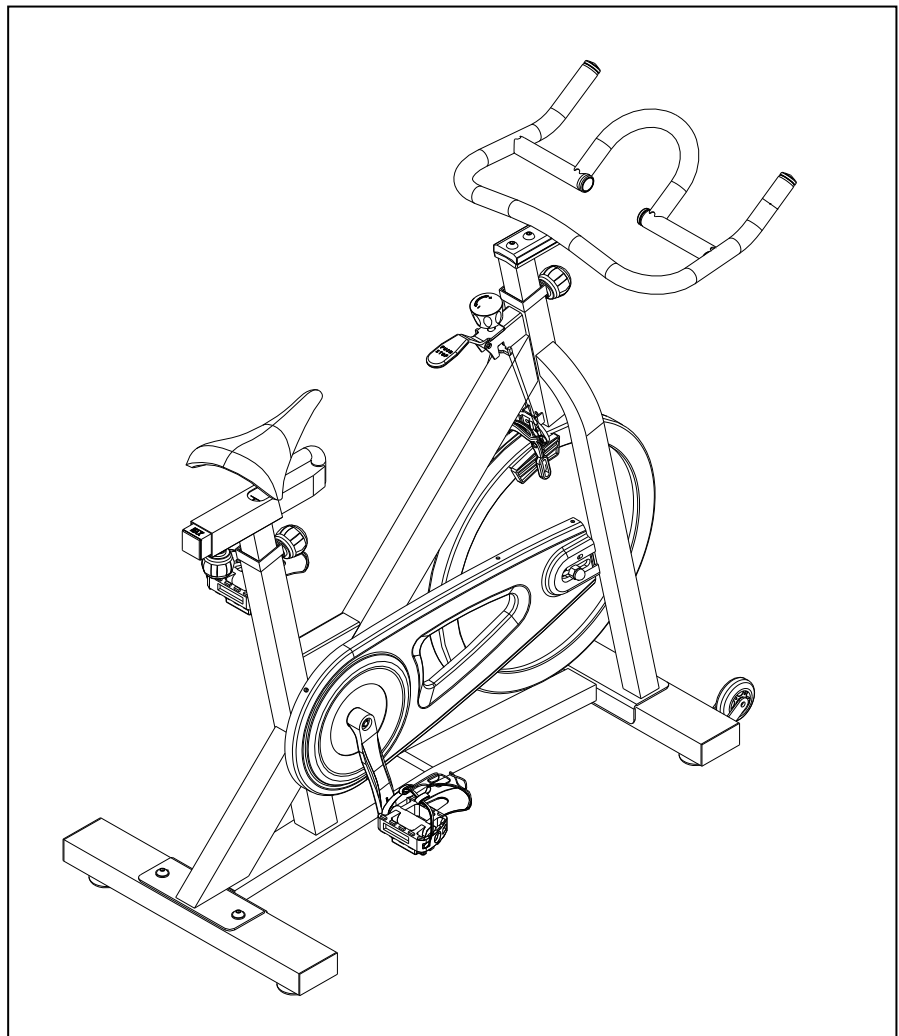


# ИНСТРУКЦИЯ ВЕЛОТРЕНАЖЕР НВ-8193

HOUSEFIT



---

Будь здоров , Будь в  
форме

