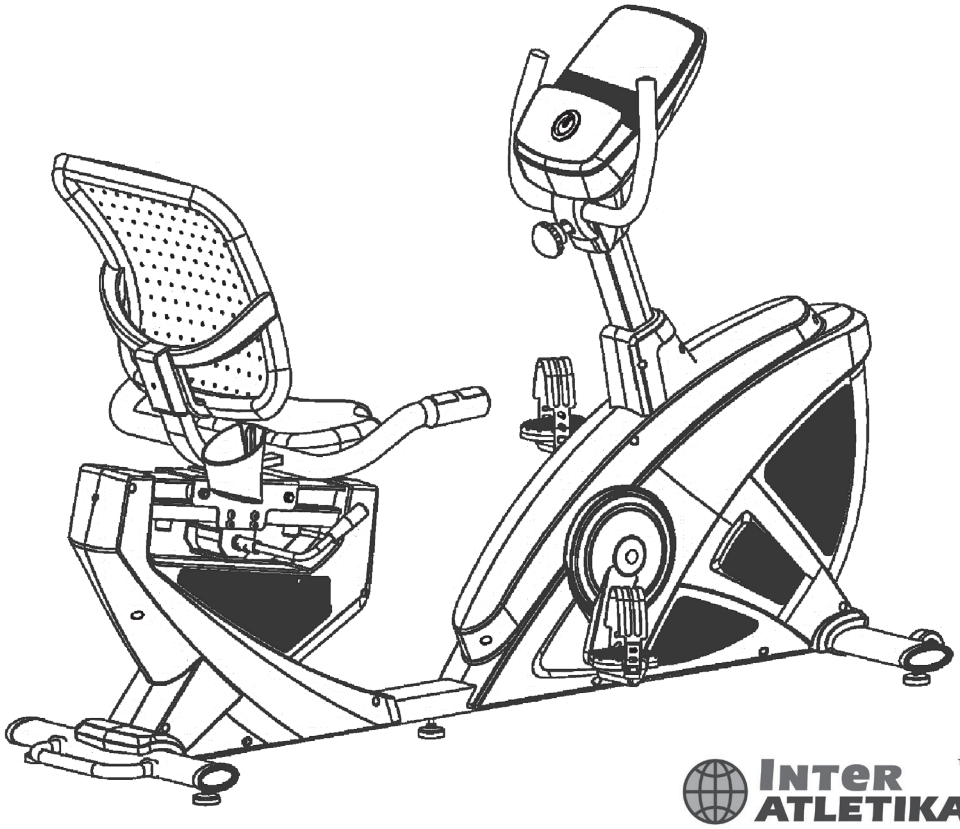
TOP Track
Be on Top!

КЕРІВНИЦТВО З ЕКСПЛУАТАЦІЇ

ВЕЛОТРЕНАЖЕР:
Recumbent bike K8719RP-13



INTER ATLETIKA™
Fit-forever

ВАЖЛИВО!
Перед використання виробу, будь ласка, дуже уважно прочитайте дане Керівництво з Експлуатації.
Зберігайте даний посібник для подальшого використання.
Специфікація позиції може змінюватися без попереднього повідомлення.

КОНСУЛЬТАЦІЙНА ПІДТРИМКА КЛІЄНТІВ:
ТЕЛ. +38-044-391-33-44
E-MAIL: OPT@INTERATLETIKA.COM

Експлуатаційний документ. Код документа згідно міждержавного стандарту: ДСТУ ГОСТ 2.601:2006

TopTrack_K8719RP-13.indd 1 17.11.2016 11:41:41

СЕРТИФІКАТ

На систему менеджменту згідно з
ISO 9001 : 2000

Відповідно до методики TÜV CERT підтверджує, що підприємство

ТОВ «Компанія Спорттехніка»
вул. Ушинського, 24
м. Чернігів, 14014, Україна

застосовує систему управління якістю згідно з вищенаведеним стандартом у наступній сфері діяльності
Сфера діяльності

проектування, виробництво, реалізація і подальше обслуговування спортивно-тренажерного та дитячого ігрового обладнання.

Реєстраційний номер сертифіката 44 100 068064 Чинний до 2017-05-26
Звіт про аудит № 3501 1332

TÜV NORD CERT GmbH, орган з сертифікації в системі TÜV CERT

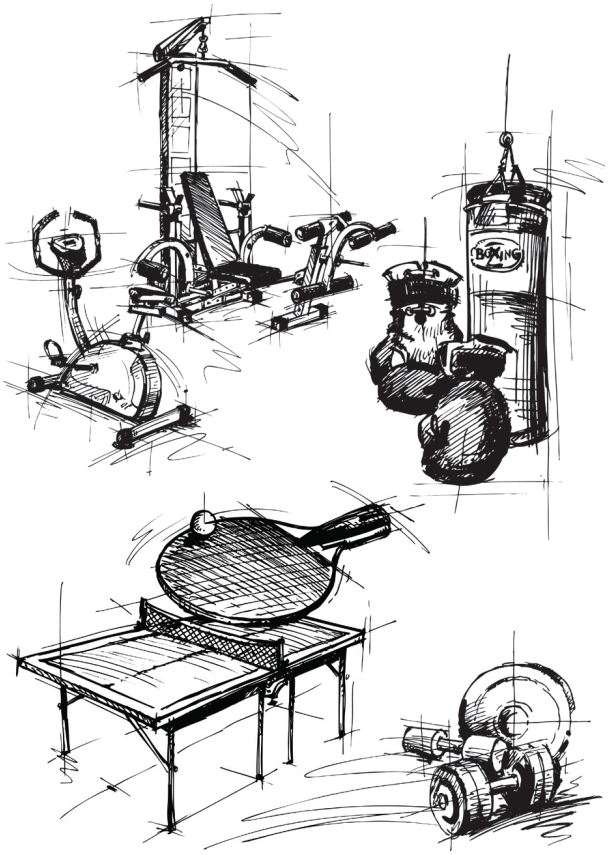
Есен, 2014-05-27

Сертифікацію проведено відповідно до затвердженої у TÜV CERT методики аудитування та сертифікації і підлягає періодичним наглядовим аудитам.

