

TCORX
FITNESS IN MOTION

ІНСТРУКЦІЯ З ЕКСПЛУАТАЦІЇ

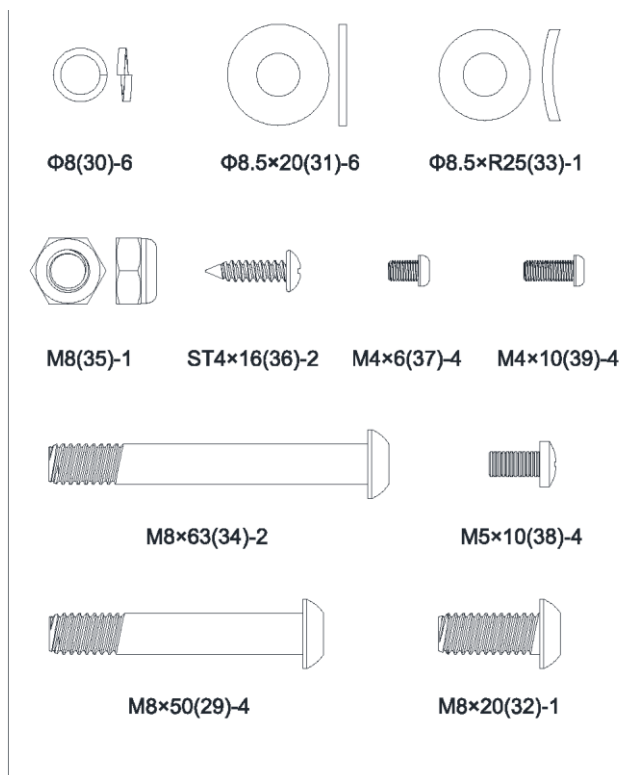


BRX95

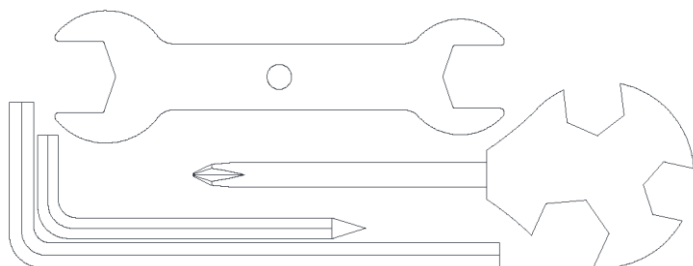
Примітки перед складанням

Відкрийте коробки:

Обов'язково перерахуйте всі деталі, які входять у коробку. Перевірте таблицю обладнання для повного підрахунку кількості деталей, включених для правильного складання. Якщо будь-яка з частин відсутня, зверніться до продавця.



№	НАЗВА	СПЕЦИФІКАЦІЇ	КІЛЬКІСТЬ
29	Установний гвинт С.К.С. з половинною різьбою	M8x50x20	4
30	Пружинна шайба	$\Phi 8$	6
31	Плоска шайба	$\Phi 8.5 \times \Phi 20 \times t1.5$	6
32	Установний гвинт С.К.С. з повною різьбою	M8x20	1
33	Хвиляста шайба	$\Phi 8.5 \times R25 \times t2.0$	1
34	Установний гвинт С.К.С. з половинною різьбою	M8x63x20	2
35	Шестигранна самоблокуюча гайка	M8	1
36	Самонарізний гвинт з хрестовим шліцом	ST4x16	2
37	Гвинт з хрестовим шліцом з циліндричною скругленою головкою з повною різьбою	M4x6	4
38	Гвинт з хрестовим шліцом з циліндричною скругленою головкою з повною різьбою	M5x10	4
39	Гвинт з хрестовим шліцом з циліндричною скругленою головкою з повною різьбою	M4x10	4



Назва	Специфікації	Кількість
L-образний гайковий ключ	5x80x80S	1
L-образний гайковий ключ	6x40x120	1
Перехресний гайковий ключ	15#&17#	1
Перехресний гайковий ключ з відкритим зівом		1

ЗБЕРІТЬ СВОЇ ІНСТРУМЕНТИ

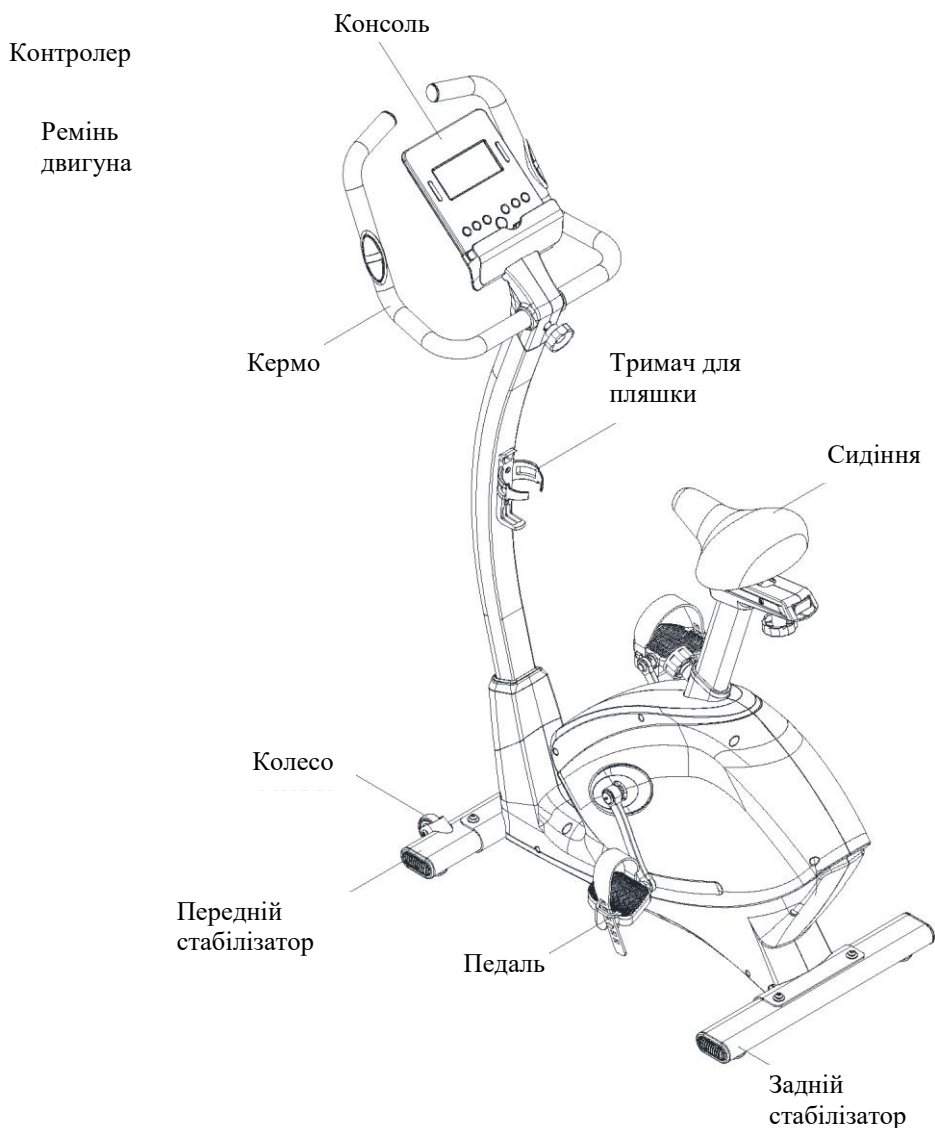
Перш ніж розпочати складання пристрою, оберіть необхідні інструменти. Маючи під рукою все обладнання, ви заощадите свій час і зробите складання швидко та без проблем.