**ВАЖНО:**

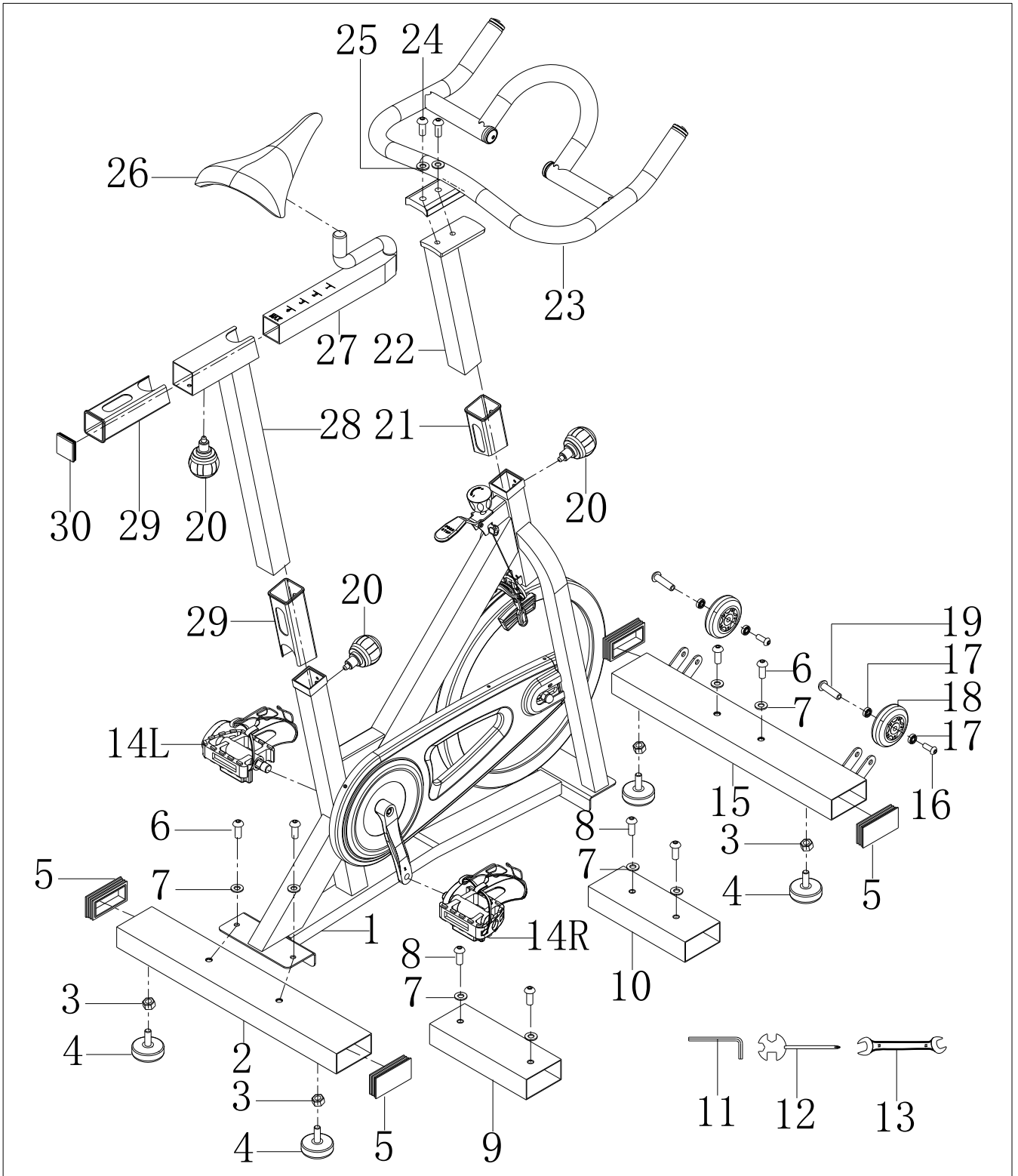
**Перед использованием тренажера внимательно прочтите инструкцию.**