TÜV NORD CERT GmbH Langemarckstrasse 20 45141 Essen www.tuev-nord-cert.com

TGA-ZM-30-98-00

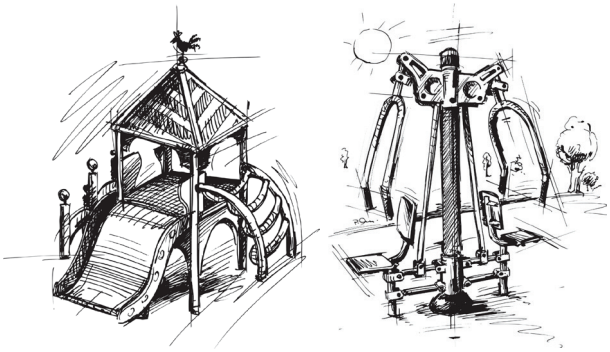
TopTrack_K8719RP-13.indd 2 17.11.2016 11:41:43



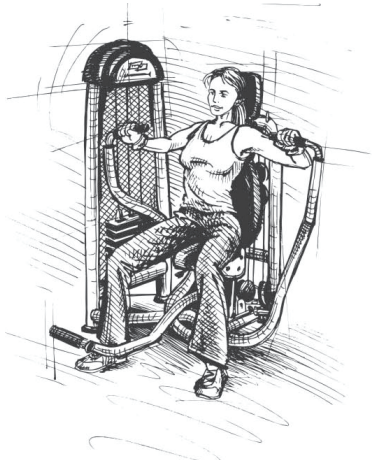




Продаж домашнього силового і кардіо обладнання



Виробництво та установка дитячого ігрового обладнання, спортивних майданчиків та вуличних тренажерів



Виробництво та поставка професійного обладнання для фітнес-центрів

ПРО ГРУПУ КОМПАНІЙ «ІНТЕР АТЛЕТИКА»

TopTrack_K8719RP-13.indd 3 17.11.2016 11:41:47

ВАЖЛИВІ ПОПЕРЕДЖЕННЯ.....5
ЧАСТИНИ ТРЕНАЖЕРА.....6
ПЕРЕЛІК ЧАСТИН.....7
УСТАНОВКА ТРЕНАЖЕРА.....8
РОЗМИНКА ТА ТРЕНУВАННЯ.....12
ТЕХНІЧНЕ ОБСЛУГОВУВАННЯ.....14
ГАРАНТІЙНІ ЗОБОВ’ЯЗАННЯ.....16
КОНТАКТНІ ДАНІ.....20

TopTrack_K8719RP-13.indd 4 17.11.2016 11:41:48

ВАЖЛИВІ ПОПЕРЕДЖЕННЯ

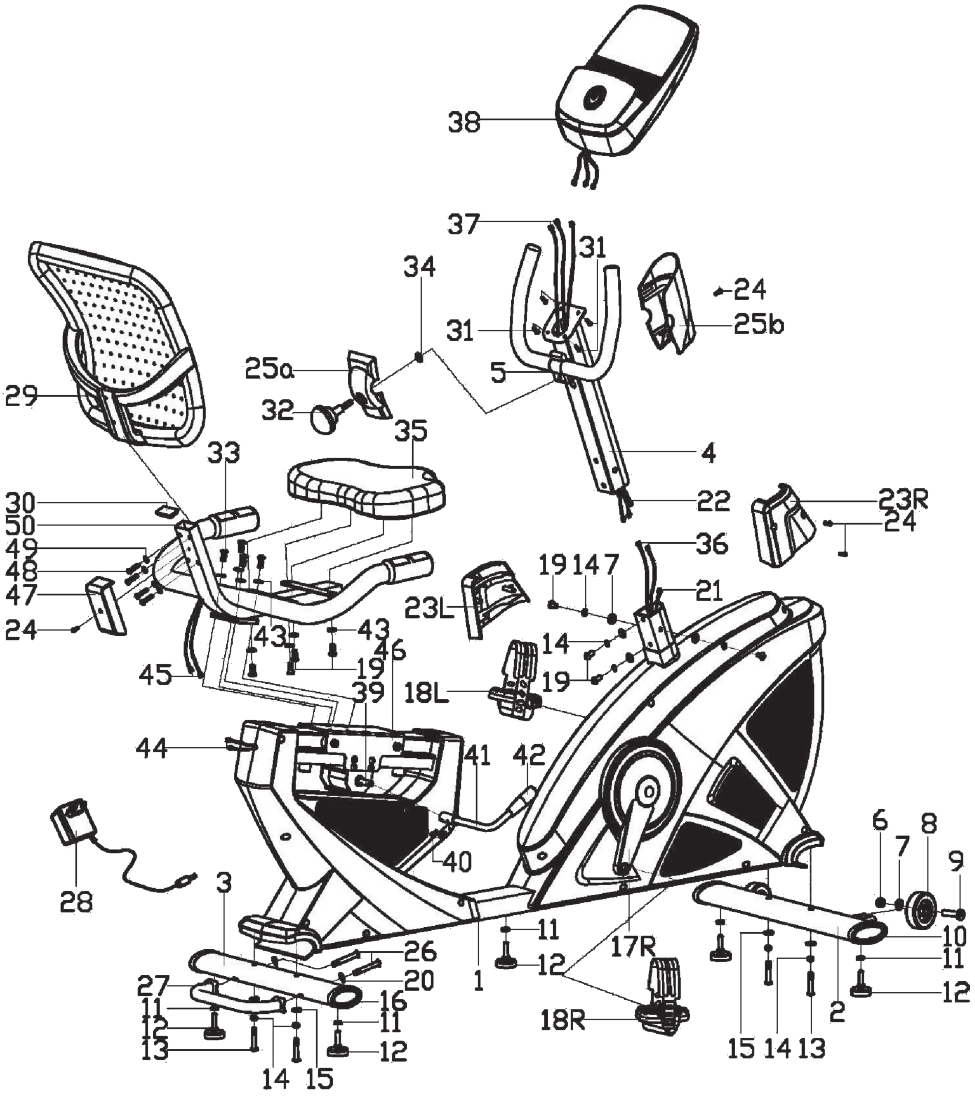
1) Уважно прочитайте всі застереження та інструкції, що подані в даному Керівництві по Експлуатації, перш ніж почати використовувати дане обладнання.
2) Велотренажер являє собою стаціонарний тренажер для домашнього використання, який може допомогти вам розвинути вашу серцево-судинну функцію.
3) Перевірте та надійно зафіксуйте всі деталі перед використанням велотренажера вперше. Впевніться, що велотренажер знаходиться в безпечних умовах. Встановіть велотренажер на сухій, рівній поверхні та подалі від вологи та води.

