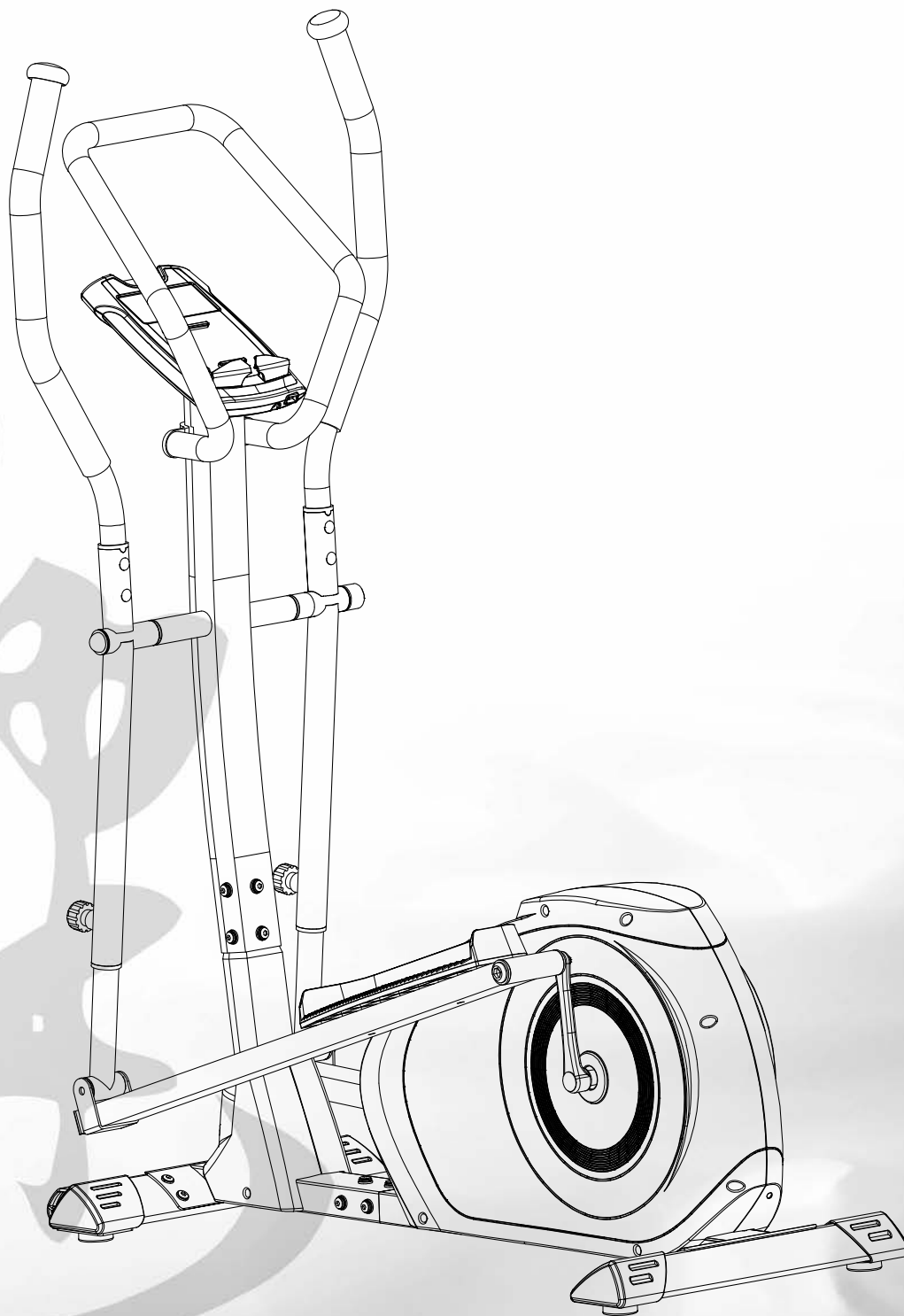


**BE-6760G ПРОГРАММИРУЕМЫЙ
МАГНИТНЫЙ ЭЛЛИПСОИД**

BODY
SCULPTURE
SINCE 1965

РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ



Содержание

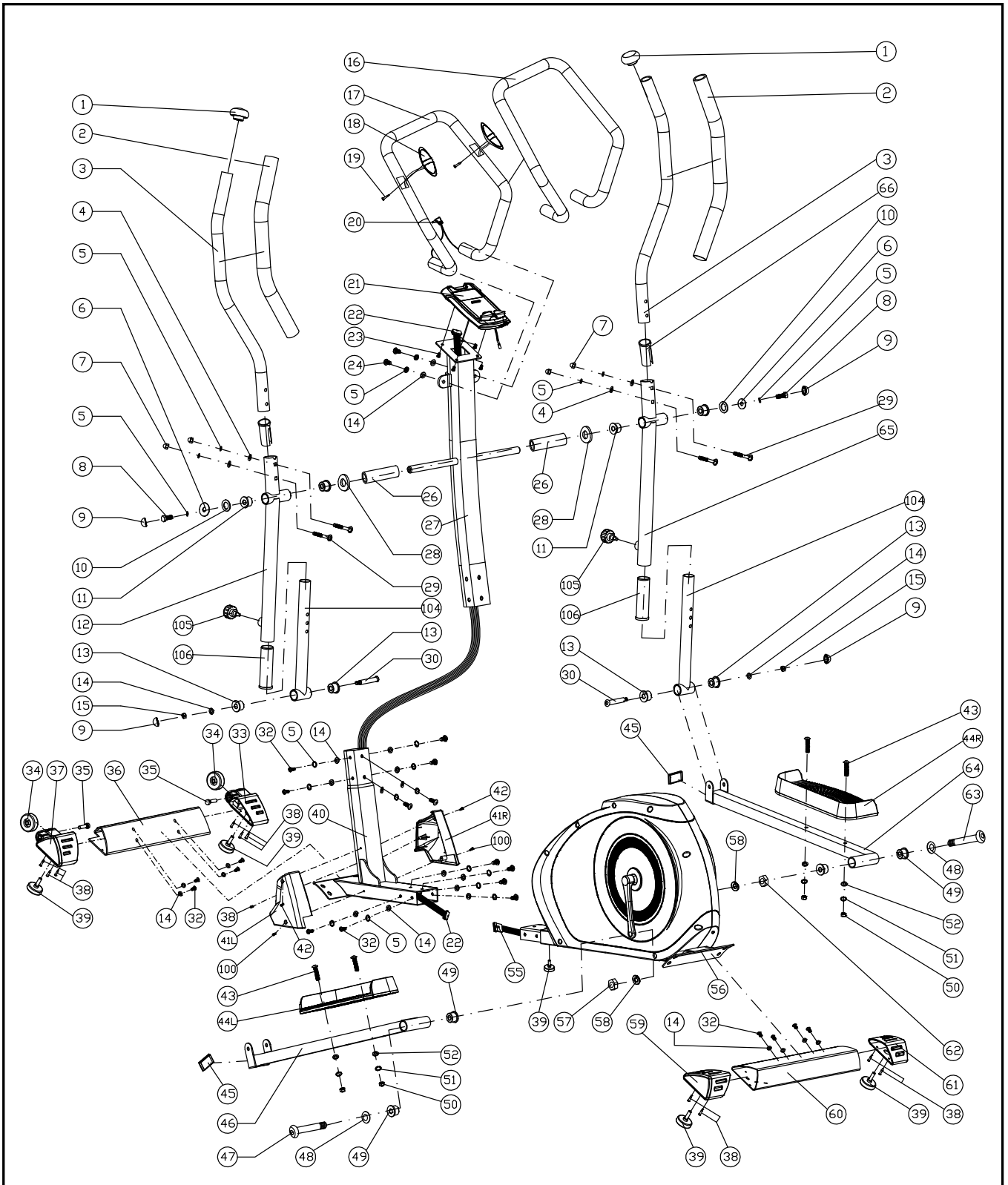
<i>Меры предосторожности</i>	1
<i>Схема сборки</i>	2
<i>Перечень деталей</i>	4
<i>Инструкция по сборке</i>	6
<i>Инструкции к упражнениям</i>	11
<i>Компьютер</i>	12
<i>Заметки</i>	20

