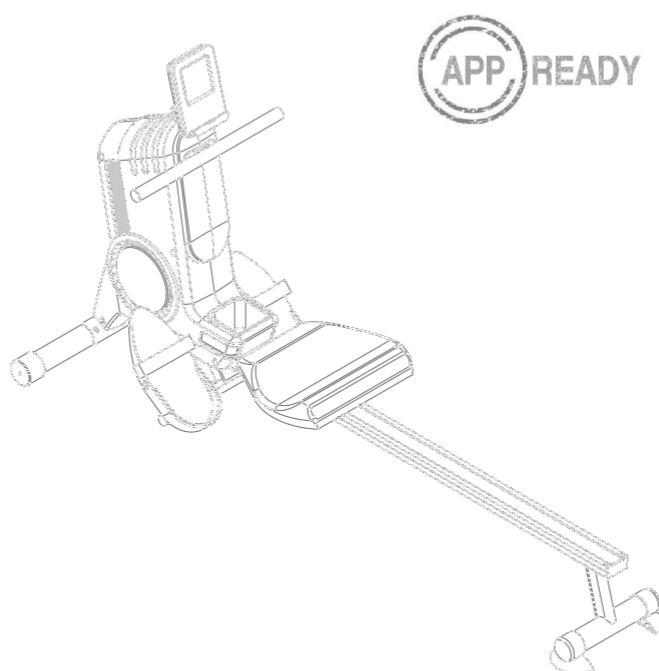


TOORX
FITNESS IN MOTION

ІНСТРУКЦІЯ З ЕКСПЛУАТАЦІЇ



**ROWERCUP
PRO**



Оригінальна інструкція італійською мовою.

**Уважно прочитайте інструкцію та
завжди тримайте її під рукою поруч із виробом.**

Код: GRLDTOORXRCUPP

Версія: 00

Видання: 01/25



ЗМІСТ

1.0 ПРАВИЛА БЕЗПЕКИ	стор. 3
1.1 ПРИЗНАЧЕННЯ ТА ПРОТИПОКАЗАННЯ — УМОВНІ ПОЗНАЧЕННЯ	стор. 4
1.2 ІНФОРМАЦІЙНІ НАКЛЕЙКИ НА ВИРОБІ	стор. 5
1.3 ТЕХНІЧНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ	стор. 6
2.0 МІСЦЕ ВСТАНОВЛЕННЯ ВИРОБУ	стор. 7
2.1 РОЗПАКУВАННЯ — ВМІСТ КОРОБКИ	стор. 7
2.2 СКЛАДАННЯ ВИРОБУ	стор. 9
3.0 ПРОГРАМА ТРЕНУВАНЬ	стор. 14
3.1 ВИКОРИСТАННЯ НАГРУДНОГО ДАТЧИКА ПУЛЬСУ (ОПЦІЯ)	стор. 15
3.2 ПРАКТИЧНІ ПОРАДИ ТА РЕКОМЕНДАЦІЇ	стор. 16
3.3 ФУНКЦІЇ ПАНЕЛІ (ДИСПЛЕЙ)	стор. 17
3.4 ФУНКЦІЇ ПАНЕЛІ (КНОПКИ)	стор. 18
3.5 УВІМКНЕННЯ — РУЧНИЙ РЕЖИМ	стор. 19
3.6 ПОПЕРЕДНЬО ВСТАНОВЛЕНІ ПРОГРАМИ	стор. 20
3.7 ПРОГРАМИ RACE	стор. 20
3.8 ПРОГРАМА H.R.C.	стор. 21
3.9 ПРОГРАМА КОРИСТУВАЧА	стор. 22
3.10 ВЕРТИКАЛЬНЕ ПОЛОЖЕННЯ — ПЕРЕМІЩЕННЯ	стор. 23
4.0 ТЕХНІЧНЕ ОБСЛУГОВУВАННЯ	стор. 24
• ОЧИЩЕННЯ ТРЕНАЖЕРА	стор. 24
5.0 ВИВЕДЕННЯ З ЕКСПЛУАТАЦІЇ — УТИЛІЗАЦІЯ	стор. 25
6.0 КАТАЛОГ ЗАПЧАСТИН — ЗАМОВЛЕННЯ ЗАПАСНИХ ЧАСТИН	стор. 25
6.1 ДЕТАЛЮВАННЯ ЗАПЧАСТИН — ТАБ. 1	стор. 26
6.2 ДЕТАЛЮВАННЯ ЗАПЧАСТИН — ТАБ. 2	стор. 27
6.3 СПИСОК ЗАПЧАСТИН	стор. 28
7.0 СТАНДАРТНА ГАРАНТІЯ	стор. 29

- Перед монтажем та використанням уважно прочитайте цю інструкцію з експлуатації та інші інструкції, що додаються.
- Використовуйте прилад виключно в домашніх умовах. З правилами та застереженнями щодо використання слід ознайомити всіх членів сім'ї або друзів, яким дозволено користуватися цим приладом.
- Використовуйте прилад лише на рівній поверхні та накрийте підлогу або килим під приладом, щоб уникнути пошкоджень.
- Переконайтеся, що користувач приладу добре зрозумів інструкції, спостерігаючи за першими етапами тренування. Інструкція з експлуатації повинна завжди знаходитися поруч із приладом для швидкого ознайомлення у разі потреби.
- Переконайтеся, що тренажер використовують лише особи віком від 16 років та особи, які мають хорошу фізичну форму.
- Завжди носіть одяг, придатний для занять спортом, який не обмежує рухів. Завжди використовуйте кросівки, придатні для бігу.
- Під час складання інструменту для зберігання відведіть дітей подалі або переконайтеся, що вони не торкаються руками складових елементів.
- Якщо під час використання інструменту ви відчуваєте запаморочення, біль у грудях або задишку, негайно припиніть вправи та зверніться до лікаря.
- Періодично перевіряйте затягнутість кріплень, а також цілісність усіх деталей тренажера.
- НЕ встановлюйте тренажер у фітнес-центрах або приміщеннях, призначених для комерційної діяльності чи прокату, оскільки цей тренажер не призначений для інтенсивного використання у професійній діяльності або з реабілітаційною метою.
- НЕ ставте склянки або пляшки з напоями поруч або на тренажер.
- НЕ пошкоджуйте дисплей та пластикові деталі тренажера гострими предметами, щітками або абразивними губками, а також агресивними хімічними речовинами.
- НЕ розбирайте деталі інструменту, за винятком випадків, коли це зазначено в інструкції з експлуатації.
- НЕ розміщуйте інструмент у підвалах, на терасах, у льохах, у вологих приміщеннях загалом, не залишайте його під впливом атмосферних факторів (дощу, сонця тощо).
- НЕ дозволяйте дітям або домашнім тваринам наближатися до інструменту. Рекомендується розміщувати інструмент у спеціально відведеному приміщенні, обладнаному дверима, що перешкоджають доступу будь-кому, хто не має дозволу наближатися до цього типу виробу.
- НІКОЛИ не використовуйте тренажер, якщо він пошкоджений або не знаходиться в ідеальному стані. У разі поломки та/або несправності тренажера не намагайтеся самостійно його ремонтувати. Для можливого ремонту звертайтеся виключно до спеціалізованого сервісного центру.
- НЕ носіть одяг із синтетичних матеріалів або вовняних сумішей, який перешкоджає повітрообміну під час тренування. Використання невідповідного одягу може спричинити гігієнічні проблеми, а також призвести до утворення електростатичних зарядів.

Виріб, описаний у цьому посібнику, розроблений та сертифікований для приватного використання в домашніх умовах і є спортивним приладом, що дозволяє займатися «веслуванням», імітуючи характерні рухи веслування у греблі, які поділяються на чотири фази: початок, поштовх, завершення та відновлення. Завдяки веслуванню тонізуються м'язи та поліпшується постава, що запобігає деяким остеоарткулярним та опорно-руховим розладам; крім того, інтенсивний рух кінцівок сприяє схудненню всього тіла.

Цей тренажер дозволяє займатися спортом, не виходячи з дому. Таким чином, ви зможете тренуватися навіть тоді, коли погодні умови цього не дозволяють, або просто коли вам не хочеться чи немає часу виходити з дому, щоб покататися на велосипеді чи відвідати фітнес-центр.

Необхідно дотримуватися всіх інструкцій та застережень, наведених у цьому посібнику, щоб тренуватися безпечно. Інтенсивні та тривалі навантаження вимагають хорошої фізичної форми, тому слід врахувати перелічені нижче протипоказання до використання.

Використання виробу заборонено за таких умов:

- вік користувача менше 16 років;
- вага користувача перевищує обмеження, вказані на табличці та в технічних даних;
- користувачка, яка перебуває у стані вагітності;
- користувачка, яка страждає на цукровий діабет;
- користувачка з захворюваннями серця, легенів або нирок.

Гарантія на виріб та відповідальність дистриб'ютора втрачають чинність у таких випадках:

- неправильне використання виробу, відмінне від зазначеного в інструкції з експлуатації;
- недотримання термінів та умов технічного обслуговування;
- несанкціоноване втручання у конструкцію виробу
- використання неоригінальних запчастин;
- недотримання попереджень щодо безпеки, зазначених у піктограмах та інструкції з експлуатації.

Ця інструкція містить всю інформацію щодо встановлення, технічного обслуговування та правильного використання інструменту. Користувач виробу та інші друзі й члени сім'ї, які будуть ним користуватися, зобов'язані уважно прочитати інформацію, що міститься в цій інструкції, щоб забезпечити безпечне встановлення та правильне використання.

Дотримання вказівок, наведених у посібнику, гарантує максимальну особисту безпеку та більший термін служби самого виробу.

Застереження щодо безпеки та відповідні фрагменти тексту виділено жирним шрифтом; перед ними розміщено символи, зображені та описані нижче.



Інформація, позначена цим символом, вказує на **НЕБЕЗПЕКУ**, будьте максимально уважні, щоб уникнути травм.



Інформація, виділена цим символом, вказує на **НЕОБХІДНІСТЬ ОБЕРЕЖНОСТІ**; будьте максимально уважні, щоб уникнути пошкодження виробу

ПРИМІТКА:

Ілюстрації, що містяться в посібнику, мають на меті спростити та зробити більш зрозумілими розглянуті теми.

Однак через постійне оновлення продукції деякі з цих малюнків можуть відрізнятися від придбаного виробу; у такому випадку нагадуємо, що це стосується лише зовнішнього вигляду, а безпека та інформація щодо неї залишаються гарантованими.

Виробник дотримується політики постійного розвитку та оновлення і може вносити зміни в зовнішній вигляд виробу без попереднього повідомлення.

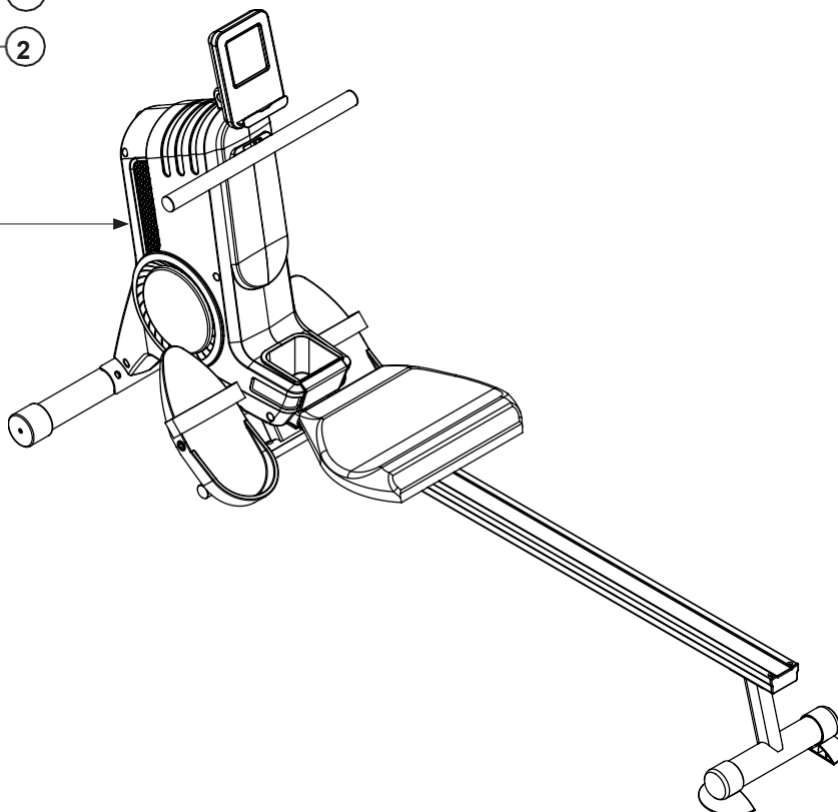
1.2

ІНФОРМАЦІЙНІ НАКЛЕЙКИ НА ВИРОБІ

- 1) На ідентифікаційній табличці продукту вказано адресу дистриб'ютора, основні технічні дані та серійний номер.
- 2) Символ, що нагадує про обов'язкове ознайомлення з інструкцією з експлуатації перед виконанням будь-яких монтажних робіт або технічного обслуговування виробу.
- 3) Символи, що вказують на відповідність виробу директивам ЄС щодо поводження з небезпечними речовинами та їх утилізації в електричному та електронному обладнанні.

Ідентифікаційну табличку не можна знімати або пошкоджувати; при замовленні запасних частин завжди слід вказувати марку моделі виробу та серійний номер.

TCORX			Garlando S.p.A. Via Regione Piemonte, 32 - Zona Ind. D1 15068 Pozzolo Formigaro (AL) - ITALIA
Модель-Model	Клас-Class	  	
Серійний номер-Serial number	Рік-Year		
Вага-Weight	Максимальна вага користувача-Max user weight		
	Вироблено		



СИСТЕМА ОПОРУ ВЕСЛУВАННЯ	система з магнітним гальмом
РЕГУЛЮВАННЯ ІНТЕНСИВНОСТІ ВЕСЛУВАННЯ	електронне регулювання на 16 рівнях
ІНФОРМАЦІЯ ПАНЕЛІ	гребків/хв, загальна кількість гребків, калорії, час, відстань, пульс, ват, час/500, recovery index
ДОСТУПНІ ПРОГРАМИ	програма Ручна, програма Race, 12 програм Попередньо встановлених, програма Користувача, програма H.R.C.
СИДІННЯ ГРЕБЦЯ	рухоме на колесах по алюмінієвій направляючій
МАХОВИК	6 кг
ГАБАРИТИ ГОРИЗОНТ. ПОЛОЖЕННЯ	1620 x 550 x 870 мм
ГАБАРИТИ ВЕРТ. ПОЛОЖЕННЯ	870 x 550 x 1620 мм
РОЗМІРИ УПАКОВКИ	1420 x 530 x 200 мм
ВАГА ВИРОБУ	21,5 кг
ВАГА ВИРОБУ В УПАКОВЦІ	25 кг
МАКСИМАЛЬНА ВАГА КОРИСТУВАЧА	110 кг
КОНТРОЛЬ ПУЛЬСУ	бездротовий приймач HR (*)
ІНТЕРФЕЙС BLUETOOTH	вбудований модуль BLE (**)
ВІДПОВІДНІСТЬ СТАНДАРТАМ	Норми: EN ISO 20957-1:2024 - EN ISO 20957-7:2021 (клас H) Директиви: 2014/30/UE (EMC) - 2014/35/UE (LVD) - 2011/65/UE (RoHS) Регламенти: UE 2023/988 (GPSR)
БЛОК ЖИВЛЕННЯ	IN: [230 VAC - 50 Гц] - OUT: [8 VDC - 500 мА]

(*) Бездротовий приймач HR, яким оснащений виріб, сумісний з некодованим нагрудним передавачем типу 5,3 кГц. Нагрудний передавач не входить до комплекту поставки, його можна замовити окремо.

