ТОТ САМЫЙ МАГАЗИН

Инструкция пользователя

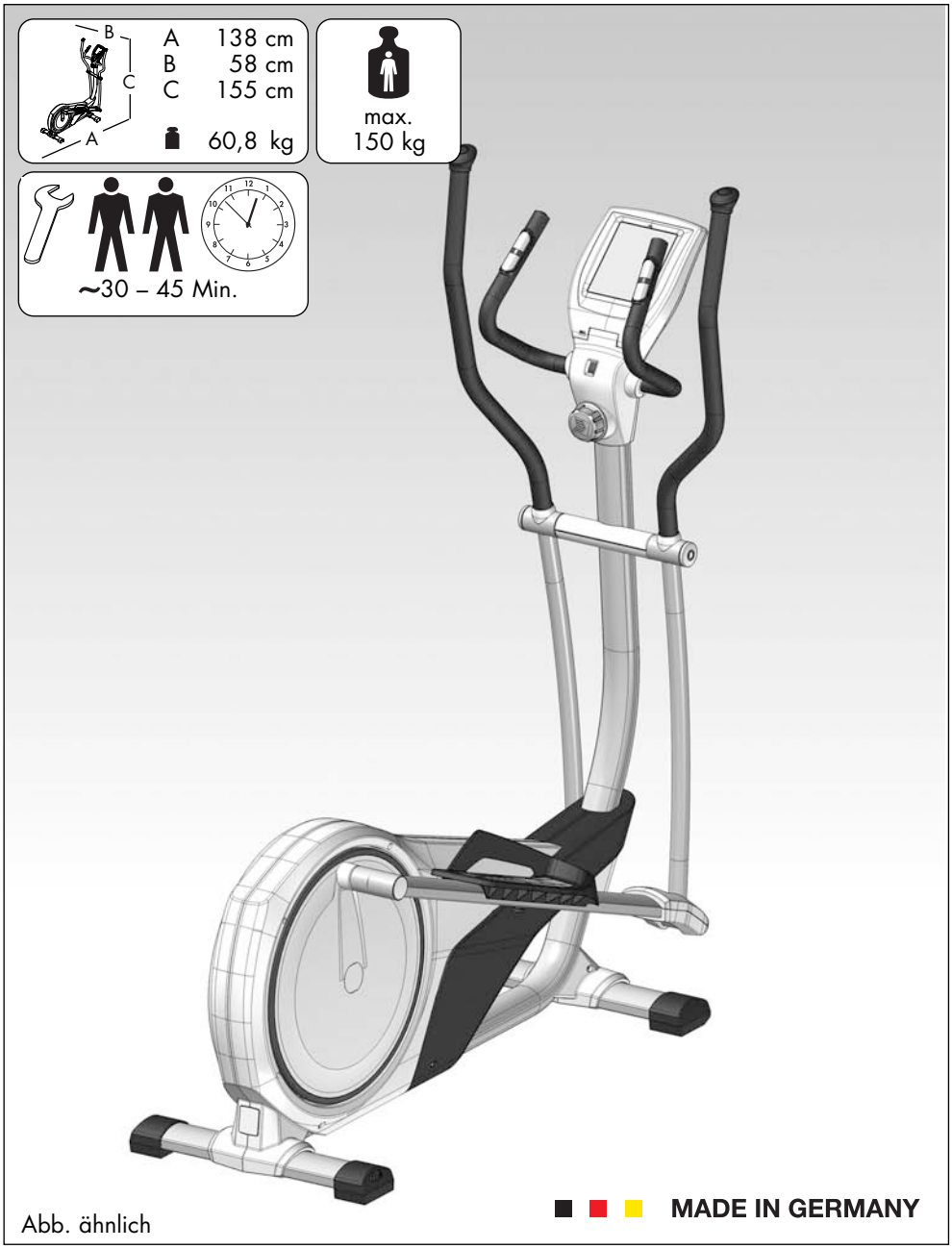
Выбрать

KETTLER

HKS-SELECTION

Montageanleitung Crosstrainer „Unix M"

Art.–Nr. 07650-000



2-3 D
4-5 GB
6-7 F
8-9 NL
10-11 E
12-13 I
14-15 PL
16-17 CZ
18-19 P
20-21 DK
22-24 RUS

Auf 100% Altpapier!

KETTLER

(RUS) Важные указания

Пожалуйста, внимательно прочтите эту инструкцию перед монтажом и первым использованием. В ней содержатся важные указания по технике безопасности, а также по использованию и техническому обслуживанию устройства. Сохраните эту инструкцию — она может пригодиться вам в будущем, например, при проведении работ по техобслуживанию или заказе запчастей.

Для вашей собственной безопасности

⚠ **ВНИМАНИЕ!** Во время монтажа изделия не подпускайте к себе детей (используются мелкие детали, которые ребенок может проглотить).

⚠ **ОПАСНОСТЬ!** Применение в иных целях является недопустимым и может быть опасным. Изготовитель не несет ответственности за ущерб, причиненный пользователю вследствие использования не по назначению.

⚠ **ОПАСНОСТЬ!** Проинструктируйте присутствующих людей (в особенности детей) о возможных опасностях во время упражнений.

⚠ **ОПАСНОСТЬ!** Вследствие неправильного ремонта и изменения конструкции (демонтажа оригинальных деталей, установки деталей, не допущенных к эксплуатации, и т. д.) может возникнуть опасность для пользователя.

⚠ **ОПАСНОСТЬ! Системы контроля частоты сокращений сердца могут быть неточными. Избыточная нагрузка может привести к серьезным нарушениям здоровья или смерти. Если у вас появятся головокружение или чувство слабости, немедленно прекратите тренировку.**

⚠ **ВНИМАНИЕ!** Устройство можно использовать только по назначению, т. е. для физической тренировки взрослых людей.

⚠ **ВНИМАНИЕ!** Обязательно соблюдайте указания по проведению тренировок, приведенные в руководстве.

⚠ **ВНИМАНИЕ!** Любые манипуляции с тренажером, не описанные в данной инструкции, могут привести к его повреждению или создать опасность для людей. Подобные действия разрешается выполнять только сотрудникам сервисного центра KETTLER или специалистам, обученным компанией KETTLER.

- Вы пользуетесь устройством, сконструированным с учетом самых актуальных норм техники безопасности. Производитель приложил усилия, чтобы избежать образования опасных мест, в которых пользователь может причинить себе травму, или закрыть их.
- Тренажер соответствует стандарту DIN EN 957 -1/-9, класс HA
- В случае сомнения и по всем вопросам обращайтесь к своему дилеру.
- Каждые 1-2 месяца проверяйте все детали корпуса, в частности винты и гайки. Особенно это касается крепления седла и дужки.
- Перед началом тренировок проконсультируйтесь у врача, чтобы быть уверенными в том, что вам можно использовать это устройство для тренировок. **Решение врача должно быть основанием для составления вашей программы тренировок. Неправильная тренировка или чрезмерная нагрузка могут привести к причинению вреда здоровью.**
- Перед каждым использованием проверяйте все резьбовые и штекерные соединения, а также соответствующие предохранительные приспособления на предмет прочности установки.
- Во время тренировок используйте подходящую обувь (спортивную).
- Мы обеспечиваем непрерывный контроль качества своей продукцией с применением новых технологий. В связи с этим мы оставляем за собой право на технические изменения.
- Для установки устройства следует выбрать такое место, чтобы оно находилось на безопасном расстоянии от препятствий. Не устанавливайте устройство вблизи проходов, дорожек и ворот.
- Соблюдайте общие правила техники безопасности и меры предосторожности при обращении с электрическим приборами.
- Все электроприборы во время работы создают электромагнитное излучение. Не кладите устройства с высоким уровнем излучения (например, мобильные телефоны) вблизи кокпита или управляющей электроники, поскольку в противном случае в показателях (например, пульса) могут быть ошибки.
- Изделие не подходит для лиц с весом тела свыше 150 кг.
- Во время тренировки никому нельзя находиться в непосредственной близости от тренирующегося человека.
- На этом тренажере разрешается выполнять только те упражнения, что указаны в руководстве для проведения тренировок.
- Тренажер следует устанавливать на ровной ударостойкой поверхности. Для амортизации ударов подложите подходящий прокладочный материал (резиновые маты, рогожу и т. д.). Только для тренажеров с весами: избегайте жестких ударов весов.
- При монтаже изделия соблюдайте рекомендуемые значения момента затяжки (M = xx Нм).

Указания по монтажу

⚠**ОПАСНОСТЬ!** Примите меры, чтобы минимизировать количество источников опасности на рабочем месте, например, не разбрасывайте инструмент. Сложите упаковочный материал так, чтобы от него не могла исходить опасность. Пленку и полиэтиленовые пакеты следует хранить в месте, недоступном для детей. Опасность удушья при надевании во время игры!

⚠**ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ!** Обратите внимание, что при использовании инструмента всегда существует опасность получения травмы. Поэтому при монтаже устройства выполняйте все действия осторожно и осмотрительно!

- Пожалуйста, проверьте наличие всех деталей, входящих в комплект поставки (см. контрольный список), и их целостность. При наличии поводов для рекламаций обращайтесь к своему дилеру.
- Внимательно рассмотрите чертежи и смонтируйте устройство в последовательности, представленной на рисунках. В пределах отдельных рисунков для определения очередности действий используются прописные буквы.
- Монтаж следует выполнять тщательно. Монтировать устройство должен взрослый человек. В случае сомнений обратитесь за помощью к человеку, который лучше разбирается в подобных вопросах.
- Материалы, необходимые для каждого этапа монтажа, показаны на соответствующем рисунке. Сложите материалы в полном соответствии с рисунками. Все необходимые инструменты вы найдете в пакетике с мелкими деталями.
- Пожалуйста, сначала просто сложите детали, не свинчивая их плотно, и проверьте правильность их установки. Сначала закрутите самостопорящиеся гайки от руки до ощутимого сопротивления, затем правильно затяните их с помощью гаечного ключа. Проверьте прочность установки всех резьбовых соединений после завершения этапа монтажа. Внимание: открученные стопорные гайки становятся непригодными к дальнейшему применению (из-за разрушения фиксатора) и подлежат замене.
- По производственно-техническим причинам мы сами выполняем предварительный монтаж компонентов (например, трубных заглушек).

Обращение с устройством

- Обратите внимание, что тренировки нельзя начинать до тех пор, пока монтаж не будет выполнен и проверен надлежащим образом.
- Использование устройства поблизости от влажных помещений не рекомендуется из-за опасности образования ржавчины. **Также следите, чтобы на детали устройства не попадали жидкости (напитки, пот и т. д.). Это может привести к коррозии.**
- Тренажер разработан для взрослых, и его ни в коем случае нельзя использовать детям во время игр. Помните, что из-за природной потребности детей в игре и их темперамента часто могут возникать непредвиденные ситуации, ответственность за последствия которых со стороны изготовителя исключена. Но если вы все-таки разрешите ребенку пользоваться тренажером, обязательно проинструктируйте его и присматривайте за ним.
- Эргометр представляет собой устройство, работа которого не зависит от частоты вращения педалей.
- Если во время работы устройства слышен тихий шум, создаваемый маховиком, это никак не влияет на работу устройства. Шумы, появляющиеся при вращении педалей в обратную сторону, обусловлены техническими причинами и также не свидетельствуют о каких-либо неполадках.
- Устройство снабжено магнитной системой торможения.
- Для безупречной работы пульсометра на клеммах аккумулятора должно быть напряжение не менее 2,7 В (для устройств, которые не подключаются к электросети).
- Перед первой тренировкой ознакомьтесь со всеми функциями и возможностями настройки устройства.

Уход и обслуживание

- Поврежденные детали снижают уровень вашей безопасности и отрицательно влияют на срок службы устройства. Поэтому заменяйте поврежденные или изношенные детали. Не пользуйтесь устройством до тех пор, пока оно не будет исправно и готово к применению. Если понадобиться заменить детали, используйте только оригинальные запчасти KETTLER.
- Чтобы гарантировать предписанный уровень безопасности этого устройства в течение длительного срока, его регулярно должен проверять и обслуживать специалист (один раз в год).
- Используйте для регулярной очистки, ухода и технического обслуживания наш комплект изделий для ухода за тренажерами KETTLER (артикульный номер 07921-000). Вы можете приобрести его в специализированном магазине спорттоваров.
- **Не допускайте проникновения жидкостей внутрь корпуса или в электронику устройства. Это также касается пота!**

Заказ запчастей, стр. 36–38

Оформляя заказ на запчасти, указывайте полный артикульный номер, номер запасной детали, необходимое количество и серийный номер устройства.

Пример заказа: Арт. № 07650-000 / № зап. детали 67000653 / 2 шт./ Серийный номер: ..... Сохраните оригинальную упаковку устройства, чтобы позже ее можно было использовать для транспортировки.

Возврат товара осуществляется только по согласованию и в безопасной упаковке, по возможности в оригинальной картонной коробке. Необходимо детальное описание брака или повреждений!

Важно: Запчасти, соединяемые с помощью резьбы, поставляются без крепежных материалов. Если вам нужны соответствующие крепежные материалы, добавьте в заказ фразу **«с крепежным материалом»**.

