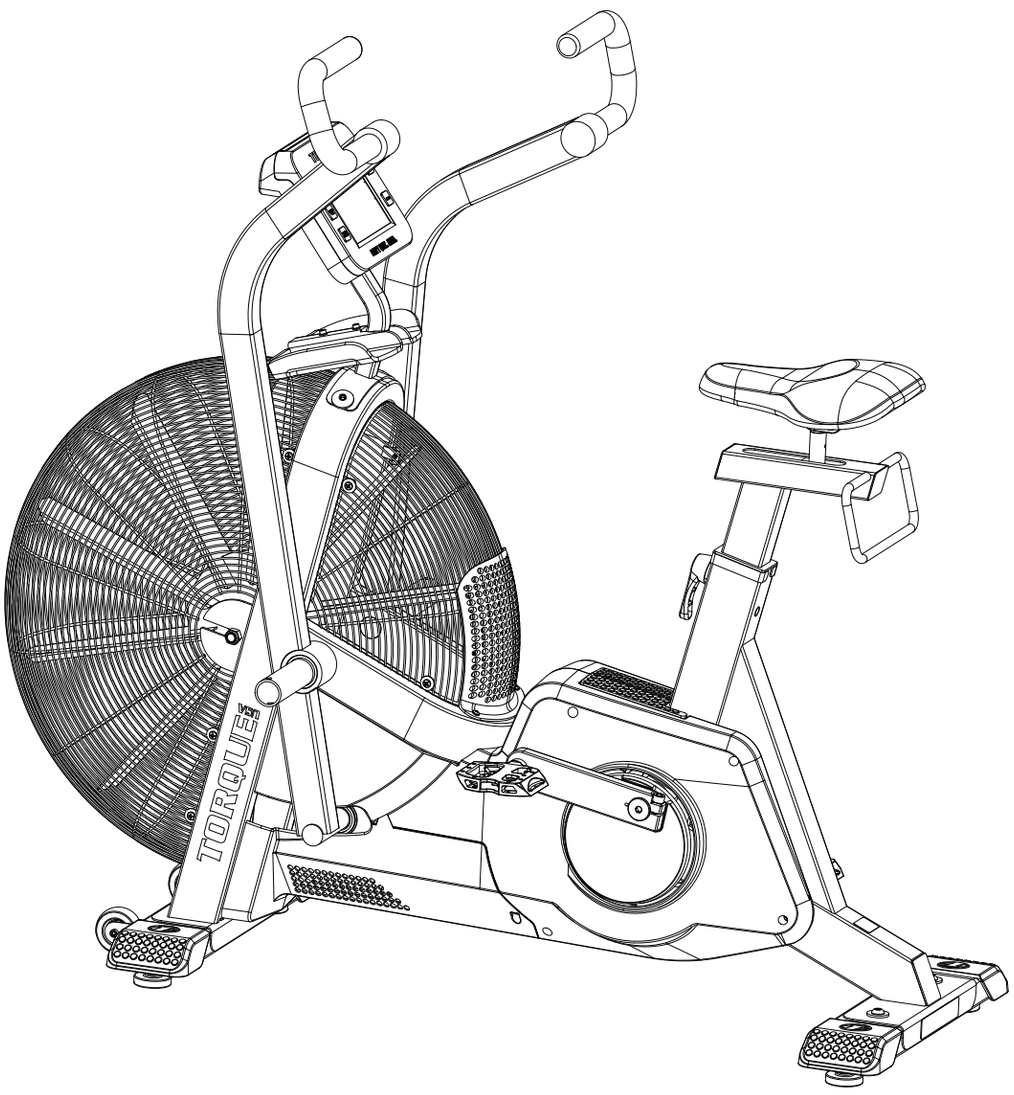
TORQUE USA



Велотренажер
Stealth Air Bike

Руководство по сборке и эксплуатации

Модель: AB-TS-T800-101-F07

Руководство Н/И: 5785801-Ред. A

Руководство по сборке и эксплуатации велотренажера Stealth Air Bike
Содержание

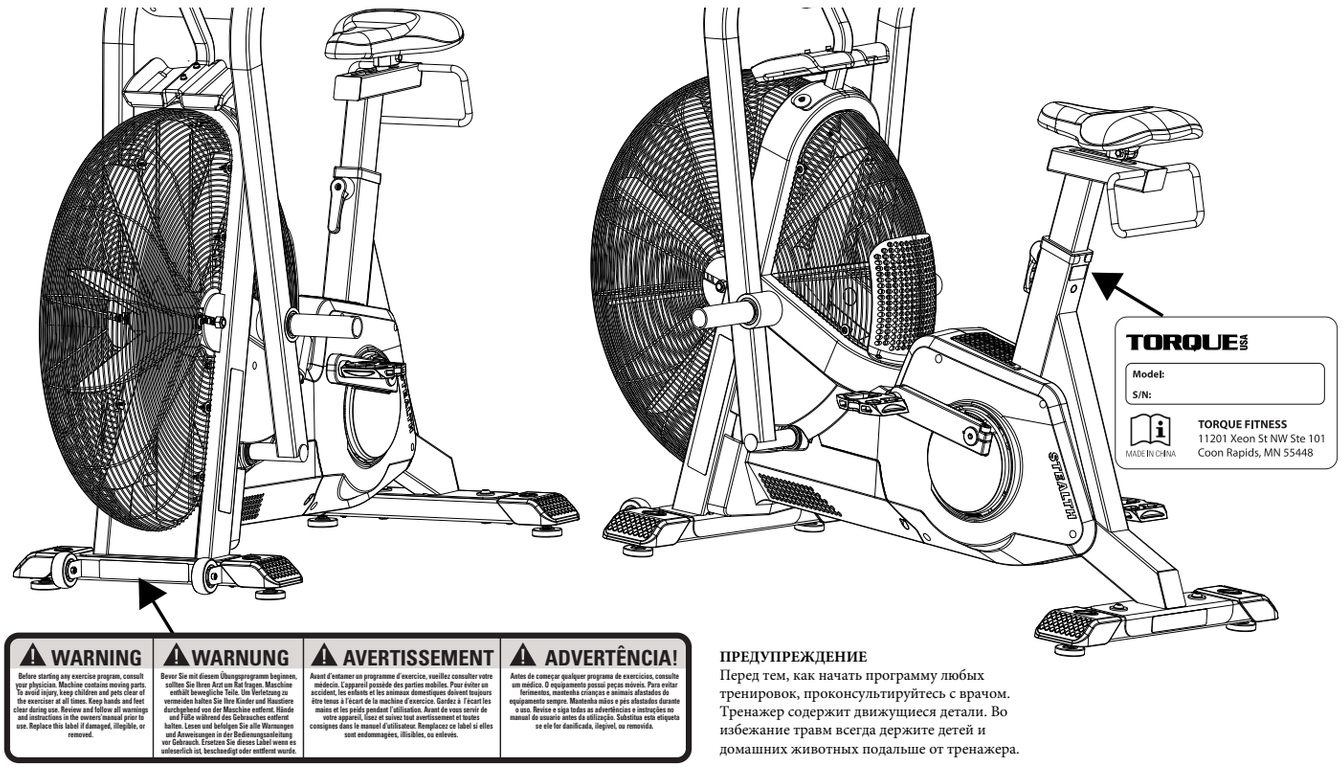
ВАЖНЫЕ ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ ii
Технические характеристики велотренажера 1
Инструкция по сборке велотренажера 2
Подготовка к сборке 2
1. Подседельная рама и сиденье 3
2. Передний и задний стабилизаторы 4
3. Рычаги и подножки 5
4. Консоль, полка и стойка 6
5. Стойка и педали 7
6. Выравнивание и тестирование 8
Руководство к велотренажеру Stealth Air Bike 9
Кнопки управления 9
Дисплей 10
Программы 11
Обслуживание 12
Гарантия 13

ВАЖНЫЕ ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ

ВНИМАНИЕ! Безопасность тренажера может быть гарантирована только в том случае, если он регулярно проверяется на наличие повреждений и износа.

