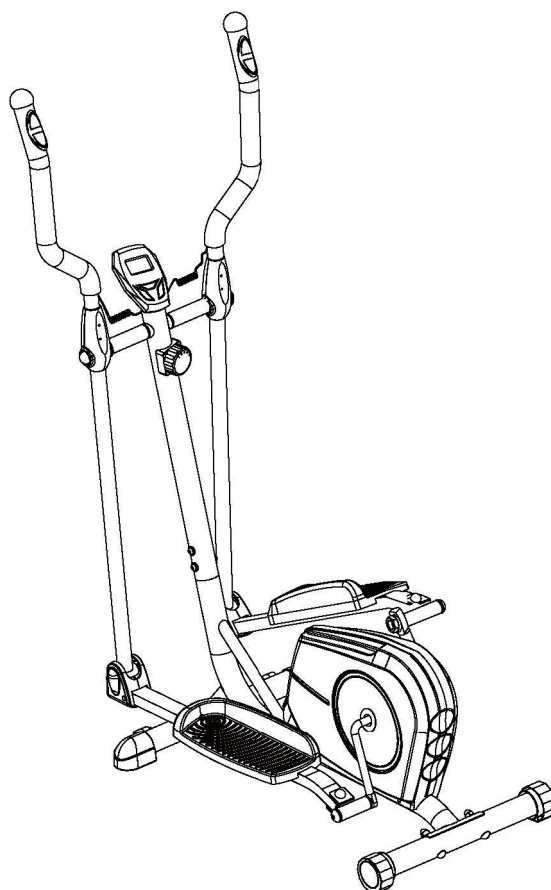




**IN 2206**

**Кростренажор**



## **Инструкции за безопасност!**

**Основни предпазни мерки които трябва да се спазват, включително следните инструкции за безопасност при използване на това оборудване: Прочетете всички инструкции преди да използвате тази техника.**

- Преди тренировка е необходимо да се извършват захгриващи упражнения за да се избегнат нараняване на мускулите и травми.
- След тренировка е нужна релаксация на тялото.
- Уверете се, че всички части не са повредени и фиксирани добре преди употреба. Този уред трябва да бъде поставен върху равна повърхност, когато се използва.
- Носете подходящо облекло и обувки, когато използвате този уред; не носете дрехи, които могат да се уловят от оборудването.
- Не се опитвайте да извършвате каквато и да било корекции, различни от описаните в това ръководство.
- Ако възникне някакъв проблем, преустановте употребата и се консултирайте с оторизиран сервиз.
- Бъдете внимателни, когато стъпвате педалите, винаги се дръжте за кормилото
- Нагласете педала от вашата страна в най-ниската позиция преди да се качите.
- Когато използвате уреда, моля дръшайте кормилото с ръце
- След тренировка, моля нагласете педала в най-ниска позиция и така слезте от уреда.
- Да не се използва оборудването на открито.
- Това оборудване е само за домашна употреба.
- Само един човек трябва да бъде на оборудване по време на използване.
- Дръжте децата и домашните любимци далеч от оборудването по време на използване.
- Тази машина е предназначена само за възрастни.
- Минималното свободно пространство, необходимо за безопасна работа е не по-малко от два метра.
- Ако усетите болки в гърдите, гадене, виене на свят, или затруднено дишане, трябва да спрете тренировката незабавно и да се консултирате с Вашия лекар преди да продължите.
- Максималният капацитет на трениращият на този продукт е 110 кг.

**ВНИМАНИЕ:** Преди началото на всяко упражнение се консултирайте с вашия лекар. Това е особено важно за лица, които са над 35-годишна възраст, които са с вече съществуващи здравословни проблеми. Прочетете всички инструкции преди да уреда.

**ВНИМАНИЕ:** Прочетете внимателно всички инструкции преди да ползвате този продукт. Запазете това ръководство за експлоатация за бъдещи справки.

## **ИНСТРУКЦИИ**

1. Тренирайте в зависимост от вашето собствено състояние.
2. Настройка на регулатора за контрол: За да увеличите натоварването, завъртете регулатора на напрежение в посока на часовниковата стрелка. За намаляване на натоварването, завъртете регулатора в обратна посока.
3. Настройка на задната стабилизираща капачка: Регулирайте баланса чрез регулаторната капачка, която се намира на задната стабилизираща упора..

## **КОМПЮТЪРНА РАБОТА**

**КАК ДА ПОСТАВЕТЕ БАТЕРИИТЕ:**

1. Свалете капачето на батерията на гърба на компютъра.
2. Поставете се две "РАЗМЕР-AA" или "UM-3" батерии.
3. Уверете се че батериите са поставени правилно.
10. Смяна на батерията.
11. Ако дисплеят е нечетлив извадете батерията и изчакайте 15 секунди, преди да преинсталирате.
12. Премахването на батериите ще изтрие паметта на компютъра.



