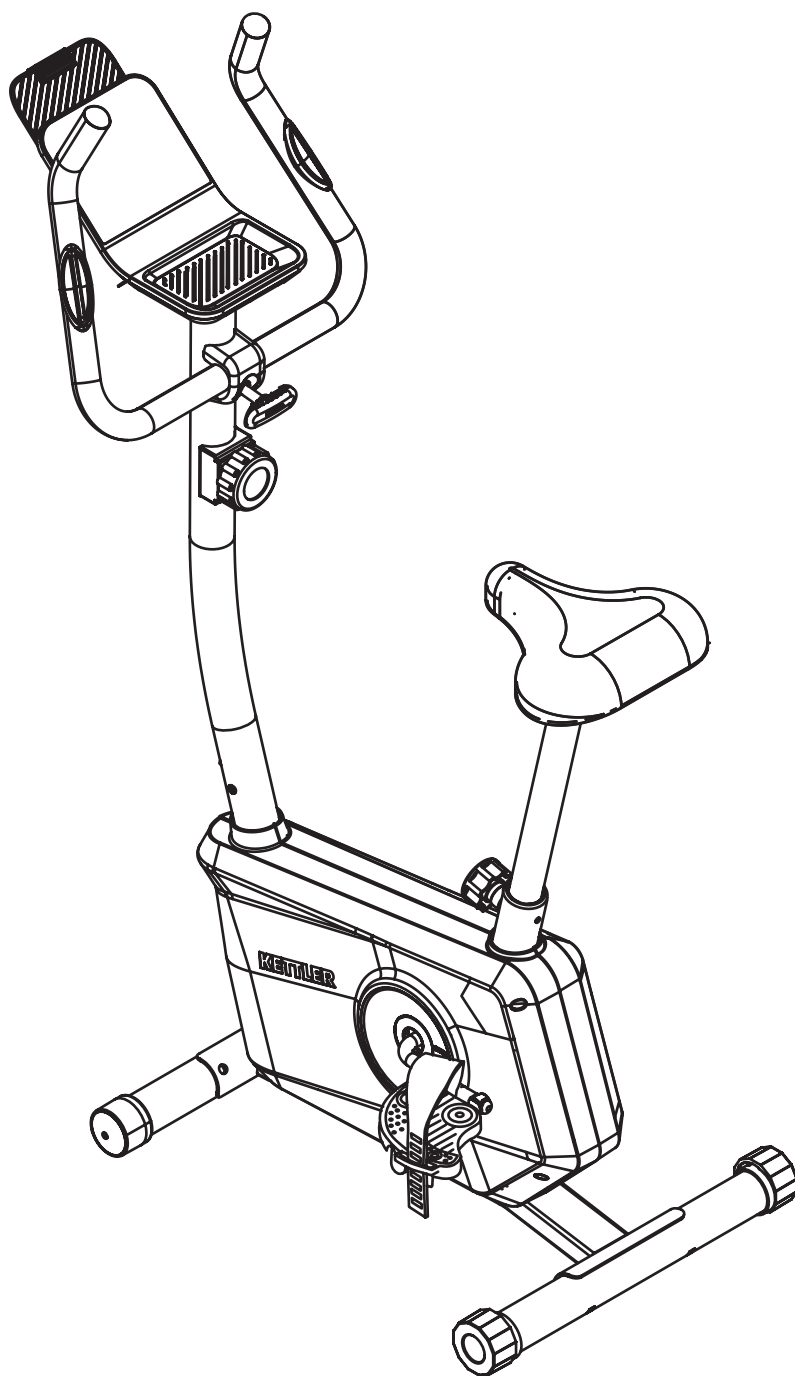


KETTLE

ESTABLISHED
IN GERMANY



Air C1

Exercise Bike

РУКОВОДСТВО ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ И СБОРКЕ ВЕЛОТРЕНАЖЕРА
РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРОВЕДЕНИЮ ТРЕНИРОВОК

ОГЛАВЛЕНИЕ

1	Меры предосторожности	3
1.1	Уведомление о безопасности	3
2	Общие советы по тренировкам	5
2.1	Упражнения для вашей тренировки	5
3	Подготовка тренажера к использованию	9
3.1	Проверка комплектности тренажера	9
3.2	Сборка тренажера	11
4	Описание тренировочного компьютера	17
4.1	Основы управления	17
4.2	Область индикаций/дисплей:	17
4.3	Эксплуатация	18
4.4	Меню пользователя	18
4.5	Измерение пульса	19
5	Подetailная схема тренажера	20
6	Перечень комплектующих	21
7	Техническая информация	22

Благодарим Вас за покупку нашего тренажера. Тренажер поможет правильно тренировать мышцы и улучшать свою физическую форму — и все это в привычной для Вас обстановке.

1 МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ



Внимание!

Этот тренажер был спроектирован и изготовлен максимально безопасным. Тем не менее, при использовании тренажеров необходимо соблюдать определенные меры предосторожности. Перед сборкой и использованием тренажера, пожалуйста, прочитайте внимательно это руководство.

Необходимо соблюдать следующие меры предосторожности:

- Не подпускайте к тренажеру детей и домашних животных. Не оставляйте их без присмотра в помещении где находится тренажер.
- Ответственность за то, чтобы все пользователи тренажера были надлежащим образом проинформированы обо всех мерах предосторожности, лежит на владельце тренажера. Используйте тренажер только по назначению так, как описано в данном руководстве.
- Регулярно проверяйте работу всех деталей. Немедленно заменяйте неисправные детали и / или не используйте оборудование пока не будет произведен ремонт. Надлежащий уровень безопасности оборудования можно поддерживать только в том случае, если производить его регулярный осмотр на предмет повреждений и износа деталей.
- Установите тренажер на ровную поверхность таким образом, чтобы с каждой стороны тренажера оставалось свободным расстояние не менее 1,0 м. Чтобы защитить пол или ковер от повреждений, поместите под тренажер коврик.
- Содержите тренажер в сухом помещении. Регулярно удаляйте пыль и другие загрязнения. Следите за тем, чтобы в помещении где используется тренажер была хорошая вентиляция.
- Не кладите на тренажер предметы, не предназначенные для занятий на тренажере, это может стать причиной поломки тренажера и / или порчи вашей вещи.
- Для занятий на тренажере надевайте удобную одежду; одежда не должна быть слишком свободной, чтобы не зацепиться за детали тренажера. Надевайте удобную спортивную обувь во время тренировок.
- Во избежание получения травм не кладите руки на движущиеся части тренажера.
- Если вы обнаружили, что ваш тренажер работает ненормально — появился нехарактерный нормальный работе механизмов звук, заедания подвижных деталей или другое, незамедлительно прекратите его использование, и обратитесь в сервисную мастерскую.
- На тренажере одновременно может заниматься только один человек.

1.1 Уведомление о безопасности

Прежде, чем начинать тренировки на тренажере, проконсультируйтесь с вашим врачом по поводу возможных противопоказаний или ограничений для занятий на тренажере. Тренажер полезен для поддержания хорошей физической формы и для улучшения здоровья в целом, но при некоторых состояниях лучше отложить занятия, иначе можно получить серьезные осложнения.

Противопоказания для занятий на тренажере

Во время тренировки на тренажере на организм оказывается серьезная физическая нагрузка. Вы должны быть подготовлены к занятиям на тренажере. Чтобы избежать неприятных последствий, предварительно Вам необходимо посетить врача и пройти обследование на предмет противопоказаний.

Рекомендуется воздержаться от занятий на тренажере, если у Вас есть диагноз или симптомы, описанные ниже:

⚠ ВНИМАНИЕ. Список приведенный ниже является неполным, и приведен для справки. Решение о возможности занятий на тренажере при наличии любого заболевания может принимать только врач.

- повышенного артериального давления с периодическими кризисами;
- сердечно-сосудистая недостаточность;
- астма;
- периодические отеки;
- тахикардия и стенокардия;
- тромбоз;
- злокачественная опухоль;
- сахарный диабет всех стадий;
- повышенная температура;

- обострение хронических заболеваний;
- беременность при угрозе выкидыша, тонусе матки;
- плохое самочувствие при инфекционных недугах.



