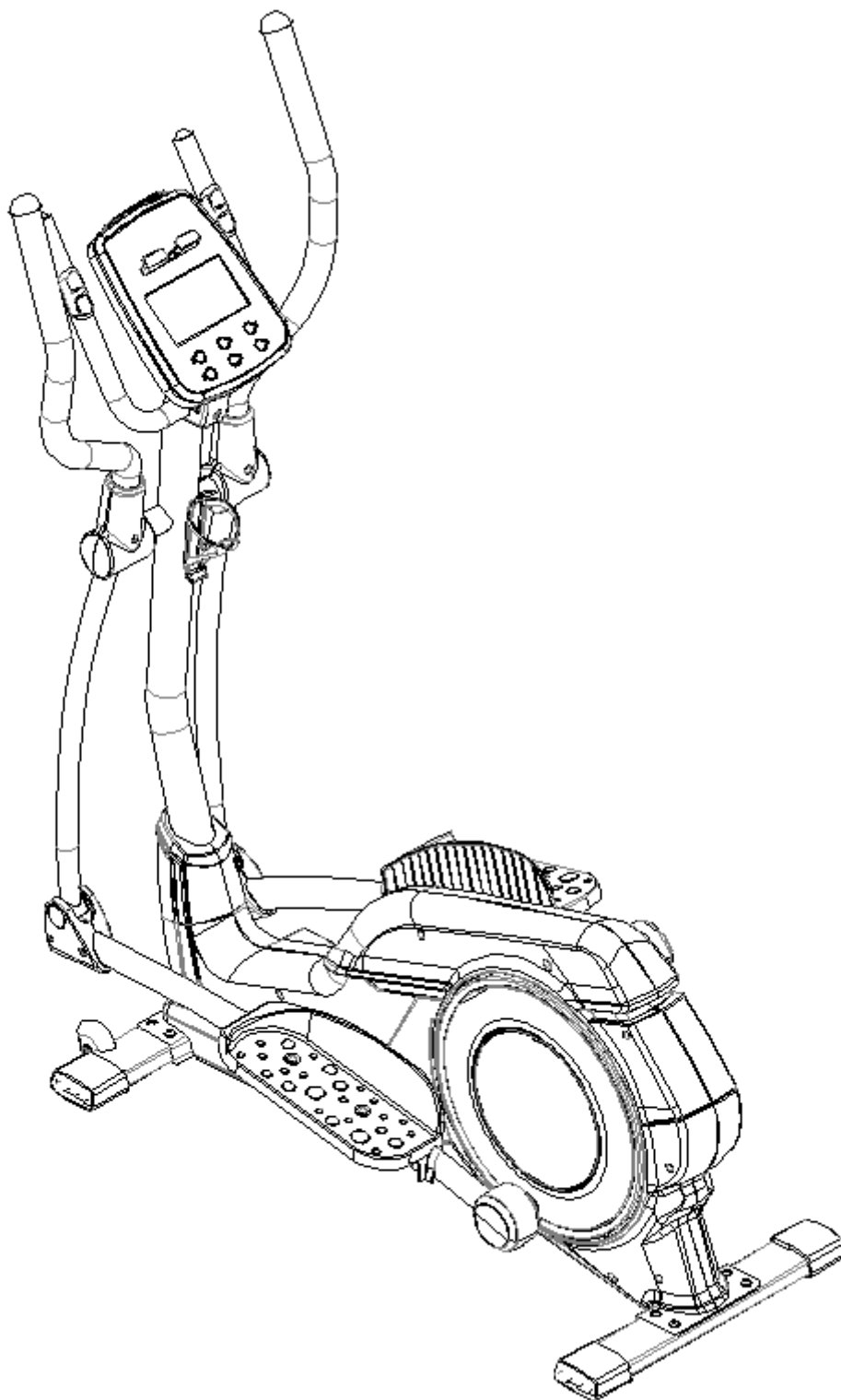


ОРБИТРЕК
HSF-6618M
ПОСІБНИК КОРИСТУВАЧА



ІНСТРУКЦІЯ ЗІ ЗБИРАННЯ

КРОК 1

1



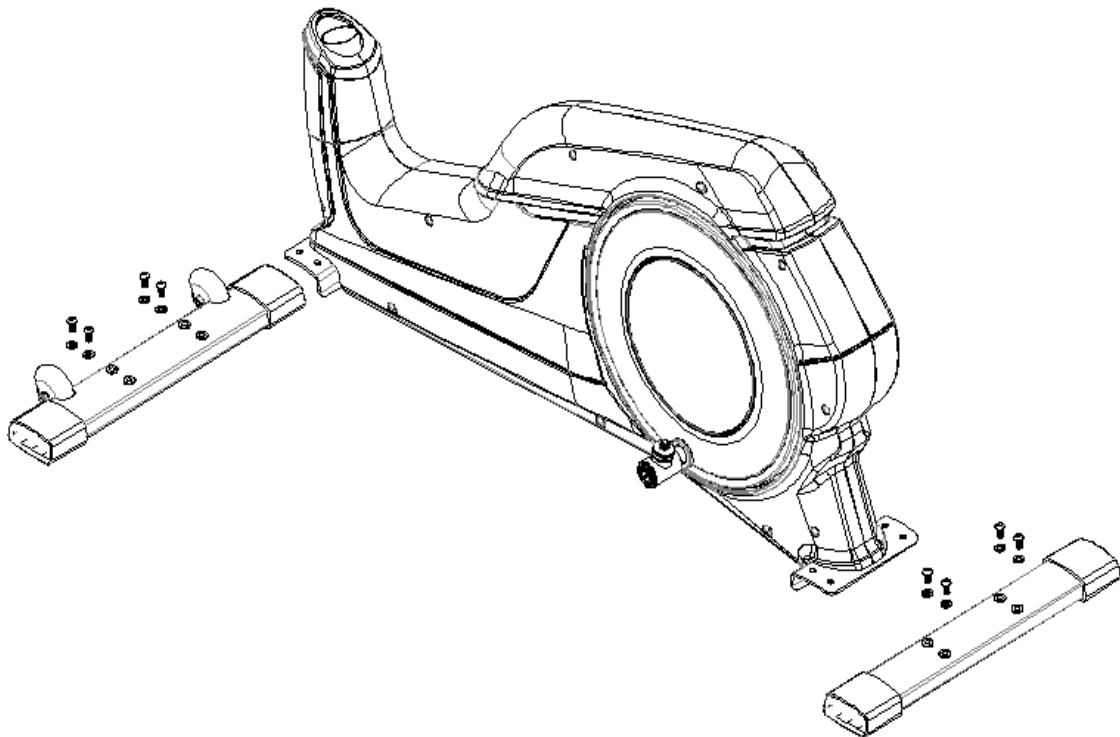
M8×20L 4PCS



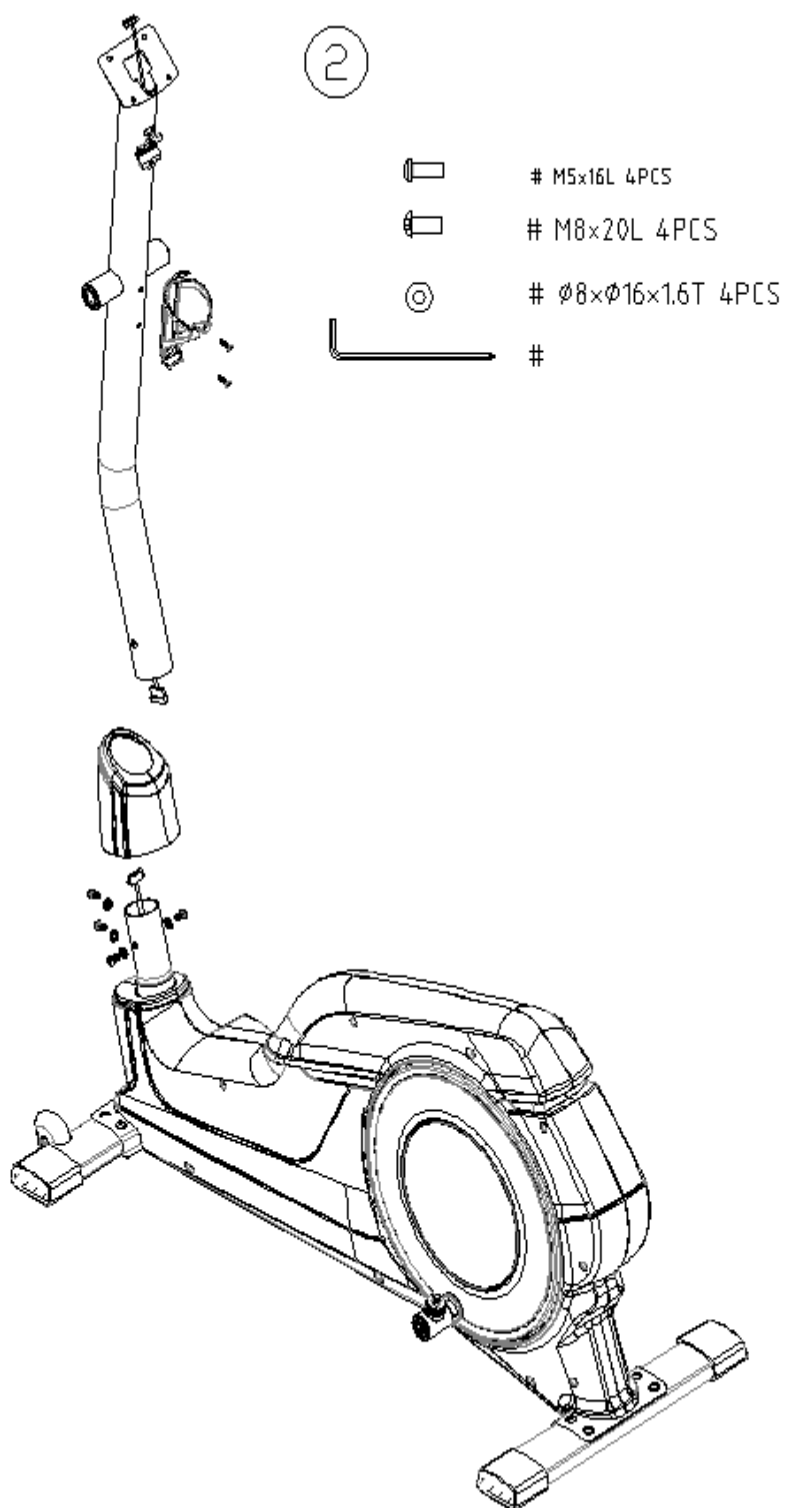
$\phi 8 \times \phi 16 \times 1.6T$ 4PCS



#





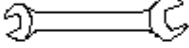


