



РУКОВОДСТВО

СБОРКА, ЭКСПЛУАТАЦИЯ, ОБСЛУЖИВАНИЕ

ORLAUF SEI



Гребной тренажер с
электромагнитной системой
нагрузки

**Актуальная версия
инструкции**



РУКОВОДСТВО ПО СБОРКЕ И ЭКСПЛУАТАЦИИ



Сборка
тренажера

РУКОВОДСТВО ПО СБОРКЕ, ЭКСПЛУАТАЦИИ И ОБСЛУЖИВАНИЮ

Уважаемый покупатель!

Поздравляем с удачным приобретением! Вы купили современный тренажер, который, как мы надеемся, станет вашим лучшим помощником. Он сочетает в себе передовые технологии и современный дизайн. Регулярные тренировки на данном тренажере помогут вам укрепить сердечно-сосудистую систему и достичь отличной физической формы. Мы надеемся, что этот тренажер полностью соответствует вашим ожиданиям и поможет достичь желаемых результатов.

Прежде чем приступить к использованию тренажера, внимательно изучите настоящее руководство и сохраните его для дальнейшего использования. В случае возникновения дополнительных вопросов обратитесь к продавцу или дилеру, который проконсультирует вас и поможет устранить возникшую проблему.

Обязательно сохраняйте инструкцию по эксплуатации, используйте ее в качестве справочного материала при дальнейшем использовании тренажера. Если у вас возникли какие-либо вопросы по эксплуатации данного тренажера, свяжитесь со службой технической поддержки или уполномоченным дилером, у которого вы его приобрели.



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 навредить вашей здоровью.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Правила транспортировки, хранения и использования тренажера	5
2. Условия хранения гребного тренажера	5
3. Меры предосторожности при использовании тренажера	6
3.1 Перед первой тренировкой	7
3.2 Рекомендации по уходу	7
3.3 Электробезопасность	7
4. Комплектация	9
5. Сборка тренажера	11
6. Консоль и управление	18
6.1 Обзор общего вида консоли	18
6.2 Режим сканирования	19
6.3 Режим блокировки	20
6.4 Диапазон параметров отображения	21
7. Инструкция по эксплуатации	24
7.1 Общие данные по работе с консолью	23
7.2 Подробная инструкция по работе с тренажером	25
8. Подключение приложения BLUETOOTH	32
9. Коды ошибок	33
10. Спецификация	34

1. ПРАВИЛА ТРАНСПОРТИРОВКИ, ХРАНЕНИЯ И ИСПОЛЬЗОВАНИЯ

ТРЕНАЖЕРА

Перед установкой гребного тренажера убедитесь в том, что:

- тренажер привезен к вам в целой заводской упаковке без видимых повреждений;
- при транспортировке тренажер был защищен от механических перегрузок, атмосферных осадков и повышенной влажности;
- принимайте товар только после тщательного осмотра и проверки целостности заводской упаковки.

2. УСЛОВИЯ ХРАНЕНИЯ ГРЕБНОГО ТРЕНАЖЕРА

Тренажер рекомендуется хранить и использовать только в сухих отапливаемых помещениях со следующими значениями:

- температура: от +10 до +35 °С;
- влажность: от 50 до 75 %.

Если тренажер хранился при низкой температуре или в условиях высокой влажности (имеет следы конденсации), необходимо перед эксплуатацией выдержать его в нормальных условиях не менее 2-4 часов и только после этого можно приступить к эксплуатации.

3. МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ ПРИ ИСПОЛЬЗОВАНИИ ТРЕНАЖЕРА

Гребной тренажер должен использоваться только по назначению, то есть для физических тренировок взрослых людей. Любое другое использование тренажера запрещено и может быть опасно.

Продавец не несет ответственности за любые травмы или повреждения, вызванные неправильным использованием тренажера. Гребной тренажер предназначен для использования взрослыми людьми, конструкция и установленные нагрузки рассчитаны на взрослых людей, поэтому эксплуатация несовершеннолетними лицами не допускается. Дети и домашние животные не должны приближаться к работающему тренажеру ближе, чем на 3 м.

В целях безопасности рекомендуем соблюдать следующие правила:

- сборку и эксплуатацию следует осуществлять на твердой, ровной поверхности. Свободное пространство вокруг тренажера должно составлять не менее 1,2 м;
- при регулярной эксплуатации проверяйте затяжку резьбовых соединений каждые 1-2 месяца;
- не допускайте попадания внутрь тренажера посторонних предметов и жидкостей;
- никогда не эксплуатируйте тренажер с явными дефектами – открученными элементами крепления, незакрепленными узлами, нехарактерными посторонними шумами и т.д. Это может привести к травмам или уменьшению срока службы тренажера;
- для осмотра и устранения возникших дефектов обратитесь в авторизованный сервисный центр или к уполномоченному дилеру, у которого вы приобрели данный тренажер;
- для ремонта необходимо использовать только оригинальные запасные части;
- обслуживание тренажера, за исключением процедур, описанных в данном руководстве, должно производиться только сотрудниками сервисного центра;
- не допускается какое-либо изменение конструкции или узлов и деталей тренажера – это может привести к серьезным травмам и потере здоровья;
- вес пользователя не должен превышать максимально заявленный;
- во время занятий используйте спортивную одежду и обувь. Не надевайте свободную одежду и обувь с кожаными подошвами или каблуками. Если у вас длинные волосы, соберите их в хвост или пучок на затылке;

- не подставляйте руки под движущиеся части тренажера;
- не подвергайте себя чрезмерным нагрузкам во время тренировок. Если вы почувствовали боль или недомогание, немедленно прекратите занятия и обратитесь за консультацией к врачу.

3.1 Перед первой тренировкой

Перед первой тренировкой проверьте, правильно ли была проведена сборка тренажера. Ознакомьтесь со всеми функциями и настройками модели. Проводите тренировки в строгом соответствии с инструкцией по эксплуатации.

