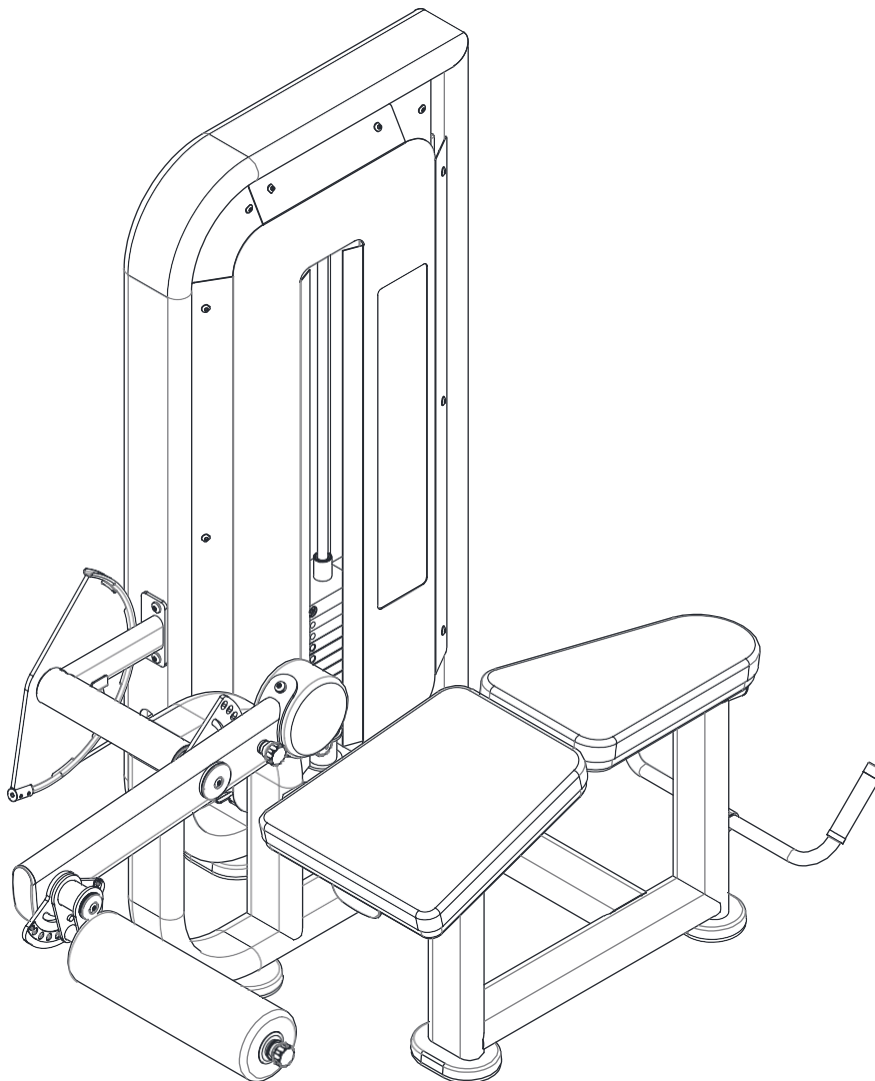


# **NEVEREST®**

**СИЛОВОЙ ТРЕНАЖЕР: СГИБАНИЕ НОГ ЛЁЖА**

## **NR-6812**



**Руководство пользователя**

## Меры предосторожности

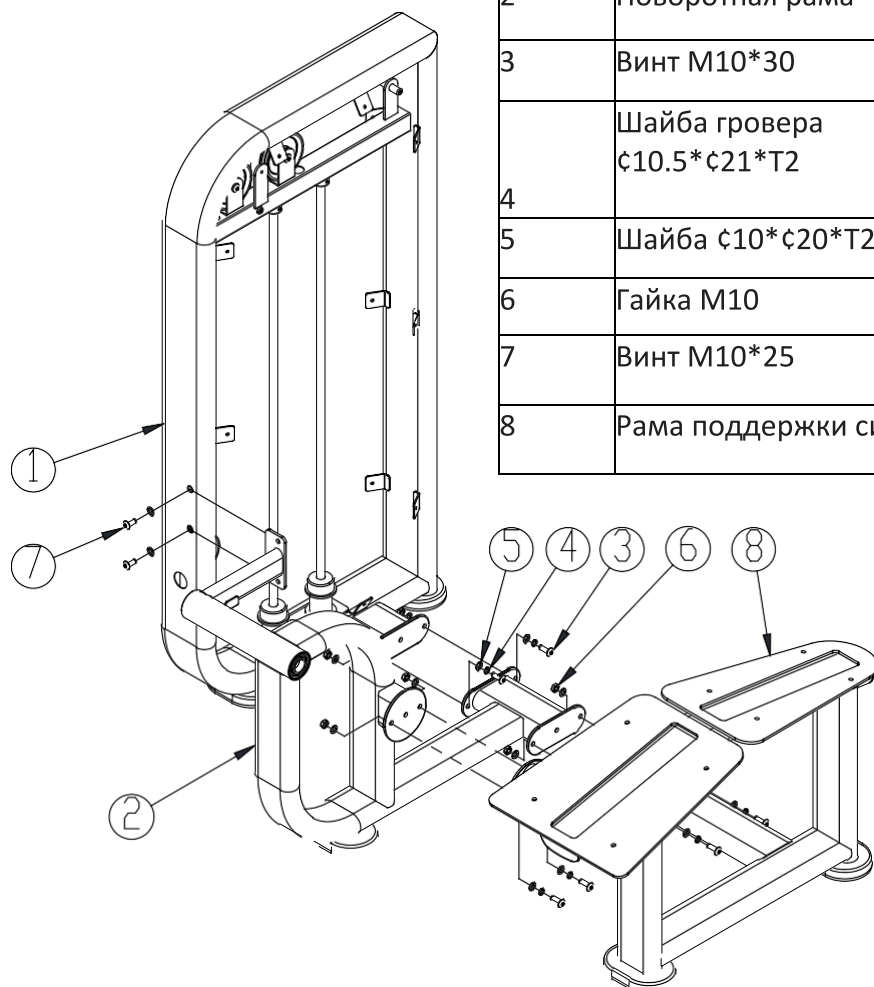
Спасибо за покупку нашего тренажера. Для обеспечения удобства и безопасности тренировок, пожалуйста, перед началом тренировок ознакомьтесь с руководством.

1. Пожалуйста, внимательно ознакомьтесь с руководством, прежде, чем начать тренировку. Строго следуйте инструкциям, содержащимся в этом руководстве. Сохраните руководство на время владения тренажером.
2. Вы, как владелец оборудования, должны убедиться в том, что каждый, кто будет использовать тренажер, в полной мере ознакомлен с методикой тренировок и возможными рисками использования оборудования.
3. Убедитесь, что в зале достаточно места для безопасного использования тренажера, а также обеспечена хорошая проветриваемость помещения.
4. Устанавливайте тренажер на горизонтальной твердой и сухой поверхности.
5. Владелец несёт ответственность за правильное и своевременное техническое обслуживание тренажера. После сборки и каждый раз перед использованием, убедитесь в том, что все элементы крепежа хорошо затянуты. Регулярно проверяйте все движущиеся части тренажера на предмет износа, и своевременно заменяйте износившиеся детали.
