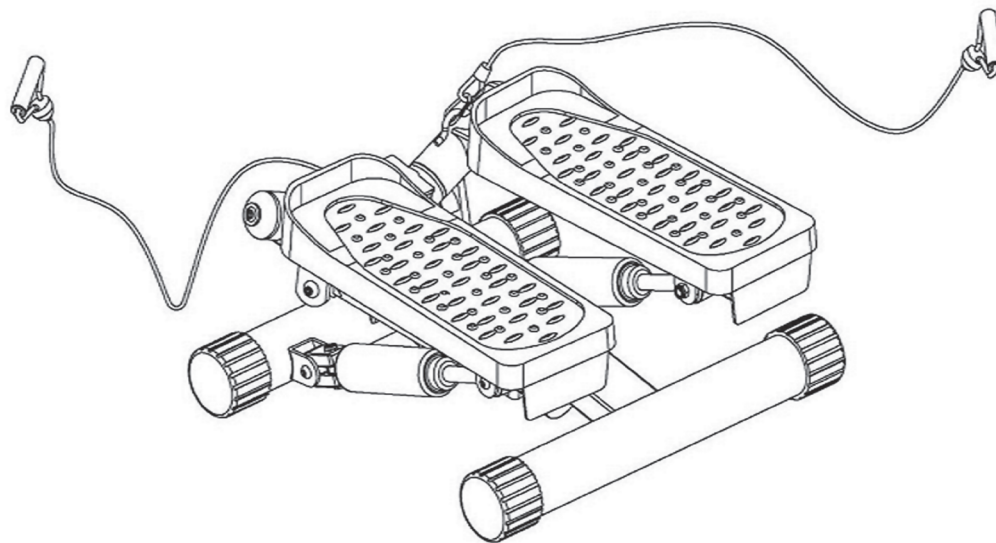


ИНСТРУКЦИЯ
ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ

Министеппер
STEPPER
K5705-1



TATVERK
— UPGRADE YOURSELF —

*СЖИГАЙ СОМНЕНИЯ —
УЛУЧШАЙСЯ!*

Инструкция по эксплуатации

Данный тренажер разработан только для домашнего использования. Производитель и/или импортер снимают с себя все гарантийные обязательства в случае профессионального и коммерческого использования или использования в тренажерных залах.

Прежде, чем приступить к выполнению упражнений на тренажере, прочтите внимательно данные инструкции.

Сохраните данное руководство пользователя как справочный материал на случай поломки или необходимости заказать комплектующие.

Проконсультируйтесь с Вашим лечащим врачом перед началом тренировок (возможны противопоказания).