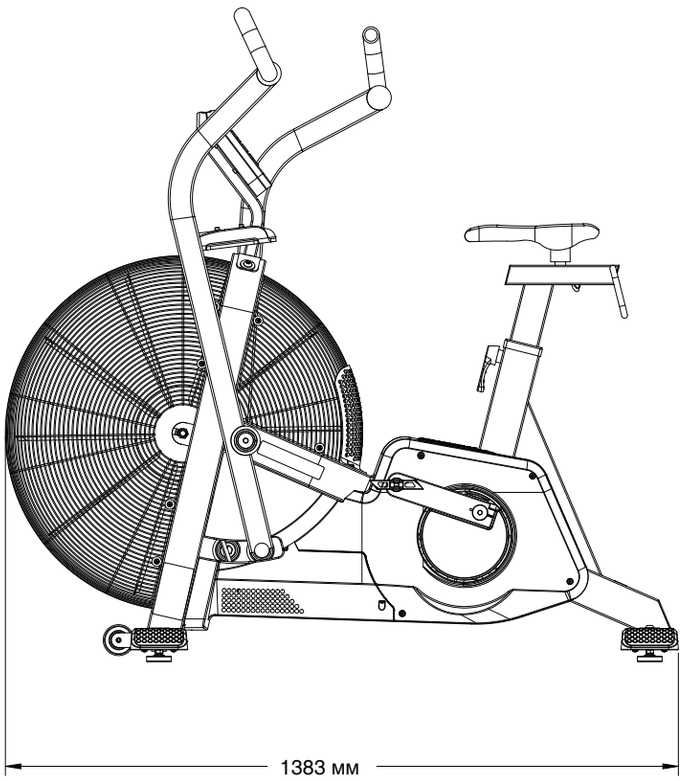
- Не подпускайте детей и домашних животных к тренажеру во время сборки и эксплуатации.
- Одежду, шнурки и волосы держите подальше от движущихся деталей.
- **НЕ** пытайтесь использовать данный тренажер для каких-либо целей, отличных от тех, для которых он предназначен.
- Надевайте обувь с резиновой подошвой или подошвой с высоким коэффициентом сцепления. Высокие каблуки, модельные туфли, босоножки или обувь на босу ногу не подходят для тренировок на данном велотренажере
- Перед каждым использованием проверяйте тренажер на наличие незакрепленных деталей или признаков износа. Если обнаружите что-либо из вышеперечисленного, не пользуйтесь тренажером.
- **НЕ** сходите с велотренажера, пока рычаги и педали полностью не остановятся.
- Перед каждым использованием проверяйте надежность сиденья и подлокотников. Если что-то болтается, надежно затяните деталь перед использованием.
- Проконсультируйтесь со своим врачом перед началом программы упражнений с использованием данного оборудования.
- **НЕ** роняйте и не помещайте посторонние предметы в отверстия вентилятора или любой другой части устройства.
- Установите тренажер на твердую, ровную горизонтальную поверхность. Используйте регулировочные ножки, расположенные на переднем стабилизаторе, чтобы устранить качания тренажера из стороны в сторону во время использования.
- **НЕ** пытайтесь изменить дизайн или функционал тренажера. Это может поставить под угрозу безопасность тренажера и не покрывается гарантией.
- Вес пользователя не должен превышать 159 кг.
- Данный тренажер предназначен для использования только в помещении.

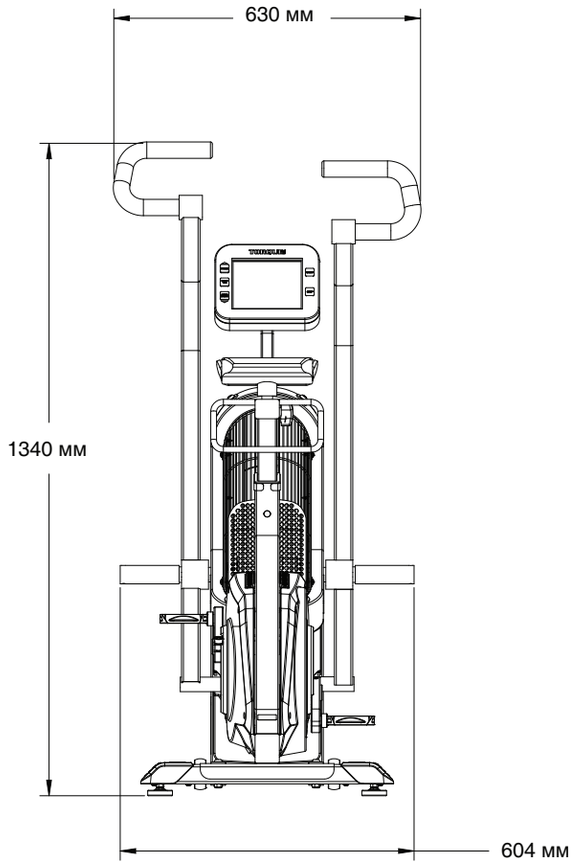
СОХРАНИТЕ ДАННУЮ ИНСТРУКЦИЮ



ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ
Перед тем, как начать программу любых тренировок, проконсультируйтесь с врачом. Тренажер содержит движущиеся детали. Во избежание травм всегда держите детей и домашних животных подальше от тренажера.

Технические характеристики велотренажера Stealth Air Bike





Максимальный вес пользователя:	159 кг
Вес тренажера:	60 кг
Требования к питанию:	2 батарейки типа AA

Инструкция по сборке велотренажера Stealth Air Bike

Подготовка к сборке

Необходимые инструменты

- Канцелярский нож (или аналогичный инструмент)
- Шестигранный ключ 5 мм (входит в комплект)
- Шестигранный ключ 10 мм (входит в комплект)
- Гаечный ключ 13 мм
- Гаечный ключ 15 мм
- Гаечный ключ 17 мм
- Крестовая отвертка №2
- Резиновый молоток (опционально)

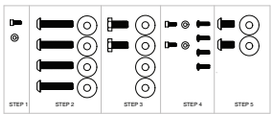
Крепежные детали

- Винт M10x25: 2 шт.
- Шайба M10: 10 шт.
- Винт M5x16: 4 шт.
- Винт M10x20: 2 шт.
- Винт M10x50: 4 шт.
- Болт с внутр. шестигр. M5x12: 3 шт.
- Шайба M5: 3 шт.

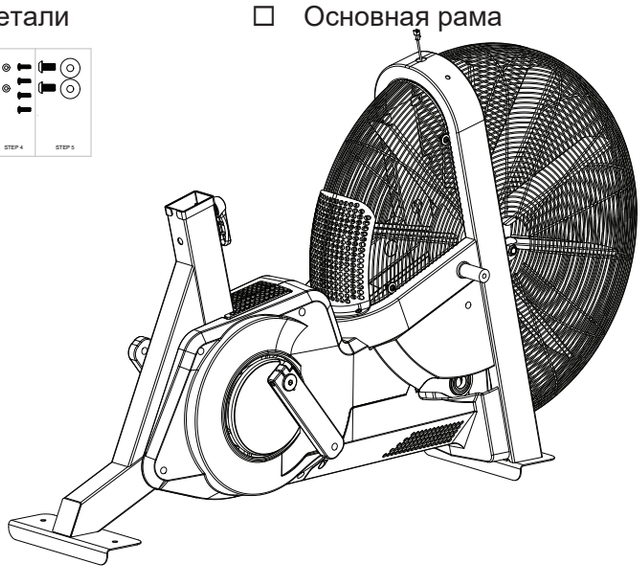
Подготовка к сборке

1. Разрежьте коробку по углам канцелярским ножом; отодвиньте стенки коробки от содержимого.
2. Распакуйте все содержимое, удалив всю упаковку и защитные пакеты. Убедитесь, что все предметы, показанные на рисунке ниже, включены в комплект поставки и не повреждены.

