



BRADXRUSSIA

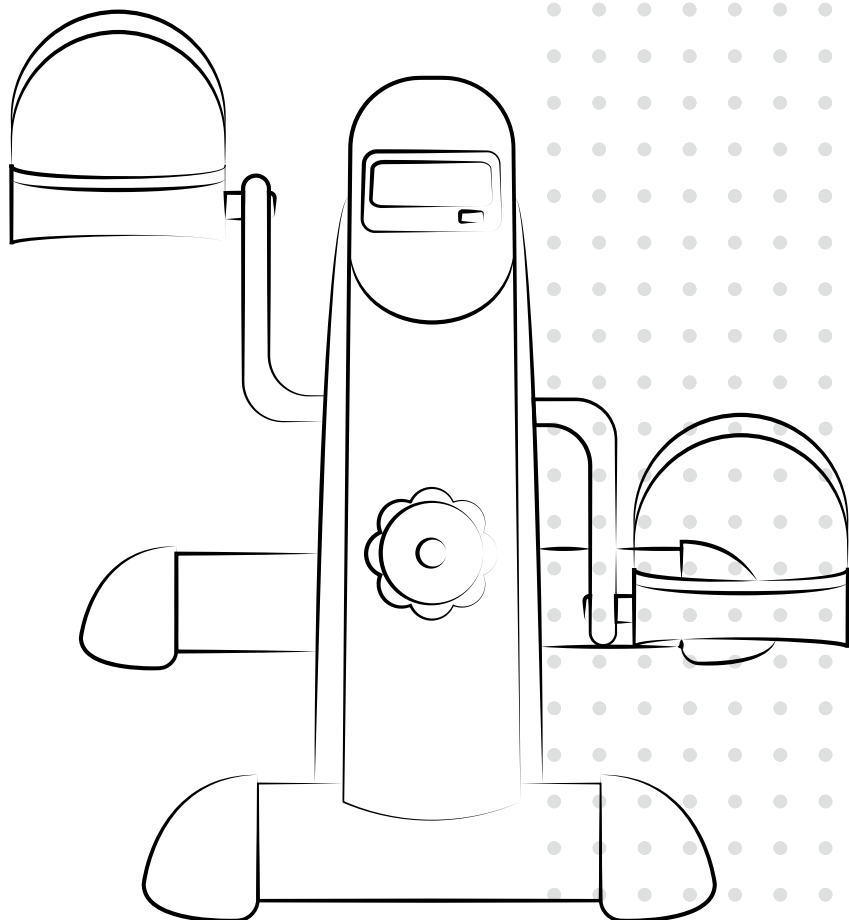
BRADEX™
Fitness

ВИДЕО О ТОВАРЕ
ВЫ МОЖЕТЕ ПОСМОТРЕТЬ ЗДЕСЬ



МИНИ ВЕЛОТРЕНАЖЕР С РУКОЯТКОЙ

ИНСТРУКЦИЯ ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ
SF 0826



Предупреждения о безопасности: пожалуйста, прочитайте перед использованием

- Проконсультируйтесь с врачом, чтобы убедиться, что ваше состояние здоровья позволяет использовать тренажер.
 - Прочтите все инструкции перед сборкой и использованием. Следуйте указаниям и соблюдайте правила пользования. Сохраняйте эту инструкцию в течение всего срока работы тренажера.
 - Перед использованием убедитесь, что тренажер собран и установлен в соответствии с инструкцией.
 - Не допускайте, чтобы дети и домашние животные контактировали с тренажером.
 - Не допускайте, чтобы руки, ноги или свободные части одежды попадали в движущиеся части тренажера.
 - Владелец несет ответственность за то, чтобы все, пользователи знали правила безопасной эксплуатации тренажера.
 - Тренажер предназначен только для домашнего использования.
 - Не устанавливайте тренажер в помещении с высокой влажностью.
 - Используйте только в помещении. Берегите от сырости и пыли.
 - Для использования установите тренажер на твердую ровную поверхность так, чтобы вокруг тренажера оставалось достаточно свободного места.
 - **ВАЖНО:** для защиты напольного покрытия поместите под тренажер мат или коврик без высокого ворса. Обувь во время тренировки должна быть спортивной.
 - Одежда, в которой вы тренируетесь не должна быть слишком свободной или иметь длинные полы, чтобы не попасть в механизм тренажера. Будьте внимательны.
- Если вы чувствуете боль или головокружение, прекратите тренировку, отдохните и проконсультируйтесь с врачом.

КОМПЛЕКТАЦИЯ

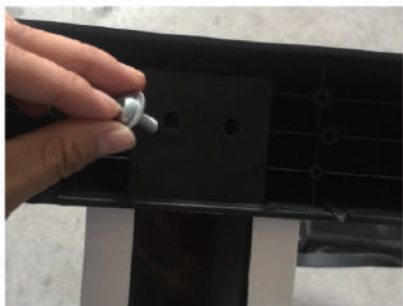
1. Корпус
2. Передний стабилизатор
3. Задний стабилизатор
4. Левая и правая педали
5. Шурупы и инструменты
6. Инструкция



СБОРКА И УСТАНОВКА

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.

1. Переверните корпус так, чтобы видеть отверстия с резьбой. Возьмите меньший по размеру задний стабилизатор (3).



2. Закрепите стабилизатор (3) на корпусе (1), прикрутив болты при помощи ключа-шестигранника (5).

3. Повторите ту же операцию с большим по размеру, передним стабилизатором (2).



4. Возьмите правую педаль (она помечена "R"), соедините ее с правым шатуном и зафиксируйте, повернув по часовой стрелке.

