



Гребной тренажер аэродинамический

VictoryFit VF-AR700



тренажера.





!

! П

-

■

1.

2.

СОСТОЯНИИ

3.

4. Н

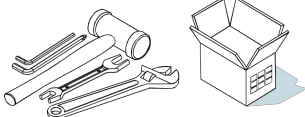
. П

0.5

5.

6.

повреждениям и травмам.



перед началом использования

8.

150

9.

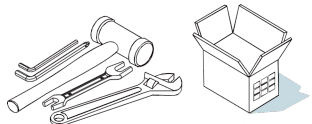
10.

11.

12.

13.

45°



перед началом использования



.....- 1 -

※ - 1 -

※ - 2 -

※ - 3 -

※ - 4 -

◆ **Процесс использования** - 5 -

※ - 5 -

※**Методика эффективных тренировок**..... - 9 -

※**Регулировка тренажера** - 11 -

※ - 12 -

※ - 13 -

※ -14-

◆

Н - 17 -

※ - 17 -

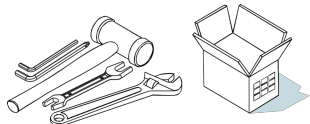
※ **50** - 17 -

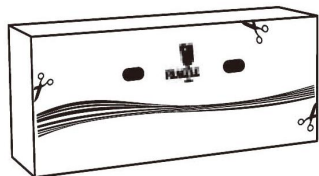
※ **250** - 18 -

※ - 21 -

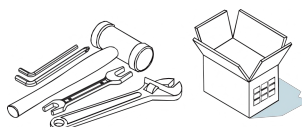
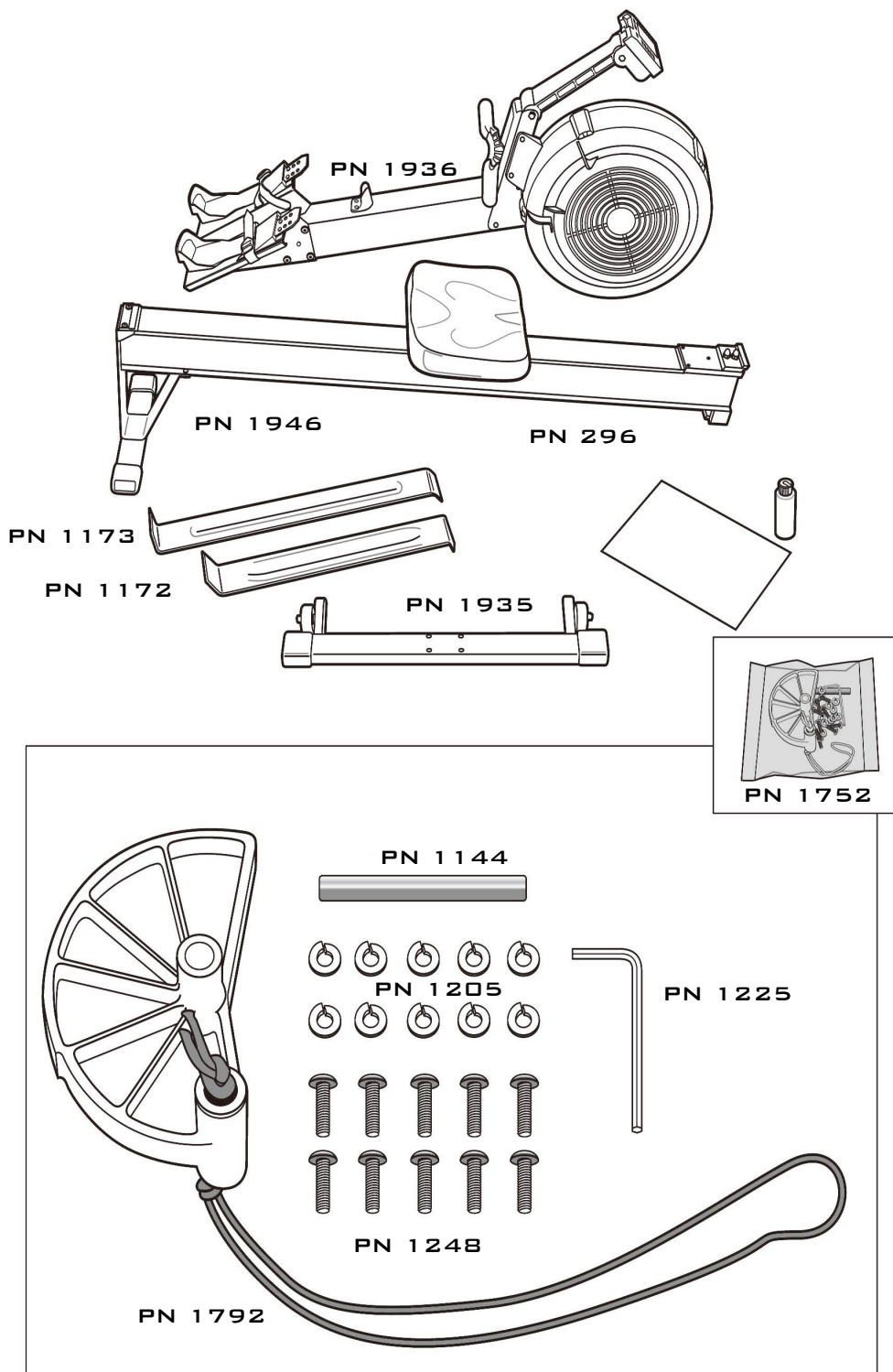
※ - 23 -

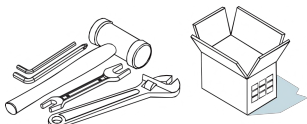
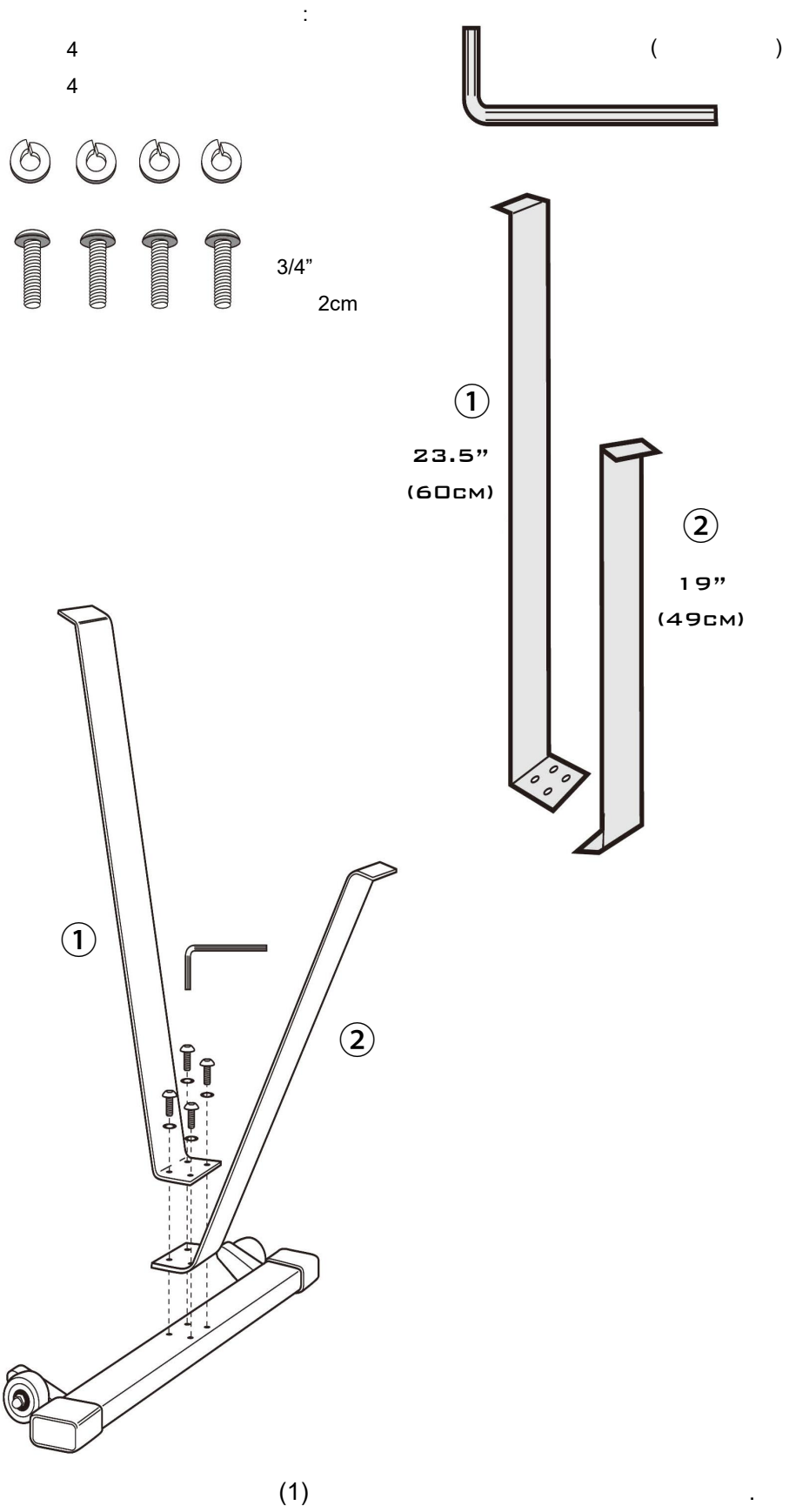
※ - 25 -





