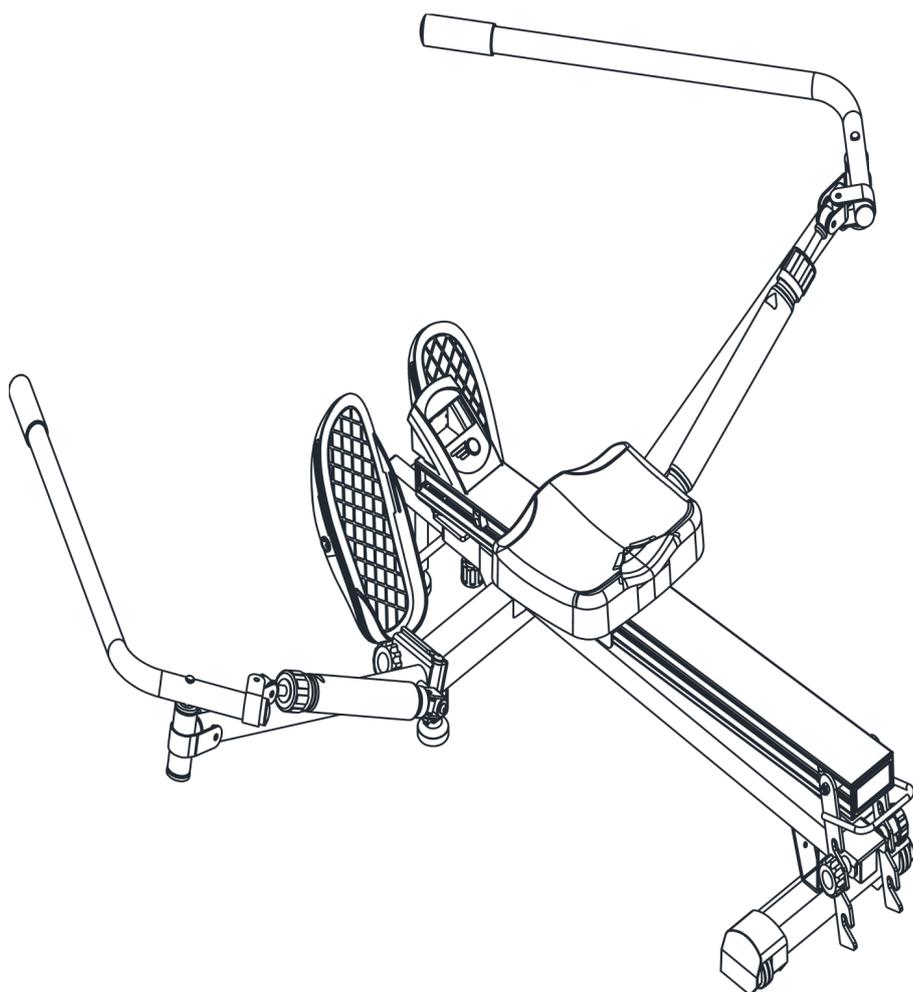


ГРЕБНОЙ ТРЕНАЖЕР UNIX FIT ГИДРАВЛИЧЕСКИЙ 320G

**ВАЖНО**

Перед использованием устройства внимательно прочитайте инструкцию. Сохраните настоящее руководство для дальнейшего использования.

Производитель имеет право модифицировать дизайн и конструкцию изделия без предварительного уведомления. Фактические параметры изделия могут отличаться от представленных на рисунках.



Рады приветствовать вас, пользователи продукции **UNIX Fit!**

Мы благодарны, что ваш выбор был остановлен на тренажёре нашего бренда. Для того чтобы обеспечить вашу максимальную сохранность, команда **UNIX Fit** просит вас с вниманием отнестись к изучению инструкции перед использованием тренажёра! В случае если инструкция в дальнейшем будет потеряна, её всегда можно найти на официальном сайте.

UNIX Fit заботится о своих покупателях и всегда готов ответить вам на все возникшие вопросы, в том числе и по эксплуатации товара. Для этого достаточно обратиться к продавцу или дилеру, у которого он был приобретен. Уверены, вы с удовольствием будете пользоваться товарами нашего бренда! Помните, что регулярные занятия спортом способствуют улучшению вашего физического состояния, а также влияют на выработку эндорфинов. С брендом **UNIX Fit** вы можете быть уверены, что ваше тело на долгие годы останется подтянутым и красивым.

