



# X4-E LCD

## Эллиптический тренажер Инструкция по сборке

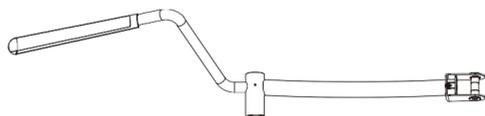
Важно! Внимательно ознакомьтесь с данной инструкцией прежде чем начать сборку.



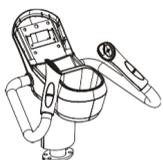
### Комплект поставки:



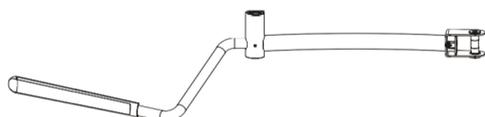
Консоль



Правый подвижный поручень в сборе



Стойка консоли в сборе



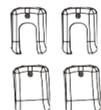
Левый подвижный поручень в сборе



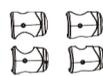
Левый кожух сочленения стойки



Правый кожух сочленения стойки



Кожух нижний 1



Кожух нижний 2



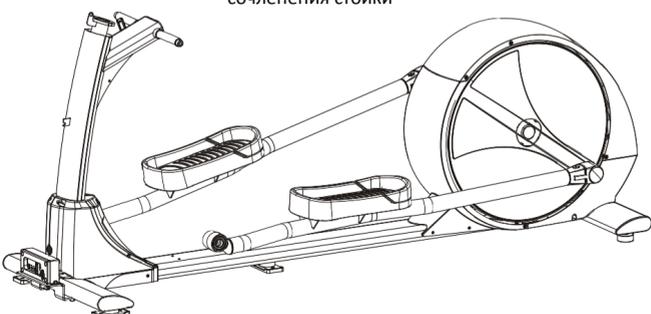
Верхний кожух сочленения стойки



Зип-пакет



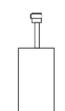
Руководство по эксплуатации



Основная рама в сборе

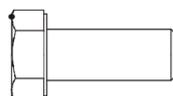


Силовой кабель

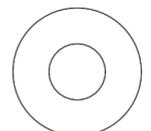


Адаптер

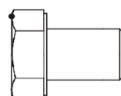
### Крепежный комплект:



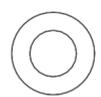
Болт M10\*25 (#16) – 4 шт.



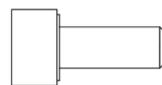
Шайба Ф11\*Ф25\*2 (#19) – 2 шт.



Болт M10\*15 (#18) – 2 шт.



Шайба Ф9\*Ф16\*1.6 (#21) – 4 шт.



Болт M8\*20 (#20) – 4 шт.



Пружинная шайба Ф10 (#15) – 4 шт.



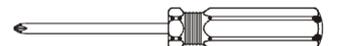
Винт M5\*15 (#17) – 13 шт.



Пружинная шайба Ф8 (#22) – 4 шт.



