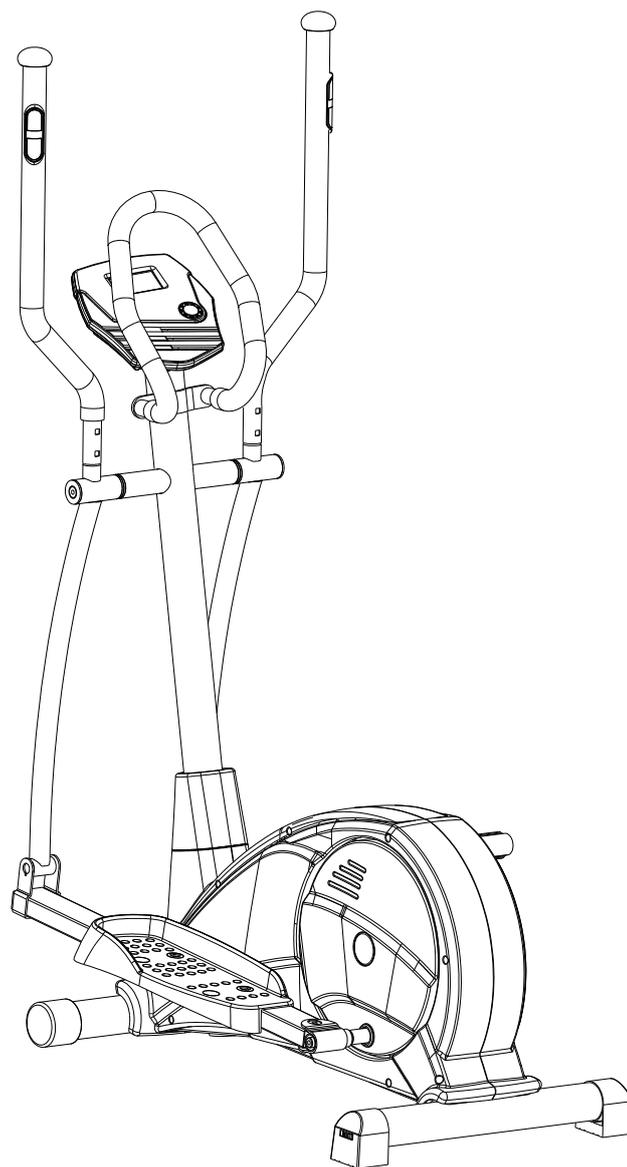
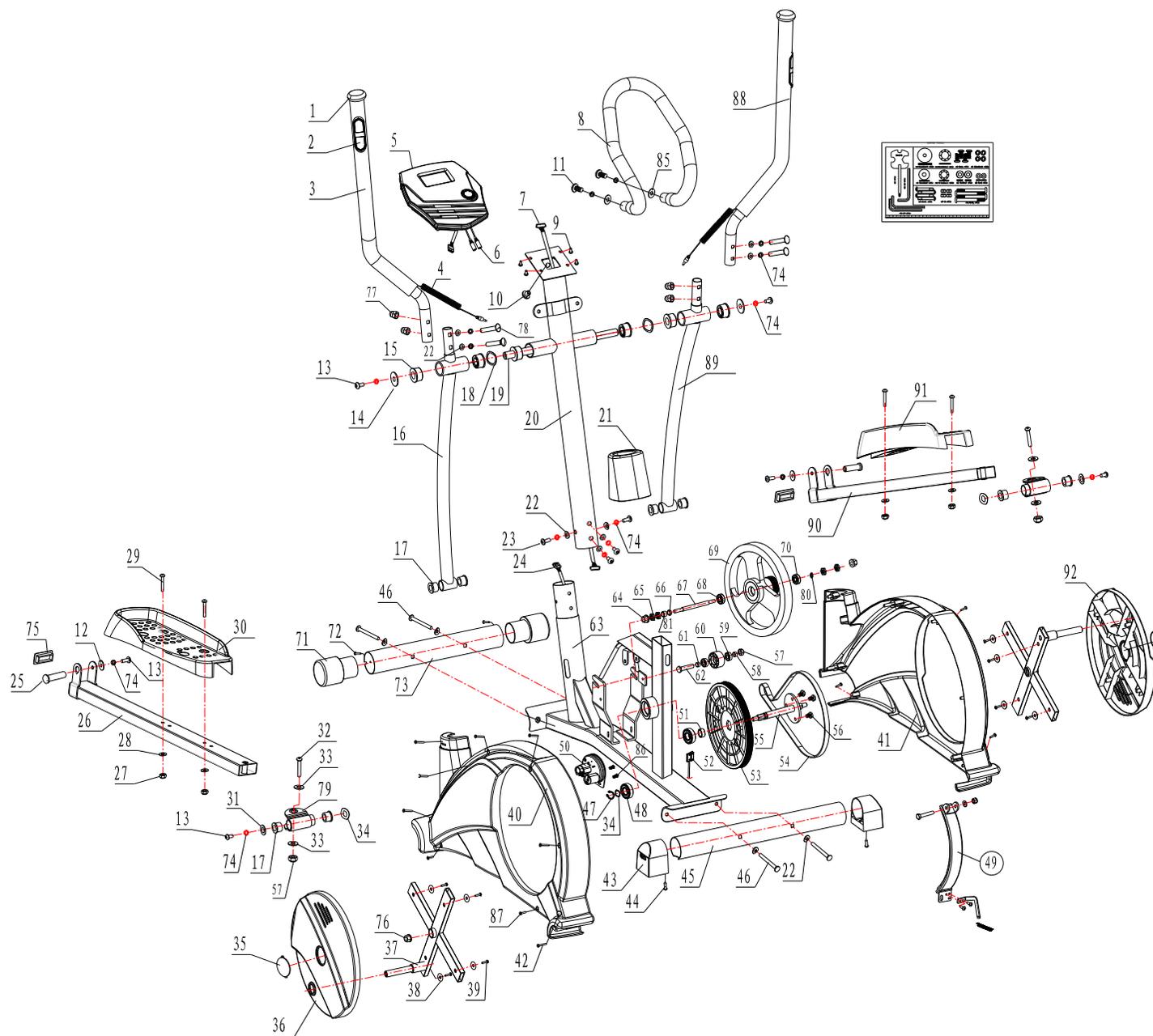


