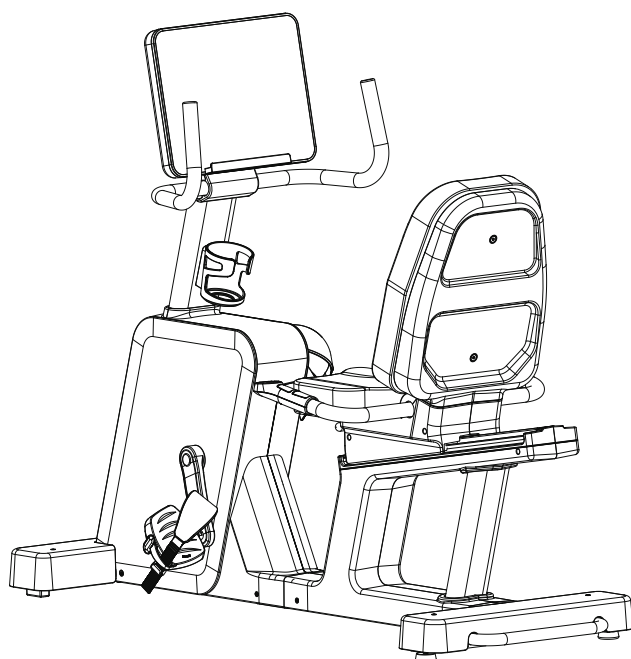


# РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

ГАРАНТИЙНЫЙ ТАЛОН

## Велотренажер горизонтальный Proxima Gyro R, арт. PROB-110

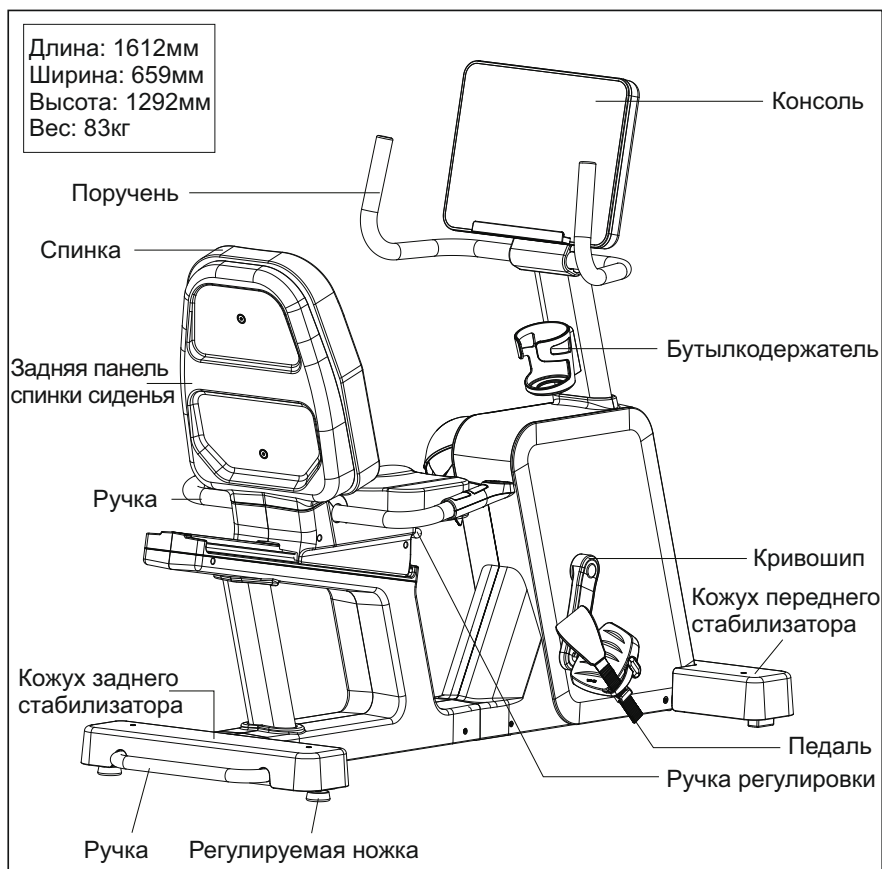


Изображение в руководстве пользователя может отличаться от вашего изделия.

## СОДЕРЖАНИЕ

|                                |    |
|--------------------------------|----|
| Описание изделия-----          | 01 |
| Меры предосторожности-----     | 02 |
| Изображения деталей-----       | 03 |
| Инструкция по сборке-----      | 04 |
| Техническое обслуживание-----  | 10 |
| Функции консоли-----           | 11 |
| Упражнения на растяжку-----    | 27 |
| Инструкция по перемещению----- | 30 |
| Гарантийный талон-----         | 31 |

## Описание изделия



### Инструкция по обращению с аккумулятором:

Оборудование оснащено аккумулятором. Если требуется заменить аккумулятор, обратитесь к специалистам для выполнения демонтажа. После этого аккумулятор необходимо утилизировать в соответствии с требованиями местного законодательства.

**⚠ Примечание:** Оборудование оснащено системой автономного электропитания. Система действует только во время работы оборудования.

## Меры предосторожности

Благодарим за выбор нашей продукции. Внимательно прочитайте приведенные ниже инструкции перед началом тренировок, чтобы обеспечить комфортное и безопасное использование.

\*Оборудование отвечает соответствующим стандартам, применимым к спортивному оборудованию для коммерческого и немедицинского использования.

\*Изделие является спортивным оборудованием класса SB с электронной системой регулировки скорости, таким образом, его нельзя использовать без системного управления.

\*Не используйте изделие в местах с высокой температурой, повышенной влажностью или в местах, где имеется вероятность попадания брызг.

\*Оборудование поддерживает 32 уровня сопротивления. При остановке, консоль автоматически переходит в режим ожидания.

\*Внимательно прочитайте руководство пользователя перед началом эксплуатации.

\*Устанавливайте оборудование на твердую, ровную поверхность.

\*Не запрыгивайте на сиденье или другие части оборудования.

\*Оставьте достаточно свободного пространства вокруг оборудования (по крайней мере, 1 метр, с каждой стороны).

\*Неправильное использование и нарушение мер предосторожности может нанести ущерб вашему здоровью.

\*Во время эксплуатации доступ к панели управления и другим механическим компонентам не должен быть заблокирован посторонними предметами.

\*Регулярно проверяйте надежность крепления винтов и гаек.

\*Оборудование могут использовать дети под присмотром взрослых, если их ментальные и физические способности отвечают предъявляемым требованиям.

\*Тренажер нельзя использовать как игрушку или игровой автомат.

\*Инструкции по сборке, эксплуатации и безопасной тренировке поставляются вместе с деталями изделия.

\*Владелец тренажера обязан сообщить другим пользователям о мерах предосторожности.

\*Оборудование предназначено для домашнего использования и не подходит для использования на улице.

\*Не перемещайте оборудование самостоятельно.

\*Если вы хотите разобрать изделие, выполняйте инструкцию по сборке, приведенную в настоящем руководстве, в обратном порядке.

\*Используйте оборудование строго в соответствии с инструкцией.

\*Не закрывайте глаза во время тренировки.

\*Информация о тормозной системе: не зависит от скорости.

\*Информация о тренировках: Упражнения для развития мышц нижней части тела, верхней части тела и всех групп мышц.

\*Дети могут заниматься только под присмотром взрослых.

### **Внимание:**

\*Перед началом использования данного изделия проконсультируйтесь с врачом. Это особенно важно, если вы старше 35 лет и имеете хронические заболевания. Внимательно прочитайте информацию о мерах предосторожности перед началом занятий.

\*Дети старше 8 лет, а также люди с ограниченными физическими, сенсорными или ментальными способностями или недостатком опыта могут использовать оборудование под присмотром или руководством других лиц, которые ознакомлены с мерами предосторожности и потенциальными опасностями.

\*Дети должны использовать оборудование под просмотром взрослых, чтобы не допустить баловства с оборудованием.

\*Дети не должны выполнять очистку или техническое обслуживание без присмотра взрослых.

\*Диапазон скорости в режиме автономного питания: 25–120 оборотов в минуту. (Примечание: Если в режиме автономного питания вращать педали быстрее, будет вырабатываться больше электроэнергии).

**ВНИМАНИЕ:**

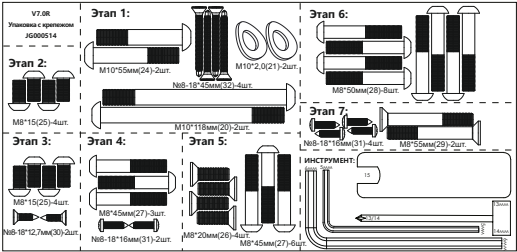
- \*Данное оборудование не предназначено для выполнения точных измерений.
- \*Показания пульсометра могут быть неточными. Если вы почувствовали слабость, немедленно прекратите тренировку.
- \*Не предназначено для использования в медицинских целях.

**Экологичные, перерабатываемые материалы:**

- Упаковка: картон
- Защитная упаковка: картон и пенополистирол
- Пленка и пакет: полиэтилен
- Обертка: полипропиленовая пленка

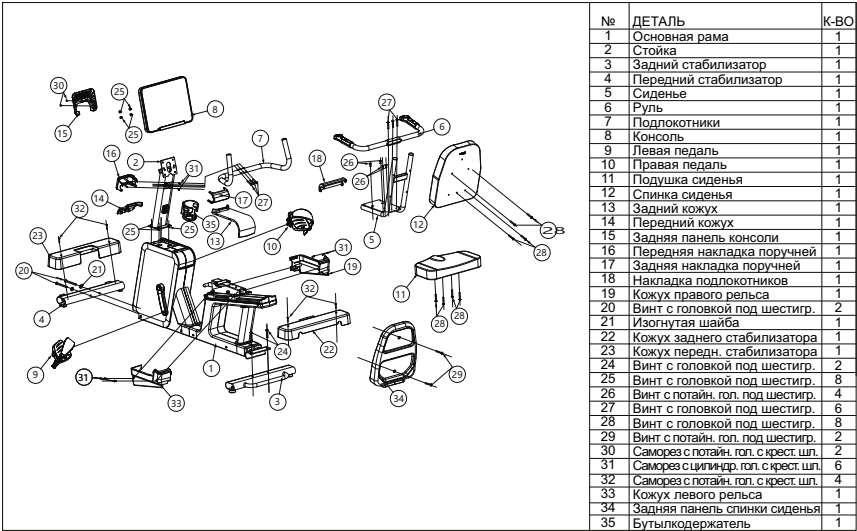
**Изображения деталей**

См. изображения ниже, чтобы идентифицировать мелкие детали, необходимые для сборки (отвертки, болты, гайки и т.д.). (некоторые детали предустановлены производителем. Соблюдайте очередность сборки).



**Сборка**

Перед началом сборки рассмотрите рисунок снизу и сверьтесь с цифрами на чертеже, чтобы удостовериться, что Вы выполняете сборку правильно.



# Инструкция по сборке

Сборка:

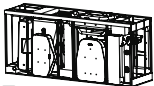
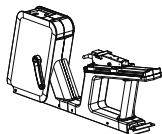
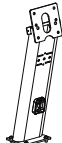
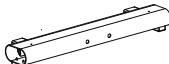
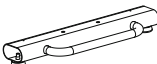
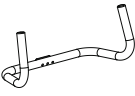
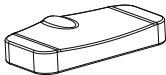
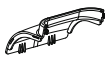
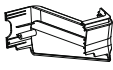
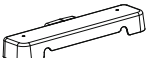
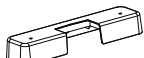
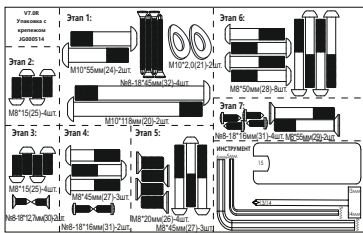
Для Вашего удобства, некоторые детали предустановлены производителем. Перед началом сборки прочитайте настоящее руководство пользователя. Соблюдайте приведенные в нем инструкции, чтобы выполнить сборку велотренажера.

Проверьте наличие всех деталей в упаковке.

(1) Выньте все детали из коробки и разложите их по порядку на полу.

(2) Удостоверьтесь, что вокруг изделия имеется свободное пространство (по крайней мере, 1,5 метра).

Перед началом сборки достаньте и разложите детали, изображенные на рисунке.

