



PANATTA PININFARINA PLATINUM PP002

ИНСТРУКЦИЯ ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

ИНСТРУКЦИЯ ПО БЕЗОПАСНОСТИ

При работе тренажера, примите во внимание, что температура помещения должна быть от 5 до 35 градусов Цельсия.

Напряжение	100/230 Vac
Количество уровней нагрузки	1-20
Сопrotивляемость	30-350 (при 70 оборотов/минуту)
Частота	50/60 Гц
Максимальный вес пользователя	180кг
Вес тренажера	76кг (велотренажер); 96 кг. (горизонтальный велотренажер)
Максимальная нагрузка на держатель для бутылок	2 кг.
Тормозная система	Скорость зависит только от постоянного напряжения

БЫСТРЫЙ СТАРТ

Эти инструкции помогут Вам ознакомиться с основными способами быстрого старта и использования основных функций тренажера. Пожалуйста, прочтите всю инструкцию для лучшего понимания всех возможностей тренажера.

НАЧАЛО ТРЕНИРОВКИ: Для версий с питанием от сети, как только вы подключили тренажер к сети 230 V, просто переведите переключатель в положение ON (ВКЛ), чтобы тренажер был готов к быстрому старту. Основной переключатель располагается впереди тренажера.

Версии, которые не требуют питания от сети, оборудованы электромагнитным генератором. Просто вертите педали с частотой не менее 30-ти оборотов для запуска тренажера и автоматической перезарядки батареи.

Велотренажер Pininfarina обладает множеством функций, которые в то же время легкодоступны и просты в использовании.



QUICK GO/START (Быстрый старт): Эту тренировочную программу Вы можете использовать без ввода дополнительных данных. Для старта просто нажмите кнопку «quick go start». Используйте кнопки «LEVEL» (уровни) для настройки желаемого уровня сложности.



TIME AND GO (Установка времени и старт): Эта опция позволяет установить желаемую длительность тренировки с помощью кнопок консоли, подтвердив

настройки нажатием кнопки START. После этого Вы можете сразу же начать тренировки без введения дополнительной информации.



MANUAL (Ручной режим): Эта функция даёт возможность пользователю провести свободную тренировку так же, как и Quick Start, в то же время необходимо ввести определенные данные (вес, возраст и пол), совместно с информацией о длительности, дистанции, калориях и начальном уровне сложности. Для настройки используйте кнопки «+» и «-», для подтверждения нажмите ENTER. Нажмите START для начала тренировки.



DEFAULT PROFILES (Стандартные профили): упражнения, в которых уровень сложности устанавливается автоматически в соответствии с установленной последовательностью, которая графически отображается на дисплее.

USER (Пользователь): каждый пользователь может настроить программу своей тренировки. В меню USER может быть установлена общая длительность тренировки, количество этапов в профиле, а также уровень сложности каждого этапа.

C.H.R.: Постоянный уровень пульса во время тренировки. Если выбрана эта программа, пользователь может настроить тренировку таким образом, чтобы поддерживался определенный уровень пульса. Очевидно, что для использования этой программы необходимо использовать датчики пульса. Если датчики пульса не используются, программа будет приостановлена автоматически. Должны быть введены данные о весе пользователя, возрасте и поле, требуемом уровне пульса и длительности упражнения. Для изменения этих параметров, используйте кнопки на консоли. Для подтверждения нажмите ENTER. Тренажер будет настраивать уровень сложности (усилия) автоматически, поддерживая определенный уровень пульса пользователя.



FIT TEST (Фитнес-тест): Этот тест позволяет оценить уровень идеальной нагрузки во время тренировки для определенного пользователя, в зависимости от его/ее возраста. Если выбран этот тест, необходимо ввести вес пользователя, вес, пол и уровень (начинающий/эксперт); последняя категория должна учитывать фитнес-уровень персона, которая проходит этот тест. Для настройки

используйте кнопки «+» и «-», для подтверждения нажмите кнопку ENTER. Так как данные этого теста зависят от уровня пульса, необходимо, чтобы пользователь использовал датчики пульса. Тренажер автоматически

остановит тест при отсутствии данных о пульсе. Уровень усилия может быть изменен в любое время тренировки. Результат теста будет отображаться посредством индекса эффективности и будет отображать фитнес-уровень пользователя.