Перед началом любой программы упражнений, пожалуйста, проконсультируйтесь с врачом. Это особенно важно для лиц старше 35 лет или лиц с ранее существовавшими проблемами со здоровьем. Чтобы снизить риск получения серьезных травм, прочитайте раздел меры предосторожности и инструкции в этом руководстве, а также информацию на стикерах размещенных на Вашем тренажере.

2 ОБЩИЕ СОВЕТЫ ПО ТРЕНИРОВКАМ

Начните программу упражнений постепенно, то есть один блок упражнений каждые 2 дня. Увеличивайте объем упражнений неделя за неделей. Начните с коротких периодов, а затем увеличивайте их непрерывно. Начните с несложных упражнений и не ставьте себе невыполнимых целей. В дополнение к основным упражнениям, применяйте другие виды нагрузок, такие как бег, плавание, танцы и / или езда на велосипеде.

Всегда разминайтесь перед тренировкой. Для этого выполняйте не менее пяти минут упражнения на растяжку или гимнастику, чтобы избежать растяжений мышц и травм.

Регулярно проверяйте свой пульс. Если у вас нет прибора для измерения пульса (ЧСС), спросите своего терапевта, как вы можете эффективно измерить пульс. С помощью врача, определите оптимальный для вашего возраста и уровня физической подготовки диапазон ЧСС для достижения оптимального успеха тренировок на тренажере.

⚠ ВНИМАНИЕ! Системы контроля сердечного ритма могут быть неточными. Чрезмерные физические нагрузки могут привести к серьезным травмам или смерти. Если вы чувствуете боль или слабость во время тренировки, немедленно прекратите занятие и обратитесь к врачу.

Старайтесь пить во время тренировки. Учтите, что рекомендуемая потребность потребляемой жидкости 2–3 литра в день заметно увеличивается при физической нагрузке. Жидкость, которую вы пьете, должна быть комнатной температуры.

При занятиях на тренажере всегда носите легкую и удобную одежду, а также спортивную обувь. Не надевайте свободную одежду, которая может порваться или попасть в движущиеся части тренажера.

2.1 Упражнения для вашей тренировки

Разминка / упражнения на растяжку

Успешная тренировка начинается с разогревающих упражнений и заканчивается упражнениями на расслабление и расслабление. Эти разогревающие упражнения подготовят ваше тело к последующим упражнениям. Период расслабления после тренировки гарантирует, что у вас не возникнет проблем с мышцами. Далее вы найдете инструкции по упражнениям на растяжку для разогрева и расслабления. Пожалуйста, обратите внимание на следующие моменты:

Упражнения для шеи

Наклоните голову вправо и почувствуйте напряжение в шее. Медленно опустите голову полукругом к груди, а затем поверните голову влево. Вы снова почувствуете комфортное напряжение в шее. Повторите это упражнение поочередно несколько раз.

Упражнения для плеч

Поднимите левое и правое плечи попеременно или оба плеча одновременно.

Упражнение для рук

Протяните левую и правую руки попеременно вверх. Почувствуйте напряжение в левой и правой руке. Повторите это упражнение несколько раз.

Упражнение для бедер

Если необходимо обопритесь о стену, затем наклонитесь назад и рукой подтяните правую или левую ногу как можно ближе к ягодицам. Почувствуйте комфортное напряжение в верхней части бедра. Сохраняйте это положение в течение 30 секунд, если это возможно, и повторите это упражнение 2 раза для каждой ноги.

Растяжка мышц ног

Сядьте на пол и поставьте ноги так, чтобы колени были направлены наружу. Потяните ноги как можно ближе к паху. Теперь осторожно прижимайте колени вниз. Если это возможно, постарайтесь сохранить это положение в течение 20–30 секунд.

Касание

Медленно наклоните туловище вперед и попытайтесь коснуться ног руками. Дотянитесь до пальцев ног. Если возможно, постарайтесь сохранить это положение в течение 20–30 секунд.

Упражнения для колен

Сядьте на пол и вытяните правую ногу. Согните левую ногу и положите ногу на правое верхнее бедро. Теперь попробуйте достичь правой ноги правой рукой. Если возможно, постарайтесь сохранить это положение в течение 30–40 секунд.

Упражнения для ахиллова сухожилия

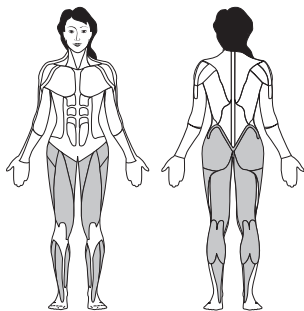
Поставьте обе руки на стену и обопритесь всем телом. Затем переместите левую ногу назад и вытяните, не отрывая ногу от пола. Повторите упражнение с правой ногой. Это растягивает заднюю часть ноги. Если возможно, постарайтесь сохранить это положение в течение 30–40 секунд.

Велотренажер — для всех, кто любит кататься на велосипеде и хочет избежать нагрузок на суставы

Благодаря движениям ног по окружности суставы стоп, коленей и тазобедренный сустав получают оптимальную и безопасную форму нагрузки. Такие движения идеально подходят для дозированных тренировок сердечно-сосудистой системы с целью сжигания жира, поскольку в этом случае тело получает такую же нагрузку, как во время беговой тренировки. Поэтому велотренажеры подходят также и для людей с лишним весом или физическими проблемами, которые хотят избежать серьезных нагрузок на коленные и тазобедренные суставы.

Преимущества:

- возможность эргономичной регулировки для достижения оптимального положения тела во время тренировки
- идеальное решение для тренировки сердечно-сосудистой системы и сжигания жира
- незначительная нагрузка на суставы
- также подходит для людей с избыточным весом и начинающих любителей фитнеса
- не занимает много места и легко перевозится

**Высота сиденья**

Сначала установите седло на оптимальную для вас высоту. Оптимальная высота достигается, когда при согнутых коленях ваши пятки касаются педалей. Движение ног по окружности достигается, если вы не полностью разгибаете колени во время тренировки. Благодаря этому тренировка оказывает щадящее воздействие на ступни, колени и тазобедренный сустав.



Расход энергии (ккал) — прибл. 600 в час. Сжигание жира — прибл. 48–54 г в час.

Установка оптимального положения сиденья

Идеальное положение тела достигается, когда верхняя часть корпуса слегка наклонена вперед. Если у вас есть проблемы со спиной, установите угол наклона руля таким образом, чтобы верхняя часть корпуса находилась в прямом вертикальном положении. Эта поза является щадящей для позвоночника и суставов.



Расстояние между седлом и рулем

Седло вашего велотренажера (в зависимости от модели) также может регулироваться в продольном направлении. Для этого необходимо ослабить винт под седлом и сдвинуть седло по направляющей вперед или назад в зависимости от вашей комплекции.

Наклон руля

Руль вашего велотренажера регулируется по наклону. Ослабьте винт под кокпитом и установите требуемое для вас положение. Затем снова затяните винт так, чтобы руль был прочно закреплен!

**Варианты тренировок**

Чтобы усилить нагрузку на мышцы бедра и ягодиц, прикладывайте большее усилие при вращении педалей. Для увеличения нагрузки на мышцы задней части бедра, усильте воздействие на педали, подняв петлю вверх. Помимо этого у вас есть возможность моделировать езду в гору, увеличив сопротивление педалей. Во время такой тренировки помимо мускулатуры ног также задействуются брюшные мышцы, мышцы спины, а также мышцы верхней части корпуса и плечевые мышцы.

Рекомендации для тренировок

Не забывайте выполнять упражнения на растяжку после завершения тренировки во избежание травм и болей в мышцах.