6. Если тренажер сломан, или его детали изношены, пожалуйста, обратитесь к дилеру или изготовителю для незамедлительной замены износившихся или сломанных элементов. **УБЕДИТЕЛЬНАЯ ПРОСЬБА**, прекратите использование тренажера до завершения ремонта.
7. Пожалуйста, на время тренировок надевайте спортивную одежду и обувь. Не тренируйтесь в юбках и ювелирных украшениях. Длинные волосы должны быть собраны в пучок во избежание несчастных случаев.
8. Пожалуйста, не забудьте размяться перед началом тренировки.
9. Если во время тренировки вы почувствовали недомогание, слабость или боль, пожалуйста, немедленно прекратите выполнение упражнений и проконсультируйтесь с врачом.
10. Дети допускаются к выполнению упражнений только под пристальным присмотром квалифицированных тренеров.
11. Внимание! Не приближайтесь к движущимся частям тренажера.
12. Внимание! Во избежание несчастных случаев, не перегружайте тренажер.
13. Внимание! Не подпускайте детей и домашних животных к тренажеру во время выполнения упражнений.
14. Внимание! Перед началом выполнения упражнений убедитесь в том, что на тренажере установлена необходимая вам нагрузка. Попытка тренировки с нагрузкой, значительно превышающей необходимую, может привести к получению травм.
15. Внимание! Пожалуйста, строго следуйте требованиям, перечисленным в руководстве. Неправильная настройка или использование тренажера не по назначению может привести к несчастному случаю.
16. Пожалуйста, перед началом тренировок проконсультируйтесь со специалистом.

