



**Руководство  
пользователя монитор  
Victoryfit Airbike GT**



## Описание отображаемых параметров

Название	Описание
RPM	Скорость вращения колеса, в диапазоне 0-199.
SPEED	Скорость движения во время тренировки. Максимальная скорость 99,9 км/ч или миль/ч.
TIME	Отсчет общего времени тренировки от 00:00 до 01:59:59 с дискретностью 1 минута. Таймер обратного отсчета. Тренажер отсчитывает время, оставшееся до завершения тренировки от ранее установленного времени в диапазоне от 00:01:00 - 01:59:59 с интервалом 1 минута.
DISTANCE	Устройство фиксирует общее пройденное расстояние за время тренировки, в диапазоне от 0,0 до 999,9 км или миль. Также возможен обратный отсчет пройденного расстояния от заданного значения до нуля. Пользователь может установить требуемое расстояние для тренировки кнопками UP/DOWN (вверх/вниз) с интервалом 1 KM (километр) или ML (миль).
CALORIES	Отображение рассчитанной величины сожжённых за время тренировки калорий, в диапазоне от 0 до 999 калорий с дискретностью 1 калория. Возможен также обратный отсчет от целевого значения и до нуля.
WATT	Отображение рассчитанного значения мощности, развиваемой во время тренировки. Диапазон отображения: 0-1999.
PULSE	Отображение частоты пульса. Пользователь может установить целевое значение пульса во время тренировки (до 230 ударов в минуту).

## Функции кнопок управления

Название	Описание
START (старт)	Запуск или возобновление тренировки.
STOP (стоп)	Остановка или постановка тренировки на паузу. Сброс настроек. Перезагрузка - нажмите и удерживайте две секунды кнопку «СТОП» для перезагрузки устройства.
DOWN (вниз)	Используется для уменьшения значения расстояния, калорий, частоты пульса, времени и возраста пользователя.
UP (вверх)	Используется для увеличения значения расстояния, калорий, частоты пульса, времени и возраста пользователя.
Target distance (заданное расстояние)	Быстрый доступ в режим тренировки – езда на заданное расстояние.
Target Heart-rate (заданный пульс)	Быстрый доступ в режим тренировки с поддержанием заданной частоты сердечных сокращений.
Target Time (заданное время)	Быстрый доступ в режим тренировки с заданной продолжительностью.
Interval (интервальная тренировка)	Устройство содержит три предустановленные программы: Интервальная тренировка 10/20 или 20/10. Также доступна пользовательская настройка тренировки.
Enter (ввод)	Подтверждение введенных значений или выполненных настроек.

## Работа с тренажером

1. После подачи питания на тренажер, ЖК-экран включит все сегменты на 2 секунды (рисунок 1) и включит звуковой сигнал. Далее в течение 1 секунды на экране будет отображаться диаметр колеса на индикаторе DIST (рисунок 2). Далее перейдите в режим настройки возраста (AGE), значение возраста во время настройки будет мигать (рисунок 3). Нажатиями кнопок UP/DOWN (вверх/вниз) установите возраст и нажмите ENTER (ввод) для подтверждения настройки, тренажер перейдет в режим ожидания.



Рисунок 1



Рисунок 2

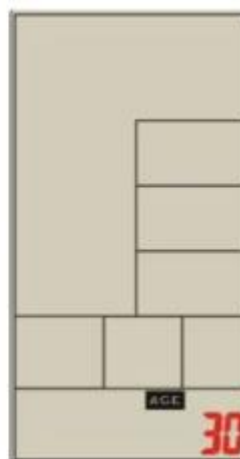


Рисунок 3

2. Индикаторы INTERVAL10/20 (интервал 10/20), INTERVAL20/10 (интервал 20/10), INTERVAL CUSTOM (пользовательский интервал), READY (готовность), WORK (работа), REST (отдых), TIME (время), DISTANCE (расстояние), CALORIES (калории), WATTS (мощность), SPEED (скорость) RPM (частота вращения) HEART RATE (частота пульса) начнут последовательно мигать с интервалом 1 секунда (рисунок 4 - 16). Если в течение 60 секунд пользователь не нажмет любую кнопку на клавиатуре (для ввода значений RPM или HEART RATE), компьютер перейдет в режим ожидания.

