



ТРЕНАЖЕР Rider (наездник)

Артикул: VT-302

Модель: НТ

Спасибо за ваш выбор. Свяжитесь с нами любым удобным для вас способом при возникновении любых вопросов и наш профессиональный сервисный центр всегда будет рад помочь вам в решении вашей проблемы.



**Руководство по установке
и эксплуатации**

ВАЖНЫЕ МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ

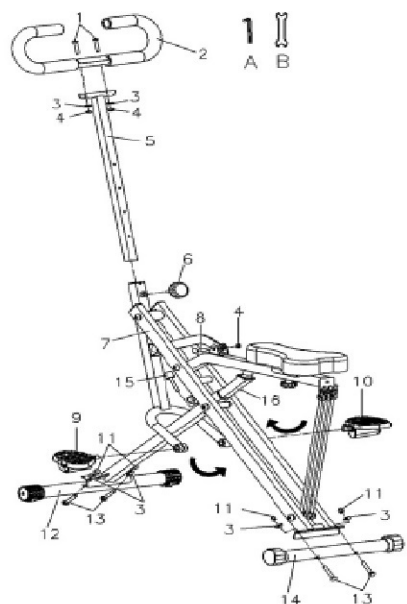
Этот тренажер спроектирован с учетом максимальной безопасности. Однако при работе с тренажером необходимо соблюдать определенные меры предосторожности. Обязательно прочтите все руководство перед сборкой или эксплуатацией устройства. В частности, обратите внимание на следующие меры безопасности:

1. Не подпускайте детей и домашних животных к тренажеру. ЗАПРЕЩАЕТСЯ оставлять детей без присмотра в одной комнате с тренажером.
2. Тренажером одновременно может пользоваться только один человек.
3. Если пользователь испытывает головокружение, тошноту, боль в груди или любые другие нетипичные симптомы, немедленно прекратите тренировку. НЕМЕДЛЕННО ОБРАТИТЕСЬ К ВРАЧУ.
4. Установите тренажер на чистую ровную поверхность. ЗАПРЕЩАЕТСЯ использовать тренажер рядом с водой или на открытом воздухе.
5. Держите руки подальше от всех движущихся частей устройства.
6. При выполнении упражнений всегда надевайте подходящую спортивную одежду. ЗАПРЕЩАЕТСЯ носить халаты или другую одежду, которая может застрять в машине. При использовании тренажера также необходима беговая или аэробная обувь.
7. Используйте тренажер только по назначению, как описано в этом руководстве. ЗАПРЕЩАЕТСЯ использовать аксессуары, не рекомендованные производителем.
8. Не кладите вокруг тренажера какие-либо острые предметы.
9. Инвалиды не должны использовать машину без присутствия квалифицированного специалиста или врача.
10. Перед использованием тренажера всегда делайте упражнения на растяжку, чтобы правильно разогреться.
11. Никогда не используйте тренажер, если он не работает должным образом.
12. Максимальный вес пользователя - 110 кг.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ: ПЕРЕД НАЧАЛОМ ЛЮБОЙ ПРОГРАММЫ ТРЕНИРОВОК ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВАШИМ ВРАЧОМ. ЭТО ОСОБЕННО ВАЖНО ДЛЯ ЛИЦ СТАРШЕ 35 ЛЕТ ИЛИ ЛЮДЕЙ, ИМЕЮЩИХСЯ ПРОБЛЕМАМИ СО ЗДОРОВЬЕМ. ПРОЧИТАЙТЕ ВСЕ ИНСТРУКЦИИ ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ФИТНЕС-ОБОРУДОВАНИЯ. СОХРАНИТЕ ЭТИ ИНСТРУКЦИИ.



