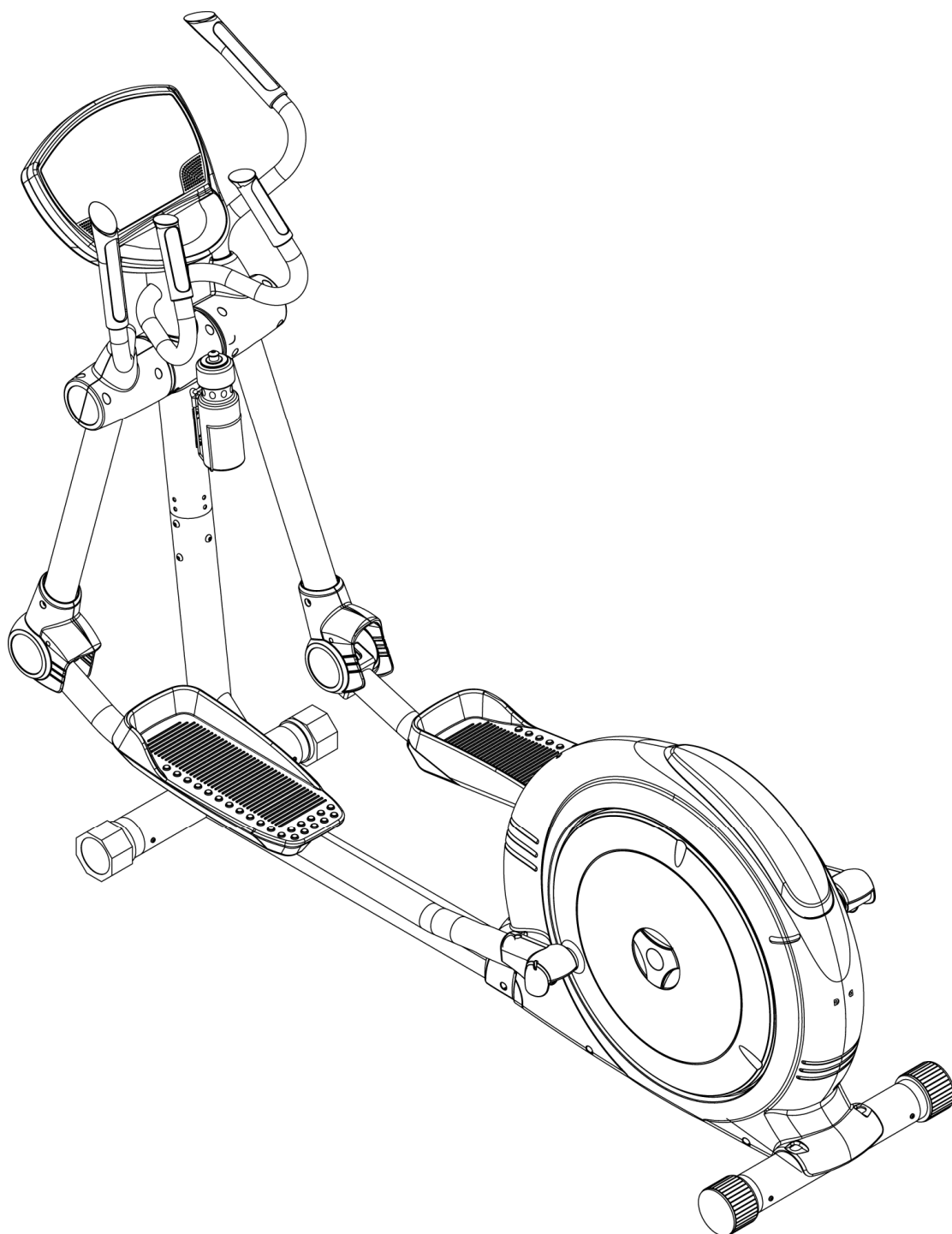


AeroFit

Эллиптический тренажер 8800E

РУКОВОДСТВО ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ



ПОЗДРАВЛЯЕМ!

Вы стали обладателем профессионального эллиптического тренажера **AEROFIT PROFESSIONAL** 8800E. Наша команда призвана сделать Ваши тренировки интересными и полезными, предоставляя подробную информацию и поддержку, на которую Вы всегда можете рассчитывать. Благодарим Вас за приобретение профессионального эллиптического тренажера и желаем успешных тренировок!

Тренажеры **AEROFIT PROFESSIONAL** проходят многоступенчатое тестирование, чтобы максимально снизить возможность брака и гарантировать бесперебойные продолжительные тренировки в течение длительного времени.

