



OXYGEN
FITNESS

Tornado II EL

Эллиптический тренажер



Инструкция пользователя

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 подходе к тренажеру 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 С;
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

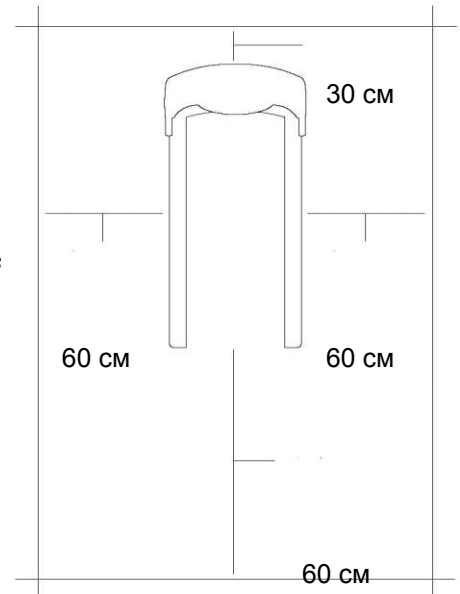
Выбор места для тренажера

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 твердого 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.



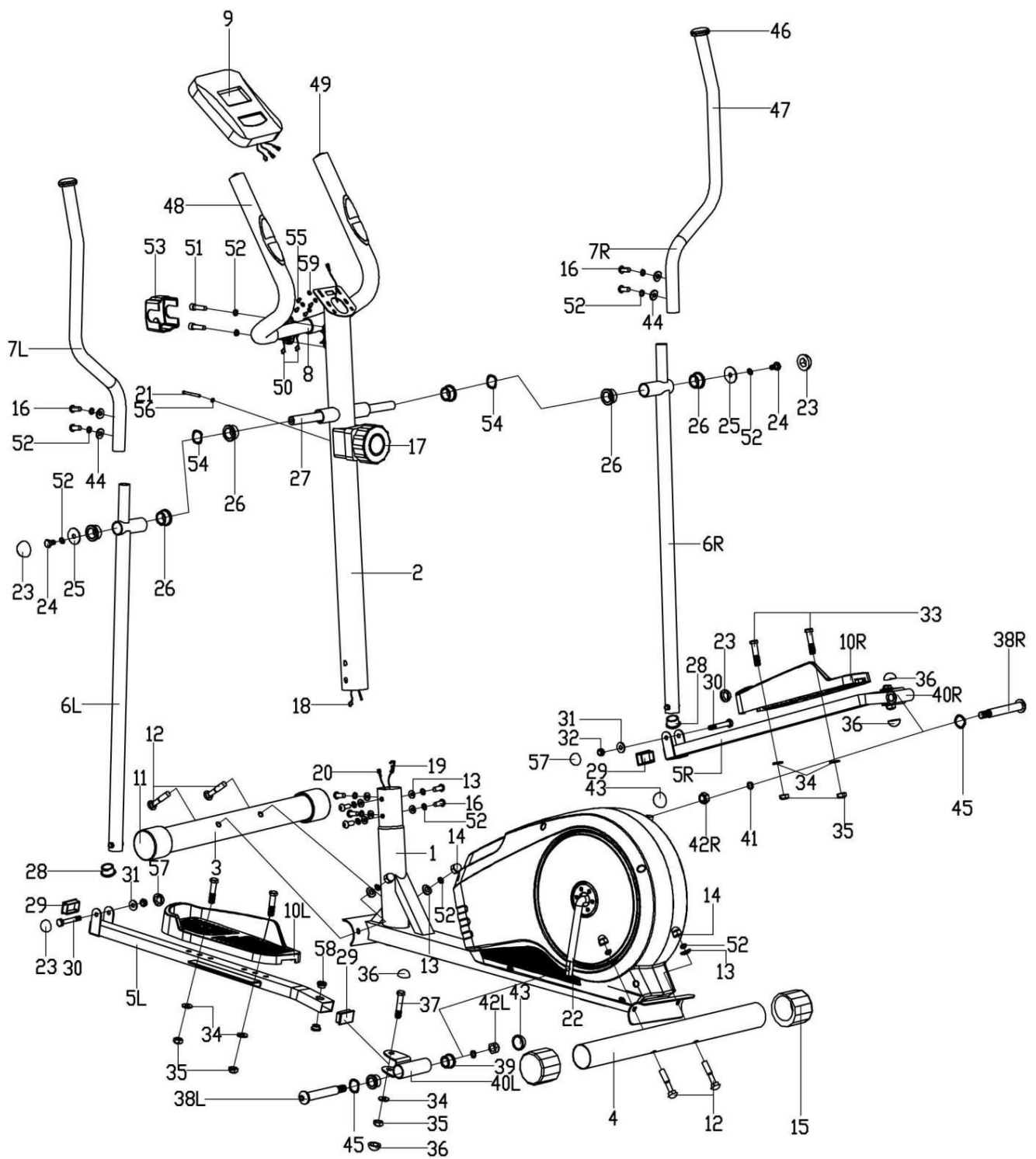
Рекомендации по сборке

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, убедившись, что конструкция собрана правильно, затяните их до конца.

Техническое обслуживание/ Гарантия/ Ремонт



СБОРКА



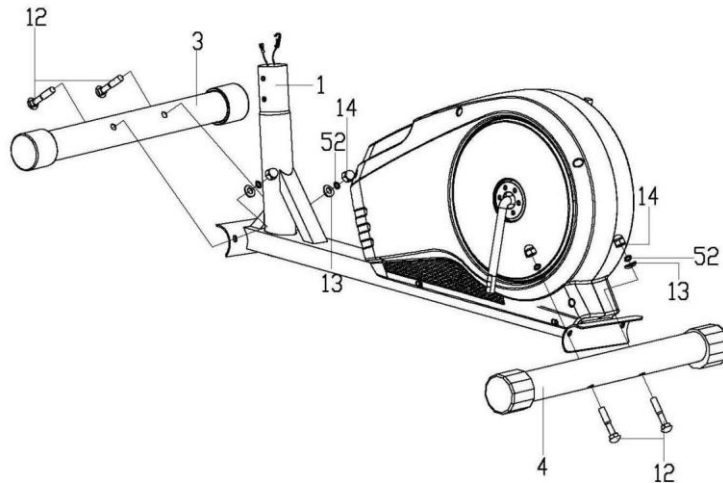
СПИСОК КОМПЛЕКТУЮЩИХ ЧАСТЕЙ

№	Описание	Кол-во	№	Описание	Кол-во