(**) Вбудований у консоль інтерфейс Bluetooth забезпечує підключення до мобільного пристрою (смартфона або планшета), що за допомогою встановленого додатка Kinomap Fitness (передплата не входить у комплект) дозволяє керувати пристроєм, перетворюючи його на «розумний» тренажер із новими та дивовижними функціями.

ПРИМІТКИ ЩОДО BLUETOOTH:

Переконайтеся, що консоль увімкнена, щоб можна було встановити з'єднання Bluetooth з мобільним пристроєм: смартфоном або планшетом.

Переконайтеся, що на мобільному пристрої увімкнено Bluetooth, перевірте в налаштуваннях, щоб дозволити з'єднання з консоллю. Коли консоль підключається до мобільного пристрою, на якому встановлено додаток Kinomap Fitness, дисплей вимикається, всі кнопки на консолі стають неактивними, а управління можна керувати лише через додаток Kinomap з підключеного мобільного пристрою.

2.0

МІСЦЕ ВСТАНОВЛЕННЯ ВИРОБУ

ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРИМІЩЕННЯ:

- Придатне середовище для встановлення та зберігання виробу має бути:
 - домашнім приміщенням,
 - критим і достатньо просторим,
 - обладнаним відповідним штучним та природним освітленням,
 - оснащеним одним або кількома вікнами для провітрювання,
 - з робочою температурою від 5 °C до 32 °C,
 - з відносною вологістю повітря від 20% до 90%.

Продукт НЕ повинен встановлюватися на відкритому повітрі або у вологих приміщеннях, або в місцях, що піддаються впливу солоного повітря.

ХАРАКТЕРИСТИКИ ПІДЛОГИ:

- Підлога, придатна для укладання виробу, повинна бути:
 - з ідеально рівною поверхнею,
 - з перекриттям, несуча здатність якого відповідає вазі виробу. Підлога, виконана з високоякісних матеріалів (наприклад, килимове покриття або паркет), повинна бути захищена гумовою плитою або шматками повсті в місцях опори.

ВИМОГИ ДО ПРИМІЩЕННЯ ДЛЯ ВСТАНОВЛЕННЯ:

- Зона приміщення, в якій розміщується виріб, не повинна бути відкрита для сонячного світла; якщо є велика віконна поверхня, необхідно встановити захисну штору. Виріб також слід тримати подалі від систем кондиціонування та опалення повітря, щоб під час тренування уникнути впливу джерел вентиляції.

ВИМОГИ ДО БЕЗПЕКИ:

- Продукт необхідно встановити в приміщенні, яке має двері з замком, щоб до нього не мали доступу діти або домашні тварини.

2.1

РОЗПАКОВУВАННЯ – ВМІСТ КОРОБКИ

Упаковка складається з картонної коробки, закритої металевими скобами та стрічками.

Для підйому та переміщення коробки зверніться за допомогою до інших осіб, якщо упаковка об'ємна та важка.

Ставлячи коробку на підлогу, дотримуйтесь позначки «Lato Alto» (Верхня сторона), позначеної спеціальною стрілкою, надрукованою на картоні. Щоб відкрити коробку, розріжте стрічки для кріплення ножицями, а потім за допомогою плоскогубців видаліть і утилізуйте металеві скоби.



Рекомендуємо не пошкоджувати оригінальну упаковку та, по можливості, зберегти її на випадок, якщо у виробі виявляться дефекти і знадобиться ремонт або заміна за гарантією.

Вийнявши виріб з коробки, перевірте його на наявність пошкоджень, отриманих під час транспортування, та переконайтеся, що всі деталі, зображені на наступній сторінці, присутні.



Упаковка виготовлена з матеріалів, що підлягають переробці; при утилізації елементів упаковки дотримуйтесь місцевих норм щодо переробки вторинної сировини. Елементи упаковки (картон та пакети) не слід залишати у доступному для дітей місці, оскільки вони можуть становити потенційну небезпеку.

Перелік пакувальних матеріалів та їх утилізація:



Гофрований картон - (зовнішня упаковка)
утилізація паперу та картону



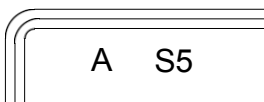
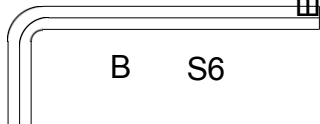
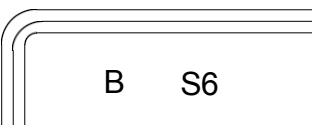
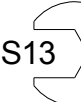
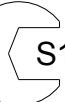
Полістирол - (захисна упаковка)
утилізація пластику



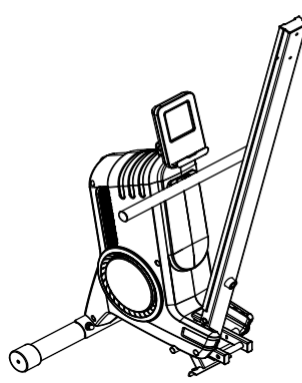
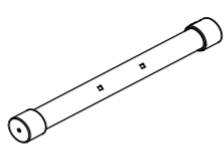
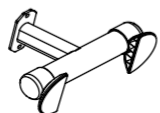
Пластикові пакети - (упаковка аксесуарів)
утилізація пластику

- Термоформовані блістери – змішані відходи

МОНТАЖНИЙ ІНСТРУМЕНТ:

	#22	M8x16	2
			шт.
	#23	Ø8xØ16x1,5	
	#28	M8x30	4
	#29	Ø10x95xM6x25	1 шт.
			шт.
	#30	Ø10xØ20x2	2
			шт.
	#31	M8x16	1 шт.
			шт.
	#43	Ø8	2
	#44	M8x20	шт.
			2
			шт.
	A	S5	
	B	S6	
	B	S6	
	S13		
	S14		
	C		

НАЗВИ ОСНОВНИХ ЕЛЕМЕНТІВ

			
24. Передня кришка	12. Передня опорна планка	32. Зсувне сидіння	18. Тримач для пляшки
			
	40. Задня опорна поперечина	20L. Ліва підніжка	20R. Права підніжка
			
21. З'єднувальна штанга підніжок	26. Опорна штанга підніжок		

2.2

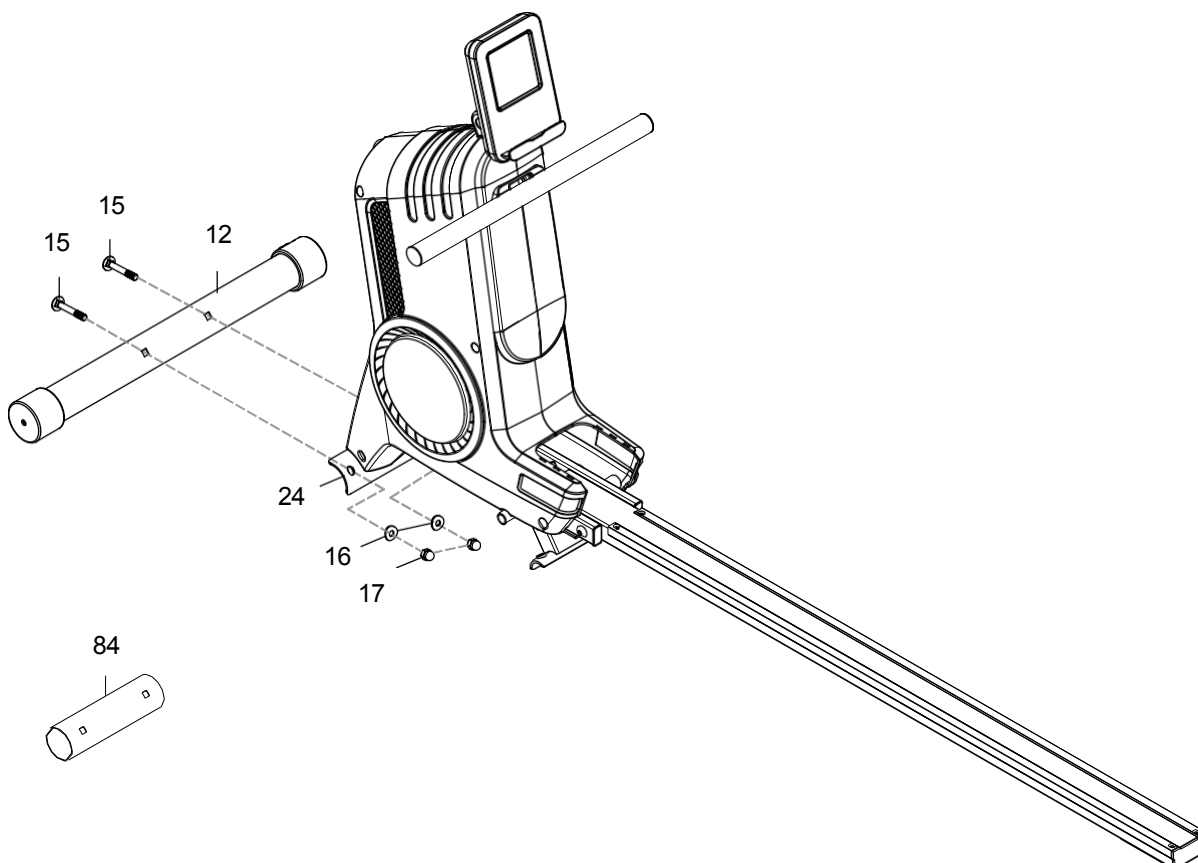
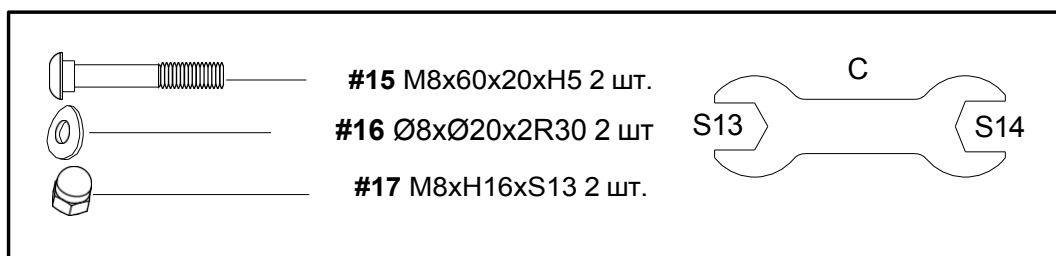
СКЛАДАННЯ ВИРОБУ

Після відкриття оригінальної упаковки у місці, обраному для встановлення виробу, щоб полегшити операції зі складання, звільніть у кімнаті простір від меблів, а потім вийміть весь матеріал з упаковки та розкладіть його на підлозі, готовий до монтажу.

- Розкладіть на підлозі попередньо зібраний основний корпус, як показано на малюнку.
- Відкрутіть дві гайки з ковпачком **17** і зніміть дві шайби **16** та два болти **15**, після чого зніміть захисну трубку **84**, яка використовувалася для упаковки.

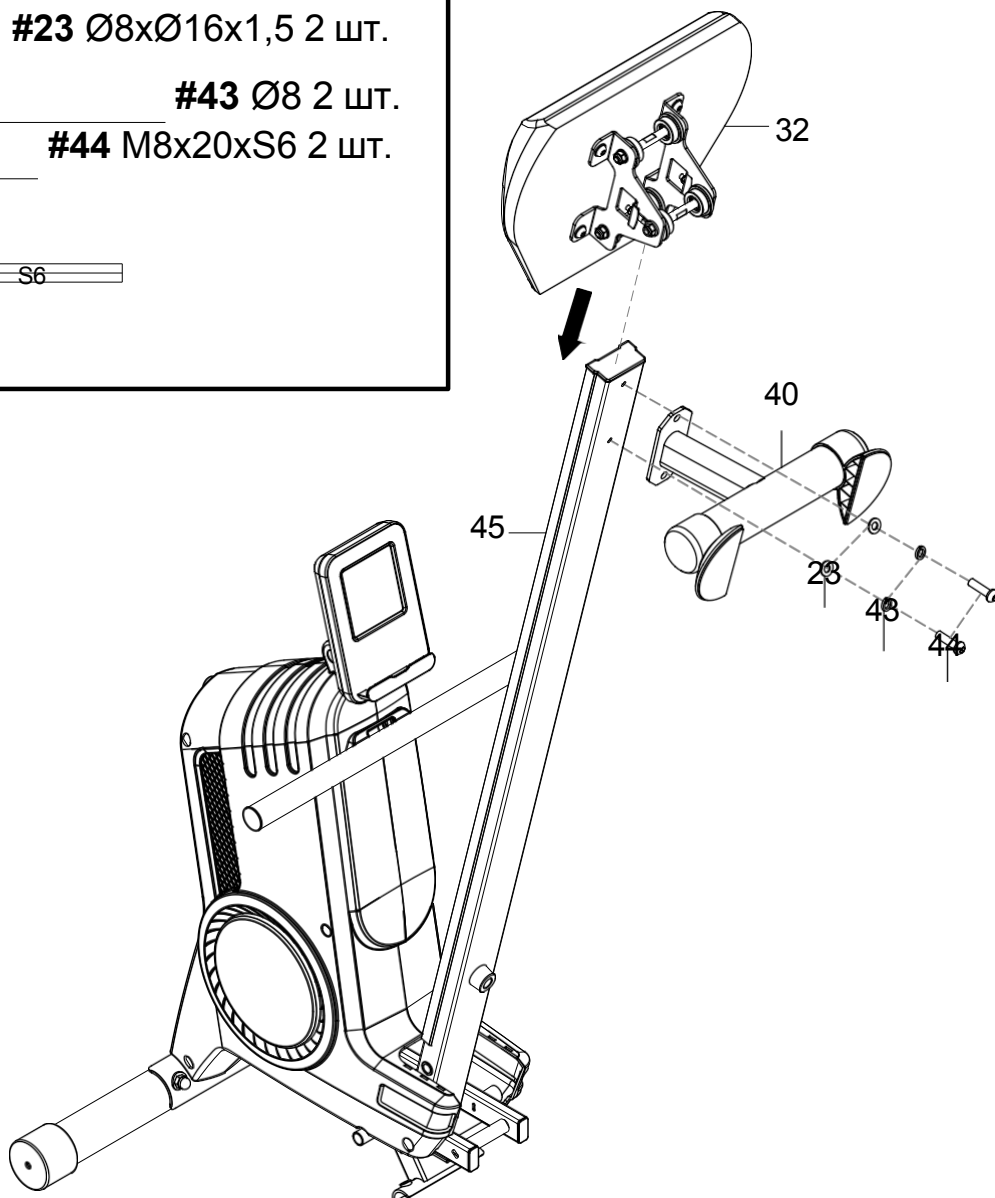
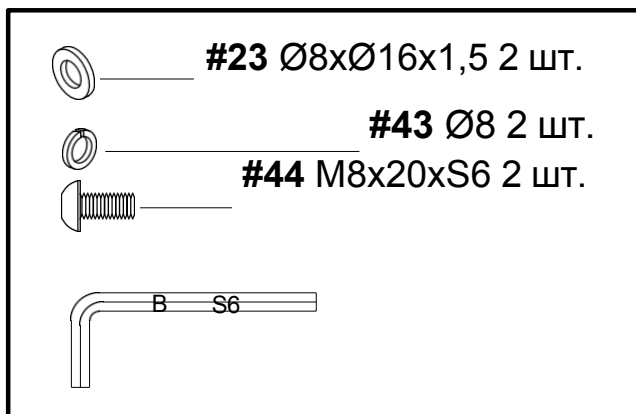
Монтаж передньої опорної балки

- Закріпіть передню опорну балку **12** на кронштейні основного корпусу **24**, вставивши два болти **15** [M8x60xH5] і затягнувши дві гайки з ковпачком **17** [M8xH16xS13] разом з шайбами **16** [Ø8xØ20x2R30].
- Використовуйте гайковий ключ **C** [S13/S14].



