

SOLE

FITNESS



SB900 INDOOR CYCLE

РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

**ВНИМАТЕЛЬНО ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ДАННЫМ РУКОВОДСТВОМ
ПЕРЕД НАЧАЛОМ ЭКСПЛУАТАЦИИ НОВОГО ВЕЛОТРЕНЖЕРА!**

СОДЕРЖАНИЕ

<u>Правила техники безопасности</u>	3
<u>Инструкция по эксплуатации</u>	3
<u>SB900 инструкция по сборке</u>	5
<u>Эксплуатация велотренажера</u>	10
<u>Решение проблем и техническое обслуживание</u>	20
<u>Разнесенный вид</u>	21
<u>Перечень деталей</u>	22

ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ - Перед началом эксплуатации данного устройства настоятельно рекомендуется ознакомиться с инструкциями.

1. Используйте данное устройство только по прямому назначению, описанному в данном руководстве. Не пытайтесь ездить на велотренажере сразу на высокой скорости, предварительно не позанимавшись на нем в течение некоторого времени в медленном режиме езды на низкой скорости.
 2. Велотренажер HE оснащен трещоткой, что означает, что, когда маховое колесо находится в движении, то педали также будут двигаться. Не пытайтесь остановить устройство путем обратного давления на педали, пока они вращаются, так как вы рискуете получить травму колен. Не пытайтесь убрать ноги с педаль, пока они находятся в движении.
 3. Дождитесь, пока маховое колесо полностью остановится, прежде чем разобрать велотренажер. Если вы хотите остановить маховое колесо, нажмите на ручку тормоза.
 4. Серьезные травмы или даже смерть могут наступить в результате излишних тренировок. Проконсультируйтесь с врачом или квалифицированным фитнес-инструктор для определения программы тренировок, подходящей вашему уровню физической подготовки.
 5. Не пытайтесь повернуть кривошип педали рукой. Не прикасайтесь к движущемуся механизму, пока он находится в движении, так как очень высок риск получения травм.
 6. В домашних условиях, не подпускайте детей к велотренажеру, когда вы им не пользуетесь. Не подпускайте детей и домашних животных к велотренажеру, когда вы им не пользуетесь.
 7. Не пытайтесь повернуть руль.
 8. Никогда не кидайте и не вставляйте посторонние предметы в отверстия велотренажера.
 9. Используйте велотренажер исключительно на устойчивой, ровной поверхности.
 10. Следуйте инструкциям для безопасного использования устройства, включая правильное положение сиденья, руля и система стабилизации положения ног на педалях. Не пытайтесь поднять штырь руля и седло держатель выше отметки "МАКС".
 11. Для безопасного использования, должно быть, по крайней мере, 1 фут (30см) свободного пространства по сторонам от устройства и 2 фута (60 см) свободного пространства сзади от устройства.
- Регулярно проверяйте велотренажер на предмет повреждений и износа. Нерабочие детали необходимо немедленно заменены, в ином случае оборудование не должно использоваться до тех пор, пока не будет починено.
- Несоблюдение всех правил может поставить под угрозу эффективность систему тренировок, подвергнуть вам (и, возможно, других) к получению травм и сократить срок службы устройства.

ХРАНИТЕ ДАННУЮ ИНСТРУКЦИЮ – ДУМАЙТЕ О БЕЗОПАСНОСТИ!

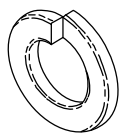
ИНСТРУКЦИЯ ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ

ВНИМАНИЕ - БУДУЧИ ВЛАДЕЛЬЦЕМ ДАННОГО УСТРОЙСТВА, ВЫ ДОЛЖНЫ НАСТАИВАТЬ НА ТОМ, ЧТОБЫ ВСЕ ПОЛЬЗОВАТЕЛИ СЛЕДОВАЛИ ЭТИМ ИНСТРУКЦИЯМ: ВЫ ДОЛЖНЫ ПРЕДОСТАВИТЬ ДАННОЕ РУКОВОДСТВО ВСЕМ ПОЛЬЗОВАТЕЛЯМ.

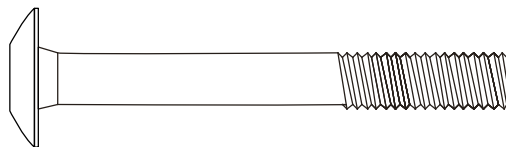
1. Пройдите полный медицинский осмотр у врача и обратитесь за помощью к медику/фитнес инструктору для составления программы тренировок, соответствующей вашему состоянию здоровья.
 2. Во время первой тренировки, начните с медленной езды в течение как минимум пяти минут. После того как ваши мышцы разогреются, постепенно увеличивайте скорость вращения педалей и/или сопротивления.
 3. Скорость и продолжительность программы упражнений всегда должны базироваться на вашем самочувствии. Никогда не позволяйте давлению со стороны оказывать воздействие на ваше личное решение во время тренировки.
 4. Люди с избыточным весом или в плохой физической форме должны быть особенно осторожны во время занятий в первый раз. Даже люди, у которых никогда не было серьезных физических проблем, не должны перегружать свой организм, так как это может привести к перенапряжению или травмам.
 5. Правильная установка и регулярное техническое обслуживание необходимы для обеспечения безопасности пользователей.
- Техническое обслуживание является исключительной ответственностью владельца тренажера.

SB900 КОНТРОЛЬНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ДЕТАЛЕЙ

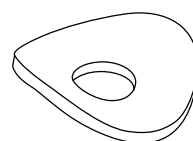
1 КРЕПЕЖ ШАГ 1



#94. $\varnothing 10 \times \varnothing 16.5 \times 2T$
Разрезная шайба (4 шт)

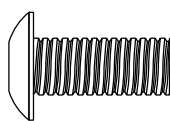


#93. $3/8" \times 3-3/4"$
Болт с круглой головкой (4 шт)

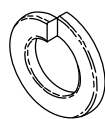


#95. $\varnothing 10 \times \varnothing 23 \times 1.5T$
Изогнутая шайба (4 шт)

2 КРЕПЕЖ ШАГ 2



#96. $5/16" \times 3/4"$ Болт с
круглой головкой (4 шт)

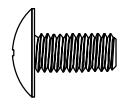


#97. $5/16" \times 1.5T$
Разрезная шайба (4 шт)

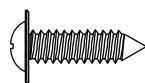


#98. $\varnothing 5/16" \times 16 \times 1.0T$
Плоская шайба (4 шт)

3 КРЕПЕЖ ШАГ 3

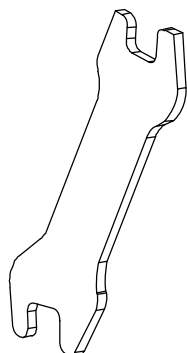


#80. $M5 \times 12\text{мм}$
Винт с крестообразным
шлицем (4 шт)

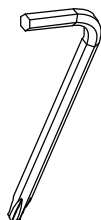


#99. $4 \times 16\text{мм}$
Винт для листового металла
(3 шт)

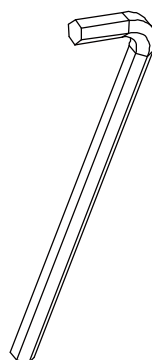
СБОРОЧНЫЕ ИНСТРУМЕНТЫ



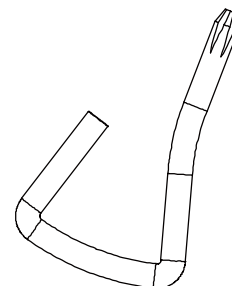
#100. $14/15\text{мм}$
Ключ



#101.
Комбинированный
ключ M5



#102. L-образный
торцевой ключ
M6



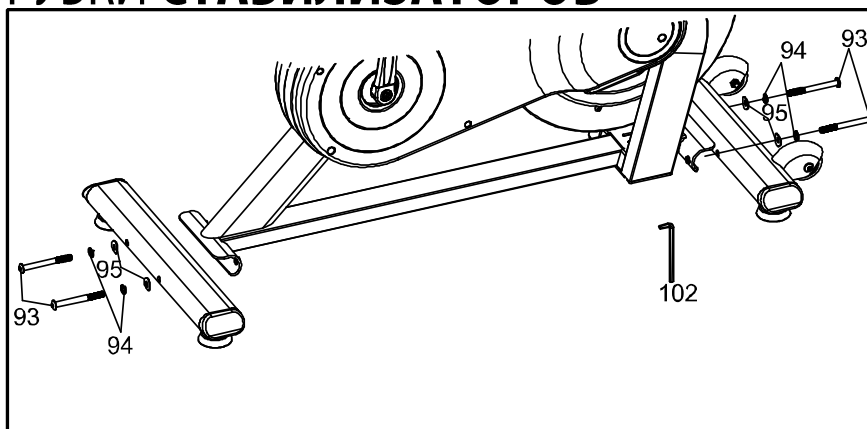
#103. Короткая
отвертка для
крестообразного
паза

SB900 ИНСТРУКЦИИ ПО СБОРКЕ

ПРЕДВАРИТЕЛЬНАЯ СБОРКА

1. Острым ножом разрежьте коробку по пунктирным линиям. Поднимите коробку и снимите упаковку.
2. Осторожно разверните детали и проверьте их на отсутствие повреждений и соответствие списку. Если некоторые детали повреждены или отсутствуют, свяжитесь с торговым представителем.
3. Откройте упаковку с крепежом. Сначала достаньте инструменты. Достаньте крепеж в порядке его использования. Номера в инструкции обозначают номера деталей на чертеже.

