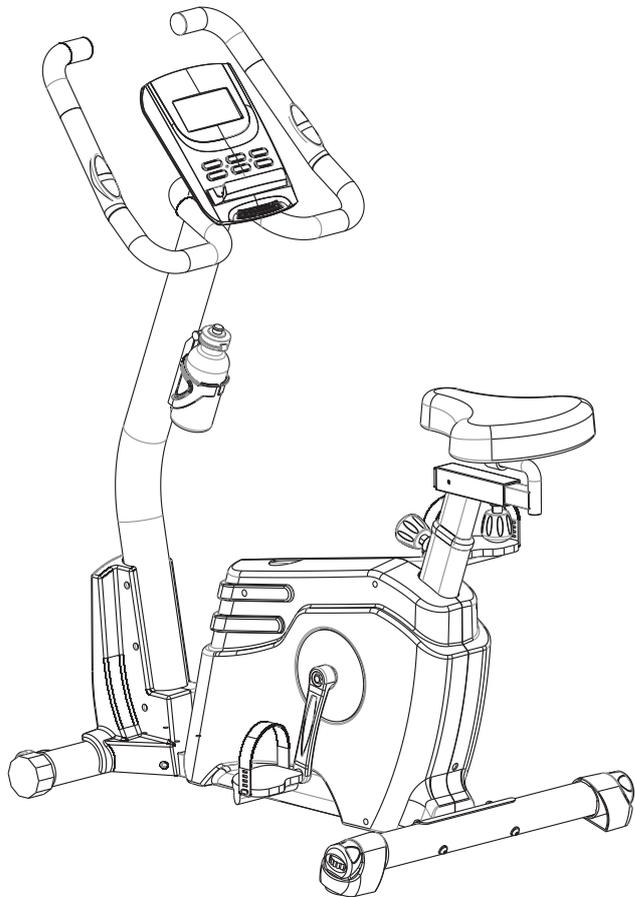


# ***Вертикальный велотренажер***

***AMF 4250***



# *Дорогой покупатель!*

## **Поздравляем Вас с этим удачным приобретением!**

Теперь Вы владелец суперсовременного тренажера 4250!

Благодаря простоте и удобству в эксплуатации, а так же современному дизайну занятия будут приносить Вам только удовольствие. Уверены, что данная модель удовлетворит всем Вашим запросам!

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

Производитель оставляет за собой право вносить изменения в конструкцию и комплектацию изделия с целью улучшения его характеристик и обновления дизайна без предварительного уведомления!

## **Условия хранения**

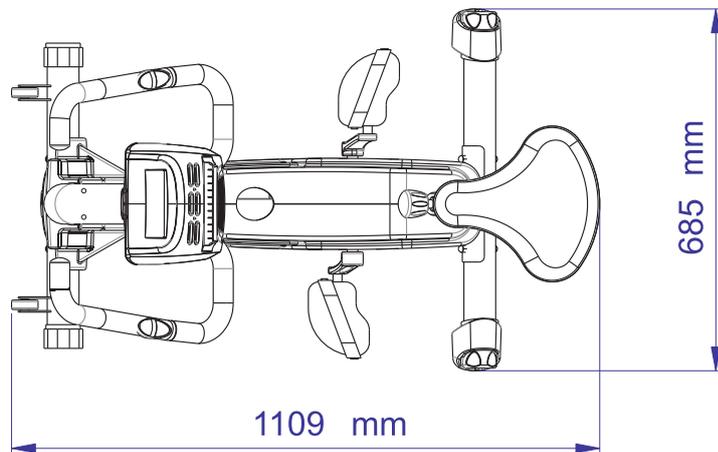
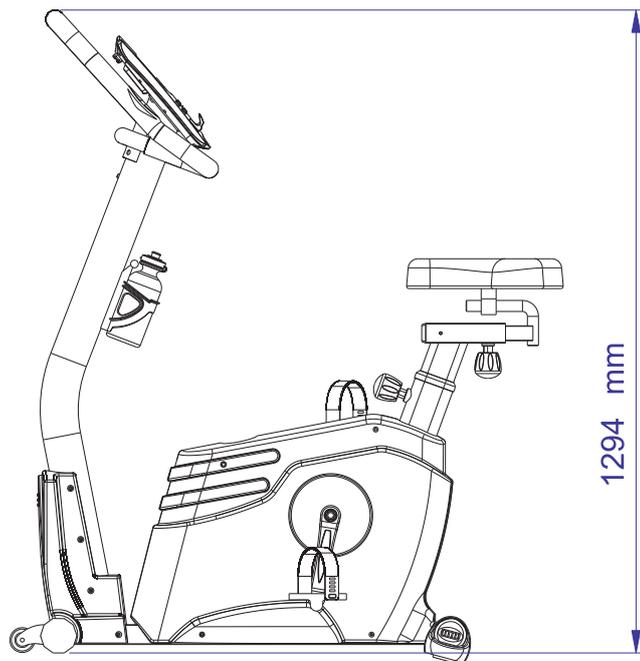
- Тренажер рекомендуется использовать только в помещении.
- Не допускается устанавливать тренажер во влажных, не отапливаемых или пыльных помещениях.
- Допустимый температурный режим от +10 до +35°.
- Допустимая влажность 5-57%.