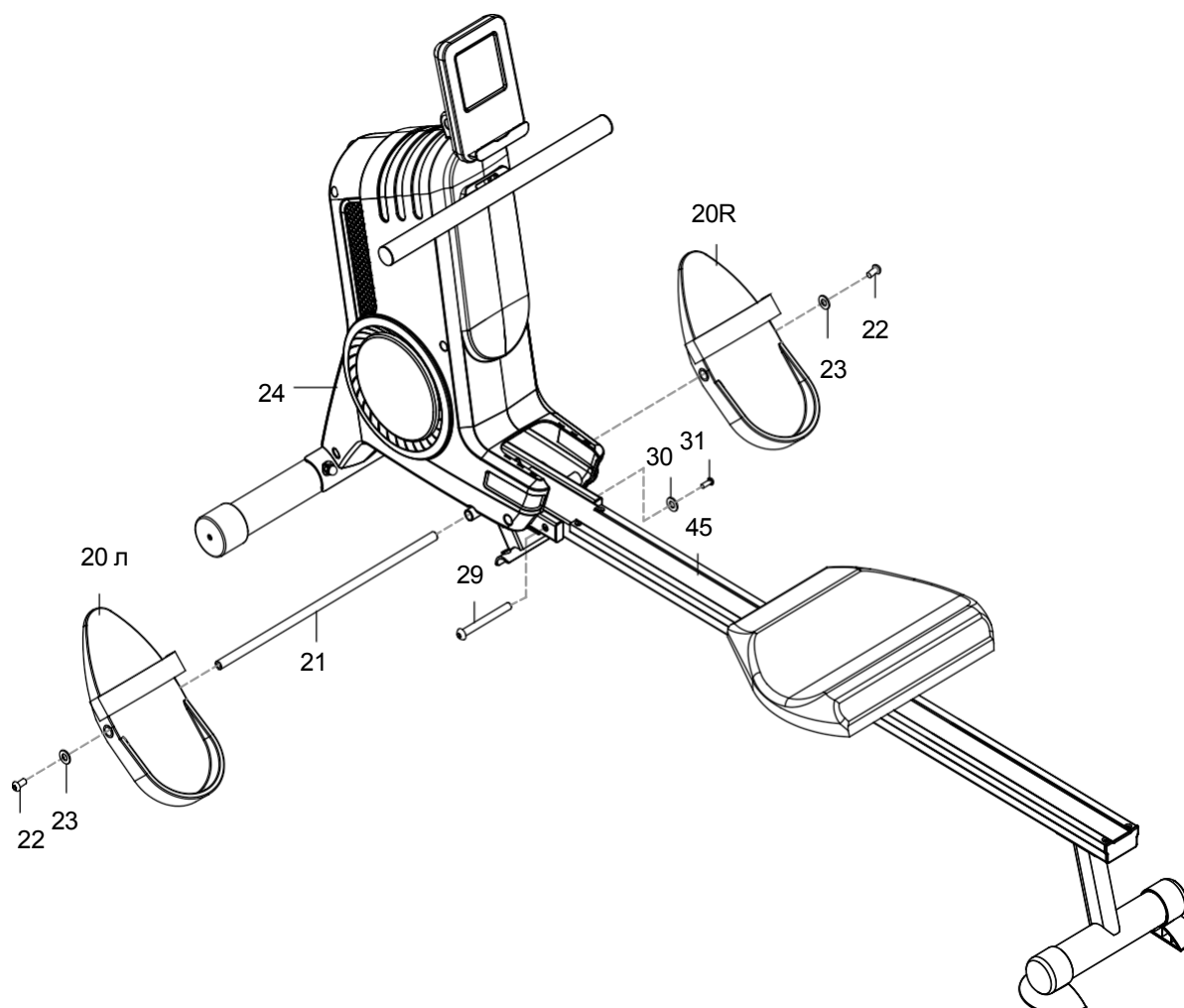
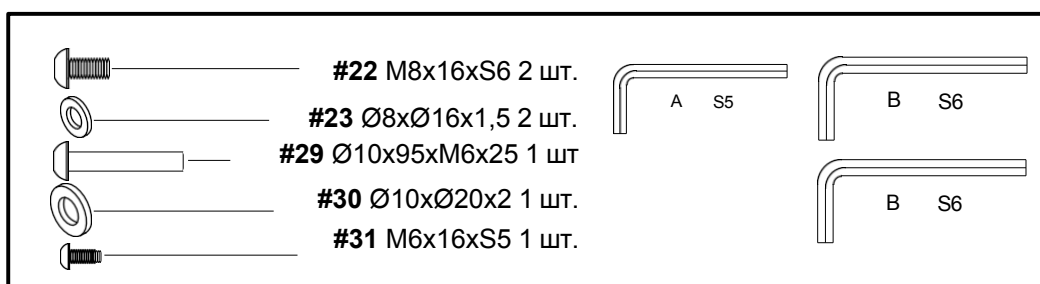
Монтаж задньої опорної штанги та зсувного сидіння

- Підніміть рейку **45** у вертикальне положення та утримуйте її в цьому положенні за допомогою другої людини. Вставте візок ковзного сидіння **32** в рейку **45**, дотримуючись орієнтації спереду/ззаду, і доведіть його до кінця ходу.
- Закріпіть задню опорну штангу **40** на кінці направляючої **45**, затягнувши два гвинти **44** [M8x20xS6], оснащені плоскими шайбами **23** [Ø8xØ16x1,5] та розрізними шайбами **43** [Ø8].
- Використовуйте шестигранний ключ **B** [S6].



Монтаж підніжок лівої/правої

- Вставте з'єднувальний вал підніжок **21** [1] через отвори в основному корпусі **24**, потім вставте підніжки **20L** і **20R** на кінці з'єднувального вала **21** і зафіксуйте їх, затягнувши два гвинти **22** [M8x16xS6] з шайбами **23** [Ø8xØ16x1,5], як показано на малюнку.
- Використовуйте шестигранний ключ **B** [S6].
- Закріпіть напрямну **45** на основному корпусі **24**, затягнувши гвинт із внутрішньою різьбою **29** [Ø10x95xM6x25] за допомогою гвинта **31** [M6x16xS5] з плоскою шайбою **30** [Ø10xØ20x2].
- Використовуйте шестигранний ключ **B** [S6] разом із шестигранним ключем **A** [S5].

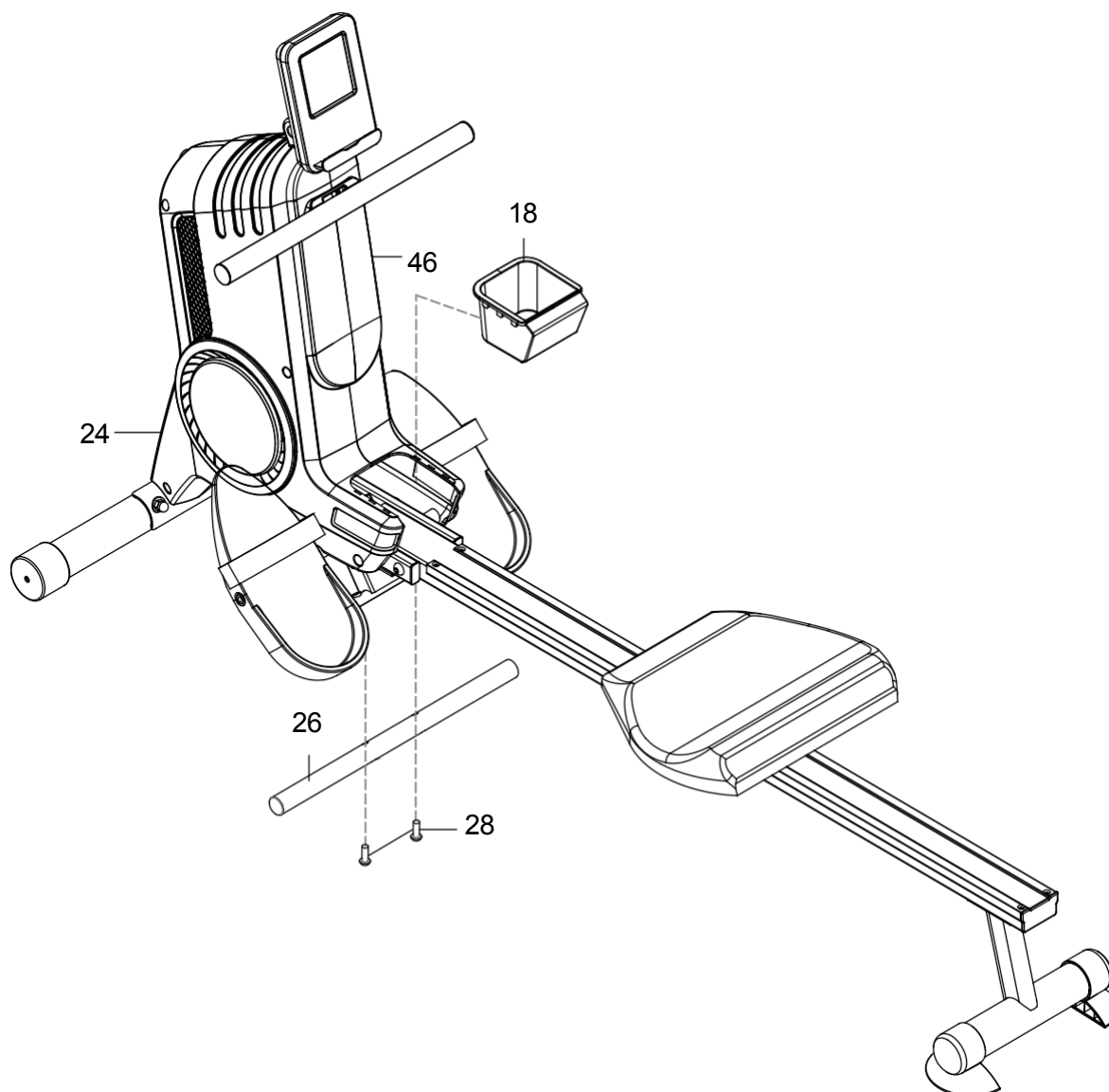
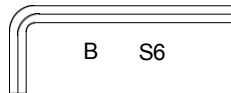


Монтаж полиці

- Насуньте тримач для предметів **18** на рейку в простір між основним корпусом і рейкою, дотримуючись показаного орієнтування.
- Закріпіть опорну штангу підніжок **26** на основному корпусі **24**, знизу між двома підніжками, затягнувши два гвинти **28** [M8x30xS6].
- Використовуйте шестигранний ключ **A** [S5].
- На цьому збірка інструменту завершена. Перед використанням прочитайте решту частин посібника, щоб ознайомитися з усією інформацією щодо безпечного використання виробу.



#28 M8x30xS6 2 шт.