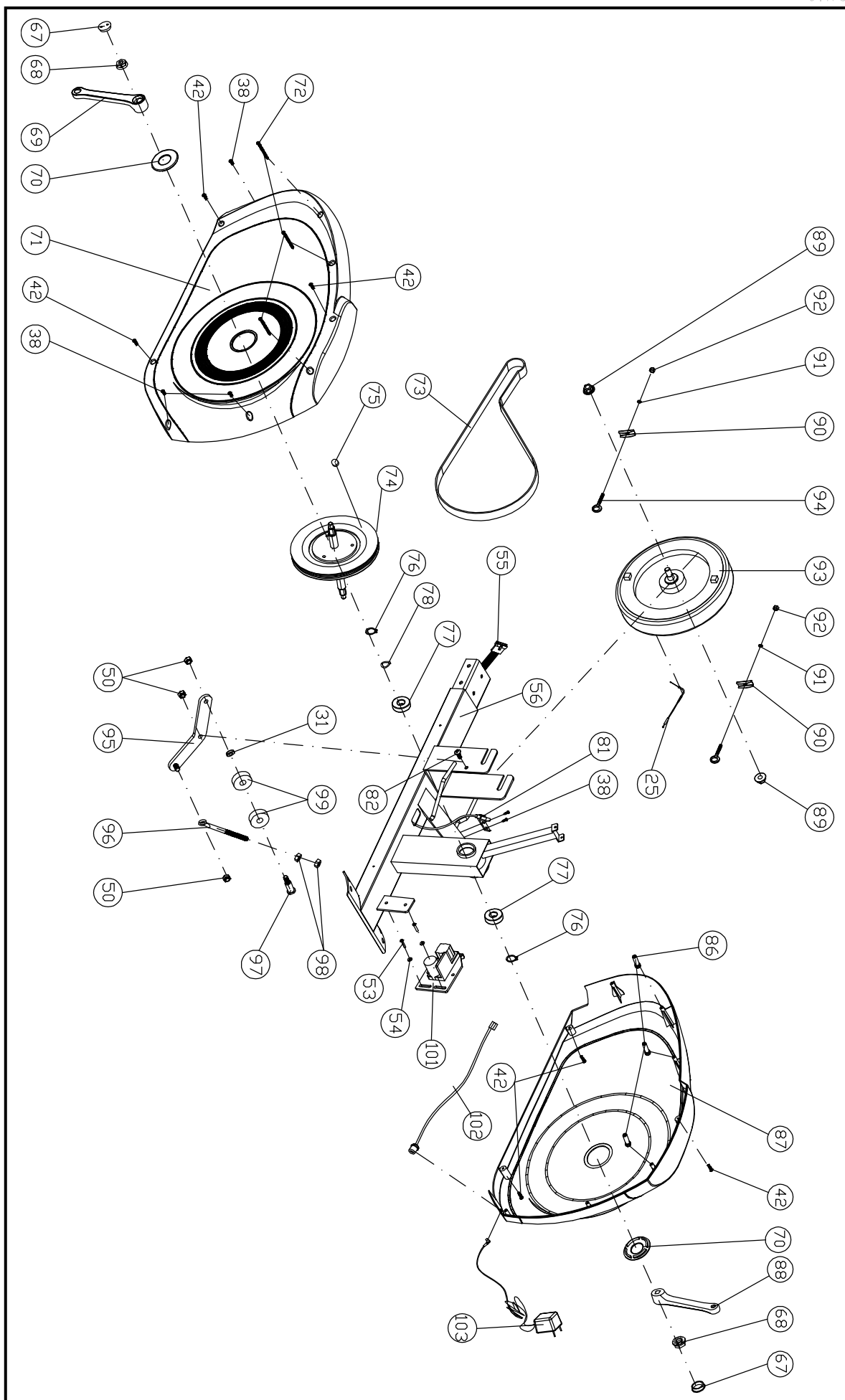
Меры предосторожности

Пожалуйста, сохраняйте данную инструкцию в доступном месте для последующего обращения к ней.

1. Внимательно изучите данное руководство перед сборкой и использованием тренажера.
Сохранность и эффективное использование тренажёра возможны только в случае его правильной сборки, техобслуживания и применения исключительно по назначению.
2. Прежде чем приступать к тренировкам, проконсультируйтесь у вашего врача и убедитесь, что состояние вашего здоровья позволяет использовать тренажёр. Консультация врача необходима также в случае, если вы принимаете лекарства, регулирующие кровяное давление, уровень холестерина и работу сердечно-сосудистой системы.
3. Во время упражнений следите за своим самочувствием. Помните: чрезмерные нагрузки могут повредить вашему здоровью. Прекратите тренировку, если почувствуете проявление хотя бы одного из следующих симптомов: боль, тяжесть в груди, неровный пульс, учащение дыхания, головокружение, тошноту. После этого, прежде чем продолжать занятия, обязательно ещё раз пройдите медицинскую проверку.
4. Тренажёр спроектирован для использования взрослыми людьми. Не допускайте к нему детей и животных.
5. Тренажёр должен быть установлен на ровной твёрдой поверхности; на полу желательно какое-нибудь защитное покрытие. Вокруг тренажёра необходимо иметь как минимум 0,5м. свободного пространства.
6. Перед использованием убедитесь, что все основные крепёжные узлы изделия надёжно зафиксированы, все болты и гайки прочно затянуты.
7. Надлежащий уровень безопасности при использовании тренажера может быть достигнут только за счёт регулярных проверок на наличие неисправностей и повреждений.
8. Используйте тренажёр только по назначению. Если вы обнаружите во время его сборки или проверки какие-нибудь повреждения, не используйте тренажёр до полного устранения проблемы. Также немедленно прекратите занятие, если услышите какой-нибудь необычный шум.
9. Для занятий используйте удобную, не стесняющую движений одежду. Избегайте одежды, части которой могут попасть в движущиеся узлы тренажёра.
10. Тренажер прошел сертификацию по стандартам EN957 класса H.C. Тренажер предназначен только для домашнего использования. Максимальный вес пользователя не должен превышать 120 кг.
11. Тренажер не предназначен для терапевтического использования
12. Во избежание травм спины, не поднимайте и не перемещайте тренажер самостоятельно. Используйте специальные подъемные механизмы, либо помощь других людей.
13. Все подвижные части (педали, руль и т.д.) требуют еженедельного обслуживания. Проверяйте их перед использованием каждый раз. Если что-либо сломалось или разболталось, пожалуйста, ремонтируйте это немедленно. Вы можете продолжить использовать тренажёр после того, как он снова будет в рабочем состоянии.

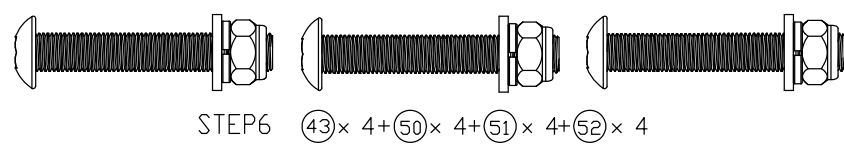
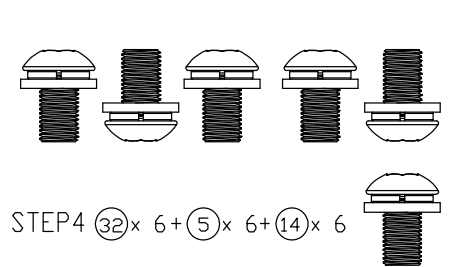
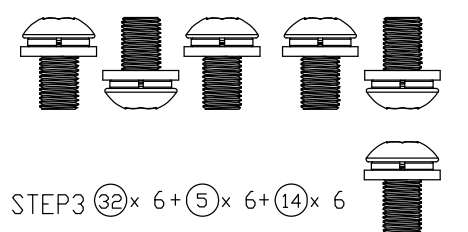
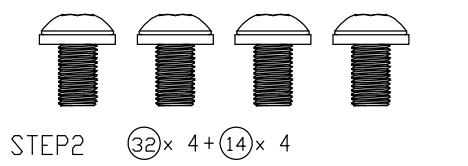
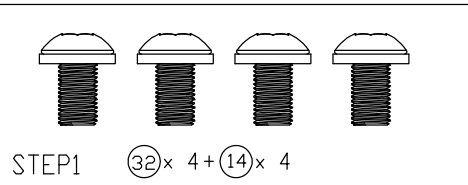
СХЕМА СБОРКИ



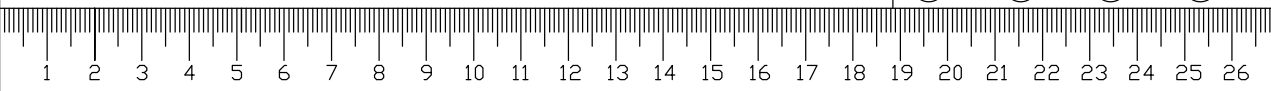
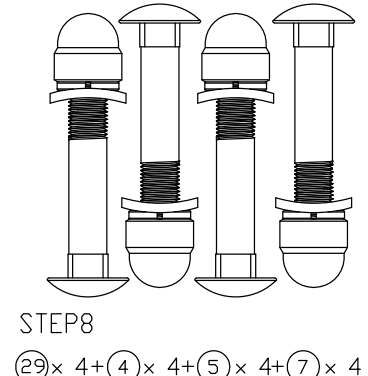
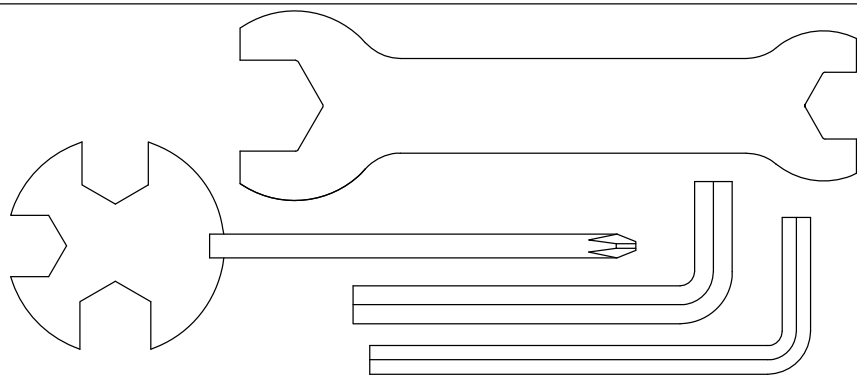
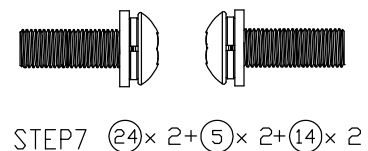
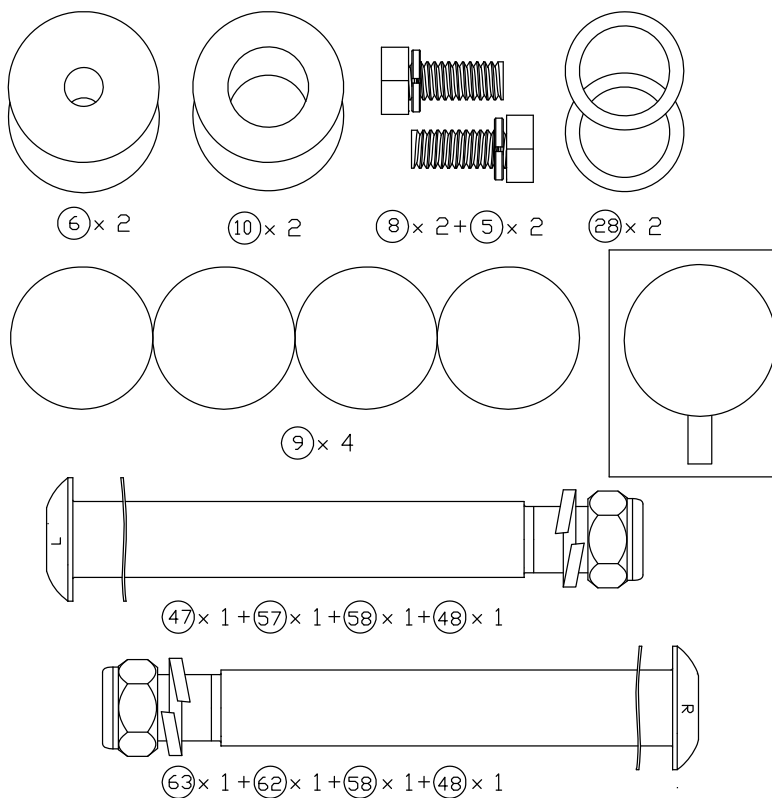