ЗВІЛЬНІТЬ ВАШЕ РОБОЧЕ МІСЦЕ

Переконайтеся, що ви звільнили достатньо простору для правильного складання пристрою. Переконайтеся, що місце не має нічого, що може спричинити травми під час складання. Після того, як пристрій повністю складено, переконайтеся, що навколо нього є зручна вільна ділянка для безперешкодної роботи.

ПРИМІТКА: номер кожного кроку в цій інструкції зі складання вказує вам, що ви будете робити. Уважно прочитайте та зрозумійте всі інструкції перед тим, як скласти цей тренажер.

Інструкція до продукту



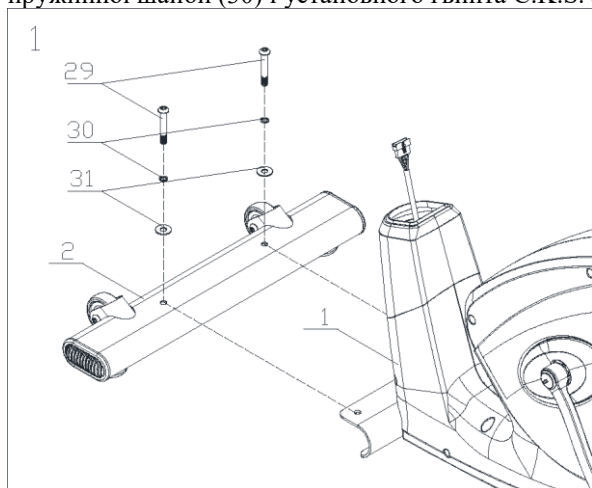
Технічна інформація

РОЗМІРИ	Розібраний : 1100x530x1400мм
МАХОВЕ КОЛЕСО	Один напрямок, Ф280/6кг
ФРАГМЕНТ ОПОРУ	32 рівні
ВГОРУ ТА ВНИЗ	Відстань 152.4 мм
ВПЕРЕД ТА НАЗАД	Відстань 70мм

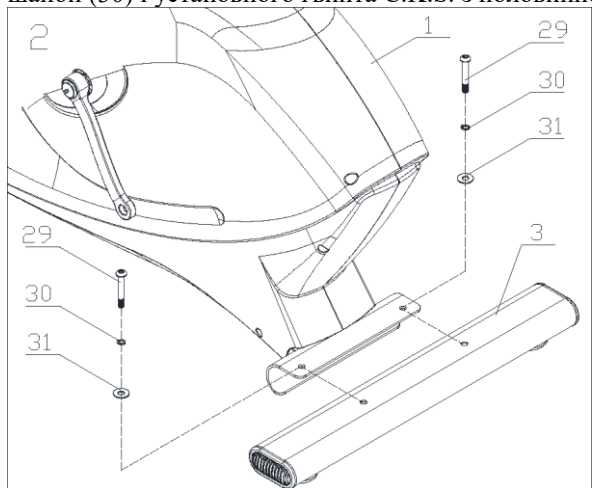
ІНСТРУКЦІЇ ДО СКЛАДАННЯ

МИ ЗАЛИШАЄМО ЗА СОБОЮ ПРАВО ВНЕСЕННЯ ЗМІН У ПРОДУКТ БЕЗ ПОПЕРЕДНОГО ПОВІДОМЛЕННЯ.

Крок 1: Прикріпіть передній стабілізатор (2) до основної рами (1) за допомогою плоскої шайби (31), пружинної шайби (30) і установного гвинта С.К.С. з половинною різьбою (29).



Крок 2: Прикріпіть задній стабілізатор (3) до основної рами (1) за допомогою плоскої шайби (31), пружинної шайби (30) і установного гвинта С.К.С. з половинною різьбою (29).