1 ТРУБКИ СТАБИЛИЗАТОРОВ

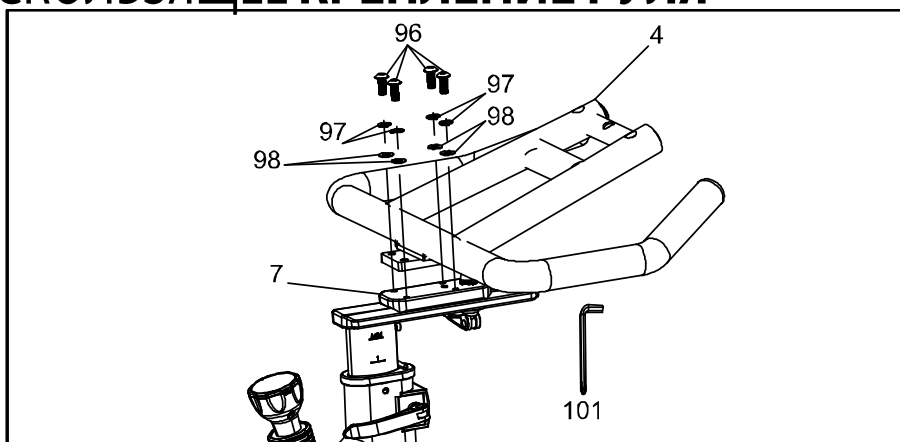


КРЕПЕЖ ШАГ 1

- #94. $\varnothing 10 \times \varnothing 16.5 \times 2T$ _
Разрезная шайба
(4 шт)
- #93. $3/8" \times 3-3/4"$ _
Болт с круглой головкой
(4 шт)
- #95. $\varnothing 10 \times \varnothing 23 \times 1.5T$ _
Изогнутая шайба
(4 шт)

1. Установите на главную раму (1) передний стабилизатор (2) и задний стабилизатор (3) с помощью 4 болтов с круглой головкой (93), 4 разрезных шайб (94) и 4 изогнутых шайб (95), используя L-образный торцевой ключ М6 (102).

2 СКОЛЬЗЯЩЕЕ КРЕПЛЕНИЕ РУЛЯ

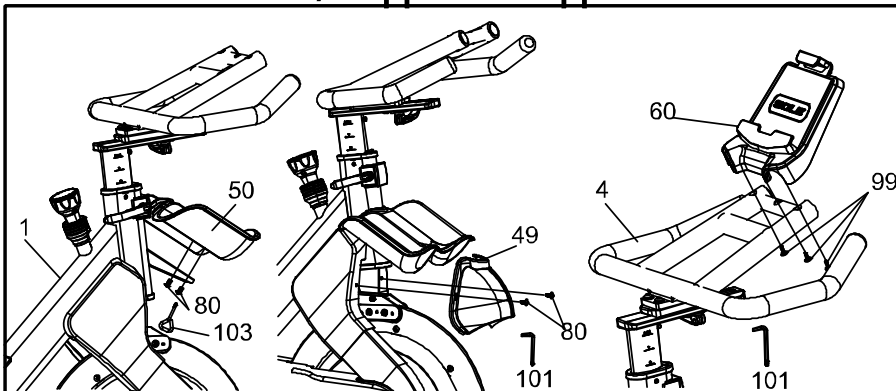


КРЕПЕЖ ШАГ 2

- #96. $5/16" \times 3/4"$ _ Болт с круглой головкой
(4 шт)
- #97. $5/16" \times 1.5T$ _
Разрезная шайба
(4 шт)
- #98. $\varnothing 5/16" \times 16 \times 1.0T$ _
Плоская шайба
(4 шт)

1. Установите руль (4) и скользящее крепление руля (7) с помощью 4 болтов с круглой головкой (96), 4 разрезных шайб (97) и 4 плоских шайб (98). Надежно затяните болта с помощью комбинированного ключа М5 (101).

3 КОЖУХ МАХОВИКА/ПОДСТАВКА ДЛЯ ПЛАНШЕТА

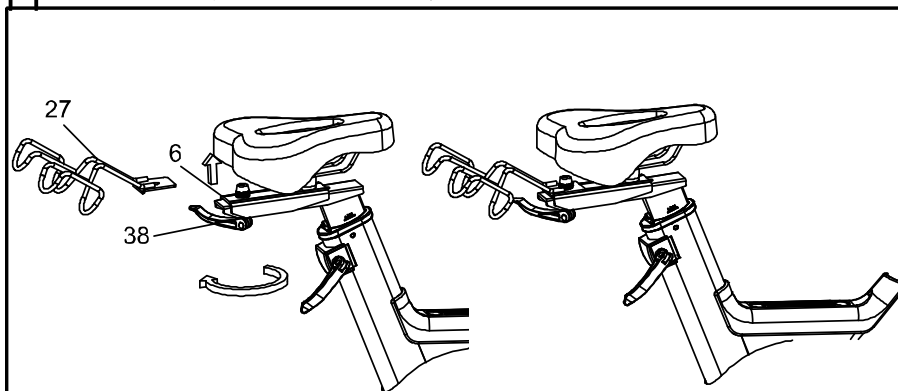


КРЕПЕЖ ШАГ 3

#80.M5 × 12мм_Винт с крестообразным шлицем (4 шт)
#99.4 × 16мм_Винт для листового металла (3 шт)

1. Установите подстаканник (50) и кожух маховика (49) на переднюю часть главной рамы (1) с помощью винтов с крестообразным шлицем (80), используя короткую отвертку (103) и комбинированный ключ М5 (101).
2. Установите подставку для планшета (60) на руль (4) с помощью 3 винтов для листового металла (99), используя комбинированный ключ М5 (101).

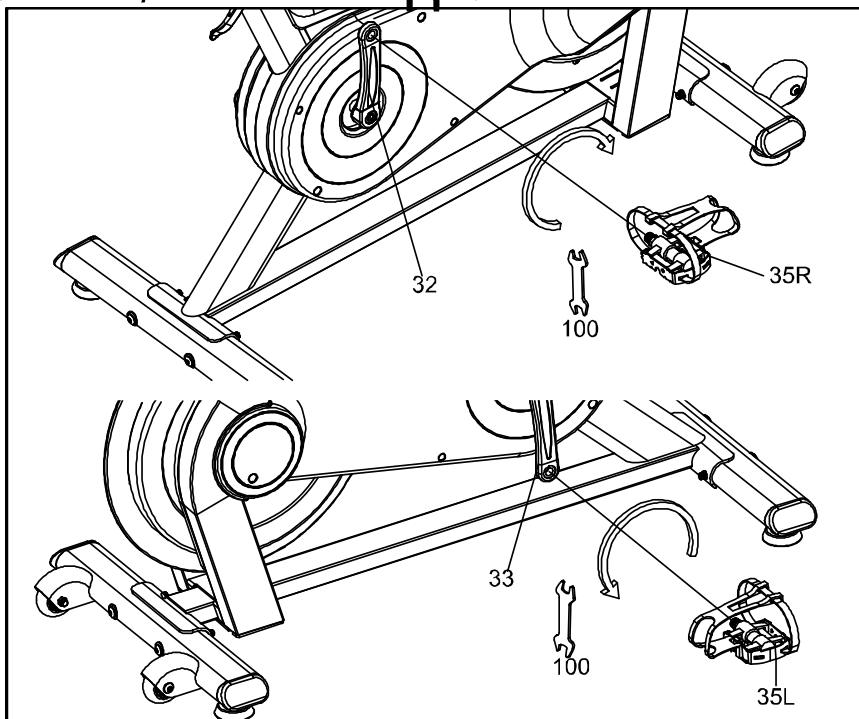
4 ДЕРЖАТЕЛЬ ГАНТЕЛЕЙ



1. Раскрутите рычаг быстрого сброса (38) и установите держатель гантелей (27) на скользящее крепление сидения (6), чтобы зафиксировать рычаг быстрого спуска (38).

5

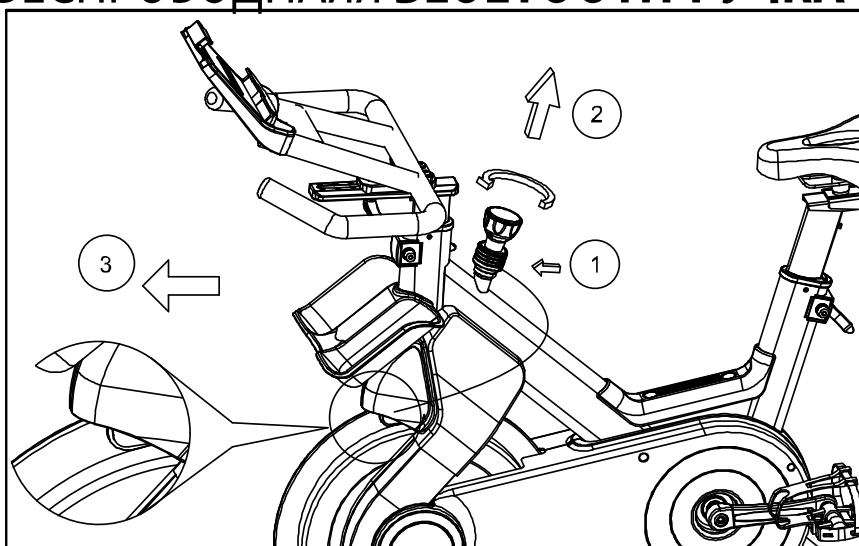
ЛЕВАЯ/ПРАВАЯ ПЕДАЛИ



1. Установите левую (35Л) и правую (35П) педали на рукоятки кривошипов (33 и 32) с помощью ключа 14/15мм (100). Обратите внимание, что в левой педали болт с обратной резьбой, и закручивать его следует против часовой стрелки.