Мы постоянно развиваемся и предлагаем нашим клиентам самые современные и лучшие технологии на рынке. Все тренажёры бренда **UNIX Fit** много лет пользуются популярностью не только у взрослых, но и у их детей. Для того, чтобы изучить полный ассортимент продукции, перейдите на наш официальный сайт, наведя камеру на QR-код.



UNIXFIT.RU

Содержание

Меры предосторожности, **3**

Список деталей, **4**

Инструкция по сборке, **5**

Регулировка изделия, **8**

Схема гребного тренажёра в разобранном виде, **9**

Инструкция по эксплуатации, **11**

Технические характеристики, **11**

Меры предосторожности

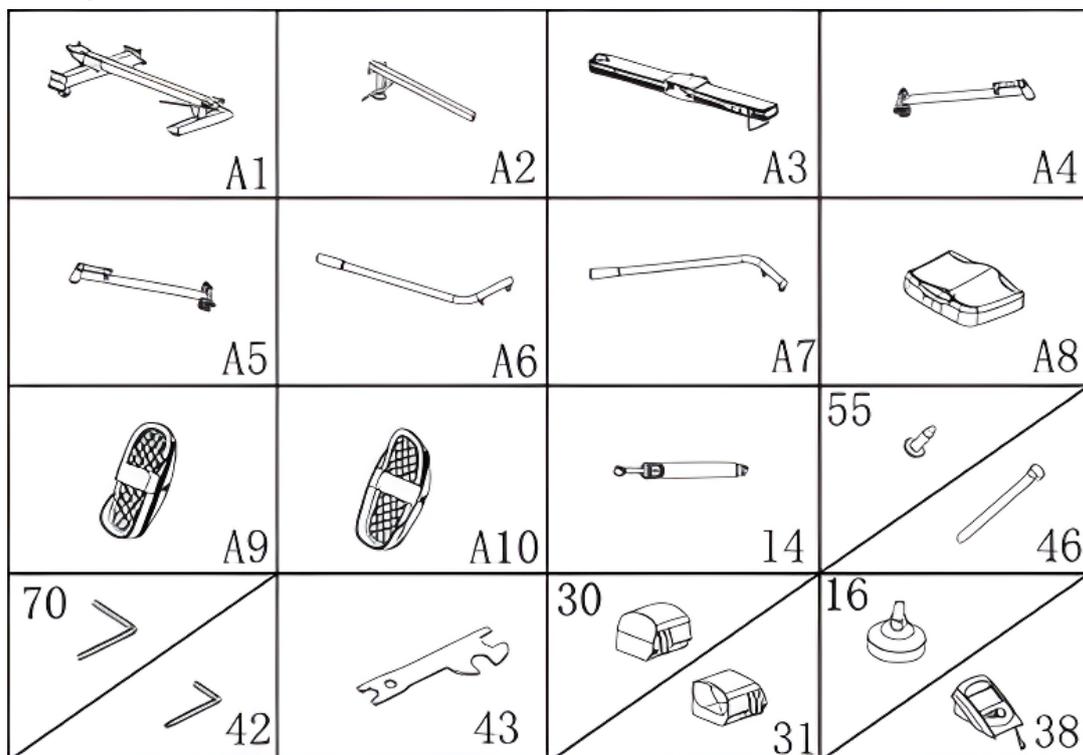
Внимание: Прежде чем приступить к выполнению любых упражнений, настоятельно рекомендуем проконсультироваться с врачом, особенно если у вас есть проблемы со здоровьем. Мы стараемся обеспечить максимальную безопасность. Пожалуйста, имейте в виду, что гарантировать абсолютную защиту от возможных травм мы не можем.

Включение питания возможно только после установки ограждений вокруг тренажера.