Перед началом тренировки убедитесь, что все защитные элементы надежно установлены и закреплены. Проверьте надежность механических и электрических соединений.

Установите тренажер на ровную нескользящую поверхность, с каждой стороны оставьте по 0,5 м свободного пространства. Для снижения шума и вибраций рекомендуем использовать специальный резиновый коврик.

3.2 Рекомендации по уходу

Не применяйте абразивные препараты и агрессивные жидкости (ацетон, бензин, уайт-спирит, бензол и их производные) для чистки рабочих поверхностей тренажера во избежание повреждения лакокрасочного покрытия и пластиковых деталей.

Для ухода рекомендуется применять ткань, слегка смоченную в нейтральном растворе моющей жидкости. Затем протрите части тренажера сухой тканью.

3.3 Электробезопасность

Соблюдайте все меры предосторожности, принятые при работе с электрическим оборудованием:

- обязательно подключайте тренажер только к заземленной розетке (тренажер оснащен специальным шнуром и вилкой с заземлением для вашей безопасности);
- перед каждым использованием осматривайте электрический соединительный шнур, чтобы убедиться, что у него нет повреждений;

- неправильное подключение может стать причиной удара током, поэтому если у вас возникли сомнения в правильности заземления, обратитесь к электрику или представителю сервисной службы;
- не меняйте вилку тренажера;
- если комплектующая вилка не подходит к вашей розетке, обратитесь к электрику и установите нужную розетку;
- не применяйте дополнительные электрические удлинители и переходные адаптеры между электрической сетью и тренажером, т.к. это может нарушить работу системы УЗО и увеличить риск поражения электрическим током, а также может являться обоснованной причиной отказа в гарантийном обслуживании;
- не прячьте шнур питания под ковер и не ставьте на него предметы, способные пережать или повредить его; не допускайте, чтобы шнур питания касался нагретых поверхностей.



Внимание! В случае скачка напряжения в тренажерах предусмотрено автоматическое отключение.

4. КОМПЛЕКТАЦІЯ

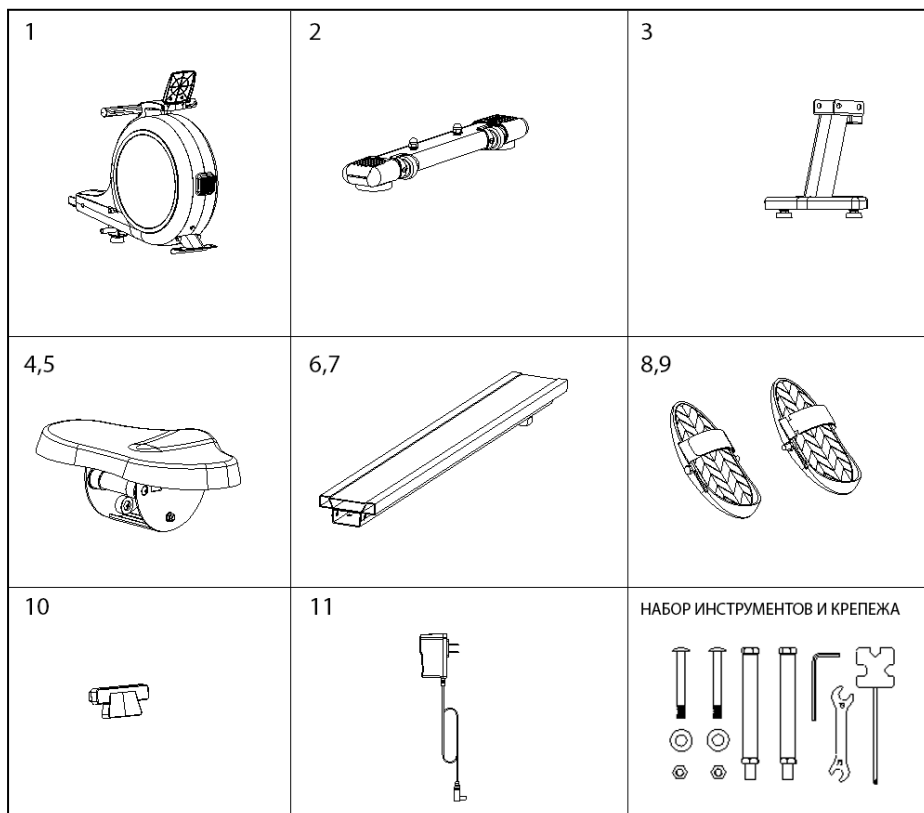


Рисунок 1 – Комплектация гребного тренажера

Таблица 1 – Перечень деталей тренажера

№	Описание	Кол-во	№	Описание	Кол-во
1	Основная рама	1	14	Болт	2
2	Передняя опора	1	15	Стержни для педалей	2
3	Задняя опора	1	16	Шестигранный ключ	1
4,5	Комплект для крепления сиденья	1	17	Гаечный ключ	1
6,7	Комплект направляющих	1	18	Многофункциональный ключ	1
8,9	Педали	2	19	Шайба пружинная	4
10	Заглушка для направляющей	1	20	Винт	4
11	Адаптер питания	1	21	Шестигранная гайка	4
12	Плоские шайбы	2	22	Регулируемая ножка	3
13	Контргайки	2	23	Адаптер питания	1

5. СБОРКА ТРЕНАЖЕРА

Перед сборкой убедитесь, что все детали тренажера в комплекте. Для этого разложите их на ровной поверхности и сверьтесь со списком в комплектации. Также проверьте, что все необходимые для сборки инструменты на месте.

Перед сборкой тщательно изучите ее последовательность и выполняйте все рекомендации. Используйте для сборки приложенный или рекомендуемый инструмент. Убедитесь, что все детали в наличии и они не повреждены. Не прикладывайте чрезмерных усилий к инструменту во избежание травм и повреждения элементов конструкции тренажера. Сначала соберите все части, неплотно закрепив гайки и болты. Убедитесь, что конструкция собрана правильно, и окончательно затяните болты.



