

*Руководство
пользователя*

VISION FITNESS

S7200HRT

ЭЛЛИПТИЧЕСКИЙ ЭРГОМЕТР

Уважаемые покупатели!

Поздравляем вас 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 и поможет вам устранить возникшую проблему.

Обязательно сохраняйте инструкцию по эксплуатации, это поможет Вам по прошествии времени напомнить о функциях тренажера и правилах его использования.

Если у Вас возникли какие – либо вопросы по эксплуатации данного тренажера свяжитесь с службой технической поддержки или уполномоченным дилером у которого вы приобрели тренажер.

Внимание!

Настоятельно рекомендуем Вам, перед тем как приступить к тренировкам, 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.

Транспортировка и эксплуатация тренажера

Тренажер должен транспортироваться только в заводской упаковке.

Заводская упаковка не должна быть нарушена.

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 в нормальных условиях не менее 2 – 4 часов и только после этого можно приступить к эксплуатации
- 4.

Меры предосторожности

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 нецелевым использованием тренажера.

Тренажер предназначен для использования взрослыми людьми, конструкция и установленные нагрузки рассчитаны на взрослых людей, поэтому эксплуатация несовершеннолетними детьми не допускается.

При регулярной эксплуатации регулярно проверяйте затяжку резьбовых соединений каждые 1-2 месяца.

Никогда не эксплуатируйте тренажер с явными дефектами – открученными элементами крепления, незакрепленными узлами, с нехарактерными посторонними шумами и т.д. это может привести к травмам, или уменьшению срока службы тренажера.

Не допускайте попадания внутрь тренажера посторонних предметов и жидкостей.

Для 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. Не допускается, какое либо изменение конструкции или узлов и деталей тренажера – это может привести к серьезным травмам и потере здоровья.

* Обратите особое внимание на подключение к электрической сети, желательное использование отдельной трех проводной линии с защитным заземлением и наличием в распределительном щитке устройства защитного отключения (УЗО).

Перед каждым использованием осмотрите электрический соединительный шнур на отсутствие его повреждений. В необходимых случаях проконсультируйтесь с организацией обслуживающей вашу внутриквартирную электропроводку и электророзетки. Выполнение этих требований снизит риск поражения электрическим током.

Не применяйте дополнительные электрические удлинители, переходные адаптеры между электрической сетью и тренажером. Это может нарушить работу системы УЗО и увеличить риск поражения электрическим током, а также может явиться обоснованным отказом в гарантийном обслуживании.

Надевайте соответствующую спортивную одежду и обувь. Одежда не должна быть слишком свободной и попадать в движущиеся части тренажера.

Перед тем как начать тренировку

Прежде чем начать занятия, проверьте, правильно ли была проведена сборка тренажера.

Ознакомьтесь со всеми функциями и настройками тренажера и проводите тренировки в строгом соответствии с инструкцией по эксплуатации.

Убедитесь, что все защитные элементы надежно установлены закреплены.

Устанавливайте тренажер на ровную нескользящую поверхность, оставляя с каждой стороны по 0,5 м свободного пространства. Для снижения шума и вибраций рекомендуется подкладывать под тренажер резиновые маты.

Перед началом тренировки всегда проверяйте надежность механических и электрических соединений.

Рекомендации по сборке

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

Рекомендации по уходу

* Перед любым обслуживанием обязательно отключайте тренажер от электрической сети. К обслуживанию можно приступать примерно через 60 секунд, когда произойдет полное обесточивание внутренних электрических цепей тренажера. Регулярно осматривайте ваш тренажер на предмет отсутствия попадания посторонних предметов в тренажер, пыли и грязи. Не применяйте абразивные препараты, агрессивные жидкости для чистки рабочих поверхностей тренажера – ацетона, бензина, уайт- спиритов, бензола, и их производных во избежание повреждения лакокрасочных покрытий и пластиковых деталей.

Для ухода рекомендуется применять слегка смоченную ткань нейтральным раствором моющей жидкости с последующей протиркой сухой тканью.

* Для моделей тренажеров, которые работают от электрической сети 220 вольт.

Поздравляем вас с приобретением эллиптического эргометра VISION FITNESS. С его помощью вы сможете разработать собственную программу тренировок и добиться нужного вам результата в области фитнеса. Регулярно занимаясь на тренажере, вы измените вашу жизнь к лучшему.

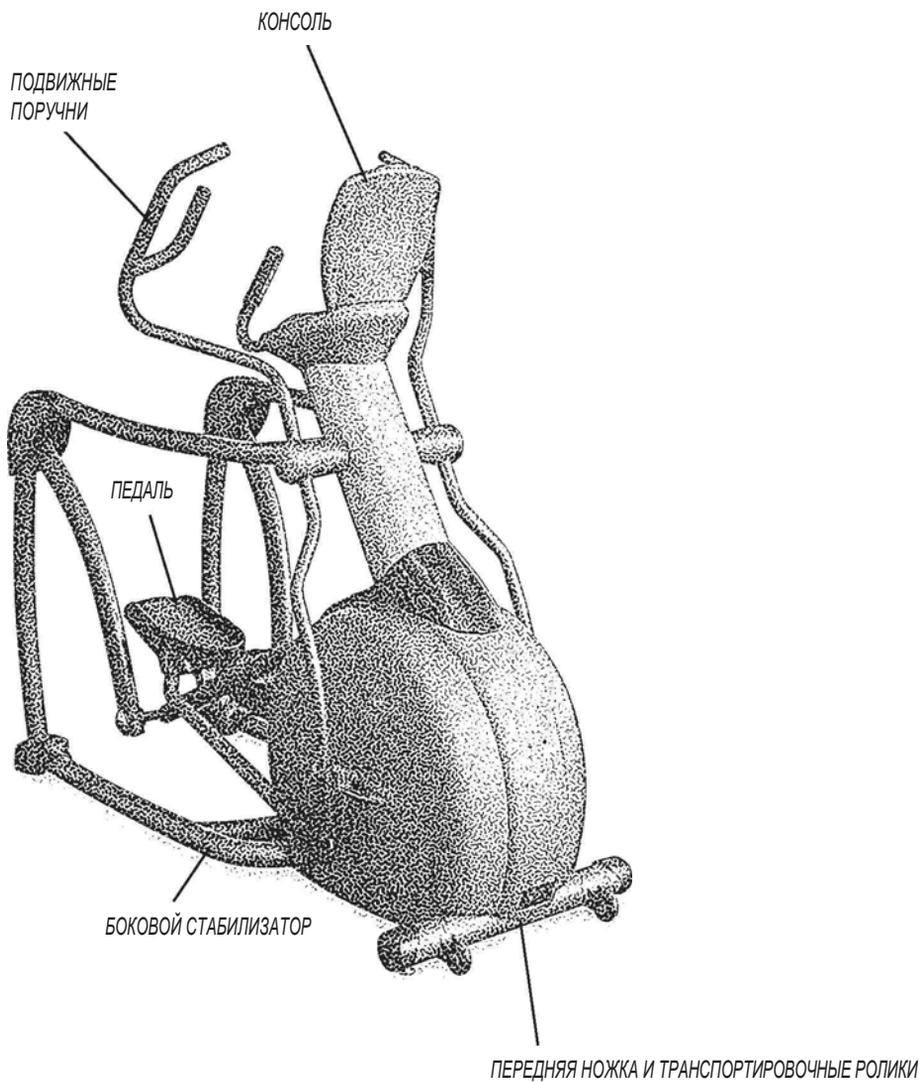
Вот примеры тех результатов, которых вы можете добиться:

- снижение веса;
- оздоровление сердца;
- повышение мышечного тонуса;
- повышение уровня расхода энергии;
- снижение стресса;
- повышение психологической устойчивости и улучшение настроения;
- повышение самооценки.

Чтобы добиться этих результатов, необходимо регулярно тренироваться. С

эллиптическим тренажером вы преодолеете многие препятствия, мешающие эффективным занятиям. Теперь вы не будете зависеть от погоды и времени суток и сможете с комфортом тренироваться дома. Ознакомившись с данным руководством, вы узнаете, как пользоваться тренажером, и сделаете первый шаг к успешным занятиям.

Обслуживание тренажера могут производить только представители компании-продавца. Если вам потребуется помощь, пожалуйста, обращайтесь к ним.



S7200HRT

ЭЛЛИПТИЧЕСКИЙ ЭРГОМЕТР

ИНСТРУКЦИИ ПО БЕЗОПАСНОСТИ

СОХРАНЯЙТЕ ИНСТРУКЦИЮ!