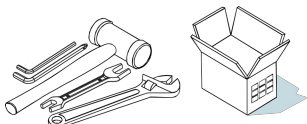
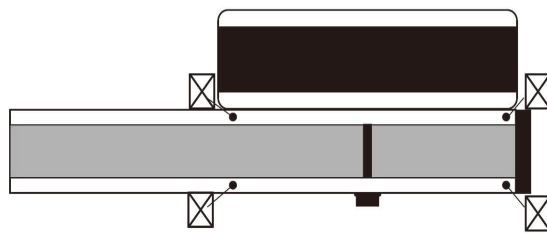
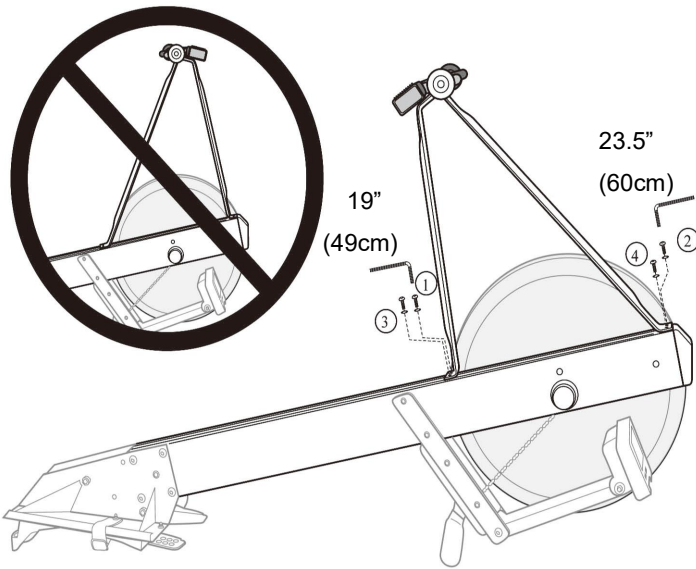
тренажера







() 4
4





()

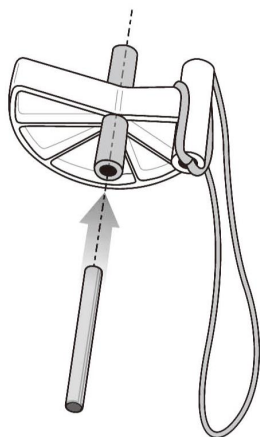
2
2



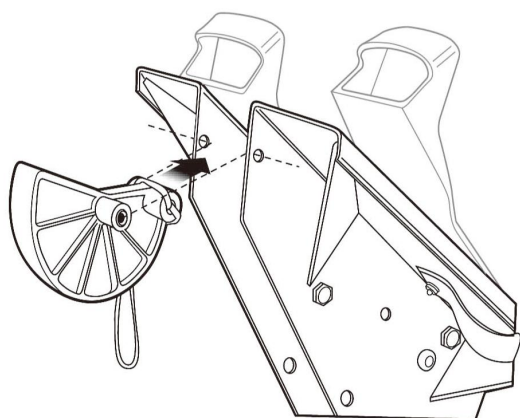
3/4"
/2cm



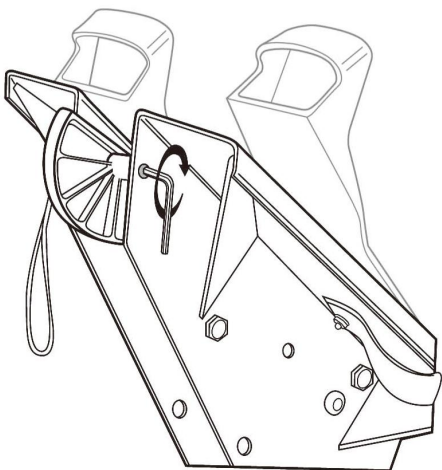
И



1.

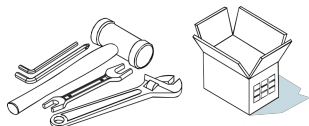
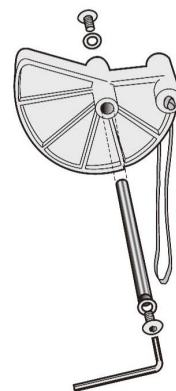


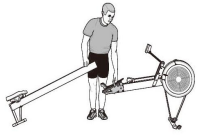
2.



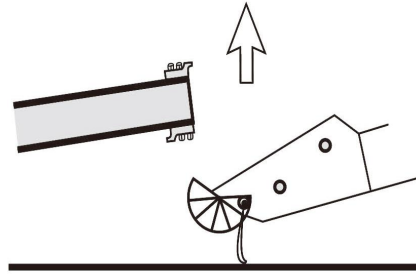
3.

3/4'

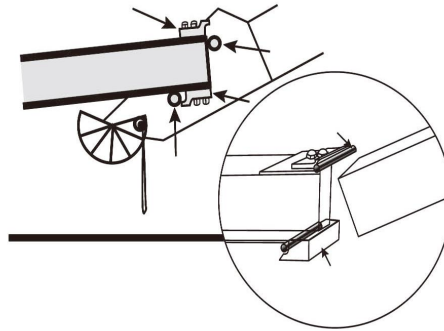




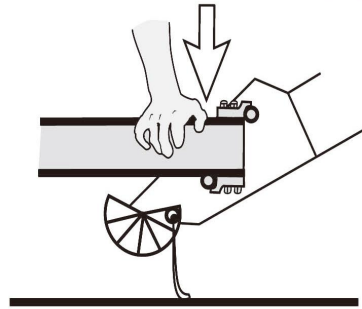
1.