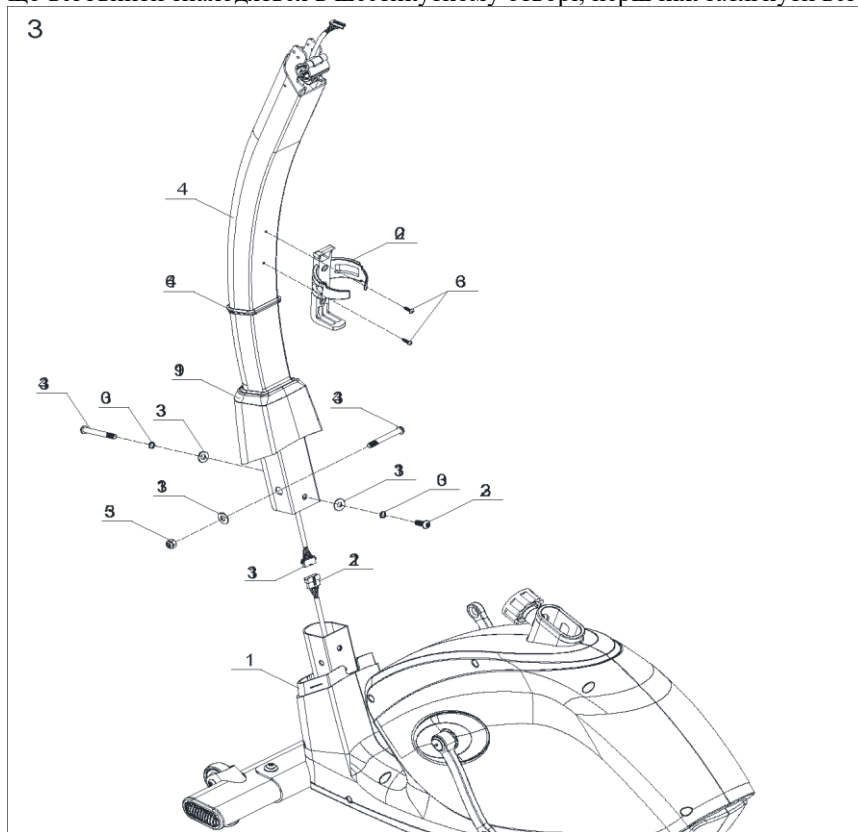


Крок 3:

1. Прикріпіть декоративну планку вертикальної стійки (46) до верхньої вертикальної стійки (4), зніміть кришку вертикальної стійки (19) з основної рами (1) і накрийте нею верхню вертикальну стійку. (4)
2. З'єднайте комунікаційний провід двигуна (12) і комунікаційний провід консолі (13).
3. Прикріпіть верхню вертикальну стійку (4) до основної рами (1) за допомогою хвилястої шайби (33), пружинної шайби (30), установного гвинта С.К.С. з половинною різьбою (34) і плоскої шайби (31), пружинної шайби (30), установного гвинта С.К.С. з повною різьбою (32) і плоскої шайби (31), установного гвинта С.К.С. з половинною різьбою (34), шестигранної самоблокуючої гайки (35).
4. Приєднайте кришку вертикальної стійки (19) і декоративну планку вертикальної стійки (46) до основної рами (1).
5. Прикріпіть тримач для пляшки (20) до верхньої вертикальної стійки (4) за допомогою самонарізного гвинта з

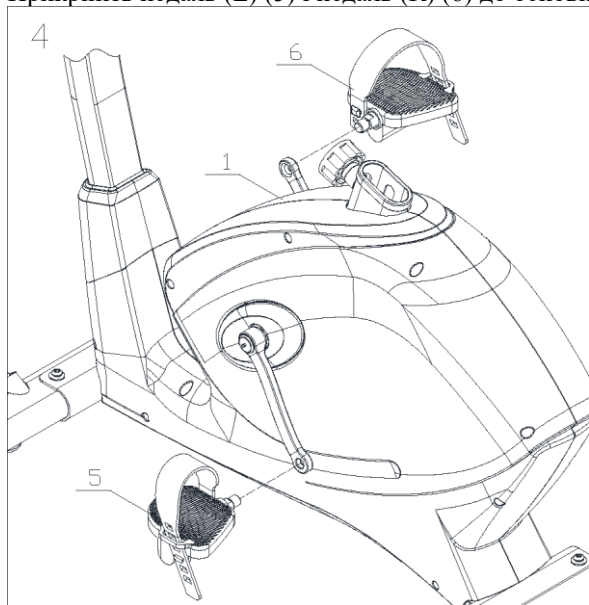
циліндричною скругленою головкою з повною різьбою (36).

Порада: Вставте комунікаційні дроти та дрiт ручки регулювання опору у вертикальну стійку та переконайтеся, що всі гвинти знаходяться в шестикутному отворі, перш ніж затягнути всі болти.



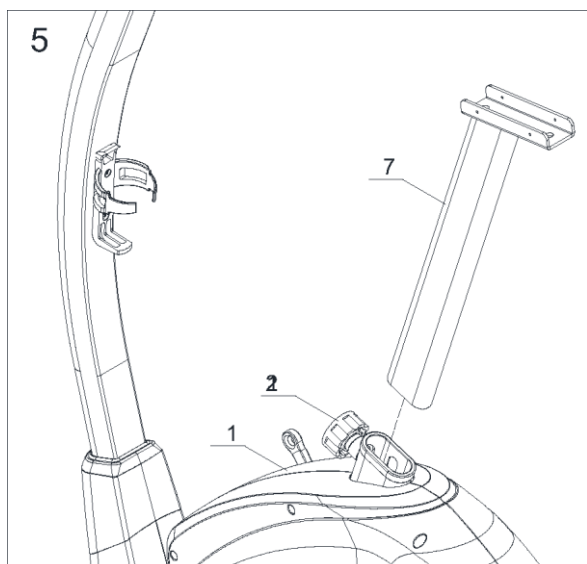
Крок 4:

Прикріпіть педаль (L) (5) і педаль (R) (6) до основної рами (1), потім затягніть болти.

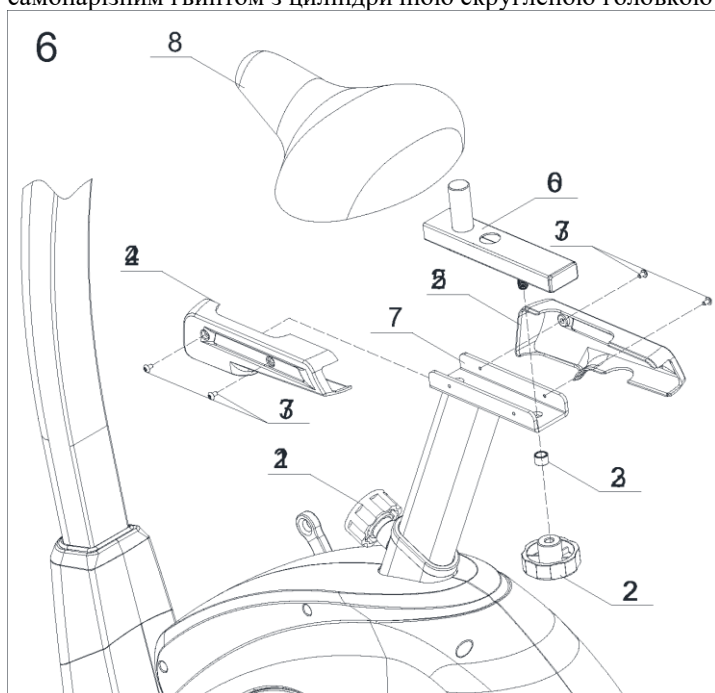


Крок 5:

1. Послабте поворотний ручний болт (21), приєднайте стійку сидіння (7) до основної рами (1), потім затягніть поворотний ручний болт (21).