## Меры предосторожности

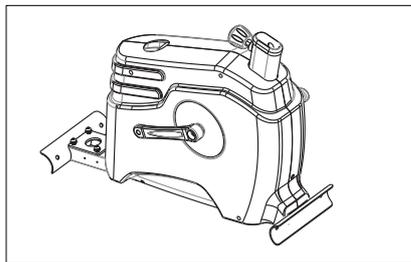
- Перед использованием тренажера проконсультируйтесь с Вашим врачом
  - Тренажер не предназначен для коммерческого использования.
  - Изготовитель не несет ответственности за любые повреждения или травмы, вызванные нецелевым использованием тренажера.
  - Детям не рекомендуется тренироваться на данном тренажере.
  - Тренажер разработан в соответствии с мировыми стандартами безопасности.
  - Не используйте коррозионные и абразивные материалы для чистки изделия.
  - Использование неисправного тренажера может привести к травмам, а также уменьшить срок его службы.
  - Тренажер должен быть установлен на ровной поверхности.
  - Не прикасайтесь к движущимся элементам тренажера.
  - Тренажер предназначен для людей, чей вес не превышает 120 кг.
  - Для тренировки используйте соответствующую спортивную одежду.
- Выбирайте программу тренировок, рекомендованную вашим врачом. Интенсивные тренировки могут нанести вред Вашему здоровью.

■ СПЕЦИФИКАЦИЯ	1
■ ЭТАПЫ СБОРКИ	2~6
■ ФУНКЦИИ ПАНЕЛИ УПРАВЛЕНИЯ	7~10
■ СХЕМА СООТНОШЕНИЯ ПУЛЬСА И КОМФОРТА	11
■ ИЗОБРАЖЕНИЕ В РАЗОБРАННОМ ВИДЕ	12
■ КОМПЛЕКТУЮЩИЕ	13

# СПЕЦИФИКАЦИЯ

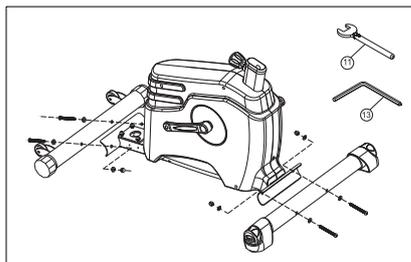


## ШАГ 1



Извлеките раму тренажера из коробки.

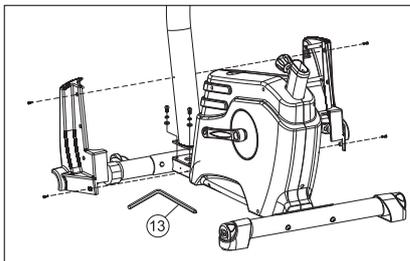
## ШАГ 2



Закрепите переднюю и заднюю опоры на основной раме с помощью болтов и инструментов №11 и №13.

