

BH FITNESS

Руководство пользователя

SPADA II (H9350)

спин-байк



Уважаемый покупатель!

Поздравляем с удачным приобретением современного тренажера, который сочетает в себе передовые технологии и современный дизайн! Постоянно используя тренажер, можно укрепить сердечно-сосудистую систему и приобрести хорошую физическую форму. Надеемся, что данная модель удовлетворит все требования покупателя. Прежде чем приступить к использованию тренажера, внимательно изучите настоящее руководство и сохраните его для дальнейшего использования. В случае возникших дополнительных вопросов обратитесь к продавцу или дилеру, который проконсультирует и поможет устранить возникшую проблему. Обязательно сохраняйте инструкцию по эксплуатации, что поможет по прошествии времени вспомнить о функциях тренажера и правилах его использования. Если возникли какие-либо вопросы по эксплуатации данного тренажера, свяжитесь со службой технической поддержки или уполномоченным дилером, у которого был приобретен тренажер.



КОНСОЛЬ

Рис.1

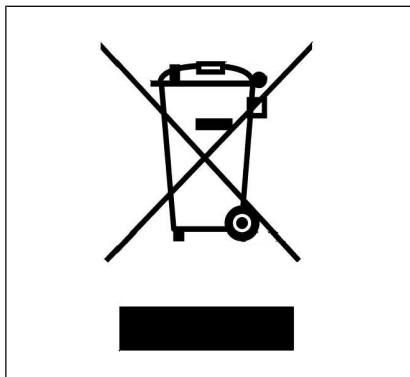
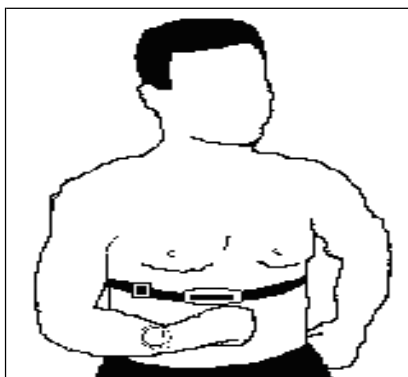


Рис.2



УСТАНОВКА БАТАРЕЕК.

В этом мониторе используются 1,5-В **Щелочные батарейки**. Для установки батареек снимите заднюю крышку на мониторе и осторожно вставьте две батарейки типа "AAA" в отсек батареек, убедившись в правильной полярности батареек (значок "+" на батарейке совпадает со знаком "+" внутри отсека батареек, а значок "-" на батарейке — со значком "-" внутри отсека батареек). Закройте крышку.

Если после включения монитор отображает ошибки или только частичные сегменты, извлеките батарейки и подождите около 15 секунд перед их повторной установкой.

Слабые батарейки (разряженные) приводят к слабому отображению цифр (плохая контрастность) и ошибочным показаниям. Замените их немедленно. Монитор автоматически отключится, если тренажер более 4 минут.

Важная информация! Выброшенные батарейки необходимо хранить в специальных контейнерах, рис. 1.

ЭЛЕКТРОННЫЙ МОНИТОР.

Чтобы дать вам больше контроля над вашими упражнениями, этот электронный блок отображает показания скорости/об/мин, расстояния, время тренировки, частоту пульса и сожженные калории.

Экран включится автоматически, как только вы начнете тренировку.

Этот монитор имеет четыре кнопки: RESET (СБРОС), MODE (РЕЖИМ), SET (ЗАДАТЬ), RECOVERY (ВОССТАНОВЛЕНИЕ). В пяти окнах в нижней части дисплея отображаются TIME (ВРЕМЯ); RPM/SPEED (ЧИСЛО ОБ./СКОРОСТЬ); DISTANCE (РАССТОЯНИЕ); CALORIES (КАЛОРИИ); PULSE RATE (ЧАСТОТА ПУЛЬСА). Кроме того, монитор показывает 1 программу

RECOVERY (ВОССТАНОВЛЕНИЕ).

Вы можете сбросить все значения обратно на ноль, удерживая нажатой клавишу RESET (СБРОС) в течение 2 секунд.

НАСТРОЙКА

В режиме SCAN (СКАНИРОВАНИЕ), отображаемом на верхнем дисплее, компьютер непрерывно сканирует и отображает все функции каждые 6 секунд во время выполнения упражнений.

Строка сообщения, отображаемая в режиме SCAN (СКАНИРОВАНИЕ):

SPD	- Скорость упражнения
RPM	- Обороты в минуту
TM	- Время упражнения
DST	- Пройденное расстояние
CAL	- Сожженные калории
PLS	- Пульс

Программирование ограничения по времени.

Если при нахождении в главном экране нажать кнопку MODE (РЕЖИМ), то окно времени начнет мигать. Нажатием клавиш SET (ЗАДАТЬ) можно запрограммировать время выполнения упражнения (от 1 до 99 минут). Выберите время и нажмите MODE (РЕЖИМ) для подтверждения. Время начнет отсчитываться до тех пор, пока не достигнет нуля, и монитор издаст несколько звуковых сигналов, указывающих на то, что Вы достигли запрограммированного значения.

