KETTLER

# Эллиптический эргометр CTR3

## Руководство пользователя

Модель № 7862-700




KETTLER

FREIZEIT MARKE KETTLER

Посетите наш веб-сайт:

www.kettler.ru

## Дорогой покупатель!

***Поздравляем с удачным приобретением!***

***Вы приобрели современный тренажер, который очень скоро станет Вашим лучшим другом.***

***Эллиптический эргометр CTR3 сочетает в себе передовые технологии и современный дизайн. Занятия на этом тренажере в уютной домашней обстановке помогут Вам приобрести хорошую физическую форму и укрепить сердечно-сосудистую систему.***

***Уверены, что данная модель удовлетворит всем Вашим запросам!***

**Прежде чем начать пользоваться тренажером изучите настоящее руководство и сохраните его для дальнейшего использования.**

**Это поможет быстро настроить тренажер для занятий и использовать его правильно и безопасно.**

## Внимание!

Настоятельно рекомендуем Вам перед тем как приступить к тренировкам, пройти полное медицинское обследование, особенно если у Вас есть наследственная предрасположенность к повышенному давлению или заболеваниям сердечно-сосудистой системы, если Вы старше 45 лет, если Вы курите, если у Вас повышен уровень холестерина, если Вы страдаете ожирением или в течение последнего года не занимались регулярно спортом.

Если во время тренировки Вы почувствуете слабость, головокружение, одышку или боль, немедленно прекратите занятия.

*По вопросам качества и комплектности тренажера обращайтесь к специализированному продавцу*

## СОДЕРЖАНИЕ


**1 Транспортировка тренажера 2**

**2 Условия хранения 2**

**3 Меры предосторожности 2**

**4 Перед тем как начать тренировку 2**

**5 Инструкции по сборке 3**
5.1 Размеры крепежного материала 3
5.2 Список деталей 4
5.3 Сборка тренажера 6

**6 Настройка и подключение тренажера 12**

**7 Схема сборки 13**
7.1 Список запчастей 14

**8 Тренировочный компьютер 15**
8.1 Краткое описание 15
8.2 Краткие инструкции 16
8.3 Быстрый старт (для ознакомления) 19
8.4 Тренировка 20
8.4.1 Тренировка с установкой нагрузки 20
8.4.2 Пульсозависимые тренировки. 22
8.5 Индикация во время тренировки 23
8.6 Функция ФИТНЕС-ТЕСТ (Recovery) 25
8.7 Входные данные и функции 25
8.8 Отображение пульса 25
8.9 Индивидуальные установки 26
8.10 Общие инструкции 27
8.11 Инструкции по тренировкам 28
8.11.1 Основные параметры для кардиотренировок 28
8.11.2 Интенсивность тренировок 28
8.11.3 Режим тренировок 28
8.11.4 Разминка 28
8.11.5 Заминка 28
8.12 Словарь 28

**Технические характеристики модели 7862-700 31**

## 1. Транспортировка тренажера

- Тренажер должен транспортироваться только в заводской упаковке.
- Заводская упаковка не должна быть нарушена.
- При перевозке тренажера он должен быть защищен от дождя, влажности и других атмосферных воздействий.
- Рекомендуем Вам сохранить оригинальную упаковку в случае, если Вам понадобится в дальнейшем перевозить тренажер.
- Транспортировка тренажера допустима только в разобранном виде.
- В тренажере есть электронные компоненты, поэтому во время транспортировки избегайте тряски и ударов.

## 2. Условия хранения

- Тренажер рекомендуется использовать только в помещении.
- Не допускается устанавливать тренажер в неотапливаемом помещении (например, в гараже, на складе, в летних строениях), а также в пыльных и сырых помещениях.
- Убедитесь, что никакие механизмы тренажера не контактируют с водой.
- Допустимый температурный режим от +10 до +35
- Допустимая влажность 5-75%.
- Нельзя использовать тренажер вблизи мест, где происходит распыление аэрозолей

## 3. Меры предосторожности

- Тренажер должен использоваться только по назначению, то есть для физических тренировок взрослых людей.
- Любое другое использование устройства запрещено и может быть опасно. Изготовитель не несет ответственности за любые повреждения или травмы, вызванные нецелевым использованием устройства.
- Тренажер предназначен для использования взрослыми людьми, и детям до 10 лет нельзя играть с ним. Дети при игре ведут себя непредсказуемо, и могут возникнуть опасные ситуации, за которые производитель не несет ответственности. Если, несмотря на это, детям будет позволено тренироваться, проинструктируйте их о правилах пользования оборудованием и проконтролируйте соблюдение последних.
- Тренажер был разработан в соответствии с самыми современными стандартами безопасности.
- Не используйте коррозийные или абразивные материалы для чистки изделия.
- Неправильный ремонт и изменение конструкции изделия (например, удаление или замена оригинальных деталей) могут быть опасны.
- Использование изделия с неисправностями может быть опасно или уменьшить срок службы изделия. По этой причине, изношенные или поврежденные узлы должны быть заменены, и только после этого допускается возобновление эксплуатации изделия. Используйте только оригинальные запасные части KETTLER.
- Для поддержания гарантированных стандартов безопасности, изделие должно регулярно (раз в год) обслуживаться в авторизованных сервис-центрах.
- Не устанавливайте тренажер вблизи проходов, в коридорах и в дверных проемах
- При регулярной эксплуатации изделия, проверяйте исправность его узлов и деталей каждые 1-2 месяца. Обратите особое внимание на надежность затяжки резьбовых соединений. Устанавливайте тренажер, оставляя за ним 0,5 м свободного пространства и по 0,5 м спереди и с боков.
- Не следует держать источники мощного электромагнитного излучения (например, мобильные телефоны) рядом с электронными измерительными устройствами тренажера, т.к. это может привести к искажению отображаемых данных (например, пульс).
- Для тренировки надевайте соответствующую спортивную одежду и обувь. Одежда не должна быть слишком широкой, чтобы ее свободные концы не попали в подвижные части тренажера.
- **Выбирайте программу тренировок, основываясь на рекомендациях, данных Вам врачом. Неправильное или чрезмерно интенсивное выполнение упражнений может повредить Вашему здоровью!**

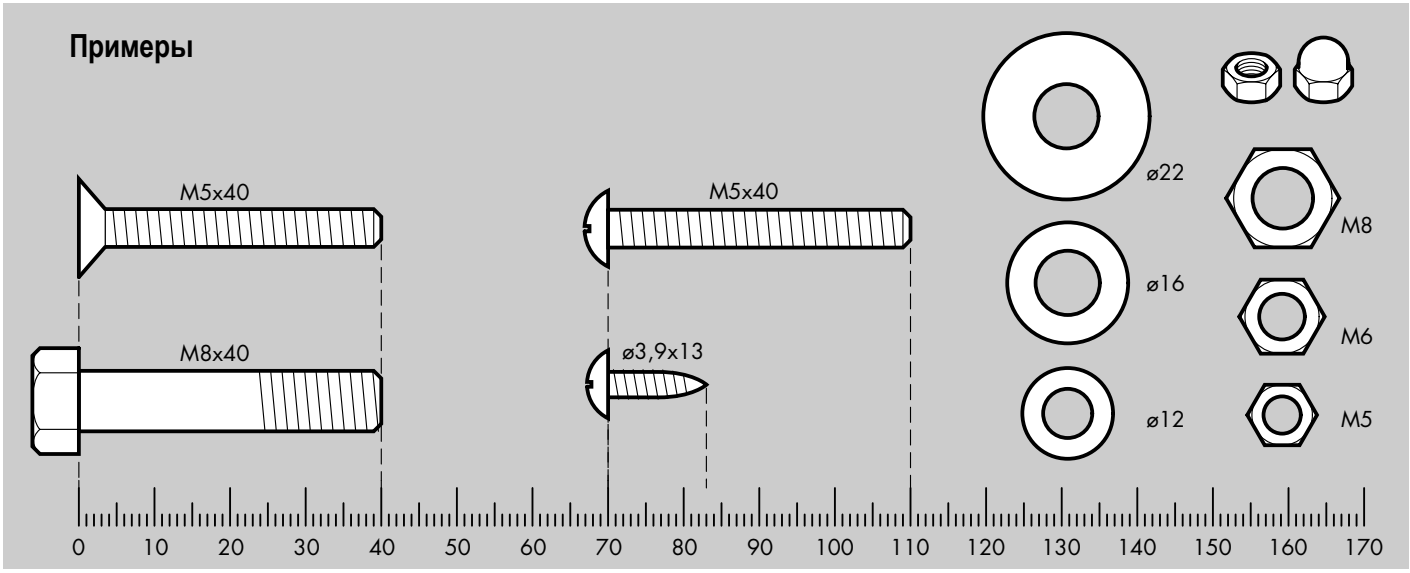
## 4. Перед тем как начать тренировку

- Перед началом первых тренировок, ознакомьтесь со всеми функциями и настройками тренажера.
- Перед использованием тренажера всегда проверяйте надежность соединений.
- Тренажер оснащен магнитной системой нагружения. Небольшой шум при вращении маховика является свойством конструкции тренажера и не оказывает никакого влияния на эксплуатацию изделия. Возможное появление шума при смене направления вращения маховика является технической особенностью устройства и абсолютно безопасно.
- Тренажер соответствует международному стандарту DIN EN 957 - 1/9, class HB, и может использоваться в медицинских целях.

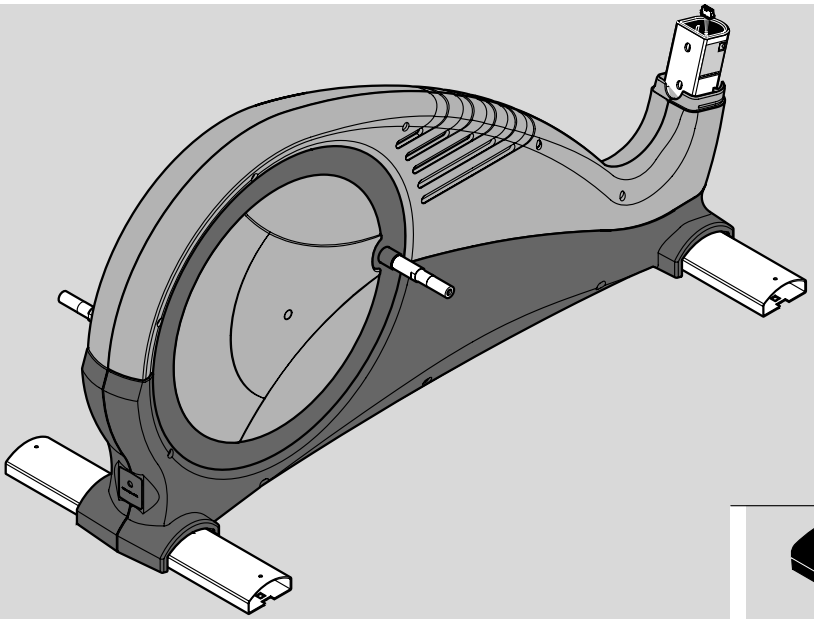
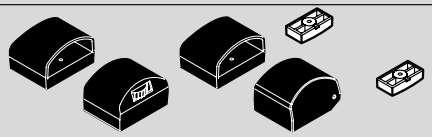
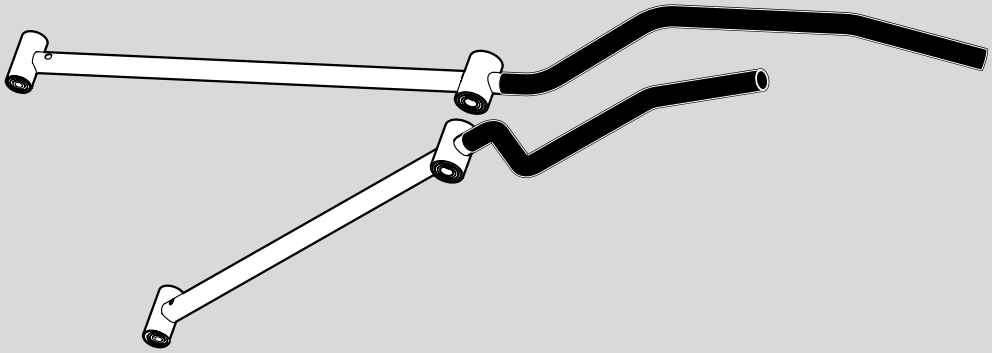
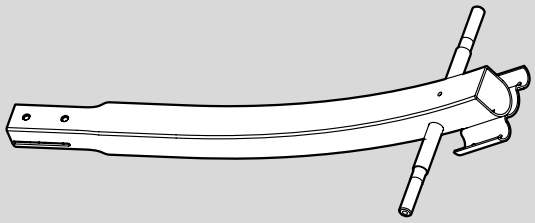
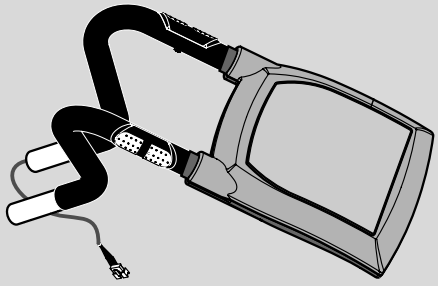
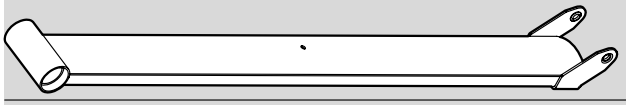
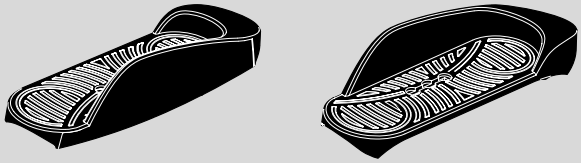
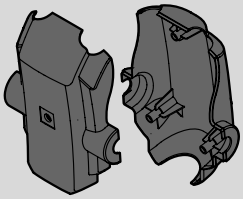
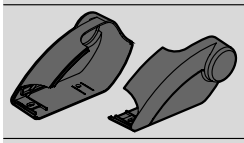
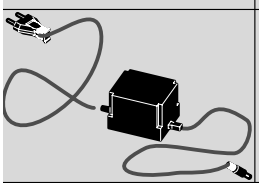
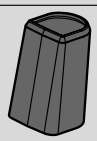
## 5. Инструкции по сборке

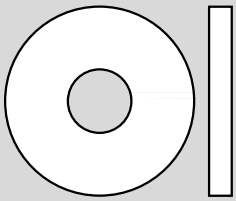
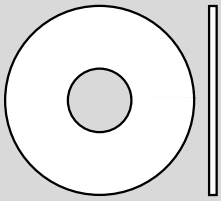
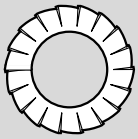
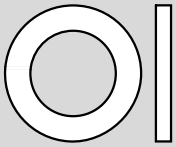
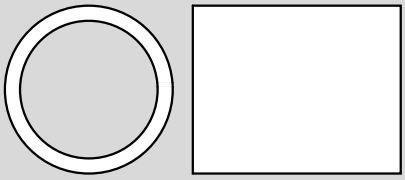
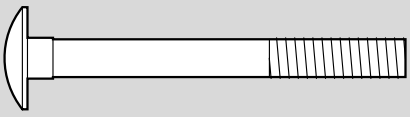
- Перед сборкой оборудования тщательно изучите рисунки. Выполняйте действия в последовательности, показанной на рисунках.
- Убедитесь, что все детали изделия имеются в наличии (см. раздел "Список деталей") и что они не повреждены.
- Будьте осторожны при сборке механизма, во избежание получения травмы.
- Убедитесь, что Ваше рабочее место свободно от возможных источников опасности. Не разбрасывайте инструменты вокруг. Всегда убирайте упаковочные материалы, чтобы они не могли причинить никакого вреда.
- Крепежный материал, необходимый для каждого шага сборки, показан во вставке внизу рисунка. Используйте крепежный материал согласно инструкции. Необходимый инструмент прилагается в комплекте к тренажеру.
- Сначала соберите все компоненты, неплотно прикрутив гайки, и проверьте, что вся конструкция собрана правильно. После этого закрутите контргайки вручную, пока не почувствуете сопротивление, затем используйте гаечный ключ для затяжки соединения (устройство блокировки). Проверьте, что все резьбовые соединения затянуты. **Внимание:** если контргайка была отвинчена, она больше не может использоваться (устройство блокировки повреждено) и должна быть заменена.