6

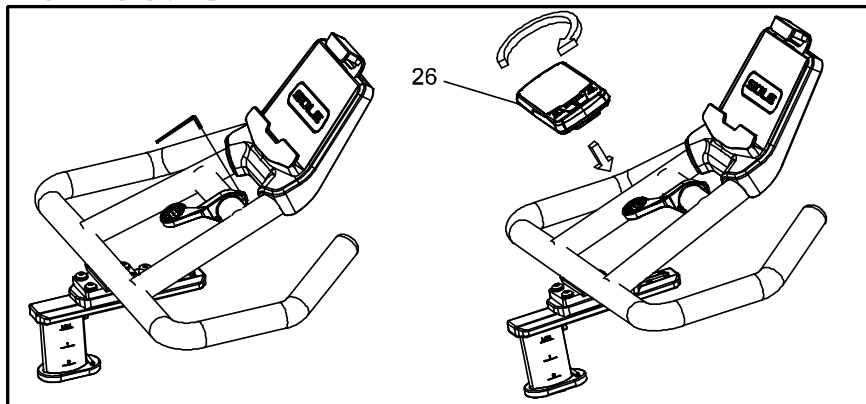
БЕСПРОВОДНАЯ BLUETOOTH-РУЧКА



1. Ослабьте маховое колесо и достаньте разделитель махового колеса из махового колеса: отстегните липучку на держателе ручки ①, подключите беспроводную ручку сопротивления, а затем поверните беспроводную ручку сопротивления ② против часовой стрелки до минимального показателя и удалите разделитель махового колеса ③ из тренажера.

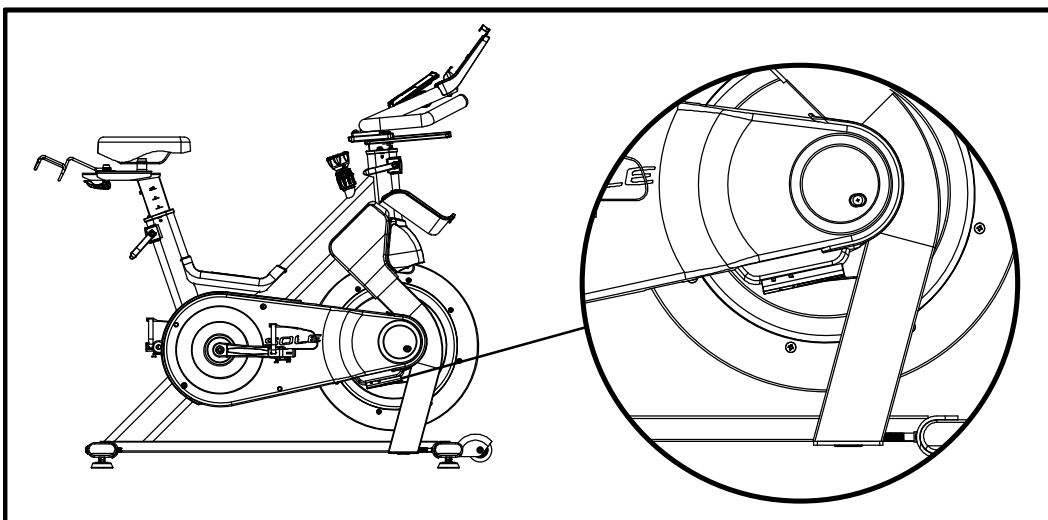
7

КОНСОЛЬ

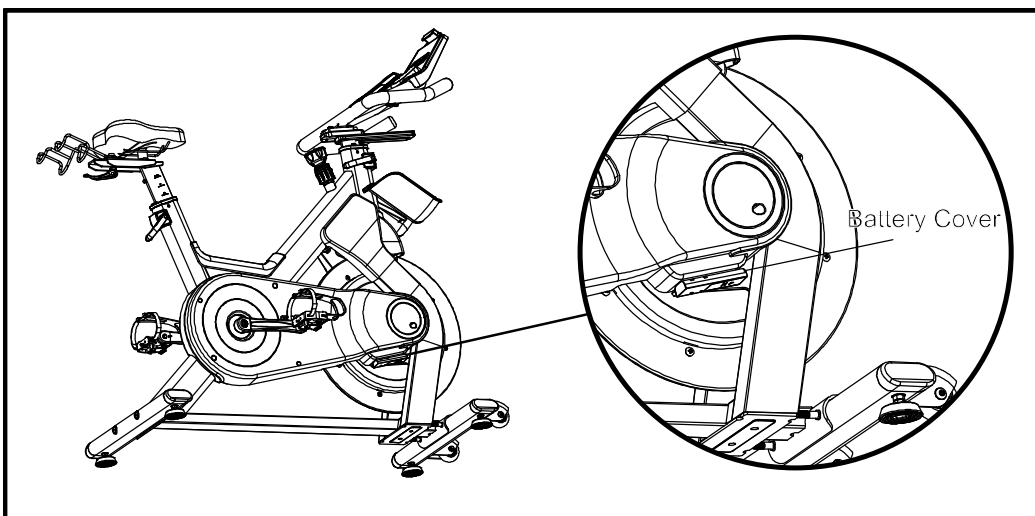


1. Установите крепление консоли на руль (4), используя L-образный торцевой ключ М3. Установите консоль (26) на крепление консоли и поверните на 90 градусов по часовой стрелке, чтобы зафиксировать.

ЗАМЕНА БАТАРЕЕК ПЕРЕДАТЧИКА



Снимите передатчик и замените батареи AAA (№ 4) новыми.

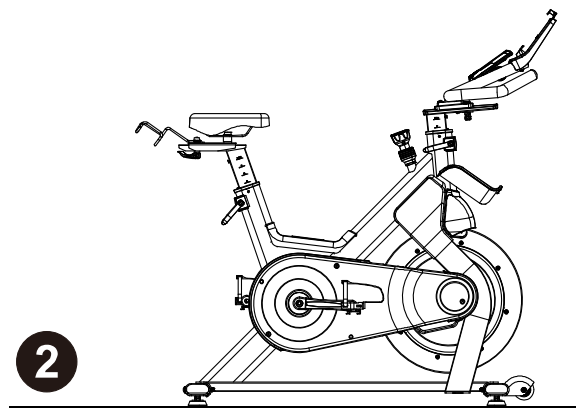
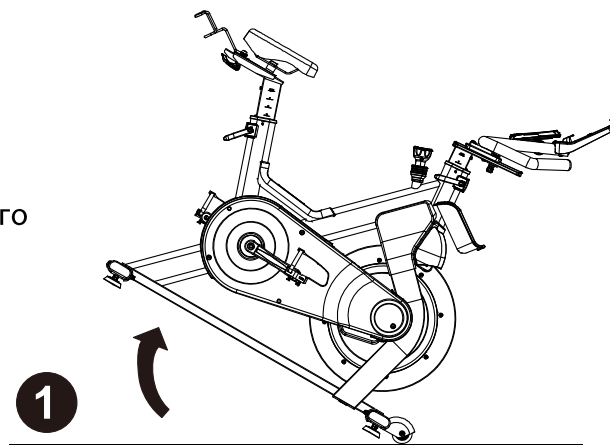


УСТАНОВКА ВЕЛОТРЕНАЖЕРА

Перемещение велотренажера

В переднем стабилизаторе тренажера находится два колеса.

- Возьмите тренажер за заднюю часть и наклоните его вперед (1)
- Избегая неровных поверхностей, перевезите тренажер в нужное место
- Если тренажер качается после установки, поворачивайте каждую ножку до тех пор, пока он не будет твердо стоять на полу (2).



Меры предосторожности

- Не выкручивайте ножки регулировки больше чем на 1 см.
- Перед перемещением тренажера установите руль и сидение в самое низкое положение.

Описание других функции и этапов эксплуатации

1. Ручка Smart Tension активируется прикосновением. Индикатор будет мигать, указывая на то, что ручка Smart Tension готова к работе. Если Smart Tension не подключена к другим устройствам Bluetooth, без касания или вращения она перейдет в спящий режим через 20 секунд.
2. Калибровка Smart Tension. Если ручка находится на уровне 1 (полное вращение против часовой стрелки до упора), а консоль не показывает уровень 1, ручку необходимо сбросить. Поверните ручку до уровня 1. Затем кончиком пишущей ручки или концом канцелярской скрепки быстро нажмите и отпустите утопленную кнопку сбоку ручки.

