

HUR SmartTouch Hi5-MD

Savininko vadovas





PERSKAITYKITE PIRMA

Prieš naudodami mūsų gaminius, rekomenduojame susipažinti su šiomis jūsų turimų HUR produktų instrukcijomis.

Šis HUR vadovas yra HUR produktų naudojimo ir priežiūros vadovas vartotojams. Tinkamai naudojant ir prižiūrint, bus užtikrinta saugi, maloni ir efektyvi treniruotė taip pat prailgina gaminio gyvavimo ciklą. Vadovas taip pat padeda geriau supažindinti klientus su HUR produktų naudojimu.

Mes rekomenduojame HUR įgaliotam personalui atlikti montavimą, priežiūrą ir remontą veiksmai. Jūsų vietinis HUR atstovas mielai jums padės, jei jums reikia techninės pagalbos ar turite HUR su produktu susiję klausimai.

Kitam, nei įprasta, su įranga susijusiam naudojimui rekomenduojama pateikti toliau pateiktas instrukcijas yra laikomasi:

- Niekada nejudinkite ir nelenkite įrangos vieni. Jei reikia pakreipti, pvz. siurbdami, naudokite tinkamą atramą, kad mašina negalėtų apvirsti.
- Nejunkite HUR įrangos su jokiais kitais maitinimo šaltiniais ar kitomis dalimis / komponentais, išskyrus tuos, kuriuos tiekia ir patvirtina HUR.
- Jei aptiksite defektą, susisiekite su HUR atstovu arba HUR technine priežiūra. Nebandykite patys taisyti.
- Perskaitykite kompresoriaus vadovą ir vykdykite instrukcijas, susijusias su kompresoriaus veikimu ir technine priežiūra.

Šiame vadove pateikiamos bendrosios HUR garantijos sąlygos. Patikrinkite galimą regioninį / kliento konkrečias specialias jūsų HUR atstovo sąlygas. Jei jūsų HUR gaminyje buvo defektų garantijos laikotarpis, garantija apima reikalingas remonto dalis ir komponentus, taip pat remonto darbai (išskyrus kelionės išlaidas).

HUR neatsako už padarytą žalą, atsiradusią dėl įrenginio gedimo ir (arba) tuo metu, kai prietaisas neveikia. Sugedusi įranga turi būti nenaudojama, kol ji bus tinkamai suremontuota.

Dėl nuolatinio produkto kūrimo HUR pasilieka teisę keisti gaminius be išankstinio įspėjimo.

Vadovo peržiūros data 2022 m. rugpjūčio 3 d.



Ab HUR OY
Patamäentie 4
67100 Kokkola
FINLAND
Tel. +358 6 832 5500
Email: sales@hur.fi,
service@hur.fi
www.hur.fi

IVADAS

Šiame vartotojo vadove rasite bendrąsias HUR produktų naudojimo instrukcijas. Informacija apima pagrindines saugos instrukcijas, kiekvienos mašinos naudojimo instrukcijas, techninę informaciją apie mašiną ir kasdienes procedūras, taip pat planines priežiūros procedūras.

HUR produktai yra aukštos kokybės suomių darbas. Mes sutelkėme visas savo operacijas po vienu stogu ir valdome jas pagal ISO sertifikuotą kokybės sistemą. Mūsų verslas atitinka ISO 9001 ir ISO 13485 kokybės sertifikavimo reikalavimus. Kiekvienas HUR produktas buvo suprojektuotas, pagamintas ir išbandytas mūsų gamykloje Kokkoloje.

Jūsų HUR atstovas mielai atsakys į visus jums rūpimus klausimus apie HUR produktus. Taip pat galite jiems pateikti atsiliepimus apie mūsų produktus.

HUR įranga atitinka medicinos prietaisams keliamus reikalavimus

Pranešta „Fimea“ (Suomijos vaistų agentūra)

Registruotis. Tai reiškia, kad įranga taip pat gali būti naudojama sveikatos priežiūros ir reabilitacijos srityse..



TURINYS

TURINYS

PERSKAITYKITE PIRMA	2
IVADAS	3
TURINYS	4
SAUGUMO ATSARGUMO PRIEMONĖS IR ĮSPĖJIMAI, KAD JŪSŲ PRIETAISAI SAVININKAI	7
1. ĮRENGIMAS	8
2. GARANTIJA	9
2.1 „HUR Oy“ garantijos sąlygos	9
2.2 Paprastai apie produktus	9
2.2 Garantija	9
2.4 Garantijos laikotarpis.....	9
2.5 Ištaisyti	10
2.6 Apribojimai	10
2.7 Pranešimai apie trūkumus pagal šią garantiją	10
2.8 Kitų gamintojų nei HUR produktai	11
2.9 Vartotojo teisės.....	11
2.10 Garantijos pataisymai	11
2.11 Taikytina teisė	11
3. Numatytas naudojimas	12
4. PAGRINDINIS FUNKCIONALUMAS	14
4.1 Veikimas be RDA	14
4.1.1 Treniruotės su galia.....	14
4.1.2 Treniruotė judesio diapazone	14
4.2 Veikimas su RDA	14
4.2.1 Treniruotės su galia.....	14
4.2.2 Judesio ribų pritaikymas.....	15
4.2.3 Treniruotė judesio diapazone	15
4.3 Bendra aparatinės įrangos informacija	15
4.3.1 Saugos diržai.....	16
4.3.2 Diapazono ribotuvai	16
4.4 Sėdynės reguliavimas STE	16
4.5 Sėdynės reguliavimas ST	16
5. ĮRANGOS FUNKCINGUMAS	18
5.1 ST3110-Hi5-MD/STE3110-Hi5-MD Biceps/Triceps	18
5.2 ST3125-Hi5-MD/STE3125-Hi5-MD Dip/ Shrug	18

5.3.	ST3320-Hi5-MD/STE3320-Hi5-MD Back Extension	19
5.4.	ST5120-Hi5-MD/STE5120-Hi5-MD Push Up/Pull Down.....	19
5.5.	ST5140-Hi5-MD/ STE5140-Hi5-MD Chest Press	20
5.6.	ST5160-Hi5-MD/ STE5160-Hi5-MD Pec Deck.....	20
5.7.	ST5175-Hi5-MD/ STE5175-Hi5-MD Optimal Rhomb	20
5.8.	ST5310-Hi5-MD/ STE5310-Hi5-MD Abdomen/Back.....	21
5.9.	ST5340-Hi5-MD Twist Rehab	22
5.10.	ST5510-Hi5-MD Body Extension	22
5.11.	ST5520-Hi5-MD Adduction/Abduction.....	22
5.12.	ST5530-Hi5-MD/ STE5530-Hi5-MD Leg Extension/Curl	23
5.13.	ST5540-Hi5-MD/ STE5540-Hi5-MD Leg Press.....	24
5.14.	STE5546-Hi5-MD Leg Press Incline	25
5.15.	STE5549-Hi5-MD Leg Press CC	25
5.16.	ST9110-Hi5-MD Biceps/Triceps Easy Access	26
5.17.	ST9120-Hi5-MD Push Up/Pull Down Easy Access.....	26
5.18.	ST9125-Hi5-MD Dip/Shrug Easy Access	27
5.19.	ST9140-Hi5-MD Chest Press Easy Access	27
5.20.	ST9150-Hi5-MD Lat Pull Easy Access	28
5.21.	ST9160-Hi5-MD Pec Deck Easy Access.....	29
5.22.	ST9175-Hi5-MD Optimal Rhomb Easy Access	29
5.23.	ST9310-Hi5-MD Abdomen/Back Easy Access.....	30
5.24.	ST9330-Hi5-MD Twist Easy Access	30
5.25.	HUR Pulleys	31
6.	PRIEŽIŪRA	33
6.1.	HUR Valomos servetėlės	34
6.2.	HUR Dezinfekavimo servetėlės.....	34
7.	TECHNINIAI DUOMENYS.....	36
7.1.	Operacijos aplinka	38
7.2.	Transporto aplinka	38
7.3.	Sandėliavimo aplinka.....	39
7.4.	Maitinimo šaltinis.....	39
7.5.	Klasifikacija	39

SAUGOS PRIEMONĖS

- Nekoreguokite ir nenaudokite HUR įrangos be tinkamai apmokytų darbuotojų nurodymų.
- Prieš naudodami, atidžiai perskaitykite įspėjamuosius ženklus, naudojimo instrukcijas ir saugos instrukcijas, kurios gali būti pritvirtintos prie prietaiso.
- Kad įranga būtų saugiai eksploatuojama, prieš judant svirties svirtims, priešais įrenginį reikalinga mažiausiai vieno metro, o iš abiejų pusių ir už jo - 0,6 metrų saugumo zona. Prieš naudodamiesi prietaisu įsitikinkite, kad saugos zonoje nėra kitų žmonių ar daiktų.
- Naudodamiesi įranga, visada dėvėkite tinkamus sportinius batus ir drabužius.
- Draudžiama naudoti įrangą apsvaigus nuo alkoholio, narkotikų, vaistų ar raminamųjų.
- Nedelsdami nustokite sportuoti, jei treniruotės metu atsiranda pykinimas, galvos svaigimas ar skausmas, ir pasitarkite su gydytoju.
- Prieš pradėdami sportuoti pasitarkite su savo gydytoju, ar treniruotė jums tinka, ypač jei turite širdies stimuliatorių, jei esate nėščia, slaugote vaiką ar turite kitų fizinių negalių.
- Laikykite vaikus be priežiūros be įrenginių.
- Įranga nėra skirta vaikams iki 14 metų.
- Vienu metu HUR prietaisą turėtų naudoti ar naudoti vienas asmuo.
- Laikykite ekraną sausą.
- Ekranas skleidžia radijo spinduliuotę.
- Nenaudokite sugadintos įrangos. Jei prietaisas neveikia tinkamai, nebandykite jo taisyti patys. Prašau informuoti personalą apie problemą.
- Netinkamas naudojimas gali susižeisti arba sugadinti įrangą ir panaikinti visą gamintojo atsakomybę bei panaikinti garantiją.
- Šios saugos instrukcijos ir įspėjimai turi būti išdėstyti netoli įrangos gerai matomoje vietoje. Saugumo instrukcijas, įspėjimus ir galimus pavojus reikia atkreipti dėmesį į kiekvieną įrangos naudotoją. Gamintojas neprisiima atsakomybės už sužalojimus ar žalą, padarytą žmonėms ar turtui.
- Sportuojant sunaudojama energija ir gali sukelti prakaitavimą, todėl taip pat svarbu tinkamai maitintis ir vartoti skysčius prieš mankštą. Reikėtų vengti sunkių valgių, sudarytų iš sunkiai virškinamų ingredientų.
- Jei treniruotės programoje yra jėgos treniruotės ar kiti sunkūs pratimai, patartina tinkamai atlikti apšilimą, pvz. ant treniruoklio ar bėgimo takelio.
- Atvėsinimo pratimai, raumenų palaikymas (tempimas ir pan.), Taip pat skysčių ir mitybos pusiausvyros palaikymas yra svarbios priemonės po treniruotės. Jie apsaugo nuo raumenų skausmo ir raumenų sustingimo.
- Jei po treniruotės jaučiate neįprastą skausmą, kreipkitės į gydytoją.

HUR įranga skirta treniruoklių centrui ir reabilitacijai. HUR įranga gali būti naudojama tik pagal paskirtį. Netinkamas naudojimas gali sužeisti, sugadinti įrangą ir garantiją bei gamintojo atsakomybę netenka galios. Neteisingas naudojimas apima bet kokią naudojimą, išskyrus numatytą įrangos paskirtį, ir bet kokią naudojimą, neatitinkantį naudojimo instrukcijos.



ĮSPĖJIMAS! Netinkamas ar per didelis mokymas gali pakenkti jūsų sveikatai.

