



# ВЕЛОТРЕНАЖЕР

МОДЕЛЬ :B800P+

***SPORTOP***®





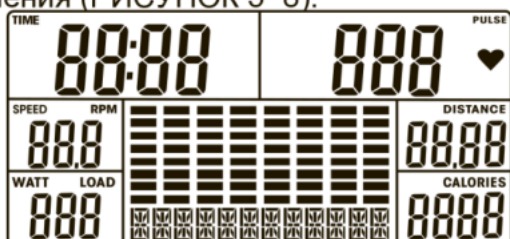
### **ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ КНОПКИ:**

START/STOP	Для запуска или остановки тренажера
RECOVERY	Для проверки восстановительного статуса ЧСС
+ (Плюс)	Для выбора режима тренировки или корректировки значения в сторону увеличения
- (Минус)	Для выбора режима тренировки или корректировки значения в сторону уменьшения
RESET	В режиме остановки используется для возврата в основное меню
QUICK KEY	Для быстрого выбора желаемой программы (12 программ)
MODE	Для начала тренировки
USB	Используется для зарядки телефона или планшета (используйте индивидуальное зарядное устройство).

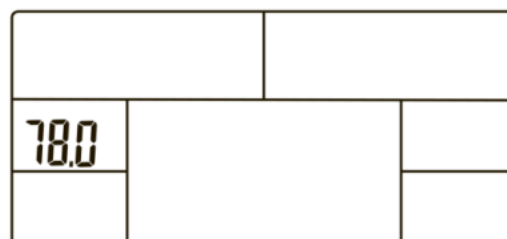
## ВКЛЮЧЕНИЕ

1. Соединить кабель питания с монитором или нажать кнопку RESET (СБРОС) в течение 3с, вместе с длинным звуковым сигналом на экране появятся все сегменты в течение 1с, затем отобразится 78.0, как показано ниже (РИСУНОК 1 и 2).
2. С помощью кнопок +/- можно выбрать Пользователя 0~4 и нажать кнопку MODE для подтверждения (РИСУНОК 3~4).

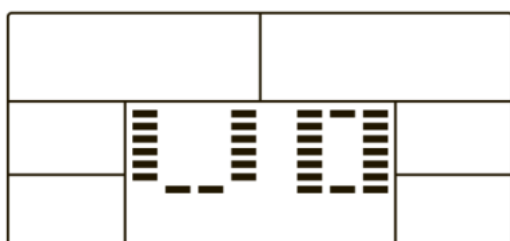
Затем появится заранее введенная информация: SEX (ПОЛ), AGE (ВОЗРАСТ), HEIGHT (РОСТ), WEIGHT (ВЕС), при помощи кнопок +/- можно корректировать значения (РИСУНОК 5~8).



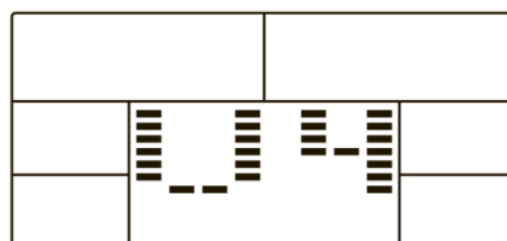
(РИСУНОК 1)



(РИСУНОК 2)



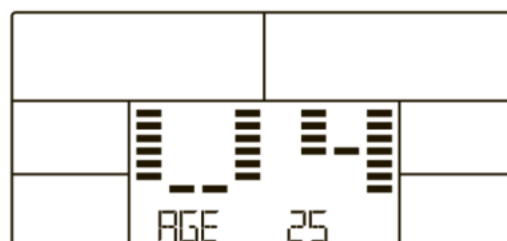
(РИСУНОК 3)



(РИСУНОК 4)



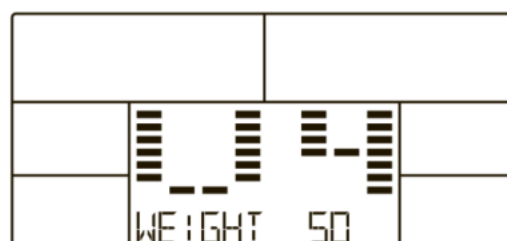
(РИСУНОК 5)



(РИСУНОК 6)



(РИСУНОК 7)



(РИСУНОК 8)

### Диапазон данных Пользователя

Название/Описание	Диапазон
SEX (ПОЛ)	Male (M) / Female (Ж)
AGE (ВОЗРАСТ)	10~99
HEIGHT (РОСТ)	100~200
WEIGHT (ВЕС)	20~150