Внимание! Во время сборки не следует сильно затягивать болты, гайки и винты. Это необходимо сделать в самом конце сборки.

Шаг 1

- Присоедините переднюю опору (2) к основной раме (1).
- Совместите отверстия и вставьте болты (14). Затем наденьте две плоские шайбы (12) и закрутите гайки с колпачками (13) на болты (14) с помощью многофункционального ключа (18).

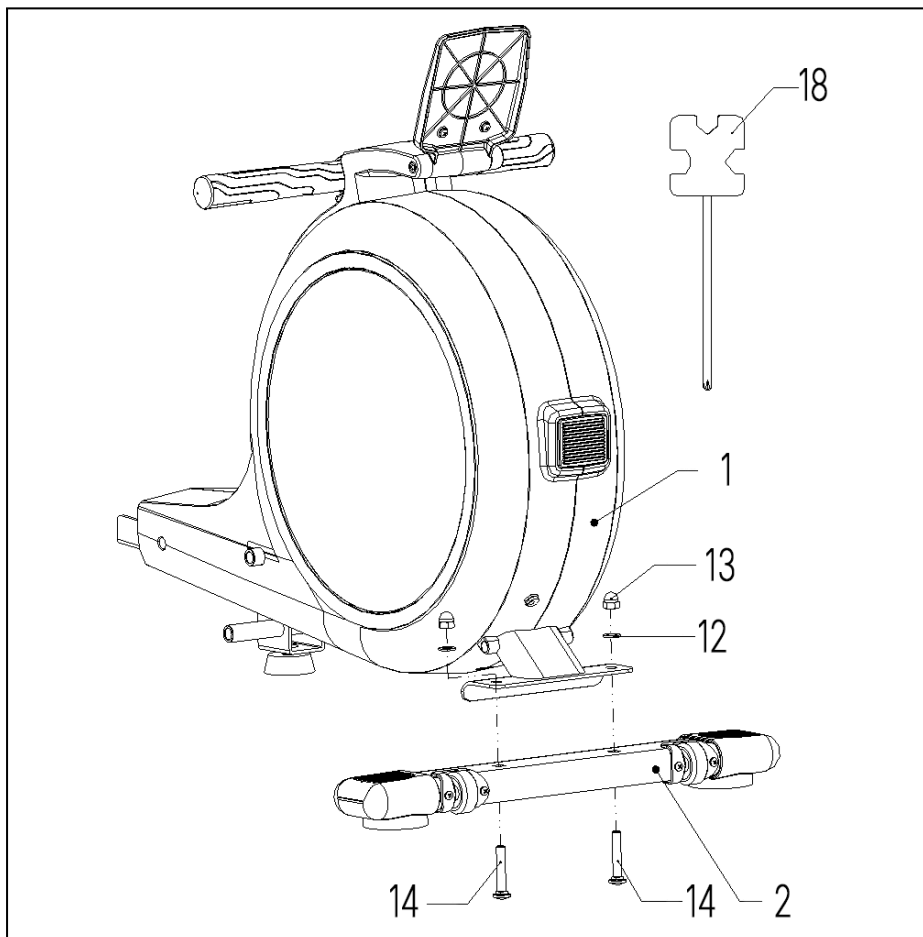


Рисунок 2 – Установка передней опоры

Шаг 2

- Аккуратно вставьте сиденье (4) в направляющую (7).
- Прикрепите заднюю опору (3) к направляющей (7), совместив все отверстия. Надёжно закрепите двумя комплектами болтов (14), плоских шайб (12) и контргаяк (13), используя шестигранный ключ (16) и многофункциональный ключ (18) одновременно.
- Правильно вставьте заглушку (10) в направляющую (7).

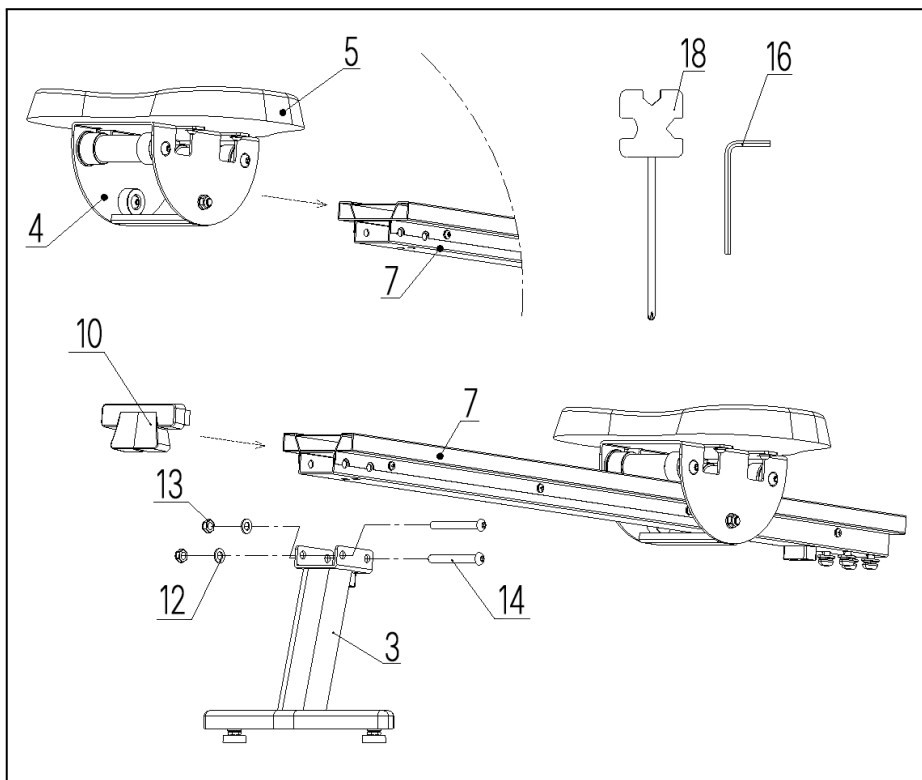


Рисунок 3 – Установка сиденья и задней опоры

Шаг 3

- Установите направляющую трубку (6) на основную раму (1), как показано на рисунке.
- Закрепите 4 комплектами плоских шайб (12), пружинных шайб (19) и винтов (20) с помощью шестигранного ключа (16).

