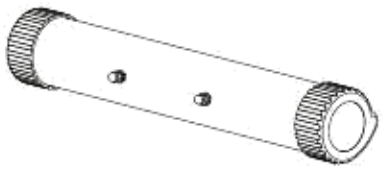


B

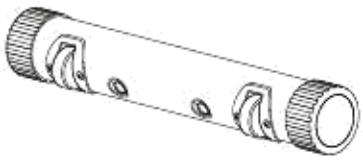
Центральна вісь



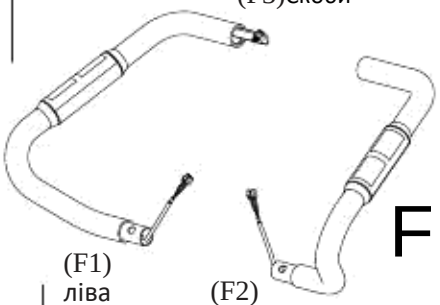
C Задній стабілізатор



D Передній стабілізатор



(F3)Скоби



(F1) ліва

(F2) права

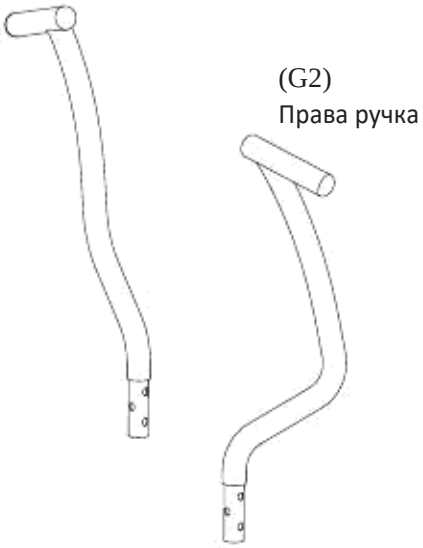
F Руль

(H7)Пляшка для води

(H6)Тримач для пляшки

(G1) Ліва ручка

(G2) Права ручка



G Руль

H

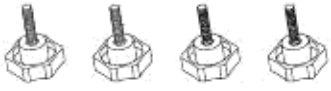
(H1)Педаль(Л)

(H2)Педаль(П)

(H3) Скоба

(H5) Адаптор

(H4) Важіль



J

(J1) Болт M8X90

(J9) Шайба M6

(J11) Шайба M6

Інструменти

(J13) Шайба M10

(J14) Шайба M10

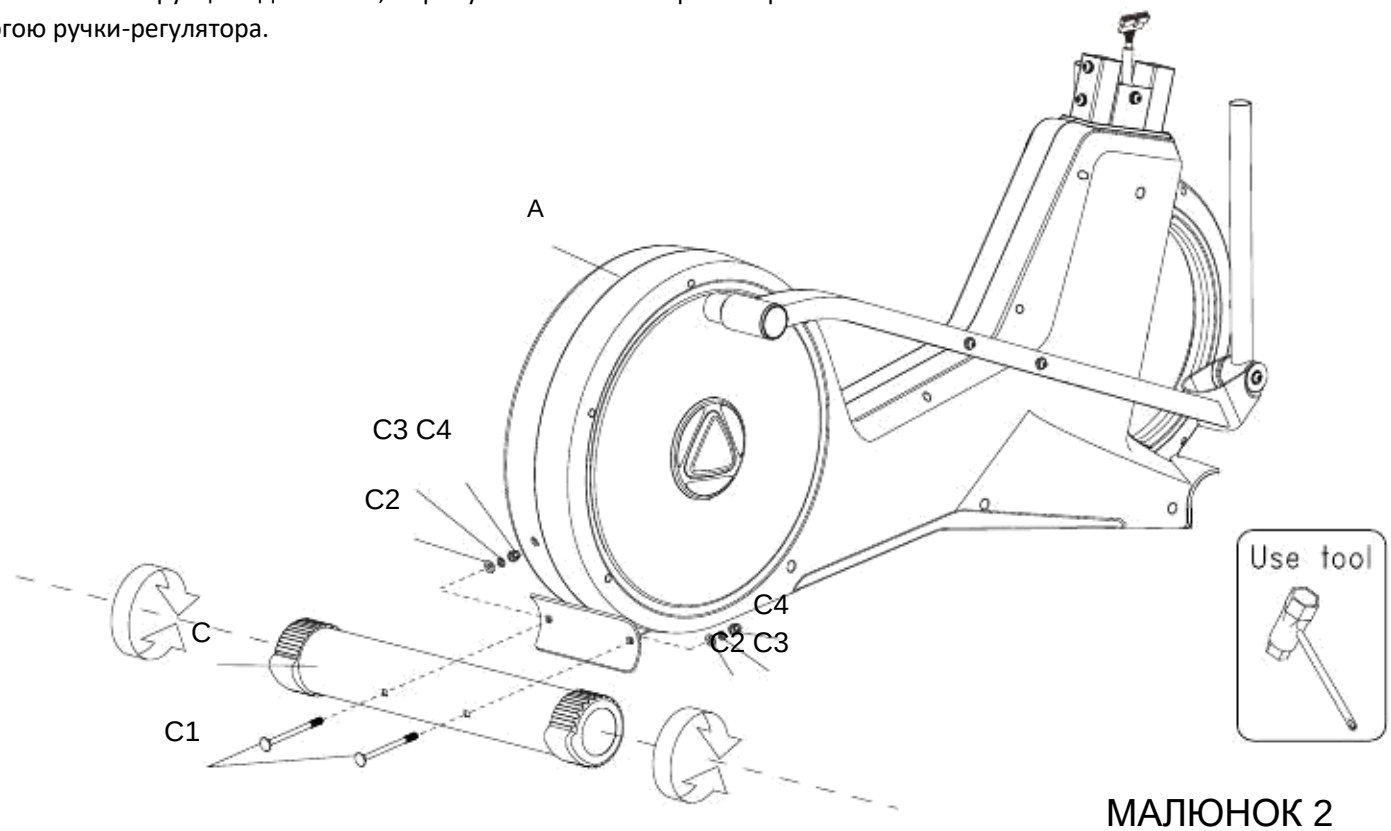
МАЛЮНОК 1

СКЛАДАННЯ СТАБІЛІЗАТОРА

Витягніть шайби (C2), шайби (C3) та гайки (C4) з заднього стабілізатора (C).
Використовуючи два болти (C1), встановіть скоби позаду головної рами (A) на задньому стабілізаторі (C) і закріпіть їх за допомогою шайб (C2), шайб (C3) та гайок (C4).

СТІЙКІСТЬ ТРЕНАЖЕРА

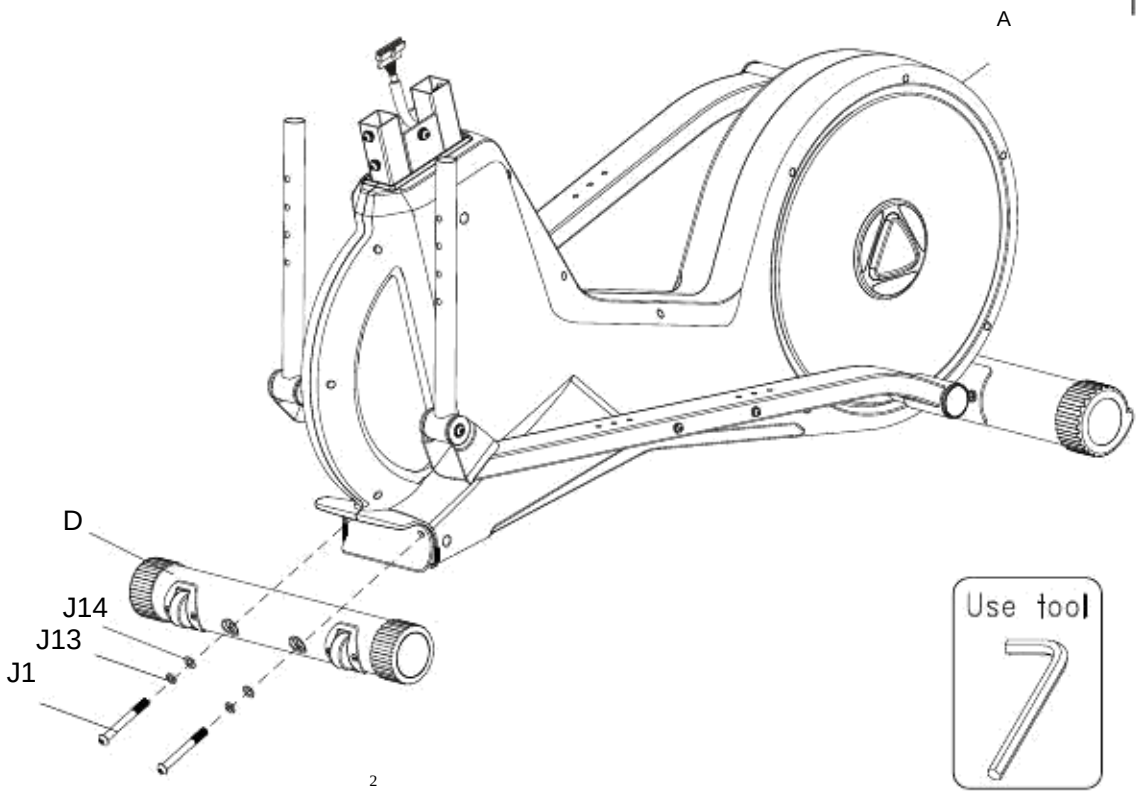
Після виконання інструкції згідно мал.1, зафіксуйте положення тренажера за допомогою ручки-регулятора.



