

# ИНСТРУКЦИЯ

## Велотренажер вертикальный DHZ A-5200

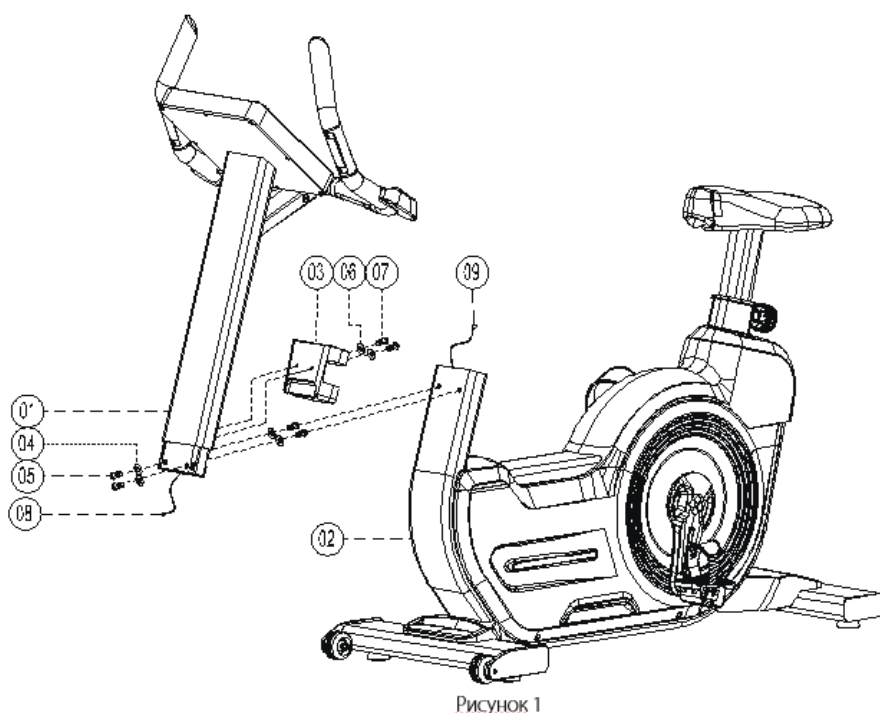


## ИНСТРУКЦИИ ПО БЕЗОПАСНОМУ ИСПОЛЬЗОВАНИЮ

Предупреждение: данное руководство содержит важную информацию по технике безопасности. Пожалуйста, внимательно прочитайте инструкции по технике безопасности перед использованием устройства.

- Это устройство используется только в следующих учебных заведениях: спортивные центры, образовательные учреждения, гостиницы, клубы, студии и т.д., где обучение в этих областях должно регулироваться и контролироваться лицами, имеющими юридические полномочия.
- Это устройство контролируется и регулируется владельцем устройства и обучается в соответствии со способностями, возрастом и знакомством пользователя.
- Детям в возрасте до 12 лет, пожилым людям, людям с ограниченными возможностями и сердечными заболеваниями категорически запрещено пользоваться устройством. Несовершеннолетние должны использовать устройство под руководством тренера.
- Данное изделие следует устанавливать на чистом и ровном полу в помещении, где требуется низкая влажность окружающей среды.
- При использовании устройства надевайте соответствующую спортивную одежду и обувь. Перед использованием устройства выполните соответствующее количество разминочных упражнений.
- Этот магнетронный велосипед представляет собой тренажер с регулируемым сопротивлением. Пожалуйста, выберите режим тренировки в соответствии с вашей собственной ситуацией. Чтобы избежать физического дискомфорта, вызванного перетренированностью, пожалуйста, обратитесь к врачу, если вы чувствуете недомогание.
- Неправильное использование или чрезмерные физические нагрузки могут привести к повреждению тела пользователя и могут привести к повреждению устройства.
- Пожалуйста, проверьте, надежно ли установлен прибор и наклонен ли он перед использованием.
- Пользователь регулирует положение подушки сиденья в соответствии со своим ростом. В процессе регулировки, пожалуйста, обратите внимание на диапазон регулировки (отметка ОСТАНОВКИ).
- Во время использования, если пользователь чувствует головокружение, тошноту, стеснение в груди или другой дискомфорт, немедленно прекратите использование устройства и немедленно обратитесь к врачу.
- Этот продукт следует поместить в зону, доступную для мониторинга.
- Устройство выдерживает максимальный вес пользователя 150 кг (330 фунтов).
- Этот продукт представляет собой коммерческий SC низкого уровня точности.
- Длина 1210мм; ширина 630мм; высота 1540мм.
- Вес: 100 кг.
- Минимальное пространство для этого устройства: 3000x1200x2400 мм (ДхШхВ)
- Данное изделие относится к категории тренажеров и не может использоваться в качестве медицинского устройства.

