

**TOORX
FITNESS IN MOTION**

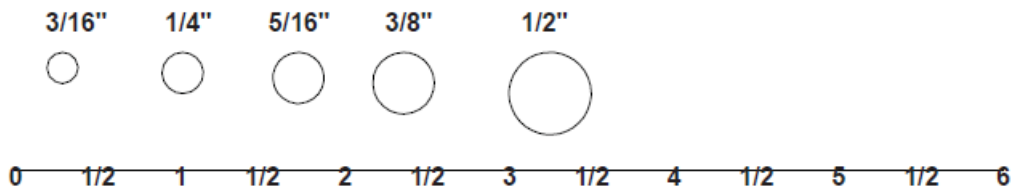
ІНСТРУКЦІЯ З ЕКСПЛУАТАЦІЇ



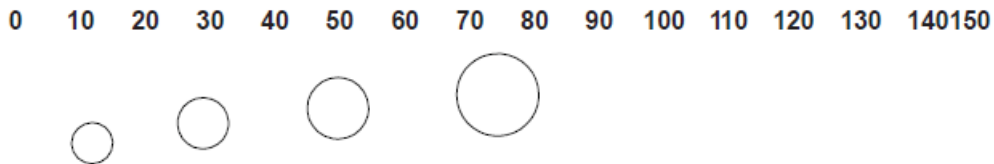
СХЕМА ІДЕНТИФІКАЦІЇ АППАРАТНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ

Ця схема надається, щоб допомогти визначити обладнання, яке використовується в процесі складання. Помістіть шайби або кінці болтів або гвинтів на кола, щоб перевірити правильний діаметр. Використовуйте невелику шкалу, щоб перевірити довжину шурупів.

ДЮЙМИ









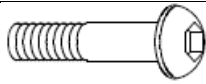



МІЛІМЕТРИ




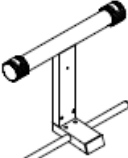




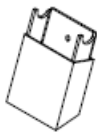
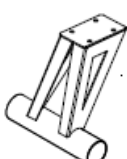
ПРИМІТКА: Довжина всіх шурупів, за винятком тих, які мають плоскі головки, вимірюється від низу головки до кінця болта або гвинта. Шурупи з плоскою головкою вимірюються від верхньої частини головки до кінця болта або гвинта.

	№ ЧАСТИНИ	ОПИС	КІЛЬКІСТЬ
	60	Болт, напівкругла головка (M8x15мм)	6

Rower-Active-Pro

	61	Стопорна шайба (М8)	4
	62	Шайба (М8)	8
	63	Хрестовинні гвинти з плоскою головкою (М6 x 15мм)	5
	64	Шайба (М6)	5
	83	Велика шайба (М8)	2
	81	Самонарізний гвинт (ST4.2X45)	1
	84	Болт, напівкругла головка (М8 x 40мм)	2
	85	Болт, напівкругла головка (М8x20мм)	2
	59	Універсальний гайковий ключ (5мм)	1
	69	Універсальний гайковий ключ / Викрутка	1

КОЛИ ВИ ВІДКРИЄТЕ КАРТОННУ КОРОБКУ, ВИ ЗНАЙДЕТЕ НИЖЧЕ ПЕРЕЛІЧЕНІ ЗАПАСНІ ЧАСТИНИ

1 Головна рама 1 шт. 	3 Базова рама 1 шт. 	21 Сидіння 1 шт. 	27 Тримач пляшки 1 шт. 
28 Передня кришка 1 шт. 	30 Заглушка (60мм) 2 шт. 	5 Задній кронштейн 1 шт. 	2 Задня підпірка 1 шт. 

<p>6 Валик педалі 1 шт.</p> 	<p>19 Накладки на педалі 2 шт.</p> 	<p>15 Кермо 1 шт.</p> 	<p>94 Адаптер 1 шт.</p> 
---	--	--	---

