SPIRIT Fitness

SPIRIT Fitness

SPIRIT Fitness

SPIRIT FITNESS

A Heritage of Quality | The Spirit of Innovation

РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

Внимательно прочитайте инструкцию перед использованием тренажёра

Spirit by Hasttings **XBU55**

Содержание:

Важные инструкции по безопасности	3
Важные инструкции по электробезопасности	4
Важные инструкции по использованию	5
Инструкции по сборке	6
Особенности	11
Использование консоли	13
Программируемые функции	17
Предустановленные программы	18
Использование передатчика сердечного ритма	23
Обслуживание тренажёра	26
Расширенная диаграмма сборки	28
Список компонентов	29
Гарантийные обязательства	32
Порядок обращения в сервисную службу	34

ВНИМАНИЕ

Этот велотренажёр предназначен только для бытового, домашнего использования. Любое другое применение и использование тренажёра не предполагает гарантийного обслуживания.

Важные инструкции по безопасности

ВНИМАНИЕ- прочтите все инструкции перед использованием этого тренажёра.
ОПАСНОСТЬ- Для снижения риска поражения электрическим током, отключите тренажёр от электрической сети до начала работ по очистке и / или сервисных работ.
ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ- Для снижения риска получения ожогов, возникновения пожара, поражения электрическим током или получения травм устанавливайте тренажёр на ровной поверхности, рядом с заземлённой розеткой, имеющей напряжение 220-240 вольт.

СТАРАЙТЕСЬ НЕ ИСПОЛЬЗОВАТЬ ЭЛЕКТРИЧЕСКИЕ УДЛИНИТЕЛИ.
НЕ ПЫТАЙТЕСЬ ОТКЛЮЧИТЬ ШТЕКЕР ЗАЗЕМЛЕНИЯ, ИСПОЛЬЗУЯ РАЗЛИЧНЫЕ АДАПТЕРЫ ИЛИ ИЗМЕНИТЬ КАБЕЛЬ ПИТАНИЯ,
т.к. это может привести к серьёзным последствиям: поражению током или возникновению пожара, а так же повреждению компьютера.
Смотрите инструкцию по заземлению.

- Не устанавливайте тренажёр на очень мягкий, плюшевый или махровый ковёр. В результате такой установки могут повредиться и ковёр и тренажёр.
- Не допускайте детей к играм возле тренажёра. Детали тренажёра могут причинить вред.
- Не допускайте касаний рук до движущихся частей тренажёра.
- Не допускайте попадания никаких предметов в отверстия тренажёра.
- Не используйте тренажёр на открытом воздухе.
- Не пытайтесь использовать эллиптический тренажёр в целях, не предусмотренных данной инструкцией.

Датчики пульса на рукоятках не являются медицинскими устройствами. Их целью является предоставить вам приблизительные данные о вашем пульсе. Использование датчика сердечного ритма ремня на грудном ремне даст гораздо более точные результаты анализа сердечного ритма. Различные факторы, такие, как движение пользователя, могут повлиять на точность измерения частоты сердечных сокращений. Датчики пульса являются лишь вспомогательным инструментом при тренировках, чтобы помочь определить тенденции частоты сердечных сокращений в целом.
Используйте соответствующую обувь во время тренировки на тренажёре. Высокие каблуки, ботинки, сандалии или голые ноги не подходят для занятий на данном тренажёре. Рекомендуется использовать качественную спортивную обувь, чтобы избежать усталости ног.

ПОЗАБОТЬТЕСЬ О БЕЗОПАСНОСТИ –
ИЗУЧИТЕ И СОХРАНИТЕ ДАННУЮ ИНСТРУКЦИЮ!

Инструкции по электробезопасности

ВНИМАНИЕ!

НИКОГДА не используйте беговую дорожку с розетками, подключёнными к устройству защитного отключения. Как любые устройства с большим мотором, беговая дорожка может вызвать частое срабатывание УЗО. Располагайте шнур питания вдали от движущихся частей беговой дорожки, в том числе механизма подъёма и транспортных колёс.

НИКОГДА не снимайте любые детали, крышки без предварительного отключения питания. Если напряжение изменяется на десять процентов (10%) или больше, производительность вашего тренажёра может быть ухудшена. Использование тренажёра в таких условиях лишает гарантийного обслуживания. Если вы подозреваете, что подаётся низкое напряжение, свяжитесь с представителями вашей местной энергетической компании или обратитесь к профессиональному электрику для надлежащего тестирования электросети.

НИКОГДА не подвергайте эллипсоид воздействию дождя или влаги. Этот тренажёр не предназначен для использования на открытом воздухе, рядом с бассейном или в спа-салоне, или в любой другой среде с высокой влажностью. Спецификация рабочих температур составляет от 40 до 120 градусов по Фаренгейту, а влажность составляет 95% без конденсации (не должно образовываться никаких капель воды на поверхности).

Автоматические выключатели: Некоторые выключатели, используемые в домах, не рассчитаны на большие пусковые токи, которые могут возникнуть при первом включении или даже во время использования беговой дорожки. Если беговая дорожка вызывает срабатывания автоматического выключателя (даже если выключатель подходит по всем параметрам), вам нужно заменить автоматический выключатель на автомат с более высоким уровнем срабатывания. Данная особенность не является дефектом. Это условие, которое нельзя контролировать в процессе производства тренажёра. Автоматические выключатели доступны в большинстве электрических магазинов.

Инструкции по использованию

- **НИКОГДА** не используйте велотренажёр, если вы не прочитали и полностью не поняли результаты действия программы и запросов компьютера.
- Важно понимать, что увеличение нагрузки происходит не сразу. Установите желаемый уровень нагрузки и нажмите клавишу подтверждения. Компьютер будет постепенно выполнять заданную программу.
- **НИКОГДА** не используйте тренажёр во время грозы. Возможно возникновение электромагнитных колебаний, которые могут повредить компоненты тренажёра. Отключите беговую дорожку во время грозы в качестве меры предосторожности.
- Будьте осторожны при совмещении мероприятий (например, чтение, просмотр телевизора и т.д.), во время тренировки на тренажёре. Рассеивание внимания может привести к потере равновесия, что в свою очередь может привести к серьёзным травмам.
- Старайтесь сильно не нажимать на клавиши управления тренажёром. Они настроены на лёгкое прикосновение и нормально функционируют в таком режиме

Инструкции по сборке

1. Используя нож, разрежьте упаковочные ремни вокруг упаковки. Извлеките детали тренажера из упаковки.
2. Аккуратно освободите все детали тренажера от картона и проверьте на отсутствие повреждения или отсутствующих деталей. Если имеются поврежденные или отсутствующие детали, немедленно обратитесь к вашему поставщику.
3. Осмотрите элементы тренажера. Сборка разделена на четыре этапа. В первую очередь достаньте инструменты для сборки. Извлекайте части тренажёра для сборки по мере необходимости, чтобы избежать путаницы. Числа в инструкции, которые указаны в скобках (#) являются номером пункта из сборочного чертежа и приводятся для справки.

Инструменты для сборки

#93. Отвертка **#100.** 12/14mm Гаечный ключ **#92.** 13/15mm Гаечный ключ

Сборка. Шаг 1- Задние стабилизаторы

1. Установите задний стабилизатор (**5**) на основную раму (**1**), закрепите используя шестигранный болт (**50**) и плоскую шайбу (**71**).затяните с помощью гаечного ключа (**100**).