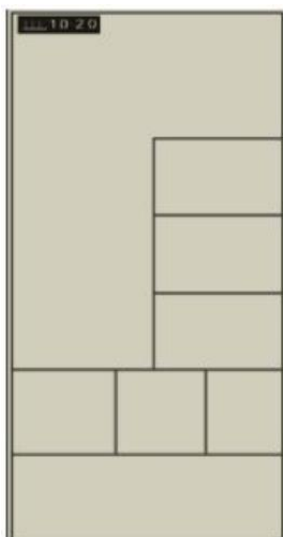


Рисунок 4

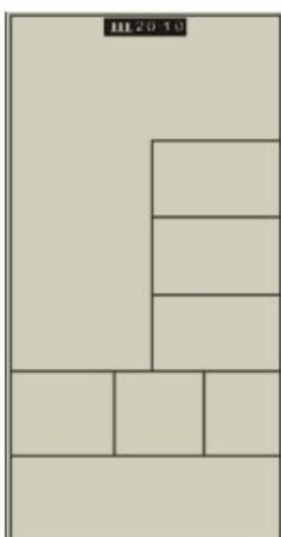


Рисунок 5

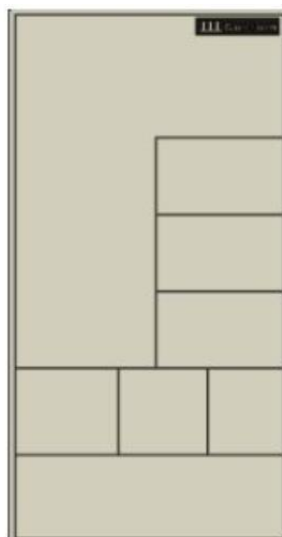


Рисунок 6

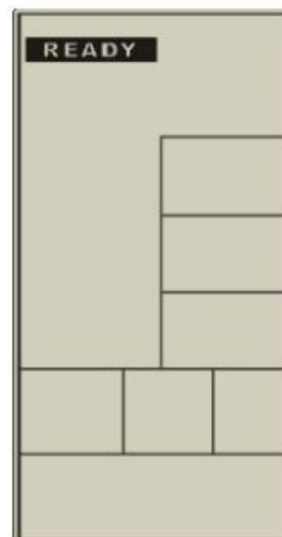


Рисунок 7



Рисунок 8



Рисунок 9



Рисунок 10

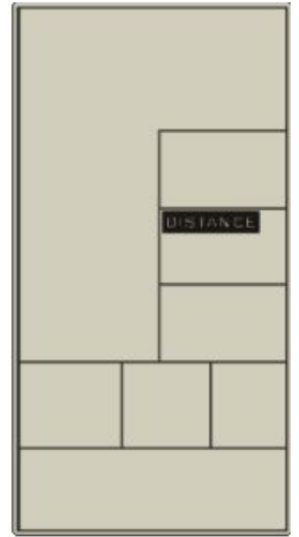


Рисунок 11

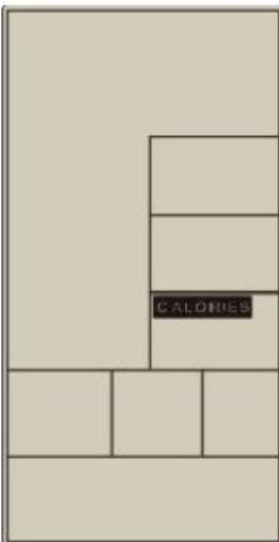


Рисунок 12



Рисунок 13



Рисунок 14



Рисунок 15

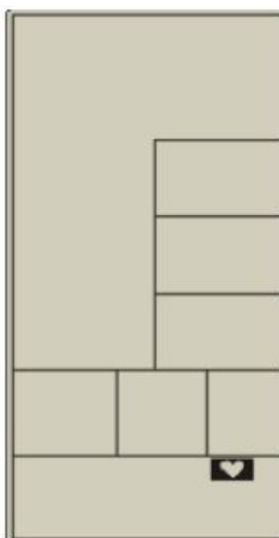


Рисунок 16



Рисунок 17



Рисунок 18

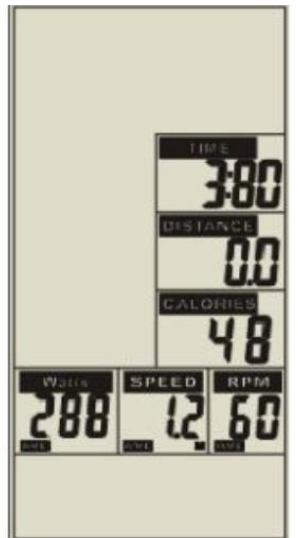


Рисунок 19



Рисунок 19



Рисунок 20



Рисунок 21





Рисунок 22

3. Выберите требуемый режим тренировки: **Manual** (пользовательские настройки), **Interval** (интервальная тренировка), **Target Distance** (заданное расстояние), **Target Calories** (заданное число калорий), **Target HR** (заданное значение пульса), **Target Time** (заданное время)

### 3.1 Ручной режим (Manual mode)

3.1.1 В режиме ожидания нажмите кнопку START для начала тренировки. Сразу после этого индикаторы TOTAL TIME/TIME DISTANCE/ CALORIES/ WATTS/ SPEED/ RPM (рисунок 17) начнут отсчитывать параметры тренировки.

3.1.2 Если подключен датчик пульса, на панели управления включится индикатор  и будет мигать индикатор  показывая значение пульса (рисунок 18) Если датчик пульса не подключен, на экране будет отображаться буква «P» (рисунок 17).

3.1.3 Если при включении панель управления не получает сигнал от датчика пульса в течение 30 секунд, она просигналит одним коротким сигналом и перейдет в режим «WORK» (работа). В таком случае для продолжения тренировки нажмите любую кнопку на панели.

3.1.4 Для приостановки тренировки еще раз нажмите кнопку «START», панель управления начнет издавать короткие сигналы продолжительностью 0,5 секунд с интервалом 30 секунд. Все доступные параметры тренировки будут отображаться на ЖК-экране и мигать каждые 4 секунды. Если тренировка не будет возобновлена в течение 5 минут, панель включит звуковой сигнал на 2 секунды и перейдет в режим ожидания. Для восстановления тренировки вам будет необходимо нажать кнопку «START» еще раз.