Программирование ограничения по расстоянию.- Если при нахождении в главном экране дважды нажать кнопку MODE (РЕЖИМ), то окно расстояния начнет мигать. Нажатием клавиш SET (ЗАДАТЬ) можно запрограммировать расстояние для своего упражнения (от 0,5 до 99,5 км).

Выберите расстояние и нажмите MODE (РЕЖИМ) для подтверждения. Расстояние начнет отсчитываться, пока не достигнет нуля, и монитор издаст несколько звуковых сигналов, указывающих на то, что Вы достигли запрограммированного значения.

Программирование ограничения по калориям.

Если при нахождении в главном экране трижды нажать кнопку MODE (РЕЖИМ), то окно калорий начнет мигать. Нажатием клавиши SET (ЗАДАТЬ) можно запрограммировать калории для упражнения (от 10 до 9990 кал.). Выберите калории и нажмите MODE (РЕЖИМ) для подтверждения. Калории начнут отсчитываться, пока не достигнут нуля, и монитор издаст несколько звуковых сигналов, указывающих на то, что Вы достигли запрограммированного значения.

Программирование ЧАСТОТЫ ПУЛЬСА.- Если при нахождении в главном

экране четыре раза нажать кнопку MODE (РЕЖИМ), то окно PULSE (ПУЛЬС) начнет мигать. Нажатием клавиши SET (ЗАДАТЬ) можно запрограммировать частоту пульса для упражнения (от 30 до 230 ударов в минуту). Выберите частоту пульса и нажмите MODE (РЕЖИМ), чтобы начать упражнение. Если частота пульса равна или превышает заданное значение, монитор издаст несколько звуковых сигналов, чтобы предупредить пользователя о необходимости медленнее крутить педали или снизить уровень нагрузки.

ТЕЛЕМЕТРИЧЕСКАЯ ЧАСТОТА ПУЛЬСА

Монитор оборудован для приема сигналов от телеметрической системы измерения пульса.

Система состоит из приемника и передатчика (грудная полоса для датчика), рис. 2.

(См. пособие по телеметрической частоте пульса).

ТЕСТОВЫЕ ИЗМЕРЕНИЯ:

ФИТНЕС.

Это электронное устройство оснащено функцией проверки восстановления. Это дает вам возможность измерить, сколько времени требуется вашему пульсу для восстановления после выполнения упражнения.

Нажмите кнопку «Recovery» (Восстановление), начнется обратный отсчет одной минуты. Останутся отображаемыми только показания функции Time (Время) и Pulse rate (Частота пульса). Электронное устройство измерит ваш пульс в течение этой минуты. Время восстановления пульса будет отображаться в строке «Heart rate» (Частота пульса).

Если, в любое время в течение этой минуты, вы решите отказаться от этой проверки, то нажмите кнопку «Recovery» (Восстановление), и вы вернетесь к главному экрану.

По истечении минуты электронное устройство вычислит разницу, и на экране отобразится ваш фитнес-статус: «F1, F2,..., F5, F6»; где «F1» — наилучший (фитнес

"Отлично"), а "F6" - наихудший (фитнес "Очень плохой").

Нажатие кнопки «Recovery» (Восстановление) вернет вас к главному экрану, где функции будут находиться в том же режиме, что и в момент начала тестирования.

Сравнение отработанного и восстановленного пульса позволяет быстро и просто измерить, насколько Вы находитесь в хорошей форме. Ваш фитнес-рейтинг — это руководство, показывающее, как быстро восстанавливается сердце после физических нагрузок. Если вы будете регулярно заниматься, то увидите, что ваш фитнес-рейтинг улучшится.

Тест не работает, пока не обнаружит сигнал пульса. В этом случае в конце проверки на экране появится сообщение "F6".

РУКОВОДСТВО ПО УСТРАНЕНИЮ НЕПОЛАДОК

Проблема: Дисплей включается, но работает только функция "Time" (Время).

Решение:

а.- Убедитесь, что соединительный кабель подключен.

Проблема: Дисплей не включается или отображаемые сегменты очень слабые.

Решение:

а.- Убедитесь, что батарейки установлены правильно.

б.- Проверьте заряд батареек.

с.- Если они разряжены, немедленно замените их.

Проблема: Сегменты отображения показаний функции не видны или появляются сообщения об ошибках для конкретной функции.

