

NOLAN

СИЛОВОЙ КОМПЛЕКС



РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ



Сборка



Управление



Сервис



FITATHLON

Ссылка на наш канал
на youtube:
youtube.com/@fitathlon



Наведите камеру телефона на QR код, чтобы получить больше информации об оборудовании.

Обращаем ваше внимание, что на вашу модель оборудования может не быть видеопояснений. Мы очень стараемся как можно скорее решить эту задачу.

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 укрепить сердечно-сосудистую систему и приобрести хорошую физическую форму. Надеемся, что данная модель удовлетворит все Ваши требования.

Прежде чем приступить к эксплуатации тренажера, внимательно изучите настоящее руководство и сохраните его для дальнейшего использования. В случае возникших дополнительных вопросов обратитесь к продавцу или в сервисный центр, который проконсультирует Вас и поможет устранить возникшую проблему.

Обязательно сохраняйте инструкцию по эксплуатации, это поможет Вам по прошествии времени вспомнить о функциях тренажера и правилах его использования.

Если у Вас возникли какие-либо вопросы по эксплуатации данного тренажера, свяжитесь со службой технической поддержки или уполномоченным дилером, у которого Вы приобрели тренажер.



Внимание!

Перед тем как приступить к тренировкам, настоятельно рекомендуем пройти полное медицинское обследование, особенно если у Вас есть наследственная предрасположенность к повышенному давлению или сердечно-сосудистым заболеваниям. Неправильное или чрезмерно интенсивное выполнение упражнений может повредить Вашему здоровью.

Транспортировка/Хранение/Ввод в эксплуатацию

Транспортировка и эксплуатация тренажера:

1. Тренажер должен транспортироваться только в заводской упаковке;
2. Заводская упаковка не должна быть нарушена;
3. При транспортировке тренажер должен быть надежно защищен от дождя, влаги, атмосферных осадков, механических перегрузок.

Хранение тренажера

Тренажер рекомендуется хранить и использовать только в сухих отапливаемых помещениях со следующими значениями:

1. температура + 10 - + 35 C;
2. влажность: 50 -75%;
3. если Ваш тренажер хранился при низкой температуре или в условиях высокой влажности (имеет следы конденсации влаги), необходимо перед эксплуатацией выдержать его в нормальных условиях не менее 2 – 4 часов и только после этого можно приступить к эксплуатации.

Настройка оборудования

Выбор места для тренажера

Место, где установлен тренажер, должно быть хорошо освещенным и проветриваемым. Установите тренажер на твердой, ровной поверхности так, чтобы расстояние от стены или других предметов было достаточным.

Свободная зона должна быть не менее чем на 0,6 м больше тренировочной зоны в направлениях доступа к оборудованию. Свободная зона должна также включать в себя площадку для экстренного схода него. Свободное пространство сзади тренажера обеспечит Вам комфортный подход к тренажеру и спуск с него.

Рекомендуемое пространство должно быть не менее 70 см по бокам, не менее 60 см перед оборудованием, не менее 110 см позади него. Однако, соблюдение свободного пространства должно учитывать конструктивные особенности тренажера в каждом конкретном случае.

В случае неисправности или поломки необходимо обеспечить доступ к оборудованию для сервисного инженера.

Если Вы ставите тренажер на ковер, необходимо подложить под него коврик из твердого пластика, чтобы предохранить ковер и оборудование от возможных повреждений. Также это позволит избежать царапин, сколов и вмятин, если напольное покрытие в Вашем доме выполнено из деликатных материалов (паркетная доска, штучный паркет, натуральный линолеум, пробковое покрытие и т. п.)

Рекомендации по сборке

Перед сборкой тренажера тщательно изучите ее последовательность и выполняйте все рекомендации данной инструкции. Изделие должно быть установлено на устойчивой и ровной поверхности. Используйте для сборки приложенный или рекомендуемый инструмент. Убедитесь, что в наличии имеются все детали и они не повреждены. Не прикладывайте чрезмерных усилий к инструменту во избежание травм и повреждения элементов конструкции тренажера. Сначала соберите все детали тренажёра, не до конца затянув гайки и болты, и только убедившись, что конструкция собрана правильно, затяните их до конца.

Техническое обслуживание/ ремонт

Профилактическое обслуживание и ежедневная чистка оборудования продлят срок его эксплуатации и помогут сохранить его внешний вид.

При этом важно соблюдать следующие рекомендации:

- Защищайте тренажер от попадания прямого солнечного света, в противном случае возможно выцветание пластиковых деталей;
- Тренажер необходимо устанавливать в сухом месте;
- Для чистки используйте мягкую хлопчатобумажную ткань;
- Не применяйте абразивные препараты, агрессивные жидкости для чистки рабочих поверхностей тренажера, такие как ацетон, бензин, уайт-спириты, бензол и их производные во избежание повреждения лакокрасочных покрытий и пластиковых деталей. Для ухода рекомендуется применять слегка смоченную нейтральным раствором (мыльный раствор) ткань с последующей протиркой сухой тканью;
- После каждого использования тренажера протирайте опоры, рукоятки и поручни;
- Если тренажер неустойчив и «качается», выровняйте его;
- Регулярно выполняйте уборку территории вокруг тренажера.

НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ тренажер, если он поврежден или имеет сломанные или изношенные детали. Используйте только те запасные части, которые поставляются заводом-изготовителем оборудования.

РЕГУЛЯРНО ПРОВОДИТЕ ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ ТРЕНАЖЕРА. Оно является залогом бесперебойной работы оборудования и сохранения гарантийных обязательств. Необходимо проводить регулярный осмотр тренажера. Дефектные детали следует немедленно заменять. Обслуживание и ремонт должны проводиться только лицами, обладающими необходимой квалификацией.

Периодически смазывайте движущиеся части смазкой (лёгким машинным маслом), чтобы предотвратить преждевременный износ.

Не пытайтесь ремонтировать данное оборудование самостоятельно. Если у вас возникнут трудности со сборкой, эксплуатацией или использованием тренажера или вы считаете, что у вас могут отсутствовать какие-либо детали, обратитесь непосредственно к продавцу

Для выполнения работ по техническому обслуживанию и ремонту тренажёра рекомендуем обращаться к специалистам сервисного центра.

Гарантия

С условиями и сроками гарантии Вы можете ознакомиться на сайте <https://fitathlon.ru/fitathlon-service/guarantee.pdf>

Гарантия наших брендов является твердым обязательством по обеспечению высокого качества оборудования.

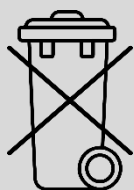
Перед покупкой и эксплуатацией рекомендуем ознакомиться с содержанием гарантийного талона, размещенного по указанной выше ссылке.

Обратите внимание, что сроки гарантии отличаются для тренажеров с разным уровнем использования: домашним, полупрофессиональным и коммерческим.

Авторизованные сервисные центры представлены по всей России. Наши профессионалы гарантируют качественное обслуживание и ремонт, следуя стандартам бренда.

С контактами сервисных центров можно ознакомиться на сайте <https://fitathlon.ru/fitathlon-service/>

Указания по утилизации



Данный тренажер не относится к бытовым отходам. **Пожалуйста, не выбрасывайте оборудование вместе с бытовыми отходами.**

Надлежащий раздельный 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.



Внимание

Тренажер предназначен для домашнего использования.