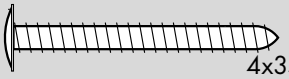
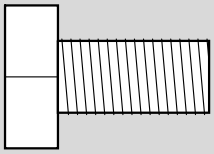
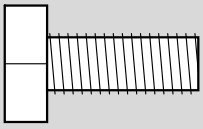
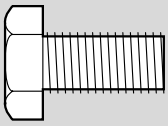
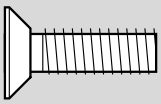
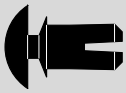
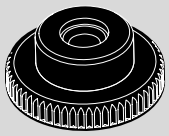
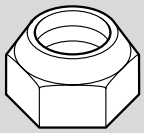
### 5.1 Размеры крепежного материала

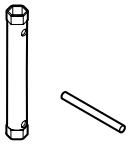
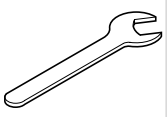
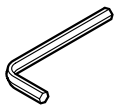


## 5.2 Список деталей

| | Кол. | |
|---|---|---|
|  | 1 | |
|  | 1 | |
|  | 1 | |
|  | 1 | |
|  | 1 | |
|  | 2 | |
|  | 1/1 | |
|  | 1/1 | |
|  | 2/2 | |
|  | 2/2 | |
|  | 2/2 | |
|  | 2/2 | |
|  | 1 | |
|  | 1 | |
|  | 1 | |
|  | 2/2 | |

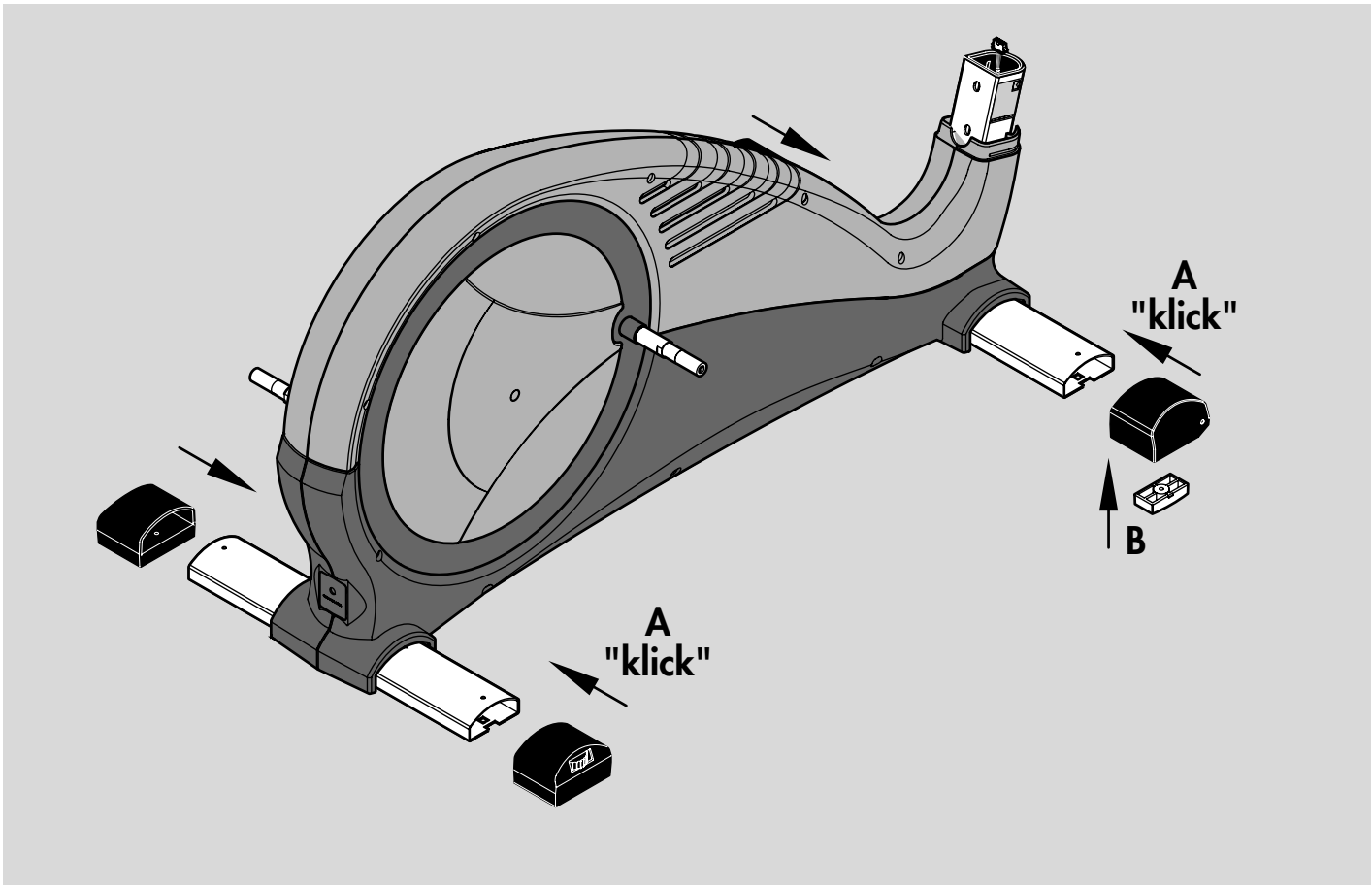
| | | |
|---|---|---|
|  | ø25x8,4x3 | **2** |
|  | ø25x8,4x1 | **2** |
|  | M10 | **4** |
|  | ø18x11,3 | **4** |
|  | ø12,5x6,4 | **2** |
|  | ø22,2x27,5 | **2** |
|  | M10x105 | **2** |
|  | M6x50 | **2** |

| | | |
|---|---|---|
|  | 4x35 | **3** |
|  | M10x20 | **4** |
|  | M8x20 | **2** |
|  | M8x16 | **2** |
|  | 3,9x9,5 | **8** |
|  | M6x20 | **4** |
|  | M6x9,5 | **9** |
|  | M6 | **2** |
|  | M10 | **2** |

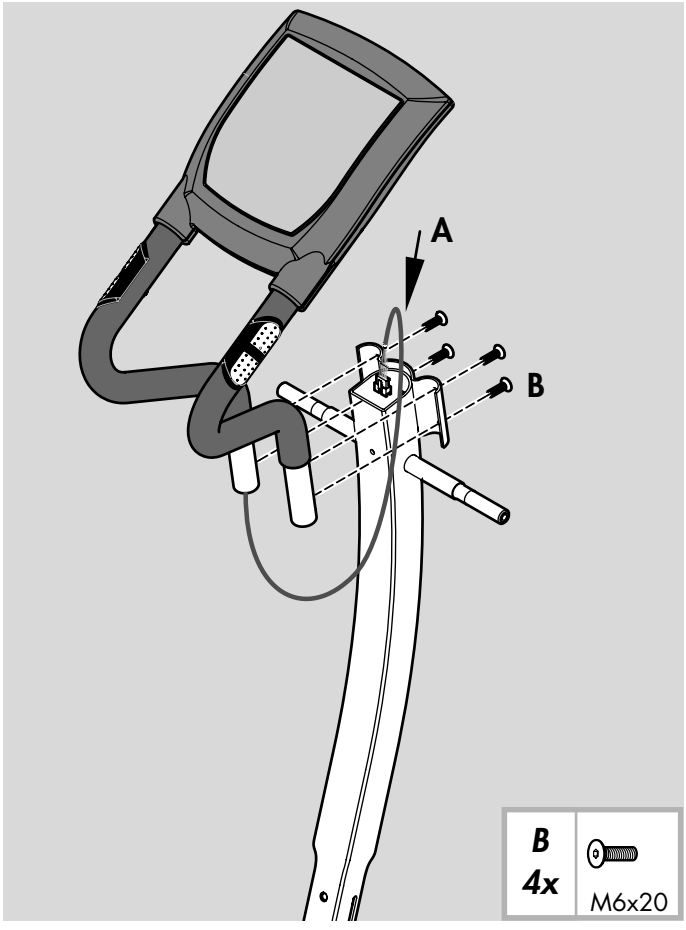
| | | |
|---|---|---|
|  |  |  |
| SW 10/13 | SW 17 **2x** | SW 4 |

## 5.3 Сборка тренажера

### 1



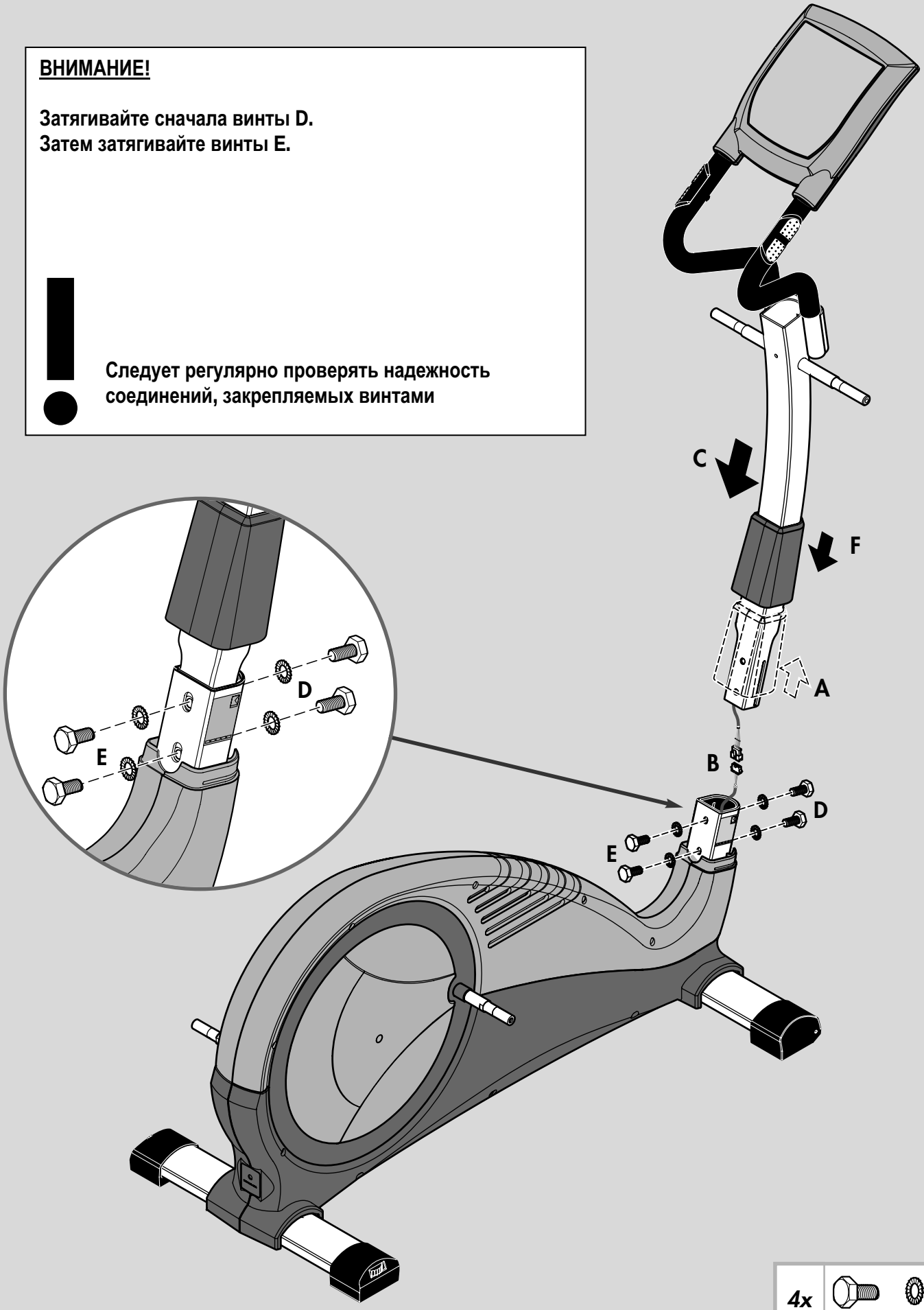

### 2



**ВНИМАНИЕ!**

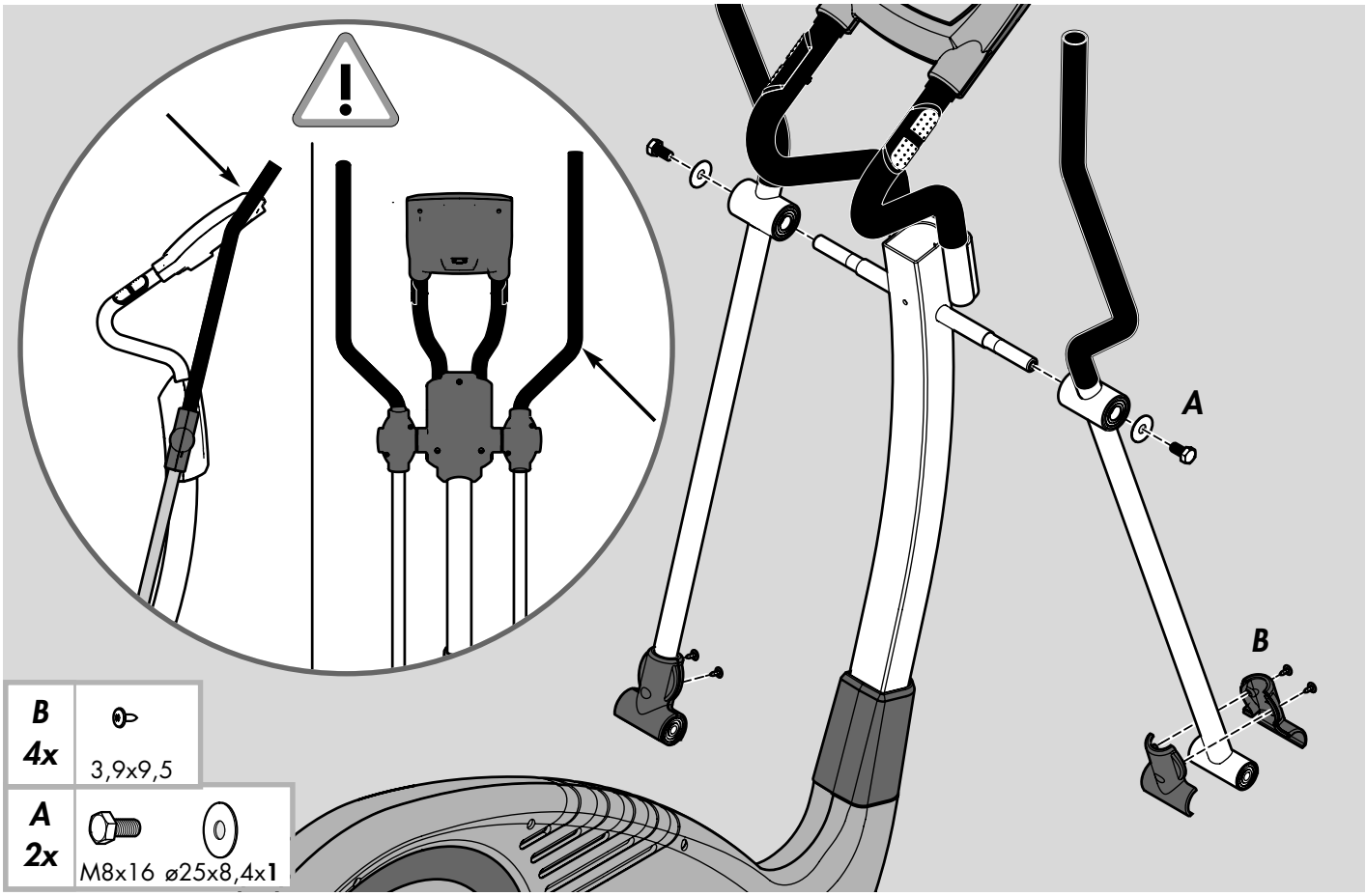
**Затягивайте сначала винты D.**
**Затем затягивайте винты E.**