Соблюдайте все меры предосторожности, принятые при работе с электрическим оборудованием. Перед использованием тренажера внимательно ознакомьтесь с данным руководством.

ОСТОРОЖНО! Во избежание получения ожогов, возникновения пожара, удара током и физических повреждений:

- Используйте тренажер только по назначению, описанному в данном руководстве. Используйте только те аксессуары, которые рекомендованы производителем.
- Не роняйте и не вставляйте какие-либо предметы в отверстия.
- Не снимайте кожух. Обслуживание тренажера должно производиться только представителями сервисной службы компании-продавца.
- Никогда не пользуйтесь тренажером, если у него поврежден шнур питания или вилка, он работает неправильно, был поврежден или побывал в воде. Свяжитесь с представителями сервисной службы компании-продавца.
- Не допускайте, чтобы шнур питания касался нагретых поверхностей.
- Не используйте вне помещений.
- Для отключения тренажера переведите тумблер в положение «OFF» (ВЫКЛ), затем выньте вилку из розетки.
- Используйте только прилагаемый шнур питания.
- Не прячьте шнур питания под ковер и не ставьте на него предметы, способные повредить его.
- Выключайте тренажер из сети после окончания занятий и перед перемещением.

ДЕТИ

- Не подпускайте детей к тренажеру.
- Дети и домашние животные не должны приближаться к работающему тренажеру ближе, чем на 3 м.

ПРОЧИЕ ИНСТРУКЦИИ ПО БЕЗОПАСНОСТИ

ОСТОРОЖНО! Если вы почувствовали боль в груди, тошноту, головокружение или одышку, немедленно прекратите упражнения и обратитесь за консультацией к

врачу.

- Не занимайтесь в свободной одежде, части которой могут попасть в элементы тренажера.
- Ознакомьтесь с руководством перед использованием тренажера.

ЧИСТКА

- Для чистки используйте мыльный раствор и влажную тряпку; ни в коем случае не применяйте растворители.

ТРЕБОВАНИЯ К СЕТИ

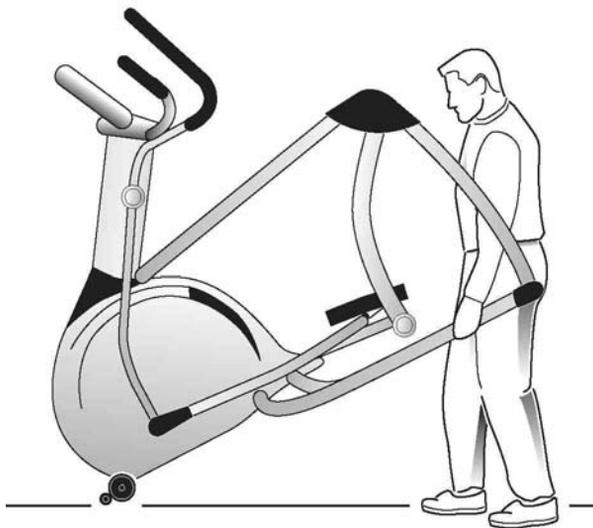
Продукт предназначен для использования в сети с номинальным напряжением 220 вольт и укомплектован специальной вилкой. Неправильное подключение заземления создает риск удара током. Не меняйте вилку, поставляемую вместе с тренажером. Если она не подходит к розетке, обратитесь к электрику и установите нужную розетку. Использовать адаптеры, удлинители и устройства нельзя.

СБОРКА

По возможности, сборку тренажера должен осуществлять представитель компании-продавца. Если вы осуществляете сборку самостоятельно, соблюдайте все требования инструкции по сборке. Если у вас возникли вопросы по поводу компонентов или функций вашего эллиптического тренажера, обратитесь в компанию, где вы приобрели тренажер.

ПЕРЕМЕЩЕНИЕ

Ваш тренажер VISION FITNESS оснащен транспортировочными роликами. Для перемещения тренажера крепко возьмитесь за заднюю часть корпуса, аккуратно приподнимите тренажер и перекатите его.



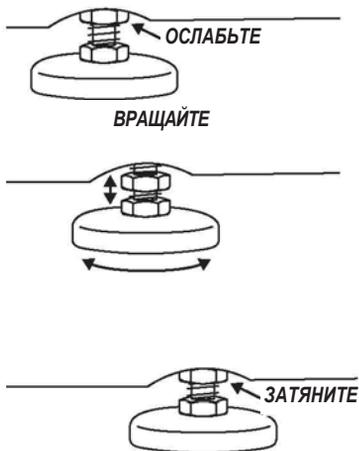
ВНИМАНИЕ: Тренажер тяжелый, его вес составляет 154 кг..

РАЗМЕЩЕНИЕ В ДОМЕ

При установке тренажера соблюдайте требования инструкции по безопасности. Постарайтесь разместить тренажер в комфортном помещении. По возможности, не устанавливайте тренажер в неотделанных подвальных помещениях. Чтобы тренировки доставляли вам удовольствие, лучше поместить тренажер в комфортную среду.

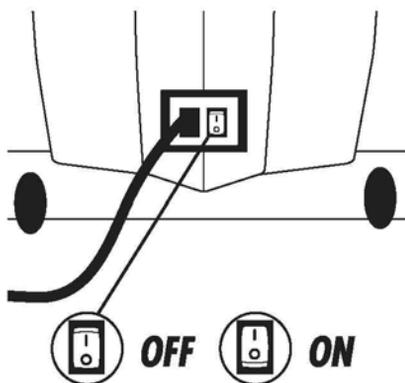
ВЫРАВНИВАНИЕ ТРЕНАЖЕРА В ГОРИЗОНТАЛЬНОЙ ПЛОСКОСТИ

Установив тренажер в выбранном месте, проверьте его устойчивость. Если он качается, необходимо его выровнять. Посмотрите, какая из регулировочных ножек не стоит твердо на полу. Ослабьте гайку в основании ножки, это даст вам возможность вращать ее. Теперь поворачивайте ножку в нужную сторону до тех пор, пока тренажер не будет стоять устойчиво. Закрепите ножку в данной позиции, затянув гайку.



ВКЛЮЧЕНИЕ И ВЫКЛЮЧЕНИЕ ТРЕНАЖЕРА

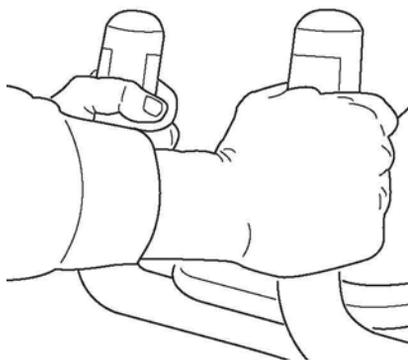
Для включения и выключения тренажера используйте тумблер ON/OFF (ВКЛ/ВЫКЛ), находящийся с передней стороны. Рекомендуем выключать тренажер, если вы им не пользуетесь. ПРИМЕЧАНИЕ: На консоли также имеется выключатель.



КОНТАКТНОЕ ИЗМЕРЕНИЕ ПУЛЬСА

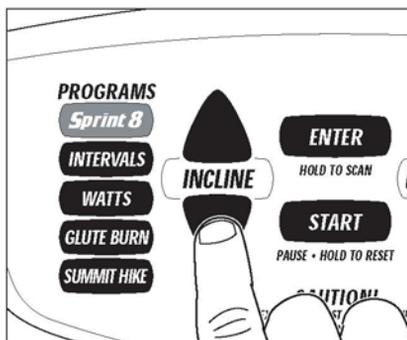
КОНТАКТНЫЕ ДАТЧИКИ ПУЛЬСА

Тренажеры укомплектованы контактными датчиками пульса. Чтобы определить пульс в процессе тренировки, поместите обе руки на датчики. На консоли появятся данные о вашем пульсе. Системе может потребоваться несколько секунд для того, чтобы корректно определить частоту пульса. Контактное измерение пульса подходит большинству пользователей, однако в некоторых случаях оно может оказаться невозможным из-за нарушений сердечного ритма или особенностей обмена веществ у пользователей.