Комплект для сборки

#71. 3/8” × 25 × 2T
Плоская шайба (4 шт.)

#50. 3/8” × 2-1/4”
Hex Head Bolt (4 шт.)

Сборка. Шаг 2- Консольная стойка

1. Распутайте компьютерный кабель (**29**) и пропустите его через крышку консольной стойки (**38**), и консольную стойку (**2**) до тех пор, пока разъем подключения не будет выведен в верхней части стойки. Поместите пластиковую крышку (**38**) на консольную стойку, убедитесь в правильности установки.
2. Установите консольную стойку (**2**) на основную раму (**1**) и закрепите с помощью 7 шестигранных болтов (**51**), шести плоских шайб (**72)** с боков и одной изогнутой шайбы спереди (**99**). Затяните с помощью гаечного ключа(**100**).

Комплект для сборки

#51. 5/16” × 5/8”
Шестигранный болт (7 шт.)

#72. 5/16” × 18 × 1.5T
Плоская шайба (6 шт.)

#99. 5/16” × 19 × 1.5T
Изогнутая шайба (1 шт.)

Сборка. Шаг 3- Установка поручней

1. Пропустите два кабеля от сенсорных датчиков (**26**) из отверстия в основании поручней через отверстие в пластине крепления консоли. Удалите черную пластиковую стяжку.
2. Установите поручни (**3**) на консольную стойку (**2**) с помощью двух шестигранных болтов (**51**), двух плоских шайб (**72**), и двух разомкнутых шайб (**103**), будьте осторожны чтобы не повредить кабели датчиков пульса. Затяните с помощью гаечного ключа (**100**). Закрепите черную пластиковую крышку на месте крепления поручня.

Комплект для сборки

#51. 5/16” × 5/8”
Шестигранный болт (2 шт.)

#72. 5/16” × 18 × 1.5T
Плоская шайба (2 шт.)

#103. 5/16” × 1.5T
Разомкнутая шайба (2 шт.)

Сборка. Шаг 4- Консоль,Сиденье,Педали

1. Подключите кабель компьютера (**29**) и два кабеля сенсорных датчиков (**26**, **28**) к разъему в задней части консоли (**34**). Установите консоль (**34**) на консольную стойку (**2**). Установите четыре винта (**58**) и затяните с помощью отвертки (**93**).
2. Закрепите крышку на передний стабилизатор (**40**) и задний стабилизатор (**41**) на основной раме (**1**) с помощью четырех винтов (**58**).Затяните с помощью отвертки (**93**).
3. Установите педали (**45**L, **46**R) на рычаги кривошипа (**16**L, **16**R). Помните, что левая педаль имеет обратную резьбу и будет закручиваться в противоположную сторону. Каждая педаль имеет наклейку, где ”L” – левая, а ”R” – правая педаль. Убедитесь, что вы затянули педали на столько, насколько это возможно. Со временем может понадобиться подтянуть педали. Если не проверить крепление педали, в ходе тренировки могут появиться посторонние звуки. Используйте гаечный ключ (**92**).
4. Установите сиденье на каретке (**7**) (крепление спереди) на направляющей в верхней части кронштейна сиденья (**6**). Поместите плоскую шайбу (**71**) на ручку регулировки сиденья (**86**), вставьте ручку в отверстие кронштейна и поместите её в разъем на фланцевой гайке (**8**). Установите сиденье (**19**) и крепко затяните гайку с каждой стороны с нижней стороны сиденья.
5. Закрепите держатель для бутылки (**116**) на консольной стойке (**2**) с помощью двух винтов (**58**). Затяните используя отвертку (**93**).

Комплект для сборки

#58. M5 × 12mm
Phillips Head Screw (10 pcs)

Сборка. Шаг 4- Консоль,Сиденье,Педали

Особенности тренажера

Педали

С помощью исследований, проведенных с одним из ведущих спортивных ученых и экспертом по физической реабилитации, инженеры произвели прорыв в дизайне педалей. Типичные стационарные велотренажеры шире, чем обычные дорожные велосипеды. Причина этому – обеспечение механизма торможения, шкивы, компоненты привода и декоративные крышки.
Итак, велотренажер шире из за расстояния между педалями, которое называется Q-фактор.

Педали нашего тренажера спроектированы таким образом, что Q-фактор наименьший среди всех велотренажеров, но мы не останавливаемся на этом. Наши новые педали обеспечивают две степени наклона для компенсации расхождений Q-фактора. Наличие минимального Q-фактора в сочетании с двумя степенями внутреннего наклона дает пользователю возможность нейтрального биомеханического выравнивания. Это означает, что ваши ноги, лодыжки, колени бедра располагаются максимально правильно во время тренировки.

Перемещение треннажера

Велотренажер оснащен двумя транспортировочными колесами, которые располагаются в задней части тренажера и задействуются, если приподнять велотренажер спереди.

Регулировка сиденья

Чтобы отрегулировать сиденье по высоте сначала ослабьте барашек сбоку от него и затем просто потяните сиденье вверх. Чтобы опустить сиденье вниз потяните барашек вбок .

Консоль

Консоль отображает обороты в минуту, сожженные калории, время (прошедшее или оставшееся), пройденную дистанцию, пульс и уровень нагрузки, название программы, нагрузку в Ваттах, кол-во пройденных кругов и сегмент времени. Так же отображается профиль уровня нагрузки, по которому можно судить об интенсивности тренировки и какой будет следующий сегмент.

Особенности тренажера

Рисунок мышечной активности

Анатомическая фигура расположена в верхней части консоли. На этой фигуре будут подсвечены все области человеческого тела, которые задействованы при занятии на велотренажере. Вы можете контролировать мышечную активность, изменяя профиль нагрузки в процессе программирования консоли

Если вы принимаете профиль программы по умолчанию, выбранная программа сама автоматически определяет какие мышцы будут задействованы, путем автоматической регулировки нагрузки. Вообще следующие рекомендации справедливы:

• Индикаторы мышц верхней части тела не будут подсвечены
• Индикаторы мышц нижних частей тела подсвечиваются в зависимости от уровня нагрузки:
Зеленый означает минимальную мышечную активность, Желтый отображает среднюю активность и красный означает, что мышца задействована полностью.
• Есть несколько различных сценариев для нагрузки мышц нижней части тела:
• Уровни 2-20: Зеленый – Задняя часть бедра и ягодицы подсвечены; Желтый – Квадрицепсы и икры подсвечены
• Уровни 21-40: Желтый – Задняя часть бедра и ягодицы подсвечены; Красный – Квадрицепсы и икры подсвечены

Шкала сердечного ритма

На ЖК экране консоли уровень пульса начинает отображаться всегда, как только тренажер обнаруживает импульсы. Гистограмма, расположенная в левой части экрана показывает текущую частоту сердечного ритма в % от максимального прогнозируемого пульса, который определяется введенным возрастом, который вы задаете при активации любой из 12 программ. Цвет на гистограмме имеет следующие значения:

- 50-60% от максимального уровня - желтый
- 65-80% от максимального уровня – желтый и зеленый
- 85-90% или выше – желтый, зеленый и красный

Использование консоли

Включение тренажера

Питание консоли осуществляется за счет встроенного генератора. Когда вы начинаете вращать педали велотренажера, консоль автоматически включается. Если вращение прекращается, консоль переходит в режим ожидания. В режиме ожидания подсветка консоли выключается. Для повторного включения консоли просто начните вращать педали.

