

РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

APPLEGATE

CRUX

скамья регулируемая



Уважаемый покупатель!

Поздравляем с удачным приобретением! Вы приобрели современный тренажер, который, как мы надеемся, станет Вашим лучшим помощником. Он сочетает в себе передовые технологии и современный дизайн.

Постоянно используя этот тренажер, Вы сможете укрепить сердечно-сосудистую систему и приобрести хорошую физическую форму. Надеемся, что данная модель удовлетворит все Ваши требования.

Прежде чем приступить к использованию тренажера, внимательно изучите настоящее руководство и сохраните его для дальнейшего использования. В случае возникших дополнительных вопросов обратитесь к продавцу или дилеру, который проконсультирует Вас и поможет устранить возникшую проблему.

Обязательно сохраняйте инструкцию по эксплуатации, это поможет Вам по прошествии времени вспомнить о функциях тренажера и правилах его использования.

Если у Вас возникли какие-либо вопросы по эксплуатации данного тренажера, свяжитесь со службой технической поддержки или уполномоченным дилером, у которого Вы приобрели тренажер.

Меры безопасности

Внимание!

Перед тем как приступить к тренировкам настоятельно рекомендуем пройти полное медицинское обследование, особенно если у Вас есть наследственная предрасположенность к повышенному давлению или сердечно-сосудистым заболеваниям. Неправильное или чрезмерно интенсивное выполнение упражнений может повредить Вашему здоровью.

Тренажер предназначен для домашнего использования. В целях обеспечения безопасности и надежной работы оборудования перед использованием тренажера ознакомьтесь с инструкцией.

При использовании тренажера следует соблюдать следующие базовые меры предосторожности:

- **ОСТОРОЖНО!** Во избежание удара током отключайте тренажер от сети после окончания использования и перед чисткой;
- **ВНИМАНИЕ!** Не следует оставлять включенный тренажер без присмотра во избежание удара током. Если тренажер не используется или производится его ремонт, установка или снятие комплектующих, отключите его от сети;
- Используйте тренажер только по назначению, описанному в данном руководстве. Во избежание получения травм используйте только те аксессуары, которые рекомендованы производителем;
- Во избежание травм и удара током не вставляйте какие-либо предметы в отверстия на тренажере;
- Не снимайте кожухи консоли. Ремонт тренажера должен производиться только сотрудниками сервисного центра;
- Не используйте тренажер, если заблокированы вентиляционные отверстия. Поддерживайте их в чистоте, удаляйте скапливающуюся пыль, волосы и т.д.;
- Не используйте тренажер, если у него повреждены шнур питания или вилка, если он работает некорректно, был поврежден или побывал в воде. Доставьте тренажер в сервисный центр для осмотра и ремонта;
- Не перемещайте тренажер за шнур питания и не используйте шнур как ручку;
- Шнуры питания не должны соприкасаться с нагревающимися поверхностями;
- Дети и лица с ограниченными возможностями могут находиться рядом с включенным тренажером или использовать его только под наблюдением;
- Тренажер не предназначен для использования вне помещения;
- Не пользуйтесь тренажером в местах, где распыляются аэрозоли или осуществляется подача кислорода;
- Для отключения переведите тумблеры включения/выключения в положение «выкл.(OFF)», а затем отключите шнур питания из розетки;
- Подключайте тренажер только к заземленной розетке;
- Не подставляйте руки под движущиеся части тренажера, следите, чтобы ваша одежда не попала в движущиеся части тренажера;
- Будьте осторожны при заходе на тренажер и спуске с него;
- **ОСТОРОЖНО!** Если вы почувствовали боль в груди, тошноту, головокружение или одышку, немедленно ПРЕКРАТИТЕ занятия на тренажере. Прежде чем возобновлять тренировки обратитесь за консультацией к врачу.

Транспортировка/Хранение/Ввод в эксплуатацию

Транспортировка и эксплуатация тренажера:

1. Тренажер должен транспортироваться только в заводской упаковке;
2. Заводская упаковка не должна быть нарушена;
3. При транспортировке тренажер должен быть надежно защищен от дождя, влаги, атмосферных осадков, механических перегрузок.

Хранение тренажера

Тренажер рекомендуется хранить и использовать только в сухих отапливаемых помещениях со следующими значениями:

1. температура + 10 - + 35 C;
2. влажность: 50 -75%;
3. если Ваш тренажер хранился при низкой температуре или в условиях высокой влажности (имеет следы конденсации влаги), необходимо перед эксплуатацией выдержать его в нормальных условиях не менее 2 – 4 часов и только после этого можно приступить к эксплуатации.