Указание касательно утилизации

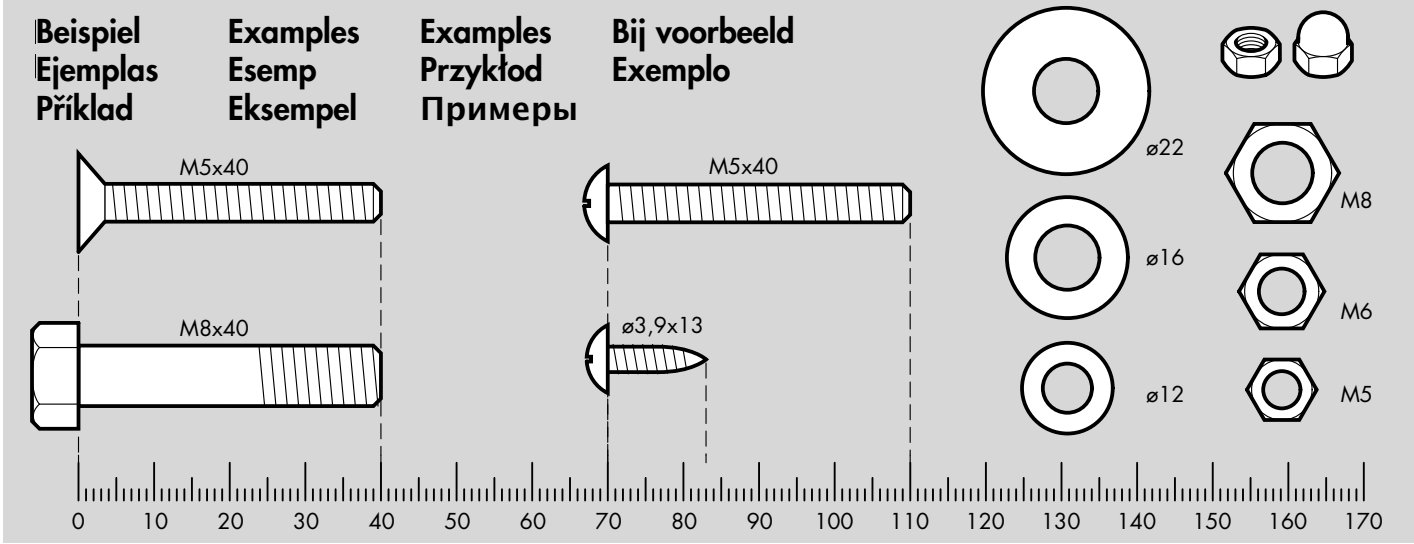
Изделия KETTLER пригодны для переработки и вторичного использования. После завершения срока службы обеспечьте надлежащую утилизацию устройства, сдав его в местный пункт сбора.

RUS **СПОРТМАСТЕР**
Кочновский проезд, д.4, корп. 3
125319 Москва ☎ +7 495 755-81-46
+7 495 755-81-94

www.kettler.ru

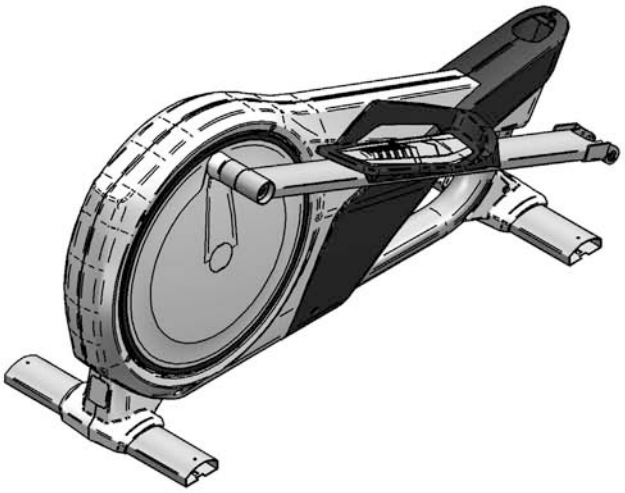
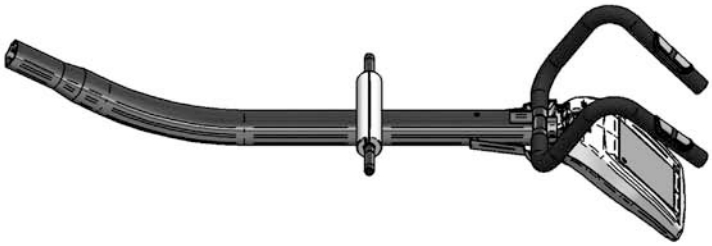
Messhilfe für Verschraubungsmaterial

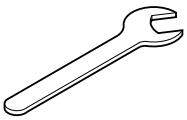
– GB – Measuring help for screw connections
– F – Gabarit pour système de serrae
– NL – Meethulp voor schroefmateraal
– E – Ayuda para la medición del material de atornilladura
– I – Misura per materiale di avvitamento
– PL – Wzornik do połączeń śrubowych
– CZ – Měřící pomůcka pro materiál k přišroubování
– P – Auxiliar de medição para materiais de aparafusamento
– DK – Hjælp til måling af skruer
– RUS – Справка по определению размеров крепежных материалов



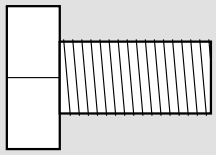
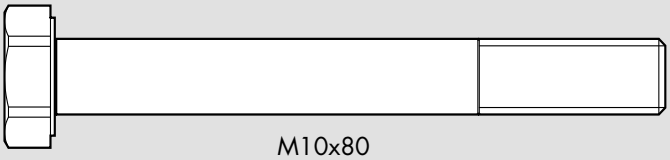
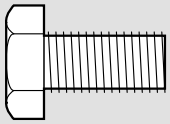
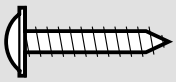
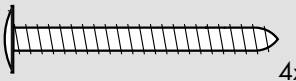
Checkliste (Packungsinhalt)

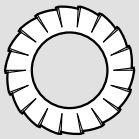
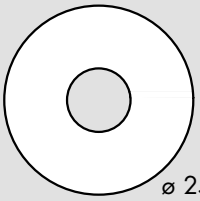
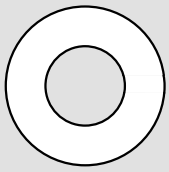
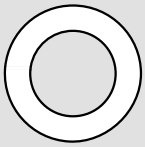
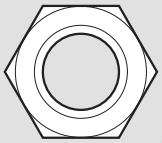
– GB – Checklist (contents of packaging) – F – Liste de vérification (contenu de l'emballage) – NL – Checklijst (verpakkingsinhoud)
– E – Lista de control (contenido del paquete) – I – Lista di controllo (contenuto del pacco) – PL – Lista kontrolna (zawartość opakowania)
– CZ – Kontrolní seznam (obsah balení) – P – Lista de verificação (conteúdo da embalagem)– DK – Checkliste (pakkens indhold)
– RUS – Контрольный список

			*1x*	
			*1x* *1x*	
			*1x*	
			*1x*	
			*1x*	
			*1x*	
			*1x*	
	*1x*			*1x*

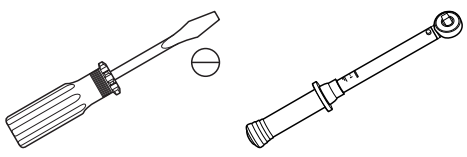
1x	
2x	 SW17

Checkliste (Packungsinhalt)

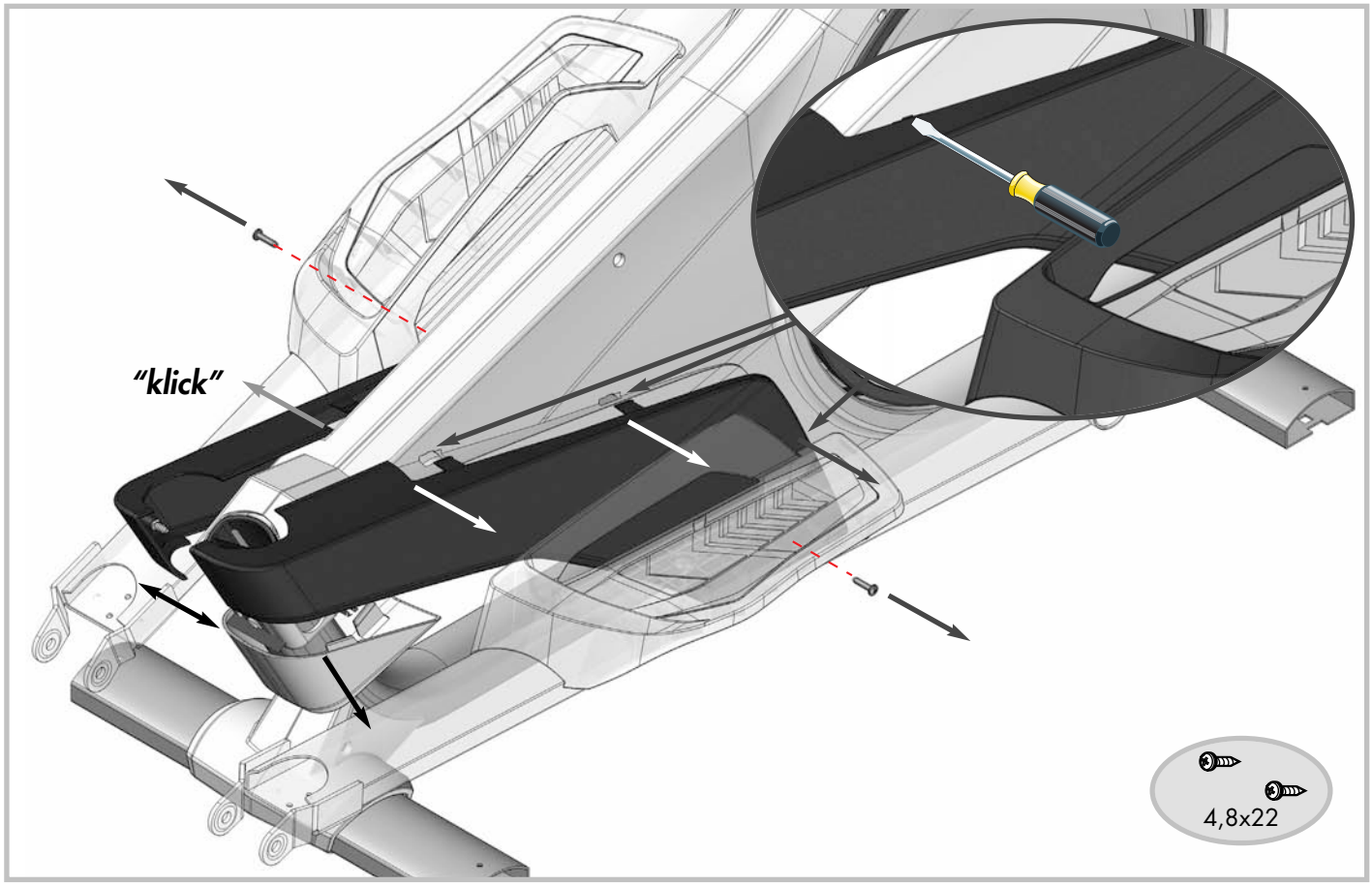
4x		M10x20
2x		M10x80
2x		M8x16
3x		3,9x19
2x		4x35

4x		ø 10,5
2x		ø 25x8,4
4x		ø 21x10,5
4x		ø 18x11,3
2x		M10

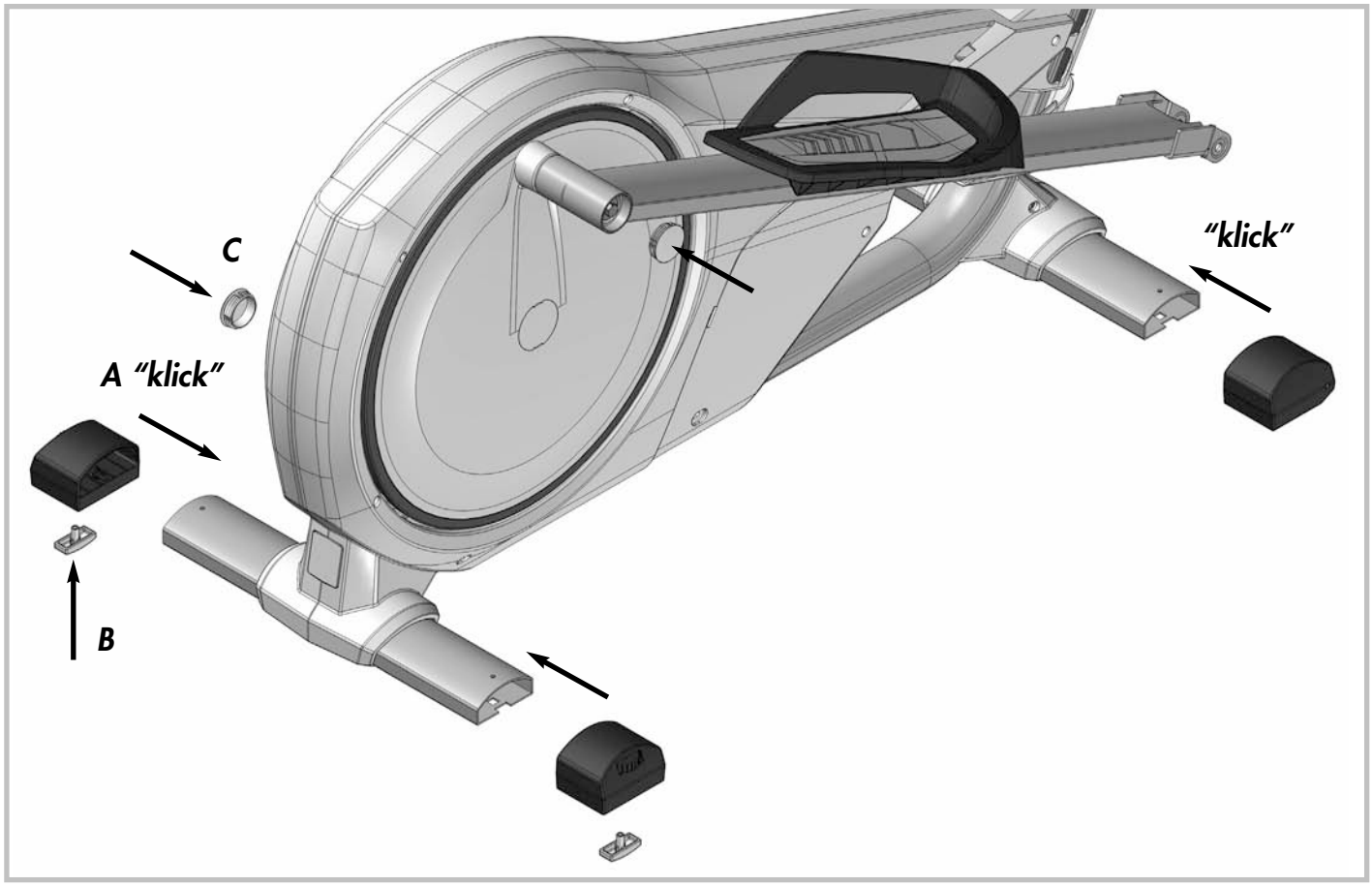
– D – Benötigtes Werkzeug – Gehört nicht zum Lieferumfang.
– GB – Tools required – Not included.
– F – Outils nécessaires – Ne fait pas partie du domaine de livraison.
– NL – Benodigd gereedschap – Is niet bij de levering inbegrepen.
– E – Herramientas necesarias – No forma parte del volumen de entrega.
– I – Strumenti necessari – Non in dotazione alla fornitura.
– PL – Narzędzi – Nie należy do zakresu dostawy.
– CZ – Nářadí potřebné – Nepatří do rozsahu dodávky
– P – Ferramentas necessárias – Não está incluído nas peças fornecidas
– DK – Værktøjer kræves – Er ikke inkluderet i leveringsomfanget.
– RUS – Необходимый инструмент – не входит в комплект поставки.