## ЧЕРТЁЖ СБОРКИ:



## ИНСТРУКЦИЯ ПО СБОРКЕ

### ДЕТАЛИ

№.	Название	Количество
01	Подголовник подлокотник в сборе	1
02	Рама	1
03	Держатель для бутылки	1
04	Плоская шайба ф8	4
05	Винты с заглушкой с шестигранной головкой М8*20	4
06	Плоская шайба ф5	2
07	Винты с заглушкой с шестигранной головкой М5*10	2

### ЭТАПЫ СБОРКИ

- Закрепите штекеры провода 08,09 на рисунке 1.
- Вставьте 01 (подлокотник подголовника в сборе) на рисунке 1 в трубку 02 (большая рама в сборе) и зафиксируйте ее с помощью 04 (плоская шайба ф8) 05 (винт с шестигранной головкой с полукруглой головкой М8 \*20).
- Затем закрепите 03 (раму цилиндра) на рисунке 1 с помощью 06 (плоская шайба ф5) 07 (винт с шестигранной головкой с полукруглой головкой М5 \*10) на 01 (подлокотник подголовника в сборе).

### ПРОВЕРКА ПОСЛЕ ЗАВЕРШЕНИЯ СБОРКИ

- Соединительные детали соединены нормально, а регулировочные ручки затянуты без ослабления.
- Ручка в сборе и подушка в сборе надежно закреплены без каких-либо признаков хлюпанья.
- Педаль зафиксирована, и она не болтается.
- При использовании движение происходит плавно, без явного ненормального звука.
- Дисплей электронных часов в норме.

Примечание: перед использованием затяните гайки, чтобы предотвратить их ослабление.

### ИНСТРУКЦИЯ ПО ПРИМЕНЕНИЮ

#### РЕГУЛИРОВКА ПОДУШКИ

Перед тренировкой, пожалуйста, отрегулируйте положение сиденья в соответствии с вашим ростом.

Отпустите подушку сиденья, поворачивая регулировочную ручку против часовой стрелки, и закрепите подушку сиденья, поворачивая регулировочную ручку по часовой стрелке. Как показано на рисунке 2.

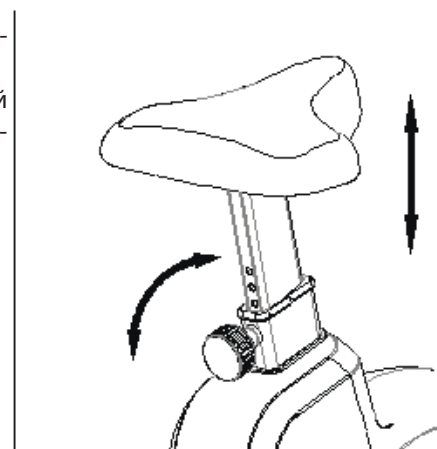


Рисунок 2

#### РЕГУЛИРОВКА ОСЛАБЛЕНИЯ ПЕДАЛЬНЫХ РЕМНЕЙ.

Пользователь может регулировать длину pedal straps in accordance with the size of the foot. In this way of adjustment, as shown in the drawings, first the pedal strap is loosened, and then the user feels the comfortable position of the foot and fixes its position.

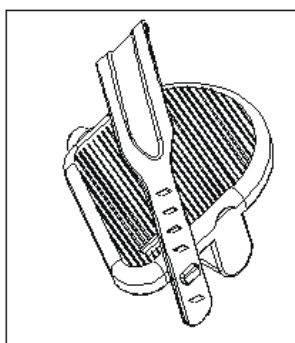


Рисунок 3

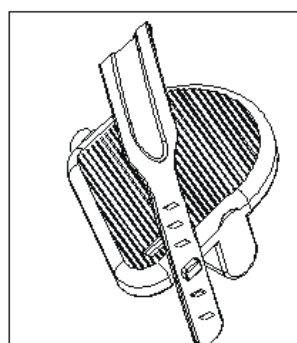


Рисунок 4

## **МОМЕНТЫ, НА КОТОРЫЕ СЛЕДУЕТ ОБРАТИТЬ ВНИМАНИЕ ПРИ ТРЕНИРОВКЕ:**

Учите молодых людей иметь хорошие привычки при езде на велосипеде, тренируйтесь правильно и в то же время запрещайте водить машину со свободными руками.