Если Вам нужна помощь в настройке тренажеров **AEROFIT PROFESSIONAL** или пришло время проводить периодическое сервисное обслуживание, просим связаться с официальным сервисным центром **AEROFIT PROFESSIONAL** по контактной информации, указанной ниже:

Тел.: (495) 276-27-26, 221-26-29

Электронный адрес: service@sportrus.ru

Согласно статистическим данным, профессиональное периодическое обслуживание тренажеров продлевает срок службы оборудования минимум в 2 раза и тем самым значительно экономит Ваши деньги.

ООО «СпортРус»
Официальный представитель *AEROFIT PROFESSIONAL* на территории
Российской Федерации и СНГ
г. Москва
Варшавское шоссе 33, стр. 13
(495) 276-27-26, 221-26-29
www.aerofit.ru

Советы перед установкой

Следующие инструкции помогут Вам при сборке эллиптического тренажера 8800E:

1. Приготовьте все составные части заранее – это сэкономит ваше время!
2. Все винты закручиваем вправо и раскручиваем влево.
3. Все необходимые для полной сборки инструменты прилагаются.
4. Наличие помощника упростит процесс сборки.
5. Все инструкции написаны с расчетом на то, что пользователь находится на тренажере лицом к компьютеру.

Выбор места и установка

Установка:

- Место расположения тренажера должно быть ровным и устойчивым.
- Пространство вокруг тренажера должно быть не менее 45см, чтобы обеспечить комфортный доступ к нему.
- Убедитесь, что источник электропитания находится на удобном расстоянии.

Перемещение:

- Эллиптический тренажер 8800E очень тяжелый, поэтому перемещать его могут не менее двух человек.
- НЕ хватайте тренажер за компьютер.
- Используйте колесики на передней части платформы для перемещения тренажера только в закрытом помещении или в квартире. На бетоне или гравии колесики могут поломаться или погнуться.