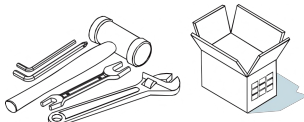
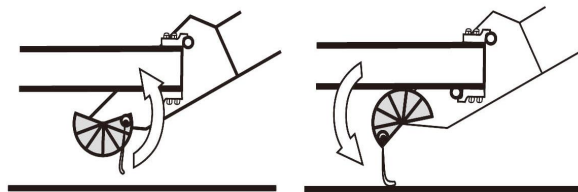
2.



3.

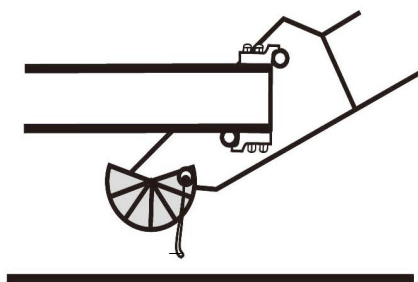
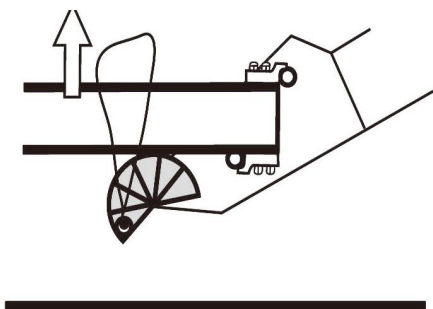


4.

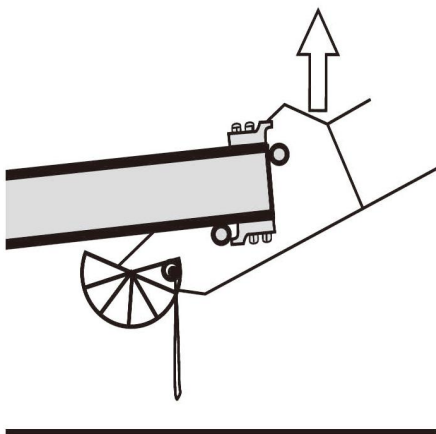


1.

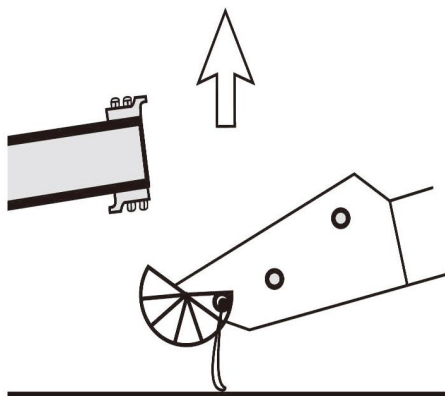
должен свободно вращаться.



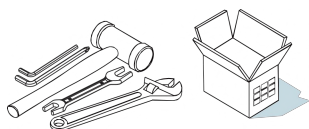
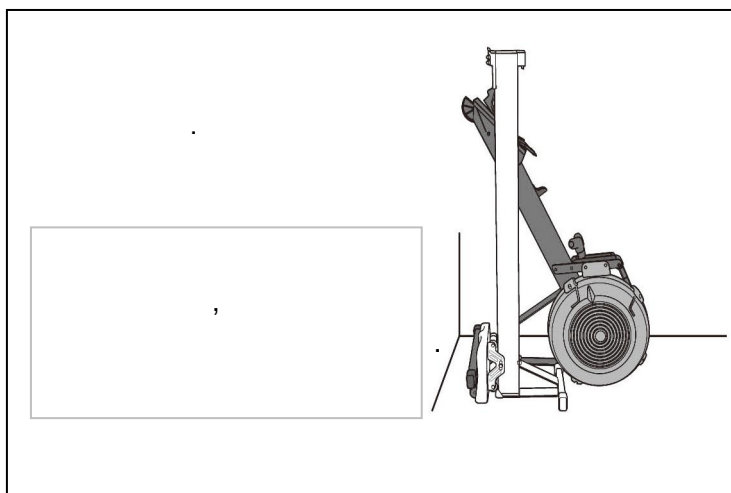
2.

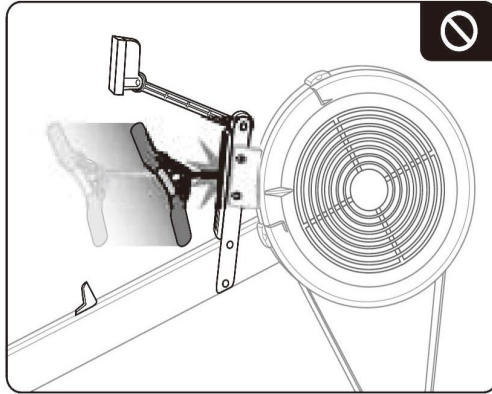
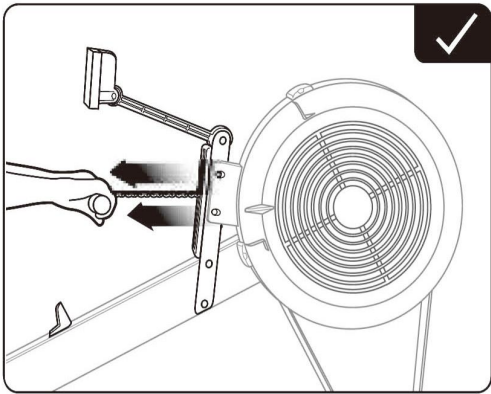


3.

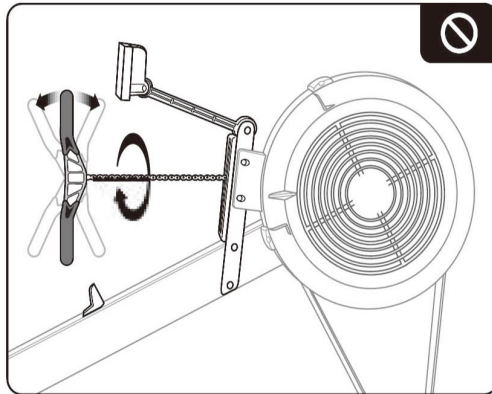
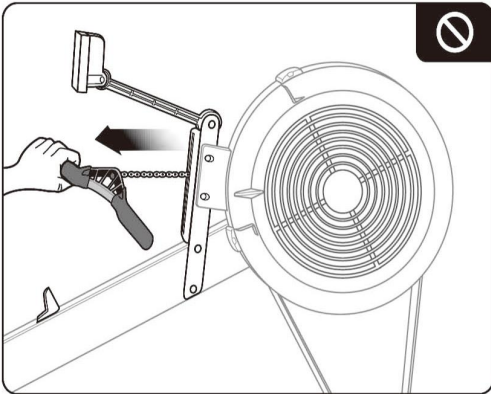


И

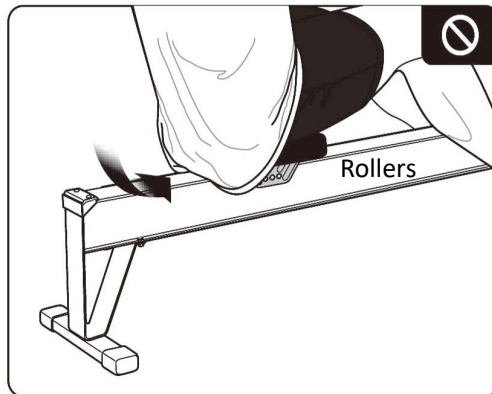
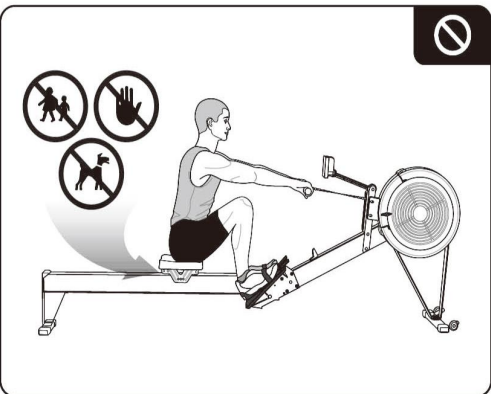