МАЛЮНОК 2

СКЛАДАННЯ ЗАДНЬОГО СТАБІЛІЗАТОРА

Встановіть передній стабілізатор (D) на рамі (A) використовуя два болти (J1), шайби (J13) та шайби (J14)

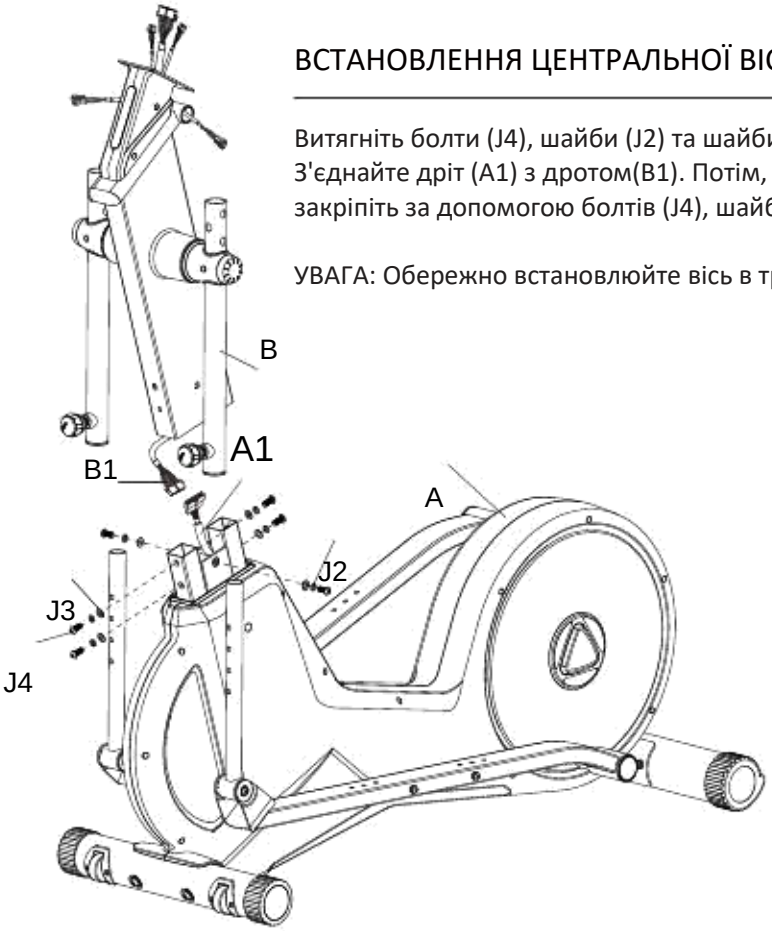


МАЛЮНОК 3

ВСТАНОВЛЕННЯ ЦЕНТРАЛЬНОЇ ВІСІ

Витягніть болти (J4), шайби (J2) та шайби (J3) з основної рами (A).
З'єднайте дріт (A1) з дротом(B1). Потім, вставте центральну опорну вісь (B) в раму (A) та закріпіть за допомогою болтів (J4), шайб (J2) та шайб (J3).

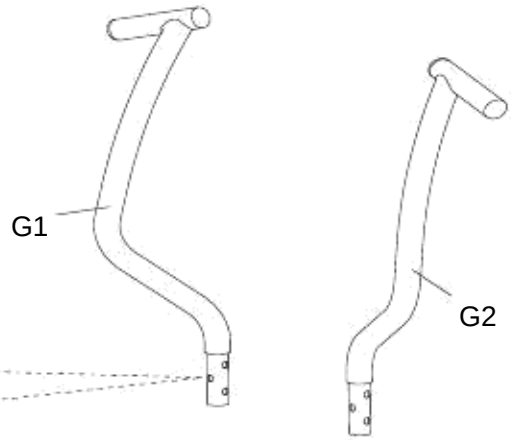
УВАГА: Обережно встановлюйте вісь в трубу, щоб не затиснути дроти!

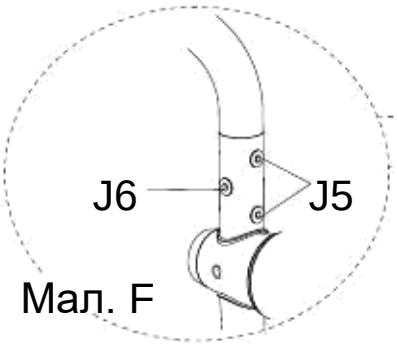


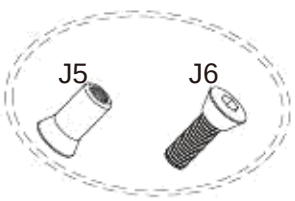
МАЛЮНОК 4

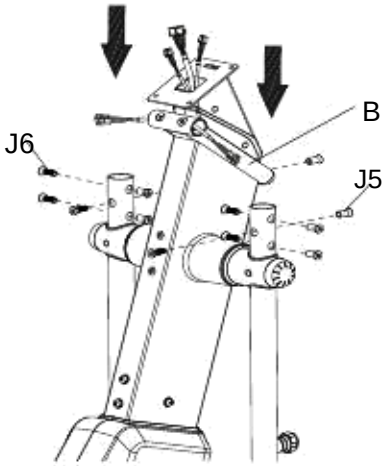
СКЛАДАННЯ РУЛЯ

Встановіть руль (G1&G2) на трубі (B) та скориставшись гайковим ключем 8 мм зафіксуйте усі гвинти (J5&J6), як на мал. F.









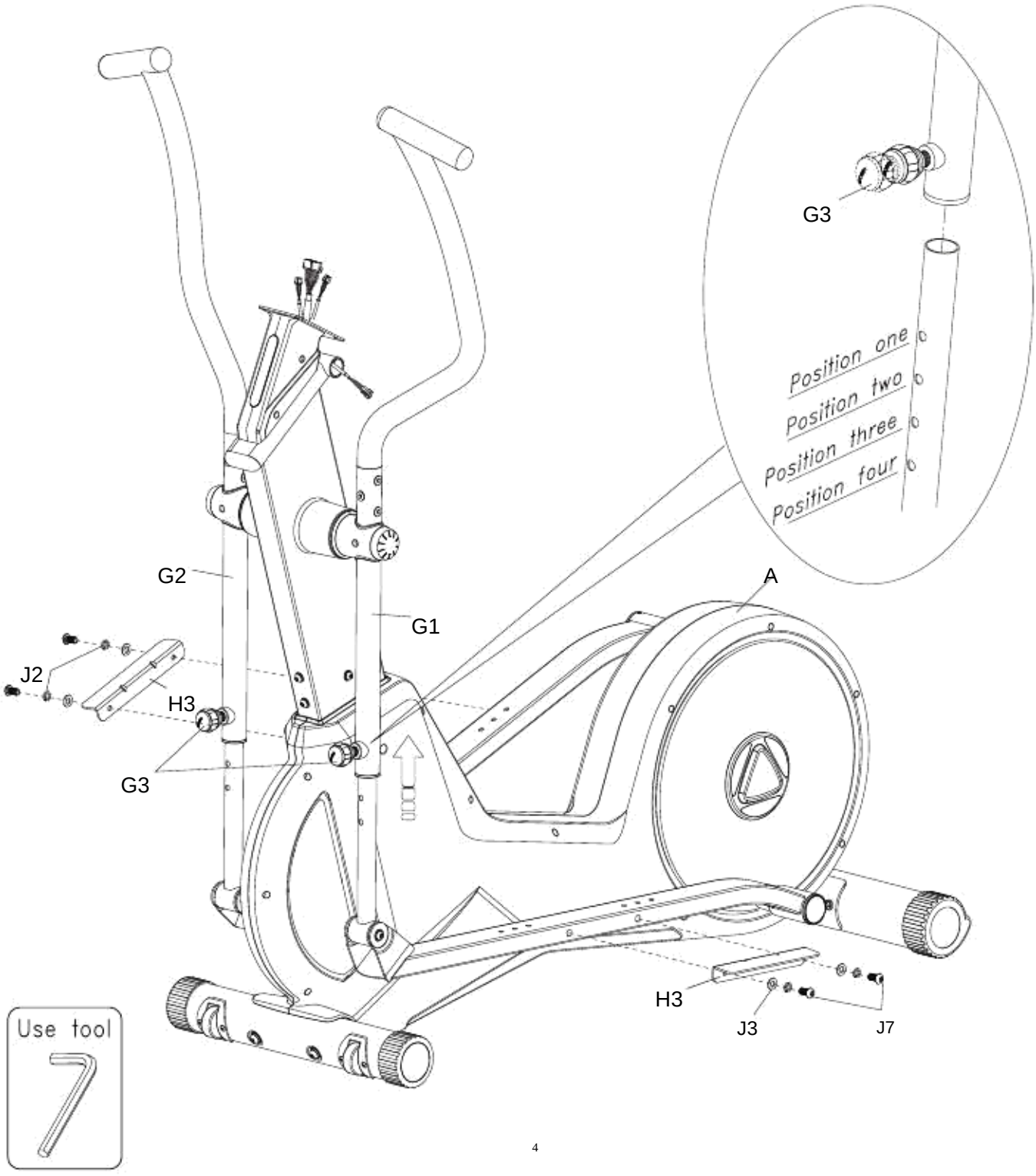
МАЛЮНОК 5

ВСТАНОВЛЕННЯ ПЕДАЛЕЙ

КРОК 1. Відкрутіть встановлені болти (J7), шайби (J2) та шайби (J3).
Встановіть скобу (H3) на вісь правої педалі та закріпіть її болтами (J7), шайбами (J2) та шайбами (J3).
КРОК 2. Аналогічно виконайте крок зі скобою (H3) на лівій стороні.
КРОК 3. Встановіть бічні ручки керма G1 та G2 на вісь педалей. Налаштуйте більш відповідну позицію за допомогою важеля (G3).

Увага: Будь ласка, переконайтеся, що важіль (G3) туго закручений, після встановлення потрібної позиції.

Увага: Для Вашої безпеки, відрегулюйте однакову позицію для правої та лівої сторін.