Паспорт пользователя ***EVO FITNESS ORION EL***

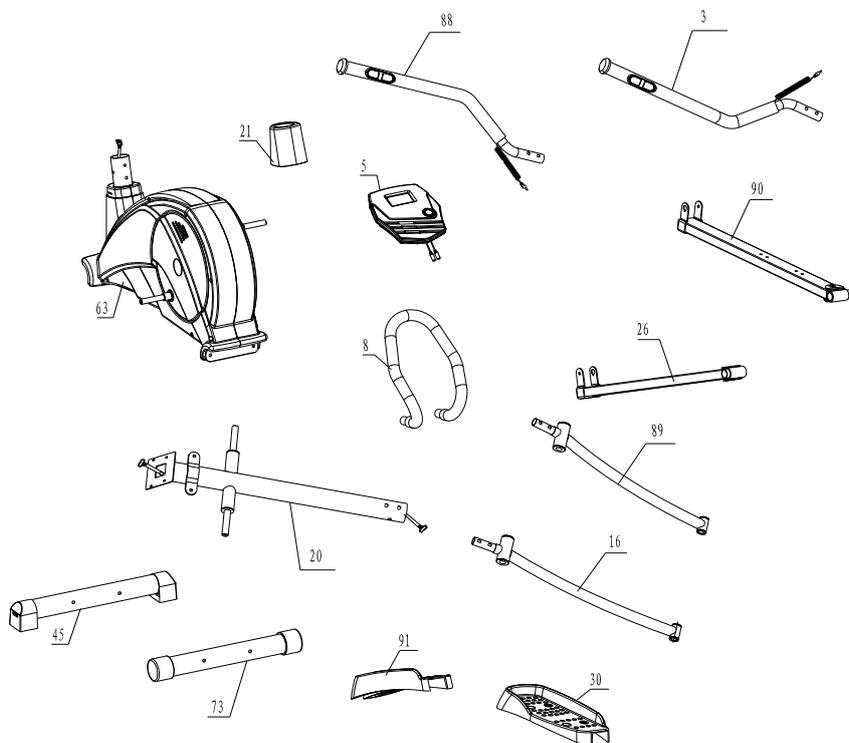


В разобранном виде



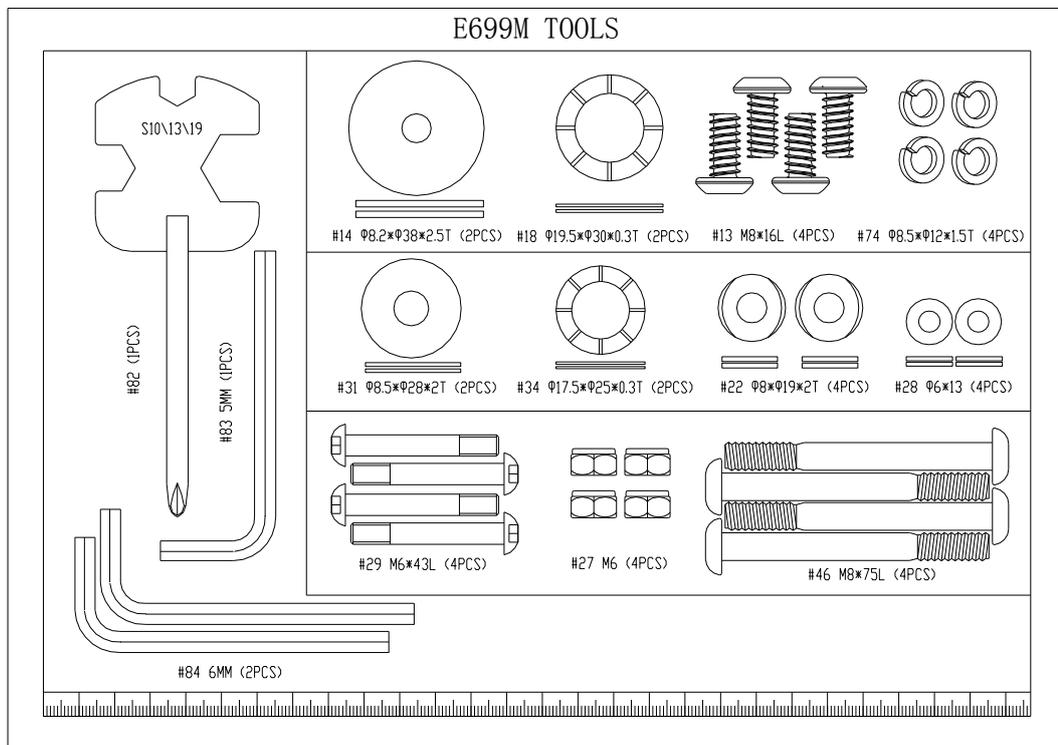
NO	Описание	Кол -во	NO	Описание	Кол -во
1	Заглушка	2	48	6203 подшипник	2
2	Датчик пульса	2	49	Магнит	1
3	Рукоятка	1	50	Мотор	1
4	Кабель пульса	2	51	Стальной вкладыш	1
5	Компьютер	1	52	Сенсор	1
6	Провод пульс-компьютер	2	53	φ 260 Шкив	1
7	Кабель мотора	1	54	Ремень	1
8	Руль	1	55	Ось шкива	1
9	M5 Винт	4	56	M8 шестигранный винт	3
10	Кабельная стяжка	1	57	Накидная гайка	2
11	M8*20mm винт	2	58	9mm вкладыш	2
12	Плоская шайба	2	59	6900Z подшипник	2
13	M8 винт	6	60	Холостое колесо	1
14	Φ 38 Плоская шайба	2	61	3mm вкладыш	1
15	Пластиковый вкладыш для оси	6	62	Холостой болт	1
16	Рычаг педали L	1	63	Главная рама	1
17	Пластиковый вкладыш	8	64	Гайка для маховика	2
18	Волнообразная шайба	2	65	Гайка	3