При первом включении консоль будет выполнять внутреннюю самопроверку. В это время все элементы управления будут подсвечены. Когда подсветка погаснет, Центр сообщений покажет версию программного обеспечения (напр., VER 1,0). Поле отображения дистанции показывает расстояние в милях, окно отображения времени отобразит общее время работы в часах.

Одометр будет отображать информацию лишь несколько секунд, после чего консоль перейдет к дальнейшему включению. Точечный дисплей отобразит профили различных программ, затем Центр сообщений отобразит приветственное сообщение. После этого вы можете начать использовать консоль тренажера.

Использование консоли

Точечный экран

Двадцать столбцов (по 8 пунктов) отображают каждый сегмент тренировки. Пункты показывают приблизительный уровень нагрузки. Это не конкретное значение нагрузки, а приблизительный процент для сравнения уровней интенсивности. В режиме ручного управления нагрузкой точечный экран строит «картинку» профиля по значениям, изменяемым в процессе тренировки.
Профиль движется слева направо. Прохождение круга отображается в направлении против часовой стрелки.

Трэк 0.4 Км

Прохождение расстояния в 0.4 км (один круг) будет отображаться вокруг точечного дисплея. Мигающий сегмент отображает ваш прогресс. После прохождения расстояния в ¼ мили (0,4 км) прохождение круга будет отображаться заново. Счетчик кругов в окне сообщений будет следить за пройденной вами дистанцией.

Окно датчика пульса

Окно отображения пульса (сердечного ритма) будет отображать ваш текущий сердечный ритм в ударах в минуту в течение всей тренировки. Для этого следует держаться за оба датчика пульса, находящихся на передней рукоятке или использовать нагрудный передатчик. Значение пульса отображается всегда, как только верхний дисплей принимает сигнал от датчиков. Вы можете не использовать функцию передачи сердечного ритма если вы не занимаетесь по программе контроля сердечного ритма.
Примечание: Обратитесь к важной инструкции по безопасности (стр. 2) по использованию датчика пульса.

Окно калорий

Отображает суммарное значение калорий, сожженных с момента начала тренировки. Исключение составляет программа Калории, при которой отображается количество калорий, которые осталось сжечь.
Примечание: значение калорий приведено только лишь для сравнения различных видов тренировок и не может быть использовано в медицинских целях.

Динамики

Консоль имеет встроенные динамики. Вы можете подключить к ним внешний источник звука (CD плеер, Mp3, Компьютер и т.п.) к разъему с правой стороны консоли.
Консоль не имеет регулятора громкости. Громкость следует регулировать на самом источнике звука.

Использование консоли

Быстрый старт

Это самый быстрый способ начать занятие на тренажере. После того, как консоль включится, нажмите кнопку **СТАРТ**, это инициирует режим быстрого старта. В режиме Быстрый Старт время начнет свой отсчет с нуля, а уровень нагрузки можно задать клавишами Уровень Вверх или Уровень Вниз на консоли или клавишами на рукоятке, около датчика пульса. На матричном экране будет отображен только нижний ряд. По мере увеличения нагрузки количество рядов будет увеличиваться, отображая сложность тренировки. При увеличении количества рядов педали будет вращать все сложнее и сложнее.

В тренажере имеется 40 уровней нагрузки для различных вариантов тренировки. Первые 10 уровней имеют небольшую нагрузку и хорошо подходят для начинающих пользователей. Уровни 6-10 более сложные, но они не сильно отличаются от первого диапазона уровней. Уровни 11-15 уже ощутимо отличаются от начальных уровней. Уровни 16-20 самые тяжелые и хорошо подходят для коротких интервалов пиковой нагрузки и усиленной атлетической тренировки.

Основная информация

Центр сообщений вначале отображает название программы.

В режиме сканирования на экране в течение 4х секунд будет отображаться скорость, затем отобразятся Ватты (индикатор нагрузки). Если отображается 100 Ватт, это значит, что вы делаете работу, достаточную для того, чтобы светилась 100-ваттная лампочка. Затем отобразится количество пройденных кругов и сегмент времени.

Нажмите ВВОД еще раз для возврата в начало. Клавиша STOP имеет несколько функций. Нажатие клавиши Стоп один раз в течение программы делает паузу в тренировке в течение 5 минут. Если вам нужно сделать перерыв, чтобы попить, ответить на телефонный звонок или по другой причине прервать тренировку, то это делается одинарным нажатием клавиши STOP. Чтобы возобновить тренировку после паузы, просто нажмите клавишу START. Если клавиша Стоп была нажата дважды, то это приведет к завершению программы и возврату консоли на начальный экран. Если клавиша Стоп держится нажатой в течение 3 секунд в течение выполнения программы, будет выполнен полный сброс консоли. Во время ввода данных для программы тренировки нажатие клавиши Стоп выполнит возврат к предыдущему экрану или функции. Это позволяет вам вернуться к изменению данных программы тренировки.

.

Использование консоли

Программные клавиши

Программные клавиши используются для предварительного просмотра каждой программы. При первом включении консоли вы можете нажать каждую программную клавишу для предварительного просмотра профиля программы. Если вы решили попробовать какую-либо программу, нажмите соответствующую клавишу программы, а затем нажмите клавишу ВВОД, чтобы выбрать программу и перейти в режим ввода предварительных данных.
Велотренажер имеет встроенную систему мониторинга сердечного ритма. Просто обхватите датчики пульса, расположенные на стационарных рукоятках и сразу начнется измерение. Начнет мигать иконка с изображением сердца (измерение может занять несколько секунд).Окно отображения пульса отобразит частоту сердечных сокращений (пульс), в ударах в минуту.

Консоль имеет встроенный вентилятор для поддержания прохлады. Для включения вентилятора, нажмите кнопку на левой стороне консоли.

Программирование консоли управления

Каждая из программ может быть настроена в соответствии вашими личными параметрами и изменена в соответствии с вашими потребностями. Часть информации необходима, чтобы обеспечить правильные параметры тренировки. Вам будет предложено ввести ваш возраст и вес. Ввод данных о возрасте необходим для программы контроля сердечного ритма. В противном случае режим тренировки может быть слишком высоким или наоборот - низким. Ввод вашего веса помогает при расчете более правильного учета калорий. Тренажер не может предоставить точные данные о количестве калорий, но он предоставляет максимально приближенные данные.

ПРИМЕЧАНИЕ ПО КАЛОРИЯМ: учет калорий при любом виде тренировок, будь то занятия в тренажерном зале или дома, не является точными и, как правило, отличается друг от друга. Измерение калорий предназначено только в качестве ориентира, чтобы контролировать прогресс от тренировки к тренировке. Единственным способом точно измерить ваши сожженные калории является измерение их в клинических условиях. Это связано с тем, что каждый человек индивидуален и сжигает калории с разной скоростью. Обратите внимание на то, что вы будете продолжать сжигать калории в ускоренном темпе, по крайней мере час после окончания тренировки!