## **МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ**

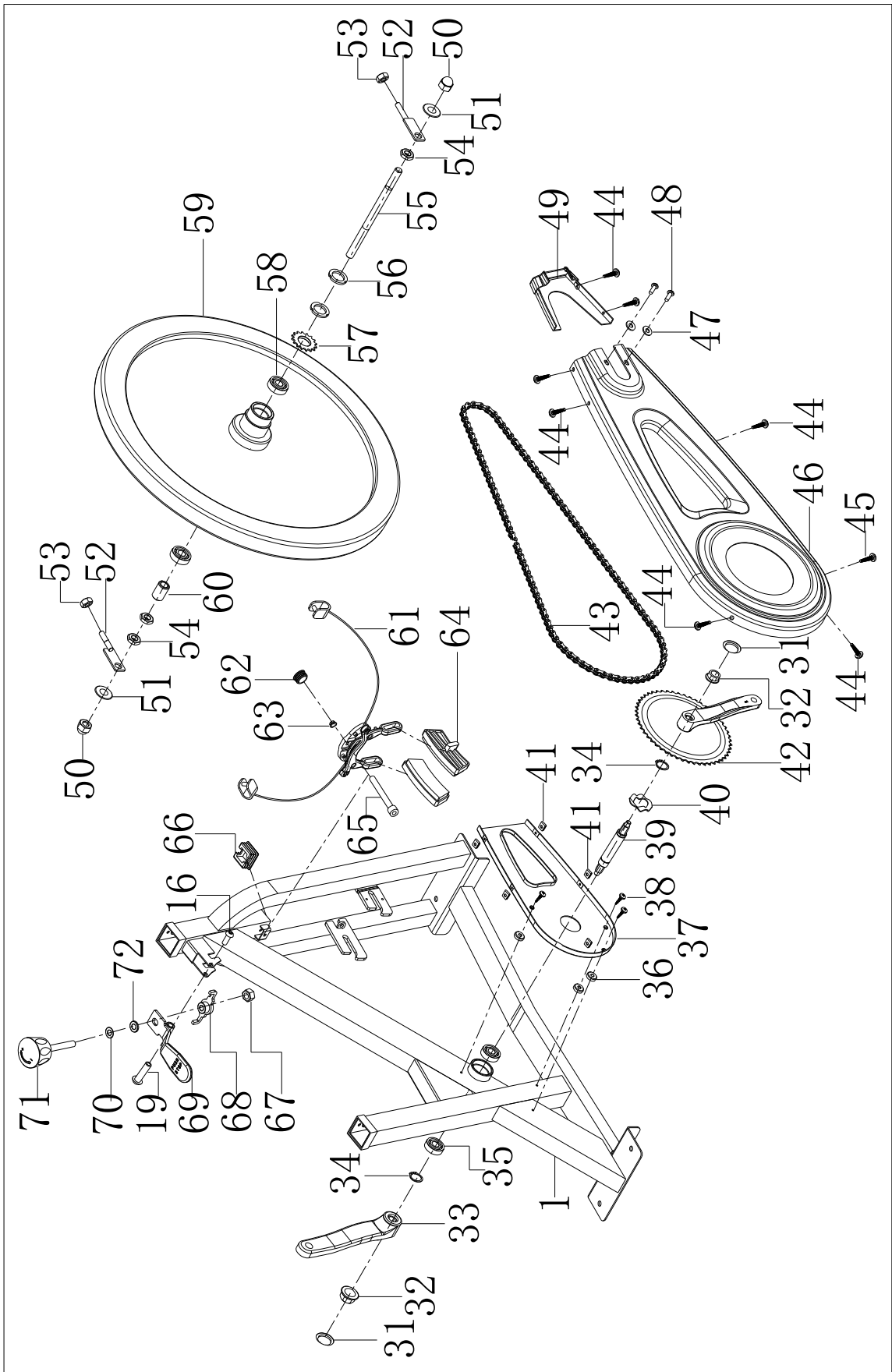
Благодарим Вас за выбор данного тренажера. Чтобы его использование было безопасным, используйте тренажер только согласно данной инструкции.

1. Перед сборкой и использованием тренажера внимательно прочтите инструкцию. Тренажер безопасен в использовании только при соблюдении правил сборки, эксплуатации и технического обслуживания.
2. Перед тем, как начать тренироваться, посоветуйтесь с врачом и определите, позволяет ли ваше физическое состояние пользоваться тренажером правильно и без риска для здоровья. Консультация врача особенно важна, если вы принимаете какие-либо лекарства, влияющие на сердечный ритм, кровяное давление или уровень холестерина.
3. Следите за реакцией своего организма. Неправильные или чрезмерно интенсивные тренировки могут нанести вред вашему здоровью. Прекратите тренировку, если вы почувствовали какой-либо из нижеуказанных симптомов: боль в груди, затрудненность дыхания, неравномерное сердцебиение, прерывистое дыхание, головокружение, тошнота. В таком случае, перед тем, как продолжить тренировки, посоветуйтесь с врачом.
4. Не подпускайте к тренажеру детей и домашних животных. Тренажер предназначен только для взрослых.
5. Устанавливайте тренажер на твердой, ровной поверхности. Подстилайте под тренажер коврик, чтобы защитить пол от повреждений. В целях безопасности, вокруг тренажера должно быть минимум 0,5 метров свободного пространства.
6. Перед использованием тренажера проверьте, плотно ли закручены все болты и гайки. Если тренажер при работе или сборке издает странные звуки, прекратите его использование. Не пользуйтесь тренажером, пока он не будет отремонтирован.
7. Компьютер тренажера имеет дисплей, на котором отображаются различные функции. Их отображение основано на анализе ваших движений. Данные, отображаемые на дисплее, являются ориентировочными.
8. Для тренировок надевайте соответствующую одежду. Не надевайте мешковатую одежду, которая может зацепиться за тренажер или может стеснять ваши движения.
9. Тренажер предназначен только для домашнего использования. Максимальный вес пользователя: 140 кг.
10. При перемещении тренажера соблюдайте осторожность, чтобы не повредить спину.
11. Сохраните данную инструкцию, так как вам может понадобиться перечитать ее снова.
12. Тренажер не предназначен для медицинских целей.