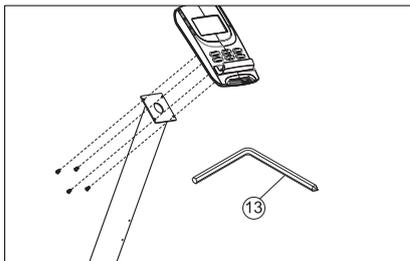
## ЭТАПЫ СБОРКИ

### ШАГ 3



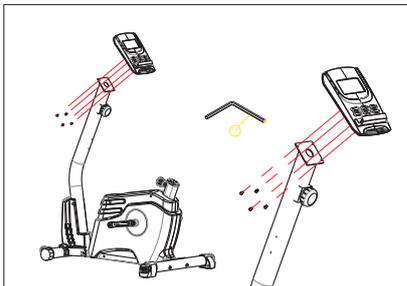
Установите переднюю стойку №3 на основание тренажера, соединив предварительно провода. Осторожно – не пережмите провода! Также вставьте и соедините трос регулятора нагрузки в стойке снизу. Затем установите пластиковые кожухи справа и слева.

### ШАГ 4



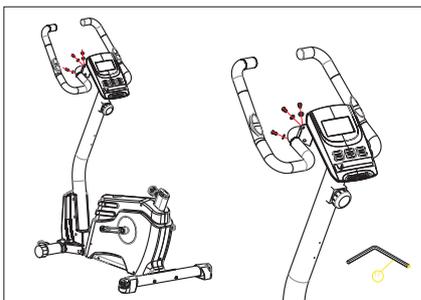
Зафиксируйте регулятор нагрузки согласно фото болтами и ключом №13.

## ШАГ 5



Соедините кабели в стойке с коннектором в дисплее и извлеките кабели пульсометров в отверстие спереди стойки. Закрепите консоль болтами к стойке.

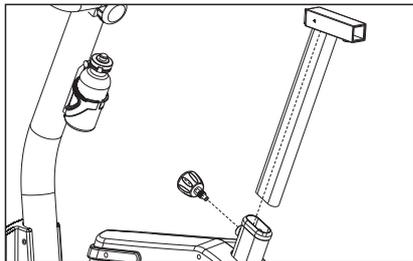
## ШАГ 6



Зафиксируйте ручки к стойке, предварительно соединив кабели пульсометров.

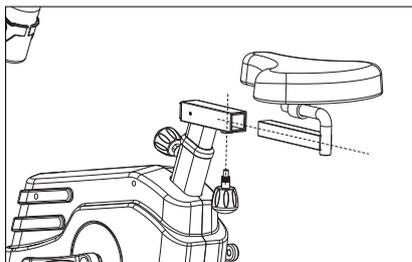
## ЭТАПЫ СБОРКИ

ШАГ 7



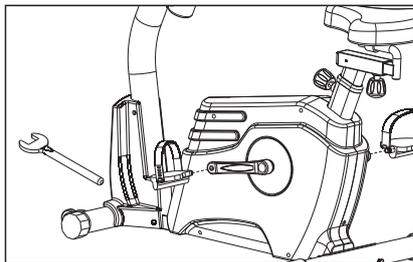
Установите опору сидения и закрепите фиксатором, как указано на рисунке.

ШАГ 8



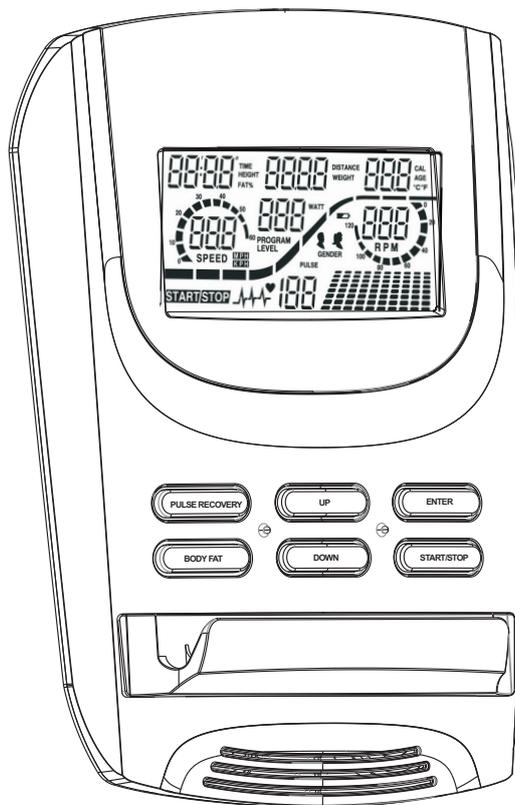
Установите сидение в отверстие и закрепите, как указано на рисунке.