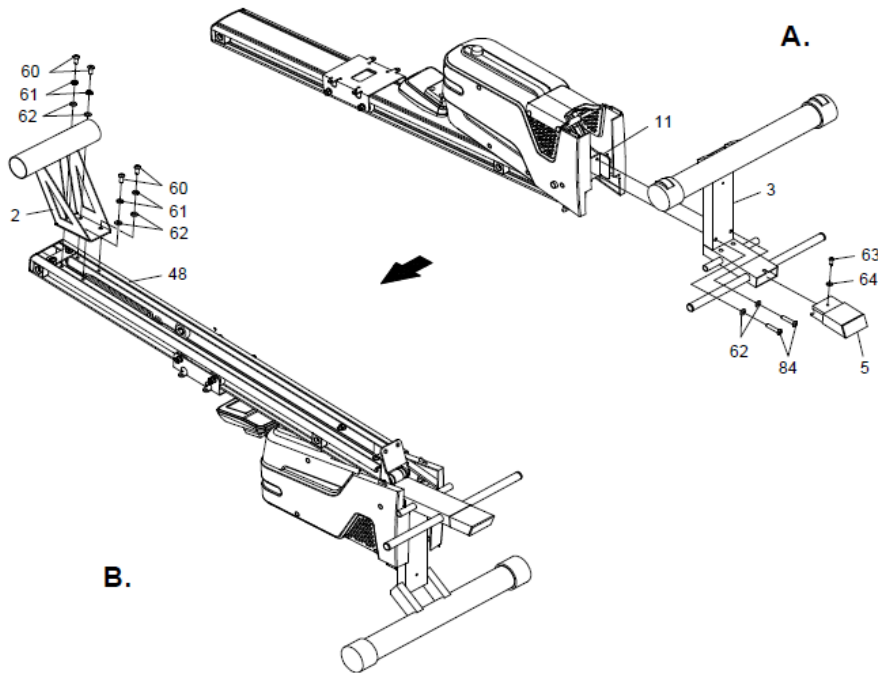
ІНСТРУКЦІЇ ДО ЗБІРКИ

КРОК 1

Розташуйте основний вузол Гребного Тренажера, як показано на малюнку А. Вставте ЗАДНІЙ КРОНШТЕЙН (5) в БАЗОВУ РАМУ (3) і закріпіть БОЛТАМИ З НАПІВПОТАЙНОЮ ГОЛОВКОЮ (М6х15 мм) (63) і ШАЙБАМИ (М6) (64). Прикріпіть БАЗОВУ РАМУ (3) до З'ЄДНУВАЛЬНОГО КРОНШТЕЙНА (11) за допомогою БОЛТІВ З НАПІВПОТАЙНОЮ ГОЛОВКОЮ (М8х40мм) (84) і ШАЙБ (М8) (62).

КРОК 2

Зверніться до малюнку В. Переверніть основний вузол Гребного Тренажера догори дном. Прикріпіть ЗАДНЮ ПІДПІРКУ (2) до РЕЙКИ (48) за допомогою БОЛТІВ З НАПІВПОТАЙНОЮ ГОЛОВКОЮ (М8х15мм) (60), ПРУЖИННИХ ШАЙБ (М8)(61) та ШАЙБ (М8)(62).



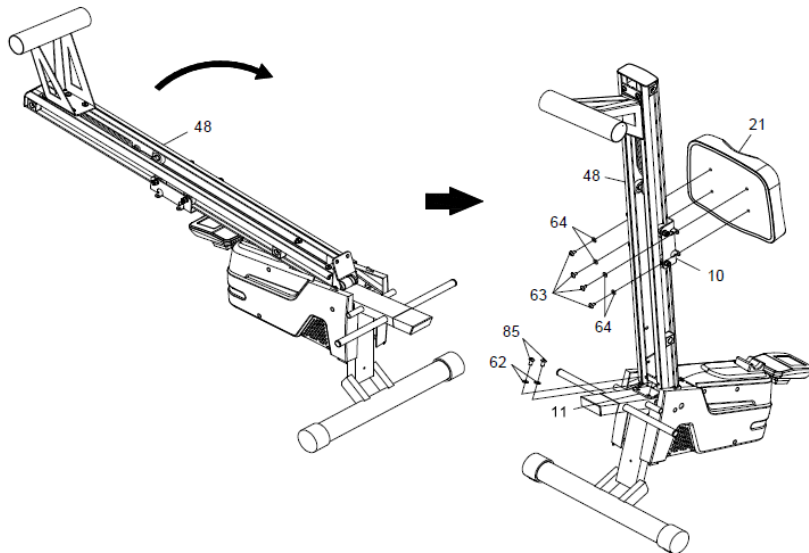
КРОК 3

Зверніться до малюнку нижче. Розкладіть РЕЙКУ (48), а потім прикріпіть З'ЄДНУВАЛЬНИЙ КРОНШТЕЙН (11) до БАЗОВОЇ РАМИ (3) за допомогою БОЛТІВ З НАПІВПОТАЙНОЮ ГОЛОВКОЮ (М8х20мм)(85) і ШАЙБ (М8)(62).

КРОК 4

Прикріпіть СИДІННЯ (21) до КАРЕТКИ СИДІННЯ (10) за допомогою БОЛТІВ З НАПІВКРУГЛОЮ ГОЛОВКОЮ (М6х15 мм) (63) і ШАЙБ (М6) (64).

Rower-Active-Pro



КРОК 5

Зверніться до детального зображення С. Вставте КЕРМО (15) крізь РУКАВ КЕРМА (111). Надіньте ПІННИЙ ЗАТИСКАЧ (22) на виступаючий кінець КЕРМА (15). Втисніть КРУГЛИЙ ШТЕКЕР (23) в кінець КЕРМА (15). **ПРИМІТКА:** Змастіть КЕРМО (15) невеликою кількістю рідкого мила або води для спрощення монтажу ПІННОГО ЗАТИСКАЧА (22).

