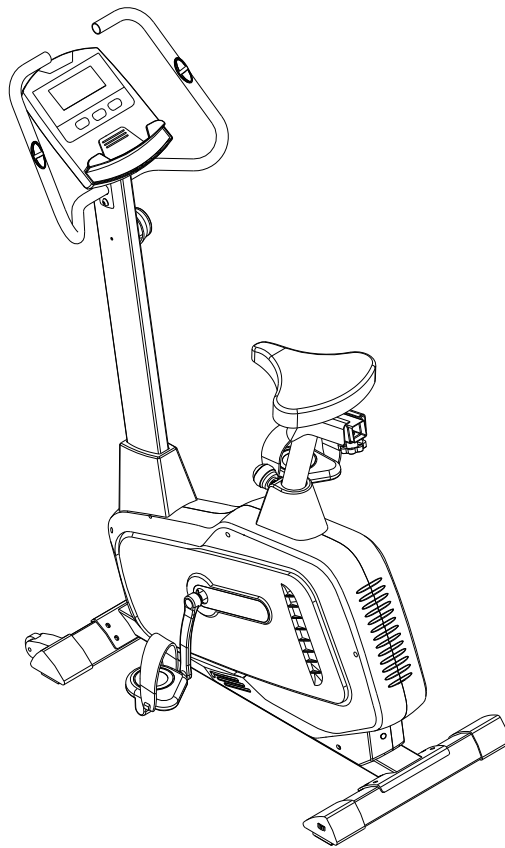


# ИНСТРУКЦИЯ ПО ПРИМЕНЕНИЮ ВЕЛОТРЕНАЖЁР YK10608B



Перед использованием тренажёра ознакомьтесь с инструкцией.

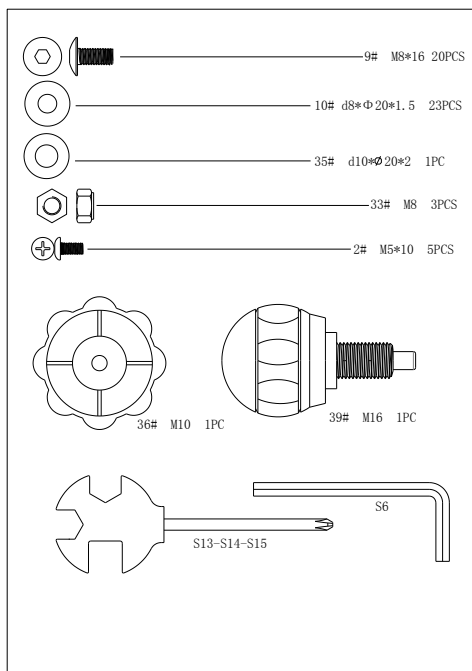
## ВНИМАНИЕ!

Соблюдайте следующие меры предосторожности перед началом сборки или при работе тренажера.

1. Соберите тренажер строго по прилагаемой инструкции.
2. Перед первым использованием тренажера проверьте все винты, гайки и другие соединения и убедитесь, что тренажер находится в рабочем состоянии.
3. Установите тренажер в сухом помещении на ровной поверхности, вдали от влаги и воды.
4. Во избежание царапин, грязи и т. д. осуществляйте сборку на пример на резиновом коврике, деревянной доске и т.д.
5. Перед началом тренировки освободите пространство в радиусе 2 м от тренажера.
6. Не используйте агрессивные чистящие средства для чистки тренажера. Используйте только прилагаемые инструменты или подходящие инструменты для сборки машины или ремонта любых деталей машины. Протирайте тренажер сразу после окончания тренировки.
7. Не правильно подобранные тренировки могут нанести ущерб вашему здоровью. Перед началом тренировки проконсультируйтесь с врачом. Он может определить максимальную нагрузку (Пульс. Продолжительность тренировки и другие параметры), с которой вы можете тренироваться и получать точную информацию во время тренировки. Данный тренажер не предназначен для использования в терапевтических целях.
8. Занимайтесь на тренажёре только в том случае, если он исправен. При любом, даже незначительном ремонте используйте только оригинальные запасные части.
9. Тренируйтесь только в спортивной одежде и обуви, которые подходят для занятий фитнесом. Ваша тренировочная обувь должна быть подходящей для тренажера.
10. Если у вас возникло чувство головокружения, тошнота или другие симптомы плохого самочувствия, немедленно остановитесь и обратитесь к врачу.
11. Дети и люди с ограниченными возможностями, должны пользоваться тренажером только под контролем другого лица, которое может оказать помощь и дать рекомендации.
12. Сопротивление увеличивается с увеличением скорости и наоборот. Тренажер оснащен регулируемой ручкой, которая может регулировать сопротивление. Уменьшите сопротивление, повернув регулировочную ручку для установки сопротивления на ступень 1. Увеличьте сопротивление, повернув регулировочную ручку для установки сопротивления на ступень 8.
13. Максимальный вес пользователя составляет 130 кг / 286,6 фунтов.
14. Соблюдайте осторожность при подъеме или перемещении оборудования, чтобы не повредить спину. Всегда используйте специальное оборудование и / или воспользуйтесь помощью.