ПЕРЕЧЕНЬ ДЕТАЛЕЙ

№	Наименование	Шт.	№	Наименование	Шт.
1.	Заглушка	2	52.	Плоская шайба (φ 8)	4
2.	Поролоновые рукоятки	2	53.	Винт (M6*15)	1
3.	Верхний поручень	2	54.	Большая шайба (φ 6)	1
4.	Изогнутая шайба (φ 8)	4	55.	Нижний кабель компьютера	1
5.	Пружинная шайба (φ 8)	20	56.	Главная рама	1
6.	Большая плоская шайба	2	57.	Замковая гайка 1/2"(L-левая)	1
7.	Колпачковая гайка (M8)	4	58.	Пружинная шайба	2
8.	Болт-шестигранник (M8*20)	2	59.	Заглушка заднего стабилизатора (L-левая)	1
9.	Колпачковая гайка	4	60.	Задний стабилизатор	1
10.	Пластиковое кольцо	2	61.	Заглушка заднего стабилизатора (R-правая)	1
11.	Полиамидная втулка (φ 19)	4	62.	Замковая гайка 1/2"(R-правая)	1
12.	Средний поручень (L)	1	63.	Шарнирный болт педали (R-правый)	1
13.	Полиамидная втулка (φ 12)	4	64.	Основание педали (R-правое)	1
14.	Плоская шайба (φ 8)	24	65.	Средний поручень (R-правый)	1
15.	Замковая гайка (M8)	2	66.	Муфта	2
16.	Поролоновый поручень	1	67.	Заглушка	2
17.	Фиксированный поручень	1	68.	Гайка (M10)	2
18.	Сенсор пульса	2	69.	Шатун (L-левый)	1
19.	Шуруп	2	70.	Кольцо	2
20.	Кабель сенсора пульса	1	71.	Кожух (L-левый)	1
21.	Компьютер	1	72.	Винт (ST4.2*60)	3
22.	Верхний кабель компьютера	1	73.	Ремень	1
23.	Винт (M5*10)	4	74.	Ось	1
24.	Болт с внутр. шестигранником (M8*25)	2	75.	Магнит	1
25.	Кабель мотора	1	76.	Шайба	2
26.	Полиамидная втулка	2	77.	Подшипник	2
27.	Передняя стойка	1	78.	Волнистая шайба	1
28.	Волнистая шайба (φ 19)	2	81.	Сенсор	1
29.	Болт (M8*50)	4	82.	Болт (M8*20)	1
30.	Болт	2	86.	Заглушка	3
31.	Втулка	1	87.	Кожух (R-правый)	1
32.	Болт с внутр. шестигранником (M8*16)	20	88.	Шатун (R-правый)	1
33.	Заглушка переднего стабилизатора (R-правая)	1	89.	Гайка (M10)	2
34.	Транспортировочные ролики	2	90.	Скоба	2
35.	Болт (φ 8)	2	91.	Пружинная шайба (φ 6)	2
36.	Передний стабилизатор	1	92.	Гайка (M6)	2
37.	Заглушка переднего стабилизатора (L-левая)	1	93.	Магнитное колесо	1
38.	Винт (ST4.2*19)	16	94.	Болт	2
39.	Регулируемый стоппер	5	95.	Шкив	1
40.	Основание вертикальной стойки	1	96.	Болт (M8*80)	1
41L+R.	Крышка основания вертикальной стойки	1	97.	Болт (φ 12*43)	1
42.	Винт (ST4.2*19)	8	98.	Гайка (M8)	2
43.	Болт с внутр. шестигр. (M8*42)	4	99.	Подшипник	2
44L+R.	Педаль	1	100.	Винт (ST4.2*13)	2
45.	Прямоугольная заглушка	2	101.	Мотор	1
46.	Основание педали (L-левое)	1	102.	Силовой кабель	1
47.	Шарнирный болт педали (L-левый)	1	103.	Адаптер	1
48.	Волнистая шайба (φ 26)	2	104.	Нижний поручень	2
49.	Большая полиамидная втулка	4	105.	Фиксатор	2
50.	Замковая гайка (M8)	7	106.	Муфта	2
51.	Пружинная шайба (φ 8)	4			



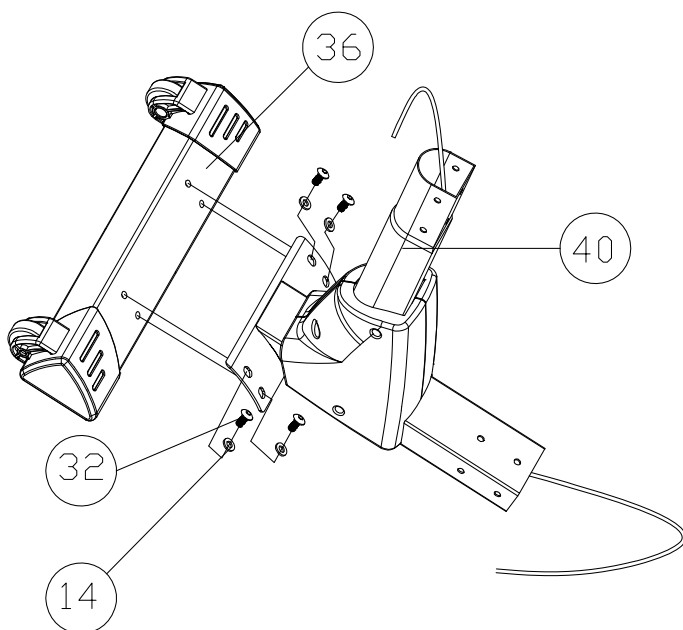
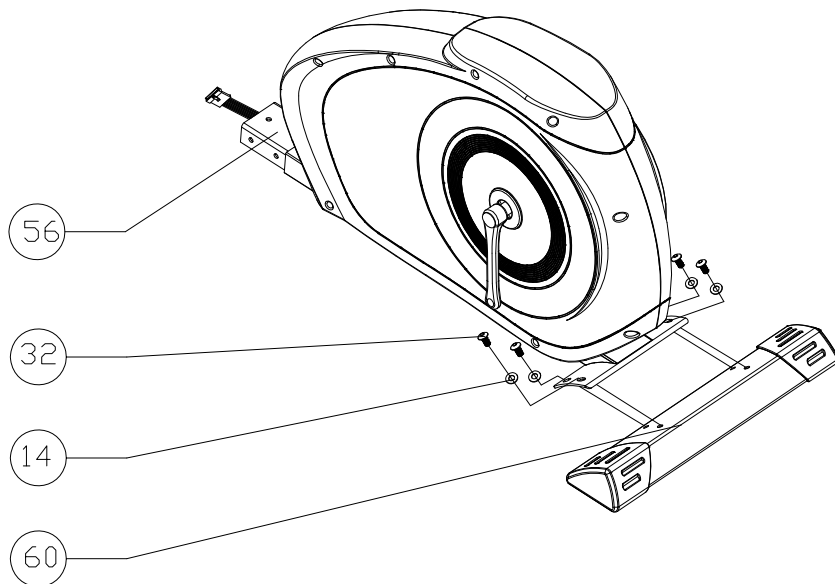
STEP 5



ИНСТРУКЦИЯ ПО СБОРКЕ

ШАГ 1

Прикрепите задний стабилизатор (60) к главной раме (56), используя 4 комплекта Ø8 плоских шайб (14) и M8 x 16 болтов (32).

