

Инструкция

Эллиптический эргометр Matrix Performance с консолью LED

Полезные ссылки:

[Эллиптический эргометр Matrix Performance с консолью LED - смотреть на сайте](#)

[Эллиптический эргометр Matrix Performance с консолью LED - читать отзывы](#)

MATRIX

PERFORMANCE ЭЛЛИПС с изменяемой длиной и траекторией шага
PERFORMANCE ЭЛЛИПТИЧЕСКИЙ ЭРГОМЕТР





УВАЖАЕМЫЙ ПОКУПАТЕЛЬ!

Поздравляем 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 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 Вас и поможет устранить возникшую проблему.

СОХРАНИТЕ ЭТУ ИНСТРУКЦИЮ

При использовании эллиптического эргометра всегда следует соблюдать основные меры предосторожности, в частности следующие: внимательно прочтите все инструкции перед началом использования оборудования. Владелец обязан обеспечить, чтобы все пользователи оборудования были надлежащим образом проинформированы обо всех предупреждениях и мерах предосторожности.

Это оборудование предназначено только для использования внутри помещений. Этот тренировочное оборудование является продуктом класса S, предназначенным для использования в коммерческих условиях, таких как фитнес-центр.

ВНИМАНИЕ!



ДЛЯ СНИЖЕНИЯ РИСКА ОЖОГОВ, ПОЖАРОВ, ПОРАЖЕНИЙ ЭЛЕКТРИЧЕСКИМ ТОКОМ ИЛИ ТРАВМ:

- Будьте осторожны при установке или демонтаже оборудования. Перед установкой или демонтажем переместите педаль на стороне монтажа или демонтажа в крайнее нижнее положение и полностью остановите машину.
- Для сохранения равновесия рекомендуется держаться за поручень во время тренировки, входа или выхода с тренажера.
- Поддерживайте верхнюю часть опоры для ног чистой и сухой.
- Во время выполнения упражнений, всегда поддерживайте комфортный темп. Не используйте этот тренажер со скоростью выше 80 об/сек.
- Неправильно выполняемые или избыточные упражнения могут привести к тяжелым травмам или летальному исходу. Если вы ощущаете какую-либо боль, включая боль в груди, тошноту, головокружение или одышку и пр., немедленно прекратите упражнения и перед их продолжением обратитесь за консультацией к врачу.
- Этот тренажер не оборудован колесом свободного хода. Скорость педали следует снижать заданным образом.
- Никогда не поворачивайте педали вручную.
- Не надевайте одежду, которая может зацепиться за какую-либо часть оборудования.
- Всегда надевайте спортивную обувь при использовании тренажера.
- Не прыгайте на устройстве.
- При эксплуатации тренажера на нем категорически запрещается находиться более чем одному человеку.
- Это устройство не должно использоваться людьми, чей вес превышает указанный в РАЗДЕЛЕ СПЕЦИФИКАЦИЙ ПРОДУКТА. Несоблюдение этого условия приведет к аннулированию гарантии.
- Перед сервисным обслуживанием или перемещением оборудования отключите все источники питания. Для очистки протрите поверхности с мылом и слегка влажной тряпкой; ни в коем случае не используйте растворители. (См. ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ)
- Запрещается оставлять устройство без присмотра, если оно подключено к сети. Выключайте вилку из розетки, когда оно не используется, а также перед тем, как надеть или снять детали.
- Не используйте тренажер с одеялом или подушкой. Чрезмерный нагрев может вызвать возгорание, поражение электрическим током или травмы.
- Подключайте этот тренажер только к правильно заземленной розетке.
- Домашние животные или дети в возрасте до 14 лет НИ ПРИ КАКИХ УСЛОВИЯХ не должны приближаться к устройству на расстояние менее 3 метров.
- Дети в возрасте до 14 лет НИ ПРИ КАКИХ УСЛОВИЯХ не должны пользоваться устройством.
- Детям старше 14 лет или людям с ограниченными возможностями не разрешается пользоваться тренажером без контроля со стороны взрослых.
- Используйте этот тренажер только в соответствии с его назначением, описанным в настоящем руководстве.
- Не используйте иное дополнительное оборудование, не рекомендованное производителем. Дополнительное оборудование может привести к травмам.
- Никогда не используйте устройство, если у него повреждены шнур питания или вилка, или если работает некорректно, или если его уронили, повредили или залили водой. Обратитесь в Службу технической поддержки клиентов для осмотра и ремонта.
- Держите шнур питания вдали от нагретых поверхностей. Не осуществляйте перенос устройства за шнур питания и не используйте шнур в качестве ручки.
- Никогда не используйте тренажер, если вентиляционное отверстие заблокировано. Поддерживайте его в чистоте, удаляйте скапливающуюся пыль, ворс, волосы и т.п.
- Во избежание поражения электрическим током, никогда не роняйте и не вставляйте никакие предметы в любое отверстие.
- Запрещается эксплуатировать тренажер в зоне распыления аэрозолей (спреев) или контроля содержания кислорода.
- Для отключения переведите все элементы управления в положение «выключено» и затем выньте вилку из розетки.
- Не используйте устройство в местах, где температура не контролируется, включая гаражи, веранды, бассейны, ванные комнаты, навесы для автомобилей или на открытом воздухе. Несоблюдение может привести к отмене гарантии.
- Не снимайте крышки консолей без указания службы технической поддержки клиентов. Обслуживание должно выполняться только уполномоченным техником по обслуживанию.
- Возможны погрешности систем мониторинга сердечного ритма.
- Чрезмерные физические нагрузки могут привести к серьезным травмам или смерти.
- Если вы почувствовали недомогание, немедленно прекратите занятие на тренажере.
- Сила, с которой человек выполняет упражнения, может отличаться от показаний на дисплее тренажера.