Выбор программы и изменение данных

При входе в программу нажатием программной клавиши, а затем клавиши **ВВОД**, у вас есть возможность ввода личных настроек. Если вы хотите начать тренировку без ввода новых параметров, то просто нажмите клавишу **Старт**. Это позволит обойти программирование данных и позволит сразу начать занятие. Если вы хотите изменить личные настройки, то просто следуйте инструкциям, получаемым в **центре сообщений**. Если вы запускаете программу, не меняя настроек, то будут использоваться настройки по умолчанию или сохраненные настройки.

Примечание: настройки возраста и веса по умолчанию будет меняться при вводе нового значения. Так что последние введенные значения возраста и веса будут сохранены как новые параметры по умолчанию. Если вы вводите ваш возраст и вес при первом использовании эллипсоида, вам не придется вводить их каждый раз, когда вы будете начинать тренировку, если ваши возраст и вес не изменились, или на тренажере не занимался другой пользователь с другим возрастом и весом

Программируемые функции

Ручной режим

Ручной режим работает, как следует из названия, вручную. Это означает, что вы, а не компьютер, контролируете нагрузки. Для старта ручного режима тренировки следуйте инструкциям ниже или просто нажмите клавишу «ручной режим» и затем клавишу ВВОД и следуйте инструкциям в центре сообщений.

1. Нажмите клавишу РУЧНОЙ и затем клавишу ВВОД.
2. Центр сообщений попросит вас ввести свой возраст. Вы можете ввести свой возраст с помощью клавиш вверх и вниз, а затем нажмите клавишу ВВОД, чтобы принять новое значение и перейти к следующему экрану.

3. Вам будет предложено ввести свой вес. Вы можете ввести свой возраст с помощью клавиш ВВЕРХ и ВНИЗ, а затем нажмите клавишу ВВОД, чтобы принять новое значение и перейти к следующему параметру.

4. Следующий параметр это Время. Введите время тренировки и нажмите клавишу ВВОД для продолжения.
5. После окончания редактирования параметров вы можете приступить к тренировке, нажав клавишу СТАРТ. Вы можете также вернуться назад и изменить настройки, нажав клавишу ВВОД.
6. После запуска программы вы будете находиться на первом уровне нагрузки. Это самый простой уровень, и следует начинать занятия с тренировок на первом уровне в течение некоторого времени, чтобы разогреться. Если вы хотите увеличить нагрузку, в любое время нажмите клавишу ВВЕРХ на консоли; Нажатие клавиши ВНИЗ на консоли уменьшит рабочую нагрузку.
7. Во время ручной программы вы сможете прокручивать данные в Центре сообщений, нажав клавишу ВВОД.
8. Когда программа завершится, вы можете нажать Пуск, чтобы выполнить ту же программу ещё раз или СТОП, чтобы выйти из программы или вы можете сохранить программу, которую вы только что закончили, как свою пользовательскую программу, нажав клавишу ПОЛЬЗОВАТЕЛЬ, и следуя инструкциям в центре сообщений.

Предустановленные программы

Эллиптический тренажёр имеет пять различных программ, которые были разработаны для различных тренировок. Эти пять программ имеют предустановленные профили уровней тренировок для достижения различных целей.

НАГРУЗКА

Холм

Нагрузка: Эта программа имеет вид треугольника или пирамиды, постепенно переходя от 10% максимальных усилий (уровень, который вы выбрали, прежде чем начать эту программу) до максимальных усилий, которые длятся 10% от общего времени тренировки, а затем постепенное снижение нагрузки обратно примерно до 10% от максимального уровня.

НАГРУЗКА

Сжигание жира

Нагрузка: в этой программе достигается продвижение вверх до максимального уровня нагрузки (по умолчанию или до уровня, введённого пользователем), который поддерживается в течение 2 / 3 общего времени тренировки. Эта программа развивает способность поддерживать выход энергии в течение длительного периода времени.

НАГРУЗКА

Кардиопрограмма

Нагрузка: Эта программа представляет собой быстрое продвижение вверх почти до максимального уровня нагрузки (по умолчанию или до уровня, заданного пользователем). Профиль программы имеет небольшие колебания вверх и вниз, чтобы периодично учащать пульс, а затем восстановить, прежде чем перейти к фазе быстрого остывания. Эта программа поможет укрепить мышцы сердца и увеличить приток крови к лёгким.

Выносливость

НАГРУЗКА

Нагрузка: Эта программа предполагает постепенное увеличение нагрузки до 100% от максимального уровня, которое поддерживается в течение 25% времени продолжительности тренировки. Это будет способствовать укреплению силы и мышечной выносливости в нижней части тела и ягодицах. Далее следует этап остывания.

Интервал

НАГРУЗКА

Нагрузка: Эта программа чередует высокие уровни интенсивности и периоды восстановления (низкой интенсивности). Эта программа использует и развивает быстрое растягивание мышечных волокон, которые используются при выполнении задач, которые являются интенсивными по нагрузке, но коротким по продолжительности. Программа уменьшает уровень кислорода и увеличивает частоту сердечных сокращений, затем наступает периодам восстановления дыхания и увеличение поступления кислорода к сердцу. Сердечнососудистая система программируется, чтобы использовать кислород более эффективно.

Пользовательская программа

Тренажёр имеет две настраиваемых пользовательских программы, которые позволяют создавать и сохранять собственные программы тренировки. Программы, Пользователь 1 Пользователь и 2, работают одинаково, поэтому нет необходимости, описать их по отдельности. Вы можете создать свою собственную программу, следуя инструкциям ниже, или вы можете сохранить любую предустановленную и настроенную программу, как свою пользовательскую. Обе программы позволяют выполнить дальнейшую персонализацию, добавив своё имя.

1. Нажмите клавишу User 1 или User 2. Центр сообщений отобразит приветствие. Если у вас уже есть сохранённая программа, то центр сообщений отобразит ваше имя. Нажмите клавишу ВВОД для начала программирования.
2. После нажатия клавиши ВВОД, Центр сообщений напишет “Имя - A”, если не было предварительного сохранённого имени. Если предварительно уже было задано имя программы, например “David”, Центр сообщений отобразит это имя “Имя - David” и буква D будет мигать. Вы можете изменить заранее заданное имя или нажать клавишу СТОП, чтобы оставить существующее имя и перейти к следующему шагу. Для ввода своего имени используйте клавиши Вверх или Вниз для изменения первой буквы, затем сохраните выбранную букву и укажите следующую. When Когда вы закончите ввод имени, нажмите клавишу для сохранения имени и перехода к следующему шагу.
3. Центр сообщений предложит ввести ваш возраст. Введите возраст используя клавиши Уровень Вверх или Уровень Вниз, затем нажмите ВВОД, чтобы сохранить введённое значение и перейти к следующему параметру.
4. Введите ваш вес. Вы можете ввести ваш вес клавишами Вверх или Вниз, или использовать цифровые клавиши. Затем нажмите ВВОД для продолжения.
5. Затем введите время тренировки и нажмите ВВОД для продолжения.
6. Затем следует ввести уровень нагрузки для каждого сегмента профиля.
7. Задайте максимальный уровень нагрузки и нажмите ВВОД для следующего параметра.
8. Далее будет мигать первая колонка и следует задать уровень нагрузки для первого сегмента (Если сегментов > 1) тренировки используя клавишу Уровень Вверх. Когда вы отрегулируете нагрузку первого сегмента, нажмите клавишу ВВОД для перехода к следующему сегменту.
9. Следующий сегмент отобразит тот же уровень нагрузки, что и ранее заданный сегмент. Повторите те же самые действия, как с предыдущим сегментом и нажмите клавишу ВВОД. Повторите процедуру для установки всех двадцати сегментов