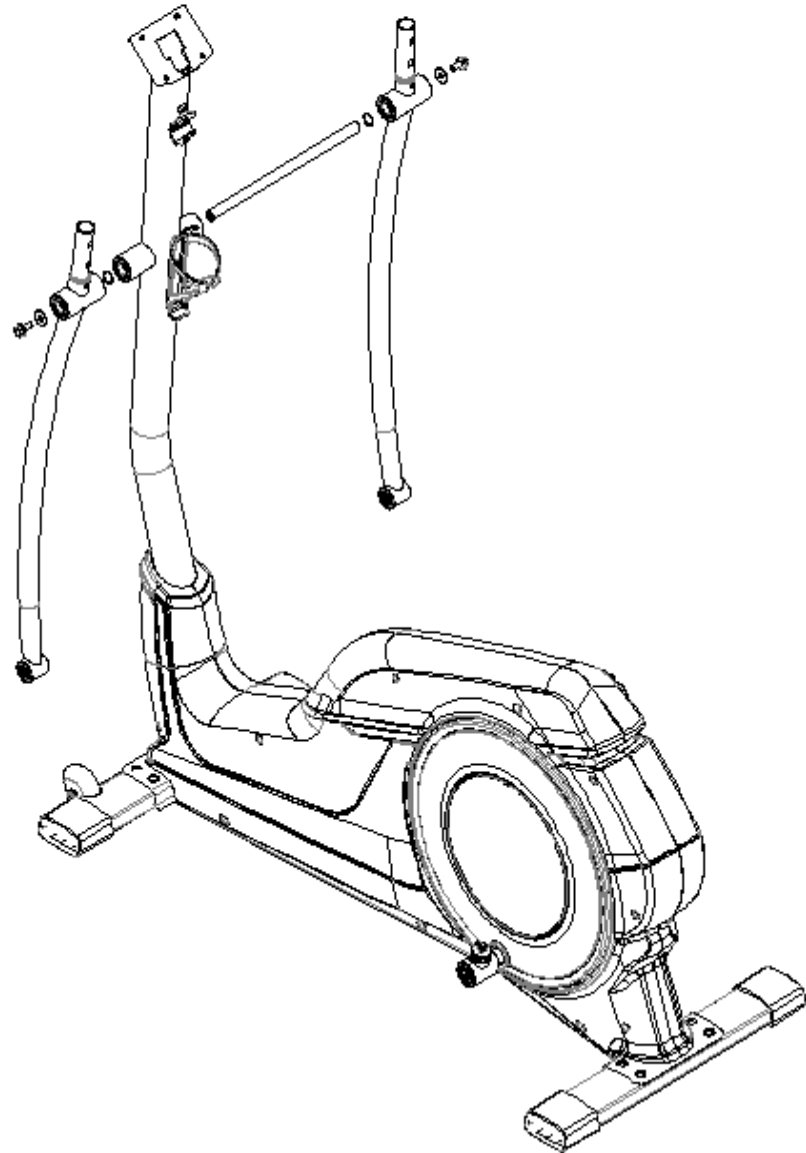
KPOK 2



KPOK 3






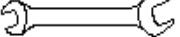
3






-  # M8x20L 2PCS
-  # $\phi 8 \times \phi 16 \times 1.6T$ 4PCS
-  # $\phi 8 \times \phi 23 \times 1.6T$ 2PCS
-  # $\phi 17 \times \phi 21 \times 0.3T$ 2PCS
-  #