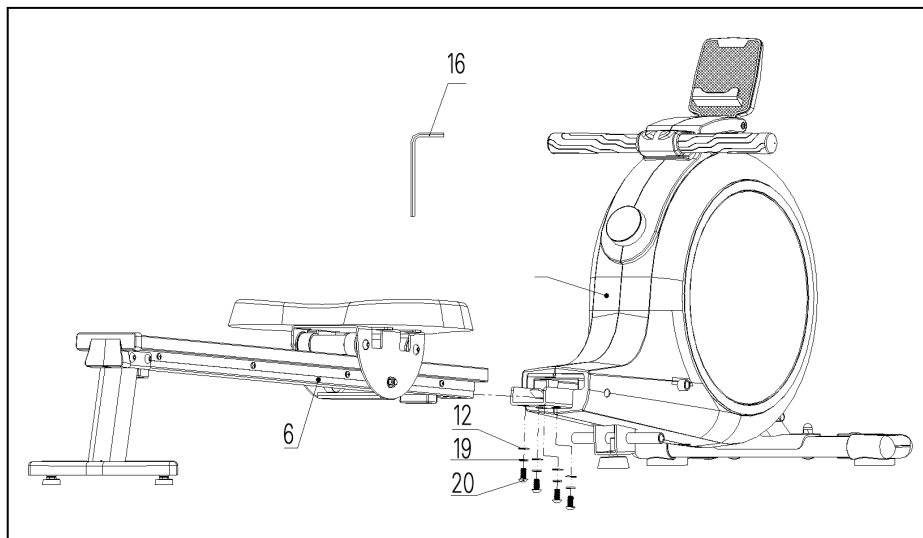


Рисунок 4 – Сборка основной рамы

Шаг 4

- Вкрутите две педальные стойки (8) в отмеченные отверстия на основной раме (1) по часовой стрелке до тех пор, пока шестигранные гайки (21) не прижмутся к трубке рамы.
- Плотно затяните гайки (21) гаечным ключом (17) по часовой стрелке.

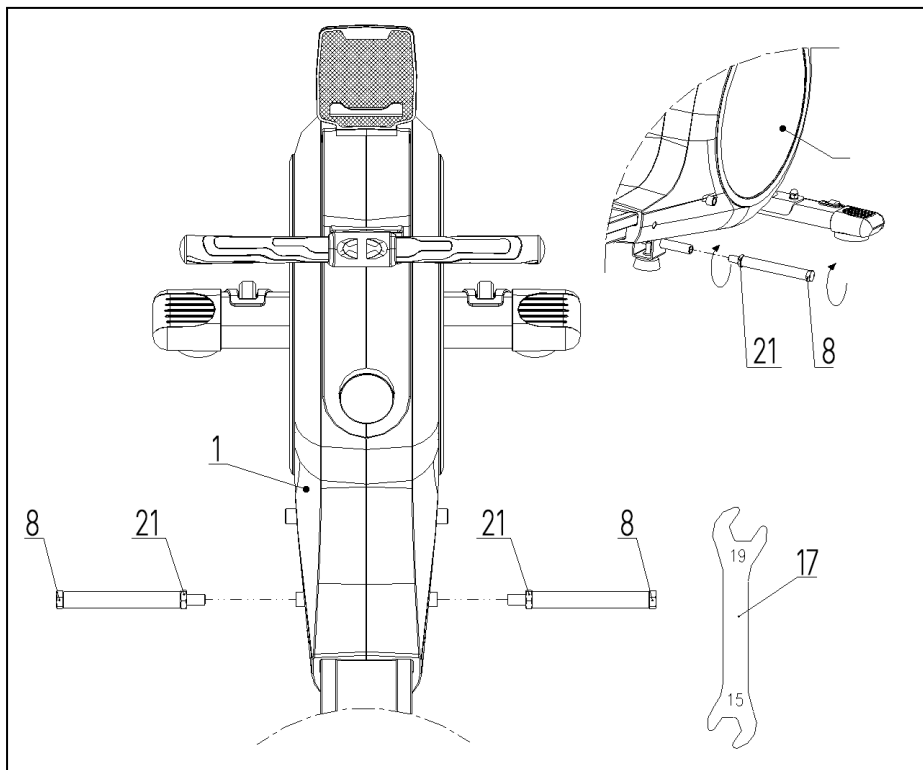


Рисунок 5 – Установка педальных стоек

Шаг 5

- Вкрутите педали (9) в педальные стойки (8) в отмеченные отверстия на основной раме (1) по часовой стрелке до тех пор, пока шестигранные гайки (21) не прижмутся к трубке рамы.
- Плотно затяните гайки (21) гаечным ключом (17) по часовой стрелке.