Регулювання ременів

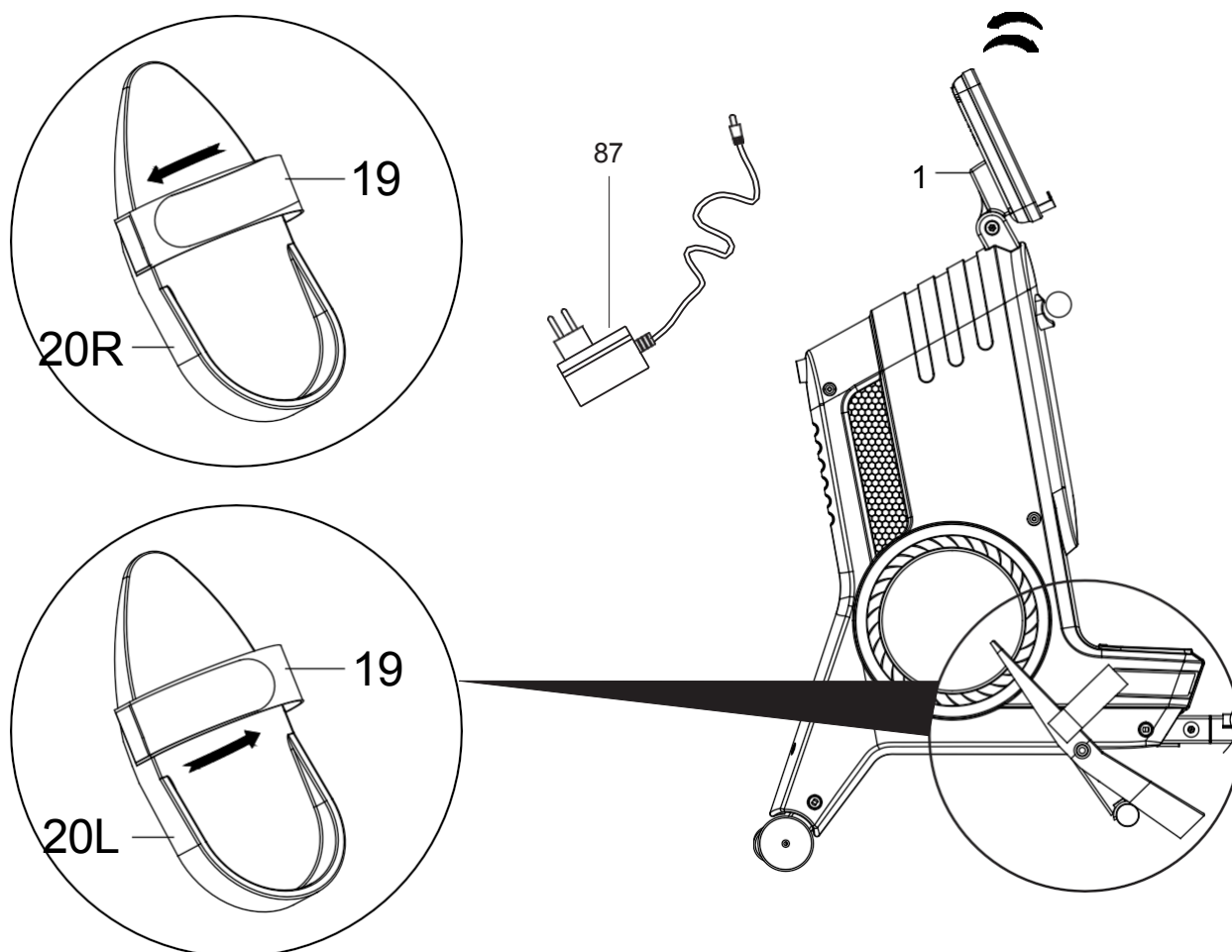
- Щоб відрегулювати підніжки відповідно до розміру стопи користувача, необхідно зняти кріплення на липучці ремінця фіксації стопи **19** з боку сітчастої стрічки, потягнувши його вгору, а потім, відрегулювавши його відповідно до ширини стопи, потягнути вліво для правої підніжки **20R** або вправо для лівої підніжки **20L**.

Регулювання нахилу консолі

- Для кращої читабельності дисплея консоль можна повернути на кілька градусів навколо своєї осі кріплення. Щоб виконати цю операцію, візьміть консоль **1** і поверніть її вперед або назад до бажаного положення.

Електричне підключення

- Підключіть блок живлення **87**, що входить до комплекту, до відповідної розетки; потім підключіть штекер до розетки живлення, що знаходиться на передній частині виробу.



Перед початком використання виробу рекомендується проконсультуватися з лікарем для перевірки фізичного стану та узгодження з ним особливих запобіжних заходів, пов'язаних із заняттями цією фізичною активністю.

Тим, хто починає використовувати виріб без попередньої підготовки, необхідно дотримуватися обережного підходу, обмежуючи кількість тренувань не більше ніж трьома на тиждень та дотримуючись мінімальних темпів і швидкостей, як для ознайомлення з управлінням консолі, так і для поступового відходу від малорухливого способу життя.

Тим, хто вже займається спортом і планує використовувати цей продукт як допоміжний засіб під час тренувань, рекомендується звернутися до персонального тренера для складання програми тренувань та розробки індивідуального плану занять.

Контролюючи серцевий ритм під час тренування, можна націлити свою діяльність на 3 цілі:

- **схуднення:** підтримуючи серцевий ритм на рівні від **60%** до **75%**, можна спалювати калорії без зайвих зусиль;
- **поліпшення дихальних можливостей:** підтримуючи частоту серцевих скорочень на рівні від **75%** до **85%**, можна тренувати легені, працюючи в аеробному режимі;
- **поліпшення серцево-судинної системи:** підтримуючи частоту серцевих скорочень на рівні від **85%** до **95%**, можна тренувати серце, працюючи в анаеробному режимі.

Використання продукту має відбуватися у три етапи.

РОЗГРІВ: перед початком тренування з використанням цього продукту завжди бажано виконати кілька вправ для розігріву та розігріву м'язів, щоб підготувати тіло до навантаження та розігріти серце й легені.

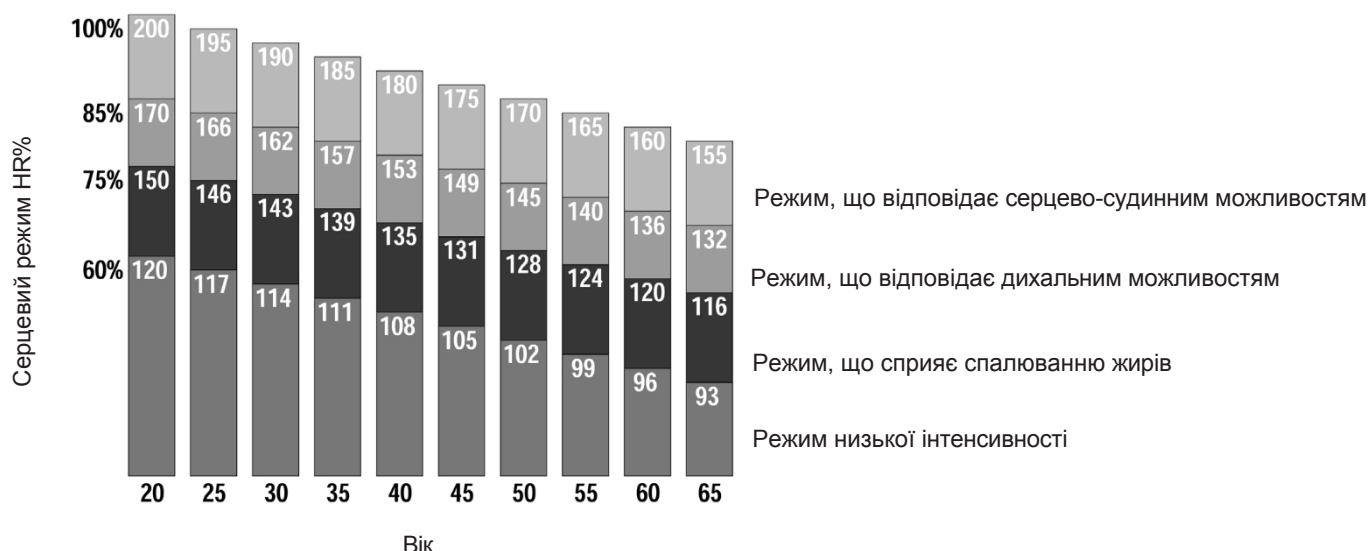
ТРЕНУВАННЯ: починайте з низької інтенсивності, а після розминки поступово збільшуйте інтенсивність вправ, поки частота серцебиття не досягне бажаного порогового значення. Підтримуйте постійну частоту серцебиття на бажаному рівні відповідно до своєї «мети» (схуднення, поліпшення дихальних або серцево-судинних можливостей).

Протягом перших тижнів використання тренувальні сесії не повинні тривати довше 20 хвилин; після набуття впевненості та навичок тривалість сесій можна збільшити до 60 хвилин.

РОЗМИНКА: після закінчення тренування розслабтеся, виконавши кілька хвилин розминки з вправами на розтяжку.



Заняття в режимі анаеробного тренування дозволені лише добре підготовленим професійним спортсменам.



3.1

ВИКОРИСТАННЯ НАГРУДНОГО ДАТЧИКА ПУЛЬСУ (ОПЦІЯ)



- Перед використанням наголовного передавача уважно прочитайте інструкції на цій сторінці та інструкції, надані виробником.
- Після кожного використання зніміть передавач з еластичного ремінця, очистіть його від поту та ретельно висушіть.
- Очищайте передавач вологою ганчіркою з нейтральним милом, еластичний ремінець слід регулярно прати, рекомендується прати в пральній машині разом зі спортивним одягом при температурі нижче 40°.
- Ремінь та передавач слід зберігати поза шухлядами, закритими пакетами чи іншими контейнерами; рекомендується повісити їх на стіну, щоб забезпечити повне висихання.

Нагрудний датчик не входить до комплекту поставки, його можна замовити окремо.

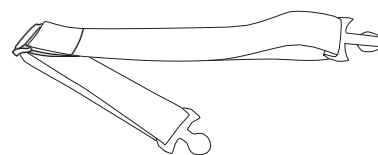
Передавач є некодованим, з діапазоном частот, сумісним з продуктами Polar® і складається з двох елементів: передавача, що надсилає радіосигнали до консолі, та еластичного ремінця, що дозволяє закріпити передавач на грудях.

Для отримання конкретних інструкцій щодо використання нагрудного передавача зверніться до інструкцій, що знаходяться в упаковці самого виробу.

- 1) Прикріпіть один кінець передавача до еластичного ремінця.
- 2) Відрегулюйте довжину еластичної стрічки (відповідно до обхвату грудей), скориставшись спеціальною пряжкою. Розмістіть еластичну стрічку трохи нижче грудних м'язів, як показано на малюнку, а потім прикріпіть інший кінець еластичної стрічки до передавача.
- 3) Підніміть передавач і змочіть пальцями, змоченими у воді, електроди, розташовані на задній стороні.
- 4) Переконайтеся, що поверхня з електродами щільно прилягає до шкіри.

Показники серцевого ритму, виміряні за допомогою ремінця, є лише орієнтовними значеннями, корисними для контролю частоти серцевих скорочень відповідно до режиму тренувань, які ви плануєте виконувати, та для отримання орієнтовних даних щодо споживання калорій.

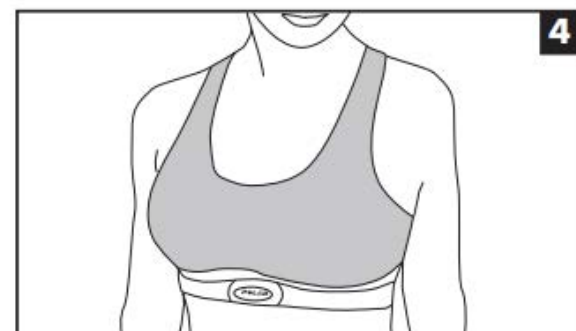
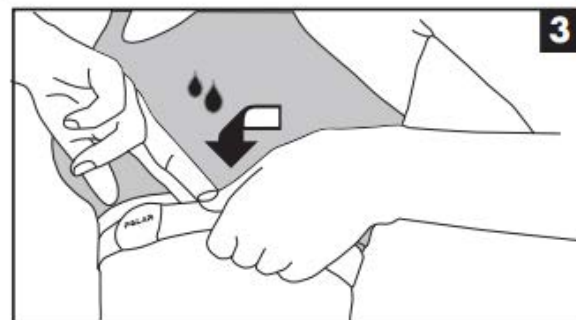
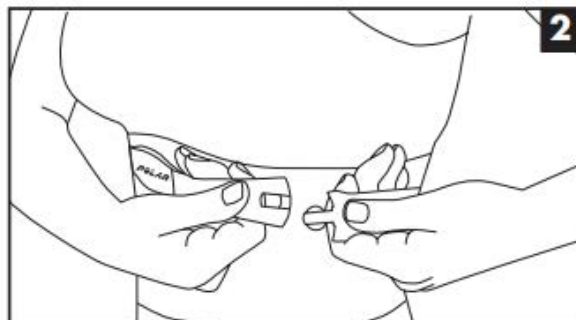
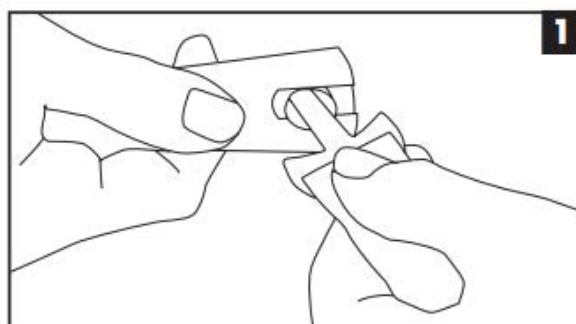
У жодному разі вимірювання, отримане передавачем, не може вважатися медичним даними.



Еластична стрічка



Передавач



3.2

ПРАКТИЧНІ ПОРАДИ ТА РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ВИКОРИСТАННЯ



- Будьте обережні під час використання приладу. Під час вправ тримайте дітей та тварин подалі.
- Не рекомендується використовувати прилад особам із захворюваннями хребта
- Не використовуйте тренажер одночасно з іншою особою.
- Почніть вправу, натискаючи на рукоятку тяги; рух веслування запускає автоматичний підрахунок даних на консолі.

При першому використанні виробу, перед початком інтенсивного тренування, необхідно ознайомитися з координацією руху веслування та ковзного сидіння.

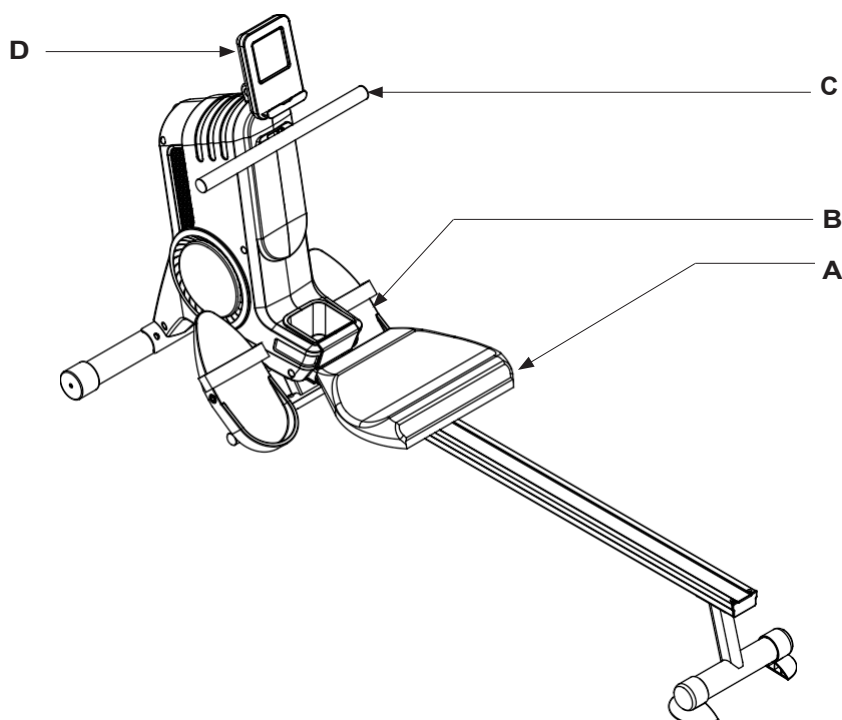
- 1) Сісти на сидіння, що ковзає (A), поставити ноги на підніжки (B) і взятися за рукоятку (C).
- 2) Відлік на консолі D починається автоматично після першого потягу рукоятки або після натискання кнопки на консолі.
- 3) Зі спиною, випрямленою, виконуйте циклічний рух веслування. Протягом деякого часу дотримуйтесь повільного темпу, щоб звикнути до координації рухів.