**Следует регулярно проверять надежность соединений, закрепляемых винтами**

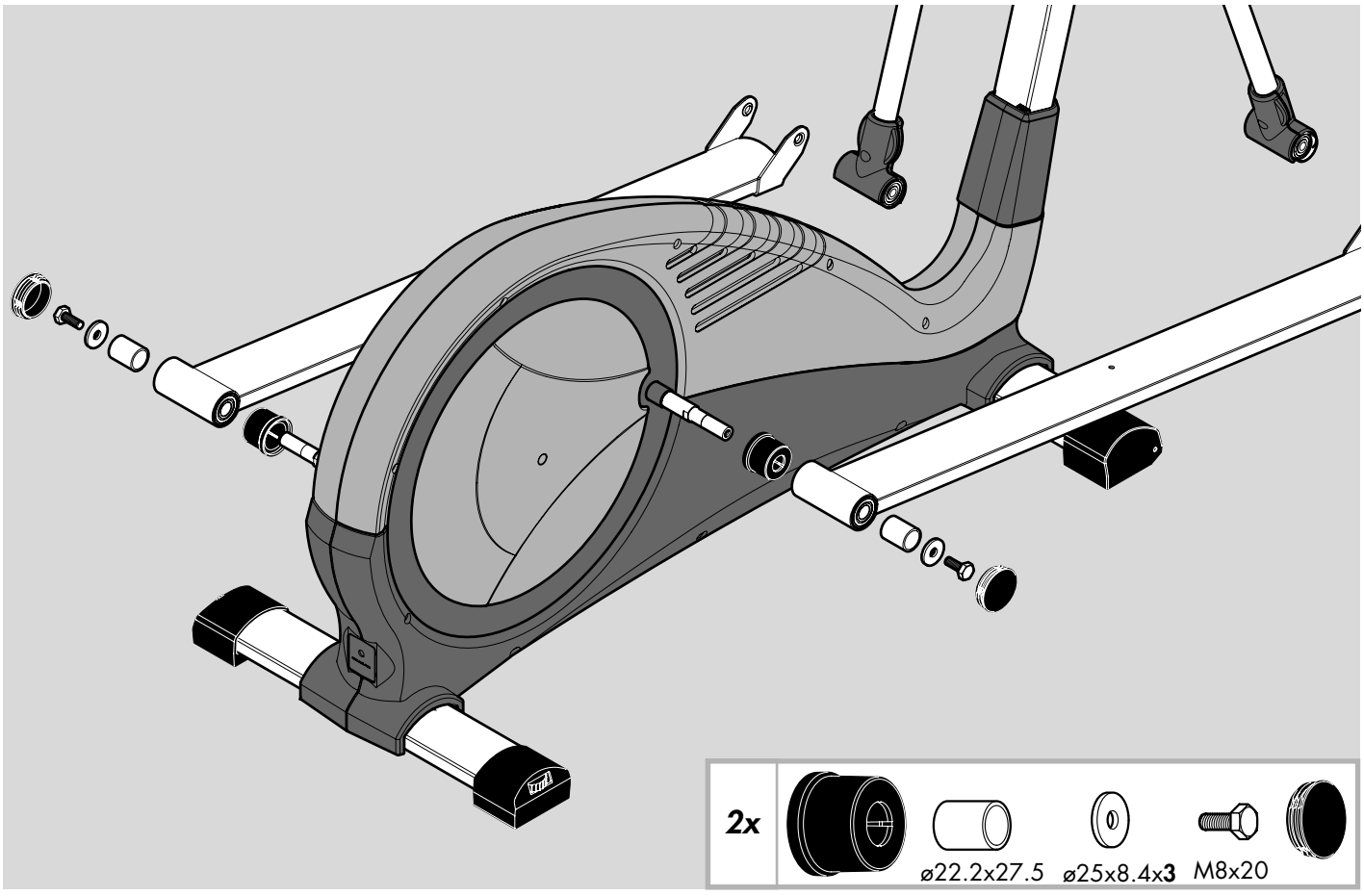



| | | |
|---|---|---|
| 4x | | M10x20 M10 |

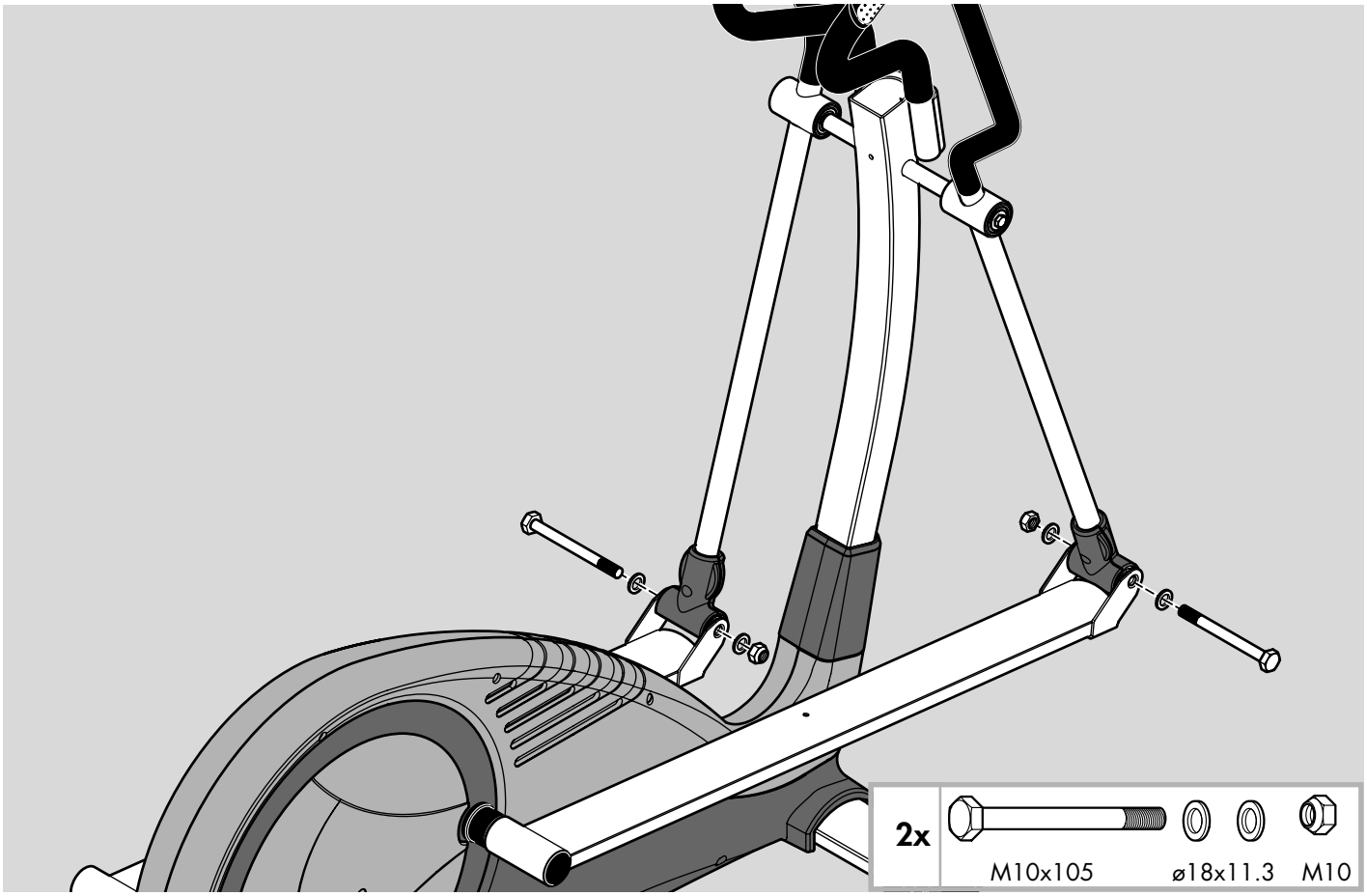
## 4



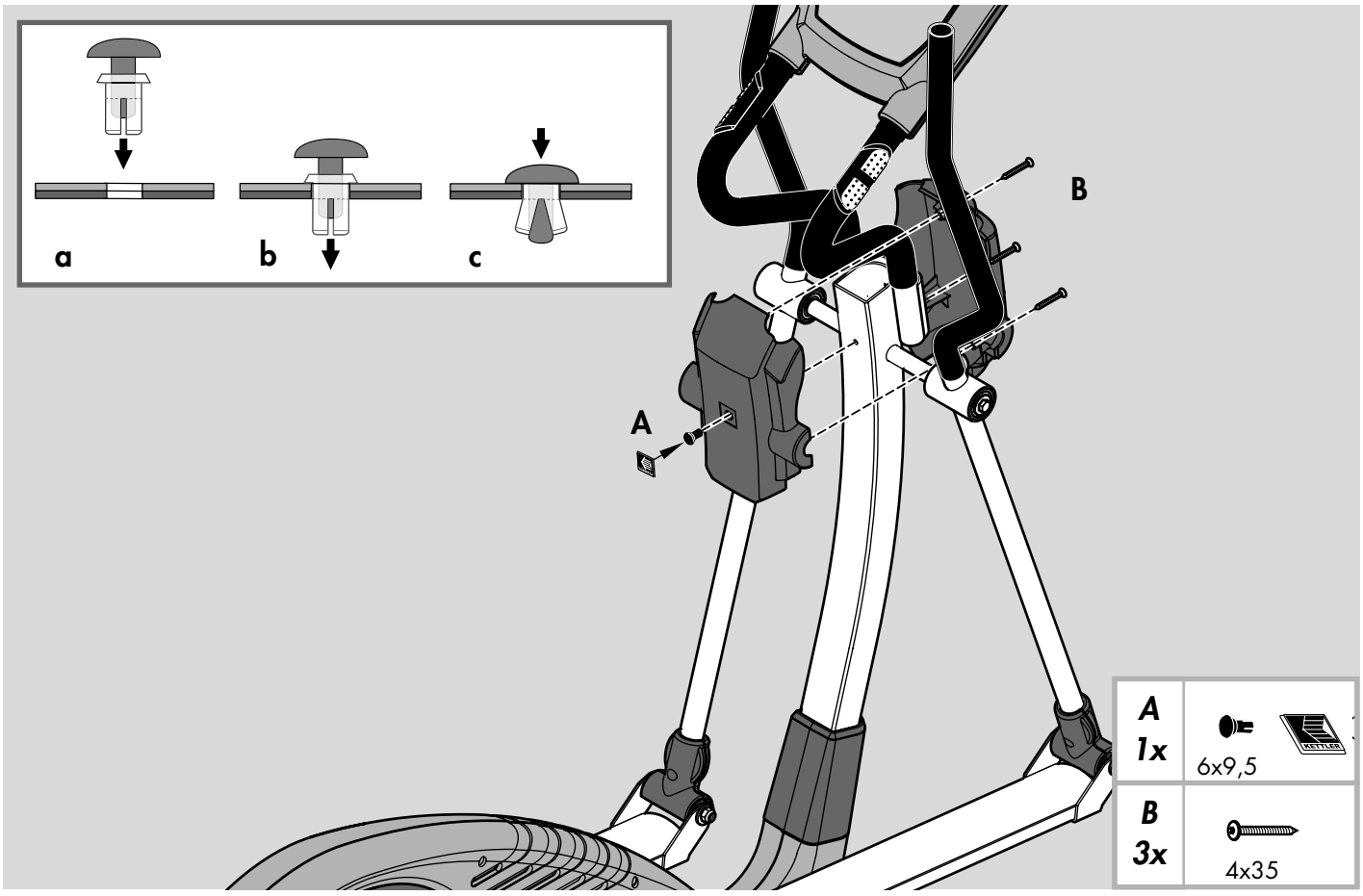

## 5



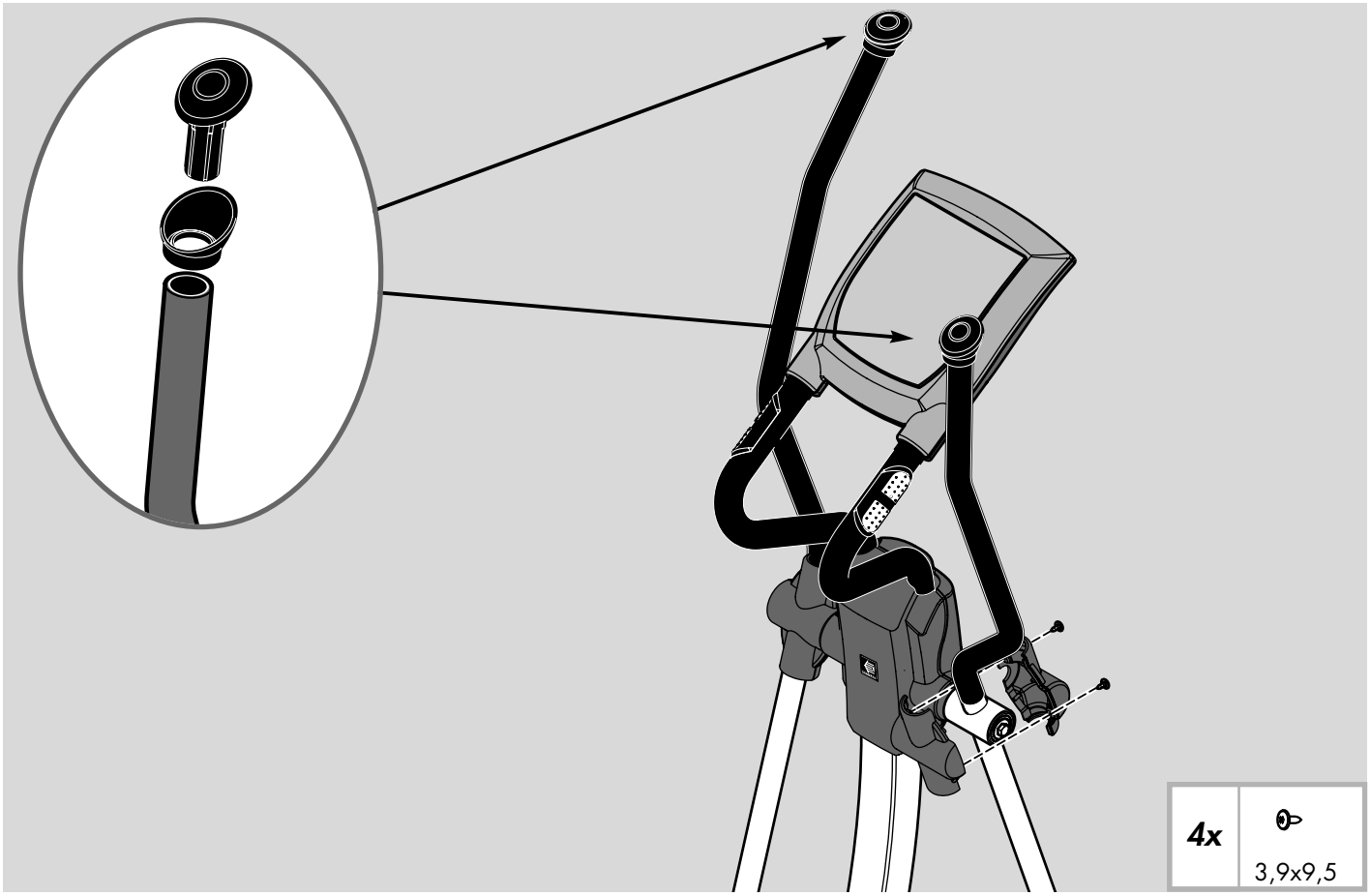
## 6




## 7

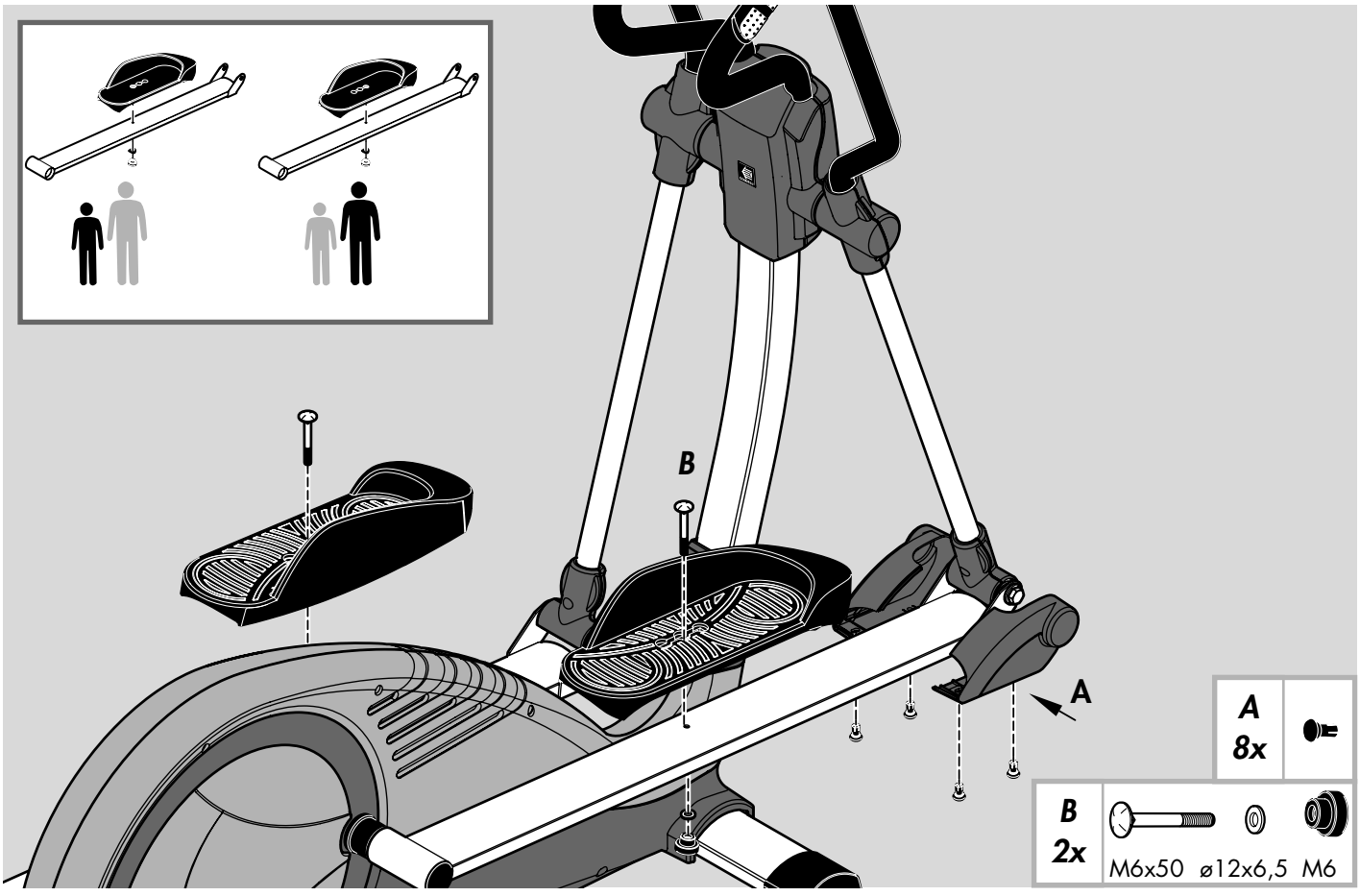


## 8



| | |
|---|---|
| 4x | 3,9x9,5 |

## 9

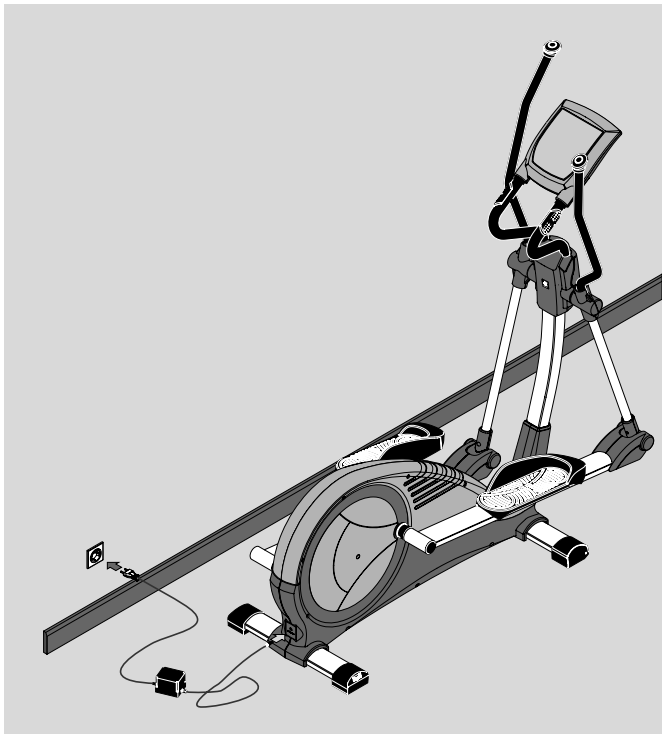



| | |
|---|---|
| A 8x | |
| B 2x | M6x50 ø12x6,5 M6 |

## Для изделий с внешним источником питания

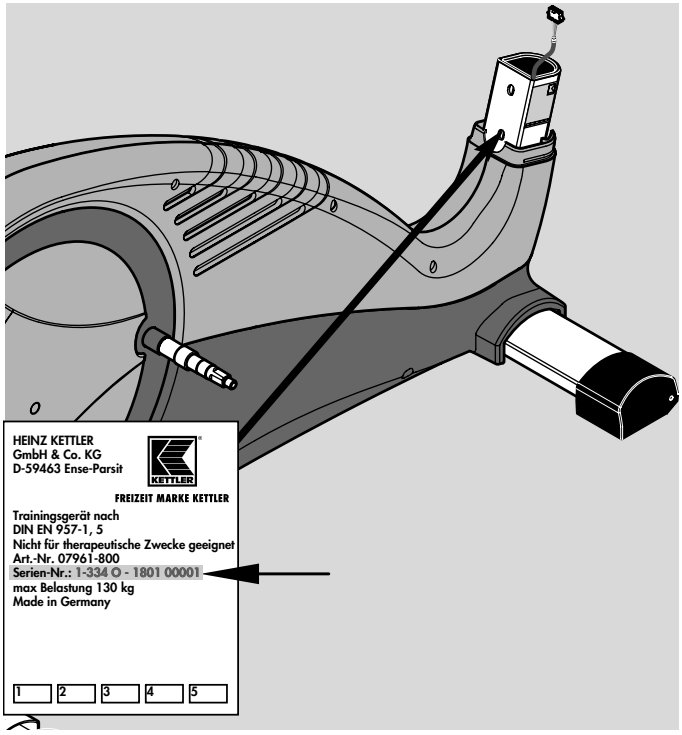
**Внимание!** Используйте только оригинальные источники питания из комплекта поставки или отдельно приобретенные оригинальные источники питания KETTLER (см. Список запчастей).

**Использование других источников питания может привести к повреждению тренажера.**



## Серийный номер изделия.

Серийный номер, необходимый для идентификации тренажера, нанесен на ярлыке (см. рис.).

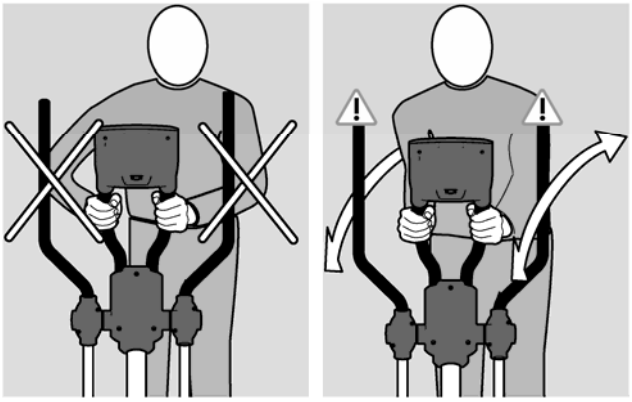


## Перемещение тренажера.

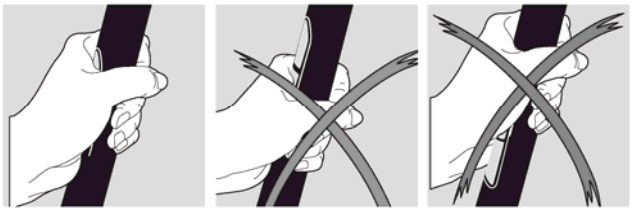
Перемещайте тренажер, используя ролики на передней опоре тренажера (как показано на рисунке). Это значительно облегчает процесс передвижения, а также исключает повреждение напольного покрытия.



## Опасное / Правильное положение рук

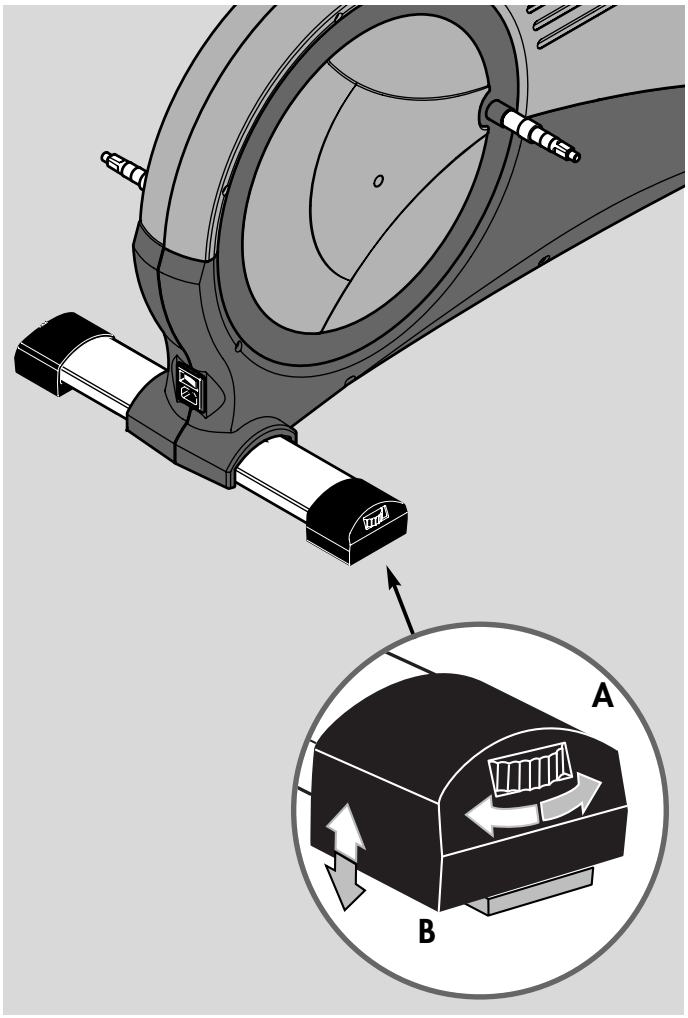


## Правильное положение руки и датчика пульса во время тренировки.

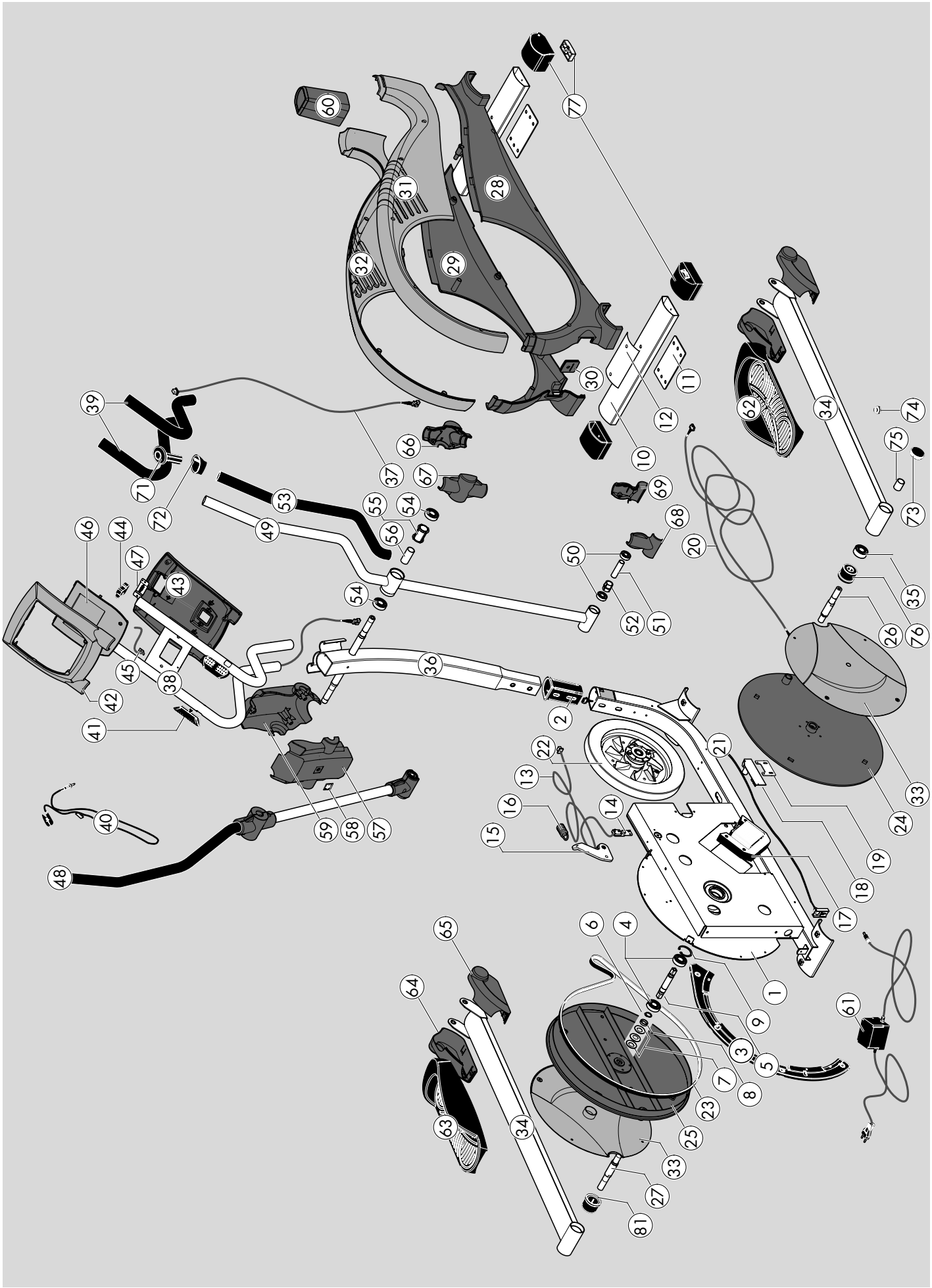


## Компенсатор неровности пола (для устойчивого положения тренажера).

Вращайте регуляторы вертикального положения ножек на задней опоре тренажера (как показано на рисунке), пока тренажер не займет нужное Вам устойчивое положение.



## 7 Схема сборки



## 7.1 Список запчастей

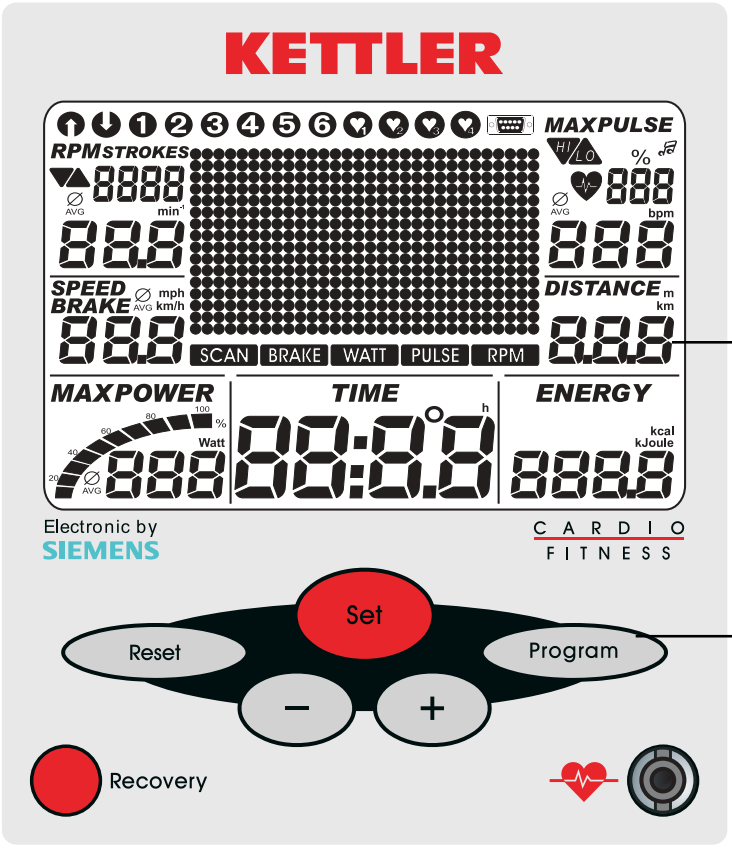
| № на схеме | Наименование | Кол-во, шт. | Артикул |
|---|---|---|---|
| 1 | Несущая рама | 1 | 94315703 |
| 2 | Втулка вертикальной рамы (4197) | 1 | 70128698 |
| 3 | Переходное кольцо (3322) | 1 | 70128492 |
| 4 | Подшипник 6203-ZZ | 2 | 33100023 |
| 5 | Вал привода 17 x 114.5 | 1 | 11300055 |
| 6 | Стопорное кольцо 17mm | 2 | 10709021 |
| 7 | Пружинная шайба 31x16x1.25 | 3 | 10600004 |
| 8 | Втулка 22.2x5 | 1 | 97201470 |
| 9 | Стопорное кольцо 40mm | 1 | 10709024 |
| 10 | Поперечная рама | 2 | 91111951 |
| 11 | Металлическая пластина | 2 | 97200256 |
| 12 | Картонная прокладка | 2 | 34010120 |
| 13 | Провод электромагнитного тормоза | 1 | 67000786 |
| 14 | Кронштейн электромагнитного тормоза | 1 | 97200127 |
| 15 | Натяжной шкив с подшипниками 6300-ZZ | 1 | 94312047 |
| 16 | Пружина натяжения ремня | 1 | 25635052 |
| 17 | Электромагнит | 1 | 94313937 |
| 18 | Печатная плата | 1 | 42860011 |
| 19 | Монтажная пластина | 1 | 97200247 |
| 20 | Нижний провод компьютера 2200mm | 1 | 67000772 |
| 21 | Переходной провод 850 mm | 1 | 42860012 |