3.1.5 Нажмите кнопку «STOP», цифровые индикаторы будут отображать следующие параметры: TIME – общее время тренировки, DISTANCE – общую дистанцию, пройденную за время тренировки, CALORIES – общее количество калорий, потраченных за время тренировки. Индикаторы WATT, SPEED и RPM будут попеременно отображать среднее (AVG) и максимальное (MAX) значение каждые 5 секунд.

3.1.6 Если подключен датчик пульса, индикатор PULSE будет отображать актуальное значение пульса, а также значения 65% и 85% от максимального значения частоты пульса (рисунок 21-23). Если датчик пульса не подключен, индикатор PULSE будет отключен (рисунок 19-20).

3.1.7 Для быстрого переключения программы нажмите любую кнопку группы PROGRAM.

## **3.2 Режим интервальной тренировки 20/10**

3.2.1 Нажмите кнопку INTERVAL для выбора интервальной тренировки INTERVAL20/10, далее нажмите кнопку ENTER, включится индикатор INTERVAL20/10, одновременно включится звуковой сигнал продолжительностью 1 секунда.

3.2.2 Панель отсчитывает от 3 до 0, затем панель управления включит индикаторы, значок READY начнет мигать раз в секунду, также появится значение 00/08 (рисунок 25).

3.2.3 Панель отобразит обратный отсчет от 20 до 0, одновременно с этим раз в секунду будет мигать индикатор WORK (работа) и звучать звуковой сигнал. Одновременно с этим цифровые индикаторы будут отображать анимацию вращения и вести обратный отсчет от 04:00 минут до нуля. Далее панель управления рассчитывает общее значение TIME (время), DISTANCE (расстояние), CALORIES (калории), WATTS (мощность), SPEED (скорость) и RPM (частота вращения) как это показано на рисунке 25.

3.2.4 Таймер отобразит обратный отсчет от 10 до 0, одновременно с этим будет мигать индикатор и звучать сигнал (рисунок 26). Как только обратный отсчет закончится включится индикатор READY и будет светиться еще 3 секунды (рисунок 27).

3.2.5 Панель управления продолжит отсчет параметров, описанных в пунктах 3 и 4 и будет добавлять 1 к значению каждого индикатора при завершении каждого круга. После чего отобразит значение 08/08 WORK.