КРОК 6

Надіньте ЗАГЛУШКУ (60 мм) (30) на ЗАДНЮ ПІДПІРКУ (2).

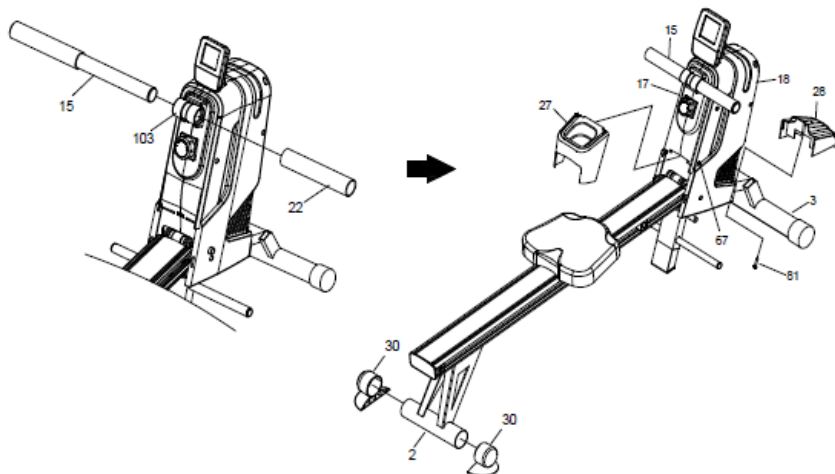
КРОК 7

Надіньте ПЕРЕДНЮ КРИШКУ (28) на ЛІВУ та ПРАВУ КРИШКИ (17, 18), потім прикріпіть до БАЗОВОЇ РАМИ (3) за допомогою БОЛТІВ З НАПІВКРУГЛОЮ ГОЛОВКОЮ (M4,2x45 мм)(81).

КРОК 8

Щоб допомогти встановити ТРИМАЧ ПЛЯШКИ (27), послабте ГВИНТ (M4,2x16 мм) (67) на ПРАВИХ КРИШКАХ (18). Натисніть ТРИМАЧ ПЛЯШКИ (27) у зазор ЛІВОЇ та ПРАВОЇ КРИШОК (17, 18). Затягніть ГВИНТ (M4,2x20 мм)(16) на ПРАВІЙ КРИШЦІ (18).

С



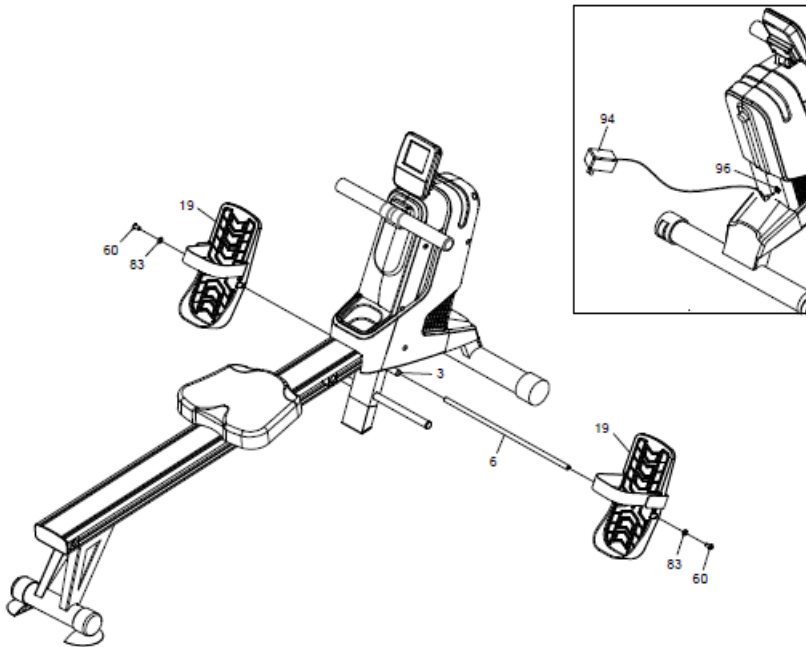
(Послабте, щоб встановити тримач пляшки (27). Затягніть після встановлення.)

КРОК 9

Вставте ВАЛИК ПЕДАЛІ (6) крізь трубку, розташовану на БАЗОВІЙ РАМІ (3). Одягніть накладки на педалі (19) на кожен кінець ВАЛИКА ПЕДАЛІ (6). Потім закріпіть накладки на педалі (19) за допомогою БОЛТІВ З НАПІВПОТАЙНОЮ ГОЛОВКОЮ (M8x15 мм) (60) і ВЕЛИКИХ ШАЙБ (M8) (83) на обох кінцях ВАЛИКІВ ПЕДАЛІ (6). Вам потрібно використовувати два універсальні гайкові ключі, щоб затягнути БОЛТИ З НАПІВПОТАЙНОЮ ГОЛОВКОЮ (M8x15мм)(60) на обох кінцях ВАЛИКІВ ПЕДАЛІ (6) одночасно.