**Функции и дейности: автоматично включване и изключване:**

Когато започне да упражнява или натиснете бутона **MODE** на компютъра, компютърът ще се включи. Ако оставите оборудване за 4 минути, на власт ще се изключи автоматично.

**SCAN:** Натиснете бутона **MODE**, докато стрелката посочва **SCAN**, компютъра автоматично ще сканира функциите на всеки 5 секунди.

**TIME:** Натиснете бутона **MODE**, докато стрелката сочи **TIME**, компютърът ще покаже времето на тренировка в минути и секунди.

**SPEED:** Натиснете бутона **MODE** докато стрелката сочи **SPEED**; на компютъра ще се покаже текущата скорост на тренировка.

**CAL** (калории): Натиснете бутона **MODE**, докато стрелката сочи **CAL**, компютър ще показва общата продължителност на изгорените калории по време на тренировка.

**PULSE** (Пулс): Натиснете бутона **MODE**, докато стрелката сочи **PULSE** и след това задръжте така двете си ръце на кормилните сензори, на екрана ще се показват вашите данни за текущите пулс и сърдечна ритъм. За да се осигури по-точно отчитане, моля, винаги се държете за кормилните сензори с две ръце, вместо само с една ръка

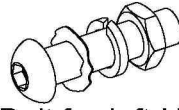
**DIST** (разстояние): Натиснете бутона **MODE**, докато стрелката сочи **DIST**; на компютъра ще покаже изминатото разстояние по време на тренировка.

**ODO** (километража): Натиснете бутона **MODE**, докато стрелката сочи **ODO** , на компютъра ще се покаже общото изминато разстояние.

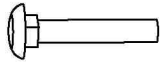
**RESET:** Натиснете бутона **MODE** за повече от 4 секунди, всички функции стойности ще бъдат нулирани, освен функцията **ODO** .



(16R) Bolt for right U-Shape Bracket 1/2" 1 PC  
 (17R) Right Nylon Nut 1/2" 1 PC  
 (18) Wave Washer  $\varnothing 28 \times \varnothing 17 \times 0.3$  1 PC  
 (20) Spring Washer  $\varnothing 20$  1 PC



(16L) Bolt for left U-Shape Bracket 1/2" 1 PC  
 (17L) Left Nylon Nut 1/2" 1 PC  
 (18) Wave Washer  $\varnothing 28 \times \varnothing 17 \times 0.3$  1 PC  
 (20) Spring Washer  $\varnothing 20$  1 PC