РЕГУЛИРОВКА УГЛА НАКЛОНА

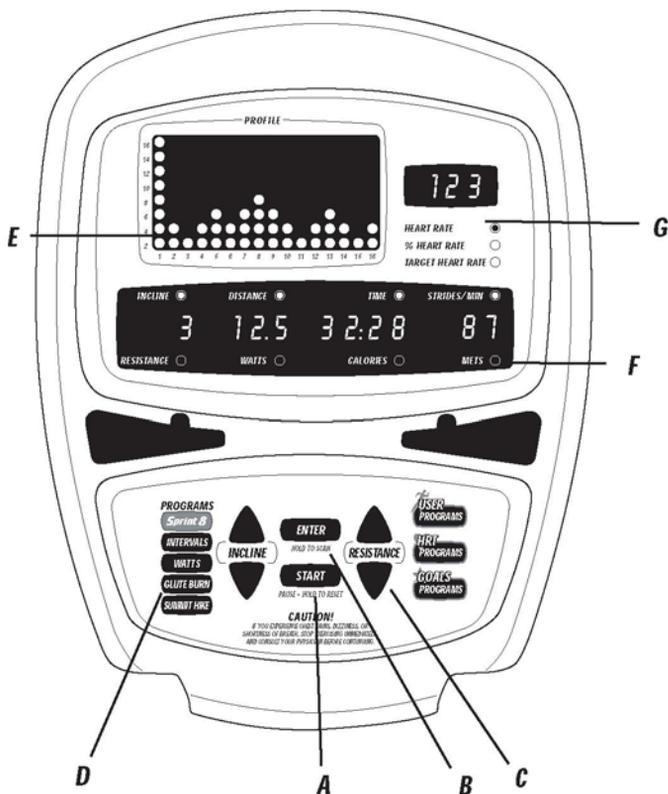
Для регулировки угла наклона (уровни 1-16) нажмите кнопки ▲ и ▼ рядом с надписью INCLINE («НАКЛОН») на консоли. Изменения угла наклона происходят с небольшой задержкой.



ИНТЕРАКТИВНАЯ КОНСОЛЬ S7200HRT

ВНЕШНИЙ ВИД КОНСОЛИ

Компьютеризированный дисплей позволяет формировать программу тренировок с учетом ваших потребностей. Он также дает возможность отслеживать ход выполнения упражнений и ваши результаты, что позволяет понять, насколько улучшилась ваша физическая подготовка.



ОПИСАНИЕ КОНСОЛИ S7200HRT

A. КНОПКА START/HOLD TO RESET (СТАРТ/ПЕРЕЗАГРУЗКА)

Чтобы начать упражнения в режиме «MANUAL» (Ручное управление) без ввода персональных данных, нажмите кнопку «START». После начала программы вы можете регулировать уровень сопротивления с помощью кнопок со стрелками. Выводимые на дисплей показатели будут рассчитываться, исходя из установок по умолчанию. **ПАУЗА:** Если вам нужно остановить программу в процессе тренировки, нажатие кнопки «START» приостановит выполнение программы на 5 минут. Возобновить тренировку можно повторным нажатием кнопки «START».

ПЕРЕЗАГРУЗКА: Если вам нужно ПЕРЕЗАГРУЗИТЬ консоль в процессе тренировки, нажмите и удерживайте кнопку «START» в течение трех секунд или до перезагрузки дисплея.

B. КНОПКА ENTER/HOLD TO SCAN (ВВОД/ПРОСМОТР)

Эта кнопка используется после ввода данных, например, возраста, веса или уровня сложности, при запуске.

ПРОСМОТР: При занятиях в режиме выполнения программы нажатие кнопки «ENTER» позволяет просматривать выводимую информацию. Если удерживать кнопку «ENTER» нажатой в течение трех секунд во время тренировки, функция SCAN будет автоматически менять экраны просмотра.

C. КНОПКИ В ВИДЕ СТРЕЛОК

Эти кнопки используются для ввода данных перед началом тренировки. По ходу тренировки они позволяют менять уровень сложности. В программах HRT® они служат для изменения целевой частоты пульса.

D. КНОПКИ ПРОГРАММ

Эти кнопки обеспечивают быстрый доступ к различным режимам тренировок. Вам не нужно листать список программ, подбирая нужную. Нажмите кнопку соответствующей программы и приступайте к вводу ваших данных.

ОПИСАНИЕ КОНСОЛИ S7200HRT (продолжение)

E. ДИСПЛЕЙ ПРОФИЛЯ ПРОГРАММЫ

Это окно отражает характеристики завершаемых и выполненных сегментов программы тренировок в виде точечной матрицы, а также уровень сопротивления каждого из сегментов.

F. ОКНА СООБЩЕНИЙ/ВЫВОДИМЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ

При запуске программы в этих окнах отражаются пошаговые инструкции, а в процессе тренировок — инструкции, выводимые показатели и адресованные вам сообщения.

ВЫВОДИМЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ:

В ходе тренировки здесь отражаются ваши показатели, в том числе:

TIME (ВРЕМЯ): время, прошедшее с момента начала тренировки, или время, остающееся до ее окончания.

DISTANCE (РАССТОЯНИЕ): общее расстояние, пройденное вами с момента начала тренировки.

STRIDES/MIN (ШАГОВ/МИН): количество шагов в минуту.

WATTS (ВАТТЫ): показатель нагрузки; один ватт равен шести килограммам на метр в минуту.

CALORIES (КАЛОРИИ): примерное количество калорий, израсходованных вами с начала тренировки.

RESISTANCE (СОПРОТИВЛЕНИЕ): текущий уровень сопротивления.

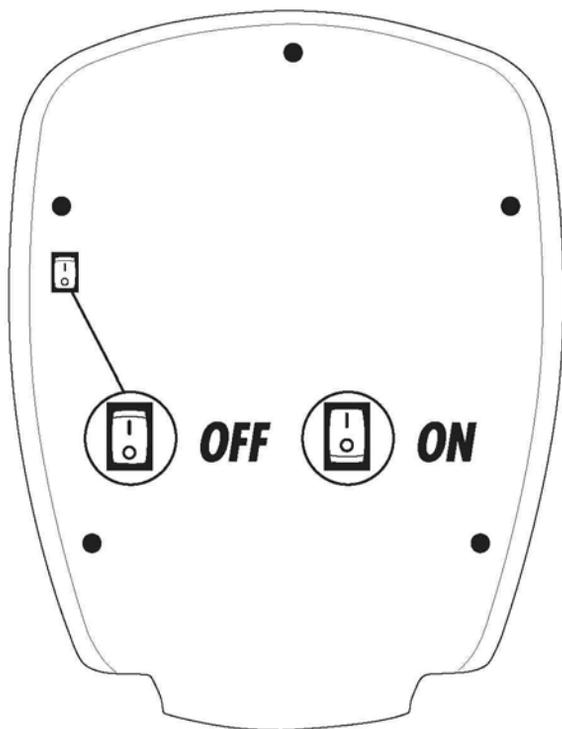
INCLINE (НАКЛОНА): угол наклона. Тренажер имеет 16 уровней наклона, позволяющих менять угол наклона на 26%.

METS (МЕТАБОЛИЧЕСКИЕ ЕДИНИЦЫ): показатель потребления кислорода; одна единица равна примерному объему кислорода, потребляемому в минуту человеком в состоянии покоя.

G. ОКНО ЧАСТОТЫ ПУЛЬСА /ПОКАЗАТЕЛЕЙ ПРОГРАММ HRT

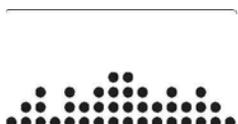
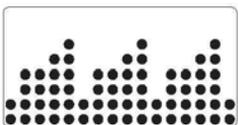
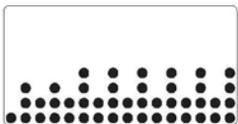
В этом окне отражаются данные о частоте пульса и ее отношении к предполагаемой максимальной частоте (% Heart Rate). Здесь же отражается целевая частота пульса при использовании программ HRT®.

ТУМБЛЕР ON/OFF (ВКЛ/ВЫКЛ) Если вы не используете тренажер в течение длительного времени, отключите его питание.



ПРОГРАММЫ S7200HRT

ОПИСАНИЕ ПРОГРАММ



SPRINT 8 (СПРИНТ 8) — программа анаэробных упражнений с перемежающейся нагрузкой. В ее ходе мышечные волокна подвергаются резким тянущим усилиям, что повышает эффективность подготовки.

INTERVAL (ИНТЕРВАЛ) — эффективный вид тренировки, способствующий укреплению сердечно-сосудистой системы путем чередования периодов нагрузки и расслабления. Постарайтесь, чтобы нагрузка была достаточно интенсивной.