# Инструкция по сборке

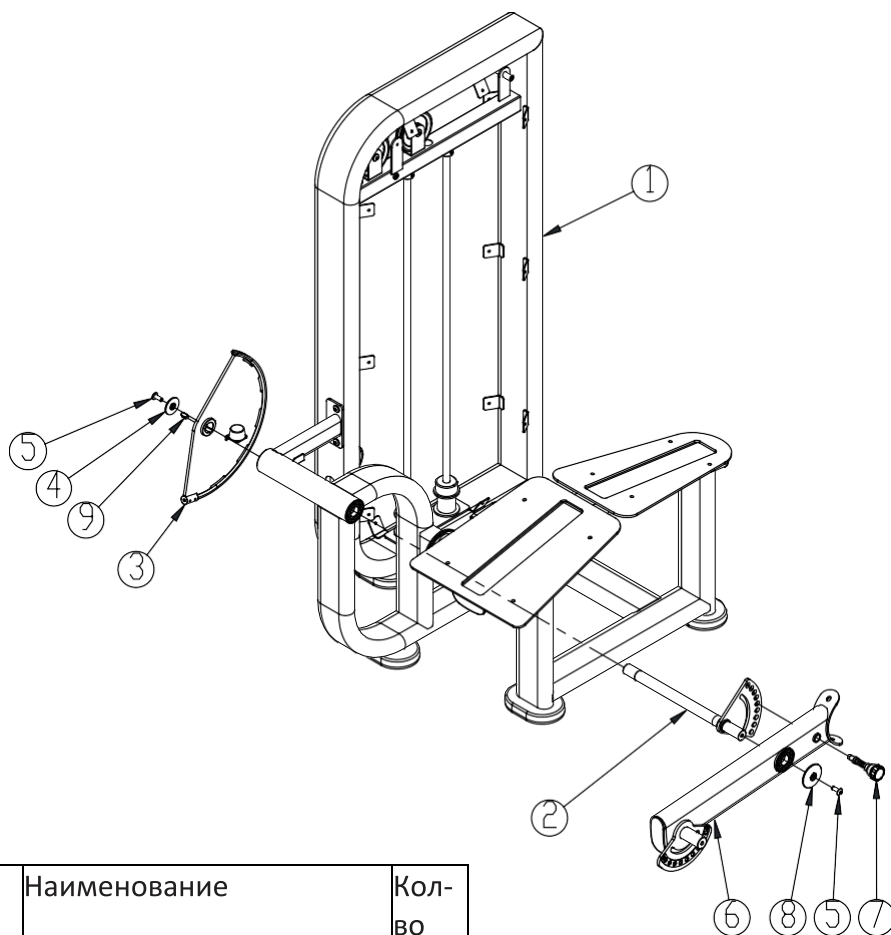
Распакуйте тренажер и подготовьте перечисленные в таблицах перед каждым шагом детали в нужном порядке. Все необходимые для сборки инструменты идут в комплекте с тренажером.

№	Наименование	Кол-во
1	Рама грузов	1
2	Поворотная рама	1
3	Винт М10*30	6
4	Шайба гровера ϕ10.5*ϕ21*Т2	6
5	Шайба ϕ10*ϕ20*Т2.0	14
6	Гайка М10	6
7	Винт М10*25	2
8	Рама поддержки сиденья	1



## Шаг 1:

1. При помощи винтов (3), шайб гровера (4), шайб (5) и гаек (6) соедините раму грузов (1) и поворотную раму (2).
2. При помощи винтов (7), шайб (5) и шайб гровера (4) закрепите верхнюю соединительную балку на раме грузов;
3. При помощи винтов (3), шайб (5), шайб гровера (4) и гаек (6) прикрепите поворотную раму (2) к раме поддержки сиденья (8).