ИНСТРУКЦИЯ ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ

ЗНАКОМСТВО С ПАНЕЛЬЮ УПРАВЛЕНИЯ

SB900 КОНСОЛЬ



ВРЕМЯ

Время измеряется в мин:сек. На панели отображаются часы времени суток и часы таймера тренировки. Время тренировки подсчитывается или рассчитывается, когда вы крутите педали. Если педали останавливаются, время отсчета остановится через 3 секунды.

РИТМ И СКОРОСТЬ

Ритм - это показатель того, насколько быстро вращаются педали в оборотах за минуту. Ориентировочная скорость велотренажера также может отображаться в MPH (мили/ч) или KPH (км/ч). В дополнение к MPH/KPH, в разделе РИТМ на дисплее также отображается гистограмма, которая позволяет пользователю визуально отслеживать приближенное число оборотов в минуту. Средний Ритм или Скорость будут отображаться автоматически после прекращения вращения педалей в течение 3 секунд.

РАССТОЯНИЕ

Расстояние – это показатель виртуального расстояния, пройденного на велотренажере. Это расстояние основывается на езде пользователя на велосипеде с шинами, которые такого же размера, что и маховое колесо. Это измеряется оборотами в минуту.

КАЛОРИИ (ККАЛ)

Калории - это приблизительное количество калорий, сжигаемых во время тренировки. Данный показатель рассчитывается посредством измерения текущей ЧСС, возраста и веса пользователя.

ЧАСТОТА СЕРДЕЧНЫХ СОКРАЩЕНИЙ

Это приблизительное число сердечных сокращений, рассчитываемое через грудной ремень (продается отдельно) во время тренировки. Средняя ЧСС будет отображаться автоматически спустя 3 секунды, если консоль не может обнаружить текущую ЧСС.

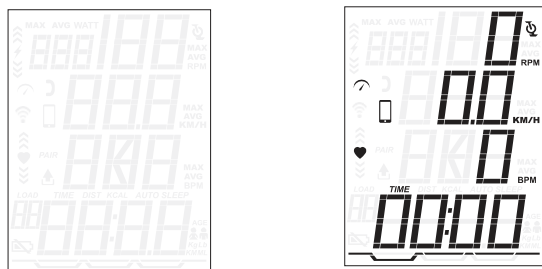
МОЩНОСТЬ (ВАТТЫ)

Ватты являются примерной оценкой прикладываемых усилий во время тренировки.

БЫСТРЫЙ ЗАПУСК

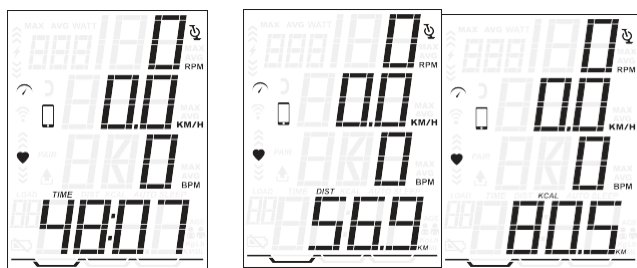
Когда панель управления находится в режиме энергосбережения, нажмите и удержите любую клавишу, чтобы возобновить работу и перейдите к начальному экрану, также называемый: рабочее состояние «БЫСТРЫЙ ЗАПУСК».

Режим экономии энергии Режим быстрого старта



ВЫБОР РЕЖИМА

Нажмите клавишу РЕЖИМ, чтобы выбрать отображение **ВРЕМЕНИ, РАССТОЯНИЯ, КАЛОРИЙ**.



СБРОС ВСЕХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ

Чтобы удалить все показатели, нажмите и удерживайте клавишу Страница в режиме ВРЕМЯ в течение 3 секунд. Все измеренные показатели СРЕДНЯЯ СКОРОСТЬ, СРЕДНЯЯ ЧСС, ВРЕМЯ, РАССТОЯНИЕ, ККАЛ будут сброшены.

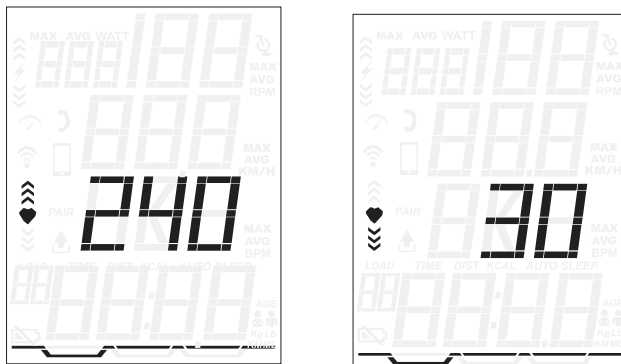
УСТАНОВКА ТАЙМЕРА

ТАЙМЕР отображает продолжительность тренировки пользователя. Если пользователь не установил ОБРАТНЫЙ ОТСЧЕТ ВРЕМЕНИ, ТАЙМЕР будет отсчитывать от 00:00 до 99:59.

Если пользователь предварительно установит ОБРАТНЫЙ ОТСЧЕТ ВРЕМЕНИ, ВРЕМЯ будет отсчитываться до нуля с мигающим дисплеем, а затем начнется обратный отсчет Таймера. В разделе DIST или KCAL пользователь может перейти к настройке ТАЙМЕРА, удерживая кнопку СТРАНИЦА в течение 3 секунд.

ЦЕЛЕВЫЕ ЗОНЫ ЧСС

В разделе DIST или KCAL удерживайте клавишу Страница в течение 3 секунд, чтобы войти в настройки. Нажмите клавишу РЕЖИМ, чтобы перейти к значку частоты ЧСС, затем нажмите Страница, чтобы перейти к окну целевых зон ЧСС.



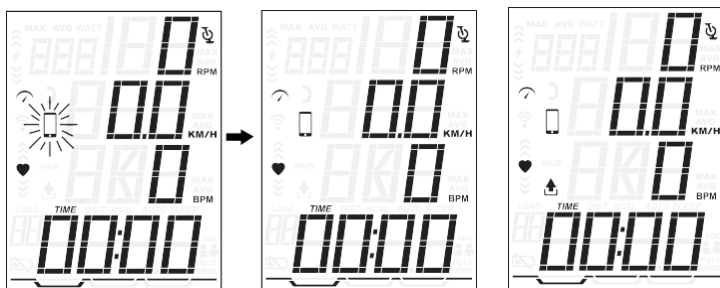
Нажмите клавишу Режим, чтобы увеличить или уменьшить границу ЧСС. После установки макс. ЧСС нажмите клавишу Страница, чтобы установить мин. ЧСС.

НАСТРОЙКИ ЛИЧНЫХ ДАННЫХ

Ввод точных личных данных сделает определение сожженных вами калорий более точным. В режиме KCAL или РАССТОЯНИЕ удерживайте клавишу Страница в течение 3 секунд, чтобы перейти к настройкам, чтобы перейти к окнам ЧСС.

1. Нажмите клавишу Страница, чтобы выбрать пол: мужской / женский
2. Нажмите клавишу Страница, чтобы перейти к установке веса. Нажмите клавишу Режим, чтобы выбрать вес: кг/фунты. Примечание: переход с метрической системы на британскую повлияет на единицы измерения: миль/ч / км/ч, фунты/кг и миль/км.
3. Нажмите клавишу Страница, чтобы перейти к настройке веса. Нажмите клавишу Режим, чтобы увеличить вес с шагом 0,5 кг или 0,5 фунтов.

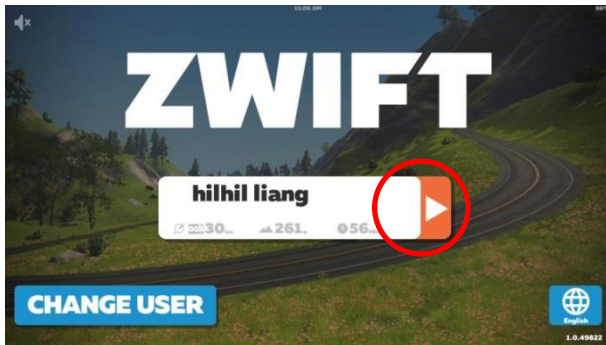
Синхронизация консоли с Kinomap / Zwift



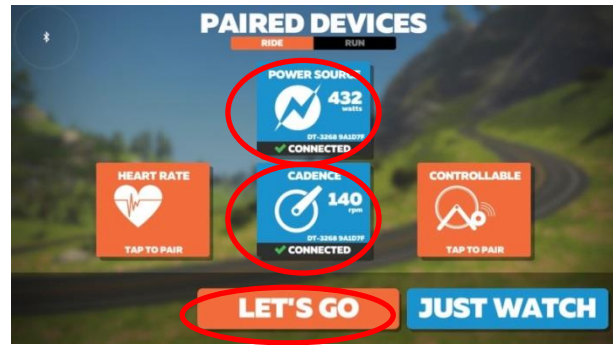
1. Загрузите приложение Kinomap / Zwift из GooglePlay/APPStore
2. Откройте приложение, нажмите на значок телефона на консоли тренажера.
3. После приложения найдите в приложении консоль тренажера, на консоли отобразится интерфейс синхронизации.
4. Видео с процессом синхронизации.