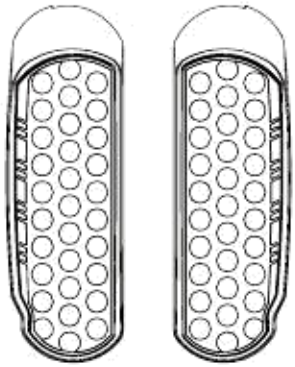
МАЛЮНОК 6

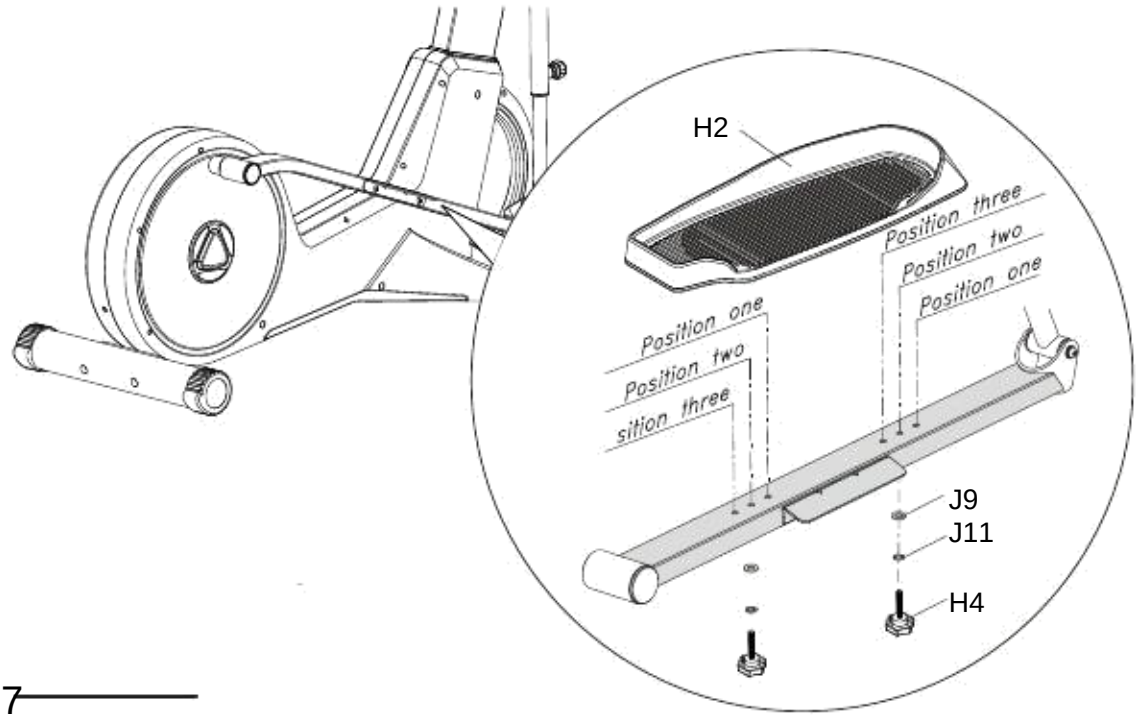
СКЛАДАННЯ ПЕДАЛЕЙ

Закріпіть праву педаль (H2) за допомогою шайби (J9), шайби (J11) та важелів (H4). Існує 3 положення педалей. Аналогічний крок зробіть для для лівої педалі (H1).

Увага: Для запобігання травмування користувача, переконайтеся в тому, що важіль (H4) щільно встановлений.

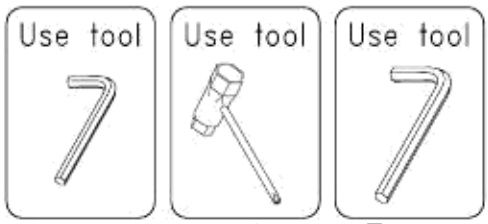
Ліва(H1) Права(H2)





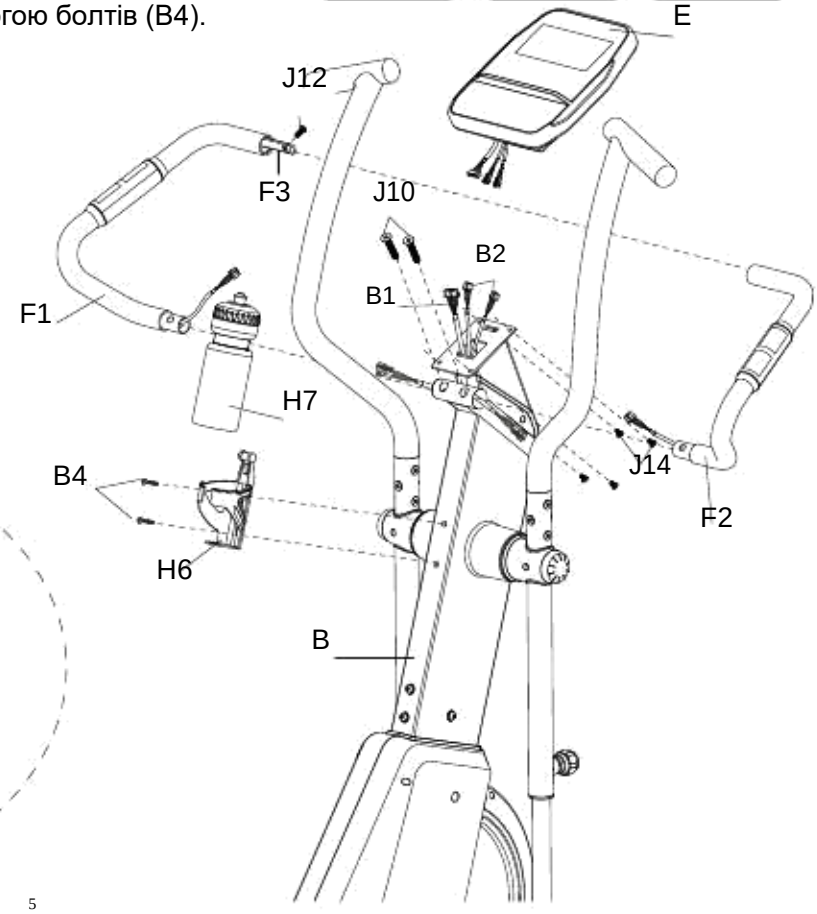
МАЛЮНОК 7

ВСТАНОВЛЕННЯ КОНСОЛІ ТА ТРИМАЧА ДЛЯ ПЛЯШКИ

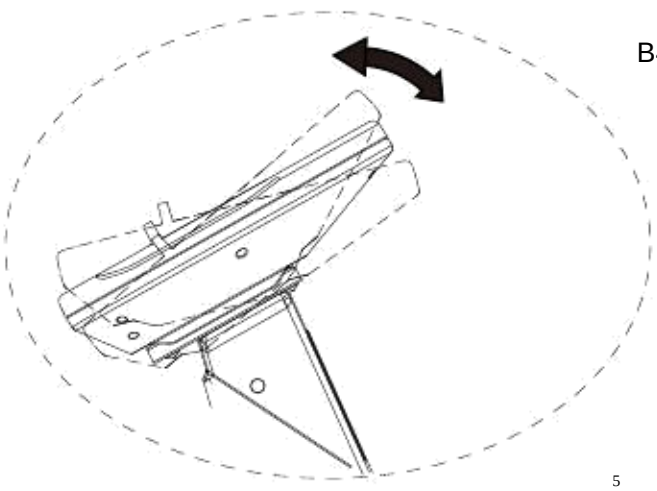


КРОК 1. Встановіть консоль (E), та підключіть сенсори (B1 & B2) до дротів консолі.
Крок2.Вставте маленьке кермо (F1 & F2) в отвір та закріпіть його болтами (J10), скобою (F3) та болтом (J12) .
КРОК 3. Витягніть поередньо встановлені гвинта (B4). Зафіксуйте ними тримач для пляшки (H5) на центральній трубі (B) за допомогою болтів (B4).

Вставте пляшку для води (H6) в тримач (H5).



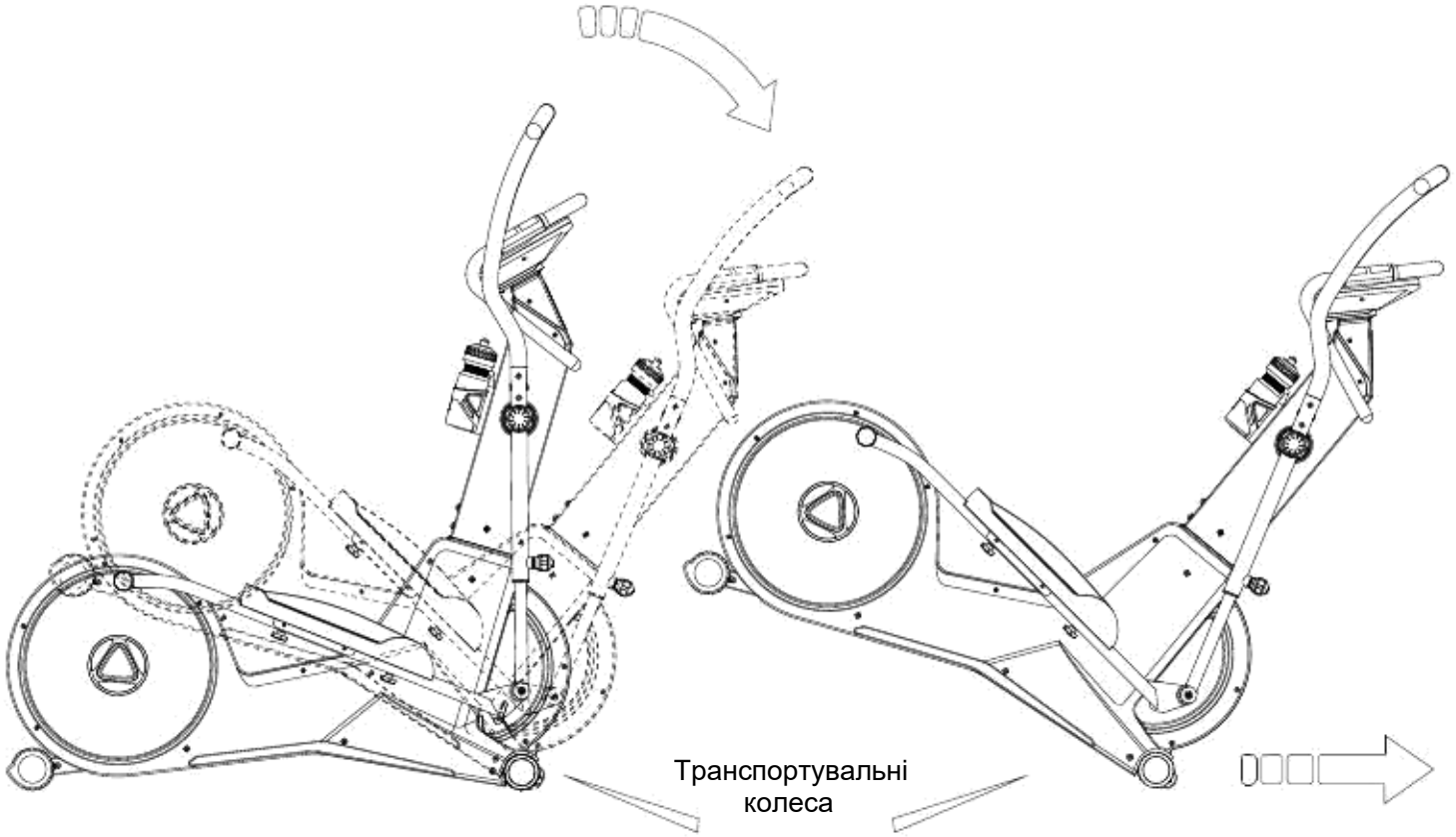
УВАГА: Не затисніть дроти!
УВАГА: Кут нахилу консолі можливо відрегулювати згідно потребам користувача.