- Не подпускайте детей и домашних животных близко к тренажеру. Устройство предназначено для использования только взрослыми людьми.
- Для обеспечения полной безопасности устанавливайте тренажер на твердой, ровной поверхности. Покрытие пола можно защитить специальным ковриком. Не используйте изделие во влажных помещениях, таких как бассейн, сауна и т.д. В целях безопасности оставьте вокруг тренажера не менее 0,5 м свободного пространства.
- Перед использованием устройства проверьте надежность крепления поручня, сиденья, педалей, а также прочность фиксации всех гаек и винтов. Все подвижные элементы конструкции (такие как педали, руль, седло и т.д.) требуют еженедельного технического обслуживания. Проверяйте их каждый раз перед использованием.
- **Важно:** Если при сборке или проверке оборудования вы обнаружите неисправные компоненты или услышите необычный шум, исходящий от оборудования во время использования, немедленно прекратите работу. Не используйте оборудование до тех пор, пока проблема не будет устранена. Для тренировок на данном устройстве надевайте подходящую одежду. Избегайте ношения излишне свободной одежды, детали которой могут попасть внутрь тренажера, или которая может ограничивать или препятствовать движению вашего тела.
- Изделие подходит только для домашнего использования. Максимальный вес пользователя: 130 кг. Система торможения не зависит от скорости движения.
- Изделие не подходит для использования в терапевтических целях.
- При подъеме или перемещении тренажера соблюдайте осторожность, чтобы не повредить позвоночник. Всегда используйте надлежащие методы подъема и/или обращайтесь за помощью к другим людям.

Список деталей

Ниже приведен список компонентов устройства. Все детали, входящие в комплект, вы найдете в коробке.



Перечень компонентов:

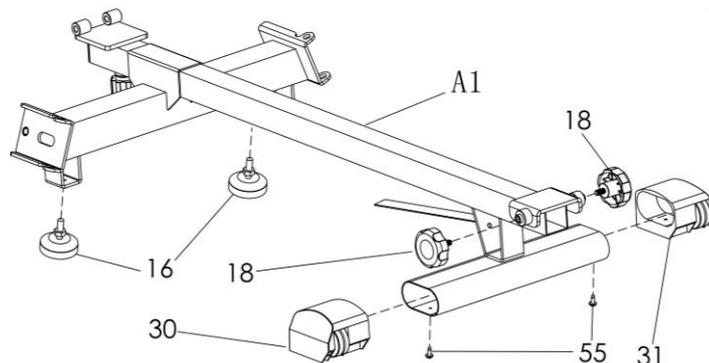
A1	Основная рама		1	A9	Левая педаль		1
A2	Рама педалей		1	A10	Правая педаль		1
A3	Алюминиевая рейка		1	14	Цилиндр		2
A4	Левый рычаг поручня		1	46	Шестигранный винт	M12*150	2
A5	Правый рычаг поручня		1	16	Регулир. подножка		2
A6	Левый поручень		1	42	L-образный ключ	крестообр. #5	1
A7	Правый поручень		1	43	Многофункциональный ключ	S10/13/17/19	1
A8	Сиденье		1	62	Гаечный ключ	#6	1
38	Компьютер		1	55	Крестообразный саморез	ST4.2*25	2
30	Левая заглушка		1	18	Ручка	M8	2
31	Правая заглушка		1	17	Ручка	M10	2

Инструменты: L-образный ключ 1 шт., Гаечный ключ #6 1 шт., Многофункциональный ключ S=10,13,17,19 1 шт.

Инструкция по сборке

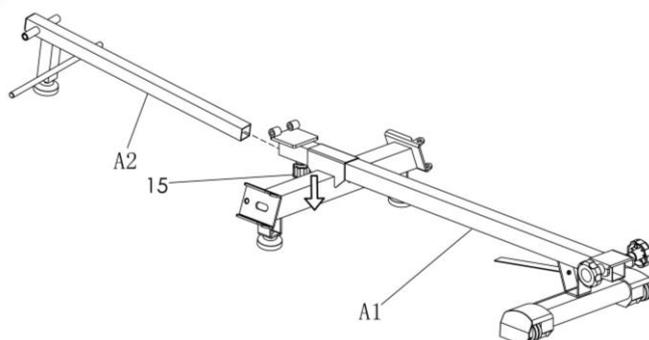
Шаг 1:

1. Закрепите регулируемые подножки (16) на основной раме (A1).
2. Установите левую (30) и правую (31) зумбушки на раму (A1), используя L-образный ключ (42) и крестообразные саморезы (55).
3. Установите ручку (18) на раму (A1).