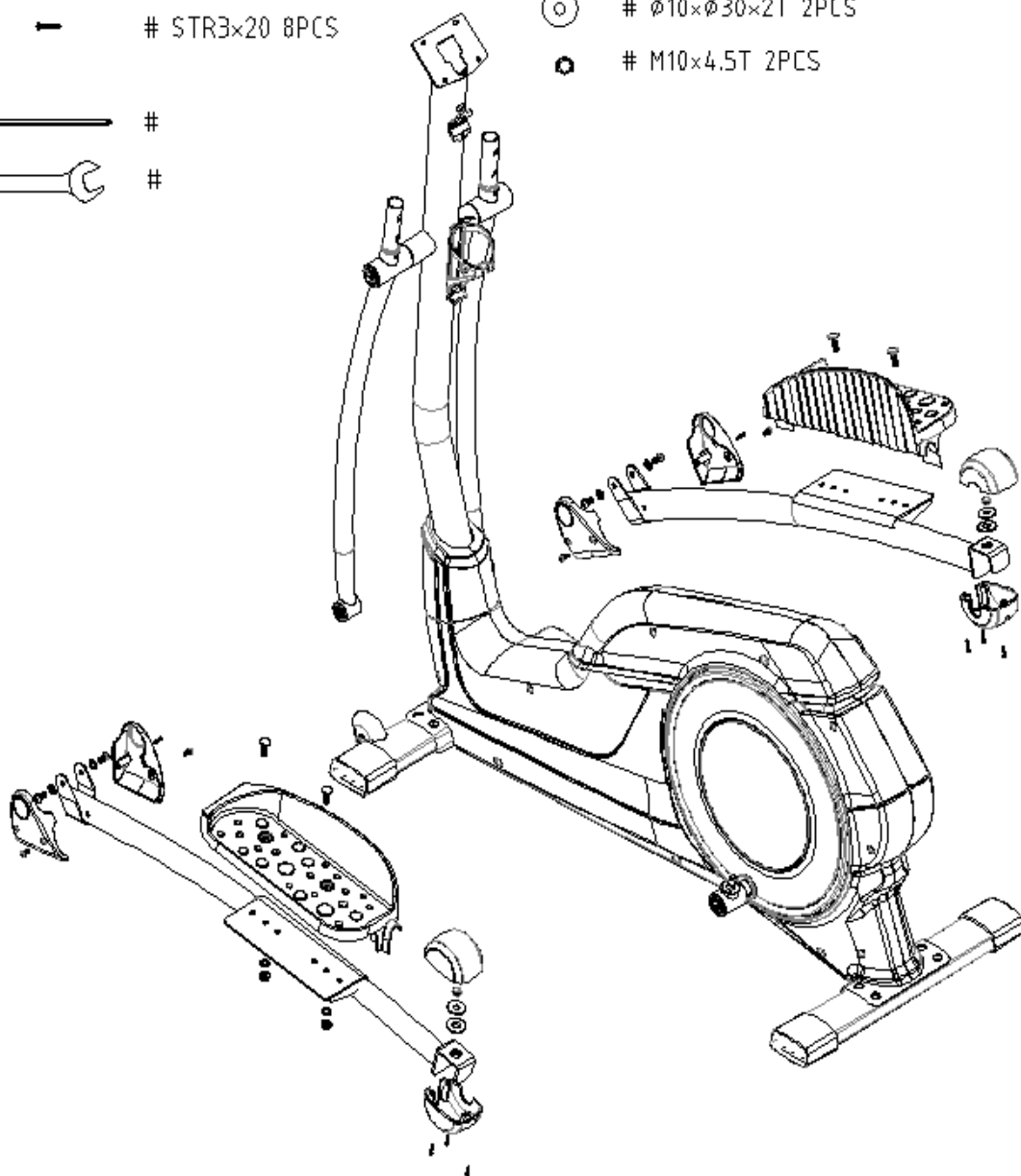


KPOK 4

4


-  # M5x16L 2PCS
-  # M8x16L 4PCS
-  # $\phi 8 \times \phi 16 \times 1.6T$ 8PCS
-  # STR3x20 8PCS
-  #
-  #


-  # M8x4.5T 4PCS
-  # M8x25 4PCS
-  # $\phi 14 \times \phi 32 \times 2T$ 4PCS
-  # $\phi 10 \times \phi 30 \times 2T$ 2PCS
-  # M10x4.5T 2PCS




KPOK 5

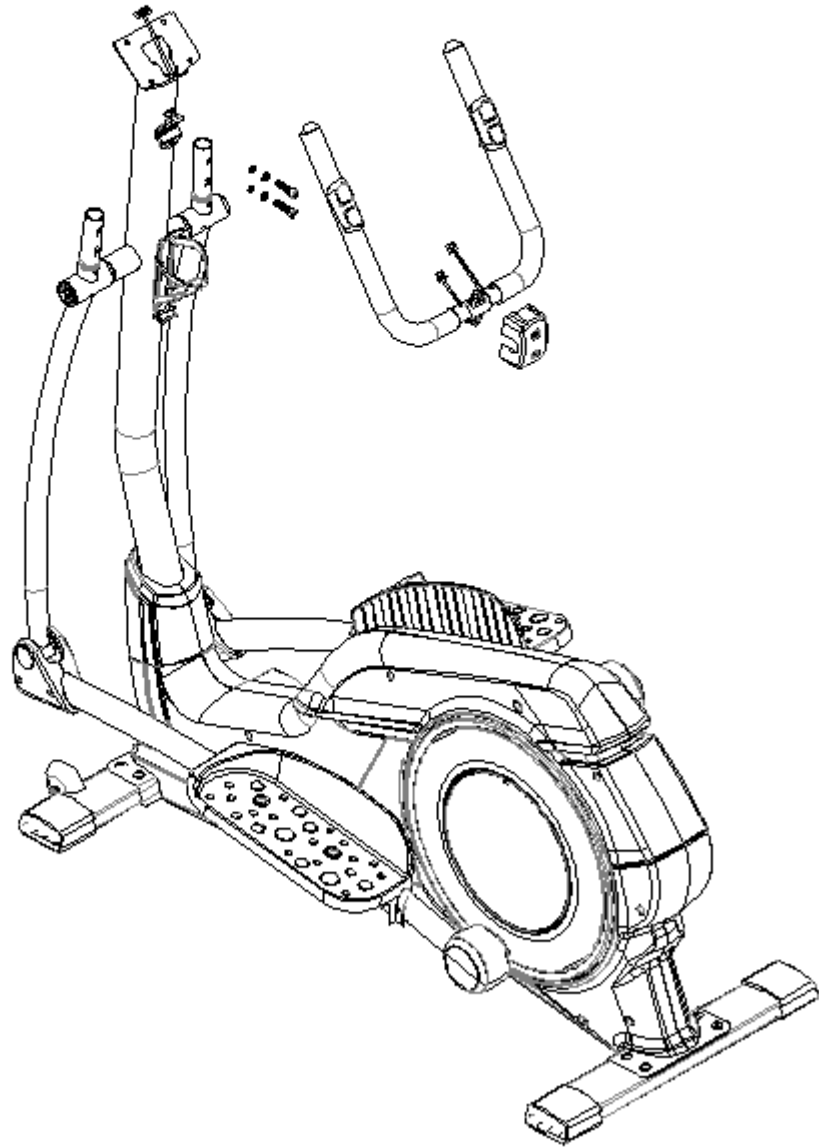
5

 # M8x4.5Tx30L 4PCS

 # $\phi 8 \times 2T$ 2PCS






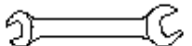
 # $\phi 8 \times \phi 14 \times 2T$ 2PCS

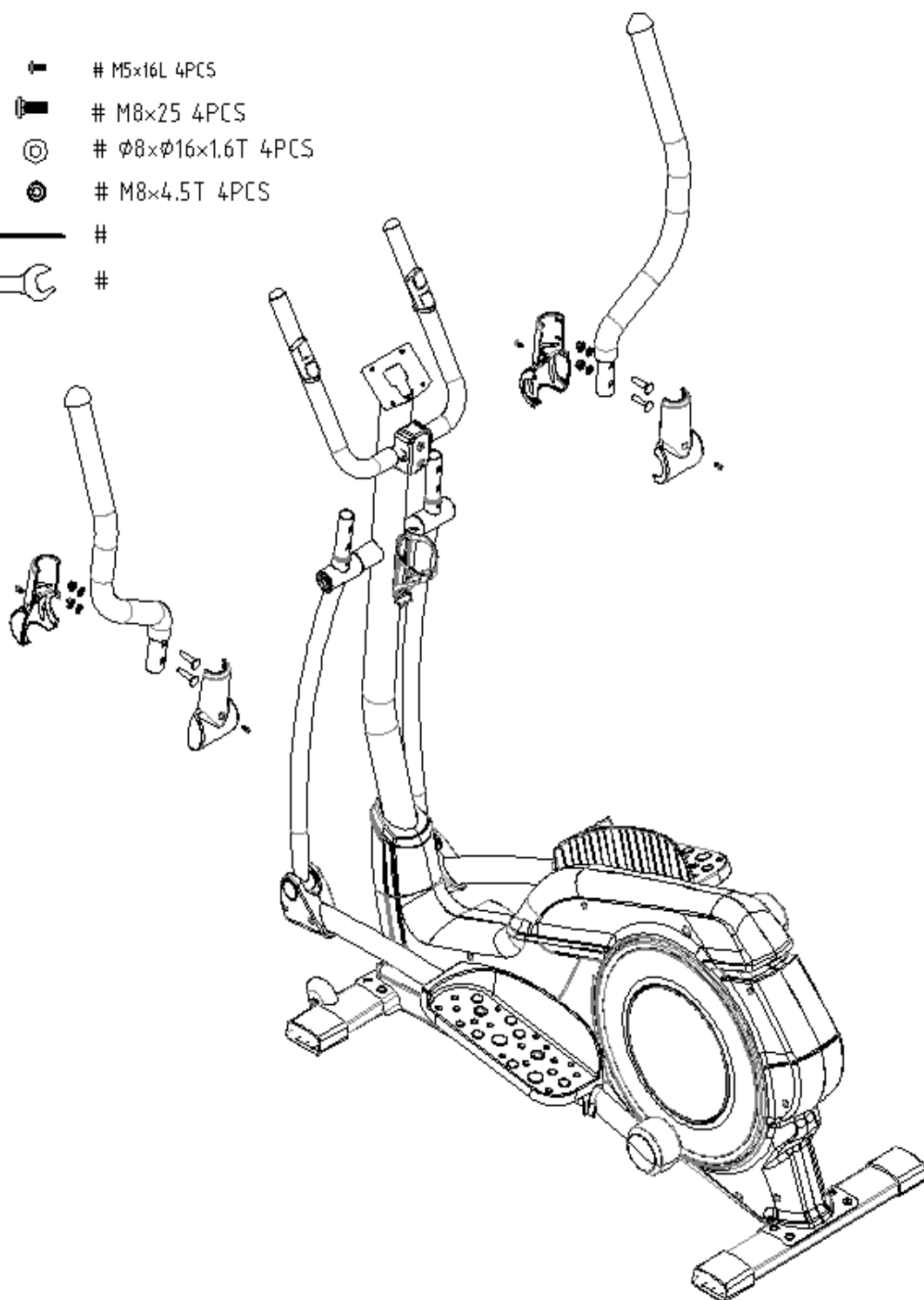
 #



KPOK 6

6

-  # M5x16L 4PCS
-  # M8x25 4PCS
-  # $\phi 8 \times \phi 16 \times 1.6T$ 4PCS
-  # M8x4.5T 4PCS
-  #
-  #