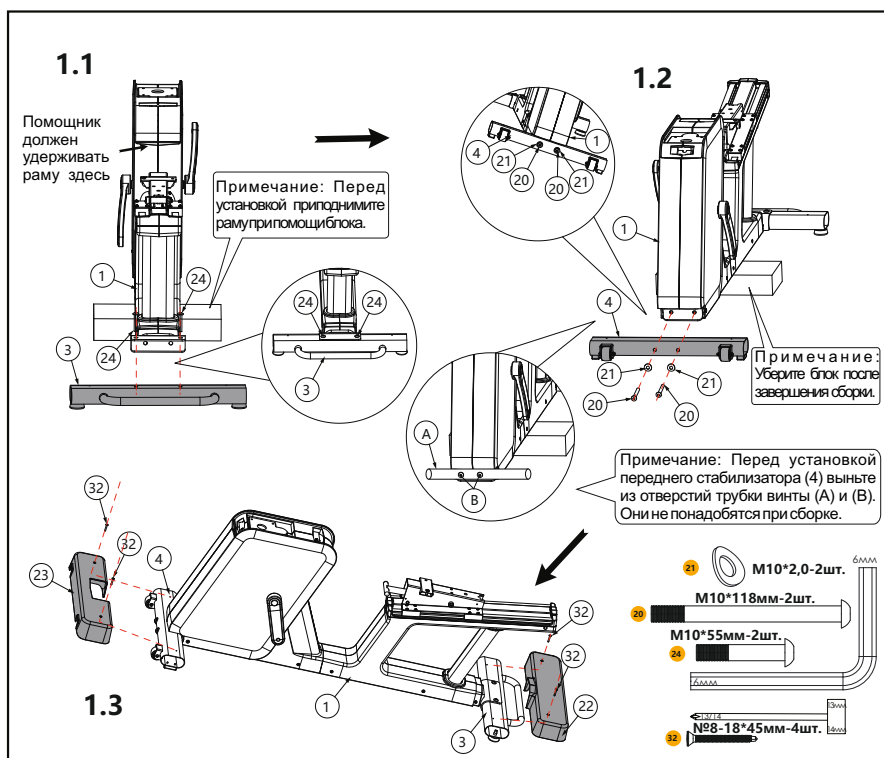
|                                                                                                                       |                                                                                                                         |                                                                                                                    |                                                                                                                  |                                                                                                                |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <br>Тренажер<br>в упаковке           | <br>1 Основная рама                    | <br>2 Стойка                      | <br>3 Передний стабилизатор     | <br>4 Задний стабилизатор     |
| <br>5 Сиденье                        | <br>6 Руль                             | <br>7 Подлокотники                | <br>8 Консоль                   | <br>9 Левая педаль            |
| <br>10 Правая педаль                 | <br>11 Подушка сиденья                 | <br>12 Спинка сиденья             | <br>13 Задний кожух             | <br>14 Передний кожух         |
| <br>15 Задняя панель консоли       | <br>16 Передняя накладка поручней    | <br>17 Задняя накладка поручней | <br>18 Накладка подлокотников | <br>19 Кожух правого рельса |
| <br>22 Кожух заднего стабилизатора | <br>23 Кожух переднего стабилизатора | <br>35 Бутылкодержатель         |                              |                                                                                                                |
| <br>33 Кожух левого рельса         | <br>34 Задняя панель спинки сиденья  | <br>36 Руководство пользователя |                                                                                                                  |                                                                                                                |
| <br>33 Кожух левого рельса         | <br>34 Задняя панель спинки сиденья  | <br>36 Руководство пользователя | 37 Комплект крепежа                                                                                              |                                                                                                                |

## 1. Установка переднего и заднего стабилизаторов и декоративных накладок (Для выполнения требуется 2 человека)

1.1. Установите задний стабилизатор (3) на основную раму (1) таким образом, чтобы отверстия на металлических деталях совпадали с отверстиями под винты. Зафиксируйте стабилизатор при помощи двух винтов под шестигранник M10x55мм (24) и шестигранного ключа 6 мм. (См. Рисунок 1.1).

1.2. Установите передний стабилизатор (4) на основную раму (1) таким образом, чтобы отверстия на металлических деталях совпадали с отверстиями под винты. Зафиксируйте стабилизатор при помощи двух винтов с цилиндрической головкой под шестигранник M10x118мм (20), двух изогнутых шайб M10\*2,0 (21) и шестигранного ключа 6 мм. (См. Рисунок 1.2).

1.3. Установите кожухи переднего и заднего стабилизаторов (23) и (22) на передний и задний стабилизаторы (4) и (3) соответственно таким образом, чтобы отверстия на металлических деталях совпадали с отверстиями под винты. Зафиксируйте кожухи (23) и (22) при помощи четырех саморезов с потайной головкой с крестообразным шлицем №8-18x45мм (32). (См. Рисунок 1.3).

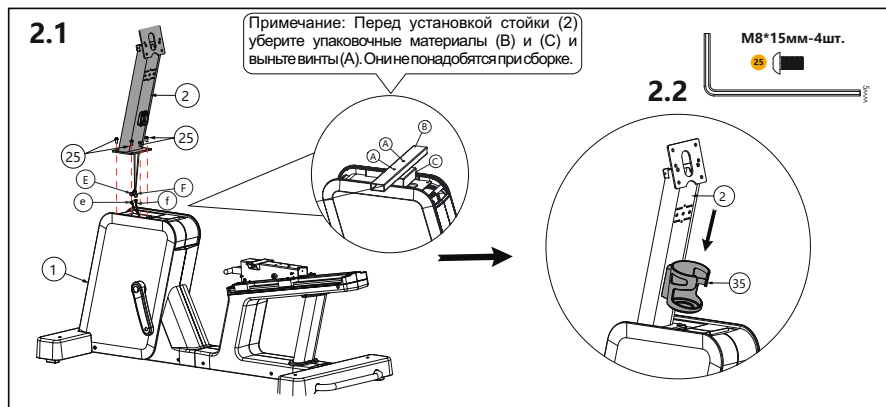


**⚠ Примечание:** Велотренажер достаточно тяжелый. Соблюдайте осторожность во время сборки.

## 2. Установка стойки и бутылкодержателя (Для выполнения требуется 2 человека)

2.1. Соедините кабели Е и Е, F и f. Затем установите стойку (2) на основную раму (1). Зафиксируйте ее при помощи четырех винтов под шестигранник M8x15мм (25) и шестигранного ключа 5 мм (См. Рисунок 2.1).

2.2. Возьмите бутылкодержатель (35) и наденьте его на стойку (2), сдвинув вниз, как показано на рисунке. Прижмите бутылкодержатель к стойке (См. Рисунок 2.2)



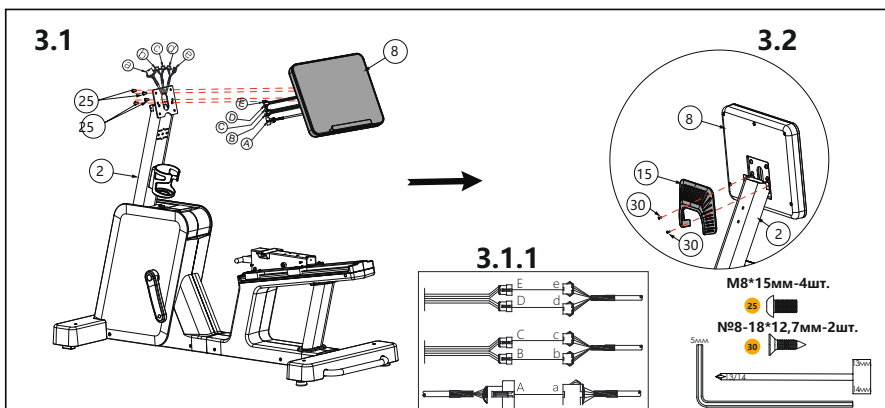
## 3. Установка консоли и задней панели консоли (Для выполнения требуется 2 человека)

3.1. Возьмите консоль (8) и расположите ее рядом со стойкой (2). Попросите помощника соединить кабели (A) и (a), кабели пульсометра (B) и (b), кабели (C) и (c), (D) и (d), (E) и (e). (См. Рисунок 3.1.1.)

Примечание: Разъемы легко соединяются. Не применяйте силу. После соединения уберите разъемы в отверстия металлической накладки стойки (2), чтобы не защемить их при сборке.

Установите консоль (8) на металлическую панель стойки (2) таким образом, чтобы отверстия на консоли и стойке совпадали. Зафиксируйте консоль при помощи четырех винтов с головкой под шестигранник M8x15 (25).

3.2. Установите заднюю панель консоли (15) на заднюю поверхность консоли (8). Прикрепите ее к металлической наладке стойки (2) при помощи двух саморезов с потайной головкой с крестообразным шлицем под отвертку Phillips №8-18x12,7мм (30). (См. Рисунок 3.2).



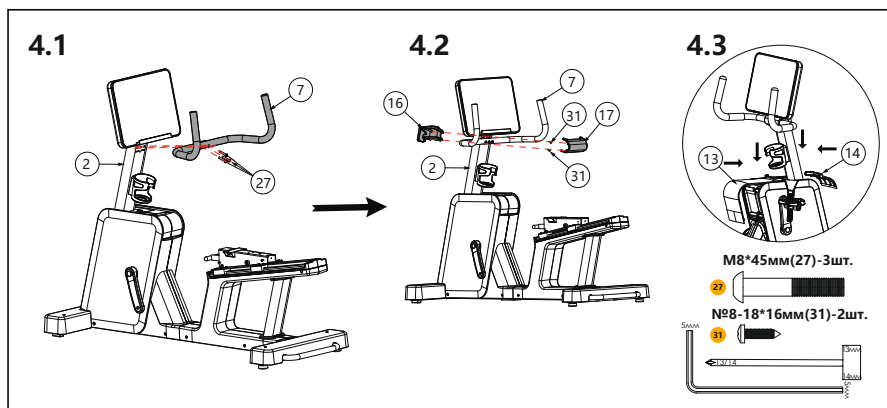
#### 4. Установка поручней и накладок поручней

4.1. Установите поручни (7) на стойку (2) таким образом, чтобы отверстия под винты совпадали. Зафиксируйте поручни при помощи трех винтов под шестигранник М8х45 (27).

4.2. Установите переднюю накладку поручней (16) в отверстие с резиновой прокладкой на стойке (2). Зафиксируйте поручни при помощи гаечного ключа и двух саморезов с цилиндрической головкой с крестообразным шлицем №8-18\*16мм (31). Установите заднюю накладку поручней (17) напротив передней накладки (16). (См. Рисунок 4.2).

4.3. См. Рисунок 4.3.: Установите защитную накладку. Затем установите декоративную накладку (13). Вставьте заднюю декоративную накладку (14) в левый и правый кронштейны на основной раме (1). Прижмите ее к основной раме и сдвиньте вперед.

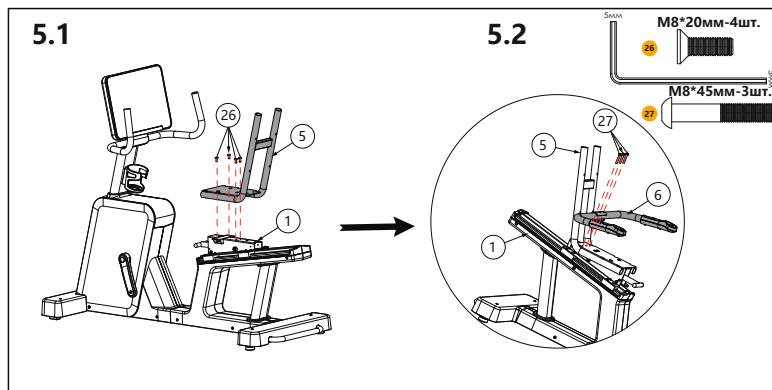
Затем установите переднюю декоративную накладку (14). Вставьте переднюю декоративную накладку (14) в левый и правый кронштейны на основной раме (1). Прижмите ее и сдвиньте вперед таким образом, чтобы она надежно зафиксировалась в кронштейнах. (См. Рисунок 4.3)



## 5. Установка сиденья и подлокотников

5.1. Установите сиденье (5) на пластину для сиденья на основной раме (1). Зафиксируйте его при помощи шестигранного ключа 5 мм и четырех винтов с головкой под шестигранник M8x20мм (26). (См. Рисунок 5.1)

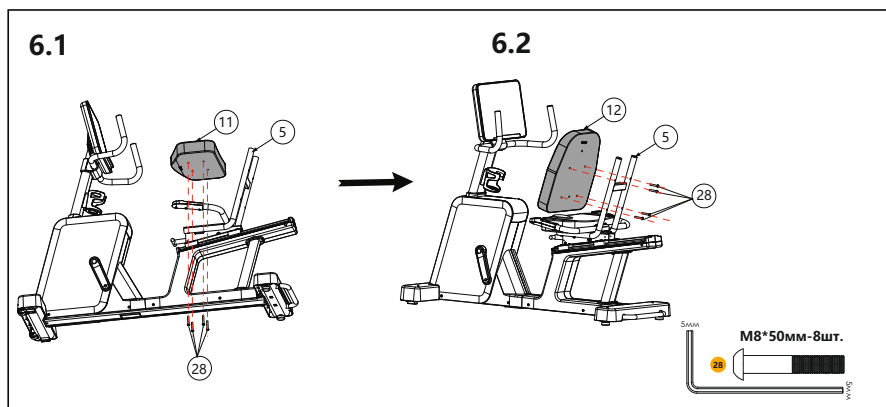
5.2 Установите подлокотники (6) на сиденье (5). Зафиксируйте их при помощи шестигранного ключа 5 мм и трех винтов с головкой под шестигранник M8x45мм (27). (См. Рисунок 5.2)