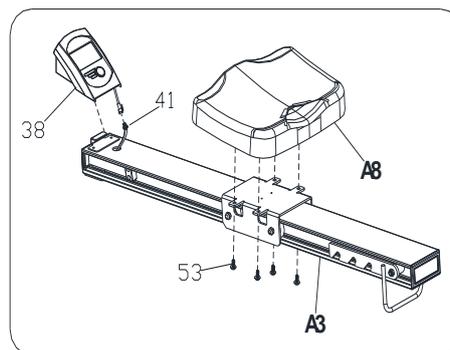
Шаг 2:

Ослабьте пружинную ручку (15) на основной раме (A1), затем потяните вниз и вставьте раму педалей (A2) в основную раму (A1), затем затяните пружинную ручку (15).



Шаг 3:

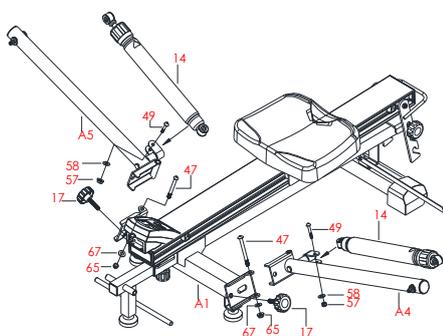
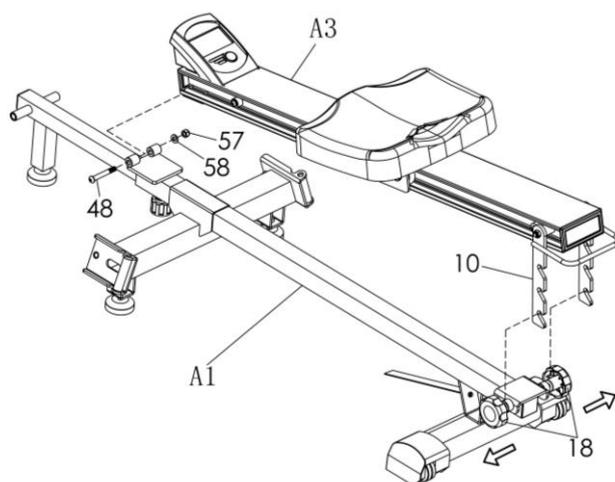
1. Установите сиденье (A8) на алюминиевой рейке (A3), затянув плоские шестигранные болты (53) с помощью L-образного ключа (42).
2. Сначала соедините внешний кабель компьютера (38) с внешним проводом датчика (41) и вставьте его в отверстие алюминиевой рейки (A3), после чего закрепите компьютер (38) на алюминиевой рейке (A3).



Шаг 4:

1. Закрепите левый (A4) и правый (A5) рычаги поручня на основной раме (A1), затянув плоские шестигранные болты (47), шайбы (67) и контргайки (65) с помощью многофункционального ключа (43) и L-образного ключа (62). Далее прикрепите ручку (17) к левому и правому рычагам (A4)(A5) и плотно зафиксируйте их на основной раме (A1). (Примечание: Элементы 47, 67, 65 предварительно установлены в основную раму (A1), и перед сборкой их следует снять)

2. Установите цилиндры (14) на рычаги поручня (A4)(A5), затянув плоские шестигранные болты (49), шайбы (58) и контргайки (57) с помощью многофункционального ключа (43) и L-образного ключа (42). Примечание: Элементы 49, 58, 57 предварительно установлены в рычаги, и перед сборкой их следует снять.



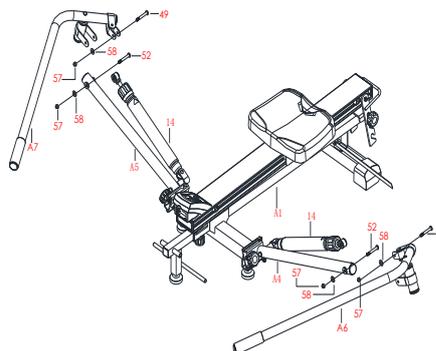
Шаг 5:

1. Закрепите алюминиевую рейку (A3) на основной раме (A1) с помощью L-образного ключа (42), многофункционального ключа (43), шестигранных винтов (48), шайб (58) и контргаек (57) и затяните их.

2. Ослабьте ручку (18) и прикрепите стойку регулировки высоты (10), которая крепится к алюминиевой рейке (A3), к основной раме (A1) и снова затяните ручку (18).

Шаг 6:

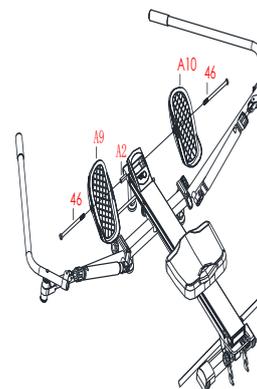
Закрепите левую (A9) и правую (A10) педали на раме педалей (A2), затянув шестигранные болты (46) многофункциональным ключом (43).