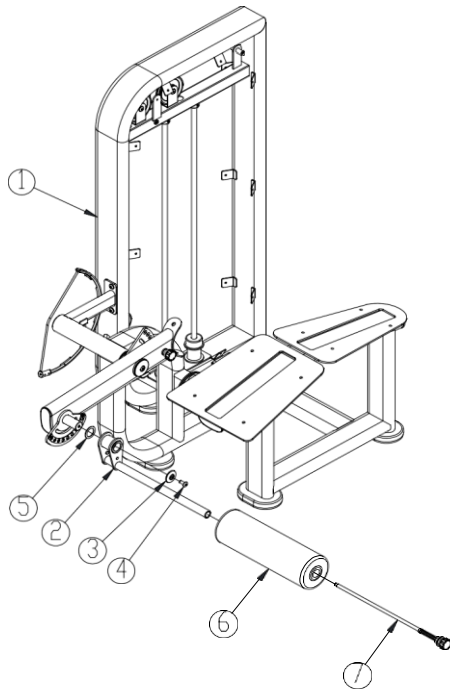


№	Наименование	Кол-во
1	Сборка Шаг 1	1
2	Диск-селектор	1
3	Сборка диска	1
4	Шайба $\varnothing 70 * \varnothing 10.5 * 8.5$ красная	1
5	Винт M10*25	2
6	Рычаг маятника	1
7	Регулировочная рукоятка	1
8	Крышка подшипника	1
9	Втулка	1

## Шаг 2:

1. Соедините диск-селектор (2) со сборкой (3) при помощи втулки (9), винтов (5), шайб (4).
2. Скрепите рычаг маятника (6) с диском-селектором (2) при помощи крышки подшипника (8) и винтов (5).
3. Установите регулировочную рукоятку (7).

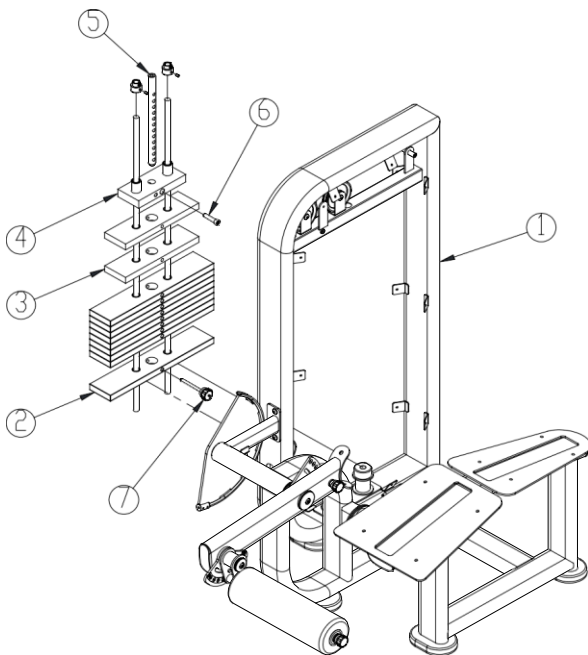




№	Наименование	Кол-во
1	Сборка ШАГ 2	1
2	Рычаг поворотной рамы	1
3	Шайба	1
4	Винт М10*25	1
5	Шайба	1
6	Подушка для ног	1
7	Регулировочная рукоятка	1

Шаг 3:

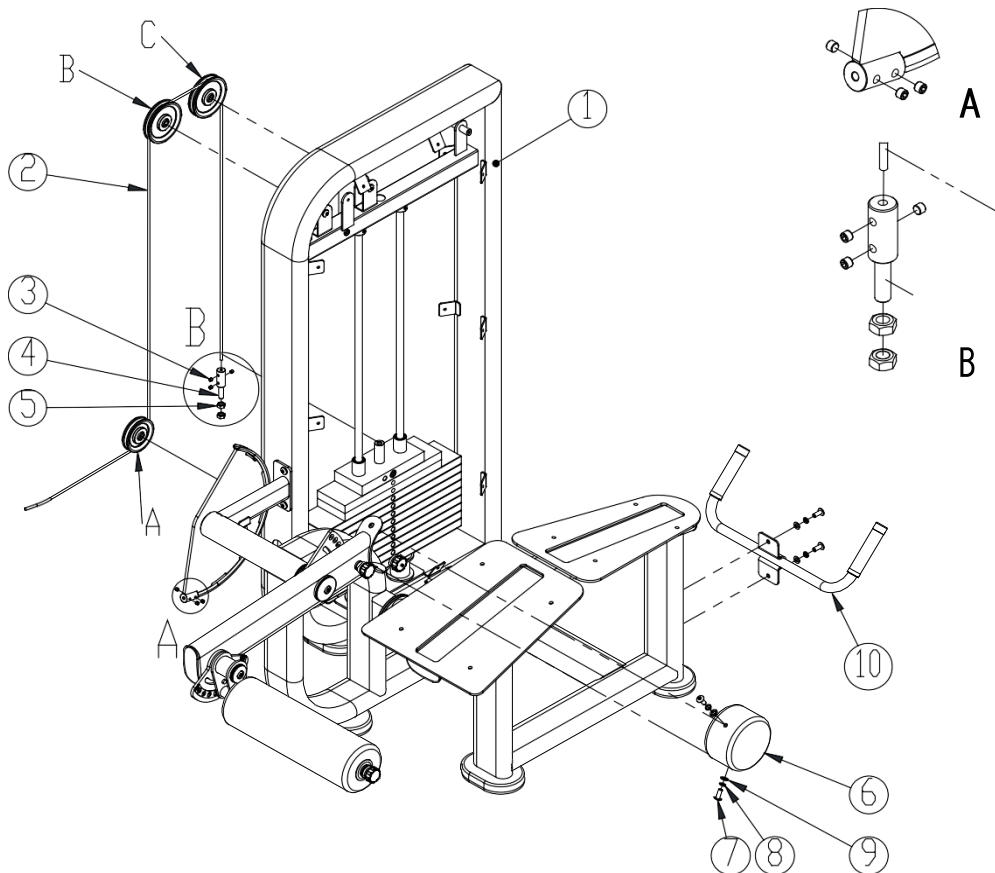
1. Установите шайбу (5) на рычаг маятника, затем установите рычаг поворотной рамы (2) и закрепите его при помощи винта (4) и шайбы (3).
2. Установите подушку для ног(6) на рычаг (2), установите регулировочную рукоятку (7).