1. Вход в Zwift



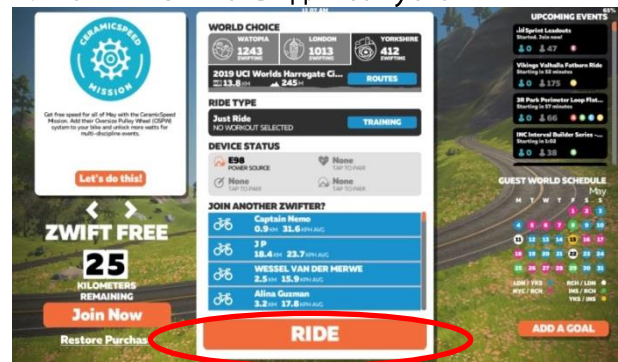
2. Выберите источник питания и ритм, система подскажет вам выбрать тренажер



3. Выберите устройство из списка



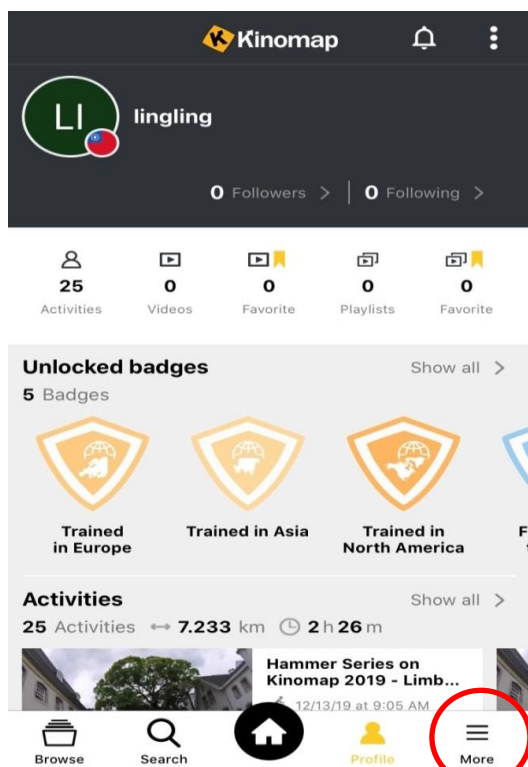
4. Нажмите «Ехать» для запуска



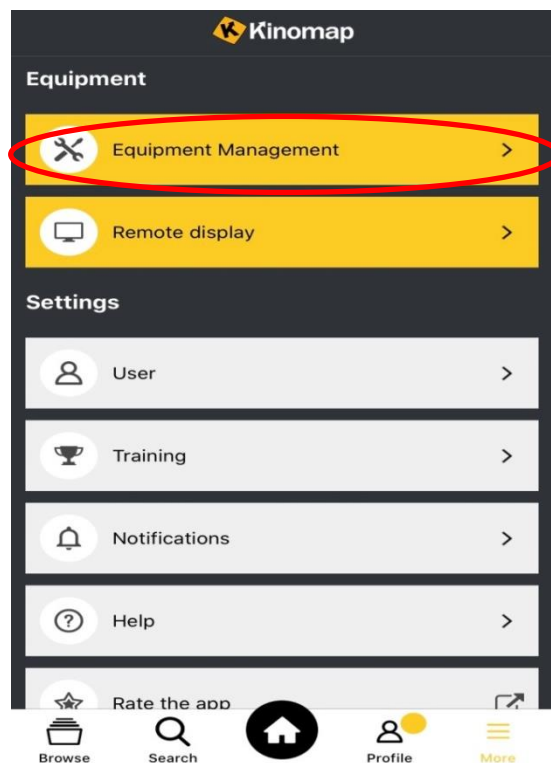
5. Приятной тренировки!



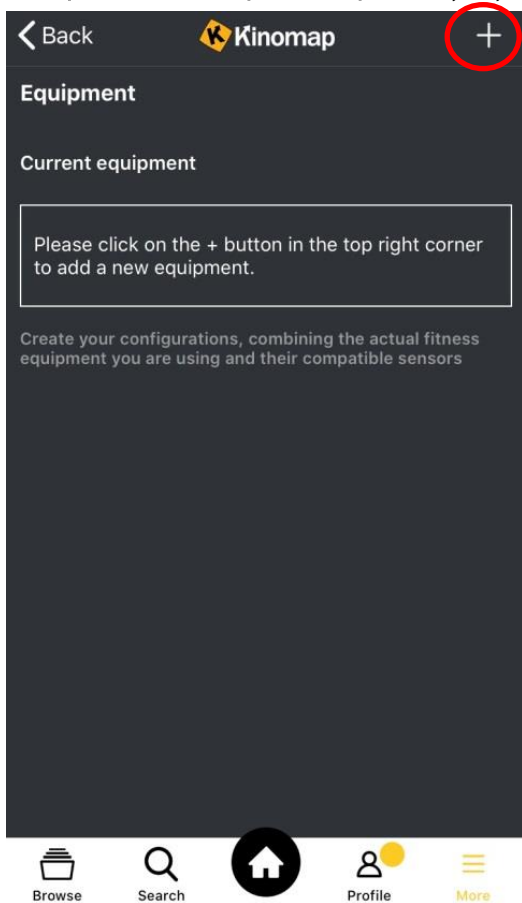
1. Выберите «Еще» в нижнем правом углу



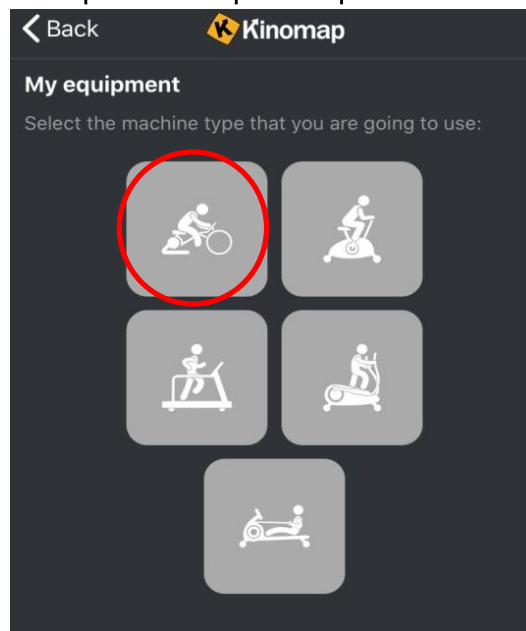
2. Выберите «Управление тренажером»