1



2



– D – **ACHTUNG!**
Die beiden Schrauben C müssen aus technischen Gründen zuerst angezogen werden. Erst dann die Schrauben D anziehen.

– GB – **IMPORTANT!**
Due to technical reasons the screws C have to be tightend first. Tighten the screws D last.

– F – **ATTENTION!**
Pour des raisons techniques il faut d'abord serrer les deux vis C. Serrez ensuite seulement les vis D.

– NL – **LET OP!**
Om technische redenen moeten de beide schroeven C eerst vastgedraaid worden. Pas daarna de schroeven D vastdraaien.

– E – **¡ATENCIÒN!**
Por razones técnicas, los dos tornillos C deben apretarse primero. A continuación apretar los tornillos).

– I – **ATTENZIONE!**
Per motivi tecnici è necessario serrare dapprima le due C. Soltanto dopo questa operazione si possono serrare anche le viti D.

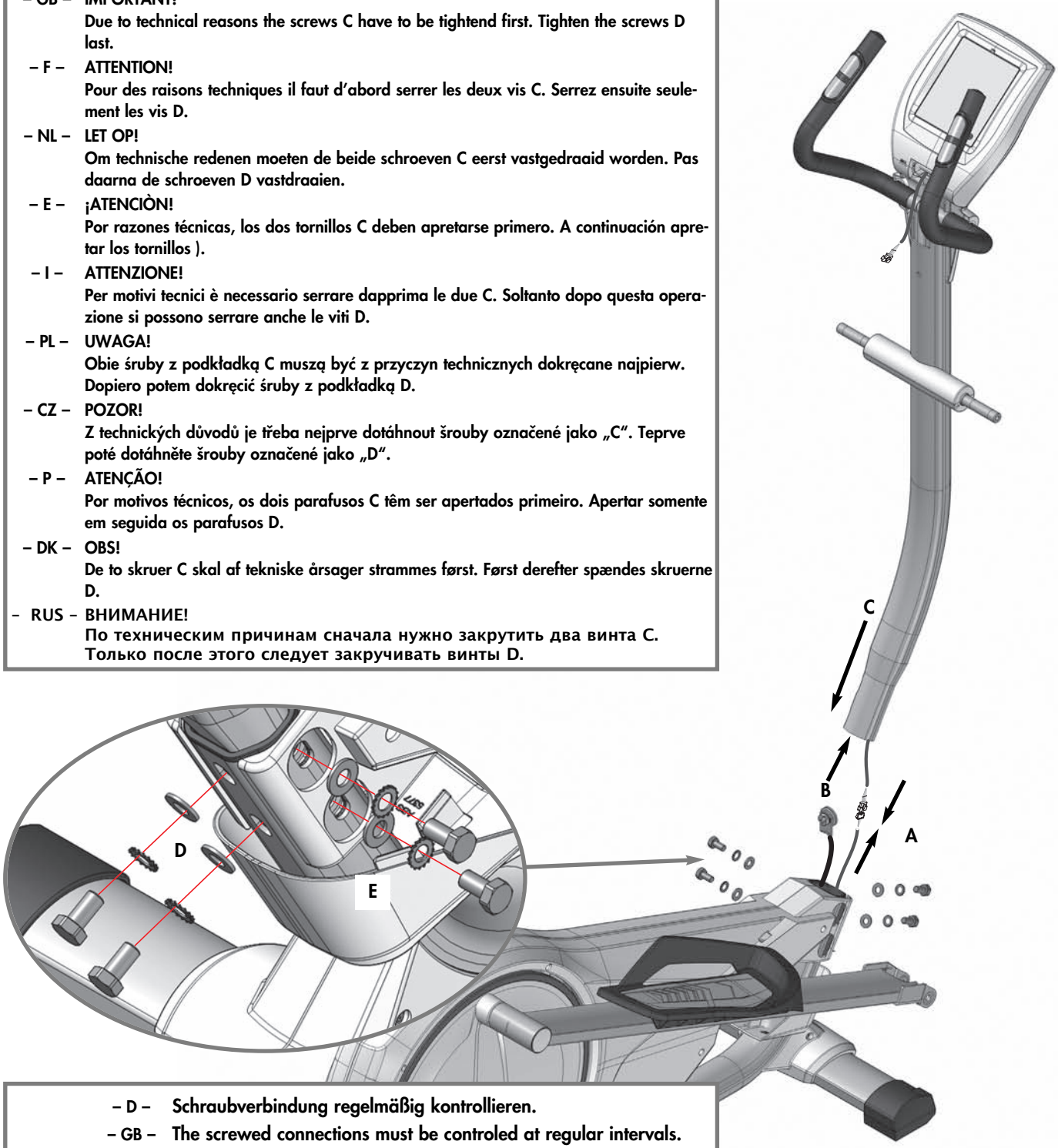
– PL – **UWAGA!**
Obie śruby z podkładką C muszą być z przyczyn technicznych dokręcane najpierw. Dopiero potem dokręcić śruby z podkładką D.

– CZ – **POZOR!**
Z technických důvodů je třeba nejprve dotáhnout šrouby označené jako „C". Teprve poté dotáhněte šrouby označené jako „D".

– P – **ATENÇÃO!**
Por motivos técnicos, os dois parafusos C têm ser apertados primeiro. Apertar somente em seguida os parafusos D.

– DK – **OBS!**
De to skruer C skal af tekniske årsager strammes først. Først derefter spændes skruerne D.

– RUS – **ВНИМАНИЕ!**
По техническим причинам сначала нужно закрутить два винта C. Только после этого следует закручивать винты D.



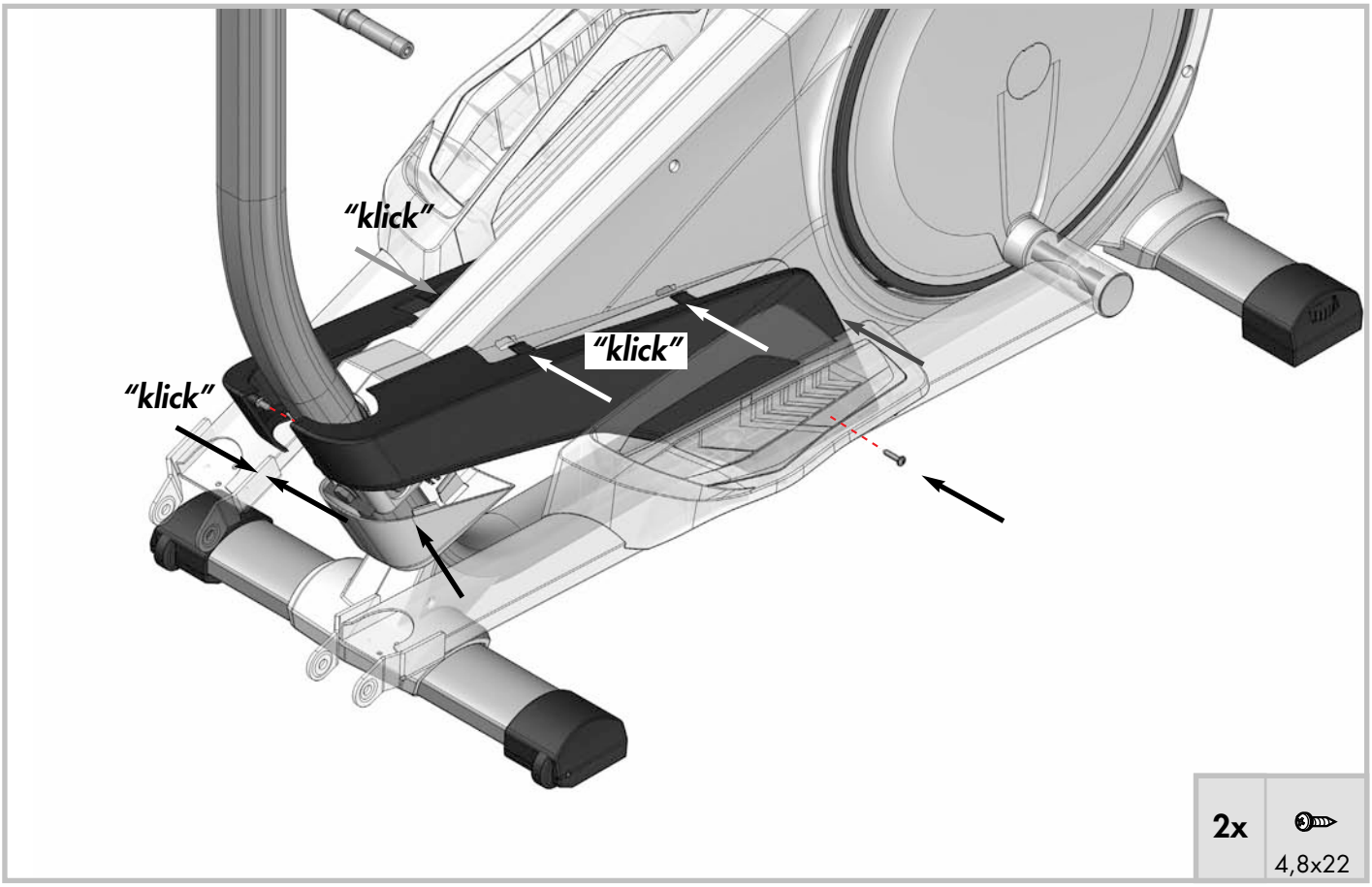
– D – Schraubverbindung regelmäßig kontrollieren.
– GB – The screwed connections must be controled at regular intervals.
– F – Resserrer le raccord à vis à intervalles réguliers.
– NL – Schroefverbinding moet regelmatig opnieuw vastgedraaid worden.
– E – La atornilladura debe ser apretada con regularidad.
– I – Il collegamento a vite va riserrato ad intervalli regolari.
– PL – Połączenie śrubowe musi być regularnie dokręcane.
– CZ – Šroubové spojení pravidelně kontrolujte.
– P – Verifique regularmente as uniões roscadas.
– DK – Kontrollér skrueforbindelsen regelmæssigt.
– RUS – Регулярно проверяйте винтовое соединение.