Настройка оборудования

Выбор места для тренажера

Место, где установлен тренажер, должно быть хорошо освещенным и проветриваемым. Установите тренажер на твердой, ровной поверхности, так, чтобы расстояние от стены или других предметов было достаточным (свободное пространство должно быть не менее 60 см по бокам, не менее 30 см перед оборудованием, не менее 60 см позади него).

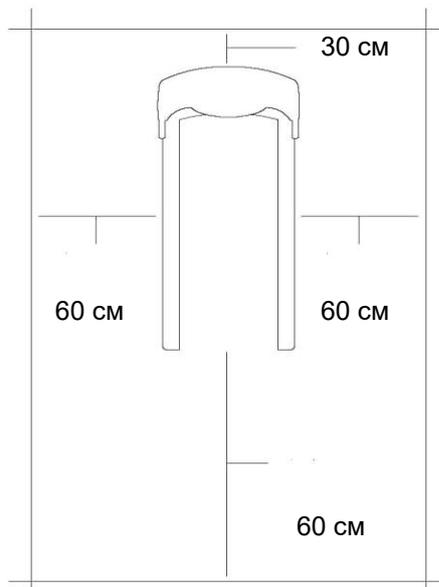
Свободное пространство сзади тренажера обеспечит вам комфортный подход к тренажеру и спуск с него

Если вы ставите тренажер на ковер, необходимо подложить под него коврик из твердой резины или пластика, чтобы предохранить ковер и оборудование от возможных повреждений.

Не размещайте тренажёр в помещениях с высокой влажностью, например, рядом с парной, сауной или закрытым бассейном. Водяные пары или хлор могут отрицательно повлиять на электронные и другие компоненты тренажера. Рекомендуется устанавливать тренажер в комфортном помещении.

Рекомендации по сборке

Перед сборкой тренажера тщательно изучите ее последовательность и выполняйте все рекомендации. Используйте для сборки приложенный или рекомендуемый инструмент. Убедитесь, что в наличии имеются все детали и они не повреждены. Не прикладывайте чрезмерных усилий к инструменту во избежание травм и повреждения элементов конструкции тренажера. Сначала соберите все детали тренажера, не до конца затянув гайки и Болты, и только убедившись, что конструкция собрана правильно, затяните их до конца.



Техническое обслуживание/ Гарантия/ Ремонт

ЧИСТКА ТРЕНАЖЕРА

Профилактическое обслуживание и ежедневная чистка оборудования продлят срок его эксплуатации и помогут сохранить его внешний вид.

При этом важно соблюдать следующие рекомендации:

- Защищайте тренажер от попадания прямого солнечного света, в противном случае возможно выцветание пластиковых деталей;
- Тренажер необходимо устанавливать в сухом месте;
- Для чистки используйте мягкую хлопчатобумажную ткань;
- Не применяйте абразивные препараты, агрессивные жидкости для чистки рабочих поверхностей тренажера, такие как ацетон, бензин, уайт-спириты, бензол и их производные во избежание повреждения лакокрасочных покрытий и пластиковых деталей. Для ухода рекомендуется применять слегка смоченную нейтральным раствором моющей (мыльный раствор) ткань с последующей протиркой сухой тканью;
- После каждого использования тренажера протирайте опоры, рукоятки и поручни;
- Проверяйте ход и надежность крепления валиков;
- Если тренажер неустойчив и «качается», выровняйте его;
- Регулярно выполняйте уборку территории вокруг тренажера.

ПРОВЕРКА ТРЕНАЖЕРА НА ПРЕДМЕТ ПОВРЕЖДЕНИЯ ДЕТАЛЕЙ

НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ тренажер, если он поврежден или имеет сломанные или изношенные детали. Используйте только те запасные части, которые поставляются заводом-изготовителем оборудования.

РЕГУЛЯРНО ПРОВОДИТЕ ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ ТРЕНАЖЕРА. Оно является залогом бесперебойной работы оборудования и сохранения гарантийных обязательств. Необходимо проводить регулярный осмотр тренажера. Дефектные детали следует немедленно заменять. Не следует использовать некорректно работающее оборудование до проведения ремонта. Обслуживание и ремонт должны проводиться только лицами, обладающими необходимой квалификацией.

ПРАВИЛА УХОДА И ТЕХНИЧЕСКОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ

ЕЖЕДНЕВНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

- Рекомендуем вам ежедневно протирать тренажер влажной тканью с мягким чистящим средством (мыльный раствор), не содержащим этилового или нашатырного спирта.

ЕЖЕНЕДЕЛЬНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

- Проверить горизонтальное положение тренажёра. В случае необходимости выровняйте его.
- Протереть детали тренажёра: поручни, фиксаторы от пыли, грязи и пота.

ЕЖЕМЕСЯЧНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

- Проверьте затяжку винтов на всех соединениях.
- Убедитесь в отсутствии люфта после затяжки винтов.
- Пропылесосьте пространство под и вокруг тренажёра.

ЕЖЕКВАРТАЛЬНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

- Смажьте шарнирные соединения (рекомендуется использовать тефлоновую смазку).
- Проверьте состояние фиксаторов и крепления для ног.

Тренажёр предназначен для домашнего использования.

Условия гарантии и сервисного обслуживания указаны в Гарантийном талоне.

Убедитесь, что вы ознакомились с содержанием Гарантийного талона.

Не выбрасывайте гарантийный талон.

Указания по утилизации

Информация для пользователя

Данный тренажер не относится к бытовым отходам. Пожалуйста, не выбрасывайте оборудование либо элементы питания вместе с бытовыми отходами, для утилизации использованных элементов питания пользуйтесь действующими в Вашей стране системами возврата и сбора для утилизации.

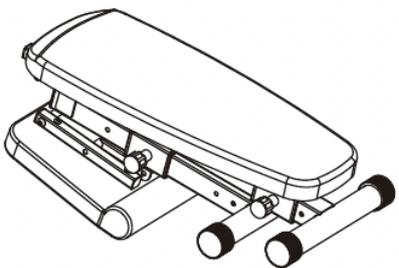
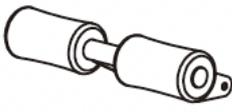
Надлежащий отдельный сбор разобранных приборов, которые впоследствии отправятся на переработку, утилизацию или экологичное захоронение, способствует предотвращению возможных негативных воздействий на окружающую среду и здоровье человека, а также позволяет повторно использовать материалы, из которых изготовлено устройство. За незаконную утилизацию устройства пользователь может быть привлечен к административной ответственности, предусмотренной действующим законодательством.



Инструкция по технике безопасности

1. Перед сборкой и использованием тренажера очень важно внимательно ознакомиться со всем содержанием руководства по эксплуатации. Только правильная установка, техническое обслуживание и использование тренажера могут обеспечить безопасную и эффективную тренировку. Пользователь несет ответственность за информирование всех пользователей о мерах предосторожности, которые необходимо соблюдать во время использования тренажера.
2. Перед использованием тренажера пользователь должен проконсультироваться с врачом о текущем физическом состоянии, чтобы определить, представляет ли использование данного тренажера угрозу для здоровья. Если пользователь страдает из-за проблем с сердцем, кровяным давлением, уровнем холестерина и другими болезнями, то необходимо проконсультироваться с врачом перед тренировкой.
3. Обратите внимание на текущее физическое состояние, неправильные или чрезмерные тренировки могут нанести вред здоровью. Прекратите тренировку, если испытываете любой из следующих симптомов: слабость, теснение в груди, нерегулярное сердцебиение, одышку, головную боль, головокружение, тошноту. При появлении вышеуказанных симптомов, проконсультируйтесь с врачом, прежде чем продолжать заниматься на тренажере.
4. Не допускайте детей и домашних животных к тренажеру, так как оборудование предназначено только для взрослых; Тренажером одновременно может пользоваться только один человек.
5. Для использования тренажер следует разместить на твердой и ровной поверхности, а пол или ковер покрыть защитным слоем, чтобы предотвратить повреждения, и обеспечить место, чтобы расстояние от тренажера составляло не менее 0,5 метра;
6. Убедитесь, что оборудование используется в соответствии с инструкциями, приведенными в руководстве. При обнаружении дефекта в деталях в процессе сборки и технического обслуживания или при появлении различных звуков во время использования, немедленно прекратите использование. Приступайте к использованию тренажера, после того как убедитесь, что все проблемы устранены.
8. Не надевайте слишком свободную одежду во время использования тренажера. Такая одежда может застрять где-нибудь в оборудовании, что затруднит работу тренажера;
9. Будьте осторожны при подъеме или перемещении данного оборудования, чтобы избежать травм спины.

Список комплектующих частей

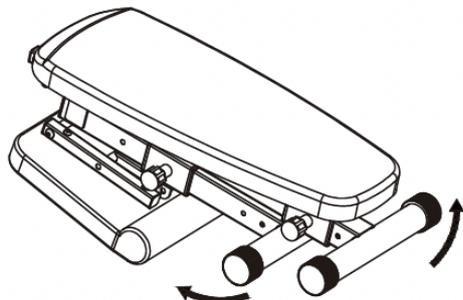
 <p>Основная рама x1</p>	 <p>Держатель для ног x1</p>
 <p>Руководство пользователя x1</p>	 <p>Штифт x1</p>
 <p>Гайка М8*1шт</p>	 <p>Плоская прокладка Ф8*2шт</p>
 <p>Винт М8*75*1шт</p>	 <p>Гаечный ключ</p>
 <p>Шестигранный ключ</p>	

