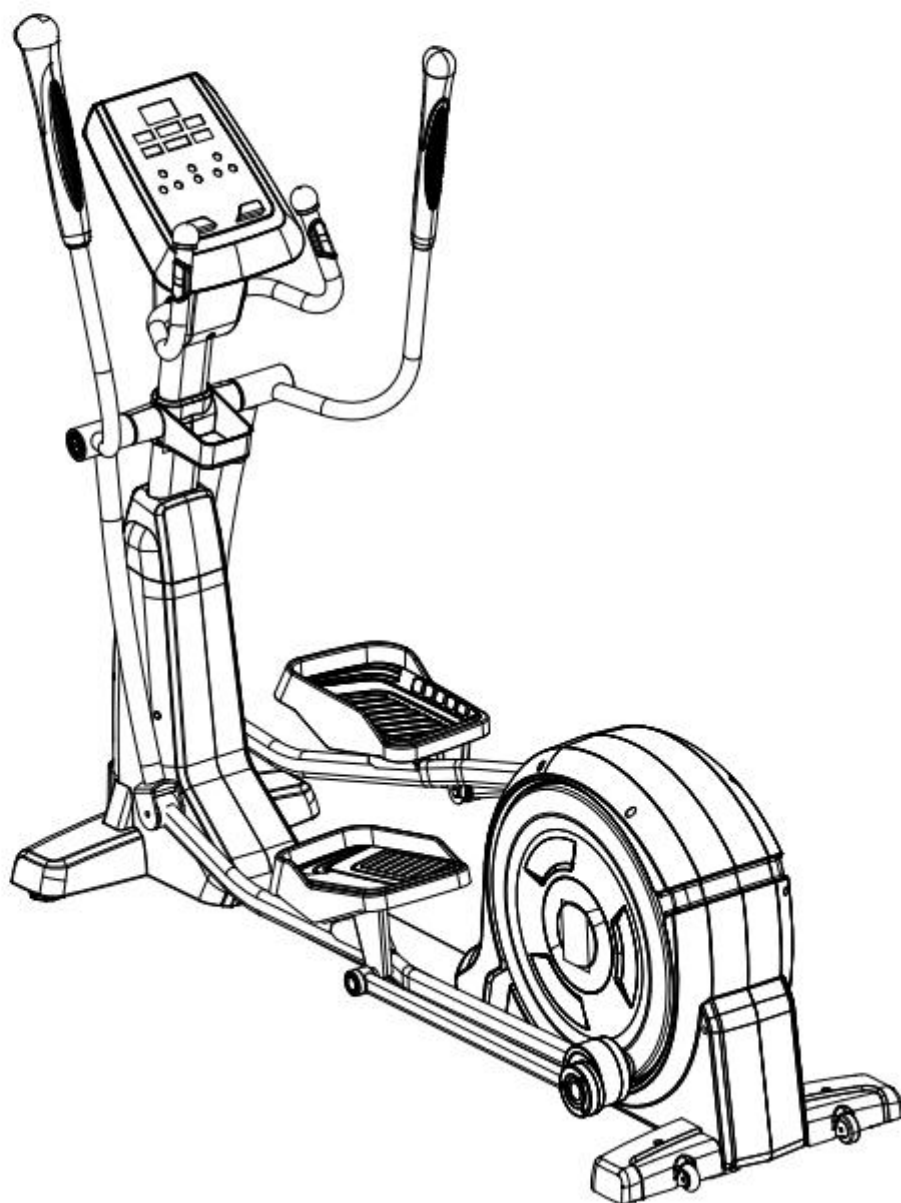




**Эллиптический тренажер
VictoryFit GYM-E500**



Руководство пользователя

ВАЖНО!

Пожалуйста, внимательно ознакомьтесь с настоящим руководством перед сборкой и тренировкой. Содержащаяся в нем информация поможет вам правильно установить и эксплуатировать тренажер.

Пожалуйста, приступайте к эксплуатации только после изучения руководства.