SAUGUMO ATSARGUMO PRIEMONĖS IR ĮSPĖJIMAI, KAD JŪSŲ PRIETAISAI SAVININKAI

- Įsitikinkite, kad žarnos ir kabeliai yra tinkamai sumontuoti taip, kad niekas negalėtų jų suklupti.
- Neleiskite niekam reguliuoti ar valdyti HUR įrangos be tinkamo apmokyto personalo nurodymo.
- Įsitikinkite, kad vartotojai atidžiai perskaitė prie įrenginio pritvirtintus įspėjamuosius ženklus, naudojimo instrukcijas ir saugos instrukcijas.
- Informuokite vartotojus apie saugos zoną, kuri yra bent vienas metras priešais ir 0,6 metrų saugos zonoje abiejose prietaiso pusėse ir už prietaiso, nes reikia judėti svirties rankenomis.
- Prieš naudodamiesi prietaisu, įsitikinkite, kad saugos zonoje nėra kitų žmonių ar daiktų.
- Naudodamiesi prietaisais, vartotojai visada turėtų dėvėti tinkamus sportinius batus ir aprangą.
- Draudžiama naudoti įrangą apsvaigus nuo alkoholio, narkotikų, vaistų ar raminamųjų.
- Įsitikinkite, kad vartotojai iškart nustoja sportuoti, jei treniruotės metu jaučia pykinimą, galvos svaigimą ar skausmą, ir patarkite jiems nedelsiant kreiptis į gydytoją.
- Klientai, turintys širdies stimuliatorių, nėščia, slaugantys vaiką ar turintys kitokių fizinių negalių, prieš naudodamiesi HUR įranga turi gauti gydytojo leidimą.
- Jei klientas yra pritvirtintas prie įrangos, pavyzdžiui, naudodamas pirštines su riešo dirželiu, pratimo metu nepalikite kliento be priežiūros.
- Nenaudokite sugadintos įrangos. Jei prietaisas neveikia tinkamai, nebandykite jo taisyti patys. Praneškite apie problemą HUR techninei priežiūrai.
- Aptikus defektą, sugedusi įranga turi būti nedelsiant nutraukta. Prietaisas turi būti pažymėtas taip, kad būtų aiškiai draudžiama jį naudoti. Praneškite apie problemą HUR techninei priežiūrai.
- Prietaisas taip pat turi būti išjungtas, jei prietaiso įspėjamosios etiketės buvo pažeistos taip, kad jų negalima perskaityti.
- Atkreipkite dėmesį į visus įspėjimus ir įspėjimus, pateiktus vartotojo instrukcijose, ir perskaitykite vartotojo bei priežiūros instrukcijas.
- Netinkamai naudojant ir nesėkmingai atliekant pagrindinę priežiūrą, galima susižeisti ir sugadinti įrangą. Be to, šie veiksniai panaikina gamintojo atsakomybę ir garantiją.
- HUR saugos instrukcijos ir įspėjimai vartotojams turi būti išdėstyti netoli įrangos gerai matomoje vietoje. Saugumo instrukcijas, įspėjimus ir galimus pavojus reikia atkreipti dėmesį į kiekvieną įrangos naudotoją. Gamintojas neprisiima atsakomybės už sužalojimus ar žalą, padarytą žmonėms ar turtui.
- Prietaisai neturi būti veikiami tiesioginių saulės spindulių, per didelių dulkių, drėgmės, mechaninių vibracijų ir smūgių.
- Maksimali vartotojo kūno masė yra 250 kg.

1. ĮRENGIMAS

HUR rekomenduoja, kad įrangą įdiegtų įgaliotas HUR montavimo ekspertas, kad būtų užtikrintas montavimo patikimumas. HUR diegimo ekspertas turi tinkamus įrankius ir instrukcijas, reikalingas diegimo procesui. Be to, patyręs montavimo ekspertas yra susipažinęs su kiekvienos įrangos detalėmis.

HUR įranga skirta naudoti patalpose. Įranga neturi sušlapti, todėl reikia vengti sąlyčio su drėgme. Jei transportavimas ar sandėliavimas vyko žemesnėje nei 0 ° C temperatūroje, prieš montuojant ar naudojant visus modelius su elektriniais komponentais reikia palikti maždaug vieną valandą, kad jie prisitaikytų prie kambario temperatūros. Įranga turi būti dedama ant kieto, lygaus, lygaus paviršiaus. Siekiant išvengti gedimų, įranga turėtų būti laikoma kuo sausesnėje, pastovioje temperatūroje ir atokiau nuo dulkių.

PASTABA! Rekomenduojama naudoti grindų medžiagą su maža varža.



ĮSPĖJIMAS! Įranga turėtų būti montuojama ant tvirto, lygaus ir tiesaus žemės.



ĮSPĖJIMAS! Labai mažai tikėtina, bet įmanoma, kad mašinos gali pasvirti ar apvirsti dėl pernelyg didelės jėgos. Pakreipimo galima išvengti pritvirtinant mašinas prie grindų.

2. GARANTIJA

2.1 „HUR Oy“ garantijos sąlygos

Šios „HUR Oy“ (toliau - HUR) garantijos sąlygos bus taikomos visiems HUR gaminamiems prietaisams ar priedams (toliau - „Produktas“). Produkto pirkėjas (toliau - Pirkėjas) sutinka su šiomis Garantijos sąlygomis ir sutinka jų laikytis įsigydamas Produktą iš HUR. Garantija negalios, jei Pirkėjas nesilaiko visų sąlygų.

2.2 Paprastai apie produktus

Visus produktus kuria ir gamina HUR Kokkoloje, Suomijoje. HUR gamybos procesas apima suvirinimą, dažymą, surinkimą, galutinį patikrinimą ir pakavimą. HUR kokybės kontrolės sistema yra specialiai sukurta fitneso ir reabilitacijos įrangos gamybos procesui ir yra HUR sertifikuoto ISO 9001, ISO 13485 kokybės valdymo sistemos dalis. Nepaisant nuolatinės kokybės kontrolės, vieno produkto ar komponento gali atsirasti defektų ar veikimo sutrikimų.

2.2 Garantija

HUR garantuoja Pirkėjui, kad visuose produktuose nėra medžiagų ir gamybos defektų garantijos laikotarpiui, kaip nurodyta 2.4 skyriuje. HUR pašalins visus medžiagų ir gaminių defektus pagal šias Garantijos sąlygas. Šios garantijos sąlygos yra vienintelės gaminiam taikomos garantijos sąlygos. Šios garantijos sąlygos yra išreikštos vietoj visų kitų garantijų ar įsipareigojimų dėl paslėptų ar kitokių trūkumų ar trūkumų, taip pat bet kokios kitos pareigos ar atsakomybės, atsirandančios dėl bet kokio Produkto trūkumo. Teisės gynimo priemonė, kuriai taikomos šios Garantijos sąlygos, bus vienintelė, išskirtinė ir vienintelė priemonė, kurią gali įsigyti Pirkėjas. HUR jokių būdu nebus atsakinga už jokių kitus įsipareigojimus ar įsipareigojimus. HUR atsisako ir netaiko visų kitų išreikštų ar numanomų garantijų, įskaitant bet kokias garantijas dėl tinkamumo prekiauti ar tinkamumo konkrečiam tikslui.

2.4 Garantijos laikotarpis

„HUR“ produktų garantiniai laikotarpiai yra šie: dešimt (10) metų suvirintam gaminio konstrukciniam rėmui, treji (3) metai visiems kitiems gaminiams, išskyrus elektroninius komponentus ir apmušalus, kurie turi vienerių (1) metų garantinį laikotarpį. Visos dalys, pritvirtintos prie suvirinto konstrukcinio rėmo, laikomos kitais gaminiais, kuriems suteikiama trejų (3) metų garantija. Toliau taikomas laikotarpis laikomas „Garantijos laikotarpiu“. Garantijos laikotarpis prasideda tą dieną, kai Pirkėjas įsigijo ir gavo gaminį bei patvirtino produkto įdiegimą, pasirašydamas ir pažymėdamas HUR garantijos aktyvavimo formą (toliau - WAF) ir kai WAF buvo grąžintas HUR. Bet koks taisymas ar pakeitimas remiantis šiomis Garantijos sąlygomis nepratėsia Garantijos laikotarpio. HUR atsakomybė pagal šias Garantijos sąlygas apsiriboja tik tokiais defektais, kurie atsiranda ir apie kuriuos HUR pranešama per Garantijos laikotarpį.

Atsarginių dalių garantinis laikotarpis skirtingoms dalims yra toks pat, kaip minėta aukščiau, t. Y. Trejų (3) metų laikotarpis visoms kitoms dalims, išskyrus elektroninius komponentus ir apmušalus, kurioms taikomas vienerių (1) metų garantijos laikotarpis. Be to, prie suvirinto konstrukcinio rėmo prisukamoms dalims suteikiamas trejų (3) metų garantijos laikotarpis. Garantinis laikotarpis pneumatiniams atsarginėms dalims prasideda jų pristatymo dieną. Garantinis laikotarpis kitoms atsarginėms dalims prasideda tą dieną, kai HUR pranešama apie atsarginės dalies paleidimo datą, atsarginės dalies užsakymo numerį ir, jei yra, serijos numerį. Jei prašoma informacija nėra informuojama HUR,

atsarginių dalių garantinis laikotarpis prasideda jų pristatymo dieną. Bet koks atsarginės dalies remontas ar pakeitimas remiantis šiomis garantijos sąlygomis nepratėsia atsarginės dalies garantinio laikotarpio.

2.5 Ištaisyti

Esant bet kokiam trūkumui, kuriam taikomos šios Garantijos sąlygos, HUR ištaisyys, pataisyys arba pakeis sugedusį Produktą, Produkto komponentą ar dalį arba savo nuožiūra grąžins Pirkėjui trūkumų turinčio Produkto kainą. Būtina priemonė norint ištaisyti yra ta, kad HUR ekspertizė rodo, kad produktas ar jo komponentas arba dalis yra brokuoti. Bet koks pakeistas produktas, jo komponentas ar dalis taps HUR nuosavybe.

Jei nesusitarta kitaip, HUR nebus atsakinga už jokiais tiesiogines ar netiesiogines, tiesiogiai ar netiesiogiai patirtas išlaidas, išlaidas, nuostolius ar žalą. HUR neprisiima jokios atsakomybės dėl Produkto tinkamumo jokiems Pirkėjo tikslams. Jei nesusitarta kitaip, Pirkėjas padengia remonto darbų išlaidas ir visas kitas išlaidas, susijusias su bet kurio Produkto, komponento ar jo dalies remontu, pakeitimu, išmontavimu, montavimu ir gabenimu. Jei defektas turintis Produktas, jo sudedamoji dalis ar dalis bus nugabenta į HUR, HUR valia remontuoti ar pakeisti, HUR taip pat padengs prietaiso gabenimo iš Pirkėjo į HUR išlaidas ir riziką.

2.6 Apribojimai

HUR įsipareigojimai pagal šias Garantijos sąlygas galioja tik defektams, atsiradusiems Garantijos laikotarpiu. Produktas turėjo būti naudojamas konkrečiam tikslui, kaip nurodyta vartotojo vadove. Turėtų būti laikomasi visų naudojimo, montavimo ir priežiūros instrukcijų.