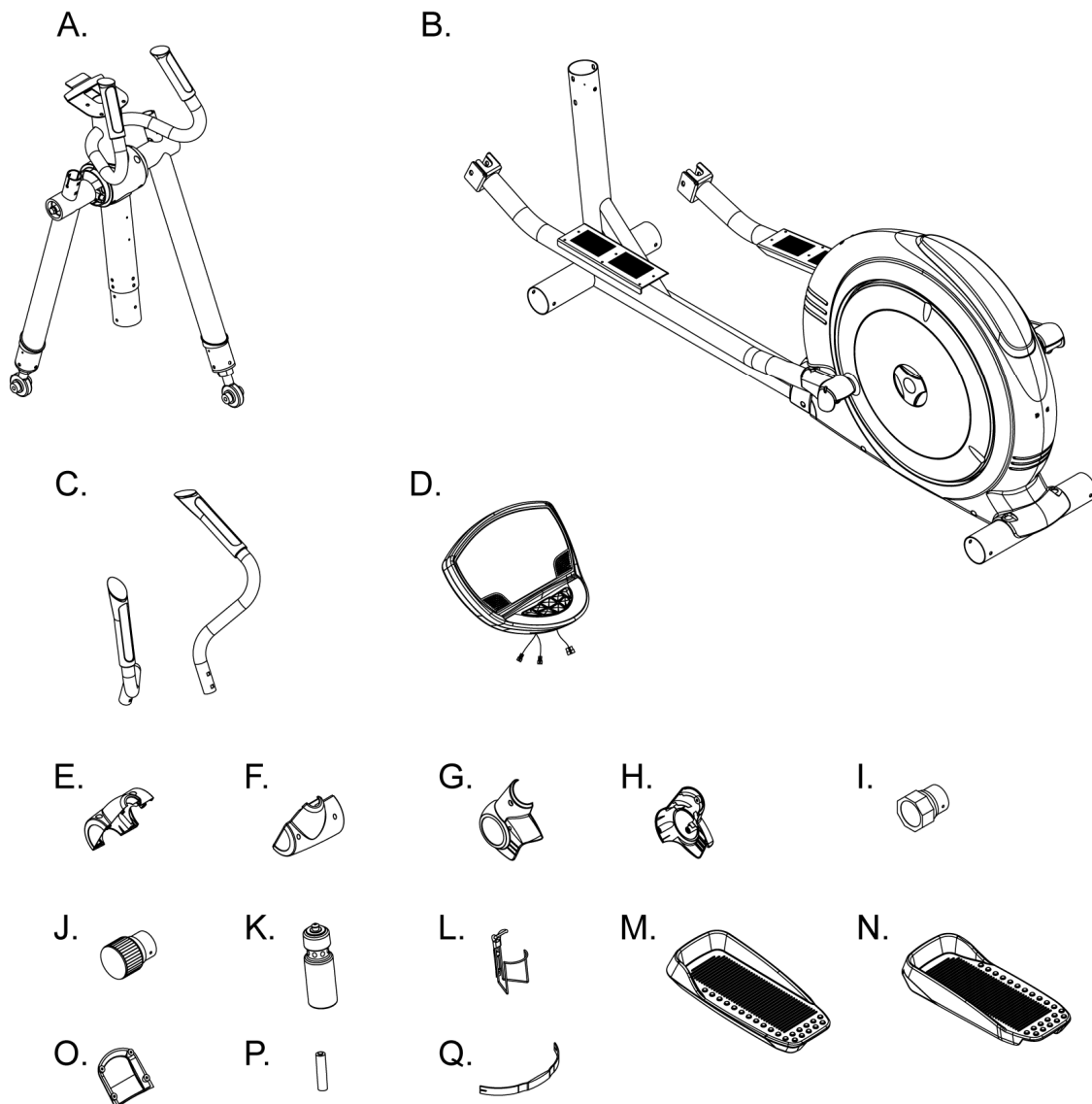
Инструкция по технике безопасности

Используя электрические приборы, всегда принимайте меры предосторожности, включая следующее:

1. Не оставляйте тренажер без присмотра, когда он включен в сеть. Всегда выключайте его, если прекращаете использование, а также осуществляете техническое обслуживание.
2. Чтобы избежать опасности, тренажер не должны использовать инвалиды или лица с ограниченными двигательными, умственными способностями, с нарушениями органов чувств, а также лица без опыта использования и необходимых для этого знаний. Держите тренажер вдали от детей.
3. Особое наблюдение необходимо, если тренажер используют или находятся рядом дети, инвалиды и лица с ограниченными способностями.
4. Неправильные или чрезмерные тренировки могут закончиться травмами и повреждениями.
5. Используйте тренажер только по его прямому назначению, описанному в инструкции. Производитель не рекомендует использование приложений.
6. Никогда НЕ используйте тренажер, если поврежден электропровод или штепсель, а также, если сам тренажер неисправно работает, поврежден или взаимодействовал с водой. Верните тренажер в сервис-центр для экспертизы и исправления повреждения.
7. Не передвигайте тренажер при помощи электропровода и не используйте его в качестве держателя.
8. Держите провод вдали от нагреваемых поверхностей.
9. Никогда не бросайте и не вводите ничего в отверстия тренажера.
10. Не используйте на открытом воздухе.
11. Тренажер следует устанавливать на ровной устойчивой поверхности.
12. Зона безопасности вокруг тренажера должна составлять 2,000мм x 1,000мм.
13. Не используйте в местах, где расплылись какие-либо спреи и аэрозоли, или в местах с повышенным содержанием кислорода.
14. Эллиптический тренажер 8800E предназначен для использования в фитнес-центрах и залах с малой и средней пропускной возможностью.

Основные детали:

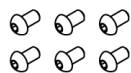
№	Описание	Шт.	№	Описание	Шт.
A	Стойка	1	I	Заднее колесо	2
B	Основная Рама	1	J	Переднее колесо	2
C	Комплект ручек	1	K	Бутылка для воды	1
D	Консоль	1	L	Держатель бутылки	1
E	Декоративная крышка	2	M	Педаль (Левая)	1
F	Декоративная крышка	2	N	Педаль (Правая)	1
G	Декоративная крышка	2	O	Декоративная крышка	1
H	Декоративная крышка	2	P	Батарейка AA 1.5V	4
<i>ОПЦИОНАЛЬНО:</i>			Q	<i>Нагрудный датчик пульса POLAR T41</i>	1



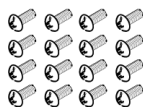
Мелкие детали:

№	Описание	Шт.	№	Описание	Шт.
K01	Винт под шестигранник М8ХР1.25Х15	6	K12	Пружинная шайба М8	12
K02	Крестовой винт с круглой головкой М5ХР0.8Х15	16	K13	Винт под шестигранник М8ХР1.25Х15	12
K03	Винт М8ХР1.25Х45	4	K15	Крестовой винт с круглой головкой М5ХР0.8Х10	2
K04	Гайка М8ХР1.25	4	K16	Крестовой винт с круглой головкой М4ХР0.7Х8	4
K05	Крестовой винт с круглой головкой М6ХР1.0Х10	8	K17	Ключ 10mm+17mm	2
K06	Болт М10ХР1.5Х75	2	K18	Ключ 13mm	1
K07	Пружинная шайба М10	2	K19	Универсальный шестигранный ключ 5mmХ40mm180mm	1
K08	Плоская шайба Ø10х Ø20х2.0t	2	K20	Универсальный ключ (10mm+13mm)+Отвертка	1
K09	Гайка М10ХР1.5	2	K21	Шестигранный ключ 6mmХ26mmХ76mm	1
K10	Закрытая гайка М6ХР1.0	4	K22	Шайба Ø8х Ø16х1.0t	6
K11	Плоская шайба Ø6х Ø13х1.0t	4			

K01.



K02.



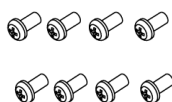
K03.



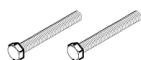
K04.



K05.



K06.



K07.



K08.



K09.



K10.



K11.



K12.



K13.



K15.



K16.



K17.



K18.



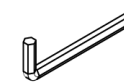
K19.



K20.

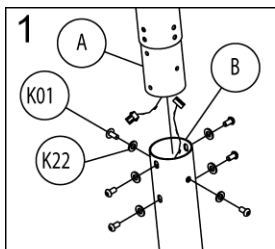


K21.

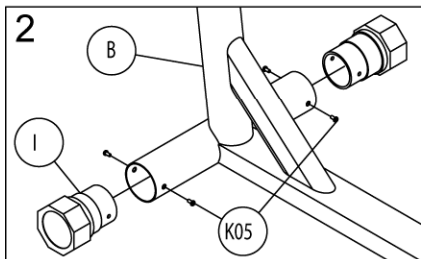


K22.

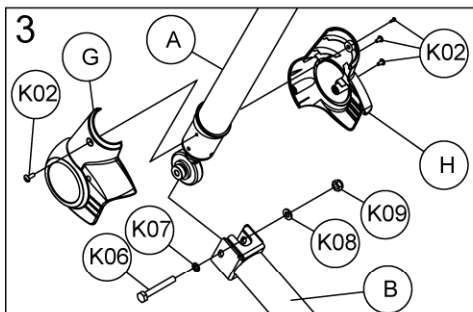
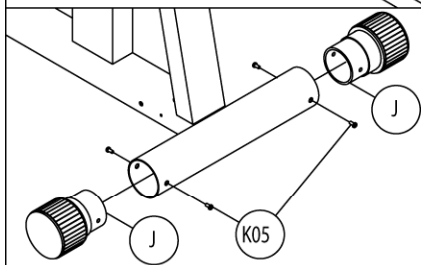




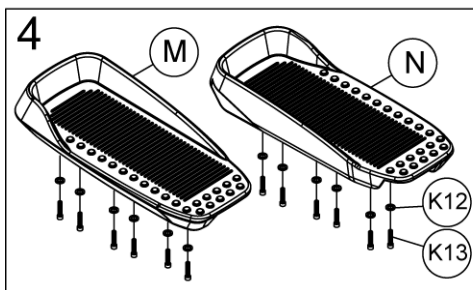
Соедините провода (А) и (В), затяните (K01) и (K22).



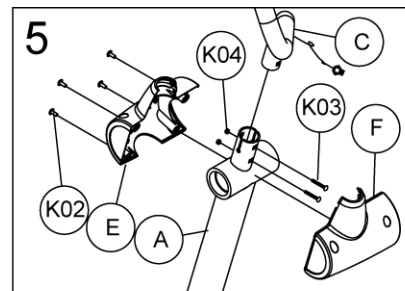
Вставьте (I), (J) в (В) и закрепите (K05).



Соедините (В) с помощью (K06), (K07), (K08), (K09) и зафиксируйте (G), (H) с помощью (K02).



Закрепите (M), (N) при помощи (K12), (K13)

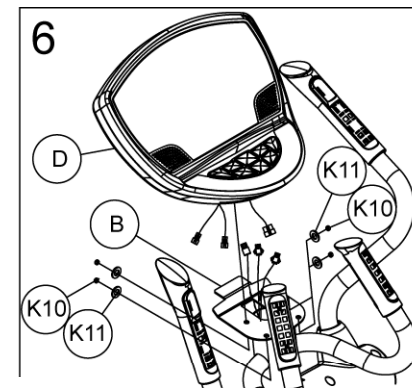


Соедините провода датчиков пульса, закрепите (С), (А) при помощи (K03), (K04). Закрепите (Е), (F) при помощи (K02). См. след. стр. Не пережмите провода!