Четырехнедельный план тренировок на велотренажере для начинающих

	Неделя 1	Неделя 2	Неделя 3	Неделя 4
Понедельник	15 минут при низкой нагрузке, уровень 1–3	20 минут при низкой нагрузке, уровень 1–3	30 минут при низкой нагрузке, уровень 1–3	30 минут при низкой нагрузке, уровень 4–6
Вторник	Перерыв	Перерыв	30 минут при низкой нагрузке, уровень 1–3	30 минут при низкой нагрузке, уровень 4–6
Среда	15 минут при низкой нагрузке, уровень 1–3	20 минут при низкой нагрузке, уровень 1–3	Перерыв	Перерыв
Четверг	Перерыв	Перерыв	30 минут при низкой нагрузке, уровень 1–3	30 минут при низкой нагрузке, уровень 4–6
Пятница	15 минут при низкой нагрузке, уровень 1–3	20 минут при низкой нагрузке, уровень 1–3	Перерыв	Перерыв
Суббота	Перерыв	Перерыв	30 минут при низкой нагрузке, уровень 1–3	30 минут при низкой нагрузке, уровень 4–6
Воскресенье	Перерыв	Перерыв	Перерыв	Перерыв

Указание: начиная с пятой недели тренировки, повысьте продолжительность занятий, например, до 40 минут. На шестой неделе можно начать проводить легкие интервальные тренировки. Следите за тем, чтобы пульс во время тренировки во время первых 8 недель тренировки составлял 60–65% от вашей максимальной частоты пульса и не превышал 75%.

Таблица с указанием частоты сердечных сокращений

⚠ ВНИМАНИЕ. Максимально возможный порог частоты сердечных сокращений строго индивидуален и должен определяться врачом.

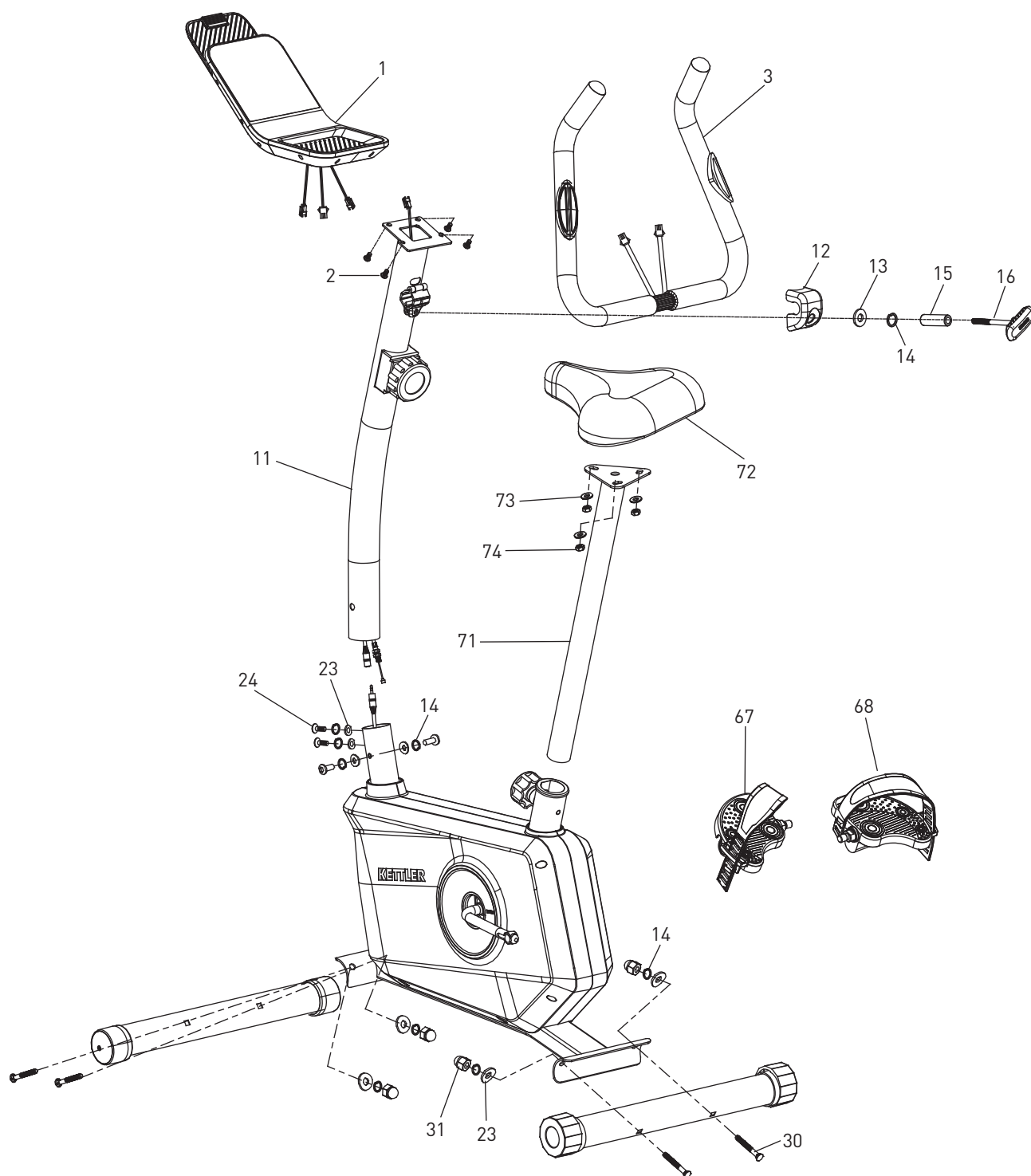
Возраст	МЧСС	Частота сердечных сокращений при умеренной физической активности, ударов/мин	Частота сердечных сокращений при интенсивной физической активности, ударов/мин
30	190	105–133	133–162
40	180	99–126	126–153
50	170	94–119	119–145
60	160	88–112	112–136
70	150	83–105	105–128
80	140	77–98	98–119