ТРЕБОВАНИЯ К ПИТАНИЮ



ВЫДЕЛЕННАЯ ЭЛЕКТРИЧЕСКАЯ ЦЕПЬ И ИНФОРМАЦИЯ ПО ЭЛЕКТРИЧЕСТВУ

«Выделенная электрическая цепь» означает, что в каждой розетке, к которой вы подключаетесь, не должно быть ничего другого, работающего в той же цепи. Самый простой способ убедиться в этом - найти главный блок и отключить автомат(-ы) по одному. Как только автомат выключен, единственное, что не должно иметь к нему питания - это рассматриваемые блоки. Никакие лампы, вендинговые автоматы, вентиляторы, звуковые системы или любые другие предметы не должны терять мощность при выполнении этого теста.

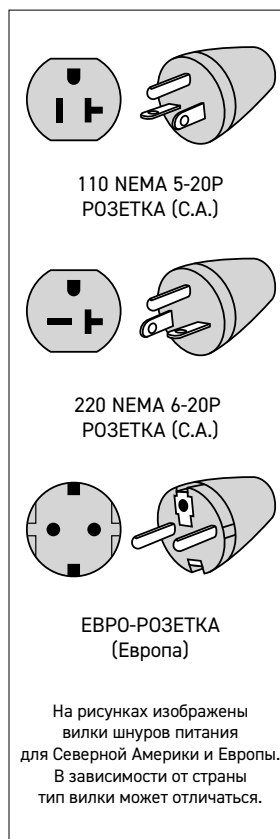
Не замкнутая (изолированная) нейтраль / заземление означает, что каждая цепь должна иметь отдельное соединение нейтрали / земли, выходящее из нее и заканчивающееся на одобренном заземлении. Вы не можете «перемыкать» одну нейтраль / землю с одной цепи на другую.

ТРЕБОВАНИЯ К ЭЛЕКТРИЧЕСТВУ

Для вашей безопасности и для обеспечения хорошей работоспособности заземление в этой цепи не должно иметь петли (изолированно). Пожалуйста, обратите внимание на статьи 210-21 и 210-23 NEC. Несоблюдение этих требований к электричеству может привести к аннулированию всех гарантий продукта Matrix.

Оборудование с LED-консолью и Premium LED-консолью имеют автономное питание и не требуют внешнего источника питания для работы. Без внешнего источника питания время запуска консоли может быть увеличено. Для дополнительных ТВ и прочих аксессуаров консоли потребуется дополнительный источник питания. Он обеспечивает постоянную подачу питания на консоль и необходим при использовании дополнительных аксессуаров.

Для устройств со встроенным Телевизором (например, Touch), требования к питанию телевизора включены в устройство. Коаксиальный кабель RG6 с компрессионными фитингами типа F на каждом конце должен быть подключен к кардио изделию и источнику видео. Дополнительное цифровое телевидение не требует каких-либо дополнительных требований к питанию.



ИЗДЕЛИЯ С НАПРЯЖЕНИЕМ 110 ВОЛЬТ

Для изделий с напряжением 110 Вольт требуется использование «выделенной электрической цепи» с напряжением 100-125 В, 60 Гц и 15 А, с непериодической (изолированной) нейтралью / заземлением для питания. Эта розетка должна быть NEMA 5-15R и иметь такую же конфигурацию, как и вилка. С этим продуктом нельзя использовать адаптер. Эллиптические эргометры могут быть соединены последовательной цепью до 4 единиц на 15 А. Адаптеры для шнуров Matrix продаются отдельно.

ИЗДЕЛИЯ С НАПРЯЖЕНИЕМ 220 ВОЛЬТ

Для изделий с напряжением 220 Вольт требуется использование «выделенной электрической цепи» с напряжением 216-250 В, 50 Гц и 15 А, с непериодической (изолированной) нейтралью / заземлением для питания. Эта розетка должна быть NEMA 5-15R и иметь такую же конфигурацию, как и вилка. С этим продуктом нельзя использовать адаптер. Эллиптические эргометры могут быть соединены последовательной цепью до 4 единиц на 15 А. Адаптеры для шнуров Matrix продаются отдельно.

ИНСТРУКЦИИ ПО ЗАЗЕМЛЕНИЮ

Устройство должно быть заземлено. В случае неисправности или поломки заземление обеспечивает путь наименьшего сопротивления для электрического тока, чтобы снизить риск поражения электрическим током. Устройство оснащено шнуром с заземляющим проводником и вилкой заземления. Вилка должна быть подключена к соответствующей розетке, которая правильно установлена и заземлена в соответствии со всеми местными нормами и правилами. Несоблюдение конечным потребителем этих инструкций по заземлению может повлечь за собой аннулирование гарантии на продукцию Matrix.

ТРЕБОВАНИЯ К ПИТАНИЮ

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ ПО ЭЛЕКТРИЧЕСТВУ

В дополнение к специальному требованию к цепи, необходимо использовать соответствующий измерительный провод от блока автоматического выключателя до каждой розетки, в которой будет работать максимальное количество устройств. Если расстояние от блока выключателей до каждой розетки составляет 100 футов (30,5 м) или менее, то следует использовать провод 12 калибра. Для расстояний более 100 футов (30,5 м) от блока выключателя до розетки следует использовать провод 10 калибра.

ЭНЕРГОСБЕРЕЖЕНИЕ / РЕЖИМ НИЗКОЙ МОЩНОСТИ

Все устройства сконфигурированы с возможностью перехода в режим энергосбережения / низкого электропотребления, когда оборудование не использовалось в течение определенного периода времени. Может потребоваться дополнительное время для полной повторной активации данного устройства после его перехода в режим пониженного энергопотребления. Эту функцию энергосбережения можно включить или отключить в «Режиме менеджера» или «Сервисном режиме».

ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ЦИФРОВОЕ ТВ

Для подключения дополнительного ТВ необходимо дополнительная мощность, для чего необходимо использовать внешний источник питания. Коаксиальный кабель RG6 с компрессионными фитингами типа F необходимо подключить между источником видеосигнала и каждым дополнительным модулем цифрового телевидения.

ОПАСНОСТЬ!

ДЛЯ УМЕНЬШЕНИЯ РИСКА ПОРАЖЕНИЯ ЭЛЕКТРИЧЕСКИМ ТОКОМ:

Всегда отключайте оборудование от электрической розетки сразу после использования, перед чисткой, техническим обслуживанием, а также перед установкой или снятием деталей.



ВНИМАНИЕ!

ПРОКОНСУЛЬТИРУЕТЕСЬ С ФИЗИОТЕРАПЕВТОМ ПЕРЕД НАЧАЛОМ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ОБОРУДОВАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ТРЕНАЖЕРА ПРОЧТИТЕ РУКОВОДСТВО ПО ЕГО ЭКСПЛУАТАЦИИ.

Оборудование разрешается использовать только в помещениях, в условиях контролируемого микроклимата. Если оборудование подверглось воздействию низких температур или высокой влажности, настоятельно рекомендуется оставить его нагреваться до комнатной температуры перед первым использованием.

ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ



1. Демонтаж и замену любых деталей разрешается выполнять только квалифицированному специалисту по сервисному обслуживанию.
2. ЗАПРЕЩАЕТСЯ использовать какое-либо оборудование, которое повреждено и/или содержит изношенные или сломанные детали. Используйте только запасные части, поставляемые местным дилером MATRIX.
3. СОХРАНЯЙТЕ НАКЛЕЙКИ И ФИРМЕННЫЕ ТАБЛИЧКИ: ни в коем случае не удаляйте наклейки. Они содержат важную информацию. Если их невозможно прочитать или если они утеряны, закажите новые наклейки у своего дилера MATRIX.
4. ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ ВСЕГО ОБОРУДОВАНИЯ: профилактическое техническое обслуживание имеет ключевое значение для безупречной работы оборудования, а также для сведения ваших обязанностей к минимуму. Оборудование подлежит регулярному контролю.
5. Любой человек, выполняющий регулировку, техническое обслуживание или ремонт оборудования, должен обладать соответствующей квалификацией. Дилеры MATRIX по запросу могут организовать тренинги по сервисному и техническому обслуживанию оборудования на территории вашего предприятия.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

Для отключения питания Эллипса с изменяемой длиной шага/Эллиптического эргометра необходимо отключить от розетки шнур питания.

ГРАФИК ТЕХНИЧЕСКОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ

ДЕЙСТВИЕ	ЧАСТОТА
Отключите устройство. Очистите весь тренажер, используя воду и мягкое мыло или другой раствор, одобренный Matrix (чистящие средства не должны содержать спирт и аммиак).	ЕЖЕДНЕВНО
Осмотрите шнур питания. Если он поврежден, обратитесь в Сервисную службу технической поддержки клиентов.	ЕЖЕДНЕВНО
Убедитесь, что шнур питания не находится под устройством или в ином месте, где его могут защемить или порезать во время хранения или использования.	ЕЖЕДНЕВНО
Проверьте затяжку винтов на всех соединениях болтовых узлов.	ЕЖЕКВАРТАЛЬНО
После затяжки болтов убедитесь, что люфт на всех узлах шарнира невелик или отсутствует. Может потребоваться установка комплектов шайб, если люфт не выходит из стяжных болтов.	ЕЖЕКВАРТАЛЬНО
Отключите устройство и снимите пластиковые крышки. Смажьте шаровой шарнир в месте соединения соединительного рычага и рукояток двойного действия. Для этого требуется шприц для смазки с адаптером для установки иглы (Matrix рекомендует использовать смазку марки Superlube с добавкой PTFE {Тефлон}).	ЕЖЕКВАРТАЛЬНО
Отключите устройство и снимите пластиковые крышки. Смажьте червячный механизм двигателя подъема. (Matrix рекомендует использовать смазку марки Superlube с добавкой PTFE {Тефлон}).	ЕЖЕКВАРТАЛЬНО

УКАЗАНИЯ ПО УТИЛИЗАЦИИ



ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

Данный тренажер не относится к бытовым отходам. Пожалуйста, не выбрасывайте оборудование либо элементы питания вместе с бытовыми отходами, для утилизации использованных элементов питания пользуйтесь действующими в Вашей стране системами возврата и сбора для утилизации. Надлежащий отдельный сбор разобранных приборов, которые впоследствии отправятся на переработку, утилизацию или экологичное захоронение, способствует предотвращению возможных негативных воздействий на окружающую среду и здоровье человека, а также позволяет повторно использовать материалы, из которых изготовлено устройство. За незаконную утилизацию устройства пользователь может быть привлечен к административной ответственности, предусмотренной действующим законодательством.



СБОРКА

РАСПАКОВКА

Распаковывайте оборудование в том месте, в котором планируется его эксплуатировать. Установите коробку на ровную плоскую поверхность. Рекомендуется положить на пол защитное покрытие. Ни в коем случае не открывайте коробку, лежащую на боку.

ВАЖНЫЕ ПРИМЕЧАНИЯ

- На каждом этапе сборки убедитесь, что ВСЕ гайки и болты на месте и частично завинчены.
- Некоторые детали были предварительно смазаны для облегчения сборки и использования. Пожалуйста, не вытирайте их. Если у Вас возникли трудности, рекомендуется легкое нанесение литиевой смазки.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ!

