Велотренажер горизонтальный DHZ-X9109

Инструкция пользователя

Примечание: серия и номер модели подлежат подтверждению при заказе.
Тренажерное оборудование соответствует **EN957-10, класс S (S=студия)**

Инструкция по безопасности

Предупреждение: данное руководство включает важную информацию по безопасности, внимательно ознакомьтесь с инструкцией по безопасности перед использованием оборудования.

- Данное тренажерное оборудование предназначено исключительно для использования в тренировочных зонах таких как спортивные организации, образовательные учреждения, отели, клубы и студии, где доступ и управление определенным образом организованы владельцем (лицом, которое несет юридическую ответственность).
- Тренировочное оборудование должно использоваться исключительно в зонах, где доступ и контроль регулируются владельцем в особой форме; уровень контроля зависит от пользователей, имеется ввиду степень доверия, возраст, опыт, и т.д.
- Пользователи до 12 лет и лица с ограниченными возможностями не допускаются к использованию оборудования, а несовершеннолетние должны тренироваться под руководством инструктора.
- Данный тренажер должен размещаться на полу, в помещении с низким уровнем влажности.
- Перед тренировкой пользователю необходимо выполнить несколько разминочных упражнений, а также быть одетому в подходящую спортивную одежду.
- Пользователь может скорректировать наиболее подходящее сопротивление согласно фактическому состоянию тела. При возникновении недомогания после тренировки следует проконсультироваться с врачом.
- Неправильное использование может привести к поломке устройства и возможному нанесения вреда здоровью тренирующегося.
- Перед тренировкой повторно проверьте состояние устройства, а именно устойчивость и т.д.
- Соблюдайте надлежащий диапазон регулирования для регулировки сиденья в соответствии с ростом пользователя.
- При появлении головокружения, тошноты, сдавливания в груди или других симптомов, немедленно прекратите тренировку и проконсультируйтесь с врачом.
- Во время использования тренажера им необходимо управлять.
- Максимальная нагрузка данного велотренажера составляет 150 кг/330 фт.
- Низкая коммерческая точность данного велотренажера - класс SC.
- Длина: 1630 мм; ширина: 610 мм; высота: 1300 мм.м
- Масса: 100 кг.
- Минимальное безопасное пространство для использования устройства: 3000 × 1200 × 2400 мм (Длина × ширина × высота).
- Данный велотренажер является тренажерным оборудованием для спортзала и не может использоваться в качестве медицинского устройства.