HUR įsipareigojimai netaikomi normaliam bet kokio gaminio, jo komponento ar jo dalies dėvėjimui; dalys, kurias reikia įprastai pakeisti ar defektų dėl įprasto nusidėvėjimo ar gedimo. Garantija netaikoma natūraliam gedimui, normaliam dalių susidėvėjimui ir dėl to atsiradusiems defektams. HUR įsipareigojimai netaikomi jokiems defektams, atsirandantiems dėl HUR nepriklausančių priežasčių, tokių kaip aplaidumas ar klaida prižiūrint, tvarkant ar laikant Produktus; produktų pakeitimas ar modifikavimas ar papildymas be išankstinio rašytinio HUR sutikimo; HUR nurodymų nevykdymas, neteisingas surinkimas, netinkamas naudojimas arba neteisėtas remontas arba netinkamai atliktas remontas. Garantija netaikoma įrangos pažeidimams, kuriuos sukėlė techninės priežiūros tarnyba, kuriai neleido HUR. Asmeniniai sužalojimai ar žala, padaryta asmeniui ar kitam objektui, netaikomi šioms garantijos sąlygoms. Produktų montavimo ir priežiūros instrukcijas rasite atskirame HUR techniniame vadove. HUR įrangą gali montuoti tik įgaliotas HUR montuotojas.

Ši ribota garantija taikoma tik pradiniam pirkėjui. Pirkėjo teisės pagal šias Garantijos sąlygas negali būti perduotos jokiai trečiajai šaliai. Pirkėjas grąžina tinkamai užpildytą bylą WAF HUR, kad suaktyvintų garantiją per vieną (1) mėnesį nuo Produkto gavimo dienos. Garantija netaikoma, jei WAF nebuvo tinkamai užpildytas ir grąžintas HUR.

2.7 Pranešimai apie trūkumus pagal šią garantiją

Apie bet kokį defektą, kuriam taikomos šios Garantijos sąlygos, Pirkėjas raštu praneša HUR (rekomenduojama HUR pretenzijos forma) per dvi (2) savaites nuo defekto nustatymo. Tokie pranešimai yra išankstinė kompensacijos sąlyga ir juose turi būti bent ši informacija:

- sugedusio gaminio tipas ir serijos numeris;
- Prekės pristatymo Pirkėjui data ir Prekės vieta;

- informacija apie Produkto naudojimą;
- išsamus defekto aprašymas.

Pirkėjas nedelsdamas pateikia bet kokią papildomą informaciją apie trūkumą ir jo atsiradimą, kurio HUR gali pagrįstai paprašyti. Gavusi Pirkėjo pranešimą ir aukščiau nurodytą informaciją, HUR ištaisys Produktą, komponentą ar dalį. Produktas, komponentas ar dalis, jei to reikalauja HUR, kartu su aukščiau nurodyta informacija grąžinami į HUR patikrinti.

2.8 Kitų gamintojų nei HUR produktai

HUR importuoja ir tiekia kitų gamintojų įrangą ir produktus. Šios garantijos sąlygos taip pat taikomos kitiems gaminiams, išskyrus Garantijos laikotarpį. Kitų gaminių garantiniai laikotarpiai yra tokie:

Kompresoriaus garantinis laikotarpis - dveji (2) metai.

2.9 Vartotojo teisės

Vartotojas gali turėti teisėtų teisių pagal galiojančius nacionalinius teisės aktus dėl vartotojų teisių. Nepaisant jokių šių Garantijos sąlygų nuostatų, šios Garantijos sąlygos neturi įtakos ar nepažeidžia įstatymų numatytų vartotojo teisių.

2.10 Garantijos pataisymai

HUR pasilieka teisę bet kuriuo metu pakeisti šias garantijos sąlygas.

2.11 Taikytina teisė

Šios Garantijos sąlygos bus reguliuojamos ir aiškinamos pagal Suomijos įstatymus. Bet kokį kilusį ginčą sprendžia Suomijos teismai.

Šios garantijos sąlygos galioja nuo 2021 m. Sausio 1 d.

3. Numatytas naudojimas

- ST3110-Hi5-MD / STE3110-Hi5-MD Biceps / Triceps: treniruoklis, skirtas pagerinti ir palaikyti rankos raumenų jėgą.
- ST3125 / STE3125-Hi5-MD Dip / Shrug: treniruoklis skirtas rankos, peties ir viršutinės nugaros dalies raumenų jėgai pagerinti ir palaikyti.
- ST3320 / STE3320-Hi5-MD Back Extension: treniruoklis, skirtas nugaros raumenų jėgai pagerinti ir palaikyti.
- ST5120 / STE5120-Hi5-MD Push Up / Pull Down: treniruoklis, skirtas viršutinės kūno dalies raumenų jėgai pagerinti ir palaikyti.
- ST5140 / STE5140-Hi5-MD Chest Press: treniruoklis, skirtas pagerinti ir palaikyti krūtinės ir rankos raumenų jėgą.
- ST5160 / STE5160-Hi5-MD Pec Deck: treniruoklis, skirtas peties raumenų jėgai pagerinti ir palaikyti.
- ST5175 / STE5175-Hi5-MD Optimal Rhomb: treniruoklis, skirtas viršutinės nugaros dalies raumenų jėgai pagerinti ir palaikyti.
- ST5310 / STE5310-Hi5-MD Abdomen/Back: treniruoklis, skirtas pilvo ir nugaros raumenų jėgai pagerinti ir palaikyti.
- ST5340-Hi5-MD Twist Rehab: treniruoklis skirtas bagažinės rotatorių raumenų jėgai pagerinti ir palaikyti.
- ST5510-Hi5-MD Body Extension: treniruoklis, skirtas užpakalinės kojos ir klubo raumenų jėgai pagerinti ir palaikyti.
- ST5520-Hi5-MD Adduction/Abduction: treniruoklis, skirtas klubo ir šlaunies raumenų jėgai pagerinti ir palaikyti.
- ST5530 / STE5530-Hi5-MD Leg Extension/Curl: treniruoklis, skirtas šlaunies raumenų jėgai pagerinti ir palaikyti.
- ST5540 / STE5540-Hi5-MD Leg Press: treniruoklis, skirtas kojos raumenų jėgai pagerinti ir palaikyti.
- STE5546-Hi5-MD Leg Press Incline: treniruoklis, skirtas kojos raumenų jėgai pagerinti ir palaikyti.
- STE5549-Hi5-MD Leg Press CC: treniruoklis, skirtas kojos raumenų jėgai pagerinti ir palaikyti.
- ST9110-Hi5-MD Biceps / Triceps Easy Access: treniruoklis skirtas rankos raumenų jėgai pagerinti ir palaikyti.
- ST9120-Hi5-MD Push Up / Pull Down Easy Access: treniruoklis, skirtas viršutinės kūno dalies raumenų jėgai pagerinti ir palaikyti.
- ST9125-Hi5-MD Dip/Shrug Easy Access: treniruoklis skirtas rankos, peties ir viršutinės nugaros dalies raumenų jėgai pagerinti ir palaikyti.

- ST9140-Hi5-MD Chest Press Easy Access: treniruoklis, skirtas pagerinti ir palaikyti krūtinės ir rankos raumenų jėgą.
- ST9150-Hi5-MD Lat Pull Easy Access: treniruoklis skirtas peties ir viršutinės nugaros dalies raumenų jėgai pagerinti ir palaikyti.
- ST9160-Hi5-MD Pec Deck Easy Access: treniruoklis, skirtas pagerinti ir palaikyti krūtinės ir peties raumenų jėgą.
- ST9175-Hi5-MD Optimal Rhomb Easy Access: treniruoklis, skirtas viršutinės nugaros dalies raumenų jėgai pagerinti ir palaikyti.
- ST9310-Hi5-MD Abdomen/Back Easy Access: treniruoklis skirtas pilvo ir nugaros raumenų jėgai pagerinti ir palaikyti.
- ST9330-Hi5-MD Twist Easy Access: treniruoklis skirtas bagažinės rotatoriaus raumenų jėgai pagerinti ir palaikyti.
- ST8820-Hi5-MD HUR Pulley (maks. 20 kg) pritvirtintas prie sienos: treniruoklis, skirtas funkcinėms treniruotėms.
- ST8830-Hi5-MD HUR Pulley (maks. 30 kg) montuojamas ant sienos: treniruoklis, skirtas funkcinėms treniruotėms.
- ST8821-Hi5-MD HUR Pulley (maks. 20 kg) laisvas stovėjimas: treniruoklis, skirtas funkcinėms treniruotėms.
- ST8831-Hi5-MD HUR Pulley (ne daugiau kaip 30 kg) laisvas stovėjimas: treniruoklis, skirtas funkcinėms treniruotėms.

4. PAGRINDINIS FUNKCIONALUMAS

4.1 Veikimas be RDA

1. Paspauskite , ir bakstelėkite pratimo paveikslėlį, kad peržiūrėtumėte pratimo aprašą. Jei mašina turi kitų pratimų, perbraukite, kad peržiūrėtumėte kitus pratimus.
Suaktyvinkite norimą pratimą paspausdami .
2. Paspauskite , reguliuoti sėdynės aukštį ir atlošo atramą, kad išlaikytų teisingą laikyseną. Jutikliniu ekranu sureguliuokite sėdynę, atlošo atramą ar svirtis.
3. Nustatykite apkrovą paspausdami mygtuką + (pliusas) arba - (minusas)
4. Atkurkite pakartojimus paspausdami  ir pradėk treniruotis.

4.1.1 Treniruotės su galia

1. Paspauskite, kad įjungtumėte jėgos treniruočių vaizdą ekrane peržiūrėti kiekvieno pakartojimo didžiausią galią.

4.1.2 Treniruotė judesio diapazone

1. Suaktyvinkite judesio treniruotės rodinio diapazoną paspausdami  peržiūrėti kiekvieno pasikartojimo judėjimą stebint judančią (-as) liniją (-as).

4.2 Veikimas su RDA

1. Parodykite skaitytojui asmeninį ID pirmoje mašinoje ir vadovaukitės ekrane pateiktais nurodymais.
2. Pasirinkite norimą pratimą. Jei mašina turi kitų pratimų, perbraukite, kad peržiūrėtumėte kitus pratimus, pvz., Kojos prailginimą arba kojos garbanojimą.
Suaktyvinkite norimą pratimą paspausdami .
3. Sėdynės ir nugaros atramos reguliavimas nustatomas automatiškai, atsižvelgiant į jūsų asmeninius nustatymus.
4. Po kelių sekundžių apkrova bus nustatoma automatiškai ir bus rodomi tiksliniai pakartojimai. Tai galima pamatyti ekrane mankštos metu.
5. Pradėkite treniruotis.
6. Aliarmas suskambės, kai bus baigtas nustatytas kartojimų skaičius.
7. Pereikite prie kito aparato ar pratimo.

Visa treniruotės informacija jūsų apsilankymo metu bus automatiškai išsaugota.

4.2.1 Treniruotės su galia

1. Paspauskite, kad įjungtumėte jėgos treniruočių vaizdą .
2. Pradėkite treniruotis.
3. Didžiausia kiekvieno pakartojimo galia rodoma kaip vertikali juosta ekrane
4. Rodoma tikslinė galia, apskaičiuota remiantis ankstesniais apsilankymais
5. Aliarmas suskambės, kai bus baigtas nustatytas kartojimų skaičius.
6. Priklausomai nuo treniruočių programos nustatymų, vidutinė galia rodoma, kai kompleksas yra baigtas.
7. Pereikite prie kito aparato ar pratimo.

Visa treniruotės informacija jūsų apsilankymo metu bus automatiškai išsaugota.