Инструкция по технике безопасности

Внимательно прочитайте приведенную ниже информацию перед использованием тренажера. Важно прочитать все данное руководство перед сборкой и использованием оборудования. Безопасное и эффективное использование может быть только в том случае, если оборудование собрано, обслуживается и используется надлежащим образом. Владелец несет ответственность за то, чтобы все пользователи этого тренажера были должным образом проинформированы о том, как безопасно использовать этот тренажёр.

1. Проконсультируйтесь с врачом, чтобы определить, есть ли у вас какие-либо медицинские или физические заболевания, которые могут поставить под угрозу здоровье и безопасность или помешать использовать оборудование должным образом. Консультация врача необходима при приеме лекарств, которые влияют на частоту сердечных сокращений, кровяное давление или уровень холестерина;
2. Всегда следите за физическим состоянием во время тренировок. Неправильное использование тренажера может повлиять на здоровье. При наличии каких-либо симптомов (включая головную боль, боль в груди, нерегулярное сердцебиение, одышку, головокружение, тошноту), немедленно прекратите тренировку и проконсультируйтесь с врачом перед повторной тренировкой;
3. Прежде чем использовать тренажёр для тренировок, всегда выполняйте упражнения на растяжку, чтобы как следует разогреться.
4. Не допускайте детей и животных в зону упражнений. Тренажер предназначен только для использования взрослыми;
Предупреждение: Родители и другие лица, отвечающие за детей, должны осознавать свою ответственность, поскольку природный инстинкт игры и любовь детей к экспериментам могут привести к ситуациям и поведению, для которых данный тренажёр не предназначен.
5. Расположите тренажер на устойчивой и горизонтальной поверхности и положите защитный материал на пол или ковер, чтобы не повредить пол; Не размещайте острые предметы вокруг тренажера.
6. Убедитесь, что все болты и гайки правильно затянуты перед использованием тренажера. Безопасное использование тренажера может быть гарантировано только в том случае, если проводится регулярное техническое обслуживание и ремонт, а изношенные и сломанные детали также заменяются;
7. Прекратите использовать тренажер при обнаружении каких-либо неисправных деталей или, если услышите какой-либо странный шум. Убедитесь, что все проблемы устранены, прежде чем использовать тренажер снова;
8. Всегда надевайте соответствующую одежду и обувь, которые подходят для тренировки на тренажере. Не занимайтесь в свободной или мешковатой одежде, так как она может застрять в тренажёре и возможно стать причиной травмы. Носите кроссовки, чтобы защитить ноги во время тренировки.
9. Следует избегать хранения тренажера в очень холодных, жарких или влажных помещениях, так как это может привести к коррозии и другим связанным с ней проблемам;
10. Данное устройство предназначено только для использования внутри помещений. Максимальный вес пользователя указан в технических характеристиках;
11. Соблюдайте осторожность при перемещении данного оборудования, чтобы избежать травм;
12. Храните данное руководство по эксплуатации и инструменты для установки в безопасном месте;
13. Данный тренажер не предназначен для профессионального медицинского оздоровления.

Инструкция по сборке оборудования



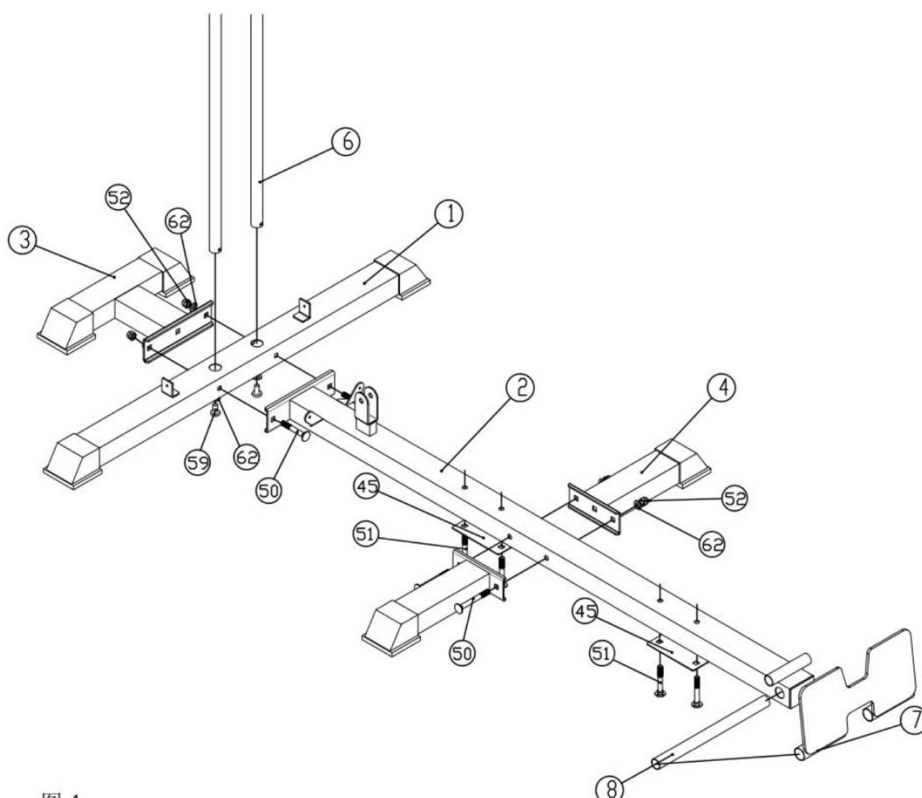
Внимание

Производитель оставляет за собой право вносить изменения в продукт без предварительного уведомления.

Примечание:

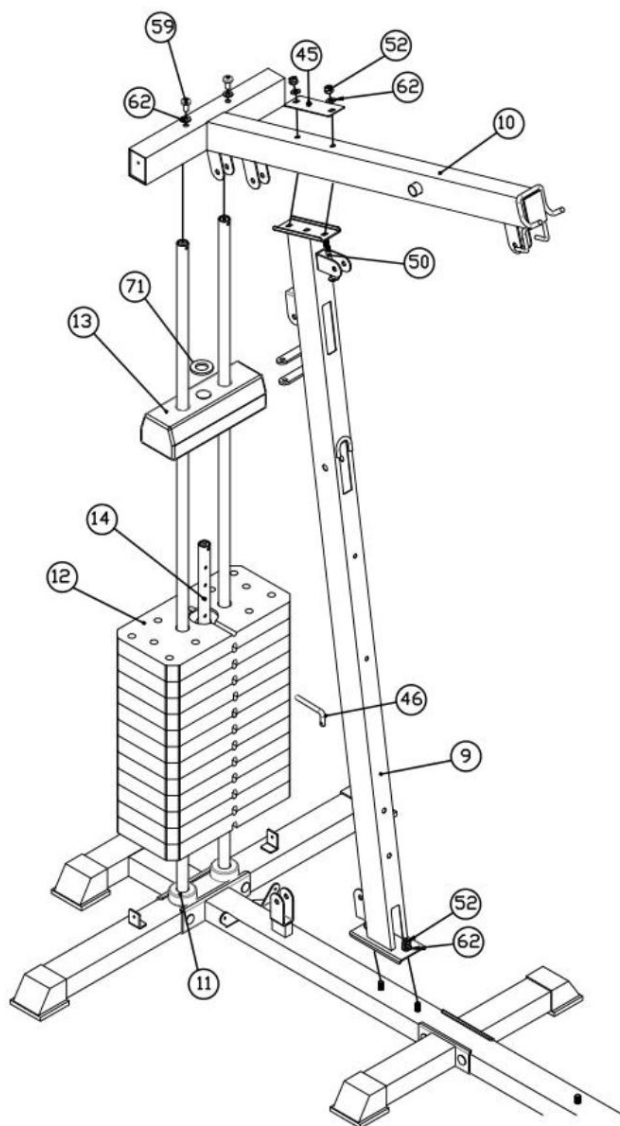
1. Прокладка должна быть установлена на обоих концах болта (напротив головки болта и гайки), как указано на рисунке.
2. Предварительная сборка заключается в том, чтобы затянуть все болты и гайки вручную и после полной сборки затянуть гаечным ключом.
3. Часть деталей уже была предварительно собрана на фабрике.
4. Данный тренажер рекомендуется устанавливать вдвоем.