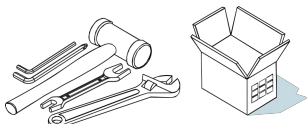
✘

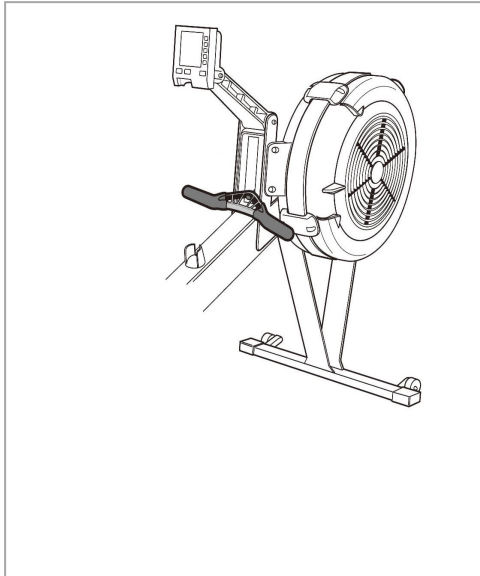


Цепь

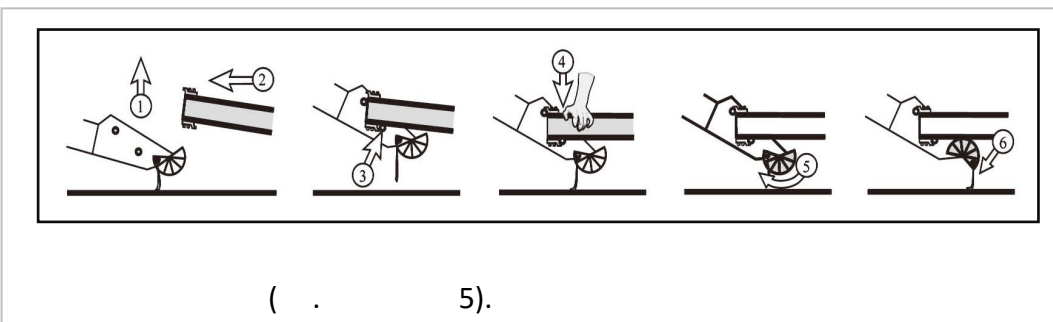


одежды в ролики





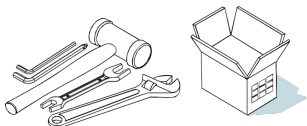
(17).



(. 5).



заменить их на новые оригинальные запчасти.





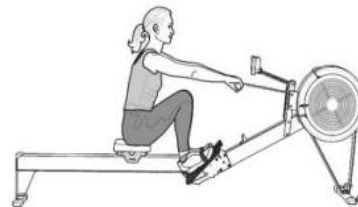
1.

2.

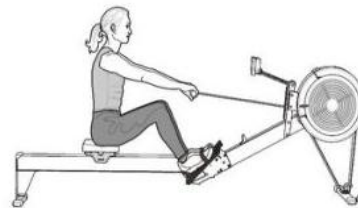
13

a.

30

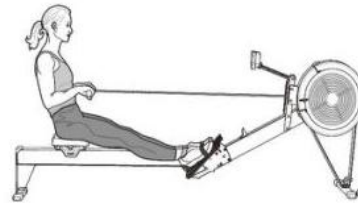


b.



c.

25

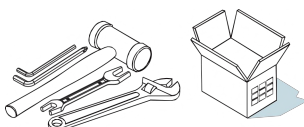


3.



4.

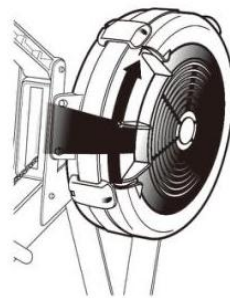
5.



6. постепенно
при
первоначальн
остепенно
ледице
длительных

7. становите переключатель
оптимальным
является 3-5.
5. ли ом
олебани
и
остепенно
величины.
низ ом
повы ени

3.



8. таратесь 25-30

9. читывайте
времени
обычно
результатов

10. еняте

позволяет
и

томление,
мов.

спаз

обеспечит

!

11. обязательно
и

аже

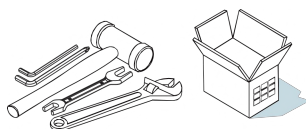
требуется

1 2

в
трениров и

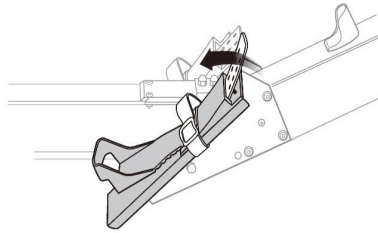
хотя

вам



ля
себе

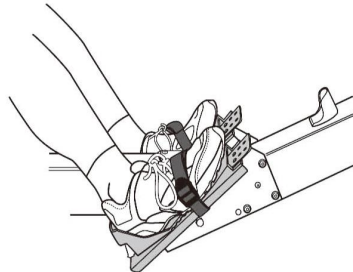
ремешков. становите
за репите.