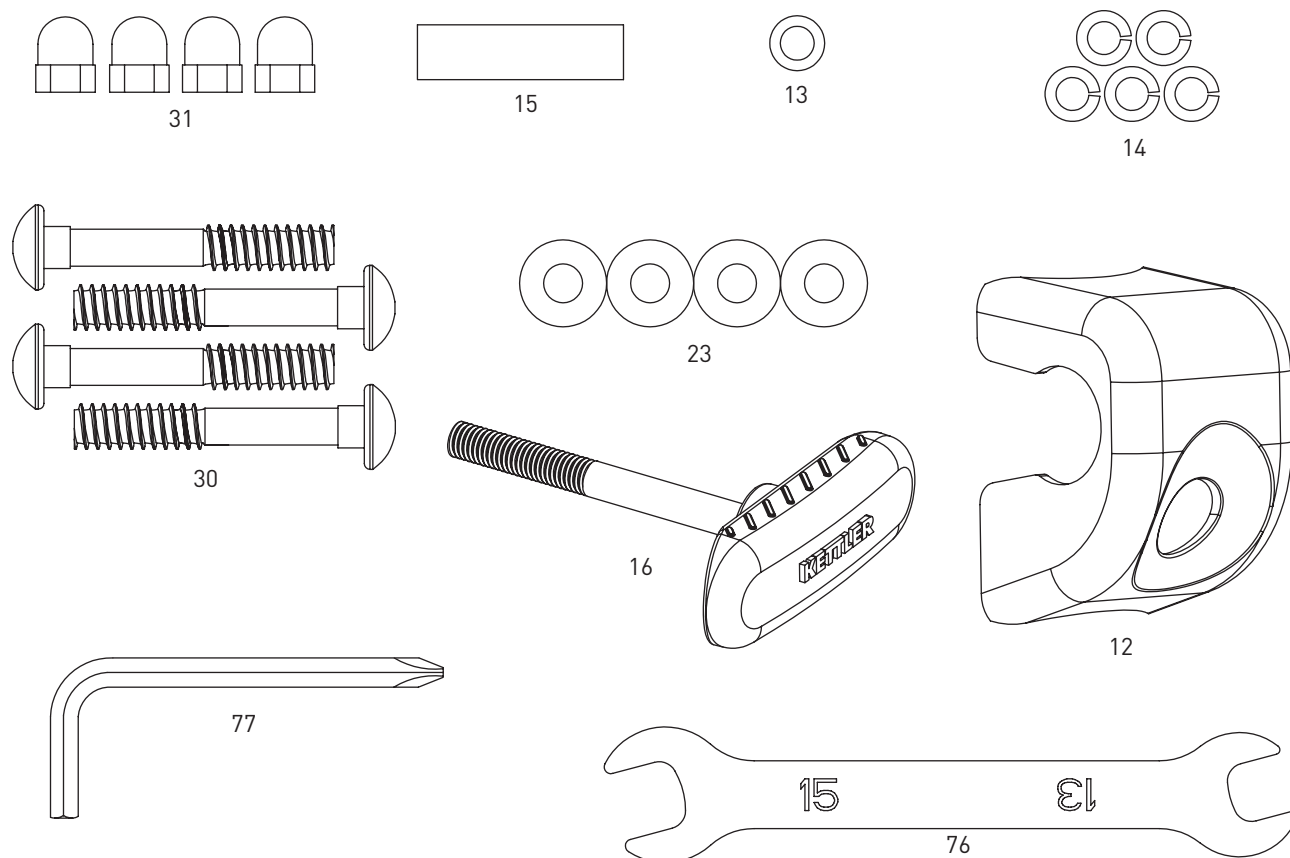
3 ПОДГОТОВКА ТРЕНАЖЕРА К ИСПОЛЬЗОВАНИЮ

3.1 Проверка комплектности тренажера

Расположите тренажер на расстоянии, как минимум, 1 метра от других окружающих предметов. Перед тем как приступить к сборке, рекомендуем вам разложить все элементы конструкции тренажера на свободной площади и убрать упаковочный материал. Убедитесь, что в упаковке ничего не осталось. Убедитесь в наличии всех элементов конструкции тренажера. Обратите внимание, что некоторые части тренажера могут поставляться в предварительно собранном виде.

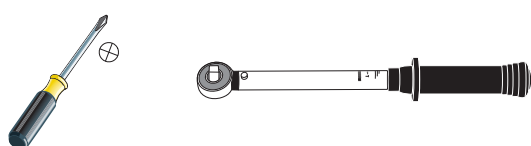
Комплектация тренажера





№	Описание	Кол-во
31	Гайка колпачковая	4
15	Кольцо	1
13	Шайба плоская	1
14	Гровер	5
30	Болт	4
23	Шайба	4
16	Резьбовой фиксатор	1
12	Заглушка поручня	1
77	Ключ шестигранный	1
76	Ключ рожковый	1

Необходимый инструмент — не входит в комплект поставки.

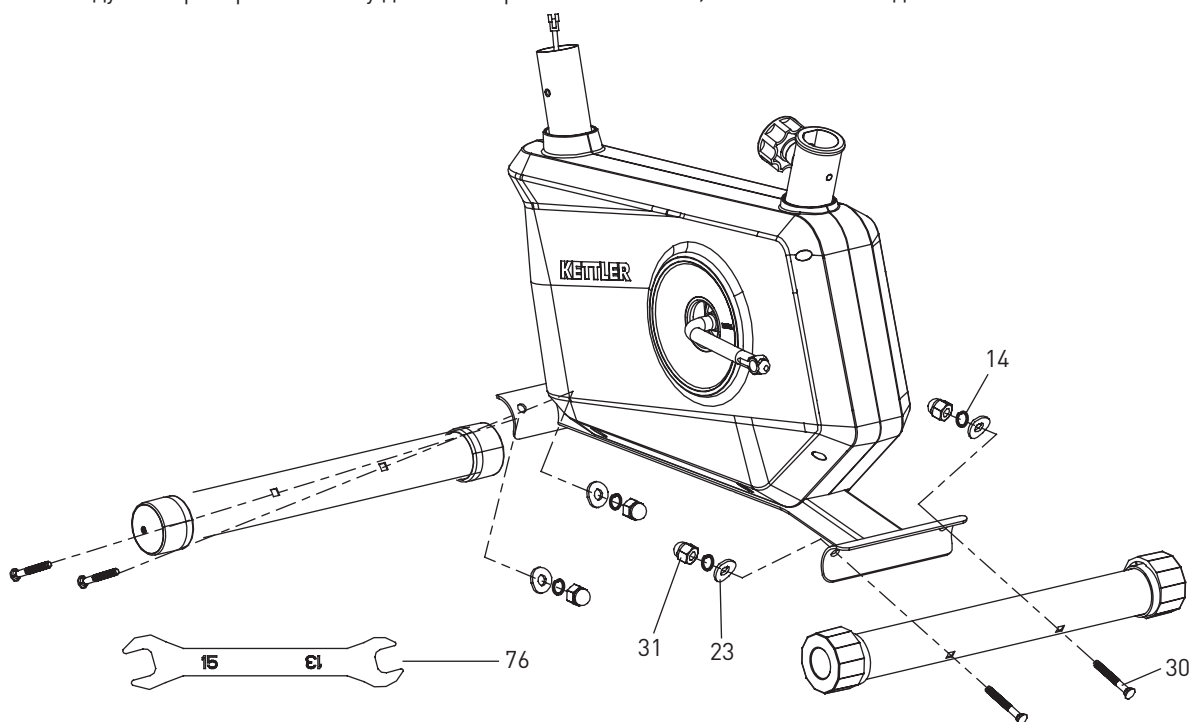


3.2 Сборка тренажера

Шаг 1

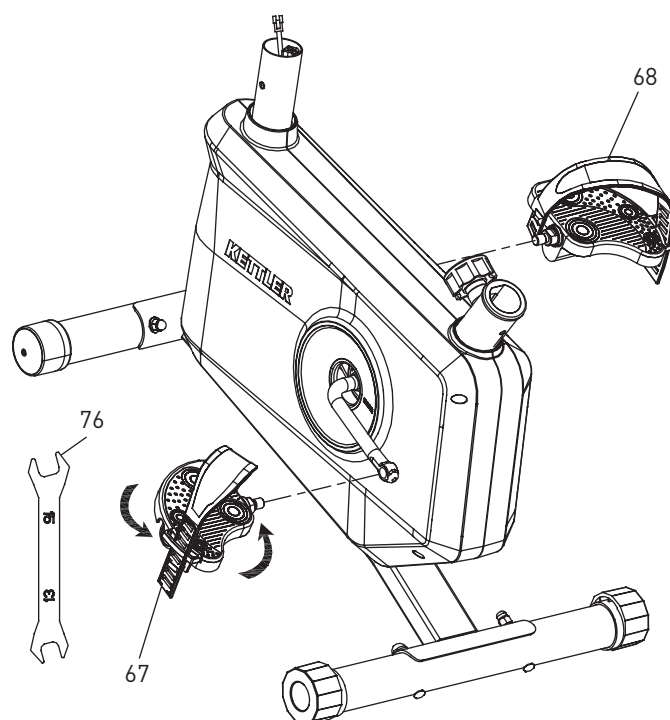
Поднимите заднюю часть корпуса тренажера. Установите сначала заднюю подножку, на ней отсутствуют транспортировочные ролики. Закрепите двумя болтами M8×65 (30) с гроверами Ø8,1 (14) и шайбами Ø8×19 (23), и гайками (31) с помощью рожкового ключа на 13 мм (76). Следом по аналогии установите переднюю подножку, транспортировочные ролики должны быть расположены спереди.

Рекомендуется проверить затяжку динамометрическим ключом, момент затяжки должен составлять 25 Нм.