WATTS (ВАТТЫ) — программа позволяет заниматься при заданном уровне нагрузки. Если вы увеличиваете скорость движения, сопротивление падает, и наоборот.

GLUTE BURN (ТРЕНИРОВКА СЕДАЛИЩНЫХ МЫШЦ) — эффективная программа, обеспечивающая нагрузку на нижнюю часть туловища. По ходу программы меняется угол наклона и используются подсказки пользователю.

SUMMIT NIKE (ПОДЪЕМ НА ВЕРШИНУ) — программа с меняющимся углом наклона, вносящая разнообразие в ваши тренировки и обеспечивающая многоплановую нагрузку на мышцы.



HRT CARDIO (ТРЕНИРОВКА С УЧЕТОМ ЧАСТОТЫ ПУЛЬСА

«КАРДИО») — программа с высоким уровнем нагрузки, в ходе которой поддерживается близкая к максимальной частота пульса, укрепляется

сердечно-сосудистая система и сжигается максимум калорий. При работе с данной программой пользователь должен поместить ладони на контактные датчики сердечного ритма или надеть нагрудный телеметрический ремень-датчик (в комплект не входит). Программа автоматически отрегулирует сопротивление до 80% вашей предполагаемой максимальной частоты пульса.

HRT WEIGHT LOSS (ТРЕНИРОВКА С УЧЕТОМ ЧАСТОТЫ ПУЛЬСА «ПОХУДАНИЕ») —

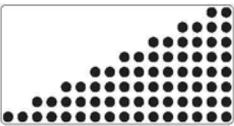
программа меньшей интенсивности, предназначенная для большого расхода энергии организмом. При работе с программой пользователь должен поместить ладони на контактные датчики сердечного ритма или надеть нагрудный телеметрический ремень-датчик. Программа автоматически отрегулирует сопротивление до 65% вашей предполагаемой максимальной частоты пульса.

HRT INTERVAL (ТРЕНИРОВКА С УЧЕТОМ ЧАСТОТЫ ПУЛЬСА «ИНТЕРВАЛ»)

построена на чередовании сегментов с нагрузкой в 80% и 70% вашей предполагаемой максимальной частоты пульса. Программа призвана повысить тренированность сердечно-сосудистой системы. При работе с программой пользователь должен поместить ладони на контактные датчики сердечного ритма или надеть нагрудный телеметрический ремень-датчик.

HRT HILL (ТРЕНИРОВКА С УЧЕТОМ ЧАСТОТЫ ПУЛЬСА «ПОДЪЕМ В ГОРУ»)

повышает уровень интенсивности нагрузки с 65% до 70%, 75% и 80% вашей предполагаемой максимальной частоты пульса для укрепления сердечно-сосудистой системы. При работе с программой пользователь должен поместить ладони на контактные датчики сердечного ритма или надеть нагрудный телеметрический ремень-датчик.



CUSTOM (ПО ВЫБОРУ) позволяет задать до

четырёх персональных программ, установив уровень сопротивления и другие параметры на каждом сегменте. Вы можете сохранить

или изменить их в любое время. Программа

также автоматически сохраняет ваши настройки сопротивления и угла наклона каждые 30 секунд, обеспечивая вам возможность воспроизведения последней тренировки.

GOAL (ЦЕЛЬ) позволяет устанавливать в качестве целевого

параметра время, расстояние или количество калорий. По сути, это программа ручного управления, продолжительность которой зависит от выбранного целевого параметра.

ВОЗМОЖНОСТИ ПРОГРАММ

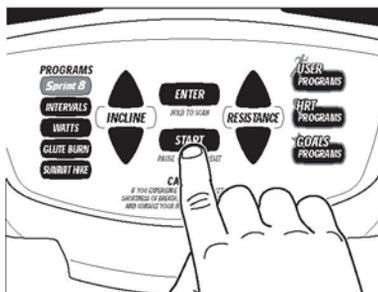
<i>Программа</i>	ЗАДАННЫЙ УГОЛ НАКЛОНА	ЗАДАННЫЙ УРОВЕНЬ СОПРОТИВЛЕНИЯ	ВЫВОД СООБЩЕНИЙ	ФИКСИРОВАННАЯ ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ	КОНТРОЛЬ ЧАСТОТЫ ПУЛЬСА
MANUAL		•			
INTERVAL		•			
WATTS		•			
SPRINT 8		•	•	•	
GLUTE BURN	•				
SUMMIT HIKE	•				
HRT® PROGRAMS		•			•
CUSTOM	•	•			
GOALS		•			

ПРИМЕЧАНИЕ: Профиль угла наклона отображается в программах GLUTE BURN и SUMMIT HIKE. Профиль уровня сопротивления выводится на короткое время при его изменении. В остальных программах постоянно отображается уровень сопротивления, а угол наклона отображается при его изменении.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПРОГРАММ

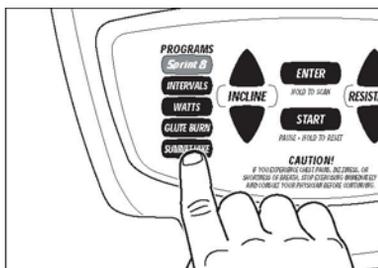
ВЫБОР ПРОСТОГО ЗАПУСКА

Самый простой способ приступить к занятиям — нажать кнопку «START». При этом вы начнете тренировку в режиме ручного регулирования сопротивления. Данные о результатах упражнений будут выводиться с использованием действующих установок по умолчанию.



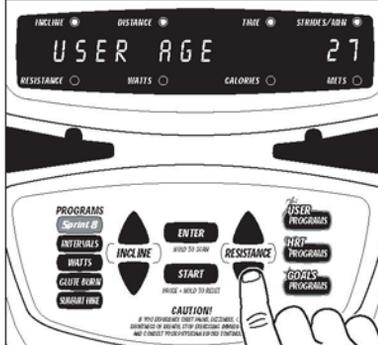
ВЫБОР ПРОГРАММЫ

Каждая программа имеет собственную кнопку. Нажмите кнопку нужной вам программы. Просмотреть доступные варианты программ и их профили можно с помощью стрелок.



ВВОД ВОЗРАСТА

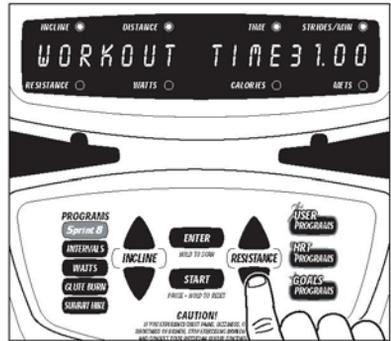
При появлении сообщения с просьбой указать ваш возраст выставьте соответствующую цифру с помощью кнопок ▲ или ▼. Эти сведения нужны для программ HRT®, от них зависит отношение вашей частоты пульса к максимальной (% Heart Rate).



ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПРОГРАММ

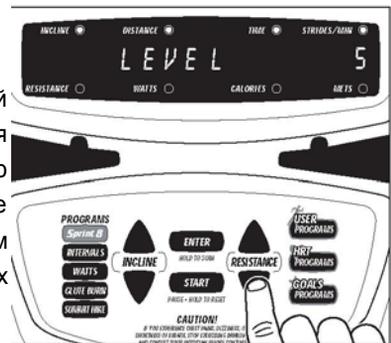
ВВОД ВРЕМЕНИ

При появлении сообщения с просьбой задать время выставьте нужную вам продолжительность тренировки с помощью кнопок ▲ или ▼.



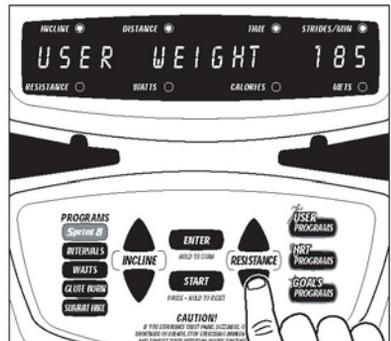
ВВОД УРОВНЯ

При появлении сообщения с просьбой указать уровень сопротивления выставьте нужную цифру с помощью кнопок ▲ или ▼. В каждой программе 16 уровней сопротивления, при этом максимальный уровень в каждой из них свой.



ВВОД ВЕСА

При появлении сообщения с просьбой указать ваш вес выставьте соответствующую цифру с помощью кнопок ▲ или ▼. Эти сведения нужны для правильного расчета расхода калорий и метаболических единиц.