№	Наименование	Кол-во
1	Сборка ШАГ 3	1
2	Грузы (10 кг)	9
3	Грузы (6 кг)	2
4	Груз (5 кг)	1
5	Регулировочная труба грузов $\varnothing 25 \times 385$	1
6	Винт М12*55	1
7	Селектор веса	1

Шаг 4:

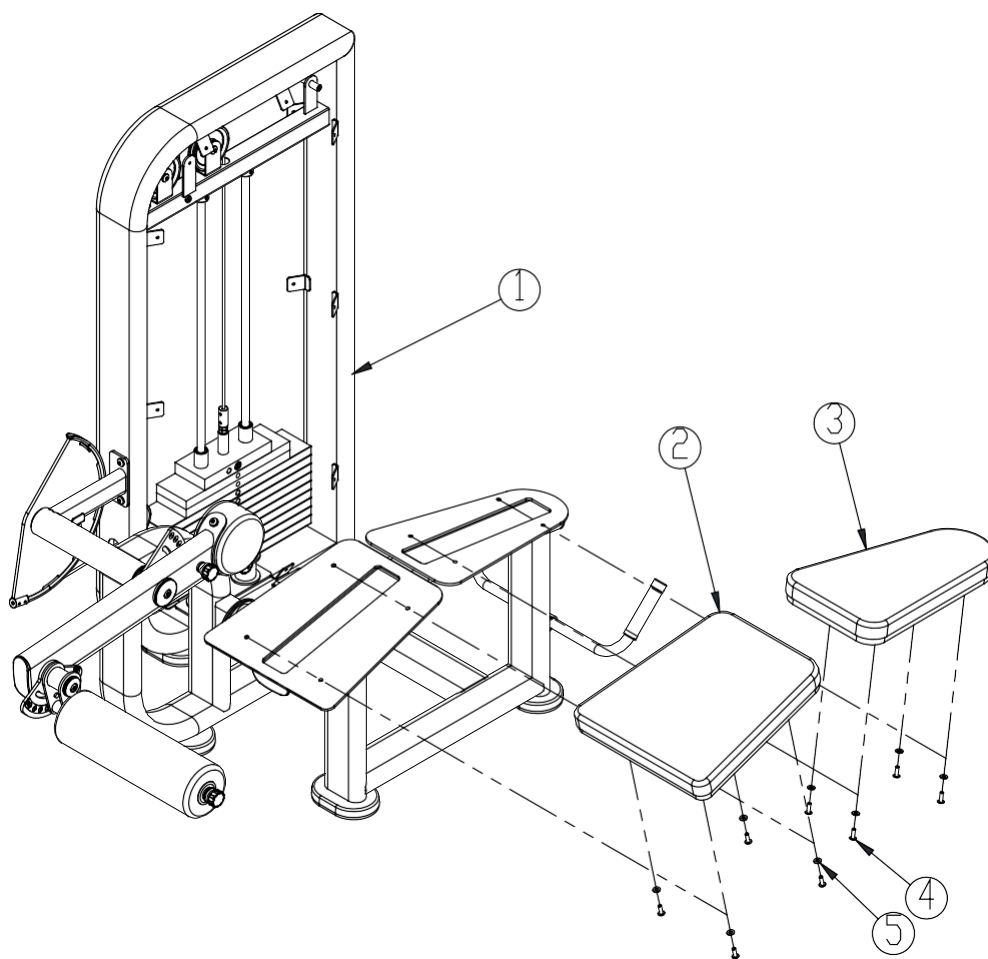
1. Ослабьте верхние крепления направляющих и наклоните направляющие, сначала установите 9 грузов по 10 кг (2), затем 2 груза по 6 кг (3), а затем установите груз 5 кг (4). Затем установите регулировочную трубу (5), после чего скрепите между собой трубу (5) и груз (4) при помощи винта (6).
2. Верните направляющим вертикальное положение и хорошо их закрепите с помощью верхних креплений направляющих. Установите селектор (7).



