

ГРЕБНОЙ ТРЕНАЖЕР

КОНСОЛЬ УПРАВЛЕНИЯ

	Регулятор нагрузки	Выберите один из 12 уровней нагрузки для установки необходимого режима тренировки.
	Уровень заряда батареи	Время работы при полностью заряженном аккумуляторе — от 3 до 4 часов в зависимости от частоты и интенсивности использования тренажера, а также прослушивания музыки.
	Индикатор заряда батареи	Среднее время полной зарядки устройства — 4 часа. Благодаря технологии быстрого старта Self-Move гребной тренажер Yamaguchi Ya-Rower Sport заряжается автоматически во время движения рукоятки.
		Зеленый индикатор — идет процесс зарядки тренажера.
		Красный индикатор — заряд батареи используется для поддержания работы дисплея и воспроизведения музыки.

На LED-мониторе гребного тренажера отображаются следующие данные	
TIME/500m	Время затраченное на прохождение дистанции в 500 м
CAL	Общее кол-во сожженных калорий. Диапазон значений 0.0–9999 ккал (после чего процесс отсчета начнется с 0.00 до 9999 ккал)
DIST	Пройденное расстояние. Диапазон значений 0–999.99 км (после чего процесс отсчета расстояния начнется с 0)
PUL.POWER	Сила, затрачиваемая на каждое упражнение во время тренировки. Диапазон значений 0.0–999 Вт
STROKES	Общее количество гребков во время тренировки от 0 до 9999
TIME	Длительность тренировки. Диапазон значений 00:00–99:59 мин (после чего процесс отсчета времени начнется с 00:00)



РЕГУЛЯТОР НАГРУЗКИ



Уровни нагрузки	Ньютон	кг
1	149.06	15.2000
2	161.7	16.4934
3	181.3	18.4926
4	200.9	20.4918
5	215.6	21.9912
6	235.2	23.9904
7	254.8	25.9896
8	284.2	28.9884
9	294.0	29.9880
10	303.8	30.9876
11	313.6	31.9872
12	323.4	32.9868

С помощью фиксирующих ремней отрегулируйте положение ног. Не затягивайте застежку слишком сильно. Для регулировки высоты используйте рычаг с обратной стороны педалей.



Проблема	Возможная причина	Решение
Тренажер не работает	Тренажер не включен	Активируйте работу устройства, нажав на центральную кнопку — регулятор нагрузки
	Низкий заряд батареи	Необходимо зарядить аккумулятор. <u>Тренажер заряжается автоматически во время движения рукоятки устройства</u>
На дисплее отображается E1	Неисправность основного блока	Обратитесь в сертифицированный сервисный центр

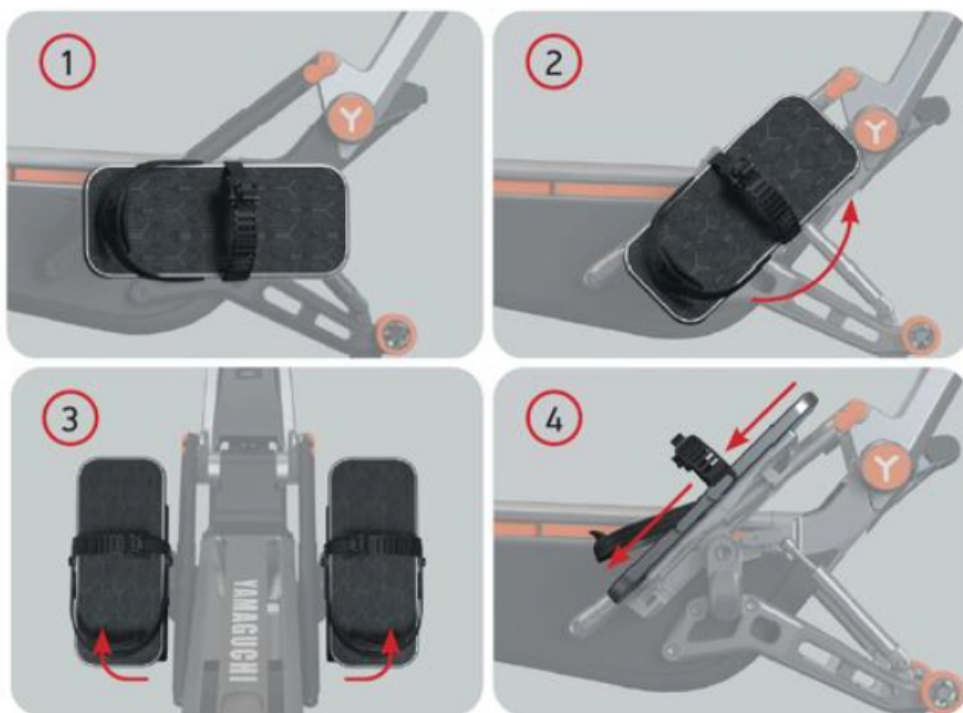
Необходимо правильно установить педали

1- поднимаем БОКОМ вверх

2- ставим фронтально

3- тянем вниз до щелчка

Установите упоры для ног (1). Поднимите правую и левую педаль боком вверх на 45° (2). Разложите педали фронтально (3) и потяните вниз (4).



Поднимите центральную панель вверх. Система автоматически установит центральную панель в необходимое положение.

При раскладывании устройства держим только за центральную панель, а не за экран.