Решение:

а.- Извлеките батарейки на 15 секунд, а затем установите их на место. б.-

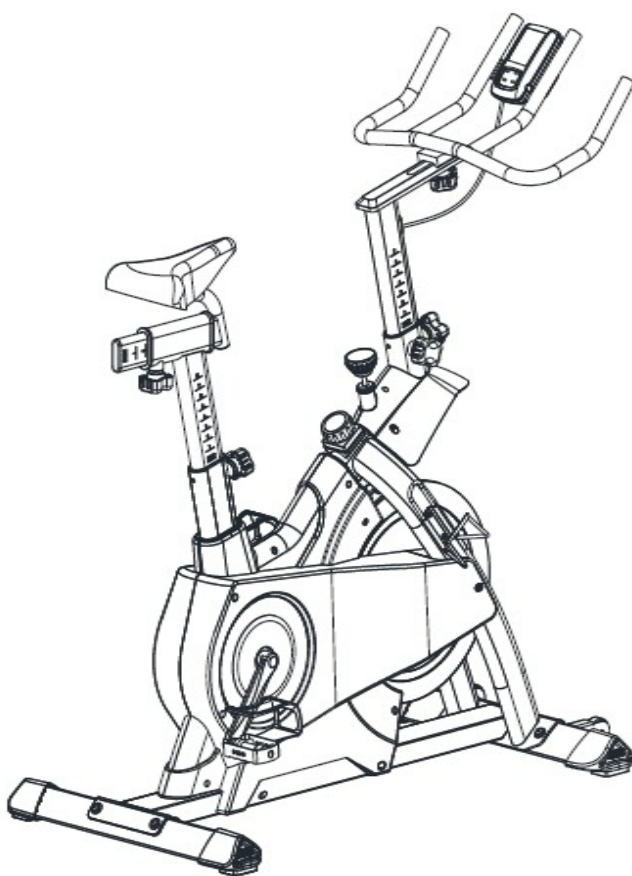
Проверьте заряд батареек Если они разряжены, замените их.

с.- Если вышеприведенные шаги не помогут, то замените электронный монитор.

Не оставляйте электронный монитор под прямыми солнечными лучами, так как это может повредить жидкокристаллический дисплей. Точно так же не подвергайте его воздействию воды и ударов.

Непрерывно обращайтесь в службу технической поддержки, если у вас возникли вопросы, позвонив в отдел обслуживания покупателей (см. последнюю страницу в руководстве).

ВН ОСТАВЛЯЕТ ЗА СОБОЙ ПРАВО ИЗМЕНЯТЬ СПЕЦИФИКАЦИИ СВОЕЙ ПРОДУКЦИИ БЕЗ ПРЕДВАРИТЕЛЬНОГО УВЕДОМЛЕНИЯ.