1	Основная рама	1	30	Болт М8×55	2
2	Стойка консоли	1	31	Шайба d8×1.5	2
3	Передняя опора	1	32	Гайка М8	2
4	Задняя опора	1	33	Болт М10×45	4
5L/R	Опора педали	1 пара	34	Шайба d10×1.5	6
6L/R	Верхний рычаг	1 пара	35	Гайка М10	6
7L/R	Поручень	1 пара	36	Заглушка S17	4
8	Руль	1	37	Болт М10×50	2
9	Консоль	1	38L/R	Болт	1 пара
10L/R	Педаль	1 пара	39	Втулка Ф24×20×Ф16.1	4
11	Передняя заглушка	2	40L/R	Соединитель	1 пара
12	Болт М8×76	4	41	Шайба Ф13×В2	2
13	Шайба Ф20×Ф8.5×R30	10	42L/R	Гайка	1 пара
14	Гайка М8	4	43	Заглушка S19	2
15	Задняя заглушка	2	44	Шайба Ф20×d8.5×R12.5	4
16	Винт М8×16	10	45	Шайба D17×0.3	2
17	Контроллер	1	46	Заглушка	2
18	Провод	1	47	Поручень	2
19	Трос натяжителя	1	48	Неопреновые ручки	2
20	Провод сенсора	1	49	Заглушка Ф25×1.5	2
21	Винт М5Х55	1	50	Провод пульсомера	2
22	Шатун	1	51	Винт М8×30	2