| 22 | Маховик | 1 | 91140380 |
| 23 | Приводной ремень | 1 | 67005127 |
| 24 | Приводной диск (правый) | 1 | 94315707 |
| 25 | Приводной диск (левый) | 1 | 94315708 |
| 26 | Ось правого приводного диска 20x120,5 mm | 1 | 10900091 |
| 27 | Ось левого приводного диска 20x120,5 mm | 1 | 10900092 |
| 28 | Нижний основной кожух (правый) (4351) | 1 | 70128906 |
| 29 | Нижний основной кожух (левый) (4352) | 1 | 70128907 |
| 30 | Крышка разъема (4197) | 1 | 70128803 |
| 32 | Верхний основной кожух (правый) (3999) | 1 | 70129081 |
| 32 | Верхний основной кожух (левый) (4000) | 1 | 70129082 |
| 33 | Колпак для приводного диска (4002) | 2 | 94315477 |
| 34 | Лыжа | 2 | 94315248 |
| 35 | Подшипник 2203 RS2 | 2 | 33100047 |
| 36 | Вертикальная рама | 1 | 94317523 |
| 37 | Верхний провод компьютера 2100 mm | 1 | 67000906 |
| 38 | Центральные рукоятки | 1 | 94315917 |
| 39 | Поручень для центральных рукояток | 2 | 10118120 |
| 40 | Ушной датчик-клипса | 1 | 67000421 |
| 41 | Датчики пульса на рукоятках | 1 | 67000658 |
| 42 | Передняя панель компьютера (4277) | 1 | 70128830 |
| 43 | Задняя панель компьютера (4278) | 1 | 70129101 |
| 44 | Разъем провода заземления | 1 | 67000699 |
| 45 | Провод заземления | 1 | 67000805 |
| 46 | Компьютер | 1 | 67000900 |
| 47 | Интерфейс компьютера 300 mm | 1 | 67000743 |
| 48 | Рычаг (левый) | 1 | 94316858 |
| 49 | Рычаг (правый) | 1 | 94316860 |
| 50 | Подшипник 6200-ZZ | 4 | 33100036 |
| 51 | Ось ø16x2x59 mm | 2 | 97201482 |
| 52 | Белая ПВХ-втулка (4511) | 2 | 70128296 |
| 53 | Поручень для рычага | 2 | 10118113 |
| 54 | Подшипник 6203-ZZ | 4 | 33100038 |
| 55 | Белая ПВХ-втулка (3781) | 2 | 70128347 |
| 56 | Ось ø22.2x2x48 | 2 | 97201462 |
| 57 | Верхний передний кожух вертикальной рамы (4007) | 1 | 70128728 |
| 58 | Стикер (наклейка) | 1 | 33907043 |
| 59 | Верхний задний кожух вертикальной рамы (4008) | 1 | 70128729 |
| 60 | Кожух вертикальной рамы (3089) | 1 | 70128569 |
| 61 | Адаптер питания 220В | 1 | 42860006 |
| 62 | Правая опора для ноги (4003) | 1 | 70128702 |
| 63 | Левая опора для ноги (4004) | 1 | 70128703 |
| 64 | Передняя левая накладка лыжи (4010) | 2 | 70128697 |
| 65 | Передняя правая накладка лыжи (4009) | 2 | 70128696 |
| 66 | Задняя накладка шарнира рычага (3166) | 2 | 70128412 |
| 67 | Передняя накладка шарнира рычага (3165) | 2 | 70128411 |
| 68 | Задняя накладка шарнира лыжи (3167) | 2 | 70128413 |
| 69 | Передняя накладка шарнира лыжи (3168) | 2 | 70128414 |
| 70 | Сумка с крепежом | 1 | 94317445 |
| 71 | Верхняя заглушка вертикальной рамы (часть 1) | 2 | 70121517 |
| 72 | Верхняя заглушка вертикальной рамы (часть 2) | 2 | 70121518 |
| 73 | Заглушка | 2 | 10100079 |
| 74 | Гайка M6 | 2 | 10104006 |
| 75 | Ось (22.2x2x27.5 mm) | 2 | 97201463 |
| 76 | Втулка (3126) | 2 | 70133275 |
| 77 | Опора | 1 | 94317278 |