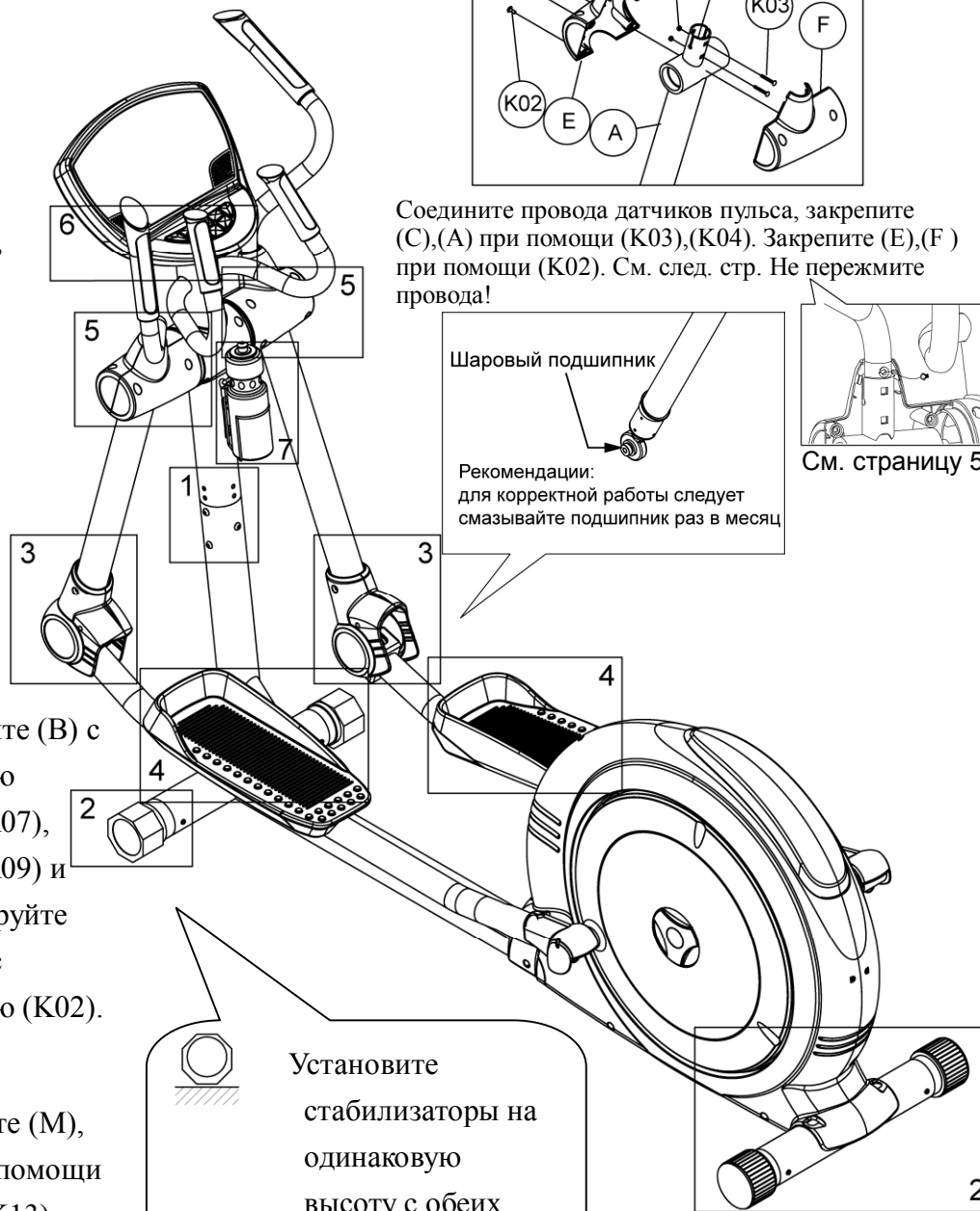
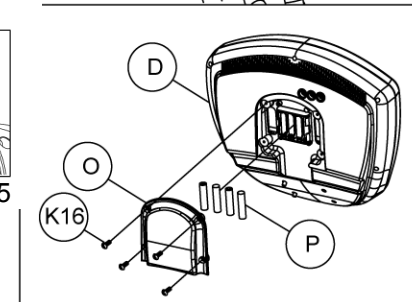
Шаровый подшипник
Рекомендации: для корректной работы следует смазывать подшипник раз в месяц