23	Заглушка S14	4	52	Шайба D8	18
24	Болт M8×15	2	53	Крышка зажима	1
25	Шайба Ф8.2×Ф32×2	2	54	Шайба Ф20×Ф28×0.3	2
26	Втулка Ф32×2.5	6	55	Винт M4X12	2
27	Ось	1	56	Шайба	1
28	Заглушка Ф28×1.5	2	57	Заглушка S13	2
29	Заглушка 40×25×1.5	4	58	Втулка Ф14*10*Ф10.1	4

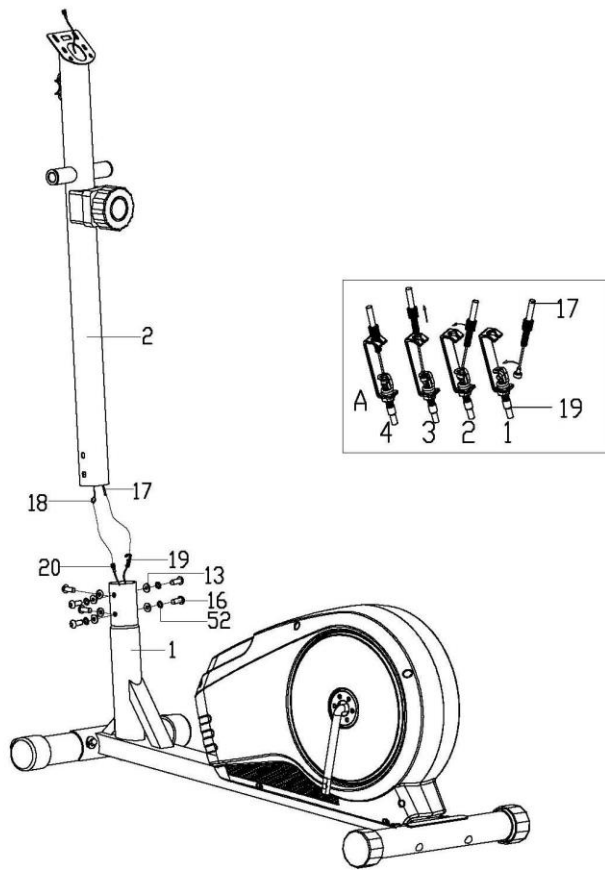
ШАГ 1

Закрепите переднюю и заднюю опоры (3,4) на основной раме (1) с помощью болта (12), шайб (52, 13) и гаек (14).



ШАГ 2

Подсоедините вспомогательный провод (18) к проводу сенсора (17) и протяните через стойку консоли (2), закрепите шайбами (52,13)