В программах HRT вместо уровня сопротивления задается предпочтительная частота пульса. Она будет отражаться на консоли, и при желании вы сможете ее скорректировать.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПРОГРАММЫ SPRINT 8

Программа SPRINT 8— это комплекс анаэробных упражнений с перемежающейся нагрузкой, призванный увеличить мышечную массу, развить скорость движений и стимулировать выделение гормона роста человека (HGH) в вашем организме естественными средствами. Эффективность уменьшения жировой прослойки и наращивания мышечной массы с помощью образования HGH в результате тренировок и соблюдения правильной диеты описана Филом Кэмпбеллом (Phil Campbell), автором книги «На старт, внимание, марш: Синергетический фитнес» (*Ready, Set, GO! SYNERGY FITNESS*). Подробнее об этом новейшем подходе к фитнесу вы можете узнать на сайте мистера Кэмпбелла www.readysetgofitness.com.

Программа SPRINT 8 состоит из интервалов интенсивного спринта, перемежающихся периодами расслабления. Она состоит из следующих этапов:

1. **РАЗМИНКА** призвана постепенно увеличить частоту пульса и дыхания, а также приток крови к работающим мускулам. Разминка настраивается пользователем в соответствии с его потребностями.
2. **ЧЕРЕДУЮЩАЯСЯ ТРЕНИРОВКА** начинается непосредственно после разминки со спринта продолжительностью 30 секунд. Восемь подобных интервалов перемежаются семью восстановительными периодами продолжительностью полторы минуты. Экран сообщений подскажет вам, что нужно ускорить движения на этапе спринта и замедлить их на этапе расслабления. Рекомендуемая разница между интервалами спринта и восстановления составляет 40-60 шагов в минуту.
3. **СБРОС НАГРУЗКИ** помогает вернуть организм в состояние покоя. При этом нагрузка на сердце снижается.

Поскольку данная программа является специализированной, общая продолжительность тренировки по ходу выполнения программы не отражается. Вместо этого в окне времени показывается продолжительность интервала. Общая продолжительность тренировки в режиме SPRINT 8 составляет 20 минут.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПРОГРАММ С УЧЕТОМ ЧАСТОТЫ ПУЛЬСА

ЧТО ТАКОЕ ТРЕНИРОВКИ С УЧЕТОМ ЧАСТОТЫ ПУЛЬСА?

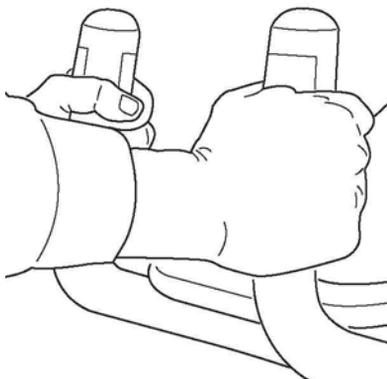
Это — занятия, интенсивность которых обеспечивает поддержание предпочтительной частоты пульса. Данный интервал частоты зависит от того, какие цели вы перед собой ставите — сбросить вес, укрепить сердечно-сосудистую систему или повысить физическую силу. Более подробную информацию вы найдете на странице 36. Программы HRT® компании VISION FITNESS призваны поддерживать идеальную частоту пульса с учетом целей ваших тренировок. Они автоматически регулируют уровень сопротивления на основании данных о вашем пульсе.

У S7200HRT есть четыре программы (HRT Weight Loss, HRT Cardio, HRT Interval и HRT Hill), позволяющие тренироваться с учетом частоты пульса.

• *Эти программы используют для расчета формулу предполагаемой максимальной частоты пульса (220 минус возраст пользователя). У некоторых людей максимальная частота может быть выше или ниже рассчитываемой по формуле. Вы можете корректировать предпочтительную частоту пульса с учетом ваших задач.*

КОНТАКТНЫЕ ДАТЧИКИ ПУЛЬСА

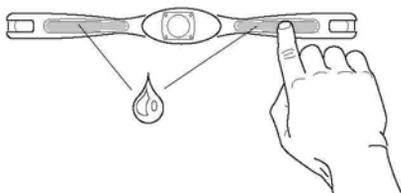
Каждый из наших тренажеров с функцией HRT комплектуется контактными датчиками пульса, позволяющими следить за его частотой. Чтобы определить частоту пульса, обхватите датчики обеими руками в процессе тренировки. На консоли появятся данные. Хотя информация будет выведена мгновенно, системе может потребоваться несколько секунд для того, чтобы корректно определить частоту пульса.



ПРИМЕЧАНИЕ: Контактные датчики пульса пригодны для использования в программах HRT®, однако проще и эффективнее использовать нагрудный телеметрический ремень-датчик.

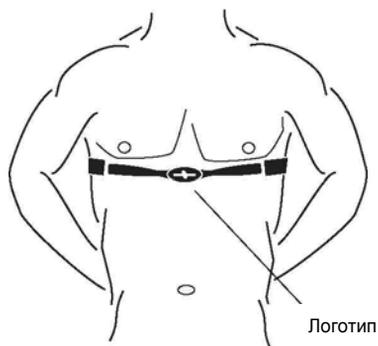
НАГРУДНЫЙ ТЕЛЕМЕТРИЧЕСКИЙ РЕМЕНЬ-ДАТЧИК

Беспроводной телеметрический нагрудный ремень-датчик (в комплект не входит) передает данные о частоте пульса на консоль с помощью двух электродов, находящихся на внутренней стороне ремня. Прежде чем надеть ремень, смочите две резиновые контактные зоны несколькими каплями воды. Электроды должны оставаться влажными для корректного считывания информации. Рекомендуем надевать ремень непосредственно на тело, хотя он будет работать и через тонкую влажную ткань.



РАСПОЛОЖЕНИЕ РЕМНЯ

Наденьте ремень логотипом VISION FITNESS наружу под грудной мышцей и непосредственно над грудиной. Поправьте его натяжение, чтобы ремень плотно прилегал к телу, но не мешал свободно дышать.

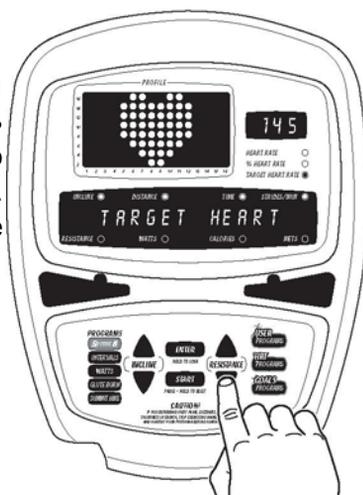


ВСЕ ПРОГРАММЫ HRT

В ходе тренировок пользователь обхватывает контактные датчики руками или надевает телеметрический нагрудный ремень, благодаря чему сигнал о частоте пульса поступает на консоль. Консоль отслеживает сердечный ритм в постоянном режиме, корректируя уровень сопротивления тренажера для поддержания частоты пульса в предпочтительном диапазоне. С помощью кнопки «SCAN» можно просматривать данные о пульсе, его отношении к максимальной и целевой частоте. Каждая программа начинается с двухминутной разминки. При завершении тренировки начнется пятиминутный сегмент сброса нагрузки. Пользователь должен сам задать уровень сопротивления на этих сегментах.

КОРРЕКТИРОВКА ЦЕЛЕВОЙ ЧАСТОТЫ ПУЛЬСА

Занимаясь в одной из программ HRT®, вы можете захотеть изменить целевую частоту пульса. Это можно сделать с помощью кнопок ▲ или ▼. Для подтверждения выбора нажмите кнопку «ENTER».



HRT CARDIO

Программа HRT CARDIO призвана поддерживать частоту пульса на уровне 80% от максимальной. Она призвана повысить эффективность работы сердечно-сосудистой системы и укрепить ее, задействовав при тренировке сердце, легкие и кровеносную систему. Эта программа прекрасно подходит всем пользователям, хотя начинающим спортсменам может быть проще начать с меньшей нагрузки и постепенно наращивать ее до 80% от предполагаемой максимальной частоты пульса.

HRT WEIGHT LOSS

Программа HRT WEIGHT LOSS призвана поддерживать сердечный ритм на уровне 65% предполагаемой максимальной частоты пульса. Ее цель — обеспечить сжигание калорий, задействовав запасы жира в организме в ходе упражнений, и повысить эффективность тренировок путем предотвращения чрезмерной или недостаточной нагрузки. Это отличный вариант для новичков.