# CXEMA I



# CXEMA II



## СПИСОК ДЕТАЛЕЙ

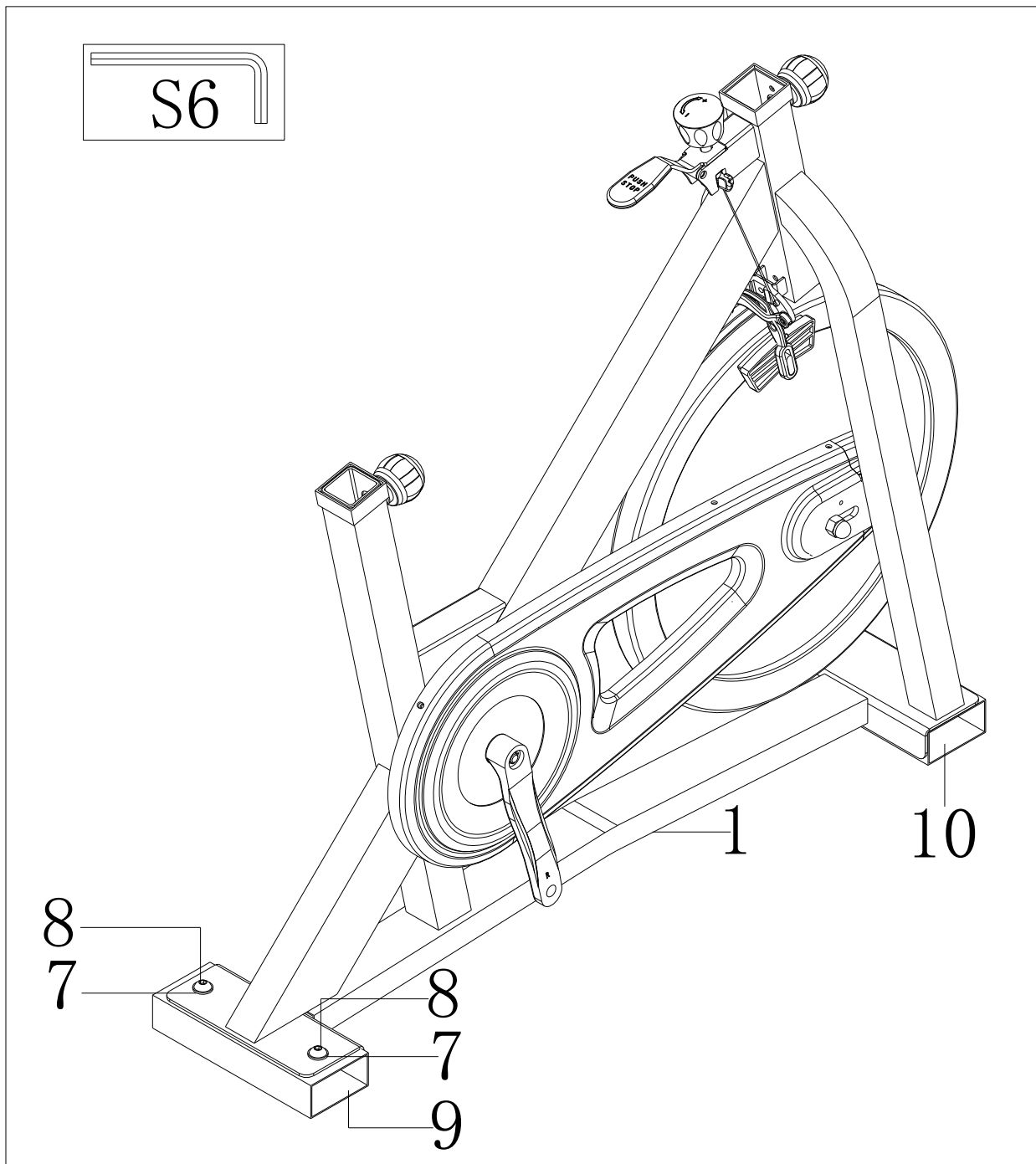
№	Описание	Шт.
1	Основная рама	1
2	Задний стабилизатор	1
3	Гайка M10*H7*S17	4
4	Нижний стабилизатор M10*30*φ52*49	4
5	Квадратная заглушка J80*40*1.5	4
6	Шуруп M10*25*S6	4
7	Шайба d10*φ20*1.5	8
8	Шуруп M10*15*S6	4
9	Задний кожух трубки	1
10	Передний кожух трубки	1
11	Гаечный ключ S6	1
12	Гаечный ключ S14-15-17	1
13	Гаечный ключ S13 S15	1
14L/R	Педаля YH-76X 9/16	2
15	Передний стабилизатор	1
16	Шуруп M6*12*S5	3
17	Оси 608ZZ φ8	4
18	Ролик φ71*φ19*24	2
19	Шуруп φ7.8*30*M6*15*S5	3
20	Маховик M16*1.5*16*φ49	3
21	Квадратная втулка F45*F38*153	1
22	Вертикальная стойка	1
23	Стойка рукоятки	1
24	Шуруп M10*25*S6	2