Некоторым моментам необходимо уделить особое внимание в процессе сборки. Очень важно соблюдать инструкции по сборке и надежно затягивать все детали. Если не соблюдать инструкции по сборке, то в оборудовании могут остаться незатянутые детали, которые ослабнут и могут вызывать раздражающие шумы. Во избежание повреждения оборудования необходимо пересмотреть инструкции по сборке и принять корректирующие меры.

НУЖНА ПОМОЩЬ?

Если у вас есть вопросы или отсутствуют какие-либо детали, обратитесь в службу технической поддержки клиентов. Контактная информация приведена на карточке с информацией.



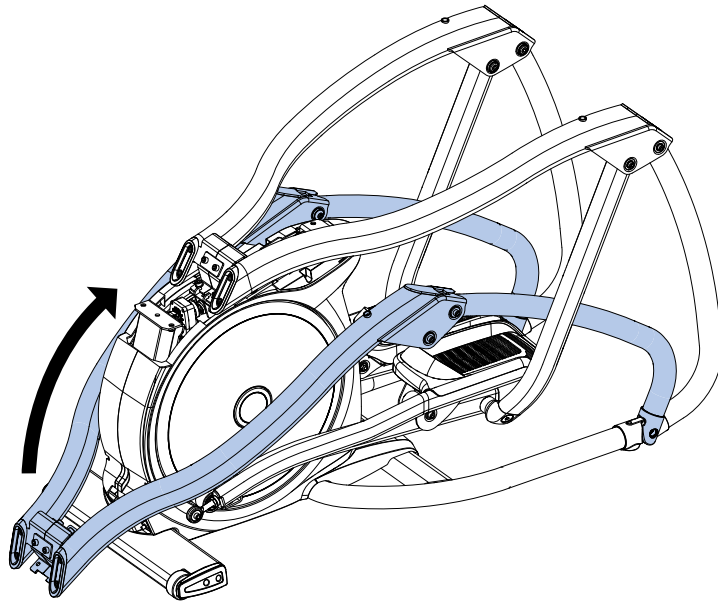
НЕОБХОДИМЫЕ ИНСТРУМЕНТЫ:

- гаечный ключ
- гаечный ключ 17 мм
- Т-образный гаечный ключ 6 мм
- шестигранный ключ 8 мм
- шестигранный ключ 4 мм
- крестообразная отвертка

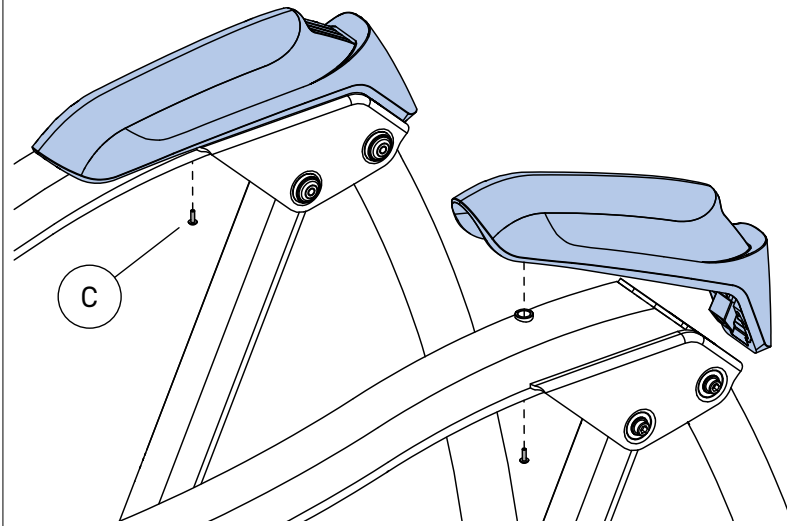
ДЕТАЛИ В КОМПЛЕКТЕ:

- 1 основание рамы
- 2 крышки верхней направляющей
- 2 комплекта кожухов рычагов педали
- 1 верхняя крышка
- 2 комплекта крышки соединительного рычага
- 2 верхних / нижних рычага двойного действия
- 2 насадки на ручки рук двойного действия
- 1 набор для рукояти
- 1 набор для кожуха рукояти
- 1 наклонная крыша рамы
- 1 верхняя крышка
- 1 заглушка верхней крышки
- 1 передний кожух
- 1 крышка стойки консоли
- 1 держатель для бутылки воды
- 1 шнур питания
- 1 комплект металлоизделий

Консоль продается отдельно

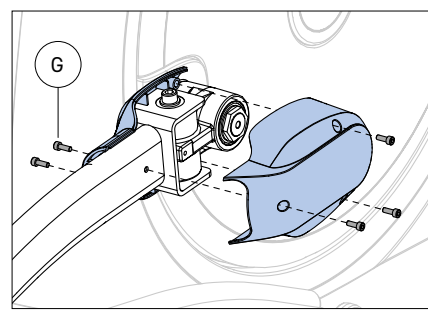
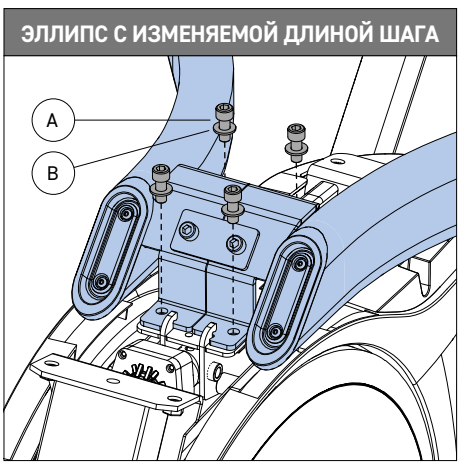
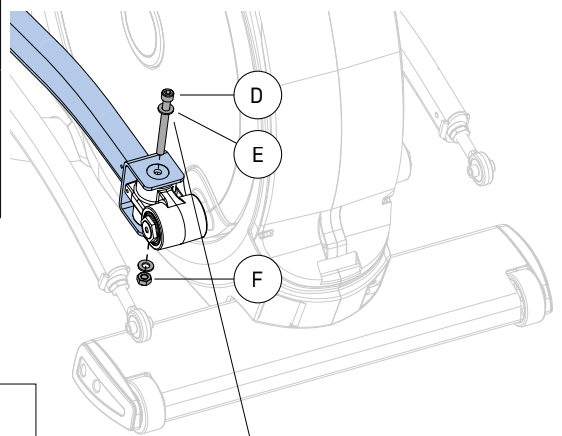
1