Шаг 7:

1. Закрепите левый и правый поручни (A6)(A7) на левом и правом рычагах (A4)(A5), затянув плоские шестигранные болты (52), шайбы (58), контргайки (57) многофункциональным ключом (43) и L-образным ключом (42).
Примечание: Элементы 52, 58, 57 предварительно установлены в рычаги (A4)(A5), и перед сборкой их следует снять.

2. Прикрепите левый и правый поручни (A6)(A7) к цилиндрам (14), затянув болты с плоской круглой головкой (49), шайбы (58) и контргайки (57) с помощью многофункционального ключа (43) и L-образного ключа (42).
Примечание: Элементы 49, 58, 57 предварительно установлены в поручни (A6) (A7), и перед сборкой их следует снять.

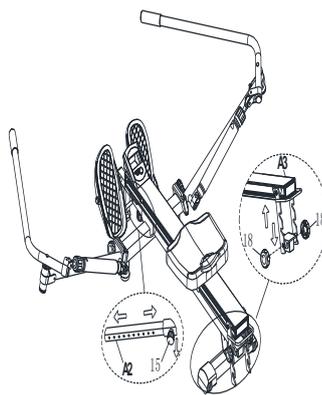


На этом сборка тренажера завершена.

Регулировка изделия

Регулировка изделий

Рама педалей (A2) регулируется по длине от 1 до 10 уровня, вы можете настроить нужный уровень длины в соответствии с вашими потребностями. Регулировка высоты имеет от 1 до 3 уровня. Для регулировки ослабить ручку (18) на алюминиевой рейке (A3). Убедитесь, что затянули ручку (18) обратно после завершения регулировки высоты.



Регулировка сопротивления:

Регулируемый диапазон сопротивления цилиндров: 1~12 различных уровней сопротивления



Складывание устройства :

1. Ослабьте и потяните вниз ручку (15) на основной раме (A1). При этом сложите раму педалей (A2) в направлении, показанном стрелкой, пока не раздастся щелчок, затем затяните ручку (15).

2. Ослабьте ручку (18), установите алюминиевую рейку (A3) на минимальную высоту, затем затяните ручку (18).

3. Открутите ручку (17) от левого и правого рычагов поручня (A4)(A5), затем прикрепите ручку (17) обратно к основной раме основания (A1) на случай, если ручка (17) потеряется.

4. Согните левые и правые рычаги (A4)(A5) вместе с левым и правым поручнями (A6)(A7), как показано стрелкой, после чего закрепите цилиндры (14) на алюминиевой рейке (A3) с помощью ремешка (34).