№	Описание	Шт.
37	Внутр. кожух	1
38	Шуруп M5*22*φ10	3
39	Средняя ось φ20*152*36*72.4	1
40	Волнистая шайба d20*φ25*0.3	1
41	Кожух t0.8*11	5
42	Звёздочка цепной передачи	1
43	Цепь 1/2"*1/8"*106	1
44	Шуруп ST4.8*16	7
45	Шуруп ST4.2*16	1
46	Внешний кожух	1
47	Шайба d5*φ10*1	2
48	Шуруп M5*12*φ8	2
49	Передний кожух	1
50	Колпачковая гайка M12*1*H19.5*S19	2
51	Шайба d12*φ24*1.5	2
52	Шуруп M8*83*φ12*5	2
53	Нейлоновая гайка M8*H7.5*S13	2
54	Гайка M12*1*H6*S19	3
55	Оси махового колеса φ12*154*M12*1.0*44*26	1
56	Гайка M35*1*φ41*3.5	2
57	Звёздочка (два направления) 16	1
58	Оси 6001-2RZ	2
59	Маховое колесо 18*φ460*38*30*φ40*4	1
60	Распорная втулка φ18*φ12.1*18.5	1

25	Шайба d10*φ20*1.5	2
26	Сиденье 6618	1
27	Трубка сиденья	1
28	Стойка сиденья	1
29	Квадратная втулка F45*F38*153	2
30	Квадратная заглушка F38*38*14	1
31	Кожух кривошипа Ф25*7	2
32	Гайка М10*1.25*Н7.5	2
33	Кривошип 170 "L"9/16	1
34	Шайба оси d20	2
35	Оси 6004-2RS NBK	2
36	Пластиковая шайба φ6.5*Ф25*6	3