3.2.6 В режиме «WORK» (работа), если пользователь не производит никаких действий в течение 30 секунд начинает звучать звуковой сигнал раз в 1 секунду.

3.2.7 Для приостановки тренировки еще раз однократно нажмите кнопку «START», панель будет издавать короткий сигнал продолжительностью 0,5 секунды каждые 30 секунд. Все доступные параметры тренировки будут отображаться на ЖК-экране и мигать каждые 4 секунды. Если тренировка не будет возобновлена в течение 5 минут, панель включит звуковой сигнал на 2 секунды и перейдет в режим ожидания. Для восстановления тренировки вам будет нужно еще раз нажать кнопку «START».

3.2.8 Для остановки тренировки нажмите кнопку «STOP», прозвучит сигнал продолжительностью 1 секунду. На экране отобразятся данные о тренировке: TIME (продолжительность), DISTANDE (пройденное расстояние), CALORIES (количество сожженных калорий), WATTS (мощность, выделенную во время тренировки), а также значение SPEED (скорости) и RPM (частоты вращения), которые будут попеременно (каждые 5 секунд) отображать среднее AVG и максимальное MAX значение.

3.2.9 Если подключен датчик пульса, индикатор PULSE будет отображать актуальное значение пульса, а также значения 65% и 85% от максимальной частоты сердечных сокращений (рисунок 21-23). Если датчик пульса не подключен, индикатор PULSE не будет работать (рисунок 19-20).

3.2.10 Для быстрого переключения программы нажмите любую кнопку группы PROGRAM.



Рисунок 24



Рисунок 25



Рисунок 26



Рисунок 27



### **3.3 Интервальная тренировка 10/20**

3.3.1 Нажмите кнопку INTERVAL, установите значение INTERVAL10/20, далее нажмите кнопку ENTER (ввод) для подтверждения выбора, прозвучит сигнал продолжительностью 1 секунду.

3.3.2 Таймер отсчитывает от 3 до 0, далее панель управления включится и начнет издавать звуковой сигнал раз в секунду, одновременно с этим будет мигать индикатор READY отображая значение 00/08 (рисунок 28).

3.3.3 Одновременно с этим индикаторы будут вести обратный отсчет от 04:00 минут до нуля. Далее панель управления рассчитает общее значение параметров TIME (время), DISTANDE (расстояние), CALORIES (калории), WATTS (мощность), SPEED (скорость) и RPM (частота вращения) как это показано на рисунке 29.

3.3.4 Таймер отобразит обратный отсчет от 20 до 0, одновременно с этим будет мигать индикатор REST одновременно со звуковой сигналом (рисунок 30), индикатор READY продолжит работать еще 3 секунды (рисунок 31).

3.3.5 Индикатор продолжит отсчет и будет добавлять 1 к значению при завершении каждого круга, пока не появится значение 08/08.

3.3.6 В режиме WORK (работа), панель управления будет включать звуковую сигнализацию 1 секунду. Если в течение 30 секунд пользователь не будет нажимать любые кнопки, устройство перейдет в режим ожидания.

3.3.7 Для приостановки тренировки еще раз однократно нажмите кнопку «START», панель будет сигнализировать коротким сигналом 0,5 секунд каждые 30 секунд. Все доступные параметры тренировки будут отображаться на ЖК-экране и мигать каждые 4 секунды. Если тренировка не будет возобновлена в течение 5 минут, панель включит звуковой сигнал на 2 секунды и перейдет в режим ожидания. Для восстановления тренировки вам будет нужно нажать кнопку «START» еще раз.

3.3.8 Для остановки тренировки нажмите кнопку «STOP», прозвучит сигнал продолжительностью 1 секунду. На экране отобразятся данные о тренировке: TIME (продолжительность), DISTANCE (пройденное расстояние), CALORIES (количество сожженных калорий), WATTS (мощность, выделенную во время тренировки), а также параметры SPEED (скорость) и RPM (частота вращения), которые будут попеременно (каждые 5 секунд) показывать среднее AVG и максимальное MAX значение.

3.3.9 Если подключен датчик пульса, индикатор PULSE будет отображать актуальное значение пульса, а также значения 65% и 85% от максимальной частоты сердечных сокращений (рисунок 21-23). Если датчик пульса не подключен к панели управления, индикатор PULSE будет отключен (рисунок 19-20).