HRT INTERVAL

Программа HRT INTERVAL призвана улучшить кислородный обмен и общую физическую подготовку, повысить выносливость мышечных тканей и объем энергии, потребляемой в ходе упражнений. Она состоит из чередующихся сегментов нагрузки и расслабления. Целевая частота пульса на этапах нагрузки будет составлять 80% от предполагаемой максимальной, а на этапах расслабления — 70% от предполагаемой максимальной. Двухминутный этап нагрузки начинается, когда вы достигаете предпочтительной частоты пульса для данного интервала. Продолжительность этапа расслабления зависит от того, сколько времени займет у вас выход на целевую частоту пульса.

HRT HILL

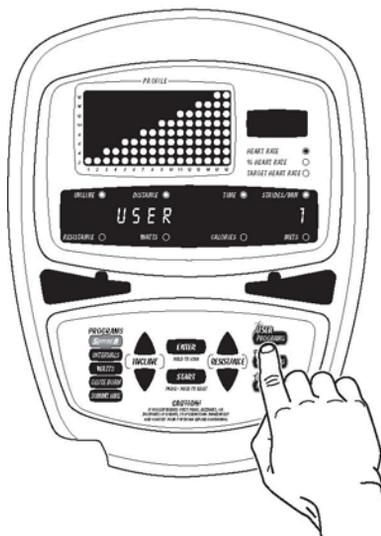
Программа HRT HILL, призванная укрепить сердечно-сосудистую систему, построена на комбинации четырех целевых частот пульса. Уровень сопротивления меняется, пока частота пульса не будет соответствовать целевой для четырех видов подъема (65%, 70%, 75% и 80% от предполагаемой максимальной). Далее программа обеспечит поддержание целевой частоты вашего пульса в течение минуты. Серия подъемов повторяется до окончания времени тренировки.

ПРОГРАММЫ ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

Программы пользователя (USER) позволяют задать и сохранить в памяти тренажера четыре режима тренировки по выбору.

Настройка начинается с выбора одной из четырех программ USER. Затем задается ваш возраст, продолжительность тренировки и ваш вес.

Затем вы нажимаете START и приступаете к занятиям, как в режиме ручного управления. По ходу программы вам придется самому менять уровень сопротивления и угол наклона. Настройки будут автоматически сохраняться каждые 30 секунд. В конце тренировки в окне сообщений появится надпись PRESS AND HOLD ENTER TO SAVE (ЧТОБЫ СОХРАНИТЬ ПРОГРАММУ, НАЖМИТЕ И УДЕРЖИВАЙТЕ КНОПКУ ENTER). Это позволит вам сохранить последние настройки или оставить ранее сохраненную программу.

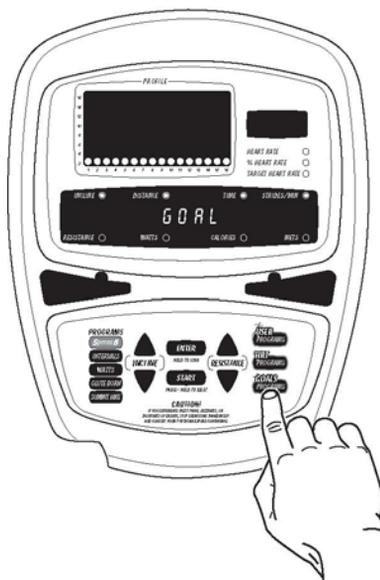


ПРОГРАММЫ С ЦЕЛЕВЫМ ПАРАМЕТРОМ (GOAL)

Программы GOAL позволяют выбирать один из трех целевых параметров:

продолжительность тренировки (Time), количество калорий (Calories) и расстояние (Distance). Данный параметр нужно указать при запуске. Затем вы вводите ваш возраст, вес и уровень сопротивления. Программа будет выполняться, пока не достигнут целевой параметр.

Программа выполняется в режиме ручного управления, и вам придется самостоятельно менять уровень сопротивления и угол наклона.



РЕЖИМ НАСТРОЙКИ S7200HRT

Настройка — это ввод дополнительных установок и данных, используемых работниками сервисной службы. Кроме того, тренажер имеет несколько установок по умолчанию, настраиваемых под конкретного пользователя.

ВХОД В РЕЖИМ НАСТРОЙКИ И ЕГО ИСПОЛЬЗОВАНИЕ

- Нажмите и удерживайте кнопки регулировки уровня сопротивления ▲ и ▼ в течение примерно трех секунд.
- Раздастся звуковой сигнал и на консоли отразятся режим настройки и доступные в нем настройки. Просмотрите их с помощью кнопок регулировки уровня сопротивления ▲ или ▼.
- Нажмите кнопку ENTER для выбора нужного режима или установки.
- Используйте кнопки регулировки уровня сопротивления ▲ или ▼ для изменения установок.
- Нажмите кнопку ENTER для сохранения изменений.
- Для выхода из режима нажмите и удерживайте в течение трех секунд кнопку «START».

УСТАНОВКИ ПО ВЫБОРУ

УСТАНОВКИ	ОПИСАНИЕ
HARDWARE TEST	ИСПОЛЬЗУЕТСЯ РАБОТНИКАМИ СЕРВИСНОЙ СЛУЖБЫ ДЛЯ ТЕСТИРОВАНИЯ СИСТЕМЫ ТОРМОЖЕНИЯ
LED TEST	ИСПОЛЬЗУЕТСЯ ПРИ ТЕСТИРОВАНИИ ЖИДКОКРИСТАЛЛИЧЕСКИХ ДИСПЛЕЕВ
DEF TIME SET	УСТАНОВКА ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТИ ТРЕНИРОВКИ ПО УМОЛЧАНИЮ
DEF LEVEL SET	УСТАНОВКА УРОВНЯ СОПРОТИВЛЕНИЯ ПО УМОЛЧАНИЮ
DEF AGE SET	УСТАНОВКА ВОЗРАСТА ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ ПО УМОЛЧАНИЮ
DEF WEIGHT	УСТАНОВКА ВЕСА ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ ПО УМОЛЧАНИЮ
BEEPER MODE	ВКЛЮЧЕНИЕ/ВЫКЛЮЧЕНИЕ ЗВУКОВОГО СИГНАЛА
SPEED MODE	УСТАНОВКА ЕДИНИЦ, В КОТОРЫХ ТРЕНАЖЕР БУДЕТ ОТРАЖАТЬ РАССТОЯНИЕ (МИЛИ ИЛИ КИЛОМЕТРЫ)
MACHINE MODE	ВЫБОР РЕЖИМА ВЕЛОТРЕНАЖЕРА ИЛИ ЭЛЛИПТИЧЕСКОГО ТРЕНАЖЕРА
DOT DISP MODE	НАСТРОЙКИ ДИСПЛЕЯ В НЕАКТИВНОМ РЕЖИМЕ
ACC TIME	ОБЩАЯ ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ ВРЕМЕНИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ (В ЧАСАХ)
ACC DIST	ОБЩЕЕ РАССТОЯНИЕ, ПОКРЫТОЕ НА ТРЕНАЖЕРЕ (В МИЛЯХ ИЛИ КИЛОМЕТРАХ)
INCLINE TEST	ТЕСТИРОВАНИЕ ПРИ НУЛЕВОМ, МИНИМАЛЬНОМ И МАКСИМАЛЬНОМ ЗНАЧЕНИИ УГЛА НАКЛОНА
AUTO-CALIBRATE	АВТОНАСТРОЙКА ДВИГАТЕЛЯ ИЗМЕНЕНИЯ УГЛА НАКЛОНА ДЛЯ ЗАДАНИЯ МИНИМАЛЬНОГО, МАКСИМАЛЬНОГО И НУЛЕВОГО ЗНАЧЕНИЙ

ОБСЛУЖИВАНИЕ И УСТРАНЕНИЕ НЕПОЛАДКОВ

СОВЕТЫ ПО ПРОФИЛАКТИЧЕСКОМУ ОБСЛУЖИВАНИЮ

- Устанавливайте тренажер в сухом прохладном месте.
- Убедитесь, что все болты плотно затянуты.
- Очищайте консоль от отпечатков пальцев и капель пота.
- Пользуйтесь хлопчатобумажной тканью, смоченной водой, и мягкими очистителями для чистки тренажера. Другие ткани, а также бумажные полотенца, могут поцарапать поверхность. Не используйте очистители на основе аммиака или кислоты.
- Регулярно очищайте поверхность тренажера.