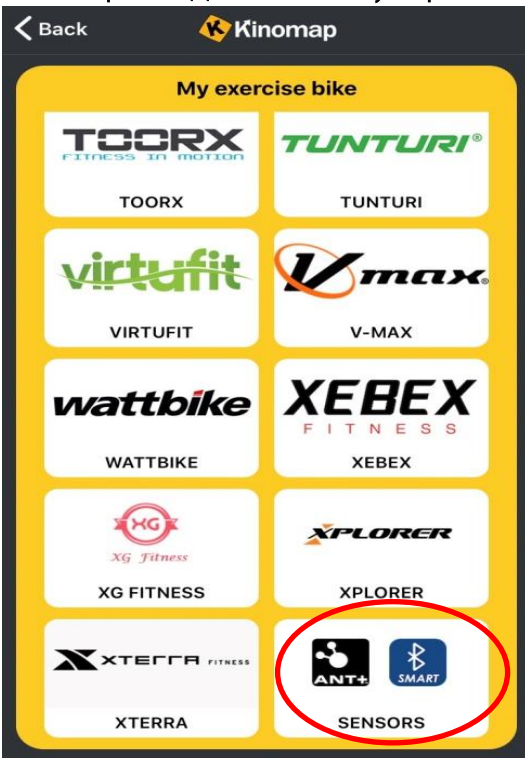
3. Выберите «+» в верхнем правом углу



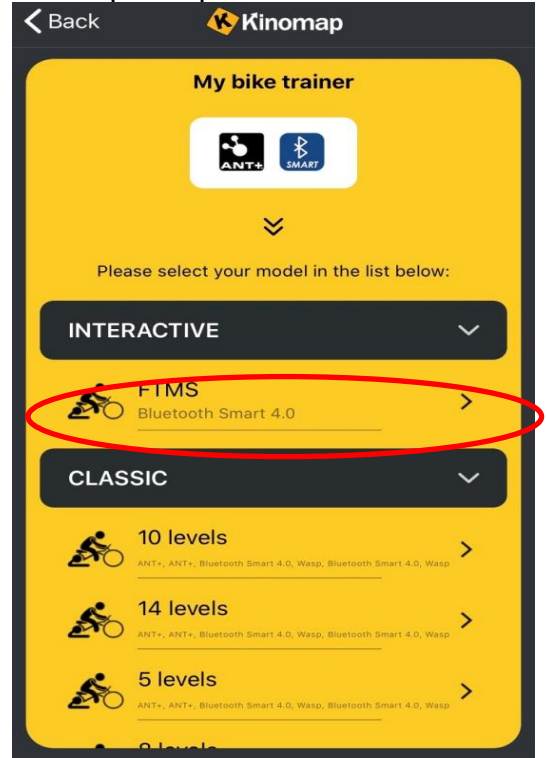
4. Выберите велотренажер



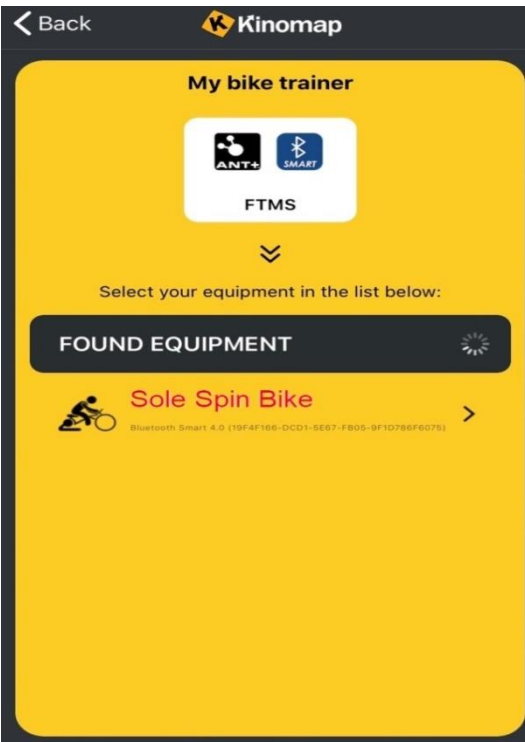
5. Выберите «Датчик» внизу экрана



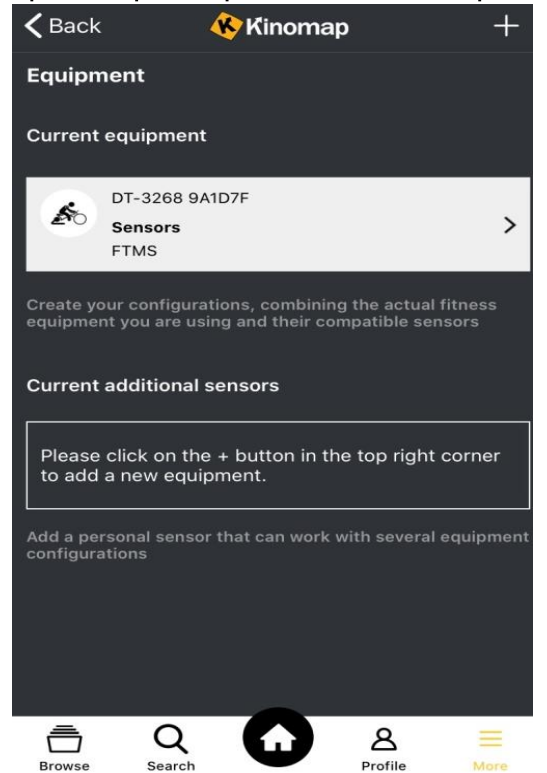
6. Выберите протокол FTMS из списка



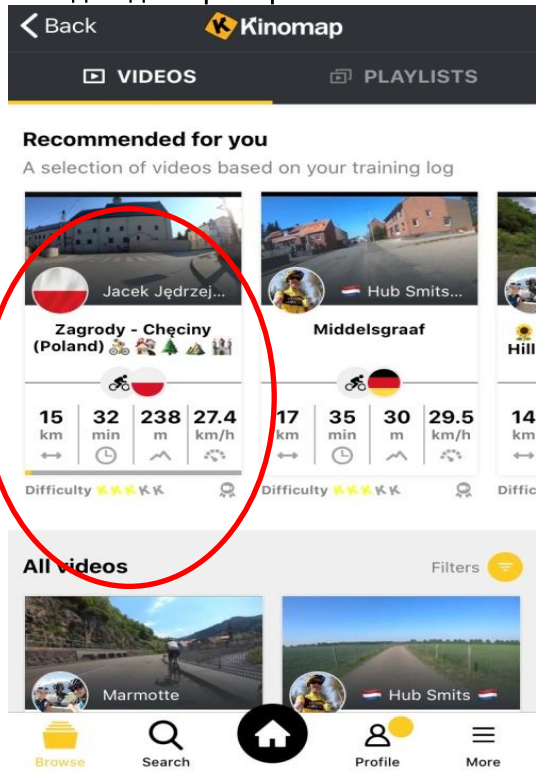
7. Выберите тренажер для подключения



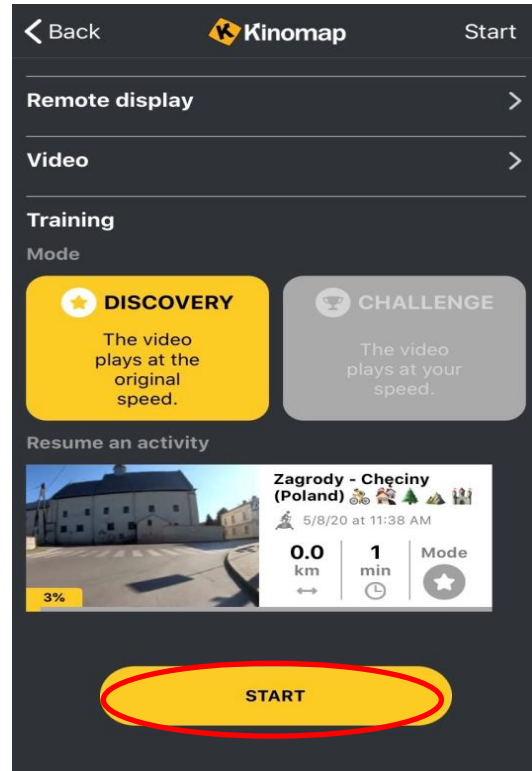
8. После успешной синхронизации тренажер отобразится на этой странице



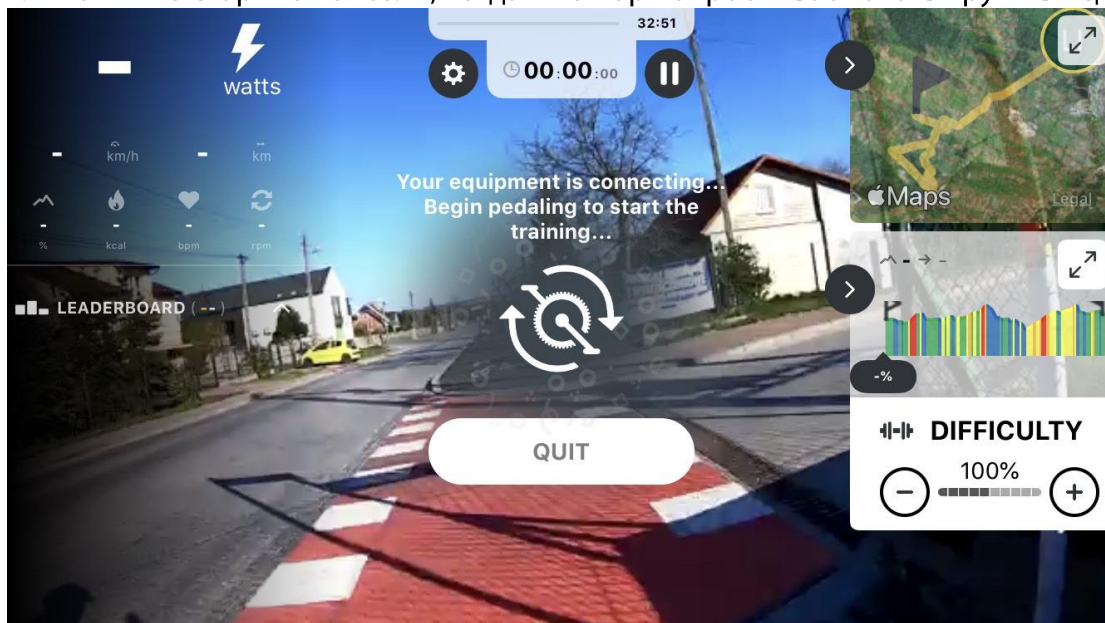
9. Перейдите в браузер, чтобы выбрать видео для проигрывания



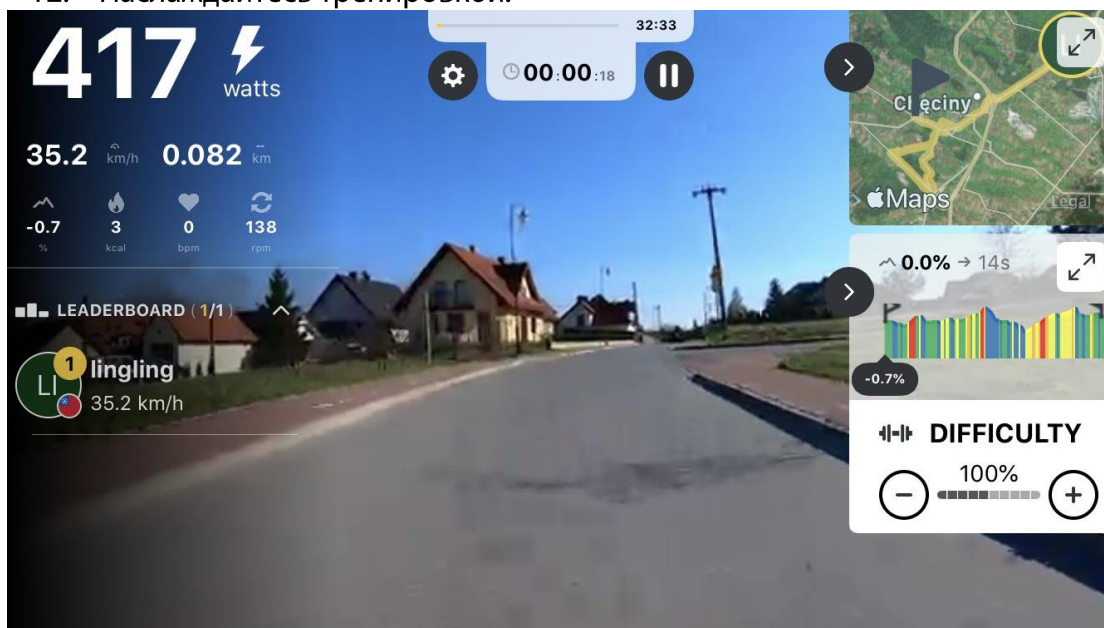
10. Нажмите Старт



11. Нажмите Старт на консоли, когда kinomap попросит вас начать крутить педали



12. Наслаждайтесь тренировкой!