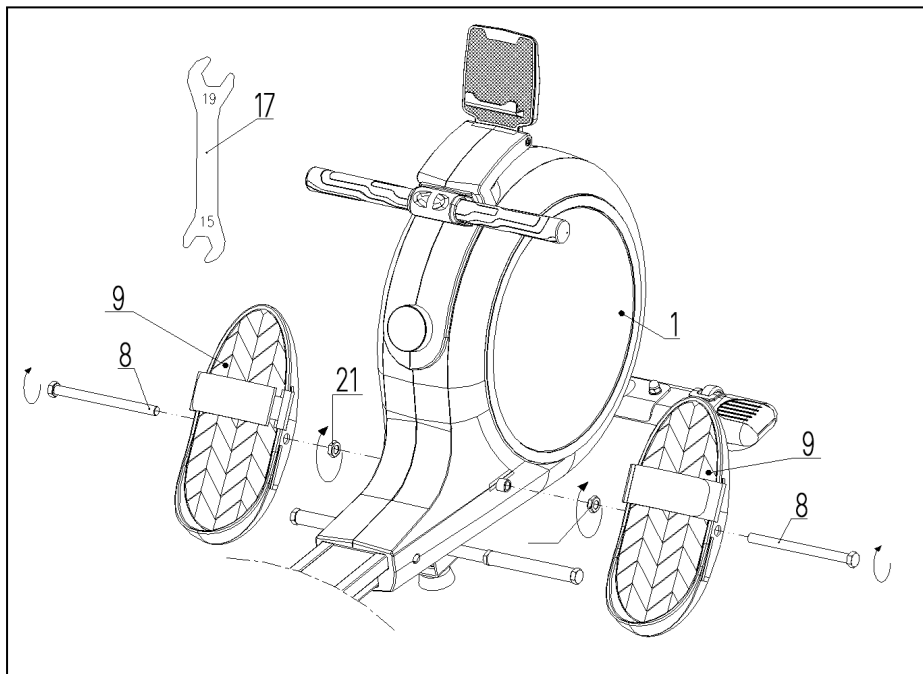


Рисунок 6 – Установка педалей

Шаг 6

- Теперь тренажёр полностью собран. Пожалуйста, проверьте, что все винты и болты надёжно затянуты.
- Если тренажёр стоит неустойчиво, вы можете отрегулировать его с помощью компенсаторов неровности (22), предварительно ослабив гайки (21). После регулировки обязательно затяните гайки (21) многофункциональным ключом (18) по направлению вверх к опорной трубке.
- Оставьте зазор 3-5 мм между компенсаторами неровности (22) и полом, чтобы обеспечить устойчивость тренажера во время тренировки.
- Когда захотите начать тренировку, подключите адаптер питания (23) к розетке.

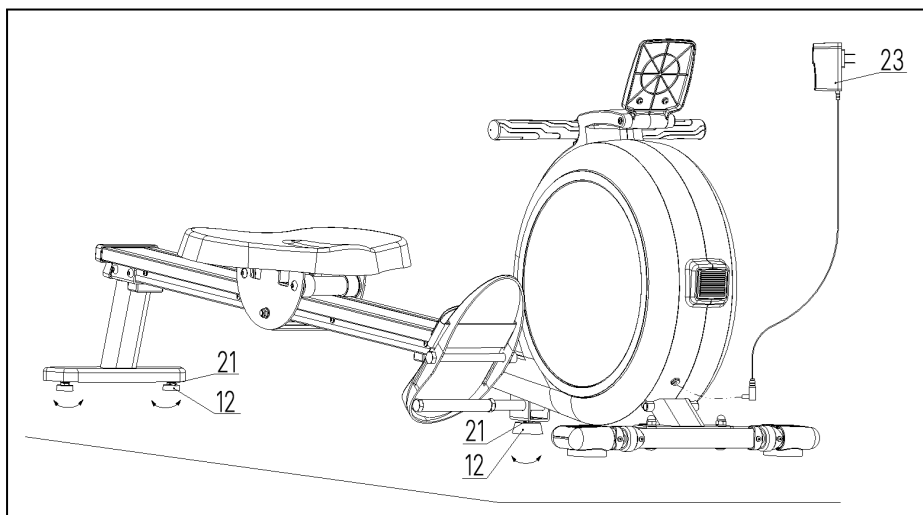


Рисунок 7 – Готовая сборка тренажера

6. КОНСОЛЬ И УПРАВЛЕНИЕ

6.1 Обзор общего вида консоли



Рисунок 8 – Общий вид консоли

- Темп (гребков в минуту)
- Нагрузка (от 1 до 32 уровней)
- Количество гребков / Темп за 500 м / Текущая скорость (км/ч) / Время тренировки (мин) / Расстояние (км) / Калории
- Текущий статус Bluetooth (вкл/выкл)

6.2 Режим сканирования

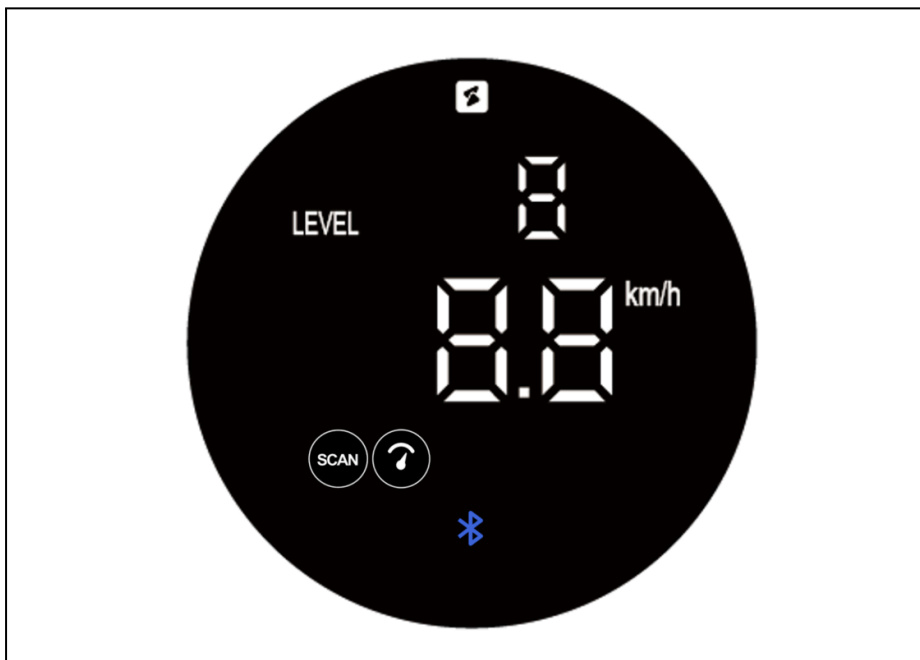


Рисунок 9 – Режим сканирования

- В режиме сканирования на большом экране каждые 3 секунды по очереди отображаются текущие показатели: Скорость -> Время -> Расстояние -> Калории -> Количество гребков -> Темп за 500 м.
- На маленьком экране сверху отображается текущий уровень нагрузки.
- Синим цветом отображается статус Bluetooth (если он включен).