Шаг 1



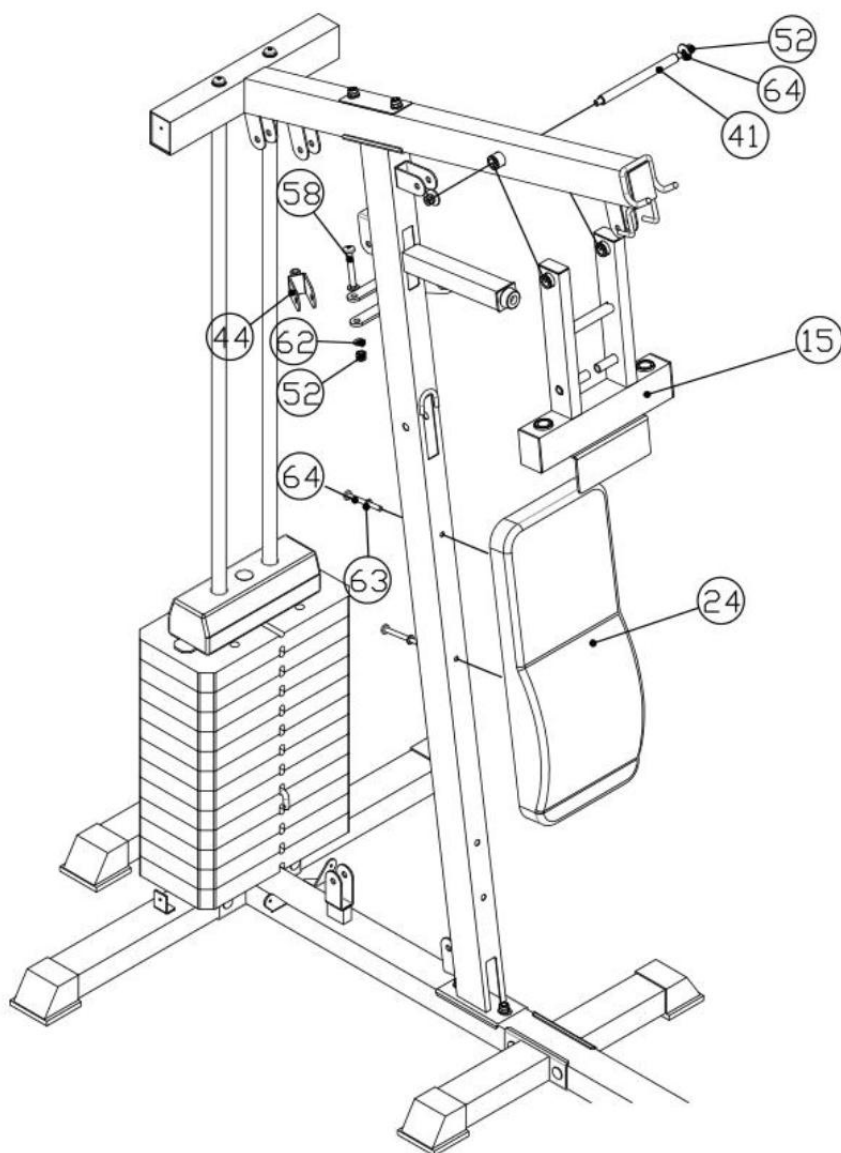
1. На заднем стабилизаторе (№1) есть три отверстия, вставьте направляющий стержень (№6) в отверстие заднего стабилизатора (№1) и закрепите с помощью 2 болтов (№59) и 2 прокладок (№62).
2. Заранее закрепите 2 соединительные пластины (№45) перед центральным соединением (№2) с помощью 4 болтов (№51).
3. Прикрепите стойку (№3) к стабилизатору (1(№1)) и установите на центральное соединение (№2), закрепите с помощью 2 болтов (№50) и 4 стопорных гаек (№62).
4. Используя 2 болта (№50), 4 прокладки (№62) и две гайки (№52), установите крепление (№7) на центральное соединение (№2). Установите стержень (№8) в передней части центрального соединения (№2).

Шаг 2



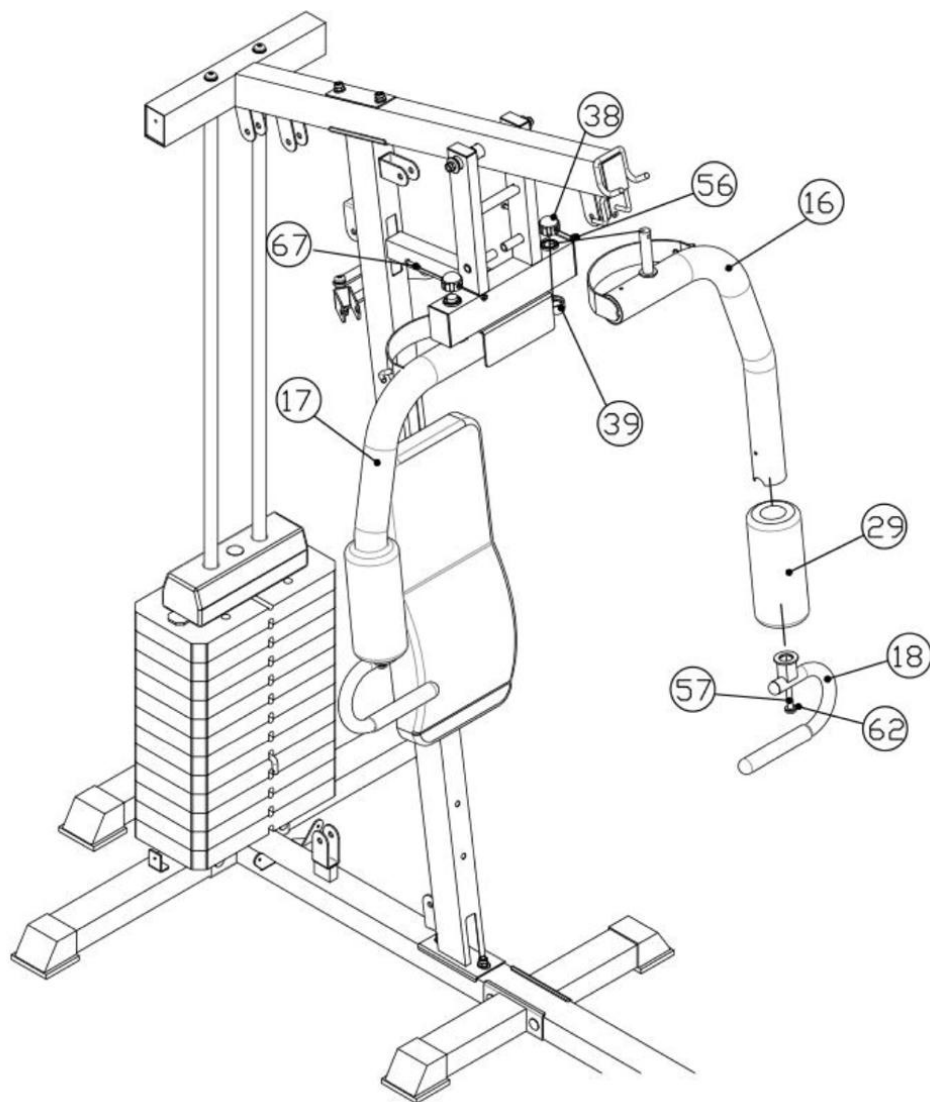
1. Установите амортизатор противовеса (№11) на направляющий стержень (№6) и установите блоки противовеса (№12) один за другим на направляющую (№6) (**Примечание:** паз блока противовеса должен быть направлен вниз (№12)); в отверстие посередине вставьте утяжеляющий стержень (№14).
2. Установите верхний блок противовеса (№13) на направляющую (№14); вставьте I-образный болт (№ 46) и шайбу противовеса (№71), расположенные на блоке противовеса (№13) в верхней части кожуха.
3. Зафиксируйте переднюю стойку (№9) на центральном соединении (№4) с помощью 2 гаек (№62) и 2 прокладок (№52).
4. Установите направляющую (№6) на верхнюю раму (№10) и совместите отверстия, затем закрепите с помощью стопорного болта (№59) и прокладки (№62).
5. Соедините пластину (№45) с креплением (№50) и закрепите с помощью болтов (№62), прокладки (№52), гаек (№9) и (№10).