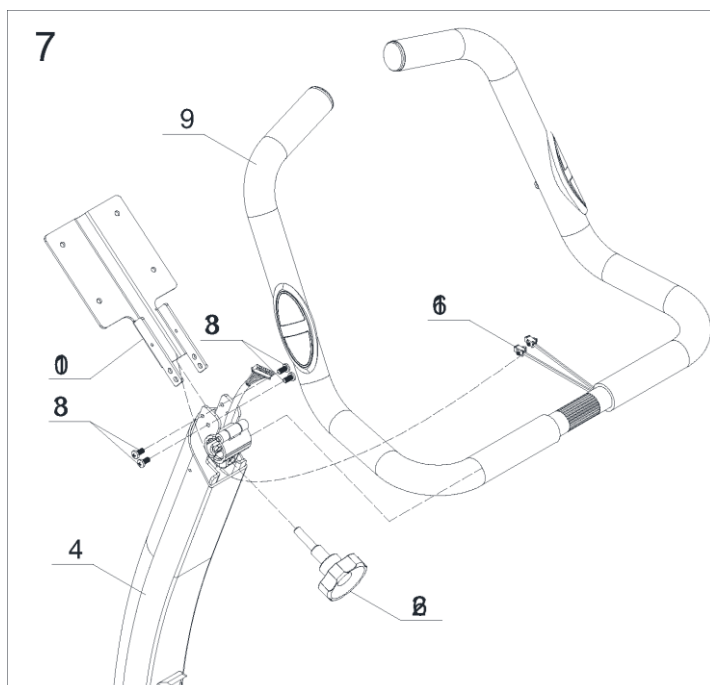
**Крок 6:**

1. Прикріпіть комплект регулювання сидіння (60) до стійки сидіння (7) і встановіть його в правильне положення. Зафіксуйте його за допомогою втулки (23) і обертової ручки (22).
2. Поставте сидіння (8) на комплект регулювання сидіння (60) і щільно зафіксуйте його.
3. Прикріпіть кришку сидіння (L)(24) і кришку сидіння (L)(25) до стійки сидіння (7) і скористайтесь самонарізним гвинтом з циліндричною скругленою головкою з повною різьбою (37), щоб затягнути їх.

**Крок 7:**

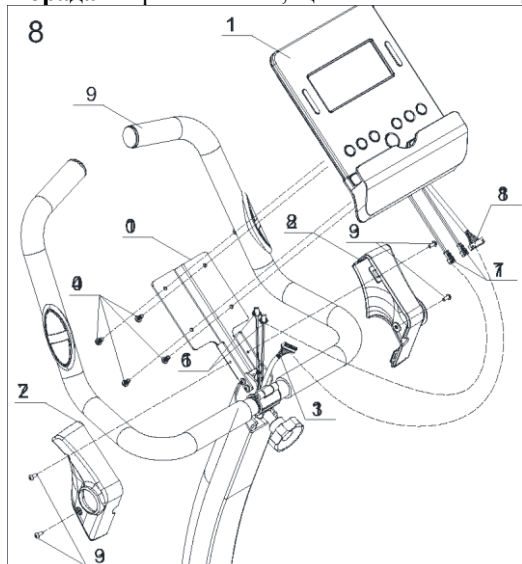
1. Проведіть імпульсний з'єднувальний дрід (16) крізь вертикальну стійку (4) і прикріпіть керма (9) до вертикальної стійки (4), затягніть обертовою ручкою (26).
2. Приєднайте нерухомо закріплений елемент консолі (10) до вертикальної стійки (4), затягніть його за допомогою гвинта С.К.С. з хрестовим шліцом з повною різьбою (38).

Порада: Переконайтеся, що всі гвинти знаходяться в шестикутному отворі, перш ніж затягнути всі болти.