6.3 Режим блокировки

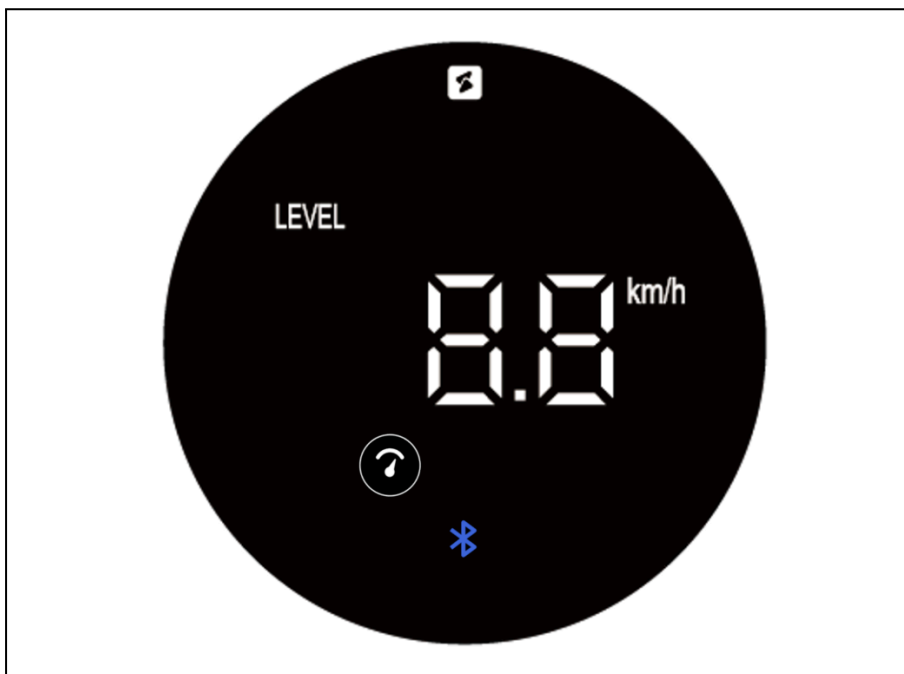


Рисунок 10 – Режим блокировки

- Нажатием на дисплей выберите данные, которые хотели бы зафиксировать для отображения на экране.
- Это может быть Скорость -> Время -> Расстояние -> Калории -> Количество гребков -> Темп за 500 м.
- На маленьком экране сверху отображается текущий уровень нагрузки.
- Синим цветом отображается статус Bluetooth (если он включен).

6.4 Диапазон параметров отображения

TEMPO

Темп

0 ~ 999

Отображается количество гребков в минуту.

LEVEL

Уровень нагрузки

1 ~ 32 уровня

STROKE

Количество гребков

0 ~ 999

/500M

Темп за 500 м

0:0 ~ 99:9



Сканирование

Отображается: данные в режиме сканирования.
Не отображается: данные в режиме блокировки.



Скорость

0.0 ~ 99.9 км/ч



Время

0:0 ~ 99:5

В режиме пробуждения таймер запускается при кратком нажатии на кнопку или обнаружении движения и останавливается через 4 секунды после остановки движения.



Расстояние

0.0 ~ 999 км

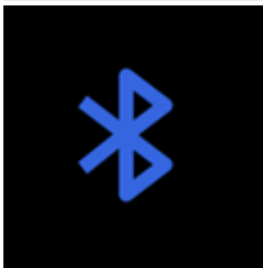


Калории

0.0 ~ 999 ккал

Имеет прямо пропорциональную зависимость от уровня нагрузки.

Уровень нагрузки 1 соответствует 11,4 ккал/километр.
Уровень нагрузки 32 - 44,6 ккал/километр.



Bluetooth

Отображается: Bluetooth подключен.

Не отображается: Bluetooth не подключен.

7. ИНСТРУКЦИЯ ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ

7.1 Общие данные по работе с консолью

Вид консоли в спящем режиме



Рисунок 11 – Спящий режим

В спящем режиме консоль неактивна. Для активации нажмите на кнопку, либо поверните кнопку в любую сторону.

Консоль переходит в спящий режим после 3 минут отсутствия активности.

Нажатие на кнопку

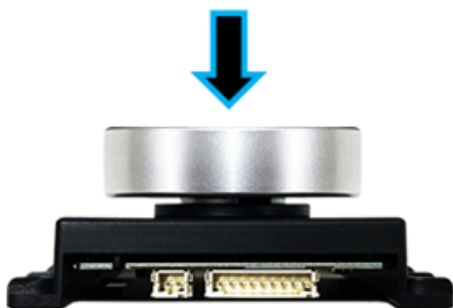


Рисунок 12 – Нажатие на кнопку

Нажмите кнопку для активации консоли.

Нажмите на кнопку в активном режиме для переключения между фиксированными данными на консоли.

Длительное нажатие в течение двух секунд сбросит все данные.

При нажатии на кнопку будет слышен сигнал.

Вращение кнопки



Вращайте кнопку по часовой стрелке для увеличения нагрузки.

Вращайте кнопку против часовой стрелки для уменьшения нагрузки.

При вращении кнопки будет слышен звуковой сигнал.