✘

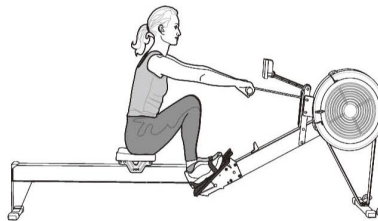
согласно

Вы



ри
голень
перпенди лярно

и,

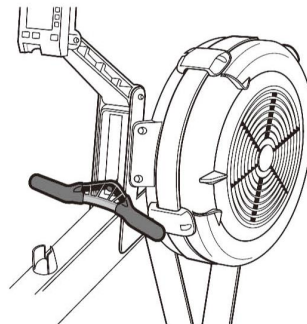


рег лиров а

- ◎ ри сиденье
- ◎ ри сгибается

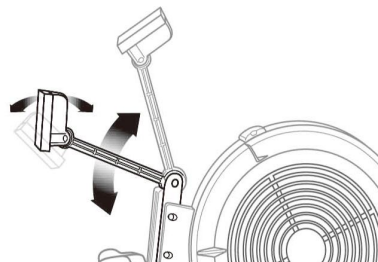
В

орп се
продлен я
аморт за онного



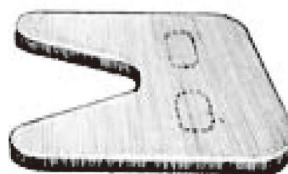
спользование
р ояти

станов те
ом ортно

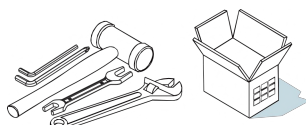


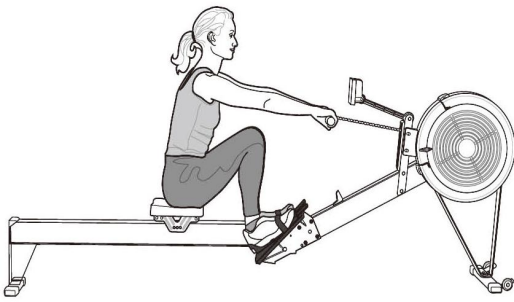
ег л ров а
д сплея

еобход мо
с дня

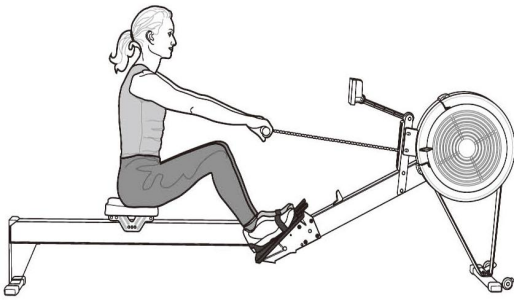


ег л ров а

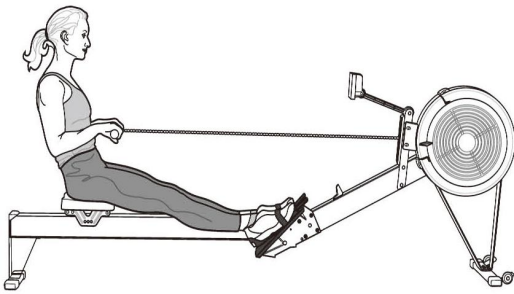




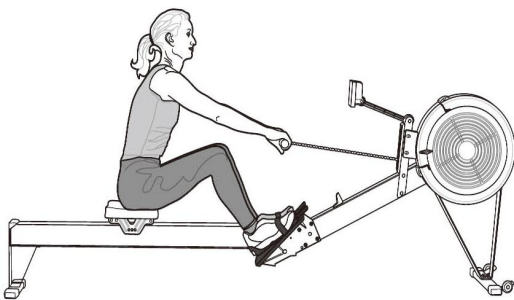
- выпрямите
- держите гор горизонтально.
- немного держите
- отведите вертикального
- (наследствие)



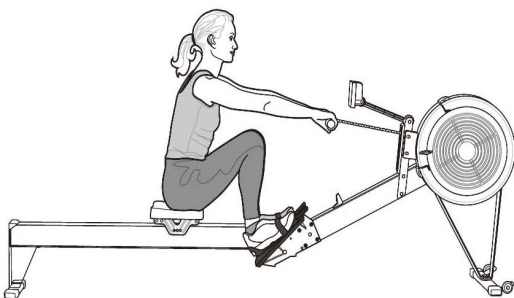
- дайте
- держите чтобы
- рывок
- ачтите



- тяните
- выпрямите
- немного



- выпрямите
- ледом торс.
- постепенно сдвигайте
- олене



- алонтеся положен
- орс на
- ы



полезные

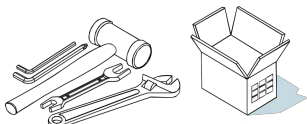
его
наблюдать
за
осанкой
со

азанным
позициям
должен
плавным

24-30

в
показаниям

ы
чувствовать
напряжения
боль



СНОВНЫЕ

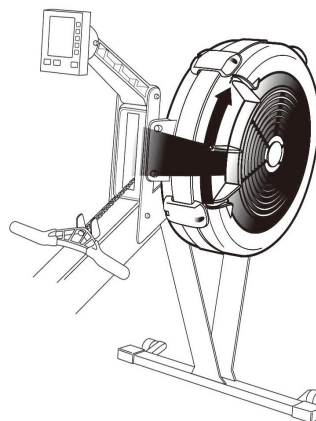


© опрот влен е работает махов а. а
с л е.

© ы
вы , .
по азател
Bluetooth APP Performance Monitor.
собственные , ,
алор , .

© Задавайте нужное вам сопротивление.

ное .
е оменд ем
3-5. тот
себя йдарке.
р растет



© а
,ваттах . атч может
разл чные

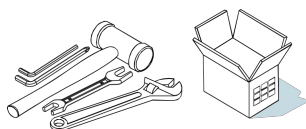
©

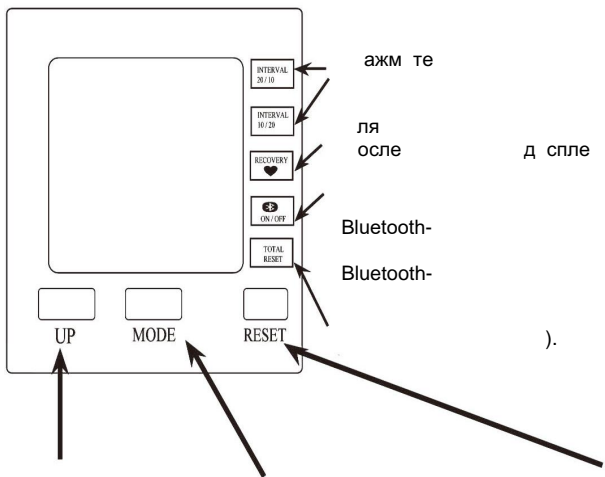


щ щен е : маховика 1 - 5



олее : ровень маховика 6 - 10





Fi1-F6.
Bluetooth APP.
Bluetooth.

- A. A. A.
- B. B. B.
- C. C. C.
- D. D. D.
- E. E. E.

ля

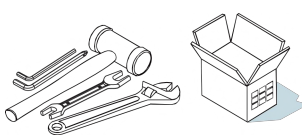
QR- од



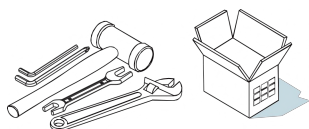
а
Bluetooth


ояснен я:

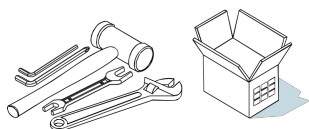
1. р
2. р



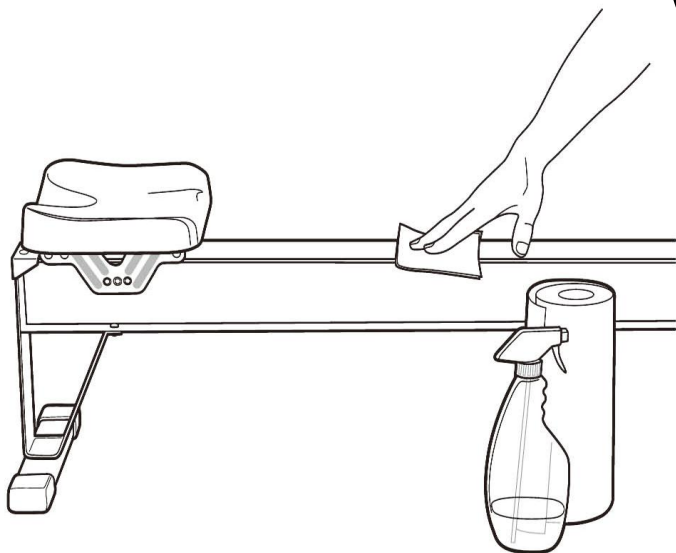
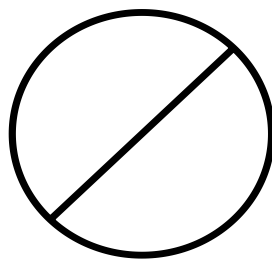
1		0:00~99:59	±1			1. 2. 3. 4	"0" (4)
2		0~9999	0~9990 ±10K ±10M			1. 2. 3. 4	"0"
3		0~9999	0~9990 (±10)			1. 2. 3. 4	"0" (4)
4	/	0~9999				a. b. 4.6	" " : 3
5		0~9999	0~9990 (±10)			STROKES" 5	"TOTAL"
6	бщее оличество	0~9999					-
7		0~9999				a. b. 4.6 c.	3 5