19	Ось	1	66	6mm вкладыш	1
20	Стойка руля	1	67	Ось маховика	1
21	Средняя крышка	1	68	6000 подшипник	1
22	Шайба	12	69	φ 260*30W*6KG	1
23	M8 винт	4	70	6900 подшипник	1
24	Нижний кабель мотора	1	71	Передний стабилизатор	2
25	Полый винт	2	72	ST3 винт	2
26	Трубка педали L	1	73	Передняя трубка	1
27	M6 Нейлоновая гайка	4	74	Пружинная шайба	16
28	Φ 13 Плоская шайба	4	75	Задняя крышка	2
29	M6 Болт	4	76	Накидная гайка	2
30	Педаль L	1	77	Несущая гайка	4
31	Φ 25 Плоская шайба	2	78	Винт	4
32	M8 Болт	2	79	Регулируемый узел	2
33	Плоская шайба	4	80	Шайба	1
34	Волнообразная шайба	3	81	21mm вкладыш	1
35	Декоративная крышка	2	82	Ключ	1
36	Крышка колеса L	1	83	Шестигранный ключ 5mm	1
37	Крестовой держатель	2	84	Шестигранный ключ 6mm	2
38	Φ 16 Плоская шайба	8	85	Плоская шайба	2
39	ST4 винт	8	86	Винт M5*10	2
40	Крышка L	1	87	Винт	6
41	Крышка R	1	88	Правая рукоятка R	1