Рисунок 13 – Вращение кнопки

7.2 Подробная инструкция по работе с тренажером

Шаг 1

При активации тренажера будет слышен звуковой сигнал и экран консоли перейдет в активное положение. Предустановленный уровень нагрузки - 1.

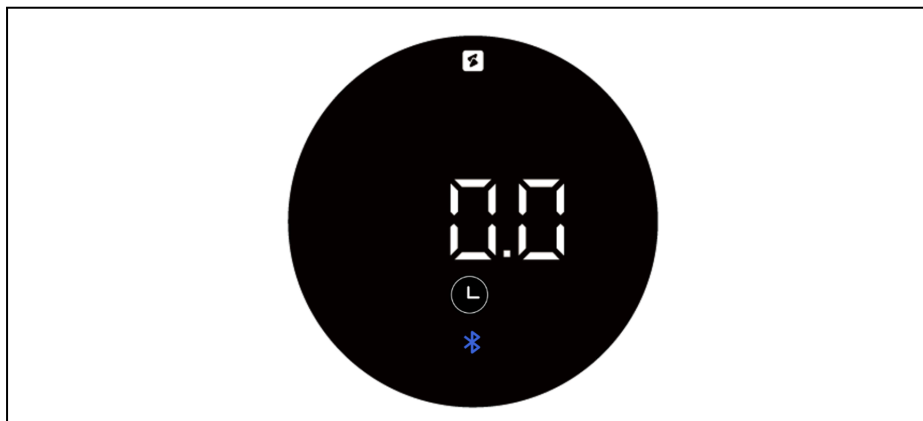


Рисунок 14 – Активация экрана консоли

В отсутствие активных действий в течение 1 минуты все данные будут сброшены.

В отсутствие любых действий в течение 3 минут экран полностью погаснет и тренажер перейдет в спящий режим.

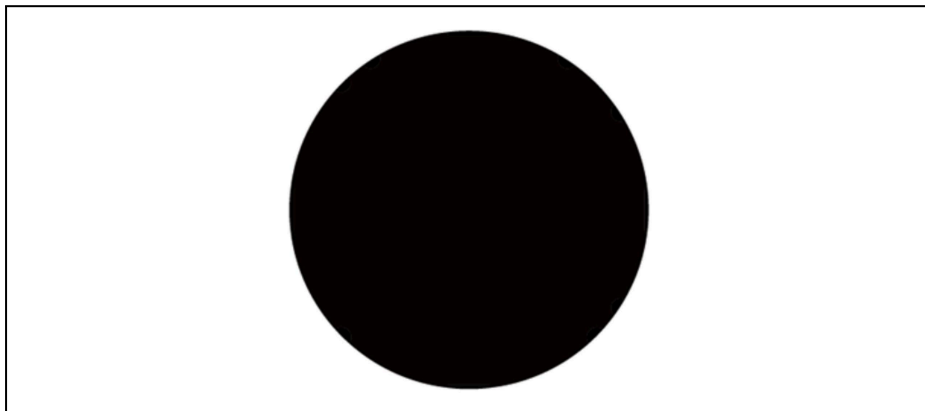


Рисунок 15 – Экран консоли в спящем режиме

Шаг 2

В рабочем состоянии короткое нажатие на экран или гребковое движение может напрямую запустить режим тренировки. В верхней части экрана будут отображены показатели «ТЕМП» и «УРОВЕНЬ» нагрузки, которые будут переключаться каждые 3 секунды.

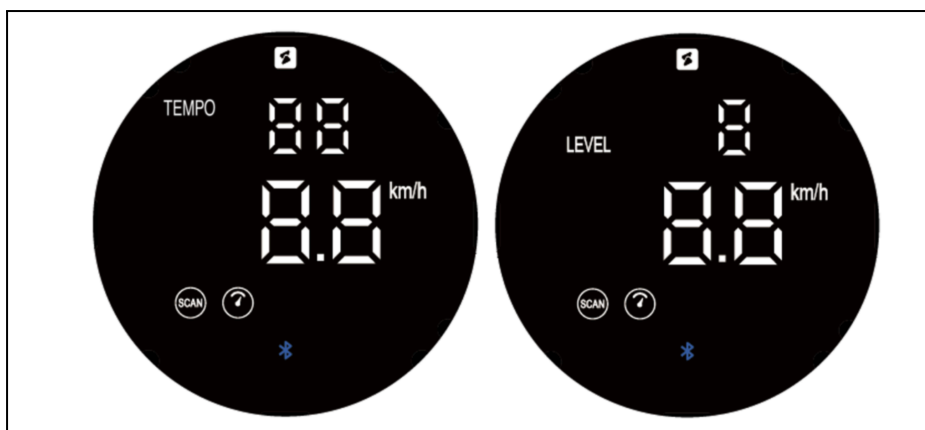


Рисунок 16 – Текущий темп (справа) и уровень нагрузки (слева)

Шаг 3

При начале работы по умолчанию будет активирован режим сканирования и на экране будут последовательно отображаться следующие показатели:

Скорость -> Время -> Расстояние -> Калории -> Количество гребков -> Темп за 500 м



Рисунок 17 – Скорость



Рисунок 18 – Время



Рисунок 19 – Расстояние



Рисунок 20 – Калории



Рисунок 21 – Количество гребков



Рисунок 22 – Темп за 500 м

Шаг 4

Нажатием на кнопку можно зафиксировать нужный экран. Значок сканирования погаснет и будут выведены только выбранные данные (скорость/время/расстояние/калории).



Рисунок 23 – Скорость



Рисунок 24 – Время



Рисунок 25 – Расстояние



Рисунок 26 – Калории

8. ПОДКЛЮЧЕНИЕ ПРИЛОЖЕНИЙ ПО BLUETOOTH

Перед началом убедитесь, что:

- гребной тренажер включен и не сопряжен с другими устройствами;
- на вашем смартфоне/планшете включен Bluetooth (при необходимости также разрешите доступ к геолокации на устройствах Android);
- расстояние между тренажером и вашим гаджетом не превышает 5–7 метров.