4.2.2 Judesio ribų pritaikymas

1. Suaktyvinkite judesio treniruotės rodinio diapazoną paspausdami 
2. Judesio ribų diapazoną galima individualizuoti paspaudus 
3. Vykdykite instrukcijas ir atlikite suasmeninimą. Priimkite nustatytas ribas paspausdami . Praleiskite kairę / dešinę pusę paspausdami . Grįžkite į ankstesnę paspausdami . Paleiskite iš naujo arba atšaukite paspausdami .
4. Tęskite treniruotę naudodami „Range of Motion“, instrukcijas rasite 4.2.3 skirsnyje

4.2.3 Treniruotė judesio diapazone

1. Suaktyvinkite judesio treniruotės rodinį paspausdami 
2. Pradėkite treniruotis.
3. Kiekvieno pasikartojimo judėjimas ekrane rodomas kaip judanti (-os) linija (-os).
4. Jei judesio ribų diapazonas yra individualizuotas, ribos ekrane rodomos kaip spalvota sritis.
5. Aliarmas suskambės, kai bus baigtas nustatytas kartojimų skaičius.
6. Pereikite prie kito aparato ar pratimo.

Visa treniruotės informacija jūsų apsilankymo metu bus automatiškai išsaugota.

4.3 Bendra aparatinės įrangos informacija

HUR įranga turi laipsnišką pasipriešinimo mankštai reguliavimą dėl pneumatinio pasipriešinimo mechanizmo.

Mankštos pasipriešinimas pasirenkamas paspaudus pliuso (+) arba minuso (-) mygtukus ekrane. Pliusas (+) padidina pasipriešinimą padidindamas slėgį prietaiso viduje, atėmus (-) sumažina pasipriešinimą ir sumažina slėgį. Ekrane rodomas pasipriešinimo lygis kilogramais [kg] arba svarais [lbs].

Kai kurie HUR Hi5 prietaisai yra dvejopos funkcijos, t.y., vienu prietaisu galima treniruoti priešingas raumenų grupes. Prietaiso mankštos pasirinkimo jungiklio mygtukas naudojamas pasirinkti vieną iš judėjimo krypčių. Paspauskite ekrane esantį jungiklio mygtuką, kad pratimą pakeistumėte rankiniu būdu.

Arba pratimas bus pakeistas automatiškai, kai naudojama RFID. Judėjimo kryptis keičiama automatiškai, kai įdedamas asmens tapatybės dokumentas ar kortelė ir atliktas visas pratimas.

PASTABA! Perjungiant judėjimo kryptį gali pasigirsti šnypštimas, o tai yra normalu. Garsą sukelia slėgio ištuštinimas.

4.3.1 Saugos diržai

Kai kuri HUR įranga turi saugos diržą, kuris padeda vartotojui likti prietaise mankštos metu. Pritvirtinkite saugos diržą prispausdami diržo sagtis vienas prie kito, kol išgirsite spragtelėjimą. Priveržkite diržą, traukdami laisvą diržo galą. Atidarykite saugos diržą paspausdami greitąjį atleidimą iš abiejų pusių.



ĮSPĖJIMAS! Būkite atsargūs, kad tarp greito atleidimo mechanizmo neliktų odos. Kad nesusižeistumėte, stumkite tik greito atleidimo galus ir atsargiai pritvirtinkite saugos diržą.

4.3.2 Diapazono ribotuvai

Kai kuriuose HUR medicinos prietaisuose yra diapazono ribotuvai. Naudojant nuotolio ribotuvus, judesio apimtis yra ribota, kai vartotojas dėl vieno ar kitų priežasčių negali išnaudoti viso judesio diapazono, kurį įgalina įrenginys. Pasukite rankeną pagal laikrodžio rodyklę, kad priveržtumėte, ir prieš laikrodžio rodyklę, kad atleistumėte diapazono ribotuvą. Paspaudus raudoną mygtuką ant rankenos, rankeną galima laisvai pasukti, pvz., Jei rankenos yra arti viena kitos ir trukdo judėti viena kitai.

PASTABA! Diapazono ribotuvai yra skirti apriboti prietaiso judėjimo diapazoną, o ne kompensuoti vartotojų aukštį.



ĮSPĖJIMAS! Nenaudokite jokių įrankių, kad užveržtumėte ar atleistumėte ribotuvo ribotuvą, kad jis nesusitvirtintų ir nesukeltų reguliavimo problemų kitam vartotojui. Pakanka rankiniu būdu atliktu ir pagrįstu priveržimu, kad diapazono ribotuvai būtų laikomas norimame taške.



ATSARGIAI! Nekoreguokite diapazono ribotuvo, kol darbo krūvis nenustatytas į nulį (0)!

4.4 Sėdynės reguliavimas STE

Kai kuriuose įtaisuose yra elektra reguliuojamų dalių (pavyzdžiui, sėdynė, svirtinė svirtis ar atlošas).

Rankiniu būdu reguliavimas atliekamas paspaudus jutiklinio ekrano reguliavimo mygtukus, tačiau treniruojuojantis naudojant RFID žymą ir turint asmeninę treniruočių programą, koregavimai atliekami automatiškai pagal ankstesnį apsilankymą.



ĮSPĖJIMAS! Priėmus elektriniu būdu reguliuojamo prietaiso pratimą, koregavimai atliekami automatiškai, remiantis mašinoje užregistruotu vartotojo ID.

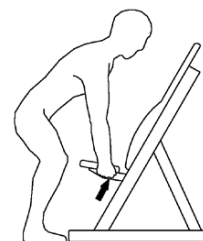
- Niekada neprisijunkite prie mašinos su kitu asmeniu
- Turėkite omenyje reguliavimo mechanizmą ir nelieskite judančių dalių, kad nieko neįstrigtumėte mechanizme.

4.5 Sėdynės reguliavimas ST

Norėdami pakelti sėdynę, traukite sėdynę į viršų. Norėdami nuleisti sėdynę, pakelkite priekinį sėdynės galą ir perkelkite sėdynę į norimą aukštį.



ĮSPĖJIMAS! Būkite atsargūs, nepalikite pirštų tarp sėdynės reguliavimo mechanizmo ir rėmo. Kad nesusižeistumėte,



reguliuodami sėdynės aukštį, griebkite tik paminkštintą sėdynės dalį.

5. ĮRANGOS FUNKCINGUMAS

5.1. ST3110-Hi5-MD/STE3110-Hi5-MD Biceps/Triceps

Įrangos reguliavimas rankiniu būdu (ST):

Abiem rankomis suimkite sėdynės šoninių kraštų priekines dalis ir pakelkite sėdynę iki norimo aukščio. Norėdami nuleisti sėdynę, suimkite užpakalinius sėdynės kraštus, šiek tiek pakreipkite priekį į viršų ir nuleiskite sėdynę taip, kad krūtinė atsiremtų į pagalvę. Sėdynė automatiškai užsifiksuoja savo vietoje.

Elektrinis įrangos reguliavimas (STE): paspauskite sėdynės reguliavimo mygtuką jutikliniame ekrane ir sureguliuokite sėdynę paspausdami rodyklių mygtukus.

Treniruodamasi naudodama RFID žymą, mašina prisimins jūsų nustatymus iš ankstesnio jūsų dabartinės mokymo programos apsilankymo.

Treniruodamasi naudodama RFID žymą, mašina prisimins jūsų nustatymus iš ankstesnio jūsų dabartinės treniruočių programos apsilankymo.



Biceps pratimas:

Padėkite rankas po ritinėliais. Atloškite krūtinę ir alkūnes ant atraminių pagalvėlių ties svirties rankenos pasukimo galai. Sportuokite pakaitomis lenkdami rankas, pakelkite svirtines rankas į viršų. Lėtai grįžkite į pradinę padėtį.



Triceps pratimas:

Padėkite rankas ant ritinėlių. Ant atraminių pagalvėlių atsiremkite krūtinę ir alkūnes. Sportuokite pakaitomis ištiesdami rankas, nuleisdami svirtines rankas žemyn. Grįžti į pradinę padėtį lėtai.

5.2. ST3125-Hi5-MD/STE3125-Hi5-MD Dip/ Shrug

Įrangos reguliavimas (ST): nustatykite sėdynės aukštį abiem rankomis pakeldami galinę sėdynės dalį taip, kad, kai svirtis būtų nuleista, rankos būtų visiškai ištiestos. Sėdynė automatiškai užsifiksuoja.

Sureguliuokite diapazono ribotuvą taip, kad, kai svirties rankenos būtų aukštyje, rankenos būtų žemiau krūtinės.

Elektrinis įrangos reguliavimas (STE): paspauskite sėdynės reguliavimo mygtuką jutikliniame ekrane ir sureguliuokite sėdynę paspausdami rodyklių mygtukus.

Treniruodamasi naudodama RFID žymą, mašina prisimins jūsų nustatymus iš ankstesnio jūsų dabartinės treniruočių programos apsilankymo.



Dip mankšta: mankštinkitės rankomis nuspaudę svirtines rankas, riešus laikykite tiesiai ir atsiremkite į nugaros atramą. Lėtai grįžkite į pradinę padėtį.



Shrug mankšta: mankštinkitės suimdami svirtines rankas ir pakelkite pečius. Lėtai grįžkite į pradinę padėtį.

5.3. ST3320-Hi5-MD/STE3320-Hi5-MD Back Extension

Įrangos reguliavimas (ST): nustatykite sėdynės aukštį, abiem rankomis pakeldami ją iš nugaros, kad svirties rankos pagalvėlė būtų pečių ašmenų aukštyje, o jūsų kojos atsipalaiduotų ant grindų. Sėdynė automatiškai užsifiksuoja.

Elektrinis įrangos reguliavimas (STE): paspauskite sėdynės reguliavimo mygtuką jutikliniame ekrane ir sureguliuokite sėdynę paspausdami rodyklių mygtukus. Treniruodamasi naudojama RFID žymą, mašina prisimins jūsų nustatymus iš ankstesnio jūsų dabartinės treniruočių programos apsilankymo.



Back Extension mankšta: atsisėskite taip, kad svirtinė ranka būtų prie pečių.

Sportuokite stumdami svirties ranką žemyn, naudodami apatinius nugaros raumenis, sukryžiaję rankas ant krūtinės. Lėtai grįžkite į pradinę padėtį.

5.4. ST5120-Hi5-MD/STE5120-Hi5-MD Push Up/Pull Down

Įrangos reguliavimas (ST): nustatykite sėdynės aukštį abiem rankomis pakeldami galinę sėdynės dalį, kad, kai svirtis būtų nuleista, rankenos būtų pečių lygyje. Sėdynė automatiškai užsifiksuoja.

Jei reikia, reguliuokite diapazono ribotuvus pasukdami rankenas šonuose, kad svirtis nepakiltų ar nenusileistų labiau nei norima. Jei reikia, užsisekite saugos diržą.

Elektrinis įrangos reguliavimas (STE): paspauskite sėdynės reguliavimo mygtuką jutikliniame ekrane ir sureguliuokite sėdynę paspausdami rodyklių mygtukus. Treniruodamasi naudojama RFID žymą, mašina prisimins jūsų nustatymus iš ankstesnio jūsų dabartinės mokymo programos apsilankymo.



ATSARGIAI! Saugokitės judančių svirtinių svirtelių.



Push Up mankšta: mankštinkitės rankomis stumdami svirtines rankas, laikykite riešus tiesiai ir atsiremkite į nugaros atramą. Lėtai grįžkite į pradinę padėtį.



Pull Down mankšta: mankštinkitės rankomis traukdami svirtines rankas, lėtai grįžkite į pradinę padėtį.

5.5. ST5140-Hi5-MD/ STE5140-Hi5-MD Chest Press

Įrangos reguliavimas (ST): nustatykite sėdynės aukštį abiem rankomis pakeldami galinę dalį taip, kad svirties rankenos rankenos būtų pažasties lygyje. Sėdynė automatiškai užsifiksuoja.

Elektrinis įrangos reguliavimas (STE): paspauskite sėdynės reguliavimo mygtuką jutikliniame ekrane ir sureguliuokite sėdynę paspausdami rodyklių mygtukus. Treniruodamasi naudodama RFID žymą, mašina prisimins jūsų nustatymus iš ankstesnio jūsų dabartinės treniruočių programos apsilankymo.