Инструкции по сборке и эксплуатации

Рис.
1

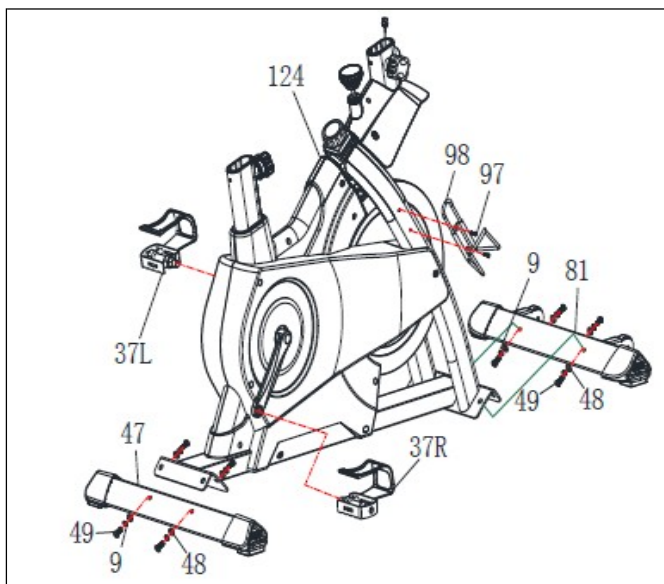


Рис.
2

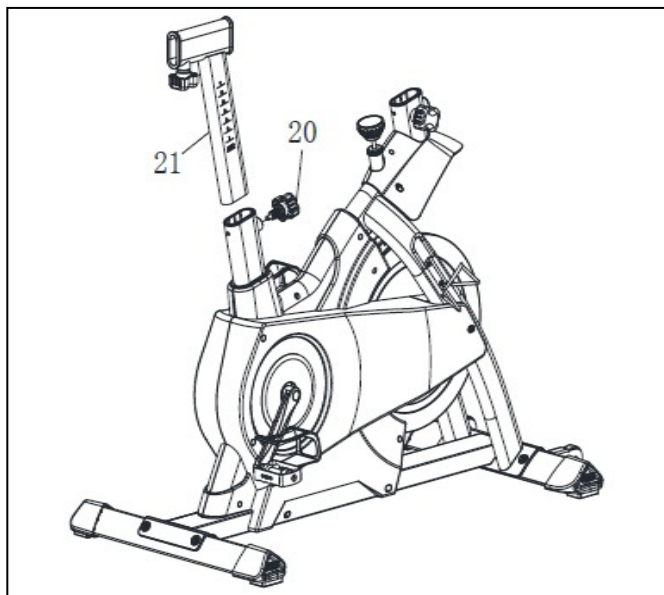


Рис.
3

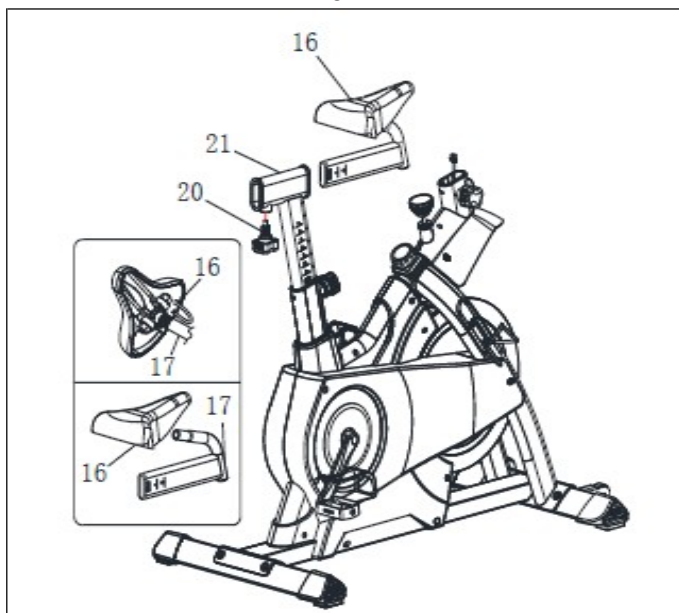
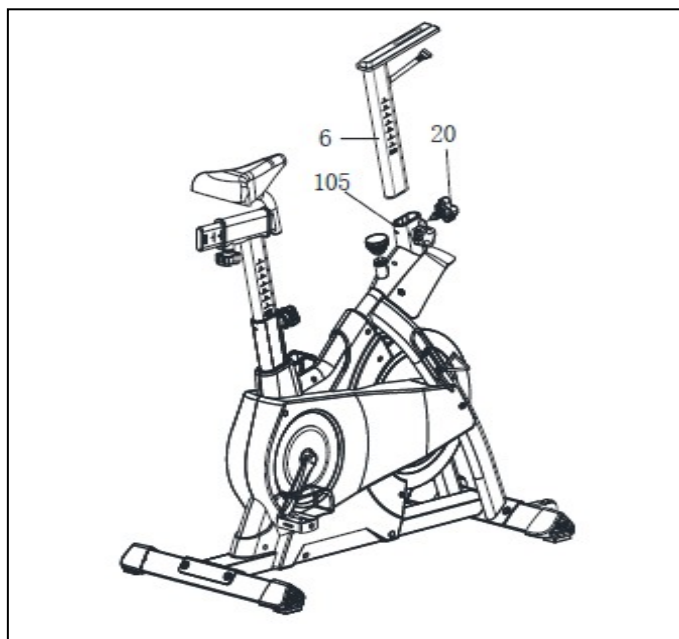
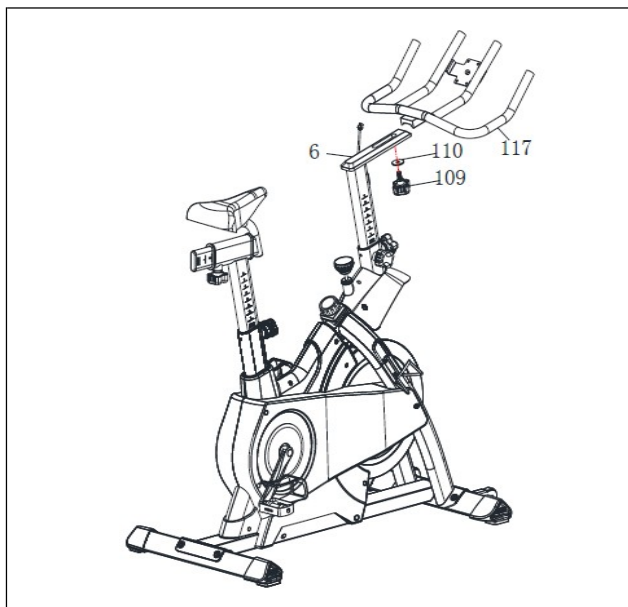