1. Подключение велотренажера к Kiponar:

- запустите Kiponar на своем телефоне или планшете;
- на главном экране приложения нажмите в правом нижнем углу кнопку «Мой профиль» (My Profile);
- в разделе «Управление оборудованием» (Manage my equipment) выберите тип тренажера: «rowing equipment» (Гребной тренажер);
- зайдите в меню «SENSORS» (датчики) и выберите «Умный» (Smart). Если приложение не обнаружило ваш тренажер автоматически, проверьте, поддерживает ли ваш гребной тренажер протокол FTMS и выберите его вручную в настройках Kiponar;
- в списке устройств найдите ваш гребной тренажер и нажмите, чтобы подключиться;
- начните выполнять упражнения (даже с небольшой скоростью), чтобы тренажер начал передавать данные по Bluetooth;
- при успешном подключении на экране Kiponar отобразятся текущие параметры.

Примечания!



- При подаче любого сигнала на консоль, она автоматически включится в работу. Сразу начнется отсчет значений TMR, DST, CAL.
- Если в течение 4 минут на консоль не будет подаваться сигнал, она перейдет в режим ожидания.
- Сигнал STOP будет мигать в режиме SCAN.

9. КОДЫ ОШИБОК

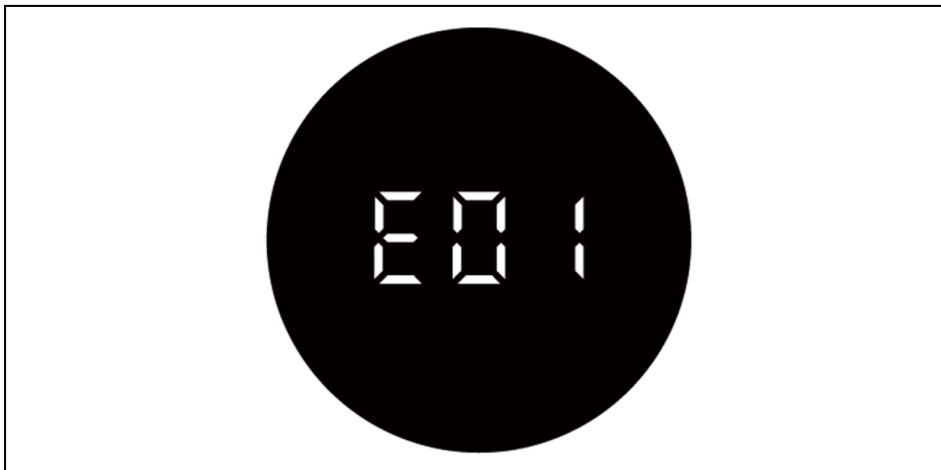


Рисунок 27 – Код ошибки

E01 (Ошибка 1)

Назначение: чтобы избежать ошибок при сборке и поломки электроники из-за редких неисправных деталей, в тренажере установлена система обнаружения неполадок кабельного мотора (ошибка E01).

Код ошибки отображается, когда тренажер не может правильно определить, как вращается мотор.

Что делать, если появилась ошибка (проверьте по порядку):

- посмотрите, не застрял ли трос мотора. Также проверьте, правильно ли мотор возвращается в начальное положение после включения;
- проверьте провода: они должны быть хорошо закреплены, а разъемы ровно вставлены;
- если мотор слабо тянет в крайнем положении, он может неправильно вернуться на первую передачу. Чтобы это проверить: сразу после включения переключите тренажер на среднюю передачу и посмотрите, появится ли ошибка снова;
- очень редко, но возможно повреждение деталей самого механизма скольжения;
- в редких случаях мотор может быть неисправен с завода.

10. СПЕЦИФИКАЦИЯ

Тип оборудования	гребной тренажер
Система нагружения	электромагнитная
Рукоятки	стандартные, с оплеткой из пенорезины
Консоль	LCD-дисплей, с подставкой для телефона
Язык(и) интерфейса	английский
Показания на консоли	время, дистанция, скорость, количество гребков, общий темп (гребков в минуту), темп за 500 м, уровень нагрузки
Общее количество программ	нет
Мультимедиа	нет
Разъемы	нет
Измерение пульса	нет
Макс. вес пользователя	130 кг
Компенсаторы неровностей пола	да
Транспортировочные ролики	да
Размер в рабочем состоянии (Д*Ш*В)	162 × 47 × 71 см
Вес нетто	20 кг
Питание	220В
Энергосбережение	есть
Рама	антикоррозийная обработка, покраска в один слой
Тип пластика	АБС-пластик из исходного сырья
Упаковка	99 × 23 × 59 см
Вес брутто	23 кг

Производитель	Orlauf
Импортер	ООО «ДЕМО-СПОРТ» 197183, Санкт-Петербург г., Полевая Сабиrowsкая ул., дом 54, 035С тел. 8-800-775-56-38
Завод-изготовитель	Ningbo Bestgym Health Technology Co., Ltd. No.2288 Jinhai East Road, Binhai New Area, Economic Development Zone, Fenghua, Ningbo, Zhejiang, China info@bestgymfitness.com
Страна изготовления	КНР
Дата изготовления	Указана на этикетке
Гарантия	24 месяца

Компания оставляет за собой право вносить изменения в дизайн и/или технические характеристики тренажера без предварительного предупреждения потребителя. Оборудование сертифицировано в соответствии с Техническим Регламентом Таможенного Союза. Производитель оставляет за собой право вносить изменения в конструкцию тренажера, не ухудшающие значительно его основные технические характеристики.

В случае возникновения любых неисправностей просим не пытаться устранить проблему самостоятельно, обращайтесь в сервисный центр ООО «ДЕМО-СПОРТ» по телефону 8-800-775-56-38.



Внимание! Тренажер предназначен для домашнего использования!