МАЛЮНОК 7

ТРАНСПОРТУВАННЯ ТРЕНАЖЕРА

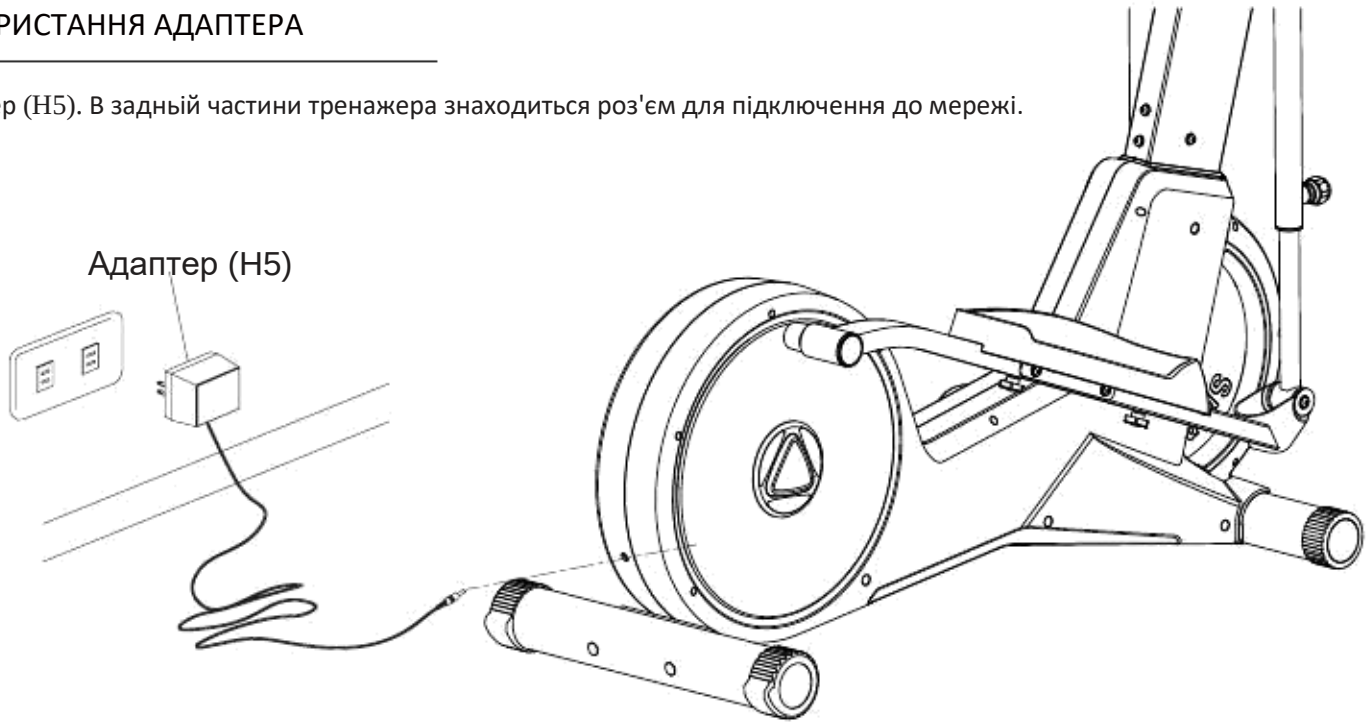
На передньому стабілізаторі вмонтовані транспортувальні колеса. Для переміщення тренажера, встаньте попереду нього та підніймайте, поки вага орбітрека не буде перенесена на колеса. Таким чином, можете легко переміщувати тренажер на бажане місце.



МАЛЮНОК 8

ВИКОРИСТАННЯ АДАПТЕРА

Адаптер (H5). В задній частини тренажера знаходиться роз'єм для підключення до мережі.



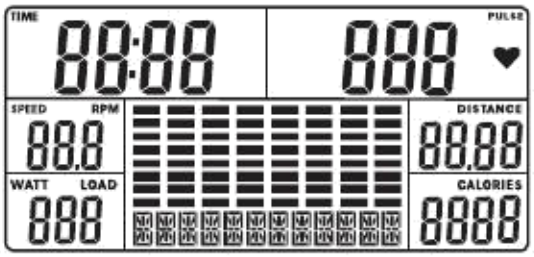
КНОПКИ:

START/STOP	Розпочинає або зупиняє тренування.
RECOVERY	Тестує показники пульсу при відновленні.
+ (PLUS)	Обирає опцію або збільшує показник.
- (MINUS)	Обирає опцію або зменшує показник.
RESET	В режимі зупинки, натисніть цю кнопку для повернення до головного меню.
QUICK KEY	Для швидкого перемикання попередньо встановленних програм (12 програм).
MODE	Для початку тренування.
USB	Для заряджання мобільного телефону або планшета (використовуючи власний кабель).

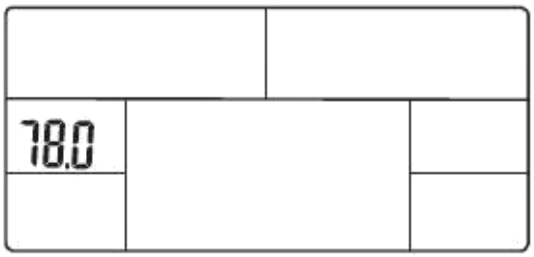
УВІМКНЕННЯ

1. Підключіть тренажер до живлення або натисніть та утримуйте кнопку RESET протягом 3 секунди, на дисплеї LCD відобразяться всі показники в супроводі звукового сигналу, а потім 78.0 як на малюнках 1 та 2.

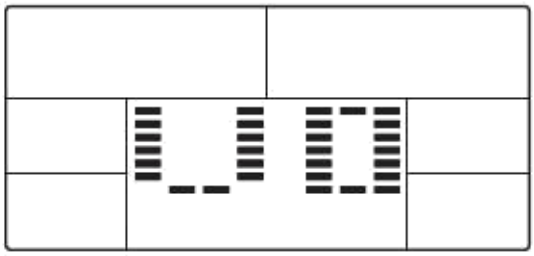
2 За допомогою колесика або кнопок +/- оберіть Користувача від 0 до 4 та натисніть кнопку MODE для підтвердження вибору (мал..3 та 4). Потім за допомогою кнопок +/- оберіть СТАТЬ ВІК, ВАГУ користувача (мал. 8).



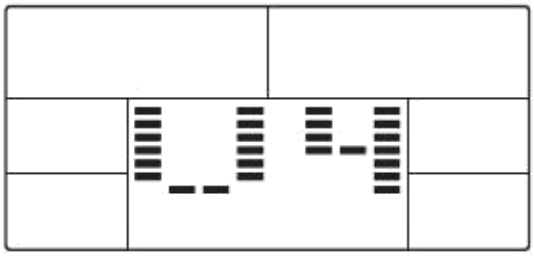
(МАЛЮНОК 1)



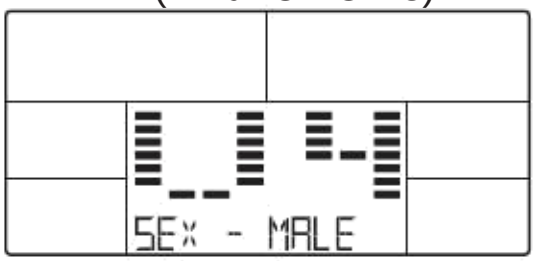
(МАЛЮНОК 2)



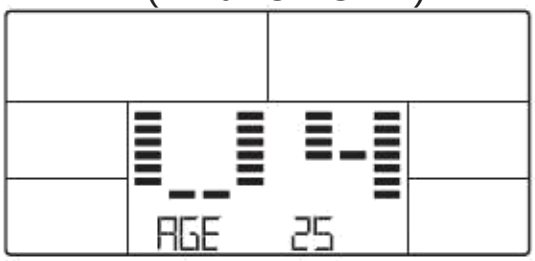
(МАЛЮНОК 3)



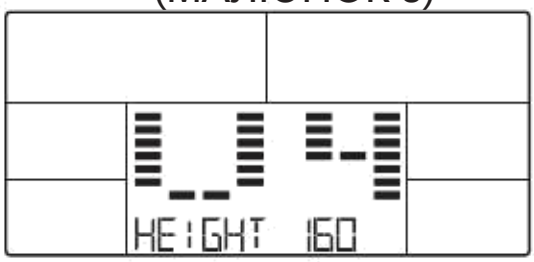
(МАЛЮНОК 4)



(МАЛЮНОК 5)



(МАЛЮНОК 6)



(МАЛЮНОК 7)

(МАЛЮНОК 8)

ДІАПАЗОН ВЕЛИЧИН

ОПИС	ВИБІР
SEX/СТАТЬ	Male / Female/Мол./Жінка
AGE/ВІК	10~99
HEIGHT/ЗРІСТ	100~200
WEIGHT/ВАГА	20~150

MODE

Після введення даних про користувача, натистіь Mode щоб обрати режим та +/- щоб обрати:
MANUAL → PROGRAM → FITNESS → WATT → USER PROGRAM → HRC

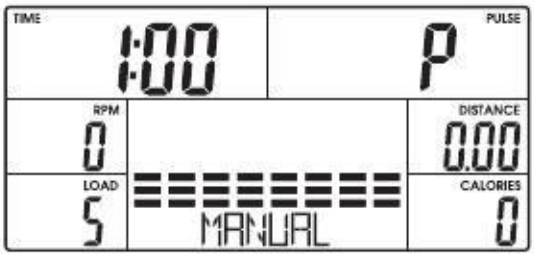
ПОКАЗНИК	ДІАПАЗОН
ЧАС	0:00~99:00
ШВИДКІСТЬ	0.0~99.9
ДИСТАНЦІЯ	0.00~99.95
КАЛОРІЇ	0~990
ПУЛЬС	60~220
RPM	15~999
ВАТТ	10~350
НАВАНТАЖЕННЯ	1~16

РУЧНИЙ РЕЖИМ

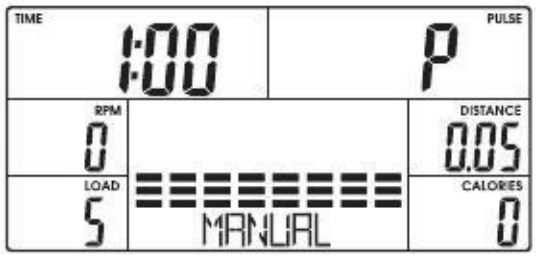
(1) Натисніть та утримуйте кнопку Reset 3 секунди, оберіть Користувача та встановіть показники, або тільки натисніть Reset.
(2) Оеріть режим MANUAL та натисніть кнопку Mode для встановлення налаштувань. (МАЛЮНОК 8).
(3) Встановіть рівень навантаження та натисніть кнопку Mode для підтвердження (МАЛЮНОК 9).
(4) Попередньо встановіть величини ЧАСУ, ДИСТАНЦІЇ, КАЛОРІЙ та цільового ПУЛЬСУ (МАЛ. 10~13).
(5) Натисніть кнопку Start щоб розпочати тренування. Використовуя кнопки +/- відрегулюйте рівень навантаження (МАЛЮНОК 14).
(6) Натисніть кнопку Stop щоб закінчити тренування або щоб зробити паузу.. Натиснувши Reset, ви повернетеся до обраного режиму або натиснувши та утримуючи протягом 3 секунд кнопки Reset – повернетеся до головного меню (МАЛНОК 15).