ШАГ 3

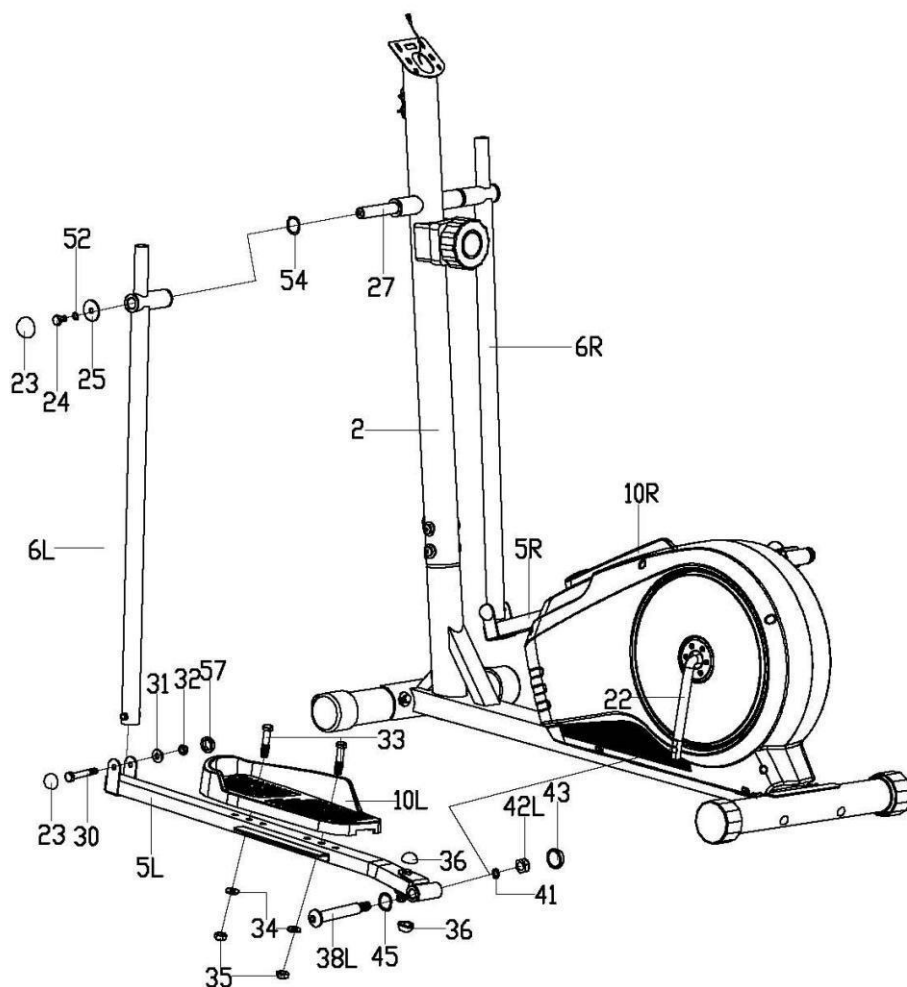
1. Закрепите ось (27) на стойке консоли (2), зафиксируйте шайбу (54) и верхний левый поручень (6L) с левой стороны оси, затем закрепите шайбой (52) и болтом (24).

Примечание: Не затягиваете болты и шайбы на данном этапе сборки.

2. Закрепите левую опору педали (5L) на левом шатуне (22), используя болт (38L), шайбы (45, 41) и гайку (42L).