42	ST4 Винт	6	89	Рычаг педали R	1
43	Задний стабилизатор	2	90	Трубка педали R	1
44	ST4 винт	2	91	Педаль R	1
45	Задняя трубка	1	92	Крышка R	1
46	M8 болт	4			
47	C-образная скобка	1			



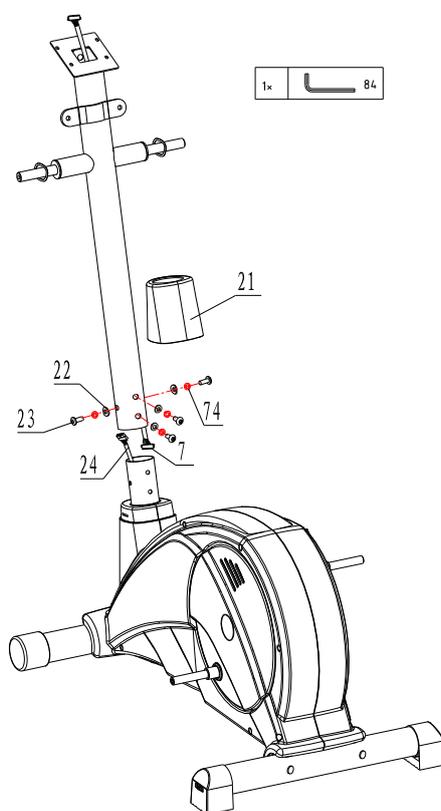
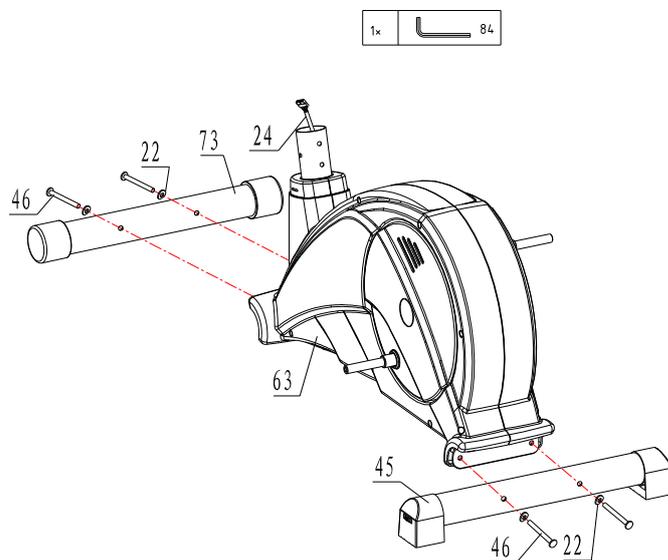
NO	Описание	Кол -во	NO	Описание	Кол -во
3	Рукоятка L	1	26	Трубка педали L	1
88	Рукоятка R	1	90	Трубка педали R	1
5	Компьютер	1	30	Педаль L	1
8	Руль	1	91	Педаль R	1
16	Рычаг педали L	1	45	Задний стабилизатор	1
89	Рычаг педали R	1	63	Рама	1
20	Стойка руля	1	73	Передний стабилизатор	1
21	Средняя крышка	1			