A. Спецификация сборочного узла

1. Вид с разнесёнными частями

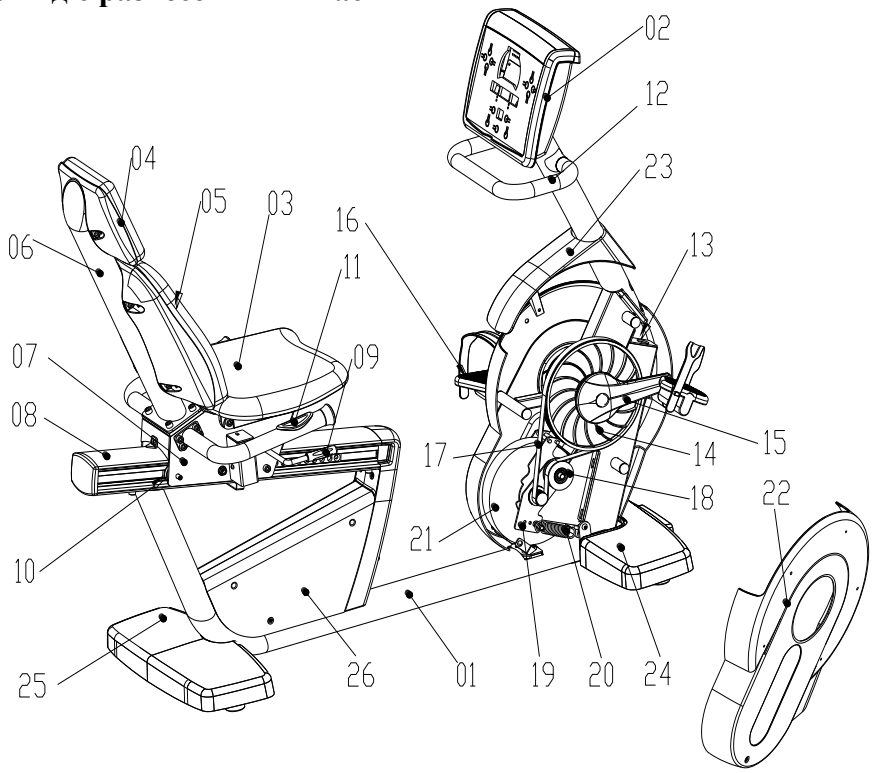

Рисунок 1

2. Детальная информация о составляющих

№	Наименование	№	Наименование
01	Основная рама	14	Ременной шкив
02	Электронный счётчик	15	Заводная рукоятка
03	Подушка сиденья	16	Педаль
04	Малое сидение	17	Ремень
05	Большое сидение	18	Нажимной ролик
06	Фиксированная группа сидения	19	Составляющие нажимного ролика
07	Деталь держателя седла	20	Пружина
08	Составная алюминиевая направляющая	21	Спонтанный двигатель
09	Регулирующие ручки	22	Кожух основной стойки
10	Направляющее колесо	23	Декоративная накладка
11	Рукоятка сердечного ритма	24	Стержень декоративной передней накладки, напольный
12	Руль велотренажера	25	Стержень декоративной задней накладки, напольный
13	Контрольная панель	26	Опорная накладка основной стойки

Б. Инструкции
1. Сборочные чертежи

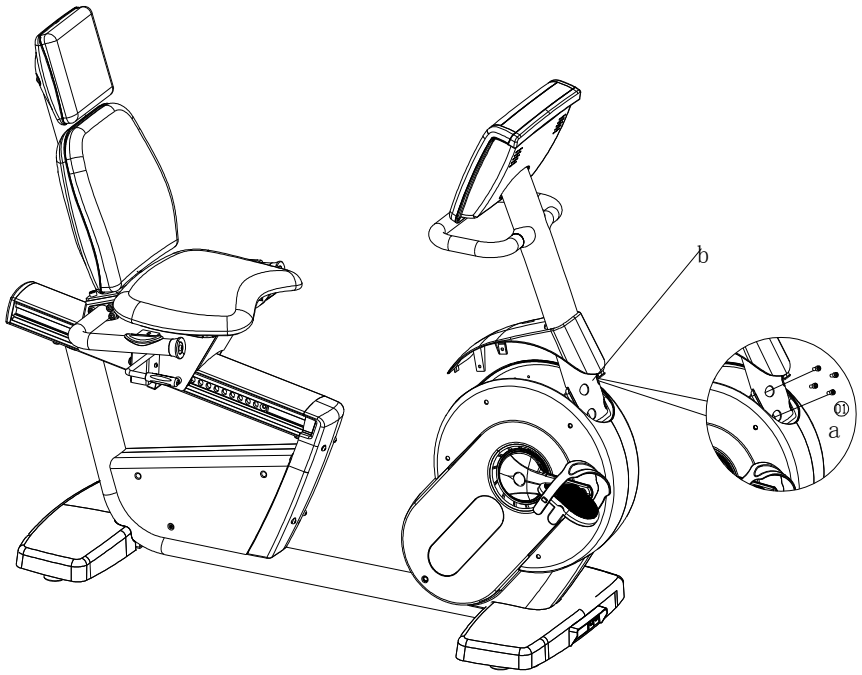

Рисунок 2

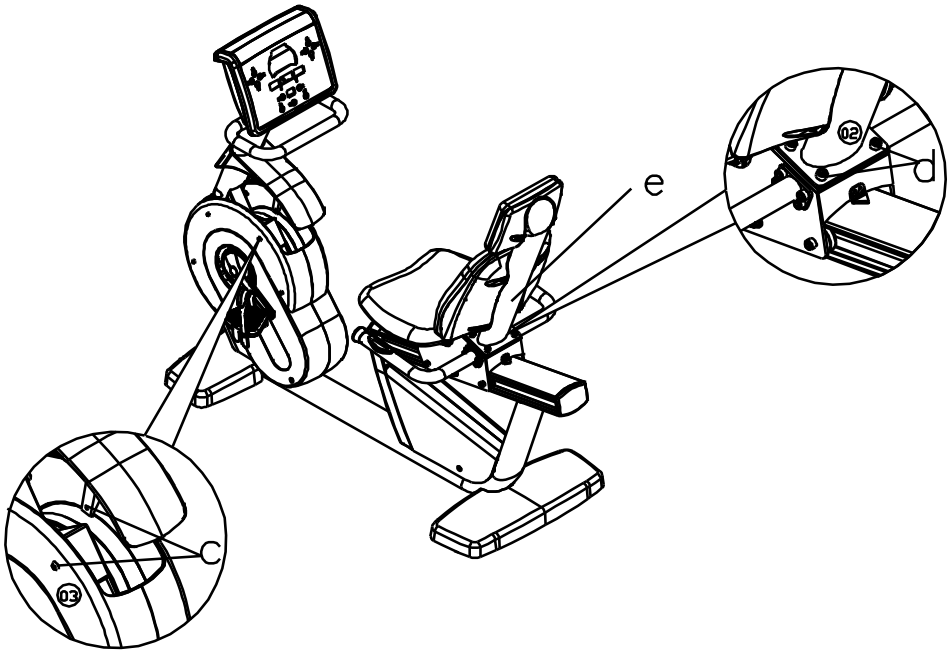

Рисунок 3

2. Детальная информация об элементах конструкции

№	Наименование	Количество
01	Винтовая муфта головки цилиндра M10*20	4
02	Винтовая муфта полукруглой головки M10*30	4
03	Винтовая муфта полукруглой головки M8*20	2

3. Детальная информация об элементах конструкции

1) Выровняйте отверстия на Рис. a и поместите узел так, как показано на Рис. 1 (a). Затем закрепите винты (M10*20), как показано на Рис. 1 (b).