3.3.10 Для быстрого переключения программы нажмите любую кнопку группы PROGRAM.

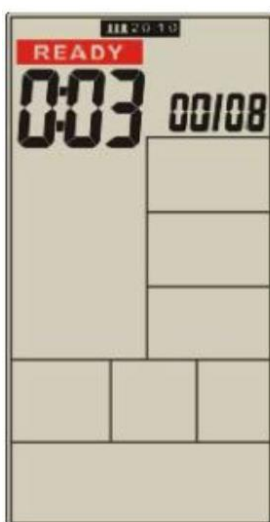


Рисунок 28



Рисунок 29



Рисунок 30



Рисунок 31

### 3.4 Пользовательские настройки интервальной тренировки (Custom).

3.4.1 Нажмите кнопку INTERVAL, чтобы выбрать пункт INTERVAL CUSTOM (пользовательские настройки), далее нажмите ENTER (ввод) для перехода в данный режим. Начнет мигать надпись CUSTOM 00/XX одновременно будет звучать звуковой сигнал, далее воспользуйтесь кнопками UP/DOWN (вверх/вниз), чтобы установить значение 00/XX в диапазоне 1-99. Нажмите ENTER (ввод) для подтверждения изменений, нажатие будет сопровождаться звуковым сигналом продолжительностью 1 секунда (рисунок 32).

3.4.2 Индикатор TIME (время) продолжит светиться, индикатор WORK (работа) будет отображать мигающее значение 0:01. Кнопками UP/DOWN (вверх/вниз) установите время тренировки в диапазоне от 0:00 до 9:59 (рисунок 34). Нажмите кнопку ENTER (ввод) для подтверждения введенных значений, нажатие кнопки будет сопровождаться звуковым сигналом продолжительностью 1 секунда, индикатор INTERVAL CUSTOM продолжит светиться.

3.4.3 Таймер отсчитывает от 3 до 0, далее панель управления включится и начнет издавать звуковой сигнал раз в секунду, одновременно с этим будет мигать индикатор READY, одновременно со значением 00/XX (рисунок 35).

3.4.4 Таймер отсчитывает от установленного значения до нуля, индикатор WORK будет мигать одновременно со звуковой индикацией. Далее панель управления рассчитывает общее значение TIME (время), DISTANDE (расстояние), CALORIES (калории), WATTS (мощность), SPEED (скорость) и RPM (частота вращения), а также значение 01/XX, как это показано на рисунке 36.

3.4.5 Таймер отобразит обратный отсчет от 10 до 0, одновременно с этим будет мигать индикатор REST и звучать сигнал раз в секунду (рисунок 37). Как только обратный отсчет закончится включится индикатор READY, который будет гореть три секунды, как это показано на рисунке 38.

3.4.6 Индикаторы, упомянутые в пунктах 3.3.3 и 3.3.4, продолжают отсчет, в процессе будут добавлять 1 к значению при завершении каждого круга.

3.4.7 В режиме WORK (работа), панель управления будет включать звуковую сигнализацию раз в 1 секунду. Если в течение 30 секунд пользователь не нажмет какую-либо кнопку, устройство перейдет в режим ожидания.

3.4.8 Для приостановки тренировки еще раз однократно нажмите кнопку «START», панель будет сигнализировать коротким сигналом 0,5 секунд каждые 30 секунд. Все доступные значения будут отображаться на ЖК-экране и мигать каждые 4 секунды. Если тренировка не будет возобновлена в течение 5 минут, панель включит звуковой сигнал на 2 секунды и перейдет в режим ожидания. Для восстановления тренировки вам будет нужно нажать кнопку «START» еще раз.

3.4.9 Для остановки тренировки нажмите кнопку «STOP», прозвучит сигнал продолжительностью 1 секунду. На экране отобразятся данные о тренировке: TIME (продолжительность), DISTANDE (пройденное расстояние), CALORIES (количество сожженных калорий), WATTS (мощность, выделенную во время тренировки), а также значение SPEED (скорость) и RPM (частота вращения), которые будут попеременно (каждые 5 секунд) отображать среднее AVG и максимальное MAX значение.

3.4.10 Если подключен датчик пульса, индикатор PULSE будет отображать актуальное значение пульса, а также значения 65% и 85% от максимального значения частоты сердечных сокращений (рисунок 21-23). Если датчик пульса не подключен, индикатор PULSE будет отключен (рисунок 19-20).

