BRADEX™ Fitness

МИНИСТЕППЕР ПОВОРОТНЫЙ С ЭСПАНДЕРАМИ

ТУРБО

ИНСТРУКЦИЯ ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ

SF 0859

BRADEXRUSSIA

BRADEXMOSCOW

#ТРЕНИРУЙСЯСBRADEX

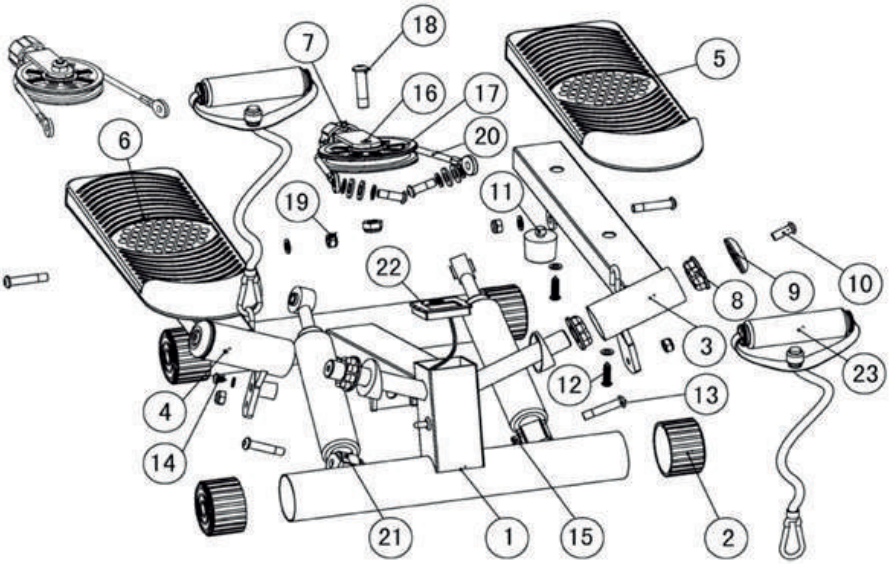
Министеппер поворотный с эспандерами ТУРБО – функциональный тренажер для аэробных упражнений дома для всей семьи. Он имитирует подъем по лестнице со ступени на ступень и помогает прорабатывать мышцы ног, рук, спины, пресса, снижать лишний вес.
Дисплей с LED-монитором показывает параметры тренировки: время, ритм, общее количество шагов и калории. Он может сохранять данные пользователя для планирования следующей тренировки. Электронный дисплей работает от одной мизинчиковой батарейки, которая входит в комплект.
Гидравлическая приводная система обеспечивает стабильное и безопасное использование тренажера. Внутренняя пружина защищает суставы и обеспечивает хороший амортизирующий эффект. Стальная конструкция обладает высокой устойчивостью и выдерживает вес до 100 кг. Большие удобные педали имеют нескользящую поверхность. Два съемных эспандера отлично подходят для тренировки рук и проработки мышц во всех направлениях.
Регулярные тренировки с использованием министеппера укрепляют сердечно-сосудистую систему: улучшается кровообращение, лимфодренаж и метаболизм. Степпер поможет сделать мышцы тела рельефными и сильными, справиться с гиподинамией. Тренажер отличается эргономичным дизайном и отлично вписывается в любой интерьер.

ПРИМЕНЕНИЕ:

Укрепление, тонизация мышц ног, спины, пресса и рук
Аэробная тренировка для всей семьи
Кардиотренировка
Снижение веса

ПРАВИЛА ТЕХНИКИ БЕЗОПАСНОСТИ

Во время тренировки устройством может пользоваться только один человек.
Максимальный вес пользователя – 100 кг.
Министеппер предназначен исключительно для домашнего использования.
Тренажер должен быть расположен на сухой, устойчивой и ровной поверхности с достаточным пространством вокруг для выполнения упражнений.
По окончанию сборки убедитесь, чтобы крепежи деталей тренажера (винты и заглушки) были правильно установлены и плотно затянуты.
Прекратите использование тренажера, если обнаружите поломку или отсутствие деталей.
Если во время тренировки вы почувствуете дискомфорт: головокружение, тошноту, слабость или любые другие болезненные симптомы, немедленно прекратите тренировку и обратитесь к врачу.