Уровень воспринимаемых усилий

Несколько слов о сердечном ритме:

Старый девиз " нет боли, нет победы", это миф, который был развеян с появлением тренажёров для комфортных тренировок. Во многом этот успех был, достигнут за счёт использования мониторов сердечного ритма. Большинство людей считают, что выбранная ими интенсивность упражнений была либо слишком высокой или слишком низкой. Физические упражнения становятся более комфортными, если при их выполнении сохранять частоту сердечных сокращений в нужном диапазоне. Чтобы определить, оптимальный диапазон, в котором вы хотите тренироваться, необходимо сначала определить вашу максимальную частоту сердечных сокращений по следующей формуле: 220 минус ваш возраст. Это даст вам максимальный пульс (MHR) для вашего возраста. Чтобы определить эффективный диапазон сердечного ритма для конкретных целей, нужно просто посчитать ваш MHR. Сердечный ритм зоны тренировок от 50% до 90% от вашей максимальной частоты сердечных сокращений. Значение в 60% от вашего MHR это зона, нахождение в которой приводит к сжиганию жира, в то время как 80% значение обеспечивает укрепление сердечнососудистой системы. Соответственно от 60% до 80% это зона максимальной пользы.

Например, рассчитаем целевую зону сердечного ритма для пользователя 40 лет:
220 – 40 = 180 (макс. ритм)
180 x 0.6 = 108 ударов в минуту (60% от максимального ритма)
180 X 0.8 = 144 ударов в минуту (80% от максимального ритма)

Следовательно, для 40 летнего пользователя оптимальный пульс во время тренировки от 108 до 144 ударов в минуту.

Если вы ввели ваш возраст в процессе программирования, то консоль выполнит эти вычисления автоматически. Ввод вашего возраста используется для программы контроля сердечного ритма. После расчёта максимальной частоты пульса Вы можете решить, какую цель вы хотите достигнуть во время занятия. Две наиболее популярные цели физических упражнений, это упражнения, направленных на развитие здоровья сердечнососудистой системы (тренинг для сердца и лёгких) и контроль веса. Черные столбцы на графике выше, представляют собой максимальный пульс для человека, чей

возраст указан в нижней части каждой колонки. Уровни сердечного ритма, для развития сердечнососудистой системы или потери веса, представляют две различные линии, идущие по диагонали на графике. Определение цели линий находится в левом нижнем углу графика. Если ваша цель состоит в тренировке сердечнососудистой системы или, если это потеря веса, это может быть достигнуто путём поддержания пульса на уровне 80% или 60%, соответственно, от вашего максимального пульса, утверждённого врачом. Проконсультируйтесь с вашим врачом прежде, чем заниматься по любой программе упражнений. На любом эллиптическом тренаже, оснащённом функцией контроля сердечного ритма, вы можете контролировать сердечный ритм, не используя специальную программу контроля. Эта функция может быть использована при ручном режиме или при использовании одной из девяти программ. Функция контроля сердечного ритма автоматически регулирует сопротивление вращения педалей.

Уровень воспринимаемых усилий

Частота сердечных сокращений играет важную роль, но так же необходимо прислушиваться к своему телу, что также имеет массу преимуществ. Есть несколько вариантов того, какую интенсивность тренировки выбрать в зависимости от частоты сердечных сокращений. Ваш уровень стрессоустойчивости, физическое здоровье, эмоциональное здоровье, температура, влажность, время дня, когда в последний раз вы ели и что вы ели, все это влияет на интенсивность, с которой вы должны тренироваться. Если прислушиваться к своему организму, он сам даст ответы. Скорость воспринимаемой нагрузки (СВН), также известная как шкала Борга, была разработана шведским физиологом Боргом. Эта шкала уровней интенсивности упражнений от 6 до 20 в зависимости от того, как вы себя чувствуете, или воспринимаете ваши усилия.

Осуществляется по следующей шкале:

Рейтинг восприятия усилий

6 минимальный

7 очень, очень низкий

8 очень, очень низкий +

9 очень низкий

10 очень низкий +

11 довольно низкий

Уровень воспринимаемых усилий

12 комфортный

13 немного тяжёлый

14 немного тяжёлый +

15 тяжёлый

16 тяжёлый +

17 очень тяжёлый

18 очень тяжёлый +

19 очень, очень тяжёлый

20 максимальный

Вы можете получить приблизительный уровень сердечного ритма для каждого уровня шкалы, просто добавив ноль к значению каждого рейтинга. Например, рейтинг 12 соответствует сердечному ритму примерно в 120 ударов в минуту. Ваша СВН будет варьироваться в зависимости от факторов, названных ранее. Это основное преимущество этого вида тренировок. Если ваше тело сильное и отдохнувшее, вы будете чувствовать себя сильным, и темп тренировки будет легче переноситься. Когда ваше тело находится в таком состоянии, вы сможете нормально тренироваться и СВН будет соответствовать состоянию тела. Если вы чувствуете себя уставшим и вялым, значит, ваше тело нуждается в отдыхе. В этом состоянии, Ваш темп тренировки будет переноситься уже хуже. Опять же, это отразится на вашем СВН, и вы будете тренироваться на соответствующем уровне в такой день.

Использование кардио датчика

Как носить беспроводной нагрудный передатчик:

Прикрепите передатчик эластичным ремешком с помощью застёжек.

Отрегулируйте ремень как можно плотнее, но не слишком плотно, чтобы было удобно заниматься.

Расположите передатчик по центру грудной клетки логотипом наружу (некоторым будет удобнее поставить передатчик чуть слева от центра груди). Отрегулируйте удобное положение передатчика и окончательно закрепите его на теле. Расположите передатчик непосредственно под грудной мышцей.

Пот является лучшим проводником при измерении электрических сигналов сердцебиения. Тем не менее, можно использовать обычную воду для предварительного смачивания электродов (2 ребристые овальные области на обратной стороне ремня и обе стороны передатчика). Также рекомендуется одевать передатчик ремнём за несколько минут до начала тренировки. Для некоторых пользователей, из-за химической особенности тела, может понадобиться больше времени для достижения сильного, устойчивого сигнала в начале тренировки. После "разогрева", это время уменьшается. Так же следует отметить, что ношение одежды поверх передатчика не влияет на производительность.

Ваша тренировка должна происходить в пределах досягаемости (расстояние между передатчиком / приёмником) – для получения устойчивого сигнала. Длина диапазона может несколько изменяться, но в целом следует находиться достаточно близко к консоли для поддержания хорошего, сильного, надёжного приёма сигнала. Ношение передатчика на голом теле гарантирует вам нормальную работу. Если вы хотите, вы можете носить передатчик на рубашке. Для этого смочите область рубашки, для обеспечения контакта с электродами.