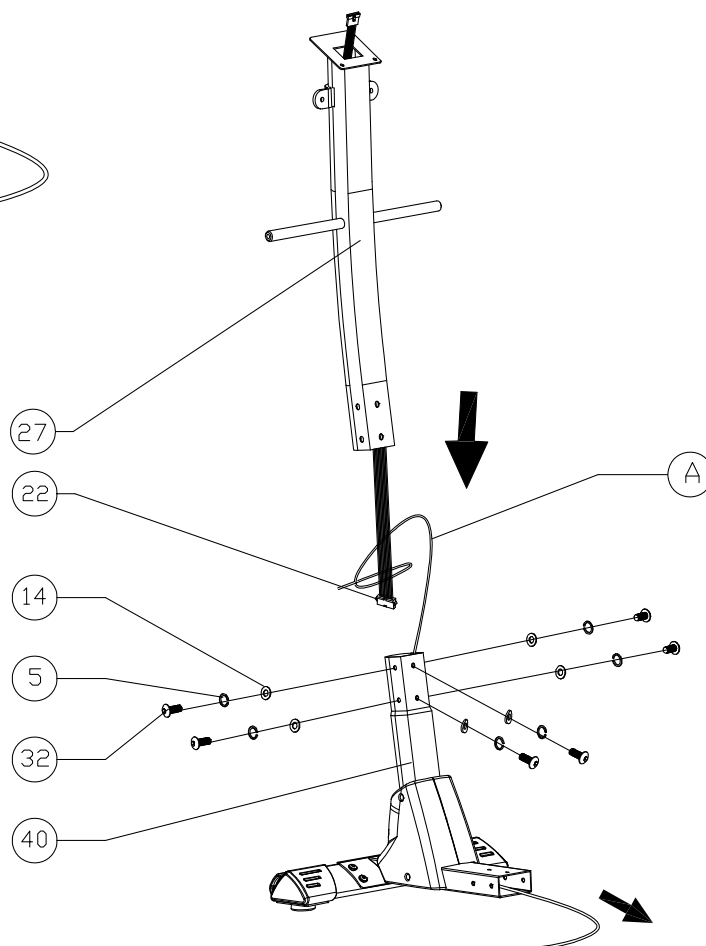


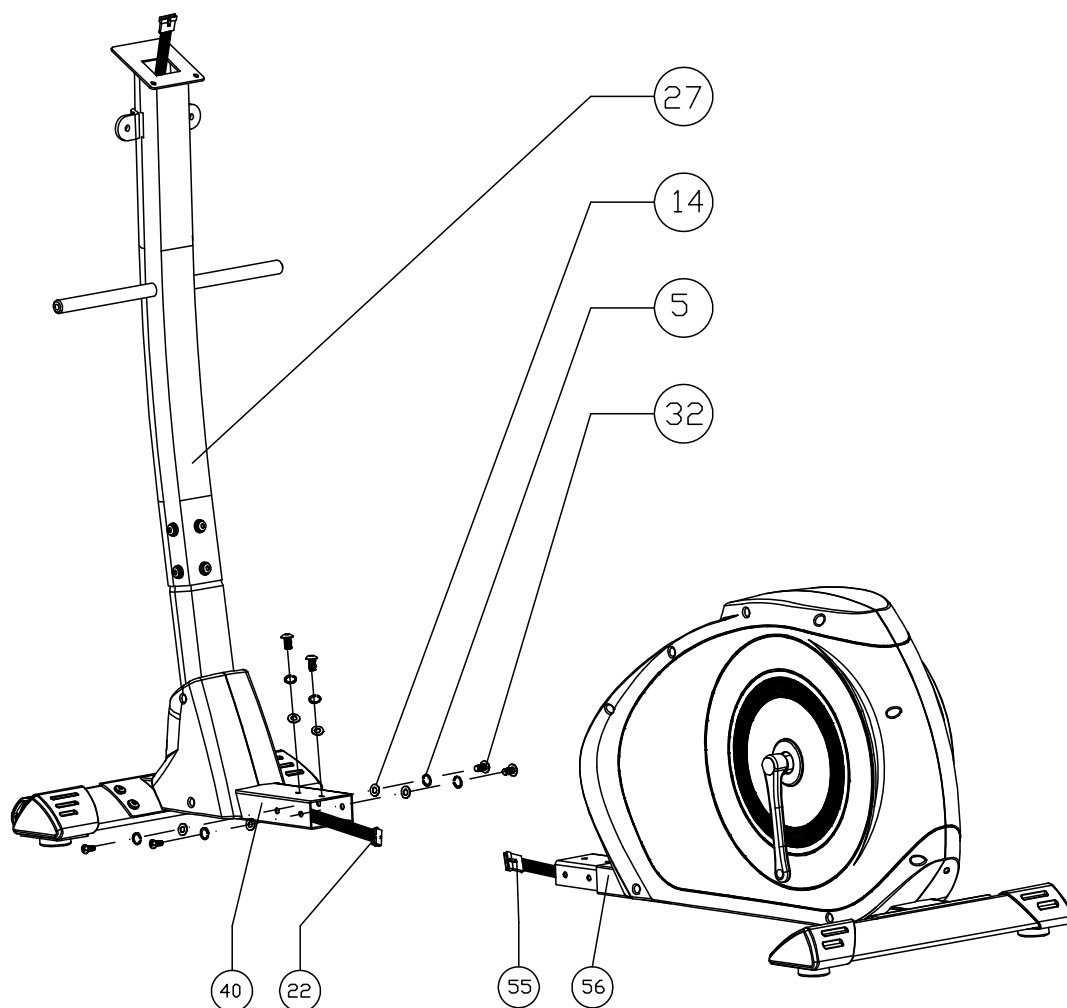
ШАГ 2

Прикрепите нижний стабилизатор (36) к основанию вертикальной стойки (40) используя 4 набора Ø8 плоских шайб (14) и M8 x 16 болтов (32).

ШАГ 3

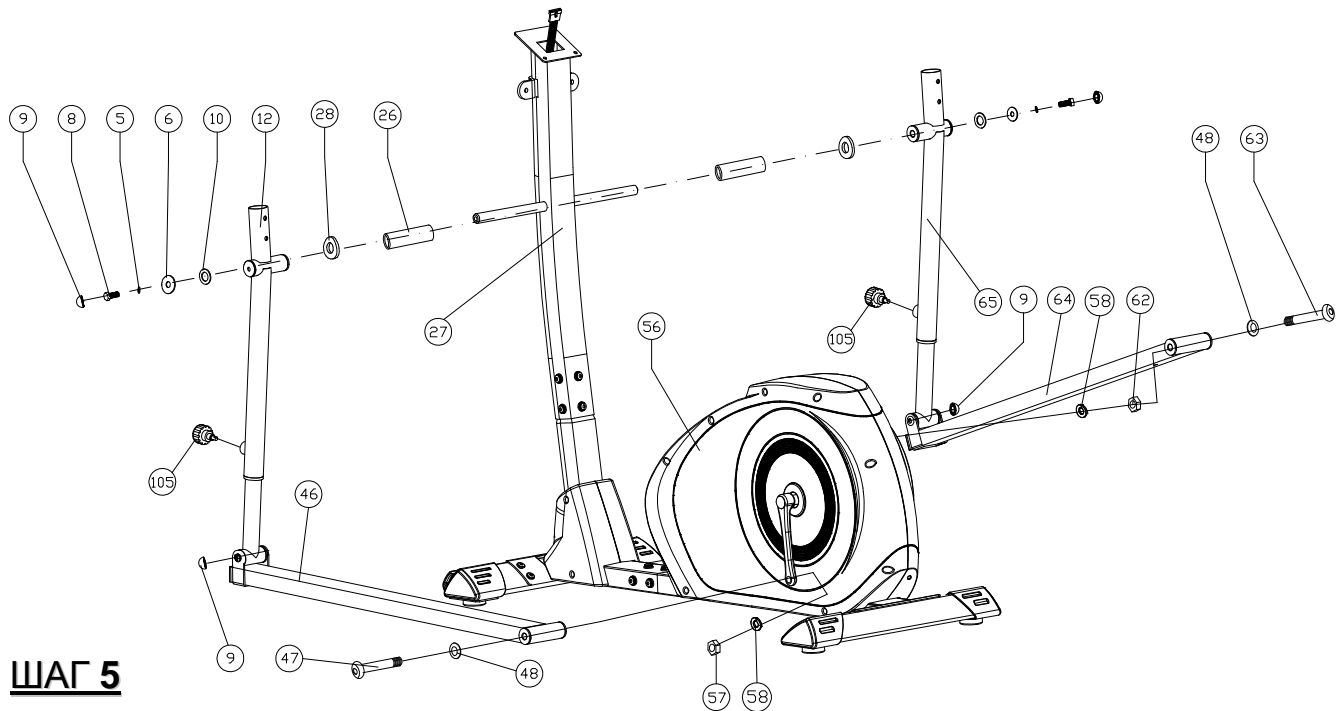
Обвяжите верхний кабель компьютера (22) кабелем (A), как показано на рисунке. Протяните кабель (A) из основания вертикальной стойки (40), затем прикрепите переднюю стойку (27) к основанию (40), используя 6 наборов Ø8 плоских шайб (14), Ø8 шайб (5) и M8*16 болтов (32).





ШАГ 4

Возьмите переднюю стойку (27) и соедините кабели компьютера (22) и (55). Прикрепите переднюю стойку (27) к главной раме (56), используя 6 наборов of Ø8 плоских шайб (14), Ø8 пружинных шайб (5) и M8*16 болтов (32).



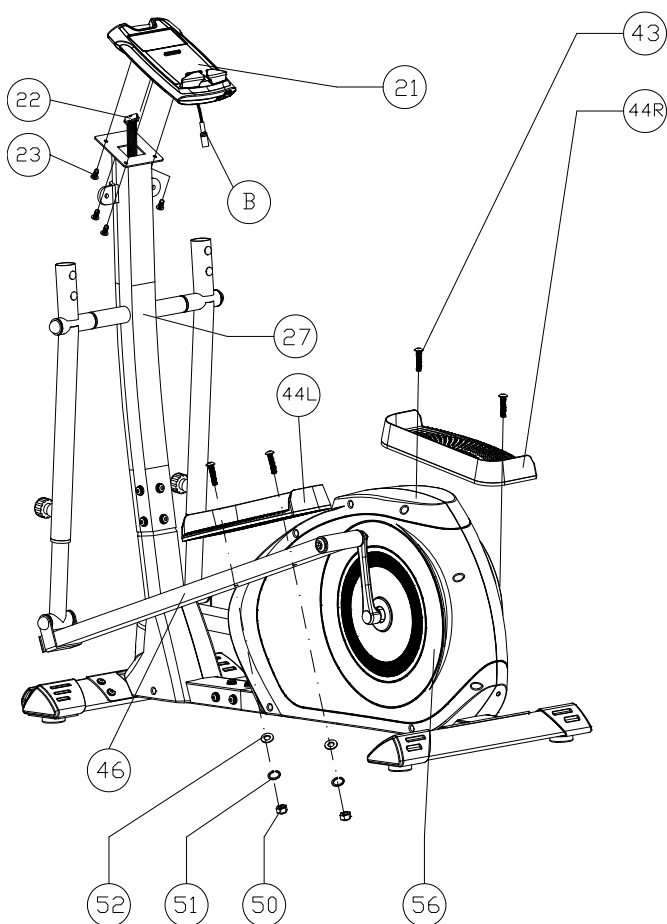
ШАГ 5

С помощью фиксатора (105) соедините средние поручни (L и R) (12 и 65) с нижними (104).

