

**FITNESS**

**Эллиптический тренажер для коммерческого**

**использования**

**Модель: FT-6809**



COMMERCIAL FITNESS EQUIPMENT



## Содержание:

Изображение тренажера.....	1
Техника безопасности.....	2
Комплект поставки:.....	3
Описание и схема сборки.....	4
Зона тренировки и свободное пространство.....	10
Функции дисплея.....	11
Инструкция по эксплуатации:.....	13
Описание дисплея:.....	15
Регулярное обслуживание.....	16
Проблемы и способы их устранения.....	17
Конструкция в разобранном виде.....	18
Список компонентов.....	20
Инструменты.....	23

## Тренажер в собранном виде:



- ① панель управления    ② поручень    ③ рукоятка с датчиком пульса  
④ опора для ноги    ⑤ защитная панель    ⑥ основание тренажера

## Техника безопасности

1. Тренажер допускается к использованию в любых надлежащих спортивных организациях, образовательных учреждениях, гостиницах, фитнес-клубах и общественных тренажерных залах, где официальный владелец оборудования контролирует доступ в зону проведения тренировок.
2. Использование тренажера допускается только в случае, если его владелец обеспечивает регулировку нагрузок в соответствии с физической подготовкой, возрастом, опытом и другими особенностями каждого пользователя.
3. Использование тренажера допускается только под контролем уполномоченных лиц.  
болт под шестигранный ключ
4. Не подпускайте к тренажеру детей и лиц с ограниченными возможностями.
5. Чрезмерная нагрузка при тренировке может нанести вред здоровью пользователя, поэтому перед началом занятий на тренажере требуется консультация специалиста по части допустимых режимов тренировки.
6. Отрегулируйте максимальную нагрузку тренажера перед началом тренировки (в соответствии с нагрузкой в покое).
7. Перед началом использования убедитесь, что все крепления, особенно на рукоятках, плотно затянуты.
8. Тренажер не предназначен для использования лицами с заболеваниями сердечно-сосудистой системы и детьми младше 12 лет.
9. Данное спортивное оборудование полностью соответствует стандарту EN957-9 SC (где S означает «коммерческое использование»).
10. Предельно допустимый вес пользователя составляет 110 кг.
11. Тренажер необходимо устанавливать в помещении, на плоской поверхности, выделив под него пространство размером не менее 2000x1000 мм.
12. Если в ходе тренировки вы ощутили головокружение, тошноту или иное недомогание, немедленно остановите занятие на тренажере и обратитесь за консультацией к врачу.
13. Поверхность, на которой устанавливается тренажер, должна быть достаточно прочной.
14. Допускается использование только внутри помещений, при отсутствии избыточной влажности.
15. Занятия на тренажере рекомендуется выполнять в спортивной одежде и обуви.
16. Перед началом тренировки требуется выполнить разминку.
17. Категорически запрещается использовать тренажер при наличии каких-либо неисправностей.
18. Рекомендуется выполнять занятия на тренажере под руководством тренера.

19. Перед началом тренировки убедитесь, что все детали тренажера прочно закреплены.
20. Все настраиваемые элементы конструкции, особенно те, что находятся в непосредственном контакте с пользователем, должны проходить регулярное обслуживание.
21. При занятиях на тренажере ноги пользователя должны стоять на педалях, обе руки - располагаться на поручнях. Выполняйте движения ногами, как при ходьбе, при этом ритм движения рук должен соответствовать движению ног. Частота оборотов выбирается пользователем в соответствии с выбранной нагрузкой.