## 8.1 Краткое описание

Дисплей и клавиши управления тренировочным компьютером.

(Далее на иллюстрациях изображен компьютер SD4 – SD9. Функции клавиш SD7 / SDE / SDB аналогичные).

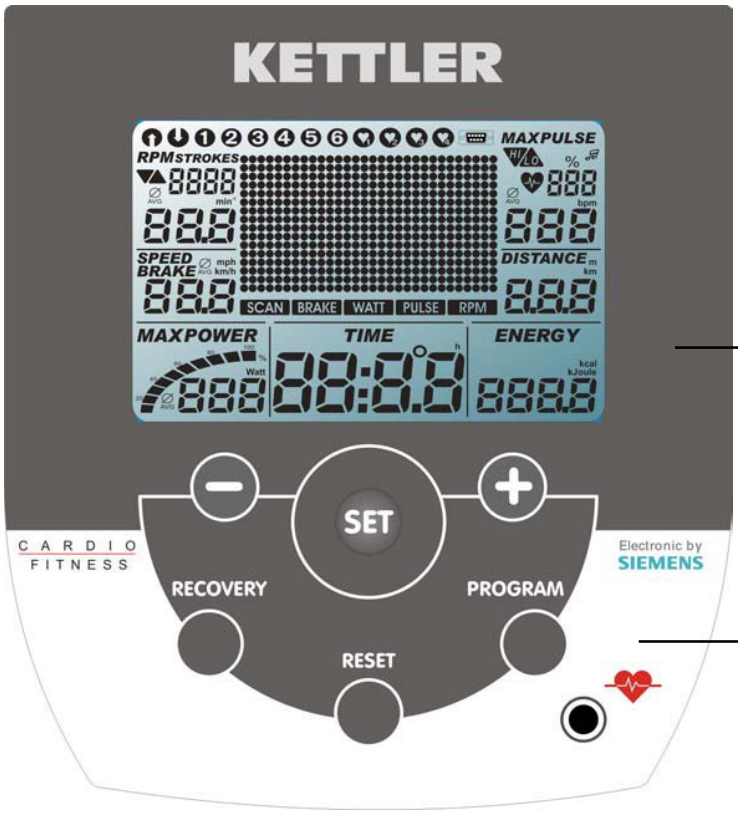
### SD4 / SD8 / SD5 / SD9 / SDC




***Дисплей***

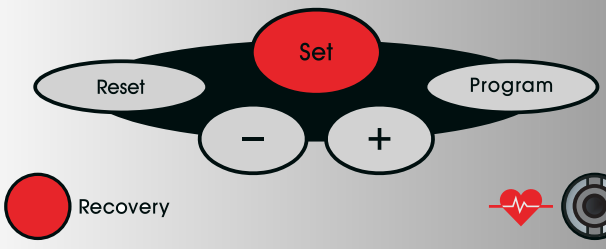
***Функциональные клавиши***

### SD7 / SDE / SDB

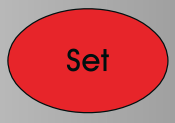



***Дисплей***

***Функциональные клавиши***





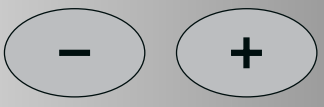


















# 8.2 Краткие инструкции

## Функциональная область

Ниже дано краткое описание шести клавиш управления.

Более подробно об их назначении см. нижеследующие главы. В этих главах функциональные клавиши имеют те же названия.

**SET (однократное нажатие)**
Данная клавиша переводит экран в режим ввода параметров тренировки. Принимаются заданные пользователем установки.

**SET (нажатие и удержание)**
В момент отображения всех элементов экрана (после нажатия Reset): Вызывается меню «индивидуальных установок»

**RESET**
Клавиша перезапуска компьютера (сброс всех настроек)

**PROGRAM**
Клавиша выбора программ тренировки
Повторное нажатие > следующая программа
Продолжительное нажатие > чередование программ

**Клавиши “-“ и “+”.**
Данные клавиши изменяют значения параметров в разных меню (перед тренировкой) и регулируют нагрузку (уровни) во время тренировки.

- Продолжить: “+”
- Вернуться: “-“
- Продолжительное нажатие: > быстрое изменение значения

«Плюс» и «Минус» **нажимаются вместе** (варианты):

- Нагрузка сбрасывается на начальный уровень (**25 Вт**)
- Программа переходит **к исходному состоянию**
- Параметр сбрасывается на **OFF** (значение не введено)

**Фитнес-тест (RECOVERY)**
Клавиша запуска функции Фитнес-теста (расчет фитнес-оценки)

**Измерение пульса**

Тренировочный компьютер может регистрировать значение пульса тремя способами:

1. С помощью ушного датчика-клипсы (штекер включается в гнездо на панели)

2. С помощью нагрудного кардиодатчика + подключаемый приемник

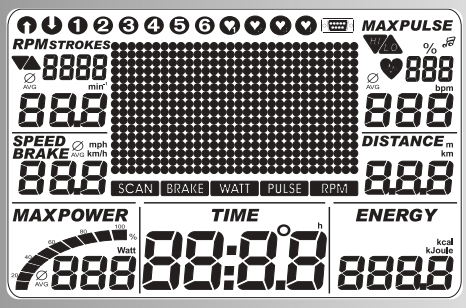
**(Нагрудный кардиодатчик поставляется отдельно)**

Нагрудный кардиодатчик с подключаемым приемником может быть куплен дополнительно (номер изделия: 7937-600).

3. С помощью датчиков пульса на рукоятках (только для эллиптических эргометров)

## Дисплей

Дисплей отображает информацию о различных функциях и режимах установки.




## Программы: Прямой счет / Обратный счет показателей

Программы различаются направлением расчета показателей во время тренировки.



**Программы:**
6 встроенных профилей с различным распределением нагрузки по времени или дистанции



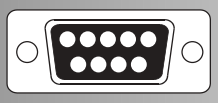
**Пульсозависимые программы: HRC1/HRC2**

**Достижение и поддержание целевого уровня пульса во время тренировки**
Две программы, автоматически регулирующие нагрузку, исходя из постоянного мониторинга значения пульса во время тренировки.



## Интерфейс

Символ отображается, когда установлено соединение с ПК.



## Значения дисплея

В данной инструкции на иллюстрациях значения параметров на дисплее относятся к велоэргометру.

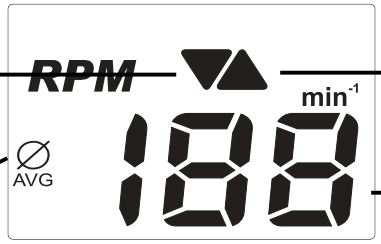
Ниже приведены значения скорости для типовых дисплеев, вычисленные для частоты хода педалей 60 об/мин.

Велоэргометр = 21.3 км/ч

Эллиптический эргометр = 9.5 км/ч

Рейсинговый эргометр = 25.5 км/ч

## Частота хода педалей




Требуется двигаться: быстрее/медленнее

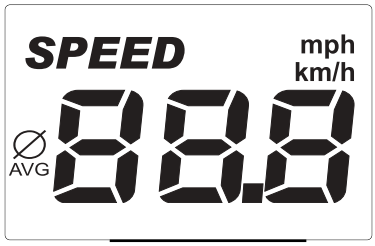
Усредняемое значение

Ergoracer:
Оба символа:
Действия, зависимые от скорости

Размерность

Диапазон значений: 0÷199

## Скорость

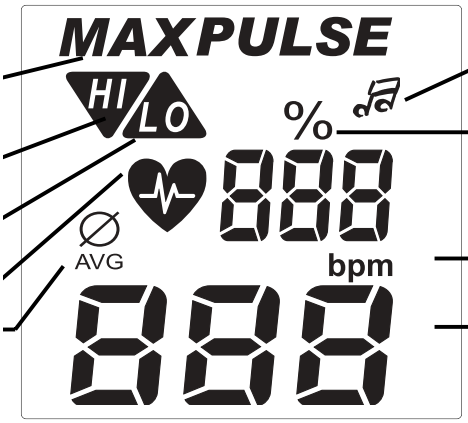



Усредняемое значение

Выбираемая размерность

Диапазон значений: 0÷99.9

## Пульс




Максимальный пульс

Предупреждение (мигает)
(Максимальный пульс+1)

Расчетный пульс превышен (+ 11)

Расчетный пульс не достигнут (-11)

Символ «сердце» (мигает)

Усредняемое значение

Предупреждающий звук Вкл./Выкл.

Процентное значение
Текущий пульс/максимальный пульс

Размерность

Диапазон значений: 0÷220

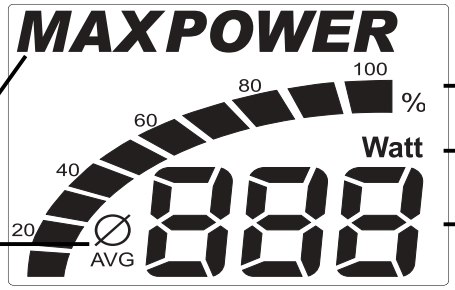
## Пройденное расстояние




Диапазон значений: 0÷499

Выбираемая размерность

## Уровни нагрузки




Для пульсозависимой программы: максимальная нагрузка достигнута

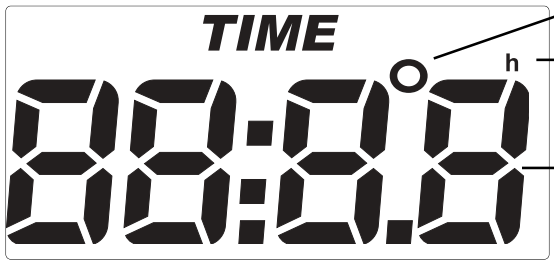
Усредняемое значение

Шкала в процентах

Размерность

Диапазон значений: 25÷400
Ergoracer: 25 – 600

## Время

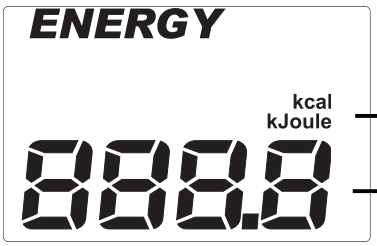



Отображение температуры (SD4-9)

Таймер

Диапазон значений 0÷99:59

### Расход энергии

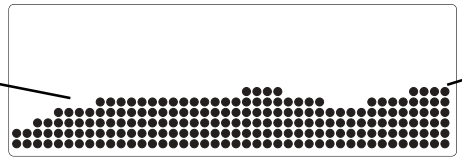



Регулируемая размерность

Диапазон значений: 0÷9999

### График нагрузки

Одна точка (высоты) соответствует 25 Ватт



Одна колонка соответствует одной минуте или 400 метрам или 0.2 мили

Длина - 30 колонок

## 8.3 Быстрый старт (для ознакомления)

### Начало тренировки

Без специальных установок

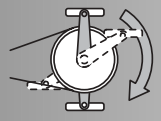
- Включите компьютер
  Отображается общий пробег и время тренировки на тренажере
- Через 3 секунды: готовность к тренировке: режим Count Up – прямой счет
  Все значения показывают 0
  Нагрузка установлена на 25 Вт
- Начните движение

***На дисплее:***

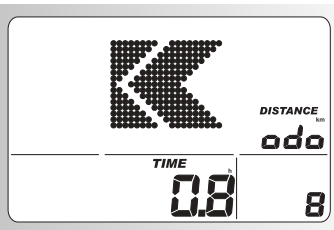
Скорость, пройденное расстояние, расход энергии, время, частота хода педалей и уровень нагрузки

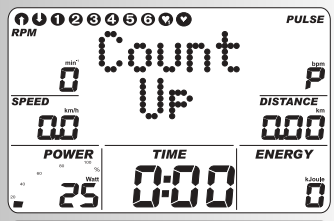
Изменение нагрузки во время тренировки:

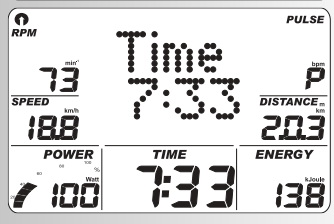
- Клавиша “+” увеличивает нагрузку на 5 Вт
- Клавиша “–“ уменьшает нагрузку на 5 Вт





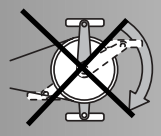



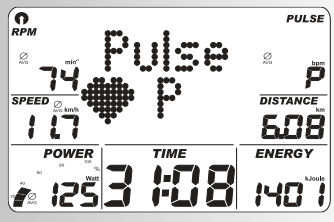




**Окончание тренировки**

- Отображение средних значений (∅):
  ***Дисплей***
  Скорость, частота хода педалей, уровень нагрузки и пульс (если активирована регистрация пульса)
- Суммарные значения:
  Пройденное расстояние, расход энергии и время

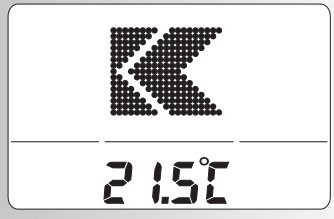




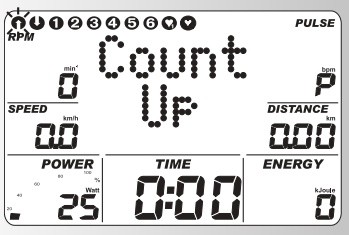

**Режим ожидания**

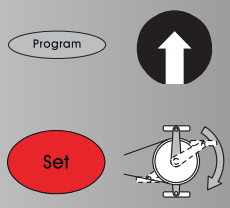
Спустя 4 минуты после окончания тренировки, компьютер переходит в режим ожидания.