Шаг 3



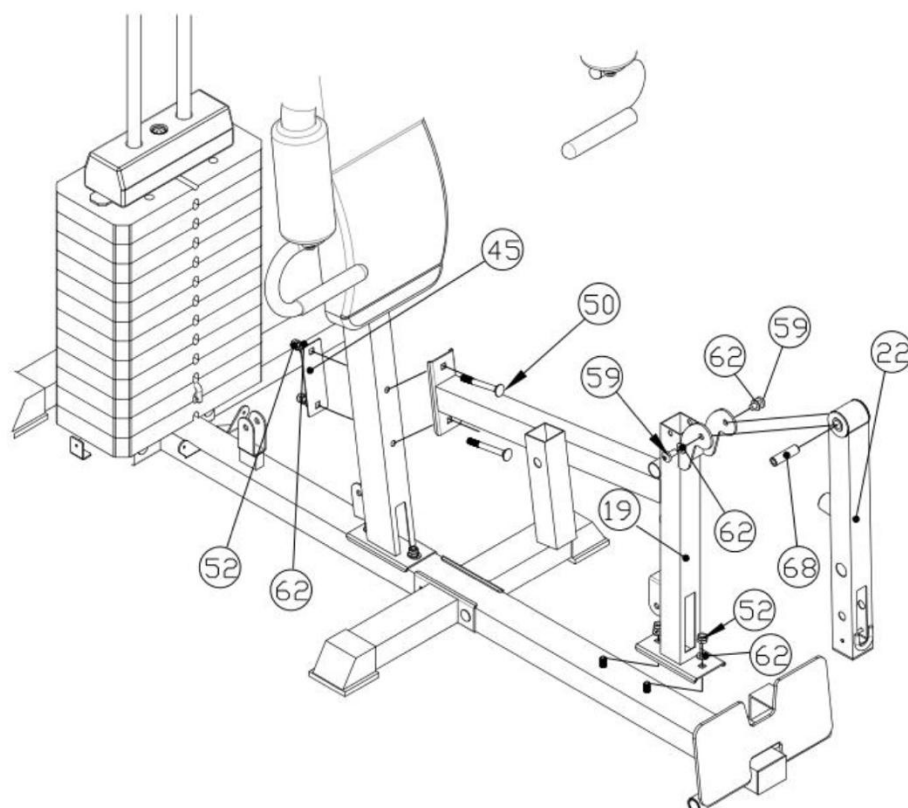
1. Установите U-образную раму (№44) с U-образной передней стойкой (№9) и закрепите с помощью 2 болтов (№58), 4 гаек (№62) и 2 прокладок (№52).
2. Установите ось (№ 41) с двумя прокладками вала (№ 61) на систему противовеса (№ 15), установленную на верхней раме (№10), и закрепите с помощью гаек (№ 52).
3. Установите спинку (№24) и закрепите на передней стойке (№9) с помощью 2 болтов (№64) и прокладки (№63).

Шаг 4



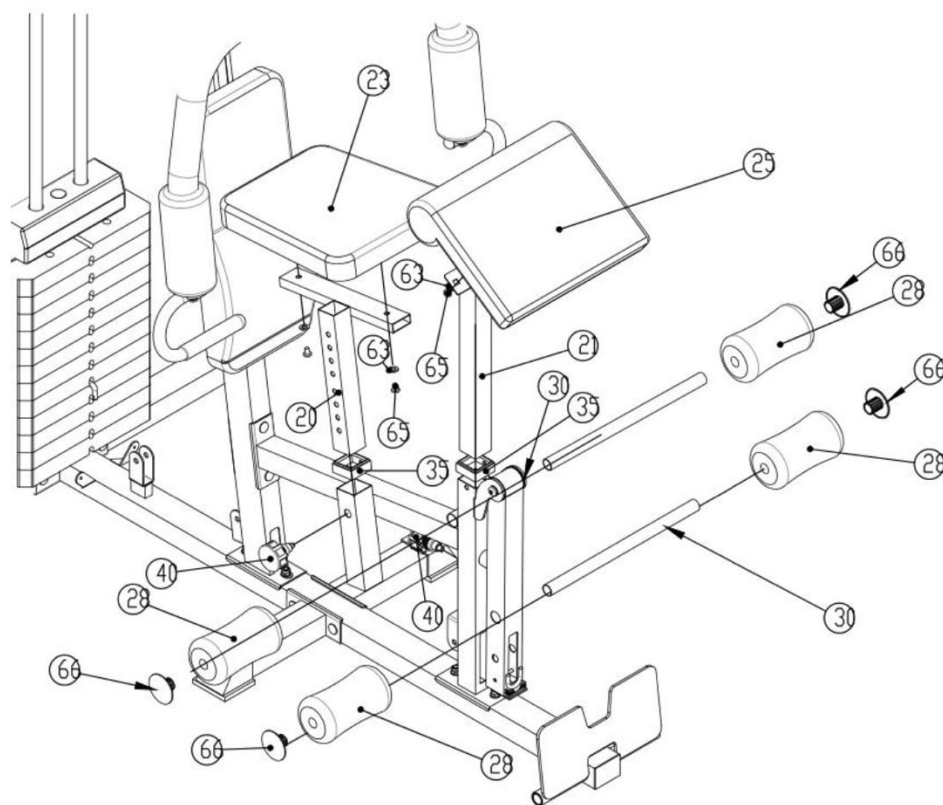
1. Установите неопреновый ролик 100X210мм (№29) на левый поворотный рычаг (№16), также установите поручень (№18) на левый поворотный рычаг (№16) и закрепите с помощью болтов (№57) и прокладок (№62).
2. Установите декоративную втулку (№39) на систему противовеса (№15) через соединение (№67) и закрепите с помощью гайки (№56) и (№38).
3. Таким же образом установите с другой стороны.