## ШАГ 9



Закрутите и зафиксируйте педали к кареткам, как указано на рисунке. Не перепутайте расположение педалей (L и R - указано на педалях). Педали необходимо периодически фиксировать при использовании, так как они могут ослабляться при интенсивных тренировках.

## ФУНКЦИИ ПАНЕЛИ УПРАВЛЕНИЯ



Функции дисплея:

1. ЧАСЫ (CLOCK): Отображается текущее время.
2. БУДИЛЬНИК (ALARM): Настройте будильник для начала тренировки по утрам.
3. ТЕМПЕРАТУРА (TEMPERATURE): Отображается температура воздуха в помещении.
4. SCAN – Режим поочередного отображения на дисплее всех показателей каждые 6 секунд.
5. Время (TIME): отображается время в диапазоне 0:00-99:59.
6. Скорость (SPEED): отображается текущая скорость в км/ч.
7. Дистанция (DISTANCE): отображается пройденное расстояние за каждую тренировку.
8. Калории (Calories): отображаются сожженные калории.
9. Пульс (PULSE): Отражает частоту сердцебиения в минуту.
10. RPM (ОБ/МИН): Количество оборотов в минуту во время тренировки.
11. ВОЗРАСТ (AGE): Компьютер отображает показания исходя из вашего возраста.

По умолчанию установлен возраст 35 лет.

**ВОССТАНОВЛЕНИЕ ПУЛЬСА (RECOVERY):** В режиме Старт, удерживая руки на поручнях, нажмите кнопку RECOVERY. Начнется обратный отсчет времени от 00:60 сек. По окончании отсчета на дисплее отобразится ваше состояние кардиосистемы по следующей шкале –

1.0°°	ПРЕВОСХОДНО
1.0<F<2.0	ЗАМЕЧАТЕЛЬНО
2.0 F 2.9	ХОРОШО
3.0 F 3.9	НОРМАЛЬНО
4.0 F 5.9	НИЖЕ СРЕДНЕГО
6.0	ПЛОХО

Внимание: если компьютер не получает данные от пульсометров, в окне Пульс отобразится «NO PULSE». Если дисплей отображает «DETECTED FAIL», нажмите кнопку RECOVERY для повторного тестирования.

### В. КНОПКИ УПРАВЛЕНИЯ:

1. **ВВЕРХ (UP):** При настройке программ, используйте для увеличения показаний времени, дистанции, калорий, возраста и пола.
2. **ВНИЗ (DOWN):** При настройке программ, используйте для уменьшения показаний времени, дистанции, калорий, возраста и пола.
3. **ВВОД/СБРОС (ENTER/RESET):**
  - А) При настройке программ, используйте для ввода установленных вами данных.
  - Б) В режиме остановки тренажера нажмите и удерживайте в течение 2 секунд и все значения сбросятся к заводским или обнулятся.

4. BODY FAT: Нажмите кнопку для ввода ваших показателей роста, веса, пола и возраста для дальнейшего тестирования.
5. ЗАМЕР (MEASURE): Нажмите для определения ваших параметров по Body Fat, BMI и BMR.
6. ВОССТАНОВЛЕНИЕ ПУЛЬСА (RECOVERY): Нажмите для начала функции восстановления пульса.