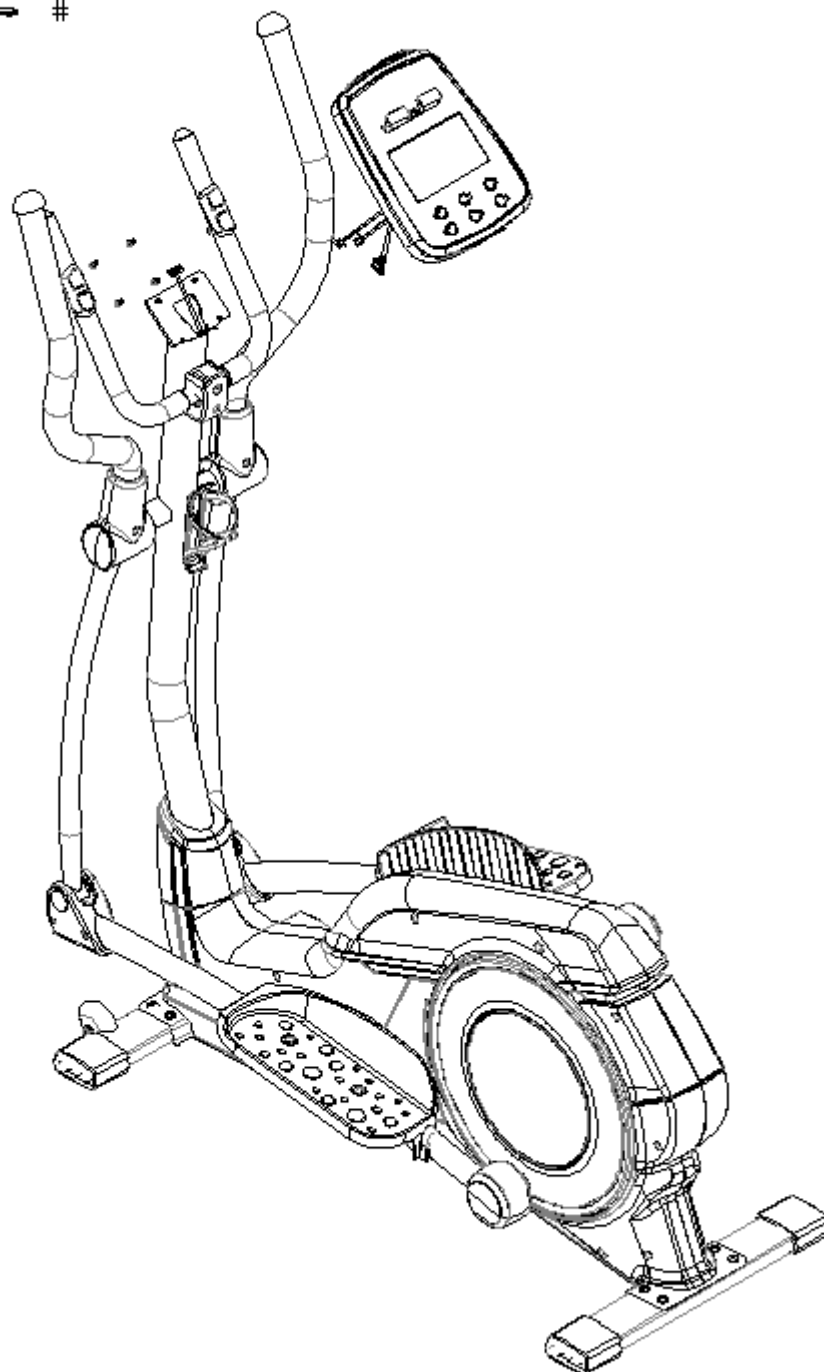


KPOK 7

7

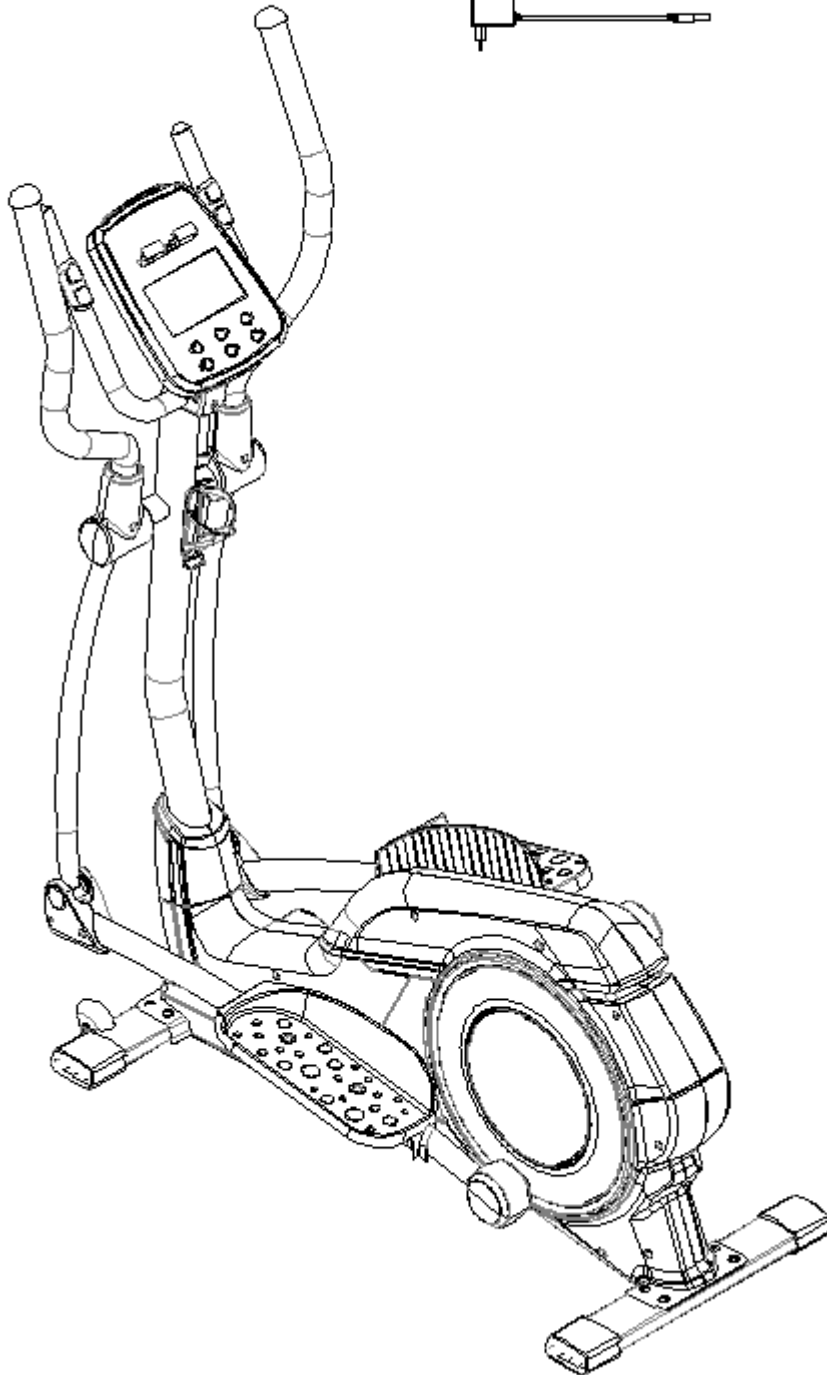
MS×11L 4PCS

└── #

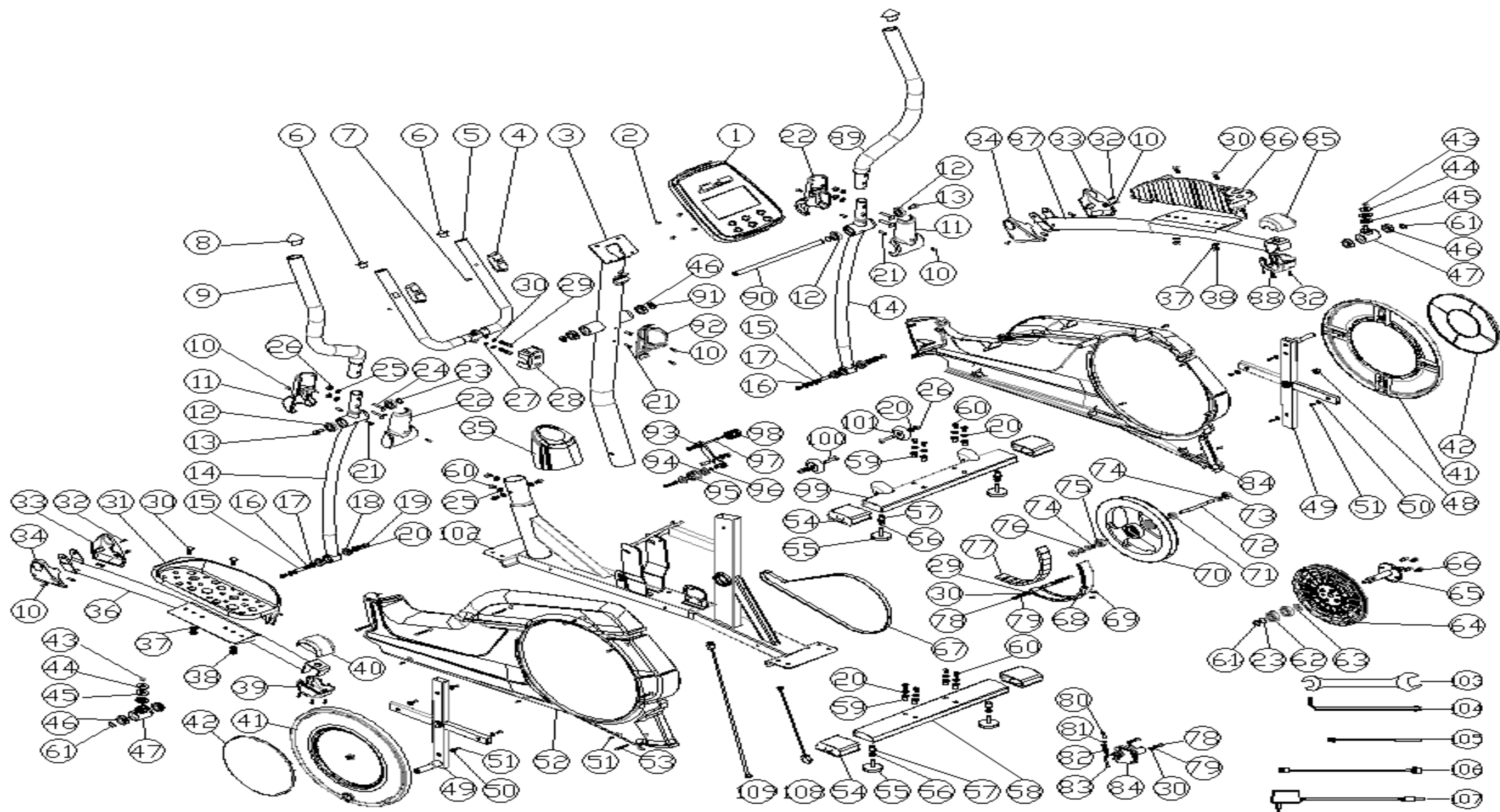


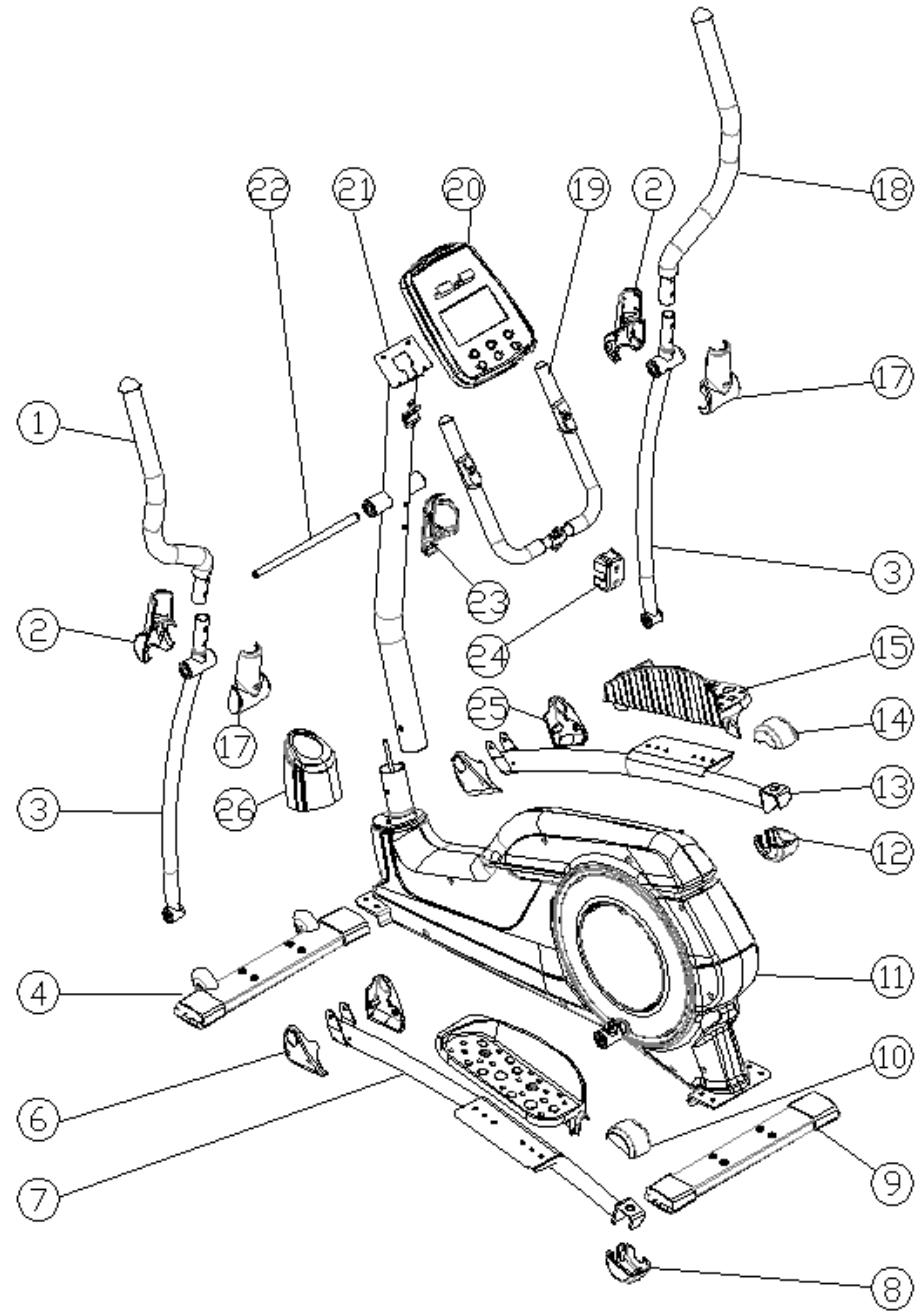
KPOK 8

8



СКЛАДАЛЬНЕ КРЕСЛЕННЯ





СПИСОК ДЕТАЛЕЙ ТА ІНСТРУМЕНТІВ

№	Опис	Специфікація	Кількість	№	Опис	规格	Кількість
1	Цифровий фітнес-комп'ютер	6900	1	56	Шестигранна гайка	M10*4,5	4
2	Кріпильні гвинти	M5*12	4	57	Заклепка	M10*16	4
3	Стойка підлокітника	6900	1	58	Задня опорна труба	ЧОРНИЙ	1
4	Рукоять	22В	2	59	Заклепка	M8*16	8
5	Елемент підлокітника	ЧОРНИЙ	1	60	Гвинт головки	M8*20	8
6	Заглушка труби підлокітника	ЧОРНИЙ	2	61	Вал з еластичним кільцем	φ17	3
7	Самонарізний гвинт	SR4*16L	2	62	Підшипник	6004	2
8	Грибоподібна заглушка для труби	ЧОРНИЙ	2	63	Муфта	φ17	1
9	Елемент лівого підлокітника	ЧОРНИЙ	1	64	Пластиковий шків	ABS	1
10	Кріпильні гвинти	M5*16	10	65	як	发黑	1
11	Рейки під кришкою	ЧОРНИЙ	2	66	Шестигранна головка	M8*12	4
12	Підшипник	6003	4	67	Ремінь	6PJ530	1
13	Гвинт регулювання опору	M8*1,0	2	68	Магніти	ЧОРНИЙ	1
14	Компонент підлокітника	ЧОРНИЙ	2	69	Гвинт головки з поперечною канавкою	M4*16	2
15	З'єднувальний вал крокової труби	Ф12 білий	2	70	Маховик	7 кг	1
16	Вал з еластичним кільцем	φ12	4	71	Підшипник	6000	1
17	Плоский килимок	12*14	4	72	Шпindel маховика	чорний	1
18	Підшипник	6001	4	73	Шестигранна гайка з фланцем	M10	2
19	Гвинт з шестигранною голівкою	8*16	4	74	Втулка маховика	Гальванічне покриття	2
20	Плоский килимок	φ8*φ16*1.6T	14	75	Підшипник	6201	1
21	Заклепка	M5*16	10	76	Зовнішня шестигранна гайка	M10*4,5	2
22	Кришка верхньої частини підлокітника	ЧОРНИЙ	2	77	Магніт	чорний	13
23	Хвиляста шайба	φ17	3	78	Зовнішній шестигранний гвинт	M6*20	4