Примечание: передатчик активируется автоматически при обнаружении сердечного ритма пользователя. Кроме того, он автоматически отключается, когда он не получает сигналов о сердцебиении. Хотя передатчик является водонепроницаемым, влага может вызвать появление ложных сигналов, поэтому необходимо принимать меры предосторожности, дать передатчику полностью высохнуть после использования, чтобы продлить срок службы батареи (расчётный срок службы батареи передатчика составляет 2500 часов). Запасной аккумулятор Panasonic CR2032.

Возможные проблемы

Внимание! Не используйте тренажёр для мониторинга сердечного ритма, если на экране отображаются не стабильные данные. Слишком высокие, заведомо неправильные, случайные числа значения сердечного ритма указывают на проблему с консолью. Проблемы могут возникнуть, если рядом с тренажёром располагаются:

1. Микроволновые печи, телевизоры, мелкая бытовая техника и т.д.
2. Флуоресцентные лампы.
3. Некоторые элементы систем безопасности.
4. Периметр ограждения для домашних животных.
5. У некоторых людей могут быть проблемы плохого приёма сигнала. Если у вас возникли проблемы, попробуйте носить передатчик обратной стороной. Обычно передатчик будет располагается так, логотипом наружу.
6. Антенна, которая принимает ваш пульс, очень чувствительна. Если есть внешний источник шума, разверните его на 90 градусов. Возможно, потребуется настройка оборудования.
7. Другие проблемы, связанные с ношением передатчика.

Внимание! Не нужно использовать пульсозависимые программы, если данные о пульсе поступают н некорректные

Программа контроля сердечного ритма

Примечание: Следует надеть передатчик сердечного ритма для этих программ Обе программы работают одинаково, с той лишь разницей, что HR настроена на нагрузку в 60% и 80% от максимального уровня сердечного ритма.

Для старта программы КСР следуйте инструкциям ниже или просто выберете одну из программ HR и нажмите **ENTER**. Далее следуйте указаниям в центре сообщений.

После указания целевого значения сердечных сокращений цель, программа будет пытаться поддерживать ваш ритм в заданном значении (плюс, минус 3 - 5 ударов сердца в минуту от этого значения). Следуйте инструкциям в центре сообщений для поддержания вашего выбранного значения частоты сердечных сокращений.

- Нажмите клавишу HR, затем нажмите клавишу **ENTER.**
- Окно дополнительной информации попросит вас ввести свой возраст. Вы можете ввести ваш возраст, используя клавиши +или - , затем нажмите клавишу ENTER, чтобы принять новое значение и перейти к следующему экрану.
- Затем введите свой вес, используя клавиши +или - , затем нажмите клавишу ENTER, чтобы принять новое значение и продолжить настройку программы.
- Далее таким же способом задайте время тренировки.
- Теперь необходимо настроить целевую частоту сердечных сокращений. Это то значение частоты сердечного ритма, к поддержанию которого вы будете стремиться в ходе программы. Отрегулируйте уровень, используя клавиши + и - , а затем нажмите ENTER. Примечание: частота сердечных сокращений основывается на % от значения, принятого в шаге 2. Если вы будете изменять это значение, то оно будет менять значение % выбранное в первом шаге .
- На этом редактирование параметров закончено и можно приступить к тренировке, нажав клавишу START. Вы можете также вернуться назад и изменить настройки, нажав клавишу STOP. ПРИМЕЧАНИЕ: В любое время редактирования данных можно нажать клавишу STOP, чтобы вернуться на предыдущий экран.
- Если вы хотите увеличить или уменьшить рабочую нагрузку в любое время в течение выполнения программы, нажмите клавиши + или - на консоли или клавиши на правой рукоятке. Это позволит вам изменить вашу целевую частоты сердечных сокращений в любое время в течение программы.
- Во время выполнения программы HR Вы можете просмотреть данные о программе в Центре Сообщений, нажав клавишу ENTER.
- Когда программа завершится, вы можете нажать START, чтобы повторить ту же программу ещё раз или STOP для выхода из программы. Или вы можете сохранить завершенную программу как пользовательскую, нажав клавишу USER и следуя инструкциям в центре сообщений.

Общее техническое обслуживание

1. Протирайте все части тренажёра влажной тряпкой после каждой тренировки.
2. Если при использовании тренажёра слышны скрипы, удары, отсутствует плавность, то это может быть вызвано одной из двух причин:
   i. Крепежи деталей были недостаточно затянуты во время сборки. Все болты, которые были установлены во время сборки, необходимо затянуть как можно сильнее. Для этого может понадобиться использовать ключ с большим рычагом, чем тот, который использовался при сборке. Так же следует обратить внимание, что 90% звонков в отдел обслуживания по вопросам шума решаются путём освобождения тренажёра от различных вещей, которые могут быть расположены на нем или очистки задних рельсов от загрязнения.
   ii. Грязь, скапливающаяся на задних рельсах и полиуретановых колёсах, так же является источником шума. Шум от загрязнения рельсов может вызвать звук, похожий на стук, который, как может показаться, исходит изнутри тренажёра, поскольку шум передаётся и усиливается, в трубчатых деталях конструкции. Протрите рельсы и колеса тряпочкой, смоченной спиртом. Плотные загрязнения могут быть удалены ногтём большого пальца или неметаллическим скребком, например задней частью пластикового ножа. После очистки нанесите небольшое количество смазки на рельсы пальцами или тканью без ворса. Нужно нанести тонкий слой смазки, и вытереть избыток тканью.
   iii. Если скрипы и другие шумы сохраняются, убедитесь, что устройство правильно выровнено. Есть 4 выравнивающих площадки на нижней части задней рельсы, используйте гаечный ключ 14 мм (или разводной ключ), чтобы настроить выравниватели.

Меню обслуживания консоли

Консоль имеет встроенную программу обслуживания / диагностики. Программа позволяет, например, изменить настройки консоли с английской системы мер на метрическую или отключить звуковой сигнал из динамика при нажатии клавиш. Для входа в меню Обслуживание (в зависимости от версии может называться Инженерный режим) одновременно нажмите и удерживайте кнопки START, STOP и ENTER. Удерживайте клавиши нажатыми в течение 5 секунд, пока в центре сообщений не отобразится ALTXXXX Инженерный режим. Нажмите клавишу ENTER, чтобы войти в нижеследующее меню:

- Тест клавиш (позволяет протестировать все клавиши и убедиться, что они функционируют)
- Тест ЖК экрана (проверяет все функции дисплея)
- Функции (Нажмите ENTER, чтобы перейти к настройке)
- Спящий режим (Включите для того чтобы консоль автоматически выключалась при неактивности в течение 20 минут)
- Тест мотора (Нажмите клавишу ENTER для запуска двигателя управления нагрузкой в непрерывном цикле). Дисплей показывает настройки уровня и результаты датчика положения. (Нажмите STOP для остановки теста.)
- Звуковой сигнал (Включение или выключение звука наживаемых клавиш)
- Система мер (переключение между английской и метрической системой)
- Сброс ОДО (сбрасывает значение одометра)
- Режим паузы (Включение этого режима устанавливает значение паузы равным 5 минутам, выключение делает паузу бесконечной)
- Безопасность (Позволяет заблокировать клавиатуру для исключения несанкционированного использования). Для включения нажмите клавишу Уровень вверх, затем клавишу ENTER.
- Заводские установки. Выход