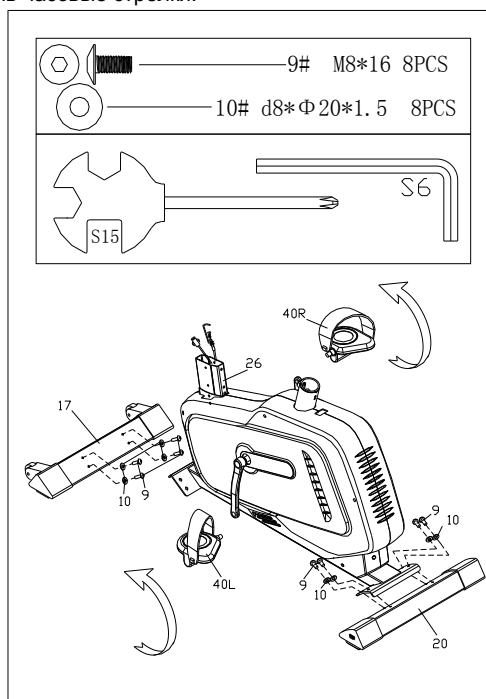
## КРЕПЁЖ И ИНСТРУМЕНТЫ



## ИНСТРУКЦИЯ ПО СБОРКЕ

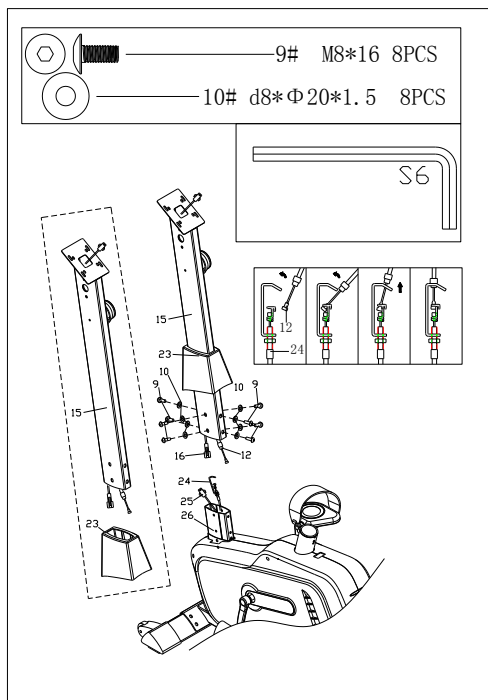
### ШАГ 1

Прикрепите передний стабилизатор (17) и задний стабилизатор (20) к основной раме (26) болтом (9) и шайбой (10). Прикрепите педаль (40L / R) к ручке педали, как показано на схеме.1, ВНИМАНИЕ: убедитесь, что правая педаль (40R), отмеченная (R), прикреплена к правой ручке педали и затянута по часовой стрелке. Левая педаль (40L) с ручкой педали (L) прикреплена к левому кривошипному рычагу и затянута в против часовой стрелки.