Рис.
4



**Рис.
5**



**Рис.
6**

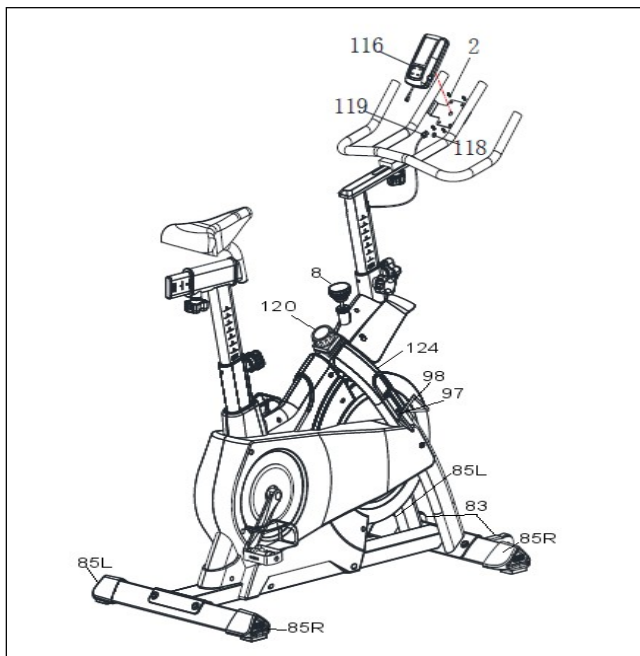
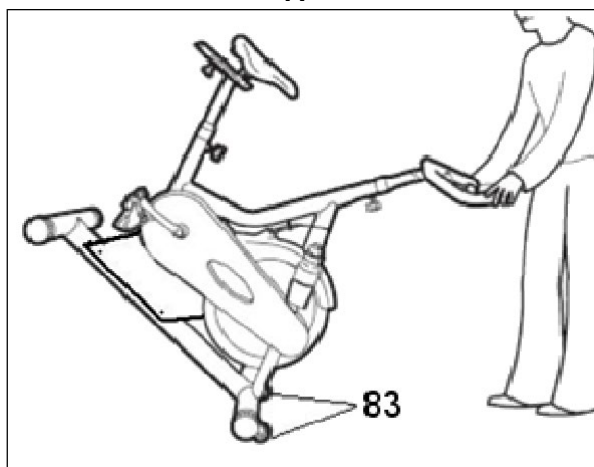


Рис.
7.



ВАЖНЫЕ СОВЕТЫ ПО БЕЗОПАСНОСТИ МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ.

Этот велотренажер был спроектирован и сконструирован так, чтобы обеспечить максимальную безопасность. Тем не менее, при использовании тренажерного оборудования необходимо принимать определенные меры предосторожности.

Перед сборкой и использованием велотренажера прочтите все руководство. Оно предоставляет важную информацию о сборке, безопасности и эксплуатации тренажера. Также необходимо соблюдать следующие меры предосторожности:

1 Никогда не подпускайте детей близко к этому оборудованию. НЕ оставляйте их без присмотра в комнате, где хранится велотренажер.

2 Одновременно им может пользоваться только один человек.

3 Если вы испытываете головокружение, тошноту, боли в груди или другие симптомы при использовании этого тренажера, **ОСТАНОВИТЕ** упражнение. **НЕМЕДЛЕННО ОБРАТИТЕСЬ К МЕДИЦИНСКОМУ РАБОТНИКУ.**

4 Используйте прибор на ровной твердой поверхности. **ЗАПРЕЩАЕТСЯ** использовать данный велотренажер на открытом воздухе или рядом с водой.

5 Держите руки подальше от движущихся частей.

6 Носите одежду, подходящую для выполнения упражнений. Не используйте мешковатую одежду, которая может застрять в подвижных частях тренажера. При использовании тренажера всегда надевайте кроссовки или кеды. Убедитесь, что все шнурки/шнуровки правильно завязаны.

7 Этот прибор разрешается использовать только для целей, описанных в данном руководстве. НЕ используйте аксессуары, не рекомендованные производителем.

8 Не ставьте острые предметы рядом с тренажером.

9 Люди с ограниченными возможностями не должны использовать тренажер без помощи квалифицированного специалиста или врача.

10 Перед использованием тренажера сделайте разогревающие упражнения на растяжку.

11 Не используйте велотренажер, если он не работает правильно.

Внимание: Проконсультируйтесь с врачом перед началом использования этого велотренажера. Этот совет особенно важен для людей старше 35 лет или страдающих проблемами со здоровьем.

Сохраните данную инструкцию для дальнейшего использования.

ОБЩИЕ УКАЗАНИЯ.

1 Этот тренажер предназначен для домашнего использования. Вес пользователя не должен превышать 150 кг.

2 Родители и / или лица, ответственные за детей, всегда должны учитывать

их любознательный характер и то, как это часто может приводить к опасным ситуациям и поведению, приводящему к несчастным случаям. Ни при каких обстоятельствах этот тренажер не должен использоваться в качестве игрушки. **3** Владелец несет ответственность за то, чтобы все, кто использует тренажер, были должным образом проинформированы о необходимых мерах предосторожности.

1. ИНСТРУКЦИИ ПО СБОРКЕ

Для сборки этого тренажера рекомендуется помощь второго человека.

1. Выньте тренажер из коробки и убедитесь, что имеются все детали.
2. Установите заднюю стойку тренажера на задний стабилизирующий брус (47), как показано на рис. 1, вставьте болты (49), установите плоские шайбы (48), а затем надежно затяните.
3. Установите передний стабилизирующий брус с колесами (81), обращая внимание на красные точки, и колесами, обращенными вперед, как показано на рис. 1, вставьте болты (48), установите плоские шайбы (49) и надежно затяните.