## 6. Установка подушки и спинки сиденья

6.1. Установите подушку (11) на сиденье (5). Зафиксируйте ее при помощи шестигранного ключа 5 мм и четырех винтов с головкой под шестигранник M8x50мм (28). (См. Рисунок 6.1)

6.2. Установите спинку (12) на сиденье (5). Зафиксируйте ее при помощи шестигранного ключа 5 мм и четырех винтов с головкой под шестигранник M8x50мм (28). (См. Рисунок 6.2)

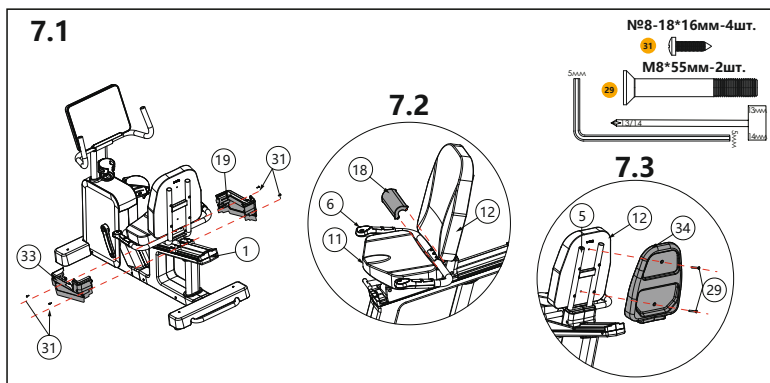


## 7. Установка декоративных накладок рельсов и подлокотников

7.1 Установите кожухи левого и правого рельсов (33) и (19) на левый и правый рельсы основной рамы (1) соответственно. Зафиксируйте их при помощи гаечного ключа и четырех саморезов с потайной головкой и крестообразным шлицем под отвертку Phillips №8-18\*16мм (31). (См. Рисунок 7.1)

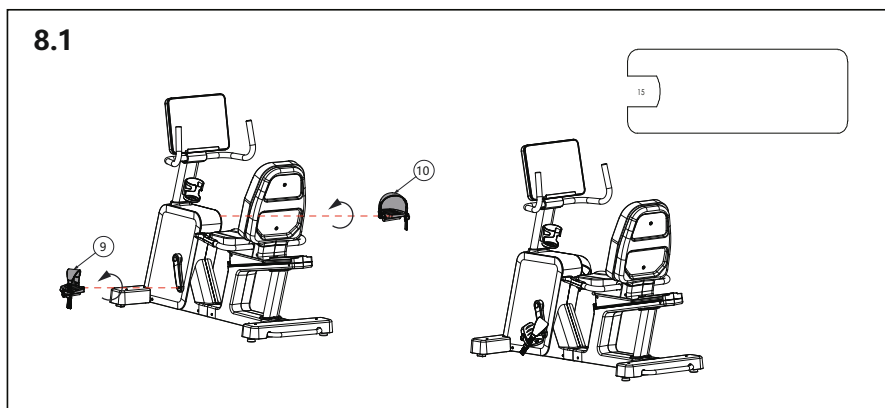
7.2. Установите декоративную накладку подлокотников (18) на левую и правую декоративные накладки рельс (33) и (19). (См. Рисунок 7.2)

7.3. Установите заднюю панель спинки сиденья (34) на спинку сиденья (12). Зафиксируйте ее при помощи шестигранного ключа 5 мм и четырех винтов с потайной головкой под шестиграннык M8x55мм (29). (См. Рисунок 7.3)



## 8. Установка левой и правой педалей

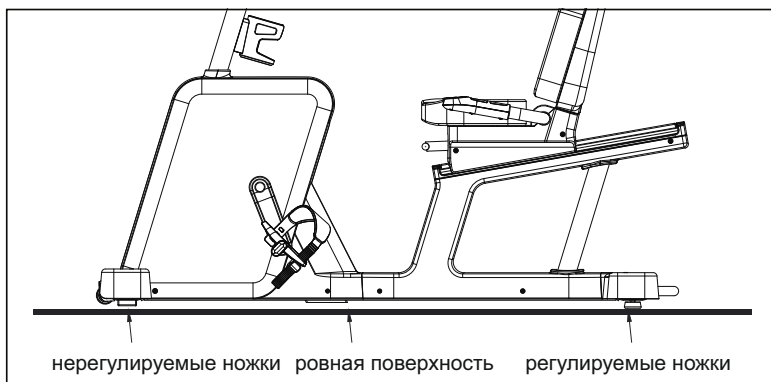
8.1. См. Рисунок (8.1). Возьмите левую и правую педали (9) и (10). (Примечание: Левая педаль маркирована «L», а правая – «R»). Прикрутите левую педаль (9) к левому кривошипу на основной раме (1) в направлении против часовой стрелки при помощи гаечного ключа. Прикрутите правую педаль (10) к правому кривошипу на основной раме (1) в направлении по часовой стрелке при помощи гаечного ключа.



Сборка завершена.

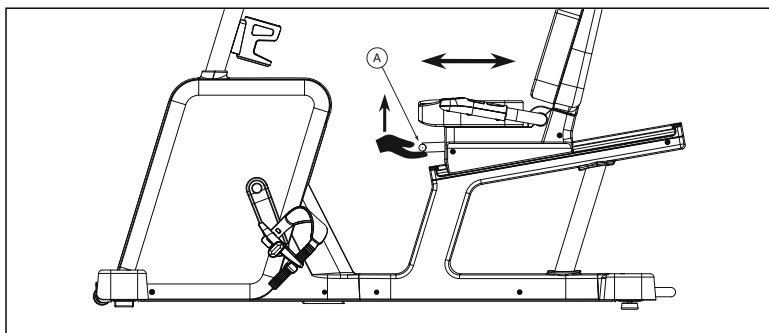
## Техническое обслуживание

### Регулировка высоты



Спереди расположены две ножки с нерегулируемой высотой. Если тренажер находится в неустойчивом положении, отрегулируйте высоту задних ножек.

### Регулировка положения сиденья



#### Регулировка положения сиденья:

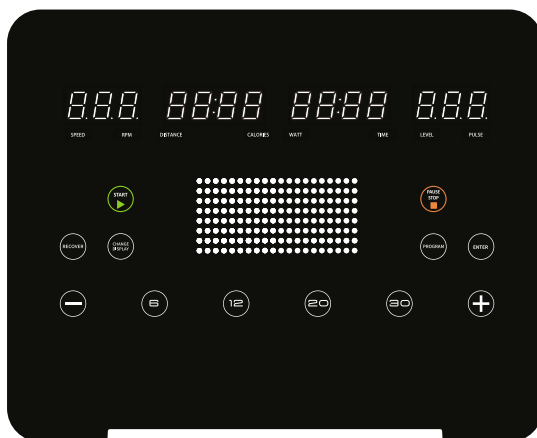
Потяните ручку регулировки (A) вверх и подвиньте сиденье вперед или назад до щелчка. Установите сиденье в удобное положение. После этого отпустите ручку.

#### Техническое обслуживание:

Чтобы обеспечить безопасную эксплуатацию оборудования регулярно проверяйте детали, такие как ремни, шкивы, соединения и т.п. на предмет износа.

Выполняйте замену неисправных деталей немедленно и/или не используйте оборудования до устранения неисправности.

## Функции консоли



### ПЕРВОНАЧАЛЬНЫЕ НАСТРОЙКИ

1. После включения устройства происходит загрузка дисплея. Вы услышите продолжительный звуковой сигнал. В течение 2 секунд на дисплее будут отображаться все активные параметры тренировки. В секции дисплея «ВРЕМЯ» отображается общее количество [часов], в секции дисплея «РАССТОЯНИЕ» – общее количество [миль]. Затем в течение 4 секунд на дисплее отображается информация о встроенных программах тренировки. Нажмите на кнопку «START» («СТАРТ»), чтобы начать тренировку. Если не нажимать на кнопки в течение 4 секунд, дисплей переходит в РЕЖИМ ОЖИДАНИЯ.

### ФУНКЦИИ КОНСОЛИ

#### 1. РЕЖИМ ПОКОЯ

1.1 На дисплее отображается приветствие «WELCOME» («ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ»), а в остальных секциях дисплея отображается значение «0».

1.2 Если вы не выбрали программу тренировки и не нажимаете на кнопки в течение 20 секунд, тренажер переходит в РЕЖИМ ПОКОЯ.

#### 2. РЕЖИМ ТРЕНИРОВКИ

2.1 В режиме тренировки на дисплее поочередно отображаются значения УРОВНЯ СОПРОТИВЛЕНИЯ и ЧАСТОТЫ ПУЛЬСА, каждое – по 10 секунд. Рядом с названием отображаемого параметра загорается световой индикатор.

2.2 Пользователь может переключаться между разными режимами отображения параметров тренировки при помощи кнопки «CHANGE DISPLAY» («СМЕНА ДИСПЛЕЯ»): SPEED / DISTANCE / WATT / LEVEL (СКОРОСТЬ / РАССТОЯНИЕ / ИНТЕНСИВНОСТЬ / УРОВЕНЬ СОПРОТИВЛЕНИЯ) → RPM / CALORIES / TIME / PULSE (ОБОРОТЫ В МИНУТУ / КАЛОРИИ / ВРЕМЯ / ПУЛЬС) → SCAN (РЕЖИМ СКАНИРОВАНИЯ) → SPEED / DISTANCE / WATT / LEVEL (СКОРОСТЬ / РАССТОЯНИЕ / ИНТЕНСИВНОСТЬ / УРОВЕНЬ СОПРОТИВЛЕНИЯ).

### 3. РЕЖИМ ОЖИДАНИЯ

3.1 Если нажать на кнопку «PAUSE/STOP» («ПАУЗА/СТОП») во время тренировки, тренажер перейдет в РЕЖИМ ОЖИДАНИЯ. Отсчет прекратится, на дисплее отобразится слово «PAUSE» («ПАУЗА»), автоматически установится УРОВЕНЬ СОПРОТИВЛЕНИЯ 1. Если нажать на кнопку «PAUSE/STOP» еще раз, программа тренировки продолжится, а значение УРОВНЯ СОПРОТИВЛЕНИЯ вернется к установленному.

3.2 Если нажать на кнопку «PAUSE/STOP» в РЕЖИМЕ ОЖИДАНИЯ, тренажер перейдет в РЕЖИМ ЗАВЕРШЕНИЯ ТРЕНИРОВКИ.

3.3 Если в РЕЖИМЕ ОЖИДАНИЯ вы не нажимаете на кнопки и дисплей не получает сигнал от датчиков в течение 20 секунд, тренажер автоматически переходит в РЕЖИМ ПОКОЯ.

### 4. РЕЖИМ ЗАВЕРШЕНИЯ ТРЕНИРОВКИ

4.1 После завершения обратного отсчета параметров консоль издает 3 звуковых сигнала, на дисплее отображается слово «END» («КОНЕЦ») и автоматически устанавливается УРОВЕНЬ СОПРОТИВЛЕНИЯ 1. Если нажать на кнопку «PAUSE/STOP», тренажер переходит в РЕЖИМ ПОКОЯ.

4.2 Если в РЕЖИМЕ ЗАВЕРШЕНИЯ ТРЕНИРОВКИ вы не нажимаете на кнопки в течение 20 секунд, тренажер автоматически переходит в РЕЖИМ ПОКОЯ.

### 5. Измерение частоты пульса при помощи ручного пульсометра

5.1 Тренажер автоматически определяет частоту пульса пользователя, если взяться за рукоятки с датчиками пульсометра обеими руками. Пульсометр работает в РЕЖИМЕ ОЖИДАНИЯ, в РЕЖИМЕ ТРЕНИРОВКИ и в РЕЖИМЕ ПОКОЯ.

### 6. Измерение частоты пульса при помощи беспроводного (Bluetooth) пульсометра

6.1 Система определяет частоту пульса пользователя в РЕЖИМЕ ТРЕНИРОВКИ при использовании нагрудного пульсометра.

### 7. Bluetooth-приложения

Для работы с ZWIFT и KINOMAP требуется подключение по Bluetooth. Если подключение прерывается, консоль издает звуковой сигнал.