4) Тренуйтесь тільки у зручному одязі. Не одягайте просторий одяг, який може потрапити в рухомі частини велотренажера. Для захисту ніг під час тренування завжди взувайте спортивне взуття.
5) Проконсультуйтеся з вашим лікарем і зробіть відповідний графік тренувань. Це особливо важливо для молодих людей, чий зріст становить близько 150см. Для того, щоб досягти ідеального результату тренування, крім виконання відповідної кількості фізичних вправ, також дуже важливо робити вправи щодня.
6) Необхідна розминка, щоб уникнути м'язових травм. Зверніться до вправ розминки та тренування.
7) Не допускайте до тренажеру дітей і тварин. Тренажер призначений для використання тільки дорослими людьми.
8) Не використовуйте це обладнання за одну годину до або після їжі.
9) Якщо у вас є відчуття, запаморочення, нудота та інші аномальні симптоми, будь ласка, припиніть тренування і негайно зверніться до лікаря.
10) Максимальна вага користувача: 120кг.

Попередження: Це буде шкідливо, якщо ви не звернете увагу на вищезгадані запобіжні заходи.

TopTrack_K8719RP-13.indd 5 17.11.2016 11:41:49

ВЕЛОТРЕНАЖЕР В РОЗІБРАНОМУ ВИГЛЯДІ



ПРИМІТКА:

Більшість складових частин упаковані окремо але деякі з них все встановлені у відповідні частини. В такому випадку, видаліть та попередньо встановіть складові частини як цього вимагає установка.

Будь ласка, слідуйте вказівкам по установці тренажера та зважайте на попередньо встановлені складові частини.

ЧАСТИНИ ТРЕНАЖЕРА

TopTrack_K8719RP-13.indd 6 17.11.2016 11:41:52

ПЕРЕЛІК СКЛАДОВИХ ЧАСТИН

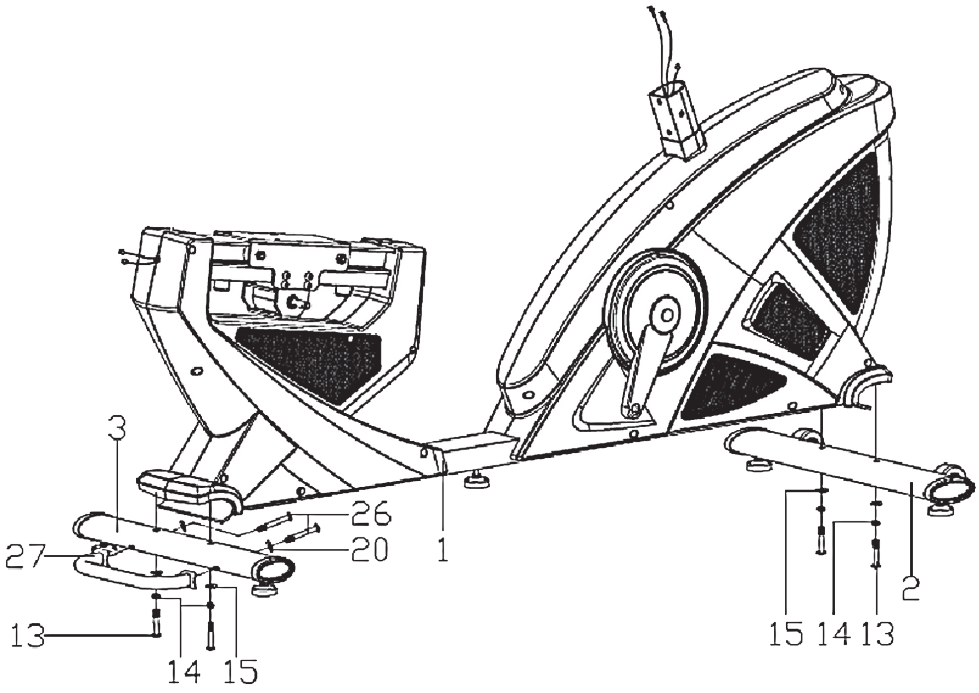
N	Найменування	К-ть	N	Найменування	К-ть
1	Основна рама	1	26	Болт з шестигранною голов-кою M8×90	2
2	Передній стабілізатор	1	27	Підйомна рукоятка	1
3	Задній стабілізатор	1	28	Адаптер	1
4	Стійка рукоятки	1	29	Опора для спини	1
5	Рукоятка	1	30	Квадратний ковпачок	1
6	Нейлонова гайка	2	31	Гвинт	4
7	Плоска шайба D10x2	2	32	Пластикова ручка	1
8	Роллер	2	33	Болт з шестигранною голов-кою M10x45 M8×12	4
9	Болт з шестигранною голов-кою M10x45	2	34	Плоска шайба	1
10	Овальний ковпачок	2	35	Сидіння	1
11	Шестигранна гайка M10	5	36	Подовжувач датчика пульсу 1	2
12	Регульована прокладка	5	37	Подовжувач датчика пульсу 2	2
13	Болт з шестигранною голов-кою M8xL58	4	38	Консоль	1
14	Пружинна шайба D8	8	39	Муфта	1
15	Шайба d8x2xØ25xR39	4	40	Болт з шестигранною голов-кою M6x10	2
16	Овальний ковпачок	2	41	Рукоятка	1
17Л/П	Кривошип	1п.	42	Піновалик	1
18Л/П	Педаль	1 п.	43	Плоска шайба D8×Ø19×1.5	8
19	Болт з шестигранною голов-кою M8x15	8	44	Подовжувач датчика пульсу 3	2
20	Шайба d8×R20	2	45	Датчик пульсу	2
21	Дріт сенсора	1	46	Регульований кронштейн	1
22	Подовжувач	1	47	Захисна кришка	1
23Л/П	Захисна кришка	1 п.	48	Шестигранний болт M6×40	4
24	Гвинт ST4.2×18	4	49	Плоска шайба D6×1.2×Ø16	4
25a/b	Захисна кришка	1 п.	50	Рама сидіння	1