4x



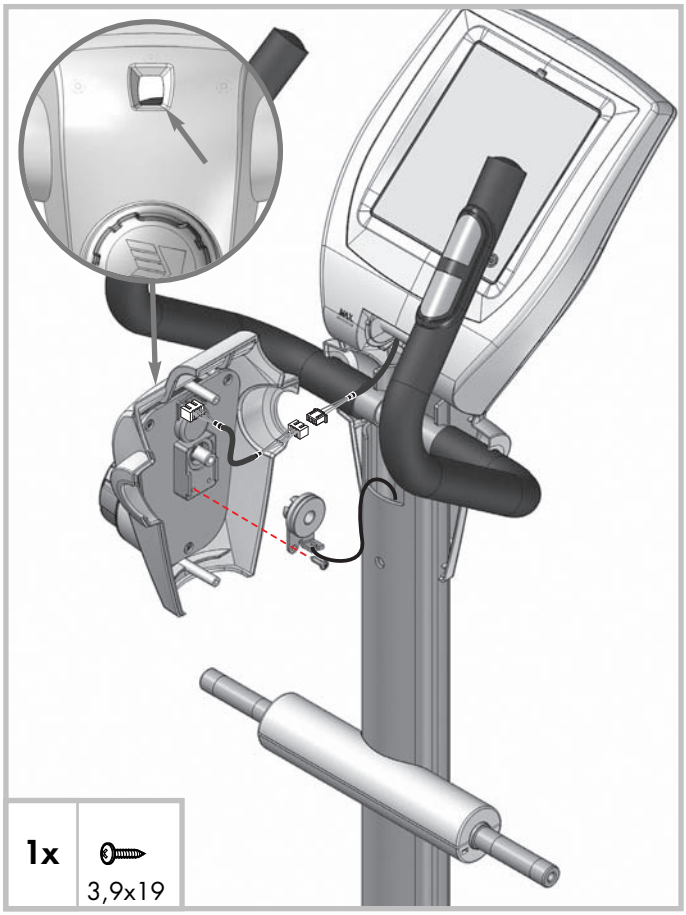
M10x20 · M10 · ø20x10,5
M = 35-40 Nm

4

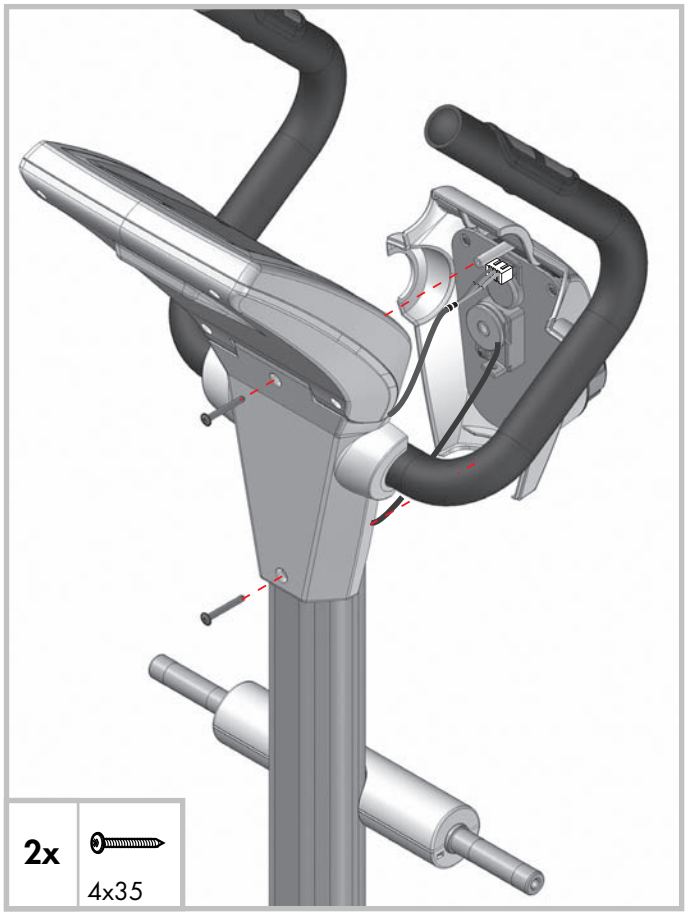


2x	4,8x22

5

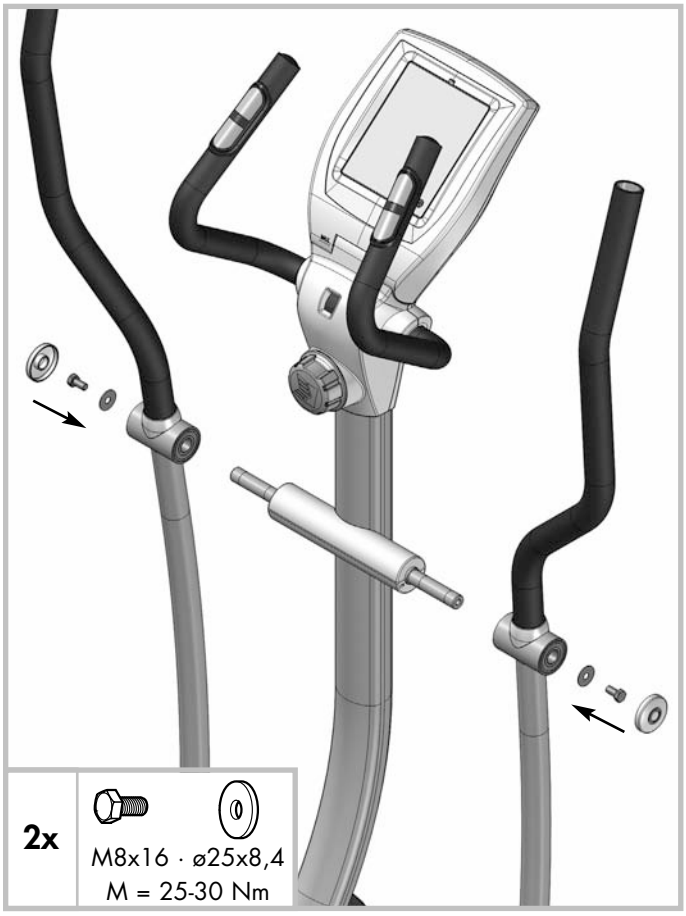


1x	3,9x19

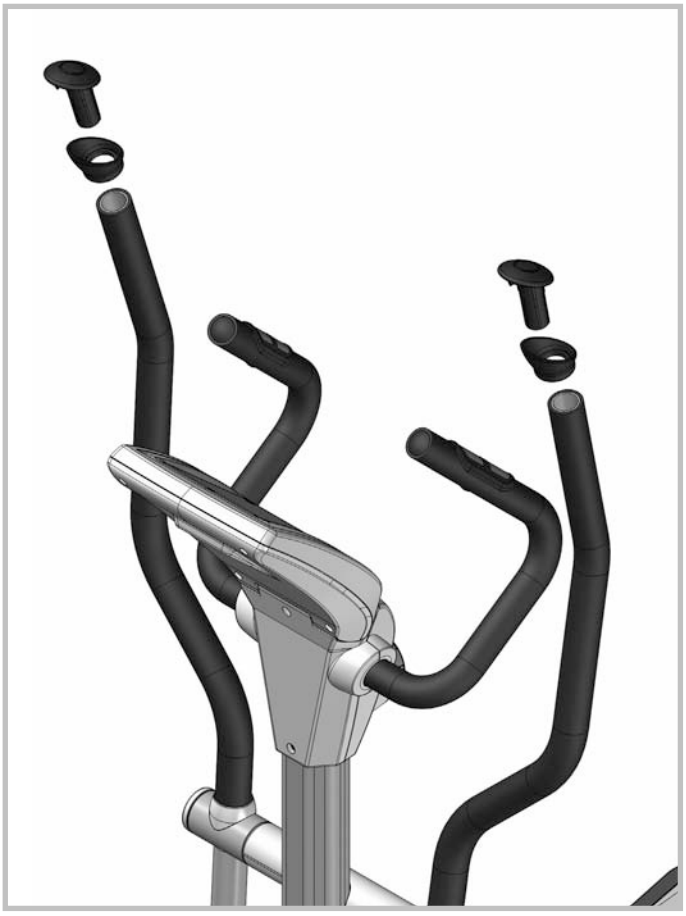


2x	4x35

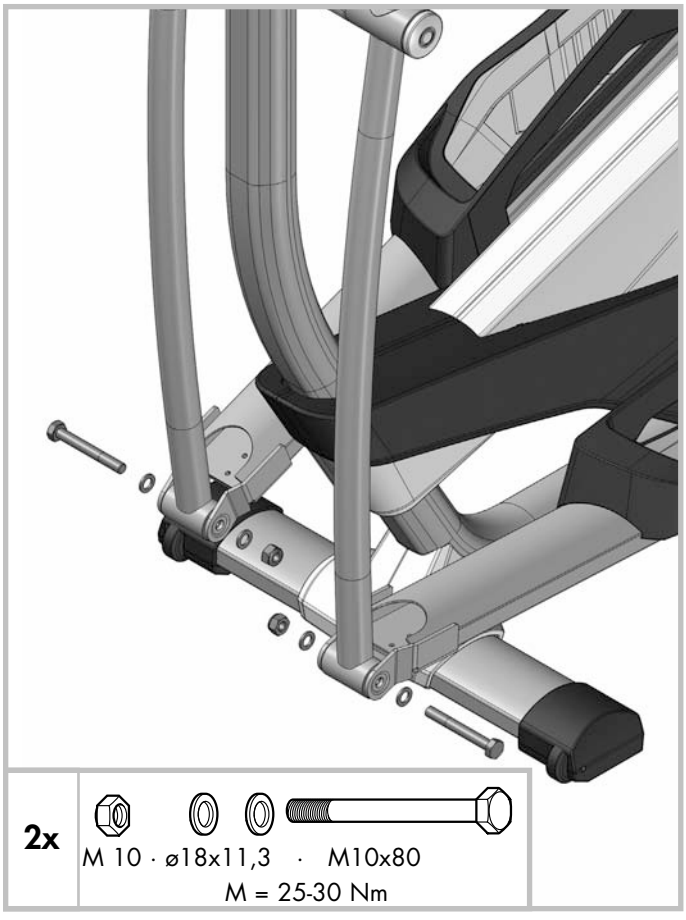
6



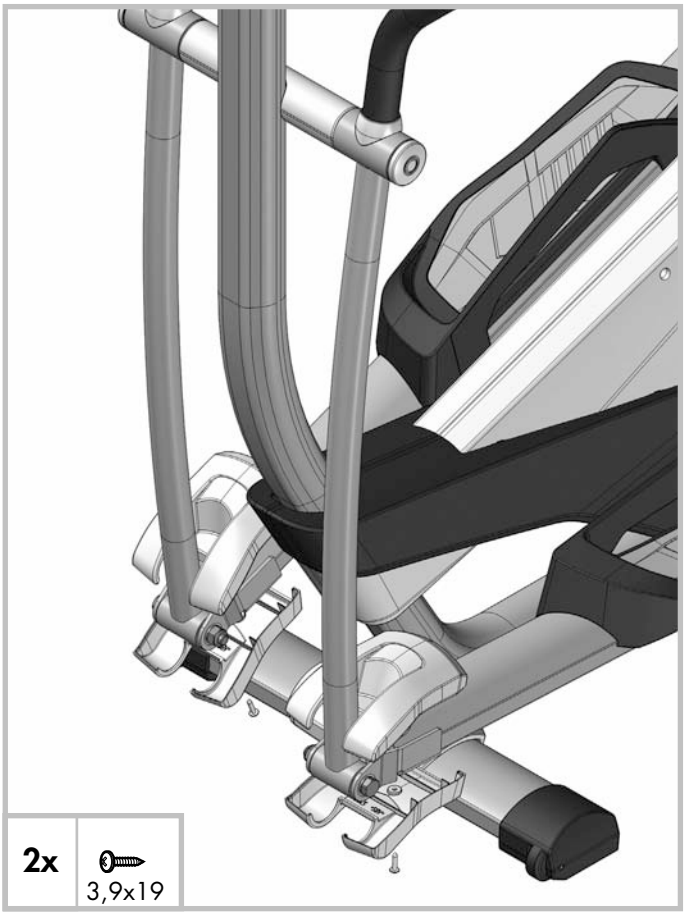
2x	M8x16 · ø25x8,4 M = 25-30 Nm



7

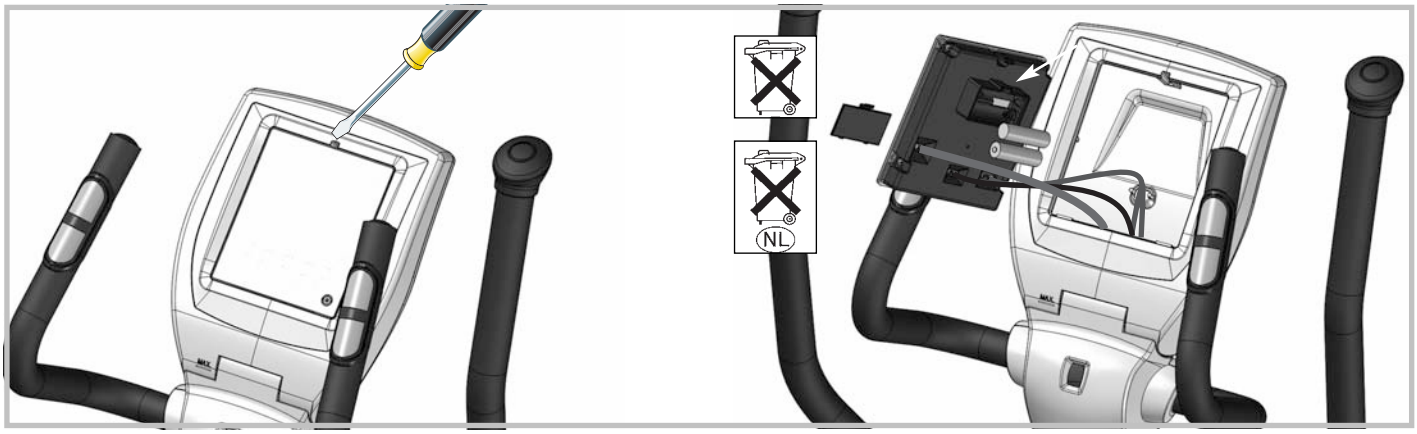


2x	M 10 · ø18x11,3 · M10x80 M = 25-30 Nm



2x	3,9x19

Batteriewechsel

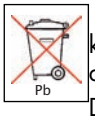


Eine schwache oder erloschene Computeranzeige macht einen Batteriewechsel erforderlich. Der Computer ist mit zwei Batterien ausgestattet. Nehmen Sie den Batteriewechsel wie folgt vor:

- Nehmen Sie den Batteriefachdeckel ab und ersetzen Sie die Batterien durch zwei neue vom Typ AA 1,5V.
- Achten Sie beim Einsatz der Batterien auf die Kennzeichnung im Batteriefachboden.
- Sollte es nach dem Wiedereinschalten zu Fehlfunktionen kommen, klemmen Sie die Batterien noch einmal kurz ab und wieder an.