№	Наименование	Кол-во
1	Сборка ШАГ 4	1
2	Трос	1
3	Винт М8*10	2
4	Крепление троса	1
5	Гайка М12	1
6	Противовес	1
7	Винт М10*25	1
8	Шайба гровера $\varnothing 10.5 \times \varnothing 21 \times t2$	1
9	Шайба $\varnothing 10 \times \varnothing 20 \times t2.0$	1
10	Рукоятка	1

#### Шаг 5:

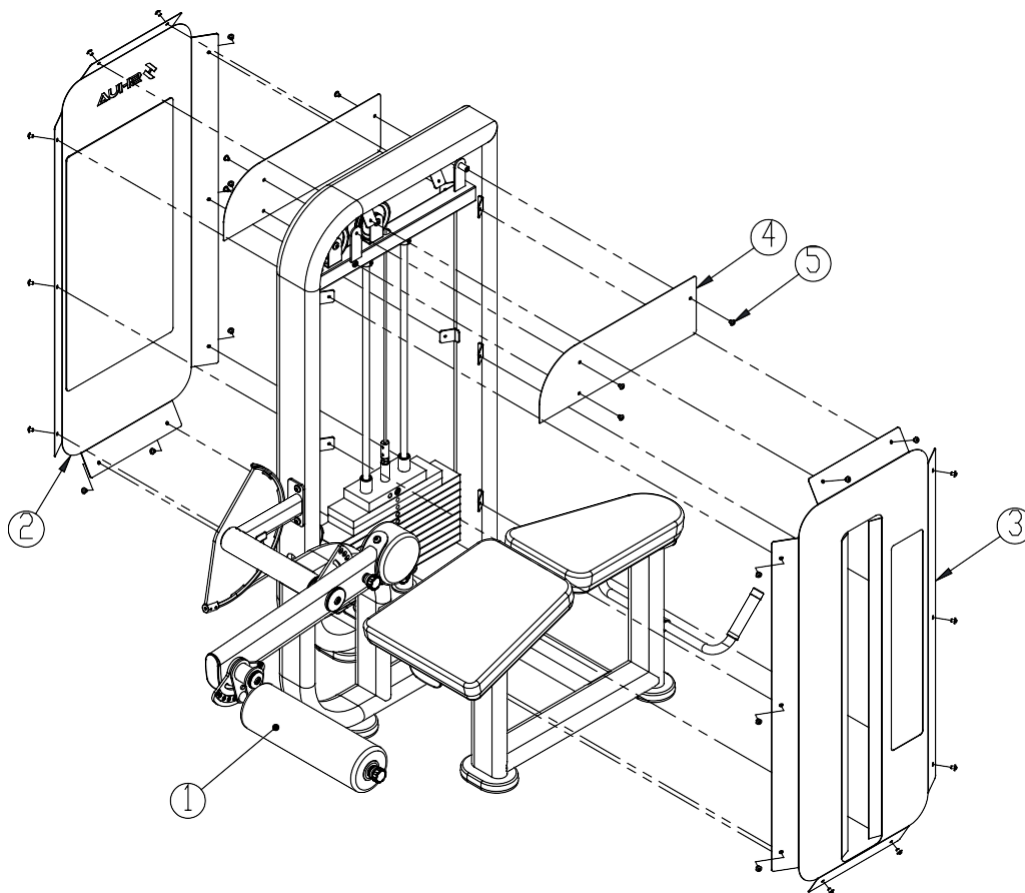
1. Проденьте трос (2) через 3 шкива А/В/С, затем вденьте трос в крепление троса (4) (рисунок В), закрепите трос при помощи винтов (3).
2. Второй конец троса закрепите в диске (как показано на рисунке А) при помощи винтов (3).
3. Установите противовес (6) и закрепите его на рычаге маятника при помощи винтов (7), шайб гровера (8) и шайб (9).
4. При помощи винта (7), шайб гровера (8) и шайб (9) установите и закрепите рукоятку (10).