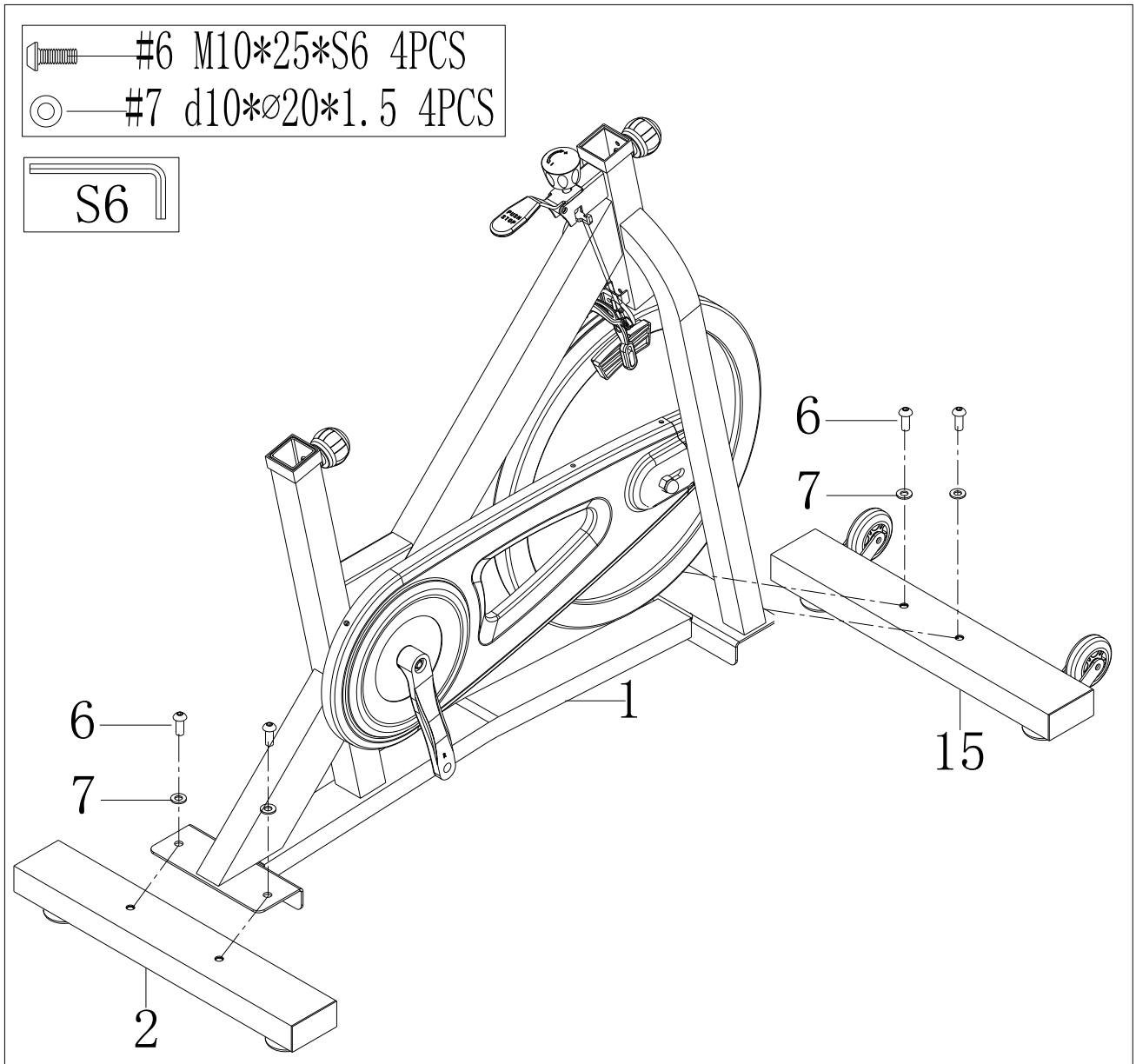
61	Тормоз	1
62	Круглая заглушка φ22*16	1
63	Гайка М6*Н7*С10	1
64	Соединение тормоза	2
65	Шуруп М6*38*С5	1
66	Квадратная заглушка F45*45*24	1
67	Нейлоновая гайка М10*Н9*С17	1
68	Регулируемая стойка	1
69	Пластина тормоза 142*34*46	1
70	Шайба d10*φ25*1	1
71	Маховик М10*60*40*Ф50	1
72	Шайба φ11*φ25*4	1

## ШАГ 1:



1. Открутите шуруп (8) гаечным ключом (11), затем снимите передний кожух трубки (10) и задний кожух трубки (9).
2. Снова накрутите шуруп (8), шайбу (7), установите задний кожух трубки (9) и передний кожух трубки (10) для дальнейшего использования.