TopTrack_K8719RP-13.indd 7 17.11.2016 11:41:54

ВКАЗІВКИ ПО УСТАНОВЦІ

ПІДГОТОВКА: Перед установкою, впевніться, що ви маєте достатньо вільного простору для розміщення тренажера. Використовуйте набір для збирання, який поставляється з тренажером. Перед установкою обов'язково перевірте наявність всіх необхідних частин.
Наполегливо рекомендується проводити установку тренажера двом або більше особам, щоб запобігти травмуванню.

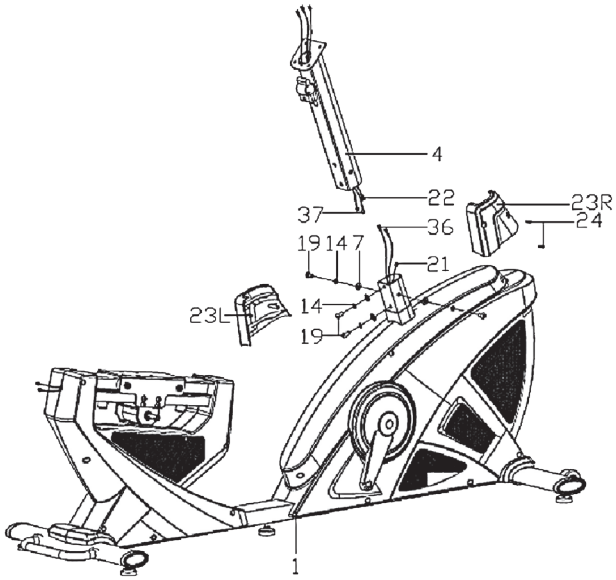
КРОК 1
1: Закріпіть рукоятку (27) до заднього стабілізатора (3) шестигранним болтом (26) та шайбою (20).
2: Закріпіть передній стабілізатор (2) та задній стабілізатор (3) до основної рами (1) болтом з шестигранною головкою (13), пружинною шайбою (14) та шайбою (15).

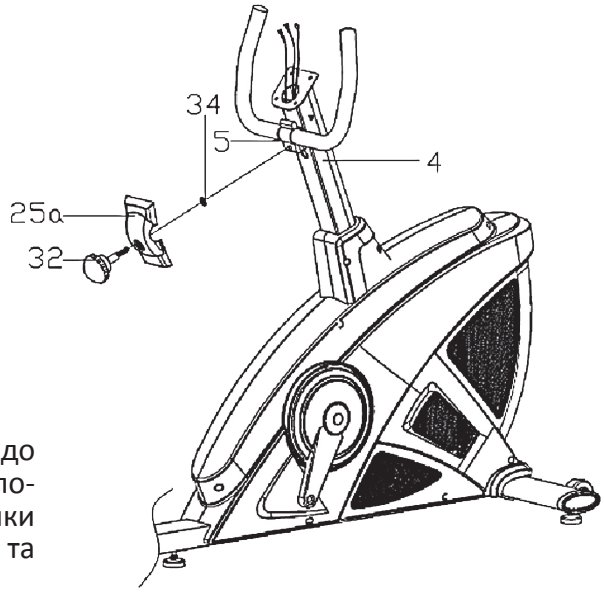


TopTrack_K8719RP-13.indd 8 17.11.2016 11:41:56

КРОК 2

З'єднати дріт сенсора (21) та подовжувач датчика пульсу 1 (36) з подовжувачем (22) та подовжувачем датчика пульсу 2 (37), а потім зафіксуйте стійку рукоятки (4) на основній рамі (1) болтом з шестигранною головкою (19), пружинною шайбою (14) і плоскою шайбою (7). Потім, зафіксуйте захисну кришку (23Л/П) до основної рами (1) за допомогою гвинтів (24).





КРОК 3

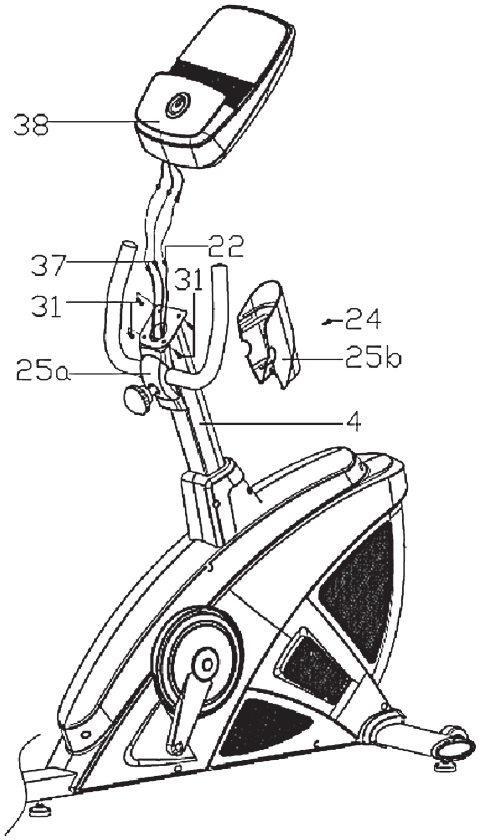
Зафіксуйте рукоятку (5) до стійки рукоятки (4) за допомогою пластикової ручки (32), захисної кришки (25a) та плоскої шайби (34).