2) Выровняйте отверстие под винт накладки с отверстием на детали корпуса, как показано на Рис. (c), затем зафиксируйте винтом (M8*20).

3) Выровняйте данные четыре отверстия на элементе внутренней обшивки (e) с четырьмя отверстиями основной стойки и зафиксируйте винтом (M10 * 30) как показано на Рис. (d).

4. Выполнение проверки сборки

1) Каждый элемент конструкции собирается обычным образом, а каждая регулирующая рукоятка фиксируется без ослабления.

2) Оба компонента ручки и компоненты сидения фиксируются надежно, без какого-либо колебания.

3) Педаль фиксируется без ослабления.

4) При использовании устройство работает плавно без очевидного шума.

5) Электрический счетчик отображает данные в обычном режиме.

6) Регулирование подушки сиденья должно быть плавным.

Примечание: Перед использованием необходимо закрепить винт, чтобы избежать ослабления соединения.

B. Инструкция по использованию

1. Регулирование сидения

Перед тренировкой следует отрегулировать положение сидения в соответствии с ростом тренирующегося.

Передвигайте сидение, пока пользователю не будет комфортно, потом нажмите на регулирующие ручки для фиксации положения сиденья.

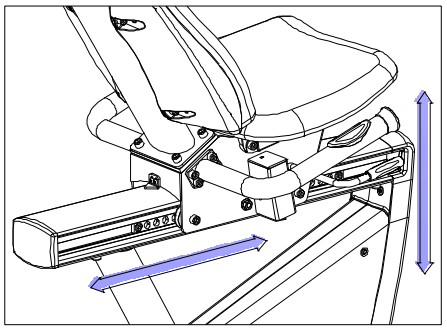

Рисунок 4

2. Регулирование ремня

Изначально изготовитель ремня уже выполнил регулирование сопротивления (рисунок 5), таким образом, необходимость в регулировке ремня перед первым использованием отсутствует. Через некоторое время после использования может произойти его ослабление, и тогда регулировка ремня крайне важна.

Для этого вначале снимите кожух основной рамы и отвинтите с помощью гаечного ключа винт, таким образом вы ослабите пружину. Затем извлеките винт, поместив его в подходящее отверстие.

Навесьте пружину. Зафиксируйте и затяните винт гаечным ключом.

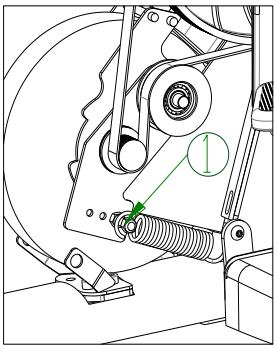

Рисунок 5

После регулировки кожух основной рамы должен быть закреплен винтами.

3. Регулирование педали

Пользователи должны отрегулировать опору педали согласно длине ремня безопасности на педали, как показано на картинке. Вначале, ослабьте ремень безопасности, поставьте ногу на педаль и зафиксируйте ремень в удобном для ноги положении.

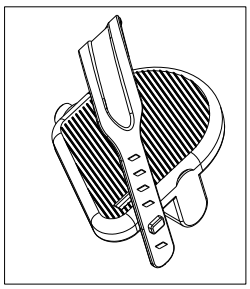

Рисунок 6

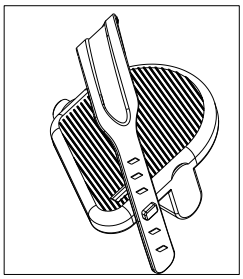

Рисунок 7

Внимание

Проведение тренировки допускается исключительно в положении сидя, а также во время тренировки необходимо держаться за руль. Иной способ тренировки запрещается, то есть тренировки не должны проводиться в положении стоя или полусидя.

Данные о сердечном ритме используются только в качестве информирования, и не могут использоваться в качестве медицинских данных.

Г. Инструкция по эксплуатации электромагнитной системы управления

1. Быстрый запуск (QUICK START)

Для старта тренажера нажмите кнопку «Быстрый запуск» (QUICK START), и потом нужно перейти к регулировке уровня нагрузки. Для изменения уровня нагрузки нажмите кнопку «УРОВЕНЬ НАГРУЗКИ +» (EFFORT LEVEL +) или «УРОВЕНЬ НАГРУЗКИ -» (EFFORT LEVEL -). Если вы желаете изменить уровень нагрузки на какой-то конкретный, необходимо нажать кнопку с цифрой 3, 6, 9, 12 «Направленная нагрузка» (EFFORT DIRECT).