**Крок 8:**

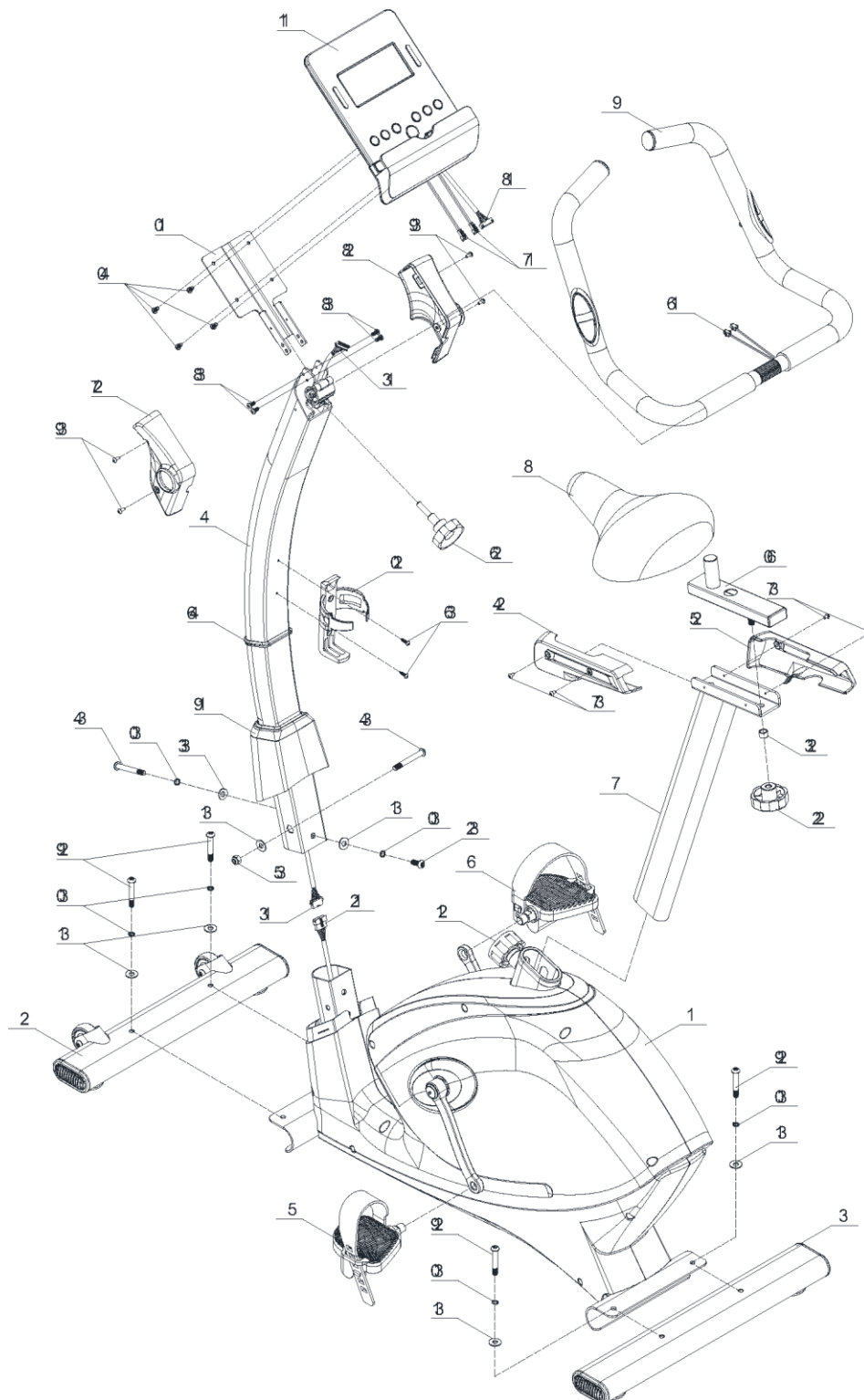
1. Під'єднайте дрiт зв'язку консолі (13) і з'єднувальний дрiт консолі (18), підключіть комунікаційний дрiт ручного пульсу (16) і вихід консолі (17).
2. Приєднайте консоль (11) до нерухомо закріпленого елемента консолі (10), затягніть його за допомогою гвинта С.К.С. з хрестовим шлицем з повною різьбою (40).
3. Прикріпіть кришку керма (L) (27) і кришку керма (R) (28) через керма (9) до вертикальної стійки (4), затягніть за допомогою гвинта з хрестовим шлицем С.К.С. з повною різьбою (39).

Порада: Переконайтеся, що всі гвинти знаходяться в шестикутному отворі, перш ніж затягнути всі болти.

**Поради щодо тренувань:**

1. Користувачу необхідно повністю помістити ноги всередину педалі та відрегулювати опір магнітного контролю відповідно до користувача.
2. Оскільки ця машина з подвійними маховиками, і вона матиме величезний момент інерції, коли користувач зупиняється перед високою швидкістю, користувач повинен мінімізувати опір і знизити швидкість, щоб уникнути травмування ноги користувача моментом інерції лівої та правої педалі.
3. Тренажер слід поставити на рівну підлогу і звільнити достатньо місця для тренування.