(МАЛЮНОК 8)

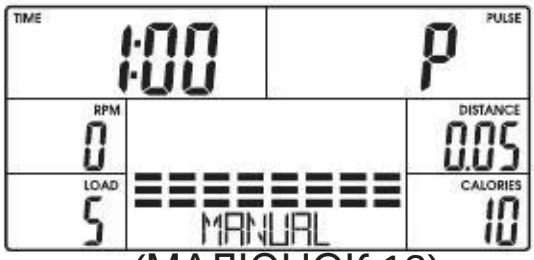
(МАЛЮНОК 9)



(МАЛЮНОК 10)

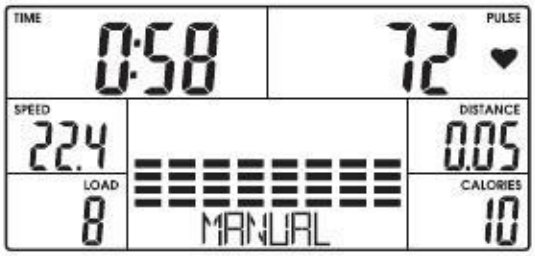


(МАЛЮНОК 11)



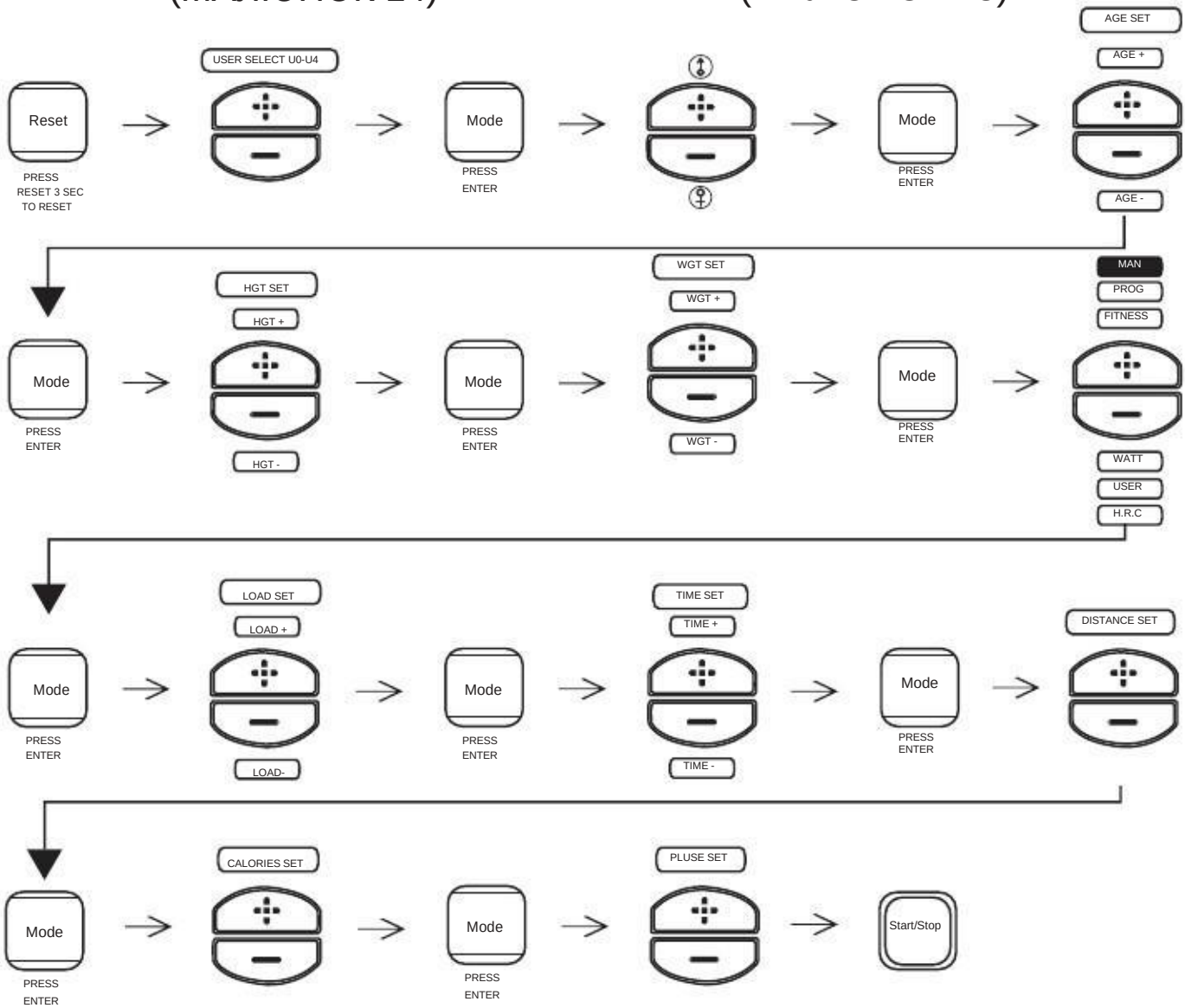
(МАЛЮНОК 12)

(МАЛЮНОК 13)



(МАЛЮНОК 14)

(МАЛЮНОК 15)



ПОПЕРЕДНЬО ВСТАНОВЛЕНІ ПРОГРАМИ

(1) Натисніть та утримуйте кнопку Reset 3 секунди, оберіть Користувача та задайте дані; або просто натисніть Reset для входу в головне меню.
(2) Оберіть PROGRAMM за допомогою кнопок +/-, натисніть Mode для підтвердження вибору (МАЛЮНОК 16).За допомогою кнопок +/- оберіть одну з попередньо встановлених програм 1 ~ 12 (МАЛЮНОК 17); або натисніть "P1" ~ "P12" для швидкого вибору (МАЛЮНОК 18)/
(3) Рівень навантаження кможна регулювати кнопками +/-, потім натисніть клавішу Mode для підтвердження вибору (МАЛЮНОК 19).
(4) Задайте ЧАС, ДИСТАНЦІЮ, КАЛОРІЇ та цільовий рівень ПУЛЬСУ (МАЛЮНОК 20 ~ 23).
(5) Натисніть кнопку Start для початку тренування.
(6) Щоб зробити паузу під час тренування натисніть клавішу Stop. Для повернення до головного меню, натисніть клнопку Reset. Для переходу в режим очікування, натисніть та утримуйте клавішу Reset 3 секунди.

(МАЛЮНОК 16)

(МАЛЮНОК 17)

(МАЛЮНОК 18)

(МАЛЮНОК 19)

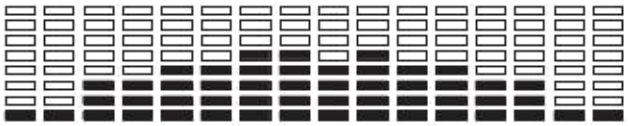
(МАЛЮНОК 20)

(МАЛЮНОК 21)

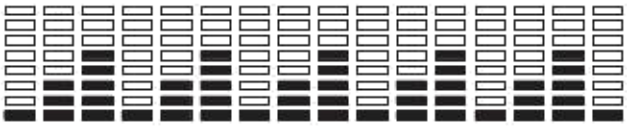
(МАЛЮНОК 23)

(МАЛЮНОК 23)