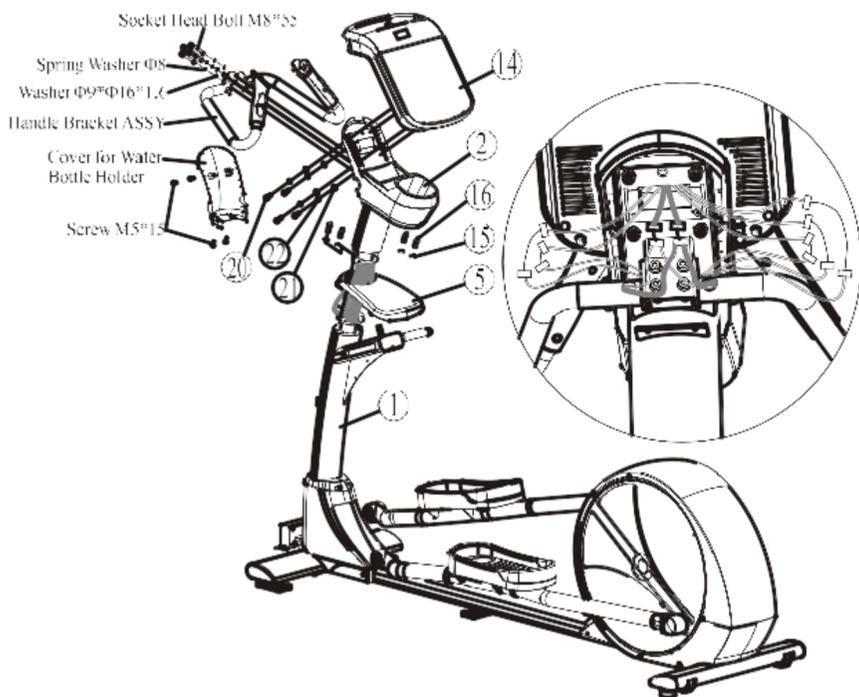
L-образный шестигранный ключ S=6



Отвертка

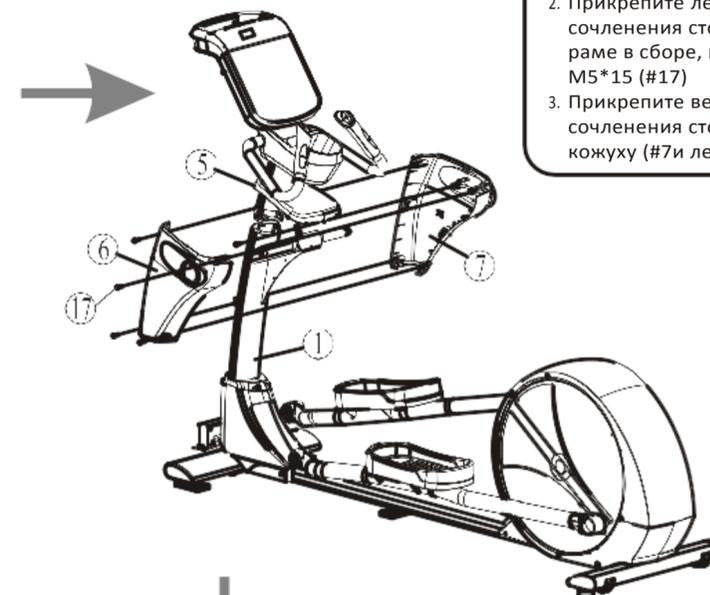
Диаметр болтов (мм/дюймы)	M6(1/4")	M8(5/16")	M10(3/8")	M12(1/2")	M16(5/8")
Крутящий момент затяжки (N.m)	9~12	22~30	45~59	78~104	193~257
Виды приложенного усилия	Усилие запястья	Усилие запястья и предплечья	Усилие всей руки	Усилие всей руки и верхней части тела	Со всей силой

### Шаг 1

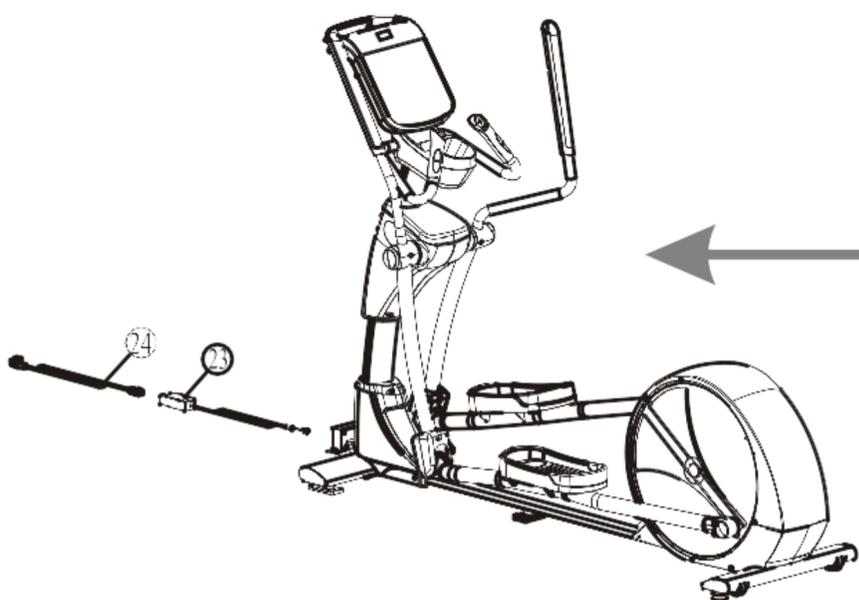


1. Извлеките кожух держателя бутылки из стойки консоли в сборе (#2).
  2. Далее извлеките поручень из стойки консоли (#2).
  3. Прикрепите верхний кожух сочленения стойки (#5) к стойке консоли (#2).
  4. Протяните 5 проводов через стойку консоли (#2) и стяните их проволокой для протягивания.
  5. Прикрепите стойку консоли (#2) к основной раме (#1), используя: четыре болта M10\*25 (#16), четыре пружинные шайбы Ф10 (#15)
  6. Прикрепите поручень к стойке консоли (#2), используя: четыре болта M8\*55, четыре пружинные шайбы Ф8, четыре шайбы Ф9\*Ф16\*1.6
  7. Прикрепите консоль (#14) к основной раме (#1), используя: четыре болта M8\*20 (#20), четыре шайбы Ф9\*Ф16\*1.6 (#21), четыре пружинные шайбы Ф8 (#22).
  8. Согласно схеме, соедините 7 проводов.
  9. Прикрепите кожух держателя бутылки к стойке консоли (#2), используя: четыре болта M5\*15
- Важно:** Проверьте, не пережаты ли провода.