Половинна схема складання

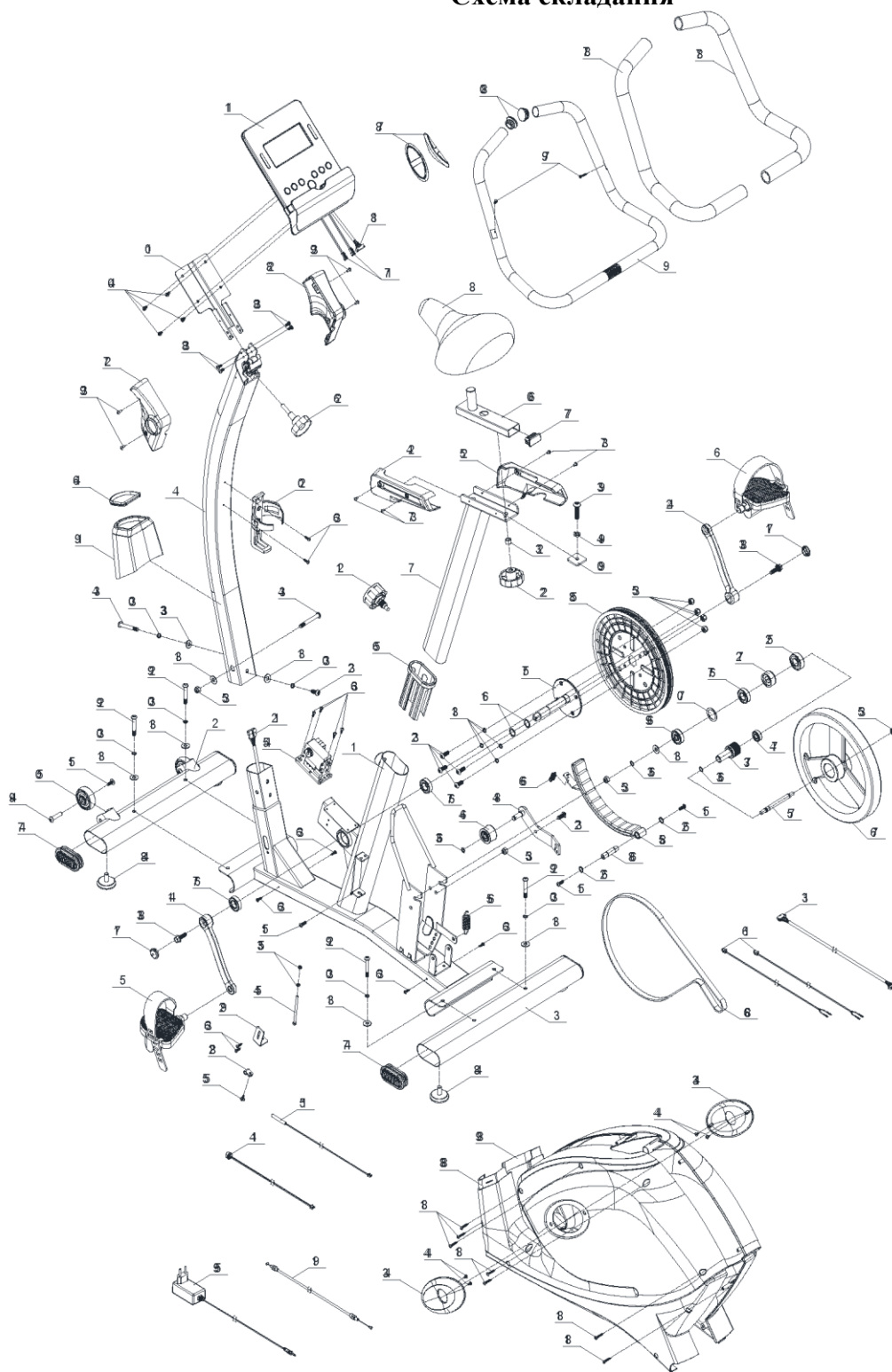


№	НАЗВА	СПЕЦИФІКАЦІЯ	КІЛЬКІСТЬ
1	Основна рама		1
2	Передній стабілізатор		1
3	Задній стабілізатор		1

4	Вертикальна стійка		1
5	Педаць (L)		1
6	Педаць (R)		1
7	Стійка сидіння		1
8	Сидіння		1
9	Керма		1
10	Нерухомо закріплений елемент консолі		1
11	Консоль		1
12	Дріт магнітного датчика		1
13	Комунікаційний дріт консолі		1
14	Дріт ручки регулювання опору		1
15	Ручка регулювання опору		1
16	Комунікаційний дріт ручного пульсу		2
17	Вихідний отвір консолі		2
18	Комунікаційний дріт консолі		1
19	Кришка вертикальної стійки		1
20	Тримач для пляшки		1
21	Обертовий ручний болт	056xM16xP1.5	1
22	Обертова ручка керма	060x31xM10x20	1
23	Втулка	010.5x014x10	1
24	Кришка сидіння (L)		1
25	Кришка сидіння (R)		1
26	Обертова ручка	054x82xM8x30	1
27	Кришка керма (L)		1
28	Кришка керма (R)		1
29	Установний гвинт С.К.С. з повною різьбою	M8x50x20	4

30	Пружинна шайба	08	6
31	Плоска шайба	08.5x020xt1.5	6
32	Установний гвинт С.К.С. з повною різьбою	M8x20	1
33	Хвиляста шайба	08.5xR25xt2.0	1
34	Установний гвинт С.К.С. з половинною різьбою	M8x63x20	2
35	Шестигранна самоблокуюча гайка	M8	1
36	Самонарізний гвинт С.К.С. з хрестовим шліцом	ST4x16	2
37	Гвинт з циліндричною скругленою головкою з повною різьбою	M4x6	4
38	Гвинт з хрестовим шліцом з циліндричною скругленою головкою з повною різьбою	M5x10	4
39	Гвинт з хрестовим шліцом з циліндричною скругленою головкою з повною різьбою	M4x10	4
40	Гвинт з хрестовим шліцом з циліндричною скругленою головкою з повною різьбою	M5x10	4
46	Декоративна планка вертикальної стійки		1
60	Комплект регулювання сидіння		1

Схема складання



СПИСОК ЧАСТИН

№	НАЗВА	СПЕЦИФІКАЦІЇ	КІЛЬКІСТЬ
1	Основна рама		1
2	Передній стабілізатор		1

3	Задній стабілізатор		1
4	Вертикальна стійка		1
5	Педаль (L)		1
6	Педаль (R)		1
7	Стійка сидіння		1
8	Сидіння		1
9	Керма		1
10	Нерухомо закріплений елемент консолі		1
11	Консоль		1
12	Комунікаційний дрід двигуна		1
13	Комунікаційний дрід консолі		1
14	Комунікаційний дрід живлення		1
15	Магнітний датчик		1
16	Комунікаційний дрід ручного пульсу		2
17	Вихідний отвір консолі		2
18	Комунікаційний дрід консолі		1
19	Кришка вертикальної стійки		1
20	Тримач для пляшки		1
21	Обертовий ручний болт	Ф56хМ16хР1.5	1
22	Обертова ручка керма	Ф60х31хМ10х20	1
23	Втулка	Ф10.5хФ14х10	1
24	Кришка сидіння (L)		1
25	Кришка сидіння (R)		1
26	Обертова ручка	Ф54х82хМ8х30	1
27	Кришка керма (L)		1
28	Кришка керма (R)		1
29	Установний гвинт С.К.С. з повною різьбою	М8х50х20	4

30	Пружинна шайба	Ф8	6
31	Плоска шайба	Ф8.5хФ20хt1.5	7
32	Установний гвинт С.К.С. з повною різьбою	M8x20	6
33	Хвиляста шайба	Ф8.5хR25хt2.0	1
34	Установний гвинт С.К.С. з половинною різьбою	M8x63x20	2
35	Шестигранна самоблокуюча гайка	M8	8
36	Самонарізний гвинт з хрестовим шліцом	ST4x16	12
37	Гвинт з хрестовим шліцом з циліндричною скругленою головкою з повною різьбою	M4x6	4
38	Гвинт з хрестовим шліцом з циліндричною скругленою головкою з повною різьбою	M5x10	4
39	Гвинт з хрестовим шліцом з циліндричною скругленою головкою з повною різьбою	M4x10	4
40	Гвинт з хрестовим шліцом з циліндричною скругленою головкою з повною різьбою	M5x10	4
41	Кривошип (L)		1
42	Кривошип (R)		1
43	Кришка кривошипа		2
44	Самонарізний гвинт з хрестовим шліцом	ST4x12	4
45	Магнітний двигун		1
46	Декоративна планка вертикальної стійки		1
47	Заглушка		4
48	Підкладка під стійку	Ф47х10.5хM10х20	4
49	Шестигранна гайка	Ф8х33хM6х15	2
50	Колеса	Ф55х25.8	2
51	Установний гвинт С.К.С. з повною різьбою	M6x15	5
52	Кульковий підшипник з глибоким пазом	6203-2RS	1
53	Шестигранна гайка	M5	2
54	Установний гвинт С.К.С. з повною різьбою	M5x80	1
55	Самонарізний гвинт з хрестовим шліцом	ST4x12	1
56	Вкладиш стійки сидіння		1