Шаг 2

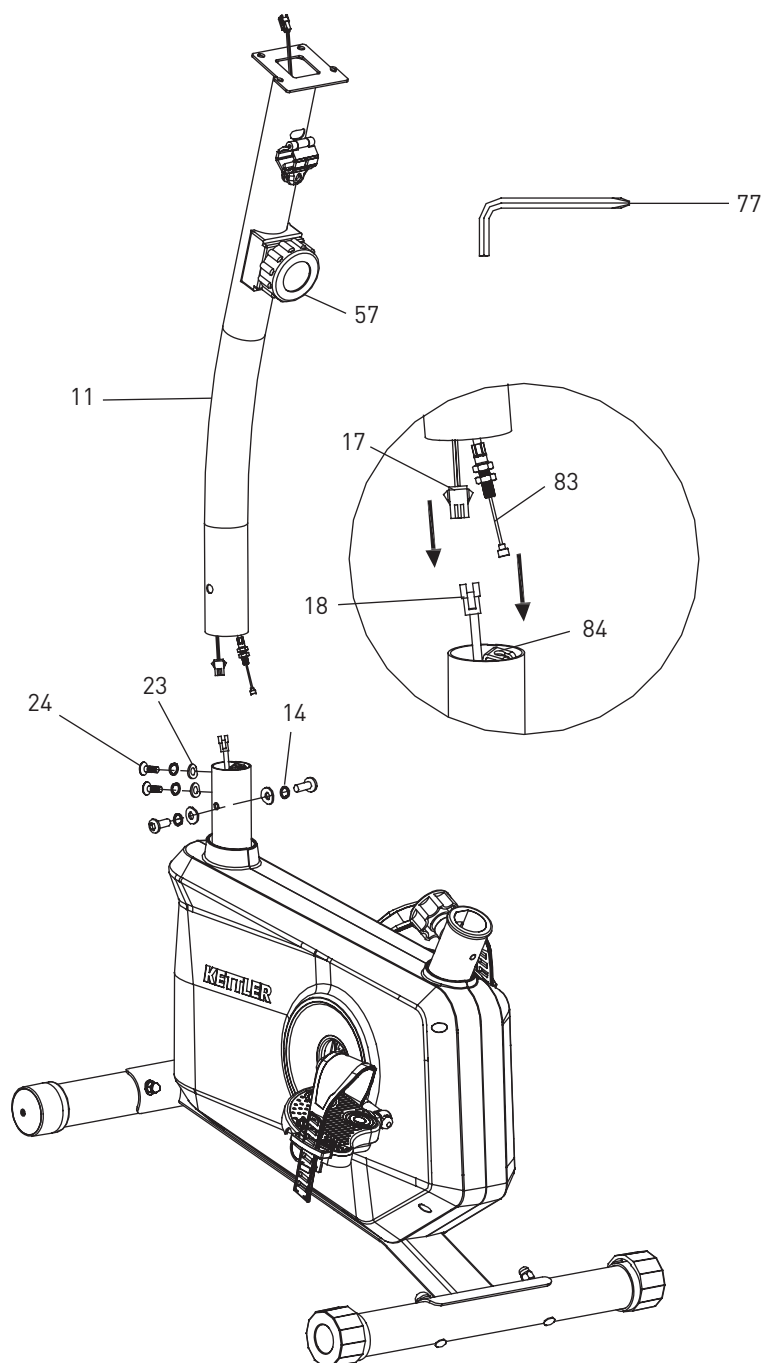
Педали промаркированы L (левая) (67) и R (правая) (68). Установите педали на шатуны, используя гаечный ключ 15 мм (76), при этом правая педаль закручивается по часовой стрелке, а левая против часовой. Установите педальные ремешки в пазы педалей.



Шаг 3

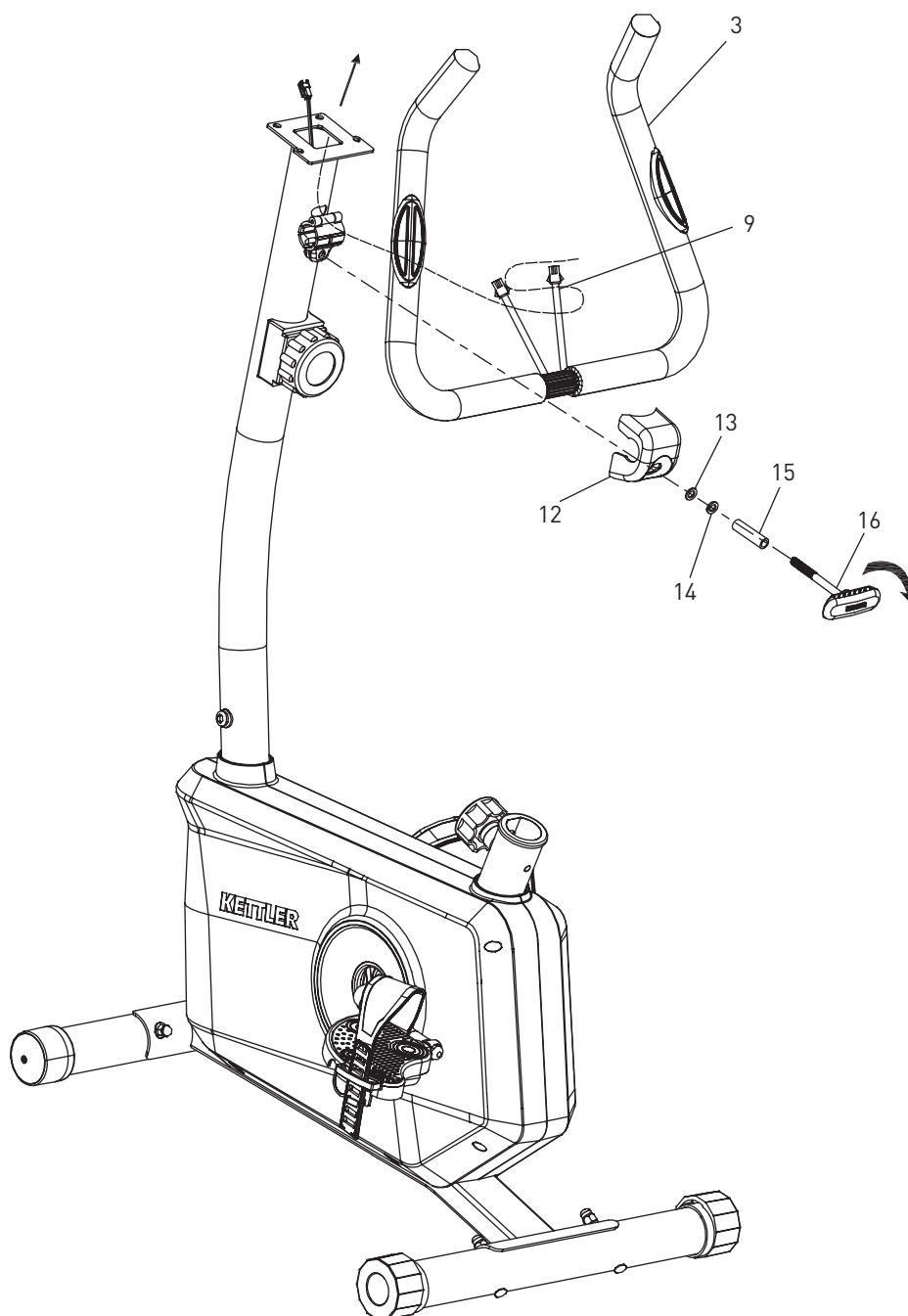
Открутите 4 винта (M8×16) с основания стойки непосредственно в корпусе тренажера (сохраните эти винты). Удалите резиновую предохранительную вставку троса регулировки нагрузки в основании стойки. Прокрутите регулировку нагрузки (57) в максимальное положение чтобы трос ослабился. Проденьте конец троса в скобу и зафиксируйте трос в пазу скобы. Прокрутите регулировку нагрузки в минимальное положение чтобы трос натянулся. Соедините провод от консоли с корпусом тренажера. Прикрепите стойку (11) к основанию 4-мя винтами M8×16 (24), гроверами Ø8,1 (14) и шайбами Ø8×19 (23) с помощью шестигранного ключа 6 мм (77).

Рекомендуется проверить затяжку динамометрическим ключом, момент затяжки должен составлять 25 Нм.