2. УСТАНОВКА ПЕДАЛЕЙ

Инструкции по монтажу педалей должны соответствовать букве, неправильный монтаж может привести к повреждению резьбы винта либо на педали, либо на шатуне.

Правая и левая относятся к положению, которое принимает пользователь, сидя на седле для выполнения упражнений.

Правая педаль, обозначенная буквой (37R), прикручивается к правому шатуну, также обозначенному буквой (R), в направлении по часовой стрелке. Надежно затяните, рис. 1.

Левая педаль, обозначенная буквой (37L), прикручивается к левому шатуну, также обозначенному буквой (L), в направлении против часовой стрелки. Надежно затяните, рис. 1.

3. КРЕПЛЕНИЕ СЕДЛА

Вставьте шток сиденья (21) в отверстие на основном корпусе, рис. 3. Установите кронштейн седла (16), рис. 3, на горизонтальную трубу седла (21), как показано на рис. 3, установите седло в нужное положение и надежно затяните гайки на кронштейне.

РЕГУЛИРОВАНИЕ ВЫСОТЫ СЕДЛА

Слегка ослабьте рукоятку регулирования стойки с седлом (20), повернув ее против часовой стрелки, рис. 2, переведите седло в положение, удобное для выполнения упражнения, а затем надежно затяните регулирующую рукоятку

(20), повернув ее по часовой стрелке.

ГОРИЗОНТАЛЬНОЕ РЕГУЛИРОВАНИЕ СЕДЛА

Слегка ослабьте рукоятку (20), повернув ее против часовой стрелки, рис. 3, переведите седло в положение, удобное для выполнения упражнения, а затем надежно затяните рукоятку (20), повернув ее по часовой стрелке.

4. УСТАНОВКА РУЛЯ

Вставьте шток руля (6) в отверстие на основном корпусе, рис. 4. Установите ее в правильное положение, а затем затяните рукоятку (109), поворачивая ее по часовой стрелке.

РЕГУЛИРОВАНИЕ РУЛЯ ПО ГОРИЗОНТАЛИ

Установите руль (6) на удобном для выполнения упражнений расстоянии, но не выходя за отметки "MIN INSERT", теперь надежно затяните рукоятку (109), рис. 5.

РЕГУЛИРОВАНИЕ РУЛЯ ПО ВЕРТИКАЛИ

Установите руль (6) на удобном для выполнения упражнений расстоянии, но не выходя за отметки "MIN INSERT", теперь надежно затяните рукоятку (20), рис. 4.

5. УСТАНОВКА МОНИТОРА.

Установите руль (117) на шток руля (6), рис. 6, затяните рукоятку (109). Возьмите монитор (116) и снимите четыре винта (118) из основания монитора, рис. 6. Установите монитор (116) в направлении, указанном стрелкой, перемещая монитор на удерживающую пластину.

Подключите клемму (119) в терминале в задней части монитора (116), рис. 6, и закрепите ее четырьмя винтами (118), удаленными ранее.

6. УСТАНОВКА ДЕРЖАТЕЛЯ БУТЫЛКИ.

Возьмите держатель бутылок (98) вместе с двумя винтами (97) и прикрутите их к боковой стороне поручня (124), рис. 6.

7. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ НАСТРОЙКИ

Для обеспечения равномерного уровня нагрузки во время тренировки данное тренажер оснащен двумя регуляторами натяжения: фрикционным (8) и магнитным (120),

расположенным

на штоке основного корпуса, рис. 6. Это обеспечивает различные настройки при повороте по часовой стрелке.

Для увеличения сопротивления педали поверните регулятор натяжения по часовой стрелке (+) до тех пор, пока уровень нагрузки не будет наилучшим образом соответствовать вашим требованиям к физическим упражнениям.

Для уменьшения сопротивления педали поверните регулятор натяжения против часовой стрелки (-).

Во время тренировки маховик нагревается из-за тормозного эффекта, поэтому по окончании тренировки рекомендуется установить регулятор натяжения на минимальный уровень, чтобы помочь остановить затвердевание тормозных колодок.

Важная информация! Это регулятор натяжения (8) оснащен системой аварийного торможения, которая при приложении силы (как показано стрелкой на рис. 6) производит гораздо более резкое торможение.

ВЫРАВНИВАНИЕ

После того, как тренажер будет установлен в окончательное положение, убедитесь в том, что он находится на уровне пола и горизонтально. Этого можно добиться путем завинчивания регулируемых ножек (85 R/L) вверх или вниз, как показано на рис. 6.

ПЕРЕМЕЩЕНИЕ И ХРАНЕНИЕ

Тренажер оснащен колесами (83), рис. 7, для облегчения перемещения. Колеса, расположенные в передней части, облегчают его перемещение в выбранное положение путем приподнимания задней части тренажера и нажатия на нее, как показано на рис. 7. Храните тренажер в сухом месте, желательно не подверженном изменению температуры.

ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ ТРЕНАЖЕРА

1. По состоянию здоровья необходимо очищать руль и седло после каждого занятия дезинфицирующим спреем, а также удалять пот с рамы велотренажера.

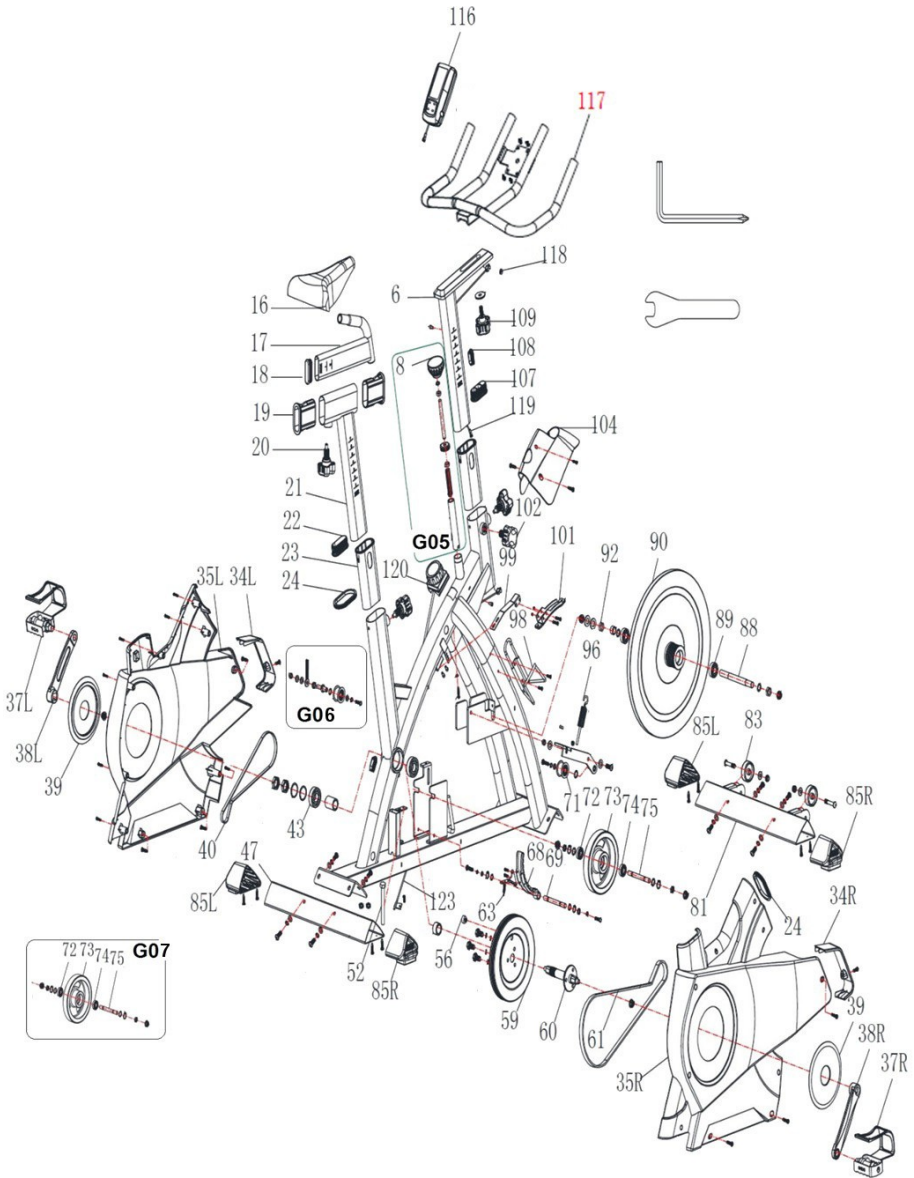
2. ПРОВЕРКА РУЧЕК ЗАТЯГИВАНИЯ.

3 рукоятки затягивания должны быть ослаблены и опрысканы смазочным материалом, чтобы они оставались работоспособными.

Неприменно обращайтесь в службу технической поддержки, если у вас возникли вопросы, позвонив в отдел обслуживания покупателей (см. последнюю страницу в руководстве).

ПРОИЗВОДИТЕЛЬ ОСТАВЛЯЕТ ЗА СОБОЙ ПРАВО ИЗМЕНЯТЬ СПЕЦИФИКАЦИИ СВОЕЙ ПРОДУКЦИИ БЕЗ ПРЕДВАРИТЕЛЬНОГО УВЕДОМЛЕНИЯ.