(12) M10x57 Bolt  
4 PCS



(14) Big Curve Washer  $\varnothing 10$   
4 PCS



(15) Cap Nut M10  
4 PCS



(27) Nylon Nut M6  
6 PCS



(28) Washer  $\varnothing 6$   
6 PCS



(29) Bolt M6x40  
6 PCS



(31) Cap S13  
2 PCS



(47) Bolt M6x35  
4 PCS



(48) Curve Washer  $\varnothing 6$   
4 PCS



(49) Cap S16  
2 PCS



(50) Cap Nut M6  
4 PCS



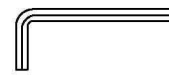
(55) Screw ST2.9x12  
8 PCS



(66) Phillips Self Tapping Screw ST4.2x25  
4 PCS



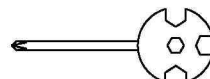
Allen Wrench 8mm  
1 PC



Allen Wrench 6mm  
1 PC

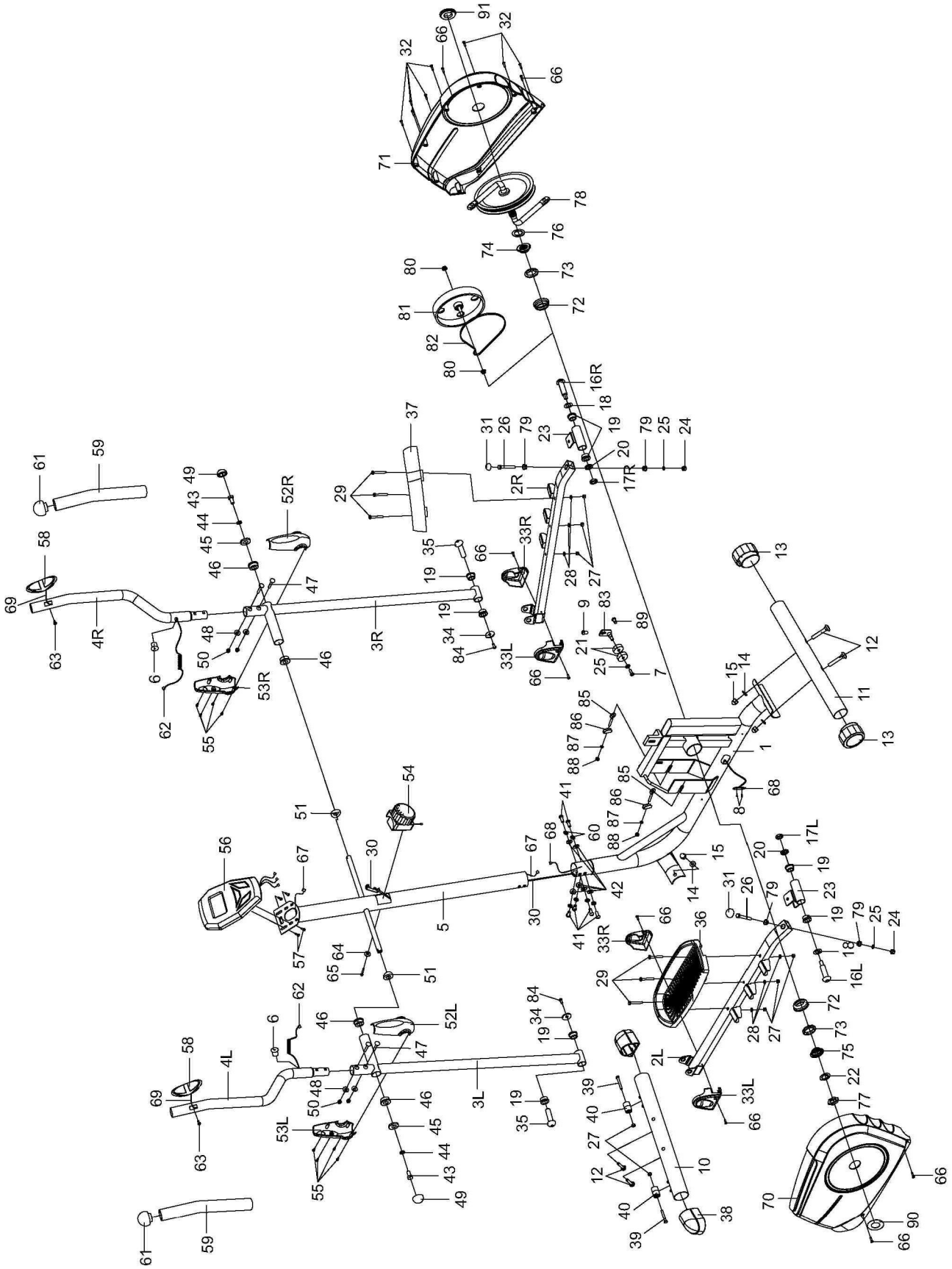


Multi Hex Tool  
1 PC

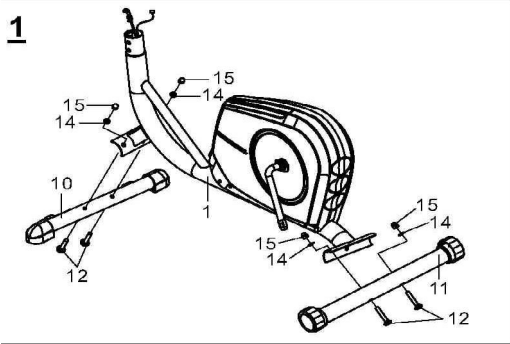


Multi Hex Tool with Phillips Screwdriver S8, S13, S14, S15  
1 PC

# OVERVIEW DRAWING



# Инструкции за сглобяване



## 1. Монтиране на предни/задни стабилизатори.

Закрепете предният стабилизатор (10) за предната основа (1) с два M10x57 болта (12), Ø10 шайби (14), и M10 гайки (15).

Закрепете задният стабилизатор (11) за задната основа (1) с два M10x57 болта (12), Ø10 шайби (14), и M10 гайки (15).

## 2. Инсталиране на преден пост и регулатор на напрежението.

Премахнете шесте M8x16 болта (41), Ø8 шайби (60), и Ø20xØ8 гайки (42) от рамката на основата (1).

Вкарайте кабела (30) през долният отвор на тръбата (5) и го извадете от горният отвор (5). Свържете сензора (68) от главната рамка (1) с кабела I (67) от отвора (5).