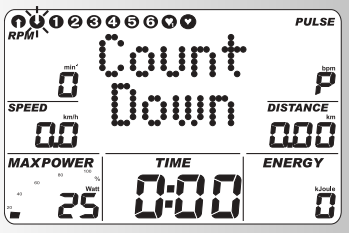
При нажатии любой клавиши компьютер снова активируется в режиме Count Up.

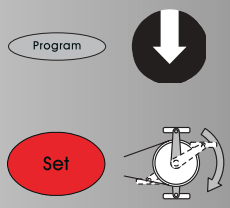


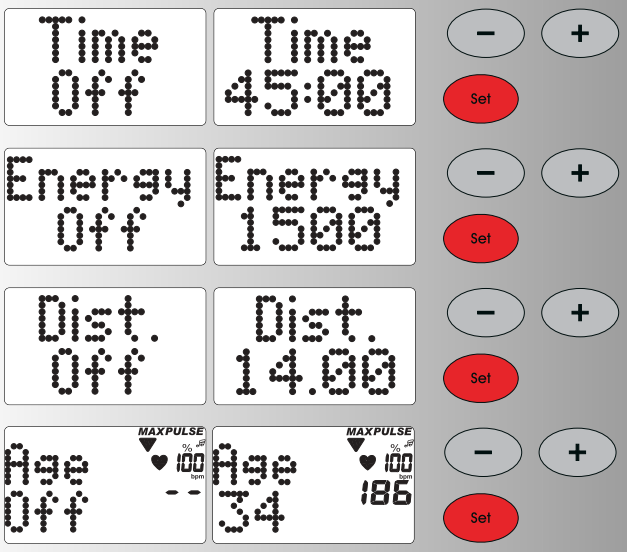





# 8.4 Тренировка

Компьютер оснащен 10 тренировочными программами. Они четко различаются по интенсивности нагрузки и требуемой выносливости.

**1. Тренировка с установкой нагрузки**

**a) Ручной выбор нагрузки**

- Программа CountUp (↑)
- Программа CountDown (↓)

**b) Встроенные профили нагрузки**

- Программы “1” – “6”

**2. Пульсозависимые тренировки**

- Программа “HRC1 CountUp“ ($♥_1$)
- Программа “HRC2 CountDown” ($♥_2$)

## 8.4.1 Тренировка с установкой нагрузки

**a) Ручной выбор нагрузки**

**Программа CountUp**

- Нажимайте Program, пока не будет выбран режим CountUp. Начните тренировку. Будет производиться прямой счет всех параметров тренировки.

  ***Или***

- Нажмите SET: выбор установок на тренировку
- «+» и «-»: изменяют значение параметров. Начните тренировку. Будет производиться прямой счет всех параметров тренировки.

**Программа CountDown**

- Нажимайте Program до выбора CountDown.

Программа ведет обратный счет значений параметров: от выбранных пользователем до 0. Если пользователь не вводил какие-либо параметры (SET), компьютер запустит программу CountUp.

Таким образом, для старта в режиме CountDown, хотя бы один из этих параметров должен быть введен пользователем: время, расход энергии или дистанция.

- Нажмите SET: выбор установок на тренировку

***Дисплей***: Установка времени тренировки - Time

**Установка времени**

- Ввод осуществляется с помощью клавиш «+» и «-» (например: 45:00). Завершите ввод нажатием SET.

***Дисплей***: Установка целевого расхода энергии - Energy.

**Установка расхода энергии**

- Ввод осуществляется с помощью клавиш «+» и «-» (например: 1500). Завершите ввод нажатием SET.

***Дисплей***: Установка дистанции Dist

**Установка пройденного расстояния**

- Ввод осуществляется с помощью клавиш «+» и «-» (например: 14.0). Завершите ввод нажатием SET.

***Дисплей***: Установка возраста пользователя Age.

**Ввод возраста**

Ввод возраста требуется для определения и контроля максимального пульса (символ HI; предупредительный звуковой сигнал, если активно).

- Ввод осуществляется с помощью клавиш «+» и «-» (например: 34). Для этого возраста максимальный пульс 186 вычисляется по формуле: (220 - возраст).

Завершите ввод нажатием SET.

***Дисплей***: Установка максимального пульса MAX.

**Ввод максимального пульса**

Ввод осуществляется с помощью клавиши «-» (можно только уменьшать значение). Завершите ввод нажатием SET.

***Дисплей***: Установка целевого уровня пульса Fat 65%.

**Целевой уровень пульса**

- С помощью клавиш «+» и «-» выберите Сжигание жира 65%, Фитнес 75% или Ручной ввод (40÷90%). Подтвердите нажатием SET (Например, Man.40÷90%).
- Введите значения с помощью клавиш «+» и «-» (например, 83%). Завершите ввод нажатием SET

***Дисплей***: Готовность к тренировке.

***Или***

**Выбор абсолютного значения целевого пульса**

Ввод значения (не %%, в отличие от предыдущего пункта) в интервале 40 - 200 служит для установки и контроля пульса во время тренировки независимо от Вашего возраста (символ HI, предупредительный звуковой сигнал, если активно, отключение контроля максимального пульса). Для отключения контроля максимальный пульс следует установить в "Off".

- Отмените контроль максимального пульса с помощью клавиш «+» или «-».***Дисплей***: Max Off. Ввод завершается клавишей SET.

***Дисплей****:* следующая задаваемая по умолчанию установка Pulse (расчетный пульс)

- Введите абсолютное значение целевого пульса с помощью клавиш «+» и «-» (например, 130). Подтвердите клавишей SET

***Дисплей***: Готовность к тренировке.

***Примечание:***

Информация по всем установкам в программах приведена на стр. 26.

- Установленные параметры теряются при "Сбросе".

Если для них активирована опция “Запоминание параметров” (стр. 26), то установленные пульс и начальная нагрузка сохраняются. При следующем выборе Count Up / Count Down, будут использоваться именно эти данные.

## Подготовка к тренировке

**Нагрузка**

- Изменение нагрузки в ходе тренировки производится с помощью клавиш «+» или «-».

  Приступайте к тренировке.

**b) Профили нагрузки “1” – “6”**

Все режимы выбираются нажатием клавиши Program

- Например, программа “1” (фитнес-тест по стандарту WHO)

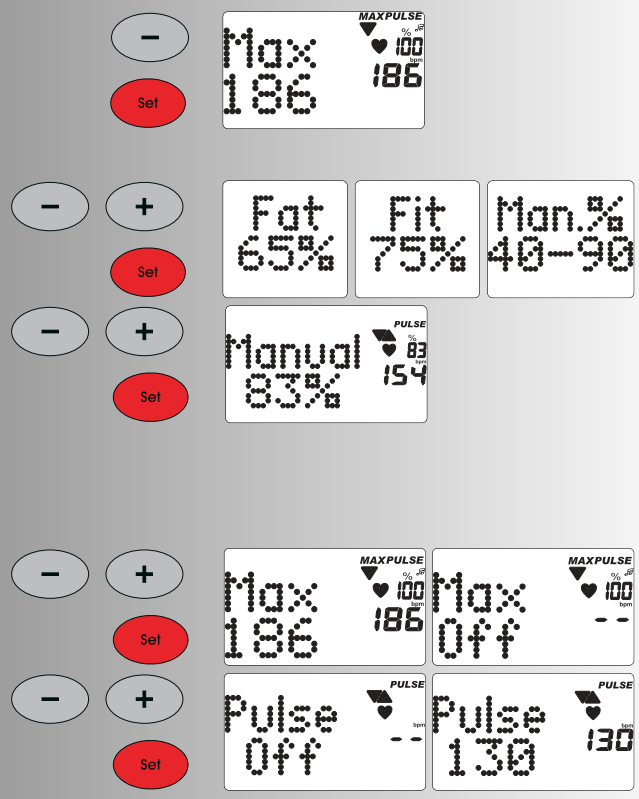
  Уровень нагрузки возрастает каждые 2 мин. на 25Вт, начиная с 25 Вт. Рекомендованная частота хода педалей 60-80 об/мин.

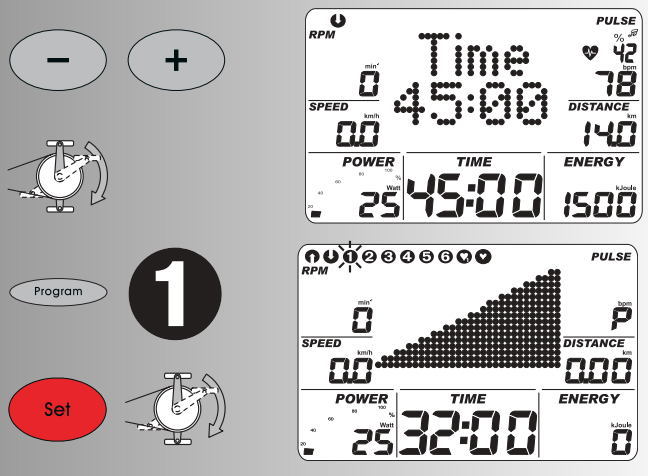
  Лицам, имеющим проблемы с сердечно-сосудистой системой, рекомендуется проходить этот тест только под контролем медицинского персонала.

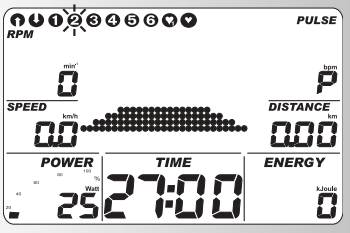
  Нажмите клавишу SET: режим установок.

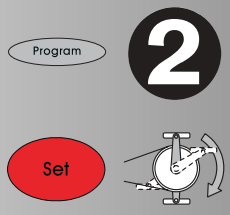
***Примечание***

Информация по всем установкам приведена на стр. 26.





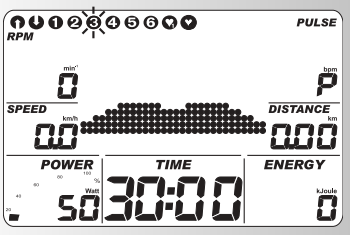



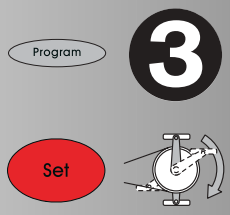

- Нажимайте клавишу Program, пока не появится программа “2” (для начинающих; уровень I)

Уровни нагрузки 25÷100 Вт. Продолжительность - 27 минут.

Нажмите клавишу SET: режим установок.

Таблица установок приведена на странице 25.

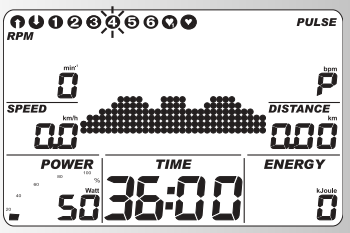


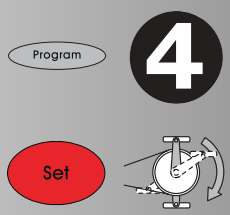




- Нажимайте клавишу Program, пока не появится программа “3” (для начинающих; уровень II)

Уровни нагрузки 50÷125 Вт. Продолжительность - 30 минут.

Нажмите клавишу SET: режим установок. Таблица установок приведена на странице 25.

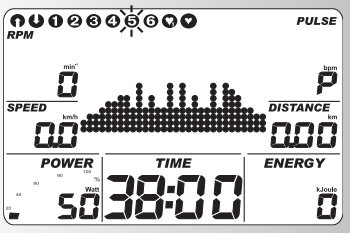


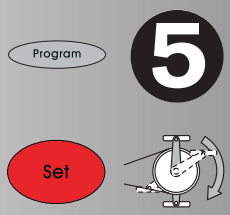




- Нажимайте клавишу Program, пока не появится программа “4” (продвинутый, уровень I).

Уровни нагрузки 50÷150 Вт. Продолжительность - 36 минут.

Нажмите клавишу SET: режим установок. Таблица установок приведена на странице 25.

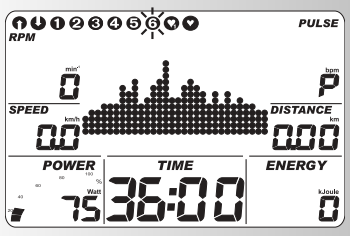


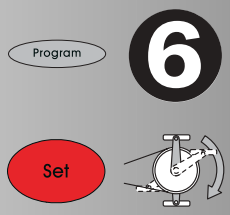




- Нажимайте клавишу Program, пока не появится программа “5” (продвинутый, уровень II).

Уровни нагрузки 50÷200 Вт. Продолжительность - 38 минут.

Нажмите клавишу SET: режим установок. Таблица установок приведена на странице 25.




- Нажимайте клавишу Program, пока не появится программа “6” (профи).

Уровни нагрузки 75÷300 Вт. Продолжительность - 36 минут.

Нажмите клавишу SET: режим установок.

***Примечание***

Если длительность программы превышает 30 мин, то вид графика нагрузки уплотняется в 30 колонок.

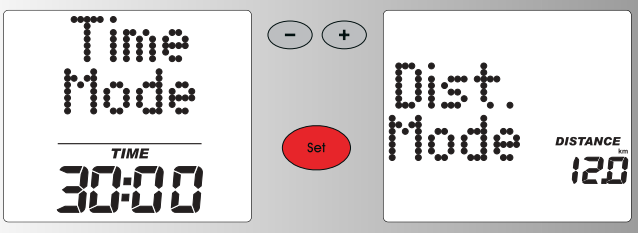
## Переключение: Время/Пройденное расстояние

Только для программ 1-6

Установите с помощью клавиш «+» или «-» (режим отображения времени или пройденного расстояния). Подтвердите клавишей SET.

***Дисплей***: Готовность к тренировке.

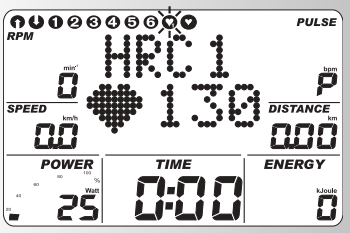
Один столбец графика нагрузки означает 0.2 км (0.1 мили)

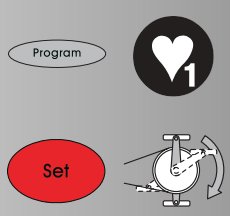



## 8.4.2 Пульсозависимые тренировки.

**Ручной ввод пульса**

Программа “HRC1 CountUp“




- Нажимайте клавишу Program, пока не появится режим HRC1 (прямой счет параметров)
- Нажмите клавишу SET: режим установок.

***Или***

Начните тренировку. Будет идти прямой счет параметров тренировки. Нагрузка увеличивается автоматически до тех пор, пока не будет достигнут целевой уровень пульса (например. 130)

Программа “HRC2 CountDown“

- Нажимайте клавишу Program, пока не появится режим HRC2 (обратный счет параметров)
- Нажмите клавишу SET: режим установок.

Ввод параметров тренировки полностью аналогичен процессу, описанному выше для программы CountDown.

- После начала тренировки нагрузка будет увеличиваться автоматически до тех пор, пока не будет достигнут целевой уровень пульса (например. 130)

***Или***

Начните тренировку.

***Примечание***

**Начальная нагрузка**

При определении программ HRC возможна установка по умолчанию начальной нагрузки 25-100 Вт.

- Выберите значение клавишами "Плюс" или "Минус" (например, 100). В этом случае, нагрузка будет возрастать, начиная со 100 Вт, пока не будет достигнут целевой пульс (например, 130 уд/мин).

**Пульс**

- Значение пульса еще может изменяться клавишами "Плюс" или "Минус" в этом пункте настройки или во время тренировки, например, со 130 на 135.

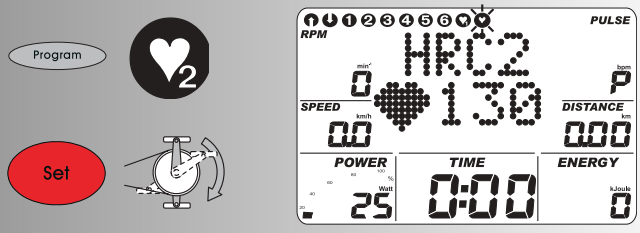
Начните тренировку.

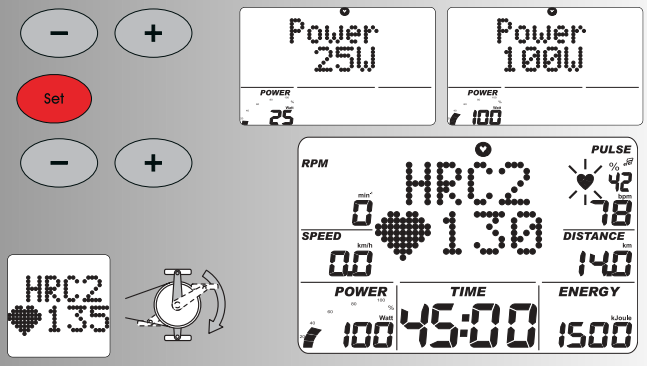
Таблица установок приведена на странице 25.