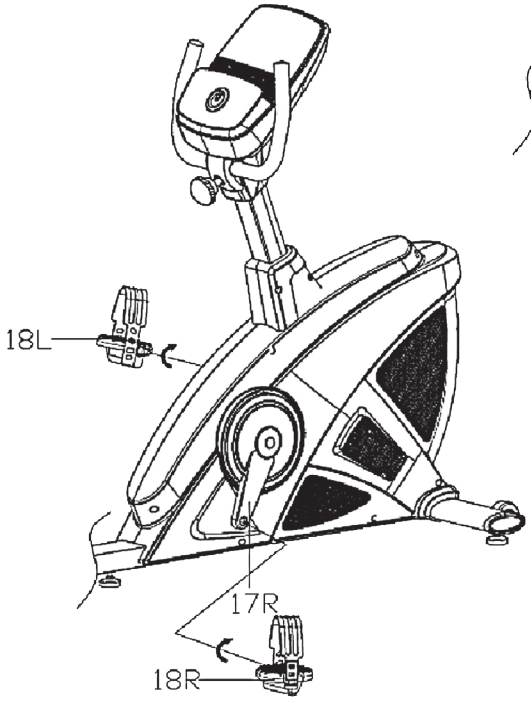
TopTrack_K8719RP-13.indd 9 17.11.2016 11:41:59

КРОК 4

1: З'єднайте подовжувач датчика пульсу 2 (37), подовжувач (22) з дротами консолі (38), потім зафіксуйте консоль (38) на кронштейні консолі стійки рукоятки (4) гвинтами (31).

2: Закріпіть захисну кришку (25a/b) до стійки рукоятки (4) гвинтами (24).





КРОК 5

Закріпіть педаль (18Л/П) до кривошипу (17Л/П) гайковим ключем.

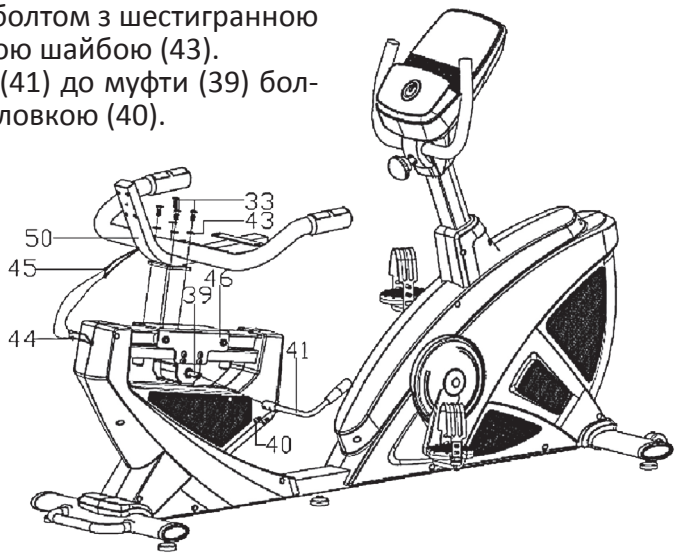
Зверніть увагу: затягнути ліву педаль (18Л) в напрямку проти годинникової стрілки і праву педаль (18П) в напрямку за годинниковою стрілкою та переконайтесь, що педалі щільно закріплені.

TopTrack_K8719RP-13.indd 10 17.11.2016 11:42:03

КРОК 6

1: З'єднайте датчик пульсу (45) з подовжувачем датчика пульсу 3 (44) основної рами (1), потім зафіксуйте раму сидіння (50) на регульований кронштейн (46) болтом з шестигранною головкою (33) та плоскою шайбою (43).

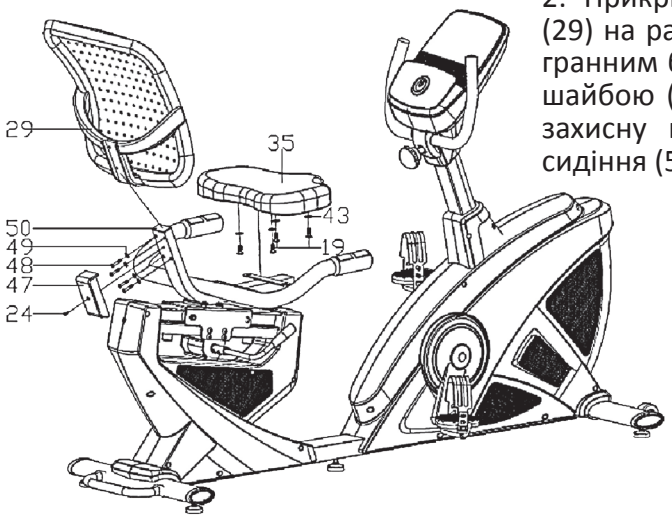
2: Прикріпіть рукоятку (41) до муфти (39) болтом з шестигранною головкою (40).



КРОК 7

1: Зафіксуйте сидіння (35) на рамі сидіння (50) болтом з шестигранною головкою (19) та плоскою шайбою (43).

2: Прикріпіть опору для спини (29) на раму сидіння (50) шестигранним болтом (48) та плоскою шайбою (49), а потім прикріпіть захисну кришку (47) до рами сидіння (50) гвинтами (24).



TopTrack_K8719RP-13.indd 11 17.11.2016 11:42:06

ІНСТРУКЦІЇ ЩОДО ТРЕНУВАННЯ

Використання еліптичного тренажера забезпечить Вам певні переваги: поліпшить вашу фізичну форму, додасть тонусу вашим м'язам і, в поєднанні з низькокалорійною дієтою, допоможе втратити вагу.