### Комплект поставки:

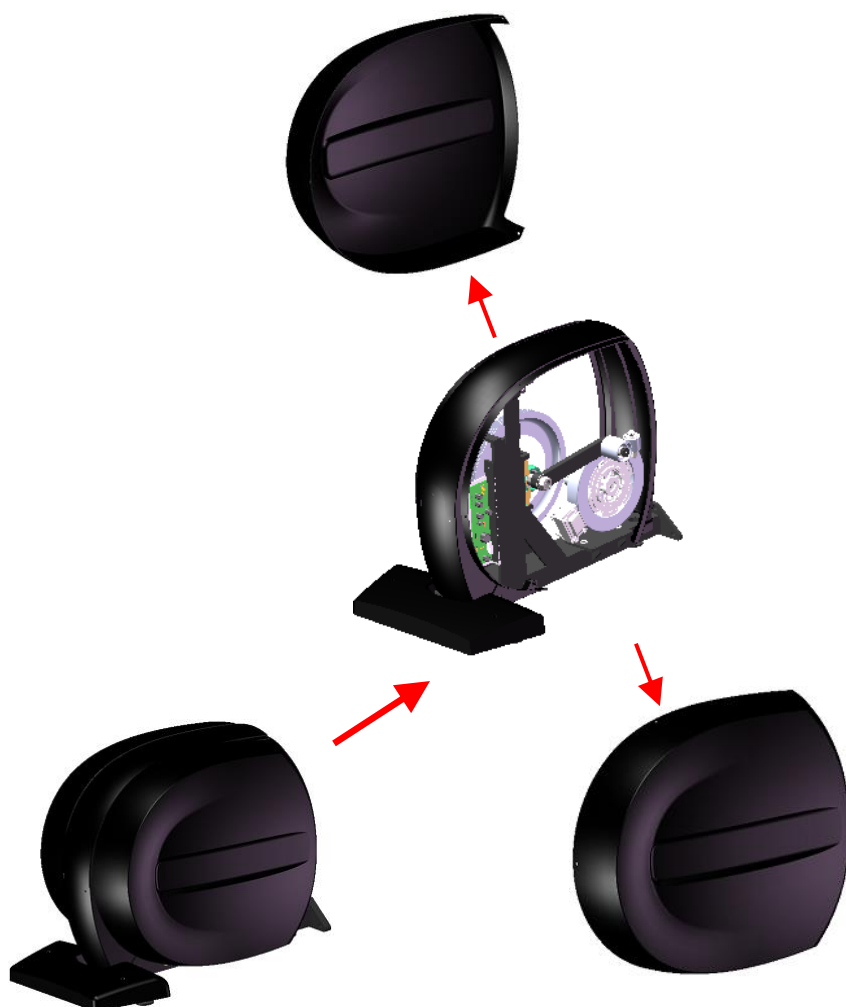
№	Наименование	Специфика	Кол-во
1	Корпус тренажера (передняя и задняя)		1
2	Рукоятки (левая, правая)		2
3	Дисплей и его основание		1
4	Инструкция к тренажеру	FT-6809	1
5	Отвертка	крестовая	1
6	Гаечный ключ	17–19	1
7	Гаечный ключ	13–16	1
8	Шестигранный ключ	M5	1
9	Шестигранный ключ	M10	1
10	Заглушка	диам. 32	2

## Сборка, шаг 1. Снимите боковые панели тренажера.

Извлеките тренажер из упаковки.

Инструменты: крестовая отвертка

- 1) Возьмите отвертку и открутите крепежные винты двух боковых панелей.
- 2) Отложите панели в сторону, аккуратно сохраните крепеж.



## Сборка, шаг 2. Крепление передней/задней части рамы.

Инструменты: гаечный ключ 17-19.

-Возьмите гаечный ключ 17-19 и открутите шесть крепежных болтов рамы (12x40 с шестигранной головкой).

- 1) Соедините две части рамы. Подключите кабель.
- 2) Возьмите гаечный ключи один болт, закрутите болт в соответствующее резьбовое отверстие рамы.
- 3) Повторите шаг (3) еще пять раз.



1. Подключение кабеля.

2. Закрепление внешних болтов 12\*40 с помощью гаечного ключа.

### Сборка, шаг 3. Сборка опоры под дисплей.

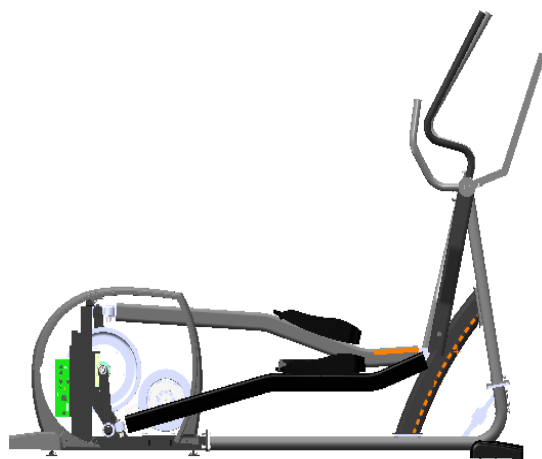
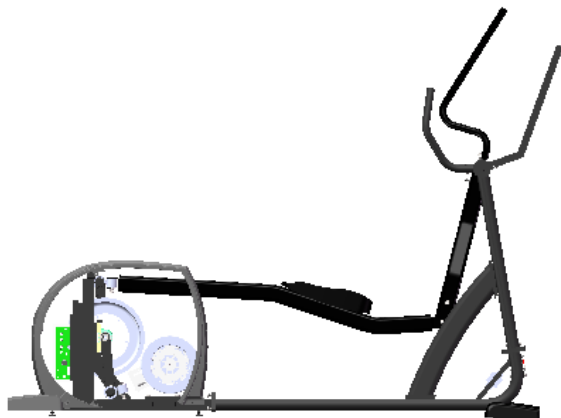
- 1) Установите опору под дисплей.
- 2) Установите усиливающие скобы.
- 3) Затяните крепежные винты.