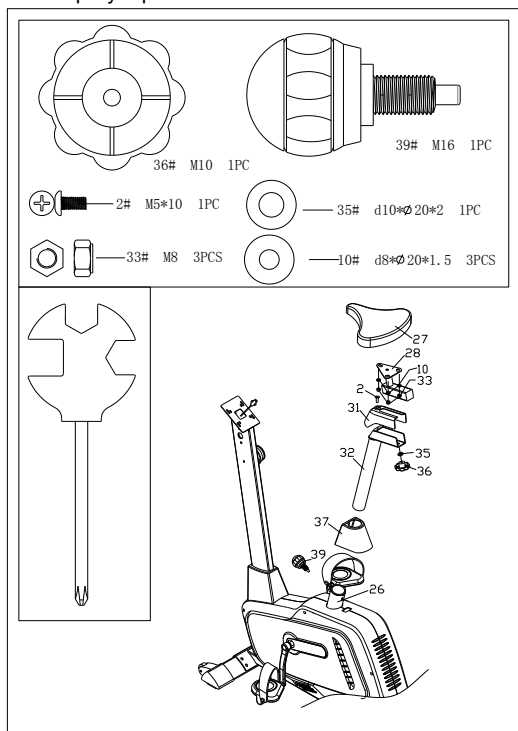
### ШАГ 2

Установите переднюю пластиковую крышку (23) на опорную стойку (15), затем соедините датчик 16 и 25 с проводом 12 и 24 как показано на схеме.3, и установите опорную стойку (15) на основной раме (26) с помощью болта (9) и шайбы (10).



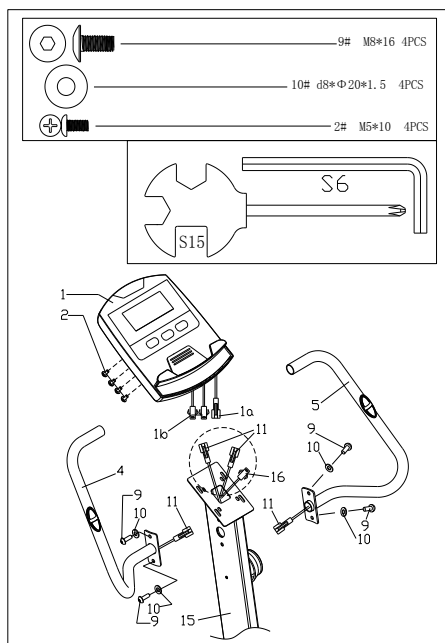
### ШАГ 3

Прикрепите седло (27) к держателю (28) с помощью шайбы (10) и нейлоновой гайки (33), затем затяните седло (27). Сместите сидение (28) по вертикальной направляющей(32) до нужного уровня и закрепите при помощи ручки (36) и шайбы (35). Вставьте вертикальную стойку седла (32) в основную раму (26) и совместите отверстия. Закрепите седло с помощью регулировочной ручки (39). Правильная высота седла может быть отрегулирована после полного монтажа велосипеда.



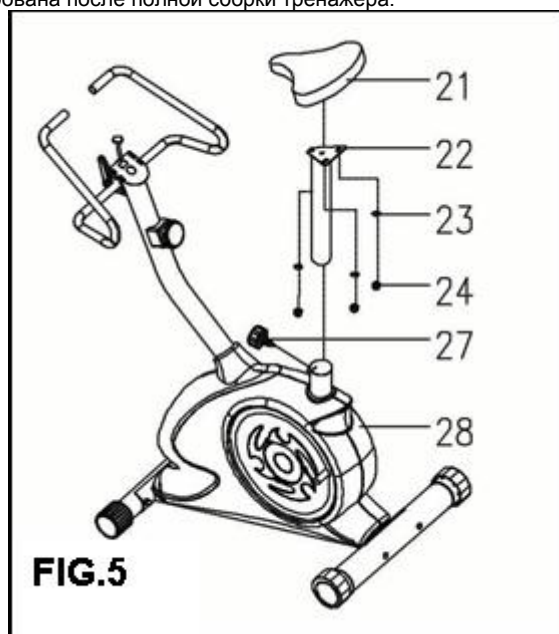
### ШАГ 4

Установите рукояти (4 и 5) к стойке (15) с помощью винта (9) и шайбы (10). Подсоедините датчик, как показано на схеме.4, а затем установить компьютер (1) на стойку (15) с помощью болта (2).