1. Розминка

На даному етапі посилюється циркуляція крові в організмі, внаслідок чого розігріваються м`язи, що знижує ризик можливості одержання травм зв'язок та м'язових волокон. Для розігріву рекомендується зробити декілька вправ на розтяжку, як показано на малюнках нижче. Кожну вправу рекомендується виконувати протягом приблизно 30 секунд. Якщо під час виконання вправ Ви відчуєте біль або у Вас виникли неприємні відчуття, то припиніть розминку.

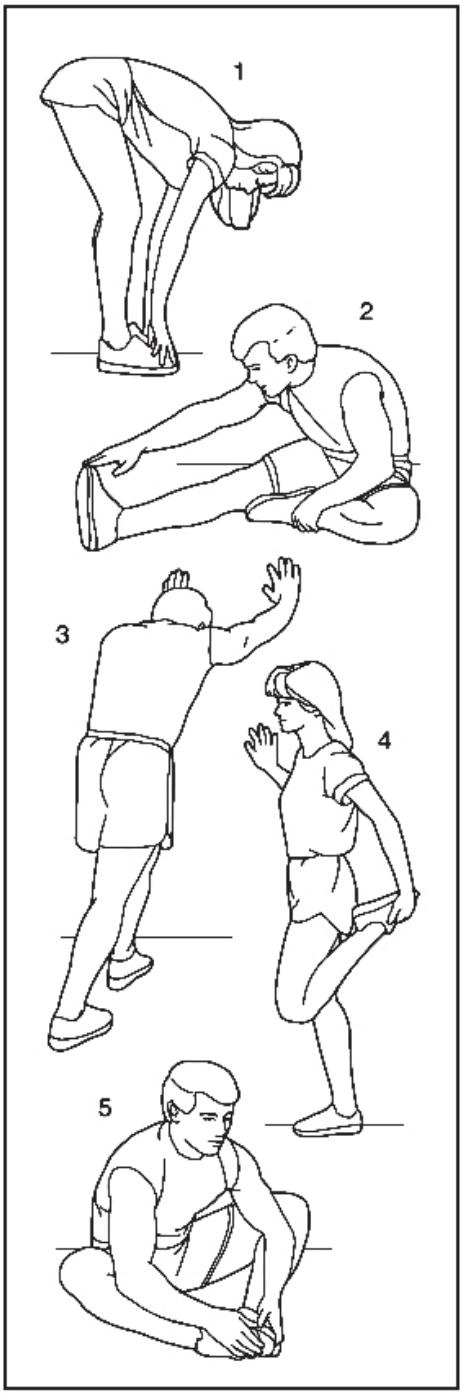
2. Тренування

Цей етап вимагає від Вас найбільших зусиль. Виберіть свій темп, але пам`ятайте, що вкрай важливо під час тренування підтримувати його постійним. Навантаження має бути таке, щоб вимірювана частота серцевих скорочень попадала в цільову зону, показану на графіку сірим кольором.

3. Приведення організму у нормальний стан

На цьому етапі Ваша серцево-судинна система та м`язи повертаються в нормальний стан. Необхідно виконати декілька вправ на розтяжку протягом 5 хвилин, поступово знижуючи темп, і уникаючи різких рухів.

Кількість тренувань і навантаження потрібно збільшувати потроху. Рекомендується тренуватися, не менше 3 разів на тиждень, при цьому необхідно рівномірно розподіляти тренування протягом всього тижня.



TopTrack_K8719RP-13.indd 12 17.11.2016 11:42:08

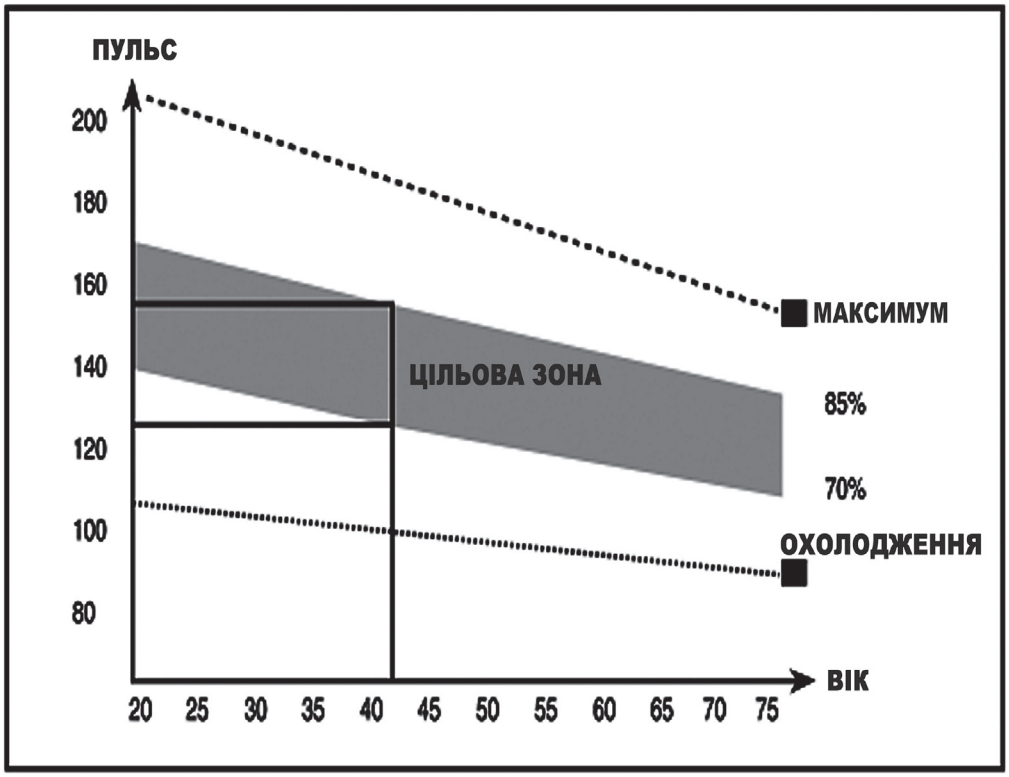
4. Тонізування м’язів

Для того, щоб підвищити тонус ваших м’язів під час тренування на велотренажері, необхідно, щоб рівень опору був високим. Це змусить ваші м’язи сильніше напружуватися, та може визначити, чи можете ви тренуватися так довго, як ви того забажаєте.