ГРАФИК ПРОФИЛАКТИЧЕСКОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ

Рекомендуем вам соблюдать приведенный ниже график обслуживания для обеспечения бесперебойной работы тренажера.

ДЕТАЛЬ	ЕЖЕДНЕВНО	ЕЖЕМЕСЯЧНО	РАЗ В ПОЛГОДА	РАЗ В ГОД
КОНСОЛЬ		ЧИСТКА		
ВСЕ БОЛТЫ И КРЕПЕЖ			ОСМОТР	
РАМА		ЧИСТКА		ОСМОТР
ПОРУЧНИ		ЧИСТКА		
ПЛАСТИКОВЫЕ КРЫШКИ		ЧИСТКА		
ПЕДАЛИ		ЧИСТКА		
ШНУР ПИТАНИЯ				ОСМОТР

УСТРАНЕНИЕ НЕИСПРАВНОСТЕЙ

Наши тренажеры спроектированы для обеспечения бесперебойной работы. Приведенные ниже рекомендации, возможно, помогут вам, если неисправности все же возникли.

ПРОБЛЕМА: Не загорается консоль.

РЕШЕНИЕ: Убедитесь, что тумблер включения на обратной стороне консоли включен.

РЕШЕНИЕ: Проверьте, подключен ли шнур питания к основанию тренажера и включен ли тумблер.

РЕШЕНИЕ: Убедитесь, что подключен кабель с обратной стороны консоли.

ПРОБЛЕМА: Вы чувствуете толчки или рывки при работе механизма.

РЕШЕНИЕ: Проверьте крепление всех деталей.

РЕШЕНИЕ: Проверьте болты под основанием.

ПРИМЕЧАНИЕ: Если предложенные меры не помогают, отключите тренажер и свяжитесь с представителем компании-продавца.

УСТРАНЕНИЕ НЕИСПРАВНОСТЕЙ ПРИ ИЗМЕРЕНИИ ЧАСТОТЫ ПУЛЬСА

ПРОБЛЕМА: Не появляются данные о частоте пульса.

РЕШЕНИЕ: Возможно, нет нужного контакта электродов с телом, попробуйте смочить их вновь.

РЕШЕНИЕ: Неправильно расположен датчик, попробуйте поменять его положение.

РЕШЕНИЕ: Проверьте, не превышает ли расстояние между датчиком и приемником 90 см.

ПРОБЛЕМА: Данные о частоте сердечных сокращений противоречивы.

РЕШЕНИЕ: Возможно, телеметрический ремень-датчик недостаточно затянут, подтяните его.

ПРИМЕЧАНИЕ: В некоторых случаях в работе телеметрического ремня-датчика возможны сбои. Необходимо правильно подобрать его положение и степень натяжения. Наличие рядом с тренажером источников помех, например, компьютеров, двигателей, оград под напряжением, домашних систем безопасности, пультов дистанционного управления, CD-плееров, флуоресцентных ламп и т.д., может вызвать ошибки при измерении частоты пульса.

РАЗРАБОТКА ПРОГРАММЫ ЗАНЯТИЙ ФИТНЕСОМ

Приобретя тренажер VISION FITNESS, вы получили возможность регулярно тренироваться дома. Теперь вы свободны в выборе времени для занятий, и вам будет проще построить эффективную программу тренировок.

ДОСТИЖЕНИЕ ПОСТАВЛЕННЫХ ЦЕЛЕЙ

Важный этап разработки долгосрочной программы занятий фитнесом — определить ее цели. Чего бы вы хотели добиться? Сбросить вес? Повысить мышечный тонус? Избавиться от стресса? Подготовиться к соревнованиям? Зная свои цели, вы сможете эффективно строить программу тренировок. По возможности, постарайтесь определить свои цели четко и в измеримой форме. Вот несколько примеров таких целей:

- Уменьшить объем талии на пять сантиметров за два месяца.
- Принять участие в забеге на 5 км этим летом.
- Начать выполнять упражнения для укрепления сердечнососудистой системы по полчаса, как минимум, пять раз в неделю.
- Повысить скорость прохождения дистанции на две минуты за год.
- Пробежать трусцой полтора километра, а не проходить их пешком через три месяца.

Чем точнее вы сформулируете свою цель, тем проще будет отслеживать результаты. Если вы решаете долгосрочные задачи, разбейте их на месячные и недельные отрезки. Чем более долгосрочные цели вы ставите, тем меньше мотивация. Добиться краткосрочных целей куда проще, а результаты будут заметнее. Добиваясь поставленной цели, ставьте себе новую. Ваш образ жизни станет более здоровым, а вы получите стимул стремиться к новым успехам.

ОТСЛЕЖИВАНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ

После того как цели поставлены, их нужно записать и составить график тренировок. Ведение дневника поможет вам сохранять мотивацию и отслеживать, насколько вы продвинулись к цели. Со временем вы с гордостью сможете взглянуть на свои достижения и понять, каких больших результатов добились. В конце руководства вы найдете бланки для ведения дневника.

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ТРЕНИРОВКАМ

ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ ТРЕНИРОВОК

Часто задают вопрос, как долго должны длиться тренировки? Советуем вам

придерживаться рекомендаций Американского института спортивной медицины (American College of Sports Medicine (ACSM)).

- Выполняйте аэробные упражнения 3-5 дней в неделю.
- Начиная занятия с разминки продолжительность 5-10 минут.
- Продолжительность тренировок должна составлять 30-45 минут.
- Постепенно снижайте интенсивность занятий, последние 5-10 минут посвятите упражнениям на растяжку.

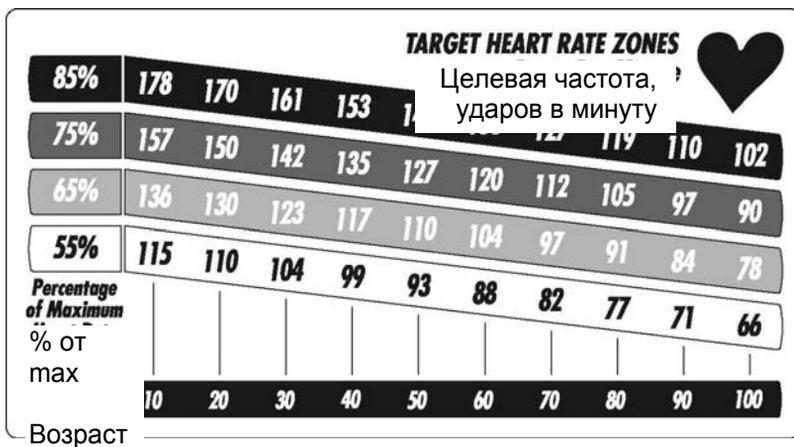
Если ваша основная цель — сбросить вес, аэробные упражнения необходимо выполнять, как минимум, по полчаса пять дней в неделю.

ИНТЕНСИВНОСТЬ ТРЕНИРОВОК

Следующий распространенный вопрос: «Насколько интенсивными должны быть тренировки»? Для укрепления сердечно-сосудистой системы необходимо заниматься в определенном диапазоне интенсивности. Для определения интенсивности упражнений рекомендуем следить за частотой пульса.

ЦЕЛЕВАЯ ЧАСТОТА ПУЛЬСА

Целевая частота пульса рассчитывается в зависимости от максимальной. Этот показатель индивидуален для каждого человека и зависит от возраста, уровня подготовки и цели тренировок. Частота пульса при тренировках должна варьироваться от 55 до 85% от максимальной. Для расчета целевой частоты мы используем следующую формулу: 220 (ориентировочная максимальная частота пульса) – возраст. Приведенная диаграмма поможет определить ваш интервал.



ПРИМЕР:

Если вам 30 лет, ваша ориентировочная максимальная частота пульса равна 190 (220 - 30). Исходя из диаграммы, целевая частота пульса при тренировках у вас должна быть в интервале 104-161 ударов в минуту, т.е. 55%-85% от 190.

УПРАЖНЕНИЯ НА РАСТЯЖКУ

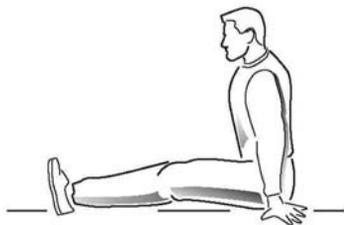
Упражнения на гибкость реже рассматриваются как часть фитнеса по сравнению с упражнениями для укрепления сердечно-сосудистой системы и упражнениями на силу, однако они не менее важны. Хорошая программа упражнений на растяжку поможет вам сохранить гибкость тазобедренных суставов и нижней части спины. Люди с хорошей гибкостью лучше защищены от травм в повседневной жизни (при поворотах, сгибании или вытягивании частей тела) или при непривычных занятиях, например, игре в софтбол.