### MODE (РЕЖИМ)

После настройки данных пользователя, нажать кнопку Mode для управления, при помощи кнопок +/- можно выбрать режим:

MANUAL (РУЧНОЙ) → PROGRAM (ПРОГРАММА) → FITNESS (ФИТНЕС) → WATT (ВТ) → USER PROGRAM (ПОЛЬЗОВАТЕЛЬСКАЯ ПРОГРАММА) → HRC (ЧСС)

Название	Диапазон
TIME (ВРЕМЯ)	0:00~99:00
SPEED (СКОРОСТЬ)	0.0~99.9
DISTANCE (РАССТ.)	0.00~99.95
CALORIES (КАЛОРИИ)	0~990
PULSE (ПУЛЬС)	60~220
RPM (ОБ.В МИН)	15~999
WATT (ВТ)	10~350
LOAD (НАГРУЗКА)	1~16

### MANUAL MODE (РУЧНОЙ РЕЖИМ)

- (1) Нажать и удерживать 3с кнопку Reset, чтобы выбрать настройки данных пользователя, или просто нажать кнопку Reset.
- (2) Выбрать MANUAL mode (РУЧНОЙ режим) с помощью +/-, и нажать кнопку Mode для установки. (РИСУНОК 8)
- (3) Установить уровень нагрузки и нажать кнопку Mode для подтверждения. (РИСУНОК 9)
- (4) Установить заранее значения TIME (ВРЕМЯ), DISTANCE (РАССТОЯНИЕ), CALORIES (КАЛОРИИ), и целевой PULSE (ПУЛЬС). (РИСУНОК 10~13)
- (5) Нажать кнопку Start для начала тренировки. Кнопками +/- можно корректировать уровень нагрузки. (РИСУНОК 14)
- (6) Нажать кнопку Stop для паузы. Нажать кнопку Reset, чтобы вернуться к выбранному режиму или нажать и удерживать кнопку Reset в течение 3с, чтобы вернуться в основное меню. (РИСУНОК 15)



(РИСУНОК 8)



(РИСУНОК 9)



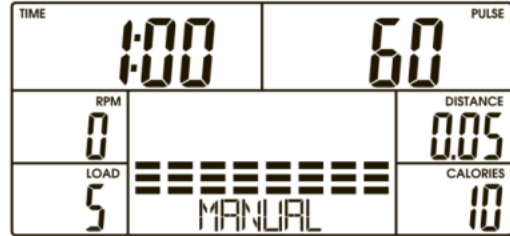
(РИСУНОК 10)



(РИСУНОК 11)



(РИСУНОК 12)



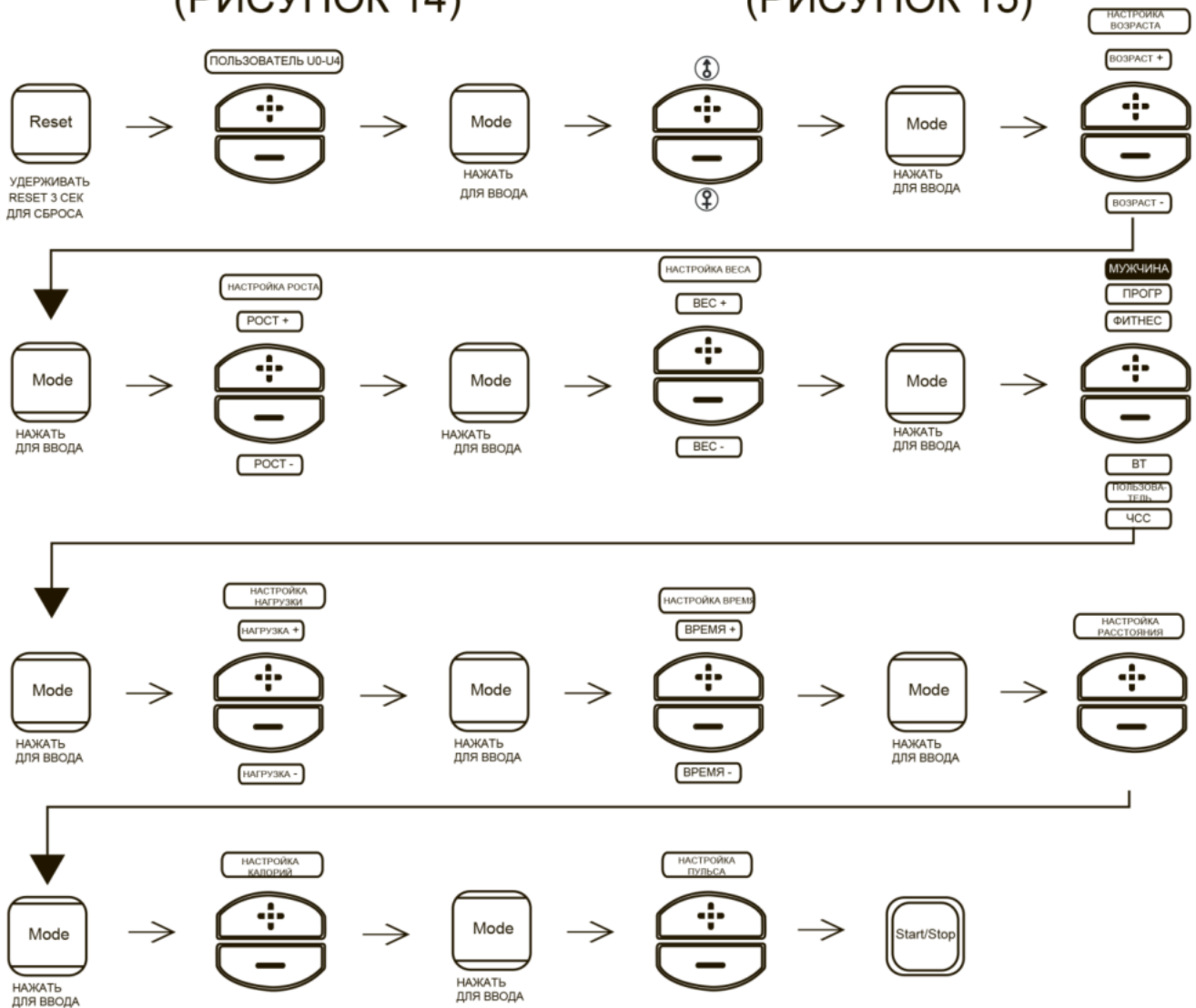
(РИСУНОК 13)