3.4.11 Для быстрого переключения программы нажмите любую кнопку группы PROGRAM.



Рисунок 32



Рисунок 33



Рисунок 34



Рисунок 35



Рисунок 36




Рисунок 37



Рисунок 38

### 3.5 Режим «Target Time» (заданное время)

3.5.1 В режиме ожидания нажмите кнопку Target Time (заданное время) далее перейдите в режим . Начнет мигать индикатор TIME и звучать звуковой сигнал раз в секунду.

3.5.2 Значение индикатора TIME начнет мигать, далее нажатиями кнопок UP (вверх) и DOWN (вниз) установите необходимое значение, как это показано на рисунке 39. Далее нажмите кнопку ENTER (ввод) для подтверждения изменений сработает звуковой сигнал и индикатор TARGET TIME начнет гореть непрерывно.

3.5.3 Предустановленное значение и продолжительность тренировки начнут отображаться каждые 5 секунд, пока отсчет не дойдет до 0. Затем панель управления рассчитает значения DISTANCE (расстояние), CALORIES (калории), WATTS (мощность), SPEED (скорость) и RPM (частота оборотов), как это показано на рисунке 40.

3.5.4 Для приостановки тренировки (режим PAUSE) однократно нажмите кнопку «START», панель будет сигнализировать коротким сигналом 0,5 секунд каждые 30 секунд. Все доступные значения будут отображаться на ЖК-экране и мигать каждые 2 секунды. Если тренировка не будет возобновлена в течение 5 минут, панель включит звуковой сигнал на 2 секунды и перейдет в режим ожидания. Для восстановления тренировки вам будет нужно нажать кнопку «START» еще раз.

3.5.5 Если панель управления не получит сигнал от датчика пульса в течение 30 секунд, она просигнализирует одним коротким звуковым сигналом и перейдет в режим «Работа».

3.5.6 Для завершения тренировки нажмите кнопку «STOP», индикатор TIME будет отображать общее время тренировки, индикатор DISTANCE будет отображать общую дистанцию, пройденную во время тренировки, индикатор CALORIES будет отображать общее количество калорий, потраченных на тренировку. Индикаторы WATT, SPEED и RPM будут попеременно отображать среднее AVG и максимальное MAX значение каждые 5 секунд.

3.5.7 Если подключен датчик пульса, индикатор PULSE будет отображать актуальное значение пульса, а также значения 65% и 85% от максимального значения частоты сердечных сокращений (рисунок 21-23). Если датчик пульса не подключен, индикатор PULSE будет отключен (рисунок 19-20).

3.5.8 Для быстрого переключения программы нажмите любую кнопку группы PROGRAM.



Рисунок 39



Рисунок 40



Рисунок 41



Рисунок 42

### 3.6 Режим «Target Distance» (заданная дистанция)

3.6.1 В режиме ожидания, нажмите кнопку «Target Distance» (заданное расстояние), прозвучит звуковой сигнал продолжительностью 1 секунда.

3.6.2 Значение DISTANCE (расстояние) будет мигать, кнопками UP (вверх) и DOWN (вниз) установите нужное значение (рисунок 41). Нажмите кнопку ENTER для подтверждения изменений, прозвучит звуковой сигнал продолжительностью 1 секунда.

3.6.3 Предустановленное значение и продолжительность тренировки начнут отображаться каждые 5 секунд, пока отсчет не дойдет до 0. Затем панель управления начнет считать значения DISTANCE (расстояние), CALORIES (калории), WATTS (мощность), SPEED (скорость) и RPM (частота оборотов). Рисунок 42

3.6.4 Для приостановки тренировки еще раз однократно нажмите кнопку «START», панель будет сигналить коротким сигналом 0,5 секунд каждые 30 секунд. Все доступные значения будут отображаться на ЖК-экране и мигать каждые 2 секунды. Если тренировка не будет возобновлена в течение 5 минут, панель включит звуковой сигнал на 2 секунды и перейдет в режим ожидания. Для восстановления тренировки вам будет нужно нажать кнопку «START» еще раз.

3.6.5 Если пользователь не будет совершать любых действий в течение 30 секунд, прозвучит звуковой сигнал продолжительностью 1 секунда и панель перейдет в режим ожидания.