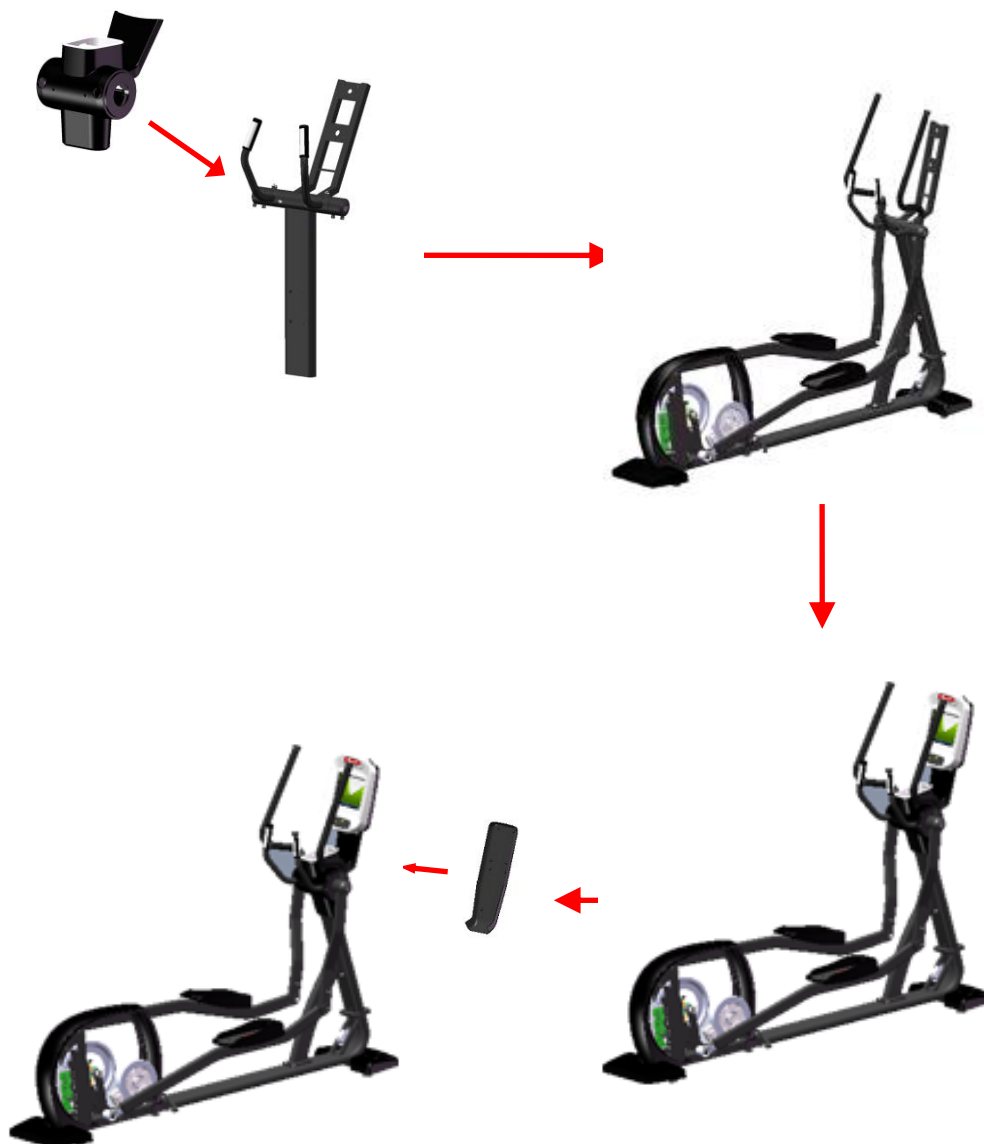
### Сборка, шаг 4. Сборка поручней.

- 1) Приготовьте шестигранный ключ М5 и два гаечных ключа.
- 2) Соедините левый поручень с левой педалью, закрепите.
- 3) Соедините правый поручень с правой педалью, закрепите.