Прикрепите нижние поручни (L и R) (12 и 65) к передней стойке (27), используя 2 комплекта полиамидных втулок (26), Ø19 волнистых шайб (28), пластиковые кольца (10), большие плоские шайбы (6), Ø8 пружинные шайбы (5), M8*20 болты (8) и колпачковые гайки (9).

Прикрепите левое основание педали (L) (46) к левому шатуну с помощью левого шарнирного болта (L) (47), Ø26 волнистой шайбы (48), пружинной шайбы (58) и 1/2" замковой гайки (L) (57).

Прикрепите правое основание педали (R) (64) к шатуну с помощью правого шарнирного болта (R) (63), Ø26 волнистых шайб (48), пружинных шайб (58) и 1/2" замковых гаек (R) (62).

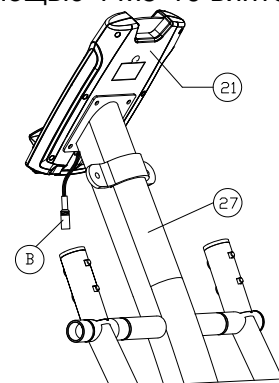


ШАГ 6

Прикрепите правую и левую педали (44R) и (44L) к основаниям (64) и (46), используя 4 набора M8*42 болтов (43), Ø8 плоских шайб (52), Ø8 пружинных шайб (51) и M8 гаек (50).

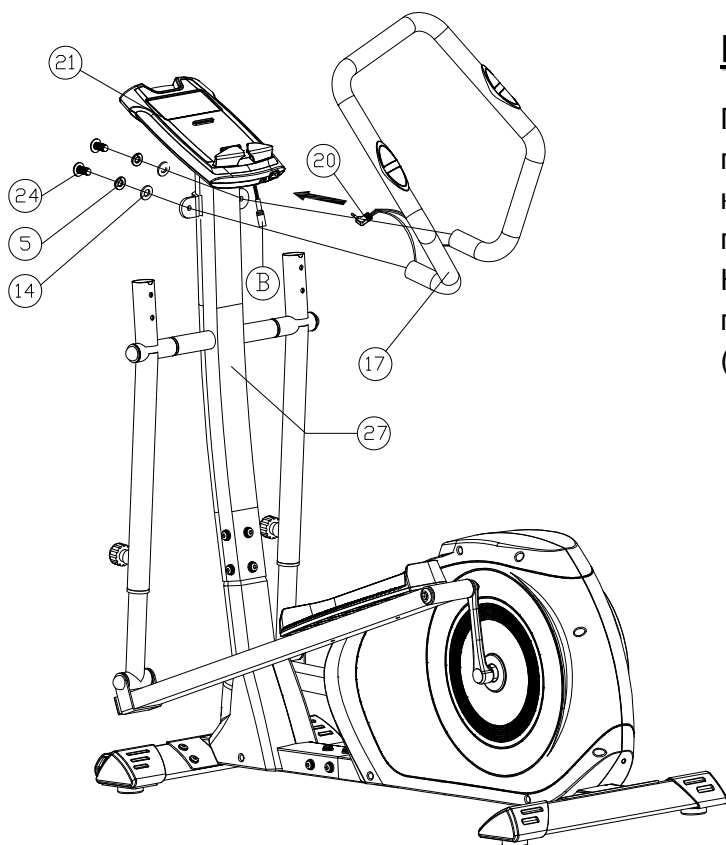
Вставьте верхний кабель сенсора (22) в отверстие задней стороны компьютера (21).

Затем вставьте компьютер (21) в основание на вертикальной стойке (27) и зафиксируйте с помощью 4 M5*10 винтов (23).



ШАГ 7

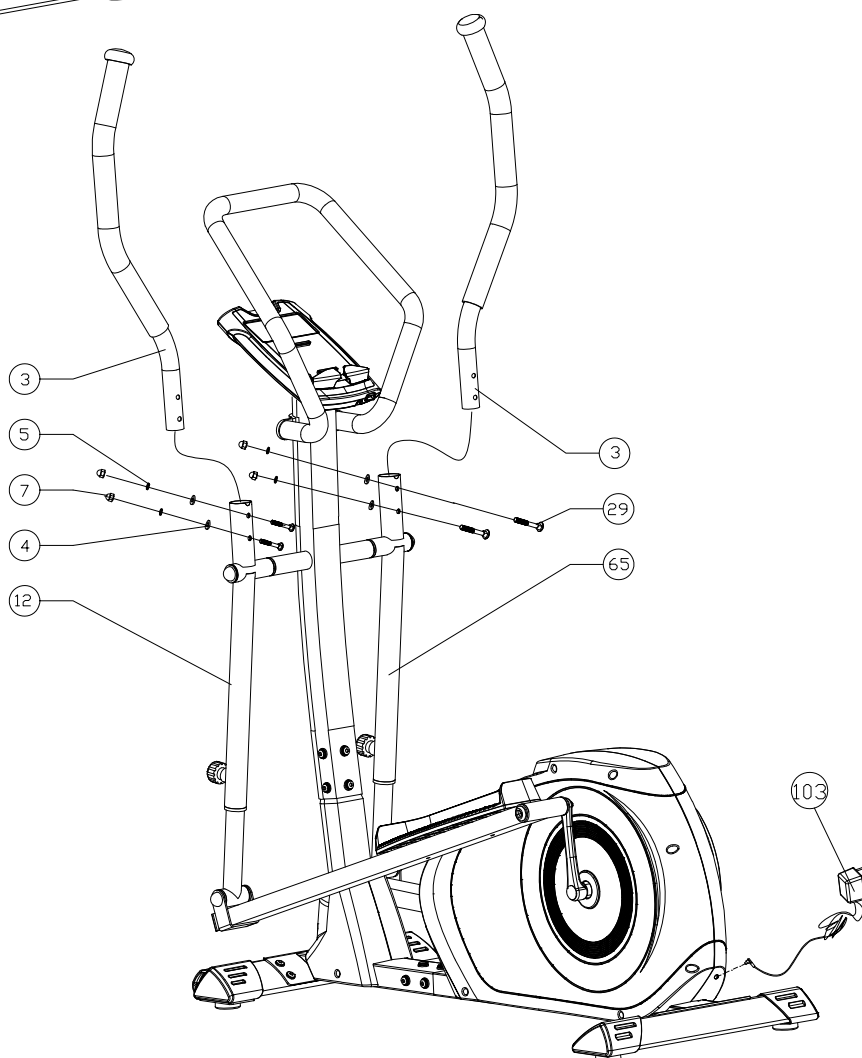
Прикрепите фиксированный поручень (17) к передней стойке (27) с помощью 2-х комплектов Ø 8 плоских шайб (14), Ø8 пружинных шайб (5) и M8*25 болтов (24). Компьютер оснащен функцией HANDPULSE; пожалуйста, соедините кабель сенсора пульса (20) с кабелем пульса компьютера (B)



ШАГ 8

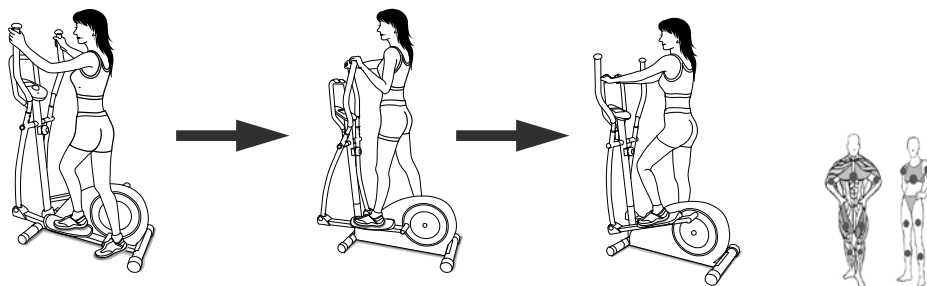
Вставьте верхние поручни (3) в соответствующие нижние поручни (L и R) (12 и 65), зафиксируйте 4-мя комплектами M8*50 болтов (29), Ø8 изогнутых шайб (4), Ø8 пружинных шайб и M8 колпачковых гаек (7).

Вставьте адаптер (103) в разъем, который расположен в задней части кожуха.



Упражнения

Поочередно опускайте педали в самое низкое положение, крепко держитесь руками за поручни.



Естественная ходьба:

Делайте широкие шаги ногой с посадкой ноги на верхнюю часть педали.

Ходьба с использованием поручней:

Встаньте на педали и, держась обеими руками за ручки поручней, двигайте ручки вперёд и назад, тем самым, тренируя Ваше тело.

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ УПРАЖНЕНИЙ

Использование данного тренажера поможет улучшить Ваше общее физическое состояние, поднимет мышечный тонус и при надлежащем питании (имеется в виду контроль за потреблением калорий) даст возможность сбросить лишний вес.

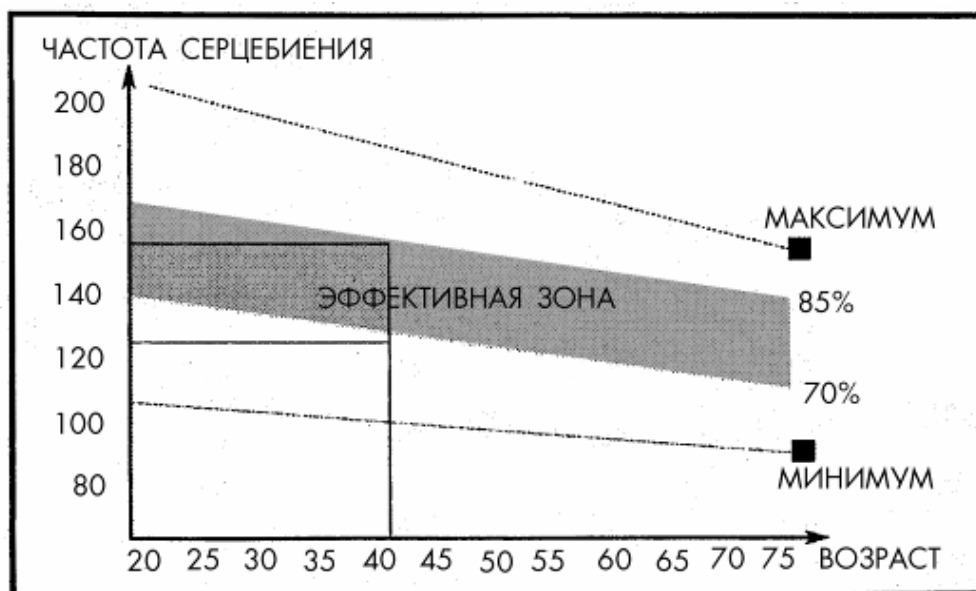
РАЗМИНКА

Этот этап поможет усилить циркуляцию крови в организме и тем самым разогреть мышцы, что снизит риск получения травм мускулатуры и связок. Для этого рекомендуется сделать несколько упражнений на растяжку, как показано на картинках ниже. Каждое упражнение надо выполнять в течение 30 секунд без особых усилий и рывков. При этом если Вы почувствуете боль либо другие неприятные ощущения, то прекратите занятия.