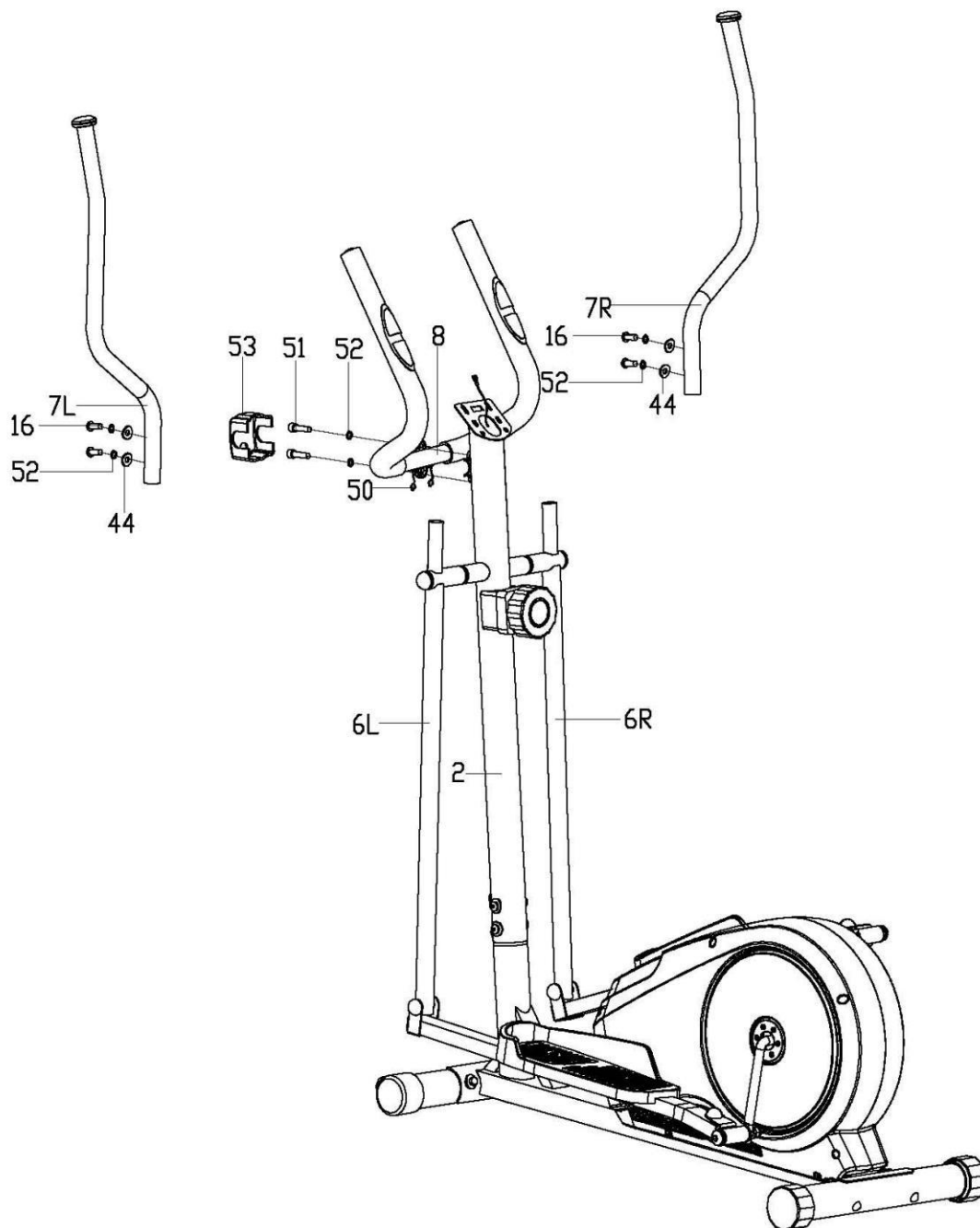
3. Зафиксируйте левый рычаг (6L) и опору педали (5L) болтом (30), шайбой (31) и гайкой (32), затем затяните болты (24, 30) и гайку (42L). Закрепите заглушки (23,57,43,36).

4. Закрепите педали (10 L/R) на опорах (5 L/R) болтами (33), шайбами (34) и гайками (35).