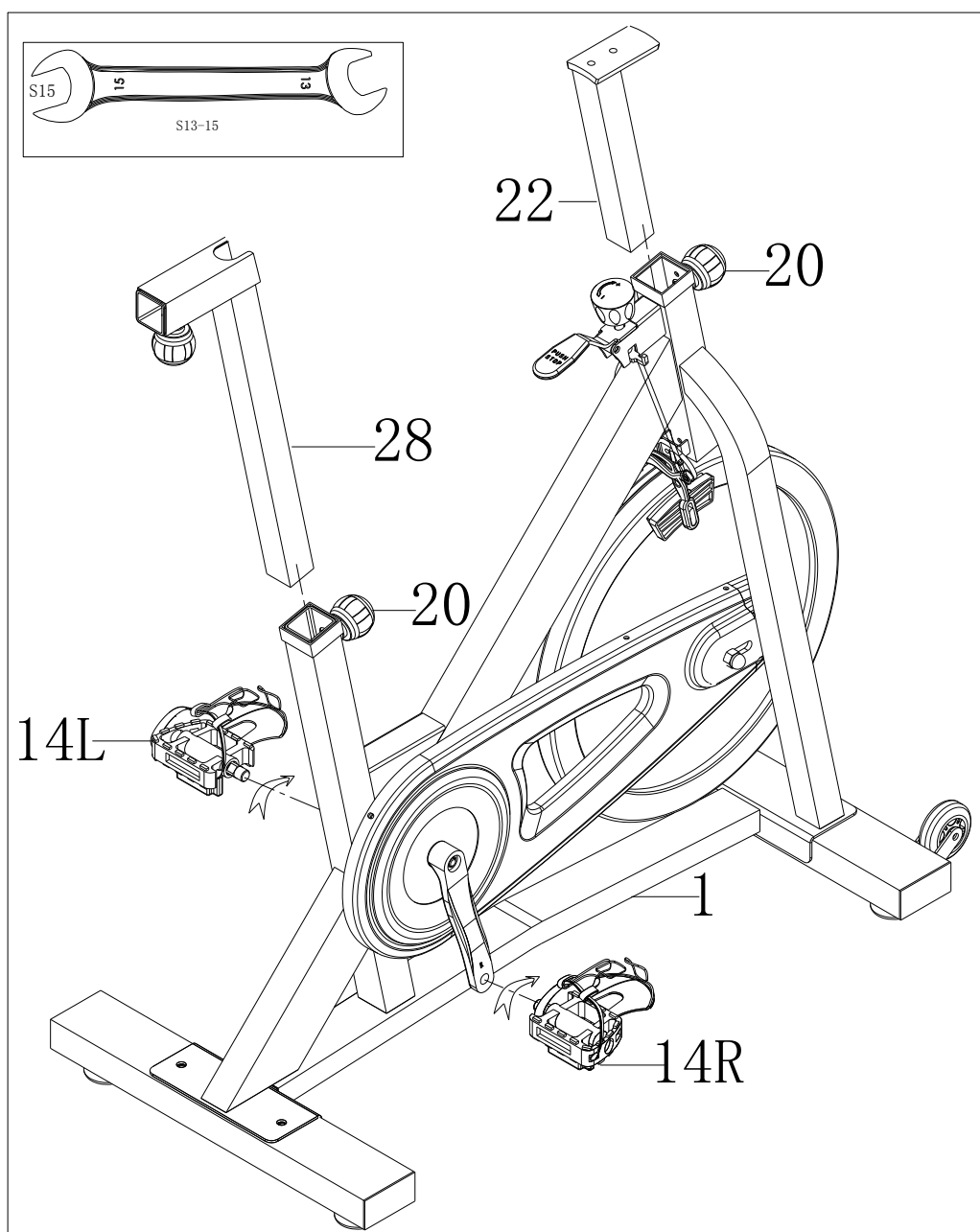
## ШАГ 2:



Прикрепите передний стабилизатор (15) и задний стабилизатор (2) к основной раме (1) с помощью шурупа (6) и шайбы (7).