Wichtig: Aufgebrauchte Batterien fallen nicht unter die Garantiebestimmungen.

Entsorgung von gebrauchten Batterien und Akkus.



Dieses Symbol weist darauf hin, dass Batterien und Akkus nicht mit dem normalen Hausmüll entsorgt werden dürfen.

Die Buchstaben Hg (Quecksilber) und Pb (Blei) unter der durchgestrichenen Mülltonne weisen zusätzlich darauf hin, dass in der Batterie/dem Akku ein Anteil von mehr als 0,0005% Quecksilber oder 0,004% Blei enthalten ist.

Falsches Entsorgen schädigt Umwelt und Gesundheit, Materialrecycling schont kostbare Rohstoffe.

Entfernen Sie bei der Stillegung dieses Produktes alle Batterien/Akkus und geben Sie sie an einer Annahmestelle für das Recycling von Batterien oder elektrischen und elektronischen Geräten ab.

Informationen über entsprechende Annahmestellen erhalten Sie bei Ihrer örtlichen Kommunalbehörde, Entsorgungsbetrieb oder der Verkaufsstelle dieses Gerätes.

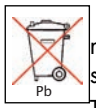
– GB – Battery change

A weak or an extinguished computer display makes a battery change necessary. The computer is equipped with two batteries. Perform the battery change as described below:

- Remove the lid of the battery compartment and replace the batteries by two new batteries of type AA 1,5V.
- When inserting the batteries pay attention to the designation an the bottom of the battery compartment.
- Should there be any misoperation after switching on the computer again, shortly disconnect the batteries once again and reinsert them.

IImportant: The guarantee does not cover worn-out batteries.

Disposal of used batteries and storage batteries



This symbol tells you that batteries and storage batteries must not be disposed of with the normal household waste.

The symbols Hg (mercury) and Pb (lead) underneath the crossed-out rubbish bin also tell you that the battery or storage battery contains more than 0.0005% mercury or more than 0.004% lead.

Improper disposal damages the environment and can damage people's health. Recycling of materials conserves precious raw materials. When disposing of the appliance, remove all batteries and storage batteries from the product and hand them over to the collection point for the recycling of batteries or electrical or electronic appliances. Information about the appropriate collection points can be obtained from your local authorities, your waste disposal team or in the outlet where this appliance was sold.

– F – Changement de piles

Un affichage de l'ordinateur faible ou éteint impose un changement des piles. L'ordinateur est équipé de deux piles. Effectuez le changement comme suit:

- Enlevez le couvercle du logement des piles et remplacez-les par deux piles neuves du type AA 1,5V.
- Veillez au marquage au fond du logement lors de la mise en place des piles.
- En cas de dysfonctionnement après la remise en marche, enlevez brièvement les piles et remettez-les ensuite.

Important: Les piles usées sont exclues des dispositions de garantie.

Elimination des piles et des accumulateurs usagés.



Ce symbole indique que les piles et les accumulateurs ne doivent pas être éliminés avec les déchets ménagers ordinaires.

Les lettres Hg (mercure) et Pb (plomb) situées sous la poubelle barrée indiquent en outre que la pile/l'accumulateur contient une part de plus de 0,0005 % de mercure ou de 0,004% de plomb.

Une mauvaise élimination nuit à l'environnement et à la santé ; le recyclage des matériaux épargne de précieuses matières premières. Enlevez toutes les piles/accumulateurs lorsque ce produit est mis hors service et remettez-les dans un dépôt afin de recycler les piles ou les appareils électriques et électroniques.

Vous trouverez des informations concernant les dépôts correspondants auprès de votre commune, d'une entreprise de traitement ou dans le point de vente où l'appareil a été acheté.

– NL – Verwisselen van de batterijen

Een zwakke of weggevallen computerweergave maakt een batterijwisseling noodzakelijk. De computer werkt op 2 batterijen. Verwisselen van de batterijen gaat als volgt:

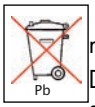
- Verwijder het deksel van het batterijenvak en vervang de bat-

terijen door twee nieuwe van het type AA 1,5V.

- Let bij het verwisselen van de batterijen op de tekens in het batterijenvak.
- Treden er na het verwisselen nog foutieve functies op, haalt u dan de batterijen nogmaals uit het vak en duw ze weer terug.

Belangrijk: batterijen vallen niet onder de garantie.

Verwijderen van gebruikte batterijen en accu's.



Dit symbool attendeert erop dat batterijen en accu's niet met het normale huisvuil verwijderd mogen worden.

De letters Hg (kwikzilver) en Pb (lood) onder de doorgestreepte vuilcontainer geven tevens aan dat de batterij / accu een aandeel van meer dan 0,0005% kwikzilver of 0,004% lood bevat.

Foutieve verwijdering schaadt het milieu en de gezondheid, materiaalrecycling ontziet kostbare grondstoffen.

Verwijder na het stilleggen van het product alle batterijen / accu's en geef ze bij het afgeefpunt voor recycling van batterijen en elektrische en elektronische apparaten af.

Informatie over genoemde afgeefpunten kunt u bij uw plaatselijke gemeente-instanties, het recyclingbedrijf of het verkooppunt van dit apparaat verkrijgen.

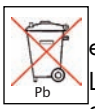
– E – Cambio de la pilas

Una indicación debil o inexistente en el monitor hace necesario un cambio de pilas. El ordenador dispone de dos pilas. Efectúe el cambio de pilas de la siguiente forma:

- Retire la tapa de la caja de pilas y cambie las pilas usadas por nuevas del tipo AA, 1,5V
- Al poner las pilas observe la caracterización en el fondo de la caja de las pilas.
- Si después de ser puesto de nuevo en funcionamiento se produjeran errores, desconecte brevemente las pilas y vuelva a conectarlas.

Importante: Las pilas gastadas no est·n incluidas en la garantìa.

Eliminación de baterías y pilas usadas



Este símbolo indica que las baterías y pilas no se deben eliminar con los residuos domésticos normales.

Las letras Hg (mercurio) y Pb (plomo) debajo de un cubo de basura tachado indican adicionalmente que las baterías y pilas tienen un contenido de más de 0,0005% de mercurio o de 0,004% de plomo.

Una eliminación incorrecta perjudica al medio ambiente y a la salud; el reciclaje de materiales ahorra valiosas materias primas. En la puesta fuera de servicio de este producto, saque todas las baterías y pilas y deséchelas en un punto de recogida para el reciclaje de pilas o aparatos eléctricos y electrónicos.

Puede obtener más información sobre los puntos de recogida correspondientes a través de los servicios municipales, la empresa de eliminación de residuos o el punto de venta de este aparato.

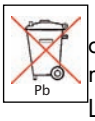
– I – Cambio delle batteria

Una visualizzazione debole o spenta del computer richiede il cambio della batteria. Il computer è munito di due batterie. Procedete al cambio delle batterie nel modo seguente:

- Togliete il coperchio della batteria e sostituite le batterie con 2 nuove del tipo AA, 1,5V
- Fate attenzione nel montaggio al contrassegno nel suolo del vano batteria.
- Se dopo l'inserimento ci dovessero essere funzioni sbagliate, staccate di nuovo le batterie per poco e attaccatele di nuovo.

Importante: Le batterie usate non rientrano nelle condizioni di garanzia.

Smaltimento di pile e batterie usate.



Il presente simbolo avverte che le batterie e le pile non devono essere gettate via insieme ai normali rifiuti domestici.

Le lettere "Hg" (mercurio) e „Pb" (piombo), sotto il simbolo barrato del "bidone della spazzatura con rotelle", indicano inoltre che nelle batterie/pile è presente una concentrazione di mercurio maggiore del 0,0005% oppure di piombo, superiore al 0,004%.

Uno smaltimento errato di tali prodotti danneggia l'ambiente e la salute delle persone,

mentre il riciclaggio dei rifiuti risparmia delle materie prime preziose!

Con la cessazione d'uso di questo prodotto, rimuovere tutte le batterie/pile e consegnarle in un centro di ritiro apposito per il riciclaggio di batterie o di apparecchi elettrici ed elettronici.

Maggiori informazioni in merito al riciclaggio di rifiuti sono disponibili presso le autorità comunali, le aziende di smaltimento e presso il punto-vendita di questo apparecchio.

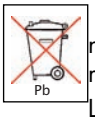
– PL – Wymiana baterii

Słaby lub gasnący wyświetlacz komputera oznacza konieczność wymiany baterii. Komputer wyposażony jest w dwie baterie. Baterie wymienia się w sposób następujący:

- Zdjąć osłonę baterii i wymienić baterie na dwie nowe typu AA 1,5 V.
- Wkładając baterie należy przestrzegać oznakowania na dnie zagłębienia na baterie.
- Jeżeli po ponownym włączeniu stwierdzi się niewłaściwe działanie, to baterie należy na chwilę wyjąć i potem ponownie włożyć.

UWAGA! Zużyte baterie nie podlegają pod warunki gwarancyjne.

Utylizacja zużytych baterii i akumulatorów



Ten symbol oznacza, że baterii i akumulatorów nie wolno utylizować razem z normalnymi odpadami domowymi.

Litery Hg (rtęć) i Pb (ołów) umieszczone poniżej pojemnika na śmieci dodatkowo oznaczają, że w baterii/akumulatorze zawartość rtęci przekracza 0,0005% lub zawartość ołowiu przekracza 0,004%.

Nieprawidłowa utylizacja szkodzi środowisku i zdrowiu, poprzez recykling materiału odzyskiwane są wartościowe surowce! Jeśli produkt nie działa należy wyjąć wszystkie baterie/akumulatory i oddać je do punktu recyklingu baterii lub urządzeń elektrycznych i elektronicznych. Informacje na temat odpowiednich punktów przyjęć otrzymają Państwo w lokalnym urzędzie, zakładzie gospodarki odpadami lub w punkcie sprzedaży tego urządzenia.

– CZ – Výměna baterií

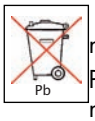
Slabé nebo vůbec žádné zobrazení údajů na displeji počítače poukazuje na potřebu výměny baterií. Počítač je vybaven dvěma bateriemi. Při výměně baterií postupujte následovně:

- Odeberte kryt přihrádky na baterie a zaměňte baterie za dvě nové typu AA 1,5 V.
- Při vsazování baterií dbejte na značení vyobrazené na dně přihrádky pro baterie.

- Jestliže dojde po opětovném zapnutí přístroje k chybné funkci, odeberte krátce baterie a opět je vložte.

Důležité: Vypotřebované baterie nespadají do záručních ustanovení.

Likvidace použitých baterií a akumulátorů.



Tento symbol poukazuje na to, že baterie a akumulátory nesmějí být likvidovány spolu s domácím odpadem.

Písmena Hg (rtuť) a Pb (olovo) pod přeškrtnutou nádobou na domácí odpad dodatečně poukazují na to, že je v baterii / akumulátoru obsažen vyšší podíl rtuti než 0,0005 % nebo olova než 0,004 %.

Chybná likvidace poškozuje životní prostředí a zdraví, recyklace materiálu šetří vzácné suroviny. Při uvedení zařízení mimo provoz vyjměte všechny baterie / akumulátory a odevzdejte je příslušné sběrně pro recyklaci baterií nebo elektrických a elektronických zařízení. Informace o příslušných sběrnách obdržíte na vašem místním obecním úřadě, sběrně zabývající se likvidací odpadu nebo na prodejním místě tohoto zařízení.

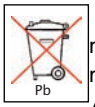
– P – Substituição das pilhas

Se as indicações no computador estiverem fracas ou desaparecerem por completo, é necessário substituir as pilhas. O computador tem duas pilhas. Para substituir as pilhas:

- Remova a tampa do compartimento das pilhas e substitua as pilhas usadas por duas pilhas novas do tipo AA 1,5 V.
- Coloque as pilhas conforme indicado no fundo do compartimento.
- Se, ao ligar novamente, verificar algum defeito no funcionamento, retire as pilhas e volte a colocá-las de seguida.

Importante: As pilhas gastas não estão cobertas pela garantia.

Eliminação de pilhas e acumuladores usados.



Este símbolo indica que as pilhas e os acumuladores não podem ser eliminados através do lixo doméstico normal.

Além disso, as letras Hg (mercúrio) e Pb (chumbo) sob o caixote do lixo riscado advertem para um teor de mais de 0,0005% de mercúrio ou de 0,004% de chumbo na pilha/no acumulador.

A eliminação incorrecta prejudica o meio ambiente e a saúde. A reciclagem de material permite preservar matérias-primas valiosas.

Quando deixar de usar este produto, remova todos os acumuladores/pilhas e entregue-os num posto de recolha para reciclagem de pilhas ou de aparelhos eléctricos e electrónicos.

Para informações sobre os postos de recolha adequados, contacte a entidade municipal local responsável, a empresa de tratamento de resíduos ou o local de venda onde adquiriu este aparelho.

– DK – Udskiftning af batterier

Batteriet skal udskiftes, hvis visningen i displayet er svag eller ikke findes mere. Computeren er udstyret med to batterier. Udskift batterierne således:

- Fjern dækslet på batterirummet og udskift batterierne med to nye batterier, type AA 1,5V.
- Iagttag mærkningen i bunden af batterirummet ved ilægning af batterierne.
- Hvis der opstår fejlfunktioner ved genindkobling, så afbryd forbindelsen og prøv igen.