Дополнительные функции меню: В дополнении к описанным программам, меню также отображает последующие три иконки для выполнения последующих операций:



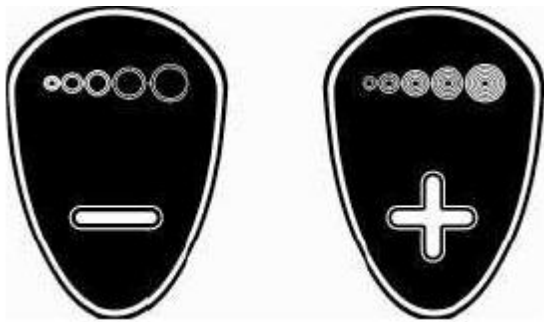
HELP: является эффективным «on-line» справочником об основных функциях велотренажера.



SET UP: данная кнопка используется для установки определенных функций тренажера, среди которых: **WATCH SET** установить время и дату, **SYSTEM SET** установить язык меню, максимальное время работы (**MAX TIME**), **MAINTENANCE** учет километража. С включением (**ON**) функции **RESET PARTIAL CNT**, счетчик пройденных километров сбивается на «0».

Регулировка нагрузки

Сенсорная панель для измерения пульса на рычагах горизонтального велотренажера снабжена кнопками, которые служат для регулировки нагрузки велотренажера.



Экран

Пользователь имеет возможность изменять внешний вид дисплея:

Platinum version



Gold version



Дисплеи отображают:

- **TIME (время)**: время запускается, когда пользователь начинает работу на тренажере.
- **DISTANCE (расстояние)**: расстояние исчисляется в метрах
- **SPEED (скорость)**: скорость велосипеда в оборотах за минуту
- **CALORIES (калории)**: количество сжигаемых калорий во время работы
- **LEVEL** уровень нагрузки
- **POWER**: уровень зарядки
- **HEART RATE**: Пульс (частота ударов/минута): данная функция работает, если даже пользователь не использует тренажер. Система наблюдения частоты сердечных сокращений автоматически определяет прибор с помощью которого она считывает информацию (нагрудный ремень или сенсорные датчики).

ТЕЛЕМЕТРИЧЕСКИЙ ПОЯС

Для корректного использования телеметрического ремня необходимо придерживаться следующих правил:

- 1) Убедитесь, что по близости нет электромагнитных полей.
- 2) Перед тем как одеть пояс, увлажните трансмиттер.
- 3) Трансмиттер должен быть расположен в непосредственном контакте с кожей.
- 4) Трансмиттер должен располагаться в центральной части вашей грудной клетки, внизу грудной мышцы.
- 5) Убедитесь в плотности прилегания пояса так, что бы он не двигался во время тренировки.

Трансмиттер водонепроницаем, следовательно, его можно стирать, используя мыло и воду.

После окончания тренировки не бросайте и не швыряйте трансмиттер на пол, так как можете повредить его.



Монитор для измерения частоты сердечных сокращений служит для отображения частоты сердечных сокращений и не является медицинским диагнозом. Он не обнаруживает никаких сердечных аномалий или дисфункций.

ПРОГРАММИРОВАНИЕ И ИСПОЛЬЗОВАНИЕ

Этот раздел дает детальное описание как консоль, контролирующая функции **PININFARINA BIKE/HORIZONTAL BIKE** функционирует.

Перед тем как начать использование **PININFARINA BIKE/HORIZONTAL BIKE**, пожалуйста, ознакомьтесь с инструкцией.

ОПИСАНИЕ КОНТРОЛЬНОЙ ПАНЕЛИ

На крышке **PININFARINA BIKE/HORIZONTAL BIKE** размещается консоль, которая позволяет управлять тренажером на интуитивном уровне:



Air: Enables and adjusts fans (Platinum version only).