3	Деталь	Кол-во
C	Винт (16 мм)	2



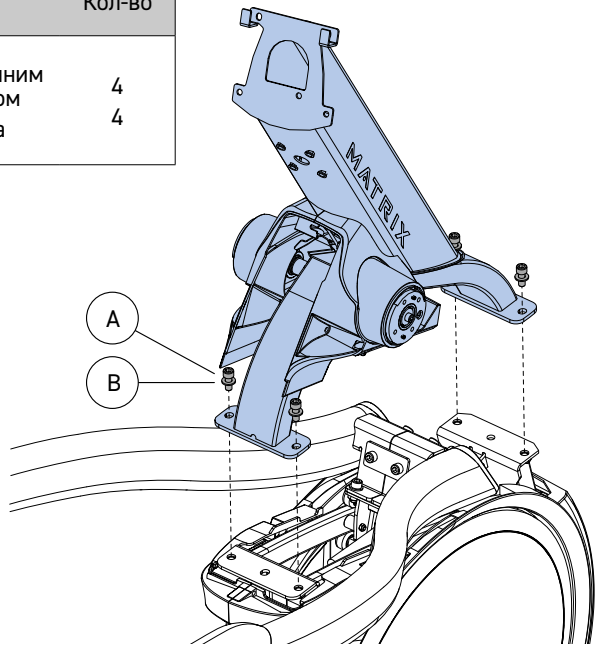
2	Деталь	Кол-во
A	Болт с внутренним шестигранником	4
B	Плоская шайба	4

4	Деталь	Кол-во
D	Болт с внутренним шестигранником	1
E	Плоская шайба	2
F	Шестигранная гайка	1
G	Винт	5

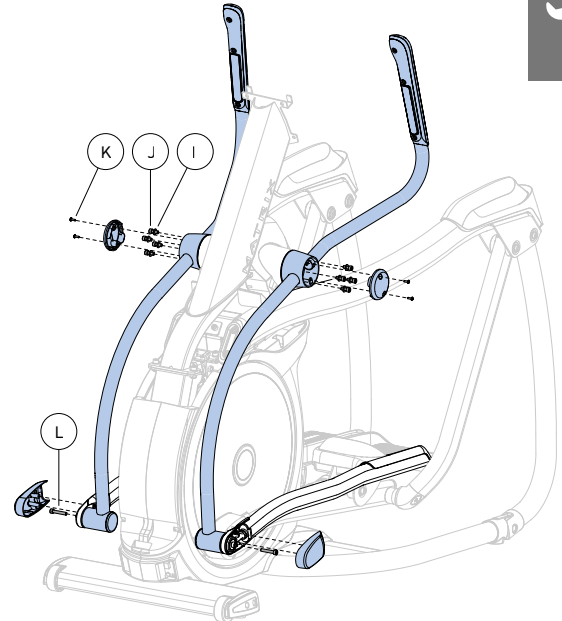
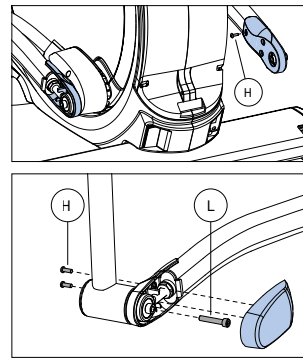


Значение крутящего момента
70-90 Нм / 52-66 фунт силы-фут

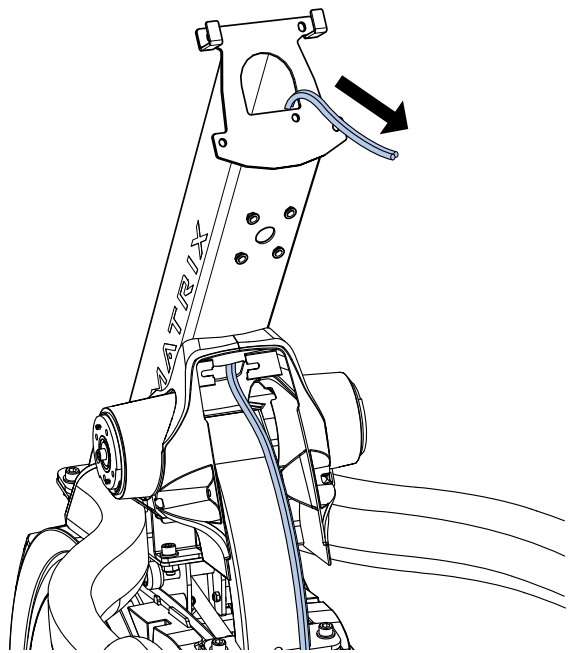
5	Деталь	Кол-во
A	Болт с внутренним шестигранником	4
B	Плоская шайба	4