57	Вісь кривошипа	Φ17x154.3	1
58	Шків повідного пасу	Φ263x19	1
59	Блок живлення		1
60	Регулювальний комплект сидіння		1
61	Стрижень пружинного кільця	Φ17	2
62	Стрижень пружинного кільця	Φ12	2
63	Стрижень пружинного кільця	Φ10	3
64	Натяжний ролик	Φ38x22	1
65	Натяжна пружина		1
66	Натяжна пружина гальма		1
67	Кульковий підшипник з глибоким пазом	6003-2RS	3
68	Закріплена вісь магнітного контролю	Φ12x50	1
69	Кульковий підшипник з глибоким пазом	6300-2RS	1
70	Плоска шайба	Φ34xΦ25xt1.0	1
71	Кришка кривошипа		2
72	Однонаправлений голчастий підшипник	Φ35xΦ17x16	1
73	Комплект малого повідного пасу	Φ30x64	1
74	Кульковий підшипник з глибоким пазом	6000-2RS	1
75	Вісь махового колеса	Φ10x109.5	1
76	Махове колесо	Φ280/6кг	1
77	Квадратна заглушка	20x40xt1.5	1
78	Комплект ручного пульсу		2
79	Самонарізний гвинт з хрестовим шліцом	ST4x20	2
80	Кругла заглушка	Φ25xt1.5	2
81	Самонарізний гвинт з хрестовим шліцом	ST4x25	7
82	Закріплений магнітний комплект		1
83	Установний гвинт C.K.S. з повною різьбою	5/16-18UNC-1"	2

84	Натяжний ролик		1
85	Закріплена вісь магнітного контролю		1
86	Ремінь двигуна	440PJ6	1
87	Пінопластова накладка	Φ22xt3.0x680	2
88	Кришка (L)		1
89	Кришка (R)		1
90	Стопорний елемент сидіння		1
91	Дріт гальма		1
92	Нерухомо закріплений елемент дроту датчика		1
93	Пружинна шайба	Φ10	1
94	Установний гвинт з циліндричною скругленою головкою з повною різьбою	M8x38	1

Операції з комп'ютером

ФУНКЦІЙ КНОПОК:

START/STOP	Щоб запустити або зупинити систему.
RESET	Скидання: у режимі зупинки натисніть цю кнопку, щоб повернутися до головного меню та очистити всі налаштовані значення; Повне скидання: у будь-який час утримуйте кнопку RESET протягом 2 секунд, дисплей повністю відобразиться на 2 секунди та потім повернеться на домашню сторінку.
UP	Щоб вибрати режим тренування та відрегулювати функцію або збільшити параметр.
MODE	У режимі зупинки підтвердьте всі налаштування даних тренування (Time, DST, CAL, Pulse тощо) та увійдіть у програму.
DOWN	Щоб вибрати режим тренування та відрегулювати функцію або зменшити параметр.
RECOVERY	Щоб перевірити стан відновлення серцевого ритму.
BODY FAT	Для вимірювання жиру в організмі.

ФУНКЦІЙ ДИСПЛЕЯ

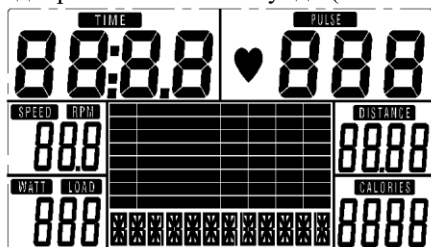
TIME	Діапазон відображення 0:00~99:59 ; Діапазон налаштування 0:00~99:00 хвилин
PULSE	Діапазон відображення P-30~230 ; Діапазон налаштування 0-30~230
SPEED	0.0~99.9km/H
DISTANCE	Діапазон відображення 0.00~99.99 ; Діапазон налаштування 0.00~99.9km
WATT	Діапазон відображення 0~999; Діапазон налаштування 10—3 5 0
CALORIES	Діапазон відображення 0—9999; Діапазон налаштування 0—9990 Cl

RPM	0—999
-----	-------

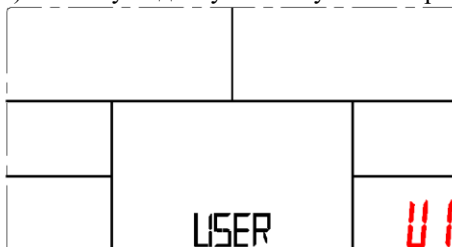
ПОРЯДОК РОБОТИ

1. ВКЛЮЧЕННЯ

Після включення живлення звучить звуковий сигнал протягом 1 секунди. У той же час LCD-дисплей повністю відображається на 2 секунди (Малюнок 1). Потім увійдіть у налаштування персональних даних.



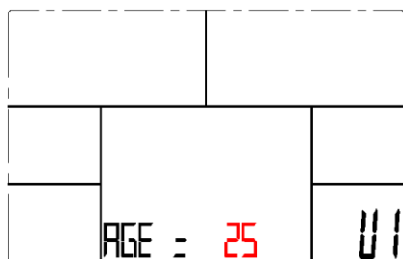
Малюнок 1



Малюнок 2

2. НАЛАШТУВАННЯ ПРОФІЛЮ КОРИСТУВАЧА

Налаштовуючи персональні дані, натисніть **ВГОРУ** або **ВНИЗ**, щоб вибрати: USER U1~U4(Малюнок2), SEX, AGE (Малюнок3), HEIGHT, WEIGHT. Натисніть **MODE** для підтвердження. Потім перейдіть на сторінку вибору тренування (Малюнок 4).