Данная консоль совместима с большинством приложений виртуальной активности.

ПЕРЕД НАЧАЛОМ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ

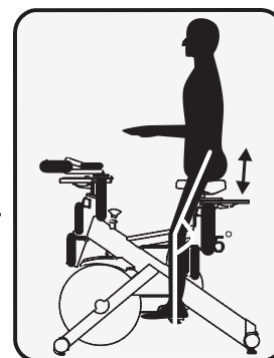
УСТАНОВКА ВЕЛОТРЕНАЖЕРА

Уделите время тому, чтобы узнать, как правильно подогнать велосипед под свое тело; это сделает ваши тренировки более приятными и безопасными. Тренировки на неправильно отрегулированном велосипеде могут вызвать дискомфорт и увеличить риск получения травмы.

РЕГУЛИРОВКА ПОЛОЖЕНИЯ СИДЕНИЯ

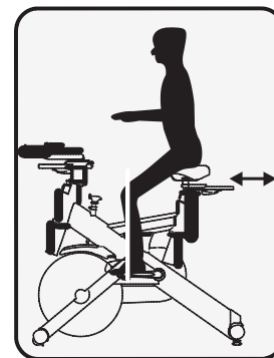
Регулировка высоты сиденья

1. Стоя рядом с велотренажером, отрегулируйте высоту сиденья на уровне бедра.
2. Поверните шатуны, пока педали не окажутся в вертикальном положении: на 12 и 6 часов.
3. Поставьте ногу на педаль, опущенную к полу, и сядьте на велотренажер. Убедитесь, что подушечка стопы находится в центре педали. Нога должна быть слегка согнута в колене примерно на 5 градусов.
4. Если нога выпрямлена или вы не достаете до педали, то вам необходимо опустить сиденье. Если нога слишком согнута, то вам необходимо поднять сиденье.
5. Слезьте с велотренажера. Ослабьте рычаг эксцентрикового зажима положения сиденья и поднимите его вверх или вниз по мере необходимости.
6. Когда сиденье будет в нужном положении, закрутите рычаг эксцентрикового зажима, чтобы зафиксировать положение сиденья.
7. Обратите внимание на метку положения на креплении сиденья на будущее.



Регулировка положения сиденья вперед/назад

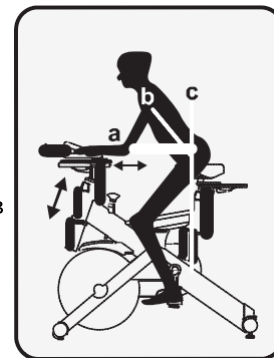
1. Сядьте на велотренажер, шатуны стоят на 3 и 9 часов. Для тренировки в режиме шоссейного велосипеда, надлежащим положением сиденья вперед/назад считается положение, когда маленький выступ в верхней части голени выше оси педали.
2. Слезьте с велотренажера. Ослабьте рычаг эксцентрикового зажима под сиденьем и сдвиньте сиденье вперед или назад; затем закрутите механизм эксцентрикового зажима.



РЕГУЛИРОВКА РУЛЯ

Регулировка высоты руля

1. Высота руля - это дело вкуса. Высота руля регулируется так же, как и высота сиденья. Установив руль выше, вы получите более вертикальное положение; установив руль ниже - более согнутое положение.
2. Поднимите или опустите руль, ослабив механизм эксцентрикового зажима на держателе руля, и отрегулируйте его положение, подняв руль вверх или опустив вниз. Затем закрутите механизм эксцентрикового зажима, чтобы зафиксировать держатель руля. Обратите внимание на метку положения на держателе руля на будущее.



Регулировка положения руля вперед/назад

1. Ослабьте механизм эксцентрикового зажима под рулем и сдвиньте руль вперед или назад. Надлежащим положением руля вперед/назад считается положение, когда пользователь может взяться за руль, слегка согнув руки в локтях.
2. Закрутите механизм эксцентрикового зажима, чтобы зафиксировать положение руля.

МНОГОФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ПЕДАЛИ

РЕГУЛИРОВКА РЕМЕШКОВ ПЕДАЛИ

Поставьте ноги между алюминиевой поверхностью педали и нейлоновым фиксатором стопы, который ее удерживает. Если отверстие слишком узкое, нажмите на пружинный зажим одной рукой и потяните нейлоновый фиксатор другой, чтобы увеличить отверстие. Если отверстие слишком большое, затяните фиксатор, нажмите на пружинный зажим и потяните за конец нейлонового фиксатора, пока он не будет плотно прилегать к ноге.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ШИПОВАННЫХ ПЕДАЛЕЙ

Зафиксируйте шипованную обувь на педалях, вставив шипы между креплениями, слегка надавливая на них.

Расцепить их можно, повернув пятки наружу от велотренажера.

Вы можете отрегулировать силу натяжения, она должна быть установлена таким образом, чтобы шипы и обуви не расцепились во время езды. Используйте шестигранный ключ, чтобы закрутить регулировочные натяжные винты, по часовой стрелке - чтобы увеличить силу натяжения, против часовой стрелки - чтобы уменьшить силу натяжения.



ПОИСК И УСТРАНЕНИЕ НЕИСПРАВНОСТЕЙ

Не загорается дисплей

1. Удержите любую кнопку, чтобы запустить режим «Быстрого старта».
2. Убедитесь, что батарейки вставлены верно, как в консоли, так и в передатчике. Если все верно, то замените их на новые.

Не отображается сигнал ЧСС и ОБ/МИН

1. Нажмите клавишу РЕЖИМ несколько раз, чтобы переключаться между отображением СКОРОСТИ (SPD), РАССТОЯНИЯ (DIST), ВРЕМЕНИ (TIME) и ЧАСОВ (CLK).
2. Удерживайте клавишу СТРАНИЦА, чтобы очистить последние показатели или перейти в режим настройки и выйти.

Частота вращения педалей резко меняется

1. Установите отдельно велотренажеры, которые могут быть подключены к одному коду и создавать перекрестные помехи, или повторно синхронизировать передатчик консоль.
2. Поставьте велотренажер в другой части комнаты, подальше от любых участков создания радиопомех.

Сигнал ЧСС прерывается или пропадает

1. Убедитесь, что минимальное расстояние между велотренажерами 90 см.
2. Убедитесь, что ваш нагрудный ремень хорошо закреплен и, что электроды все время соприкасаются с грудной клеткой.

Не отображается сигнал ЧСС

1. Убедитесь, что ваш пульсометр с Bluetooth правильно надет, а под электродами пульсометра с Bluetooth есть влага.

ОСТОРОЖНО!!

ВНЕШНИЕ ПОМЕХИ МОГУТ БЫТЬ ВЫЗВАНЫ ДРУГИМИ ЭЛЕКТРОННЫМИ УСТРОЙСТВАМИ, ТАКИМИ КАК: РЯДОМ СТОЯЩИЙ ТЕЛЕВИЗОР, СТЕРЕО СИСТЕМА, КОЛОНКИ, ПРОВОДА ЭЛЕКТРОПРОВОДКИ, И Т.Д. ЕСЛИ У ВАС ВОЗНИКЛИ ПРОБЛЕМЫ С ДИСПЛЕЕМ, ПОПРОБУЙТЕ ПОСТАВИТЬ ВЕЛОТРЕНАЖЕР(Ы) ПОДАЛЬШЕ ОТ УЧАСТКОВ СОЗДАНИЯ РАДИОПОМЕХ.