Якщо ви також намагаєтеся покращити свій фізичний стан, можливо, необхідно доповнити програму тренувань. Ви маєте виконувати звичайні вправи під час розминки та після закінчення тренування, але наприкінці стадії тренувань ви повинні збільшити опір, що змусить більш напружено працювати ваші ноги. Вам потрібно буде знизити швидкість для того, щоб утримувати пульс в цільовій зоні.

5. Втрата ваги

Тут головним фактором є тривалість тренування та кількість сили та енергії, котре Ви в нього вкладаєте: **чим довше та енергійніше Ви тренуєтесь,тим більше спалюється калорій.**



Ця стадія повинна тривати якнайменше 12 хвилин, хоча більшість користувачів починають з 15-20 хвилин.

TopTrack_K8719RP-13.indd 13 17.11.2016 11:42:10

ЗАХОДИ БЕЗПЕКИ ПІД ЧАС ВИКОРИСТАННЯ ТРЕНАЖЕРА

Будь ласка, уважно прочитайте цей документ перед збиранням та початком використання тренажера. Ознайомлення з данним документом обов'язкове для всіх користувачів тренажера.

Виконання вправ дозволяється проводити при наявності в приміщенні не менше ніж двох осіб. Забороняється виконувати вправи на одному тренажері більш ніж одній людині одночасно, крім випадків підстрахування та тренування на багатопозиційних станціях.

Забороняється проводити заняття на несправному обладнанні. Забороняється вносити зміни в конструкцію тренажера. Безпечне та ефективне тренування на тренажері можливе лише за умови правильного збирання та своєчасного і регулярного догляду за тренажером.

Перед початком використання проконсультуйтесь з лікарем, щодо безпечності тренувань на данному тренажері для вашого здоров'я. А також для визначення фізичних особливостей Вашого організму, які можуть викликати ризик для Вашого здоров'я та безпеки, або не дозволять ефективно використовувати тренажер. Консультація лікаря особливо необхідна втих випадках, коли Ви приймаєте медикаменти, які впливають на рівень серцебиття, кров'яного тиску та рівень холестерину. Слідкуйте за реакцією свого організму!

Неправильне використання тренажера або надмірні навантаження можуть спричинити шкоду Вашему здоров'ю. Припиніть тренування, якщо Ви відчуваєте наступні симптоми: біль, тиск у грудях, порушення серцебиття або дихання, слабкість або запаморочення. Не допускайте дітей та тварин до тренажера. Тренажер призначен виключно для дорослих людей.

Перед кожним використанням перевірте технічний стан та справність тренажера, зокрема необхідно впевнитись в надійному кріпленні всіх гвинтів та з'єднань.

ЗБЕРІГАННЯ ТРЕНАЖЕРА

УВАГА!

Тренажер розраховано на постійне використання за призначенням (з урахуванням обмежень, визначених даним документом) після його збирання. Враховуючи цей факт, не рекомендується тривалий час (понад 30 календарних діб) залишати тренажер без використання.

Під час простою тренажера, дія природних (фізичних) факторів може призвести до втрати зовнішнього вигляду, неправильної роботи окремих частин та механізмів і, як наслідок - поламки. У зв'язку з викладеним вище, усунення поламок, викликаних тривалим невикористанням тренажера, а також приведення тренажера у робочий стан після тривалого простою не входить до гарантійного ремонту (обслуговування) тренажера.

TopTrack_K8719RP-13.indd 14 17.11.2016 11:42:12

У випадку, якщо обставини вимагають тривалого невикористання тренажера, рекомендуємо дотримуватись наступних умов зберігання (перелік умов зберігання не є вичерпним):

• розмістити тренажер в закритому, теплому, сухому приміщенні, захищенному від прямих сонячних променів;

• захиситити тренажер від дії зовнішних факторів (пил, бризки води, тощо) великим поліетиленовим пакетом, залишивши при цьому місця для вільної циркуляції повітря;

• прийняти всі інші заходи для збереження зовнішнього вигляду та властивостей тренажера під час зберігання;

• хромовані деталі мають бути законсервовані консистентним мастилом.

Під час зняття тренажера зі зберігання та початку його експлуатації дотримуйтесь наступних рекомендацій:

• звільніть тренажер від захисних матеріалів (поліетилен, папір, тощо);

• видаліть з поверхні тренажера пил та інші забруднення;

• перевірте надійність всіх з'єднань тренажера;

• видаліть з поверхні тренажера всю змазку, яка використовувалася для консервації;

• на початку роботи тренажера використовуйте режим мінімального навантаження та перевірте справну та злагоджену роботу всіх систем тренажера;

• забезпечте можливість роботи тренажера з мінімальним навантаженням протягом, не менш, 20 хвилин.

ТРАНСПОРТУВАННЯ

Транспортування тренажера здійснюється в тому вигляді, у якому він перебував на час постачання виробником (зібраний або розібраний) в картонній коробці. Спосіб упаковки має відповідати такому, який був до розпакування тренажера. Транспортування має здійснюватись таким чином, щоб захистити тренажер в упаковці від впливу зовнішніх факторів (дощ, сніг, сонячні промені, вода, вологість, тощо).

УТИЛІЗАЦІЯ

Після закінчення терміну використання тренажера, окремі його складові частини та механізми містять загрозу для людей та навколишнього середовища. Тому, у випадку прийняття Вами рішення про утилізацію, зверніться до виробника тренажерів або спеціалізованих організацій.

ГАРАНТІЙНЕ ОБСЛУГОВУВАННЯ

Виробник (постачальник) гарантує можливість використання товару за призначенням протягом терміну служби (за умови проведення у разі потреби післягарантійного технічного обслуговування або ремонту за рахунок споживача), а якщо такий термін не встановлюється - протягом 10 років.