КРОК 10

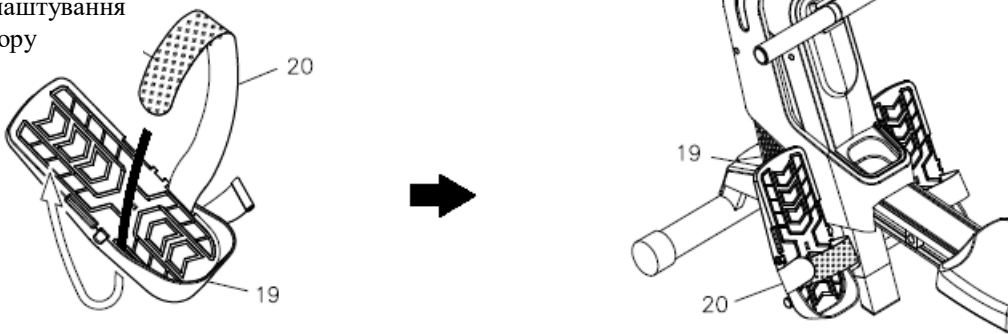
Зверніться до детального зображення. Підключіть АДАПТЕР (94) до ГНІЗДА ДРОТУ ЕЛЕКТРОЖИВЛЕННЯ (96), розташованого попереду гребця. Підключіть АДАПТЕР (94) до електричної розетки.



РЕГУЛЮВАННЯ ПЕДАЛЬНОГО РЕМЕНЯ

Якщо ви вважаєте, що це зручніше для вашого тренування, ви можете прикріпити ПЕДАЛЬНИЙ РЕМІНЬ (20) до нижнього положення НАКЛАДОК НА ПЕДАЛІ (19), як показано на малюнку 1 нижче. Протягніть ПЕДАЛЬНИЙ РЕМІНЬ (20) через отвір знизу НАКЛАДКИ НА ПЕДАЛІ (19). Потягніть ПЕДАЛЬНИЙ РЕМІНЬ (20), щоб зав'язати вузол на нижній частині НАКЛАДКИ НА ПЕДАЛІ (19). Протягніть ПЕДАЛЬНИЙ РЕМІНЬ (20) через отвір у НАКЛАДКАХ НА ПЕДАЛІ (19) з іншого боку зверху, як показано на малюнку 1, потім змусьте кінець ПЕДАЛЬНОГО РЕМЕНЯ (20) іти вгору, щоб прикріпити його до верхньої частини ПЕДАЛЬНОГО РЕМЕНЯ (20) за допомогою гачка і петлі. Приєднайте кінець ПЕДАЛЬНОГО РЕМЕНЯ (20) в інше положення за допомогою гачка та петлі, щоб відрегулювати довжину. Дивіться малюнок 2.

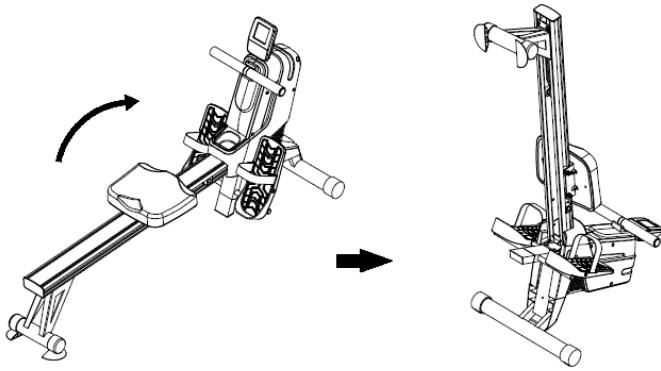
Налаштування
отвору



ЗБЕРІГАННЯ

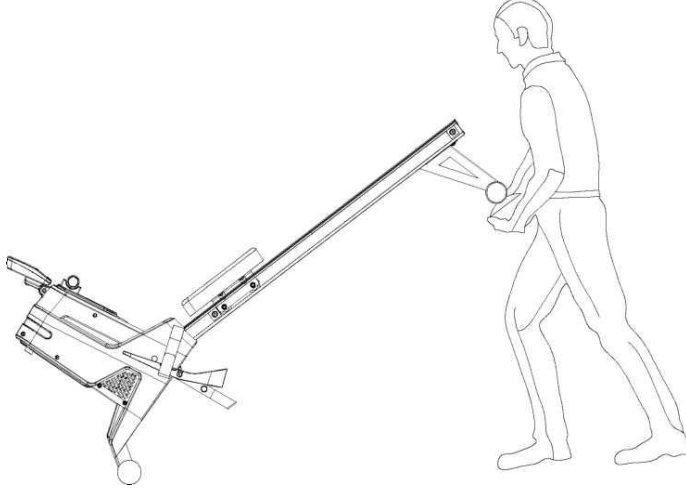
1. Щоб зберігати Гребний Тренажер, просто тримайте його в чистому сухому місці.
2. Переміщайте Гребний Тренажер рухомими колесами на передньому стабілізаторі БАЗОВОЇ РАМИ (3). Підніміть ЗАДНЮ ПІДПІРКУ (2), щоб перемістити Гребний Тренажер. Не використовуйте СИДІННЯ (21) для переміщення Гребного Тренажера. СИДІННЯ (21) буде рухатися, та КАРЕТКА СИДІННЯ (10) може прищемити вашу руку або пальці.
3. Зверніться до малюнку нижче. Ви можете поставити Гребний Тренажер вертикально для зберігання.