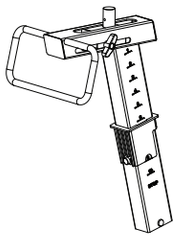
☐ Крепежные детали



☐ Основная рама



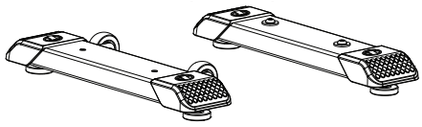
☐ Подседельная рама



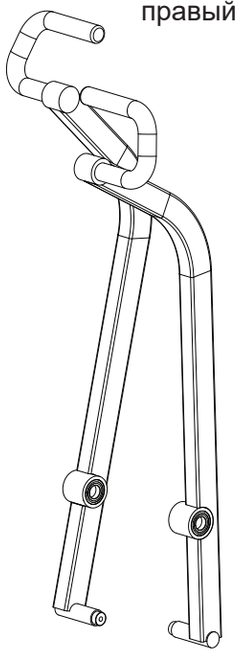
☐ Сиденье



☐ Стабилизаторы: передний и задний



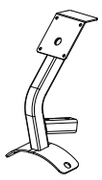
☐ Рычаги (левый и правый)



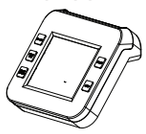
☐ Подножки (2)