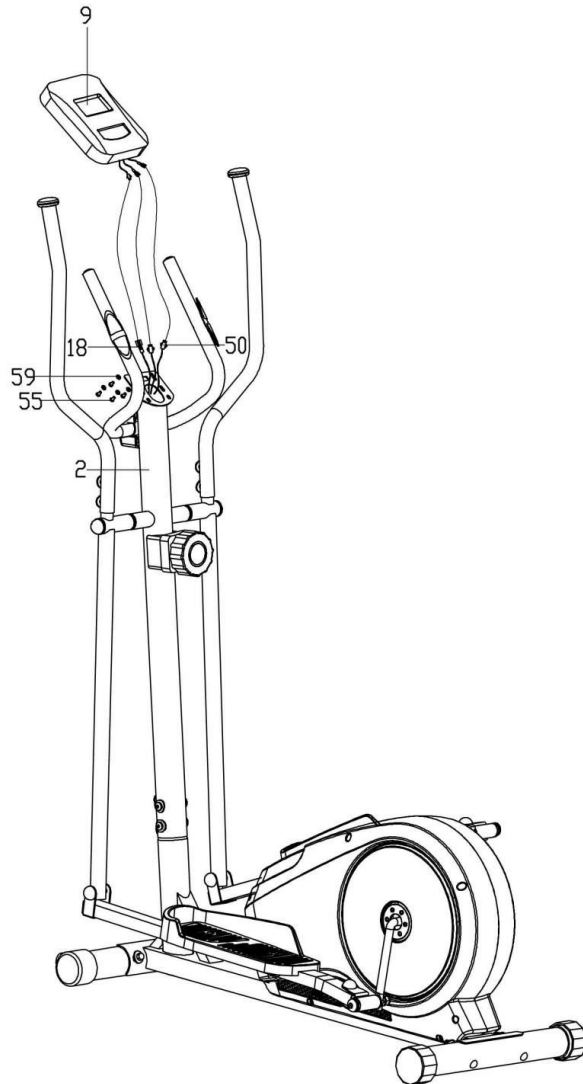
ШАГ 4

1. Протяните провод пульсомера (50) через стойку.
2. Установите руль (8) на стойке (2), закрепите с помощью болта (51) и шайбы (52), зафиксируйте заглушкой (53).
3. Закрепите поручни (7L/R) на рычагах (6 L/R), используя болты (16), шайбы (52, 44).



ШАГ 5

Соедините вспомогательный провод (18) и провод пульсомера (50) к соответствующим проводам консоли (9). Затем закрепите консоль (9) на стойке (2) винтами (55).



СБОРКА ЗАВЕРШЕНА

РАБОТА С КОНСОЛЬЮ

Кнопки:

1. MODE – смена дисплея, выбор настроек
2. RECOVERY / UP – Восстановление/Вверх
 - В режиме настроек – изменение значения для параметров: TIME/Время, DIST/Дистанция, CAL/Калории and TEMP/Температура
 - В режиме ожидания – функция восстановления после тренировки.
3. DOWN/Вниз

В режиме настроек – изменение значения для параметров: TIME/Время, DIST/Дистанция, CAL/Калории и TEMP/Температура.
4. RESET/GO (Сброс/Старт)
 - В режиме настроек - сброс настроек.
 - Запуск режима жиросчитателя (Body test).
 - В режиме ожидания – удержание клавиши в течение 3 секунд – сброс параметров.
5. BODYFAT/Жиросчитатель

Опции

1. SPEED (Скорость)/BODYFAT (Жиросчитатель)/RPM (Удары в минуту) (Если имеется)
 - Допустимый интервал скорости 0.0~99.9км/ч.
 - Отображается количество оборотов в минуту (RPM) во время тренировки. Допустимый промежуток 0~1500 уд/мин.
 - Отображается уровень жира.
2. TIME (Время)/BMI (Индекс массы тела)
 - Время тренировки, допустимые значения в промежутке 0 ~ 99:59 (мин:сек).
 - Режим обратного отсчета времени, задайте значение времени до тренировки (максимум 99 минут).
 - Отображается индекс массы тела (BMI).

3. DISTANCE (Расстояние)/BMR (Скорость обмена веществ)

- Исчисляется пройденное расстояние во время тренировки 0,00- 99,9км.
- Режим обратного отсчета расстояния, задайте значение до тренировки (максимум 99,9 км).
- Отображается скорость обмена веществ (BMR) (Скорость обмена веществ).

4. CALORIES (Калории)/TEMPERATURE (Температура)

- Отображается количество калорий, потраченных за тренировку, интервал 0-999 Ккал.
- Режим обратного отсчета количества калорий, задайте значение до тренировки
- Отображается температура в помещении (TEMP).

5. PULSE (Пульс)

- Допустимый промежуток 40 ~ 240 уд/мин. Во время измерения пульса ладони должны быть расположены на поручнях с пульсомерами.
- Во время измерения пульса на дисплее отображается сообщение “P”, если данное сообщение не отображается на дисплее, значит, сигнал о пульсе не поступает на консоль.

6. ALARM (Звуковой сигнал)

Прозвучит звуковой сигнал консоли при нажатии клавиш: MODE, RECOVERY/UP, DOWN, RESET/GO или BODYFAT.