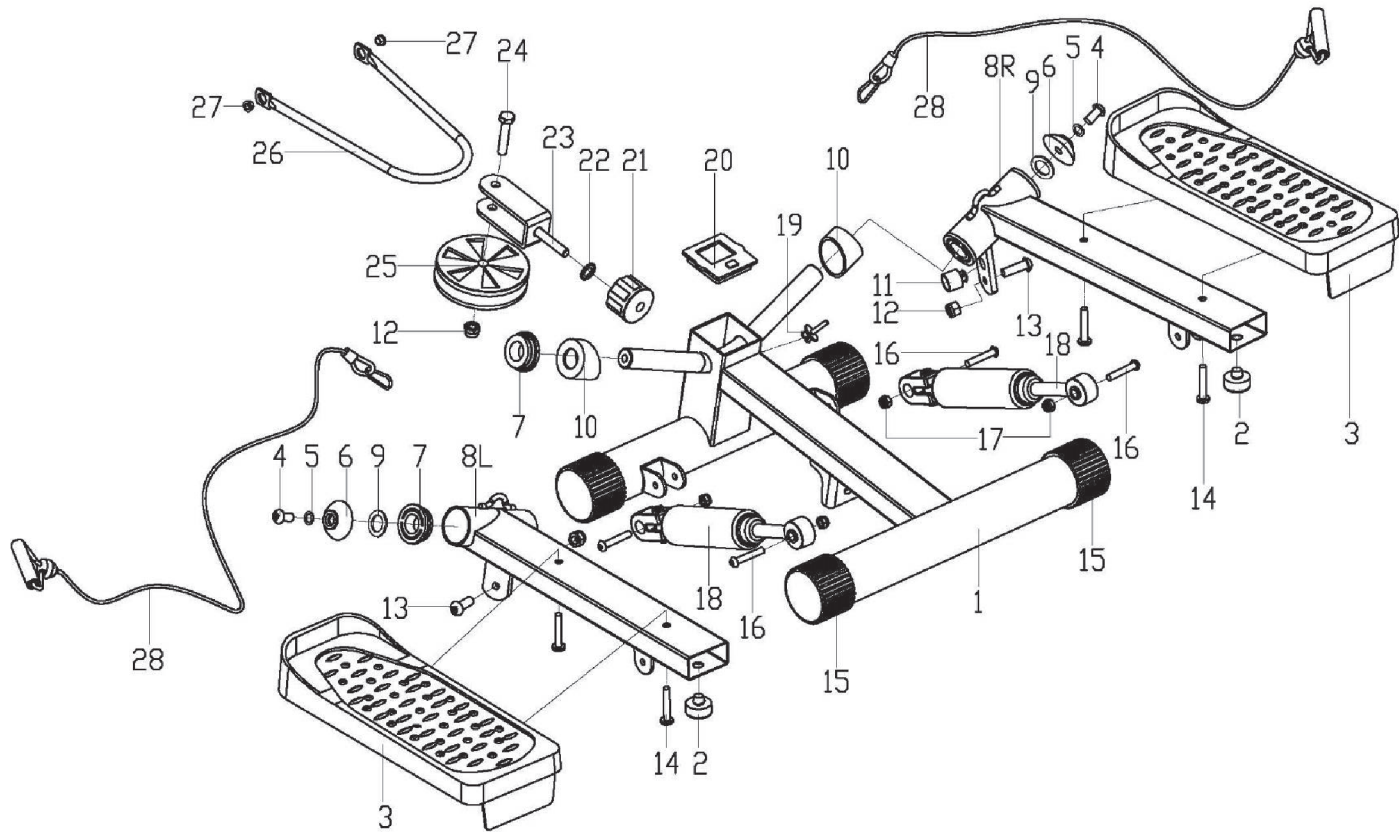
- Пожалуйста, ознакомьтесь с инструкцией перед началом занятий на тренажере.
- Если Вы в процессе тренировки почувствовали, головокружение, тошноту, боль в груди, боль в пояснице или другие неприятные симптомы сразу же прекратите тренировку и проконсультируйтесь с врачом прежде, чем возобновить тренировки.
- В процессе тренировки не превышайте свои возможности. Всегда проявляйте осмотрительность и здравый смысл.
- Используйте удобную одежду, подходящую для тренировок.
- Только один человек может пользоваться оборудованием одновременно.
- Перед использованием проверьте Ваше оборудования убедитесь, что оно работает надлежащим образом. Убедитесь, что никакие посторонние предметы не мешают движущимся частям оборудования. Удостоверьтесь, что все части смазаны, и все компоненты, включая основные детали, размещены правильно.
- Для защиты от коррозии, не храните и не используйте оборудование во влажном помещении.
- Для обеспечения безопасного использования оборудования, необходимо регулярно его обследовать для своевременного выявления и замены изношенных и поврежденных узлов. Замените дефектные компоненты немедленно и не используйте оборудование, пока оно не будет восстановлено. Выполняйте только упражнения, описанные в этом руководстве. Другие упражнения могут быть вредными для Вашего здоровья.
- Что бы избежать возможности травмировать себя или других используйте Ваше оборудование в просторном помещении. Используйте оборудование таким образом, что бы не нанести травму детям или домашним животным.
- Оборудование следует устанавливать на устойчивой ровной поверхности.
- Это оборудование не предназначено для использования лицами (включая детей) с ограниченными физическими возможностями, лицами с недостаточным опытом использования такого оборудования, если только тренировка не проходит под присмотром лица ответственного за их безопасность.
- Дети могут использовать оборудование только под присмотром взрослых. Оборудование не является игрушкой.
- Всегда располагайте ногу на педали таким образом, чтоб центр тяжести приходился на середину педали.

Спецификация деталей

1	Основная рама	1	шт
2	Резиновый стопор	2	шт
3	Педаль	2	шт
4	Винт М8х20	2	шт
5	Плоская шайба Ø8.5Ø1хØ14	2	шт
6	Пластиковая шайба	2	шт
7	Втулка	4	шт
8L/R	Поддержка педали (Л/П)	2	шт
9	Шайба Ø19.5х0.5хØ38	2	шт
10	Дугообразная шайба	2	шт
11	Магнит	1	шт
12	Нейлоновая гайка М8	3	шт
13	Винт М8х24хL9	2	шт
14	Винт М6 Х35	4	шт
15	Заглушка	4	шт
16	Винт М6х35хL10	4	шт
17	Нейлоновая гайка	4	шт
18	Гидравлический цилиндр	2	шт
19	Датчик скорости	1	шт
20	Компьютер	1	шт
21	Гайка	1	шт
22	Внешняя зазубренная шайбаD10	1	шт
23	Шкив рамы	1	шт
24	Винт М8х38хL15	1	шт
25	Шкив	1	шт
26	Пластиковостальной трос	1	шт
27	Вплавленная втулка Ø8х8хØ10.7	2	шт
28	Трос	2	шт