## **ИНСТРУКЦИЯ ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ МАГНЕТРОННОЙ СИСТЕМЫ**

### **Быстрый старт**

Нажмите кнопку быстрого запуска, чтобы запустить машину, и машина перейдет в режим регулировки сопротивления. Нажмите кнопку "УРОВЕНЬ УСИЛИЯ +" и кнопку "УРОВЕНЬ УСИЛИЯ -", чтобы изменить уровень сопротивления по желанию. В то же время вы также можете напрямую настроить уровень сопротивления на значение метки кнопки, нажав "ПРЯМОЕ УСИЛИЕ" (кнопка прямого выбора уровня сопротивления) 3, 6, 9, 12.

Примечание: диапазон уровней сопротивления: 1-15

### **Пауза**

Когда машина находится в движении, нажмите кнопку паузы. В это время уровень сопротивления сбрасывается на ноль, и отсчет окон прекращается. Окно ПРОГРАММЫ прокручивается, чтобы отобразить слово «ПАУЗА».

### **Остановка**

Машина находится в движении, нажмите клавишу остановки, уровень сопротивления равен нулю, а количество окон равно нулю. Аппарат перешел в режим ожидания.

## **ЗАПУСК РЕЖИМА ОБРАТНОГО ОТСЧЕТА**

(Нажмите клавишу со стрелкой вверх или вниз, чтобы переключить функцию в режим обратного отсчета) В режиме ожидания нажмите "Стрелку вверх" один раз, войдите в окно настройки режима подсчета времени (ПРОГРАММА), чтобы перейти к отображению ВРЕМЕНИ, и в окне времени мигнет "30:00". В это время вы можете добавлять в соответствии с уровнем сопротивления. Установите значение времени, после настройки нажмите "ВВОД" для подтверждения, значение временного окна перестанет мигать, нажмите "Быстрый старт", чтобы запустить машину, и значение настройки временного окна начнет обратный отсчет (другие значения окна подсчитываются по порядку). В то же время дугообразный маркер окна программы начинает по очереди загораться. Когда весь маркер горит, когда отсчет времени в окне идет до нуля, значение количества окон возвращается к нулю. Шатер также погашен. Машина переходит в режим ожидания. Дважды нажмите "Стрелку вверх", чтобы войти в настройку режима обратного отсчета расстояния, трижды нажмите "Стрелку вверх", чтобы войти в настройку режима обратного отсчета калорий, настройку режима обратного отсчета расстояния и калорий одновременно с настройкой режима обратного отсчета

Диапазон настройки каждого взаимного режима:

- Время: 5:00-99:00
- Расстояние: 0,50-99,0
- Калорий: 20,0-990

## **АВТОМАТИЧЕСКИЙ ЗАПУСК ПРОГРАММЫ:**

Нажмите клавишу со стрелкой вверх или клавишу со стрелкой вниз для переключения каждой фиксированной программы. В режиме ожидания нажмите "стрелку вверх" четыре раза, войдите в фиксированную программу "P1" в пятый раз, войдите в фиксированный режим "P2" и так далее, нажмите эту кнопку в одиннадцатый раз, войдите в фиксированный режим "P8" При переключении между восемью фиксированными программами, в окне уровень сопротивления всегда отображается первый уровень сопротивления соответствующей фиксированной программы. Выберите любую фиксированную программу. В это время номер временного окна мигает "30:00", и уровень сопротивления добавляется или вычитается. Установите фиксированный период времени программы. После завершения настройки нажмите кнопку быстрого запуска, чтобы запустить машину. Номер временного окна начинает обратный отсчет. В это время дугообразный маркер окна программы начинает по очереди загораться, когда весь маркер горит. Время окна отсчитывается до нуля, и значение каждого окна возвращается к нулю. Маркер также гаснет, и машина переходит в режим ожидания (обратите внимание, что каждая фиксированная программа разделена на 15 уровней сопротивления, а время переключения между каждым уровнем сопротивления определяется временем выполнения программы, установленным пользователем: пользователь устанавливает время /20).

**ПАРАМЕТРЫ:**

Заводная ручка	Алюминиевый сплав
Материал трубки для регулировки подушки	Алюминиевый сплав
Способ регулировки сопротивления	Контроль электромагнитного сопротивления
Способ регулировки сопротивления	Внешний источник питания не требуется
Напряжение	220V
Уровень сопротивления:	1-15
Данные о цели упражнения:	Время, скорость, расстояние, калории
Мониторинг сердечного ритма:	Рукоятка
Режим тренировки:	Автоматический режим
Выбор языка:	Английский
Габариты	Длина * ширина * высота 1210*630*1540mm
Вес тренажера:	100кг
Мах вес пользователя:	150кг