***Примечание***

В программах HRC Kettler рекомендует выполнять измерения пульса или с помощью ушного датчика-клипсы, или с помощью кардиодатчика.

В программах HRC регулировка мощности происходит при отклонениях текущего пульса от целевого на 6 уд/мин.




## 8.5 Индикация во время тренировки

**Смена информации на дисплее во время тренировки**

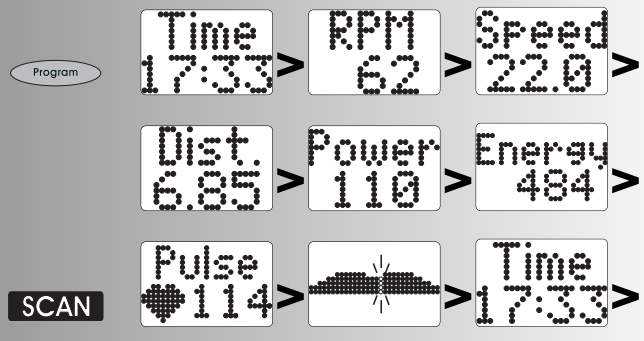
**Ручная регулировка**

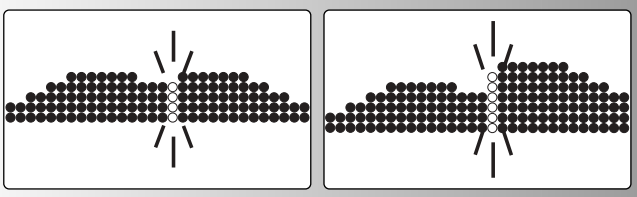
Данные тренировки отображаются в графической зоне экрана в следующей последовательности:

Время / Частота хода педалей / Скорость / Пройденное расстояние / Нагрузка / Расход энергии / Пульс / (профиль) / Время и т.д.

**Режим SCAN**

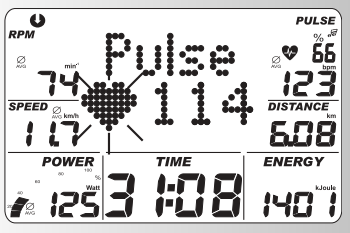
Нажмите и удерживайте клавишу Program, пока на дисплее не появится символ SCAN. Информация о параметрах тренировки меняется каждые 5 секунд. Функция SCAN оканчивается повторным нажатием на клавишу Program, с помощью функции возврата или прерыванием тренировки.

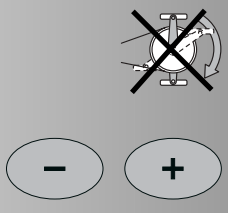


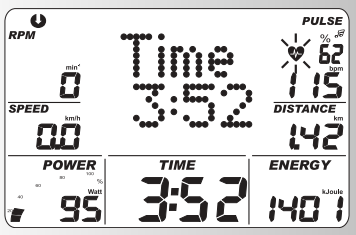


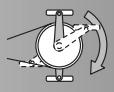
**Регулировка режима нагрузки**

При регулировке нагрузки во время работы программы, изменение будет отображаться мигающей колонкой. Колонки слева показывают достигнутую выходную информацию и остаются неизменными.



**Прерывание/конец тренировки**

Если в минуту происходит менее десяти оборотов педалей или была запущена функция Recovery, компьютер воспримет это как прерывание тренировки. На дисплее появится информация о тренировке. Скорость, нагрузка, частота хода педалей и пульс отображаются как средние значения с символом ∅.

Вы можете изменить текущий дисплей клавишами «+» и «-»

Информация о тренировке отображается в течение 4 минут. Если в течение этого времени вы не нажмете ни одну клавишу и не возобновите тренировку, компьютер перейдет в режим ожидания, и на дисплее будет отображаться только комнатная температура.

**Возобновление тренировки**

Если в течение 4 минут тренировка возобновляется, счет продолжится с уже достигнутых (до прерывания тренировки) значений параметров.

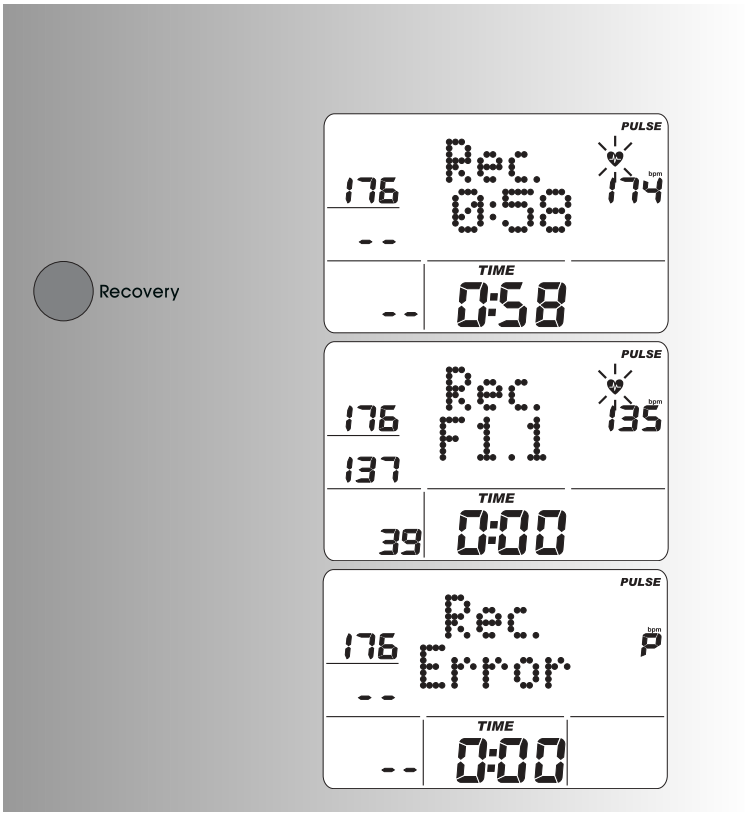
## 8.6 Функция ФИТНЕС-ТЕСТ (Recovery)

По окончании тренировки нажмите клавишу Recovery, продолжайте движение.

Компьютер измеряет ваш пульс в течение 60 секунд.

При нажатии Recovery, текущее значение пульса (P1) сохраняется в поле RPM, а новое значение пульса (P2) спустя 60 секунд сохраняется в поле SPEED. В поле POWER отображается разница между P1 и P2. На базе значений P1 и P2 рассчитывается фитнес-оценка (например, F = 2.6).

Функция Recovery может быть прервана нажатием кнопок Recovery и RESET.




## 8.7 Входные данные и функции

| Тренировка | Ожидание | ↑ | ↓ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | ♥1 | ♥2 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Нагрузка | Нагрузка | ✔ | ✔ | | | | | | | | |
| Профиль | Профиль | | | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | | |
| | Время | | ✔ | | | | | | | | ✔ |
| | Энергия | | ✔ | | | | | | | | ✔ |
| | Дистанция | | ✔ | | | | | | | | ✔ |
| | Макс. пульс | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ |
| | *или* | | | | | | | | | | |
| | Сжигание жира 65% или Фитнес 75% или Ручная 40-90% | ✔ | ✔ | | | | | | | ✔ | ✔ |
| | Целевой пульс 40-200 | ✔ | ✔ | | | | | | | ✔ | ✔ |
| | Перекл. Время/Дистанция | | | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | | |
| | ФИТНЕС-ТЕСТ | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ |

## 8.8 Отображение пульса

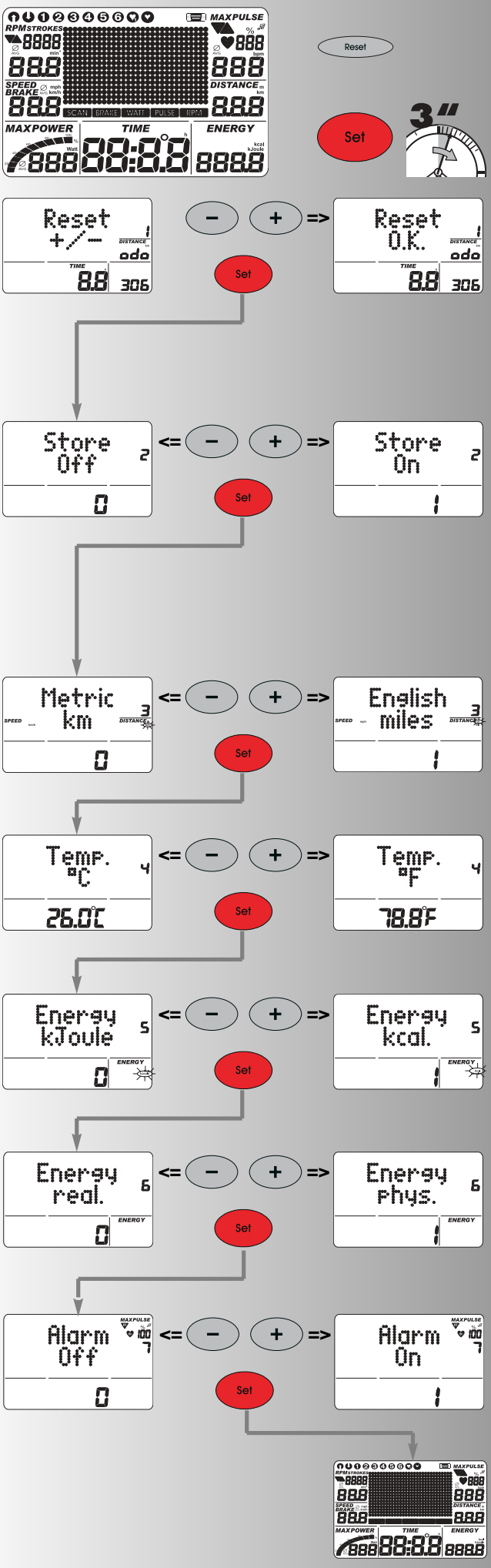
| Значение/Входные данные | % | Превышение HI | LO | MAX | ♪ |
|---|---|---|---|---|---|
| Максимальный пульс 80-210 (Если возраст не задан) | ✔ | +1 | | +1 | +1 |
| Целевой уровень пульса: Сжигание жира 65% или Фитнес 75% или Инструкция 40-90% | ✔ | +11 | −11* | | |
| Целевой пульс 40-200 | | +11 | −11* | | |

*** Комментарий: появляется только тогда, когда расчетный пульс достигается один раз.**

Если целевое значение пульса выше текущего более чем на 11 отображается символ LO.

Если оно превышается более чем на 11, отображается символ HI.

Если максимальный пульс превышается, мигает стрелка HI и отображается текст “MAX”.




## 8.9 Индивидуальные установки

Нажмите клавишу Reset:

***Дисплей***: Все сегменты дисплея

Теперь нажмите и удерживайте клавишу SET:

меню: индивидуальные установки.

***Дисплей***: “Reset +/-“, общий пробег и время тренировки

1. **Сброс общего пробега тренажера и времени тренировки**

   Нажмите клавиши «+» и «-» вместе.

   **Результат**: Значение сброшено.

***Или***

Нажмите клавишу SET для перехода к следующей установке

***Дисплей***: Store

2. **Запоминание параметров**

   Нажмите клавишу «+» или «-».

Установки для времени, расхода энергии, расстояния, возраста, целевого пульса хранятся в памяти компьютера

**Параметры:**

***ON = Хранение даже после сброса (Reset).***

***OFF = Хранение до очередного сброса (Reset).***

Нажмите клавишу SET для перехода к следующей установке

***Дисплей***: Metric или English

3. **Размерность расстояния (км/мили)**

   Нажмите клавишу «+» или «-».

   **Результат**: Выбор км или мили.

Нажмите клавишу SET: Выбранная размерность принимается, и программа переходит к следующей установке.

***Дисплей***: Temp

4. **Отображение температуры (°C/°F)** (для SD4-9)

   Нажмите клавишу «+» или «-».

**Результат**: Выбор отображения температуры в °C или °F

Нажмите клавишу SET: Выбранная размерность сохраняется, и программа переходит к следующей установке.

***Дисплей***: Energy

5. **Размерность расхода энергии (кДж/ккал).**

   Нажмите клавишу «+» или «-».

   **Результат**: Выбор размерности расхода энергии.

Нажмите клавишу SET: Выбранная размерность сохраняется, и программа переходит к следующей установке.

***Дисплей***: Energy

6. **Отображение механической энергии / расхода энергии**

   Нажмите клавишу «+» или «-».

   **Результат**: Выбор отображаемой величины энергии.

Real: Расход энергии с учетом 25% КПД человека.

Phys: Энергия вращения маховика эргометра, измеренная тренажером.

Нажмите клавишу SET: Выбранная размерность сохраняется, и программа переходит к следующей установке.

***Дисплей***: Alarm sound ON/OFF

7. **Предупредительный звуковой сигнал при превышении максимума**

   Нажмите клавишу «+» или «-».

**Результат**: Включение/выключение предупредительного звукового сигнала.

Нажмите клавишу SET: Выбранная установка принимается, и дисплей покажет New start.

# 8.10 Общие инструкции

## Системные звуковые сигналы

**Включение**

При включении, во время инициализации устройства, издается короткий звуковой сигнал.

**Завершение программы**

Завершение программы (профиля нагрузки, Count-Down-программы) обозначается коротким звуковым сигналом.

**Превышение максимального пульса**

При превышении установленного максимального пульса на 1 удар/мин, каждые пять секунд раздается 2 коротких звуковых сигнала.

**Отображение ошибки**

В случае ошибок (например, функция Фитнес-тест не может работать без сигнала пульса) издаются 3 коротких звуковых сигнала.

**Функция автоматического сканирования включена/ выключена.**

При активации или деактивации функции SCAN издается короткий звуковой сигнал.

## Фитнес-тест

После запуска функции, маховик автоматически замедляется. Тренировку необходимо прекратить.

Расчет фитнес оценки:

$$\text{Оценка (F)} = 6.0 - \left( \frac{10 \times (P1-P2)}{P1} \right)^2$$

где

P1 = пульс в момент запуска функции,

P2 = пульс восстановления (после 60 сек)

F1.0 => Высокая степень тренированности и выносливости

F6.0 => Очень низкая степень подготовки и выносливости

## Переключение времени / пройденного расстояния

В установках программ 1 - 6 (профили нагрузки) каждый столбец профиля может означать либо промежуток времени (1 минута) либо отрезок дистанции (200 метров).

**Графическое отображение во время тренировки**

В начале программы мигает первый столбец. По мере работы программы, мигающий столбец продвигается слева направо.

В программах продолжительностью более 30 минут, после достижения середины (колонка 15), весь профиль начинает передвигаться справа налево. Когда конец профиля оказывается в последнем столбце (колонка 30), мигающий столбец снова начинает передвигаться вправо до тех пор, пока не достигнет конца программы.

## Стрелки вверх / вниз

(Режим нагружения, независимого от частоты хода педалей)

Если уровень нагрузки не может быть достигнут на данной скорости (например, 600 ватт при 50 об/мин), то стрелка вверх или вниз указывает на необходимость увеличить или уменьшить частоту хода педалей.

## Вычисление среднего значения

Вычисление среднего значения выполняется для каждого завершенного промежутка тренировки.

## Инструкции по измерению пульса

Расчет пульса начинается, когда символ «сердце» на дисплее мигает в такт с частотой вашего сердцебиения.

**При помощи ушного датчика-клипсы**

Датчик пульса работает при помощи инфракрасного излучения. Он измеряет отклонения проницаемости кожи для ИК-волн, вызываемые сердечными сокращениями. Перед прикреплением датчика пульса к мочке уха интенсивно помассируйте её для стимулирования циркуляции крови.

***Избегайте помех***

- Прикрепляя ушной датчик к мочке уха, найдите такое его положение, при котором символ сердца на экране компьютера мигает непрерывно.
- Не тренируйтесь при прямом интенсивном освещении, таком как неоновый, галогенный, прожекторный или солнечный свет.
- Проследите за тем, чтобы ни сам ушной датчик, ни его провод не подвергались вибрациям и встряскам. Всегда закрепляйте провод на вашей одежде или - даже лучше - на головной повязке.

**При помощи нагрудного кардиодатчика**

Нагрудный кардиодатчик не входит в поставку

Комплект Cardio-Pulse-Set с нагрудным кардиодатчиком Polar и дополнительным ресивером можно приобрести в специализированных магазинах (артикульный номер 07937-600).

**При помощи сенсоров на рукоятках**

Минимальные разности потенциалов, производимые сердечными сокращениями, регистрируются сенсорами на рукоятках и заносятся в компьютер.

- Всегда держитесь за контактные поверхности сенсоров обеими руками.
- Старайтесь не сжимать поручни сильно.
- Держитесь руками с постоянным усилием, не сжимая их и не передвигая руками по поверхности.