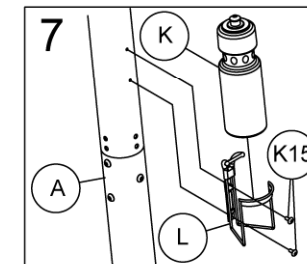
См. страницу 5



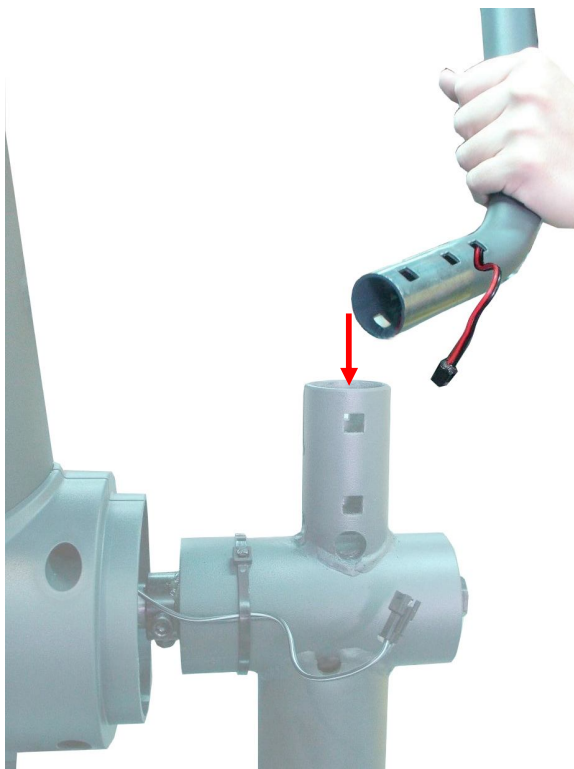
Соедините провода (D), (B). Закрепите гайками (K10), (K11), вставьте батарейки (P), закройте (O).



Установите стабилизаторы на одинаковую высоту с обеих сторон.



Закрепите держатель (L) винтами (K15).

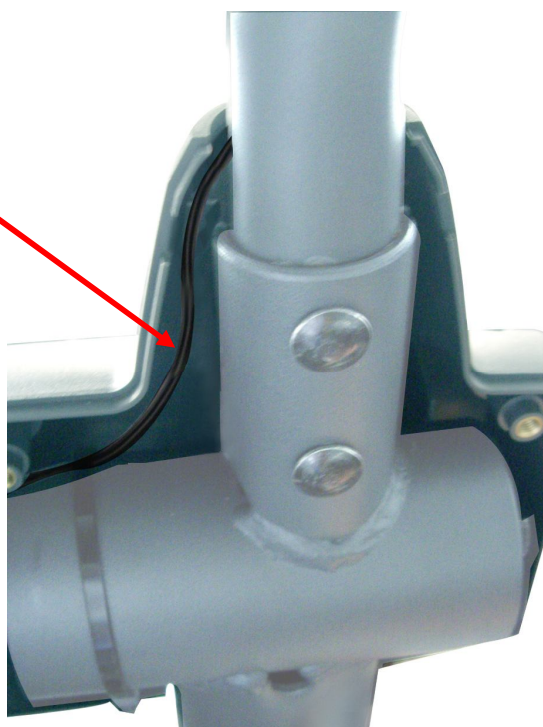


Шаг 1: Вставьте ручку в трубу.



Шаг 2: Соедините разъем от датчика пульса.

Убедитесь, что во время
установки не были пережаты
провода от датчика пульса






Шаг 3: Установите декоративные крышки.

Инструкция по работе с консолью

I. Описание

Консоль оснащена светодиодным точечным дисплеем, на который выводятся следующие параметры тренировки: TIME (Время), DISTANCE (Дистанция), RPM (Оборотов в минуту), HEART RATE (Частота пульса), WORKLEVEL (Уровень), WATTS (Мощность), METS, CALORIES (Калории) и Профиль программ.