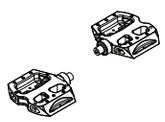
☐ Стойка консоли



☐ Цифровая консоль



☐ Педали, левая и правая

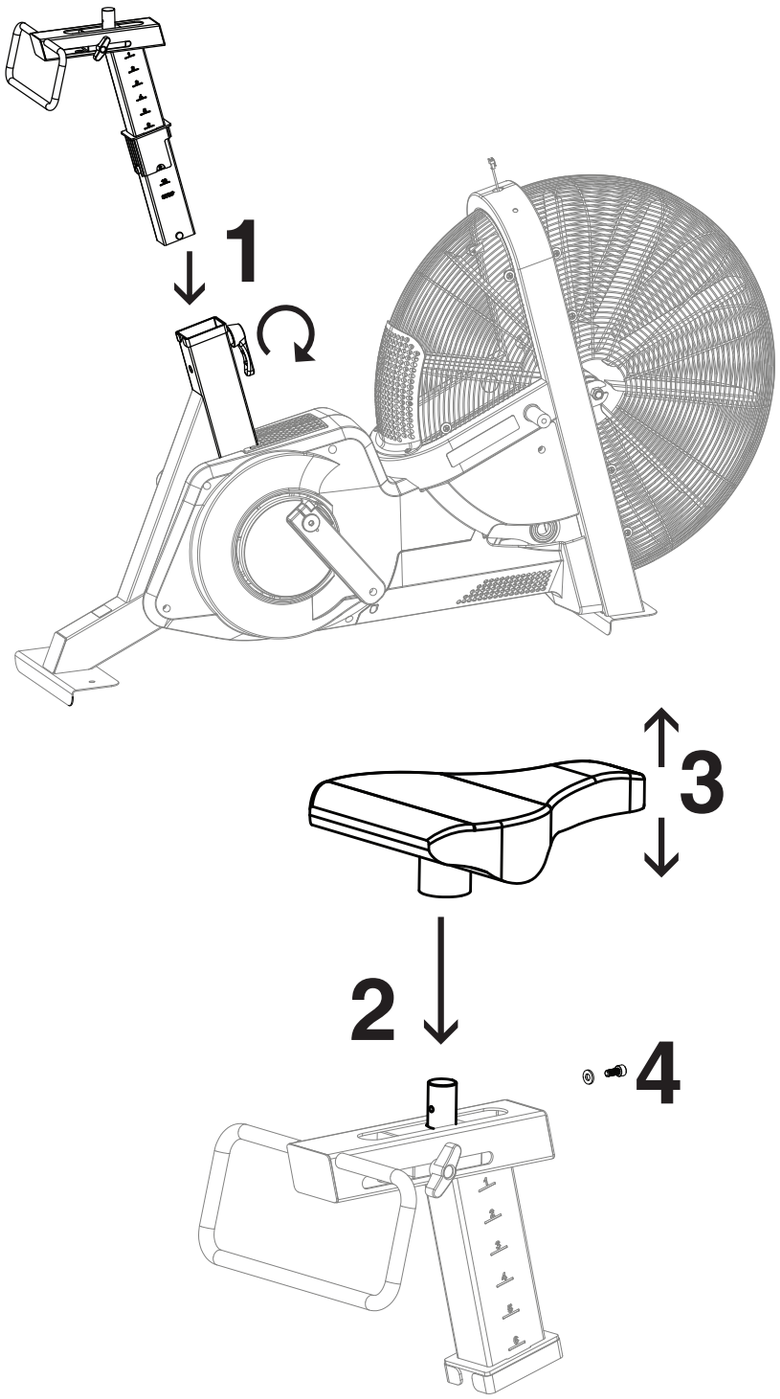


☐ Полка



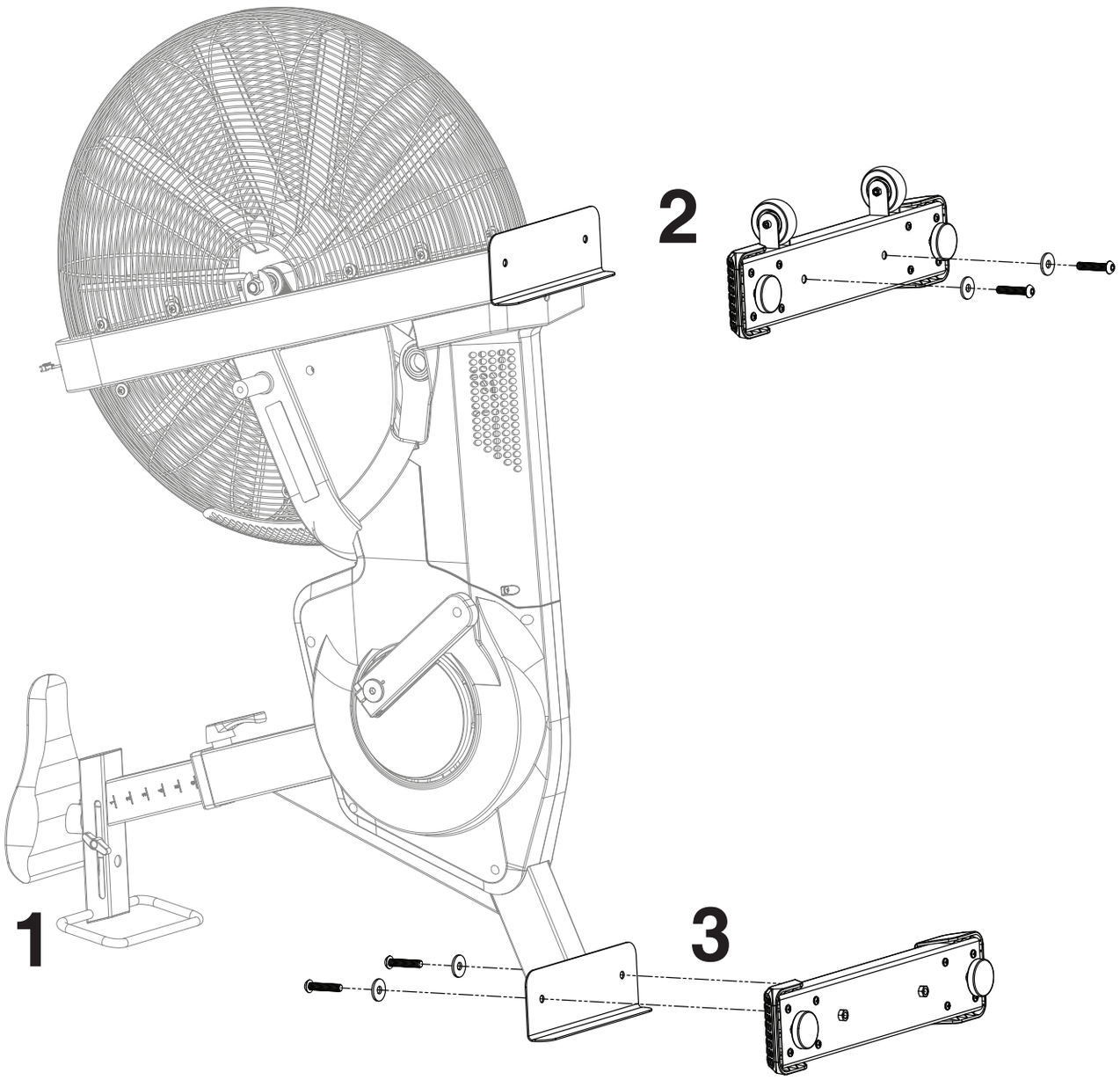
1. Подседельная рама и сиденье

1. Ослабьте фиксирующую ручку на стойке сиденья. Вставьте раму сиденья в стойку таким образом, чтобы держатель для полотенец был обращен назад. Затяните фиксирующую ручку.
2. Совместите отверстие в подседельной раме со стойкой сиденья; прижмите сиденье.
3. Установите нужный наклон сиденья; зафиксируйте это положение и затяните гайки с каждой стороны подседельной рамы с помощью гаечного ключа 13 мм.
4. Выровняйте положение сиденья (вперед-назад). Вставьте шестигранный болт в шайбу и в отверстие в передней части подседельной рамы; затяните шестигранным ключом 5 мм.



2. Передний и задний стабилизаторы

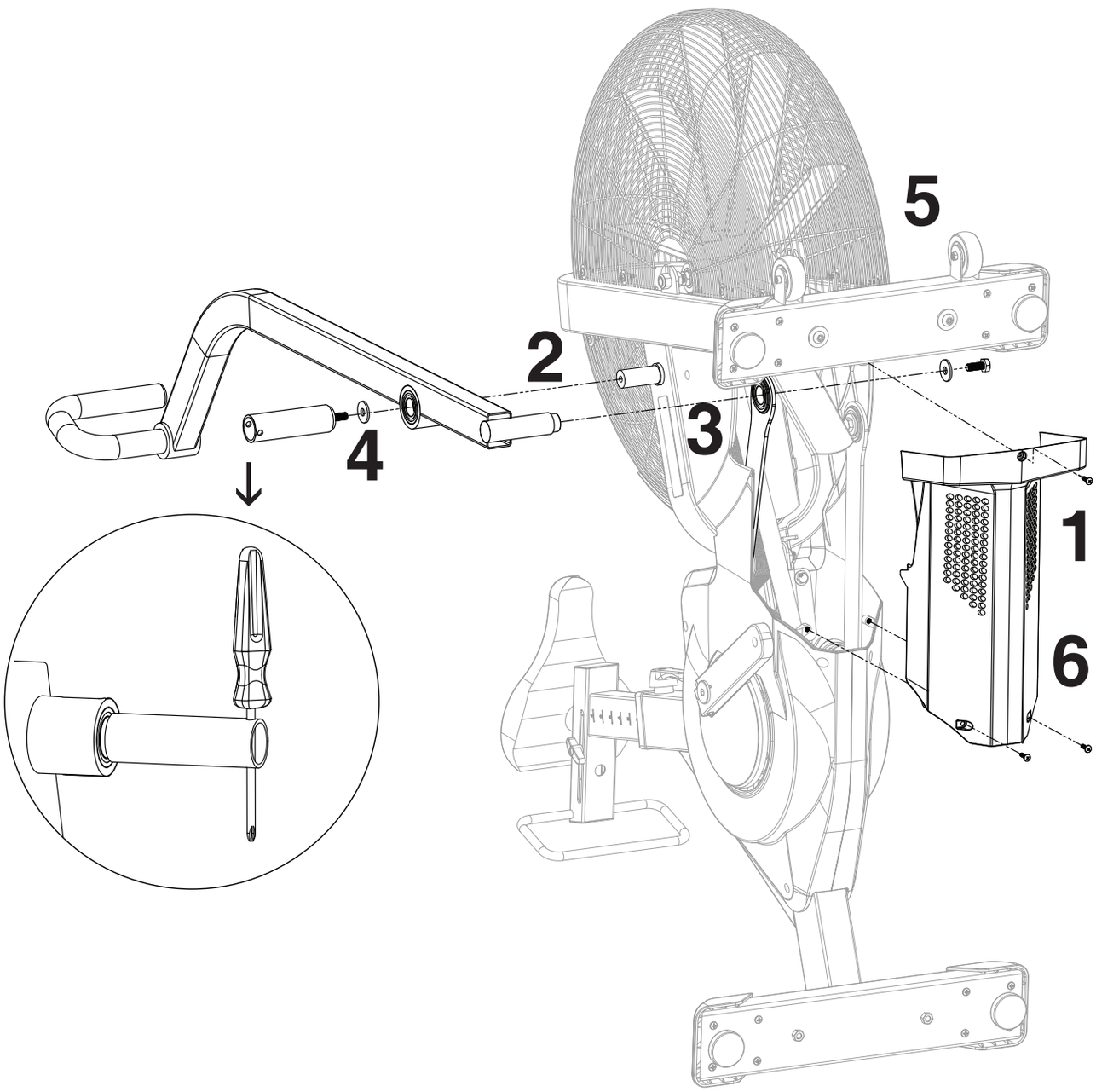
1. Переверните тренажер так, чтобы он стоял на подставке для полотенец, как показано на рисунке.
2. Совместите передний стабилизатор с передней опорной пластиной, расположив колеса стабилизатора сверху, как показано на рисунке. Наденьте по одной (1) шайбе на каждый болт; протяните два болта с шайбами через отверстия в переднем стабилизаторе и опорной пластине. Затяните шестигранным ключом 10 мм.
3. Совместите задний стабилизатор с задней опорной пластиной. Протяните два болта с шайбами через отверстия в опорной пластине и заднем стабилизаторе. Затяните шестигранным ключом 10 мм.