24	Вагонний болт	M8*40	4	79	Пружинні шайби	φ6	4

25	Вигнута шайба	φ8	8	80	Шток тяги важеля 1	Оцинкований	1
26	Контргайка	M8 * 4.5T / Чорна	6	81	Зовнішня шестигранна гайка	M5	2
27	Плоский килимок	φ8*φ12	1	82	Шток тяги важеля 2	Оцинкований	1
28	Декоративні кожухи	чорний	1	83	Шток тяги важеля 3	Оцинкований	1
29	Вал з еластичним кільцем	φ12	4	84	Оболонка кожуха	ЧОРНИЙ / ABS	1
30	Плоский килимок	φ6*121.6T	9	85	Задня кришка правої труби	ЧОРНИЙ / ABS	1
31	Педаль (ліва)	ЧОРНИЙ / ABS	1	86	Педаль (права)	ЧОРНИЙ / ABS	1
32	Самонарізний гвинт ST3	ST3*20	8	87	Права опорна труба	ЧОРНИЙ	1
33	Передня кришка труби	чорний	2	88	Труба під задньою кришкою	ЧОРНИЙ / ABS	1
34	Передня труба під кришкою	чорний	2	89	Поручні (праві)	400L	1
35	Кожух стійки рукоятки	ЧОРНИЙ / ABS	1	90	Підлокітник	ЧОРНИЙ	1
36	Ліва опорна труба	чорний	1	91	Плоский килимок	8*25	2
37	Плоский килимок	6*14*1.6T	4	92	Тримач для пляшок	ЧОРНИЙ	1
38	Фіксуєчий гвинт	M6	4	93	Тиск за допомогою штока	ЧОРНИЙ	1
39	Ліва труба під задньою кришкою	чорний	1	94	Підшипник	6200	2
40	Кожух задньої частини	чорний	1	95	Прикріплене натискне колесо	φ30	1
41	Поворотний стіл	чорний	2	96	Хвиляста шайба	φ10	1
42	Декоративний кожух поворотного столу	чорний	2	97	Пружинний шток	M6*75L	1
43	контргайка	M10	2	98	Натискна пружина	Оцинкований	1
44	Плоский килимок	10*30	2	99	Передня опорна труба	ЧОРНИЙ	1
45	Пластмасова шайба	14*30	4	100	Шестигранний гвинт	M8*45	2
46	Підшипник	6003	4	101	Ходове колесо	φ70	2
47	Шарнір	Оцинкований	2	102	Рама	ЧОРНИЙ	1
48	Шестигранна гайка з фланцем	M10	2	103	Ріжковий гайковий ключ	13-15	1
49	Поворотна хрестовина	ЧОРНИЙ	2	104	Шестигранний гайковий ключ (з поперечною)	6*145	1