Взрыв схема

Список деталей

№	Описание	Количество
1	Основная рама	1
2	Консольная стойка	1
3	Поручни	1
5	Задний стабилизатор	1
6	Направляющая регулировки сиденья по высоте	1
7	Каретка сиденья	1
8	Фланцевая гайка	1
9	Направляющее колесо в сборе	1
10	Консольный кронштейн	1
11	Ось кривошипа	1
14	Приводной ремень	1
15	Приводной шкив	1
16L	Кривошип (L)	1
16R	Кривошип (R)	1
17	6004 Подшипник	2
18	6203 Подшипник	2
19	Сиденье	1
20	Индукционный тормоза	1
21	Контроллер генератора / тормоза	1
22	Магнит	1
23	300m/m Кабель сенсорного датчика	1
24	Ø1" × 285L × 5T пенная накладка на поручень	2
25	Ø1" × 200L × 5T пенная накладка на поручень	2
26	Сенсорные датчики и кабель в сборе	2
27	Электронный модуль переменного тока	1
29	1700m/m компьютерный кабель	1
30	200m/m Кабель тормоза	1
31	950m/m_Кабель питания переменного тока	1
32	Пластина крепления переключателя	1
34	Консоль в сборе	1
34~1	Верхняя крашка	1
34~2	Нижняя крышка	1
35	Компенсаторы неровностей пола	2
36	Левая часть корпуса	1
37	Правая часть корпуса	1
38	Крышка консольной стойки	1
39	Крышка в основании сиденья	1

Список деталей

40	Крышка на передний стабилизатор	1
41	Крышка на задний стабилизатор	1
42	Крышка на поручень (верх)	2
43	Крышка на поручень (низ)	2
44	Ø5/16" × Ø25 × 3T нейлоновая шайба	2
45	Педаль (L)	1
46	Педаль (R)	1
47	Транспортировочные ролики	2
48	Компенсаторы неровностей пола	2
49	1" Пластиковые колпачки на поручни	4
50	3/8" × 2-1/4" Шестигранный болт	4
51	5/16" × 5/8" Шестигранный болт	9
52	5 × 19m/m Саморез	5
53	5/16" × 1-3/4" Болт с шестигранным пазом	2
54	1/4" × 3/4" Шестигранный болт	8
55	M8 × 170m/m_J Болт	1
56	M6 × 15mm Крестовой винт	3
57	3/16" × 15mm × 1.5T плоская шайба	1
58	M5 × 12m/m Крестовой винт	10
59	3/8" × 2 Болт с шестигранным пазом	2
60	M4 ×12m/m Крестовой винт	2
61	5 × 16m/m саморез	6
62	Ø3 × 20m/m саморез	4
63	Ø3.5 × 16m/m саморез по металлу	7
64	Ø3.5 × 20m/m саморез по металлу	1
65	Ø3 × 10m/m саморез	4
66	Ø17_C-образное кольцо	1
67	Ø20_C-образное кольцо	2
68	4 × 12m/m саморез по металлу	2
69	1/4" × 13mm × 1T плоская шайба	7
70	3/8" × 19mm × 1.5T плоская шайба	2
71	3/8" × 25mm × 2T плоская шайба	5
72	5/16" × 18mm × 1.5T плоская шайба	9
73	Ø17 × 23.5mm × 1T плоская шайба	1
76	Ø1/4" разомкнутая шайба	7
77	M8 × 7T контргайка	1
79	1/4" × 8T контргайка	4
80	5/16" × 6T контргайка	3

Список деталей

81	M4 × 5T контргайка	2
82	3/8" × 7T гайка	4
83	M10 × 1.25m/m гайка	2
84	5/16" × 2-1/2" болт с шестигранной головкой	1
85	Диск	2
86	Ручка регулировки сиденья по горизонтали	1
87	Провод стяжки	5
88	3.5 × 16m/m Саморез	5
92	13/15m/m Гаечный ключ	1
93	Отвертка	1
96	Крышка на кривошип	2
99	5/16" × 19 × 1.5T изогнутая шайба	1
100	12/14m/m гаечный ключ	1
101	Питьевая бутылка (опционально)	1
102	5/16" × 16 × 1T плоская шайба	1
103	5/16" × 1.5T разомкнутая шайба	2
104	Трансформатор переменного тока	1
105	Крышка на месте крепления поручней	1
106	Ручка регулировки сиденья по высоте	1
107	Внутренний обтекатель	1
109	400m/m аудиокабель (опционально)	1
114	Прокладка обтекателя	1
115	Кардиопояс (опционально)	1
116	Держатель питьевой бутылки	1
117	Гайка для ручки	1
125	M4 × 5L винт	2

Гарнтийные обязательства

Настоящие Гарантийные обязательства составлены в соответствии с положениями Закона Российской Федерации "О защите прав потребителей" и гарантийными обязательствами фирм-изготовителей.

Срок службы на всю продукцию, поставляемую компанией «Hasttings», составляет 7 лет при условии соблюдения правил эксплуатации и рекомендуемого технического обслуживания. Фактический срок эксплуатации может значительно превышать официально установленный.

Пожалуйста, внимательно изучите условия действия гарантии.

1. На все товары, распространяется гарантия продавца. Срок действия гарантии указан в гарантийном талоне, выданном при покупке товара.
2. Гарантийное и послегарантийное сервисное обслуживание товаров производится в Сервисном центре. Гарантийное обслуживание производится бесплатно. Перечисленные гарантии исчисляются со дня передачи товара потребителю. В течение 14-ти дней с момента покупки приобретённый в магазине товар надлежащего качества можно обменять на аналогичный в соответствии со ст. 25 закона РФ "О защите прав потребителей" (кроме товаров, перечисленных в постановлении Правительства Российской Федерации от 19 января 1998 г. N55 (редакция от 20 октября 1998 года)).
3. Срок службы на всю продукцию составляет 7 лет при условии соблюдения правил эксплуатации и рекомендуемого технического обслуживания.
4. Гарантия не распространяется на:

- повреждения (внешние и внутренние), вызванные любым механическим воздействием или ударом, трещины, сколы, царапины, задиры поверхностей, деформации материалов и деталей и т.п.
- расходные материалы***, имеющие ограниченный срок службы
- профилактические работы и техническое обслуживание и используемые при этом расходные материалы
- действия непреодолимой силы (пожар, несчастный случай, неисправность электрической сети и т.д.)

5. Гарантийный ремонт не производится в следующих случаях:

- выхода из строя электронного оборудования или повреждений, каких либо других частей в ходе неквалифицированной сборки, установки или ремонта изделия
- нарушение правил эксплуатации или употребление изделия не по назначению
- при самовольном вскрытии или попытке ремонта, произведённым неуполномоченными на то сервисными центрами
- использование изделия в целях осуществления коммерческой деятельности либо в связи с приобретением в целях удовлетворения потребностей предприятий, учреждений, организаций, если это не предусмотрено моделью изделия
- проникновение жидкости, пыли, насекомых и других посторонних предметов внутрь изделия
- отсутствует или неправильно заполнен гарантийный талон (отсутствует название модели, дата продажи, заводской номер изделия, штамп торговой организации), или при предъявлении талона сомнительного происхождения

Гарнтийные обязательства

- если повреждения, вызваны несоответствием Государственным стандартам параметров питающих, телекоммуникационных, кабельных сетей и другими внешними факторами (климатическими и иными)
- если недостаток изделия явился следствием использования нестандартных и (или) некачественных принадлежностей, аксессуаров, запасных частей, элементов питания, носителей информации различных типов или нестандартных форматов информации.