Rower-Active-Pro



ВКАЗІВКИ СТОСОВНО ПЕРЕМІЩЕННЯ

Підніміть задній стабілізатор і штовхайте Гребний Тренажер, коли ви хочете його перемістити.



ІНСТРУКЦІ ДО КОМП'ЮТЕРА



А. Увімкнення живлення:

- Підключіть всі кабелі до монітора.
- Після увімкнення живлення всі сегменти LCD-дисплея засвітяться на 2 секунди, а опір ЦП буде скинуто на рівень 1. Монітор перейде в початковий режим. Якщо з'єднувальні кабелі були встановлені неправильно, двигун не працюватиме. Перш ніж звертатися до сервісної служби, будь ласка, перевірте, чи всі з'єднувальні кабелі добре під'єднані, а потім скиньте живлення, щоб випустити звуковий сигнал, або натисніть кнопку «START / STOP (Утримуйте, щоб скинути)», щоб перезапустити систему. Якщо двигун все ще не працює, зверніться до сервісної служби.

В. ФУНКЦІ КНОПОК:

а. START/STOP:

- Щоб почати або призупинити вправу.

b. FUN/SCAN:

1. Умова зупинки, натисніть цю кнопку, щоб ввести параметри Налаштування.
2. Підтвердьте налаштоване значення параметру і перейдіть до наступного налаштування параметра.
3. Стан START, натисніть цю кнопку, щоб відобразити поточні фіксовані значення параметрів, а потім натисніть перемикач для відображення параметрів функції автоматичного сканування.

c. \circ ,+ \blacktriangle :

1. У стані налаштування параметрів збільшуйте, щоб налаштувати значення параметрів.
2. У стані START збільшуйте рух опору.

d. \circ , - \blacktriangledown :

1. У стані налаштування параметрів зменшуйте, щоб змінити значення параметрів.
2. У стані START зменшуйте рух опору.

e. PROG/RESET:

1. Стан STOP, виберіть потрібні користувачеві шаблони руху.
2. Будь-який стан, утримуйте цю кнопку протягом 5 секунд, скидання електронного годинника, на додаток до скидання ODO всіх даних.

f. Комбінація кнопок: FUN/SCAN і в той же час кнопка UP (+) протягом 3 секунд, в самодіагностиці двигуна.

g. Комбінація кнопок 2: одночасно кнопка PROGRAM та кнопка ВНИЗ (-) протягом 3 секунд перевіряє значення ODO.

С. ФУНКЦІЇ:

ПРОГРАМА:

Вибір режиму тренування. Всього 19 програм P01-P15, U1-U4.

ЧАС:

Під час тренування на дисплеї відобразиться час тренування. Якщо протягом 256 секунд не виявлено жодного сигналу, перейдіть у РЕЖИМ СНУ (SLEEP MODE). Увімкніть комп'ютер, натиснувши будь-яку кнопку або введіть сигнал, або почніть тренування, усі значення будуть скинуті на нуль.

Рахунок в прямому напрямку: без налаштування значення часу монітор буде відраховувати час від 0:00 до 99:59.

Рахунок у зворотному напрямку: із налаштованим часом тренування монітор буде відраховувати від ваших налаштованих значень. Коли буде досягнуто значення налаштування, монітор видасть звуковий сигнал, а потім зупиниться, натисніть кнопку START/STOP, щоб рахувати в прямому напрямку від 0:00.

ВІДСТАНЬ

Відстань відобразиться на дисплеї у вікні. Монітор починає рахувати від 1 метра до 999 метрів, а одиницею вимірювання є 1 метр. Після досягнення 1 КМ одиниця вимірювання стає 0,1 КМ (100 метрів). На моніторі відобразиться від 1.000КМ до 9.999КМ.

Рахунок у прямому напрямку: без налаштування значення відстані монітор відраховує від 1М-9.999 КМ.

Рахунок у зворотному напрямку: із налаштованим значенням відстані для вправ монітор буде відраховувати від ваших значень налаштування.

Коли буде досягнуто значення налаштування, монітор видає звукові сигнали, а потім зупиниться, натисніть кнопку START/STOP, щоб рахувати в прямому напрямку до 1 метра.

КАЛОРІЇ

Витрачені калорії відобразяться на дисплеї у вікні. Діапазон становить 0,0-999 kcal.