8		P-30-230 / .	0-30- 230 (±10)В PM			a. 7.5 (). b. 6 c.
9						
10	20-10					1. 2. 20 10 .
11	10-20					1. ежим 2. пражнение 10 20
12	станов а интервала					1. ежим 2. ользователь упражнений и отдыха
13	лительность					станов а
14	истан ия					станов а
15	алории					станов а
16	исло греб ов					станов а
17	льс					станов а
18	 ON/OFF					л чение Bluetooth



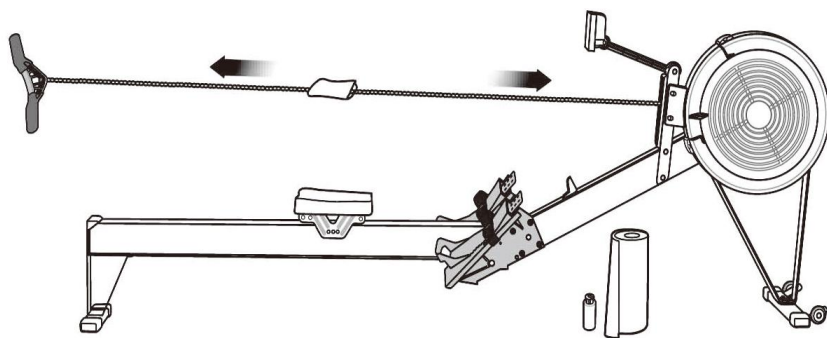
необходимые
 тряпка -
 мыть мылом и водой
 либо



чистая
 поверхность
 монорельса

ежедневно
 после

используйте
 масло (либо моторным
 вязкости 20 3-in-1).
 1
 вдоль

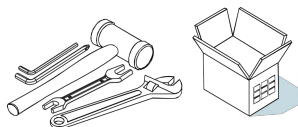


смазывать
 при

движении



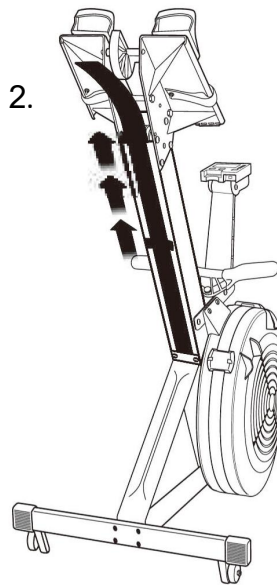
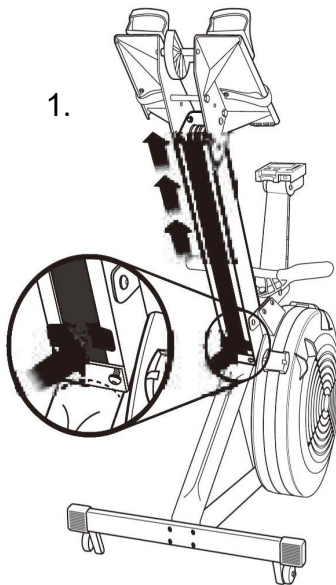
50



сли
н жно
монорельс

(. 1).

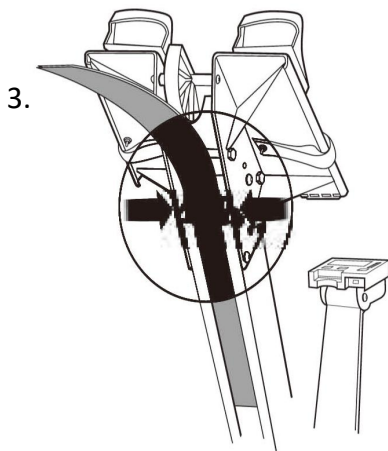
ег лиров а
амортиза ионного
н ра



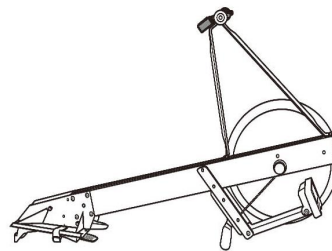
※ 250

(

ежемесячно
организа и)

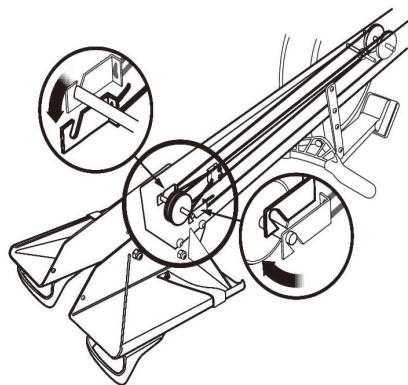


4.

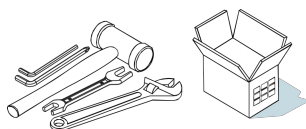


1
нятие
возвратного
механизма

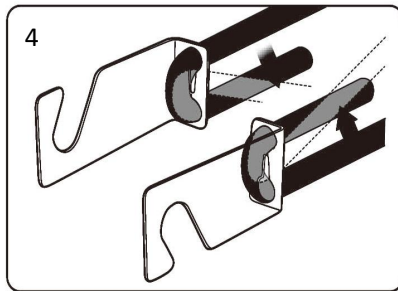
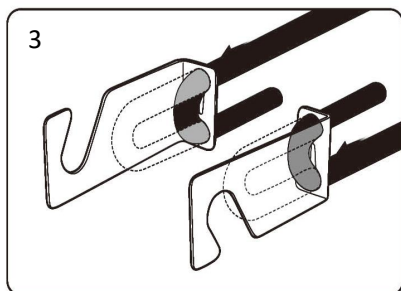
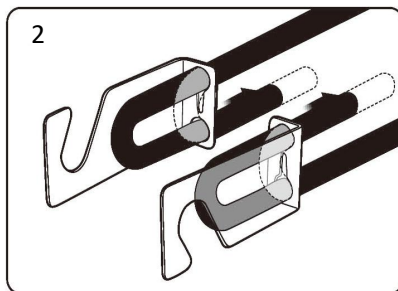
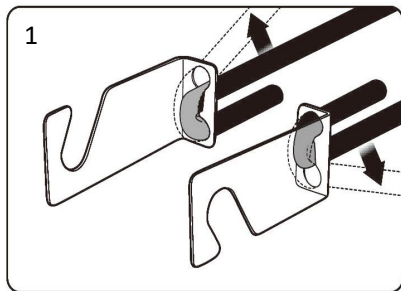
5.



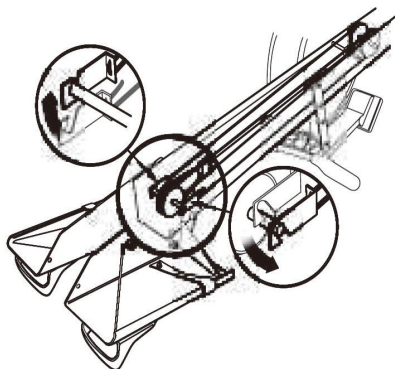
2
рег лиров а
амортиза ионного
шнура



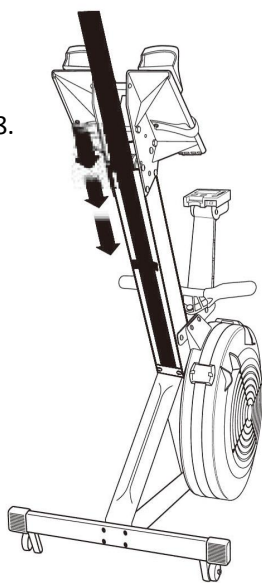
6.