3. Рычаги и подножки

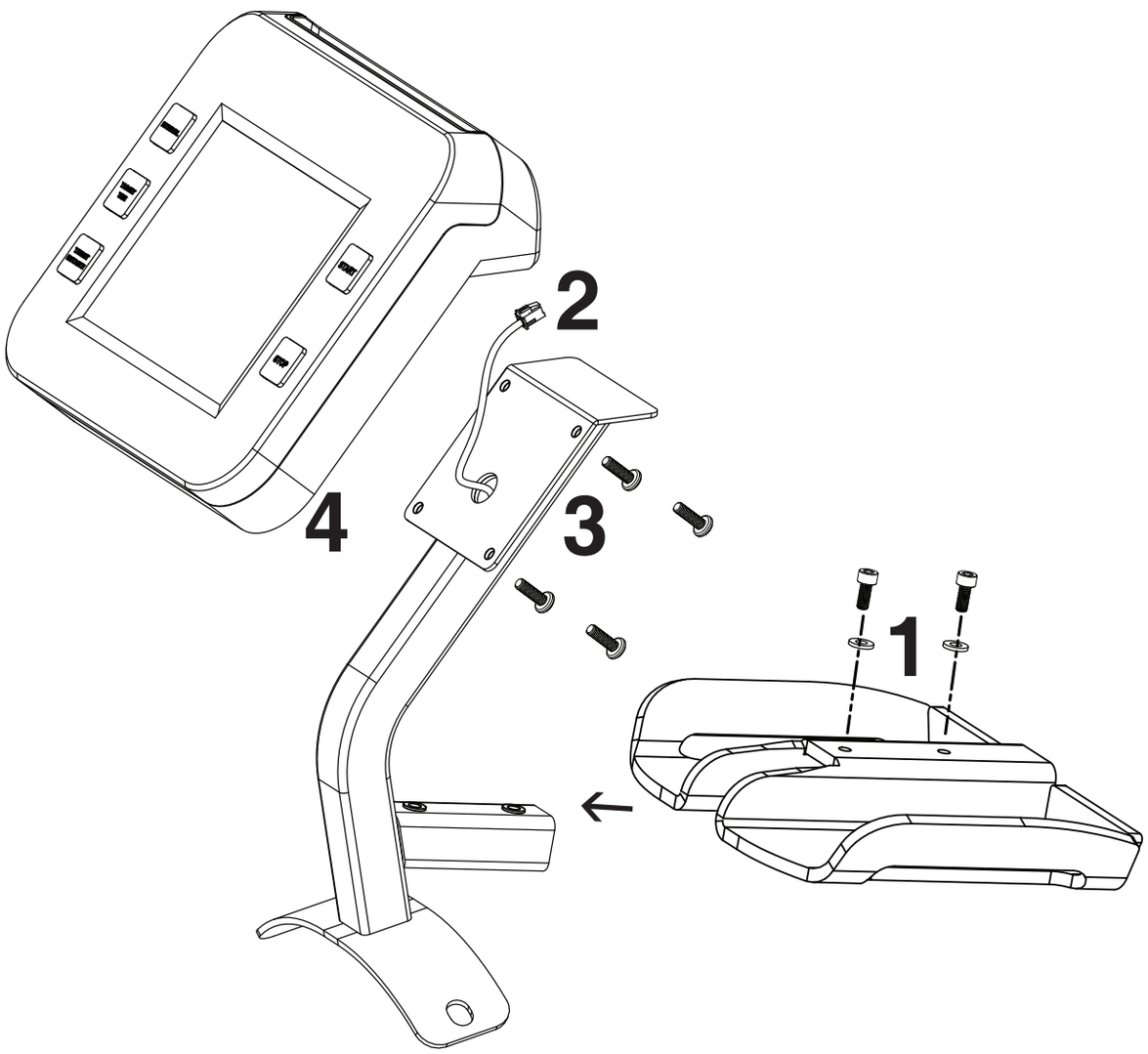
Примечание: левый рычаг обозначен буквой “L”, правый - буквой “R”.

1. С помощью крестообразной отвертки № 2 открутите три (3) винта и нижний кожух, они понадобятся на шаге 6.
2. Расположите рычаг относительно оси, как показано на рисунке; установите его на оси.
3. Совместите рычажное соединение с осью рычага. Вставьте болт в шайбу, затем вставьте болт с шайбой изнутри рамы в ось рычага. Затяните шестигранным ключом 7 мм.
4. Наденьте шайбу на подножку; вкрутите подножку во втулку. Вставьте отвертку в отверстие подножки и поверните подножку, чтобы затянуть ее.
5. Повторите шаги 2-4 для второй стороны (не показано на рис.).
6. Установите нижний кожух на место. Используйте крестообразную отвертку № 2, чтобы закрепить кожух тремя (3) винтами, выкрученными на шаге 1.
7. Наклоните тренажер вперед и поставьте его вертикально, чтобы он опирался на стабилизаторы (не показано на рис.).



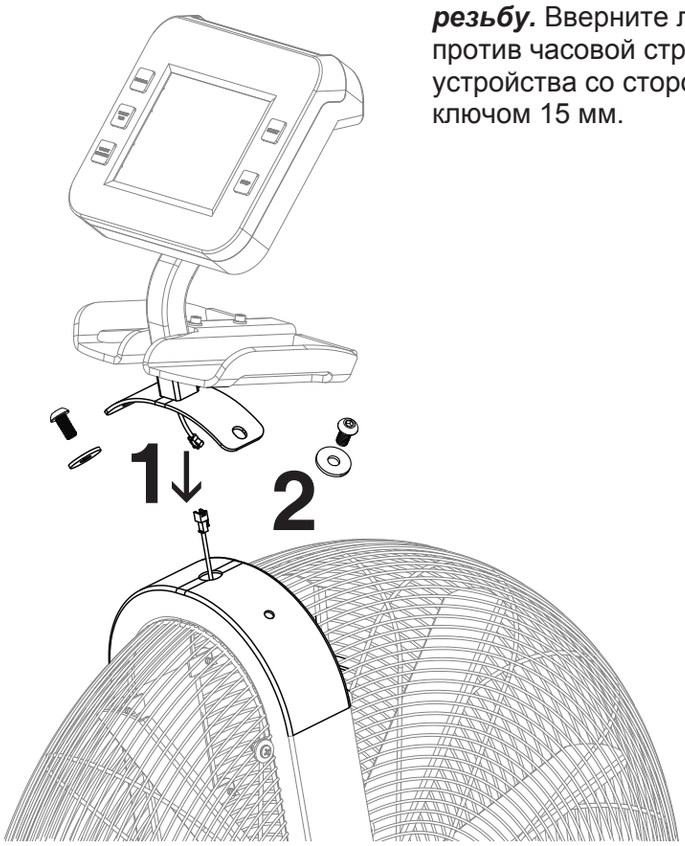
4. Консоль, полка и стойка

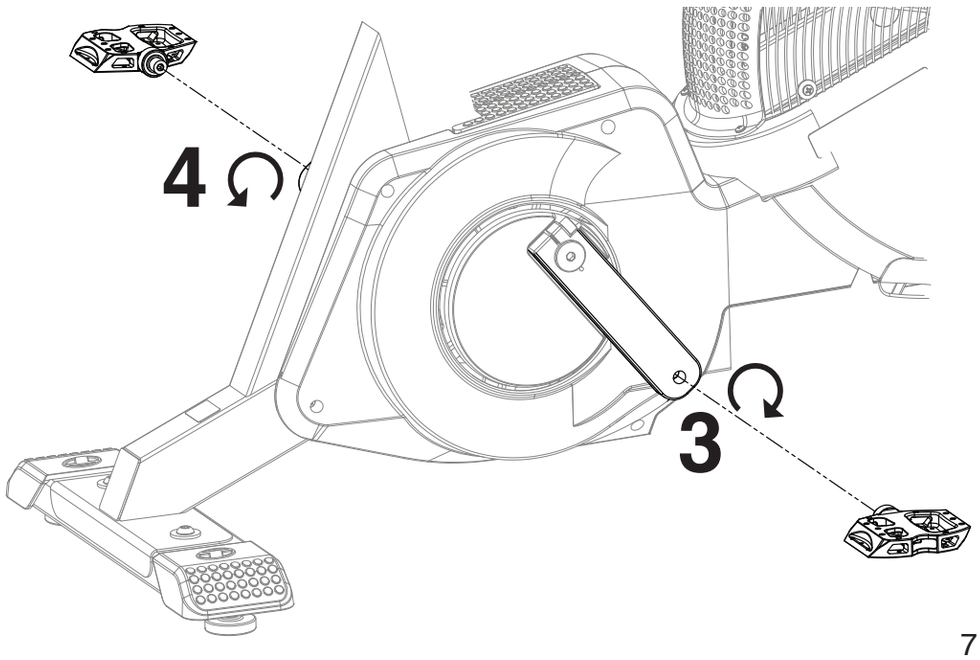
1. Совместите отверстия полки с отверстиями в стойке. Наденьте по одной (1) шайбе на каждый шестигранный болт, затем протяните болт с шайбой через полку и стойку. Для затяжки используйте шестигранный ключ 5 мм.
2. Соедините провод, идущий от стойки, с проводом консоли (не показано на рис.), Вы услышите щелчок, сигнализирующий о правильном соединении.
3. Положите консоль лицевой стороной вниз на мягкую поверхность. Совместите кронштейн стойки с задней частью консоли. Протяните четыре (4) винта с крестообразным шлицем через отверстия в кронштейне стойки и вкрутите в отверстия в задней части консоли; для затяжки используйте крестообразную отвертку №2.
4. Вставьте батарейки, располагая их в соответствии со схемой в консоли (не показано на рис.).