Рахунок у прямому напрямку: без налаштування значення калорій монітор підрахує кількість від 0,0 до 999.

Рахунок у зворотному напрямку: із налаштованим значенням споживання калорій монітор буде відраховувати від ваших значень налаштувань. Після досягнення налаштованого значення монітор видасть звуковий сигнал, а потім зупиниться, натисніть кнопку START/STOP, щоб підрахувати в прямому напрямку від 0,0.

Рахунок:

Рахунок буде відобразитися на дисплеї під час виконання вправ. Якщо протягом 256 секунд не буде виявлено жодного сигналу, він скинеться на нуль.

Рахунок у прямому напрямку: без налаштування значення підрахунку монітор підрахує кількість від 0 до 9999.

Рахунок у зворотному напрямку: із налаштованим значенням часу тренування монітор буде відраховувати від ваших значень налаштувань.

Після досягнення налаштованого значення монітор видасть звуковий сигнал, а потім зупиниться, натисніть кнопку START/STOP, щоб рахувати від 0.

WATT

Значення струму в Вт під час тренування, яке змінюється при зміні опору або швидкості.

STROKES/MIN

Це означає час руху гребця за хвилину.

D. ПОРЯДОК ОПЕРАЦІЙ:

Всього існує 20 програм, і КОРИСТУВАЧ може налаштувати час роботи, а потім програма ділить цей час роботи на 10 частин. Якщо користувач не налаштував робочий час, програма буде рахувати за секунду, а кожна частина – за 1 хвилину.

Ручна програма

Попередньо встановлена програма: Програма 01- Програма 14

1. Натисніть кнопку PROGRAM до потрібної програми.
2. Натисніть кнопку FUN/SCAN, щоб увійти в програму.
3. Дисплей часу буде блимати, потім натисніть кнопку «вгору або вниз», щоб налаштувати потрібний час для виконання вправи. Натисніть кнопку FUN/SCAN, щоб підтвердити значення налаштування.
4. Дисплей підрахунку буде блимати, потім натисніть кнопку «вгору або вниз», щоб налаштувати потрібне значення. Натисніть кнопку FUN/SCAN, щоб підтвердити значення налаштування.
5. Дисплей відстані блиматиме, потім натисніть кнопку «вгору або вниз», щоб налаштувати потрібну відстань, яку ви хочете досягти. Натисніть кнопку FUN/SCAN, щоб підтвердити значення налаштування.
6. Дисплей калорій буде блимати, потім натисніть кнопку «вгору або вниз», щоб налаштувати потрібну калорію, яку ви хочете досягти. Натисніть кнопку FUN/SCAN, щоб підтвердити значення налаштування.
7. Натисніть кнопку START/STOP, щоб почати тренування.

Примітка:

1. Натисніть кнопку FUN/SCAN для наступного налаштування функції.
 2. При досягненні потрібного значення пролунає звуковий сигнал.
- Якщо є декілька бажаних значень, натисніть кнопку START/STOP, щоб продовжити вправу після звукового сигналу та перейти до наступного.

Програма Змагання: Програма 15

1. Натискайте кнопку PROGRAM до P15.
2. Натисніть кнопку FUN/SCAN, щоб увійти в програму змагання.
3. Дисплей часу блиматиме, а потім натисніть кнопку «вгору або вниз», щоб налаштувати потрібний час для виконання вправи. Натисніть кнопку FUN/SCAN, щоб підтвердити значення налаштування.
4. Дисплей відстані блиматиме, а потім натисніть кнопку «вгору або вниз», щоб налаштувати потрібну відстань, яку ви хочете досягти. Натисніть кнопку FUN/SCAN, щоб підтвердити значення налаштування.
5. Натисніть кнопку START/STOP, щоб почати тренування.

Примітка:

1. Натисніть кнопку FUN/SCAN для налаштування наступної функції.
2. Є дві частини дисплея: верхня і нижня частина.
Верхня: одиниця відстані тренування, кожна смуга означає 1/10 бажаної відстані.
Нижня: одиниця часу тренування, кожна смуга означає 1/10 бажаного часу.
3. Коли користувач досягає часу одиниці тренування, та відстань менша за одиницю відстані тренування. Смуги відстані будуть блимати, це означає, що користувач не досягає бажаної відстані тренування. В інших випадках смуги збільшаться, це означає, що тренування в порядку.