ТРЕНИРОВКА

Это стадия, которую надо выполнять с усилием. При регулярных тренировках мышцы Ваших ног быстро станут более сильными и эластичными. Работайте в своем темпе, но очень важно выдерживать равномерную скорость. Нагрузка должна быть такой, что бы частота сердечных сокращений попала в зону, отмеченную на диаграмме серым цветом.



Для хорошего тренировочного эффекта эта стадия должна продолжаться не менее 12 минут, хотя большинство людей уже в начале тренировок занимаются по 15-20 минут.

РАССЛАБЛЕНИЕ

На этой стадии Ваша сердечнососудистая система и мышцы приходят в нормальное состояние. Необходимо повторить упражнения на растяжку в течение примерно 5 минут, постепенно понижая темп и избегая резких движений. По мере того, как Вы будете становиться сильнее, Вам потребуются более длительные и тяжёлые тренировки. Рекомендуется тренироваться, по крайней мере, три раза в неделю и, если возможно, распределять упражнения равномерно по всей неделе.

Укрепление мышц

Чтобы добиться хорошего тренировочного эффекта на эллипсоиде и постоянного укрепления мышц, Вы должны устанавливать порог сопротивления регулятором нагрузки довольно высоко. Если Вы также хотите увеличить мышечную массу и силу, Вам нужно немного изменить тренировочную программу. Фазы разогрева и расслабления могут проходить как обычно, но в конце этапа тренировки Вы должны увеличить сопротивление, заставляя ноги работать с большим усилием. Это создаст дополнительную нагрузку и, возможно, не позволит Вам тренироваться так долго, как Вы бы хотели. Можно уменьшить скорость выполнения упражнений, чтобы частота сердечных сокращений оставалась в эффективной зоне.

Потеря веса

В этом случае главным фактором является продолжительность тренинга: чем дольше Вы работаете, тем больше калорий сжигаете.

Программируемый компьютер

【Функции кнопок】

UP (ВВЕРХ)	Для увеличения значений.
DOWN (ВНИЗ)	Для уменьшения значений.
MODE (РЕЖИМ)	Подтверждение всех настроек
STAR/STOP (СТАРТ/СТОП)	Для запуска/остановки тренировки
RESET (СБРОС)	Для сброса настроек
RECOVERY (ВОССТАНОВЛЕНИЕ)	Оценка уровня восстановления пульса.
BODY FAT	Тестирование на процентное содержание жировой ткани. Нажмите на кнопку BODY FAT в режиме ожидания и введите пользовательские данные.

【ФУНКЦИИ ДИСПЛЕЯ】

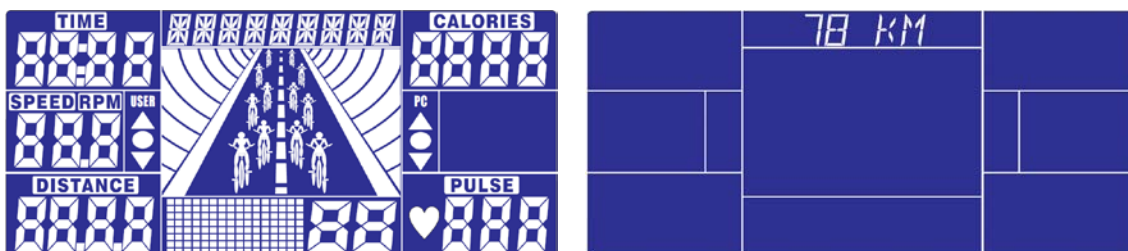
TIME (ВРЕМЯ)	Отображает время тренировки от 0:00 до 99:59 с шагом 1 минута, Вы также можете задать время тренировки для обратного отсчета от 01:00 до 99:00.
SPEED (СКОРОСТЬ)	Отображает текущую скорость тренировки. Максимальная скорость 99,9 км / ч или миль / ч.
RPM (ОБ/МИН)	Отображает обороты в минуту. Показывает диапазон 0 ~ 15 ~ 999
DISTANCE (РАССТОЯНИЕ)	Отображает пройденное расстояние от 00:00 до 99.99 0.5 км. или миль. Пользователь может задать расстояние для обратного отсчета с помощью клавиш UP(ВВЕРХ)/DOWN(ВНИЗ) с шагом 0,1 км/миль.

CALORIES (КАЛОРИИ)	Подсчитывает расход калорий во время тренировки от 0 до 9999 калорий (эти данные являются грубым сравнением для различных видов тренировок и не могут использоваться в медицинских целях)
PULSE (ПУЛЬС)	Пользователь может настроить целевой пульс от 30 до 230, и во время тренировки компьютер будет сигнализировать, когда фактическая частота сердечных сокращений выйдет за пределы целевого значения. (эти данные являются грубым сравнением для различных видов тренировок и не могут использоваться в медицинских целях)

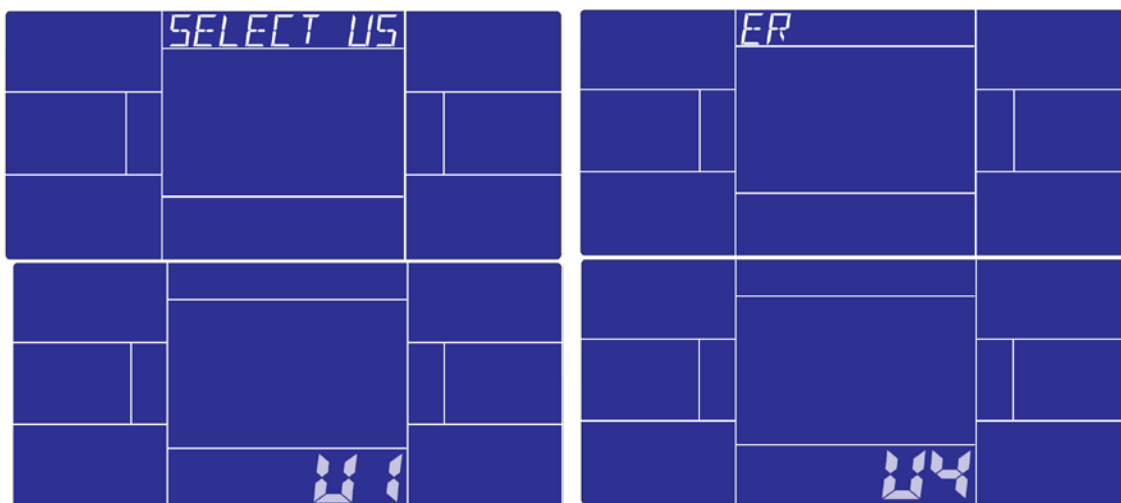
【ПОРЯДОК РАБОТЫ】

Включение компьютера:

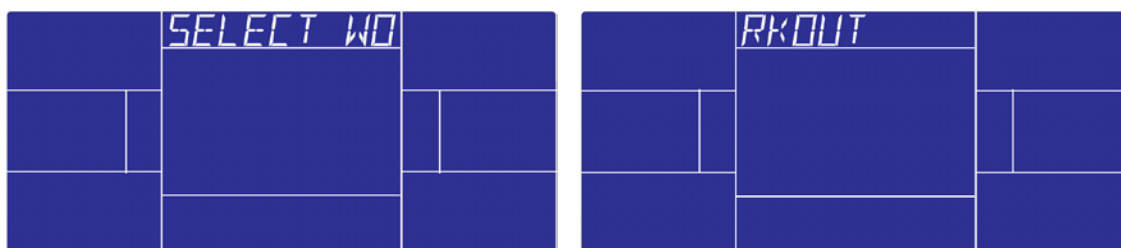
1. Вставьте адаптер в разъем, компьютер включится, раздастся звуковой сигнал, на экране отобразится.



2. На экране будет написано "SELECT USER"(ВЫБОР ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ), нажмите на ENTER (ВВОД) для входа в пользовательский режим. С помощью клавиш UP(ВВЕРХ)/ DOWN(ВНИЗ) нужно выбрать значение от U1 до U4, нажмите ENTER(ВВОД) для подтверждения. Введите свои данные SEX(ПОЛ), AGE(ВОЗРАСТ), HEIGHT(РОСТ) И WEIGHT (ВЕС).



- В режиме ожидания на экране будет надпись "SELECT WORKOUT"(ВЫБОР РЕЖИМА ТРЕНИРОВКИ) нажмите ENTER (ВВОД) для выбора. С помощью кнопок UP(ВВЕРХ)/ DOWN(ВНИЗ) выберите MANUAL (ручной режим)/ PROGRAM(программа)/ USER PROGRAM(пользовательская программа)/ H.R.C (контроль сердечного ритма).