Vigtigt: Garantien dækker ikke opbrugte batterier.

Bortskaffelse af brugte batterier og akkumulatorer.



Dette symbol viser, at batterier og akkumulatorer ikke må smides i det normale husholdningsaffald.

Bogstaverne Hg (kviksølv) og Pb (bly) under skraldespanden med et kryds over henviser til, at et batteri/en akkumulator indeholder mere end 0,0005% kviksølv eller 0,004% bly.

Forkert bortskaffelse skader miljøet og helbredet, ved genanvendelse af materialer spares der på værdifulde råstoffer. Fjern alle batterier/akkumulatorer, når dette produkt er udtjent, og aflever dem ved et modtagelsessted for genanvendelse af battereier eller elektriske og elektroniske apparater.

Du kan få informationer om modtagelsessteder hos kommunen, det lokale renovationsselskab eller salgsstedet for dette apparat.

– RUS – Замена батареек

Если изображение на дисплее плохо видно или отсутствует вообще, необходимо заменить батарейки. Компьютер комплектуется двумя батарейками. Выполните замену батареек следующим образом:

- Снимите крышку отсека для батареек и вставьте две новых батарейки типа AA с напряжением 1,5 В.
- При вставке батареек обратите внимание на маркировку на дне отсека.
- Если после повторного включения компьютер не функционирует правильно, еще раз ненадолго извлеките батарейки и снова вставьте их.

Важно: гарантия не распространяется на батарейки.

Утилизация использованных батареек и аккумуляторов.



Этот значок указывает на то, что батарейки и аккумуляторы нельзя выбрасывать вместе с бытовыми отходами.

Буквы Hg (ртуть) и Pb (свинец) под зачеркнутым мусорным баком говорят о том, что в батарейке/аккумуляторе

доля ртути составляет более 0,0005% или доля свинца составляет более 0,004%.

Неправильная утилизация вредит окружающей среде и здоровью людей, повторная переработка материалов позволяет сберечь ценное сырье.

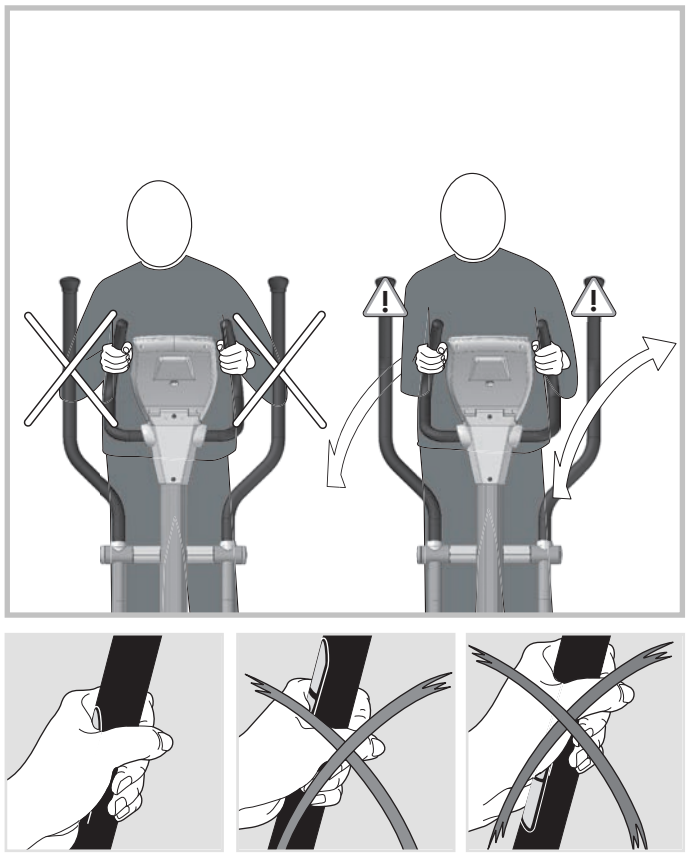
При выводе этого изделия из эксплуатации извлеките батарейки/аккумуляторы и сдайте их в приемный пункт, ответственный за утилизацию батареек, электроприборов и электроники.

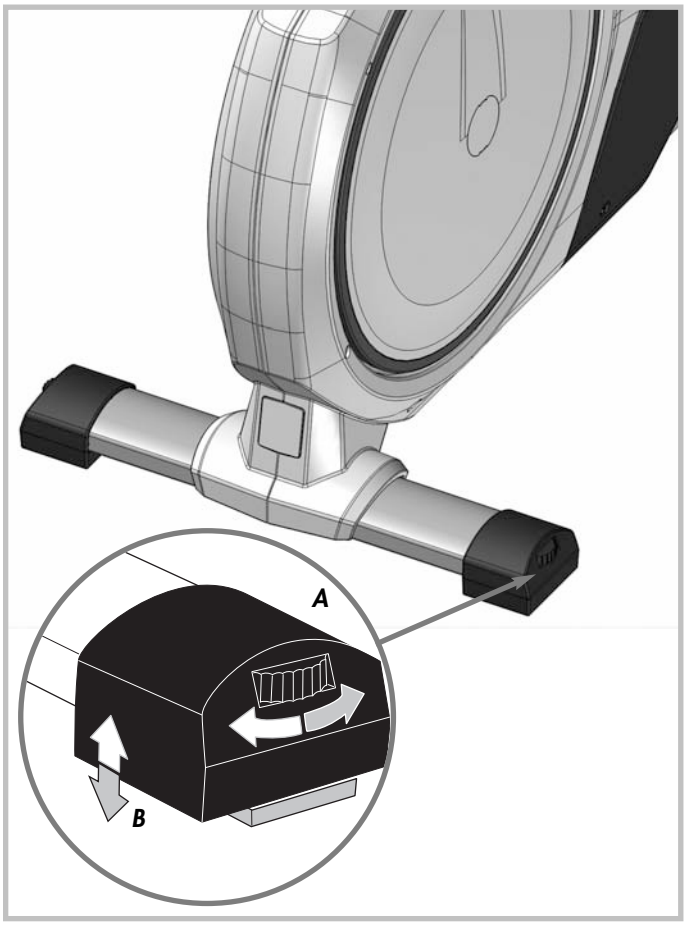
Сведения о соответствующих приемных пунктах вы можете получить в местных органах власти, на предприятии, занимающемся утилизацией, или в магазине, в котором было приобретено устройство.

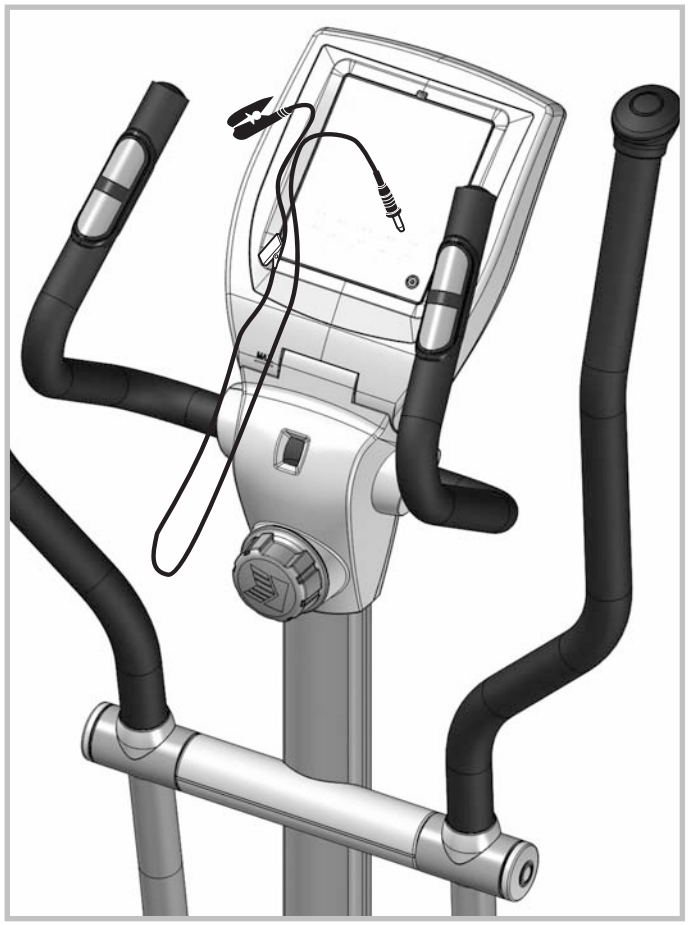
Handhabungshinweise

– GB – Handling
– E – Aplicación
– CZ – Pokyny k manipulaci
– RUS – Указания по обращению
– F – Utilisation
– I – Utilizzo
– P – Notas sobre o manuseamento
– NL – Handleiding
– PL – Zastosowanie
– DK – Håndtering