Шаг 5



1. Установите кронштейн крепления сиденья (№19) на стабилизатор (№2), а затем закрепите с помощью болта, прокладок (№62) и стопорной гайки (№52).
2. Через соединительную пластину (№45) с помощью болта (№50), прокладки (№62), гайки (№52) установите кронштейн крепления сиденья (№19) на передней стойке (№9).
3. Установите втулку (№68) на поворотную опору подлокотника (№22) и закрепите с помощью болта (№59) и прокладки (№62). На обоих концах по 12 штук, начиная с номера (№19).

Шаг 6

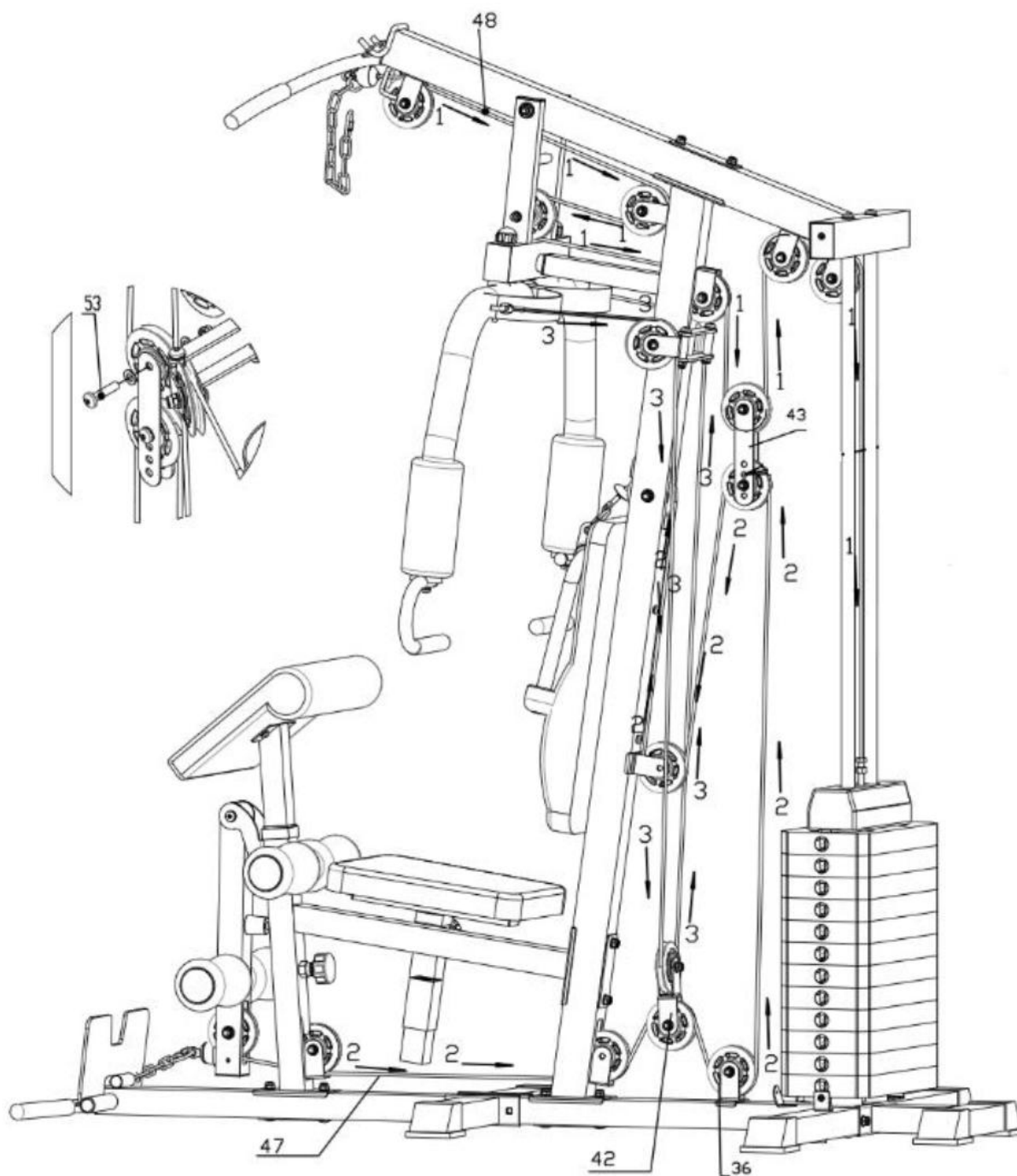


1. Закрепите сиденье (№23) на кронштейне с помощью болтов (№65), (№63).
2. Установите подлокотник (№25) на кронштейне (№65) и закрепите с помощью болтов (№63) и (№21).
3. Установите стойку (№35) на кронштейне крепления сиденья (№19) и зафиксируйте ручку (№40).
4. Установите стержень с неопределёнными роликами (№22,28) на регулирующую стойку (№30) и закрепите с помощью кожуха (№71).

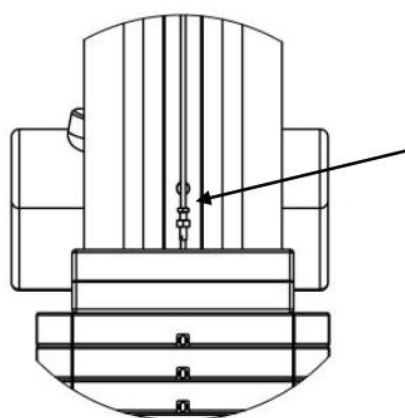
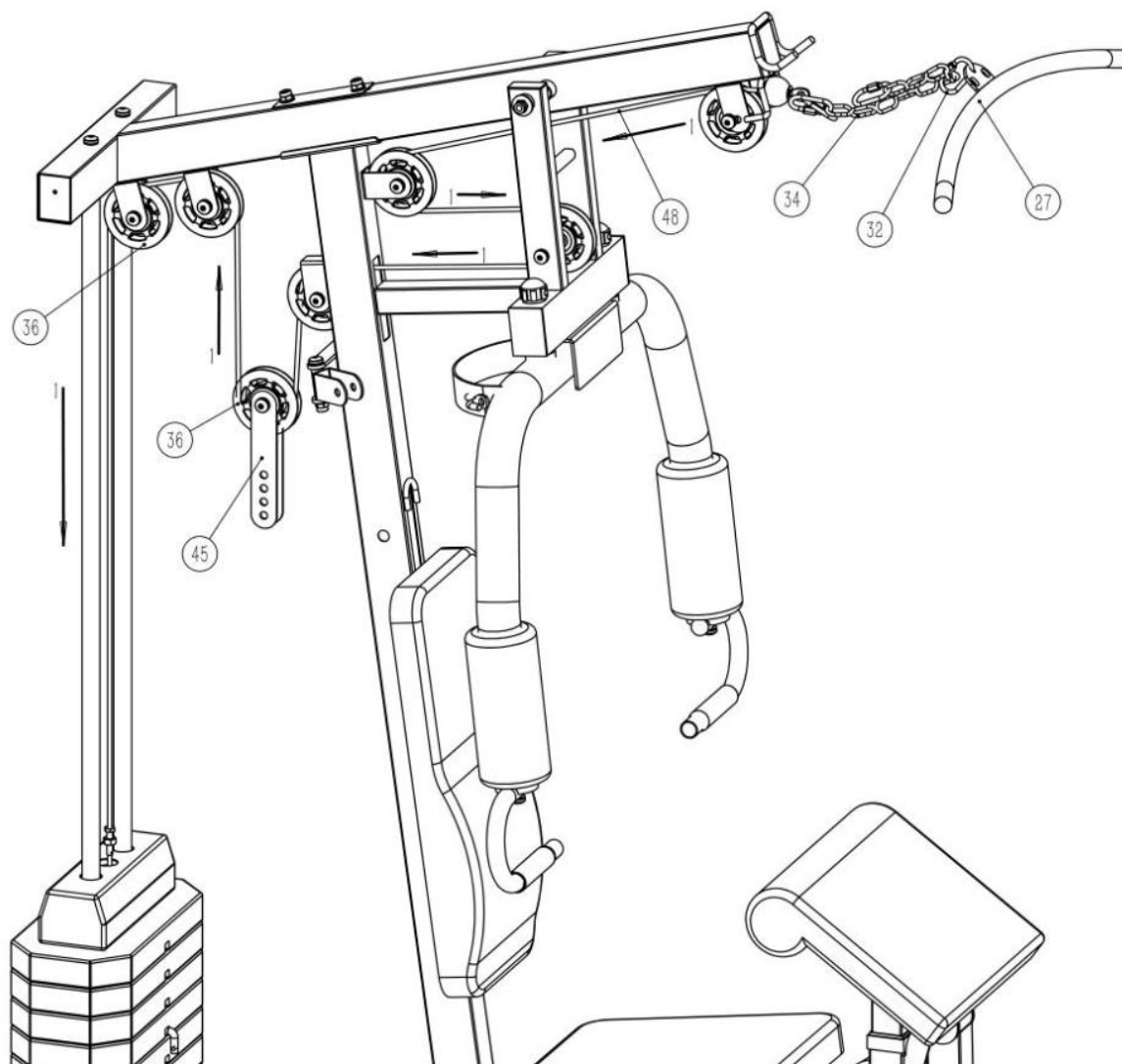
Схема подключения троса