## ОБЩАЯ ИНФОРМАЦИЯ О ПАРАМЕТРАХ ТРЕНИРОВКИ

1. Общее значение времени: Диапазон 00:00 (часов:минут) ~ 9999 (часов). Когда общее значение времени превышает 99:59, начиная со 100 часов производится отсчет только часов (без минут). Когда значение времени превышает 9999 часов, значение сбрасывается до нуля и отсчет начинается сначала. Общее значение времени сохраняется по прошествии каждых 2 минут тренировки и не сбрасывается после пауз и остановок (в том числе после нажатия на кнопку «STOP»).

2. Общее значение расстояния: Диапазон 00,00 ~ 9999 КМ/МИЛЬ. Когда общее значение превышает 9999, значение сбрасывается до нуля и отсчет начинается сначала.

3. Общее значение расстояния сохраняется по прошествии каждых 2 минут тренировки и не сбрасывается после пауз и остановок (в том числе после нажатия на кнопку «STOP»).

## ПАРАМЕТРЫ ТРЕНИРОВКИ

### 1. ВРЕМЯ

1.1 Диапазон: 00:00 ~ 99:59 (минуты:секунды). После достижения максимального значения отсчет начинается с нуля.

1.2 Если нажать на кнопку «START/STOP» в РЕЖИМЕ ПОКОЯ, консоль перейдет в РЕЖИМ БЫСТРОГО СТАРТА. Отсчет времени начинается с 0:00.

1.3 Во время тренировок по ПРОГРАММАМ возможен прямой и обратный отсчет времени. Если установлено значение 0:00, начинается прямой отсчет. Если установлено другое значение времени, производится обратный отсчет.

1.4 РЕЖИМ РУЧНОЙ НАСТРОЙКИ, Программы P1~P12, Режимы H1~H3: Значение времени по умолчанию 16:00. Диапазон настройки: 0:00~10:00~99:00.

1.5 Режимы U1~U4: В секции «ВРЕМЯ» отображается сохраненное значение. Значение времени по умолчанию 0:00. Диапазон настройки: 0:00~10:00~99:00.

1.6 На дисплее отображается 16 полосок. При отсчете времени от 0:00, новая полоска появляется каждые 60 секунд. При обратном отсчете новая полоска появляется через промежуток времени, равный 1/16 от установленного значения.

### 2. РАССТОЯНИЕ

2.1 Диапазон настройки значения РАССТОЯНИЯ: 0,00 ~ 99,99 (КМ). Когда общее значение превышает 99,99, значение сбрасывается до 0,00 и отсчет начинается сначала.

2.2 В РЕЖИМЕ РУЧНОЙ НАСТРОЙКИ по умолчанию установлено значение расстояния 5,0 (КМ). Диапазон настройки: 0,0 ~ 99,0 (КМ).

### 3. КАЛОРИИ

3.1 Диапазон настройки значения КАЛОРИЙ: 0 ~ 999 (ККАЛ). Когда общее значение превышает 999, значение сбрасывается до 0 и отсчет начинается сначала.

3.2 Все вычисления значений изначально производятся в МИЛЯХ и затем переводятся в КМ.

3.3 
$$\text{ККАЛ/ЧП} = \{ [1 + (12,256 * \text{СКОРОСТЬ}) + (1,37 * \text{СКОРОСТЬ} * \text{УРОВЕНЬ СОПРОТИВЛЕНИЯ})] + \text{ВЕС\_ФУНТЫ В ФУНТАХ} / 2,2 \} * 1,5.$$

3.4 В РЕЖИМЕ РУЧНОЙ НАСТРОЙКИ по умолчанию установлено значение калорий 200 (ККАЛ). Диапазон настройки: 0 ~ 10 ~ 999 (ККАЛ).

### 4. СКОРОСТЬ

Диапазон настройки: 0,0 ~ 99,9 КМ/Ч.

### 5. УРОВЕНЬ СОПРОТИВЛЕНИЯ

5.1 МИНИМАЛЬНЫЙ УРОВЕНЬ СОПРОТИВЛЕНИЯ — 1.

5.2 МАКСИМАЛЬНЫЙ УРОВЕНЬ СОПРОТИВЛЕНИЯ — 32.

### 6. ПУЛЬС

6.1 Диапазон: 40 ~ 220. Если частота пульса не определяется, на дисплее отображается [0].

### 7. ИНТЕНСИВНОСТЬ

7.1 Значения оборотов в минуту и уровня сопротивления устанавливаются в соответствии с Таблицей интенсивности.

### 8. ВЕС

8.1 Диапазон настройки: 30 ~ 150 КГ. Значение по умолчанию: 70 КГ.

## 9. ВОЗРАСТ

9.1 Диапазон настройки: 10 ~ 99. Значение по умолчанию: 30 лет.

## 10. ЦЕЛЕВОЕ ЗНАЧЕНИЕ ЧАСТОТЫ ПУЛЬСА

10.1 Формула:  $(220 - \text{ВОЗРАСТ}) \times \%*$ , где  $\%*$  обозначает ПРОЦЕНТ.

10.2 HRC1 (ЧП1) (ЦЕЛЕВОЕ ЗНАЧЕНИЕ 60% от максимального значения частоты пульса): Значение по умолчанию, рассчитанное по данной формуле – 114 ударов в минуту.

10.3 HRC2 (ЧП2) (ЦЕЛЕВОЕ ЗНАЧЕНИЕ 70% от максимального значения частоты пульса): Значение по умолчанию, рассчитанное по данной формуле – 133 ударов в минуту.

10.4 HRC3 (ЧП3) (ЦЕЛЕВОЕ ЗНАЧЕНИЕ 80% от максимального значения частоты пульса): Значение по умолчанию, рассчитанное по данной формуле – 152 ударов в минуту.

## КНОПКИ КОНСОЛИ

### 1. «RECOVERY» («ВОССТАНОВЛЕНИЕ СЕРДЕЧНОГО РИТМА»)

1.1 Нажмите на кнопку «RECOVERY», чтобы перейти в РЕЖИМ КОНТРОЛЯ ВОССТАНОВЛЕНИЯ СЕРДЕЧНОГО РИТМА в РЕЖИМАХ ТРЕНИРОВКИ, ОЖИДАНИЯ и ЗАВЕРШЕНИЯ ТРЕНИРОВКИ. Нажмите эту кнопку повторно, чтобы выйти из режима.

### 2. «CHANGE DISPLAY» («СМЕНА ДИСПЛЕЯ»)

2.1 Переключение между разными режимами отображения параметров тренировки в РЕЖИМАХ ТРЕНИРОВКИ, ОЖИДАНИЯ и ЗАВЕРШЕНИЯ ТРЕНИРОВКИ: SPEED / DISTANCE / WATT / LEVEL → RPM / CALORIES / TIME / PULSE → SCAN → SPEED / DISTANCE / WATT / LEVEL.

### 3. «START» («СТАРТ»)

3.1 Нажмите на кнопку «START», чтобы начать тренировку. Уровень сопротивления настраивается в соответствии с выбранной программой тренировки. Начинается отсчет значений параметров.

3.2 Если нажать на кнопку «START» в РЕЖИМЕ ПОКОЯ, тренажер переходит в РЕЖИМ БЫСТРОГО СТАРТА.

3.3 Если нажать на кнопку «START» во время выполнения настроек параметров, не нажимая на кнопку «ENTER» («ВВОД»), данные будут сохранены.

### 4. «PAUSE/STOP» («ПАУЗА/СТОП»)

4.1 Если нажать на эту кнопку во время тренировки, тренажер перейдет в РЕЖИМ ОЖИДАНИЯ.

4.2 Если нажать на эту кнопку в РЕЖИМЕ ОЖИДАНИЯ, тренажер перейдет в РЕЖИМ ПОКОЯ.

### 5. «PROGRAM» («ПРОГРАММА»)

5.1 Нажмите на эту кнопку в РЕЖИМЕ ПОКОЯ, чтобы выбрать нужную ПРОГРАММУ ТРЕНИРОВКИ P00-P12, U1-U04, H01-H03. На дисплее отобразится ПРОФИЛЬ ТРЕНИРОВКИ и ее название в секции дисплея «ОБОРОТЫ В МИНУТУ» (например, «PXX», «UXX», «HXX»).

### 6. «ENTER» («ВВОД»)

Нажмите на эту кнопку, чтобы подтвердить значение установленного параметра. Если нажать на кнопку «START» во время выполнения настроек параметров, не нажимая на кнопку «ENTER» («ВВОД»), данные будут сохранены.

## **7. «LEVEL +/-» («УРОВЕНЬ +/-») (КНОПКИ НА ПОРУЧНЯХ)**

7.1 Используйте эти кнопки для увеличения или уменьшения значения настраиваемого параметра. Если нажать и удерживать кнопку более 1 секунды, значение продолжит увеличиваться/уменьшаться.

7.2 Во время тренировки при нажатии одной из этих кнопок УРОВЕНЬ СОПРОТИВЛЕНИЯ увеличивается/уменьшается на 1 пункт.

## **8. КНОПКИ БЫСТРОГО ИЗМЕНЕНИЯ УРОВНЯ СОПРОТИВЛЕНИЯ**

8.1 Кнопки быстрого изменения уровня сопротивления позволяют устанавливать уровни сопротивления 6, 12, 20, 30 непосредственно во время тренировки.

## **ПРОГРАММЫ ТРЕНИРОВКИ**

### **1. РЕЖИМ БЫСТРОГО СТАРТА**

1.1 Если нажать на кнопку «START» в РЕЖИМЕ ПОКОЯ, начнется отсчет времени от 0:00. Значения всех параметров (расстояния, калорий и т.д.) равны 0, уровень сопротивления – 1.

### **2. РЕЖИМ РУЧНОЙ НАСТРОЙКИ**

2.1 Чтобы перейти в РЕЖИМ РУЧНОЙ НАСТРОЙКИ из РЕЖИМА ПОКОЯ, нажмите на кнопку «PROGRAM». На дисплее отобразится ПРОФИЛЬ программы, а в секции «ОБОРОТЫ В МИНУТУ» – название программы «P00». Нажмите на кнопку «ENTER», чтобы перейти к настройкам, или нажмите на кнопку «START», чтобы перейти к тренировке без выполнения настроек (с параметрами по умолчанию). Нажмите и удерживайте кнопку «PAUSE/STOP» в течение 3 секунд, чтобы перейти в РЕЖИМ ПОКОЯ.

2.2 Нажмите на кнопку «ENTER», чтобы изменить значение возраста. На дисплее отобразится надпись «AGE» («ВОЗРАСТ»). В секции дисплея «УРОВЕНЬ» отобразится значение возраста «30». Используйте кнопки «LEVEL +/-», чтобы установить нужное значение этого параметра. Нажмите на кнопку «START» для подтверждения выбора и запуска программы тренировки или нажмите на кнопку «ENTER», чтобы перейти к настройке следующего параметра.

2.3 Нажмите на кнопку «ENTER», чтобы изменить значение веса. На дисплее отобразится надпись «WEIG» («ВЕС»). В секции дисплея «УРОВЕНЬ» отобразится значение веса «70». Используйте кнопки «LEVEL +/-», чтобы установить нужное значение этого параметра. Нажмите на кнопку «START» для подтверждения выбора и запуска программы тренировки или нажмите на кнопку «ENTER», чтобы перейти к настройке следующего параметра.

2.4 Нажмите на кнопку «ENTER», чтобы изменить значение времени. На дисплее отобразится надпись «TIME» («ВРЕМЯ»). В секции дисплея «ВРЕМЯ» отобразится значение времени «16:00» (значение времени по умолчанию). Используйте кнопки «LEVEL +/-», чтобы установить нужное значение этого параметра. Нажмите на кнопку «START» для подтверждения выбора и запуска программы тренировки или нажмите на кнопку «ENTER», чтобы перейти к настройке следующего параметра.

2.5 Нажмите на кнопку «ENTER», чтобы изменить значение расстояния. На дисплее отобразится надпись «DIST» («РАССТОЯНИЕ»). В секции дисплея «РАССТОЯНИЕ» отобразится значение расстояния «5,0» (значение расстояния по умолчанию). Используйте кнопки «LEVEL +/-», чтобы установить нужное значение этого параметра. Нажмите на кнопку «START» для подтверждения выбора и запуска программы тренировки или нажмите на кнопку «ENTER», чтобы перейти к настройке следующего параметра.

2.6 Нажмите на кнопку «ENTER», чтобы изменить значение калорий. На дисплее отобразится надпись «CAL» («КАЛОРИИ»). В секции дисплея «КАЛОРИИ» отобразится значение калорий «200» (значение калорий по умолчанию). Используйте кнопки «LEVEL +/-», чтобы установить нужное значение этого параметра. Нажмите на кнопку «START» для подтверждения выбора и запуска программы тренировки или нажмите на кнопку «ENTER», чтобы перейти к настройке следующего параметра.