## Сборка, шаг 5. Сборка дисплея.

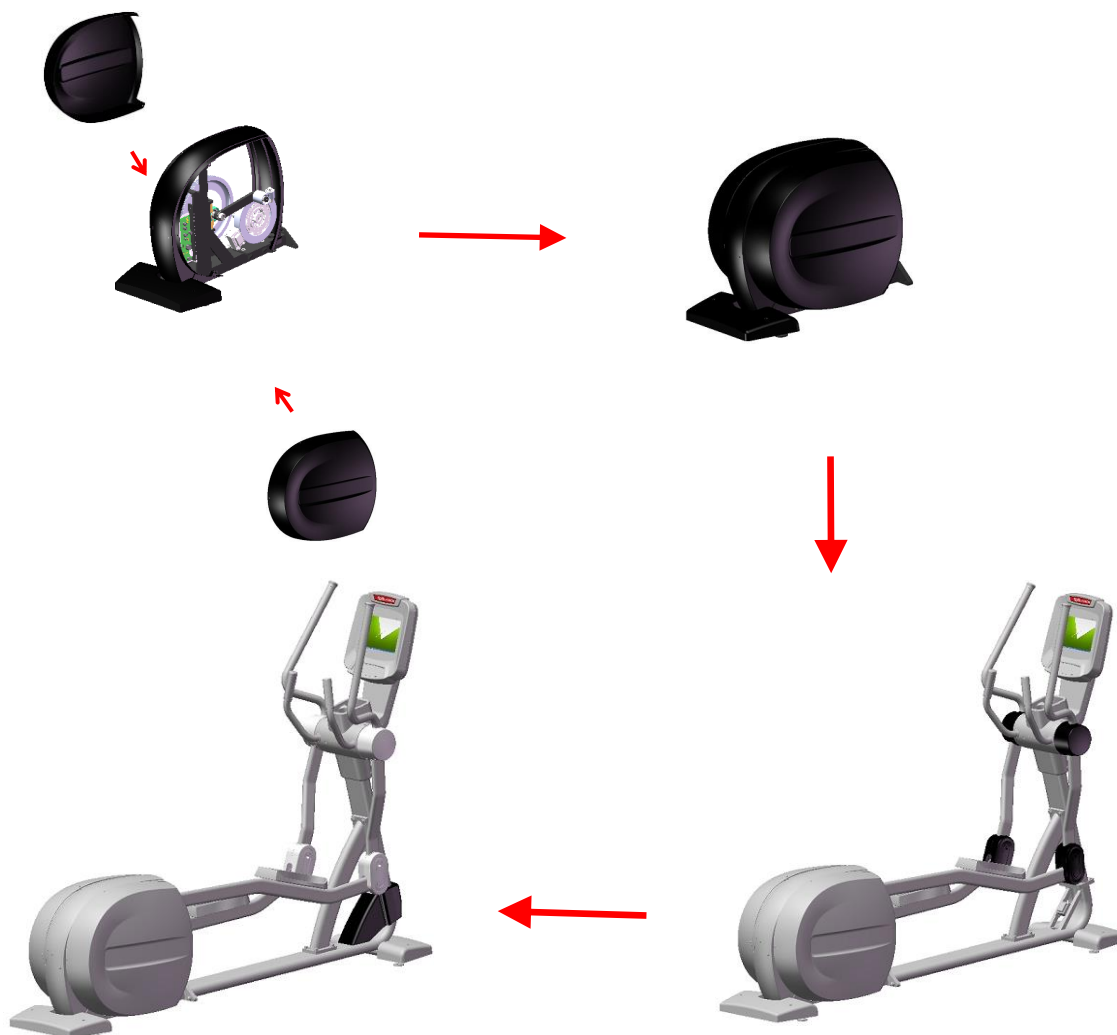
- 1) Установите пластиковую панель на вспомогательные поручни.
- 2) Установите корпус дисплея.
- 3) Установите пластиковую панель с задней стороны дисплея.



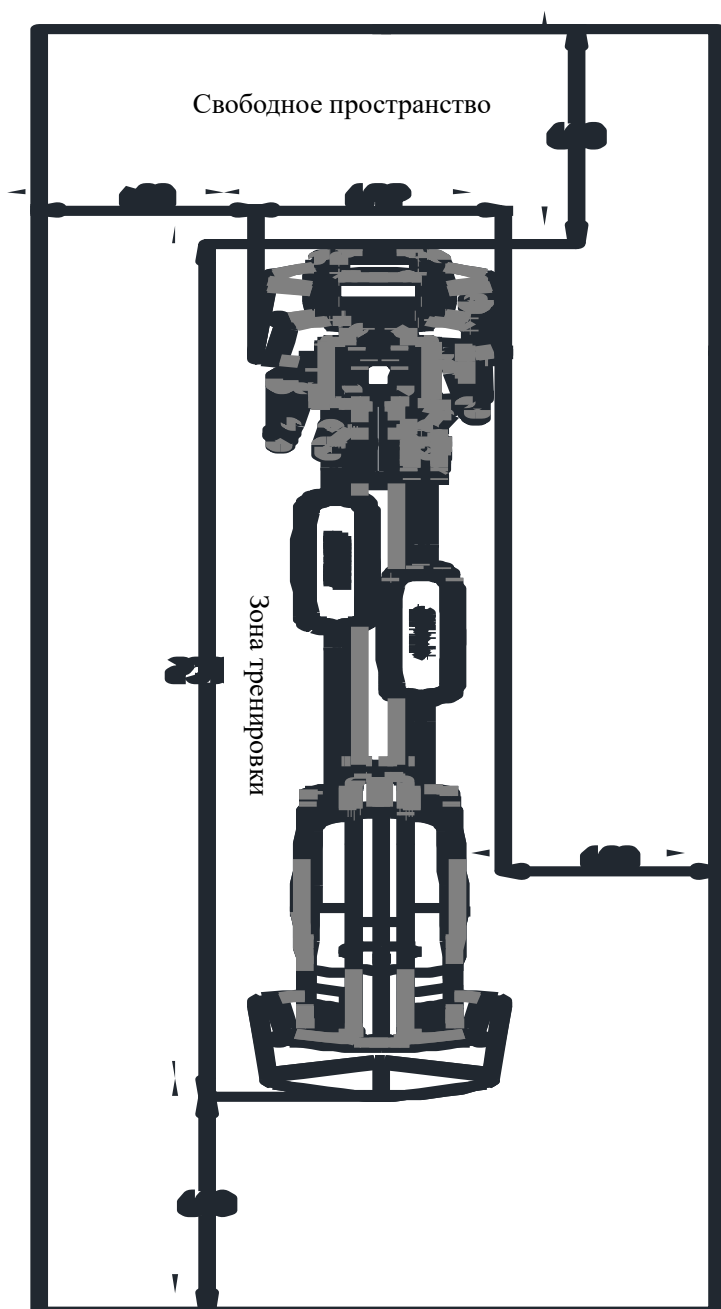
## Сборка, шаг 6. Сборка прочих пластиковых панелей.