После сборки всего тренажера проверьте, натянут ли трос. Если трос немного ослаб, затяните нижний регулировочный болт задней тяги (№48). Если трос сильно натянут, с помощью шкива №43 отрегулируйте положение регулировочного шкива.

Шаг 7

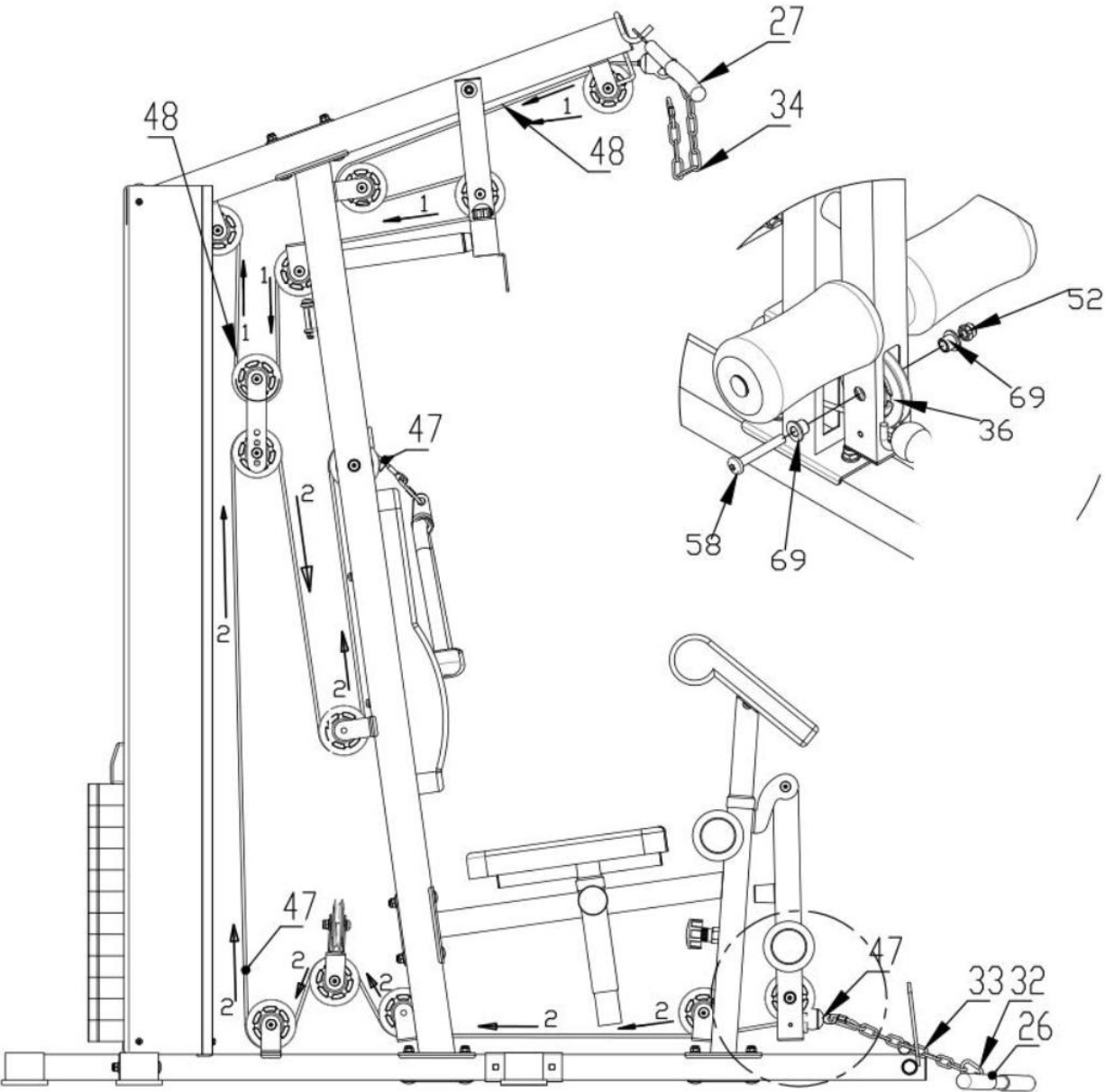


Шаг 8

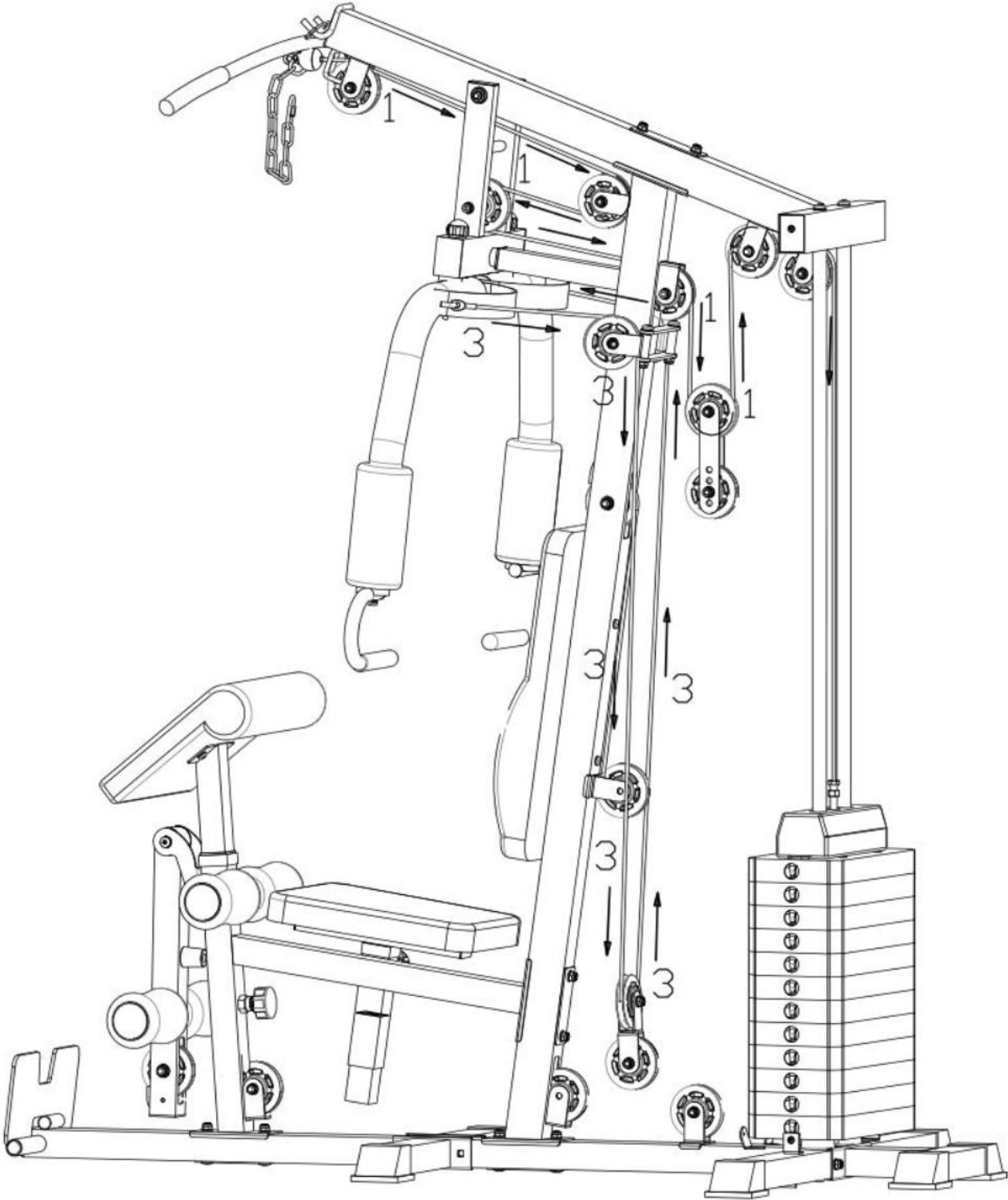


Точная настройка
кабеля
осуществляется с
помощью болта

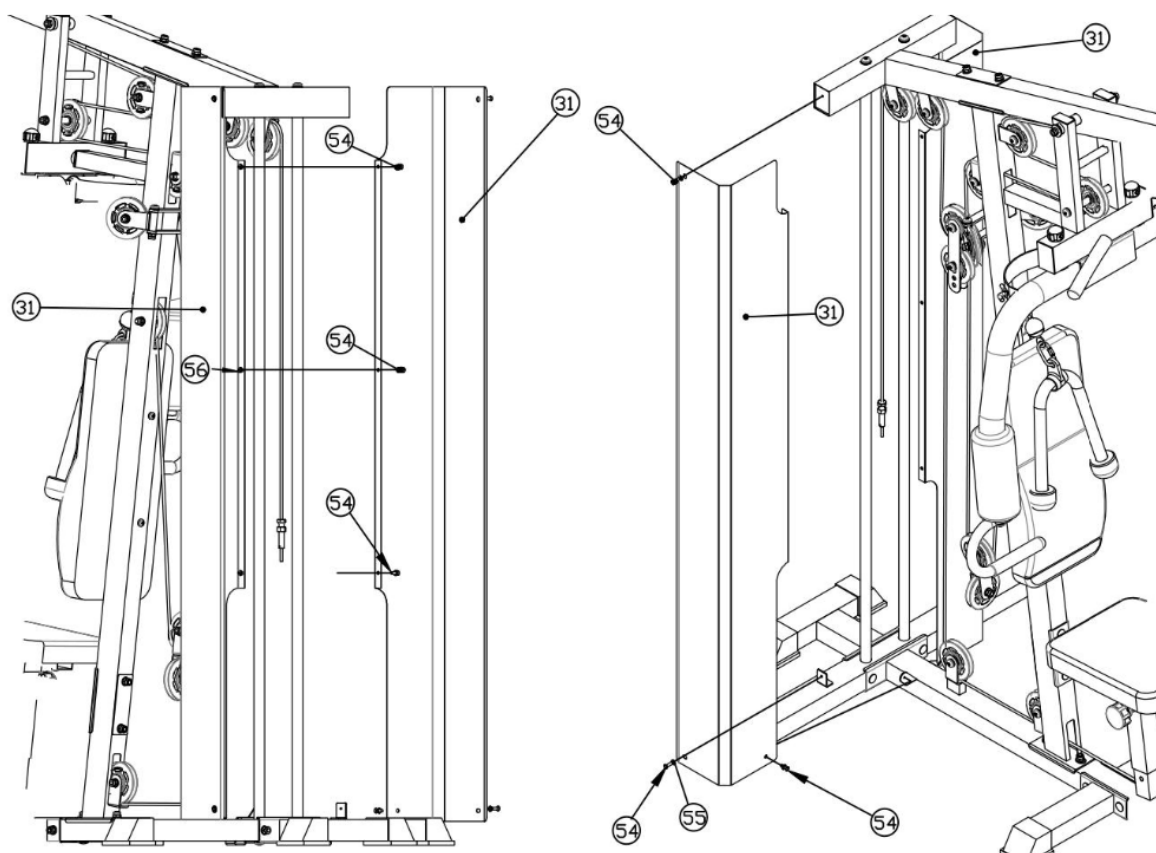
Шаг 9



Шаг 10



Шаг 11

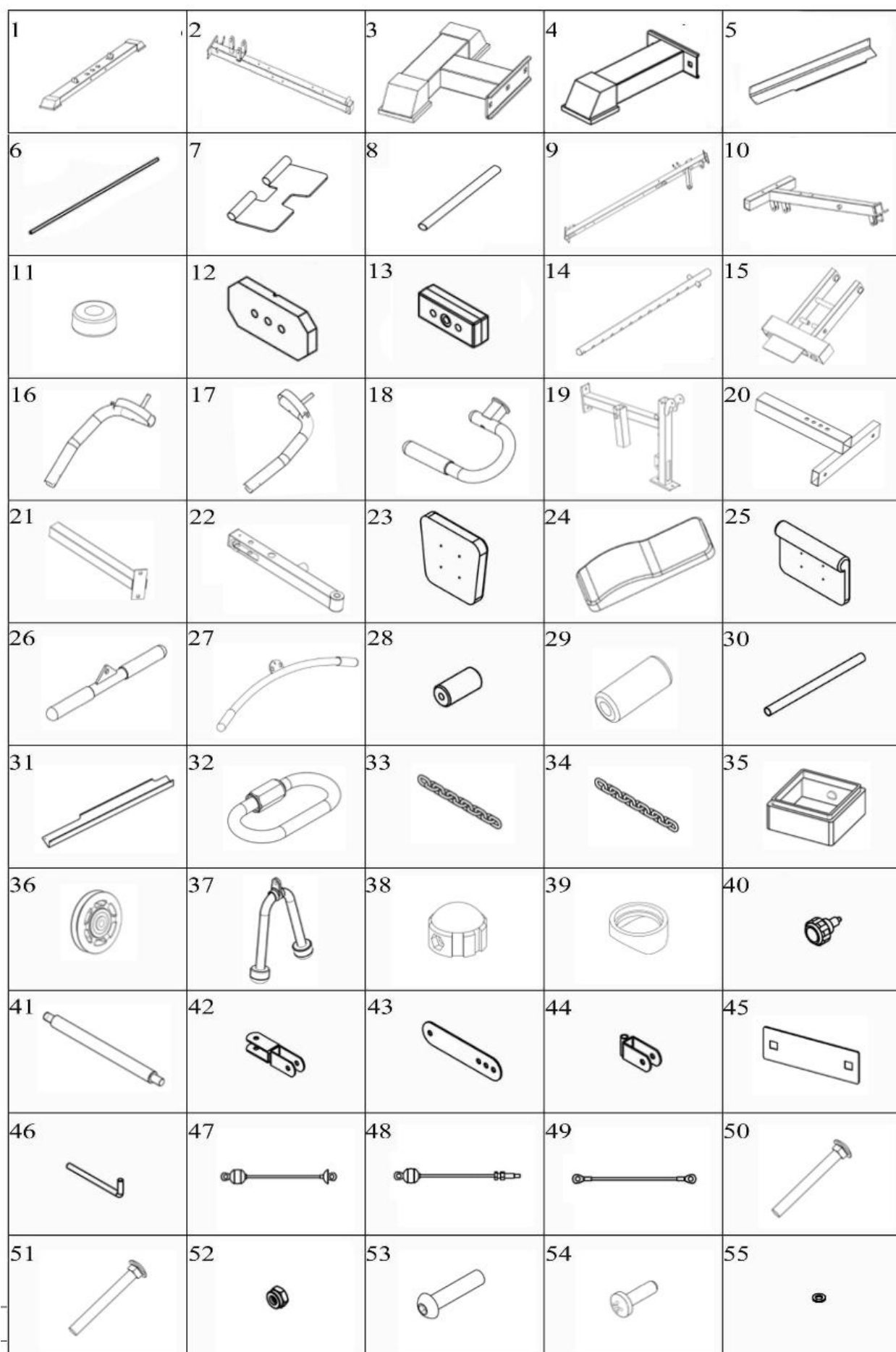


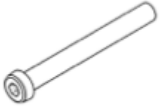
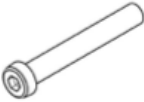
1. Закрепите 2 кожуха из стальных пластин (№31, (№5) на боковой раме (№55), стабилизаторе (№2) и центральном соединении (№1) с помощью болтов (№54) и прокладок (№10)
2. Два кожуха из стальных пластин крепятся с помощью болтов (№54), прокладок (№55) и гаек (№56).

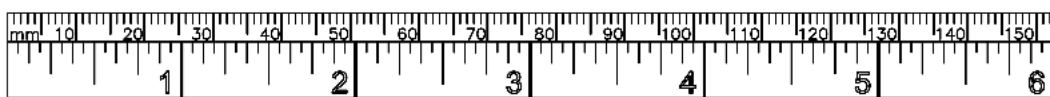
Затяните болты и гайки с помощью гаечного ключа, чтобы тренажер был полностью собран. Перед использованием убедитесь, что все шкивы и тросы надежно закреплены. В первый раз в соответствии с фактическим состоянием троса отрегулируйте натяжение.

Список деталей:

№	Описание	Кол-во	№	Описание	Кол-во
1	Стабилизатор	1	37	Поручень	1
2	Центральное соединение	1	38	Гайка	2
3	Стойка	1	39	Декоративная втулка	2
4	Часть стабилизатора	2	40	Болт	2