- 4) Рівень інтенсивності регулюється за допомогою ручки E і повинен бути встановлений відповідно до ваших можливостей та особистого відчуття втоми або за допомогою контролю серцевого ритму; для цього рекомендується використовувати нагрудний датчик, який не входить до комплекту.
- 5) Під час тренування координуйте рухи та дихання і дотримуйтесь правильної постави.



Для правильної постави на тренажері важливо тримати спину рівно, не нахиляючи тіло вперед або назад. Завжди відштовхуйтеся обома ногами та руками, координуючи рухи; якщо ви будете спиратися руками на рукоятки, це не дасть навантаження на верхню частину тіла, якщо ви використовуєте лише силу ніг.

- 6) Перед використанням виробу рекомендується завжди підготувати м'язи, задіяні в русі, виконуючи відповідні вправи на розтяжку (буквально це означає «розтягування») під керівництвом професійного інструктора. Це дозволяє розім'яти скуті суглоби та розтягнути м'язи. Як і у випадку з усіма техніками, особливо новими, на початку краще довіритися досвідченим фахівцям.



3.3

ФУНКЦІЇ ПАНЕЛІ (ДИСПЛЕЙ)

Консоль оснащена рідкокристалічним дисплеєм, на якому відображаються такі дані:

STROKES - (ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ ПЕРЕМАХІВ ЗА ТРЕНУВАННЯ)

- КІЛЬКІСТЬ ПЕРЕМАХІВ, виконаних під час поточного тренування.

SPM - (КІЛЬКІСТЬ ПЕРЕМАХІВ НА ХВИЛИНУ)

- Підрахунок гребків на хвилину, виконуються під час поточного тренування.

TOTAL STROKES - (ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ ВІДРАЗІВ)

- ПІДРАХУНОК ЗАГАЛЬНОЇ КІЛЬКОСТІ ВЕСЛОВИХ РУХІВ, які були виконані, до максимум 99999.

TIME - (ТРИВАЛІСТЬ)

- ЧАС тривалості вправи, починаючи з нуля, або в режимі *MANUAL MODE* — відлік часу від заданого значення до нуля.

TIME/500 м - (ТЕМП ГРЕБАННЯ)

- Середній ЧАС, витрачений на пропливання відстані 500 метрів; стандартний показник у змаганнях з веслування

METERS - (ДИСТАНЦІЯ)

- Відстань, пройдена з початку тренування, або в режимі *MANUAL MODE* — зворотний відлік від заданої загальної відстані до нуля.

КАЛОРІЇ - (КАЛОРІЙНІ ВИТРАТИ) (*)

- Витрата КАЛОРІЙ під час тренування, виражена в ккал, або в програмі *MANUAL MODE* — зворотний відлік встановленої калорійності до нуля.

PULSE - (ЧАСТОТА СЕРЦЕБИТТЯ) (*)

- ЧАСТОТА СЕРЦЕБИТТЯ, що вимірюється за допомогою датчика на нагрудній стрічці (опція). Значення вимірюється в уд./хв (ударів на хвилину). У режимі *MANUAL MODE* частота серцебиття повинна підтримуватися на рівні заданого порогу.

BATT - (ЕНЕРГІЯ, ВИРОБЛЕНА ПІД ЧАС ВЕСЛУВАННЯ)

- Показує миттєву ЕНЕРГІЮ, виражену у ватах, яка виробляється рухом весла і змінюється залежно від інтенсивності. У програмі *MANUAL MODE* інтенсивність гребля повинна підтримуватися на заданому значенні BAT.

LEVEL - (РІВЕНЬ ІНТЕНСИВНОСТІ)

- Показує встановлений рівень інтенсивності: від мінімального (1) до максимального (16).

ВІДОБРАЖЕННЯ ФУНКЦІЙ ТА СТАНУ

- Відображає поточну функцію та поточний стан консолі: START або STOP.

МАТРИЧНИЙ ГРАФІЧНИЙ ДИСПЛЕЙ виконує різні функції графічного відображення, серед яких профіль тренувальних програм у різних режимах використання тренажера.

ДИСПЛЕЙ ROWING графічно відображає активність веслування, ілюструючи положення між початком і кінцем вправи.

(*) Нагадуємо, що надані виміри є лише приблизними орієнтовними даними і в жодному разі не можуть розглядатися як медичні дані.

ЧАС ЧАС/500 М

ХОДИ/ХВ.

МЕТРИ (ДИСТАНЦІЯ)

ДИСПЛЕЙ ДЛЯ ВЕСЛУВАННЯ

ФУНКЦІЇ СТАНУ

РІВЕНЬ

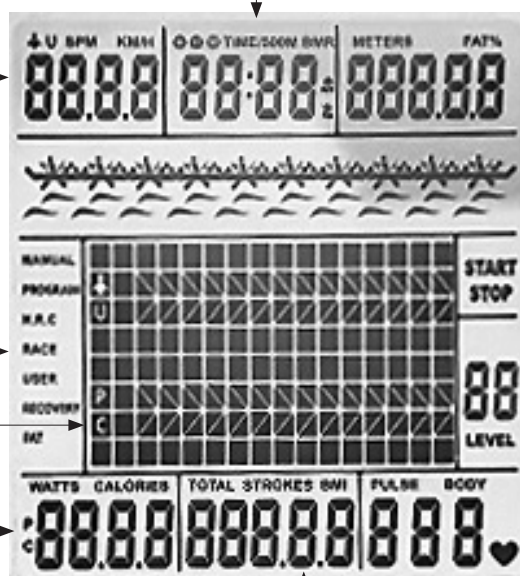
ПУЛЬС

ХОД ЗАГАЛЬНИЙ
ХОД

РЕЖИМИ
ТРЕНУВАННЯ

ГРАФІЧНИЙ
ДИСПЛЕЙ

ВАТИ
КАЛОРІЇ



Кнопка START / STOP

Перед початком тренування:

- натисніть START/STOP, щоб розпочати тренування в будь-якому режимі, після чого почнеться відлік на дисплеї та запрацюють функції обраної програми тренувань.

Під час тренування:

- натисніть START/STOP, щоб зупинити тренування, що виконується.

Кнопки UP / DOWN

Перед початком тренування:

- Натисніть кнопки UP/DOWN перед початком тренування, щоб вибрати одну з програм тренування: РУЧНИЙ РЕЖИМ, ВСТАНОВЛЕНІ ПРОГРАМИ, КОРИСТУВАЦЬКА ПРОГРАМА, ПРОГРАМИ HRC, RACE,
- натискайте кнопки UP/DOWN перед тренуванням, щоб ввести всі дані функцій тренування.

Під час тренування:

- натискайте кнопки UP/DOWN під час тренування, щоб збільшити або зменшити рівень інтенсивності.

Кнопка RESET

- Натисніть RESET у режимі налаштування даних, щоб відновити попередньо встановлене значення; натисніть ще раз, щоб повернутися в режим очікування.
- Натисніть RESET у режимі STOP, щоб повернутися до режиму очікування.
- Утримуйте кнопку RESET протягом 2 секунд, щоб скинути дані тренування та повернутися в режим очікування.

Кнопка ENTER

Перед початком тренування:

- натисніть ENTER, щоб підтвердити вибір функції та введення всіх даних тренувальної сесії.

Під час тренування:

- натисніть ENTER, щоб перемикати відображення на дисплеї з подвійною функцією та на графічному дисплеї (зазвичай це відбувається автоматично).

Кнопка RECOVERY

- Після завершення вправи натисніть RECOVERY, щоб запустити функцію Pulse Recovery.

Функція RECOVERY дозволяє отримати показник прогресу у покращенні серцево-судинної витривалості відповідно до результатів тренувань. Рекомендується проводити тести щотижня після 30-хвилинного тренування з постійною інтенсивністю, після закінчення якого слід припинити гребти, натиснути кнопку RECOVERY і покласти руки на датчики вимірювання пульсу.

Після 60-секундного відліку на дисплеї з'явиться вимірний показник продуктивності, що має шість рівнів:

F1 = ВІДМІННИЙ показник продуктивності

F2 = ВІДМІННИЙ показник продуктивності

F3 = ДОБРИЙ показник продуктивності

F4 = ЗАДОВІЛЬНИЙ показник продуктивності

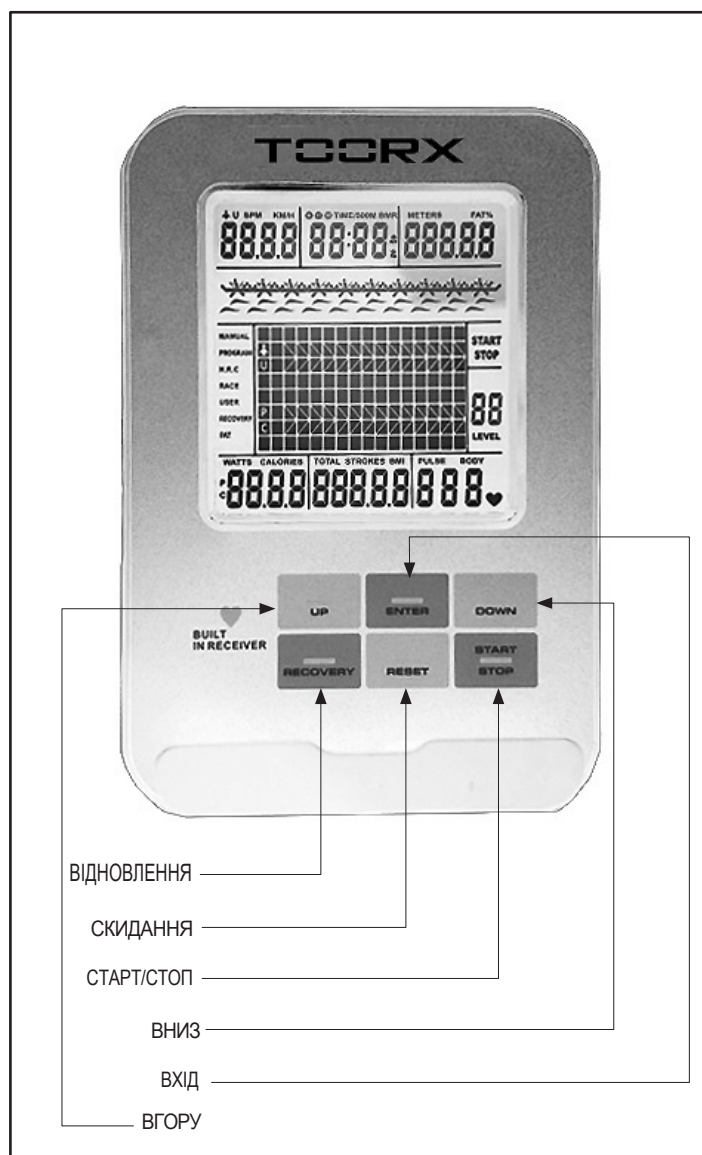
F5 = ЗАДОВІЛЬНИЙ показник ефективності

F6 = НЕДОСТАТНІЙ показник ефективності.

Якщо датчики вимірювання серцевого ритму не виявляють жодного сигналу, на графічному дисплеї з'являється повідомлення про помилку.

Примітка:

Щоб увімкнути консоль, натисніть будь-яку кнопку. Приблизно через чотири хвилини після закінчення тренування консоль повертається в режим очікування.



УВІМКНЕННЯ

- Вставте штекер блоку живлення у відповідну розетку на передній панелі інструменту.
- Підключіть штекер блоку живлення до розетки, розташованої найближче до інструмента. Пролунає звуковий сигнал, і всі сегменти дисплея на мить загоряться, виконуючи функцію самотестування; консоль залишається увімкненою в режимі очікування, готовою до прийому команд, і автоматично вимикається через чотири хвилини бездіяльності.

QUICKSTART

Режим QuickStart — це найпростіший і найшвидший спосіб негайно почати користуватися тренажером. Сівши на сидіння, натисніть кнопку START/STOP, щоб одразу розпочати тренування.

- У режимі QuickStart дисплеї Time, Spm, Strokes, Distance, Calories відразу починають відлік з нуля і продовжують його протягом усього тренування. Кожна з 16 колонок графічного дисплея відповідає проміжку в 100 метрів.
- Роботу можна призупинити в режимі PAUSA в будь-який момент, натиснувши кнопку START/STOP. Щоб остаточно зупинити вправу та повернутися до початкового режиму очікування, натисніть кнопку RESET.

РУЧНИЙ РЕЖИМ

- Після увімкнення консолі натискайте кнопки UP/DOWN, доки не виберете режим MANUAL, позначений аббревіатурою MANUAL у лівій частині дисплея, та натисніть ENTER для підтвердження.

Режим MANUAL дозволяє вибрати одну або кілька змінних тренування з доступних:

- Встановлений максимальний рівень інтенсивності.
- Задана тривалість тренування.
- Задана еквівалентна відстань, яку потрібно пройти.
- Встановлена ціль щодо спалення калорій.
- Встановлено кількість гребків, яку потрібно досягти.
- Встановлено постійну потужність у ватах.
- Встановлено постійну частоту серцебиття.

Примітка: для кожного вправи можна встановити кілька тренувальних змінних, але тривалість і відстань не можна встановлювати одночасно.

- Щоб перейти від однієї змінної до наступної, натисніть ENTER, а щоб встановити або змінити одну із змінних, використовуйте кнопки UP/DOWN, а потім натисніть ENTER для підтвердження.
- Натисніть кнопку START/STOP, щоб запустити програму; якщо встановлено Тривалість або Відстань, значення функції почне відлік назад на відповідному дисплеї, тоді як значення інших функцій показуватимуть прогрес даних у міру виконання вправи. Після завершення програми консоль видає звуковий сигнал, показує стан STOP, а дисплеї відображають дані, зібрані під час тренувальної сесії.
- Роботу можна призупинити в режимі PAUSE в будь-який момент, натиснувши кнопку START/STOP. Щоб остаточно зупинити тренування і повернутися до початкового режиму очікування, натисніть кнопку RESET.

Примітка: коли встановлено параметр тренування «Постійні вати», тренажер чинить постійну силу тяги: при швидкому гребінні рівень опору на тяговій штанзі зменшується, при повільному гребінні рівень опору на тяговій штанзі збільшується.