2.7 Настройка параметров завершена. Нажмите на кнопку «START» для запуска программы тренировки или нажмите на кнопку «ENTER», чтобы вернуться к настройке первого параметра.

2.8 Программа позволяет устанавливать значения нескольких параметров (время, расстояние, калории) одновременно. Программа тренировки завершается, когда заканчивается обратный отсчет для одного из установленных параметров. Если значение для обратного отсчета не было установлено, во время тренировки будет производиться прямой отсчет для данного параметра.

БЕГ:

2.9 Нажмите на кнопку «START» для запуска программы тренировки. Встроенные программы состоят из 16 сегментов. Продолжительность каждого сегмента равна 1/16 от установленного значения времени. В момент перехода к следующему сегменту звучит звуковой сигнал.

2.10 На дисплее отображается значение текущего УРОВНЯ СОПРОТИВЛЕНИЯ. Используйте кнопки «LEVEL +/-» или кнопки быстрого изменения уровня сопротивления, чтобы установить нужное значение этого параметра. Установленное значение будет применено к текущему и последующим сегментам.

2.11 Во время тренировки на дисплее поочередно отображаются значения всех параметров тренировки – каждое по 10 секунд. В момент отображения значения определенного параметра возле его названия загорается световой индикатор.

2.12 Если консоль не получает сигнал от датчика скорости в течение 20 секунд, выполняется выход из программы и тренажер переходит в РЕЖИМ ПОКОЯ.

2.13 Используйте кнопку «PAUSE/STOP» во время тренировки, чтобы перейти в РЕЖИМ ОЖИДАНИЯ. На дисплее отобразится слово «PAUSE» («ПАУЗА») и автоматически установится минимальное значение уровня сопротивления. Нажмите на кнопку «START», чтобы продолжить тренировку по программе. Нажмите на кнопку «PAUSE/STOP» и удерживайте ее в течение 3 секунд, чтобы перейти в РЕЖИМ ЗАВЕРШЕНИЯ ТРЕНИРОВКИ. Нажмите и удерживайте кнопку «PAUSE/STOP» в течение еще 3 секунд, чтобы перейти в РЕЖИМ ПОКОЯ.

2.14 После завершения ОБРАТНОГО ОТСЧЕТА вы услышите три коротких звуковых сигнала, указывающих на завершение программы. Минимальное значение уровня сопротивления устанавливается автоматически. Нажмите и удерживайте кнопку «PAUSE/STOP» в течение еще 3 секунд, чтобы перейти в РЕЖИМ ПОКОЯ.

### 3. ВСТРОЕННЫЕ ПРОГРАММЫ ТРЕНИРОВКИ

3.1 Консоль оснащена 12 встроенными программами тренировки. Нажмите на кнопку «PROGRAM», чтобы выбрать программу тренировки. На дисплее отобразится ПРОФИЛЬ программы, а в секции «ОБОРОТЫ В МИНУТУ» – название программы «PXX». Нажмите на кнопку «ENTER», чтобы перейти к настройкам, или нажмите на кнопку «START», чтобы перейти к тренировке без выполнения настроек (с параметрами по умолчанию). Нажмите и удерживайте кнопку «PAUSE/STOP» в течение 3 секунд, чтобы перейти в РЕЖИМ ПОКОЯ.

3.2 Нажмите на кнопку «ENTER», чтобы изменить значение возраста. На дисплее отобразится надпись «AGE» («ВОЗРАСТ»). В секции дисплея «УРОВЕНЬ» отобразится значение возраста «30». Используйте кнопки «LEVEL +/-», чтобы установить нужное значение этого параметра. Нажмите на кнопку «START» для подтверждения выбора и запуска программы тренировки или нажмите на кнопку «ENTER», чтобы перейти к настройке следующего параметра.

3.3 Нажмите на кнопку «ENTER», чтобы изменить значение веса. На дисплее отобразится надпись «WEIG» («ВЕС»). В секции дисплея «УРОВЕНЬ» отобразится значение веса «70». Используйте кнопки «LEVEL +/-», чтобы установить нужное значение этого параметра. Нажмите на кнопку «START» для подтверждения выбора и запуска программы тренировки или нажмите на кнопку «ENTER», чтобы перейти к настройке следующего параметра.

3.4 Нажмите на кнопку «ENTER», чтобы изменить значение времени. На дисплее отобразится надпись «TIME» («ВРЕМЯ»). В секции дисплея «ВРЕМЯ» отобразится значение времени «16:00» (значение времени по умолчанию). Используйте кнопки «LEVEL +/-», чтобы установить нужное значение этого параметра. Нажмите на кнопку «START» для подтверждения выбора и запуска программы тренировки или нажмите на кнопку «ENTER», чтобы завершить настройку.

3.5 После завершения настройки параметров нажмите на кнопку «START» для запуска программы тренировки или нажмите на кнопку «ENTER», чтобы вернуться к настройке первого параметра.

## БЕГ:

3.6 Нажмите на кнопку «START» для запуска программы тренировки. Встроенные программы состоят из 16 сегментов. Продолжительность каждого сегмента равна 1/16 от установленного значения времени. В момент перехода к следующему сегменту звучит звуковой сигнал.

3.7 На дисплее отображается значение текущего УРОВНЯ СОПРОТИВЛЕНИЯ. Используйте кнопки «LEVEL +/-» или кнопки быстрого изменения уровня сопротивления, чтобы установить нужное значение этого параметра для текущего сегмента.

3.8 Во время тренировки на дисплее поочередно отображаются значения всех параметров тренировки – каждое по 10 секунд. В момент отображения значения определенного параметра возле его названия загорается световой индикатор.

3.9 Если консоль не получает сигнал от датчика скорости в течение 20 секунд, выполняется выход из программы и тренажер переходит в РЕЖИМ ПОКОЯ.

3.10 Используйте кнопку «PAUSE/STOP» во время тренировки, чтобы перейти в РЕЖИМ ОЖИДАНИЯ. На дисплее отобразится слово «PAUSE» («ПАУЗА») и автоматически установится минимальное значение уровня сопротивления. Нажмите на кнопку «START», чтобы продолжить тренировку по программе. Нажмите на кнопку «PAUSE/STOP» и удерживайте ее в течение 3 секунд, чтобы перейти в РЕЖИМ ЗАВЕРШЕНИЯ ТРЕНИРОВКИ. Нажмите и удерживайте кнопку «PAUSE/STOP» в течение еще 3 секунд, чтобы перейти в РЕЖИМ ПОКОЯ.

3.11 После завершения ОБРАТНОГО ОТСЧЕТА вы услышите три коротких звуковых сигнала, указывающих на завершение программы. Минимальное значение уровня сопротивления устанавливается автоматически. Нажмите и удерживайте кнопку «PAUSE/STOP» в течение еще 3 секунд, чтобы перейти в РЕЖИМ ПОКОЯ.

#### 4. ПРОГРАММЫ ТРЕНИРОВКИ С НАСТРОЙКАМИ ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

4.1 Консоль оснащена 4 программами тренировки с настройками пользователя. Нажмите на кнопку «PROGRAM», чтобы выбрать РЕЖИМ С НАСТРОЙКАМИ ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ. На дисплее отобразится ПРОФИЛЬ программы, а в секции «ОБОРОТЫ В МИНУТУ» – название программы «UXX». Нажмите на кнопку «ENTER», чтобы перейти к настройкам, или нажмите на кнопку «START», чтобы перейти к тренировке без выполнения настроек (с параметрами по умолчанию). Нажмите и удерживайте кнопку «PAUSE/STOP» в течение 3 секунд, чтобы перейти в РЕЖИМ ПОКОЯ.

4.2 Нажмите на кнопку «ENTER», чтобы изменить значение возраста. На дисплее отобразится надпись «AGE» («ВОЗРАСТ»). В секции дисплея «УРОВЕНЬ» отобразится значение возраста «30». Используйте кнопки «LEVEL +/-», чтобы установить нужное значение этого параметра. Нажмите на кнопку «START» для подтверждения выбора и запуска программы тренировки или нажмите на кнопку «ENTER», чтобы перейти к настройке следующего параметра.

4.3 Нажмите на кнопку «ENTER», чтобы изменить значение веса. На дисплее отобразится надпись «WEIG» («ВЕС»). В секции дисплея «УРОВЕНЬ» отобразится значение веса «70». Используйте кнопки «LEVEL +/-», чтобы установить нужное значение этого параметра. Нажмите на кнопку «START» для подтверждения выбора и запуска программы тренировки или нажмите на кнопку «ENTER», чтобы перейти к настройке следующего параметра.

4.4 Нажмите на кнопку «ENTER», чтобы изменить значение времени. На дисплее отобразится надпись «TIME» («ВРЕМЯ»). В секции дисплея «УРОВЕНЬ» отобразится значение времени «0:00» (значение времени по умолчанию). Используйте кнопки «LEVEL +/-», чтобы установить нужное значение этого параметра. Нажмите на кнопку «START» для подтверждения выбора и запуска программы тренировки или нажмите на кнопку «ENTER», чтобы перейти к настройке следующего параметра.

4.5 Нажмите на кнопку «ENTER», чтобы изменить значение уровня сопротивления. В секции дисплея «УРОВЕНЬ» отобразится значение уровня сопротивления «1» (значение по умолчанию). Используйте кнопки «LEVEL +/-» или кнопки быстрого изменения уровня сопротивления, чтобы установить нужное значение этого параметра для каждого из 16 сегментов. Подтвердите выбор для каждого из сегментов при помощи кнопки «ENTER». Нажмите на кнопку «START» для запуска программы тренировки или нажмите на кнопку «ENTER», чтобы вернуться к настройке уровня сопротивления для первого сегмента.

БЕГ:

4.6 Нажмите на кнопку «START» для запуска программы тренировки. Встроенные программы состоят из 16 сегментов. Продолжительность каждого сегмента равна 1/16 от установленного значения времени. В момент перехода к следующему сегменту звучит звуковой сигнал.

4.7 На дисплее отображается значение текущего УРОВНЯ СОПРОТИВЛЕНИЯ. Используйте кнопки «LEVEL +/-» или кнопки быстрого изменения уровня сопротивления, чтобы установить нужное значение этого параметра для текущего сегмента.

4.8 Во время тренировки на дисплее поочередно отображаются значения всех параметров тренировки – каждое по 10 секунд. В момент отображения значения определенного параметра возле его названия загорается световой индикатор.

4.9 Если консоль не получает сигнал от датчика скорости в течение 20 секунд, выполняется выход из программы и тренажер переходит в РЕЖИМ ПОКОЯ.

4.10 Используйте кнопку «PAUSE/STOP» во время тренировки, чтобы перейти в РЕЖИМ ОЖИДАНИЯ. На дисплее отобразится слово «PAUSE» («ПАУЗА») и автоматически установится минимальное значение уровня сопротивления. Нажмите на кнопку «START», чтобы продолжить тренировку по программе. Нажмите на кнопку «PAUSE/STOP» и удерживайте ее в течение 3 секунд, чтобы перейти в РЕЖИМ ЗАВЕРШЕНИЯ ТРЕНИРОВКИ. Нажмите и удерживайте кнопку «PAUSE/STOP» в течение еще 3 секунд, чтобы перейти в РЕЖИМ ПОКОЯ.

4.11 После завершения ОБРАТНОГО ОТСЧЕТА вы услышите три коротких звуковых сигнала, указывающих на завершение программы. Минимальное значение уровня сопротивления устанавливается автоматически. Нажмите и удерживайте кнопку «PAUSE/STOP» в течение еще 3 секунд, чтобы перейти в РЕЖИМ ПОКОЯ.

## 5. ПРОГРАММА КОНТРОЛЯ ЧАСТОТЫ ПУЛЬСА

5.1 Консоль оснащена 3 ПРОГРАММАМИ КОНТРОЛЯ ЧАСТОТЫ ПУЛЬСА. Целевое значение частоты пульса рассчитывается следующим образом:  $ЧП1 = (220 - \text{ВОЗРАСТ}) \times 60\%$ ,  $ЧП2 = (220 - \text{ВОЗРАСТ}) \times 70\%$ ,  $ЧП3 = (220 - \text{ВОЗРАСТ}) \times 80\%$ .

5.2 Нажмите на кнопку «PROGRAM», чтобы выбрать ПРОГРАММУ КОНТРОЛЯ ЧАСТОТЫ ПУЛЬСА. На дисплее отобразится ПРОФИЛЬ программы, а в секции «ОБОРОТЫ В МИНУТУ» – название программы «HXX». Нажмите на кнопку «ENTER», чтобы перейти к настройкам, или нажмите на кнопку «START», чтобы перейти к тренировке без выполнения настроек (с параметрами по умолчанию). Нажмите и удерживайте кнопку «PAUSE/STOP» в течение 3 секунд, чтобы перейти в РЕЖИМ ПОКОЯ.