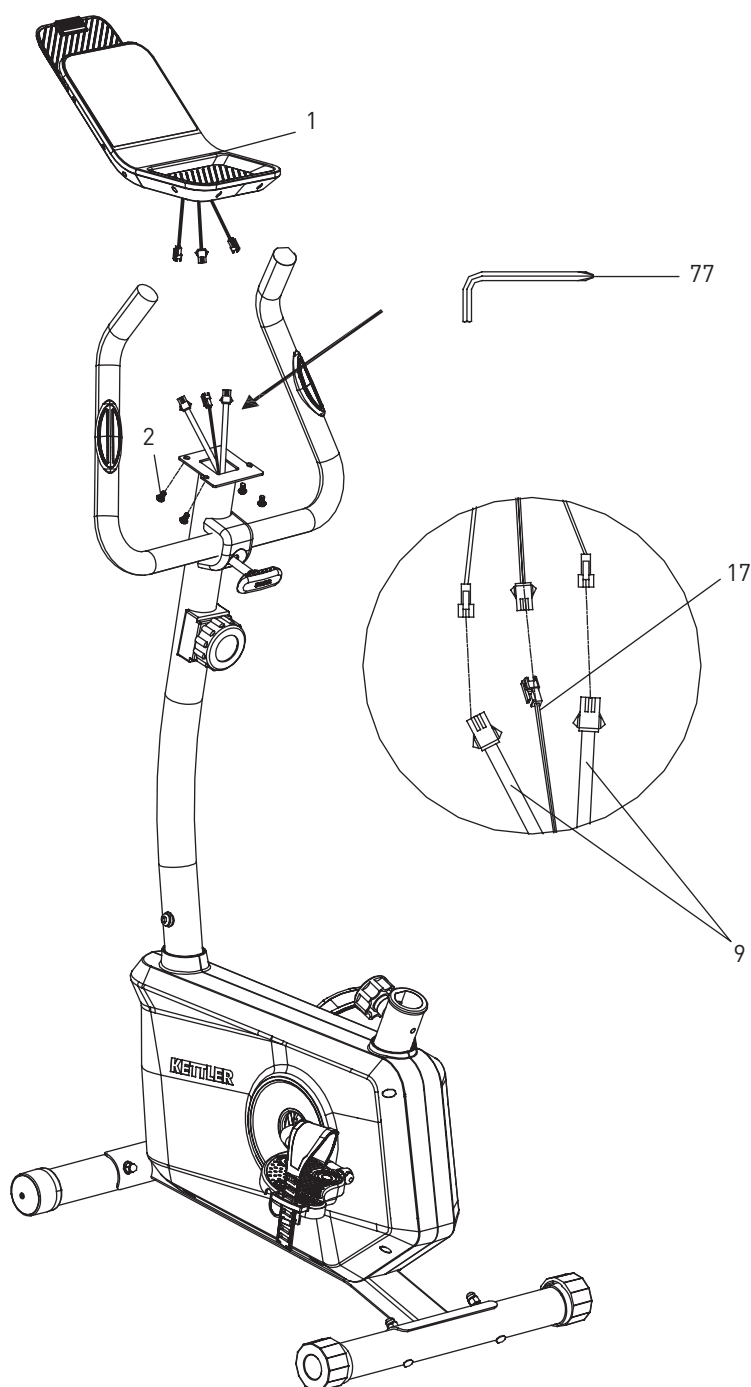
Шаг 4

Проденьте провода от сенсоров (9) через верхнее отверстие. Зафиксируйте проволокой провода к стойке, чтобы они не провалились внутрь трубы. Установите на стойку поручни с сенсорными датчиками частоты сердечных сокращений (3) и закрепите резьбовым фиксатором M8x77 (16), гроверной шайбой Ø8,1 (14), шайбой Ø8x14 (13) и втулкой Ø8 (15).



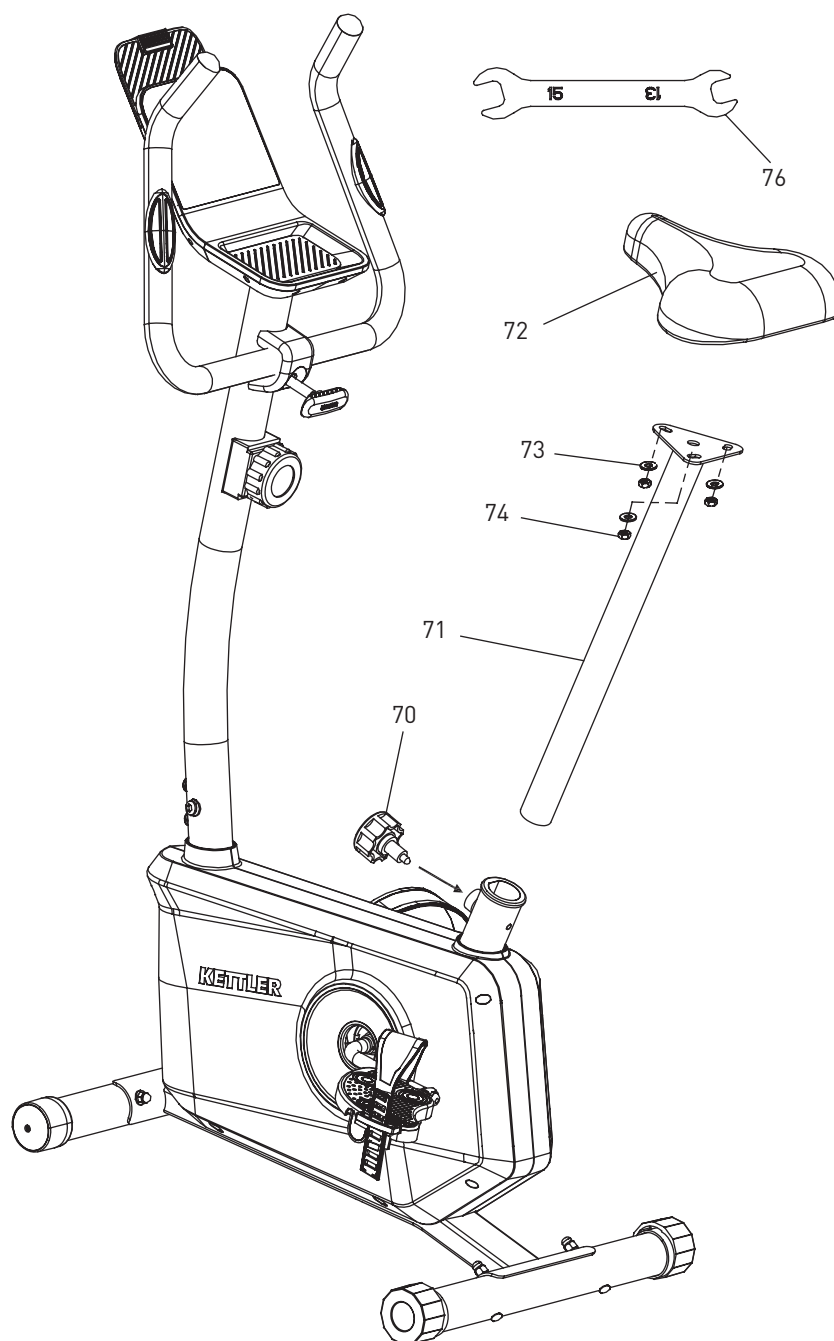
Шаг 5

Удалите проволоку, которой фиксировали провода от сенсоров. Проденьте провода (9, 17) через большое отверстие в держателе консоли и соедините провода между держателем и консолью (1), предварительно установив батарейки (идут в комплекте). Закрепите консоль на держатель с помощью 4 винтов M5×10 (2) и шестигранного ключа 6 мм (77).



Шаг 6

Установите подседельный штырь (71) в корпус тренажера, предварительно выкрутив регулятор высоты (70). Затем, закрутив регулятор обратно, зафиксируйте подседельный штырь. Установите седло (72) на подседельный штырь и закрепите с помощью 3 гаек М8 (74) и шайб Ø8 (73), используя рожковый ключ (76).



Отрегулируйте тренажер под себя.

Отрегулируйте устойчивость тренажера, используя компенсаторы неровностей пола (переставляя заглушки на торце трубы)

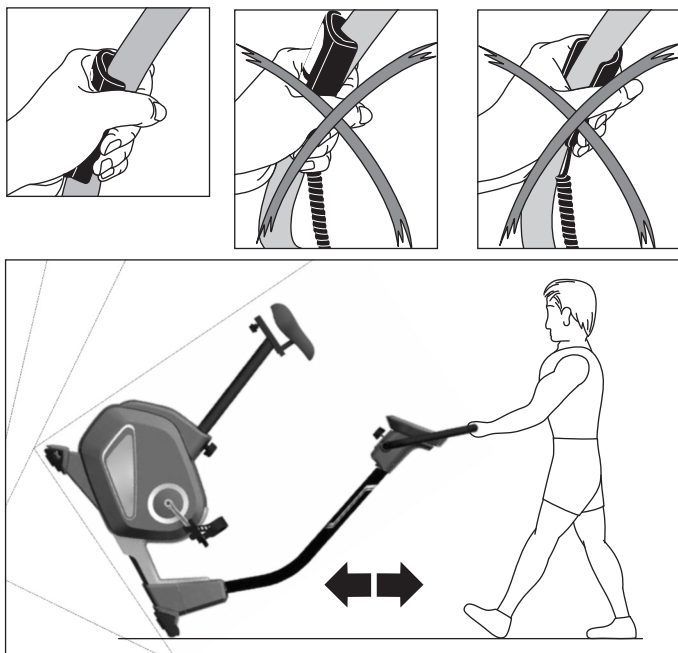
Тренажер готов к работе.