3.6.6 Нажмите кнопку «STOP», индикатор TIME будет отображать общее время тренировки, индикатор DISTANCE будет отображать общую дистанцию, пройденную во время тренировки, индикатор CALORIES будет отображать общее количество калорий, потраченных на тренировку. Индикаторы WATT, SPEED и RPM будут попеременно отображать среднее AVG и максимальное MAX значение каждые 5 секунд.

3.6.7 Если подключен датчик пульса, индикатор PULSE будет отображать актуальное значение пульса, а также значения 65% и 85% от максимального значения частоты сердечных сокращений (рисунок 21-23). Если датчик пульса не подключен, индикатор PULSE будет отключен (рисунок 19-20).

3.6.8 Для быстрого переключения программы нажмите любую кнопку группы PROGRAM.

### **3.7 Режим «Target Calories» (заданное количество калорий)**

3.7.1 В режиме ожидания, нажмите кнопку «Target Calorie» (заданное расстояние), прозвучит звуковой сигнал продолжительностью 1 секунда.

3.7.2 Значение CALORIES (расстояние) будет мигать, кнопками UP (вверх) и DOWN (вниз) установите нужное значение (рисунок 43). Нажмите кнопку ENTER для подтверждения изменений, прозвучит звуковой сигнал продолжительностью 1 секунда, а индикатор TARGET CALORIE продолжит светиться.

3.7.3 Предустановленное значение и продолжительность тренировки начнут отображаться каждые 5 секунд, пока отсчет не дойдет до 0. Затем панель управления начнет считать значения DISTANCE (расстояния), CALORIES (калорий), WATTS (мощности), SPEED (скорости) и RPM (частоты оборотов) как это показано на рисунке 44.

3.7.4 Для приостановки тренировки (режим PAUSE) еще раз однократно нажмите кнопку «START», панель будет сигнализировать коротким сигналом 0,5 секунд каждые 30 секунд. Все доступные значения будут отображаться на ЖК-экране и мигать каждые 2 секунды. Если тренировка не будет возобновлена в течение 5 минут, панель включит звуковой сигнал на 2 секунды и перейдет в режим ожидания. Для восстановления тренировки вам будет нужно нажать кнопку «START» еще раз.

3.7.5 Если пользователь не будет совершать любых действий в течение 30 секунд, прозвучит звуковой сигнал продолжительностью 1 секунда и панель перейдет в режим ожидания.

3.7.6 Нажмите кнопку «STOP», индикатор TIME будет отображать общее время тренировки, индикатор DISTANCE будет отображать общую дистанцию, пройденную во время тренировки, индикатор CALORIES будет отображать общее количество калорий, потраченных на тренировку. Индикаторы WATT, SPEED и RPM будут попеременно отображать среднее AVG и максимальное MAX значение каждые 5 секунд.

3.7.7 Если подключен датчик пульса, индикатор PULSE будет отображать актуальное значение пульса, а также значения 65% и 85% от максимальной частоты сердечных сокращений (рисунок 21-23). Если датчик пульса не подключен, индикатор PULSE будет отключен (рисунок 19-20).

3.7.8 Для быстрого переключения программы нажмите любую кнопку группы PROGRAM.



Рисунок 43



Рисунок 44

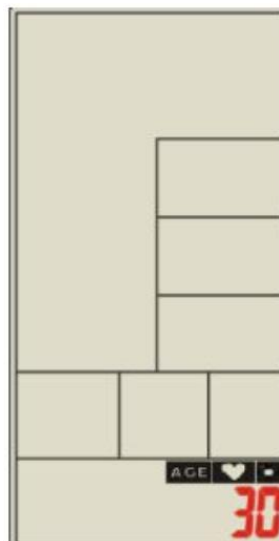


Рисунок 45



Рисунок 46



### 3.8 Режим Target HR (заданная частота пульса)



3.8.1 В режиме ожидания, нажмите кнопку «Target Heart-Rate» (заданная частота пульса), раз в секунду будет звучать звуковой сигнал.


3.8.2 Значение AGE (возраст) будет мигать, кнопками UP (вверх) и DOWN (вниз) установите нужное значение (рисунок 45). Нажмите кнопку ENTER (ввод) для подтверждения, нажатие будет сопровождаться звуковым сигналом продолжительностью 1 секунда, одновременно с этим включаться индикаторы TARGET HEART RATE и HEART RATE.