№	Наименование	Кол-во
1	Сборка ШАГ 5	1
2	Нижняя подушка	1
3	Верхняя подушка	1
4	Винт М8*25	8
5	Шайба $\varnothing 8.5 * \varnothing 18 * t1.5$	8

#### Шаг 6:

1. При помощи винтов (4) и шайб (5) установите и закрепите нижнюю подушку (2) на поддерживающей раме.
2. При помощи винтов (4) и шайб (5) установите и закрепите верхнюю подушку (3) на поддерживающей раме.



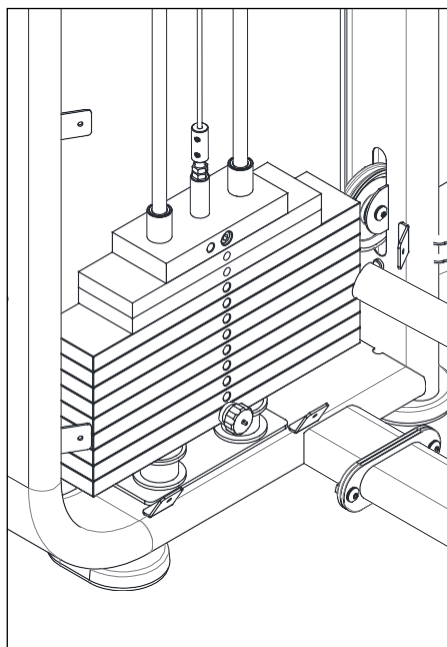
№	Наименование	Кол-во
1	Сборка ШАГ 6	1
2	Задняя крышка	1
3	Передняя крышка	1
4	Перегородка	2
5	Винт М8*10	26

Шаг 7:

3. При помощи винтов (5) установите перегородки (4) на раму грузов.
4. При помощи винтов (5) установите заднюю крышку (2) на раму грузов.
5. При помощи винтов (5) установите переднюю крышку (3) на раму грузов.

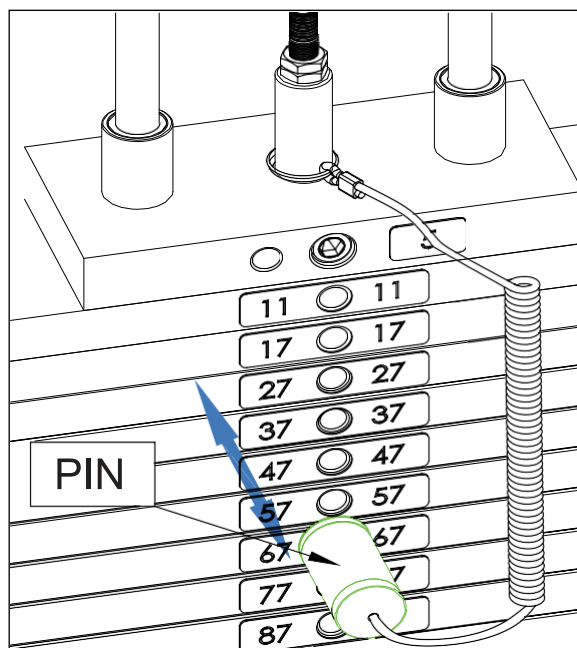
# Инструкция по эксплуатации

## 1. Настройка натяжения троса.



Настройте натяжения троса при помощи регулировочной гайки.

## 2. Регулировка нагрузки



Выберете необходимый вес и вставьте регулировочный штырь в соответствующее отверстие. Вес одного груза 5 кг, второго и третьего по 6 кг, последующих по 10 кг. Конец штыря намагничен, что предотвращает его выпадение.

# Особенности тренажера

- Этот тренажер предназначен для кардио упражнений в помещении.
- Система выбора нагрузки позволяет без труда выбрать необходимый вес.
- Тренажер спроектирован для обеспечения удобства и безопасности пользователя.

## **Основная рама**

Стальная труба (50\*150) с электростатическим покрытием - обеспечивает долговечность, безопасность и надежность тренажера.

## **Подушка для груди и сиденье**

Комбинация из полиуретанового наполнителя и искусственной кожи - обеспечивает комфорт и износостойкость.