Chest Press mankšta: mankštinkitės stumdami svirtis į priekį. Laikykite alkūnes horizontaliai, o riešus - tiesiai. Lėtai grįžkite į pradinę padėtį.

5.6. ST5160-Hi5-MD/ STE5160-Hi5-MD Pec Deck

Įrangos reguliavimas (ST): nustatykite sėdynės aukštį abiem rankomis pakeldami galinę sėdynės dalį taip, kad apatinis svirtinės rankos pagalvėlės kraštas būtų krūtinės lygyje. Sėdynė automatiškai užsifiksuoja.

Elektrinis įrangos reguliavimas (STE): paspauskite sėdynės reguliavimo mygtuką jutikliniame ekrane ir sureguliuokite sėdynę paspausdami rodyklių mygtukus. Treniruodamasi naudodama RFID žymą, mašina prisimins jūsų nustatymus iš ankstesnio jūsų dabartinės treniruočių programos apsilankymo.



Pec Deck mankšta: mankštinkitės paspausdami svirtines rankas kartu su dilbiais. Lėtai grįžkite į pradinę padėtį.

5.7. ST5175-Hi5-MD/ STE5175-Hi5-MD Optimal Rhomb

Įrangos reguliavimas (ST): nustatykite sėdynės aukštį, pakeldami ją už galinės sėdynės dalies taip, kad krūtinė atsiremtų į pagalvę. Sėdynė automatiškai užsifiksuoja. Suimkite rankenas tiesiais riešais.

Elektrinis įrangos reguliavimas (STE): paspauskite sėdynės reguliavimo mygtuką jutikliniame ekrane ir sureguliuokite sėdynę paspausdami rodyklių mygtukus. Treniruodamasi naudodama RFID žymą, mašina prisimins jūsų nustatymus iš ankstesnio

jūsų dabartinės treniruočių programos apsilankymo.



Optimal Rhomb mankšta: mankštinkitės rankomis atgal traukdami svirtines rankas, traukdami pečių mentes vienas į kitą. Lėtai grįžkite į pradinę padėtį.

5.8. ST5310-HI5-MD/ STE5310-HI5-MD Abdomen/Back

Įrangos reguliavimas (ST): Jei reikia, reguliuokite diapazono ribotuvus šone, pasukdami rankenas taip, kad svirties svirtis pratimo metu nepasisuktų labiau nei norima. Atstumą tarp sėdynės ir ritinėlių galima reguliuoti, kad visiems vartotojams būtų suteikta tinkama mankšta. Pakelkite galinę sėdynės kojelę už juodų rankenų ir perkeltite sėdynę į norimą padėtį. Nuleiskite sėdynę, kad ji užsifikuotų.



ĮSPĖJIMAS! Prieš pradėdami sportuoti, įsitikinkite, kad po atstumo nustatymo sėdynė tinkamai užfiksuoja. Prastai užrakinta sėdynė gali judėti pratimo metu ir sukelti pavojų.

Nustatykite sėdynės aukštį, abiem rankomis pakeldami ją iš nugaros, kad svirtinės rankos pagalvėlė būtų virš krūtinės. Sėdynė automatiškai užsifiksuoja. Prietaisai turi reguliuojamas svirtis, leidžiančias individualiai pritaikyti įvairaus dydžio vartotojus. Patraukite raudoną atleidimo rankeną į išorę ir tuo pačiu metu pasukite volelį norimoje padėtyje. Atlaisvinkite rankeną, kad užfiksotumėte ranką.



ĮSPĖJIMAS! Įsitikinkite, kad svirties svirtis visada užfiksuoja numatytoje angoje. Priešingu atveju svirtis gali judėti pratimo metu ir gali sukelti pavojų.

Elektrinis įrangos reguliavimas (STE): paspauskite sėdynės reguliavimo mygtuką jutikliniame ekrane ir sureguliuokite sėdynę paspausdami rodyklių mygtukus. Treniruodamasi naudojama RFID žymą, mašina prisimins jūsų nustatymus iš ankstesnio jūsų dabartinės mokymo programos apsilankymo.



Abdomen mankšta: atsisėskite taip, kad svirties ranka būtų prieš krūtinę. Mankštinkitės švelniai rankomis laikydamiesi volelio ir paspausdami svirtinę ranką žemyn naudodami pilvo raumenis. Lėtai grįžkite į pradinę padėtį.



Abdomen Kairysis pratimas: padėkite save į šoną ant sėdynės į kairę. Dirbkite pilvu stumdami svirtį žemyn ir išlaikykite pasipriešinimą grįžtamam judesiui.



Abdomen Teisingas pratimas: padėkite į šoną ant sėdynės dešinėn. Dirbkite pilvą stumdami svirtį žemyn ir išlaikykite pasipriešinimą grįžtamam judesiui.



Back mankšta: atsisėskite taip, kad svirtinė ranka būtų prie pečių, o nugaros atrama palaikytų pilvą. Sportuokite stumdami svirties ranką žemyn, naudodami apatinius nugaros raumenis, sukryžiaavę rankas ant krūtinės. Lėtai grįžkite į pradinę padėtį.

5.9. ST5340-Hi5-MD Twist Rehab

Įrangos reguliavimas:

Jei reikia, reguliuokite pėdos atramos ribotuvus pasukdami varžtus, kad svertai fizinio krūvio metu nesisuktų daugiau, nei norima. Diapazono ribotuvo varžtas atsidaro pasukdamas prieš laikrodžio rodyklę, kad priveržtų posūkį pagal laikrodžio rodyklę. Sureguliuokite nugaros atramą, kad ji atitiktų atlaisvinant varžtą ant nugaros ir pakelkite arba nuleiskite atraminę pagalvę į tinkamą padėtį. Priveržkite varžtą atgal. Naudojant nuotolio ribotuvus, judesio apimtis yra ribota, kai vartotojas dėl vienu ar kitų priežasčių negali išnaudoti viso judesio diapazono, kurį įgalina įrenginys. Sureguliuokite pradinį tašką traukdami svirtį po sėdyne, tuo pačiu pasukdami kojų atramas į norimą padėtį. Atlaisvinkite svirtį, kad užfiksuotumėte pasirinktą pradinį tašką. Įsitikinkite, kad kojų atramos yra užfiksuotos vietoje.

Atsisėskite ir padėkite kojas ant pėdų atramų.

Twist pratimas:

Dešinėje: mankštinkitės sukdami kojas į dešinę, tiesia nugara. Lėtai grįžkite į pradinę padėtį.

Kairė: mankštinkitės sukdami kojas į kairę, tiesia nugara. Lėtai grįžkite į pradinę padėtį.

5.10. ST5510-Hi5-MD Body Extension

Įrangos reguliavimas (ST): Atsigulkite ant nugaros sėdynėje, padėkite kojas ant ritinėlių ir pritvirtinkite saugos diržą. Naudojant šią mašiną rekomenduojama naudoti saugos diržą.



ĮSPĖJIMAS! Svirtys gali greitai judėti. Prieš paspausdami mygtuką įsitikinkite, kad svirčių kelyje niekas ar niekas nestovi.



Body Extension mankšta: mankštinkitės kojas pakaitomis spausdami svirtis žemyn, tvirtai laikydami sėdmenis sėdynėje. Lėtai grįžkite į pradinę padėtį.

5.11. ST5520-Hi5-MD Adduction/Abduction

Įrangos reguliavimas (ST): Jei reikia, reguliuokite pėdos atramos ribotuvus, pasukdami rankenas, kad mankštos metu svirtys neatsidarytų platesnės nei norima. Atsisėskite ir padėkite kojas ant pėdų atramų.



Adduction mankšta: mankštinkitės paspausdami svirtis kartu su kojomis. Tvirtai laikykite nugarą prie sėdynės. Lėtai grįžkite į pradinę padėtį.



Abduction mankšta: mankštinkitės paspausdami svirtis kojomis. Tvirtai laikykite nugarą prie sėdynės. Lėtai grįžkite į pradinę padėtį.

5.12. ST5530-Hi5-MD/ STE5530-Hi5-MD Leg Extension/Curl

Įrangos reguliavimas (ST): Jei reikia, reguliuokite diapazono ribotuvus pasukdami rankas šone, kad mankštos metu kelio sąnario negalima sulenkti ar ištiesti labiau, nei norima. Atsisėskite į sėdynę taip, kad keliai atsiremtų į viršutinę pagalvę, ir sureguliuokite nugaros atramą pakeldami rankeną ant nugaros ir perkeldami nugaros atramą į norimą aukštį. Apatines atramines pagalves sureguliuokite traukdami rankeną taip, kad volelis būtų maždaug 10 cm virš kulno.

Mašinoje yra paminkštintos kojų dirželiai, kad šlaunys būtų tvirtinamos mankštos metu. Pritvirtinkite diržą, kartu spausdami diržo sagtis, kol išgirsite spragtelėjimą. Priveržkite diržą, traukdami laisvą diržo galą. Atidarykite diržą, paspausdami greitąjį atleidimą iš abiejų pusių.



ĮSPĖJIMAS! Būkite atsargūs, nepalikite odos tarp greito atleidimo mechanizmo. Kad nesusižeistumėte, paspauskite greito atleidimo mygtuką tik galuose ir būkite atsargūs tvirtindami diržą.

Mašinoje yra reguliuojamos svirtys, kad vartotojams būtų suteikta tinkama mankšta, neatsižvelgiant į jų dydį. Patraukite raudoną atleidimo rankeną į išorę, tuo pačiu metu pasukdami volelį norima padėtimi. Atlaisvinkite rankeną, kad užfiksuotumėte svirtį.



ĮSPĖJIMAS! Įsitikinkite, kad po reguliavimo atlaisvinimo rankenos svirtis tinkamai įsitaisys numatytoje angoje. Priešingu atveju svirtis gali judėti mankštos metu ir sukelti pavojų.

Elektrinis įrangos reguliavimas (STE): paspauskite jutiklinio ekrano reguliavimo mygtuką ir sureguliuokite galinį atramą ir apatinius ritinius paspausdami rodyklių mygtukus. Treniruodamasi naudodama RFID žymą, mašina prisimins jūsų nustatymus iš ankstesnio jūsų dabartinės mokymo programos apsilankymo.



Leg Extension mankšta: padėkite kojas po apatiniais ritinėliais ir pritvirtinkite saugos diržą. Sportuokite kojomis pakaitomis spausdami svirtis aukštyn, lėtai grįžkite į pradinę padėtį.



Leg Curl mankšta: padėkite kojas ant apatinių volų ir pritvirtinkite šlaunų diržus bei saugos diržą. Mankštinkitės kojomis pakaitomis spausdami svirtis, lėtai grįžkite į pradinę padėtį.

5.13. ST5540-HI5-MD/ STE5540-Hi5-MD Leg Press

Įrangos reguliavimas (ST): sureguliuokite nugaros atramą nuo rankenos gale taip, kad kojos pradinėje padėtyje būtų 90 laipsnių kampas.

Sureguliuokite pradinį judesio tašką perjungdami jungiklį į norimą parinktį („LOCK“ arba „UNLOCK“).

Mašinoje yra kojų dirželiai, kuriais kojas galima pritvirtinti prie kojų atramų.

Mašina turi fiksavimo įtaisą norimam judėjimo pradžios taškui nustatyti. Atlaisvinkite (prieš laikrodžio rodyklę) šoninį žvaigždės varžtą ir horizontaliai perkeltkite varžtą nuo „Lock“ į „Unlock“. Perkeltkite svirtį į norimą pradinį tašką ir priveržkite žvaigždinį varžtą į padėtį „Lock“. Pakartokite kitą svirtį. Jei norite panaudoti visą mašinos judėjimo diapazoną, priveržkite varžtą į padėtį „Unlock“.