Спецификация

№	НАИМЕНОВАНИЕ	Кол-во шт		№	НАИМЕНОВАНИЕ	QTY
1	Основной механизм	1		13	Болт (M6 * 36mm)	3
2	Заглушка (Ø50)	4		14	Болт (M6 * 31mm)	2
3	Кронштейн педали (L)	1		15	Гайка (M6)	6
4	Кронштейн педали (R)	1		16	Кронштейн ролика	1
5	Педаль (L)	1		17	Ролик (100)	1
6	Педаль (R)	1		18	Болт ролика (M8 * 37mm)	1
7	Ручка регулировки	1		19	Гайка (M8)	1
8	Пластиковые вставки (Ø40)	4		20	Кабель (355mm)	1
9	Заглушка болта	2		21	Соединительный узел	2
10	Болт (M6 * 15)	2		22	Компьютер	1
11	Стоппер	2		23	Упругие тросы **(ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ)**	2
12	Болт (M5 * 20mm)	4				

ИНСТРУКЦИЯ ПО СБОРКЕ

1. Перед первым использованием тренажера, вручную установите положение педалей на максимальное значение.

2. Затем отрегулируйте ручку в нижней части устройства, сохраняя шкив в туго затянутом состоянии.

3. Возьмите съемные эспандеры (№23) и прикрепите их к основному механизму (№ 1), как показано на рисунке.

4. Убедитесь, что тросы (№23) правильно закреплены на тренажере.

Функциональные параметры

SCAN	Автоматически сканирует каждую функцию в определенной последовательности.
TIME	Отображает все время тренировки с начала в формате от 00:00 – 99:59.
COUNT	Отображает общее количество шагов, совершенных за текущую тренировку.
REPS/MIN	Отображает количество повторений (или шагов) за минуту текущей тренировки.
CAL	Отображает количество сожженных калорий за время текущей тренировки. ЗАМЕЧАНИЕ: значение приблизительное.
FUNCTION BUTTON	Выбирает для сброса TIME, COUNT, REPS/MIN, CALORIES To RESET по умолчанию. Удерживайте кнопку около 4 секунд, чтобы сбросить текущее значение.

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ЗАМЕНЕ БАТАРЕЕК В ДИСПЛЕЕ

Вытащите консоль из основной конструкции. Откройте заднюю крышку консоли, замените батарейку на новую, как показано на рисунке.

Установите консоль на место и проверьте ее функциональность.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ:

1. Поставьте одну ногу на педаль, держите ноги вертикально. Медленно с усилием надавливайте на педаль, пока она не опустится до конца.
2. Продолжайте движение, наступая на педаль другой ногой. Сохраняйте равновесие.
3. Выполняйте упражнения правильно, постепенно увеличивая нагрузку.
4. Делайте передышки, не перегружайтесь. После того, как привыкните к тренажеру, можете увеличить частоту шагов и подключать к работе мышцы рук с помощью эспандеров.
5. Соблюдайте питьевой режим.

ХРАНЕНИЕ И УХОД:

Для очистки министеппера используйте сухую или влажную мягкую ткань. Храните тренажер в сухом, защищенном от пыли, проветриваемом помещении, избегая попадания прямых солнечных лучей. Нахождение устройства в сырых и влажных условиях, может привести к коррозии деталей.

ТРАНСПОРТИРОВКА:

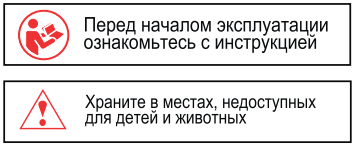
Допускается в производственной упаковке.

ХАРАКТЕРИСТИКИ:

Министеппер поворотный с эспандерами ТУРБО
Артикул SF 0859
Материал: ABS, ПВХ, ПП, железо.
Дисплей: время, количество шагов за тренировку, ритм (количество шагов в минуту), калории.
Питание от батарейки LR44 1.5V 1шт. (входит в комплект).
Дополнительно: имеет поворотный механизм, эспандеры для тренировки верхней части тела.
Система нагрузки гидравлическая - 15 кг.
Размер тренажера в собранном виде: 40 x 37 x 20см.
Максимальный вес пользователя: 100 кг.
Вес тренажера: 7,0 кг.
Комплектация: министеппер – 1 шт., инструкция.

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: Нингхай Фитнес Эквипмент Ко.,Лтд. Адрес: № 7 Хэтан Роуд, Индустриальная зона Люнанжай, г.Нинбо, Китай, 315003 тел: +86 0579 87535459
Международная торговая марка «BRADEX».
Рег.№1419183
Израиль - Рег. №204012
Россия - Рег. №444287, №683532
Гарантийный срок: 1 год.
Дату производства смотрите на упаковке.
Срок эксплуатации: 1 год.

Сертификат соответствия: Товар не подлежит обязательной сертификации и декларированию.



СОБЕРИ СПОРТЗАЛ ДОМА

БЛАСТ

Велотренажер

СПРИНТ

Министеппер поворотный с поручнями