Технические характеристики

Категория товара	Скамья
Модель товара	W130382860
Размер в разложенном состоянии	1270 * 360 * 430 мм
Размер в сложенном состоянии	750*360*270 мм
Максимальная грузоподъемность	150 кг
Вес нетто	12 кг
Вес брутто	13,5 кг

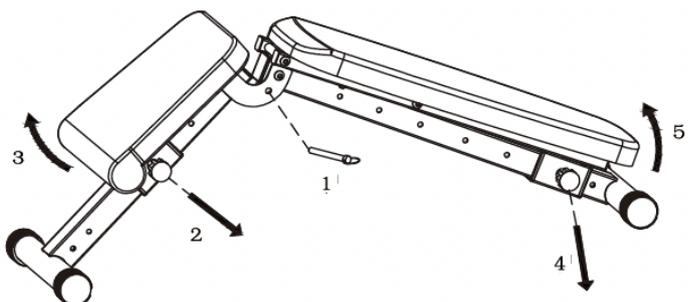
Инструкция по сборке тренажера

ШАГ 1



Достаньте оборудование из коробки и раздвиньте стабилизаторы с обоих концов по направлению стрелки.

ШАГ 2

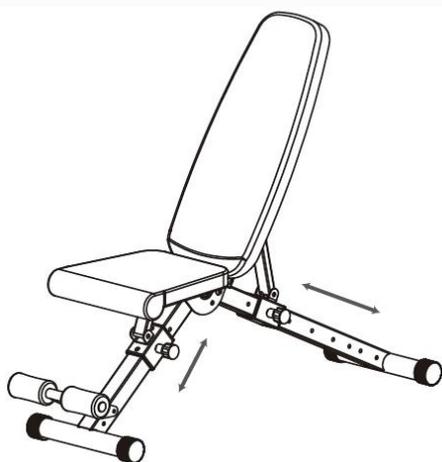


- (1) Вставьте штифт в отверстие, указанное на рисунке;
- (2) Раскрутите регулировочную ручку в соответствии с тем, как указано на рисунке;
- (3) По направлению стрелки поднимите сиденье вверх;
- (4) Раскрутите регулировочную ручку и поднимите спинку в соответствии с направлением стрелки 5.

ШАГ 3



Регулировка спинки и сиденья



Регулировка спинки:

Вытяните штифт наружу, подвиньте опорный стержень и поднимайте спинку до тех пор, пока не будет зафиксирован соответствующий предел.

Регулировка сиденья:

Вытяните штифт наружу, отрегулируйте угол наклона подушки, установите соответствующее положение. Угол и положение отверстия должны совпадать с положением заднего штифта.

Внимание: Перед использованием убедитесь, что все детали оборудования полностью закреплены

Технические характеристики:

Назначение	Домашнее
Тип	скамья универсальная
Упражнения	мышцы рук, груди и плеч
Рама	стальная усиленная с однослойной покраской (основной профиль 50*50*1.5 мм.)
Нагрузка	свободный вес
Сиденье	комфортабельное эргономичное с обивкой из кожи, толщина 43 мм
Регулировка положения спинки	есть (- 25, 0, 15, 30, 45, 60, 80 градусов)
Регулировка положения сидения	есть (0, 25 градусов)
Складывание	есть
Макс. вес пользователя	150 кг
Размер в рабочем состоянии (Д*Ш*В)	127*36*43 см
Размер в сложенном виде (Д*Ш*В)	75*36*27 см
Размер в упаковке (Д*Ш*В)	78*37*29 см
Вес нетто	12 кг

Поставщик: ООО «Фитатлон», 115230, Россия, г. Москва, Каширское шоссе, дом 13Б, 5 этаж, комната №31 в помещении №1.

Дата изготовления указана на упаковке тренажера.

Упаковка содержит информацию о дате изготовления оборудования, указанную в виде шифра.

Пример: С190122, где 19 – год изготовления, 01 – месяц изготовления, 22 – внутренний номер учета.

Оборудование сертифицировано в соответствии с Техническим Регламентом Таможенного Союза.

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

Все актуальные изменения в конструкции либо технических спецификациях изделия отражены на официальном сайте поставщика оборудования ООО «Фитатлон» www.fitathlon.ru

Последнюю версию Руководства пользователя Вы можете найти на сайте поставщика ООО «Фитатлон» www.fitathlon.ru

ВНИМАНИЕ! ТРЕНАЖЕР ПРЕДНАЗНАЧЕН ДЛЯ ДОМАШНЕГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