5.3 Нажмите на кнопку «ENTER», чтобы изменить значение возраста. На дисплее отобразится надпись «AGE» («ВОЗРАСТ»). В секции дисплея «УРОВЕНЬ» отобразится значение возраста «30». Используйте кнопки «LEVEL +/-», чтобы установить нужное значение этого параметра. Нажмите на кнопку «START» для подтверждения выбора и запуска программы тренировки или нажмите на кнопку «ENTER», чтобы перейти к настройке следующего параметра.

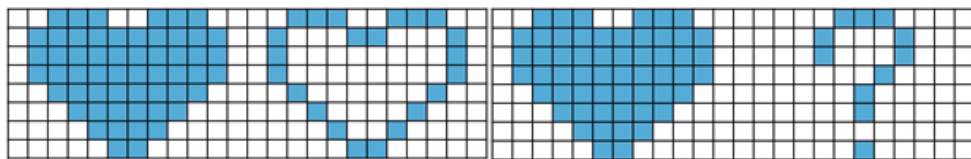
5.4 Нажмите на кнопку «ENTER», чтобы изменить значение веса. На дисплее отобразится надпись «WEIG» («ВЕС»). В секции дисплея «УРОВЕНЬ» отобразится значение веса «70». Используйте кнопки «LEVEL +/-», чтобы установить нужное значение этого параметра. Нажмите на кнопку «START» для подтверждения выбора и запуска программы тренировки или нажмите на кнопку «ENTER», чтобы перейти к настройке следующего параметра.

5.5 Нажмите на кнопку «ENTER», чтобы изменить значение времени. На дисплее отобразится надпись «TIME» («ВРЕМЯ»). В секции дисплея «ВРЕМЯ» отобразится значение времени «16:00» (значение времени по умолчанию). Используйте кнопки «LEVEL +/-», чтобы установить нужное значение этого параметра. Нажмите на кнопку «START» или «STOP» для подтверждения выбора и запуска программы тренировки.

5.6 Нажмите на кнопку «ENTER», чтобы изменить целевое значение частоты пульса («THR»). На дисплее отобразится надпись «THR», а в секции дисплея «ПУЛЬС» – значение частоты пульса «114». Используйте кнопки «LEVEL +/-», чтобы установить нужное значение этого параметра в диапазоне THR-5 – THR+5. Нажмите на кнопку «START» для запуска программы тренировки или нажмите на кнопку «ENTER», чтобы вернуться к началу настройки.

БЕГ:

5.7 Тренировку по этой программе можно запустить даже при отсутствии сигнала от датчиков пульсометра. На дисплее отобразится символ «♥?», указывающий на отсутствие сигнала. Если частота пульса не определяется в течение 15 секунд, УРОВЕНЬ СОПРОТИВЛЕНИЯ начинает снижаться на 1 каждые 10 секунд, пока не достигнет минимального уровня. После этого консоль переходит в РЕЖИМ ЗАВЕРШЕНИЯ ТРЕНИРОВКИ.



5.8 Программа тренировки начинается со значениями по умолчанию и с минимальным УРОВНЕМ СОПРОТИВЛЕНИЯ. Используйте кнопки «LEVEL +/-», чтобы установить целевое значение частоты пульса.

5.9 Как определить целевую частоту пульса

5.9.1 Во время тренировки происходит сравнение фактического значения частоты пульса с установленным целевым значением. Если фактическое значение частоты пульса меньше или равно целевому значению минус 25 (фактическое значение  $\leq$  целевое значение - 25), УРОВЕНЬ СОПРОТИВЛЕНИЯ увеличивается на 3 каждые 30 секунд, пока не достигнет максимума.

5.9.2 Если фактическое значение частоты пульса больше целевого значения минус 25, но меньше или равно целевому значению минус 15 (целевое значение - 25 < фактическое значение  $\leq$  целевое значение - 15), УРОВЕНЬ СОПРОТИВЛЕНИЯ увеличивается на 2 каждые 30 секунд, пока не достигнет максимума.

5.9.3 Если фактическое значение частоты пульса больше целевого значения минус 15, но меньше или равно целевому значению минус 5 (целевое значение - 15 < фактическое значение  $\leq$  целевое значение - 5), УРОВЕНЬ СОПРОТИВЛЕНИЯ увеличивается на 1 каждые 30 секунд, пока не достигнет максимума.

5.9.4 Если фактическое значение частоты пульса больше целевого значения минус 5, но меньше или равно целевому значению плюс 5 (целевое значение - 5 < фактическое значение < целевое значение + 5), УРОВЕНЬ СОПРОТИВЛЕНИЯ не изменяется.

5.9.5 Если фактическое значение частоты пульса больше или равно целевому значению плюс 5, но меньше целевого значения плюс 15 (целевое значение + 5  $\leq$  фактическое значение < целевое значение + 15), УРОВЕНЬ СОПРОТИВЛЕНИЯ уменьшается на 1 каждые 30 секунд, пока не достигнет минимума.

5.9.6 Если фактическое значение частоты пульса больше или равно целевому значению плюс 15 (фактическое значение  $\geq$  целевое значение + 15), УРОВЕНЬ СОПРОТИВЛЕНИЯ уменьшается на 2 каждые 30 секунд, пока не достигнет минимума.

5.9.7 Если частота пульса не определяется, на дисплее отображается «♥?». Если частота пульса не определяется в течение 15 секунд, УРОВЕНЬ СОПРОТИВЛЕНИЯ начинает снижаться на 1 каждые 10 секунд, пока не достигнет минимального уровня. После этого консоль переходит в РЕЖИМ ЗАВЕРШЕНИЯ ТРЕНИРОВКИ.

5.10 Во время тренировки на дисплее поочередно отображаются значения всех параметров тренировки – каждое по 10 секунд. В момент отображения значения определенного параметра возле его названия загорается световой индикатор.

5.11 Если консоль не получает сигнал от датчика скорости в течение 20 секунд, выполняется выход из программы и тренажер переходит в РЕЖИМ ПОКОЯ.

5.12 Используйте кнопку «PAUSE/STOP» во время тренировки, чтобы перейти в РЕЖИМ ОЖИДАНИЯ. На дисплее отобразится слово «PAUSE» («ПАУЗА») и автоматически установится минимальное значение уровня сопротивления. Нажмите на кнопку «START», чтобы продолжить тренировку по программе. Нажмите на кнопку «PAUSE/STOP» и удерживайте ее в течение 3 секунд, чтобы перейти в РЕЖИМ ЗАВЕРШЕНИЯ ТРЕНИРОВКИ. Нажмите и удерживайте кнопку «PAUSE/STOP» в течение еще 3 секунд, чтобы перейти в РЕЖИМ ПОКОЯ.

5.13 После завершения ОБРАТНОГО ОТСЧЕТА вы услышите три коротких звуковых сигнала, указывающих на завершение программы. Минимальное значение уровня сопротивления устанавливается автоматически. Нажмите и удерживайте кнопку «PAUSE/STOP» в течение еще 3 секунд, чтобы перейти в РЕЖИМ ПОКОЯ.

## 6. ПРОГРАММА С ЗАДАННЫМ ЗНАЧЕНИЕМ ИНТЕНСИВНОСТИ

6.1 Используйте кнопки «LEVEL +/-», чтобы выбрать программу тренировки с заданным значением интенсивности. На дисплее отобразится название программы «WATT». Нажмите на кнопку «ENTER», чтобы перейти к настройкам, или нажмите на кнопку «START», чтобы перейти к тренировке без выполнения настроек. Нажмите и удерживайте кнопку «PAUSE/STOP» в течение 3 секунд, чтобы перейти в РЕЖИМ ПОКОЯ.

6.2 Нажмите на кнопку «ENTER», чтобы изменить значение возраста. На дисплее отобразится надпись «AGE» («ВОЗРАСТ»). В секции дисплея «УРОВЕНЬ» отобразится значение возраста «30». Используйте кнопки «LEVEL +/-», чтобы установить нужное значение этого параметра. Нажмите на кнопку «START» для подтверждения выбора и запуска программы тренировки или нажмите на кнопку «ENTER», чтобы перейти к настройке следующего параметра.

6.3 Нажмите на кнопку «ENTER», чтобы изменить значение веса. На дисплее отобразится надпись «WEIG» («ВЕС»). В секции дисплея «УРОВЕНЬ» отобразится значение веса «70». Используйте кнопки «LEVEL +/-», чтобы установить нужное значение этого параметра. Нажмите на кнопку «START» для подтверждения выбора и запуска программы тренировки или нажмите на кнопку «ENTER», чтобы перейти к настройке следующего параметра.

6.4 Нажмите на кнопку «ENTER», чтобы изменить значение времени. На дисплее отобразится надпись «TIME» («ВРЕМЯ»). В секции дисплея «ВРЕМЯ» отобразится значение времени «16:00» (значение времени по умолчанию). Используйте кнопки «LEVEL +/-», чтобы установить нужное значение этого параметра. Нажмите на кнопку «START» для подтверждения выбора и запуска программы тренировки или нажмите на кнопку «ENTER», чтобы перейти к настройке следующего параметра.

6.5 Нажмите на кнопку «ENTER», чтобы установить целевое значение интенсивности. В секции дисплея «ИНТЕНСИВНОСТЬ» отобразится значение «125». Используйте кнопки «LEVEL +/-», чтобы установить нужное значение этого параметра (при каждом нажатии значение увеличивается/уменьшается на 1). Диапазон настройки 20~350. Нажмите на кнопку «START» для подтверждения выбора и запуска программы тренировки или нажмите и удерживайте кнопку «STOP» в течение 3 секунд, чтобы перейти в РЕЖИМ ПОКОЯ.

6.6 Это значение будет оставаться неизменным на протяжении всей программы тренировки. Значения других параметров тренировки устанавливаются на основании целевого значения интенсивности и скорости в соответствии с таблицей интенсивности. Таким образом, обеспечивается одинаковый уровень нагрузки.

БЕГ:

6.7 Во время тренировки на дисплее поочередно отображаются значения основных параметров тренировки – каждое по 5 секунд. Используйте кнопку «ENTER», чтобы переключаться между режимом отображения основных параметров и режимом отображения профиля сопротивления. Используйте кнопки «LEVEL +/-», чтобы изменить уровень интенсивности. Установленное значение интенсивности отображается на дисплее крупно в течение 3 секунд, далее это значение будет отображаться среди других параметров в секции «УРОВЕНЬ СОПРОТИВЛЕНИЯ».

6.8 Нажмите на кнопку «START», чтобы перейти в РЕЖИМ ОЖИДАНИЯ. Минимальное значение уровня сопротивления устанавливается автоматически. Нажмите на кнопку «START/STOP», чтобы продолжить тренировку. Нажмите и удерживайте кнопку «STOP» в течение еще 3 секунд, чтобы перейти в РЕЖИМ ПОКОЯ.

6.9 При установке значения времени после завершения обратного отсчета вы услышите три коротких звуковых сигнала, указывающих на завершение программы.

## РЕЖИМ КОНТРОЛЯ ВОССТАНОВЛЕНИЯ СЕРДЕЧНОГО РИТМА

7.1 Если нажать на кнопку «RECOVERY» («ВОССТАНОВЛЕНИЕ») во время тренировки, в РЕЖИМЕ ОЖИДАНИЯ или после тренировки, консоль перейдет в 10-секундный режим определения частоты пульса. На дисплее отобразится надпись «TESTING» («ТЕСТ»), загорится индикатор секции «ЧАСТОТА ПУЛЬСА» и в ней отобразится текущее значение частоты пульса пользователя. В секции дисплея «ВРЕМЯ» начнется обратный отсчет от 0:10. Если консоль не получает сигнал от пульсометра в течение 10 секунд, в секции дисплея «ПУЛЬС» отобразится «0» и консоль вернется в предыдущий режим, который был выбран до нажатия кнопки «RECOVERY».

7.2 После определения частоты пульса в течение 10 секунд, консоль запускает 1-минутный режим «RECOVERY». В секции дисплея «ВРЕМЯ» начинается обратный отсчет от 0:60. На дисплее отображается надпись «RECOVERY».

7.3 Если не нажимать ни на какие кнопки во время 1-минутного режима «RECOVERY» при наличии стабильного сигнала от пульсометра, после завершения обратного отсчета на дисплее отобразится результат тестирования «FX» (где X = 1-6). Через 10 секунд консоль возвращается в предыдущий режим, который был выбран до нажатия кнопки «RECOVERY».