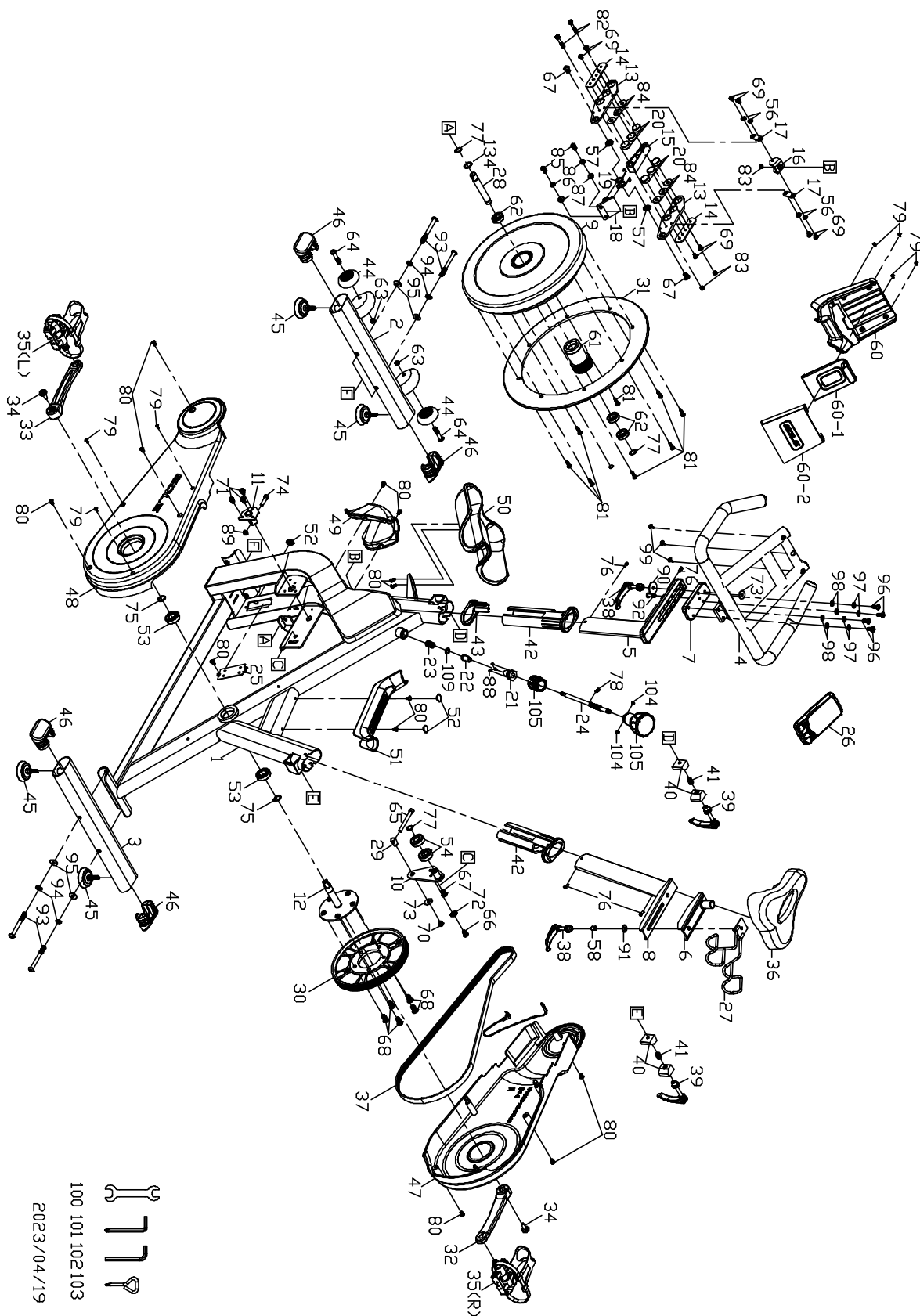
РУКОВОДСТВО ТЕХНИЧЕСКОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ




ГРАФИК ТЕХНИЧЕСКОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ

ДЕТАЛЬ	РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ДЕЙСТВИЯ	ЧАСТОТА	ОЧИСТИТЕЛЬ	СМАЗКА
Педали	Убедитесь, что педали плотно соединены с шатунами; все винты на педалях закручены; ремни педалей не изношены	Перед каждым использованием	Н/О	Н/О
Рама	Протрите влажной мягкой чистой тканью. ПРИМЕЧАНИЕ: никогда не	Ежедневно	Вода	Н/О
Маховик	Протрите тряпкой с нанесением распыления тонким слоем по бокам махового колеса	Еженедельно	Спрей WD-40.	Н/О
Сменная накладка на тормозную колодку	Проверьте на предмет износа или скрипа	Еженедельно	Н/О	Силиконовый спрей

1. Не трогайте внутренние части педалей. Если какие-либо из деталей изнашивались, мы рекомендуем заменить всю педаль полностью.
2. Использование смазочных материалов или моющих растворов, кроме тех, что указаны, может привести к снижению производительности и сокращению срока службы деталей.

РАЗНЕСЕННЫЙ ВИД



 100 101 102 103
 2023/04/19

ПЕРЕЧЕНЬ ДЕТАЛЕЙ

№	Описание	Кол-во
1	Главная рама	1
2	Передний стабилизатор	1
3	Задний стабилизатор	1
4	Рукоятка	1
5	Стойка рукоятки	1
6	Скользящее крепление сидения	1
7	Скользящее крепление рукоятки (переднее)	1
8	Стойка сидения	1
9	Маховое колесо	1
10	Колесо холостого хода в сборе	1
11	Пластина фиксации маховика	1
12	Ось кривошипа	1
13	Крепление прокладки тормоза	2
14	Магнитный кронштейн	2
15	Тормозные прокладки	1
16	Подвижные части А Сварочная группа	1
17	Подвижные части В	2
18	Ось вращения в сборе	1
19	Пластина крепления платы	1
20	Пружина	6
21	Колпачок ручки	1
22	Муфта	1
23	Пружина	1
24	Ось	1
25	Пластина фиксации	1
26	Консоль в сборе	1
27	Держатель гантелей	1
28	Ось маховика	1
29	Ось	1
30	Ось маховика	1
31	Алюминиевое кольцо маховика	1
32	Рычаг кривошипа (П)	1
33	Рычаг кривошипа (Л)	1
34	Опорный винт	2
35	Педаля (Л, П)	1
36	Сидение	1
37	Ремень	1
38	8 × 25мм Рычаг быстрого спуска	2
39	8 × 40мм Рычаг быстрого спуска	2
40	Алюминиевые запирающие V-образные блоки	4
41	Пружина	2
42	Вставка пластикового слайдера	2
43	Нижний колпачок	1

№	Описание	Кол-во
44	Транспортировочное колесо	2
45	Ножка регулировки	4
46	Колпачок	4
47	Кожух цепи (П)	1
48	Кожух цепи (Л)	1
49	Кожух маховика	1
50	Подстаканник	1
51	Педаль	1
52	Колпачок	3
53	6004_ Подшипник	2
54	6203_ Подшипник	2
55	Магнит тормоза	1
56	Медная втулка	4
57	Подшипник	2
58	Втулка штифта	1
60	Подставка для планшета (нижняя)	1
60-1	Регулируемый зажим подставки для планшета	1
60-2	Подставка для планшета (передняя)	1
61	Шкив маховика	1
62	6003_ Подшипник	3
63	5/16" × 6T_ Нейлоновая гайка	2
64	5/16" × 1-3/4" _ Болт с круглой головкой	2
65	M8 × 80мм_ Болт с внутренним шестигранником	1
66	M8 × P1.25 × 15L_ Болт с круглой головкой	1
67	M10 × P1.5 × 15L_ Болт с круглой головкой	3
68	M10 × 20мм_ Болт с круглой головкой	5
69	M6 × 10мм_ Болт с круглой головкой	8
70	M8 × 10мм_ Болт с круглой головкой	1
71	M6 × P1.0 × 10L_ Болт с внутренним шестигранником	3
72	Ø8 × Ø18 × 3T_ Рифленая стопорная шайба	1
73	Ø5/16" × 23 × 2.0T_ Плоская шайба	2
74	M8 × 30мм_ Болт с внутренним шестигранником	1
75	Ø20_ Стопорное кольцо	2
76	M5 × 10мм_ Болт с внутренним шестигранником	4
77	Ø17_ Стопорное кольцо	3
78	M4 × P0.7 × 12L_ Винт с прорезью	1
79	3.5 × 12мм_ Винт для листового металла	7
80	M5 × 12мм_ Винт с крестообразным шлицем	13
81	1/4" × 1" _ Винт для листового металла	8
82	M6 × P1.0 × 40L_ Болт с внутренним шестигранником	2
83	M6 × 6T_ Нейлоновая гайка	3
84	Ø3/8" × Ø25 × 2.0T_ Плоская шайба	6
85	M8 × 20мм_ Болт с шестигранной головкой	2
86	Ø8 × 1.5T_ Разрезная шайба	2
87	Ø5/16" × Ø18 × 1.5T_ Плоская шайба	2

№	Описание	Кол-во
88	2.6 × 8мм_ Винт для листового металла	3
89	M8 × 7T_ Нейлоновая гайка	1
90	Ø8 × 35 × 3.0T_ Плоская шайба	1
91	Ø5/16" × 20 × 3.0T_ Плоская шайба	1
92	5/16" × 1" _ Болт с круглой головкой	1
93	3/8" × 3-3/4" _ Болт с круглой головкой	4
94	Ø10 × Ø16.5 × 2T_ Разрезная шайба	4
95	Ø10 × Ø23 × 1.5T_ Изогнутая шайба	4
96	5/16" × 3/4" _ Болт с круглой головкой	4
97	5/16" × 1.5T_ Разрезная шайба	4
98	Ø5/16" × 16 × 1.0T_ Плоская шайба	4
99	4 × 16мм_ Винт для листового металла	3
100	14/15мм_ Ключ	1
101	M5_ Комби торц. ключ с отверткой для крест. паза	1
102	M6_ L-образный торцевой ключ	1
103	Короткая отвертка для крестообразного паза	1
104	M5 × 5мм_ Винт с прорезью	2
105	Беспроводная Bluetooth-ручка	1
109	Ø3/8" × 16 × 1.5T_ Плоская шайба	1
134	Резиновая прокладка	1