5. Стойка и педали

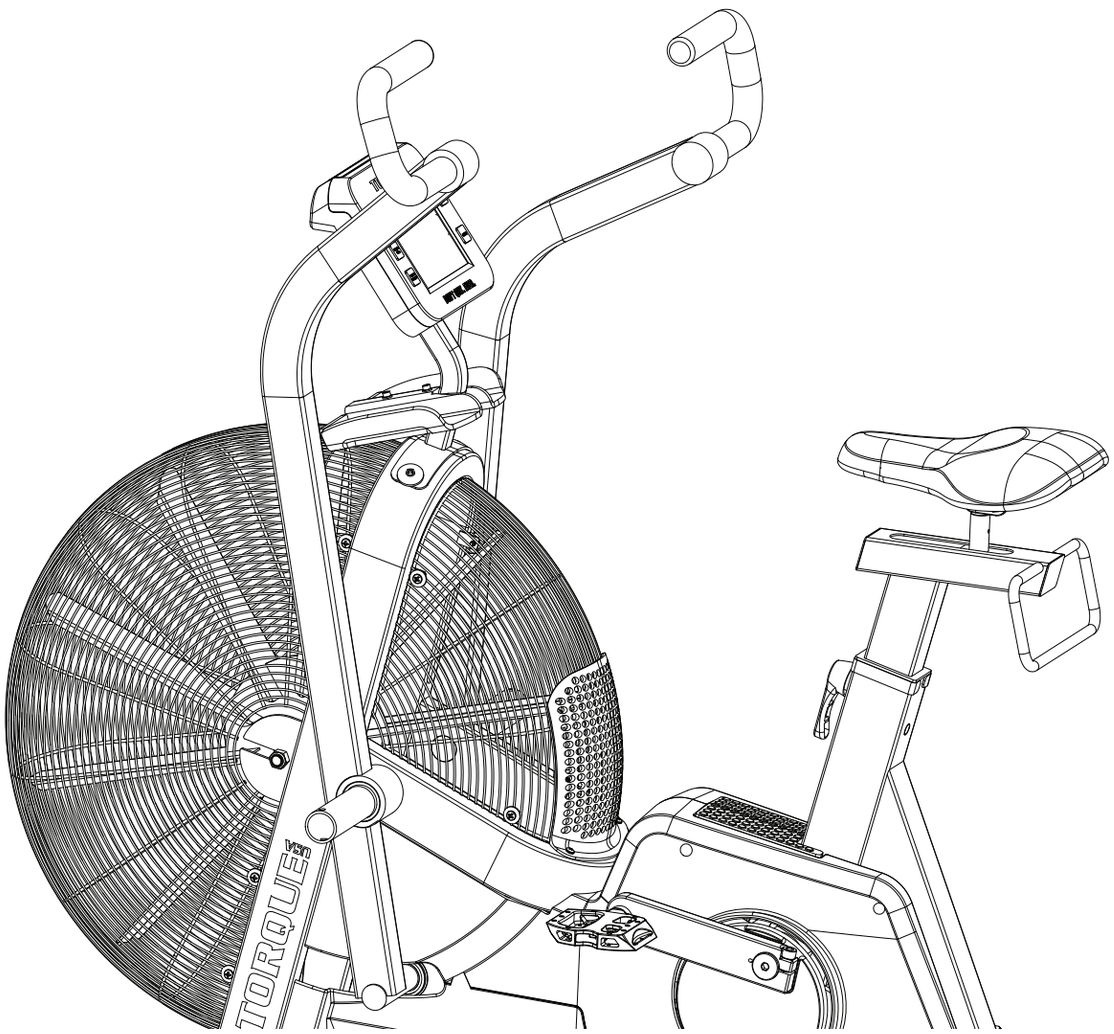
1. Соедините провод, идущий от стойки, с проводом основной рамы, Вы услышите щелчок, сигнализирующий о правильном соединении.
2. Совместите отверстия в изогнутой пластине с отверстиями основной рамы, укладывая провод внутрь основной рамы, избегая при этом защемления и заломов. Наденьте по одной (1) шайбе на каждый болт; протяните болты с шайбами через отверстия в пластине и вставьте в отверстия основной рамы. Для затяжки используйте шестигранный ключ 10 мм.
3. Вверните правую педаль (обозначенную буквой “R”) по часовой стрелке в шатун педали на правой стороне устройства со стороны пользователя; затяните ее гаечным ключом 15 мм.
4. ***Левая педаль имеет обратную (левостороннюю) резьбу.*** Вверните левую педаль (обозначенную буквой “L”) против часовой стрелки в шатун педали на левой стороне устройства со стороны пользователя; затяните ее гаечным ключом 15 мм.





6. Выравнивание и тестирование

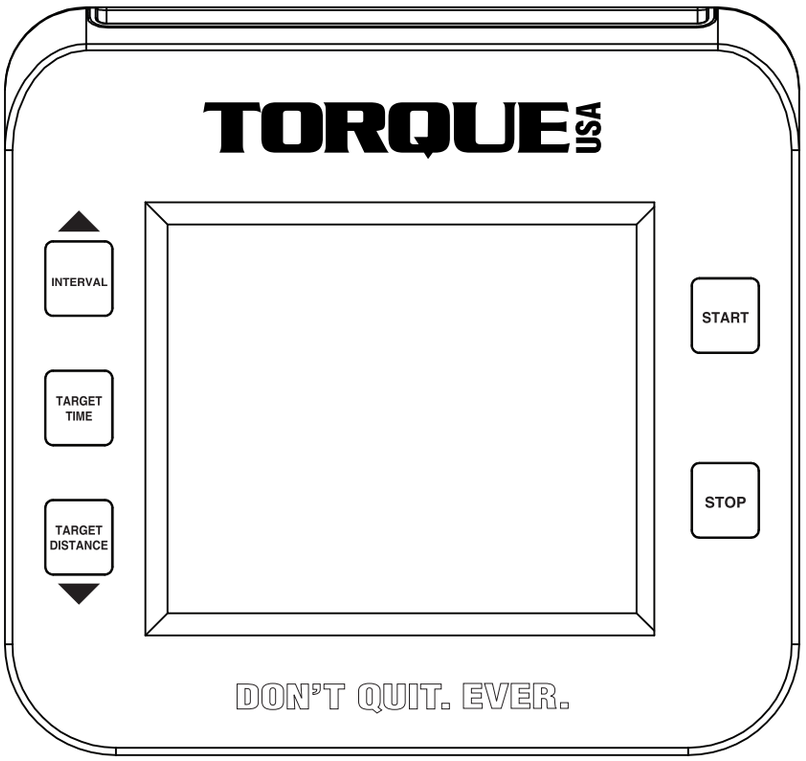
1. Отрегулируйте ножки на переднем стабилизаторе, чтобы исключить качание тренажера из стороны в сторону. После регулировки убедитесь, что ножки зафиксированы.
2. Сядьте на сиденье и начните крутить педали, чтобы консоль включилась. Обратите внимание, что во всех полях высветятся цифры “8”.
3. Проверяйте надежность рычагов и педалей во время движения, обращая внимание на изменение данных на дисплее.
4. Нажмите каждую из программных кнопок (Интервальная, Целевое время, Целевое расстояние), чтобы убедиться, что консоль функционирует.