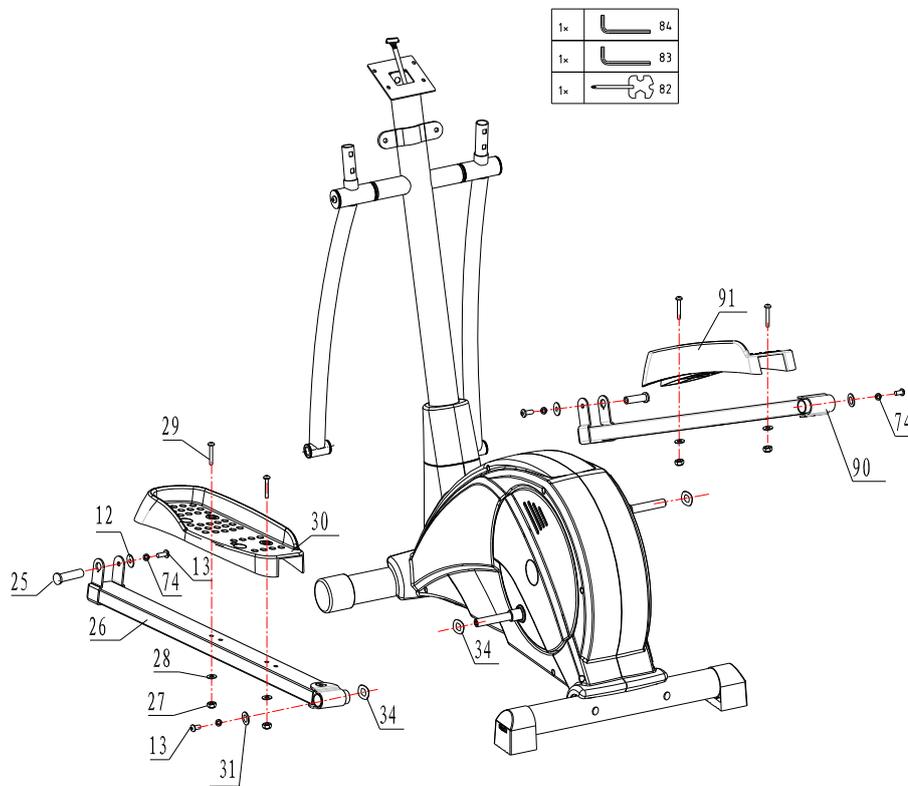
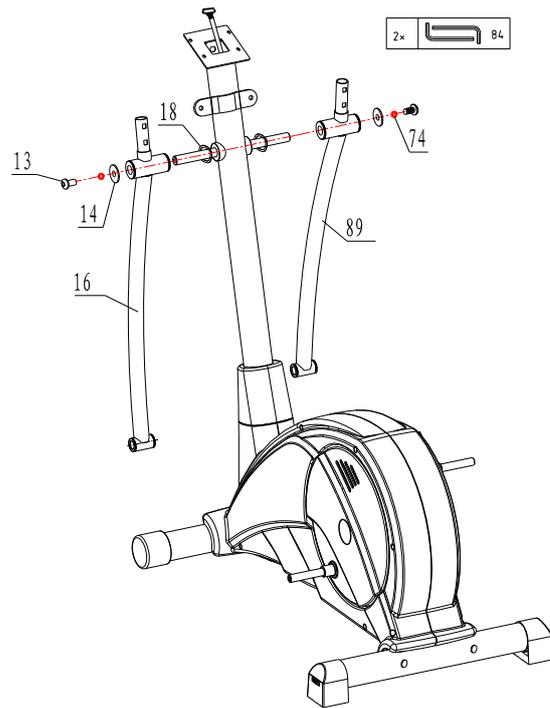
E699M TOOLS