3.6 ПРЕДУСТАНОВЛЕНІ ПРОГРАМИ

- Після увімкнення консолі натисніть кнопки UP/DOWN, щоб вибрати режим попередньо встановлених програм, позначений написом *PROGRAM* у лівій частині дисплея, та натисніть ENTER для підтвердження.
- Натискайте кнопки UP/DOWN, щоб вибрати одну з 12 попередньо встановлених програм (P01 ÷ P12), в яких інтенсивність регулюється консоллю відповідно до діаграм профілів, що відображаються на графічному дисплеї, а потім натисніть ENTER для підтвердження.
- Режим PROGRAM дозволяє вибрати одну або кілька змінних тренування з доступних:
 - Встановлений максимальний рівень інтенсивності.
 - Задана тривалість тренування.
 - Задана еквівалентна відстань, яку потрібно пройти.
 - Задана кількість калорій, яку потрібно спалити.
 - Встановлена кількість гребків, яку потрібно виконати.
 - Встановлено максимальну частоту серцебиття.

Примітка: для кожного вправи можна встановити кілька тренувальних параметрів, але тривалість і відстань не можна встановлювати одночасно.
- Щоб перейти від однієї змінної до наступної, натисніть ENTER, а щоб встановити або змінити одну із змінних, використовуйте кнопки UP/DOWN, а потім натисніть ENTER для підтвердження.
- Натисніть кнопку START/STOP, щоб негайно розпочати програму тренування за замовчуванням; якщо встановлено Тривалість або Відстань, значення функції почне відлік назад на відповідному дисплеї, тоді як значення інших функцій показуватимуть прогрес даних у міру виконання вправи.
Під час тренування інтенсивність автоматично змінюється консоллю відповідно до профілю вибраної попередньо заданої програми, однак за допомогою кнопок UP/DOWN значення інтенсивності можна змінювати на свій розсуд.
- Після завершення програми консоль видає звуковий сигнал, відображає стан «STOP», а на дисплеях з'являються дані, зібрані під час тренування.
- Тренування можна призупинити в режимі PAUSA в будь-який момент, натиснувши кнопку START/STOP.
Щоб остаточно зупинити тренування та повернутися до початкового режиму очікування, натисніть кнопку RESET.

3.7 ПРОГРАМА RACE

- Після увімкнення консолі натисніть кнопки UP/DOWN, щоб вибрати режим Race (симуляція змагань), позначений аббревіатурою *RACE* у лівій частині дисплея, та натисніть ENTER для підтвердження. При виборі програми RACE тренування полягатиме у симульованому змаганні проти консолі на дистанції. У нижній частині графічного дисплея відображається каное з позначкою PC, що позначає консоль та екіпаж, яких потрібно обігнати. У верхній частині графічного дисплея відображається каное з позначкою U, що позначає користувача. Каное рухаються по горизонтальній трасі, на якій просування кожного з 16 доступних сегментів відповідає пройденому відстані 500 м.
- Натискайте кнопки UP/DOWN, щоб встановити темп гребля (Time/500), враховуючи, що кожна сегментна індикація на графічному дисплеї відповідає відстані 500 м (за замовчуванням: 4,0 хвилини), а потім натисніть ENTER для підтвердження.
- Натискайте кнопки UP/DOWN, щоб встановити загальну дистанцію запливу (за замовчуванням: 500 — діапазон 500 м–8000 м з кроком 500 м), і натисніть ENTER для підтвердження.
- Натискайте кнопки UP/DOWN, щоб встановити рівень продуктивності каное PC, вибравши рівень від L1 до L15, і натисніть ENTER для підтвердження. Щодо критеріїв вибору рівня продуктивності каное супротивника, який керується консоллю, слід врахувати, що найшвидшому темпу веслування відповідає рівень L1, з часом 1:00 хвилини для проходження відстані 500 м; тоді як найповільнішому темпу веслування відповідає рівень L15, з часом 8:00 хвилин для проходження відстані 500 м.
- Натисніть кнопку START/STOP, щоб негайно розпочати програму RACE; на графічному дисплеї відобразиться хід змагання: у верхній частині буде показано позицію користувача (U), а в нижній — позицію консолі (PC).
- Після досягнення заданої відстані тренування завершується, консоль подає звуковий сигнал, показує стан STOP, а дисплеї відображають дані, зібрані під час змагання, окремо показуючи результати, досягнуті Користувачем та Консоллю.
- Вправу можна призупинити в режимі PAUSA в будь-який момент, натиснувши кнопку START/STOP.
Щоб остаточно зупинити роботу пристрою та повернутися до початкового режиму очікування, натисніть кнопку RESET.

Вибравши H.R.C., ви обираєте тренувальний сеанс, під час якого консоль автоматично регулює інтенсивність вправи відповідно до частоти серцебиття, виміряної за допомогою опціонального нагрудного ременя.

- Після увімкнення консолі натисніть кнопки UP/DOWN, щоб вибрати режим програми HRC, позначений аббревіатурою H.R.C. у лівій частині дисплея, та натисніть ENTER для підтвердження.
- Натискайте кнопки UP/DOWN, щоб встановити ВІК користувача (AGE), і натисніть ENTER для підтвердження.
- Натискайте кнопки UP/DOWN, щоб вибрати один із трьох попередньо встановлених режимів або встановити бажаний поріг серцевого ритму TAG.
55% = режим серцевого ритму для схуднення.
75% = режим серцевого ритму для аеробного тренування.
90% = режим серцевого ритму для анаеробного тренування.
TAG = індивідуальне налаштування порогової частоти серцебиття.
Перші три попередньо встановлені режими (HRC 55%, 75%, 90%) автоматично встановлюють значення порогової частоти серцебиття відповідно до введенного віку користувача.
Після вибору бажаного режиму серцевого ритму натисніть кнопку ENTER для підтвердження.
- TAG дозволяє ввести *порогову частоту серцебиття* яке потрібно, таким чином:
- На дисплеї, що блимає «Pulse», встановіть порогову частоту (ТА — стандартне значення пульсу 100 уд./хв.), яку ви хочете підтримувати, за допомогою кнопок UP/DOWN, а потім натисніть ENTER для підтвердження.
- Режим H.R.C. дозволяє вибрати одну або кілька змінних тренування з доступних:
 - Встановлений максимальний рівень інтенсивності.
 - Задана тривалість тренування.
 - Задана еквівалентна відстань, яку потрібно пройти.
 - Задана кількість калорій, яку потрібно спалити.
 - Встановлена кількість гребків, яку потрібно виконати.
 - Встановлена максимальна частота серцебиття.

Примітка: для кожної вправи можна встановити кілька тренувальних параметрів, але тривалість і відстань не можна встановлювати одночасно.
- Щоб перейти від однієї змінної до наступної, натисніть ENTER, а щоб встановити або змінити одну із змінних, використовуйте кнопки UP/DOWN, а потім натисніть ENTER для підтвердження.

- Щоб запустити програму H.R.C., одягніть опціональний нагрудний датчик, а потім натисніть кнопку START/STOP; якщо консоль не виявляє частоту серцебиття, на дисплеї з'явиться піктограма серця; після виявлення частоти серцебиття консоль негайно розпочне вправу.
Під час тренування інтенсивність автоматично змінюється консоллю залежно від виявленої частоти серцебиття.
Якщо встановлено параметр «Тривалість» або «Відстань», значення відповідної функції почне відлік у зворотному порядку на відповідному дисплеї, тоді як значення інших функцій відображатимуть динаміку даних у міру виконання вправи.
- Після завершення програми консоль видає звуковий сигнал, показує стан *STOP*, а дисплеї відображають дані, зібрані під час тренування.
- Тренування можна призупинити в режимі PAUSA в будь-який момент, натиснувши кнопку START/STOP.
Щоб остаточно зупинити вправу та повернутися до початкового режиму очікування, натисніть кнопку RESET.

Примітка: якщо сигнал серцевого ритму не реєструється протягом більше ніж 30 секунд, консоль припиняє тренування та видає повідомлення про помилку.

Вибравши програму USER, ви можете скласти програму тренування з варіацією інтенсивності, запрограмованою на ваш розсуд, на графічному профілі, що складається з настроюваних стовпців.

- Після увімкнення консолі натисніть кнопки UP/DOWN, щоб вибрати режим програм UTEN-TE, позначений аббревіатурою *USER* у лівій частині дисплея, та натисніть ENTER для підтвердження.
- Почне блимати перший стовпець графічного дисплея, у якому встановлюється значення інтенсивності вправ для першого тренувального сеансу; використовуйте кнопки UP/DOWN для налаштування значення та натисніть ENTER, щоб підтвердити та перейти до наступного стовпця. Продовжуйте налаштовувати всі 16 стовпців таким самим чином; після завершення налаштування на графічному дисплеї ви побачите діаграму зі зміною інтенсивності, яку ви щойно запрограмували та зберегли. Після завершення налаштування всіх стовпців утримуйте кнопку ENTER натиснутою більше 2 секунд, щоб продовжити.
- Режим USER дозволяє вибрати одну або кілька змінних тренування з доступних:
 - Встановлений максимальний рівень інтенсивності.
 - Задана тривалість тренування.
 - Задана еквівалентна відстань, яку потрібно пройти.
 - Задана кількість калорій, яку потрібно спалити.
 - Встановлена кількість гребків.
 - Встановлена максимальна частота серцебиття.

Примітка: для кожної вправи можна встановити кілька тренувальних параметрів, але тривалість і відстань не можна встановлювати одночасно.
- Щоб перейти від однієї змінної до наступної, натисніть ENTER, а щоб встановити або змінити одну зі змінних, використовуйте кнопки UP/DOWN, а потім натисніть ENTER для підтвердження.
- Щоб запустити користувацьку програму, натисніть кнопку START/STOP. Під час тренування інтенсивність автоматично змінюється консоллю відповідно до профілю, встановленого в поточній користувацькій програмі, однак за допомогою кнопок UP/DOWN значення інтенсивності можна змінювати на свій розсуд.
- Після завершення програми консоль видає звуковий сигнал, відображає стан «STOP», а на дисплеях з'являються дані, зібрані під час тренування.

- Тренування можна призупинити в режимі PAUSA в будь-який момент, натиснувши кнопку START/STOP. Щоб остаточно зупинити тренування та повернутися до початкового режиму очікування, натисніть кнопку RESET

3.10

ВЕРТИКАЛЬНЕ ПОЛОЖЕННЯ — ПЕРЕМІЩЕННЯ

Прилад можна перевести у вертикальне положення, щоб займати менше місця.



НЕБЕЗПЕКА

- Щоб запобігти окисленню металевих деталей, не рекомендується залишати інструмент у підвалах або вологих приміщеннях. Накрийте інструмент бавовняним полотном, щоб захистити його від пилу.
- Перед тим, як поставити інструмент вертикально або перемістити його, від'єднайте штекер від мережі електроживлення.

Якщо інструмент не використовується протягом тривалого часу, переведіть його в режим очікування, виконавши наступні дії:

- Протріть інструмент ганчіркою.
- За допомогою мастила-спрею нанесіть тонкий шар масла на металеві деталі.

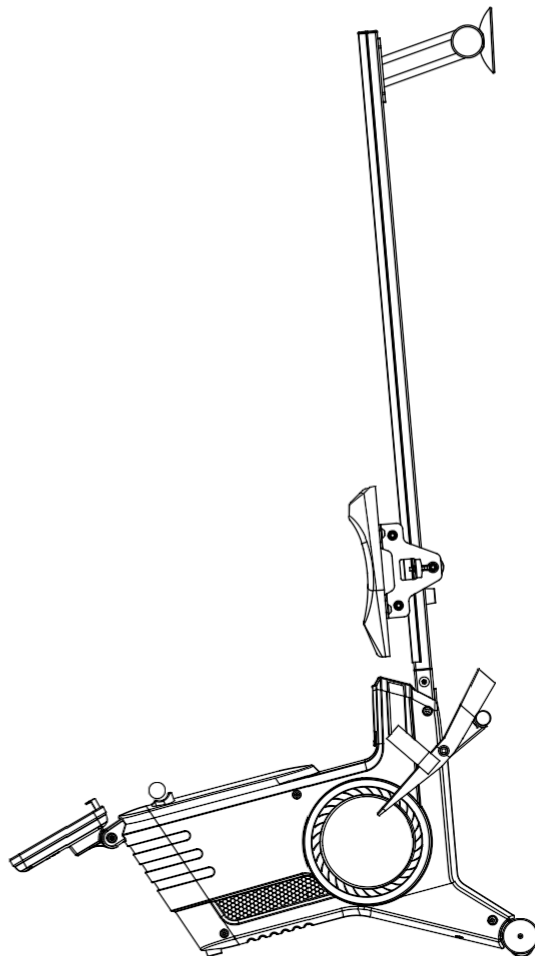


НЕБЕЗПЕКА

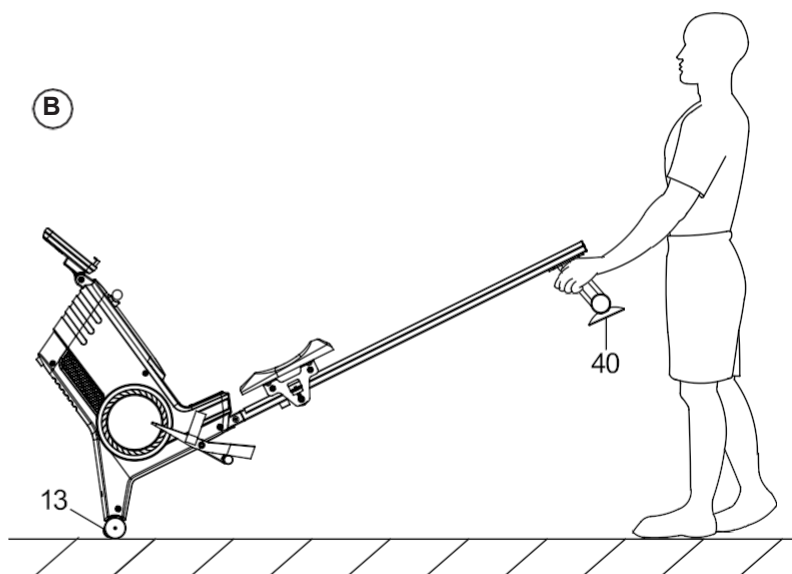
Щоб перемістити інструмент, тримайте його руками за кінці задньої опорної штанги. **НЕ** тримайте інструмент за сидіння, щоб уникнути ризику затиснення пальців.

- Взявшись за кінці задньої опорної штанги, підніміть тренажер у вертикальне положення, поки основна частина не опиниться на центральній опорі, див. малюнок А.
- У цьому положенні весловий тренажер можна поставити на зберігання, як показано на малюнку, або легко перемістити, піднявши його з задньої опори **40** та скориставшись вбудованими коліщатами **13** на кінцях передньої опорної штанги, див. малюнок В.

А



В





• Тримайте тренажер завжди чистим і без пилу.