PASTABA! Jei reikia, paprašykite kažkieno pagalbos, nes laikant svirtį veržiant varžtą, gali būti sunku valdyti atskirai.

Elektrinis įrangos reguliavimas (STE): paspauskite jutiklinio ekrano reguliavimo mygtuką ir, paspausdami rodyklių mygtukus, sureguliuokite sėdynės padėtį. Treniruodamasi naudodama RFID žymą, mašina prisimins jūsų nustatymus iš ankstesnio jūsų dabartinės mokymo programos apsilankymo.



Leg Press mankšta: mankštinkitės kojas pakaitomis stumdami į priekį, tvirtai laikydami apatinę nugaros dalį sėdynėje. Lėtai grįžkite į pradinę padėtį.

5.14. STE5546-Hi5-MD Leg Press Incline

Įrangos reguliavimas:

Mašina turi reguliuojamą kojų atramą, leidžiančią treniruotės metu naudoti įvairius sąnarių kampus. Patraukite raudoną atleidimo rankenėlę į išorę ir tuo pačiu pasukite kojų atramą į norimą padėtį. Atleiskite rankeną, kad užfiksuotumėte kojų atramą. Kairėje pusėje esančiu fiksavimo kaiščiu sureguliuokite judesio pradžios tašką.

Mašina turi elektra reguliuojamą nugaros atramą ir pečių ritinėlius, todėl vartotojui lengviau sureguliuoti treniruotės padėtį jau sėdint. Sureguliuokite nugaros atramą ir pečių ritinėlius paspausdami reguliavimo mygtuką ekrane ir naudodami rodyklių mygtukus

PASTABA! Jei reikia, paprašykite ko nors pagalbos, nes pakoreguoti pradinį tašką ir atramą kojoms gali būti sunku vienam.



ĮSPĖJIMAS! Įsitikinkite, kad po reguliavimo atlaisvinimo rankenos svirtis tinkamai įsitaisys numatytoje angoje. Priešingu atveju pėdos atrama gali judėti fizinio krūvio metu ir sukelti pavojų.

Įrangos reguliavimas (su RFID):

Paspauskite jutiklinio ekrano reguliavimo mygtuką, norėdami sureguliuoti nugaros atramą ir pečių ritinėlius, paspausdami rodyklių mygtukus. Treniruodamasi naudodama RFID žymą, mašina prisimins jūsų nustatymus iš ankstesnio jūsų dabartinės mokymo programos apsilankymo.



Leg Press Incline pratimas:

Sportuokite stumdami svirtį į priekį kojomis. Lėtai grįžkite į pradinę padėtį.

5.15. STE5549-Hi5-MD Leg Press CC

Įrangos reguliavimas: Mašina turi elektra reguliuojamas roges, atramą nugarai ir pečių volelius, kurie leidžia vartotojui lengviau nustatyti įrenginį į norimą treniruočių padėtį.

Prietaisas taip pat turi rankiniu būdu reguliuojamą kojelę. Patraukite raudoną atleidimo svirtį į išorę ir kartu pasukite kojelę į norimą padėtį. Norėdami užfiksuoti kojelę, atleiskite svirtį.



ĮSPĖJIMAS! Sureguliuavę įsitikinkite, kad fiksavimo rankena tinkamai įkišta į numatytą griovelį. Priešingu atveju treniruotės metu pėdos plokštė gali pasislinkti ir sukelti pavojų.

Įrenginio reguliavimas (su RFID): Paspauskite reguliavimo mygtuką jutikliniame ekrane, kad sureguliuotumėte roges, nugaros atramą ir pečių volelius rodyklių klavišais. Kai treniruojatės su RFID žyma, įrenginys įsimena jūsų dabartinės treniruočių programos nustatymus iš ankstesnio apsilankymo.



Leg Press CC pratimas:

Atlikite mankštą stumdami roges atgal kojomis. Lėtai grįžkite į pradinę padėtį.

5.16. ST9110-Hi5-MD Biceps/Triceps Easy Access

Įrangos reguliavimas:

1. Su vežimėliu: prisitaikykite prie mašinos taip, kad alkūnės galėtumėte pastatyti ant atramos pagalvėlės. Taip pat mašinoje galite mankštinti po vieną ranką, neįgaliųjų vežimėlį paslenkdami.
2. Su EA kėde: pastatykite kėdę taip, kad alkūnėmis atsiremtumėte į atraminę pagalvę. Jei turite reguliuojamą EA kėdę, sureguliuokite sėdynę iki norimo aukščio, abiem rankom pakeldami nuo sėdynės atlošo. Sėdynė automatiškai užsifiksuoja.



Biceps mankšta: padėkite rankas po ritinėliais. Alkūnėmis remkitės ant atraminių pagalvėlių, ties svirties rankenos pasukimo galais. Sportuokite pakaitomis lenkdami rankas, pakelkite svirtines rankas į viršų. Lėtai grįžkite į pradinę padėtį.



Triceps pratimas: uždėkite rankas ant ritinėlių. Alkūnėmis remkitės ant atraminių pagalvėlių. Sportuokite pakaitomis ištiesdami rankas, nuleisdami svirtines rankas žemyn. Lėtai grįžkite į pradinę padėtį.

5.17. ST9120-Hi5-MD Push Up/Pull Down Easy Access

Įrangos reguliavimas:

1. Su neįgaliųjų vežimėliu: Prisitaikykite prie mašinos taip, kad atsiremtų ir į mašinos galinę atramą.
2. Su EA kėde: pastatykite kėdę taip, kad atsiremtų ir į mašinos galinę atramą. Jei turite reguliuojamą EA kėdę, sureguliuokite sėdynę iki norimo aukščio, abiem rankom pakeldami nuo sėdynės atlošo. Sėdynė automatiškai užsifiksuoja. Jei reikia, reguliuokite diapazono ribotuvus pasukdami rankenas šonuose, kad svirtis nepakiltų ar nenusileistų labiau nei norima. Jei reikia, užsisekite saugos diržą.



ATSARGIAI! Saugokitės judančių svirtinių svirtelių.



Push Up mankšta: mankštinkitės stumdami svirtines rankas į viršų, laikykite riešus tiesius ir atsiremkite į nugaros atramą. Lėtai grįžkite į pradinę padėtį.



Pull Down mankšta: mankštinkitės rankomis traukdami svirtines rankas, lėtai grįžkite į pradinę padėtį.

5.18. ST9125-Hi5-MD Dip/Shrug Easy Access

Įrangos reguliavimas:

1. Su neįgaliųjų vežimėliu: Prisitaikykite prie mašinos taip, kad atsiremtų ir į mašinos galinę atramą.
2. Su EA kėde: pastatykite kėdę taip, kad atsiremtų ir į mašinos galinę atramą. Jei turite reguliuojamą EA kėdę, sureguliuokite sėdynę iki norimo aukščio, abiem rankom pakeldami nuo sėdynės atlošo. Sėdynė automatiškai užsifiksuoja.

Prietaisas turi horizontaliai reguliuojamas svirtines svirtis, leidžiančias vartotojams pasiekti optimalią mankštos padėtį mankštinantis su vežimėliu ar be jo.

Jei reikia, reguliuokite diapazono ribotuvus pasukdami šonines rankenas, kad mankštos metu svirtys negalėtų judėti per aukštai ar žemai. Pasukite svirties rankenos varžtą pagal laikrodžio rodyklę, kad priveržtumėte, ir prieš laikrodžio rodyklę, kad atlaisvintumėte. Atlaisvinus varžtą, stumkite arba patraukite svirtį iki norimo pločio ir priveržkite varžtą.



Dip mankšta: mankštinkitės rankomis nuspaudę svirtines rankas, riešus laikykite tiesiai ir atsiremkite į nugaros atramą. Lėtai grįžkite į pradinę padėtį.



Shrug mankšta: mankšta: suimkite svirtines rankas ir pakelkite pečius. Lėtai grįžkite į pradinę padėtį.

5.19. ST9140-Hi5-MD Chest Press Easy Access

Įrangos reguliavimas:

1. Su vežimėliu: sustatykite save prie prietaiso taip, kad būtumėte kuo arčiau nugaros atramos. Pasirinkite rankenas, kurios yra maždaug pažastų aukštyje.
2. Su EA kėde: pastatykite kėdę taip, kad atsiremtų ir į mašinos galinę atramą. Jei turite reguliuojamą EA kėdę, sureguliuokite sėdynę iki norimo aukščio, abiem rankom pakeldami nuo sėdynės atlošo. Sėdynė užsifiksuoja automatiškai.

Pratimo pradinį tašką galima nustatyti naudojant prietaiso fiksavimo mechanizmą. Prieš sureguliuodami fiksavimo mechanizmą, įsitikinkite, kad įrenginyje nėra slėgio, ty pasipriešinimas yra lygus nuliui.

Ištraukite fiksavimo mechanizmo kaištį prietaiso šone ir įdėkite jį į norimą tašką, tuo pačiu metu traukdami rankeną taip, kad ji liktų dešinėje kaiščio pusėje. Pakartokite iš

kitos pusės.

PASTABA! Rankenos turi likti priešais kaiščius, kad tinkamai veiktų fiksavimo mechanizmas. Priešingu atveju kaiščiai trukdo judėti neteisinga kryptimi.



Chest Press mankšta: mankštinkitės stumdami svirtis į priekį. Laikykite alkūnes horizontaliai, o riešus - tiesiai. Lėtai grįžkite į pradinę padėtį.

5.20. ST9150-Hi5-MD Lat Pull Easy Access

Įrangos reguliavimas:

1. Su neįgaliųjų vežimėliu: Prisitaikykite prie mašinos taip, kad atsiremtų į mašinos krūtinės atramą.
2. Su EA kėde: pastatykite kėdę taip, kad atsiremtų ir į mašinos galinę atramą. Jei turite reguliuojamą EA kėdę, sureguliuokite sėdynę iki norimo aukščio, abiem rankom pakeldami nuo sėdynės atlošo. Sėdynė užsifiksuoja automatiškai.

Pratimo pradinį tašką galima nustatyti naudojant prietaiso fiksavimo mechanizmą. Prieš sureguliuodami fiksavimo mechanizmą, įsitikinkite, kad įrenginyje nėra slėgio, ty pasipriešinimas yra lygus nuliui.

Ištraukite fiksavimo mechanizmo kaištį prietaiso šone ir įdėkite jį į norimą tašką, tuo pačiu metu traukdami rankeną taip, kad ji liktų dešinėje kaiščio pusėje. Pakartokite iš kitos pusės.

PASTABA! Rankenos turi likti už kaiščių, kad tinkamai veiktų fiksavimo mechanizmas. Priešingu atveju kaiščiai trukdo judėti neteisinga kryptimi.

Krūtinės atramą nustatykite aukštyr arba žemyn, šiek tiek traukdami į save ir pusę posūkio pasukdami atramos pagalvę. Krūtinės atramos reguliavimas leidžia įvairių dydžių žmonėms rasti tinkamą mankštos padėtį.



ĮSPĖJIMAS! Krūtinės atrama nėra standi. Įeinant į mašiną ar ją paliekant, negalima atsiremti į krūtinės atramą.

Mašinos turi atleidimo funkciją, todėl pradedant pratimą galima rankenas priartinti arčiau vartotojo, taip lengviau pasiekti rankenas.

Paspauskite mygtuką prietaiso viduryje, kad priartintumėte rankenas. Sugriebus rankenas, pasipriešinimas automatiškai auga po kelių sekundžių iki norimo lygio.



ĮSPĖJIMAS! Prieš naudodami atlaisvinimo funkciją, sureguliuokite varžą. Svirties svirtys gali greitai judėti.



Lat Pull mankšta: mankštinkitės traukdami svirtis į save. Krūtinę laikykite prispaustą prie pagalvėlės. Lėtai grįžkite į pradinę padėtį.