II. Окно дисплея при включении и начале тренировки

1. При включении тренажера дисплей засветится на 2 секунды. Затем на дисплее появится надпись 『THE LOWEST LEVEL』 (Низкий уровень нагрузки) и 『SET WEIGHT 70KG/』 (Установленный вес 70кг) и 『PRESS ENTER』 (Нажмите ENTER). Кнопками  и  установите собственный вес в диапазоне времени от 15 до 250кг и нажмите кнопку .
2. Если Вы не вращаете педали, тренажер отключится и перейдет в Спящий режим.
3. Этот компьютер оборудован функцией запасного электропитания от 4 батареек АА 1.5V. Когда пользователь вращает педали, энергия для питания тренажера вырабатывается генератором. Когда пользователь перестает вращать педали, компьютер работает от батареек.
4. Если не использовать тренажер в течение 2 минут, подсветка экрана будет выключена на 1 минуту (нажатие на любую кнопку включит лампу подсветки). Если нет никакого действия на тренажере после того, как прошла 1 минута, компьютер выключится автоматически.

III. Основные функции кнопок

Нажатие любой кнопки сопровождается звуковым сигналом.



QUICK START: кнопка для запуска программы и начала тренировки



RESET: чтобы войти в функцию Сброса (Reset) удерживайте кнопку Сброса (Reset Key) в течение 3 секунд



ENTER SELECT: кнопка для входа в программы и подтверждения установленных значений



+: кнопка для выбора профиля тренировки и увеличения уровня нагрузки во время тренировки.



-: кнопка для выбора профиля тренировки и уменьшения уровня нагрузки во время

тренировки.

: кнопка для перемещения по экрану.

Шесть кнопок с названиями программ тренировок:

Manual: программа Ручной Режим

HRC: программы Контроля Частоты Пульса

Random: программа Случайный Выбор




Weight Loss: программа Потеря Веса


CV Workout: программа Сердечнососудистая Тренировка



Hill Intervals: программа Чередование Холмов


IV. Программы

1. Ручной Режим:




Нажмите кнопку  или кнопки ,  для входа в Ручной Режим. На дисплее появится надпись 『THE LOWEST LEVEL』 (Низкий уровень нагрузки) и включится индикатор Ручного Режима. На экране появятся надписи 『SELECT WORKOUT』 (Введите значения) и 『PRESS ENTER』 (Нажмите ENTER).

Нажмите  для установки времени тренировки. На дисплее появятся надписи 『SET TIME 30:00』 (Установленное время 30 минут) и 『PRESS ENTER』 (Нажмите ENTER).

Кнопками  или  установите время тренировки в диапазоне времени 1-99 минут.

Нажмите  для начала тренировки и на дисплее появится надпись 【PROGRAM OPERATION】 (Программа запущена).



В процессе тренировки на светодиодном дисплее будут отображаться следующие параметры: TIME (Время), DISTANCE (Дистанция), RPM (Оборотов в минуту), CALORIES (Калории).




- Нажмите кнопку , чтобы увидеть WORKLEVEL (Уровень), WATTS (Мощность), METS, HEART RATE (Частота пульса).
- В процессе тренировки можно менять нагрузку с помощью клавиш  и .
- Экран покажет сердечный пульс, если датчики пульса получают сердечный сигнал.
- После окончания тренировки монитор перейдет в режим 【Stop Mode】, а на дисплее отобразятся результаты тренировки.




2. Программы Random, Weight Loss, CV Workout, Hill Intervals


2.1. Выбор программ Random (Случайный Выбор), Weight Loss (Потеря Веса), CV

AeroFit




Workout (Сердечнососудистая Тренировка) и Hill Intervals (Чередование Холмов) осуществляется непосредственно кнопками на консоли или кнопками  или . На дисплее появится надпись 『PROFILE』 (Профиль) и включится индикатор соответствующего режима.

2.2. Нажмите , чтобы установить уровень нагрузки. На дисплее появятся надписи 『SET LEVEL 1』 (Установленный уровень 1) и 『PRESS ENTER』 (Нажмите ENTER). Кнопками  или  установите уровень нагрузки в диапазоне от 1 до 16.

2.3. Нажмите кнопку , чтобы установить время. На дисплее появятся надписи 『SET TIME 30:00』 (Установленное время 30 минут) и 『PRESS ENTER』 (Нажмите ENTER). Кнопками  или  установите время тренировки в диапазоне от 1 до 99 минут.



2.4. Нажмите кнопку  для начала тренировки и на дисплее появится надпись **【PROGRAM OPERATION】** (Программа запущена).

В процессе тренировки на дисплее будут отображаться следующие параметры: TIME (Время), DISTANCE (Дистанция), RPM (Оборотов в минуту), CALORIES (Калории).