Спецификация

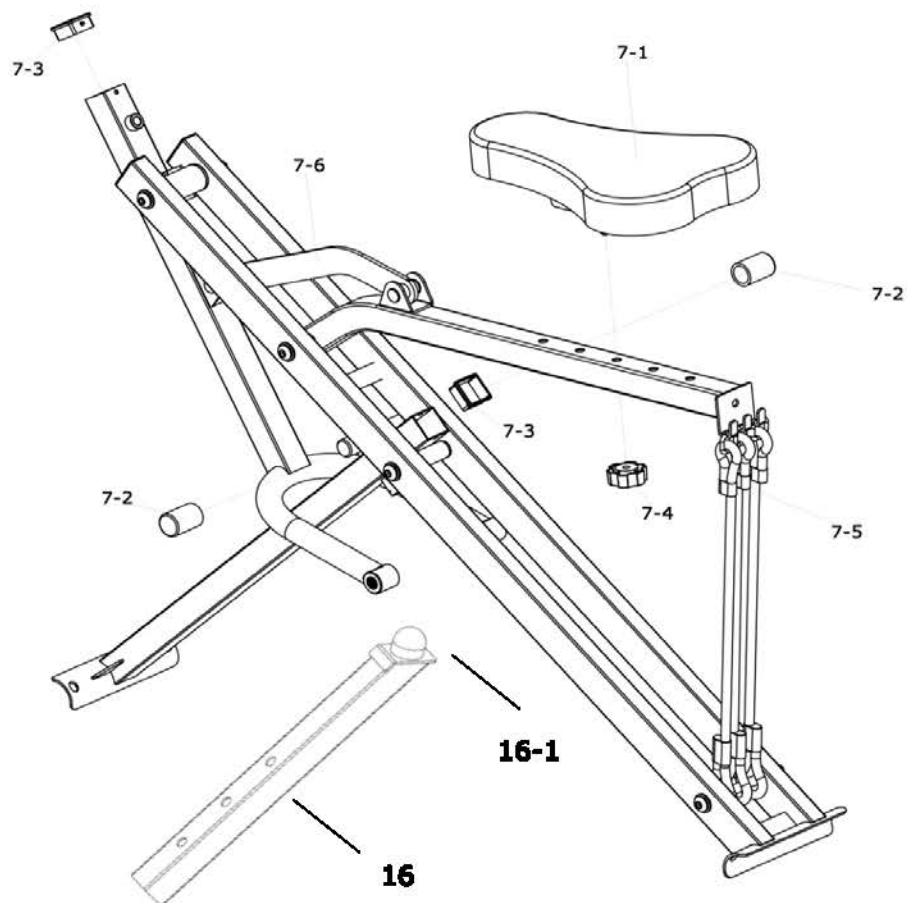


№.	Изображение	шт	Наименование
1		2	Болт
2		1	Поручни
3		6	Шайба
4		3	Нейлоновая гайка
5		1	Реглир. стойка
6		1	Рукоятка
7		1	Основная рама
8		1	Болт
9		1	Левая педаль
10		1	Правая педаль
11		4	Гайка
12		1	Передняя опора
13		4	Болт
14		1	Задняя опора
15	1	Штифт	
A		1	Шестигранник
B		1	Гаечный ключ

4. Спецификация



Материалы	Сталь, полипропилен, ПВХ
-----------	--------------------------

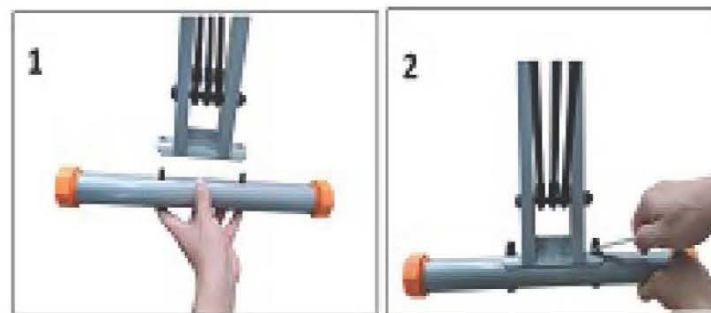
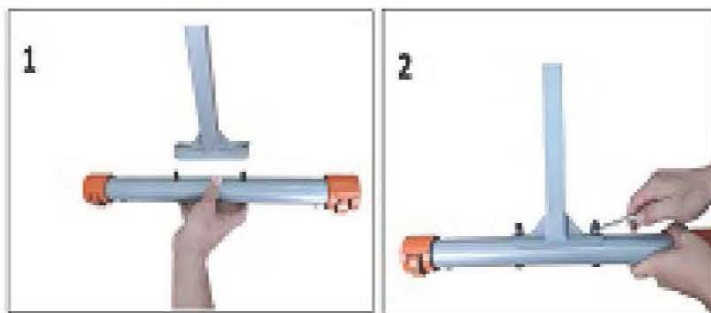