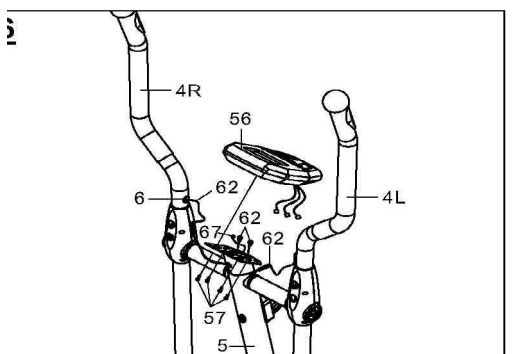
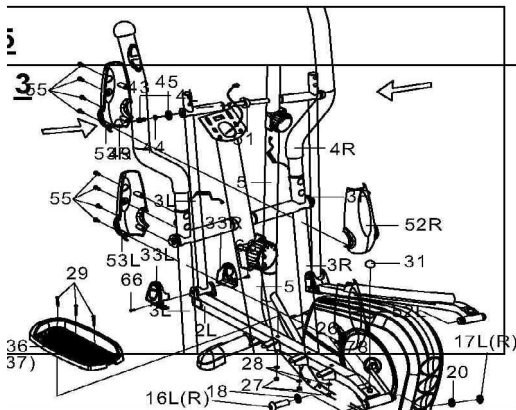
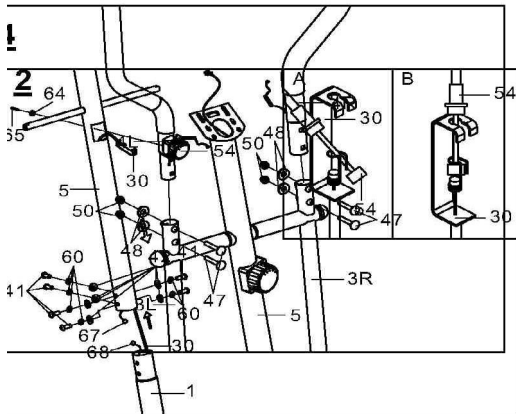
Поставете преден пост (5) върху тръбата на основата (1) и стегнете с шест M8x16 болтове (41), Ø8 федершайби (60), и Ø20xØ8 (42), които са били отстранени. Премахнете регулатора за напрежение. Поставете кабела регулатора (54) в (30), както е показано в фиг. 2. Издърпайте кабела за съпротивление на регулатора (54) и сложете със сила в към скобата на напрежение Кабел (30), както е показано в изготвянето Б на фигура 2. Прикрепете регулатора (54) върху предния пост (5), с Ø20xØ5.2 за регулатора (64) и M5x25 Болт за регулатора (65), които са били отстранени.

## 3. Инсталиране на дясна / лява дръжка, дясно / ляв / десен педал за крака

Свалете двата M10x18 болта (43), Ø18xØ10x2 шайби (44), и Ø28x5 гайки (45) от лява и дясна хоризонтални оси на преден пост (5). След това закрепете левият лост (3 л) върху лявата хоризонтална ос на преден пост (5) с един M10x18 Болт (43), Ø18xØ10x2 шайба (44), и Ø28x5 болт (45), които са били отстранени. Сложете S16 „шапка“ (49) върху M10x18 Болт (43).

Поставете лявата U-Shape форма (23) от лявата страна в кръвта (78) с един 1 / 2 "Болт за ляво U-Shape стена (16L), Ø28xØ17x0.3 вълна миене (18), Ø20 с шайби (20), и 1 / 2 гайки (17L). Болт за лявата страна U-Shape (16L) и 1 / 2" Болт за дясната страна са с обратна Форма (16R) и са маркирани с "L" и "R".

Прикрепете левият педал (36) върху левият крак Бар (2 л) с три M6x40 болтове (29), Ø6 шайби (28), и гайки M6 (27). Поставете крак Бар Covers-A / B (33L, 33R) върху ляв крак Бар (2 л) с две ST4.2x25



Самонавиващи се винтове (66). Повторете горната стъпка за закрепване на дясното перило (3R) върху правото хоризонталната ос на преден пост (5) и правото на U-Shape стена (23) надясно (78).

#### **4. Инсталиране на десните и левите перила.**

Прикрепете дясно / ляво Перила (4R, 4L) върху дясно / ляво дръжка (3R, 3л) с четири болта M6x35 (47), Ø6 шайби (48), и M6 Сар гайки (50).

#### **5. Инсталиране на ляво / дясно перилото ръка Covers-A / B.**

Поставете лявото перило Cover-A (52L) и лявото перило Cover-B (53L) върху лявата дръжка (3L) с четири ST2.9x12 болта (55).

Поставете дясното перило Cover-A (52R) и дясното перило Cover-B (53R) върху дясната дръжка (3R) с четири ST2.9x12 болта (55).

#### **6. Install the Computer.**

Отстранете двата M5x12 болта (57) от задната част на компютъра (56). Поставете пулс сензорите (62) на дясно / ляво перила (4R, 4L) в дупката на преден пост (5) и след това ги извадете от горния край на преден пост (3). Свържете сензора Wire I (67) и ръчен пулс сензор с проводници (62) до жиците, които идват от компютър (56) и след това приложете компютъра (56) върху горния край на предният пост (5) с четири M5x12 болта (57), които са били отстранени