Stop: Stops current workout.

Start/QuickGo: Starts the selected workout.

Exit: Exits the current page.

Enter: Confirms the choice of the key or element highlighted.

Arrows: Used to navigate the interface and to scroll through and highlight the keys and elements listed.

Increase/Decrease Level: Adjust the resistance level of the Bike.



ЭКРАН ОСНОВНОГО ДИСПЛЕЯ

Когда тренажер включен, на экране основного дисплея отображается лого Panatta Sport и Pininfarina, время и дата. Так же иконки с помощью которых можно приступить к незамедлительной тренировки без ввода персональных данных: **Быстрый старт (Quick Start/ Go)** и **Время (Time & Go)**. В тоже время пользователь может войти в основное меню (Menu) и начать тренировку согласно инструкциям (Manual), устанавливая уровень нагрузки, длительность и количество сжигаемых калорий.



Platinum screen



Gold screen

ГЛАВНОЕ МЕНЮ

С помощью указанных иконок можно изменять заданные параметры:

PROFILE: начать одну из заданных программ, которую предлагают разработчики Panatta Sport. Тренировка начинается с использованием запрограммированных функций или согласно «Пользовательскому профилю».

C.H.R./FIT TEST: Для начала тренировки используйте установленные параметры частоты сердечных сокращений или пройдите фитнес-тест.

CONSTANT POWER: данная функция устанавливает скорость вращения педалей согласно уровню нагрузки.

SETUP: на экран выводится ряд утилит, позволяющих отобразить и внести изменения в системные параметры.

HELP: Краткого описания функций, которые отображаются на консоли.

Для выбора функции используйте «стрелки» на консоли, выбранная иконка подсвечивается. В таком случае нажмите «**ENTER**» и выбранная функция становится активной.

Для выбора и подтверждения выбираем «**EXIT**», пользователь покидает экран.

SETUP

После выбора функции SET UP в Menu, выводится список доступных (утилит) для отображения или изменения параметров.

Только администратор или персонал тренажерного зала имеет право вносить изменения в программы, так как для этого запрашивается 8-значный пароль. Пользователь может устанавливать только WATCH SET (время):

WATCH SET: установка даты/время

TV-SET: конфигурация параметров спутникового ресивера (только в Platinum версии)

AUX: установка модуля "DEMO" (только в Platinum версии)

SYSTEM SET: установка системных параметров (язык, максимальное время тренировки, скорость)

MAINTENANCE: контроль счета километража пройденный тренажером и отдельными частями

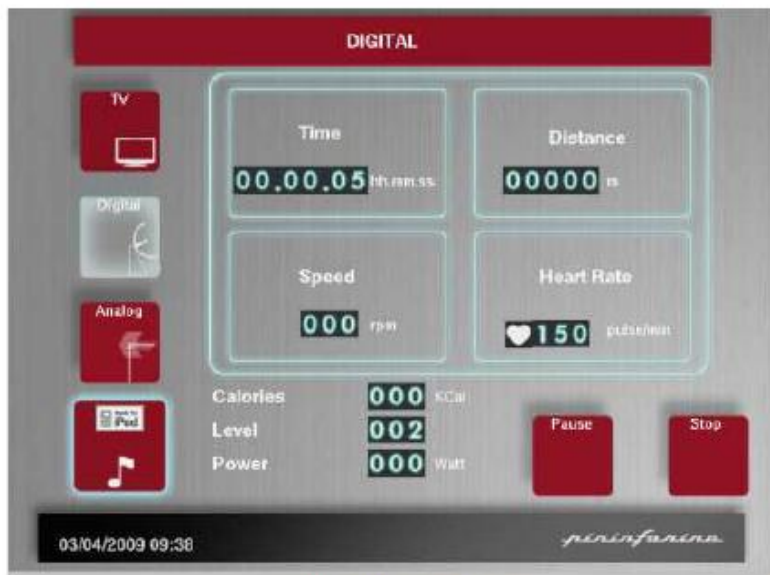
UPDATE SOFTWARE: обновление операционной системы тренажера происходят с помощью флешки USB.