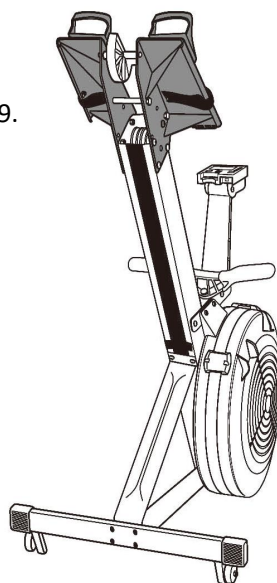
7.



8.



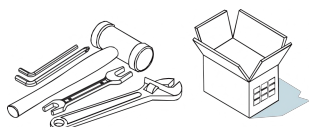
9.



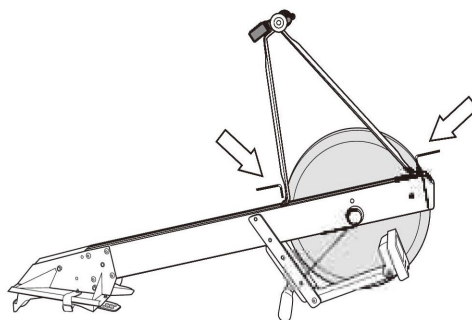
амортиза ионного
н ра

продолжение

3
амена
ры и
возвратного
механизма



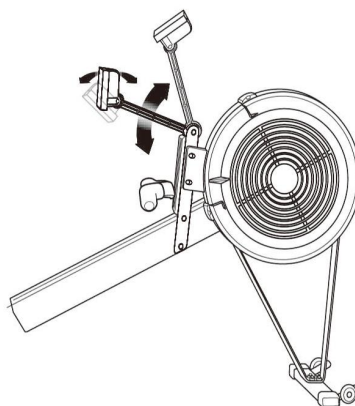
нимите
и
смотрите
и



провер а
передне
опоры

аждые
250 часов

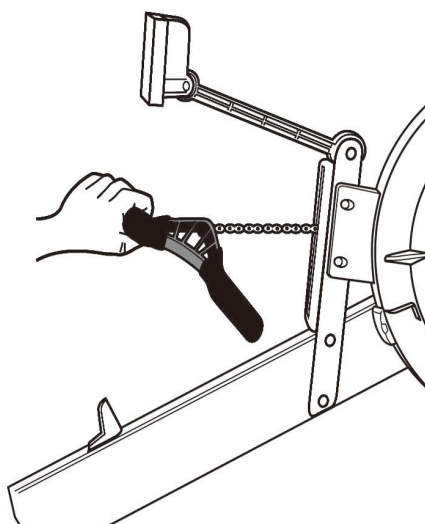
ег лярно
болтов
под р чива те



провер а
сто и
дисплея

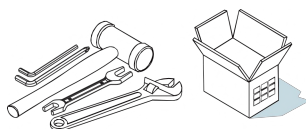
аждые
250 часов

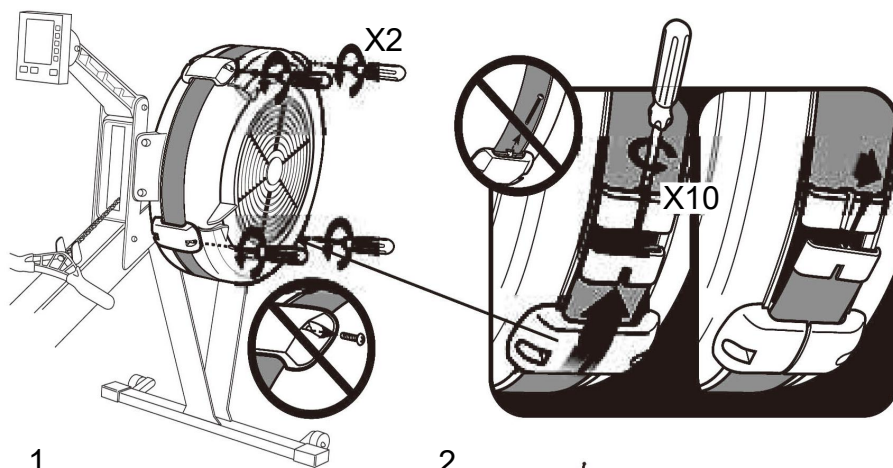
смотрите
сли
репез
замена



смотр
сочленения
р ояти
и

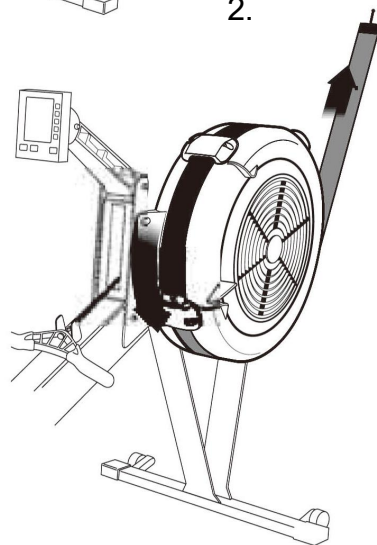
аждые
250 часов



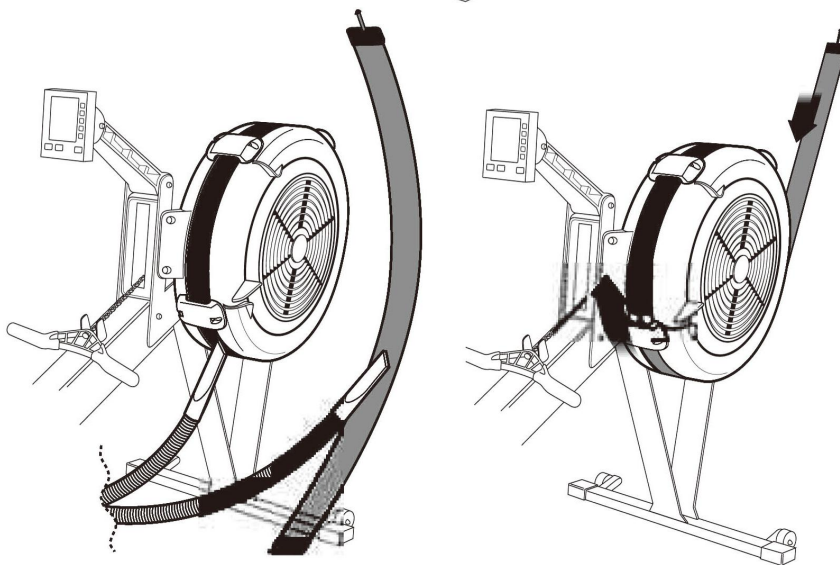


1.

2.



3.



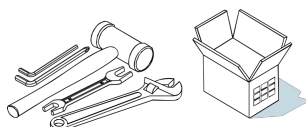
4.

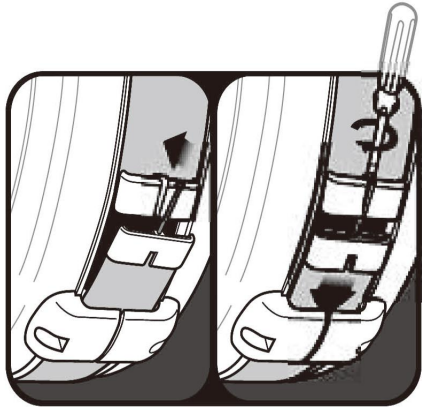
5.