1.0°°			ПРЕВОСХОДНО
1.0<F<2.0			ЗАМЕЧАТЕЛЬНО
2.0	F	2.9	ХОРОШО
3.0	F	3.9	НОРМАЛЬНО
4.0	F	5.9	НИЖЕ СРЕДНЕГО
6.0			ПЛОХО

#### С. СООБЩЕНИЯ ОБ ОШИБКАХ:

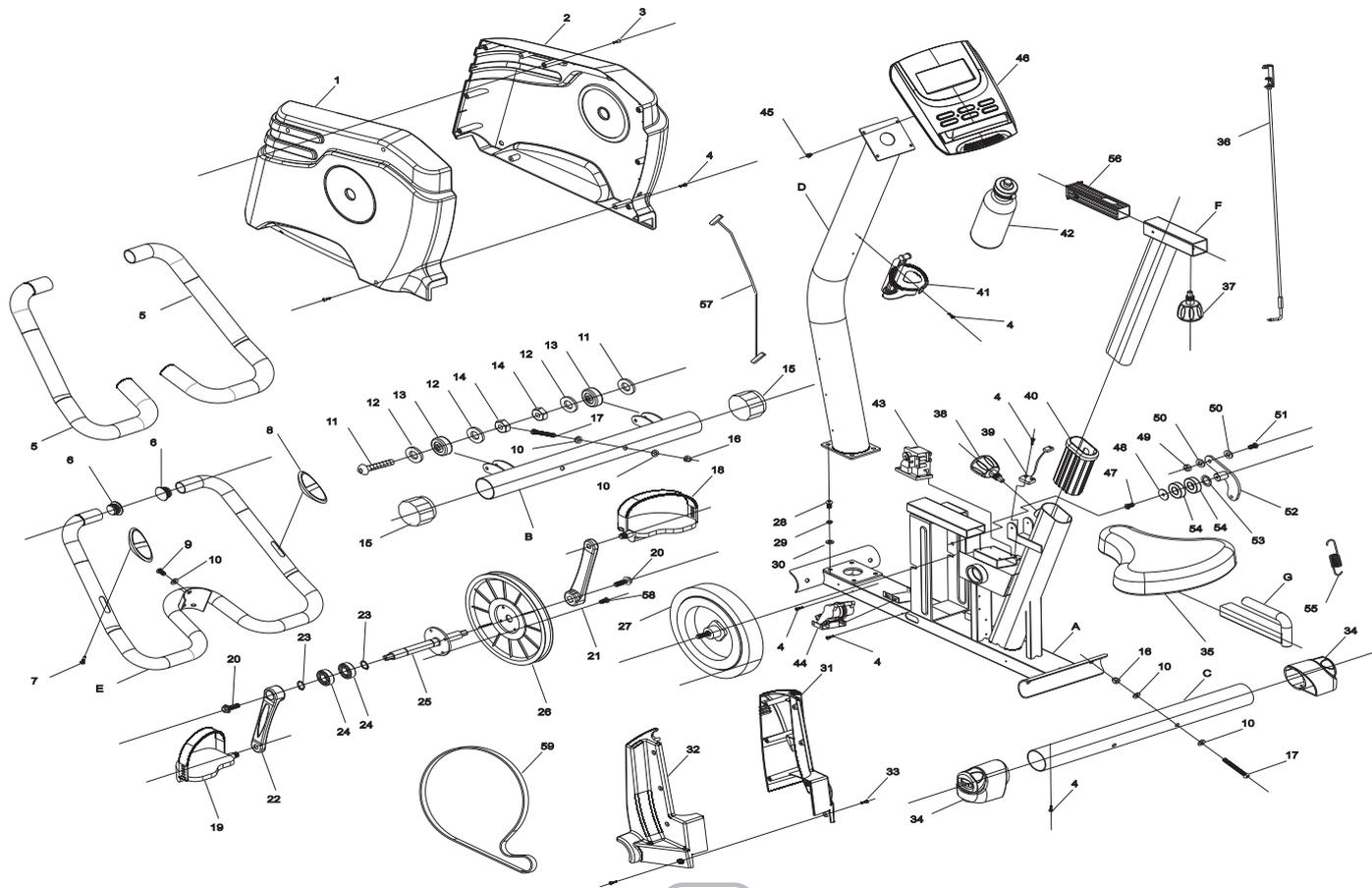
E – При скорости выше 999.9 км/ч, на дисплее отобразится «E»

Err – В программах Body Fat или Recovery отобразится данная ошибка, если нет сигнала пульса от пульсометров. Нажмите любую кнопку для повторного тестирования.