BIKE VERSION: позволяет установить точный уровень нагрузки тренажера. Данная функция устанавливается только раз, представителем Panatta Sport.

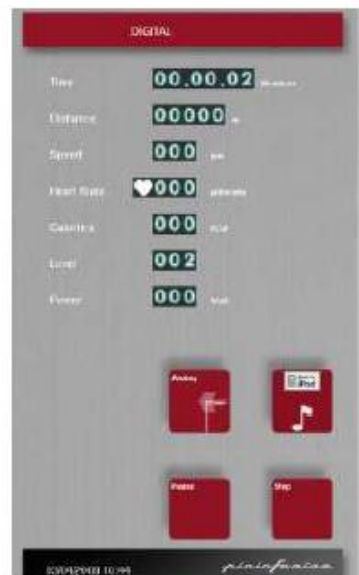
ДИСПЛЕЙ ВО ВРЕМЯ ТРЕНИРОВКИ

Пользователь может наблюдать два дисплея во время тренировки. Первый отображает все данные тренировочного процесса в цифровом формате, тогда как второй дисплей устроен согласно аналогу автомобильных приборов (скорость и пульс).

Цифровой дисплей отображает все дополнительные функции велотренажера и мультимедиа, включая аудио/видео и iPod.



Platinum screen



Gold screen

Выбрав клавишу «ANALOGUE», дисплей отображает скорость и частоту сердечных сокращений в виде спидометра



Platinum screen



Gold screen

С помощью клавиш «Stop» и «Pause» возможно прервать или приостановить тренировку.

ИЗМЕРЕНИЕ ПУЛЬСА

Тренажер оснащен двумя приборами для измерения частоты сердечных сокращений:

- 1) Нагрудный пояс
Показания пульса передаются на компьютер с помощью нагрудного пояса, который работает как трансмиттер и как детектор.
- 2) Датчик пульса на рукоятке

Пульс измеряется сенсорами, которые находятся на рукоятке. Пульс измеряется в то время, когда пользователь держится за оба сенсора одновременно. Для того, чтобы отображение пульса было корректным, необходимо чтобы прикосновение было постоянным и кожа была слегка увлажненной. Слишком сухая или слишком влажная кожа уменьшает точность показаний датчика.

Выбор прибора, с помощью которого измеряется пульс, определяется автоматически компьютером, согласно установленным параметрам.

УСТАНОВКА УРОВНЯ НАГРУЗКИ

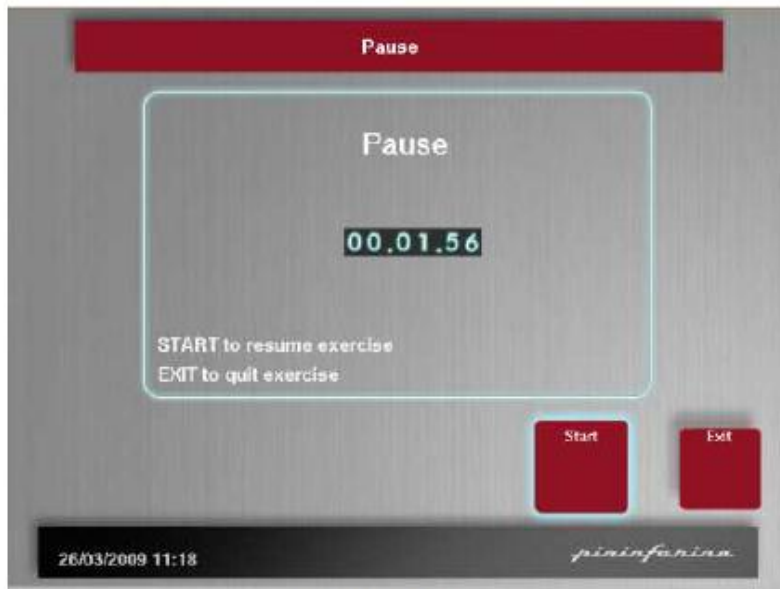
Уровни нагрузки велотренажера устанавливаются клавиши на консоли или на рукоятке (версия горизонтального велотренажера). Диапазон составляет от 1 до 20. Данная операция может быть проделана только во время работы тренажера, тренировок (Quick Start/Go, Time&Go и основных) или когда запущен один из заданных профилей. В других случаях (Fit Test, C.H.R и Constant Power) уровень нагрузки задает тренажер.