50	Плоский килимок	4*16	8	105	Індукційна лінія	300L	1
51	Шпилька	ST4*16	8	106	Лінія постійного струму	400L	1

52	Оболонка кожуха	ABS	1	107	Випрямляч	120-240/9 В/500 мА	1
53	Шпилька	ST4*45	6	108	Кабель живлення	1100L	1
54	Заглушка для опорної труби	黑色	4	109	Кабель офлайн	700L	1
55	Регулятор підставки під ноги	φ50	4				

ВАЖЛИВІ ІНСТРУКЦІЇ З ТЕХНІКИ БЕЗПЕКИ

БУДЬ-ЛАСКА, ДОТРИМУЙТЕСЬ ПРАВИЛ ТЕХНІКИ БЕЗПЕКИ, ЩО ОПИСАНІ НИЖЧЕ, ЩОБ УНИКНУТИ ТРАВМ ТА/ЧИ НЕЩАСНИХ ВИПАДКІВ.

1. ТРИМАЙТЕ ТРЕНАЖЕР В НЕДОСТУПНОМУ ДЛЯ ДІТЕЙ МІСЦІ, НЕ ДОЗВОЛЯЙТЕ ДІТЯМ БУТИ ПОРУЧ, КОЛИ ВИКОРИСТОВУЄТЕ ЦЕЙ ТРЕНАЖЕР.
2. НЕ ВИКОРИСТОВУЙТЕ ТРЕНАЖЕР СТОЯЧИ.
3. НЕ ТРЕНУЙТЕСЬ У ШИРОКОМУ ОДЯГУ (ЩО МАЄ ВІЛЬНІ КРАЇ), ШИРОКИХ ШТАНАХ ЧИ СПІДНИЦЯХ.
4. ЗАВЖДИ ВДЯГАЙТЕ СПОРТИВНІ КРОСІВКИ ЧИ ТЕНІСНЕ ВЗУТТЯ ДЛЯ ТРЕНУВАННЯ.
5. РОЗТАШУЙТЕ ТРЕНАЖЕР НА РІВНІЙ ТВЕРДІЙ ПОВЕРХНІ.
6. МАКСИМАЛЬНА ВАГА КОРИСТУВАЧА СКЛАДАЄ 130 КГ.
7. ЕФЕКТИВНІСТЬ ГАЛЬМІВНОЇ СИСТЕМИ ТРЕНАЖЕРА ЗАЛЕЖИТЬ ВІД ШВИДКОСТІ ВИКОНАННЯ ВПРАВ.
8. ЦЕЙ ТРЕНАЖЕР РОЗРОБЛЕНИЙ ТІЛЬКИ ДЛЯ ВИКОРИСТАННЯ ВДОМА. ВІН НЕ Є ПРОФЕСІЙНИМ ТРЕНАЖЕРОМ.
9. ПЕРЕД КОЖНИМ ВИКОРИСТАННЯМ ПЕРЕКОНУЙТЕСЬ, ЩО ВСІ КРІПЛЕННЯ ТА ГВИНТИ НА ТРЕНАЖЕРІ ЗАКРУЧЕНІ ДОБРЕ. ЯКЩО ВИ ВИЯВИЛИ ЯКІ-НЕБУДЬ ДЕФЕКТИ, НЕ ВИКОРИСТОВУЙТЕ ТРЕНАЖЕР ПОКИ НЕ ВІДРЕМОНТУЄТЕ ЙОГО.
10. ГАЛЬМІВНА НАКЛАДКА ЗНОШУЄТЬСЯ ШВИДШЕ ВСЬОГО. ПЕРЕД ТИМ, ЯК ВИКОРИСТОВУВАТИ ТРЕНАЖЕР, ПЕРЕКОНАЙТЕСЬ, ЩО ВІН НОРМАЛЬНО ФУНКЦІОНУЄ.
11. БЕЗПЕЧНІСТЬ ЕКСПЛУАТАЦІЇ ТРЕНАЖЕРА ЗБЕРІГАЄТЬСЯ ТІЛЬКИ ПРИ ПРОВЕДЕННІ РЕГУЛЯРНИХ ПЕРЕВІРОК НА НАЯВНІСТЬ ПОШКОДЖЕНЬ ТА ЗНОШЕННЯ ДЕТАЛЕЙ.
12. ЦЕЙ ТРЕНАЖЕР НЕ ПРИЗНАЧЕНИЙ ДЛЯ ВИКОРИСТАННЯ В ТЕРАПЕВТИЧНИХ АБО МЕДИЧНИХ ЦІЛЯХ.