5.21. ST9160-Hi5-MD Pec Deck Easy Access

Įrangos reguliavimas:

1. Su neįgaliųjų vežimėliu: Prisitaikykite prie mašinos taip, kad atsiremtų ir į mašinos galinę atramą.
2. Su EA kėde: pastatykite kėdę taip, kad atsiremtų ir į mašinos galinę atramą. Jei turite reguliuojamą EA kėdę, sureguliuokite sėdynę iki norimo aukščio, abiem rankom pakeldami nuo sėdynės atlošo. Sėdynė automatiškai užsifiksuoja.



Pec Deck mankšta: mankštinkitės paspausdami svirtines rankas kartu su dilbiais. Lėtai grįžkite į pradinę padėtį.

5.22. ST9175-Hi5-MD Optimal Rhomb Easy Access

Įrangos reguliavimas:

1. Su neįgaliųjų vežimėliu: Prisitaikykite prie mašinos taip, kad atsiremtumėte į mašinos krūtinės atramą.
2. Su EA kėde: pastatykite kėdę taip, kad atsiremtų ir į mašinos galinę atramą. Jei turite reguliuojamą EA kėdę, sureguliuokite sėdynę iki norimo aukščio, abiem rankom pakeldami nuo sėdynės atlošo. Sėdynė automatiškai užsifiksuoja.

Krūtinės atramą nustatykite aukštyr arba žemyn, šiek tiek traukdami į save ir pusę posūkio pasukdami atraminę pagalvę. Krūtinės atramos reguliavimas leidžia įvairių dydžių žmonėms rasti tinkamą mankštos padėtį.

Mašinos turi atleidimo funkciją, todėl pradedant pratimą galima rankenas priartinti arčiau vartotojo, taip lengviau pasiekti rankenas.

Paspauskite mygtuką prietaiso viduryje, kad priartintumėte rankenas. Sugriebus rankenas, pasipriešinimas automatiškai auga po kelių sekundžių iki norimo lygio.



ĮSPĖJIMAS! Prieš naudodami atlaisvinimo funkciją, sureguliuokite varžą. Svirties svirtys gali greitai judėti.



Optimal Rhomb mankšta: mankštinkitės rankomis atgal traukdami svirtines rankas, traukdami pečių mentes vienas į kitą. Lėtai grįžkite į pradinę padėtį.

5.23. ST9310-Hi5-MD Abdomen/Back Easy Access

Įrangos reguliavimas:

Pasirinkite sėdynės padėtį pakeldami ir judindami rankenėlę gale. Įsitikinkite, kad sėdynė užsifiksuoja.

Norėdami lengvai pasiekti prietaisą ir jį palikti, pasukite nugaros atramą į apačią, pakeldami nugaros atramą ir pasukdami atramą žemyn.

Norėdami patekti, taip pat galite pasukti svirties rankeną traukdami rankeną ir sukdamį volą vertikaloje padėtyje. Pasukite volelį atgal žemyn, kai būsite pasirengę pradėti sportuoti.

Prietaisas turi elektroninį sėdynės aukščio reguliavimą, palengvinantį jo naudojimą.

Pasukite jungiklį pagal laikrodžio rodyklę arba prieš laikrodžio rodyklę, norėdami sureguliuoti sėdynę iki norimo aukščio.

Jei reikia, pritvirtinkite saugos diržą.



Abdomen mankšta: mankštinkitės švelniai rankomis laikydamiesi volelio ir paspausdami svirtinę ranką žemyn naudodami pilvo raumenis. Lėtai grįžkite į pradinę padėtį.

Abdomen Kairysis pratimas: padėkite save į šoną ant sėdynės į kairę. Dirbkite pilvu stumdami svirtį žemyn ir išlaikykite pasipriešinimą grįžtamam judesiui.

Abdomen Teisingas pratimas: padėkite į šoną ant sėdynės dešinėn. Dirbkite pilvu stumdami svirtį žemyn ir išlaikykite pasipriešinimą grįžtamam judesiui.



Back mankšta: atsisėskite taip, kad svirtinė ranka būtų prie pečių, o nugaros atrama palaikytų pilvą. Sportuokite stumdami svirties ranką žemyn, naudodami apatinius nugaros raumenis, sukryžiaavę rankas ant krūtinės. Lėtai grįžkite į pradinę padėtį.

5.24. ST9330-Hi5-MD Twist Easy Access

Įrangos reguliavimas:

Kad būtų lengviau prieiti ir išeiti, pasukite volelį žemyn, pakeldami ritinį. Pasukite volelį atgal į viršų, kai atsisėsite prie mašinos kojomis abiejose volo pusėse. Volas automatiškai užsifiksuoja.

Taip pat galite užfiksuoti svirties rankeną kraštutinėje padėtyje, kad ją būtų galima naudoti kaip atramą prieinant ar paliekant prietaisą. Norėdami suaktyvinti užraktą, naudokite jutiklinio ekrano „lock“ mygtuką ir pasukite svirtį, kol ji užsifiksuos. Atleiskite svirtį dar kartą paspausdami jutiklinio ekrano „lock“ mygtuką.

Twist pratimas:



1. Dešinėje: atsistokite mašinoje taip, kad tinkama atraminė pagalvėlė būtų tarp šlaunų.
Kairę ranką užkiškite už volo galinės pusės, o dešinė - lenkta kairėje volo pusėje priešais.
Sportuokite sukdami kūną į dešinę, tiesia nugara, akimis sekdami judesį. Lėtai grįžkite į pradinę padėtį.

2. Kairėje: atsistokite mašinoje taip, kad kairės pusės pagalvėlė būtų tarp šlaunų.
Dešinę ranką užkiškite už volo galo, o kairę ranką sulenkite dešinėje volo pusėje priešais.
Sportuokite sukdami kūną į kairę, tiesia nugara, akimis sekdami judesį. Lėtai grįžkite į pradinę padėtį.

5.25. HUR Pulleys

Įskaitant modelius:

- ST 8820-Hi5-MD HUR Pulley (max. 20 kg) wall-mounted
- ST8830-Hi5-MD HUR HUR Pulley (max. 30 kg) wall-mounted
- ST8821-Hi5-MD HUR Pulley (max. 20 kg) free standing
- ST8831-Hi5-MD HUR Pulley (max. 30 kg) free standing



ĮSPĖJIMAS! Ant grindų montuojama įranga turi būti sumontuota ant stabilaus ir išlyginto pagrindo. „Hur“ skriemulio grindyse montuojami modeliai turi būti pritvirtinti prie grindų



Sieninis modelis.



Ant grindų montuojamas modelis.

Derinimas Pulley:

Patraukite oranžinę rankeną, esančią kabelio kolonos šone, ir sureguliuokite aukštį, judindami kabelio koloną aukštyn arba žemyn. Įsitikinkite, kad kabelio kolona tinkamai užfiksuota.



ĮSPĖJIMAS! Patikrinkite, ar suregulius trosą kolonėlę, rankenos strypas tinkamai slysta atgal į savo angą. Priešingu atveju kabelio kolona gali judėti ir sukelti pavojingą situaciją.

Jei jums reikia atraminių rankenų, patraukite oranžinę rankeną šalia rėmo ir sureguliuokite rankenas iki norimo lygio. Įsitikinkite, kad rankenos strypas paslydo atgal į savo angą

Skriemulys sukurtas įvairiems apatinės, vidurinės ir viršutinės kūno dalies pratimams. Prietaisas pateikiamas su dažniausiai atliekamų pratimų instrukcijomis. Šias iliustruotas instrukcijas rekomenduojama pastatyti gerai matomoje vietoje šalia įrangos. Daugiau instrukcijų mankštai su HUR skriemuliu rasite vaizdo įrašė 'HUR Pulley – Functional Trainer'. Be bendro įvado, parodyta 17 pagrindinių pratimų apatinei, vidurinei ir viršutinei kūno dalims. HUR skriemulys yra sukurtas ir skirtas mankštinti raumenis ir jėgą. Naudojant standartinę įrangą, porą rankenų ir kojų diržą, galima mankštinti,

pavyzdžiui, rankų, kojų ir viršutinės kūno raumenis. Naudojant skriemulių priedus, mankštą galima padaryti visapusiškesnę. Populiarūs skriemulių priedai yra, pavyzdžiui, skriemulio irklavimo stendas, tricepsas ir nuimamos rankenos bei dirželiai. Jie leidžia lengvai nukreipti skirtingas kūno dalis ir specialius raumenis. Pažymėtina tai, kad HUR skriemulį gali naudoti ir neįgaliųjų vežimėliais važiuojantys žmonės.

PASTABA! HUR produktai yra skirti ir skirti tik sporto salėms, sveikatingumo klubams ir reabilitacijai. HUR produktas turi būti naudojamas tik jiems suprojektuotai ir numatyta paskirčiai. Netinkamas naudojimas gali sužeisti asmenį ir sugadinti įrangą. Netinkamas naudojimas gali panaikinti gamintojo atsakomybę ir panaikinti garantiją. Neteisingas naudojimas reiškia visus veiksmus, kurie prieštarauja numatytam HUR produktų naudojimui, ir visus veiksmus, susijusius su šiaime vartotojo vadove pateiktomis instrukcijomis arba jų nevykdymą.

Norėdami išvengti traumų ir žalos, atkreipkite dėmesį į šiuos dalykus:

- Netempkite lynų per toli į šoną (maks. 45 ° / 90 °), nes lynas gali įstrigti tarp ritinėlių.
- Atraminės rankenos yra skirtos palaikymui. Jie negali būti naudojami panardinant, lipant ar nešant mašiną.
- Venkite lenkimo ir kitų greitų judesių, kai sportuojate su mažu pasipriešinimu. Pasipriešinimą sukuriantis cilindras netelpa greitai judant, todėl lynai gali iššokti iš ritinėlių.
- Jei įrenginyje yra slėgis, virvių negalima staigiai ištraukti ir paleisti, nes dėl slėgio virvė grįžta prie įrenginio ir tai gali sukelti ritinėlių lūžimą, jei, pavyzdžiui, juos stipriai trenkia strypas ar rankena .



[SPĖJIMAS! Jei treniruojatės skriemulio juosmens dirželiu, pritvirtinkite abi virves prie juosmens diržo. Jei skriemulio liemens diržas pritvirtintas viena virve, virvės atjungimas gali sukelti pavojingą situaciją.



[SPĖJIMAS! Neteisingas ar per didelis mankšta gali pakenkti jūsų sveikatai.