7. AUTO ON/OFF и AUTO START/STOP

Если консоль не получает сигнал в течение 8 минут, она автоматически включится. Компьютер включится снова, как только вы начнете крутить педали или нажмете любую кнопку.

Функции

1. Настройки

Для выбора окна дисплея используйте кнопку MODE, каждый из параметров будет мигать. Кнопками UP/DOWN установите необходимое значение параметра. Используйте кнопку RESET, чтобы сбросить значение.

2. Пульс

Зайдите в режим пульса, убедитесь, что ладони расположены на поручнях с пульсомерами. Через 3-4 секунды на дисплее появится значение пульса.



Примечание: Пульсомеры не являются медицинским оборудованием.

3. Восстановление пульса

В режиме ожидания нажмите кнопку RECOVERY. Удерживайте ладони на пульсомерах в течение 1 минуты. Затем на дисплее отобразится значение F1-F6, где F1 – наиболее быстрое восстановление, а F6 – наиболее медленное.

BODY FAT% (Уровень жира в организме в %)

Например, если вы весите 68 кг и результаты теста показали 10%, значит, в вашем организме 6,8 кг жира.

Ниже приведена таблица с указанием процентного соотношения уровня жира в организме.

	Женщины (fat%)	Мужчины (fat%)
Допустимое значение	10 - 12%	2 - 4%
Атлеты	14 - 20%	6 - 13%
Фитнес	21 - 24%	14 - 17%
Удовлетворительный	25 - 31%	18 - 25%
Ожирение	32% и более	25% и более

ВМІ (Индекс массы тела)

ВМІ - показатель измерения количества жира в организме, в его основе лежат рост, вес, пол.

Недовес	До20 (19 для женщин)
Нормальный вес	20-24,99
Перевес	25-29,99
Ожирение 1 стадии	30-34,99
Ожирение 2 стадии	35-39,99
Ожирение	40 и более

BMR (Скорость обмена веществ в организме)

BMR показывает количество калорий, необходимое для работы вашего организма. Он не считает уровень активности, только количество энергии, необходимое для работы сердца, дыхания и поддержания нормальной температуры тела.

ТЕХНИЧЕСКИЕ СПЕЦИФИКАЦИИ

Рама	высокопрочная с двухслойной покраской "металлик" и лакировкой
Система нагружения	магнитная magicFLOW™
Кол-во уровней нагрузки	8
Маховик	инерционный вес 15.4 кг. (собственный вес 7.0 кг.)
Педальный узел	однокомпонентный с реверсивным ходом
Педали	антискользящие трехпозиционные
Длина шага	338 мм.
Наклон	нет
Измерение пульса	сенсорные датчики
Консоль	черно-белый LCD дисплей
Показания консоли	время, дистанция, скорость, калории, пульс, фитнес-тест (Recovery), жиросанализатор (Body Fat)
Кол-во программ	программы отсутствуют
Статистика тренировок	нет
Мультимедиа	нет
Интеграция	нет
Интернет	нет
Язык(и) интерфейса	английский
Вентилятор	нет
Транспортировочные ролики	есть
Компенсаторы неровностей пола	есть
Складывание	нет
Размер в рабочем состоянии (Д*Ш*В)	119*62*160 см.
Вес нетто	33 кг.
Макс. вес пользователя	120 кг.
Питание	не требует подключения к сети
Энергосбережение	есть
Гарантия	2 года
Производитель	Neotren GmbH, Германия
Страна изготовления	КНР

*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 «Неотрен» www.neotren.ru

Тренажер соответствует требованиям ТР ТС 004/2011 «О безопасности низковольтного оборудования», утвержден Решением Комиссии Таможенного союза от 16 августа 2011 года №768, ТР ТС «Электромагнитная совместимость технических средств», утвержден Решением Комиссии Таможенного союза от 09 декабря 2011 года №879.



ВНИМАНИЕ!

ТРЕНАЖЕР ПРЕДНАЗНАЧЕН ДЛЯ ДОМАШНЕГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ!