Инструмент: крестовая отвертка.

- 1) Проверьте, не возникает ли проблем при движении педалей и поручней тренажера.
- 2) Установите защитные панели с правой и левой стороны тренажера. Установите пластиковую панель на опорную трубку.
- 3) Установите правую и левую защитную панель на поручни и все прочие пластиковые элементы.



## Зона тренировки и свободное пространство



Класс: S

Макс. вес пользователя: 110 кг

Габариты тренажера: 692 x 2385 x 1746 мм

Вес тренажера: 130 кг.

## Функции дисплея



1. Кнопки быстрого выбора программ. В режиме ожидания нажмите любой номер в зоне быстрого выбора программы.
2. Кнопка PAUSE. При нажатии в процессе тренировки нагрузка моментально сбрасывается до нуля, однако остальные показатели остаются на дисплее.
3. Кнопки RESISTANCE UP & DOWN. При тренировке в мануальном режиме эти кнопки позволяют увеличить или уменьшить нагрузку в пределах 10 уровней. Одно нажатие увеличивает или уменьшает нагрузку на один уровень.
4. Кнопка QUICK START. В мануальном режиме выберите соответствующую программу или выполните нужные настройки, затем нажмите QUICK START для начала тренировки.
5. Кнопка PAUSE. При нажатии этой кнопки в процессе тренировки двигатель останавливается, нагрузка сбрасывается до нуля, как и все другие показатели на дисплее.
6. Кнопки быстрого выбора нагрузки. При работе в мануальном режиме нажимайте выбранные кнопки в этой области, чтобы установить нужную нагрузку.
7. Кнопка PROGRAM. При нажатии из режима ожидания переходит в режим выбора предустановленной программы.
8. Кнопки обратного отсчета (TIME, DISTANCE, CALORIES).  
Из режима ожидания по нажатию одной из этих кнопок можно перейти в режим мануальной тренировки.
9. Кнопка CLEAR. При нажатии этой кнопки в режиме обратного отсчета все настройки сбрасываются до нуля.

10. Кнопки ADD & SUBTRACT. При настройке режима обратного отсчета нажатие этих кнопок помогает установить нужное значение.

11. Кнопка ENTER. Нажмите для подтверждения в режиме обратного отсчета, когда все настройки закончены.

Поставьте ногу на педаль, после чего запустите двигатель. Через три секунды тренажер перейдет в режим ожидания.

## Инструкция по эксплуатации

### 1. Быстрый старт.

Нажмите кнопку QUICK START, чтобы быстро запустить тренировку, после чего используйте кнопки LEVEL+ / LEVEL-, чтобы установить нужную нагрузку (диапазон 0–10).

### 2. Предустановленная программа

В режиме ожидания нажмите кнопку PROGRAM, чтобы перейти к выбору предустановленных программ, затем нажмите кнопку от 1 до 9, чтобы выбрать нужную программу, и нажмите QUICK START, чтобы запустить выбранную программу. (Уровень нагрузки будет выставлен автоматически.)

### 3. Режим обратного отсчета

В режиме ожидания нажмите кнопку любого из показателей (TIME, DISTANCE CALORIES), при этом выбранный вариант будет подсвечен, в соответствующем окне появится стартовое значение. Чтобы установить нужное значение, используйте кнопки UP или DOWN. По завершении настройки нажмите ENTER для сохранения параметров, а затем QUICK START, чтобы начать тренировку.

Если в процессе настройки отобразилась ошибка, нажмите кнопку CLEAR.

Параметры при этом будут возвращены к значениям по умолчанию. (По умолчанию время составляет 30 минут, расстояние — 5 км, калории — 100 ккал.) Нажмите кнопку QUICK START, чтобы запустить тренажер в режиме обратного отсчета. Как только нужный параметр достигнет нулевого значения, тренировка прекратится (нагрузка будет сброшена до нуля).

#### 4. Кнопка PAUSE/STOP.

При нажатии этой кнопки в процессе тренировки двигатель останавливается, нагрузка сбрасывается до нуля, как и все другие показатели на дисплее.

При нажатии в процессе тренировки нагрузка моментально сбрасывается до нуля, однако остальные показатели остаются на дисплее.



## Описание дисплея.

1. Общее окно: отображает значение времени, расстояния или калорий по очереди. При отображении конкретного показателя горит соответствующее обозначение над окном.
2. Индикатор соревнования. В режиме предустановленной программы или обратного отсчета загорается, когда время или другие параметры дошли до нуля.
3. Подсветка значений. В режиме ожидания при выборе настроек (время, расстояние, калории) включается соответствующая подсветка. Подсветка используется также для пояснения, какое значение на данный момент отображается в общем окне.
4. Окно мощности. В процессе работы тренажера показывает текущее значение мощности.
5. Окно пульса. Когда пользователь держится за поручни со встроенными датчиками пульса, в этом окне отображается текущая частота сердечных сокращений. (Значение будет точнее, если удерживать руки на датчиках более 30 секунд.)
6. Окно уровня нагрузки. Отображает текущий уровень нагрузки.