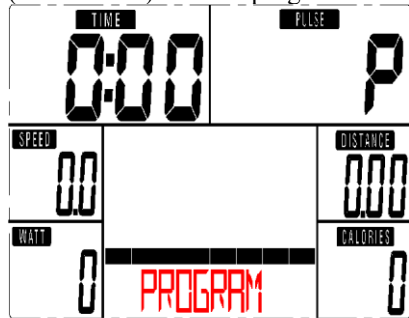
Малюнок 3



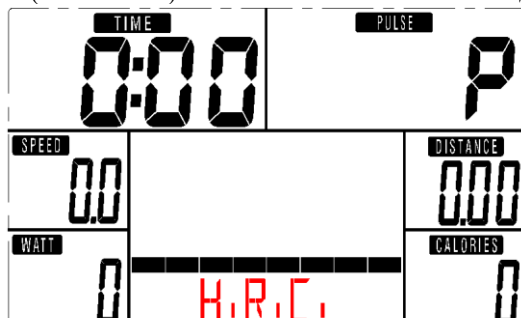
Малюнок 4

3. ВИБЕРІТЬ РЕЖИМ ТРЕНУВАННЯ

Увійшовши в режим тренування, натисніть **ВГОРУ** або **ВНИЗ**, щоб вибрати: MANUAL →PROGRAM (Малюнок 5) → User program → H.R.C (Малюнок 6) → WATT. Натисніть **MODE** для підтвердження.



Малюнок 5



Малюнок 6

3.1. РЕЖИМ MANUAL

Коли живлення включено, користувач може натиснути кнопку **START/STOP**, щоб почати тренування безпосередньо в ручному РЕЖИМІ MANUAL.

Перед тренуванням у ручному режимі користувач може натиснути кнопку **ВГОРУ** або **ВНИЗ**, щоб попередньо налаштувати цільовий TIME/ DISTANCE/ CALORIES/ PULSE. Натисніть **START/STOP**, щоб почати тренування.

У режимі START користувач також може натиснути кнопку **ВГОРУ** або **ВНИЗ**, щоб налаштувати рівень навантаження LOAD (1—32).

3.2. РЕЖИМ PROGRAM

У режимі PROGRAM користувач може натиснути кнопку **ВГОРУ** або **ВНИЗ**, щоб вибрати програму за допомогою P1—P12, і натиснути кнопку **MODE** для підтвердження. Натисніть **START/STOP**, щоб почати тренування.

У режимі START користувач може натиснути кнопку **ВГОРУ** або **ВНИЗ**, щоб налаштувати рівень LOAD

(ВГОРУ макс.32, ВНИЗ до мін.1).

3.3. Програма користувача

Користувач може натиснути кнопку **ВГОРУ** або **ВНИЗ**, щоб створити персональний профіль програми з 20 сегментами та підтвердити, натиснувши **MODE**. Користувач може утримувати кнопку **MODE** протягом 2 секунд, щоб вийти з налаштування профілю. Потім натисніть **START/STOP**, щоб почати тренування. Щоб призупинити тренування на півдорозі, утримуйте кнопку **MODE** протягом 2 секунд.

3.4. РЕЖИМ H.R.C.

У режимі H.R.C спочатку користувачеві потрібно встановити вік AGE і підтвердити натисненням **ENTER**. Він відобразить попередньо налаштований параметр в ділянці PULSE відповідно до AGE. Якщо вибрати TARGET, попередньо налаштований параметр 100 відобразиться в області PULSE. Натисніть кнопки **ВГОРУ** і **ВНИЗ**, щоб змінити цільовий параметр від 30 до 240. Натисніть **START/STOP**, щоб почати тренування. Під час цього режиму тренування користувач повинен надягнути нагрудний ремінь або триматися руками за ручки.

3.5. РЕЖИМ WATT

При вході в режим WATT відобразиться попередньо налаштоване значення 120. Користувач натискає **ВГОРУ** або **ВНИЗ**, щоб налаштувати значення WATT. Після запуску система автоматично налаштує рівень навантаження відповідно до введеного користувачем значення WATT та стану тренування. Натисніть **START/STOP**, щоб почати тренування.

4. РЕЖИМ RECOVERY

Після тренування протягом певного часу тримайтеся за ручки або надягайте нагрудний ремінь. Коли відображається PULSE, натисніть кнопку «**RECOVERY**». Відображення всіх функцій припиняється, крім «TIME», який почне зворотний відлік з 00:60 до 00:00. На екрані відобразиться стан відновлення частоти серцевих скорочень через F1, F2... до F6. F1 - найкраща, F6 - найгірша.

Під час відновлення знову натисніть «**RECOVERY**», і консоль повернеться на попередню сторінку.

5. BODY FAT

У режимі STOP натисніть кнопку **BODY FAT**, щоб почати вимірювання жиру в організмі.

Під час вимірювання користувач повинен тримати обидві руки за ручки. Через 8 секунд на LCD-дисплеї відобразиться порода BODY .FAT у FAT% та BMI (індекс маси тіла), а також рекомендації щодо жиру різними символами. Якщо користувач неправильно тримає ручки, комп'ютер відобразить E-1; Коли рекомендації щодо жиру перевищують доступну область, яка фіксується в програмі, комп'ютер відобразить E-4. Користувач може утримувати кнопку **BODY FAT** протягом 2 секунд, щоб скинути індивідуальні дані. Після налаштування система безпосередньо виміряє жир BODY FAT.

6. Зарядний USB-пристрій

Консоль забезпечує зарядний USB-пристрій лише для планшетів і смартфонів, потребує постійного струму 9В/1,3 А.

Примітки:

1. Перед тренуванням у режимі MANUAL користувач може натиснути кнопки **ВГОРУ** та **ВНИЗ**, щоб налаштувати параметри TIME/DISTANCE/CALORIES/PULSE.
2. У режимі PROGRAM/User Program/H.R.C./WATT користувач може налаштувати лише параметр TIME.
3. При кожному натисканні кнопки **ВГОРУ** або **ВНИЗ** параметр буде збільшуватися/зменшуватися на 1 рівень; Якщо утримувати протягом 1,5 с, значення буде збільшуватися/зменшуватися на 8 рівнів за секунду та зупинятися при відпусканні.
4. Якщо немає вхідного сигналу (відображення SENSOR, KEYBOARD, PULSE) протягом 4 хвилин, система перейде в режим сну SLEEP MODE. Усі попередньо налаштовані та розраховані параметри будуть збережені. Після включення живлення система продовжить роботу з розрахованими параметрами.