Термін служби (придатності) товару припиняється у разі:

• внесення у конструкцію товару змін та здійснення доробок, а також використання вузлів, деталей, комплектуючих виробів, не передбачених нормативними документами;

• використання не за призначенням;

• пошкодження споживачем;

• порушення споживачем правил експлуатації товару.

ТЕХНІЧНЕ ОБСЛУГОВУВАННЯ

TopTrack_K8719RP-13.indd 15 17.11.2016 11:42:13

ГАРАНТІЙНИЙ ТАЛОН

Продавець_____
Ідентифікаційний код згідно з
ЄДРПОУ_____
ГАРАНТІЙНІ ЗОБОВ`ЯЗАННЯ

_____

_____

(Найменування товару згідно з нормативним документом, марка - заповнює виробник (продавець)
Заводський номер_____Дата виготовлення_____

_____

_____

(Прізвище, ім'я, по батькові відповідальної особи виробника (продавця), підпис, М.П.)
Продавець_____
(Найменування підприємства, організації, юридична адреса)
Дата продажу_____Ціна_____

_____

_____

(Прізвище, ім'я, по батькові відповідальної особи продавця, підпис, М.П.)
Товар прийнято на гарантійне обслуговування:

_____

_____

(Найменування підприємства - виконавця робіт з гарантійного обслуговування, юридична адреса)

Увага! Тренажер приймається в гарантійне обслуговування тільки в заводській упаковці! Зберігайте упаковку протягом усього гарантійного терміну! На тренажери які транспортуються не в заводській упаковці не поширюються гарантійні зобов'язання.

TopTrack_K8719RP-13.indd 16 17.11.2016 11:42:15

ГАРАНТІЙНИЙ ТАЛОН

Продавець_____
Ідентифікаційний код згідно з
ЄДРПОУ_____
ГАРАНТІЙНІ ЗОБОВ`ЯЗАННЯ

_____

_____

(Найменування товару згідно з нормативним документом, марка - заповнює виробник (продавець)
Заводський номер_____Дата виготовлення_____

_____

_____

(Прізвище, ім'я, по батькові відповідальної особи виробника (продавця), підпис, М.П.)
Продавець_____
(Найменування підприємства, організації, юридична адреса)
Дата продажу_____Ціна_____

_____

_____

(Прізвище, ім'я, по батькові відповідальної особи продавця, підпис, М.П.)
Товар прийнято на гарантійне обслуговування:

_____

_____

(Найменування підприємства - виконавця робіт з гарантійного обслуговування, юридична адреса)

Увага! Тренажер приймається в гарантійне обслуговування тільки в заводській упаковці! Зберігайте упаковку протягом усього гарантійного терміну! На тренажери які транспортуються не в заводській упаковці не поширюються гарантійні зобов'язання.

TopTrack_K8719RP-13.indd 17 17.11.2016 11:42:16

ОБЛІК РОБІТ З ТЕХНІЧНОГО ОБЛУГОВУВАННЯ ТА ГАРАНТІЙНОГО РЕМОНТУ

Дата	Опис недоліків	Зміст виконаної роботи, найменування і тип замінених комплектуючих виробів, складових частин	Підпис виконавця

Примітка. Додатково вноситься інформація про роботи, які виконані з метою запобігання пожежі.

Гарантійний термін експлуатації подовжено
до «_____»_____20___р.
«_____»_____20___р.

(Прізвище, ім'я, по батькові відповідальної особи виконавця, підпис)

Товар уцінено (дата і номер опису-акта уцінення товару):
_____
Нова ціна (сума словами):
_____гривень

TopTrack_K8719RP-13.indd 18 17.11.2016 11:42:18

У ВИПАДКУ НЕСПРАВНОСТІ ТРЕНАЖЕРА, ПОКУПЕЦЬ МАЄ ПРАВО ЗВЕРНУТИСЯ БЕЗПОСЕРЕДНЬОГО ДО ПРОДАВЦЯ ТРЕНАЖЕРІВ ІЗ ЗАЯВОЮ, ЯКА МАЄ МІСТИТИ ДЕТАЛЬНИЙ ОПИС ОЗНАК, ПРИЧИН НЕСПРАВНОСТІ, СИТУАЦІЇ ПРИ ЯКІЙ ВИНИКЛА НЕСПРАВНІСТЬ, ХАРАКТЕРУ ТА МІСЦЯ ВИКОРИСТАННЯ ТРЕНАЖЕРА, А ТАКОЖ ІНФОРМАЦІЮ ПРО ДАТУ, МІСЦЕ КУПІВЛІ ТРЕНАЖЕРА, ІДЕНТИФІКАЦІЙНІ ДАННІ ПОКУПЦЯ, МІСЦЕ ЙОГО ЗНАХОДЖЕННЯ, КОНТАКТНИЙ ТЕЛЕФОН.
ДО ЗАЯВИ ДОДАЮТЬСЯ ЧЕК ПРО КУПІВЛЮ ТОВАРУ ТА КЕРІВНИЦТВО З ЕКСПЛУАТАЦІЇ НА ТОВАР.

АДРЕСА ЦЕНТРАЛЬНОГО СЕРВІСНОГО ЦЕНТРУ
Україна, Київська область, м. Буча, вул. Інститутська, 17-Б,
телефон +38 044 391 33 44

Примітки:

TopTrack_K8719RP-13.indd 19 17.11.2016 11:42:20







ТОВ «ТОРГОВИЙ ДІМ «СПОРТ»

Група компаній «Інтер Атлетика»

Головний офіс:

08292, Україна, м. Буча, вул. Інститутська, 17-Б

тел./факс: +38 (044) 391-3344, 391-3121

Виставковий центр:

04119, Україна, м. Київ, вул. Мельникова, 48

тел./факс: +38 (044) 592-0044

www.shop.interatletika.com
e-mail: opt@interatletika.com