H9350



Список комплектующих частей Укажите код детали и количество

Например: H9355006

1

№	Код	№	Код	№	Код
6	H9355006	43	H9355043	96	H9355096
8	H9162010	47	H9355047	98	H9162056
16	H9355016	56	H9355056	99	H9355099
17	H9154018	59	H9162043	101	H9355101
18	H9154019	60	H9355060	102	H9355102
19	H9355019	61	H9355061	104	H9355104
20	H9355020	63	H9355063	107	H9355107
21	H9355021	68	H9355068	108	H9355108
22	H9355022	71	H9355071	109	H9355109
23	H9355023	72	H9355072	111	H9355111
24	H9355024	73	H9355073	116	H9350116
34L	H9355034L	74	H9355074	117	H9350117
34R	H9355034R	75	H9355075	118	H9350118
35L	H9350035L	81	H9355081	119	H9350119
35R	H9350035R	83	H9162050	120	H9350120A
37	H9355037	85L	H9355085L	123	H9350123
38L	H9355038L	85R	H9355085R	G05	H9355G05
38R	H9355038R	88	H9355088	G06	H9355G06
39	H9355039	89	H9355089	G07	H9355G07
40	H9355040	90	H9355090		



Русский язык	Настоящим компания <i>Exercycle S.L</i> заявляет, что данное изделие соответствует основным требованиям и другим соответствующим положениям Директив 2005/32/ЕС, 2011/65/ЕС, 2004/108/ЕС и 2006/95/ЕС.
-----------------	--

BH FITNESS SPAIN

EXERCYCLE,S.L.
(Manufacturer)
P.O.BOX 195
01080 VITORIA (SPAIN)
Тел.: +34 945 29 02 58
Факс: +34 945 29 00 49
e-mail: sat@bhfitness.com
www.bhfitness.com

POST-VENTA

Tel: +34 945 292 012 /
902 170 258
Факс: +34 945 56 05 27
e-mail: sat@bhfitness.com

**BH FITNESS NORTH
AMERICA**

620 N. 2nd Street, St. Charles
MO 63301
Tel: + 1 636 487 0050
Toll Free: +1 866 325 2339
e-mail:
fitness@bhnorthamerica.com
www.bhfitnessusa.com
www.bhfitnesscanada.ca

BH FITNESS ASIA

BH Asia Ltd.
No.80, Jhongshan Rd.,
Daya Dist.,
Taichung City 42841,
Taiwan. R.O.C.
Тел.: +886 4 25609200
Факс: +886 4 25609280
E-mail: info@bhasia.com.tw

BH FITNESS PORTUGAL

Rua do Caminho Branco Lote 8,
ZI Oiã
3770-068 Oliveira do Bairro
PORTUGAL
Тел.: +351 234 729 510
e-mail: info@bhfitness.pt

BH SERVICE PORTUGAL

Тел.: +351 234 729 510
e-mail: sat@bhfitness.pt

BH FITNESS MEXICO

BH Exercycle de México S.A. de
CV
Eje 132 / 136
Zona Industrial, 2A Secc.
78395 San Luis Potosí
S:L:P: MÉXICO
Тел.: +52 (444) 824 00 29
Факс: +52 (444) 824 00 31
www.bhlatam.com.mx

BH FITNESS CHINA

BH China Co., Ltd.
Block A, NO.68, Branch Lane
455, Lane 822,
Zhen Nan RD., Li Zi Yuan,
Putuo, Shanghai 200331, P.R.C.
Tel: +86-021-5284 6694
Fax:+86-021-5284 6814
e-mail: info@i-bh.cn

BH GERMANY GmbH

Grasstrasse 13
45356 ESSEN
GERMANY
Tel: +49 2015 997018
e-mail:
technik@bhgermany.com

BH FITNESS UK

Tel: +44 2037347554
e-mail:
sales.uk@bhfitness.com

AFTER SALES – UK

Tel.: +44 2074425525
e-mail:
service.uk@bhfitness.com

BH FITNESS FRANCE

SAV FRANCE
Tel : +33 (0) 559423419
Fax : +33 0810 000 290
savfrance@bhfitness.com

В СВЯЗИ С НАШЕЙ ПРОГРАММОЙ НЕПРЕРЫВНОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ПРОДУКЦИИ
ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ МОГУТ БЫТЬ ИЗМЕНЕНЫ БЕЗ ПРЕДВАРИТЕЛЬНОГО
УВЕДОМЛЕНИЯ.

Поставщик: ООО «ФИТАТЛОН», 115230, Россия, Москва Каширское шоссе, дом 13б, эт 5 пом 1 ком 31

Оборудование сертифицировано в соответствии с Техническим Регламентом Таможенного Союза. *Производитель оставляет за собой право вносить изменения в конструкцию тренажера, не ухудшающие значительно его основные технические характеристики. Все актуальные изменения в конструкции либо технических спецификациях изделия отражены на официальном сайте поставщика оборудования ООО «ФИТАТЛОН»: www.neotren.ru Последнюю версию Руководства пользователя можно найти на сайте поставщика ООО «ФИТАТЛОН»: www.neotren.ru

ВНИМАНИЕ!
ТРЕНАЖЕР ПРЕДНАЗНАЧЕН ДЛЯ ДОМАШНЕГО
ИСПОЛЬЗОВАНИЯ.