5	Левый кожух	1	41	Ось	1
6	Направляющая	2	42	Поперечная U-образная рейка шкива	1
7	Пластина	1	43	Шкив	1
8	Стержень	1	44	U-образная рейка шкива	2
9	Передняя стойка	1	45	Соединительная пластина	4
10	Верхняя рама	1	46	Болт	1
11	Амортизатор противовеса	2	47	Поручень 4050мм	1
12	Блок противовеса	12	48	Поручень 3310мм	1
13	Кожух блока противовеса	1	49	Поручень 3140мм	1
14	Стержень	1	50	Болт M10 * 90	8
15	Система противовеса	1	51	Болт M10 * 70	4
16	Правый поворотный рычаг	1	52	Стопорная гайка M10	34
17	Левый поворотный рычаг	1	53	Болт M10*45	15
18	Поручень	2	54	Болт M6 * 10	9
19	Кронштейн крепления сиденья	1	55	Прокладка Ø6	12
20	Опора сиденья	1	56	Стопорная гайка M6	5
21	Болт	1	57	Болт M10 * 90	2
22	Поворотная опора подлокотника	1	58	Болт M10 * 65	4
23	Прокладка	1	59	Болт M10 * 16	6
24	Спинка	1	60	Болт M10 * 175	1
25	Подлокотник	1	61	Прокладка	2
26	Поручень	1	62	Прокладка Ø10	62
27	Поручень	1	63	Прокладка Ø8	6
28	Неопреновый ролик Ø100X175	4	64	Болт M8 * 85	2
29	Неопреновый ролик Ø100X210	2	65	Болт M8 * 16	4
30	Регулируемая стойка 420мм	2	66	Кожух	4
31	Кожух из стальной пластины	1	67	Болт M6 * 35	2
32	Кольцо	5	68	Втулка	1
33	Цепь 200мм	1	69	Втулка шкива	4
34	Цепь 400мм	1	70	Лента	1
35	Подшипник	2	71	Шайба противовеса	1
36	Шкив	19			



56 	57 	58 	59 	60 
61 	62 	63 	64 	65 
66 	67 	68 	69 	70 
71 	72	73	74	75