## СХЕМА СООТНОШЕНИЯ ПУЛЬСА И КОМФОРТА

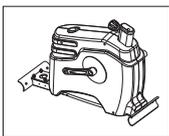
Тренировка	Пулс	Кульминация тренировки	Процесс тренировки	Начало тренировки	Разминка
Возраст	Пулс				
10 лет	198	166	140	113	87
20 лет	189	161	136	110	85
30 лет	179	155	131	108	84
40 лет	172	150	127	105	82
Комфорт во время тренировки	Вы чувствуете себя очень устало	Вы чувствуете себя усталым, но еще можете продолжать тренировку	Вы чувствуете себя бодро	Вы разогрелись	Наиболее комфортный этап тренировки

Тренировка	Пулс	Кульминация тренировки	Процесс тренировки	Начало тренировки	Разминка
Возраст	Пулс				
50 лет	165	144	123	102	81
60 лет	158	138	119	99	80
70 лет	151	133	115	98	78
Комфорт во время тренировки	Вы чувствуете себя очень устало	Вы чувствуете себя усталым, но еще можете продолжать тренировку	Вы чувствуете себя бодро	Вы разогрелись	Наиболее комфортный этап тренировки



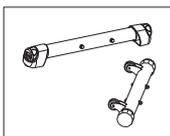
# КОМПЛЕКТУЮЩИЕ

1



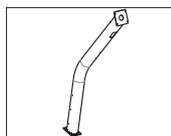
○ Рама тренажера  
– 1 шт.

2



○ Передняя и задняя  
опоры – по 1 шт.

3



○ Стойка и рукожи  
(Л+ПР) – 1 шт

4



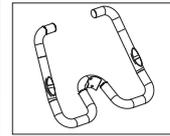
○ Регулятор нагрузки  
– 1 шт

5



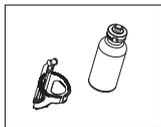
○ Консоль – 1 шт.

6



○ Поручень – 1 шт.

7



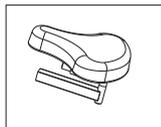
○ Бутылка для воды  
с держателем –  
по 1 шт.

8



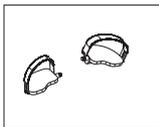
○ Опора сидения  
– 1 шт.

9



○ Сидение – 1 шт

10



○ Педали (Л+ПР)  
– по 1 шт.

11



○ Рожковый ключ  
на 13 – 1 шт.

12



○ Рожковый ключ  
на 15 – 1 шт.

13



○ Шестигранник  
– 1 шт.



## ГАРАНТИЙНЫЙ ТАЛОН

**American Motion Fitness – бренд, которому Вы можете доверять.**

Наименование		Компания	
Номер модели		Телефон	
Серийный номер		Адрес	
Дата покупки: _____			

**Гарантия на двигатель составляет 6 лет, на остальные элементы тренажера - 1 год.  
Внимание!!! Важная информация для потребителей.**

- Данный товар предназначен исключительно для домашнего использования;
- Использование данного товара в целях, отличных от вышеуказанных, является нарушением правил эксплуатации товара;
- Для подтверждения факта покупки товара при гарантийном ремонте, убедительно просим Вас сохранять сопроводительные документы (чек, квитанция, гарантийный талон).  
Рекомендуем проследить правильность и четкость заполнения всех граф в гарантийном талоне;
- Соблюдение рекомендаций и указаний, содержащихся в инструкции по эксплуатации, поможет избежать проблем при использовании тренажера;
- В случае поломки или неполадках в работе тренажера замена неисправных деталей, а так же устранение неполадок в гарантийный срок производится бесплатно.

**Товар не подлежит гарантийному ремонту в случае:**

- 1.Отсутствия печати на гарантийном талоне;
- 2.Несоответствия серийного номера изделия и номера модели номерам, указанным на гарантийном талоне;
- 3.Наличия повреждения, вызванного установкой компонентов, не соответствующих техническим требованиям производителя, а так же нарушения правил эксплуатации изделия;
- 4.Причинения повреждений во время перевозки или перемещения изделия покупателем;
- 5.Истечения срока гарантийного обслуживания.

## Сведения о ремонте

Дата приема	Дата выдачи	Описание неисправности	Мастер	Работу принял (подпись заказчика)

С условиями гарантии ознакомлен.

Изделие получено исправным,  
к внешнему виду и комплектации  
претензий не имею \_\_\_\_\_



CE ROHS