### ШАГ 3:

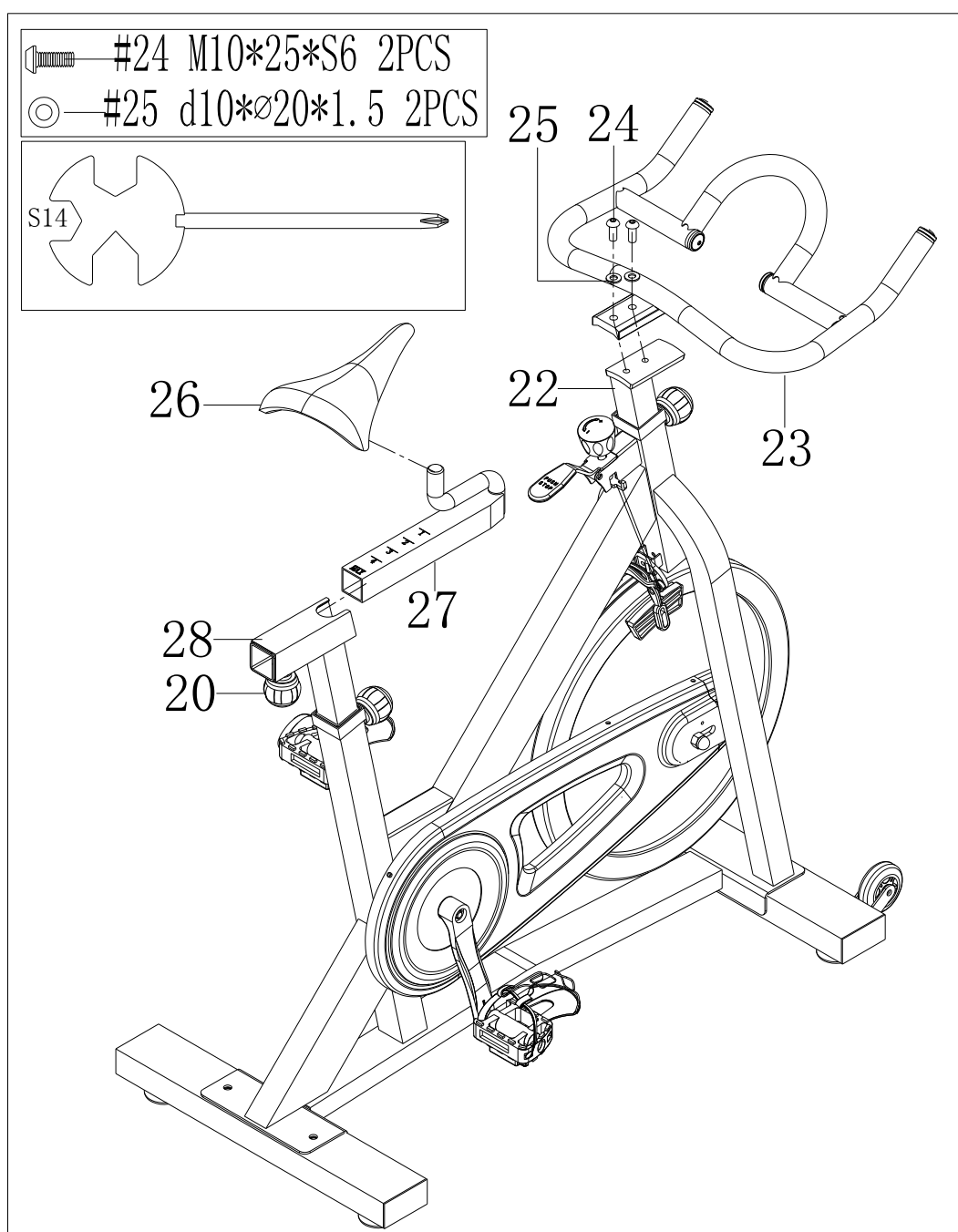


1. Прикрепите педали (14L/R) к каждому кривошипу основной рамы (1) с помощью гаечного ключа (15).
2. Потяните на себя маховик (20), и вставьте стойку сиденья (28) в осн

о в н у ю р а м у (1), з а т е м о т п у с т и т е м а х о в и к .

3. П о т я н и т е н а с е б я м а х о в и к (20), и в с т а в ь т е с т о й к у р у к о я т к и (22) в о с н о в н у ю р а м у (1), з а т е м о т п у с т и т е м а х о в и к .

#### ШАГ 4:



1. Потяните на себя маховик (20), и вставьте трубку сиденья (27) в стойку сиденья (28), затем отпустите маховик.
2. Прикрепите стойку рукоятки (23) к вертикальной стойке (22) с помощью шурупа (24) и шайбы (25).
3. Прикрепите сиденье (26) к трубке сиденья (27) с помощью гаечного ключа (12).