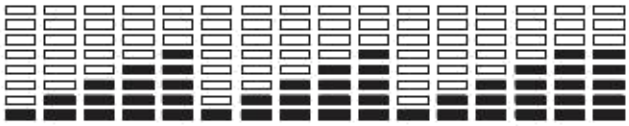
P1



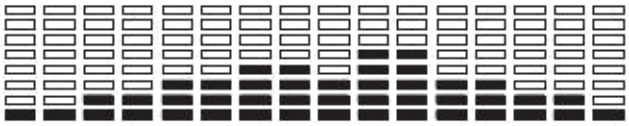
P2



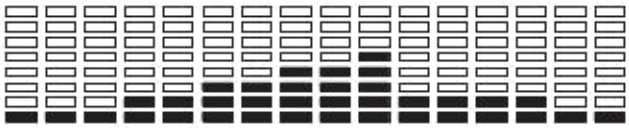
P3



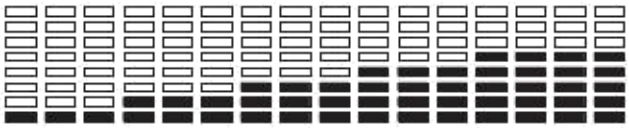
P4



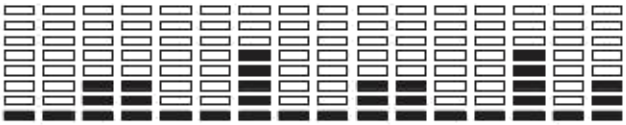
P5



P6

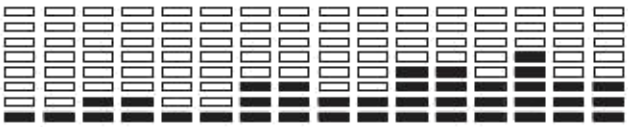


P7



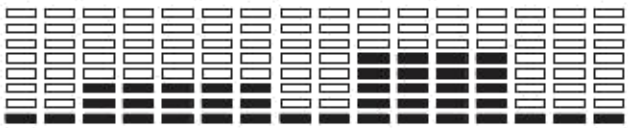
P8

P9

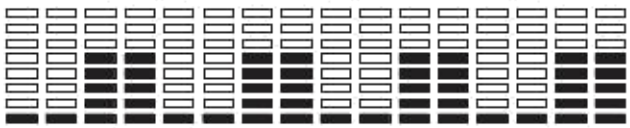


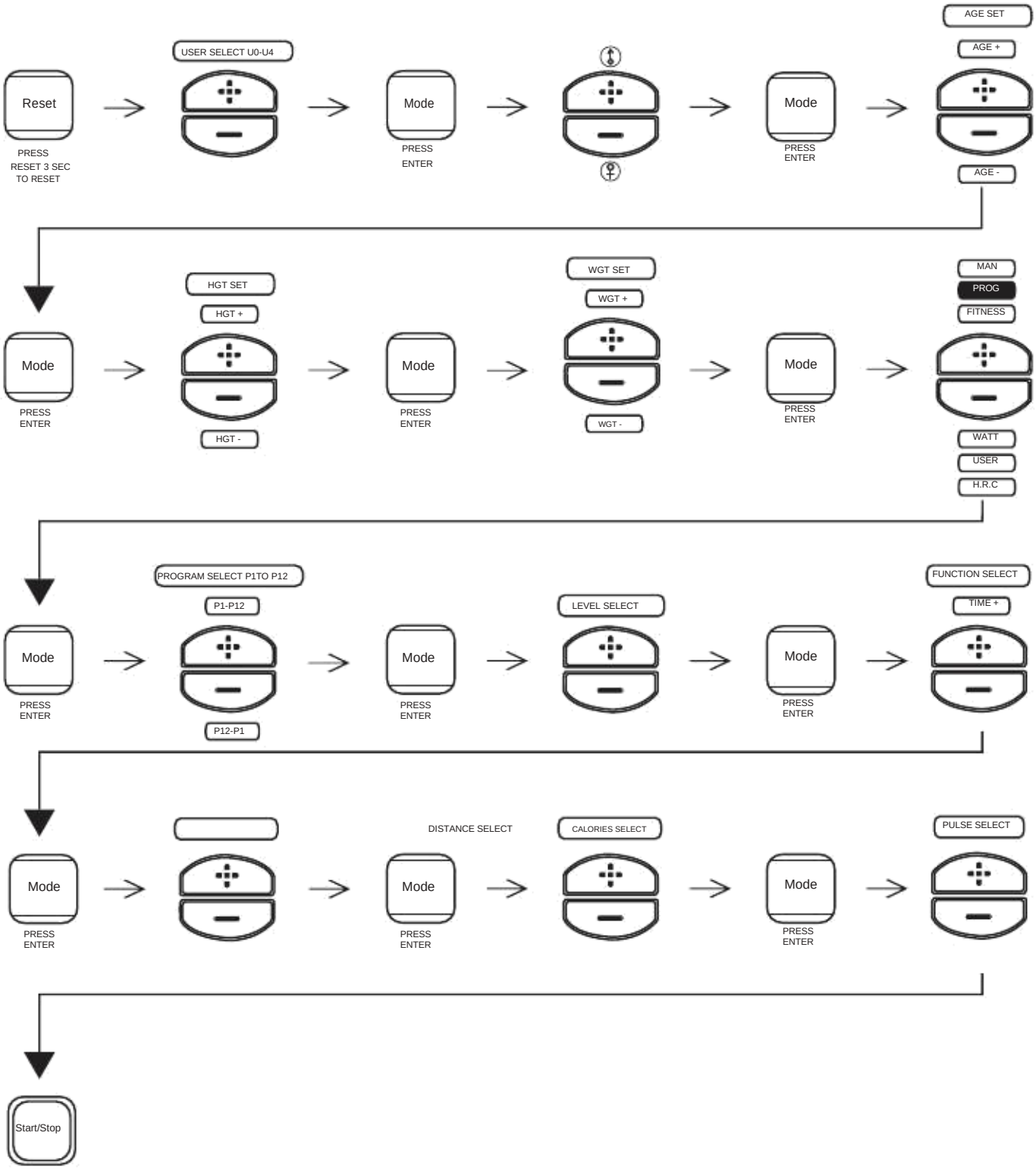
P10

P11



P12




Reset
PRESS
RESET 3 SEC
TO RESET
USER SELECT U0-U4
Mode
PRESS
ENTER
Mode
PRESS
ENTER
AGE SET
AGE +
AGE -
Mode
PRESS
ENTER
HGT SET
HGT +
HGT -
Mode
PRESS
ENTER
WGT SET
WGT +
WGT -
Mode
PRESS
ENTER
MAN
PROG
FITNESS
WATT
USER
H.R.C
Mode
PRESS
ENTER
PROGRAM SELECT P1TO P12
P1-P12
P12-P1
Mode
PRESS
ENTER
LEVEL SELECT
Mode
PRESS
ENTER
FUNCTION SELECT
TIME +
Mode
PRESS
ENTER
DISTANCE SELECT
Mode
PRESS
ENTER
CALORIES SELECT
Mode
PRESS
ENTER
PULSE SELECT
Mode
PRESS
ENTER
Start/Stop

РЕЖИМ ФІТНЕСС

(1) Натисніть та утримуйте кнопку Reset 3 секунди, оберіть Користувача, всю необхідну інформацію, або натисніть Reset для повернення до головного меню.

(2) Оберіть режим FITNESS за допомогою кнопок +/- та натисніть кнопку Mode для підтвердження вибору (МАЛЮНОК 24 ~ 25).

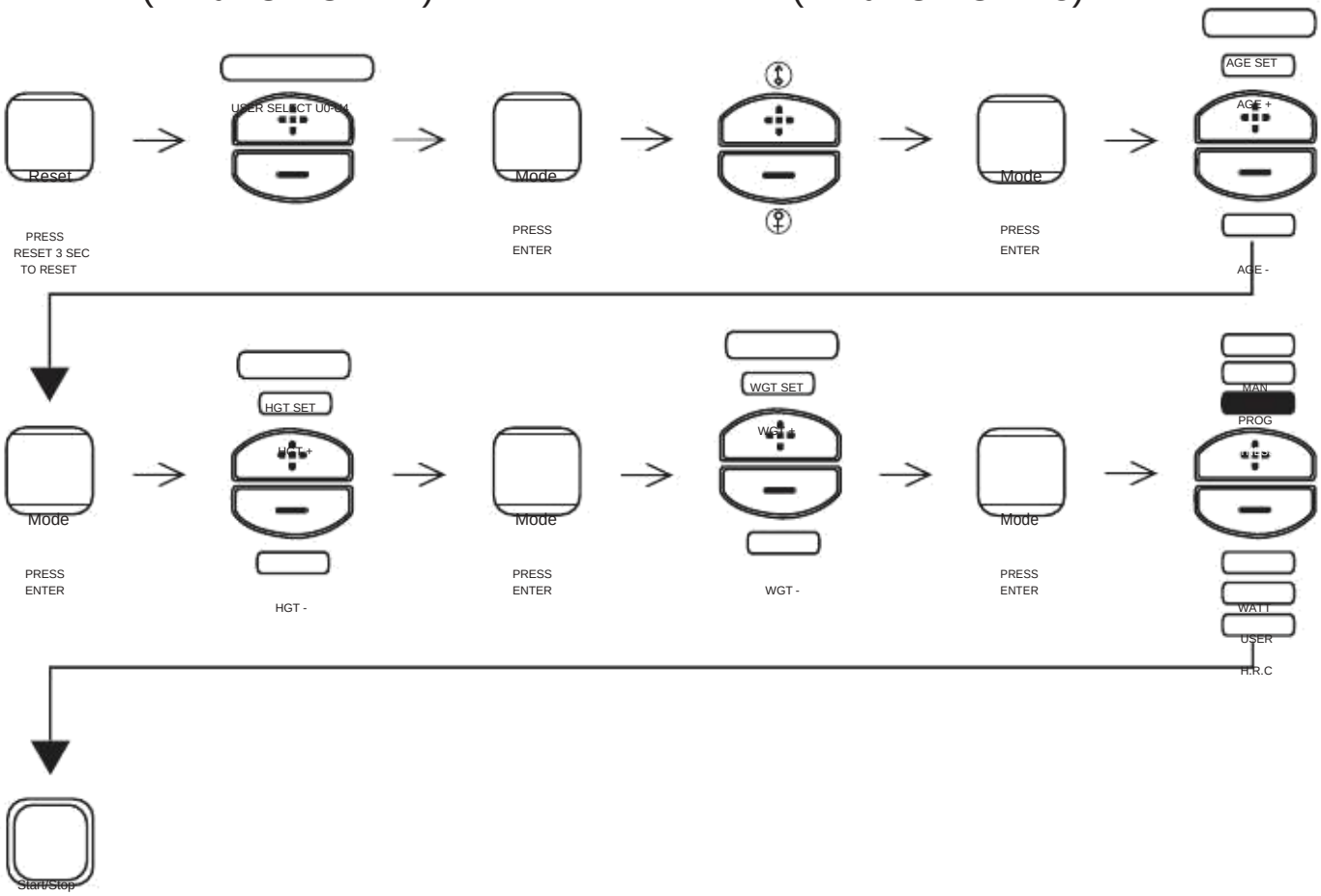
(3) Для початку тренування натисніть клавішу Start. За допомогою кнопок +/- можливо, відрегулювати рівень навантаження.

(4) По закінченню 12 хвилин на дисплеї автоматично відобразяться результати тренування.

(5) Натисніть кнопку Stop для тимчасового припинення тренування. Для повернення до головного меню натисніть кнопку Reset, або утримуючи її 3 секунди перейдіть в режим очікування.