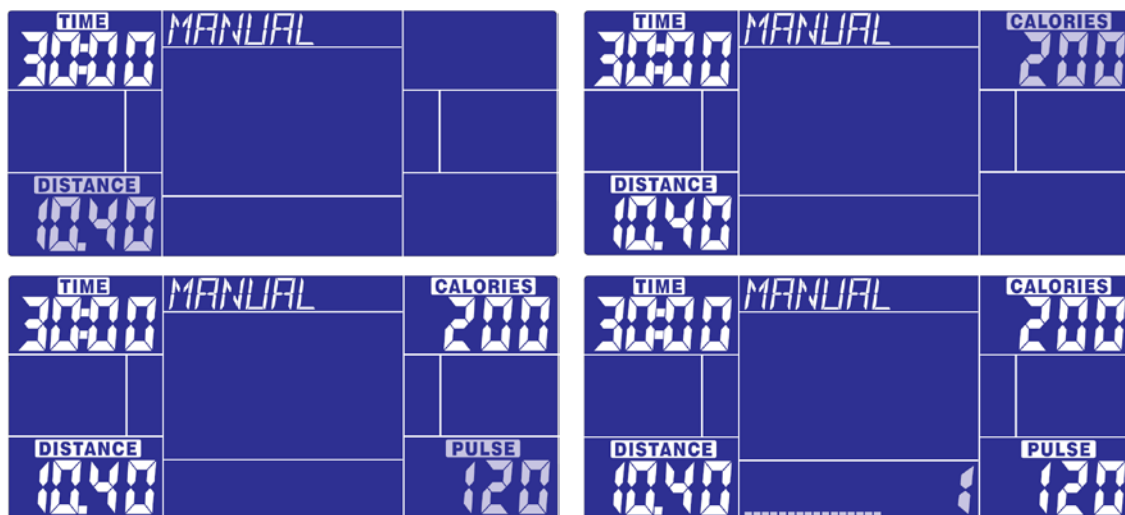
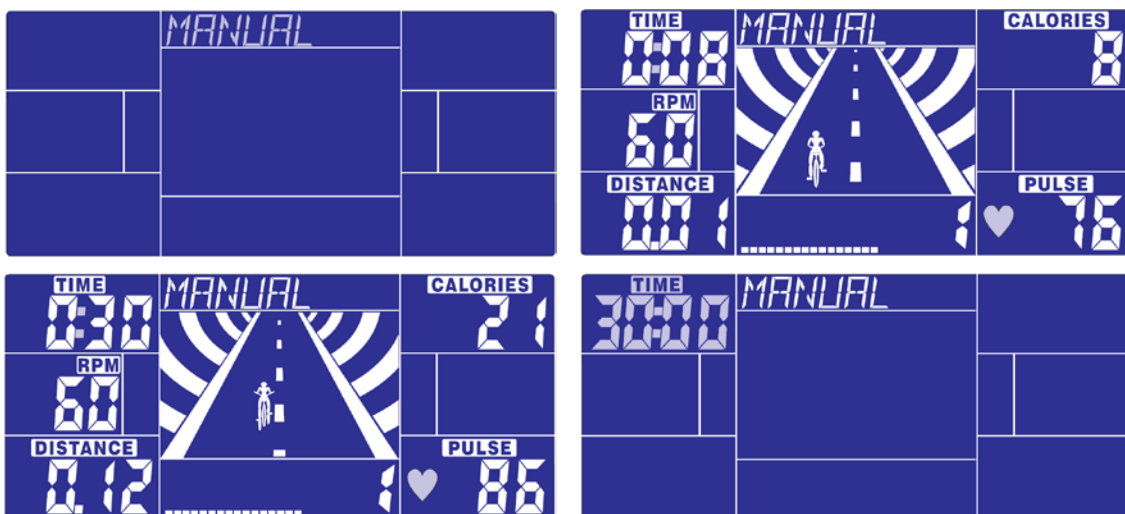
Тренировка в ручном режиме:

В режиме ожидания выберите MANUAL(ручной режим) и нажмите ENTER (ВВОД).

Быстрый старт: Пользователь может нажать на START/STOP для начала тренировки в ручном режиме. Начнется автоматический подсчет показателей времени, расстояния и т.д.

В ручном режиме также можно задать значения TIME(ВРЕМЯ) /DISTANCE (РАССТОЯНИЕ)/ CALORIES(КАЛОРИИ) / PULSE(ПУЛЬС) / RESISTANCE LEVEL (УРОВЕНЬ СОПРОТИВЛЕНИЯ) для начала функции обратного отсчета. Нажмите на START/STOP для запуска тренировки. Для сброса значений нажмите на RESET(СБРОС).

Анимация будет меняться каждые 0.1 км/миль, скорость компьютера будет совпадать со скоростью пользователя.



Тренировка в режиме Программы:

В режиме ожидания выберите PROGRAM(ПРОГРАММА) и нажмите на ENTER (ВВОД).

С помощью кнопок UP(ВВЕРХ)/ DOWN(ВНИЗ) выберите 1 из 12 программ, нажмите ENTER (ВВОД) для подтверждения выбора.

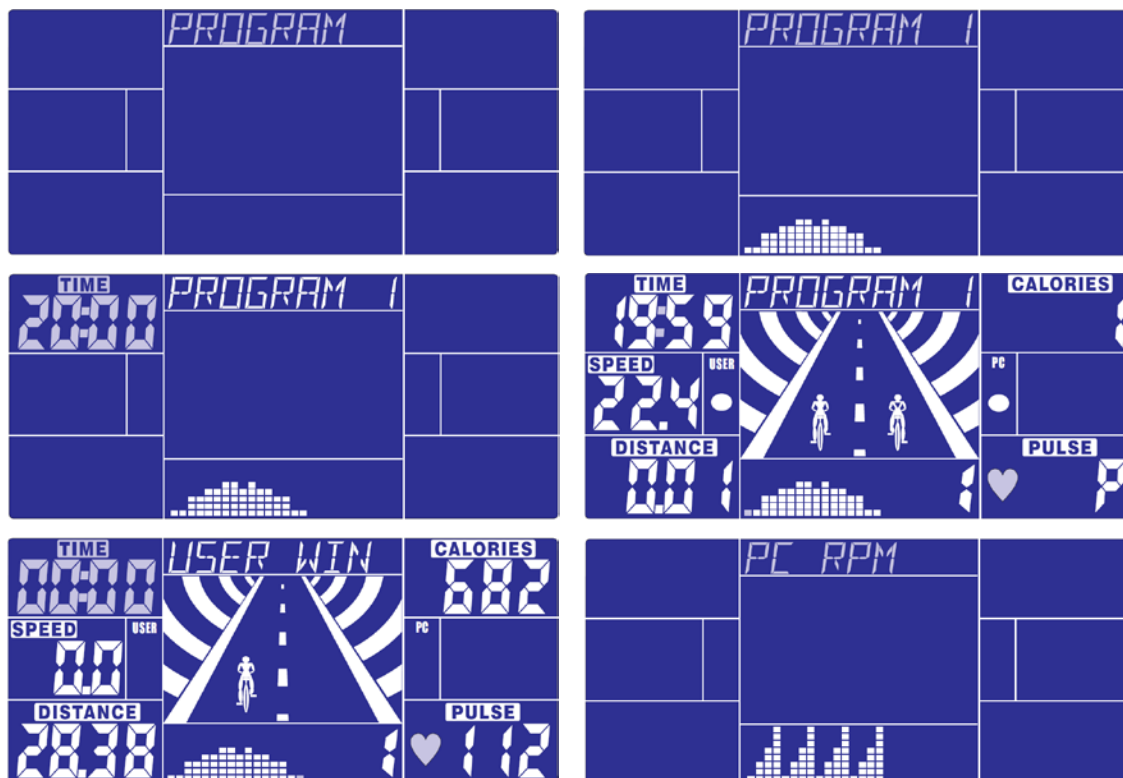
Данный программы будут выведены на экран, пользователь может отрегулировать уровень сопротивления с помощью кнопок UP(ВВЕРХ)/ DOWN(ВНИЗ).

TIME (ВРЕМЯ) фиксировано 20:00 и не регулируется. Нажмите на START/STOP для начала тренировки в режиме соревнования с компьютером. После начала тренировки в этом режиме показатель TIME(ВРЕМЯ) начнет обратный отсчет; анимация будет двигаться в соответствии с показателем оборотов в минуту пользователя. Пользователю в течение этой 20-ти минутной тренировки необходимо поспевать за скоростью компьютера, обращая внимание на следующие символы::

- ▲ : USER speed (скорость пользователя) > PC RPM (об/мин компьютера) – пользователю нужно уменьшить скорость
- : USER speed (скорость пользователя) = PC RPM (об/мин компьютера)

- ▼ : USER speed (скорость пользователя) < PC RPM (об/мин компьютера) – пользователю нужно прибавить скорость

По достижении нулевого значения счетчика времени в течение 8 секунд будет раздаваться звуковой сигнал и на экране отобразится результат: PC WIN (ВЫИГРАЛ КОМПЬЮТЕР) or USER WIN (ВЫИГРАЛ ПОЛЬЗОВАТЕЛЬ).



Тренировка в пользовательской программе:

В режиме ожидания выберите USER PRO(ПОЛЬЗОВАТЕЛЬСКАЯ ПРОГРАММА) и нажмите ENTER (ВВОД).

Пользователь может создать свой собственный профиль и с помощью кнопок UP(ВВЕРХ) / DOWN(ВНИЗ) можно задать уровень сопротивления и нажать ENTER (ВВОД) для подтверждения ввода. Имеются 4 пользовательских программы.

TIME (ВРЕМЯ) фиксировано 20:00 и не регулируется. Нажмите на START/STOP для начала тренировки. После начала тренировки в этом режиме показатель TIME(ВРЕМЯ) начнет обратный отсчет; анимация будет двигаться в соответствии с показателем оборотов в минуту пользователя.