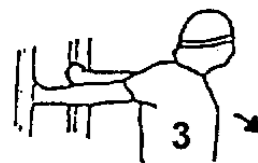
ВПРАВИ НА РОЗІГРІВ



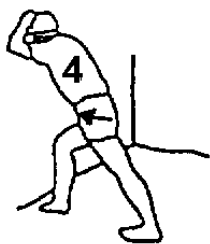
15 секунд на кожну



20 секунд



20 секунд



25 секунд



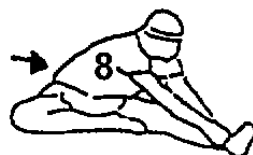
20 секунд



20 секунд



30 секунд



25 секунд на кожну ногу



30 секунд



20 секунд



5 секунд x 3 рази



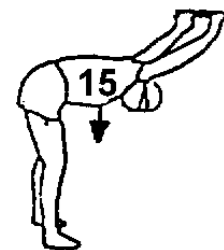
20 секунд



20 секунд на кожну ногу



5 разів



15 секунд

Інструкція з експлуатації SM-6900-67



ФУНКЦІЇ КНОПОК:

START/STOP (СТАРТ / СТОП)	- запуск чи зупинка тренування.
RESET (СКИДАННЯ)	- В режимі STOP натисніть цю клавішу, щоб повернутися до головного меню; - Натискайте на кнопку протягом 2 секунд, комп'ютер перезавантажиться та почне з налаштувань користувача.
UP (+):	- Збільшення рівня опору тренажера. - Встановлення вибору.
MODE (РЕЖИМ) або ENTER (ВВОД):	- У режимі STOP натисніть цю кнопку, щоб підтвердити всі налаштування або здійснити вибір та вхід у програму.
DOWN (-):	- Зменшення рівня опору тренажера. - Встановлення вибору.

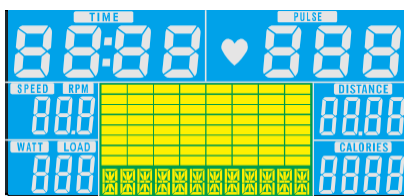
RECOVERY (ВІДНОВЛЕННЯ) :	- Тестування статусу відновлення серцевого ритму.
--------------------------------	---

ДІАПАЗОН ВІДОБРАЖЕННЯ:

ЧАС	Діапазон відображення 0:00 ~ 99: 99; діапазон налаштування 0:00 ~ 99:00 хвилин
ВІДСТАНЬ	Діапазон відображення 0 ~ 99,99; діапазон налаштування 0 ~ 99,90 км
КАЛОРІЇ	Діапазон відображення 0 ~ 9999; діапазон налаштування 0 ~ 9990 Кал.
ЧАСТОТА ПУЛЬСУ	Діапазон відображення 0-30 ~ 230; діапазон налаштування 0-30 ~ 230
ПОТУЖНІСТЬ (у Вт)	Діапазон відображення 0 ~ 999; діапазон налаштування 10 ~ 350
ШВИДКІСТЬ	0.0 ~ 99.9 км/год
ЧАСТОТА ОБЕРТАННЯ (об/хв)	0~999

ПОРЯДОК ЕКСПЛУАТАЦІЇ:

1. Підключіть джерело живлення (або натисніть кнопку RESET на 2 секунди), Зумер подасть один звуковий сигнал протягом 1 секунди. Засвітиться весь РК-дисплей - на 2 секунди (малюнок 1), потім відображається діаметр коліс і KM або ML (малюнок 2). Потім консоль перейде в режим очікування (малюнок 3).



Малюнок 1



Малюнок 2



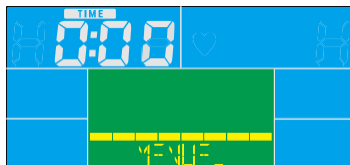
Малюнок 3

2. Виберіть програму тренувань за наступною послідовністю: MANUAL→BEGINNER→ADVANCE→SPORTY→CARDIO→WATT.

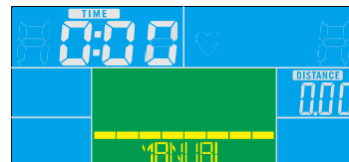
3. Якщо користувач вибере MANUAL і натисне кнопку MODE, то увійде у налаштування TIME (час). Натисніть кнопки UP (+) / DOWN (-) для вибору цільового часу (малюнок 4) та підтвердіть свій вибір за допомогою кнопки MODE. Потім встановіть DISTANCE (ВІДСТАНЬ) / CALORIES (КАЛОРИЇ) / PULSE (ПУЛЬС)(малюнок 5 ~ 8). Після встановлення, натисніть кнопку START / STOP для початку тренування, консоль почне обчислювати значення. Натисніть кнопки UP (+) / DOWN (-) для регулювання рівня навантаження.



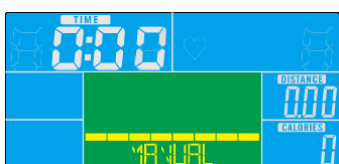
Малюнок 4



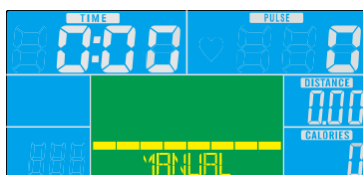
Малюнок 5



Малюнок 6



Малюнок 7



Малюнок 8

4. Якщо користувач хоче вибрати режим BEGINNER (малюнок 9), натискайте кнопку START / STOP незалежно від будь-якого режиму, а потім натисніть кнопку RESET для переходу до головного меню. Коли блимає MANUAL, натисніть кнопку UP (+) один раз та клавішу MODE, щоб увійти в режим BEGINNER (малюнок 10). Натисніть кнопки UP (+) / DOWN (-) для вибору ADVANCE 1~4 та підтвердіть свій вибір за допомогою кнопки MODE. Встановіть цільовий час (TIME) за допомогою кнопок UP (+) / DOWN (-) або просто починайте тренування. Під час тренування користувач може натискати кнопки UP (+) / DOWN (-) для регулювання рівня навантаження (LOAD).



Малюнок 9

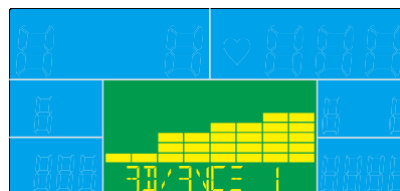


Малюнок 10

5. Якщо користувач хоче вибрати режим ADVANCE (малюнок 11), натискайте кнопку START / STOP незалежно від будь-якого режиму, а потім натисніть кнопку RESET для переходу до головного меню. Коли блимає MANUAL, натисніть кнопку UP (+) два рази та клавішу MODE, щоб увійти в режим ADVANCE (малюнок 12). Натисніть кнопки UP (+) / DOWN (-) для вибору ADVANCE 1~4 та підтвердіть свій вибір за допомогою кнопки MODE. Встановіть цільовий час (TIME) за допомогою кнопок UP (+) / DOWN (-) або просто починайте тренування. Під час тренування користувач може натискати кнопки UP (+) / DOWN (-) для регулювання рівня навантаження (LOAD).

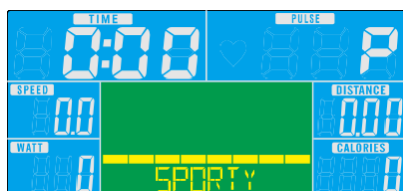


Малюнок 11

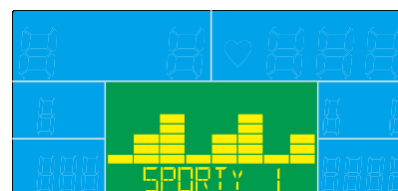


Малюнок 12

6. Якщо користувач хоче вибрати режим SPORTY (малюнок 13), натискайте кнопку START / STOP незалежно від будь-якого режиму, а потім натисніть кнопку RESET для переходу до головного меню. Коли блимає MANUAL, натисніть кнопку UP (+) три рази та натисніть клавішу MODE, щоб увійти в режим SPORTY (малюнок 14). Натисніть кнопки UP (+) / DOWN (-) для вибору SPORTY 1~4 та підтвердіть свій вибір за допомогою кнопки MODE. Встановіть цільовий час (TIME) за допомогою кнопок UP (+) / DOWN (-) або просто починайте тренування. Під час тренування користувач може натискати кнопки UP (+) / DOWN (-) для регулювання рівня навантаження (LOAD).