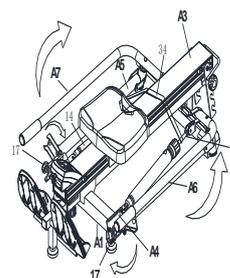
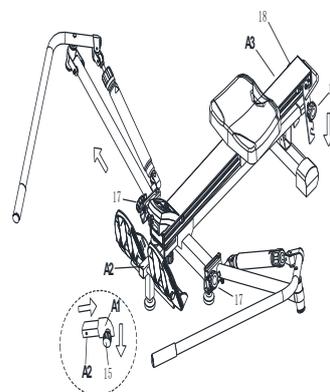
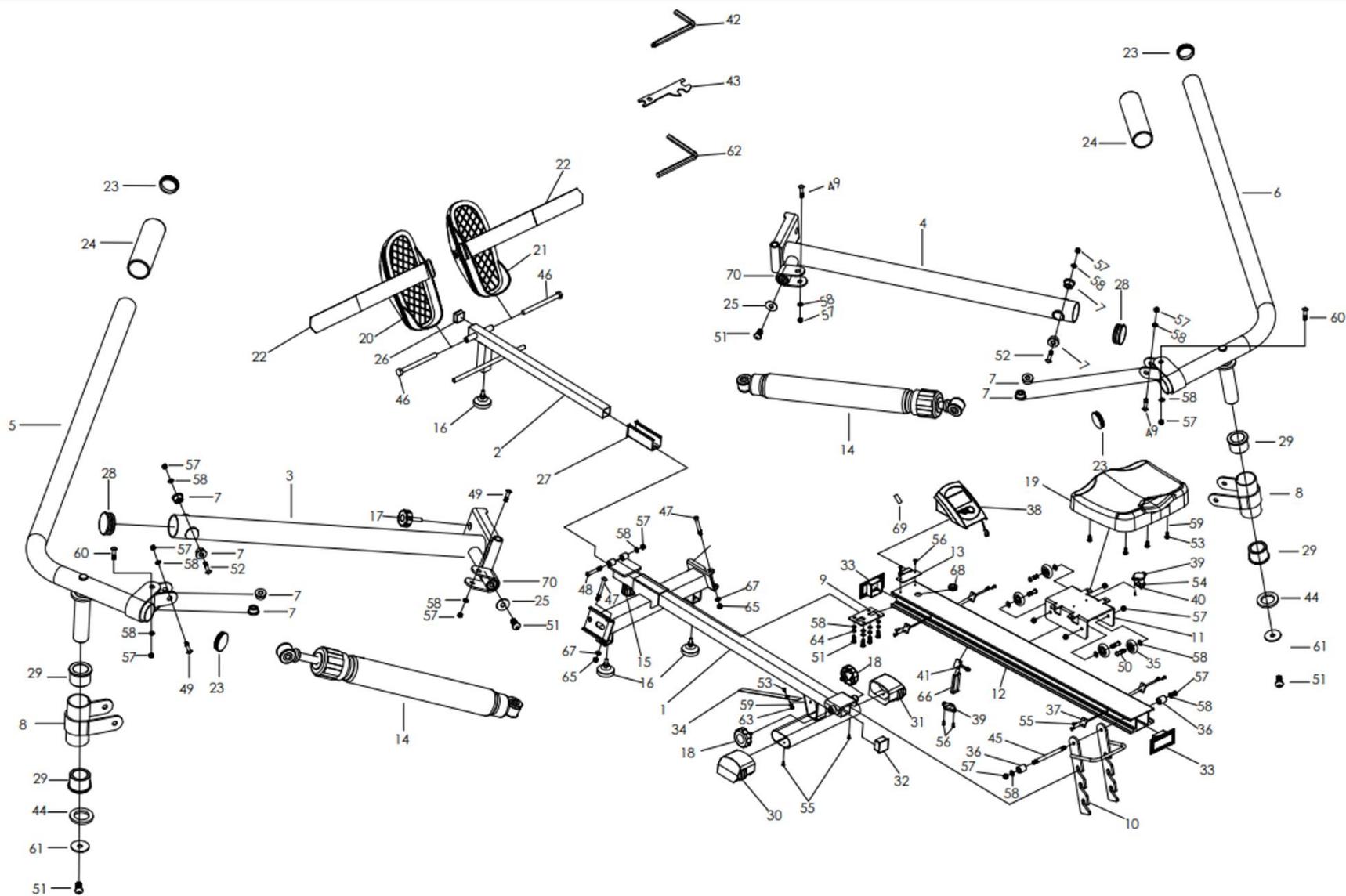


Схема устройства:



№	Описание	Примечание	К-во	№	Описание	Примечание	К-во
1	Основная рама		1	37	Колодка		4
2	Рама педалей		1	38	Компьютер		1
3	Левый рычаг поручня		1	39	Фиксирующая крышка датчика		2
4	Правый рычаг поручня		1	40	Магнит		1
5	Левый поручень		1	41	Датчик		1
6	Правый поручень		1	42	L-образный ключ	Шестигранный #5	1
7	Поворотный узел		8	43	Многофункциональный ключ	S=10/13/17/19	1
8	Поворотная рама		2	44	Шайба		2
9	Фикс. пластина		1	45	Винт с двойной резьбой	Ф8*136*M8	1
10	Регулятор высоты		1	46	Шестигранный болт	M12*145	2
11	Пластина сиденья		1	47	Плоский шестигранный болт	M10*85/ резьба 10	2
12	Алюминиевая рейка		1	48	Плоский шестигранный болт	M8*85/ резьба 10	1
13	Панель компьютера		1	49	Плоский шестигранный болт	M8*40/ резьба 10	4
14	Цилиндр		2	50	Плоский шестигранный болт	M8*32/ резьба 17	4
15	Пружинная ручка		1	51	Плоский шестигранный болт	M8*20/ полная резьба	8
16	Регулир. подножка		3	52	Плоский шестигранный болт	M8*60/резьба 20/S5/толстый стержень	2
17	Ручка	M10	2	53	Плоский шестигранный болт	M6*15	5
18	Ручка	M8	2	54	Крестообразный винт	M4*5	2
19	Сиденье		1	55	Крестообразный саморез	ST4.2*25	10
20	Левая педаль		1	56	Крестообразный саморез	ST4.2*12	4
21	Правая педаль		1	57	Контргайка	M8	15
22	Ремешок с липучкой		2	58	Шайба	8*16*1.5	18
23	Круглая заглушка	φ32*1.5	4	59	Шайба	6*12*1.5	1
24	Пенистая накладка		2	60	Плоский шестигранный болт	M8*50/ резьба 20/S5/толстый стержень	2
25	Шайба	d8*D22*2.0	2	61	Шайба	d8*D30*2.0	2
26	Квадратная заглушка	30*30	1	62	Шестигранный ключ #6	80*80	1
27	Втулка		1	63	Контргайка	M6	1
28	Круглая заглушка	φ38*1.5	2	64	Пружинная шайба	8	4
29	Втулка оси		4	65	Контргайка	M10	2
30	Левая заглушка		1	66	Фиксатор датчика		1
31	Правая заглушка		1	67	Шайба	d10*20*2.0	2
32	Заглушка	38*38	1	68	Разъем кабеля		1
33	Заглушка	50*100	2	69	Аккумулятор	AA	2
34	Ремешок		1	70	Поворотный элемент цилиндра		4
35	Ролик		4				
36	Стопор		2				

ИНСТРУКЦИЯ ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ

ФУНКЦИИ КНОПОК

- Кнопка позволяет найти и выбрать определенный параметр.
РЕЖИМ SCAN→ВРЕМЯ→ДИСТАНЦИЯ→ОБЩЕЕ ЧИСЛО ГРЕБКОВ→КАЛОРИИ→УДАР/МИН→ЧИСЛО ГРЕБКОВ→РЕЖИМ SCAN
- Нажатие и удержание в течение 3 секунд для сброса значения на ноль (кроме ОБЩЕГО ЧИСЛА ГРЕБКОВ).

АВТОМАТИЧЕСКОЕ ВКЛЮЧЕНИЕ/ВЫКЛЮЧЕНИЕ

- Система автоматически переходит в спящий режим при отсутствии сигнала от датчика или при отсутствии нажатия кнопок в течение примерно 4 минут.
- Система включается при нажатии кнопки MODE или при поступлении сигнала от датчика в спящем режиме.

ПАРАМЕТРЫ:

1. TIME (ВРЕМЯ): Общее время с начала тренировки.
2. DISTANCE (ДИСТАНЦИЯ): Общая дистанция с начала тренировки.
3. TOTAL COUNT (ОБЩЕЕ ЧИСЛО ГРЕБКОВ): Общее число гребков в сумме за все тренировки.
4. CALORIE (КАЛОРИИ): Общее число калорий, потраченных с начала тренировки.
5. COUNT/MIN (УДАР/МИН): Текущая частота пульса.
6. COUNT (ЧИСЛО ГРЕБКОВ): Число гребков с начала текущей тренировки.
7. SCAN (РЕЖИМ ОТОБРАЖЕНИЯ ПАРАМЕТРОВ) Отображаемые параметры автоматически меняются каждые 6 секунд в соответствии со следующей схемой:
ВРЕМЯ→ДИСТАНЦИЯ→ОБЩЕЕ ЧИСЛО ГРЕБКОВ→КАЛОРИИ→УДАР/МИН→ЧИСЛО ГРЕБКОВ

ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ

ФУНКЦИИ	SCAN	6 СЕК
	ВРЕМЯ	0:00-99:59(МИН : СЕК)
	ДИСТАНЦИЯ	0.00~99.99 КМ
	ЧИСЛО ГРЕБКОВ	0~9999
	ОБЩЕЕ ЧИСЛО ГРЕБКОВ	0~9999
	КАЛОРИИ	0~999.9 Ккал
	ПУЛЬС	0~9999 (УДАР/МИН)
АККУМУЛЯТОРЫ	ТИП-АА или UM-3 *2	
Рабочая температура	0~40 °C	
Температура хранения	-10~60 °C	

**Тренируйтесь
вместе с *UNIX* *FIT***