5. Возьмите левую педаль (она помечена "L"), соедините ее с правым шатуном и зафиксируйте, повернув против часовой стрелки.

Необходимо прочно затянуть все болты и гайки перед использованием тренажера.

УСТАНОВКА/ЗАМЕНА БАТАРЕИ

1. Отсоедините компьютер от корпуса.
2. Вставьте батарею AAA в гнездо, соблюдая полярность.
3. Заново установите компьютер.



ВНИМАНИЕ: при отсоединении компьютера от корпуса провод компьютера также может отсоединиться от корпуса. Проверьте провод и наличие соединения перед установкой компьютера.

УХОД ЗА ИЗДЕЛИЕМ

- Изделие требует минимального ухода.
- Избегайте контакта с водой.
- Протирайте изделие слегка влажной губкой. Просушите при помощи сухой чистой ткани.
- Избегайте длительного попадания на изделие прямых солнечных лучей.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ

Использовать изделие можно двумя разными способами: как тренажер для рук и для ног.

Тренажер укрепит и приведет в тонус, как ваши руки, так и ноги и повысит выносливость и улучшит работу сердечно-сосудистой системы.

Тренажер позволяет заниматься сидя там, где вам удобно и подходит для регулярных тренировок.

Перед началом тренировки включите компьютер и экран тренажера, нажав красную кнопку.

Для тренировки ног

- Установите тренажер на ровную твердую поверхность так, чтобы вокруг оставалось достаточно места для того, чтобы можно было удобно и безопасно подойти к тренажеру.
- Сядьте удобно.
- Установите тренажер перед собой, так чтобы ручка регулировки была перед вами.
- Поместите обе стопы на педали до упора.
- Установите нужный уровень натяжения ремня при помощи ручки регулировки.
- Крутите педали вперед, контролируя движение. Так вы будете тренировать квадрицепс бедра, заднюю поверхность бедра и нижние мышцы пресса.

Для тренировки рук

- Установите тренажер на пол так, чтобы ручка регулировки была перед вами.
- Установите нужный уровень натяжения ремня при помощи ручки регулировки.
- Поместите руки на педали.
- Крутите педали вперед, контролируя движение. Так вы укрепите трицепсы и мышцы предплечья.

ВАЖНО:

Подсчет калорий ведется приблизительно, на этот показатель не нужно ориентироваться в медицинских целях. Для более точного подсчета калорий мы рекомендуем обратиться за консультацией к специалистам.



ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МИНИ-КОМПЬЮТЕРА

Виды обозначений

Time — время

Dis — расстояние

Count — обороты

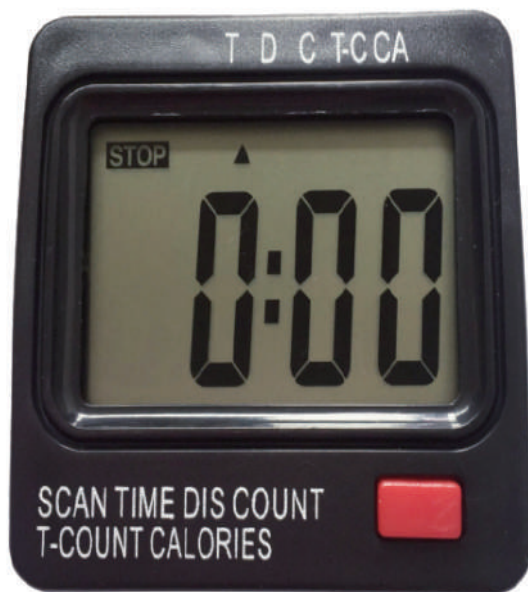
T-Count — всего оборотов

Calories — калории

SCAN — проверка функций

Для включения
компьютера нажмите
красную кнопку

Для выбора нужной
функции нажмите
красную кнопку



Обозначение на экране	Значение	Описание
Time	время	показывает время с начала тренировочной сессии
Dis	расстояние	показывает расстояние, которое вы «проехали» в километрах
Count	обороты	количество движений по вращению педалей за одну тренировочную сессию
T-Count	всего оборотов	общее количество движений по вращению педалей. Его нельзя сбросить без замены батареи
Calories	калории	количество калорий, которые вы потратили за тренировочную сессию

ХАРАКТЕРИСТИКИ:

Материал:

железо, пластик, ПВХ

Цвет: белый, черный

Размер: Размер в собранном виде: 25(передняя ножка) -
35(задняя ножка)*42*35 см

Комплектация: Тренажер – 1 шт., инструкция – 1 шт.

#ТРЕНИРУЙСЯСВRADEX



Произведено по заказу «BRADEX» ISRAEL. Trans East Metal Ltd, POB 9101, Haifa 31091, Israel. Tel: +972-4-8521824, fax: +972-3-7256059. www.bradex.co.il

Импортер на территории РФ: ООО "Технологии здоровья", Российская Федерация, 117405, Москва, ул. Варшавское шоссе, д.145, корп. 8. Тел.: 8 (495) 647-09-59, 8 (495) 648-26-66, www.bradex.ru.

Импортер на территории Республики Беларусь: ООО «БРАДЕХ», 220019, г. Минск, ул. Монтажников, д. 9 комн. 34/4. УНП 192409754. Сайт: www.bradex.by. E-mail: info@bradex.by Страна происхождения: Китай. Изготовитель: Вейненг Спортс Эквипмент Ко.,Лтд. № 1 Янг Роуд, г.Ксидао, провинция Чжэцзян,Китай 322021 тел: +86 13958452262.

Международная торговая марка «BRADEX».
Рег.№1419183, Израиль - Рег. №204012,
Россия - Рег. №444287, № 683532

Товар не подлежит обязательной сертификации и декларированию.