3.8.3 После начала тренировки индикатор начнет показывать текущую частоту пульса, а также значения 65% и 85% от максимального значения. Индикаторы TIME (ВРЕМЯ)/DISTANCE (РАССТОЯНИЕ)/CALORIES (КАЛОРИИ)/WATTS (МОЩНОСТЬ)/SPEED (СКОРОСТЬ)/RPM (ЧАСТОТА ОБОРОТОВ) будут отображать текущее значение параметра как это показано на рисунке 46.

3.8.4 Если частота пульса меньше 65% от максимального значения индикатор будет отображать мигающие значки  и . Одновременно с этим каждые 10 секунд будет звучать звуковой сигнал.

3.8.5 Если частота пульса превышает 85% от максимального значения на экране будут мигать значки  и . Звуковая сигнализация будет звучать каждые 10 секунд.

3.8.6 Когда частота пульса находится в диапазоне 65-85% будет просто мигать значок  (рисунок 49).

3.8.7 Если панель управления не получит сигнал от датчика пульса в течение 30 секунд, она просигналит одним коротким сигналом и перейдет в режим «Работа».

3.8.8 Для приостановки тренировки еще раз однократно нажмите кнопку «START», панель будет сигналить коротким сигналом продолжительностью 0,5 секунд каждые 30 секунд. Все доступные значения будут отображаться на ЖК-экране и мигать каждые 2 секунды. Если тренировка не будет возобновлена в течение 5 минут, панель включит звуковой сигнал на 2 секунды и перейдет в режим ожидания. Для восстановления тренировки вам будет нужно нажать кнопку «START» еще раз.

3.8.9 Нажмите кнопку «STOP», индикатор TIME будет отображать общее время тренировки, индикатор DISTANCE будет отображать общую дистанцию, пройденную во время тренировки, индикатор CALORIES будет отображать общее количество калорий, потраченных на тренировку. Индикаторы WATT, SPEED и RPM будут попеременно отображать среднее AVG и максимальное MAX значение каждые 5 секунд.

3.8.10 Если подключен датчик пульса, индикатор PULSE будет отображать актуальное значение пульса, а также значения 65% и 85% от максимального значения частоты сердечных сокращений (рисунок 21-23). Если датчик пульса не подключен, индикатор PULSE будет отключен (рисунок 19-20).

3.8.11 Для быстрого переключения программы нажмите любую кнопку группы PROGRAM.



Рисунок 47



Рисунок 48



Рисунок 49

## OPTION SETTING (НАСТРОЙКИ)

### Режим «Настройки»

1. Нажмите и удерживайте кнопки STOP и ENTER в течение 2 секунд, прозвучит сигнал продолжительностью 1 секунду. Индикатор DISTANCE (расстояние) продолжит светиться, а значение М/КМ будет мигать раз в секунду (рисунок 50-51).
2. Нажатием кнопок UP (вверх) или DOWN (вниз) выберите предпочтительную систему измерения КМ (километры) или ML (мили). Нажмите кнопку ENTER (ввод) для подтверждения выбора.
3. Также система перейдет в режим ожидания если пользователь в течение 30 секунд не будет совершать каких-либо действий с органами управления.

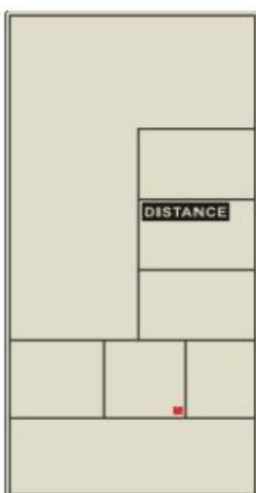


Рисунок 50



Рисунок 51

### **Режим «RESET» (перезагрузка)**

1. В любом режиме работы тренажера нажмите кнопку STOP и удерживайте ее в течение 2 секунд для полной перезагрузки системы.
2. ЖК-экран начнет мигать каждые 2 секунды, одновременно со звуковой сигнализацией.
3. После перезагрузки панель управления вернется в режим ожидания. одновременно с этим все настройки вернуться к заводским значениям.

### **Режим «SLEEPING» (ожидания)**

В режиме ожидания, если пользователь никак не взаимодействует с панелью управления в течение 30 секунд, панель управления перейдет в режим ожидания.