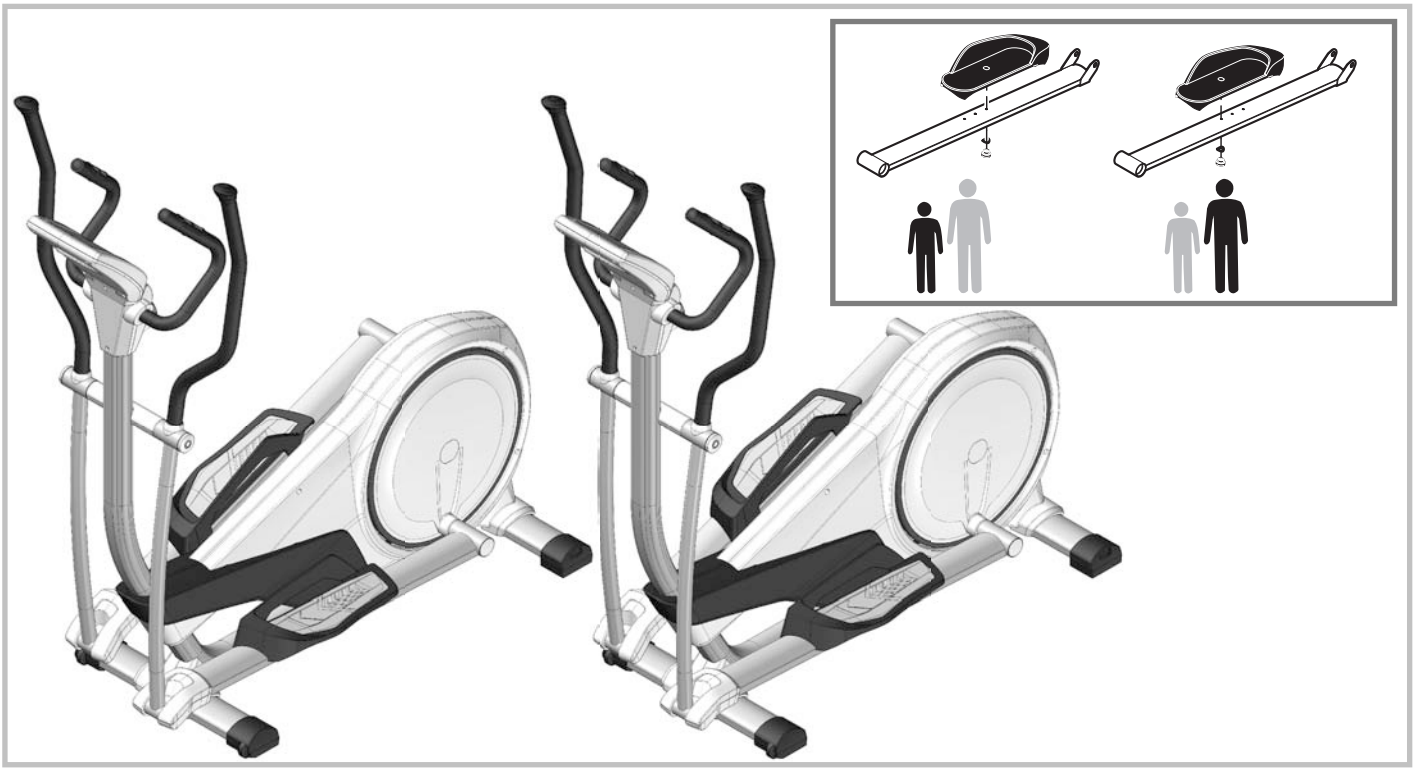








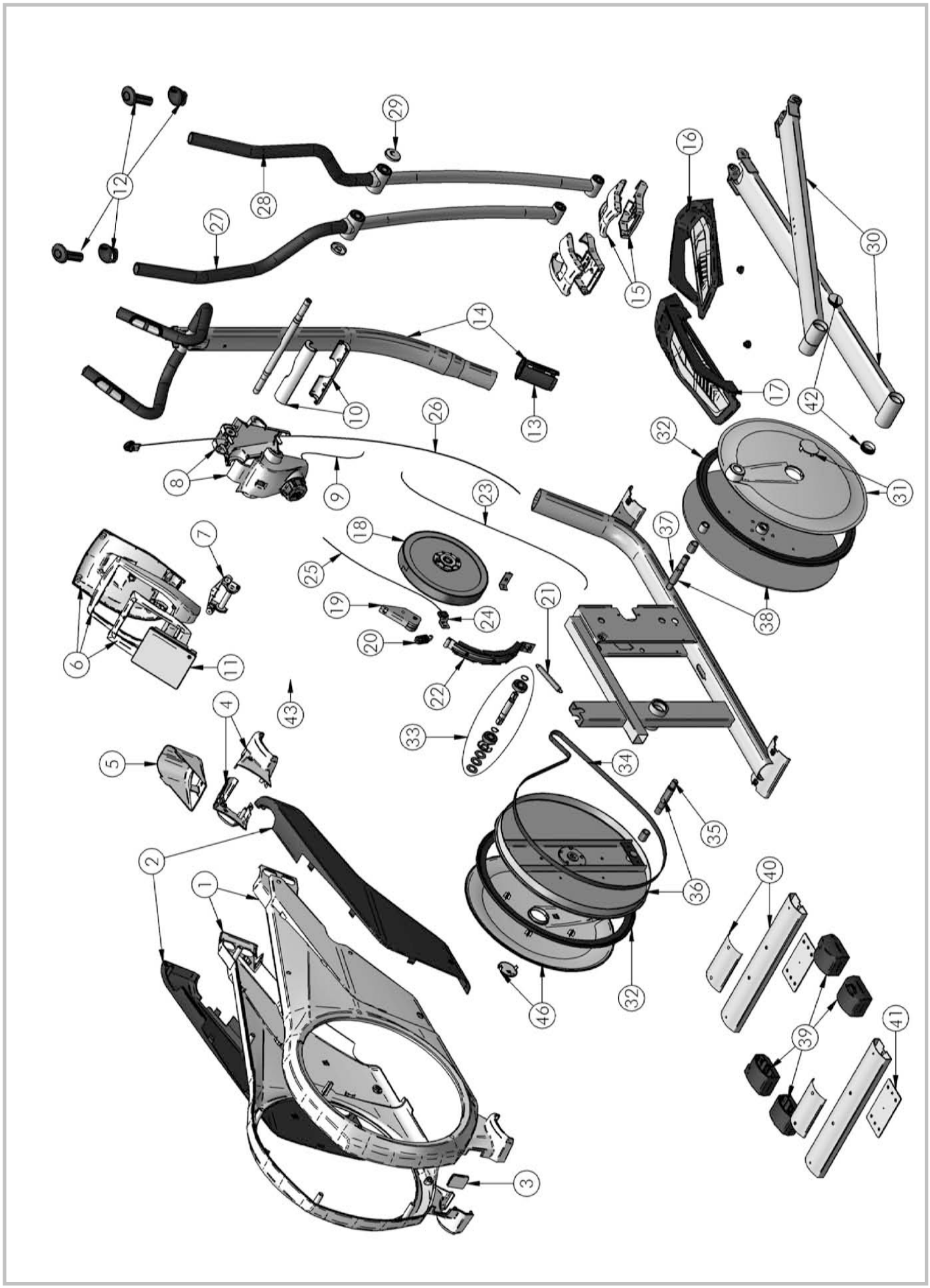
Handhabungshinweise



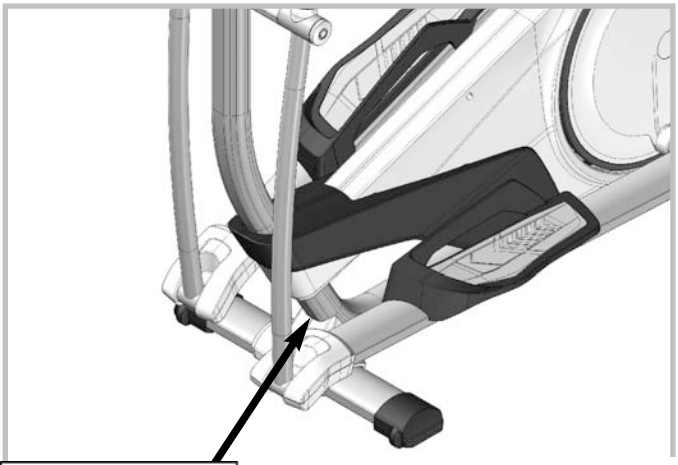
Ersatzteilbestellung

– GB – Spare parts order **– F – Commande de pièces de rechange** **– NL – Bestelling van reserveonderdelen**
– E – Pedido de recambios **– I – Ordine di pezzi di ricambio** **– PL – Zamówiene części zamiennych**
– CZ – Objednání náhradních dílů **– P – Encomenda de peças sobressalentes** **– DK – Bestilling af reservedele**
– RUS – Заказ запчастей

Pos.-Nr.	Crosstrainer Unix M Bezeichnung	Stück	07650-000 Bestell-Nr.
1	Seitenverkleidungen re/li (5373/5374) kpl.	1	94600210
2	Aufsatz re/li (5375/5376) kpl.	1	94600232
3	Abdeckung (4195)	1	70129374
4	Fußverkleidungen re/li (5378/5379) kpl.	1	94600212
5	Abeckung (5377)	1	70129514
6	Cockpit (5166/5168/5404)	1	94600233
7	Gelenkteil (5111)	1	70127839
8	Verstelleinheit kpl.	1	94318315
9	Poti mit 3-pol.Kabel	1	67000838
10	Achsabdeckung (5396/5397)	1	94600215
11	Computer FB610	1	94318368
12	Rohrendkappen (4011/4013) kpl.	1	94600216
13	Führungsbuchse (5391)	1	70129515
14	Vorderrohr kpl. mit Softgrip, Handpuls, Stopfen und Führungsbuchse (5391)	1	94600217
15	Gelenkabdeckungs-Set (5392/5393) kpl.	2	94600218
16	Fußtritt mit Antirutschmatte rechts	1	94600234
17	Fußtritt mit Antirutschmatte links	1	94600235
18	Schwungrad kpl.	1	91140381
19	Spannwinkel kpl. mit Kugellager 6300-ZZ	1	94600241
20	Zugfeder für Umlenkrolle (4-5279)	1	25635052
21	Zugfeder (4-5217)	1	25615060
22	Magnetbügel kpl. mit 3 Segmenten	1	94313513
23	Verlängerungskabel 1400 mm	1	67000936
24	Kontakthalteblech (4-6628)	1	97002284
25	Geschwindigkeitsaufnehmer S-20/ 850 (SPU)	1	67000664
26	Bowdenzug	1	94318313
27	Armhebel li. kpl.	1	94600225
28	Armhebel re. kpl.	1	94600224
29	Schraubenabdeckung (4871)	2	70130112
30	Pedalarm mit Kugellager	2	94318276
31	Rondenabdeckung (5380) rechts mit Deckel (5382)	1	94600227
32	Außenring (5402)	2	70129511
33	Wellen-Set kpl.	1	94600228
34	Poly-V-Riemen 1651 PJ6	1	67005127
35	Lagerachse 20x120,5 LH-Gewinde	1	10900092
36	Riemenscheibe kpl. mit Lagerachse	1	94600229
37	Lagerachse 20x120,5 RH-Gewinde	1	10900091
38	Laufrad kpl. mit Lagerachse	1	94600230
39	Bodenschoner-Set	1	91180488
40	Bodenrohr mit Folienpapier	2	94600231
41	Halteblech (BD 1456)	2	97200256
42	Lamellenstopfen SFL 42	2	10100098
43	Ohrclip	1	67000653
44	Teilebeutel kpl. mit Schraubenbeutel o. Abb.	1	94318287
45	Schraubenbeutel o. Abb.	1	94318321
46	Rondenabdeckung (5380) links mit Deckel (5382)	1	94600507


1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33
34
35
36
37
38
39
40
41
42
43
46

Ersatzteilbestellung





– D – Beispiel Typenschild - Seriennummer
– GB – Example Type label - Serial number
– F – Example Plaque signalétique - Numèro de serie
– NL – Bij voorbeeld Typeplaatje - Seriennummer
– E – Ejemplo Placa identificativa - Número de serie
– I – Esempio Targhetta tecnica - Numero di serie
– PL – Przyklady Tabliczka identyfikacyjna - Numer serii
– CZ – Příklad typového štítku – sériové číslo
– P – Exemplo placa de características - número de série
– DK – Eksempel type label – serienummer
– RUS – Пример заводской таблички с серийным номером

– D – Geben Sie bei Ersatzteilbestellungen bitte die vollständige Artikelnummer, die Ersatzteilnummer, die benötigte Stückzahl und die Seriennummer des Gerätes an.

– GB – When ordering spare parts, always state the full article number, spare-part number, the quantity required and theS/N of the product.

– F – En cas de commande de pièces de rechange, nous vous prions de mentionner la référence article, le numéro de pièce de rechange, la quantité demandée et le numéro de série de l'appareil.

– NL – Vermeld bij de onderdelenbestellingen a.u.b. het volledige artikelnummer, het onderdeelnummer, het benodigde aantal en het serienummer van het apparaat.

– E – Indicar con los pedidos de piezas de repuesto el número completo del artículo, el número de la pieza de repuesto, las unidades solicitadas y el número de serie del aparato.

– I – Per l'ordinazione di parti di ricambio indicate il completo numero di articolo, della parte di ricambio, il numero di unit necessario nonchè il numero di serie dell'apparecchio.

– PL – Przy zamawianiu części zamiennych proszę podawać kompletny numer artykułu, numer części zamiennej i numer serii urządzenia.

– CZ – Při objednání náhradních dílů prosím udejte úplné číslo zboží, číslo náhradního dílu, potřebný počet kusů a sériové číslo přístroje.

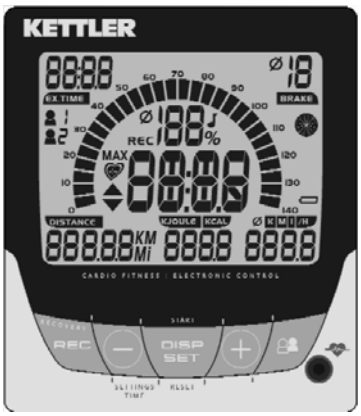
– P – Ao encomendar peças sobressalentes, por favor indique o número completo do artigo, o número da peça sobressalente, o número de unidades necessárias e o número de série do aparelho.

– DK – Ved bestilling af reservedele skal du altid opgive det fuldstændige artikelnummer, nummeret på reservedelen, det ønskede antal og maskinens serienummer (se Håndtering).

– RUS – Оформляя заказ на запчасти, указывайте полный артикульный номер, номер запасной детали, необходимое количество и серийный номер устройства.

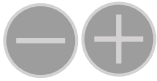
Описание тренировочного компьютера

Модель FB601



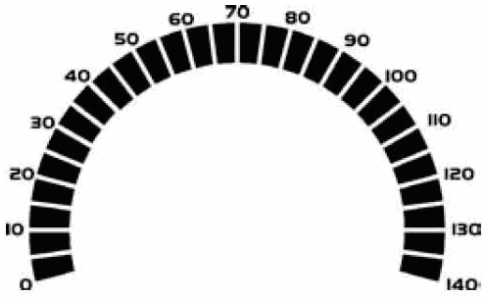
Тренировочный компьютер вашего тренажера способен хранить персональные данные 2 пользователей, сохранять в памяти данные последней тренировки, а также определять расход энергии в зависимости от установленного уровня нагрузки. По своему усмотрению вы можете выбрать один из двух режимов отображения данных: (24 часа – кДж – км) или (12 часов – ккал – мили).

Краткое описание клавиш

DISP-SET (краткое нажатие) • переход из режима ожидания в режим тренировки • сохранение текущего параметра и переход к установке следующего	
DISP-SET (длительное нажатие в режиме ожидания) • перезагрузка компьютера с удалением всех данных	
Минус / Плюс • Изменение устанавливаемого параметра (удержание клавиши в нажатом состоянии приведет к быстрому пролистыванию значений) • Совместное нажатие клавиш приведет к сбросу введенных данных	
Минус (краткое нажатие в режиме ожидания) • Отображение данных последней тренировки (MEM) и общего «пробега» тренажера (ODO)	
Минус (длительное нажатие в режиме ожидания) • Установка времени (TIME) • Выбор единиц измерения (SETTINGS) ME = 24-ти часовой дисплей, энергия в кДж, дистанция в км IM = 12-ти часовой дисплей, энергия в ккал, дистанция в милях • Активация функции STORE (хранение данных пользователей)	
REC (функция Фитнес-тест) • Запуск функции Фитнес-тест	
Пользователи • Вызов общих результатов тренировки (дистанция, время) пользователей 1 и 2 • Вызов данных предыдущей тренировки	
Измерение пульса Для измерения пульса вы можете воспользоваться любым из трех возможных вариантов: 1. Измерение с помощью ушного датчика-клипсы (не входит в комплект). Подключите штекер датчика к разъему компьютера. 2. С помощью сенсоров на поручнях. Разъем подключения находится на задней стороне компьютера. 3. С помощью нагрудного датчика пульса (не входит в комплект). См. инструкцию к нагрудному датчику пульса.	 