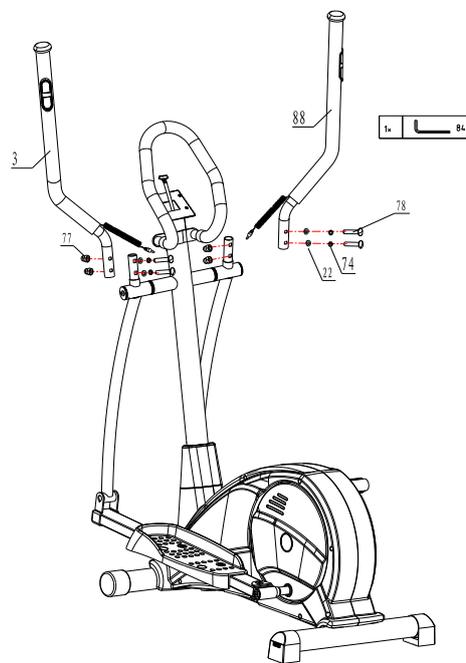
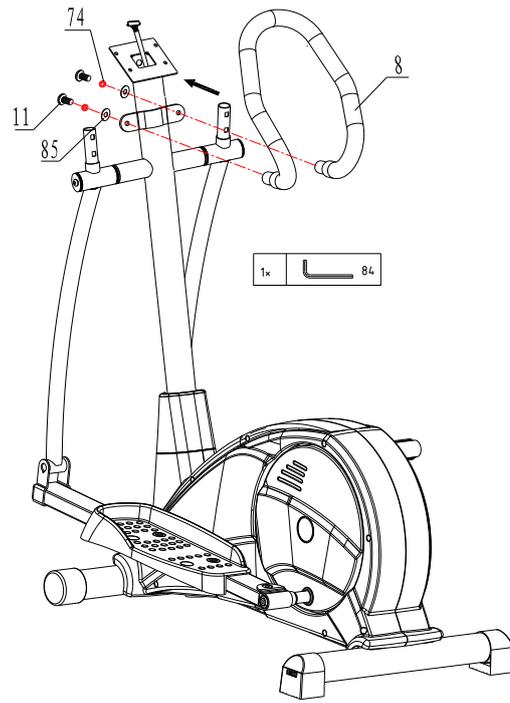


NO	Описание	Кол -во	NO	Описание	Кол -во
13	Винт М8*Р1.25*16L,6	4	31	Плоская шайба Ф8.5*Ф28*2Т,	2
14	Плоская шайба Ф8.2*Ф38*2.5Т	2	34	Волнообразная шайба Ф17.5*Ф25*0.3Т,	2
18	Волнообразная шайба Ф19.5*Ф30*0.3Т,	2	46	Винт М8*Р1.25*75L*S20L,6	4
22	Шайба Ф8*Ф19*2Т,	4	74	Пружинная шайба Ф8.5*Ф12*1.5Т	4
27	Нейлоновая гайка М6*5.5Т,10	4	82	Ключ 10/13/19	1
28	Плоская шайба Ф6*Ф13*1Т	4	83	Шестигранный ключ 5mm	1
29	Винт М6*43L*S11L,	4	84	Шестигранный ключ 6mm	2