## **Регулировка**

Намагнитенный регулировочный штырь обеспечивает удобство настройки и безопасность во время тренировки.

## **Защитные крышки**

Грузы и шкивы отгорожены защитными крышками, что обеспечивает безопасность, как самого пользователя, так и окружающих его людей.

## **Направляющий стержень**

Точность производства и высокая прочность используемого материала обеспечивает плавность хода грузов.

## **Трос и шкивы**

Высокопрочный стальной трос 7 \* 19, обтянутый нейлоном способен выдержать нагрузку в 1000 кг.

А покрытие из нейлоновых волокон шкивов диаметром 117 мм (4.5 дюйма) обеспечивает износостойкость.

## **Рукоятки**

Экструдированный термопластичный каучук обеспечивает износостойкость.

## **Грузы**

Произведенные из чистой стали грузы общим весом 107 Кг обеспечивают точность настройки.

## Технические характеристики

<b>Название</b>	Сгибание ног лёжа	<b>Модель</b>	NR-6812
<b>Габаритные размеры</b>	1540x1100x1550 мм	<b>Общая масса грузов</b>	107 кг
<b>Масса нетто</b>	272 кг	<b>Максимально допустимый вес пользователя</b>	≤150 кг
<b>Температурный режим</b>	0-40°C	<b>Класс</b>	S
<b>Одновременно пользователей</b>	1	<b>Рабочее пространство</b>	2200 x 2300 mm
Классы : S – профессиональное / коммерческое использование; H – Домашнее использование.			

## Техническое обслуживание

- ✓ Регулярно проверяйте затяжку крепежных элементов. Проверяйте подвижные детали: уровень смазочного материала и отсутствие посторонних звуков.
- ✓ Содержите тренажер в чистоте. Не используйте для очистки сильнодействующие моющие средства.
- ✓ Если тренажер сломан, или его детали изношены, пожалуйста, прекратите использование тренажера, до завершения ремонтных работ.

## Часто задаваемые вопросы и поиск неисправностей

Неполадка	Возможные причины	Решение
Тренажер раскачивается	а) Под тренажером лежат посторонние предметы. б) Элементы крепления плохо затянуты.	а) Извлеките из под тренажера посторонние предметы. б) Затяните элементы крепления
Люфт	Ослаблено натяжение троса	Подтяните трос
Трос деформируется во время тренировок	Трос перетянут.	Ослабить натяжение троса.
Заедает шкив	Трос заедает между противовесов и шкивом	Переустановите шкив
Шумит блок	а) Шкив поврежден. б) Повреждена втулка шкива. с) Поврежден подшипник. д) Поврежден трос.	а) Заменить шкив. б) Заменить втулку шкива. с) Заменить подшипник. д) Заменить трос
Шумят вращающиеся элементы	а) Поврежден подшипник. б) Не затянуты болты. с) Селектор не закреплен	а) Заменить подшипник. б) Затянуть болт. с) Закрепить селектор.

# Гарантия и срок службы

## 1.Условия гарантии

При условии правильной технической эксплуатации и корректного использования, по гарантии может обратиться только изначальный покупатель.

## 2.Срок распространения гарантии

Гарантия действует 1 год с момента покупки.

## 3.Не гарантийные случаи

- a) Повреждения, вызванные перегрузкой, использованием не по назначению, внесением изменений в конструкцию или вследствие несчастных случаев.
- b) Повреждения, вызванные неправильной установкой селектора веса
- c) Повреждения, вызванные неправильным техническим обслуживанием.
- d) Повреждения, вызванные использованием тренажера не по назначению, или в результате игнорирования требований безопасности.

## 4.Срок службы

Срок службы составляет 5 лет со дня передачи изделия потребителю. Изготовитель обращает внимание, что при соблюдении условий использования, указанных в данном руководстве по эксплуатации, срок службы изделия может значительно превысить указанный изготовителем срок.

### **Изготовитель:**

«Хоум Электроникс Лимитед», 801 Лук Ю Билдинг, 24-26 Стэнли Стрит, Централ, Китай. Произведено в Китае («Home Electronics Limited», 801 Luk Yu Building, 24-26 Stanley Street, Central, China. Made in China)

### **Импортер / Уполномоченная организация:**

ООО «Рекорд Фитнес», Россия, 105066, г. Москва, ул. Нижняя Красносельская, д. 35, стр. 52, эт. 2, пом. IV, ком. 18

**Дата производства / Manufacturing Date: 08.2019**

# **NEVEREST®**