Символы дисплея и их значение

ЧАСТОТА ВРАЩЕНИЯ ПЕДАЛЕЙ (RPM)
Диапазон: 10 – 140 (мин$^{-1}$)
1 сегмент = 5 (мин$^{-1}$)



ПУЛЬС

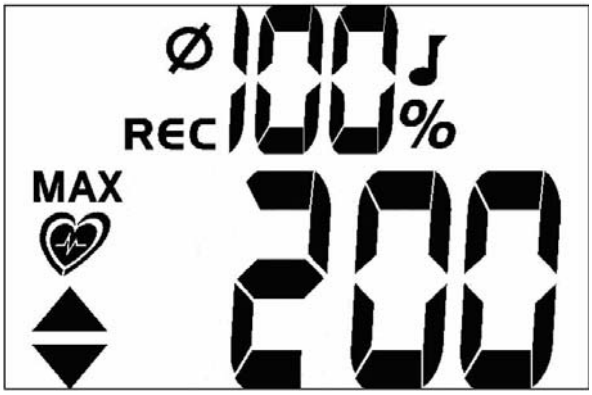
Ø – отображение среднего значения

REC – выполнение функции Фитнес-тест

MAX – превышение максимального установленного значения пульса

– измерение пульса активно

– измеренное значение пульса меньше/больше заданного целевого значения; необходимо увеличить/уменьшить интенсивность



ПУЛЬС В ПРОЦЕНТАХ ОТ МАКСИМАЛЬНОГО

% – отношение измеренного значения пульса к максимальному заданному

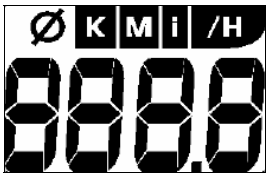
– включено звуковое оповещение о превышении максимального заданного значения пульса

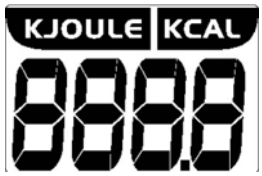


ДИСТАНЦИЯ (DISTANCE)
Диапазон: 0,00 – 99,99



СКОРОСТЬ
Диапазон: 0 – 99,9



РАСХОД ЭНЕРГИИ (KJOULE =кДЖ ИЛИ KCAL=ККАЛ) Диапазон: 0 – 9999	
ВРЕМЯ (EX.TIME) Диапазон: 0:00 – 99:59	
УРОВЕНЬ НАГРУЗКИ (BRAKE) Диапазон: 1 – 10	
ЗАРЯД БАТАРЕЙ Заряда батарей недостаточно для измерения пульса. Замените батареи.	

УСТАНОВКА ВРЕМЕНИ

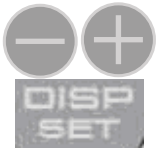
- В режиме ожидания нажмите и удерживайте клавишу Минус в течение примерно 3 секунд





На дисплее начнет мигать значение часов

- Установите значение часов с помощью клавиш Плюс и Минус
- Нажмите клавишу DISP SET для перехода к установке следующего параметра

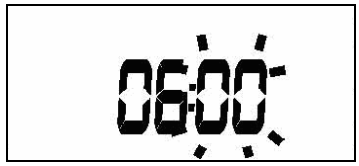




На дисплее начнет мигать значение минут

- Установите значение минут с помощью клавиш Плюс и Минус
- Нажмите клавишу DISP SET для перехода к установке следующего параметра





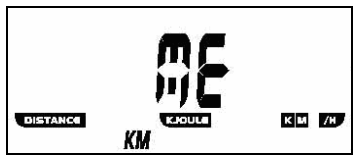
- Выберите режим отображения данных: IM или ME с помощью клавиш **Плюс** и **Минус**

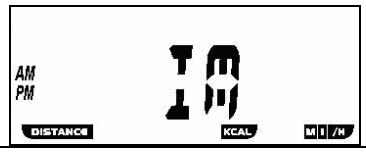
ME = 24-ти часовой дисплей, энергия в кДж, дистанция в км

IM = 12-ти часовой дисплей, энергия в ккал, дистанция в милях

- Нажмите клавишу DISP SET для перехода к установке следующего параметра



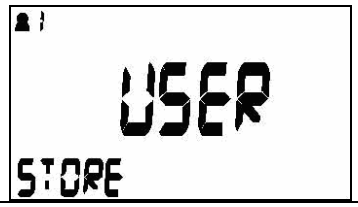




- Нажмите клавишу **Плюс** или **Минус** для активации функции Store (Хранение данных) для пользователя 1. После активации этой функции сохраненные данные по продолжительности, дистанции, расходу энергии и пульсу будут сохраняться в памяти компьютера и предлагаться для каждой новой тренировки.
- Нажмите клавишу DISP SET для перехода к установке следующего параметра



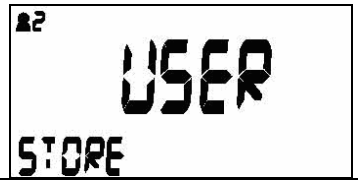




- Нажмите клавишу **Плюс** или **Минус** для активации функции Store (Хранение данных) для пользователя 2.







Дисплей вернется в режим ожидания с отображением установленного времени.

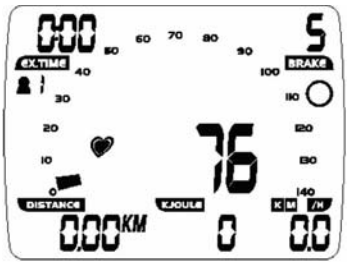


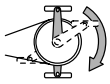
БЫСТРЫЙ СТАРТ



- Нажмите клавишу DISP SET

Дисплей перейдет в состояние готовности к тренировке для Пользователя 1.
На дисплее отображается установленный уровень нагрузки, все остальные параметры отображаются нулевыми значениями.
Данные пульса отображаются в том случае, если поступает сигнал с датчика пульса.





- Начните вращать педали.

Параметры тренировки (время, дистанция, расход энергии) будут последовательно увеличиваться, графический дисплей будет отображать частоту вращения педалей.
При вращении педалей активируется анимированный символ «колесо».



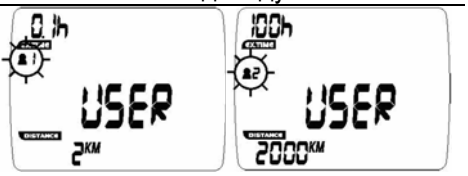
ТРЕНИРОВКА С ПРЕДУСТАНОВЛЕННЫМИ ПАРАМЕТРАМИ

Ваш тренажер имеет встроенную возможность тренировки в режиме обратного отсчета установленных параметров (дистанции, времени тренировки и расхода энергии). При достижении нулевого значения целевого параметра компьютер издаст предупреждающий сигнал, после чего отсчет продолжится далее в сторону увеличения.

При активации функции контроля пульса вы также можете автоматически получать рекомендации по интенсивности тренировки для поддержания необходимой частоты пульса, а также контролировать превышение верхней границы зоны допустимого пульса.

Компьютер может хранить в памяти данные о тренировках двух пользователей. Благодаря этому вы можете проводить тренировку, не задавая каждый раз одни и те же параметры. Компьютер также будет сохранять в памяти общее время тренировки и пройденную дистанцию для каждого пользователя индивидуально.

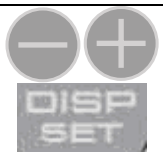


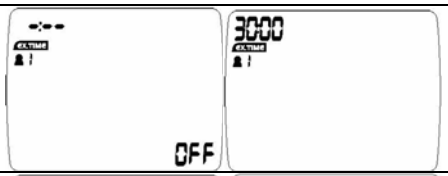


- Для активации функции Store нажмите клавишу Пользователи.

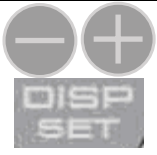
*На дисплее будет мигать символ **Пользователь** 1 и соответствующие значения общей дистанции и времени тренировок.*

- Выберите нужного пользователя с помощью клавиш **Плюс** и **Минус**.
- Подтвердите выбор нажатием клавиши DISP SET





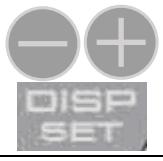
- Установите целевое время тренировки для выбранного пользователя с помощью клавиш **Плюс** и **Минус**.
- Подтвердите выбор нажатием клавиши DISP SET





- Установите целевую дистанцию для выбранного пользователя с помощью клавиш **Плюс** и **Минус**.
- Подтвердите выбор нажатием клавиши DISP SET

- Установите целевой расход калорий для выбранного пользователя с помощью клавиш **Плюс** и **Минус**.
- Подтвердите выбор нажатием клавиши DISP SET

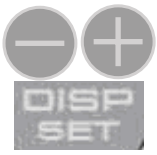


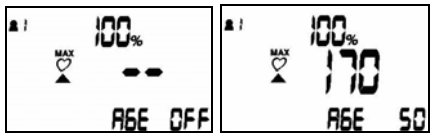


- Установите возраст для выбранного пользователя с помощью клавиш **Плюс** и **Минус**.

Возраст пользователя используется для определения и контроля максимально допустимого значения пульса. Максимально допустимый пульс считается по формуле
220 – возраст.

- Подтвердите выбор нажатием клавиши DISP SET

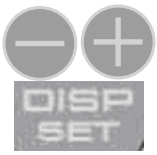




- Активируйте предупредительный сигнал с помощью клавиш **Плюс** и **Минус**.

На дисплее появится символ ♩
При превышении установленного значения максимального пульса компьютер издаст звуковой и визуальный предупредительный сигнал.

- Подтвердите выбор нажатием клавиши DISP SET





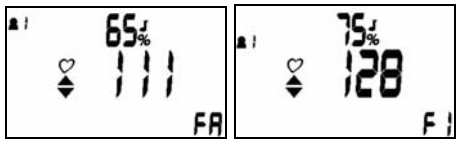
- Установите целевой пульс: FA65% или FI75% с помощью клавиш **Плюс** и **Минус**.

FA65% – режим сжигания жира
FI75% – режим фитнес-тренировки

- Подтвердите выбор нажатием клавиши DISP SET

Компьютер перейдет в режим готовности к тренировке





либо

вы также можете задать целевое значение пульса вручную, независимо от возраста. При этом вы будете получать рекомендации по интенсивности тренировки для поддержания целевого пульса, но контроль за максимальным пульсом будет неактивен. Для этого на стадии ввода возраста оставьте этот параметр в состоянии OFF (выключено).

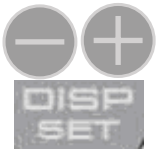
- Подтвердите выбор нажатием клавиши DISP SET

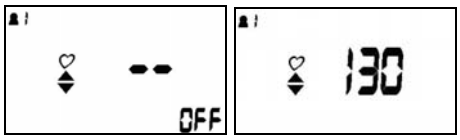




- Установите целевое значение пульса с помощью клавиш Плюс и Минус.
- Подтвердите выбор нажатием клавиши DISP SET

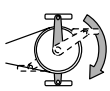
Компьютер перейдет в режим готовности к тренировке

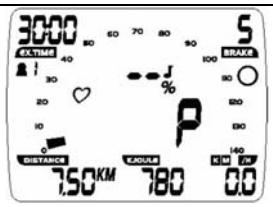




- Начните вращать педали.

Заданные параметры начнут последовательно изменяться в режиме обратного отсчета.





Если вы вращаете педали медленнее 10 об/мин, компьютер считает тренировку завершенной. Анимированный символ колеса останавливается, на дисплее отображаются достигнутые значения параметров тренировки. Для скорости вращения, пульса и скорости отображаются средние значения и символ Ø.
Для выключения и включения сканирующего режима используйте клавишу DISP SET
Данные о тренировке отображаются на дисплее в течение 4 минут. Если в течение этого периода вы не нажимаете клавиш компьютера и не вращаете педали, компьютер переходит в режим ожидания с отображением на дисплее установленного времени.
Если в течение 4 минут вы возобновите вращение педалей, тренировка продолжится с последних достигнутых значений.



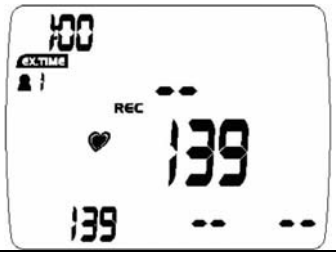


Функция Фитнес-тест

- По окончании тренировки нажмите клавишу REC и положите ладони на датчики пульса.

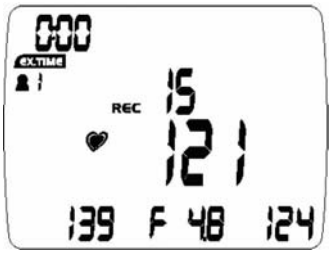
На дисплее будет отображаться начальное значение пульса и значение пульса в динамике.





По истечении 60 секунд система измерит ваш пульс и выставит фитнес-оценку от 1,0 (отлично) до 6,0 (плохо).

Фитнес-оценка рассчитывается по формуле:
$F = 6 – (10 \times (P1 – P2) / P1)^2$,
где P1 –пульс сразу после тренировки,
P2 – пульс через минуту после тренировки



Если в начале или конце работы функции система не сможет определить ваш пульс, на дисплее появится сообщение об ошибке.



Просмотр результатов последней тренировки

- Нажмите клавишу **Пользователи**

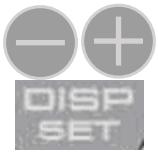


На дисплее появятся данные (общая продолжительность тренировки и пройденная дистанция) для Пользователя 1, значок



мигает.

- Для смены пользователя нажмите клавишу **Плюс** или **Минус**



- Для подтверждения выбора пользователя нажмите клавишу DISP SET

- Нажмите клавишу **Пользователи** еще раз



На дисплее появятся результаты последней тренировки выбранного пользователя: время тренировки, пройденная дистанция, расход энергии, а также средние значения пульса, частоты вращения педалей, скорости и уровня нагрузки (со значком Ø)



- Нажмите клавишу DISP SET

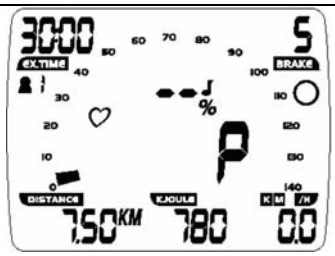


На дисплее появятся результаты последней тренировки выбранного пользователя: время тренировки, пройденная дистанция, расход энергии, а также максимальные значения пульса, частоты вращения педалей, скорости и уровня нагрузки (со значком MAX)



- Для возврата в режим готовности к тренировке нажмите клавишу DISP SET





Обратите внимание!

















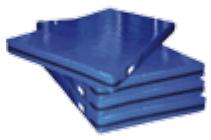














ТОТ САМЫЙ МАГАЗИН

www.f.ua