#### ШАГ 5

Открутите болты седла (21) затем затяните седло (21) при помощи плоской шайбы (23) и нейлоновой гайки (24). Вставьте защитный кожух (22) в главную раму (28) и совместите отверстия. Закрепите седло (21) при помощи регулировочной ручки (27). Высота седла может быть отрегулирована после полной сборки тренажера.



#### ВНИМАНИЕ!

ПЕРЕД НАЧАЛОМ ТРЕНИРОВКИ УБЕДИТЕСЬ, ЧТО ВСЕ БОЛТЫ И ГАЙКИ НАДЕЖНО ЗАТЯНУТЫ.

#### ПРИМЕЧАНИЕ

ТОРЦЕВАЯ КРЫШКА НА ПЕРЕДНЕЙ СТОЙКЕ МОБИЛЬНА, ЧТО ДАЁТ ВОЗМОЖНОСТЬ ПЕРЕДВИГАТЬ ТРЕНАЖЁР, А КРЫШКА НА ЗАДНЕЙ СТОЙКЕ СКЛАДЫВАЕТСЯ.

#### РУКОВОДСТВО ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ МОНИТОРА

Технические характеристики	NO: SMS_402
Время	00:00-99:59
Скорость (SPD)	0.0-99.9 км/ч
Расстояние	0.00-9999 км
Калории	0.0-9999 ккал
Одометр (ODO)	0.0-9999 км
Пульс (PUL)	0,40~240 уд/мин

#### НАЗНАЧЕНИЕ КЛАВИШ

**MODE:** Данная клавиша позволяет вам выбрать определенную функцию, на ваше усмотрение

※**SET:** переводит в режим ввода данных для показателей TIME, DISTANCE, CALORIES, PULSE.

**CLEAR(RESET):** Клавиша для сброса значения до нуля.

※**ON/OFF(START/STOP)**: Клавиша приостановки ввода значений.

## **ПРОЦЕСС УПРАВЛЕНИЯ**

1. AUTO ON/OFF :

- Система включается, когда нажата любая клавиша или когда датчик скорости подает сигнал.
- Система автоматически выключается, если от датчика скорости нет сигнала или кнопки не нажимаются в течение приблизительно 4 минут.

2. RESET: Система может быть перезагружена заменой батарейки или удержанием нажатой кнопки MODE в течение 3 секунд.

3. MODE: Чтобы выбрать SCAN или LOCK, если вы не хотите режим сканирования, нажмите клавишу MODE, когда указатель начнет мигать на нужной функции.

## **ФУНКЦИИ**

1. TIME(ВРЕМЯ): Нажимайте кнопку MODE до тех пор, пока указатель не переключится на TIME. Общее время работы будет показано при начале упражнения.

2. SPEED(СКОРОСТЬ): Нажимайте кнопку MODE, пока указатель не перейдет в режим SPEED. Будет показана текущая скорость.

3. DISTANCE(РАССТОЯНИЕ): Нажимайте кнопку MODE, пока указатель не переместится на DISTANCE. На дисплее будет отображаться расстояние каждой тренировки

4. CALORIE (КАЛЛОРИИ): Нажимайте кнопку MODE до тех пор, пока указатель не включится в положение CALORIE. Количество сжигаемых калорий будет отображаться при запуске упражнения

5. ODOMETER (ЕСЛИ ЕСТЬ): Нажмите клавишу MODE, пока указатель не перейдет в ODOMETER. Будет показано общее накопленное расстояние

6. ОБОРОТЫ В МИНУТУ (ЕСЛИ ЕСТЬ): Показывает среднее количество оборотов в минуту.

7. Нажимайте кнопку MODE до тех пор, пока указатель не перейдет в режим PULSE. Текущий пульс пользователя будет отображаться в ударах в минуту. Поместите ладони на обеих контактных площадках (или наденьте ушной вкладыш на ухо) и подождите 30 секунд для наиболее точного считывания.

SCAN: Автоматически отображать изменения данных каждые 4 секунды.

BATTERY (БАТАРЕЯ): При неправильном отображении на мониторе, пожалуйста, замените батареи.