### Шаг 2

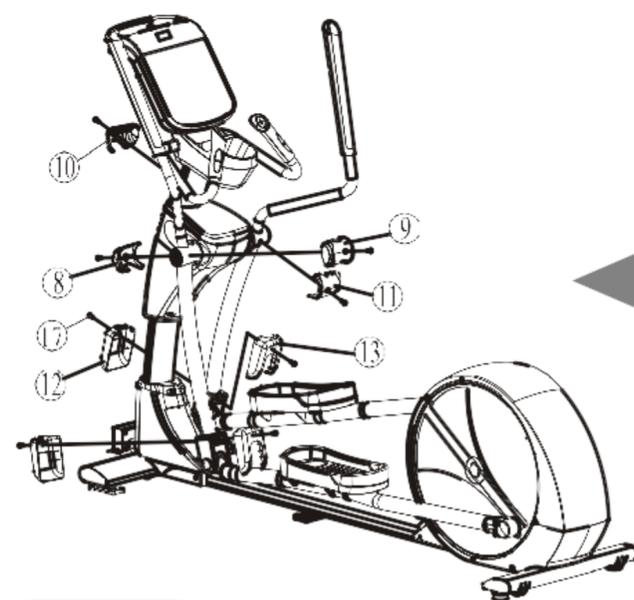


1. Прикрепите правый кожух сочленения стойки (#7) к основной раме в сборе, используя: один M5\*15 болт (#17)
2. Прикрепите левый кожух сочленения стойки (#6) к основной раме в сборе, используя: четыре M5\*15 (#17)
3. Прикрепите верхний кожух сочленения стойки (#5) к правому кожуху (#7) и левому кожуху (#6).



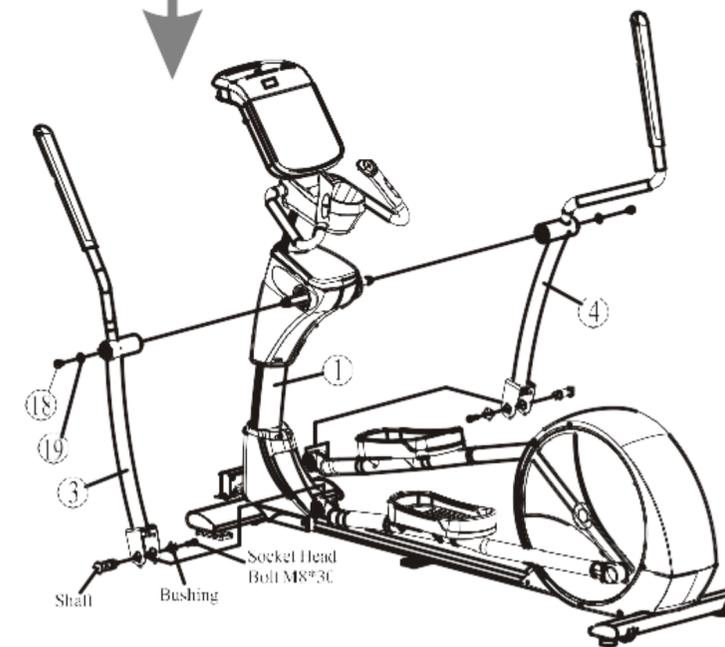
### Шаг 5

1. Прикрепите адаптер (#23) к основной раме.
2. Прикрепите сетевой кабель (#24) к адаптеру (#23).



### Шаг 4

1. Прикрепите левый кожух подвижной рукоятки 1 (#8) и левый кожух подвижной рукоятки 2 (#9) к левому подвижному поручню, используя: два болта M5\*15 (#17).
2. Прикрепите передний нижний кожух (#12) и задний нижний кожух (#13) к левому подвижному поручню, используя: два болта M5\*15 (#17).
3. Прикрепите правый кожух подвижной рукоятки 1 (#10) и правый кожух подвижной рукоятки 2 (#11) к правому подвижному поручню, используя: два болта M5\*15 (#17).
4. Прикрепите передний нижний кожух (#12) и задний нижний кожух (#13) к правому подвижному поручню, используя: два болта M5\*15 (#17).



### Шаг 3

1. Извлеките ось, втулку, болт из левого подвижного поручня (#3).
2. Прикрепите левый подвижный поручень (#3) к основной раме, используя: один болт M10\*15 (#18), одну шайбу Ф11\*Ф25\*2 (#19), одну ось, одну втулку, один болт M8\*30
3. Извлеките ось, втулку, болт из правого подвижного поручня (#4).
4. Прикрепите правый подвижный поручень (#4) к основной раме, используя: один болт M10\*15 (#18), одну шайбу Ф11\*Ф25\*2 (#19), одну ось, одну втулку, один болт M8\*30