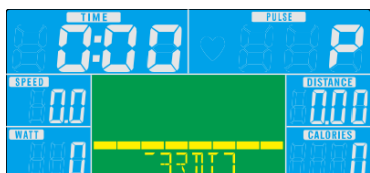


Малюнок 13

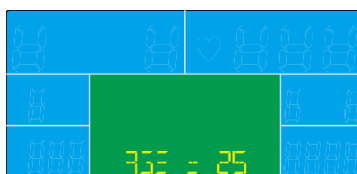


Малюнок 14

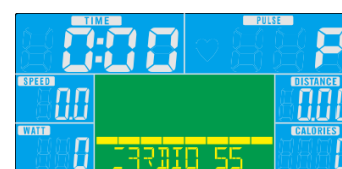
7. Якщо користувач хоче вибрати режим CARDIO (малюнок 15), натискайте кнопку START / STOP незалежно від будь-якого режиму, а потім натисніть кнопку RESET для переходу до головного меню. Коли блимає MANUAL, натисніть кнопку UP (+) чотири рази та натисніть клавішу MODE, щоб увійти в режим CARDIO (малюнок 15). Натисніть UP (+) / DOWN (-), щоб встановити вік (AGE) користувача (малюнок 16), а потім натисніть кнопку MODE, щоб перейти до подальшого вибору програми CARDIO. Натисніть кнопки UP (+) / DOWN (-), щоб вибрати CARDIO 55%, CARDIO 75%, CARDIO 90%, CARDIO TAG (малюнок 17). Встановіть цільовий час (TIME) за допомогою кнопок UP (+) / DOWN (-) або просто починайте тренування. Якщо після запуску тренування протягом 6 секунд не надходять дані про пульс користувача у комп'ютер, то на РК-дисплеї з'явиться напис "PULSE INPUT" для нагадування (малюнок 18).



Малюнок 15



Малюнок 16

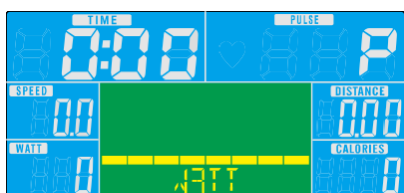


Малюнок 17



Малюнок 18

8. Якщо користувач хоче вибрати режим WATT (малюнок 19), натискайте кнопку START / STOP незалежно від будь-якого режиму а потім натисніть кнопку RESET для переходу до головного меню. Коли блимає MANUAL, натисніть кнопку UP (+) п'ять разів та натисніть клавішу MODE, щоб увійти в режим WATT. Натисніть кнопки UP (+) / DOWN (-), щоб встановити цільовий рівень потужності з діапазоном 10 ~ 350, попередньо встановлене значення складає 120 (малюнок 20). Потім натисніть кнопку MODE, щоб перейти до налаштування часу (TIME) (від 1 ~ 99 хвилин) або натисніть кнопку START / STOP, щоб просто почати тренування. Під час тренування система буде регулювати рівень навантаження відповідно до вхідного значення та стану тренування (малюнок 21). Натисніть кнопки UP (+) / DOWN (-) для регулювання рівня потужності.



Малюнок 19



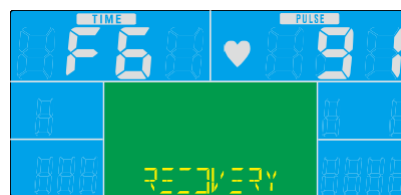
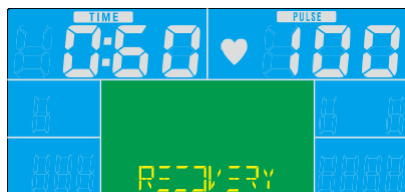
Малюнок 20



Малюнок 21

9. Режим відновлення

Виконуючи вправи протягом певного часу, тримайтеся за ручки та натисніть кнопку RECOVERY (ВІДНОВЛЕННЯ). На дисплеї перестануть зображуватись всі функції окрім «TIME», що почне відлік від 00:60 до 00:00 (малюнок 22). На екрані відобразатиметься стан відновлення серцевого ритму від F1, F2 до F6 (малюнок 23). F1 - найкращий результат, F6 - найгірший результат. (Натисніть знову кнопку RECOVERY, щоб повернутись на основний дисплей). Користувач може продовжувати вправи для поліпшення стану відновлення серцебиття.



Малюнок 22 Малюнок 23

10. Вимірювання рівня жиру у тілі (BODY FAT)

У режимі STOP натисніть кнопку BODY FAT, щоб почати вимірювання рівня жиру в організмі.

Потім натисніть кнопки UP (+) / DOWN (-), щоб встановити профіль користувача (малюнок 24 ~ 26). Після налаштування запустіть систему вимірювання. Під час вимірювання користувач повинен тримати обидві руки на ручках (у них вбудовані датчики пульсу). Після цього РК-дисплей відобразатиметься протягом 8 секунд (малюнок 27), поки комп'ютер не закінчить вимірювання. Після закінчення вимірювання на РК-дисплеї протягом 30 секунд буде відобразатися символ рівня жиру та відсоток жиру в тілі (малюнок 28), та BMI (малюнок 29).

Під час налаштування особистого профілю користувач може натиснути RESET, щоб

відкорегувати налаштування. Натисніть кнопку BODY FAT знову, щоб повернутися до попереднього стану тренування.

※ відображення коду помилки під час вимірювання:

E-1 Користувач не тримає належним чином ручки (малюнок 30)

E-4 Рівень жиру у тілі (%) перевищує заданий діапазон (5,0% ~ 50%, малюнок 31)



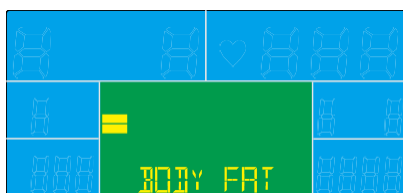
Малюнок 24



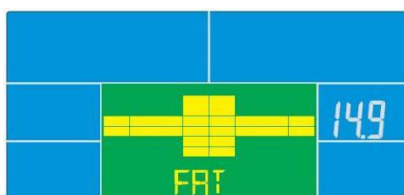
Малюнок 25



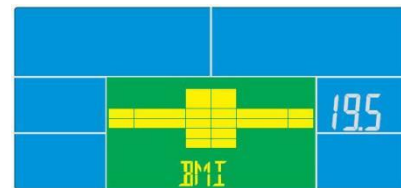
Малюнок 26



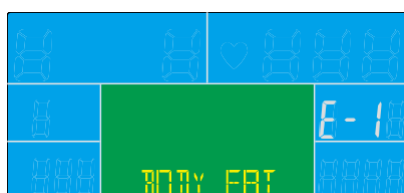
Малюнок 27



Малюнок 28



Малюнок 29



Малюнок 30



Малюнок 31

Нагадування системи:

※ Ця консоль має функцію звукового супроводу натискання на кнопки:

- ① Ефективна операція - один короткий звуковий сигнал;
- ② Неєфективна операція - два коротких звукових сигнали;
- ③ Будь-яке значення функції відліковується до 0 під час тренування - 4 коротких кожному секунду
- ④ У режимі управління Ч.С.С та контролю за потужністю, коли консоль змушена зупинятися - безперервні 6 коротких звукових сигналів.
- ⑤ Коли значення частоти пульсу перевищує встановлене значення - 2 короткі звукові сигнали щосекунди.
- ⑥ Коли потужність (у Вт) перевищує встановлене значення - 3 короткі звукові сигнали щосекунди.

Функція програвання MP3:

Користувач може підключити мобільний телефон або музичний плеєр до консолі за допомогою аудіокабелю для функцій програвання MP3. Потім натисніть плеєр, і консоль буде відтворювати музику.

(Нагадування: консоль має лише функцію підсилювача потужності, але не читає карту пам'яті).

Зарядження пристроїв через USB:

Консоль може забезпечити через порт USB зарядження мобільного пристрою (планшетного ПК або смартфона). Користувач має просто підключити кабель даних до порту USB для зарядки.

Програмний додаток:

ZWIFT + KINOMAP



1. Ця консоль може підключитись до смарт-пристрою з відповідною програмою через Bluetooth.
2. Після того як консоль підключена до смарт-пристрою через Bluetooth, консоль не відобразить на дисплеї нічого.

Примітка:

Ця консоль має функцію MP3 / USB-чейнджера / BT), тому споживає багато енергії. Для стабільного тренування та стабільності функціонування ми пропонуємо адаптер живлення на 9В 1.3А або вище.