76	77	78	79	80



Технические характеристики

Назначение	домашнее
Тип тренажера	силовые центры
Упражнения	все группы мышц
Сиденье	эргономичное с наполнителем из PU поролона и обивкой из искусственной кожи
Длина в рабочем состоянии, см	184
Ширина в рабочем состоянии, см	100
Высота в рабочем состоянии, см	212
Диаметр троса, мм	6
Материал троса	сталь
Главный цвет обивки	черный
Вес стека, кг	73
Тип стека	плита
Количество плит стека	12+1
Вес одной плиты стека, кг	5.7
Дополнительно	Комплектация: канат для трицепса, рукоятка для тяги сверху, манжета для ноги, прямая рукоятка. неопределенные валики:
	4 для ног (ф 8.5), 2 для рук (ф 9).
	Размеры подушек:
	парты бицепса – 30*40*5 (7) см.
	спинка – 32*60*5.5 см
	сиденье – 39*35*5.5 см.
	4 уровня регулировки сиденья по высоте.
	2
	70
	50
Толщина профиля рамы, мм	145
Ширина профиля рамы, мм	150
Высота профиля рамы, мм	КНР
Вес нетто, кг	Fitathlon Group (подразделение в Германии)
Вес брутто, кг	
Страна происхождения	
Производитель	

Оборудование не подлежит обязательной сертификации.

*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 поставщика оборудования ООО «ФИТАТЛОН»: **www.fitathlon.ru**

Последнюю версию Руководства пользователя можно найти на сайте поставщика ООО «ФИТАТЛОН»: **www.fitathlon.ru**



Внимание

Тренажер предназначен для домашнего использования.