6. PRIEŽIŪRA

Rekomendacijos dėl bendros priežiūros:

	OPERACIJA	PAPILDOMA INFORMACIJA
Kasdien	Nuvalykite rankenų rankenas, apmušalus ir reguliavimo mygtukus.	Įprasta dienos tvarka, kad išlaikytumėte gerą higieną ir komfortą. Rekomenduojama naudoti HUR valymo ir dezinfekavimo priemonės. Nenaudokite indų ploviklio, nes jis išdžius dirbtinės odos apmušalus.
Kas savaitę	Nuvalykite rankenų rankenas, apmušalus ir reguliavimo mygtukus. Jei reikia, dezinfekuokite.	Rekomenduojama naudoti HUR valymo ir dezinfekavimo priemonės. Naudokite tik nedidelį kiekį vandens. Nenaudokite alkoholio turinčių produktų. Jei naudojate kitus nei HUR rekomenduotus produktus, visada įsitikinkite, kad produktas yra suderinamas su valomos įrangos paviršiaus medžiaga.
	Patikrinkite suspausto oro sistemos vandens separatorių	Ištuštinkite, jei bako skysčio lygis viršija pusiaukelę.
	Patikrinkite kompresoriaus variklio / variklio alyvos lygį	Jei reikia, pridėkite. Išsamias instrukcijas rasite kompresoriaus vadove.
Kas mėnesį	Pakreipkite prietaisą ir nuvalykite grindis po įrenginiu. Nekreipkite prietaiso be pagalbos.	Nuvalykite grindis arba naudokite dulkių siurbį. Įsitikinkite, kad pakreipus prietaisą, oro vamzdžiai ar elektros kabeliai nesukelia įtampos. Venkite kontakto tarp valymo priemonių ir komponentų, sumontuotų po prietaisu. Jei manote, kad kai kurie komponentai yra pažeisti, susisieki su service@hur.fi
Kas dvejus metus	Kapitalinis remontas: rekomenduojama naudoti įgaliotą HUR aptarnavimo asmenį.	Pagrindinė prietaiso būklės patikra. • Stūmoklinių strypų valymas ir sutepimas. • Volelių pagalvių tepimas ir reguliavimas. • Patikrinkite kompresorių
Kasmet	Kapitalinis remontas: rekomenduojama naudoti įgaliotą HUR aptarnavimo asmenį	Pagrindinė prietaiso būklės patikra. • Stūmoklinių strypų valymas ir sutepimas. • Volelių pagalvių tepimas ir reguliavimas. • Patikrinkite kompresorių



ĮSPĖJIMAS! Saugoti įrangą įmanoma tik tuo atveju, jei įranga yra reguliariai tikrinama ir tikrinama, ar nėra nusidėvėjimo ir pažeidimų.



ĮSPĖJIMAS! Neatidarykite ekrano.



ĮSPĖJIMAS! Nenaudokite sugadinto maitinimo šaltinio.

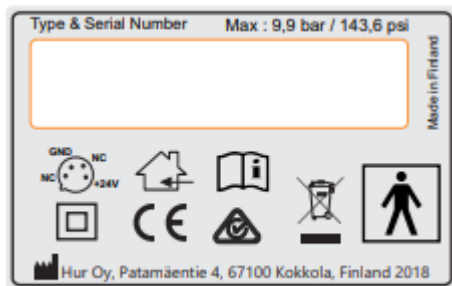
Išsamią informaciją apie kompresoriaus priežiūrą rasite kompresoriaus vadove.

Visą mechaninę įrangą reikia prižiūrėti. Tai užtikrina, kad įranga metų metus veiks be vargo. Nepaisius techninės priežiūros, garantija gali netekti galios. Norint užtikrinti vartotojo saugumą ir išvengti gedimų, prieš pradedant naudoti savarankiškai, rekomenduojama vartotojui mokytis naudotis įranga.

Jei kiltų kokių nors problemų su jūsų HUR produktu, susisiekite su savo vietiniu atstovu HUR platintojas arba HUR paslaugų organizacija. Jie turi įgaliotąją tarnybą personalas jums padės.

Pranešant apie bėdą, rekomenduojama užrašyti šią informaciją informacija:

- Gaminio modelis ir serijos numeris
- Kai pirmą kartą buvo nustatytas gedimas
- Gedimo aprašymas. Sugedęs, nėra aprašymas. Girgždantis volelis yra vienas gedimo aprašymo pavyzdžių.
- Žinoma, reikalingas jūsų vardas ir įmonės informacija



PASTABA! HUR prietaisą galima identifikuoti pagal serijos numerį. Serijos numerį galima rasti ant prietaiso rėmo kartu su tipo lentele.

Keletas pagrindinių problemų situacijų:

- Esant oro nuotėkiui, nedelsdami išjunkite kompresorių. Jei kompresorius veikia ilgesnį laiką, tai gali perkaisti ir sugesti. Be to, kad sujungtumėte vamzdelius, NEBANDYKITE nieko taisyti prieš susisiekdami su HUR personalu.
- Visada išjunkite ir atjunkite visus sugedusius įrenginius.
- Prieš patikrindami ir taisydami, įsitinkinkite, kad nenaudojama sugedusi įranga.

6.1. HUR Valomos servetėlės

- skirtas visam HUR įrangos valymui.
- skirtas valyti rankenų rankenas ir paminkštinius.
- taip pat tinka rankoms valyti.

6.2. HUR Dezinfekavimo servetėlės

- skirtas HUR įrangai, jos rankenoms ir paminkštiniams valyti.
- taip pat tinka jutikliniams ekranams dezinfekuoti.



Patarimas! Jei po naudojimo servetėlę laikysite rankenos sandarinimo maišelyje, galėsite ją naudoti tol, kol servetėlė bus drėgna.

PASTABA! HUR įrangai valyti ir dezinfekuoti rekomenduojama naudoti tik HUR valymo servetėles ir HUR dezinfekavimo servetėles. Naudojant valymo priemonę arba servetėlę, kuri nesuderinama su įrenginio paviršiaus medžiaga, galite sugadinti įrangos paviršius ir paminkštinti. Jei valymas ir dezinfekavimas buvo atliekamas naudojant kitokį produktą nei HUR rekomenduoti valymo ir dezinfekavimo produktai, garantija netaikoma žalai.

7. TECHNINIAI DUOMENYS

Žemiau esančioje lentelėje galite rasti Hi5 mašinų techninius duomenis.

Kodas	Vardas	Tikslinė raumenynas	Dydis (WxLx H cm/in)	Svoris (kg/lbs)	Maksima lus pasiprieš inimas (kg)	Cilindrai
ST3110-Hi5-MD	Biceps / Triceps	Viršutinė kūno dalis	115 x 103 x 124 / 45 x 41 x 49	88/194 (STE) 85/187 (ST)	27	2
STE3125-Hi5-MD / ST3125-Hi5-MD	Dip / Shrug	Viršutinė kūno dalis	90 x 98 x 137/35 x 39 x 54	69/152 (STE) 66/146 (ST)	102 / 92	1
STE3320-Hi5-MD / ST3320-Hi5-MD	Back Extension	Vidurinis kūnas	86 x 111 x 115/ 34 x 44 x 45	75/165 (STE) 72/159 (ST)	63	1
STE5120-Hi5 - MD / ST5120-Hi5-MD	Push Up / Pull Down	Viršutinė kūno dalis	110 x 150 x 181 /43 x 59 x71	79/174 (STE) 76/168 (ST)	54 / 63	1
STE5140-Hi5-MD / ST5140-Hi5-MD	Chest Press	Viršutinė kūno dalis	119 x 125 x 137 /47 x 49 x 54	87/192 (STE) 84/185 (ST)	45	2
STE5160-Hi5-MD / ST5160-Hi5-MD	Peck Deck	Viršutinė kūno dalis	118 x 100 x 132 /46 x 39 x 52	74/163 (STE) 72/159 (ST)	36	2
STE5175-Hi5-MD / ST5175-Hi5-MD	Optimal Rhomb	Viršutinė kūno dalis	106 x 131 x 113 /42 x 52 x 44	77/170 (STE) 75/165 (ST)	36	2
STE5310-Hi5-MD / ST5310-Hi5-MD	Abdomen / Back	Vidurinis kūnas	86 x 90 x 130 / 34 x 35 x 51	71/157 (STE) 68/150 (ST)	63	1
ST5340-Hi5-MD	Twist Rehab	Vidurinis kūnas	140 x 101 x 120/ 55 x 40 x 47	75/ 165	27	1

ST5510-Hi5-MD	Body Extension	Apatinė kūno dalis	112 x 125 x 114 / 44 x 49 x 45	86/190	63	2
ST5520-Hi5-MD	Adduction / Abduction	Apatinė kūno dalis	147 x 123 x 126 / 58 x 48 x 50	73/161	36 / 45	2
STE5530-Hi5-MD/	Leg Extension / Curl	Apatinė kūno dalis	112 x 155 x 140 / 44 x 61 x 55	104/229 (STE)	36	2
ST5530-Hi5-MD			112 x 160 x 137 / 44 x 63 x 54	100/220 (ST)		
STE5540-Hi5-MD/ ST5540-Hi5-MD	Leg Press	Apatinė kūno dalis	103 x 170 x 135 / 41 x 67 x 53	127/280 (STE) 124/273 (ST)	135	2
STE5546-Hi5-MD	Leg Press Incline	Apatinė kūno dalis	93 x 222 x 128 / 37 x 87 x 50	107/236	198	1
STE5549-Hi5-MD	Leg Press CC	Apatinė kūno dalis	94 x 227 x 151 / 37 x 89 x 59	175 / 386	135	2
ST9110-Hi5-MD	Biceps / Triceps Easy Access	Viršutinė kūno dalis	127 x 115 x 128 / 50 x 45 x 50	91/201	27	2
ST9120-Hi5-MD	Push Up / Pull Down Easy Access	Viršutinė kūno dalis	113 x 127 x 179 / 44 x 50 x 70	73/161	54/ 63	1
ST9125-Hi5-MD	Dip / Shrug Easy Access	Viršutinė kūno dalis	107 x 130 x 108 / 42 x 51 x 43	72/159	102/ 92	1
ST9140-Hi5-MD	Chest Press Easy Access	Viršutinė kūno dalis	131 x 137 x 105 / 52 x 54 x 41	84/185	45	2

ST9150-Hi5-MD	Lat Pull Easy Access	Viršutinė kūno dalis	116 x 105 x 118 / 46 x 41 x 46	80/176	27	2
ST9160-Hi5-MD	Pec Deck Easy Access	Viršutinė kūno dalis	143 x 113 x 138 / 56 x 44 x 54	82/181	36	2
ST9175-Hi5-MD	Optimal Rhomb Easy Access	Viršutinė kūno dalis	110 x 106 x 115 / 43 x 42 x 45	82/181	36	2
ST9310-Hi5-MD	Abdomen / Back Easy Access	Vidurinis kūnas	86 x 131 x 171 / 34 x 52 x 67	89/196	36	2
ST9330-Hi5-MD	Twist Easy Access	Vidurinis kūnas	80 x 125 x 126 / 31 x 48 x 50	63/139	27	1
ST8820-Hi5-MD	HUR Pulley	Daugiafunkcinis	80 x 90 x 220 / 31 x 35 x 87	43/95	2-20 (/ virvė)	1
ST8830-Hi5-MD	HUR Pulley	Daugiafunkcinis	80 x 90 x 220 / 31 x 35 x 87	43/95	4-30 (/ virvė)	1
ST8821-Hi5-MD	HUR Pulley	Daugiafunkcinis	137 x 145 x 220 / 54 x 57 x 87	78/172	2-20 (/ virvė)	1
ST8831-Hi5-MD	HUR Pulley	Daugiafunkcinis	137 x 145 x 220 / 54 x 57 x 87	78/172	4-30 (/ virvė)	1

7.1. Operacijos aplinka

Aplinkos temperatūra: 15-35 °C, 59-95 °F.

Santykinė drėgmė: 30-75 %

Atmosferos slėgis: 70,0-106,0 kPa

7.2. Transporto aplinka

Aplinkos temperatūra: -20-60 °C, -4-140 °F.

Santykinė drėgmė: 45-75 %
Atmosferos slėgis: 50,0-106,0 kPa

7.3. Sandėliavimo aplinka

Aplinkos temperatūra: 0-60 °C, 32-140 °F.
Santykinė drėgmė: 30-75 %
Atmosferos slėgis: 70,0-106,0 kPa

7.4. Maitinimo šaltinis

Maitinimo šaltinis: 24VDC/150W, 100-240VAC/50-60Hz.

7.5. Klasifikacija

Prietaisai yra registruoti kaip I klasės medicinos prietaisai pagal Medicinos prietaisų reglamentą (2017/745).

Elektrinių prietaisų saugos klasė yra II klasės BF.

.



Ab HUR OY
Patamäentie 4
67100 Kokkola
SUOMI – FINLAND
Tel. +358 6 832
5500
Email: sales@hur.fi,
service@hur.fi
www.hur.fi