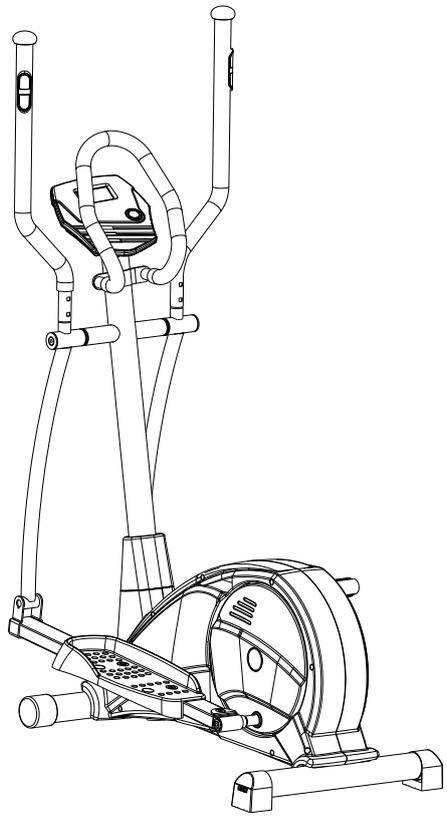
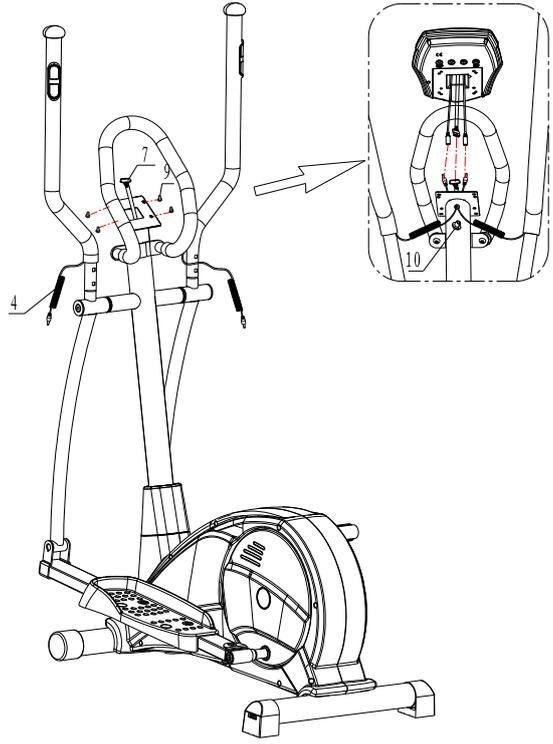
Инструкция по сборке



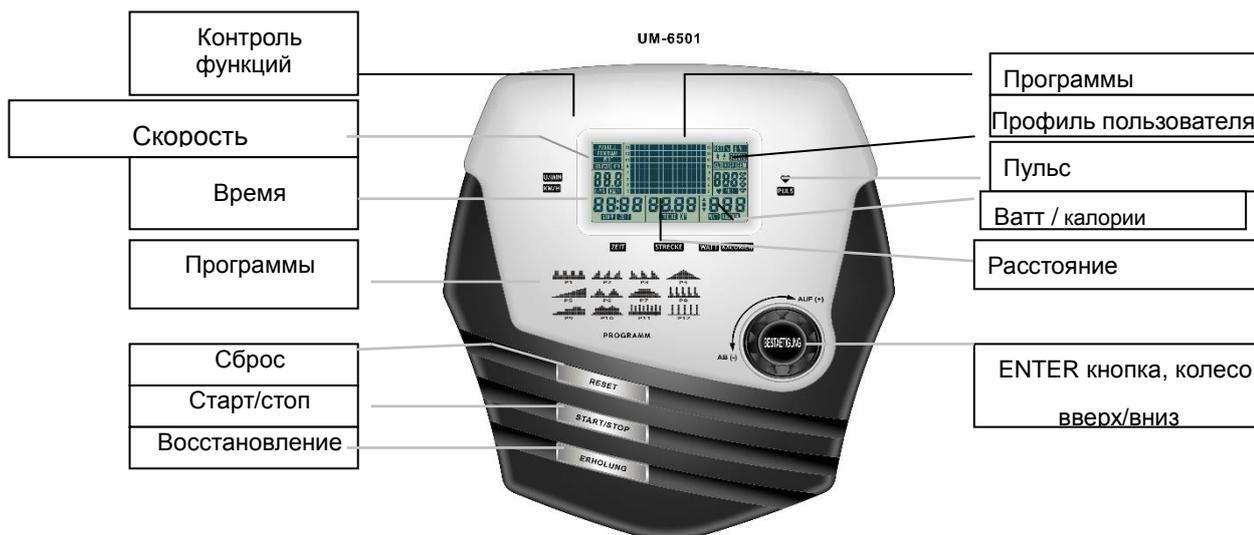




1x  82



Функции компьютера



Значения

SCAN	: выбор между Ватт/калории и Об/мин/скорость.
RPM (об/мин)	: 0~15~999
Скорость	: 0.0~99.9 км/ч
Время	: 0:00~99:59.
Расстояние	: 0.00~99.99 км
Калории	: 0~999.
Ватт	: 0~999
Пульс	: P~30~240
Значок сердца	: вкл/выкл, мигает
Ручная настройка	: 1~16 ур
Программы	: P1~P12
Пользовательские программы	: U1~U4
H.R.C (целевое значение пульса)	: 55%、75%、90%、