Желаем вам отличных тренировок!

Перемещение тренажера

Для того чтобы переместить тренажер в другое место, наклоните его на себя, держась за верхние поручни стойки. Наличие транспортировочных роликов позволит переместить тренажер в любое место квартиры без лишних усилий.

⚠ ВНИМАНИЕ. Не перемещайте тренажер по неровной поверхности — это может привести к повреждению роликов и самого тренажера.



4 ОПИСАНИЕ ТРЕНИРОВОЧНОГО КОМПЬЮТЕРА

4.1 Основы управления



4.2 Область индикаций/дисплей:

СКАН: Экран будет циклически отображать каждую функцию каждые 6 секунд.

SCAN(СКАН)→RPM/SPEED(РПМ/СКОРОСТЬ)→TIME(ВРЕМЯ)→DISTANCE(ДИСТАНЦИЯ)→CALORIES(КАЛОРИИ)→PULSE(ПУЛЬС)→SCAN(СКАН)

Рекомендации по проведению тренировок и руководство по эксплуатации

Краткое руководство

Область индикации/дисплей

В области индикации отображается информация о различных функциях.

Частота педалирования (об/мин.)	0~15~999 об/мин.		Индикация среднего значения при паузе тренировки
Время тренировки Общее время тренировки (ч.) после включения или сброса индикации			Значение: 0:00 – 99:59
Дистанция Общая дистанция (мили/км) после включения или сброса индикации			Индикация в милях или километрах Значение: 0, 00 – 99,99
Расход энергии в ккал или кДж			Значение: 0 – 9999

Пульс	Индикация пульса 30~240		Символ сердца (мигает в такт с пульсом)
Скорости	Индикация среднего значения при паузе тренировки		Значение 0 – 99,9 Индикация в милях/час или километрах/час

4.3 Эксплуатация

После установки зарядной батареи, консоль будет полностью отображаться в течение 2 секунд, в сопровождении звука «ди», далее покажет диаметр колеса 78,0 и войдет в режим «ожидания».

4.4 Меню пользователя

1 Область функций

В режиме ожидания пользователь может просто начать с нажатия педали; или сначала установите значение, а затем нажмите на педаль, и каждое значение начнет подсчитываться.

Настройка: в режиме «ожидания» нажмите клавишу «MODE», чтобы войти в интерфейс настройки значения функции. При настройке соответствующий функциональный дисплей начинает мигать, нажмите кнопку «▲», «▼», чтобы установить целевое значение функции, затем нажмите кнопку «MODE» для подтверждения и введите следующую настройку целевого значения функции, нажмите TIME(ВРЕМЯ)→ DISTANCE(ДИСТАНЦИЯ)→ CALORIES(КАЛОРИИ)→ PULSE(ПУЛЬС)

Если целевое значение функции не установлено, количество значений каждой функции (кроме значения частоты сердечных сокращений) не превышает верхнего предела; если задано целевое значение, значение функции (кроме значения частоты сердечных сокращений) отсчитывается от установленного значения до 0, а неустановленное значение функции (кроме значения частоты сердечных сокращений) доходит до верхнего предела.

После того, как установленное значение функции доходит до 0, происходит звуковой сигнал 4 раза, соответствующее значение функции мигает, а затем заново начинается с 0; другие значения функции, для которых не был произведен обратный отсчет до 0, продолжают обратный отсчет.

При движении данные в окне значений пульса начинают мигать, когда фактическое значение пульса превышает установленное значение.

2 Функция RECOVERY (Фитнес-тест)

1. Удерживая рукоятку, после того, как на консоли отобразится значение ПУЛЬСА, нажмите клавишу «RECOVERY» (ФИТНЕС-ТЕСТ), чтобы войти в функцию оценки физической силы. Консоль отображает только текущее значение сердечного ритма с обратным отсчетом в 1 минуту. Нельзя отпускать руку от рукоятки в течение 1 минуты, ее следует крепко держать на поручне. В окне ПУЛЬС отображается текущее значение ЧСС. Электронный измеритель будет оцениваться в соответствии со значением частоты сердечных сокращений, полученным в течение этого периода.
2. Уровень физической силы пользователя будет оцениваться от F 1 до F 6.

Значение пульса уровни	Фитнес-тест	До и после
F1	Great (отлично)	Average 50 (в среднем)
F2	Good (хорошо)	40–49
F3	Normal (нормально)	30–39
F4	General (среднее)	20–29

Значение пульса уровни	Фитнес-тест	До и после
F5	Need more Exercise (необходимо больше тренировок)	10–19
F6	Too less exercise (слишком мало тренировок)	Less than 10 (менее 10)

3 Режим сна

Консоль автоматически выключается через 4 минуты, если тренажер не используется. Тренажер можно включить при нажатии любой кнопки или же при нажатии на педаль.

4 Ключевые функции

- RECOVERY(ФИТНЕС-ТЕСТ): клавиша фитнес тест
- MODE: клавиша переключения РЕЖИМА
- ▲ Вверх: регулировка вверх (время/расстояние/калории/пульс)
- ▼ Вниз: регулировка вниз (время/расстояние/калории/пульс)
- RESET(СБРОС): клавиша сброса(очистить текущее значение, установленное на 0)
- TOTAL RESET(ПОЛНЫЙ СБРОС): клавиша полного сброса: перезапустите консоль

Заметки:

1. Для запуска консоли используйте 2 батарейки типа AA (2×1,5 В);
2. Пожалуйста, не допускайте попадания влаги на тренажер

4.5 Измерение пульса

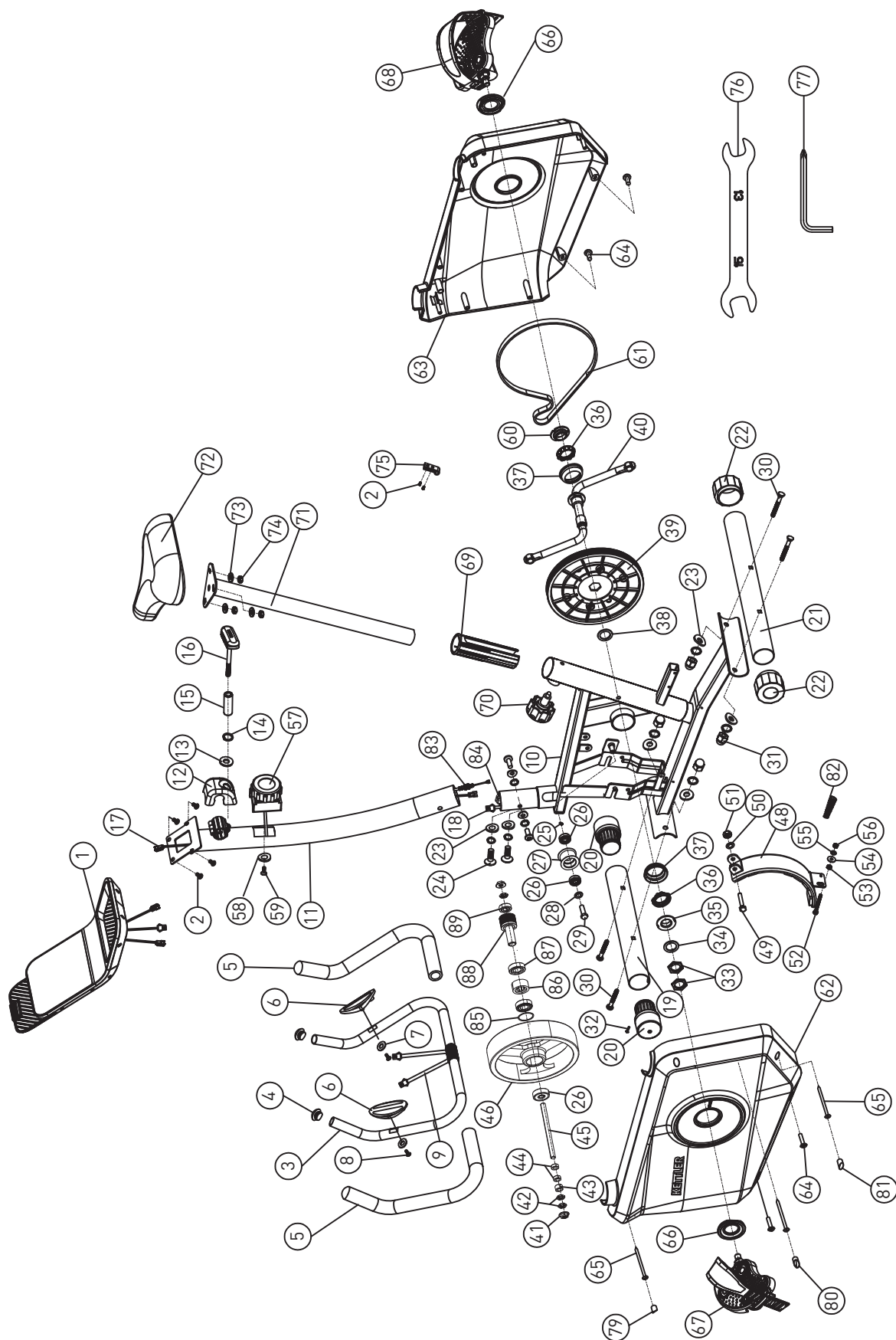
Для измерения пульса можно использовать:

1. Пульсометр на поручнях

Пульс — важная характеристика для спортсмена, на основании которой выбирается оптимальный режим тренировок, нагрузок, контролируется состояние организма и определяется длительность перерывов. Тренажеры с пульсометром позволяют отслеживать нагрузку на организм и контролировать интенсивность занятий.

Чтобы измерить пульс во время тренировки, необходимо поставить обе ладони на рукоятки и дождаться появления информации на экране в окне ПУЛЬС, где будет отображаться текущее значение ЧСС.

5 ПОДЕТАЛЬНАЯ СХЕМА ТРЕНАЖЕРА



6 ПЕРЕЧЕНЬ КОМПЛЕКТУЮЩИХ

№	Описание	Кол-во
1	Консоль	1
2	Винт	6
3	Поручень	1
4	Заглушка	2
5	Грипса	2
6	Сенсоры чсс	2
7	Шайба	2
8	Саморез	2
9	Провод датчика чсс	2
10	Основная рама	1
11	Стойка поручня	1
12	Заглушка поручня	1
13	Шайба	1
14	Гровер	9
15	Втулка	1
16	Резьбовой фиксатор	1
17	Верхний провод сенсора	1
18	Нижний провод сенсора	1
19	Передний стабилизатор	1
20	Транспортировочный ролик	2
21	Задний стабилизатор	1
22	Заглушка стабилизатора	2
23	Шайба полукруглая	8
24	Винт	4
25	Волнистая шайба	1
26	Подшипник	1
27	Натяжной ролик	1
28	Шайба	1
29	Винт	1
30	Винт	4
31	Гайка колпачковая	4
32	Саморез	2
33	Гайка	2
34	Шайба	1
35	Проставочное кольцо левое	1
36	Втулка	2
37	Чашка	2
38	Шайба резиновая	1
39	Шкив	1
40	Шатун	1
41	Гайка	2
42	Гайка	3
43	9 мм Втулка	1
44	6 мм Втулка	2
45	Ось маховика	1

№	Описание	Кол-во
46	Маховик	1
47	Шайба	1
48	Магнит в сборе	1
49	Винт	1
50	Шайба	1
51	Гайка	1
52	Болт шестигранный	1
53	Гайка	1
54	Ф20 шайба	1
55	Шайба	1
56	Гайка	1
57	Ручка регулировки нагрузки	1
58	Шайба	1
59	Винт	1
60	Вилка правая	1
61	Ремень приводной	1
62	Декоративный кожух левый	1
63	Декоративный кожух правый	1
64	Саморез	4
65	Саморез	3
66	Заглушка шатуна	2
67	Педаль левая	1
68	Педаль правая	1
69	Втулка подседельного штыря	1
70	Фиксатор	1
71	Подседельный штырь	1
72	Седло	1
73	Шайба	3
74	Гайка	3
75	Держатель сенсора	1
76	Ключ рожковый	1
77	Ключ шестигранный	1
78	Заглушка	2
79	Заглушка	1
80	Заглушка	1
81	Заглушка	1
82	Магнитная пружина	1
83	Трос регулировки нагрузки верхний	1
84	Трос регулировки нагрузки нижний	1
85	Шайба	1
86	Муфта	1
87	Подшипник	2
88	Шкив малый	1
89	Подшипник	1

7 ТЕХНИЧЕСКАЯ ИНФОРМАЦИЯ

Питание тренажера	Батарейки AA×2
Масса маховика	3,5 кг
Регулировка уровня нагрузки	Механическая
Уровни нагрузки	8 уровней
Измерение пульса	Сенсоры на поручнях
Система складывания	Нет
Размеры в раб. состоянии (Д.хШ.хВ.)	50.5×85×120.5 см
Вес тренажера	20 кг
Максимальный вес пользователя	120 кг
Тренировочный компьютер	LCD дисплей
Дополнительно	Держатель для планшета с предохранительным зажимом Транспортировочные ролики Компенсаторы неровности пола Регулировка положения сиденья по вертикали
Гарантийный срок на изделие	3 года на тренажер 7 лет на раму тренажера



KETTLER — РОДОМ ИЗ ГЕРМАНИИ

История бренда KETTLER начинается 15 января 1949 года в городе Энзе на западе Германии. Хайнц Кеттлер основал Металлургическую фабрику Хайнца Кеттлера и занялся изготовлением алюминиевой посуды. Со временем ассортимент выпускаемой продукции расширился, появлялось все больше новых товаров. И уже 25 октября 1966 года была впервые зарегистрирована торговая марка KETTLER. А в 1968 году KETTLER запустил производство домашних тренажеров, благодаря которым бренд стал одним из узнаваемых на рынке спортивного инвентаря и не раз был номинирован на престижные международные премии.

На премии Plus X Award® KETTLER трижды (с 2009 по 2011 год) получал специальную награду от организаторов, судей и амбассадоров — The Most Innovative Brand Award («Самый инновационный бренд») — в категории «Тренажеры». При вручении награды учитывался вклад компании Heinz Kettler GmbH & Co. KG в развитие спортивной индустрии.

В 2013 году на премии ISPO® тренажер Racer S от Heinz Kettler GmbH & Co. KG стал лидером в номинации Award Gold Winner («Золотой победитель») среди товаров для здоровья и фитнеса.

В 2017 году компания Heinz Kettler GmbH & Co. KG была удостоена премии German Design Award Special® в номинации Excellent Product Design («Превосходный дизайн модели»). Наградой был отмечен тренажер ERGO C10, дизайн которого разрабатывали York Stuttgarten и Ansgar Honkomp.

Название KETTLER многим знакомо с детства. За время своего существования бренд стал синонимом здорового образа жизни. Благодаря продукции KETTLER у нескольких поколений людей получилось превратить регулярные тренировки в полезную привычку. И сегодня компания продолжает вдохновлять людей заниматься спортом, чтобы спорт стал не просто увлечением, а важной составляющей жизни.

Торговая марка: KETTLER

Модель: AIR C1 07617-100

Сделано в Китае

Дата производства (месяц, год) указана на изделии.

Импортер и Уполномоченная изготовителем организация ООО Спортмастер

Юр. адрес: 117437, г. Москва, ул. Миклухо-Маклая, д. 18, корпус 2, ком. 102

Справочная служба: 8 495 777-777-1

Данный товар реализуется в соответствии с требованиями законодательства Российской Федерации.

Для подтверждения даты покупки товара при гарантийном ремонте или предъявлении иных предусмотренных законом требований, убедительно просим вас сохранять сопроводительные документы (чек, квитанцию, иные документы, подтверждающие дату и место покупки).

Производитель оставляет за собой право вносить изменения в комплектацию, дизайн, функциональные возможности изделий, в том числе техническое и программное обеспечение, без предварительного уведомления потребителей.