- Нажмите , чтобы переключиться на WORKLEVEL (Уровень), WATTS (Мощность), METS, HEART RATE (Частота пульса).
- В процессе тренировки можно менять нагрузку с помощью клавиш  и .
- Дисплей покажет сердечный пульс, если датчики пульса получают сердечный сигнал.
- После окончания тренировки монитор перейдет в режим **【Stop Mode】**, а на дисплее отобразятся результаты тренировки.

3. Программы HRC (Программы Контроля Частоты Пульса): 55%, 70%, 80% и Целевая Зона Пульса

Программы контроля частоты пульса работают только с нагрудным датчиком пульса.

3.1. Выбор программ HRC осуществляется непосредственно кнопкой на консоли или кнопками  и . На дисплее появится надпись 『ONE LINE』 и включится индикатор соответствующего режима. На дисплее появятся надписи

『SELECT WORKOUT』 (Введите значения) и 『PRESS ENTER』 (Нажмите ENTER).

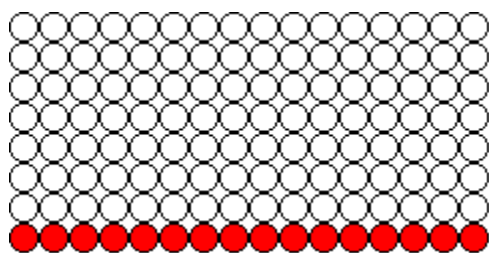
- 3.2. Нажмите , чтобы установить возраст. На дисплее появится надпись 『AGE 25』 (Возраст 25 лет). Кнопками  или  установите возраст в диапазоне от 10 до 99 лет. Программа рассчитывает частоту пульса, основываясь на Вашем возрасте. Нажмите  для подтверждения.
- 3.3. На дисплее появится программа **55%**. Кнопками  и  выберете программу **55%, 70%, 80%** или **SET HR** и нажмите .
- 3.4. Дисплей **TIME** (Время) начнет моргать. Кнопками  и  установите время тренировки в диапазоне 1-99 минут и нажмите , а затем  для начала тренировки.
- 3.5. В программе **SET HR** пользователь может кнопками  и  установить свой целевой пульс в диапазоне от 40 до 220 BPM (ударов в минуту).

После старта программы на дисплее появится надпись 『WARM UP』 (Разминка) и будет запущена стадия разминки. Через 2 минуты на дисплее появится надпись 『BEGINNING HR』 (Начало программы) и запустится программа HRC.

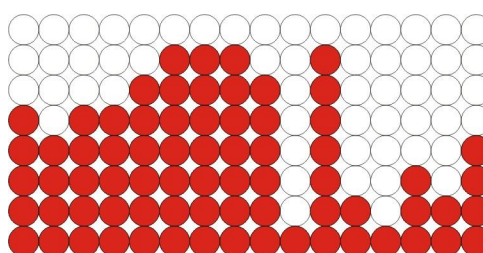
Если пульс не будет обнаружен в течение 60 секунд, тренажер автоматически перейдет в режим Готовности.

Заставки профилей:

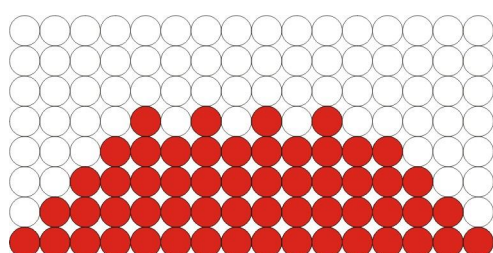
Ручной режим:



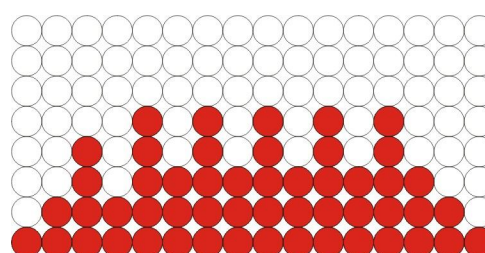
Случайный режим:



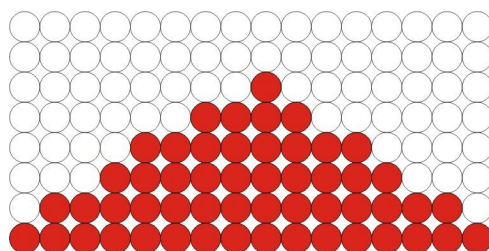
Программа потери веса:



Программа Чередование Холмов:



Сердечнососудистая тренировка:



HRC (Контроль частоты пульса):