Перед упражнениями на растяжку выполните разминку, поскольку растяжение неразогретых мышц может привести к травме. Выполняйте все упражнения плавно, выдыхая при растяжении. Старайтесь удерживать положение по 15-30 секунд. Не раскачивайтесь при выполнении упражнений. Удержание растяжки снижает риск получения травмы. Не

напрягайте мышцы до возникновения болезненных ощущений. Если почувствуете боль, ослабьте усилие. Вот несколько упражнений, которые можно включить в вашу программу занятий:

ПРИКОСНОВЕНИЕ К ПАЛЬЦАМ НОГ В ПОЛОЖЕНИИ СИДЯ

Сядьте на пол, вытянув ноги прямо перед собой. Не сгибайте колени. На выдохе вытяните пальцы рук по направлению к пальцам ног. Закончив движение, сохраняйте данное положение в течение 15-30 секунд. Сядьте прямо и повторите упражнение несколько раз.

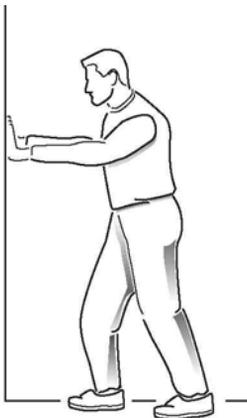


РАСТЯЖКА ЧЕТЫРЕХГЛАВОЙ МЫШЦЫ В ПОЛОЖЕНИИ СТОЯ

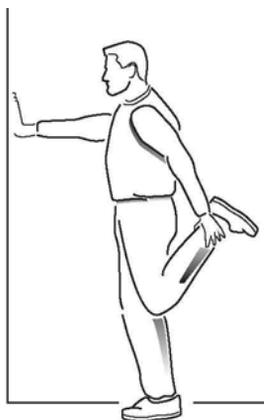
Опираясь правой рукой на стену, возьмитесь левой рукой за щиколотку левой ноги и прижмите ногу к спине. Ваше колено должно быть направлено в пол. Сохраняйте это положение 15-30 секунд. Выполните это упражнение для правой руки и правой ноги, а затем для обеих ног нужное количество раз.

РАСТЯЖКА ИКРОНОЖНЫХ МЫШЦ В ПОЛОЖЕНИИ СТОЯ

Встаньте лицом к стене, выставив правую ногу чуть вперед. Упритесь ладонями в стену. Медленно согните правую ногу, контролируя степень растяжения икроножных мышц левой ноги. Левая пятка не должна



отрываться от пола. Вернитесь в исходное положение и поменяйте ноги. Повторите упражнение нужное количество раз.



Техническая спецификация

Рама	сверхпрочная сталь (Extra-Heavy Gouge Steel Welded)
Система нагружения	электромагн. бесконтактная ECBplus™
Кол-во уровней нагрузки	16
Маховик	11 кг., бесшумный привод QuietGlide™
Педали	ортопедические амортизирующие
Длина шага	507 - 584 мм.
Наклон	электрический 13-39%
Измерение пульса	сенсорные датчики, Polar приемник
Консоль	6-ти оконный LED дисплей с профилем тренировки и сенсорными клавишами профиль, время, дистанция, скорость, калории, обороты
Показания консоли	в мин., угол наклона, уровни, пульс, % от максимального пульса, Ватты, метаболические ед-цы
Кол-во программ	16 (в т.ч. пульсозависимая) интервалы, прогулка по холмам, сжигание жира в бедрах (Glute Burn), Sprint 8, 3 режима калорий, 1 Ватт-
Спецификации программ	фиксированная, 4 пульсозависимые, 4 пользовательские
Складывание	нет
Размер в собранном виде (Д*Ш*В)	188*91*166 см.
Вес тренажера	134 кг.
Максимальный вес пользователя	136 кг.
Питание	сеть 220 Вольт
Гарантия	2 года дом./1 год полупроф.

Гарантийные обязательства

Настоящие Гарантийные обязательства составлены в соответствии с положениями Закона Российской Федерации "О защите прав потребителей" и гарантийными обязательствами фирм-изготовителей.

Срок службы на всю продукцию, поставляемую компанией «Неотрен» установлен 7 лет при условии соблюдения правил эксплуатации и рекомендуемого технического обслуживания. Фактический срок эксплуатации может значительно превышать официально установленный.

Вся продукция подлежащая сертификации на соответствие требованиям безопасности сертифицирована, о чем свидетельствуют знаки ГОСТ Р нанесенные на упаковке и продукте.

На все товары, приобретенные в торговой сети, распространяется гарантия продавца. Срок действия гарантии указан в гарантийном талоне, выданном при покупке товара.

Пожалуйста, внимательно изучите условия действия гарантии.

Гарантийное и послегарантийное сервисное обслуживание товаров производится в Сервисном центре продавца и уполномоченных сервисных центрах дилеров. Гарантийное обслуживание производится бесплатно. Гарантийные обязательства возникают с момента продажи товара потребителю и распространяются только на изделия, проданные через торговые сети и уполномоченными дилерами фирмы. Подтверждением является отметка в гарантийном талоне скрепленная подписью и печатью продавца.

В течение 14-ти дней с момента покупки приобретенный товар надлежащего качества можно обменять на аналогичный в соответствии со ст. 25 закона РФ "О защите прав потребителей" (кроме товаров, перечисленных в постановлении Правительства Российской Федерации от 19 января 1998 г. N55 (редакция от 20 октября 1998 года)).

Для обмена товара необходимо предъявить изделие в оригинальной упаковке, сохранившее товарный вид, гарантийный талон и товарно-кассовый чек.

Товары ненадлежащего вида и качества обмениваются продавцом только при наличии в гарантийном талоне отметки сервисного центра и акта о непригодности (дефектности) товара для дальнейшего использования.

Сервисный центр осуществляет выезд специалистов на дом к владельцам крупногабаритных изделий в пределах Москвы - бесплатно, за пределами МКАД - по утвержденным расценкам. Расценки на выезд специалистов, на товары приобретенные через дилерскую сеть, могут различаться.

Гарантия не распространяется в следующих случаях:

- при несоблюдении клиентом правил, приведенных в инструкции по эксплуатации, прилагаемой к изделию;
- использования товара в коммерческих целях (если это не оговорено инструкцией)
- при наличии нарушения условий транспортировки, хранения, неквалифицированной сборки, условий эксплуатации, обслуживания, действия третьих лиц, непреодолимой силы (пожара, природной катастрофы и т.п.), попадания посторонних предметов, мусора, грязи, насекомых, воды, химически активных жидкостей в механизмы и узлы оборудования, а также вследствие существенных нарушений предельных нагрузок установленных руководством по эксплуатации, в том числе нестабильности параметров электросети, установленных ГОСТ 13109-9
- Имеются расхождения между информацией, указанной в гарантийном талоне и информацией о товаре (цвет, марка, артикул, серийный номер и др.
- имеются следы самостоятельных изменений конструкции и неквалифицированного ремонта
- при отсутствии у клиента гарантийного талона с необходимыми отметками о дате продажи - гарантийный период устанавливается с момента изготовления товара.

- замена расходных (быстроизнашивающихся) деталей – ремни, тросы, элементы питания, предохранители и т.п.

Любые сервисные работы, кроме чистки, рекомендованной инструкцией по эксплуатации, должны проводиться специалистами авторизированной сервисной службы.

Соблюдение рекомендаций и указаний, содержащихся в инструкции по эксплуатации, поможет избежать проблем в эксплуатации товара и его обслуживании.

Неисправные узлы и детали товара в гарантийный период бесплатно ремонтируются или заменяются новыми. Решение вопроса целесообразности их замены или ремонта определяется специалистами сервисной службы.

Рекомендуется производить подключение (установку) товаров, требующих специального подключения (установки), только организациями или специалистами занимающихся по роду своей деятельности данными работами. Специалисты, осуществляющие данные работы должны сделать отметку в гарантийном талоне о выполнении подключения (установке).

Условия гарантийных обязательств не предусматривают чистку, смазку, дополнительную регулировку, кроме случаев обусловленных скрытыми дефектами оборудования. Данные виды работ выполняются за отдельную плату по утвержденному прейскуранту.