ПРОГРАМА КОРИСТУВАЧА: (U1-U4)

1. Натискайте кнопку PROGRAM до U1-U4.
2. Натисніть кнопку FUN/SCAN, щоб увійти до програми USER.
3. Дисплей часу буде блимати, а потім натисніть кнопку «вгору або вниз», щоб налаштувати потрібний час для виконання вправи. Натисніть кнопку FUN/SCAN, щоб підтвердити значення налаштування. Дисплей підрахунку блимає, а потім натисніть кнопку «вгору або вниз», щоб налаштувати потрібне значення. Натисніть кнопку FUN/SCAN, щоб підтвердити значення налаштування.
4. Дисплей відстані блиматиме, а потім натисніть кнопку «вгору або вниз», щоб налаштувати потрібну відстань, яку ви хочете досягти. Натисніть кнопку FUN/SCAN, щоб підтвердити значення налаштування.
5. Дисплей калорій буде блимати, а потім натисніть кнопку «вгору або вниз», щоб налаштувати потрібну калорію, яку ви хочете досягти. Натисніть кнопку FUN/SCAN, щоб підтвердити значення налаштування.
6. Профіль буде блимати, а потім натисніть кнопку «вгору або вниз», щоб налаштувати потрібне значення профілю, якого ви хочете досягти. Натисніть кнопку FUN/SCAN, щоб підтвердити значення налаштування. Налаштування аналогічно, поки не закінчите весь профіль.
7. Натисніть кнопку START/STOP, щоб почати тренування.

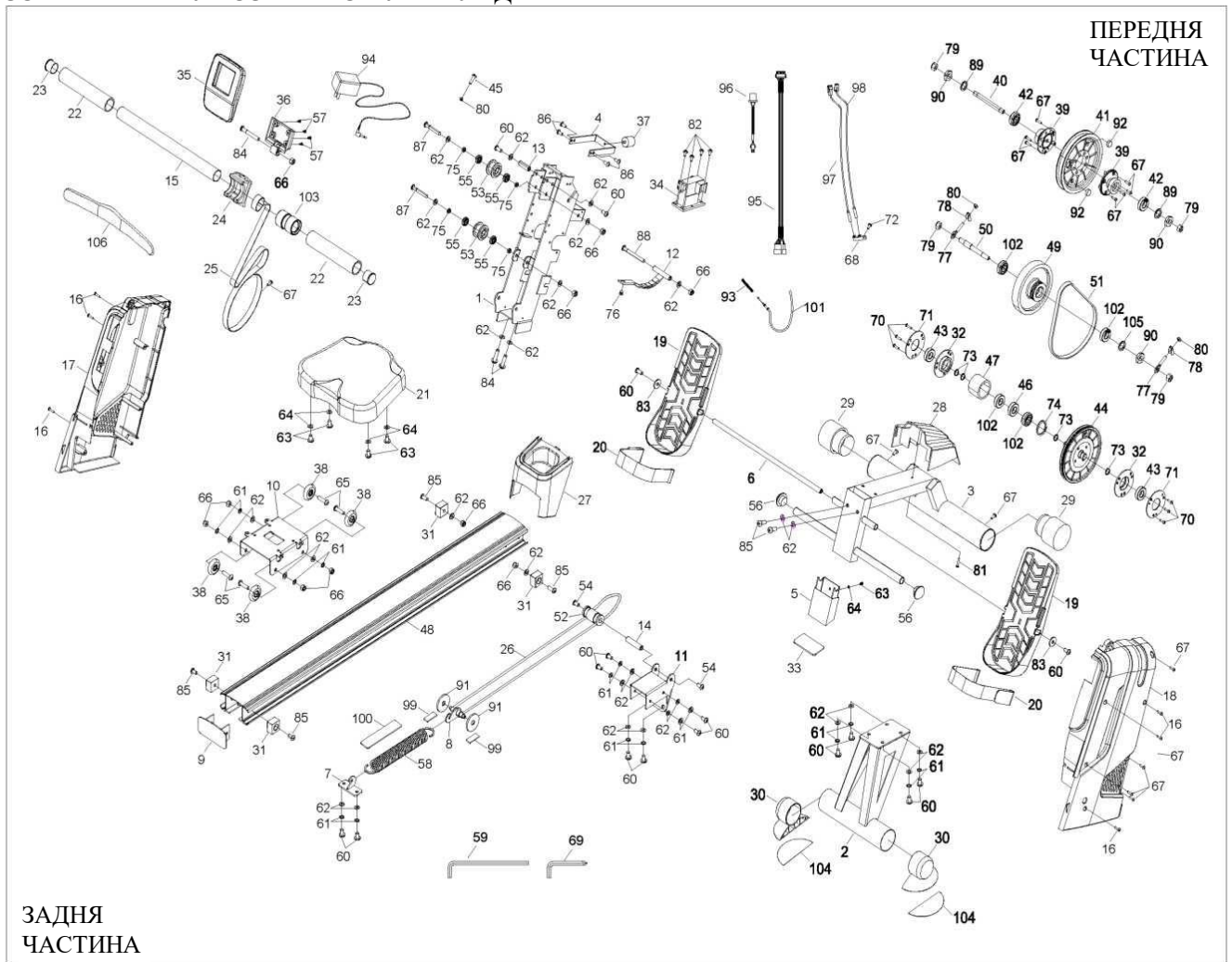
Примітка:

1. При досягненні потрібного значення пролунає звуковий сигнал.