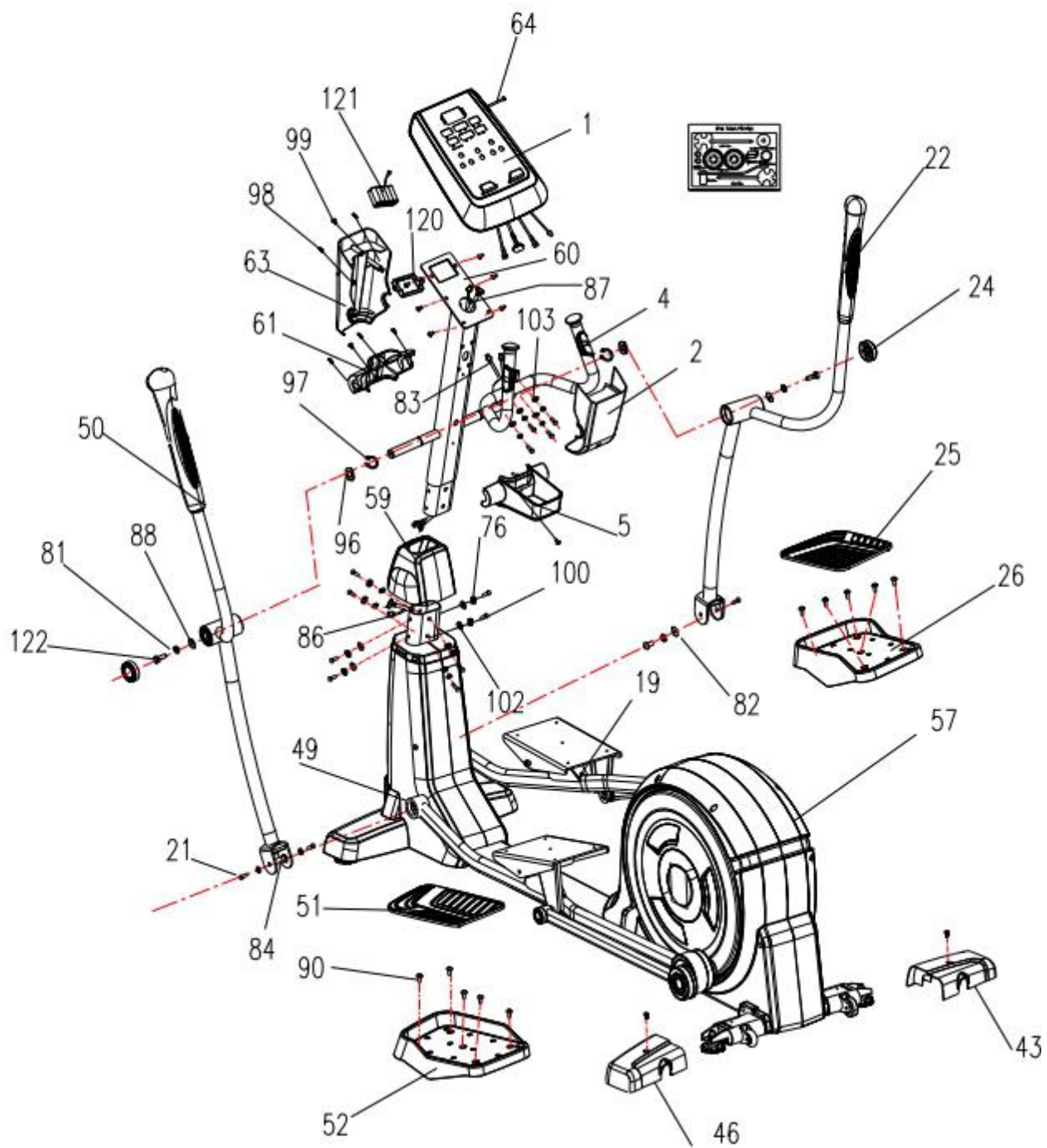
Приобретя тренажер, заполните гарантийный талон и сохраните его в надежном месте.

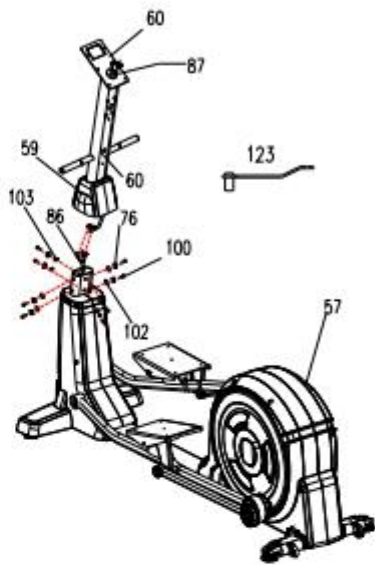
В дальнейшем для обеспечения надлежащего качества обслуживания просим сопровождать обращение в сервисный центр предоставлением квитанции о приобретении.

Мы стараемся непрерывно усовершенствовать продукцию, поэтому содержание данного руководства может быть в дальнейшем изменено без уведомления.