Если у Вас возникнут какие-либо проблемы, напишите нам по электронной почте email service@torquefitness.com, или позвоните по телефону 763-754-7533 (8:30 – 17:00 по стандартному времени), чтобы получить помощь.

Руководство к велотренажеру Stealth Air Bike

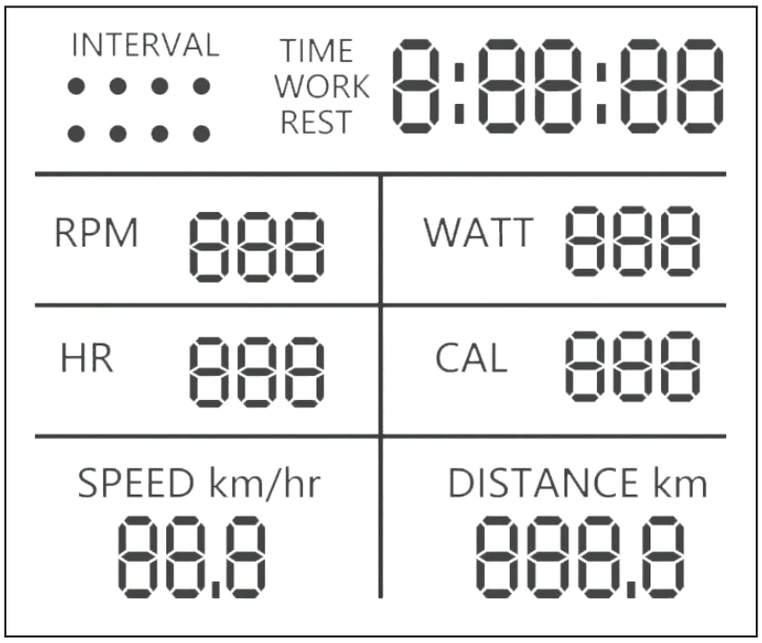
Клавиши на консоли



Консоль оснащена пятью (5) кнопками управления:

Клавиша START	Нажмите эту кнопку, чтобы включить консоль. Когда консоль включена и находится в нейтральном режиме (в окнах дисплея отображаются нули), нажмите эту кнопку, чтобы начать быструю или программную тренировку.
Клавиша STOP	Нажмите эту кнопку, чтобы завершить тренировку. Нажмите кнопку второй раз, чтобы сбросить данные консоли до нейтрального режима или отменить текущую программу.
Клавиша INTERVAL (ИНТЕРВАЛЬНАЯ) (▲)	Нажмите эту кнопку, чтобы выбрать интервальную программу. Также используйте эту кнопку чтобы **увеличить** значение времени или расстояния при настройке программы.
Клавиша TARGET TIME (ЦЕЛЕВОЕ ВРЕМЯ)	Нажмите эту кнопку, чтобы выбрать программу с установкой времени тренировки в качестве цели.
Клавиша TARGET DISTANCE (ЦЕЛЕВОЕ РАССТОЯНИЕ) (▼)	Нажмите эту кнопку, чтобы выбрать программу с установкой расстояния в качестве цели тренировки. Также используйте эту кнопку чтобы уменьшить значение времени или расстояния при настройке программы.

Дисплей



Цифровой ЖК-дисплей отображает следующие данные:

ВРЕМЯ Во время быстрого старта или тренировки с заданной дистанцией в этом окне отображается **пройденное** время тренировки, идет прямой отсчет времени (часы:минуты: секунды). Во время интервальной тренировки или тренировки с целевым временем на дисплее отображается обратный отсчет времени текущего интервала или обратный отсчет заданного времени. При установке интервалов или целевого времени в соответствующих программах используйте клавиши вверх и вниз для установки нужного значения в этом окне.

ОБОРОТЫ В МИНУТУ Отображает количество **оборотов педалей в минуту** (об./мин) в диапазоне от 0 до 999.

ВАТТЫ Отображает приблизительное количество генерируемых в данный момент **ватт** в диапазоне от 0 до 999.

ЧСС Отображает текущую **частоту сердечных сокращений** в ударах в минуту. На пользователе должен быть надет нагрудный пульсометр, совместимый с Polar.

КАЛОРИИ Отображает приблизительное количество **калорий**, сожженных во время тренировки (рассчет на пользователя 68 кг), в диапазоне от 0 до 999.

СКОРОСТЬ Отображает приблизительную текущую скорость в милях или километрах в час в диапазоне от 0 до 99.9.

РАССТОЯНИЕ Во время тренировки отображается приблизительное **пройденное расстояние** в милях или километрах от 0 до 999.9. При установке целевого расстояния для настройки значения данного параметра используйте стрелки вверх и вниз.

Во время интервальной программы следующие данные будут отображены на экране:

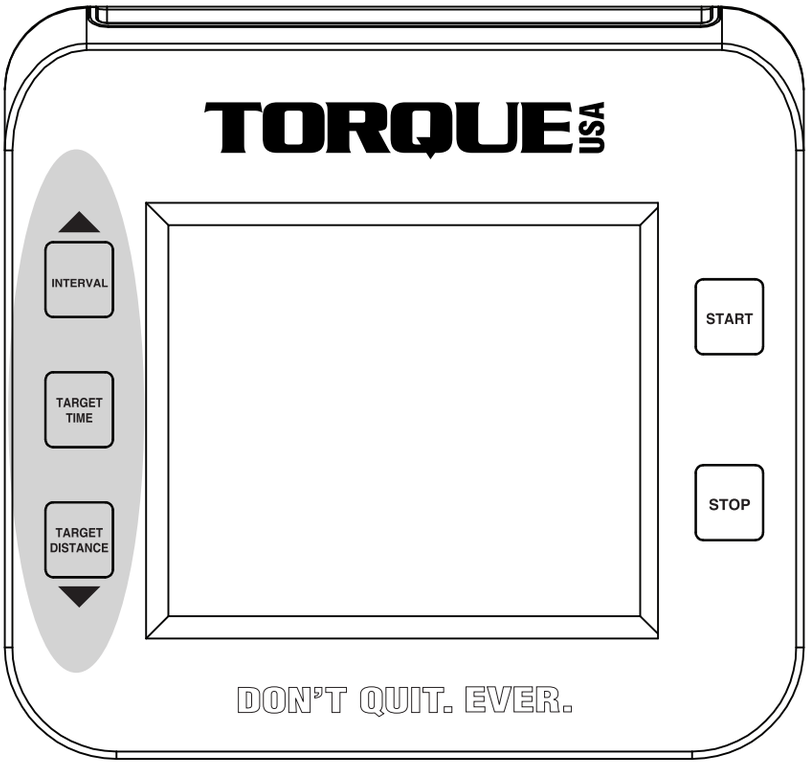
ИНТЕРВАЛ Указывает номер текущего интервала из восьми (8) возможных, при этом каждый интервал обозначается точкой(●). (Например, во время четвертого интервала отображаются четыре точки).