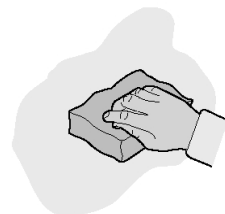
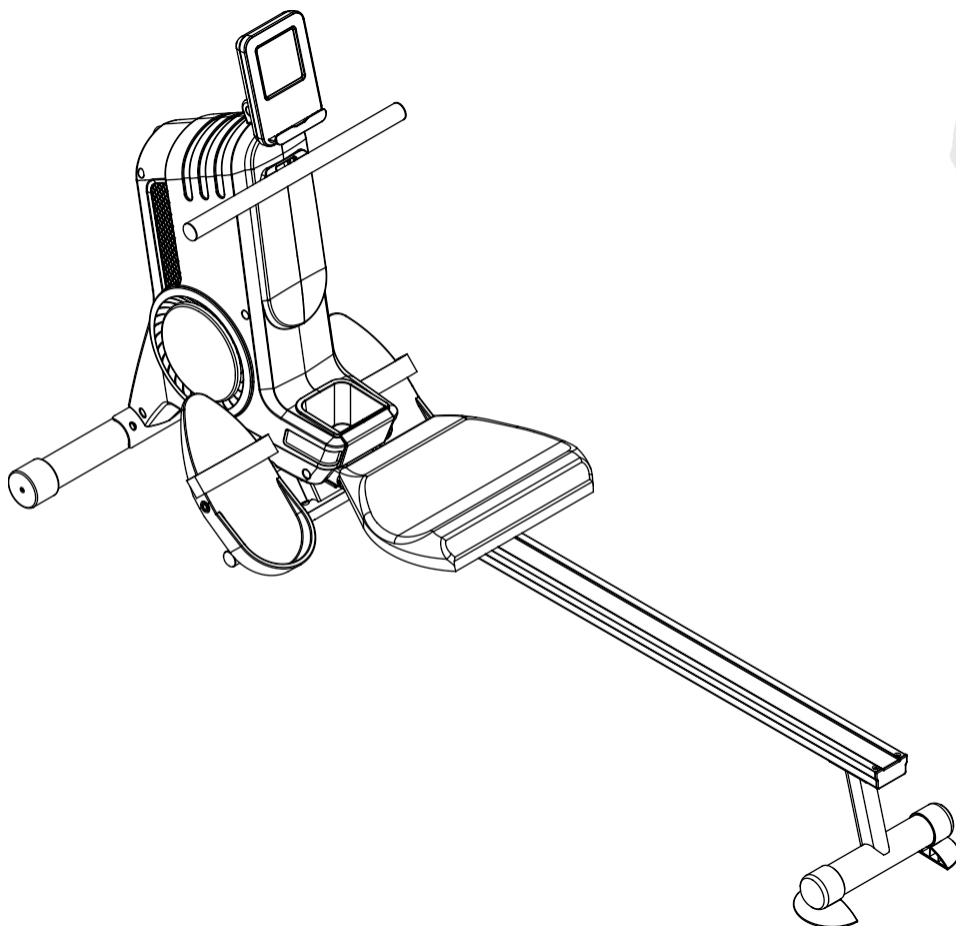
• Не використовуйте для чищення легкозаймисті або шкідливі речовини. Не використовуйте розчинники для чищення пластикових деталей, а лише засоби на водній основі та м'які тканини.

• Розчинники, такі як гас, ацетон, бензин, тетрахлорметан, аміак та олія, що містить хлорні сполуки, можуть пошкодити та роз'їсти пластикові деталі.

• Краплі поту, що залишилися на тренажері після тренування, можуть спричинити корозію металевих деталей або пошкодити електричні компоненти. Під час тренування рекомендується використовувати серветки або губчасті рушники для витирання поту, а після закінчення вправи ретельно очистити направляючу, візок та всі деталі, що контактували з потом.

ОЧИЩЕННЯ ТРЕНАЖЕРА

- Для очищення рами тренажера використовуйте вологу, а не мокру ганчірку.
- Ретельно очистіть підшипники та направляючу.
- Під час чищення тренажера будьте обережні, не тріть панель управління занадто сильно.
- Для змащення металевих деталей та направляючої візка використовуйте силіконовий спрей-змащувач.



5.0

ВИВЕДЕННЯ З ЕКСПЛУАТАЦІЇ - УТИЛІЗАЦІЯ



Символ сміттового бака з хрестиком зверху вказує на те, що реалізовані товари підпадають під дію європейської директиви RoHS щодо утилізації відходів електричного та електронного обладнання (RAEE).



Маркування CE вказує, що продукт повністю відповідає директиві RoHS 2011/65/ЄС і жоден з електричних та електронних компонентів, вбудованих у продукт, не містить рівнів певних речовин, що вважаються небезпечними для здоров'я людини, які перевищують передбачені норми.

Цей виріб НЕ можна утилізувати як побутові відходи, а необхідно утилізувати окремо (у країнах Європейського Союзу), здаючи його у відповідні пункти збору, призначені для утилізації та переробки таких виробів.

Garlando S.p.A. заохочує дбайливе ставлення до природи та здоров'я людини навіть за межами Європейського Союзу та сподівається, що будуть дотримуватися місцеві правила утилізації та переробки, використовуючи, коли це можливо, роздільний збір електричного та електронного обладнання, а також численних компонентів (таких як залізо, мідь, пластик, тощо), які можна відновлювати та використовувати повторно.

6.0

КАТАЛОГ ЗАПЧАСТИН — ЗАМОВЛЕННЯ ЗАПЧАСТИН

Для замовлення запасних частин зверніться до розбірного креслення, яке знаходиться на наступній сторінці.

У замовленні запасних частин необхідно вказати наступну інформацію:

1. Марка та модель виробу - див. табличку на виробі
2. Назва деталі, що підлягає заміні - див. список запасних частин
3. Номер деталі - див. розбірний креслення
4. Необхідна кількість.
5. Адреса та інформація для доставки.

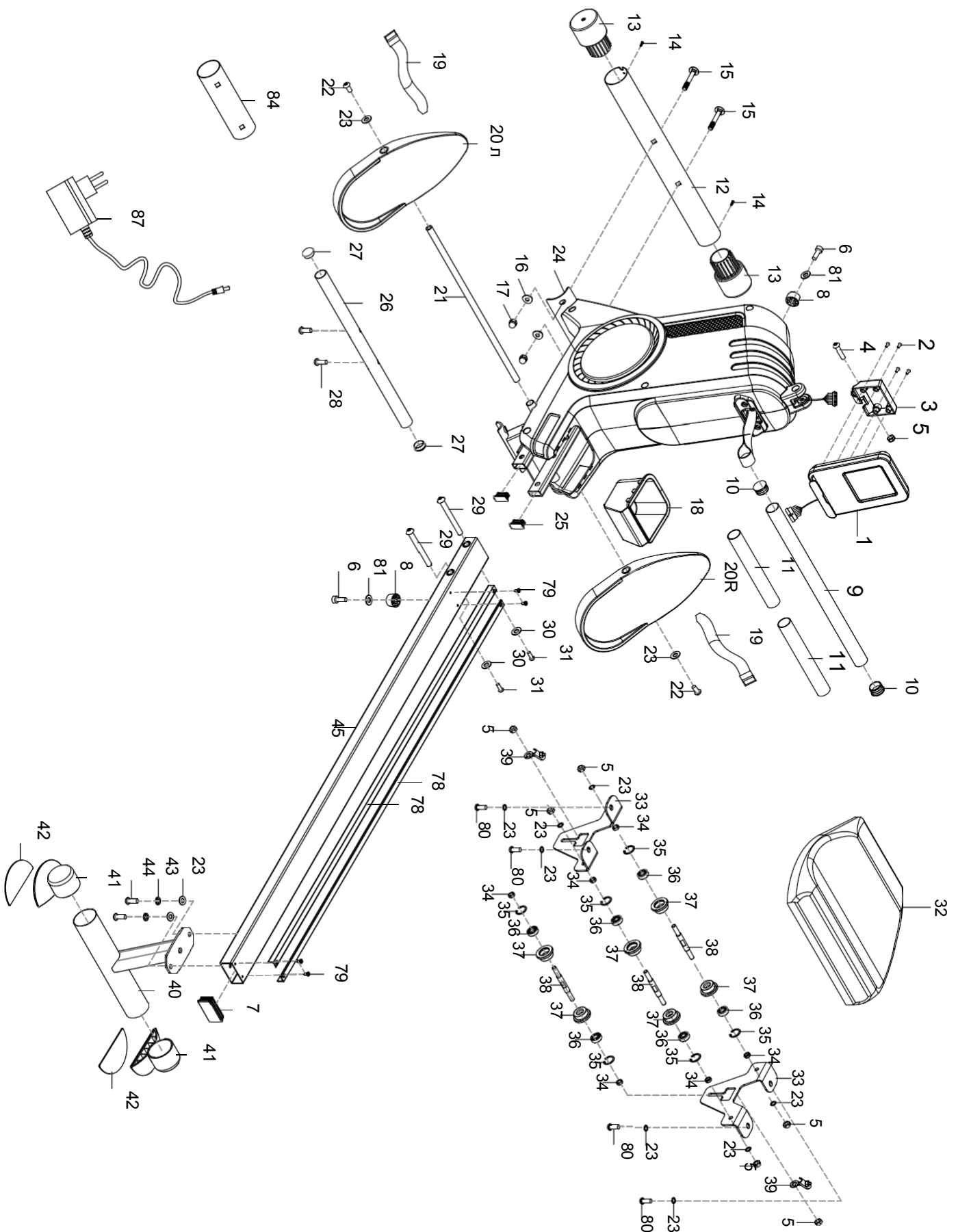
Замовлення запасних частин необхідно здійснювати у письмовій формі, факсом або електронною поштою за вказаними нижче контактними даними:

факс: 0143/318594
електронна пошта: assistenza@garlando.it

Цей каталог може дещо відрізнятися від фактичного продукту; у ньому можуть бути відсутні оновлення, які виробник вніс у цей час. У разі труднощів із розумінням креслень та описів зверніться до Центру технічної підтримки за номером:
0143/318540 з 9:00 до 12:00 з понеділка по п'ятницю