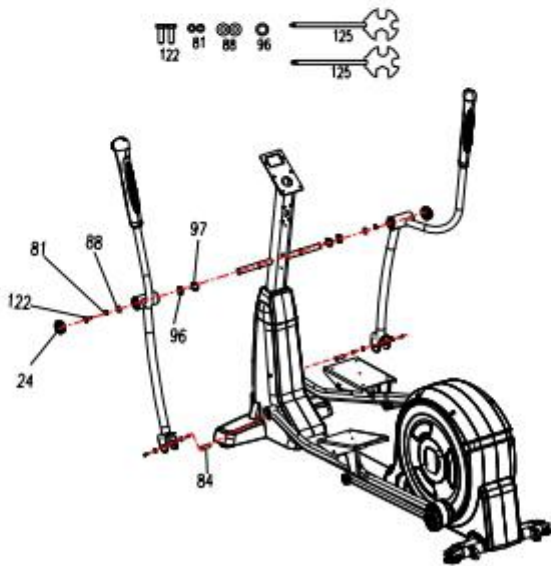
Пожалуйста, сохраните руководство для обращения к нему в случае необходимости.

Сборка эллиптического тренажера

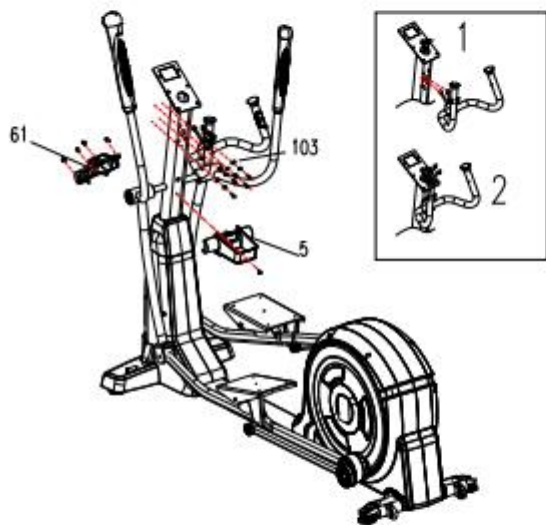




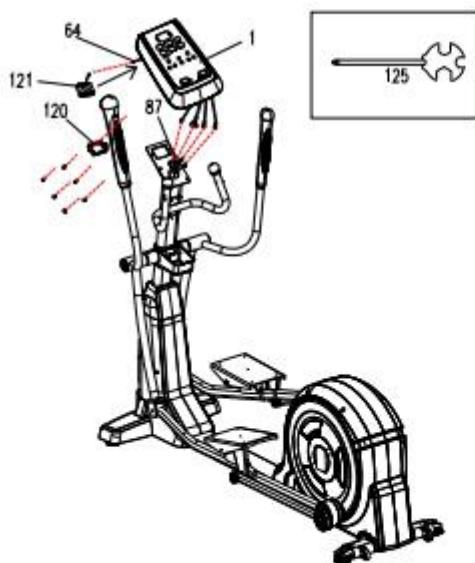
а 1: ста ов те к о те ко сол а ос ов у
 а у соединяете п овода в теке
 соответству е о аз е а



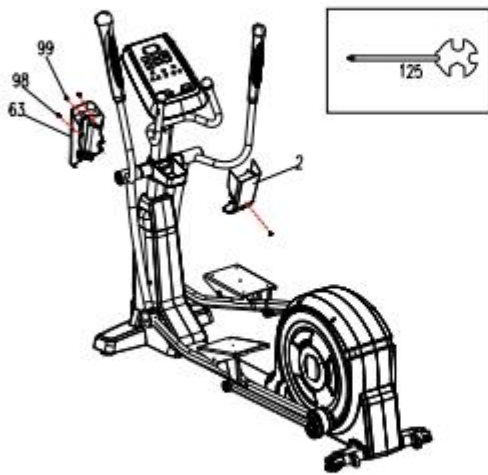
а ак еп те лев п ав уль сп о ь
 олтов а далее уста ов те пласт ков
 ко у



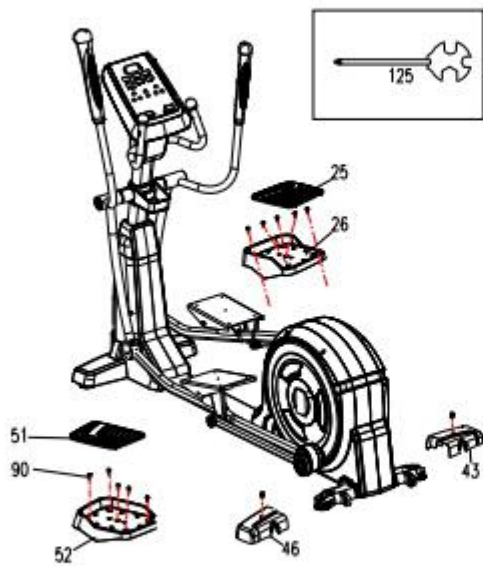
а 3: одклучете пловда в соодветству е
 аз е епе е а те ак еп те уль а
 к о те еко сол