РАБОТА и **ОТДЫХ** В течение каждого интервала поочередно отображаются подсказки “WORK” и “REST” (РАБОТА/ОТДЫХ). Программа будет обеспечивать Вам нагрузку или отдых в зависимости от настроек интервалов.

В конце тренировки на дисплее отображается сводная информация, включающая следующие данные:

- Общее время
- Общее количество калорий
- Общее расстояние
- Средняя частота оборотов в минуту
- Средний показатель ватт
- Средняя ЧСС
- Средняя скорость

Программы



Три кнопки на левой стороне консоли открывают доступ к программным тренировкам:

ИНТЕРВАЛЬНАЯ ТРЕНИРОВКА

Выберите один из четырех вариантов тренировок, каждая из которых представляет собой различное соотношении времени **работы** и **отдыха**:

20:10 10:20 30:30 40:20

Чтобы выбрать нужный вариант тренировки, нажимайте кнопку **INTERVAL** до тех пор, пока желаемое сочетание работы и отдыха не отобразится в онке "ВРЕМЯ", затем нажмите **START**. На дисплее появляется название интервала: "WORK" (работа) или "REST" (отдых). Начнется обратный отсчет для текущего интервала, а количество точек вверху экрана указывает на порядковый номер интервала. Максимальное количество интервалов - восемь (8).

ПРОГРАММА "ЦЕЛЕВОЕ ВРЕМЯ"

Эта программа позволяет выбрать длительность тренировки - до 9 часов (9:00:00). Чтобы перейти к тренировке, сначала нажмите кнопку **TARGET TIME**. Затем используйте клавиши “▲” (кнопка ИНТЕРВАЛЬНОЙ программы) и “▼” (кнопка ЦЕЛЕВОГО РАССТОЯНИЯ), чтобы установить желаемое время, увеличивая или уменьшая значение времени соответственно с шагом в одну минуту. Нажмите **START**, и тренировка начнется с обратным отсчетом заданного времени.

ПРОГРАММА "ЦЕЛЕВОЕ РАССТОЯНИЕ"

Эта программа позволяет выбрать расстояние тренировки - до 999.9 миль (или км). Чтобы перейти к тренировке, сначала нажмите кнопку TARGET DISTANCE. Затем используйте клавиши “▲” (кнопка ИНТЕРВАЛЬНОЙ программы) и “▼” (кнопка ЦЕЛЕВОГО РАССТОЯНИЯ), чтобы установить желаемое расстояния, увеличивая или уменьшая значение (мили или км) соответственно с шагом в одну десятую. Нажмите **START**, и тренировка начнется с обратным отсчетом заданного расстояния.

Обслуживание

Велотренажер Stealth T-800 Air Bike необходимо регулярно осматривать на предмет повреждений и износа. Поврежденные или изношенные компоненты должны быть немедленно заменены деталями, одобренными компанией Torque Fitness.

Следуйте этому расписанию, чтобы поддерживать свой велотренажер в идеальном рабочем состоянии:

Каждый день:

- Проверьте, нет ли незакрепленных, сломанных или поврежденных деталей. Убедитесь, что ремень не соскальзывает, а рычаги и педали не ослаблены. Затяните, если необходимо.
- Протрите влажной тканью. Не распыляйте чистящее средство непосредственно на тренажер; сначала смочите тряпку, а затем протрите оборудование. Не допускайте скопления влаги от пота, так как он чрезвычайно агрессивен.
- Убедитесь, что тренажер стоит ровно. При необходимости отрегулируйте ножки устройства.

Один раз в неделю:

- Проверьте плавность регулировки сиденья. При необходимости нанесите смазку на силиконовой основе на стойку сиденья.
- Влажной тряпкой очистите все поверхности от пыли и грязи. Не распыляйте чистящее средство непосредственно на тренажер; сначала смочите тряпку, а затем протрите оборудование.

Один раз в месяц:

- Проверьте педали, шатуны и подвижные рукоятки на наличие повреждений или ослабления. Затяните, если необходимо.
- Проверьте ремень на наличие следов износа. Покрутите педали тренажера вручную и проследите за перемещением ремня на шкиве вентилятора. Убедитесь, что ремень движется прямо.
- Проверьте подшипники в нижнем кронштейне, рычагах и вентиляторе. Чрезмерный шум или скрежет - признак неисправности подшипников. При повреждении замените их на новые детали, одобренные компанией Torque Fitness.

Для получения услуг и поддержки обратитесь к своему продавцу или напишите по электронной почте service@torquefitness.com или позвоните по телефону 763-754-7533 (с 8:30 - 17:00 по стандартному времени).

Гарантия

На кого распространяется гарантия

Гарантия действительна **только для *первоначального* покупателя** в Соединенных Штатах или Канаде и не может быть передана какому-либо другому лицу.

На что распространяется гарантия

Torque Fitness гарантирует, что данное изделие не имеет дефектов материалов и изготовления при использовании по назначению в нормальных условиях при надлежащем уходе и обслуживании, как описано выше в руководстве по сборке и эксплуатации.
Эта гарантия действительна только для подлинной, оригинальной, законной продукции, производимой Torque Fitness, продаваемой через уполномоченного агента и используемой в Соединенных Штатах или Канаде.

Условия

Рама	10 лет
Механические детали	3 года
Электроника	3 года

На что не распространяется гарантия

- Повреждения в результате неправильной эксплуатации, постороннего вмешательства или модификации изделия, несоблюдение инструкций по сборке, техническому обслуживанию или техники безопасности, указанных в документации по изделию (сборка, руководство пользователя и т.д.),
- повреждения в результате неправильного хранения или воздействия условий окружающей среды, таких как влажность или погода, нарушение правил эксплуатации и хранения, несчастные случаи, стихийные бедствия, скачки напряжения.
- Повреждение, вызванное превышением максимального веса пользователя, который указан в руководстве или на предупреждающей наклейке.
- Повреждение в результате нормального использования и износа.
- Повреждение поверхности оборудования.
- Расходы по доставке и, если применимо, трудозатраты на установку любых деталей, отправленных владельцу в соответствии с настоящей гарантией.
- Данная гарантия не распространяется на какие-либо территории или страны за пределами Соединенных Штатов и Канады.

Прекращение срока действия

Если срок действия гарантии истек, Torque Fitness может помочь с заменой или ремонтом деталей и ремонтными работами, но за эти услуги будет взиматься плата. Обратитесь в офис Torque Fitness за информацией о постгарантийных запчастях и услугах. Компания Torque Fitness не гарантирует наличие запасных частей после истечения гарантийного срока.

Международные сделки

Если Вы приобрели продукцию за пределами Соединенных Штатов, обратитесь к местному дистрибьютору или дилеру за гарантией.

По вопросам гарантии или претензиям обращайтесь по электронной почте service@torquefitness.com или по телефону 763-754-7533 (8:30 - 17:00 по стандартному времени).

TORQUE USA

DON’T QUIT. EVER.™

НЕ СДАВАЙСЯ. НИКОГДА.

Torque Fitness
11201 Xeon Street NW Ste 101
Coon Rapids, MN США 55448
www.torquefitness.com

© 2021 Torque Fitness. Все права защищены.
Н/И 5785801, Ред. A 12/2021

Бесплатный звонок: 1-877-TORQUE5
(1-866-664-9894) или 763-754-7533
(8:30 am – 5:00 по стандартному времени).
Для продажи: sales@torquefitness.com
Для обслуживания: service@torquefitness.com