6. Для предъявления требования об обмене или возврате изделия необходимо соблюдение следующих условий:

- комплектность изделия, включая упаковочные принадлежности (коробка, элементы упаковки отдельных узлов и деталей, техническое описание и т. д.)
- сохранение товарного вида изделия (отсутствие царапин, потёртостей и т.д.)
- наличие оригинала товарного чека, правильно и чётко заполненный гарантийный талон.

7. Работы по техническому обслуживанию изделий (чистка и смазка приводов, деки, движущихся частей, замена расходных материалов и принадлежностей, дополнительная регулировка и калибровка и т.д.) производятся на платной основе, кроме случаев, обусловленных скрытыми дефектами оборудования. Данные виды работ выполняются за отдельную плату по утверждённому прейскуранту.
8. Сборка, установка и подключение изделия, описанная в документации, прилагаемой к нему, могут быть выполнены как самим пользователем, так и специалистами уполномоченных сервисных центров соответствующего профиля на платной основе
9. Если для проведения гарантийного ремонта в регионах РФ возникает необходимость транспортировки Изделия или его частей в специализированный сервисный центр Продавца, или возникает необходимость командировки представителя технической службы Продавца, все транспортные расходы возлагаются на Покупателя.

Условия гарантийных обязательств не предусматривают чистку, смазку, дополнительную регулировку, кроме случаев, обусловленных скрытыми дефектами оборудования. Данные виды работ выполняются за отдельную плату по утверждённому прейскуранту.

ВНИМАНИЕ!
ДАННЫЙ ТРЕНАЖЕР ПРЕДНАЗНАЧЕН ИСКЛЮЧИТЕЛЬНО ДЛЯ ДОМАШНЕГО НЕКОММЕРЧЕСКОГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ!

Производитель оставляет за собой право вносить изменения в конструкцию тренажёра, не ухудшающие его основные технические характеристики.

В случае возникновения каких-либо технических проблем, первоначально проконсультируйтесь с квалифицированным представителем сервисной службы компании Hasttings, большинство возникших ситуаций разрешается на месте и исключается высылка тренажера в адрес сервисного центра, что влечет за собой дополнительные расходы, затраты на доставку оборудования в сервисный центр возлагаются на отправителя.

Порядок обращения в сервисную службу

1. Общие положения

Сервисный центр выполняет техническое обслуживание и ремонт спортивного оборудования T.M., Hasttings и Spirit Fitness.

2. Обращение в Сервисный центр

Обращения в службу Сервисного центра происходят по телефону (495) 723-49-91 а так же на электронной адрес service@hasttings.ru Этот e-mail адрес защищен от спам-ботов, для его просмотра у Вас должен быть включен Javascript.

Обращения пользователей рассматриваются Сервисным центром в рабочее время: с 10:00 до 18.00 по московскому времени, с понедельника по пятницу (за исключением официальных праздников Российской Федерации).
Подробное руководство при обращении в сервисный центр.
необходимо уточнить следующую информацию:

— находится ли оборудование на гарантии и наличие гарантийного талона;
— тип, модель и заводской номер оборудования (см. маркировку оборудования);
— описание проблемы;
— контакты для связи с пользователем.

Эти данные необходимы Сервисному центру для определения типа сервисного обслуживания, который регламентирован теми или иными действиями, а также схемой расчетов. Кроме того, они помогут держать связь с пользователем для оперативного решения проблемы.
Обращения по телефону, электронной почте и заявки на техническую поддержку регистрируются. Техническую консультацию пользователь получает по телефону или по электронной почте. При обращении за консультацией по телефону, диспетчер соединяет пользователя с инженером Сервисного центра.
При возникновении неисправности оборудования, пользователь обращается в Сервисный центр, описывает неисправность и характер ее проявления. Инженер квалифицирует проблему и в случае необходимости, консультирует относительно ее решения по телефону (495) 723-49-91 или электронной почте service@hasttings.ruЭтот e-mail адрес защищен от спам-ботов, для его просмотра у Вас должен быть включен Javascript.
Во многих случаях неисправность можно устранить без замены деталей (то есть ремонт без замены деталей).
Если после выполнения рекомендаций инженера неисправность устранить не удалось, пользователь оформляет заявку на выездной ремонт. Доставка неисправного оборудования не находящегося на гарантии осуществляется за счёт заявителя в полном объеме.

3. Приоритеты и сроки обслуживания

Сервисный центр предусматривает очередность выполнения работ — по мере поступления заявок на техническую поддержку оборудования или ремонт. Правом на приоритетное обслуживание (вне очереди) обладают заказчики, оборудование которых находится на гарантийном, либо договорном техническом обслуживании.
Для каждой конкретной единицы оборудования и вида работ могут быть оговорены сроки обслуживания, отличные от принятых в Сервисном центре (стандартных): «срок реагирования», «срок прибытия инженера на место установки», «срок восстановления», «время обслуживания».

Порядок обращения в сервисную службу

Срок реагирования
Это время между обращением заказчика в Сервисный центр и консультацией инженера. Такая консультация представляет собой первый шаг к решению проблемы (устранению неисправности):
— немедленно
— в течение дня (стандартный)

Срок прибытия инженера на место установки оборудования
Это время между регистрацией запроса в Сервисном центре и прибытием инженера Сервисного центра на территорию заказчика(то есть на место установки оборудования):
— в течение дня
— на следующий день
— в течение 5 рабочих дней (стандартный)

Срок восстановления
Это время между проведением диагностики неисправностей оборудования в Сервисном центре или у пользователя на месте установки оборудования и ремонтом оборудования (приведением неисправного оборудования в рабочее состояние):
— в течение дня
— на следующий день
— в течение 5 дней
— в течение 20 дней (стандартный)

Время обслуживания
Это время, в течение которого инженер Сервисного центра выполняет работы по техническому обслуживанию или ремонту оборудования.
— Рабочее время (стандартно)

с 10:00 до 18:00 по московскому времени, с понедельника до пятницы (за исключением официальных праздников Российской Федерации).
Предлагаемые сроки обслуживания зависят от конкретного оборудования, которое приобрел заказчик, и действительны на территории г. Москвы и МО.

4. Порядок выполнения и стоимость работ

Работы по техническому обслуживанию или ремонту выполняются путем регулировки отдельных узлов (блоков), восстановления монтажных соединений, устранения механических повреждений и тому подобных р.
Сервисный центр
2. Обращение в Сервисный центр часы работы: 10:00-18:00
3. Приоритеты и сроки обслуживания выходные: суббота, воскресенье
4. Порядок выполнения и стоимость работ e-mail: service@hasttings.ru
5. Поставка запчастей со склада и под заказ тел.: 8 (495) 723-49-91

В случае возникновения каких-либо технических проблем, первоначально проконсультируйтесь с квалифицированным представителем сервисной службы компании Hasttings, большинство возникших ситуаций разрешается на месте и исключается высылка тренажера в адрес сервисного центра, что влечет за собой дополнительные расходы, затраты на доставку оборудования в сервисный центр возлагаются на отправителя.

SPIRIT FITNESS

A Heritage of Quality | The Spirit of Innovation