№ детали	Наименование	Кол-во
7-1	Сидение	1
7-2	Квадратная пластиковая втулка от 30 мм до 25,5 мм	2
7-3	Круглая пластиковая втулка от 25 до 18 мм	2
7-4	Ручка	1
7-5	Ремни сопротивления	3
7-6	Соединительный кронштейн	1
16	Регулируемая труба 25 мм квадратная	1
16-1	Резиновая куполообразная подушка 25 * 22 мм	1



Шаг 1.

Прикрепите переднюю и заднюю опоры к основной раме с помощью болтов, шайб и гаек, используйте гаечный ключ



Шаг 2.

Прикрепите педали к основной раме с помощью гаечного ключа.

Обратите внимание, что правая педаль закручивается по часовой стрелке, левая педаль - против часовой стрелки.



Шаг 3.

Вставьте регулировочную стойку в раму, вы можете отрегулировать комфортную для вас высоту. Затем зафиксируйте стойку с помощью штифта.

Сиденье может иметь 3 положения, изменяемые по вертикали (0-10-20 градусов)



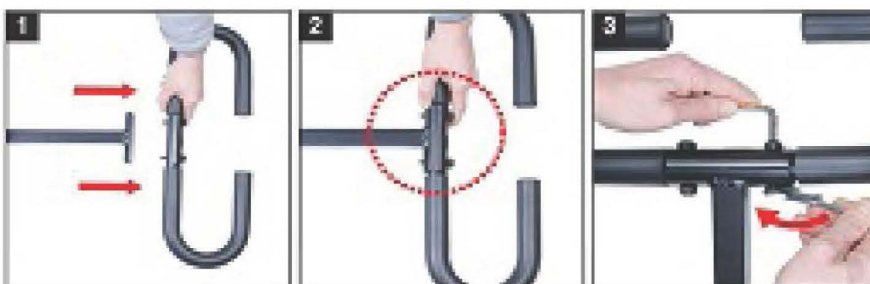
Шаг 4.

Прикрепите соединительную трубу с помощью болта и нейлоновой гайки.



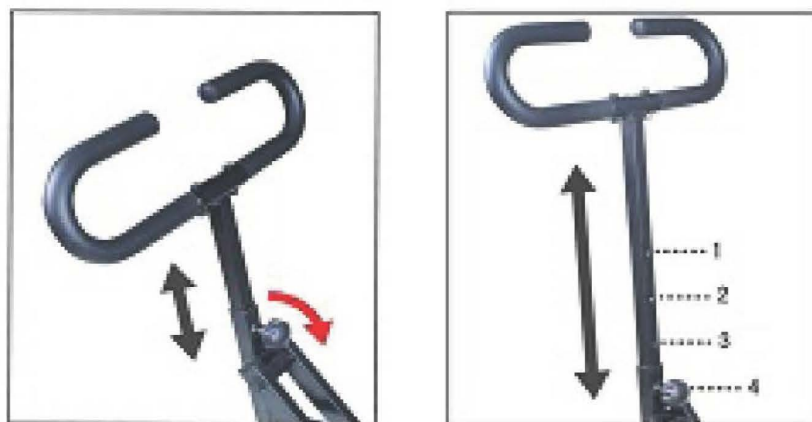
Шаг 5.

Прикрепите ручки к основной раме с помощью болта, шайбы, нейлоновой гайки.



Шаг 6.

Закрепите поручень на раме, вы можете настроить комфортную для вас высоту поручня. Затем зафиксируйте его с помощью рукоятки.



7

Шаг 7.

Прикрепите сидение к опоре с помощью рукоятки и шайбы.

Сиденье имеет 5 горизонтальных положений.



Шаг 8.

Закрепите веревку на опоре сидения.

Сопротивление

1 лента - 5 кг

2 ленты - 10 кг

3 ленты - 15 кг



Шаг 9

Вид в собранном и разобранном состоянии



8