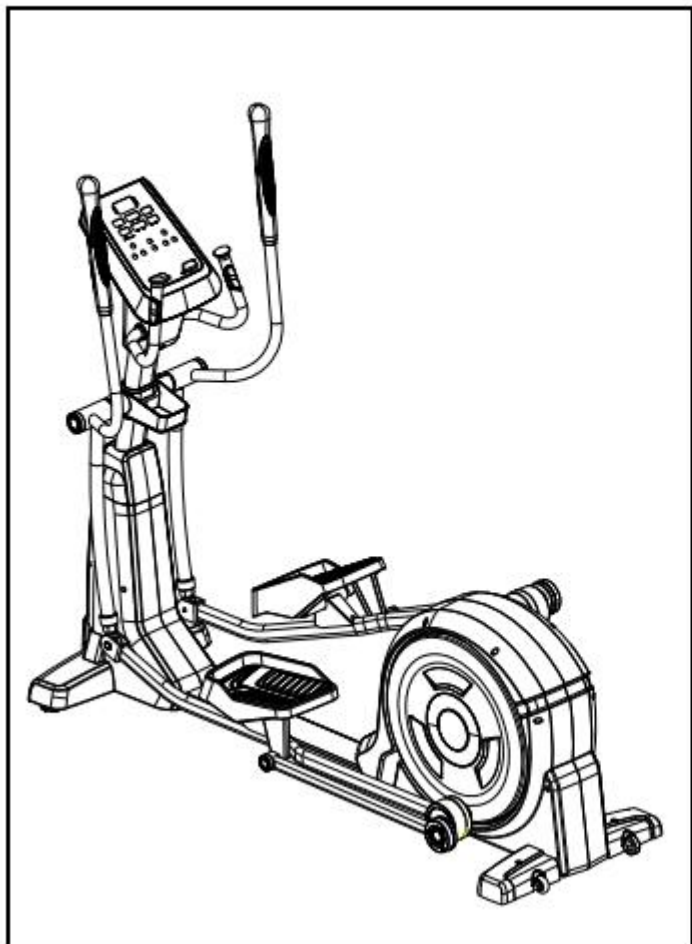
а 4: ставте копчето ако сол
 педва тель о соединяете пловда соодветст
 ву аз е а закрите копчето п
 по о в тов



а 5: ста ов те за т ко у
 ко те ако сол за кеп те
 в та



а 6: ста ов те леву п аву
 педал оде њте а за т е
 ко у осле уста ов те
 за т е ле е т в зад е
 аст те а е а



INSTALLATION COMPLETE

PART 6 COMPUTER DETAILS

TIME	: 0:00~99:00
DISTANCE	: 0.00~99.50 K/M
CALORIES	: 0~990
PLUSE	: P-40~220
WATT	: 20~300
MANUAL	: 1~32
PROGRAM	: P1~P12
H. R. C	: 55%、75%、90%、IND (TARGET)
USER DATA	: U0 ~U4
◆ GENDER	: GIRL / BOY
◆ AGE	: 10-25-99
	: 100-1670-200 (CM)
◆ WEIGHT	: 180KG (MAX)



PART 7 MAINTANCE

Monthly Maintenance Tasks

- **Elliptical only**
 - Verify that the wheels run smoothly
 - Check all wheels for wear or cracks.
 - Lift the badge plate from the bottom front to loosen the rubber gasket. Remove the gasket (at the split) from the back of the display mount. Clean debris then replace the gasket from back to front, aligning the tabs as you go.
DO NOT pull the gasket ring off before removing the badge plate first.

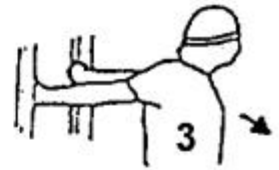
PART 8 WARM-UP EXERCISE



15 seconds for each



20 seconds



20 seconds



25 seconds



20 seconds



20 seconds



30 seconds



25 seconds for each leg



30 seconds



20 seconds



5 seconds x 3 times



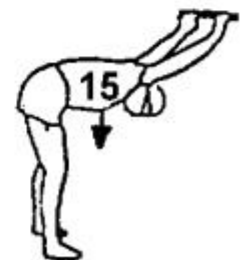
20 seconds



20 seconds for each leg



5 times



15 seconds