7.4 Если консоль не получает сигнал от пульсометра в течение 6 секунд во время 1-минутного режима «RECOVERY», в секции дисплея «ПУЛЬС» отобразится «0» и консоль вернется в предыдущий режим, который был выбран до нажатия кнопки «RECOVERY» после двух звуковых сигналов.

7.5  $P_0$  = частота пульса, которая отображается на дисплее непосредственно после нажатия на кнопку «RECOVERY».  $P_1$  = частота пульса, которая отображается на дисплее после завершения обратного отсчета. Результат теста определяется по формуле  $P = P_0 - P_1$ .

7.6 Таблица с результатами теста «RECOVERY» ( $P = P_0 - P_1$ ):

|             |    |                   |
|-------------|----|-------------------|
| $P \geq 50$ | F1 | ОТЛИЧНО           |
| $P \geq 40$ | F2 | ОЧЕНЬ ХОРОШО      |
| $P \geq 30$ | F3 | ХОРОШО            |
| $P \geq 20$ | F4 | УДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО |
| $P \geq 10$ | F5 | ПЛОХО             |
| $P < 10$    | F6 | ОЧЕНЬ ПЛОХО       |

## 8. ПОДКЛЮЧЕНИЕ ПРИЛОЖЕНИЙ

8.1 Консоль поддерживает приложения Kinomap, Sports Show и Zwift. Пользователи могут загрузить данные приложения из Google Play Store или Apple App Store на свой планшет или смартфон.

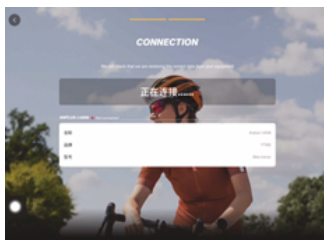
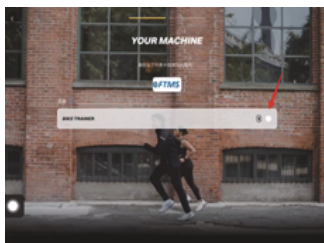
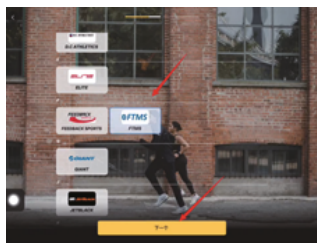
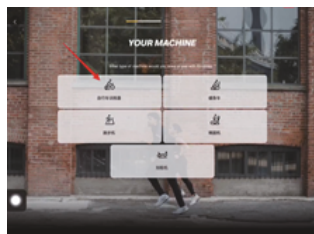
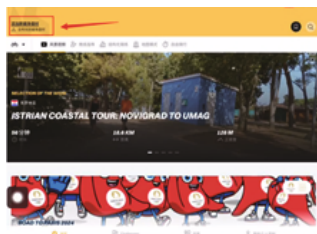
8.2 Установите Bluetooth-соединение между своим устройством и консолью и запустите приложение. После установки подключения консоль автоматически переходит в режим тренировки. Во время тренировки в секции дисплея «УРОВЕНЬ СОПРОТИВЛЕНИЯ» отображается значение текущего уровня сопротивления. Другие секции дисплея неактивны. Если Bluetooth-соединение прерывается, программа тренировки завершается и консоль выключается.

8.3 Bluetooth-соединение можно установить в любом режиме работы консоли.

### 8.4 KINOMAP

8.4.1 Нажмите на любую кнопку, чтобы начать тренировку.

8.4.2 Зарегистрируйтесь и войдите в аккаунт приложения KINOMAP на вашем смартфоне. Выберите «Add New Fitness Equipment» («Добавить новое оборудование»), зайдите на страницу вашего оборудования, нажмите на кнопку «+» в правом верхнем углу, чтобы его добавить, выберите «My Bike Trainer» или «My Exercise Bike» («Мой велотренажер») и FTMS-протокол, выберите «Bike Trainer/Exercise Bike» («Велотренажер») на соответствующей странице и выберите «FSXXXXX» из выпадающего списка, чтобы завершить подключение.



8.4.3 Во время соединения с приложением вы не можете запускать или останавливать программу тренировки при помощи кнопок консоли.

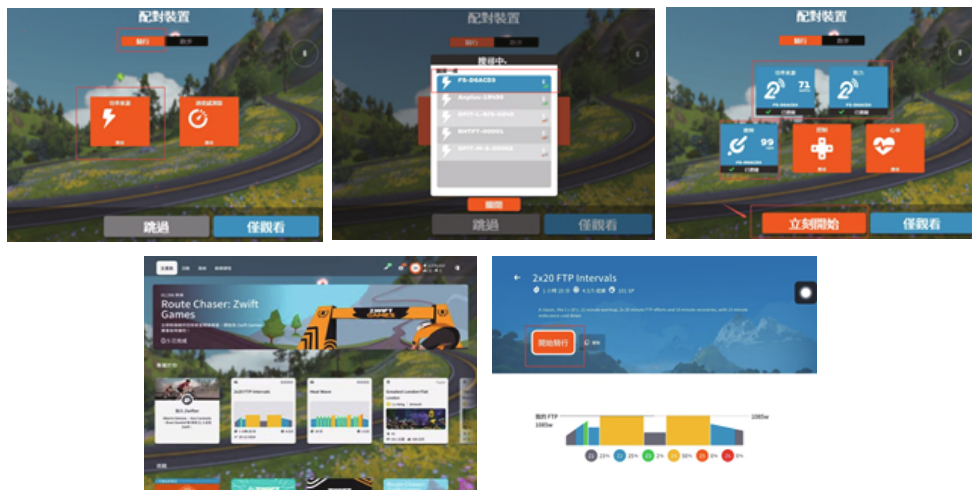
## 8.5 ZWIFT

8.5.1 Зарегистрируйтесь и войдите в аккаунт приложения Zwift на вашем смартфоне. Запустите тренажер и выберите его на странице подключения, нажмите на кнопку «Pair» («Подключить»). Выберите «FSXXXXX» на странице поиска и нажмите «OK».

8.5.2 После выполнения подключения вы можете выбирать маршруты, программы тренировки и общаться с другими пользователями Zwift. Чтобы начать тренировку, нажмите «Ride» («Поехали»).

8.5.3 Нажмите на любую кнопку, чтобы начать тренировку.

8.5.4 Во время соединения с приложением вы не можете запускать или останавливать программу тренировки при помощи кнопок консоли.



## 8.6 FITSHOW

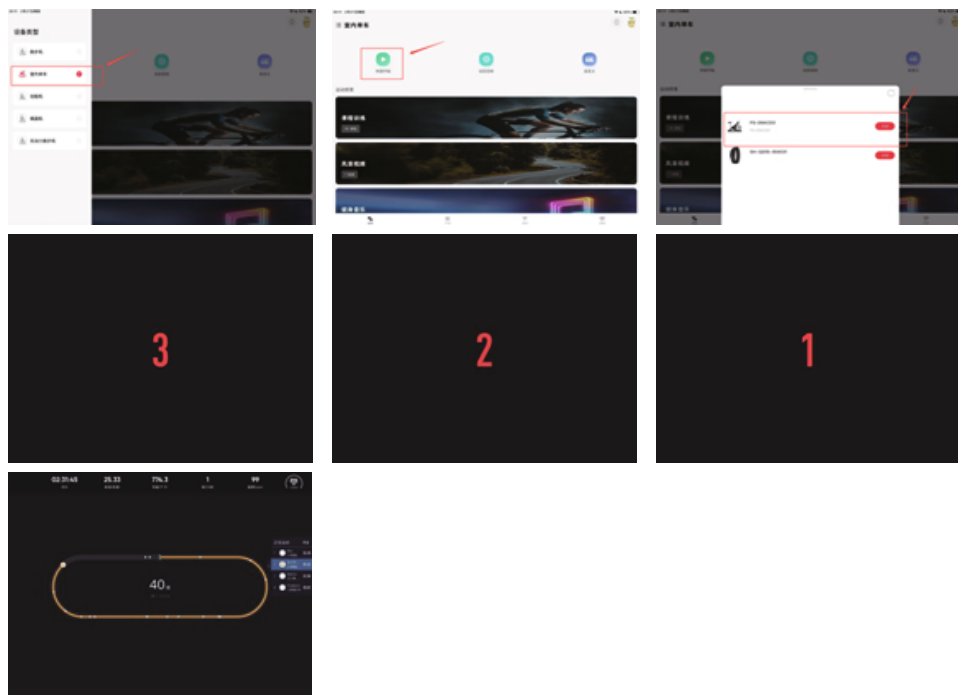
ТЕКУЩАЯ ВЕРСИЯ IOS: 4.9.4

8.6.1 Зарегистрируйтесь и войдите в аккаунт приложения FITSHOW на вашем смартфоне или другом электронном устройстве. Выберите режим тренировки. Приложение начнет поиск устройств, к которым можно подключиться по Bluetooth. Эти устройства видны в приложении. Выберите «FS-XXXXXX», чтобы установить соединение. Если подключение успешно, вы услышите звуковой сигнал.

8.6.2 Подключение к приложению FITSHOW в РЕЖИМЕ ПОКОЯ. После установки Bluetooth-соединения, программа тренировки запускается автоматически. Приложение FITSHOW синхронизируется с данными консоли, такими как время, скорость, уровень сопротивления и частота пульса. Пользователь может изменить значение скорости или угла наклона или закончить тренировку через приложение.

8.6.3 Подключение к приложению FITSHOW в РЕЖИМЕ БЫСТРОГО СТАРТА. Приложение FITSHOW синхронизируется с данными консоли, такими как скорость, уровень сопротивления, частота пульса и время. Пользователь может изменить значение скорости или угла наклона через приложение.

8.6.4 Подключение к приложению FITSHOW в других режимах. Приложение FITSHOW синхронизируется с данными консоли, такими как скорость, уровень сопротивления и частота пульса.



## 9. КОДЫ ОШИБОК

| Код ошибки         | Описание ошибки                                                       | Устранение неисправности                                                                                                                                                                                                         |
|--------------------|-----------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ошибка подключения | Подключение отсутствует                                               | 1. Проверьте состояние кабеля, соединяющего консоль и тренажер. Кабель может быть отключен или поврежден.<br>2. Проверьте соединение между верхними и нижними разъемами консоли.<br>3. Проверьте консоль на предмет повреждений. |
| E2                 | Перегрузка по току                                                    | 1. Перезапустите устройство (выключите и включите).<br>2. Замените нижний контроллер.                                                                                                                                            |
| E4                 | Отсутствует соединение с электромагнитом                              | 1. Проверьте подключение между электромагнитом и нижним контроллером.                                                                                                                                                            |
| E12                | Внимание: Отсутствует соединение между консолью и нижним контроллером | 1. Необходимо устранить неисправность до перезапуска устройства, чтобы сохранить все данные.                                                                                                                                     |

## Упражнения на растяжку

**ВНИМАНИЕ!** Перед началом любой программы физической тренировки проконсультируйтесь с врачом. Это особенно важно, если вы старше 35 лет или если у вас имеются хронические заболевания.

Выполнение разминки позволяет подготовить мышцы к более интенсивной нагрузке. Во время разминки улучшается кровообращение, что обеспечивает приток кислорода к мышцам и разогревает их. Начинайте каждую тренировку с выполнения 5-10 минутной разминки, состоящей из упражнений на растяжку и других несложных упражнений. На рисунке показаны базовые упражнения на растяжку, которые рекомендуется выполнять перед началом тренировки. Чтобы разминка была эффективной, выполняйте каждое упражнение по три раза.

### 1. НАКЛОНЫ

Слегка согните ноги в коленях и медленно наклонитесь вперед. Расслабьте поясницу и плечи и дотроньтесь руками до пальцев ног. Тянитесь как можно ниже. Выполняйте упражнение на 15 счетов. Затем вернитесь в исходное положение. Растяжка: ахилловы сухожилия, задняя часть бедра и поясница.

### 2. РАСТЯЖКА АХИЛЛОВЫХ СУХОЖИЛИЙ

Сядьте, вытянув одну ногу вперед и согните другую ногу, притянув ступню к внутренней стороне бедра вытянутой ноги. Дотянитесь рукой до пальцев вытянутой ноги. Тянитесь как можно дальше. Выполняйте упражнение на 15 счетов. Затем вернитесь в исходное положение. Растяжка: ахилловы сухожилия, поясница и пах.