Инструкция по сборке

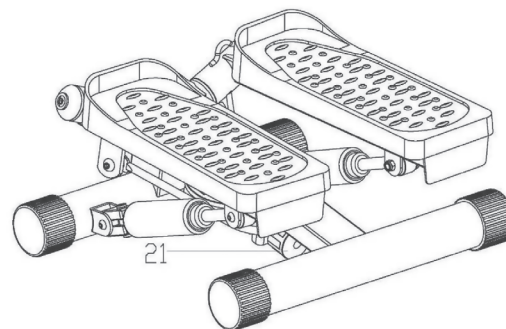
Рис. А



ПОШАГОВАЯ СБОРКА

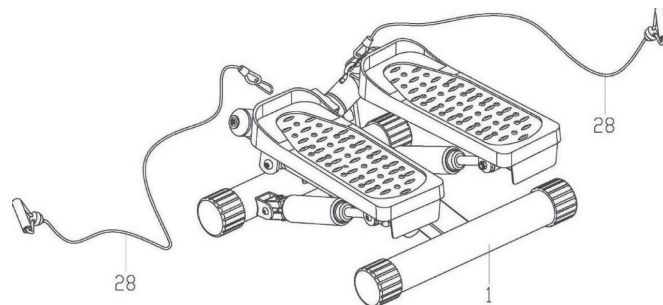
ШАГ 1:

Прежде чем использовать министеппер, отверните гайку (21). С помощью гайки (21) можно отрегулировать высоту движения педали. Пожалуйста, отрегулируйте гайку (21) таким образом, что бы привести высоту движения педали в соответствии с положением, которое подходит для Вас.



ШАГ 2:

Присоединение тросы (28) к основной раме (1).



Примечание:

1. Проверьте все части тренажера перед использованием, они должны быть безопасны и надежны.
2. Затяните все болты и гайки.
3. Поместите тренажер перед использованием на плоскую поверхность.
4. Вам следует сделать разминку перед использованием тренажера.
5. Не позволяйте детям или домашним животным играть с оборудованием или вокруг него.
6. Во время тренировки используйте обувь с комфортной подошвой или спортивную обувь, не одевайте для тренировки свободную одежду, части которой могут попасть в движущиеся части тренажера.
7. Прежде чем приступить к тренировкам, следует проконсультироваться с врачом.
8. Используйте тренажер в соответствии с инструкцией.
9. Не прикасайтесь к цилиндру после окончания тренировки.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ КОМПЬЮТЕРА

A. Описание:

1. TIME (ВРЕМЯ)-----0:00-59:59 MINUTES (МИНУТЫ)
2. COUNT(СЧЕТ)-----0-9999TIMES
3. REPS/MIN(Шаги/минуту)-----0-999REPS/MIN
4. CALORIES(КАЛОРИИ)-----0-9999 CAL

B. Функциональные кнопки:

MODE: Это кнопка выбора и блокировки функций по Вашему выбору..

C. Порядок работы:

AUTO ON/OFF (Включение/Выключение):

- Система включается, когда нажата кнопка MODE или при поступлении сигнала от датчика скорости.
- Система выключает автоматически, если от датчика скорости не поступает сигнал, или никакие кнопки не нажимаются приблизительно 4 минуты.

D. Reset (Перезагрузка):

Система может быть перезагружена путем замены батарейки или путем удержания кнопки MODE на протяжении 3 секунд.

E. Function (Функции):

- COUNT (Счет) Счет отображается в первом ряду экрана.
- SCAN (Просмотр) Отображает одну функцию одновременно и переключается на другую автоматически.

F. Элемент питания:

Компьютер использует одну батарейку 1.5V AG-13. Вы можете заменить батарейку через заднюю часть компьютера. Пожалуйста, следуйте пошаговой инструкции: (Эти данные достаточно приблизительно и служат только для сравнения интенсивности тренировок и не могут быть использованы как медицинские показатели)

Как заменить батарейку:

1. Снимите компьютер с оборудования и осторожно переверните. Действуйте аккуратно, что бы не оборвать и не повредить кабель. (рис. 1.)
2. Снимите пластиковую защитную крышку. (рис. 2)
3. Выньте старую батарейку и замените ее на новую 1.5V AG-13 соблюдая полярность. (рис. 3)
4. Закройте пластиковую защитную крышку.
5. Нажмите кнопку "MODE" для проверки компьютера. (если нет сигнала переустановите батарею снова)
6. Установите компьютер обратно.



B www.vk.com/tatverk

f www.facebook/tatverk



www.tatverk.com