Примечание: диапазон уровня нагрузки: 1 - 20

2. ПАУЗА (PAUSE)

Во время работы на тренажере нажмите кнопку «ПАУЗА» (PAUSE), и затем уровень нагрузки примет нулевое значение, все окно подсчета перестанут считать. На экране отобразится надпись «Пауза» (PAUSE).

3. ОСТАНОВКА (STOP)

Во время работы на тренажере нажмите кнопку «ОСТАНОВКА» (STOP), и затем уровень нагрузки и все окна подсчета станут равны нулю. Устройство перейдет в режим ожидания.

4. ЗАПУСК РЕЖИМА ОБРАТНОГО ОТСЧЕТА

(Нажмите кнопку со стрелкой вверх или кнопку со стрелкой вниз, чтобы изменить режим обратного отсчета каждой функции).

1) В режиме ожидания нажмите один раз на кнопку со стрелкой вверх и введите настройки режима обратного отсчета времени, прокручивающееся окно «ПРОГРАММА» отобразит время, а мигающее окно времени отобразит «30:00»; потом нажмите «УРОВЕНЬ НАГРУЗКИ +» (EFFORT LEVEL +) и «УРОВЕНЬ НАГРУЗКИ –» (EFFORT LEVEL -), чтобы установить необходимое время. После этого для подтверждения нажмите «ВВОД» (ENTER); когда окно отображения времени перестанет мигать, для запуска тренажера нажмите «БЫСТРЫЙ ЗАПУСК» (QUICK START), время на дисплее начнет обратный отсчет (другие числовые значения окна начнут свой подсчет). На дисплее в поочередном порядке начнут загораться лампочки, указывающие на ход тренировки. Когда загорятся все лампочки и обратный отсчет времени достигнет нулевого значения, тогда каждое окно подсчета будет нулевого значения и потом все лампочки погаснут. Устройство входит в режим ожидания.

2) Дважды нажмите кнопку со стрелкой вверх, и введите настройки режима обратного отсчета расстояния; трижды нажмите кнопку со стрелкой вверх и введите настройки режима обратного отсчета калорий; настройки расстояния и режим отсчета калорий соответствует режиму обратного отсчета времени.
3) Диапазон установленного значения каждого режима обратного отсчета: время: 5:00-99:00, расстояние: 0,50 – 99,0, калории: 20,0 – 990.

5. Запуск системы автоматического контроля

1) Нажмите кнопку со стрелкой вверх или кнопку со стрелкой вниз, чтобы изменить фиксированные программы.
2) В режиме ожидания нажмите четыре раза кнопку со стрелкой вверх, введите фиксированную программу «P1»; нажмите пять раз кнопку и введите фиксированную программу «P2» и т.д. Одиннадцатое нажатие поможет ввести фиксированную программу «P8». Когда изменятся восемь фиксированных программ, окно уровня нагрузки всегда отобразит значение в соответствии с уровнем нагрузки фиксированных программ первого уровня.
3) Выберите любую фиксированную программу, и мигающее окно времени отобразит значение «30:00», нажимайте кнопку увеличения уровня нагрузки или кнопку уменьшения уровня нагрузки, чтобы установить продолжительность цикла фиксированных программ. После выполнения для запуска тренажера нажмите кнопку «Быстрый запуск» (QUICK START). Время на дисплее начнет обратный отсчет, а также на дисплее в поочередном порядке начнут загораться лампочки, указывающие на ход тренировки. Когда загорятся все лампочки и обратный отсчет времени достигнет нулевого значения, тогда на каждое окно подсчета будет нулевого значения и потом все лампочки погаснут. Устройство входит в режим ожидания. (Обратите внимание, что каждая фиксированная программа разделена на 20 периодов уровня нагрузки, и время переключения между каждым периодом уровня нагрузки определяется согласно времени выполнения программы, установленным пользователями: время, установленное пользователем /20).

Параметры

Заводная рукоятка	алюминиевый сплав (антиокислитель)
Направляющая	алюминиевый сплав (антиокислитель)
Уровень регулировки сидения	1--17
Сопротивление	электромагнитное сопротивление
Приведение в действие	приведение в действие пользователем
Уровень сопротивления	1－20
Данные о тренировке	время, скорость, расстояние, калории
Сердечный ритм	Сжатие руки
Тип упражнений	автоматический, ручное движение
Язык	английский
Размер устройства в сборе	Длина*Ширина*Высота 1630*610*1300 мм
Масса нетто	100 кг
Максимальная нагрузка	150 кг