### 3. РАСТЯЖКА АХИЛЛОВЫХ СУХОЖИЛИЙ И ИКРОНОЖНЫХ МЫШЦ

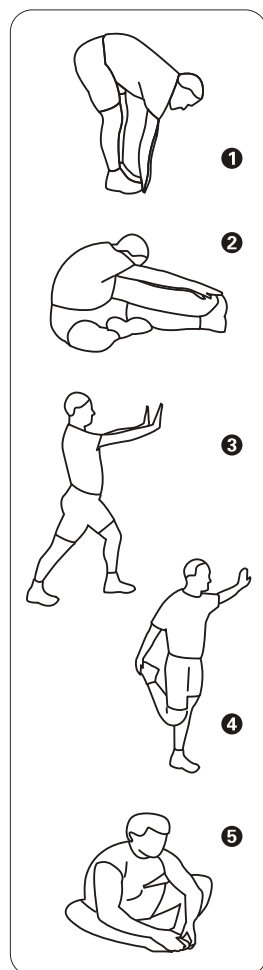
Обопритесь руками о стену и поставьте одну ногу впереди другой. Прижмитесь руками к стене, и выпрямите заднюю ногу, прижав пятку к полу. Выполняйте упражнение на 15 счетов. Затем вернитесь в исходное положение. Чтобы выполнить растяжку более интенсивно, также согните ногу, находящуюся сзади. Растяжка: икроножные мышцы, ахилловы сухожилия и лодыжки.

### 4. РАСТЯЖКА ЧЕТЫРЕХГЛАВЫХ МЫШЦ

Обопритесь одной рукой о стену или стол, чтобы сохранять равновесие. Другой рукой возьмитесь за лодыжку. Как можно сильнее потяните пятку к ягодицам. Выполняйте упражнение на 15 счетов. Затем вернитесь в исходное положение. Растяжка: четырехглавые мышцы и мышцы бедра.

### 5. РАСТЯЖКА МЫШЦ ВНУТРЕННЕЙ СТОРОНЫ БЕДРА

Примите положение сидя. Поставьте ступни друг напротив друга, а колени разведите в стороны. Возьмите ступни руками и потяните их в сторону паха. Выполняйте упражнение на 15 счетов. Затем вернитесь в исходное положение. Растяжка: четырехглавые мышцы и мышцы бедра.



**Как сделать тренировки более эффективными**

Также как и во время силовых тренировок, при выполнении аэробных упражнений ускоряется кровообращение и увеличивается частота пульса. Это позволяет улучшить состояние сердечно-сосудистой системы. Частота сердечных сокращений в целом соответствует значению частоты пульса. Безопасная, оптимальная частота пульса не должна выходить за рамки максимального целевого значения. Целевая тренировочная зона составляет 87-72% от максимального значения частоты пульса. Целевое значение должно постепенно увеличиваться. Занимайтесь не реже 3-4 раз в неделю по 15-20 минут.

**Внимание:** Частота пульса не должна выходить за рамки тренировочной зоны. Значение частоты пульса должно увеличиваться постепенно. Перед началом тренировок проконсультируйтесь с врачом. Это особенно важно, если вам больше 35-40 лет и у вас имеются хронические заболевания. Учитывайте, что часть тренировочного времени занимает разминка и заминка (Рисунок В).



Рисунок В

**ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ И УСТРАНЕНИЕ НЕИСПРАВНОСТЕЙ**

- 1. Регулярно проверяйте, чтобы болты и гайки были надежно затянуты, ручки регулировки зафиксированы, подвижные детали вращались плавно. Это необходимо для безопасной работы оборудования и уменьшения износа.
- 2. Немедленно заменяйте изношенные детали
- 3. Протирайте тренажер влажной тканью с небольшим количеством мыла. Не используйте для очистки кислотные, щелочные или органические средства.

**Устранение неисправностей:**

| Неисправность                 | Причина                                                                                  | Способы устранения                                                                                                                                | Замечание       |
|-------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|
| Качается рама                 | 1. Пол неровный или под рамой накопилась грязь<br>2. Разная высота ножек                 | 1. Уберите грязь<br>2. Отрегулируйте высоту ножек на переднем и заднем стабилизаторе                                                              | Пользователь    |
| Шатается руль                 | Винты плохо затянуты                                                                     | Затяните болт                                                                                                                                     | Пользователь    |
| Вращающиеся детали издают шум | Между деталями слишком мало места                                                        | Отрегулируйте положение боковых кожухов                                                                                                           | Сервисный центр |
| Детали не вращаются           | 1. Расстояние между магнитом и маховым колесом больше, чем нужно<br>2. Поврежден триммер | 1. Снимите боковые кожухи двигателя и выполните регулировку<br>2. Выполните замену<br>3. Снимите боковые кожухи двигателя и выполните регулировку | Сервисный центр |

## Контроль частоты пульса

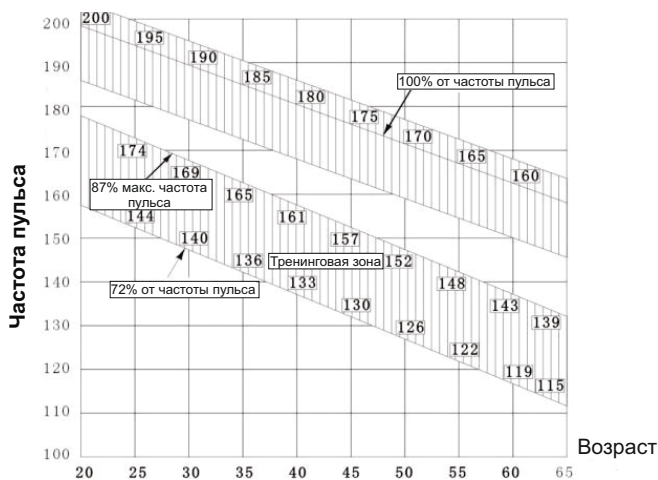


График с изображением целевой тренинговой зоны

Рассмотрите рисунок и найдите свою возрастную группу на горизонтальной шкале. Затем определите целевую тренинговую зону. Например: В возрасте 40 лет, 72% от максимального значения частоты пульса соответствует 133 ударам в минуту, а 87% – 161 удару в минуту. Целевое значение частоты пульса должно находиться в этих рамках.

- (1) Если значение частоты пульса слишком низкое, увеличьте скорость или нагрузку.
- (2) Если значение частоты пульса слишком высокое, уменьшите скорость или нагрузку.
- (3) Если частота пульса остается неизменной на протяжении долгого времени и вы чувствуете усталость, следует сократить время тренировки.
- (4) Если сердечный ритм не восстанавливается в течение 5-10 минут, и это не погрешность измерения, необходимо снизить нагрузку.

Примечание: Приведенные выше рекомендации даны для справки. Проконсультируйтесь с врачом для выработки индивидуального подхода!

### (5) Как увеличить время тренировки

1. Для эффективной аэробной тренировки необходимо поддерживать частоту пульса в рамках тренинговой зоны не менее 12 минут;
2. Если время тренировки превышает 60 минут, эффективность снижается и возрастает риск нанесения вреда здоровью;
3. Если вы хотите увеличить продолжительность тренировки, рекомендуется сначала заниматься не менее 12 минут в неделю. Когда вы почувствуете, что можете увеличить нагрузку, время тренировки может быть увеличено не более, чем на 10%;
4. Не стремитесь увеличивать нагрузку сразу, иначе вы будете чувствовать сильную усталость после тренировки.

### (6) Проверьте свой уровень подготовки и оцените достижения

Интенсивность тренировки и ее результаты можно оценивать по количеству времени, которое требуется для восстановления сердечного ритма. После минуты отдыха частота пульса должна снизиться и через несколько минут полностью восстановиться до начального значения.

### (7) Оцените результат тренировки

1. После завершения аэробной тренировки измерьте частоту пульса.
2. Снижьте скорость и отдохните.
3. Измерьте частоту пульса через 60 секунд.
4. Ритм сердца должен восстановиться.
5. Выполняйте такую проверку раз в несколько недель.

## Инструкции по перемещению

1. Отключите сетевой шнур от сети.
2. Задний стабилизатор оснащен ручкой. Поднимайте тренажер за ручку таким образом, чтобы колеса на переднем стабилизаторе коснулись пола.
3. Во время перемещения зафиксируйте рельсы, ролики и другие движущиеся детали, чтобы избежать травмирования рук.
4. Тренажер тяжелый, поэтому рекомендуется перемещать его, как минимум, вдвоем.
5. Рекомендуется хранить тренажер при комнатной температуре в сухом месте. Не храните тренажер на балконе, где он может подвергаться воздействию солнечных лучей и попаданию дождя.

## Гарантийный талон

*Заполняется продавцом*

Модель \_\_\_\_\_

Артикул \_\_\_\_\_

Серийный номер \_\_\_\_\_

Дата продажи \_\_\_\_\_

Гарантийный срок \_\_\_\_\_

Печать и подпись продавца

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

*Заполняется мастером при  
обслуживании*

Модель \_\_\_\_\_

Серийный номер \_\_\_\_\_

Неисправность \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Проведенные работы \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Ф.И.О. и подпись мастера

\_\_\_\_\_

Дата ремонта \_\_\_\_\_

*Заполняется мастером при  
обслуживании*

Модель \_\_\_\_\_

Серийный номер \_\_\_\_\_

Неисправность \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Проведенные работы \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Ф.И.О. и подпись мастера

\_\_\_\_\_

Дата ремонта \_\_\_\_\_

*Заполняется мастером при  
обслуживании*

Модель \_\_\_\_\_

Серийный номер \_\_\_\_\_

Неисправность \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Проведенные работы \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Ф.И.О. и подпись мастера

\_\_\_\_\_

Дата ремонта \_\_\_\_\_

## **1. Производитель гарантирует:**

- 1.1. Исправность изделия при продаже и безопасность в эксплуатации;
- 1.2. Восстановление функциональности изделия в течение указанного гарантийного периода с момента приобретения (посредством ремонта, а в случае его невозможности посредством замен).

## **2. Условия гарантийного обслуживания:**

- 2.1. Обслуживание производится только в сертифицированных сервисных центрах, адреса которых указаны на сайте производителя ([www.proxima-fitness.ru](http://www.proxima-fitness.ru)).
- 2.2. Прием изделия в обслуживание сервисным центром осуществляется только при наличии данного гарантийного талона, оформленного надлежащим образом и документов, подтверждающих факт покупки (товарный чек, кассовый чек). Неисправное изделие должно быть сдано в сервисный центр в полной комплектации, с технической документацией.
- 2.3. Срок гарантийного ремонта определяется степенью неисправности изделия. Сроки гарантии на товар, в том числе на быстроизнашиваемые детали, и условия гарантийного обслуживания указаны на сайте производителя [www.proxima-fitness.ru](http://www.proxima-fitness.ru)
- 2.4. Под неисправностью подразумевается потеря работоспособности изделия, которая может быть продемонстрирована сотруднику сервисного центра.
- 2.5. При необоснованном обращении в сервисный центр покупателю может быть выставлен счет за диагностику неисправности. Необоснованным считается обращение по поводу устранения неисправностей в работе изделия, не потребовавших замены или ремонта комплектующих, а также, если при диагностике выяснено, что неисправности как таковой нет, а обращение явилось следствием неправильного подключения или эксплуатации. Счет также выставляется в случаях, признанных уполномоченным сервисным центром не гарантийными.

## **3. Ограничение гарантийных обязательств:**

- 3.1. Претензии по комплектации и внешнему виду изделия принимаются только при его покупке.
- 3.2. Гарантийные обязательства не распространяются на расходные материалы (включая батареи, аккумуляторы и т.д.)
- 3.3. Гарантия не распространяется на ущерб, причиненный другому оборудованию, работающему в сопряжении с данным изделием.
- 3.4. Гарантийные обязательства не распространяются на изделие в следующих случаях:
  - выход изделия из строя по вине покупателя (нарушения им правил эксплуатации, работа в недокументированных режимах, неправильная установка и подключение, превышение допустимой рабочей температуры, перегрев и т.п.)
  - наличие внешних и/или внутренних механических повреждений (замятых контактов, трещин, следов удара, сколов и т.п), полученных в результате неправильной эксплуатации установки или транспортировки, воздействий на изделие чрезмерной силы, химически агрессивных веществ;
  - наличие признаков ремонта неуполномоченными лицами;
  - наличие повреждений, полученных в результате аварий, воздействия на изделие огня, влаги, попадания внутрь корпуса насекомых, пыли, посторонних предметов и т.п.
  - наличие повреждений, полученных в результате неправильного подключения изделия в электросеть и/или эксплуатации изделия при нестабильном напряжении в электросети (отклонение напряжения более 10%, а также отсутствия (или выполненного с отклонениями от стандарта) заземления).

С условиями гарантии покупатель ознакомлен надлежащим образом, к внешнему виду и комплектации претензий нет, все возникшие у покупателя вопросы ему полностью разъяснены, покупатель, не имеет как-либо заблуждений относительно содержания условий гарантии на изделие.

Подпись покупателя \_\_\_\_\_