## Регулярное обслуживание

1. Ежедневно проводите очистку поверхности тренажера, особенно в местах, куда могут попадать капли пота.
2. Два раза в месяц выполняйте полную проверку работоспособности по следующей схеме.
  - А. Включите тренажер. Убедитесь, что нет лишнего шума.
  - Б. Проверьте, надежно ли закреплены педали.
  - В. Проверьте, надежно ли затянуты крепежные элементы.
3. Используйте для замены изношенных компонентов только запасные части, поставляемые производителем тренажера.
4. При использовании тренажера рекомендуется следовать рекомендациям профессионального тренера.
5. При появлении проблем в работе своевременно свяжитесь с производителем оборудования.

## Проблемы и способы их устранения

Ошибка 1: нет показаний на дисплее.

- 1) Снимите защитную панель дисплея, замените нижний БПУ.
- 2) Замените верхний БПУ.
- 3) Замените кабель.

Ошибка 2: проблемы с уровнем нагрузки.

- 1) Замените кнопку
- 2) Замените нижний БПУ.

Ошибка 3: при нормальной работе дисплея не отображается нагрузка

- 1) Замените нижний БПУ.
- 2) Замените кабель.
- 3) Замените двигатель.

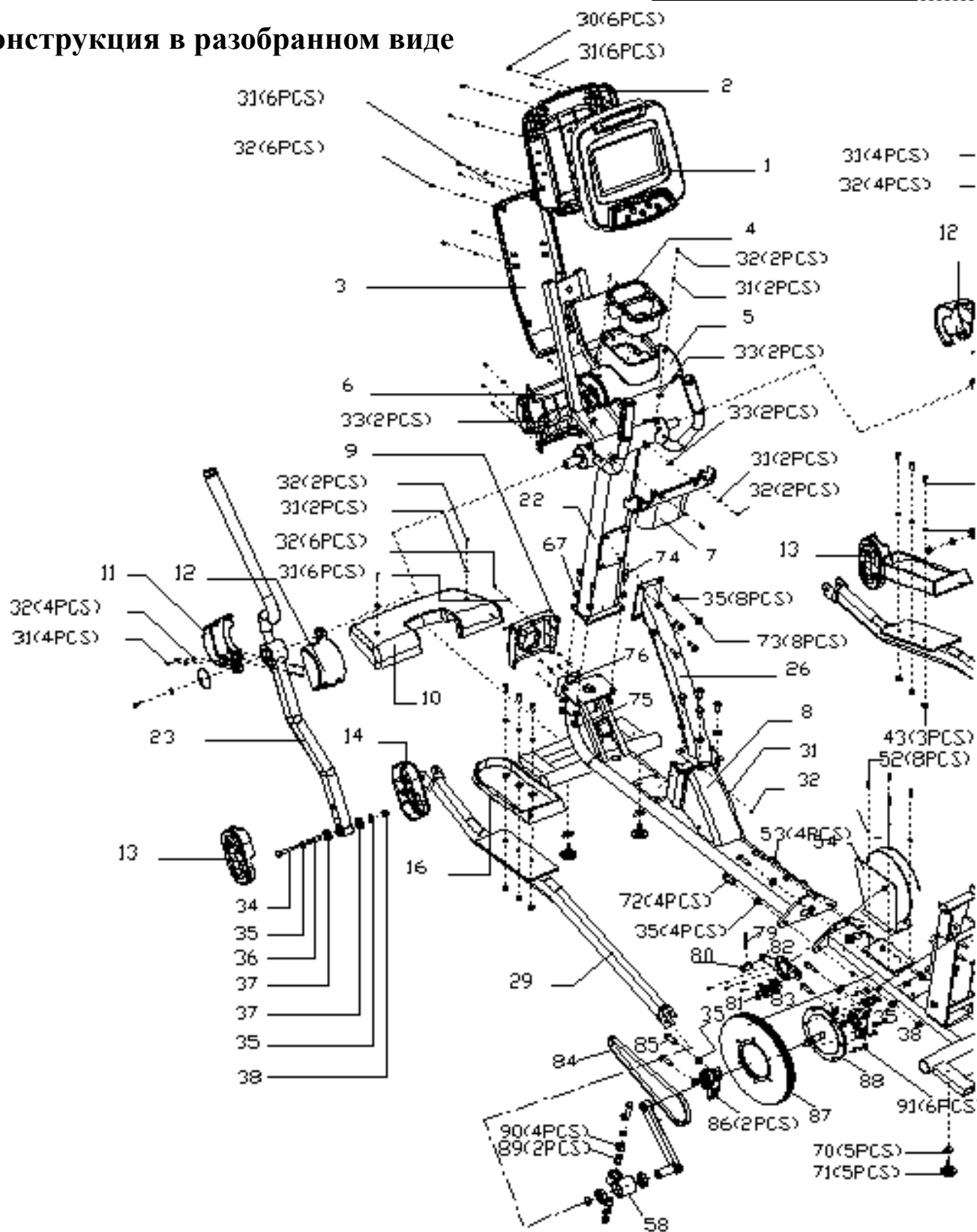
Ошибка 4: показания на дисплее отсутствуют частично.