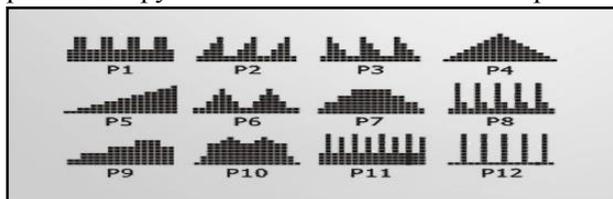
Напряжение : 6 V , 500 мА

Функции

Ручная настройка.

Установите уровень нагрузки самостоятельно, затем (если необходимо) установите параметры Время/расстояние / калории / пульс, затем нажмите START/STOP.

Программы 12 предустановленных программ (P1~P12),
Уровень нагрузки может быть изменен во время тренировки.



Персональные программы

Создайте собственный профиль U1~U4 установив нагрузку для каждого отдельного сегмента. Программа автоматически сохранится для дальнейшего использования. U0 настраивается также, как и U1~U4, но данные этой программы не сохраняются.

Контроль пульса

Выберите свое целевое значение пульса или используйте стандартные значения 55%, 75%, и 90%. Введите возраст в свой профиль, чтобы целевое значение было посчитано корректно. Окно PULSE начнет мигать, когда вы достигните целевого значения.

Восстановление:

(1) После нажатия кнопки восстановления, функция начнет работать, только показатели пульса и времени будут на экране, другие показатели будут не видны. TIME покажет "1: 00", компьютер начнет обратный отсчет, показатель пульса начнет мигать. Другие части дисплея будут отключены.

(2) Экран покажет значение F1-F6. (Где F1показатель, а F6 худший)

Операции

1. После включения программа U1 будет включена автоматически но вы можете выбрать любую из пользовательских программ с помощью UP/DOWN колеса, затем нажмите ENTER для подтверждения. Введите пол, возраст, рост и вес. Затем нажмите ENTER.
2. Экран контроля функций начнет мигать, чтобы вы могли выбрать программу P1-P12 с помощью UP/DOWN колеса, затем нажмите ENTER для подтверждения. Любое значение может быть изменено, нажимая ENTER, пока нужное значение не появится на экране. Нажмите ENTER еще раз.
3. Нажмите START/STOP, чтобы начать тренировку.

Функции кнопок

1. ENTER: Выбор и подтверждение .
2. TOTAL RESET: - удерживайте 2 секунды, чтобы обнулить все значения.
3. UP/DOWN : Уменьшает, увеличивает или выбирает опцию.
4. START/STOP KEY : старт/стоп.
5. RESET : Обнуляет выбранное значение.
6. RECOVERY : Запускает программу восстановления.

Примечания

1. Подключите адаптер в сеть.
2. Берегите компьютер от влаги.

*** Важная информация по безопасности ***

1. Держите тренажер в недоступном для детей месте, не позволяйте детям находиться вблизи тренажера, когда вы занимаетесь.
2. Не тренируйтесь стоя.
3. Не тренируйтесь в свободной одежде.
4. Используйте подходящую спортивную обувь.
5. Располагайте тренажер на устойчивом месте.
6. Тормозной путь тренажера зависит от набранной скорости.
7. Тренажер предназначен для домашнего использования.
8. Перед каждым использованием, что все запчасти крепко соединены с собой, а болты затянуты.
9. Безопасность тренировок может гарантироваться только при регулярном осмотре тренажера на предмет повреждений или износа.
10. Этот тренажер не предназначен для терапевтического использования.

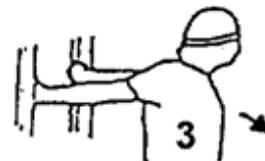
Разминка



15 секунд для каждой руки



20 секунд



20 секунд



25 секунд



20 секунд



20 секунд



30 секунд



25 секунд



30 секунд



20 секунд



3 раза по 5 секунд



20 секунд



20 секунд для каждой ноги



5 раз



15 секунд