Rower-Active-Pro

2. Якщо є більше одного бажаного значення, натисніть будь-яку кнопку, щоб продовжити вправо після звукового сигналу і досягти наступного.

ЗОБРАЖЕННЯ У РОЗІБРАНІЙ ВИГЛЯДІ



СПИСОК ЧАСТИН

№	НАЗВА ЧАСТИНИ	КІЛЬКІСТЬ
1	Основна рама	1
2	Задня підпірка	1
3	Базова рама	1
4	Опорний кронштейн	1
5	Задній кронштейн	1
6	Валик педалі	1
7	Задній пружинний гачок	1
8	Пружинний гачок	1
9	Кришка рейки	1
10	Каретка сидіння	1
11	З'єднувальний кронштейн	1
12	Магнітний кронштейн	1
13	Розпірка (012.8 x 38.5мм)	1
14	Стрижень (012.8 x 58.5мм)	1
15	Кермо	1
16	Гвинт, напівкругла головка (M4.2 x 20мм)	6
17	Ліва кришка	1
18	Права кришка	1
19	Накладка на педалі	2
20	Ремінь педалі	2
21	Сидіння	1
22	Пінний затискач	2
23	Круглий штекер (032мм)	2
24	Тримач керма	1
25	Ремінь (13x1.5x1950мм)	1
26	Ремінь зворотного ходу (9x2x1700 мм)	1
27	Тримач пляшки	1
28	Передня кришка	1
29	Кришка колеса	2
30	Заглушка	2
31	Стопор сидіння	4
32	Гніздо підшипника	2
33	Підкладка під стойку	1
34	Керуючий двигун	1
35	Комп'ютер	1
36	Панка лічильника	1
37	Підставка для ніг	1
38	Ролик PU	4
39	Корпус підшипника зворотного ходу	2
40	Держак барабану ременя	1
41	Барабан ременя	1
42	Підшипник (6000RS)	2
43	Підшипник (6003zz)	2
44	Барабан	1

Rower-Active-Pro

45	Болт, напівкругла головка (M6 x 25мм)	1
46	Односторонній підшипник (16003)	1
47	Кільце	1
48	Рейка	1
49	Магнітне махове колесо	1
50	Вісь махового колеса	1
51	V-Рифлений ремінь (220 PJ3)	1
52	Натяжний ролик	1
53	Проміжне колесо	2
54	Болт, напівкругла головка (M8 x 20мм)	2
55	Підшипник (608zz)	4
56	Заглушка (ø19мм)	2
57	Гвинт, кругла головка (M5 x 20мм)	4
58	Поворотна пружина	1
59	Універсальний гайковий ключ (5мм)	1
60	Болт, напівприхована головка (M8 x 15м)	16
61	Стопорна шайба (M8)	16
62	Шайба (M8)	29
63	Болт, напівкругла головка (M6 x 15мм)	5
64	Шайба (M6)	5
65	Болт, плоска напівприхована головка (M8 x 32мм)	4
66	Нейлонова гайка (M8)	9
67	Гвинт, напівкругла головка (ST4.2 x 16мм)	14
68	Сенсорний фіксатор	1
69	Універсальний гайковий ключ (5мм) w/ викрутка	1
70	Болт, напівкругла головка (M6 x 12мм)	6
71	Кришка корпусу підшипника	2
72	Гвинт, напівкругла головка з буртиком (M4 x 0.7 x 10мм)	1
73	C Кільце(M17)	4
74	Внутрішнє C кільце (M35)	1
75	Розпірка (ø8 x ø10 x 7мм)	4
76	Утримуюча заглушка	1
77	Відкидний болт (M6)	2
78	Натяжний кронштейн	2
79	Гайка (M10)	4
80	Гайка (M6)	3
81	Гвинт, напівкругла головка (ST4.2 x 45мм)	1
82	Гвинт, напівкругла головка (M5 x 12мм)	4
83	Велика шайба (M8)	2
84	Болт, напівприхована головка (M8 x 40мм)	3
85	Болт, напівприхована головка (M8 x 20мм)	6
86	Гвинт, напівкругла головка (M6 x 12мм)	4
87	Болт, напівприхована головка (M8 x 60мм)	2
88	Болт, напівприхована головка (M8 x 80мм)	1
89	Розпірка (S10)	2
90	Низька гайка (M10 x 1.5, 5 мм товщини)	3
91	Напрявне колесо	2

Rower-Active-Pro

92	Магніт	2
93	Пружина	1
94	Адаптер, вихідний сигнал 9V DC, 1A	1
95	Дріт електроживлення	1
96	Лінія електропередачі	1
97	Охоплюючий сенсорний дріт	1
98	Охоплюваний сенсорний дріт	1
99	Підкладка EVA (180 x 30 x 1мм товщини)	2
100	Підкладка EVA (65 x 15 x 1мм товщини)	1
101	Кабель натягу	1
102	Підшипник (6003RS)	4
103	Рукав керма	1
104	Гумова прокладка	2
105	Розпірка (S17)	1