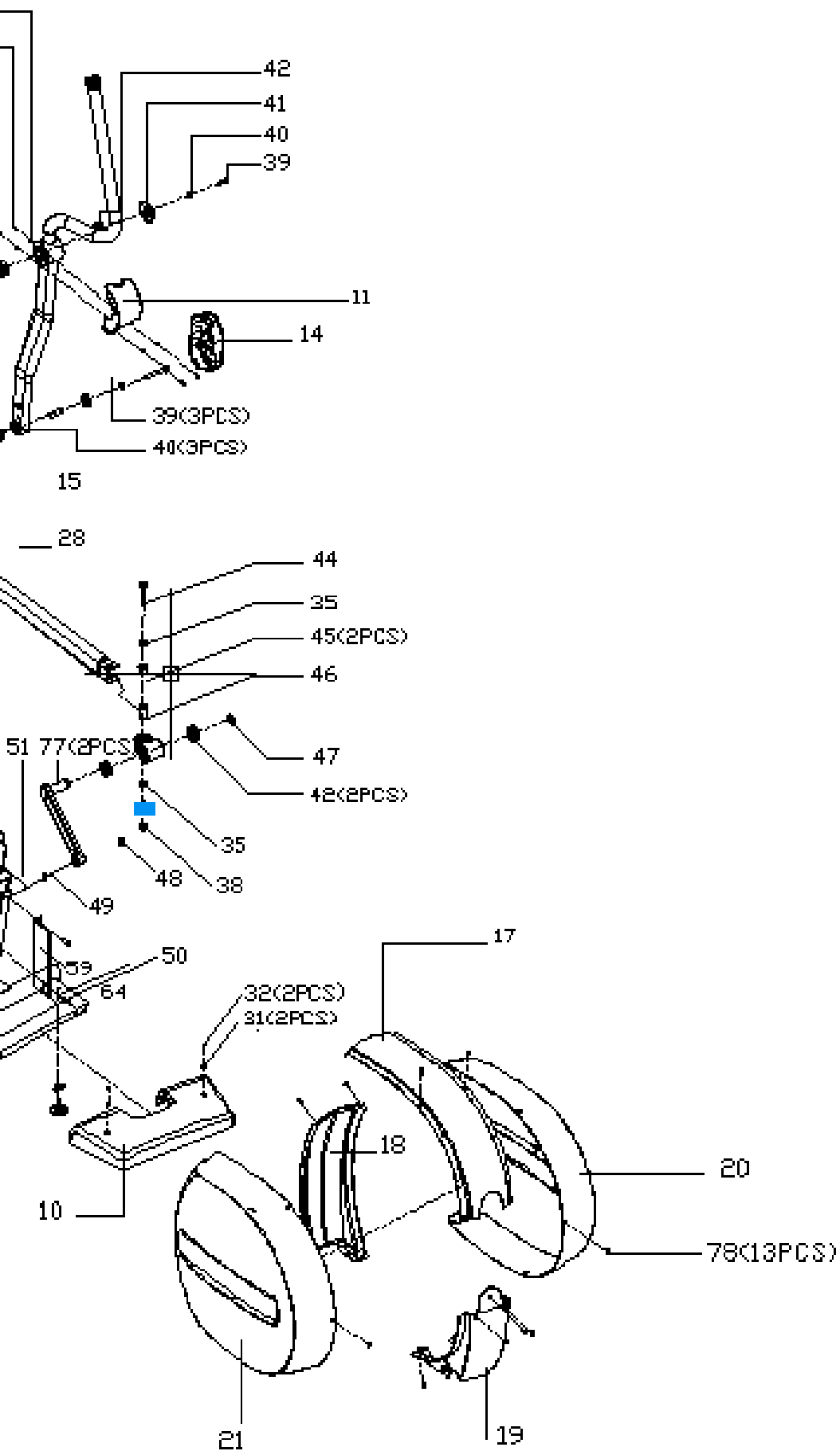
Замените дисплей (БПУ).

Ошибка 5: излишний шум.

- 1) Шум в движении: излишнее трение между движущимися частями.
- 2) Гул при включении: электронная система чувствительна к окружающим электромагнитным сигналам.

## Конструкция в разобранном виде





## Список компонентов 1

№	Наименование	К-во	Примечание
1	Верхняя панель	1	
2	Задняя панель	1	
3	Опорная панель дисплея	1	
4	Отделение для мелочей	1	
5	Верхняя панель доп. поручней	1	
6	Задняя панель доп. поручней	1	
7	Верхняя панель доп. поручней	1	
8	Декоративная панель трансформатора	1	
9	Декоративная панель переключателя	1	
10	Декоративная панель опорной рамы	2	
11	Полукруглая панель 1	2	
12	Полукруглая панель 2	2	
13	Овальная панель 1	2	
14	Овальная панель 2	2	
15	Правая педаль	1	
16	Левая педаль	1	
17	Верхняя крепежная пластина	1	
18	Передняя крепежная пластина	1	
19	Задняя крепежная пластина	1	
20	Правая крепежная пластина	1	
21	Левая крепежная пластина	1	
22	Сборка кронштейна для дисплея	1	6809-1
23	Сборка левого поручня	1	6809-2
24	Сборка опорной рамы	1	6809-3
25	Сборка правого поручня	1	6809-5
26	Основная опора	1	6809-8