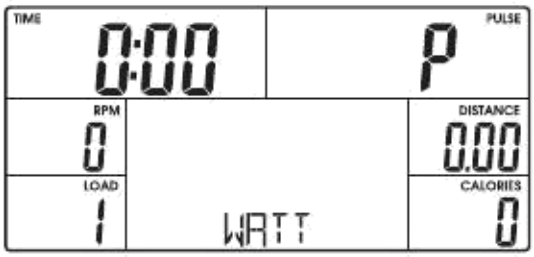
(МАЛЮНОК 24)

(МАЛЮНОК 25)

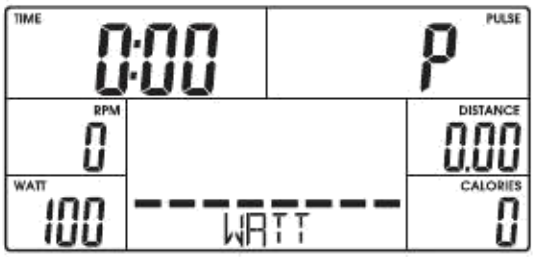


РЕЖИМ WATT

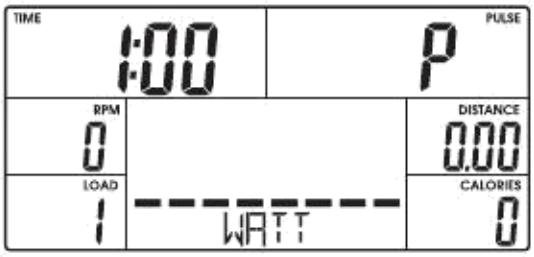
(1) Натисніть та утримуйте кнопку Reset протягом 3 секунди, оберіть КОРИСТУВАЧА та встановіть дані; або натисніть Reset для повернення до головного меню.
(2) Оберіть режим WATT за допомогою кнопок +/- та натисніть кнопку Mode для підтвердження вибору (МАЛЮНОК 26).
(3) Встановіть Ваше цільове значення Ватт за допомогою кнопок +/- та натисніть Mode для підтвердження свого вибору (МАЛЮНОК 27).
(4) Встановіть ЧАС, ВІДСТАНЬ, КАЛОРІЇ та значення цільового ПУЛЬСУ (МАЛЮНОК 28 ~ 31).
(5) Натисніть кнопку Start для початку тренування. За допомогою кнопок +/- можливо відрегулювати значення WATT.
(6) Для тимчасового припинення тренування натисніть кнопку Stop. Натисніть Reset щоб повернутися до головного меню або утримуйте цю кнопку протягом 3 секунд, щоб перейти в режим очікування.



(МАЛЮНОК 26)



(МАЛЮНОК 27)

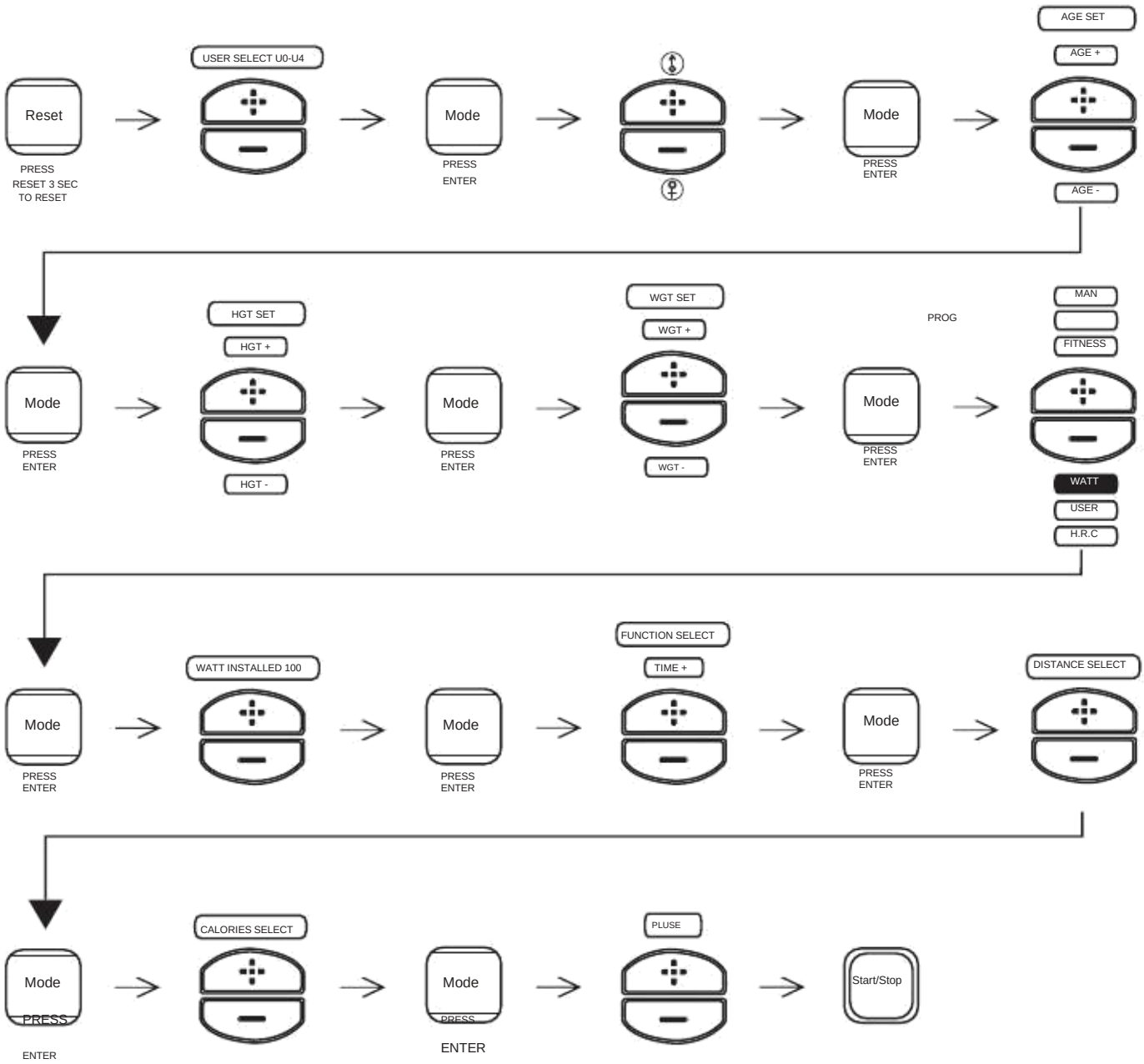


(МАЛЮНОК 28)

(МАЛЮНОК 29)

(МАЛЮНОК 30)

(МАЛЮНОК 31)


Reset
PRESS
RESET 3 SEC
TO RESET
USER SELECT U0-U4
Mode
PRESS
ENTER
Mode
PRESS
ENTER
AGE SET
AGE +
AGE -
Mode
PRESS
ENTER
HGT SET
HGT +
HGT -
Mode
PRESS
ENTER
WGT SET
WGT +
WGT -
Mode
PRESS
ENTER
PROG
MAN
FITNESS
WATT
USER
H.R.C
Mode
PRESS
ENTER
WATT INSTALLED 100
Mode
PRESS
ENTER
FUNCTION SELECT
TIME +
Mode
PRESS
ENTER
DISTANCE SELECT
Mode
PRESS
ENTER
CALORIES SELECT
Mode
PRESS
ENTER
Mode
PRESS
ENTER
PLUSE
Start/Stop

РЕЖИМ КОРИСТУВАЧА

(1) Натисніть та утримуйте протягом на 3 секунди кнопку Reset, Оберіть Користувача USER та встановіть значення; або за допомогою кнопки Reset перейдіть до головного меню.
(2) Оберіть Користувача USER за допомогою кнопок +/- та натисніть кнопку Mode, щоб підтвердити вибір (МАЛЮНОК 32).
(3) Задайте кожному стовпчику свій рівень навантаження за допомогою кнопок +/-. Для вибору наступної колонки, натисніть кнопку Mode (МАЛЮНОК 33). По завершенню натисніть та утримуйте протягом 3 секунд кнопку Mode для підтвердження вибору.
(4) Задайте ЧАС, ВІДСТАНЬ, КАЛОРІЇ та цільовий діапазон ПУЛЬСУ (МАЛЮНОК 34 ~ 37).
(5) Для початку тренування натисніть кнопку Start. Використовуючи кнопки +/- можна відрегулювати рівень навантаження.
6) Натисніть Stop для тимчасового припинення тренування. Для повернення до головного меню натисніть кнопку Reset або утримуйте її 3 сек, щоб перейти в режим очікування.

(МАЛЮНОК 32)

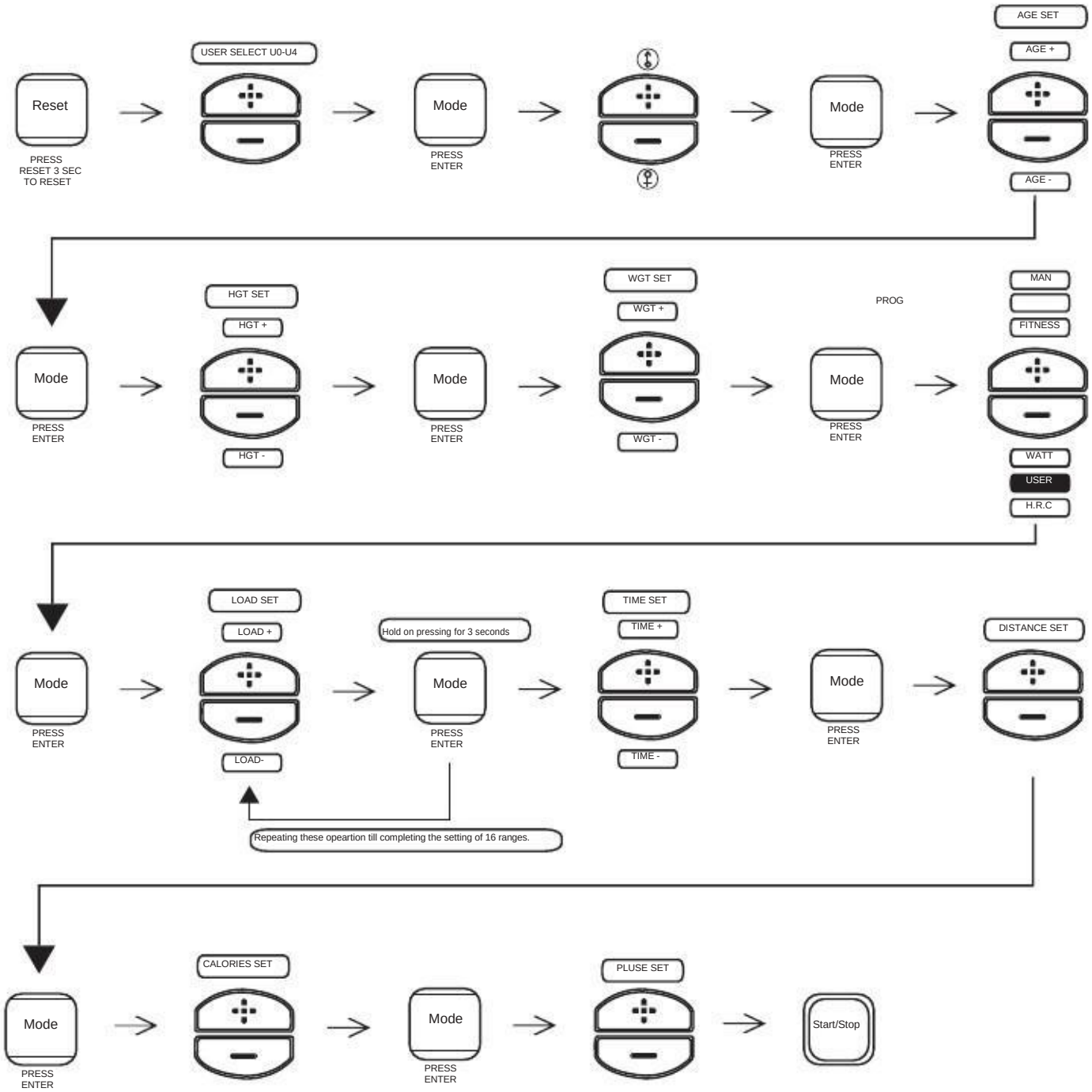
(МАЛЮНОК 33)