✳ периодический уход

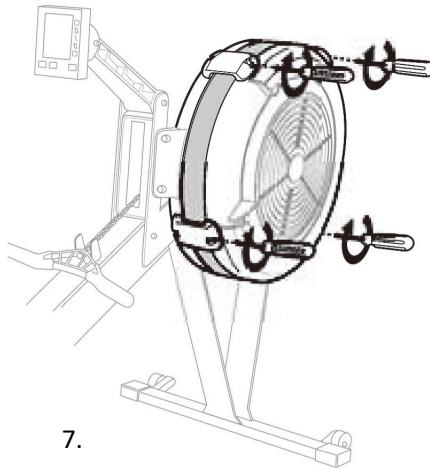
осмотрите
махови
на

аждые
250 часов





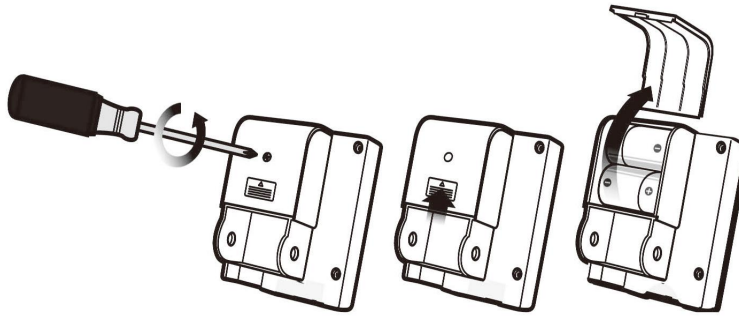
6.



7.

смотрите
махови
на

замена



используйте батареи 4 * AA. (для
при вставке 5)

используйте

в течение 5 лет

замена
батарей

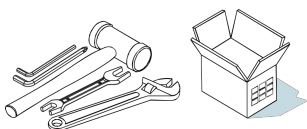
примерно
каждые
800 часов

использование

используйте

только оригинальных

дополнительные
меры
безопасности





вас и

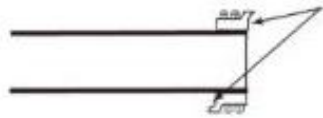
ваш . их

© роблема: . 18.

озможная : н р # 2 :
или . © :

е ение: м. . 26 для :
н ра .
нами. : й .20.

© :
© :
й



ж : !
1

© : 1 ж (.).

. 18. # 2:

2)

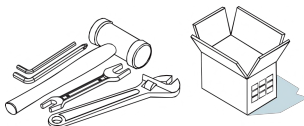


ж

ж

ж

1: ж



A. й 9/16" 14 .

© р а:
у у .
н ан :

B. й

н р а .
на #1 :

ш н 1:

ш н 2:
у

ш н 3: р

© : й
- ар
а н н
ш н : н 30
ну
а н
анн

р на #2: р н
р а а.
ш н : р н
на 1 /3

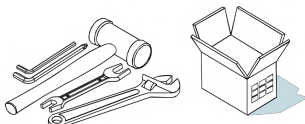
© р а: н р PM3 а ,
р н р
р на: а
ш н : р р
н ра

на #3: н н а
ш н : р р
н р

на #4: н шн
ш н -
на ,
а
а , ,
а .

на #5: на
н р нн 1 /3
ш н -у а
р а н н

н ан : а Rower
на 4 (1.22 ра) ру
ру а.



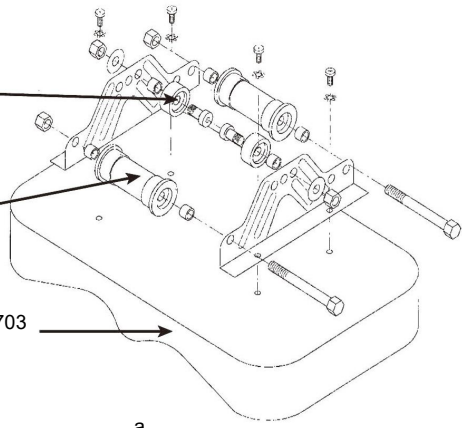


на н ра

- н PN 1725
- н PN 1732
- н & ра PN 1733

- PN 1724
- PN 1727
- & ра PN 1728
- н

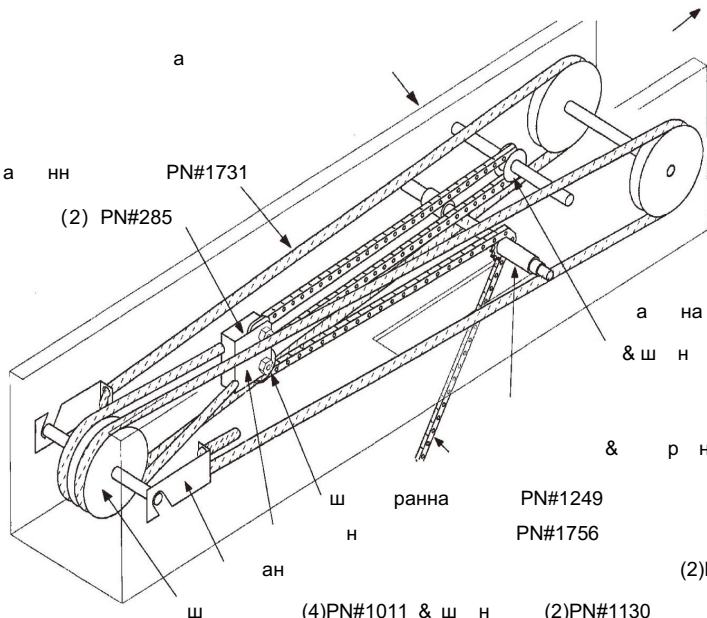
PN 1703



а

р а нн

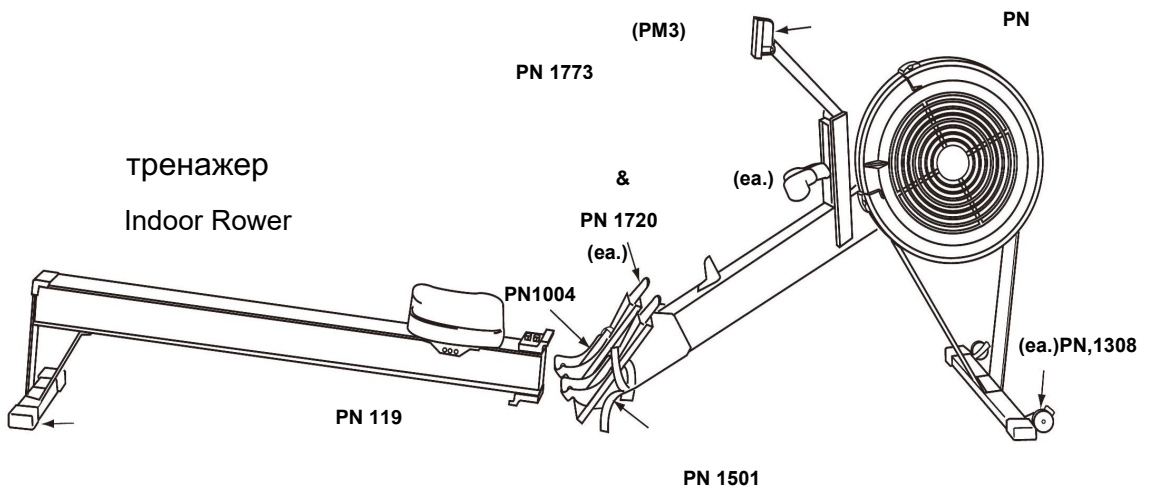
- PN#1731
- (2) PN#285



ра н

- а на (2) PN#1024
- & ш н PN#1130
- PN#111
- & р н PN#1716
- ш рання PN#1249
- н PN#1756
- ан (2)PN#110
- ш (4)PN#1011 & ш н (2)PN#1130

тренажер
Indoor Rower



PN 119

PN 1773

(PM3)

PN

&

(ea.)

PN 1720

(ea.)

PN1004

(ea.)PN,1308

PN 1501