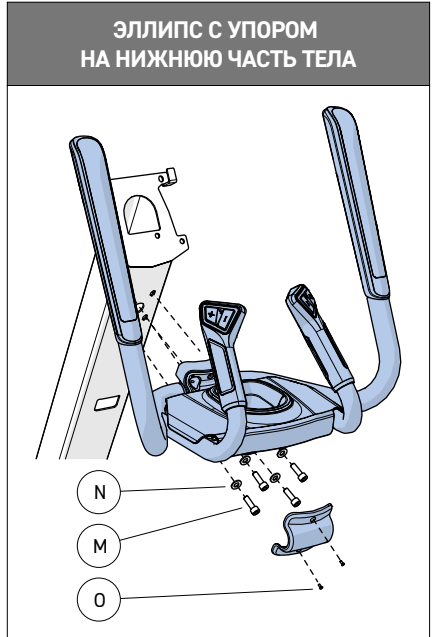
7	Деталь	Кол-во
H	Винт (M5-16 мм)	6
I	Пружинная шайба	8
J	Болт с внутренним шестигранником (20 мм)	8
K	Винт (M5-12 мм)	4
L	Болт с внутренним шестигранником (45 мм)	2



6

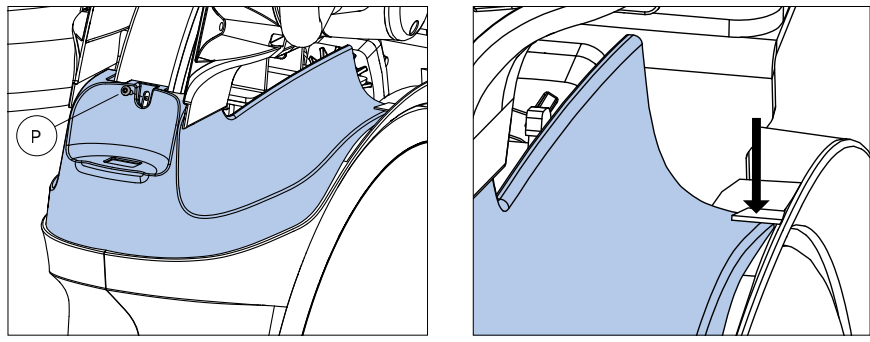


8	Деталь	Кол-во
M	Болт с внутренним шестигранником	4
N	Пружинная шайба	4
O	Винт	2

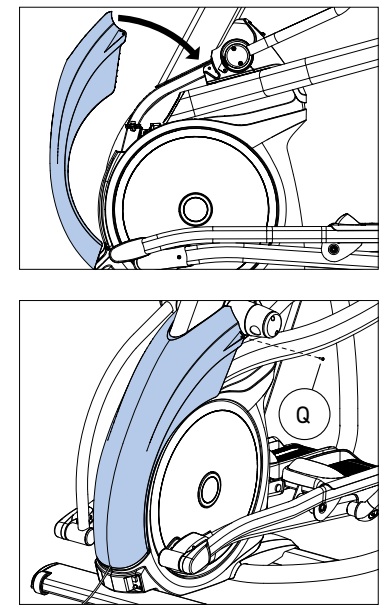
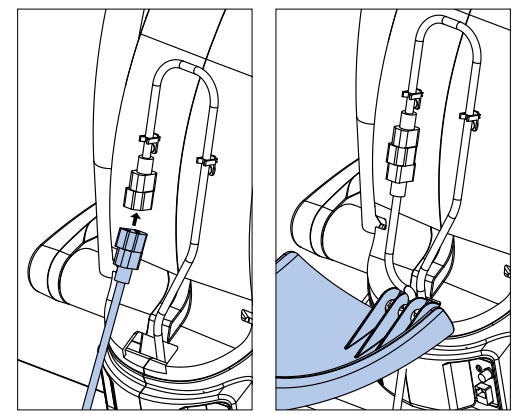


9	Деталь	Кол-во
P	Винт (16 мм)	1

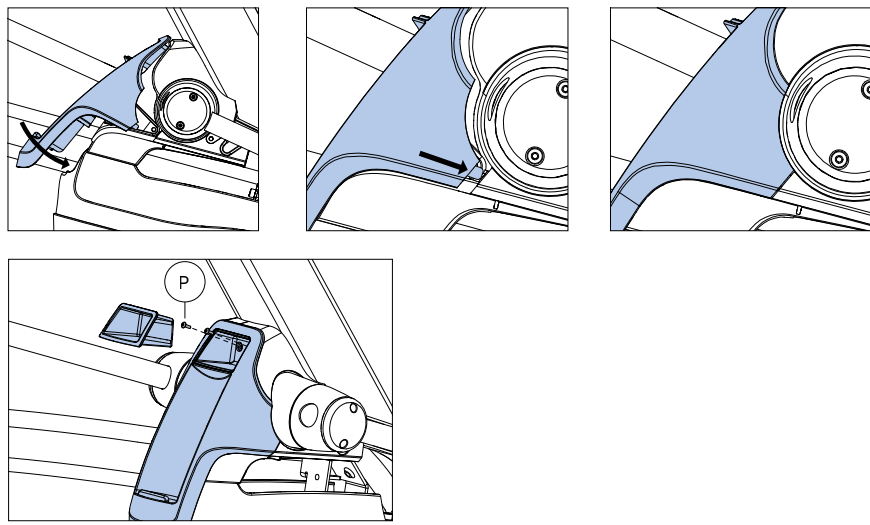
ПРИМЕЧАНИЕ:
Будьте внимательны, чтобы не зажать провода, закручивая винты