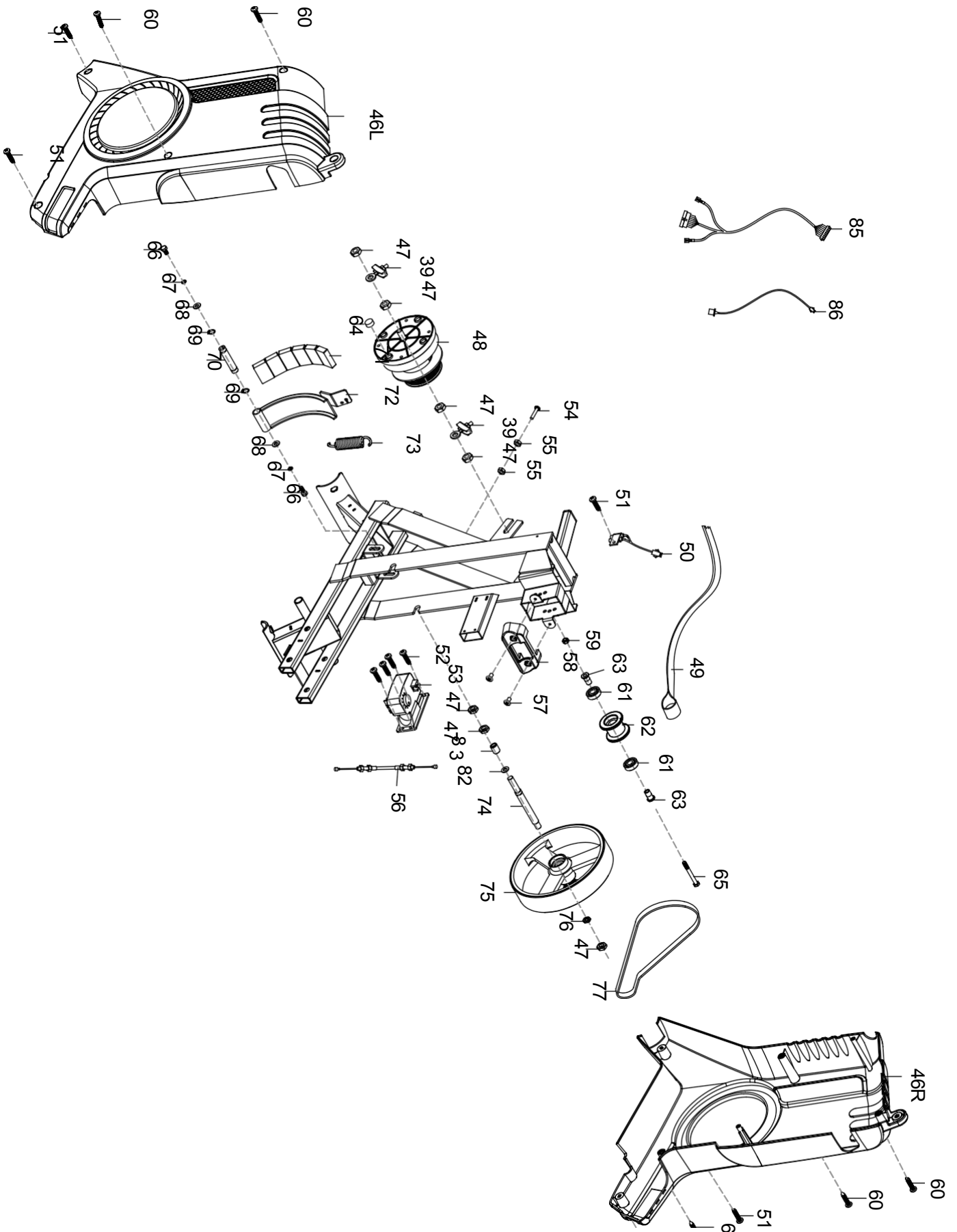
6.1

ДЕТАЛЮВАННЯ ЗАПЧАСТИН — ТАБ. 1



6.2

ДЕТАЛЮВАННЯ ЗАПЧАСТИН — ТАБ. 2



6.2
СПИСОК ЗАПЧАСТИН

Поз.	Опис	К-т	Поз.	Опис	Кількіст
1	Консоль	1	53	Привід регулювання магнітного гальма	1
2	Гвинт M5x20	4	54	Гвинт M6x55xS10	1
3	Кріпильна пластина консолі	1	55	Гайка M6xH5xS10	2
4	Гвинт M8x35x18xS5	1	56	Сталевий трос регулювання натягу	1
5	Самозатискна гайка M8xH7,5xS13	7	57	Гвинт M5x10xØ8	2
6	Гвинт M6x30xS5	2	58	Опора тягової штанги	1
7	Прямокутна заглушка для рейки 60x30	1	59	Самозатискна гайка M6xH6xS10	1
8	Відбійник кінцевого ходу візка	2	60	Саморізний гвинт ST4.2x19	5
9	Тяговий стрижень	1	61	Підшипник 6000	2
10	Кругла заглушка тягової штанги	2	62	Шків	1
11	Покриття тягової штанги	2	63	Прокладка	2
12	Передня опорна планка	1	64	Круглий магніт Ø12x2	1
13	Передня опора - колесо для переміщення	2	65	Гвинт M6x55x15xS10	1
14	Саморізний гвинт ST4x10xØ6	2	66	Гвинт M6x16xS10	2
15	Гвинт M8x60x20xH5	2	67	Розрізна шайба Ø6	2
16	Вигнута шайба Ø8xØ20x2xR30	2	68	Шайба Ø6xØ12x1,2	2
17	Гайка M8xH16xS13	2	69	Шайба Ø12	2
18	Відсік для речей	1	70	Вал магнітної гальмівної пластини	1
19	Ремінь для фіксації ніг на липучці	2	71	Постійні магніти магнітного гальма	6
20L/R	Підніжка ліва/права	1/1	72	Пластина для магнітного гальма	1
21	З'єднувальна штанга для платформ	1	73	Пружина Ø1,5xØ15x50xN14	1
22	Гвинт M8x16xS6	2	74	Вал маховика	1
23	Плоска шайба Ø8xØ16x1,5	12	75	Маховик	1
24	Основний корпус	1	76	Гайка M10x1xH5xS17	1
25	Прямокутна заглушка 30x15	2	77	Ремінь приводу 5PJ240	1
26	Опорна штанга для підніжок	1	78	Алюмінієва направляюча	2
27	Кругла заглушка Ø25x15	2	79	Саморізний гвинт ST4.8x13xØ8	4
28	Гвинт M8x30xS6	2	80	Гвинт M8x20xS5	4
29	Гвинт Ø10x95xM6x25	2	81	Шайба Ø6xØ12x1	2
30	Плоска шайба Ø10xØ20x2	2	82	Хвиляста шайба Ø10xØ13,5x0,3	1
31	Гвинт M6x16xS5	2	83	Розпірна гайка Ø10,2xØ15x20	1
32	Зсувне сидіння	1	84	Трубчаста упаковка	1
33	Пластина каретки	2	85	Кабельне з'єднання консолі	1
34	Прокладка	6	86	Кабельна розетка	1
35	Шайба Ø22x1,0	6	87	Блок живлення	1
36	Підшипник 608ZZ	6	A	Шестигранний ключ S5	1
37	Коліщатко візка Ø36x14	6	B	Шестигранний ключ S6	2
38	Вал коліс візка	3	C	Відкритий ключ S13-S14	1
39	Болт кріплення коліс	4			
40	Задня опорна штанга	1			
41	Задня опора	2			
42	Прокладка задньої опори	2			
43	Розрізна шайба Ø8	2			
44	Гвинт M8x20xS6	2			
45	Смуга прокрутки	1			
46L/R	Бічна кришка основного корпусу Л/П	1/1			
47	Гайка M10x1xH5xS17	7			
48	Шків для тягового троса	1			
49	Тяговий ремінь t1.5x22x2150	1			
50	Датчик кількості гребків	2			
51	Болт	5			
52	Саморізний гвинт ST4.2x16	4			

Стаття 1. ВИЗНАЧЕННЯ

- 1.1 Продукти:** під Продуктами розуміються Продукти Fitness Home, тобто спортивне обладнання, що реалізується компанією GARLANDO SPA під торговою маркою Toorx, для фізичних вправ у домашніх умовах та виключно для спортивних цілей, а не для терапевтичних та/або реабілітаційних.
- 1.2 Гарантія:** під Гарантією розуміється договірна гарантія, запропонована компанією GARLANDO SPA на умовах, наведених нижче.
- 1.3 Невідповідність:** невідповідність Продукту призначенню, для якого він був спеціально розроблений та виготовлений.
- 1.4 Споживач:** під Споживачем розуміється будь-яка фізична особа, яка купує Продукти для приватного використання.
- 1.5 CAT:** це Центр технічної підтримки, уповноважений компанією GARLANDO SPA здійснювати ремонт та/або заміну Продукту.
- 1.6 Реєстрація продукту:** це форма, яку потрібно заповнити онлайн на сайті: <http://assistenza.garlando.it/> у відповідному розділі «Home fitness».
- 1.7 Заявка на втручання:** під цим розуміється процедура повідомлення про невідповідність та заявка на втручання, що здійснюється шляхом заповнення відповідної форми на порталі: www.assistenza.garlando.it або, у разі неможливості скористатися онлайн-сервісом, шляхом звернення за номером 0143/318540 з 9:00 до 12:00, з понеділка по п'ятницю.
- 1.8 Інструкція з експлуатації:** під Інструкцією з експлуатації розуміється буклет, виданий Споживачеві, в якому описані інструкції, вказівки та застереження, спрямовані на забезпечення правильного монтажу та належного функціонування Продукту, а також його технічного обслуговування.

Ст. 2 ТЕРМІН ДІЇ ГАРАНТІЇ, УМОВИ ЇЇ ДІЇ ТА ВТРАТА ПРАВ

- 2.1** GARLANDO SPA гарантує придатність Продукту до використання, для якого він був спеціально розроблений та сконструйований, а саме до спортивного використання, і, зокрема, надає гарантію на Продукт щодо можливих дефектів відповідності протягом 24 місяців з моменту поставки.
Ця Гарантія є єдиною, що надається компанією GARLANDO SPA: жодна третя сторона, включаючи, зокрема, авторизованих дилерів та CAT, не може змінювати умови Гарантії або видавати, у будь-якій формі, інші гарантійні заяви.
- 2.2** Ця Гарантія є дійсною та чинною стосовно Продукту компанії GARLANDO SPA, придбаного Споживачем в Італії виключно у авторизованого дилера, та не порушує прав, визнаних Споживачеві італійським законодавством та положеннями європейських директив.
- 2.3** З урахуванням положень пунктів 2.10, 2.11 та 2.12 щодо повідомлення про можливі невідповідності, Споживач зобов'язаний підтвердити за допомогою документа, виданого авторизованим продавцем (наприклад, касового чека), дату доставки Продукту, назву авторизованого продавця та ідентифікаційні дані Продукту. Отже, для забезпечення дії Гарантії необхідно належним чином зібрати вищезазначену документацію разом із Гарантією, що додається до цього посібника.
- 2.4** Для забезпечення найкращого функціонування стандартної Гарантії Споживач повинен заповнити онлайн-форму реєстрації продукту, доступну на сайті: <http://assistenza.garlando.it/>. За допомогою тих самих даних для входу можна буде в майбутньому подавати запити на технічну підтримку.
- 2.5** Гарантія передбачає безкоштовний ремонт або заміну деталей, що входять до складу Продукту, які мають дефекти відповідності, про які Споживач своєчасно та в установленому порядку повідомив шляхом негайного надсилання належним чином заповненої та підписаної Заяви про втручання, які були виявлені персоналом CAT і пов'язані з діями або бездіяльністю виробника. Буве проведена заміна всього Продукту замість ремонту або заміни окремих компонентів у випадку, якщо останні заходи є об'єктивно неможливими або надмірно обтяжливими.
- 2.6** Відповідно до положень «Кодексу про захист прав споживачів», вважається, що недоліки відповідності, які виявилися протягом ШЕСТИ місяців з моменту доставки Товару, існували вже на той момент, за винятком випадків, коли таке припущення суперечить характеру Товару або недоліку відповідності. Після закінчення цього строку обов'язок доведення наявності недоліку відповідності на момент доставки Товару покладатиметься на Споживача.
- 2.7** Заміна всього Продукту або його окремого компонента не призводить до продовження терміну дії Гарантії. Гарантія закінчується через 24 місяці з дати поставки оригінального Продукту.
- 2.8** Протягом терміну дії Гарантії послуги, передбачені нею, будуть надані в повному обсязі та абсолютно безкоштовно службами технічної підтримки (CAT).
- 2.9** У разі, якщо неможливо провести ремонт безпосередньо за адресою проживання Споживача, а також у випадку, якщо Товар або його компоненти потребують ремонту у самому офісі компанії GARLANDO SPA – Via Regione Piemonte, 32 – D1 – 15068 Pozzolo Formigato (AL), Споживач зобов'язаний за власний рахунок організувати відправку Продукту, що підлягає ремонту або заміні, до зазначеного місця. У такому випадку всі ризики, пов'язані з транспортуванням Продукту, несе Споживач, і в жодному разі GARLANDO SPA не несе відповідальності за можливі пошкодження Продукту або його компонентів під час транспортування, здійсненого Кур'єром та/або Перевізником. Якщо Споживач буде відсутній на момент доставки відремонтованого або заміненого Продукту до його місця проживання кур'єром та/або перевізником, уповноваженим GARLANDO SPA, на нього покладатимуться витрати, належні кур'єру/перевізнику за наступні відправлення, які повинні бути сплачені кур'єру/перевізнику безпосередньо Споживачем під час доставки Продукту.
- 2.10** Споживач втрачає права, передбачені Гарантією, якщо не повідомить про невідповідність товару протягом ДВОХ місяців з моменту її виявлення, відповідно до порядку, описаного в ст. 1.7 — «Заявка на обслуговування».

- 2.11** Після отримання повідомлення та перевірки наявності підстав для дії Гарантії, CAT зв'яжеться зі Споживачем, призначивши відповідний візит до його місця проживання, де буде проведено відповідне втручання у розумний строк. З цієї метою розумність строку оцінюється з урахуванням часу, який зазвичай необхідний для проведення втручання з боку CAT за місцем проживання Споживача та/або для можливих необхідних відправлень Продуктів або їх компонентів.
- 2.12** Споживач зобов'язаний бути доступним за своєю адресою у призначений час зустрічі з технічним спеціалістом (CAT). У разі невиконання цього зобов'язання компанія GARLANDO SPA залишає за собою право стягнути витрати та/або гонорарі, сплачені нею своєю технічному спеціалісту (CAT) у зв'язку із запланованим, але не виконаним втручанням з вини Споживача.

Стаття 3. ВИКЛЮЧЕННЯ З ГАРАНТІЇ

- 3.1** Гарантія прямо **виключається** у випадках:
 - недотримання інструкцій, вказівок та застережень, спрямованих на забезпечення правильного встановлення/монтажу та нормального функціонування Продукту;
 - недбалості та/або недбалості у використанні та обслуговуванні Продукту;
 - використання Продукту в терапевтичних та/або реабілітаційних цілях;
 - неправильне використання Продукту;
 - несанкціоноване втручання у Продукт;
 - використання Продукту для цілей, відмінних від тих, для яких Продукт був спеціально розроблений/спроектований;
 - пошкодження, спричинені транспортуванням або відправленням Продукту;
 - пошкодження, спричинені дефектами електромережі: перевантаженням струму, перенапругою, у тому числі внаслідок атмосферних розрядів;
 - ремонт, виконаний сервісними центрами, не авторизованими компанією GARLANDO SPA;
 - ремонт виробу користувачем самостійно, за винятком випадків, коли ремонт або заміна деталей дозволені Сервісним центром GARLANDO SPA;
 - дефекти відповідності, які з будь-яких причин не можуть бути пов'язані з діями або бездіяльністю виробника.
 - на несучу раму інструментів надається доввічна гарантія на фізичні пошкодження конструкції, тоді як пошкодження пофарбованої поверхні рами внаслідок недбалості або впливу на виріб невідповідних умов навколишнього середовища не покриваються гарантією.
- 3.2** Правила правильного встановлення/монтажу, використання та технічного обслуговування Продукту містяться в цьому посібнику з інструкціями, який є невід'ємною частиною Гарантії.
- 3.3** Вважається, що зношення, яке є наслідком нормального використання Продукту та його компонентів, **НИЯКИМ ЧИНОМ** не може вважатися невідповідністю вимогам і, отже, не може бути покрито цією Гарантією.
 - Щодо продукту «Бігова доріжка» зазначається, що зношення при нормальному використанні стосується, зокрема, таких компонентів: ролики, бігова поверхня, стрічка, накладки, ремінь, ущільнювачі, ручки, знімні деталі, аксесуари та витратні матеріали загалом.
 - Щодо продукту ELLIPTICA, зазначається, що зношування при нормальному використанні стосується, зокрема, таких компонентів: підніжки, колеса, ущільнювачі, ручки, знімні деталі, гальмівні колодки, аксесуари та витратні матеріали загалом.
 - Щодо продукту «Велотренажер», зазначається, що зношення при нормальному використанні стосується, зокрема, таких компонентів: педалі, колеса, ущільнювачі, стрічка, сидіння/спинка, кермо, знімні деталі, аксесуари та витратні матеріали загалом.
 - Щодо продукту INDOOR CYCLE, зазначається, що зношення при нормальному використанні стосується, зокрема, таких компонентів: педалі, колеса, ущільнювачі, ручки, сидло, кермо, гальмівні колодки, знімні деталі, аксесуари та витратні матеріали загалом.
- 3.4** Гарантія **НЕ** поширюється на роботи, пов'язані з установкою Продукту та підключенням до систем живлення.

Ст. 4 ПЕРЕДБАЧЕНЕ ВИКОРИСТАННЯ ТА НЕПРАВИЛЬНЕ ВИКОРИСТАННЯ ПРОДУКТУ

- 4.1** З огляду на те, що даний виріб призначений виключно для спортивного використання, компанія GARLANDO SPA рекомендує застосовувати його лише після отримання від лікаря відповідного довідки про фізичну придатність.
- 4.2** GARLANDO SPA не несе відповідальності за можливі збитки, які можуть, прямо чи опосередковано, бути заподіяні людям, домашнім тваринам та майну внаслідок недотримання всіх інструкцій, вказівок та застережень, що містяться у відповідній інструкції з експлуатації.
- 4.3** Зокрема, заявляється, що Продукт абсолютно не придатний для терапевтичного та/або реабілітаційного використання, і що у разі виникнення травм або захворювань, пов'язаних із таким неналежним використанням, відповідальність за це жодним чином не може бути покладена на виробника.

Стаття 5. ЗБИТКИ, ЗАВДАНІ КАТ

- 5.1** GARLANDO SPA не несе відповідальності за шкоду, заподіяну людям, домашнім тваринам та майну, яка може бути спричинена одним із CAT під час ремонту Продукту та/або його заміни або заміни його компонента; відповідно, Споживач зобов'язується направляти будь-які вимоги про відшкодування збитків безпосередньо до CAT, відмовляючись від будь-яких дій та/або претензій щодо GARLANDO SPA.

Стаття 6. КІНЦЕВИЙ ТЕРМІН ГАРАНТІЇ

- 6.1** За винятком випадків, передбачених у попередніх пунктах, після закінчення двадцятичотиримісячного гарантійного терміну всі витрати на ремонт та/або заміну деталей Продукту повністю покладатимуться на Споживача.

Імпортований з:



GARLANDO SPA

Via Regione Piemonte, 32 - Zona Industriale D1 15068 -
Pozzolo Formigaro (AL) - Італія www.toorx.it -
info@toorx.it