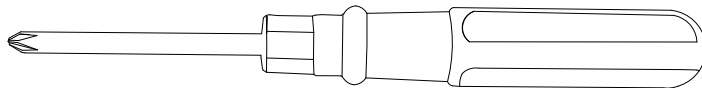
№	Наименование	К-во	Примечание
27	Сборка опорной рамы.	1	6809-1В
28	Подвижный рычаг правой педали.	1	6809-4
29	Подвижный рычаг левой педали.	1	Зеркальное отображение 6809-4
30	M4x10		Винт с полукруглой головкой по крестовую отвертку
31	Шайба M4		
32	M4x16		Саморез с полукруглой головкой по крестовую отвертку
33	Заглушка M4		
34	M12x70	4	Болт с шестигранной головкой
35	Шайба M12		
36	Вкладыш		
37	Подшипник 30202	4	
38	Гайка M12		
39	M8x25	10	Винт с полукруглой головкой под шестигранный ключ
40	Шайба M8	8	
41	Заглушка подшипника	2	
42	Подшипник 6005	4	
43	Шайба M8	6	
44	M12x65	2	Болт с шестигранной головкой
45	Фиксирующая пружина	4	Фиксирующая пружина с внешним диам. 22
46	Нейлоновый «рукав»	2	6809-23
47	Фиксирующая пружина	4	Фиксирующая пружина с внешним диам. 25
48	Фланцевая гайка M10	2	
49	Фиксирующая пружина	2	Фиксирующая пружина с внешним диам. 20
50	M6x25	2	Винт с полукруглой головкой по крестовую отвертку
51	Подшипник 6204	2	
52	M5x20	4	Винт с цилиндрической головкой под шестигранный ключ

**Список компонентов 3.**

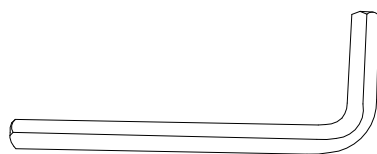
№	Наименование	Кол-во	Спецификация
53	Шайба М8	4	
54	Магнитное сопротивление	1	Встроенный генератор
58	Защитный цилиндр	2	6808-13
59	Монтажная плата	1	
70	Гайка ромбической формы	5	
71	Скрытый винт	5	
72	М12x40	4	Болт с шестигранной головкой
73	М12x25	8	Болт с шестигранной головкой
74	М10x35	4	Болт с шестигранной головкой
75	Шайба-гровер М10	4	
76	Блок питания	1	6809-6-6
77	Опорный угол	2	
78	М5x20	13	Саморез с потайной головкой
79	М10x150	1	Болт с шестигранной головкой для цилиндра.
80	Опорный вал	1	
81	Вставочные кольца	1	Ди а м. 17
82	Комплект фиксации опоры	1	
83	Подшипник	2	6203
84	Клиновой ремень	1	8PJ1270
85	М12x25	4	Болт с шестигранной головкой для цилиндра.
86	Подшипник	2	UCP024
87	Ременной ролик	1	
88	Комплект фиксации ременного ролика	1	
89	Чугунный комплект	2	
90	Нейлоновый «рукав»	4	
91	М8x20	6	Болт с шестигранной головкой для цилиндра.



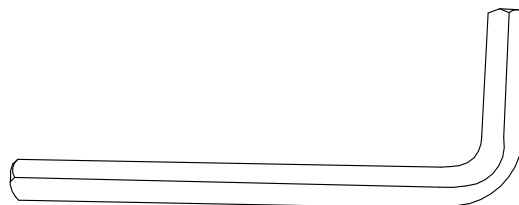
## Изображения инструментов 1



Отвертка. Используется для снятия и установки внешних панелей тренажера.

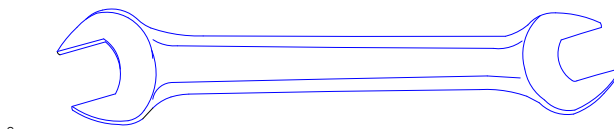


Г-образный шестигранный ключ М5. Используется для болтов, фиксирующих дисплей на стойке тренажера.

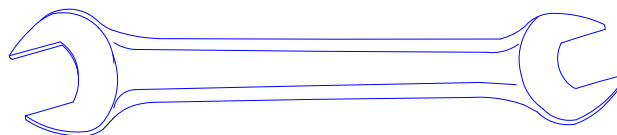


Г-образный шестигранный ключ М10. Используется для болтов, соединяющих переднюю и заднюю часть рамы.

## Изображения инструментов 2



Гаечный ключ 13-16. Используется для болтов, фиксирующих опорную стойку дисплея.



Гаечный ключ 17-19. Используется для болтов, фиксирующих рычаги педалей и поручни.

FITNESS



COMMERCIAL FITNESS EQUIPMENT