(МАЛЮНОК 34)

(МАЛЮНОК 35)

(МАЛЮНОК 36)

(МАЛЮНОК 37)


Reset
PRESS
RESET 3 SEC
TO RESET
USER SELECT U0-U4
Mode
PRESS
ENTER
Mode
PRESS
ENTER
AGE SET
AGE +
AGE -
Mode
PRESS
ENTER
HGT SET
HGT +
HGT -
Mode
PRESS
ENTER
WGT SET
WGT +
WGT -
Mode
PRESS
ENTER
PROG
MAN
FITNESS
WATT
USER
H.R.C
Mode
PRESS
ENTER
LOAD SET
LOAD +
LOAD-
Hold on pressing for 3 seconds
Mode
PRESS
ENTER
TIME SET
TIME +
TIME -
Mode
PRESS
ENTER
DISTANCE SET
Repeating these opeartion till completing the setting of 16 ranges.
Mode
PRESS
ENTER
CALORIES SET
Mode
PRESS
ENTER
PLUSE SET
Start/Stop

HRC

(1) Натисніть та утримуйте протягом 3 секунд кнопку Reset. Оберіть Користувача USER та встановіть значення; або за допомогою кнопки Reset перейдіть до головного меню.

(2) Оберіть режим HRC за допомогою кнопок +/-, натисніть Mode для підтвердження вибору (МАЛЮНОК 38).

(3) Оберіть рівень пульсу від 55% / 75% / 90% за допомогою кнопок +/- або введіть свій цільовий пульс (МАЛЮНОК 39 ~ 42). Рівень вимірювання пульсу буде залежати від вікової категорії користувача.

(4) Для вибору Цільового пульсу також скористайтеся кнопками +/-.

(5) Встановіть ЧАС, ВІДСТАНЬ, КАЛОРІЇ та значення цільового діапазону пульсу (МАЛЮНОК 43 ~ 45).

(6) Для початку тренування натисніть кнопку Start. Рівень навантаження відрегулюється згідно Вашого поточного показника пульсу.

(7) Натисніть Stop для тимчасового припинення тренування. Для повернення до головного меню натисніть кнопку Reset або утримуючи її 3 секунди перейдіть в режим очікування

(МАЛЮНОК 38)

(МАЛЮНОК 39)

(МАЛЮНОК 40)

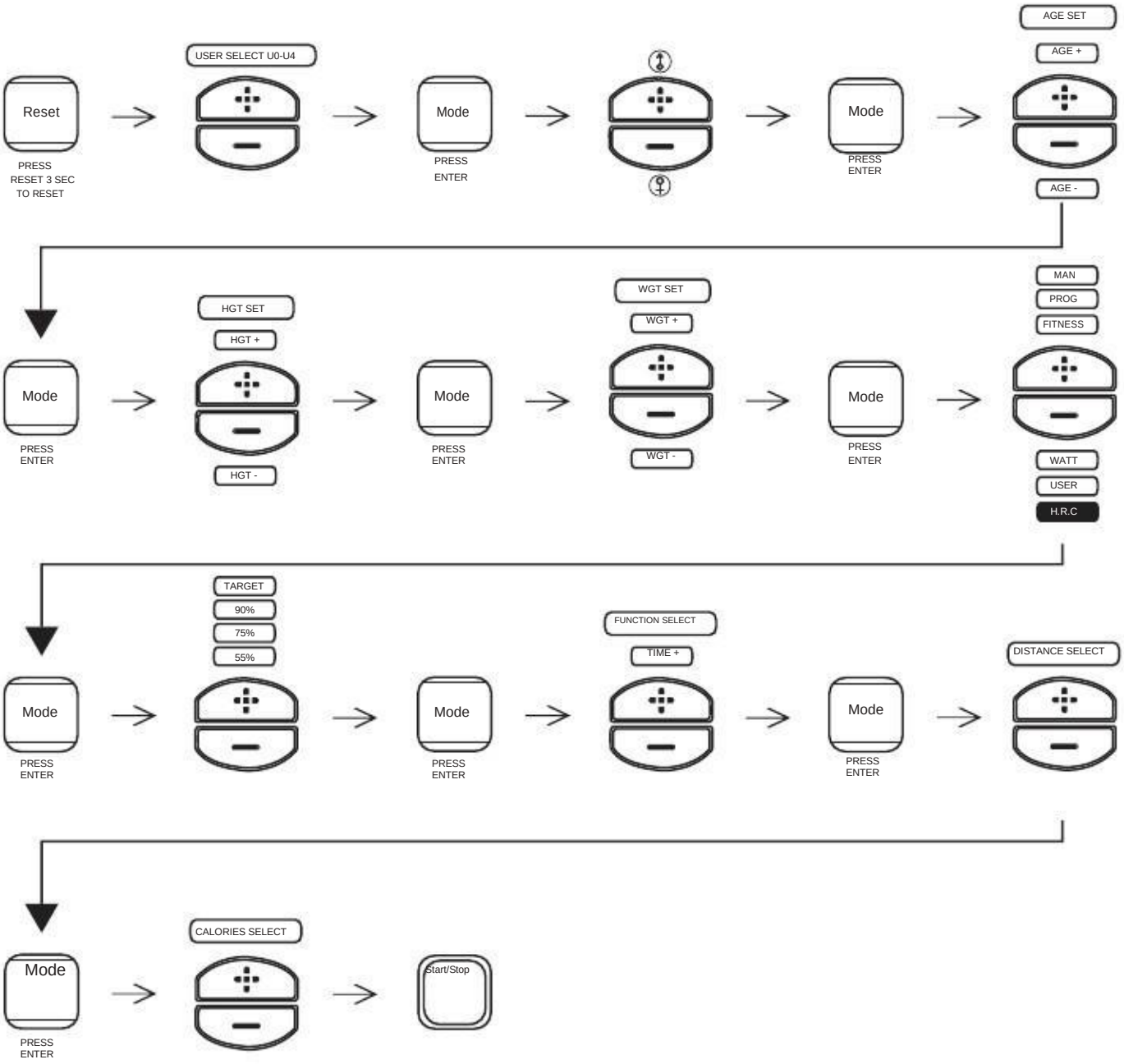
(МАЛЮНОК 41)

(МАЛЮНОК 42)

(МАЛЮНОК 43)

(МАЛЮНОК 44)

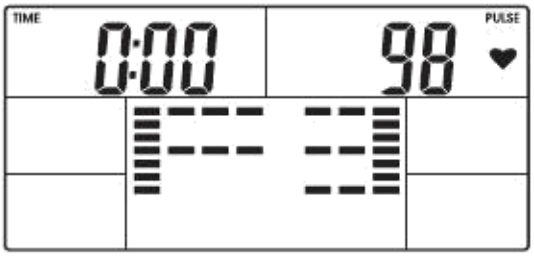
(МАЛЮНОК 45)


Reset
PRESS
RESET 3 SEC
TO RESET
USER SELECT U0-U4
Mode
PRESS
ENTER
Mode
PRESS
ENTER
AGE SET
AGE +
AGE -
Mode
PRESS
ENTER
HGT SET
HGT +
HGT -
Mode
PRESS
ENTER
WGT SET
WGT +
WGT -
Mode
PRESS
ENTER
MAN
PROG
FITNESS
WATT
USER
H.R.C
Mode
PRESS
ENTER
TARGET
90%
75%
55%
Mode
PRESS
ENTER
FUNCTION SELECT
TIME +
Mode
PRESS
ENTER
DISTANCE SELECT
Mode
PRESS
ENTER
CALORIES SELECT
Start/Stop

ВІДНОВЛЕННЯ

Після тренування деякий час утримуйте руки на сенсорних датчиках ручок та натисніть кнопку "RECOVERY" / ВІДНОВЛЕННЯ. Всі показники, крім показника TIME, припиняться, почнеться зворотній відлік від 00:60 до 00:00.
На екрані відбиються показники відновлення пульсу F1, F2 ... .до F6. F1 - найкращий показник, F6 - найгірший (для повернення до головного меню, натисніть кнопку RECOVERY).

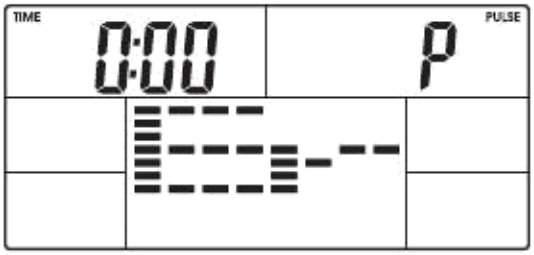
(МАЛЮНОК 46)



(МАЛЮНОК 47)

УВАГА:

Якщо неможливо визначити пульс або він відображається некоректно, екран відбіє "Er" (помилка) (МАЛЮНОК 48).



(МАЛЮНОК 48)