## Неполадки в компьютере

Нажмите клавишу Reset

# 8.11 Инструкции по тренировкам

Раздел медицины, касающийся спорта, и прикладная наука, ориентированная на индивидуальные тренировки, широко применяют эргометрию для проверки работы сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

После нескольких недель регулярных занятий на эргометре Вы сможете проверить, приносят ли тренировки желаемые результаты, исходя из следующего:

1. Вы выполняете упражнения с одной и той же нагрузкой, но уже при меньших затратах усилий сердечно-сосудистой системы, чем раньше;
2. Вы можете выполнять упражнения с одной и той же нагрузкой **дольше**, чем раньше, при тех же затратах усилий сердечно-сосудистой системы;
3. На восстановление сил после одной и той же нагрузки требуется меньше времени, чем раньше.

### 8.11.1 Основные параметры для кардиотренировок

**Максимальный пульс**: Под термином «максимальная нагрузка» понимается достижение индивидуального максимального пульса. Максимальный пульс зависит от возраста.

Общее правило: максимальный пульс равняется разности 220 и Вашего возраста.

Пример: Вам 50 лет. Максимальный пульс будет вычислен следующим образом: 220 - 50 = 170 уд/мин.

**Вес**: Другим правилом, которое поможет Вам оптимально задать параметры на тренировку, является вес:

- числовое значение «максимальной нагрузки» определяется как 3 Вт на каждый килограмм веса для мужчин и 2,5 Вт - для женщин;
- начиная с 30 лет, нагрузку следует уменьшать приблизительно на 1% для каждого года для мужчин и на 0,8% для женщин.

Пример: Мужчина, 50 лет, вес 75 кг.

> 220 – 50 = 170 уд/мин - **максимальный пуль**с

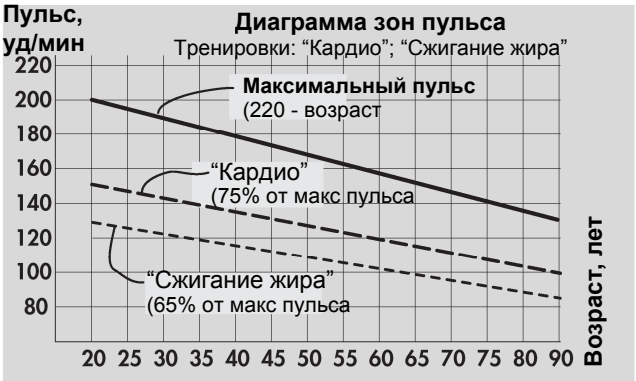
> 3 (Вт) * 75 (кг) = 225 Вт

> “Скидка на возраст”: (20)% от 225 Вт =45 Вт

> **максимальная нагрузка**: 225 – 45 = 180 Вт

### 8.11.2 Интенсивность тренировок

Чтобы тренировка была эффективной, Ваш пульс должен быть на уровне 65-75% (см.рис.) от максимального пульса.




### 8.11.3 Режим тренировок

**Общие рекомендации относительно графика тренировок:**

либо ежедневно в течение 10 минут

либо 2 – 3 раза в неделю прим. по 30 минут

либо 1 – 2 раза в неделю прим. по 60 минут

Следует выбирать такой уровень нагрузки, чтобы в течение продолжительного времени можно было поддерживать мышцы в напряжении.

Повышая нагрузку (Ватт), следует также повышать частоту хода педалей. Частота хода педалей ниже 60 об/мин приводит к преждевременной усталости мышц, вследствие монотонности их напряжения.

### 8.11.4 Разминка

Перед началом каждой тренировки рекомендуется разогреть мышцы (сделать разминку), постепенно увеличивая нагрузку, в течение 3 – 5 минут, чтобы привести в рабочее состояние сердечно-сосудистую систему.

### 8.11.5 Заминка

Не менее важно правильно делать заминку: рекомендуется в течение 2 – 3 минут в конце каждой тренировки продолжать движение при слабом сопротивлении.

Необходимо также постоянное постепенное увеличение нагрузки. К примеру, Вы будете тренироваться каждый день в течение 20 минут вместо 10; или 3 раза в неделю вместо двух и т.п.

Помимо индивидуально спланированных режимов тренировки, можно воспользоваться режимами, уже включенными в память компьютера.

# 8.12 Словарь

## Возраст (Age)

Вводится для вычисления максимального пульса.

## Фитнес-тест (Recovery)

Вычисление фитнес-оценки в конце тренировки. Измеряется пульс в начале и конце периода восстановления, из которых вычисляется фитнес-оценка. Если Вы не меняете режим тренировок, фитнес-оценка является индикатором уровня Вашей тренированности.

## Интерфейс

9-пиновый разъем SUB-D (RS-232) для соединения с ПК.

## Контроль пульса

Если на дисплее появляется стрелка вниз, значит, частота Вашего сердцебиения на 11 уд/мин выше целевого пульса. Если на дисплее появляется стрелка вверх, значит, частота Вашего сердцебиения на 11 уд/мин ниже целевого пульса.

## Максимальный пульс

Расчетная величина: 220 - возраст

## Шкала в процентах

Отношение текущей нагрузки к максимальной нагрузке устройства (400/600 Вт).

## Меню

Дисплей, на котором отображаются значения или изменяются параметры настройки.

## Нагрузка

Текущее значение механической мощности (торможения) в Ваттах. Это мощность, преобразуемая в тепло.

## Программы

Позволяют устанавливать вручную нагрузку или пульс, либо использовать параметры, назначаемые программой.

## Профили

Графики (гистограммы) на дисплее, показывающие значение нагрузки или пульса в зависимости от времени или дистанции.

## Пульс

Частота сердцебиения (ударов в минуту).

## Пульс сжигания жира

Расчетное значение: 65% от максимального пульса

## Пульс “Кардио” (фитнес-тренировка)

Расчетное значение: 75% от максимального пульса

## Размерности

Единицы отображения: км/ч или миль/ч, КДж или Ккал, время (ч) и мощность (Вт).

## Расход энергии (Реальный)

Расход энергии тела вычисляется со степенью эффективности 25 % на механическую работу. Остальные 75 % преобразуются в тепло.

## Ручная установка

40 - 90% от максимального пульса

## Сброс (Reset)

Сброс параметров и перезапуск системы.

## Управление нагрузкой

Электронная система управляет нагрузкой и пульсом, используя предустановленные или введенные вручную значения.

## Целевой пульс

Значение пульса, которое должно быть достигнуто. Вводится вручную или определяется выбранной программой.

**Таблица тренировок**

| Дата | Пульс восстановления | Дистанция | Время (мин) | P1 | P2 | Фитнес-оценка |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

# ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ МОДЕЛИ 7862-700

| | |
|---|---|
| Система нагружения | **Электромагнитная** |
| Масса маховика | **22 кг** |
| Характеристика нагружения | **Не зависит от частоты хода педалей** |
| Регулировка нагрузки | **25 – 400 Ватт (шаг – 5 Вт)** |
| Измерение пульса | **Датчик-клипса, Сенсоры на рукоятках** |
| Питание тренажера | **Сеть 220 В** |
| Размеры (дл/ш/в, см) | **145/53/152** |
| Вес | **77 кг** |
| Максимальный вес пользователя | **150 кг** |
| **Тренировочный компьютер** | |
| Нагрузка в ваттах | |
| Время тренировки | |
| Дистанция / Общая пройденная дистанция | |
| Скорость / Частота хода педалей | |
| Израсходованные калории | |
| Пульс | |
| Общее кол-во тренировочных программ | **10** |
| Пульсозависимые программы | **2** |
| Графическое отображение уровня нагрузки | |
| Температура в помещении | |
| Фитнес-тест | |
| PC-вход для ERGO-CONCEPT | |
| **Конструкция** | |
| Транспортировочные ролики | |

# ГАРАНТИЙНЫЙ ТАЛОН

Официальный срок службы этого тренажера– **7 лет** при условии соблюдения правил эксплуатации. Учитывая высокое качество, надежность и степень безопасности продукции, фактический срок эксплуатации может значительно превышать официально установленный.

**Внимание! Важная информация для потребителей**

- Данный товар предназначен исключительно для личного, семейного и домашнего использования.
- Использование товара в целях, отличных от вышеуказанных, является нарушением правил надлежащей эксплуатации товара.
- Для подтверждения даты покупки товара при гарантийном ремонте или предъявлении иных предусмотренных законом требований, убедительно просим Вас сохранять сопроводительные документы (чек, квитанцию, правильно и четко заполненный гарантийный талон с указанием серийного номера товара, даты продажи, четко различимой печати продавца, иные документы, подтверждающие дату и место покупки). С целью облегчения дальнейшего сервисного обслуживания Вашего товара обращайтесь к мастерам сервиса с просьбой о занесении сведений обо всех произведенных ремонтных работах в соответствующий раздел настоящего Гарантийного талона.
- Рекомендуем доверять подключение (установку) товаров, требующих специального подключения (установки), только организациям (предпринимателям), занимающимся по роду своей деятельности осуществлением таких работ. Специалисты, осуществляющие подключение (установку), делают отметку о подключении (установке) в соответствующем разделе Гарантийного талона. Просим сохранять квитанции и иные документы о подключении (установке) Вашего товара в течение срока его эксплуатации.
- Соблюдение рекомендаций и указаний, содержащихся в инструкции по эксплуатации (правилах пользования), поможет избежать проблем в эксплуатации товара и его обслуживании.
- Неисправные узлы товаров в гарантийный период бесплатно ремонтируются или заменяются новыми. Решение вопроса о целесообразности их замены или ремонта остается за службами сервиса.
- В период и после истечения гарантийного срока наша Служба сервиса, а также мастерские наших партнеров всегда готовы предложить Вам свои услуги. Список адресов уполномоченных изготовителем пунктов авторизованного сервисного обслуживания находится в гарантийном талоне
- Сервисные центры осуществляют выезд к владельцам крупногабаритных изделий. Условия по выезду специалистов на дом могут отличаться ( за справками обращайтесь по адресам и телефонам Сервисных центров, указанных в гарантийном талоне).

**Условия предоставления гарантийных обязательств на товар**

Гарантийные обязательства на товар не распространяются в случаях когда:

- сервисной службой будет доказано, что недостатки возникли после передачи товара потребителю вследствие нарушения им правил пользования, транспортировки, хранения, неквалифицированных действий третьих лиц, непреодолимой силы (пожара, природной катастрофы и т.п.), попадания бытовых насекомых и грызунов, воздействия иных посторонних факторов, а также вследствие существенных нарушений технических требований, оговоренных в инструкции по эксплуатации, в том числе нестабильности параметров электросети, установленных ГОСТ 13109-97.
- товар используется для коммерческих целей;
- потребителем не представлен документ, позволяющий установить дату совершения покупки, и потребитель не может подтвердить факт приобретения товара двумя свидетельскими показаниями (Основание: Разъяснения МАП РФ «О соблюдении законодательства о защите прав потребителей в части гарантийных обязательств изготовителей и продавцов товаров» пункт в);
- имеются расхождения между информацией, указанной в гарантийном талоне и информацией о товаре (цвет, марка, артикул, серийный номер и пр.);
- после приобретения товар был поврежден в результате переделки или ненадлежащего ремонта, произведенного не авторизованным сервисным центром или лицом ;
- возникает необходимость замены быстроизнашивающихся и сменных деталей. К таким деталям относятся: элементы питания и лампы.

Предупреждаем, что любые сервисные работы, кроме стандартной чистки тренажера должны проводиться авторизированной сервисной службой продавца

| | |
|---|---|
| **Товар** | ***Эллиптический эргометр CTR3*** |
| **Модель** | ***7862-700*** |
| **Серийный номер** | |
| **Дата покупки** | |
| **Кассовый чек** | |
| **Гарантийный срок на изделие** | ***2 года на тренажер*** |
| **Гарантийный срок на комплектующие** | ***7 лет на раму тренажера*** |

При заключении договора купли-продажи сторонами оговорены следующие особенности товара:

_____
_____
_____

Подпись продавца _____ Штамп продавца

С условиями гарантии ознакомлен. Изделие получено исправным, к внешнему виду, упаковке и комплектации претензий не имею.

Подпись покупателя _____

# Сведения об установке товара*

| Дата установки | Организация-установщик | Мастер | Работу принял (подпись Заказчика) |
|---|---|---|---|
| | | | |

* заполняется только для товаров, подлежащих установке

# Сведения о ремонте

| Дата приема | Дата выдачи | Описание дефекта | Мастер | Работу принял (подпись Заказчика) |
|---|---|---|---|---|
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |

По техническим вопросам, связанным с работой и обслуживанием тренажера обращайтесь к специализированному продавцу

**Заказ запасных частей**

При заказе запасных частей пожалуйста указывайте название и модель тренажера, артикул запасной части, а также требуемое количество

**Адреса сервисных центров:**

| | | |
|---|---|---|
| **Москва** | Волгоградский пр-т, 3/5, стр.2 | (495) 632-69-95 |
| **Санкт-Петербург** | Ленинский пр-т, д.127 | (812) 327-68-12 |
| Барнаул | пр.Красноармейский д.131 | (3852) 62-44-77 |
| Белгород | Свято-Троицкий бульвар, 17, ТЦ «Славянский» | (4722) 32-99-89 |
| Березники | ул. Карла Маркса, 50А | (34242) 426-65-04 |
| Владимир | ул. Дворянская, д.10, ТЦ «ВАЛЕНТИНА» | (4922) 420665 |
| Волгоград | Б-р 30-летия Победы, 21 | (8442) 48-96-44 |
| Воронеж | ул. Средне-Московская, 32-б | (4732) 35-55-88 |
| Днепропетровск | ул. Чкалова, 12-А | 8-1038-056, 790-02-02 |
| Донецк | пр-т Ильича, 9 | 8-1038-062, 332-30-90 |
| Екатеринбург | ул.Сулимова, 50, молл "Парк Хаус" | (343) 216-51-51 |
| Иваново | ул. 8 Марта, 32, ТЦ «Серебряный Город» | (4932) 939727 |
| Ижевск | ул. Пушкинская, 130, ТЦ"Пушкинский" | (3412) 916-916 |
| Казань | Пр-т Ибрагимова, 56 ТРК "Тандем" | (843) 518-17-17 |
| Казань | пр. Ямашева, д. 46/33, ТРК «ПаркХаус» | (843) 513-07-67 |
| Кемерово | пр. Кузнецкий д.33 | (3842) 77-74-33 |
| Киев | пр-т Бажана, 14 А | 8-1038-044, 585-59-99 |
| Коломна | ул. Зайцева, д.23. | (4966) 14-01-22 |
| Кострома | пос. Караваево, Красносельское ш., дом 1, ТРК "Коллаж" | (4942) 49-61-51 |
| Краснодар | ул. Северная 438 | (861) 251-22-23 |
| Красноярск | ул. Телевизорная 1 стр.2 | (3912) 52-94-16 |
| Кривой рог | ул. Лермонтова, 37 | (056) 404 16 00 |
| Магнитогорск | ул. Правды, 8 | (3519) 372-725 |
| Минск | ул. Якуба Колоса, 39 | (37517) 211-33-33 |
| Н.Новгород | ул.Белинского, 61 | (8312) 16-75-00 |
| Наб.Челны | Проспект Мира д.3 ТЦ «Торговый Квартал» | 8 (8552) 44-66-41 |
| Навокузнецк | ул. Павловского д. 11 | (3843) 39-03-59 |
| Навосибирск | ул. Челюскинцев д.15 | (3832) 21-71-81 |
| Омск | пр.Маршала Жукова д. 101 | (3812) 32-51-76 |
| Пермь | ул. Мира, 41, ТРК"Столица" | (342) 228-01-11 |
| Ростов-на-Дону | пр-кт. Ворошиловский, 59 | (8632) 255-95-55 |
| Самара | Московское шоссе 81А ТРК "Парк Хаус" | (8846)279-51-34 |
| Саратов | ул. Чернышевского д.94 | (8452) 20-77-20 |
| Ставрополь | ул. Доваторцев 11а | (8652) 77-08-80 |
| Сургут | ул. Ленина, 33 | (3462) 24-77-44 |
| Сыктывкар | ул. Коммунистическая, 52, ТРЦ"Аврора" | (8212) 39-11-40 |
| Тольятти | ул. Революционная д.42 | (8482)50-99-11 |
| Тюмень | ул. 50 лет ВЛКСМ, ТРЦ"Премьер" | (345) 2522-070 |
| Уфа | пр-т Октября, 4, ТЦ"Мир" | (347) 291-21-51 |
| Харьков | Пр-т Ленина, дом 24 | 8-10-38-057- 760-18-18 |
| Чебоксары | ул. Калинина, д.105-а, ТК "Мега Молл" | (8352) 28-27-26 |
| Челябинск | ул. Молдавская, 16, ТРЦ"Фокус" | (351) 741-35-01 |
| Ярославль | п. Нагорный, ул. Дорожная, 6а | (4852) 58-39-41 |

В Вашем городе _____

тел _____