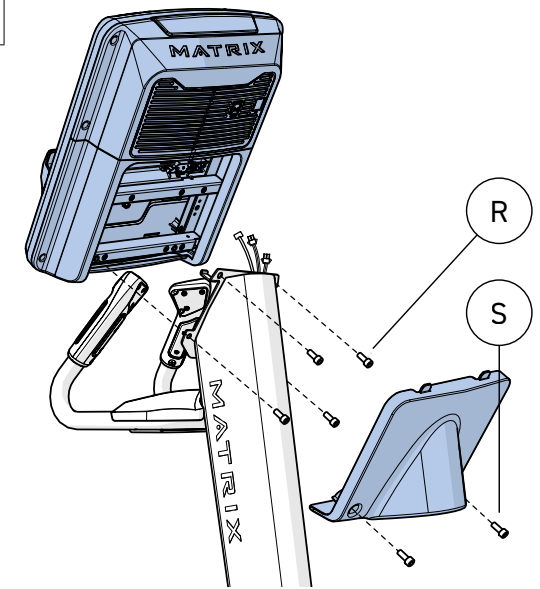
11	Деталь	Кол-во
Q	Винт (12 мм)	2



10	Деталь	Кол-во
P	Винт (16 мм)	2



12	Деталь	Кол-во
R	Болт (20 мм)	4
S	Болт (12 мм)	2



СБОРКА ЗАВЕРШЕНА

ПЕРЕД НАЧАЛОМ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ

РАСПОЛОЖЕНИЕ ИЗДЕЛИЯ

Устанавливайте оборудование на ровной и устойчивой поверхности вдали от прямых солнечных лучей. Интенсивное ультрафиолетовое излучение может привести к выцветанию пластика. Размещайте оборудование в местах с прохладной температурой и низкой влажностью. Свободная зона со всех сторон от оборудования должна составлять не менее 60 см (24 дюйма). Эта зона должна быть свободна от каких-либо препятствий и обеспечивать пользователю свободный выход с тренажера. Запрещается размещать оборудование в зоне, которая будет перекрывать какие-либо вентиляционные каналы или отверстия. Оборудование не разрешается устанавливать в гараже, на крытой террасе, рядом с водой или под открытым небом.

ВЫРАВНИВАНИЕ ИЗДЕЛИЯ

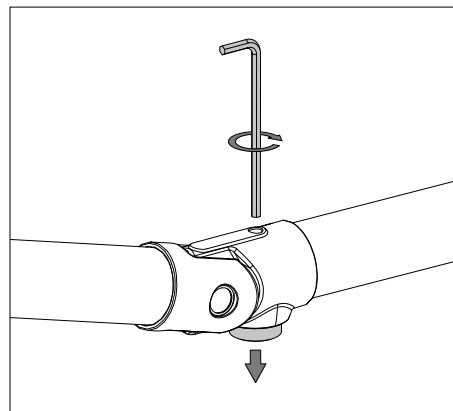
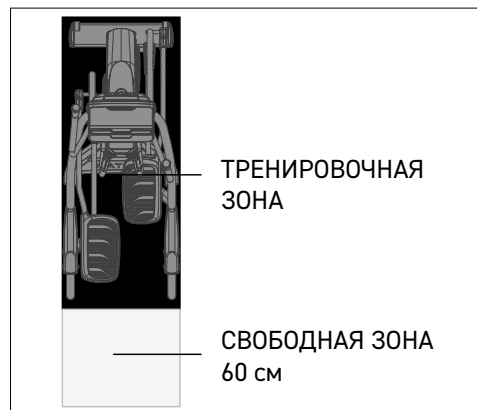
Это оборудование должно быть выровнено для наиболее эффективного использования. После того, как вы разместите оборудование в месте использования, поднимите или опустите один или оба регулируемых выровнителя, расположенных в нижней части рамы. Используйте 6 мм шестигранный ключ для доступа к монтажному отверстию.

Использование уровня рекомендуется.

ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ: На оборудовании есть только два выровнителя.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ!

Оборудование имеет большую массу. При его перемещении необходимо действовать осторожно и при необходимости привлекать помощников. Несоблюдение этих инструкций может привести к травмам.



ЭЛЕКТРОПИТАНИЕ

Если оборудование питается от источника питания, питание должно быть подключено к разъему питания, который расположен в передней части оборудования рядом с трубкой стабилизатора. Отключайте шнур, когда он не используется.



МОНТАЖ / ДЕМОНТАЖ ОБОРУДОВАНИЯ

1. Встаньте за оборудованием.
2. Держась за оба задних подлокотника, поставьте ногу на самую нижнюю педаль и переведите педаль в нижнюю точку, прежде чем наступить на педаль.
3. Подождите, пока оборудование не остановится, а затем поставьте другую ногу на противоположную педаль.
4. Перед демонтажем полностью отключите оборудование.

ВНИМАНИЕ!

Никогда не используйте устройство, если у него поврежден шнур или вилка, или если он не работает должным образом, или если его уронили, повредили или залили водой. Обратитесь в Сервисную службу технической поддержки клиентов для проверки и ремонта.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СИСТЕМЫ МОНИТОРИНГА СЕРДЕЧНОГО РИТМА

Система мониторинга сердечного ритма на этом оборудовании не является медицинским инструментом. Хотя рукоятки для измерения пульса могут дать относительную оценку вашей действительной частоты пульса, на них не следует полагаться, когда необходимы точные показания. Некоторым людям, в том числе участникам программы кардиологической реабилитации, может быть полезно использование альтернативной системы контроля сердечного ритма, например нагрудного ремня или браслета. Различные факторы, в том числе движение пользователя, могут повлиять на точность определения частоты пульса. Показания пульса предназначены только для помощи при выполнении упражнений для определения тенденций пульса в целом. Пожалуйста, проконсультируйтесь со своим врачом. Положите ладонь прямо на рукоятку пульса. Необходимо держаться обеими руками за рукоятки для измерения вашего пульса. Для этого требуется 5 последовательных ударов сердца (15-20 секунд). Держитесь за рукоятку пульса, но не сжимайте ее сильно. Крепкое удерживание рукоятки может повысить кровяное давление. Сохраняйте расслабленную хватку. Вы можете получить ошибочные показания, если будете постоянно сжимать рукоятку. Обязательно чистите датчики пульса, чтобы обеспечить надлежащий контакт.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ!

Возможны погрешности систем мониторинга сердечного ритма. Чрезмерная тренировка может привести к серьезным травмам или смерти. Если вы чувствуете слабость, немедленно прекратите тренировку.



ПРАВИЛЬНОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ

Это оборудование предлагает различные положения ног. Перемещение ступни в крайнее переднее положение подножки увеличивает высоту шага, что создает ощущение, похожее на степ-тренажер. Если поставить ногу по направлению к задней части подножки, высота шага уменьшится, и вы почувствуете скольжение, как при плавной ходьбе или беге.

Всегда следите за тем, чтобы ваша стопа была зафиксирована на педали. Это оборудование также позволяет крутить педали как вперед, так и назад, для разнообразия тренировки и сосредоточения на других основных группах мышц ног, таких как мышцы бедер и икры.

Чтобы определить правильное положение для тренировки, встаньте на педаль, поставив ногу по центру педали. Все время держите колени слегка согнутыми. Вы должны быть способны крутить педали, не смыкая колени и без перекладывания веса с одной стороны на другую.

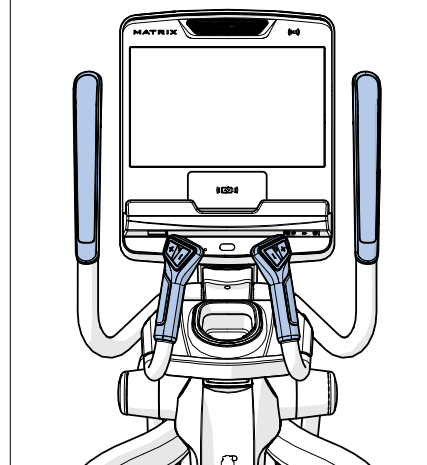
ТОРМОЗНАЯ СИСТЕМА

В этом оборудовании используется магнитное сопротивление для установки определенных уровней сопротивления. Настройка уровня сопротивления в дополнение к оборотам в минуту используется для определения выходной мощности (ватт).

ВАРИАНТЫ ТРЕНИРОВКИ



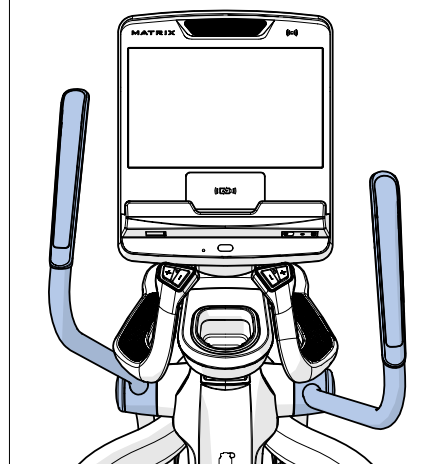
ПРЕДСТАВЛЕН ЭЛЛИПС
С УПОРОМ НА НИЖНЮЮ ЧАСТЬ ТЕЛА



ТРЕНИРОВКА НИЖНЕЙ ЧАСТИ ТЕЛА

Для упора на тренировку нижней части тела, держитесь только за стационарные рукоятки. Это нацелено на мышцы нижней части тела.

ПРЕДСТАВЛЕН ЭЛЛИПС
С ИЗМЕНЯЕМОЙ ДЛИНОЙ ШАГА



ТРЕНИРОВКА ВСЕГО ТЕЛА

Для тренировки всего тела непрерывно толкайте и тяните рукоятки двойного действия во время вращения педалей.

СПЕЦИФИКАЦИИ ИЗДЕЛИЯ



	ЭЛЛИПС С ИЗМЕНЯЕМОЙ ДЛИНОЙ ШАГА	ЭЛЛИПТИЧЕСКИЙ ЭРГОМЕТР
Максимальный вес пользователя	182 кг / 400 фунтов	
Вес изделия	194 кг / 427,7 фунта	190 кг / 418.9 фунта
Транспортировочный вес	230,8 кг / 508,8 фунта	230.8 кг / 508.8 фунта
Габаритные размеры (Д x Ш x В)	178 x 74 x 181 см / 70.1 x 29.1 x 71.3 дюйма	

* Минимальная свободная зона вокруг оборудования MATRIX должна составлять 60 см (24 дюйма) для обеспечения беспрепятственного доступа к нему. Пожалуйста, обратите внимание, что по рекомендациям ADA свободная зона должна составлять 91 см (36 дюймов) для доступа людей в инвалидных креслах.



ПОСТАВЩИК ОБОРУДОВАНИЯ

ООО «Джонсон Хелс Тек Рус»
117105, г. Москва, Новоданиловская наб., д. 6, корп. 1
service@jhtrus.com
+7 495 150 70 40, 8 800 707 17 44.

ПРОЧЕЕ

Дата изготовления указана на упаковке тренажера.

* Упаковка содержит информацию о дате изготовления оборудования, указанную в виде шифра. Пример: С200122, где 20 – год изготовления, 01 – месяц изготовления, 22 – внутренний номер учета. Оборудование сертифицировано в соответствии с Техническим Регламентом Таможенного Союза.

* Производитель оставляет за собой право вносить изменения в конструкцию тренажера, не ухудшающие значительно его основные технические характеристики.

Все актуальные изменения в конструкции либо технических спецификациях изделия отражены на официальном сайте ru.matrixfitness.com.

ВНИМАНИЕ!

Тренажер предназначен для коммерческого использования.

EAC

MATRIX



PERFORMANCE ЭЛИПС С ИЗМЕНЯЕМОЙ ДЛИНОЙ И ТРАЕКТОРИЕЙ ШАГА
PERFORMANCE ЭЛИПТИЧЕСКИЙ ЭРГОМЕТР

ru.matrixfitness.com
matrixfitnessrussia.com

Johnson Health Tech Rus / Matrix Fitness Rus
г. Москва, Новоданиловская набережная, 6, к.1
© 2020 Matrix Fitness. Все права защищены