Пользователю в течение этой 20-ти минутной тренировки необходимо поспевать за скоростью компьютера, обращая внимание на следующие символы::

- ▲ : USER speed (скорость пользователя) > PC RPM (об/мин компьютера) – пользователю нужно уменьшить скорость
- : USER speed (скорость пользователя) = PC RPM (об/мин компьютера)
- ▼ : USER speed (скорость пользователя) < PC RPM (об/мин компьютера) – пользователю нужно прибавить скорость

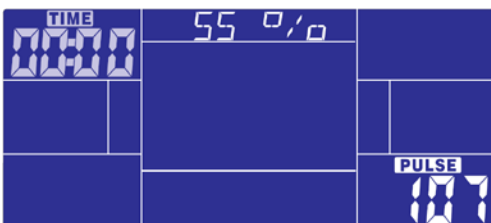
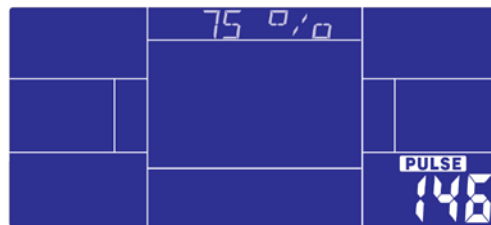
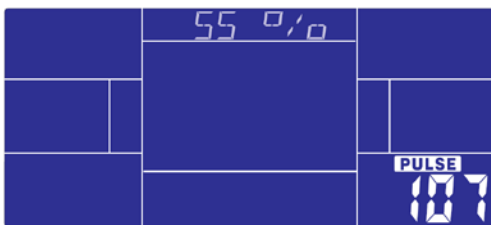
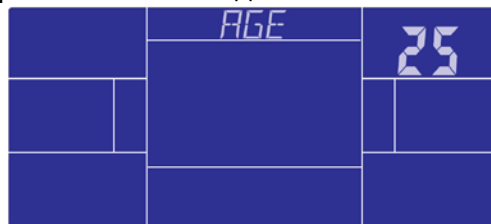
По достижении нулевого значения счетчика времени в течение 8 секунд будет раздаваться звуковой сигнал и на экране отобразится результат: PC WIN (ВЫИГРАЛ КОМПЬЮТЕР) or USER WIN (ВЫИГРАЛ ПОЛЬЗОВАТЕЛЬ).



Тренировка в режиме контроля сердечного ритма:

В режиме ожидания выберите H.R.C (режим контроля сердечного ритма) и нажмите на ENTER (ВВОД).

Введите свой AGE (ВОЗРАСТ) с помощью кнопок UP (ВВЕРХ) / DOWN (ВНИЗ), для подтверждения нажмите на ENTER (ВВОД). Компьютер будет автоматически подсчитывать уровень сердечного ритма в соответствии с Вашим возрастом. На экране будет отображаться процентный показатель сердечного ритма 55%, 75%, 90% и целевое значение. С помощью кнопок UP (ВВЕРХ) / DOWN (ВНИЗ) можно задать процентный показатель. Если в течение 5 секунд к компьютеру не будет поступать сигнал датчика пульса, на экране появится надпись "NEED H.R." (НУЖЕН ПУЛЬС).



BODY FAT (ТЕСТ НА СОДЕРЖАНИЕ ЖИРА)





1. Нажмите на кнопку BODY FAT и возьмитесь за ручки.
2. На экране в течение 8 секунд будет отображаться значок "- - - - -". Через 8 секунд на экран будет выведен результат.
3. При этом если на экране будет значение:

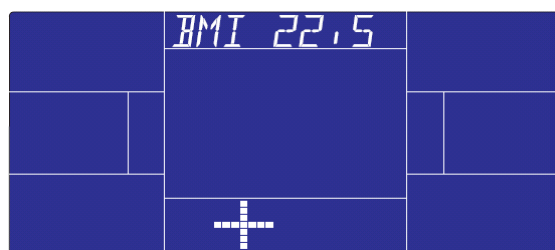
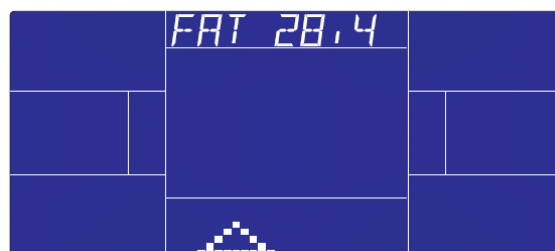
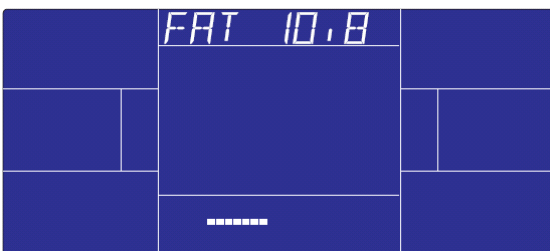
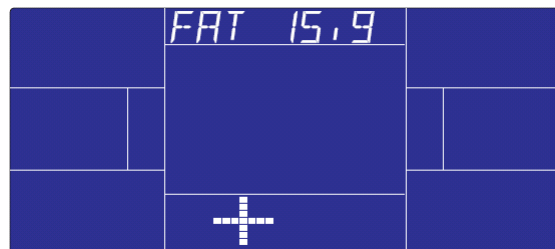
"E-1" - , то большой палец не достаточно сильно давил на датчик, необходимо пройти тест сначала.

"E-4" - результат тестирования не совпадает со встроенными показателями, необходимо отрегулировать программу.

После тестирования нажмите на кнопку BODY FAT для возвращения в режим тренировки.

Результат тестирования и показатель BMI(индекс массы тела) исчезнут.

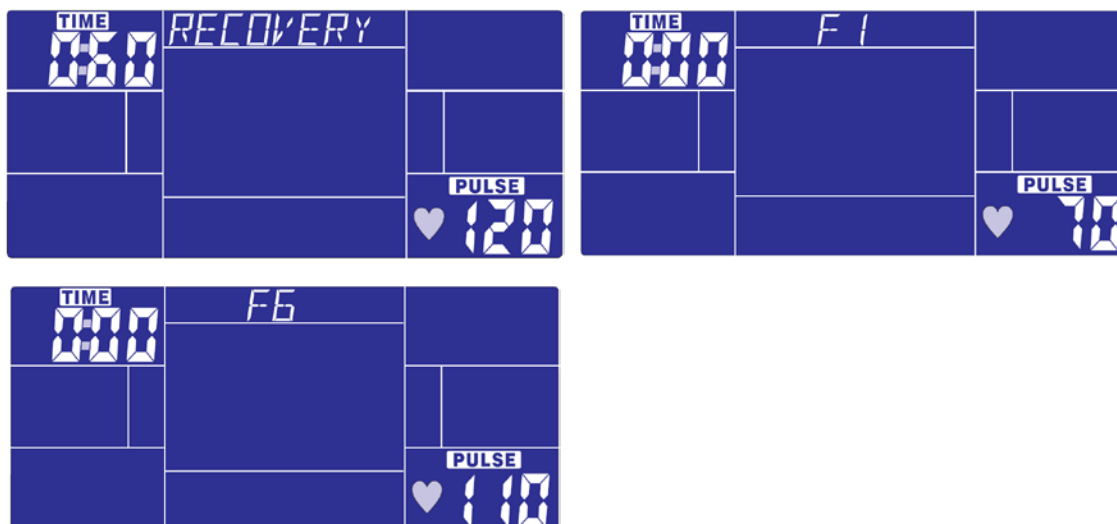
СИМВОЛ				
SEX(ПОЛ) FAT(ЖИР)%	LOW (НИЗКИЙ)	LOW (НИЗК.) / MED (СРЕДН.)	MEDIUM (СРЕДН.)	MED (СРЕДН.) / HIGH (ВЫСОКИЙ)
MALE(МУЖСКОЙ)	<13%	13%-25.8%	26%-30%	>30%
FEMALE (ЖЕНСКИЙ)	<23%	23%-35.8%	36%-40%	>40%



ВОССТАОВЛЕНИЕ:

После тренировки пользователь может нажать кнопку RECOVERY в режиме ожидания с входящим сигналом пульса (держите обе руки на поручнях), чтобы проверить статус восстановления сердечного ритма.

Все функции будут выключены, консоль будет отображать значения Пульса и Времени с отсчётом в обратном порядке от 0:60. Как только будет достигнута 00:00, на экране появится статус восстановления пульса уровнями F1, F2, ... F6, где F1 является лучшим, а F6 является худшим уровнем. Нажмите кнопку ВОССТАНОВЛЕНИЕ еще раз для возврата в главное меню.



ПРИМЕЧАНИЯ:

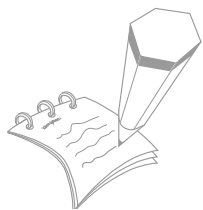
1. Через 4 минуты после остановки занятия на тренажере, он автоматически переходит в режим энергосбережения, при этом все показатели останутся неизменными.
2. Если Вы заметите какие-нибудь неполадки в работе компьютера, выньте и вставьте заново адаптер.
3. Если соединительный кабель компьютера и мотора поврежден, на экране будет значение E2.

Устранение неисправностей

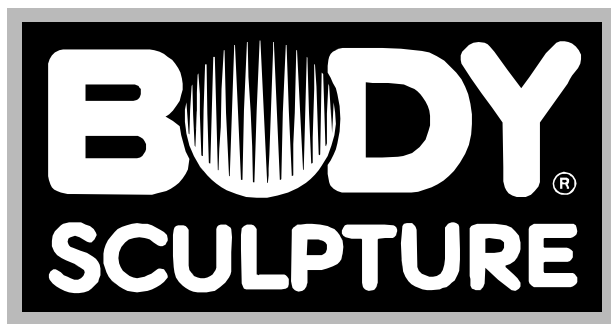
1. Компьютер некорректно работает. В этом случае проверьте соединение нижнего и верхнего кабелей компьютера, а верхний кабель сенсора подключен к компьютеру. **(ШАГ 5 & ШАГ 7)**.

Обслуживание

1. Перед каждым использованием тренажера, удостоверьтесь в том, что все болты/гайки надежно затянуты.



Заметки



S I N C E 1 9 6 5