СТАРТ

Нажатием клавиши START на дисплеи, тренажер включает все запрограммированные функции для тренировки. Если статус тренировки PAUSE, нажмите эту клавишу для возобновления упражнения с места остановки.

ПАУЗА

Если Вы в процессе тренировки, нажатие PAUSE (ПАУЗА) остановит тренажер. В тоже время, допустим 2-х минутный TIME OUT.



Platinum screen



Gold screen

В данной позиции, тренажер находится в режиме ожидания (RESTART). Если Time OUT продолжается до рекомендованного начала работы, тренировка отменяется и на экране появляется заставка.

Если вращение педалей во время паузы прекратится, тренажер перейдет в автономный режим. Если пользователь возобновит работу педалей в течении 30 секунд, тренажер включится и тренировка продолжится с момента остановки. Если никаких действий не было предпринято по истечению 30 секунд, тренировка будет считаться оконченной и тренажер полностью выключится.

Если START нажали до истечения TIME OUT, уровень сложности постепенно вернется к значению, которое он достиг того как нажали PAUSE.

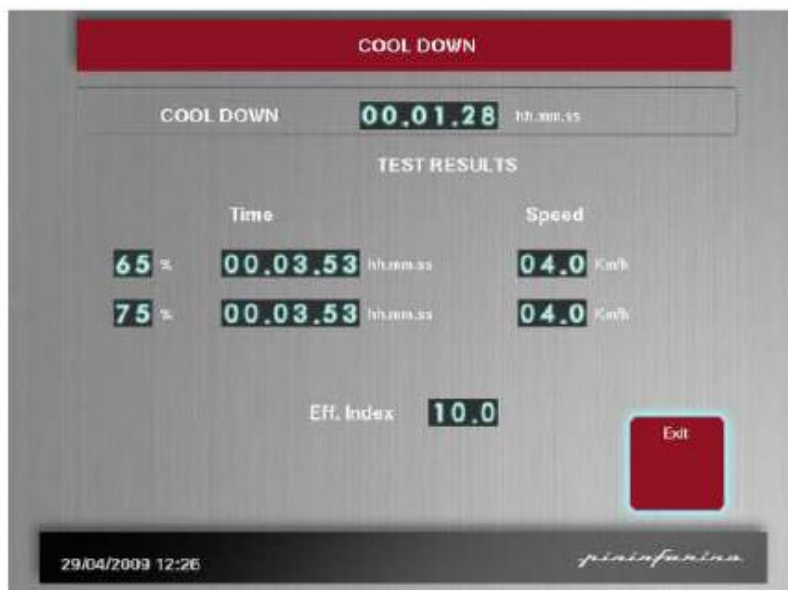
Если одну из клавиш регулировки уровня нажали, в то время как уровень сложности находился в усиленном режиме, текущий уровень будет зафиксирован и постепенное увеличение уровня будет остановлено.

ОСТАНОВКА

Если тренировка в процессе и нажали **STOP**, работа тренажера останавливается и функция **COOL DOWN** (охлаждение) включается.

ОХЛАЖДЕНИЕ

Каждый раз, после завершения работы или предотвращения тренировки нажатием клавиши STOP, активируется процесс **COOL DOWN** (Охлаждение), который помогает пользователю постепенно «остыть». Во время этого процесса на экране высвечивается фраза COOL DOWN.



Platinum screen



Gold screen

Panatta Sport
After Sales Service Centre
Via Madonna della Fonte 3/c,
Apiro (MC) Italy

Tel: +39 0733.61.18.24

Fax: +39 0733.61.37.215

email: *assistenza@panattasport.it (italia)*

service@panattasport.it (estero)

web : www.panattasport.com