(РИСУНОК 14)



(РИСУНОК 15)



## PROGRAM MODE (ПРОГРАММНЫЙ РЕЖИМ)

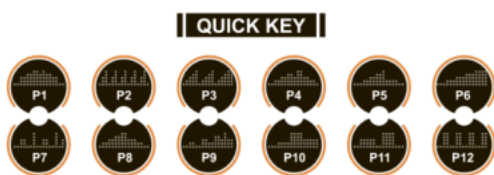
- (1) Нажать и удерживать 3с кнопку Reset, чтобы выбрать настройки данных пользователя, или просто нажать кнопку Reset для возврата в основное меню.
- (2) Выбрать PROGRAM mode (ПРОГРАММНЫЙ режим) при помощи кнопок +/- и нажать кнопку Mode для подтверждения. (РИСУНОК 16) Используя кнопки +/- можно выбрать программу от 1 до 12 (РИСУНОК 17); или нажать кнопку быстрого доступа P1-P12 соответствующей программы. (РИСУНОК 18)
- (3) При помощи кнопок +/- можно корректировать уровень нагрузки, а затем нажать Mode для подтверждения. (РИСУНОК 19)
- (4) Установить TIME (ВРЕМЯ), DISTANCE (РАССТОЯНИЕ), CALORIES (КАЛОРИИ), и целевой PULSE (ПУЛЬС). (РИСУНОК 20 ~ 23)
- (5) Нажать кнопку Start для начала тренировки. Кнопками +/- можно корректировать уровень нагрузки.
- (6) Нажать Stop для паузы. Нажать кнопку Reset для возврата в основное меню или удерживать ее в течение 3с для перехода в режим ожидания.



(РИСУНОК 16)



(РИСУНОК 17)



(РИСУНОК 18)



(РИСУНОК 19)



(РИСУНОК 20)



(РИСУНОК 21)



(РИСУНОК 23)



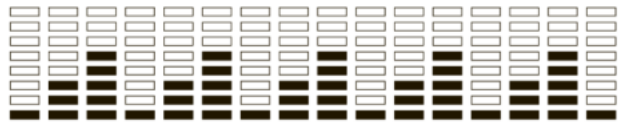
(РИСУНОК 23)



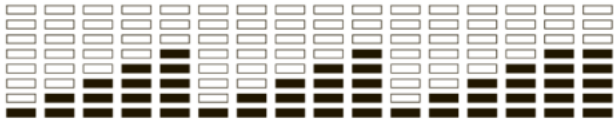
**P1**



**P2**



**P3**



**P4**



**P5**



**P6**



**P7**



**P8**



**P9**



**P10**

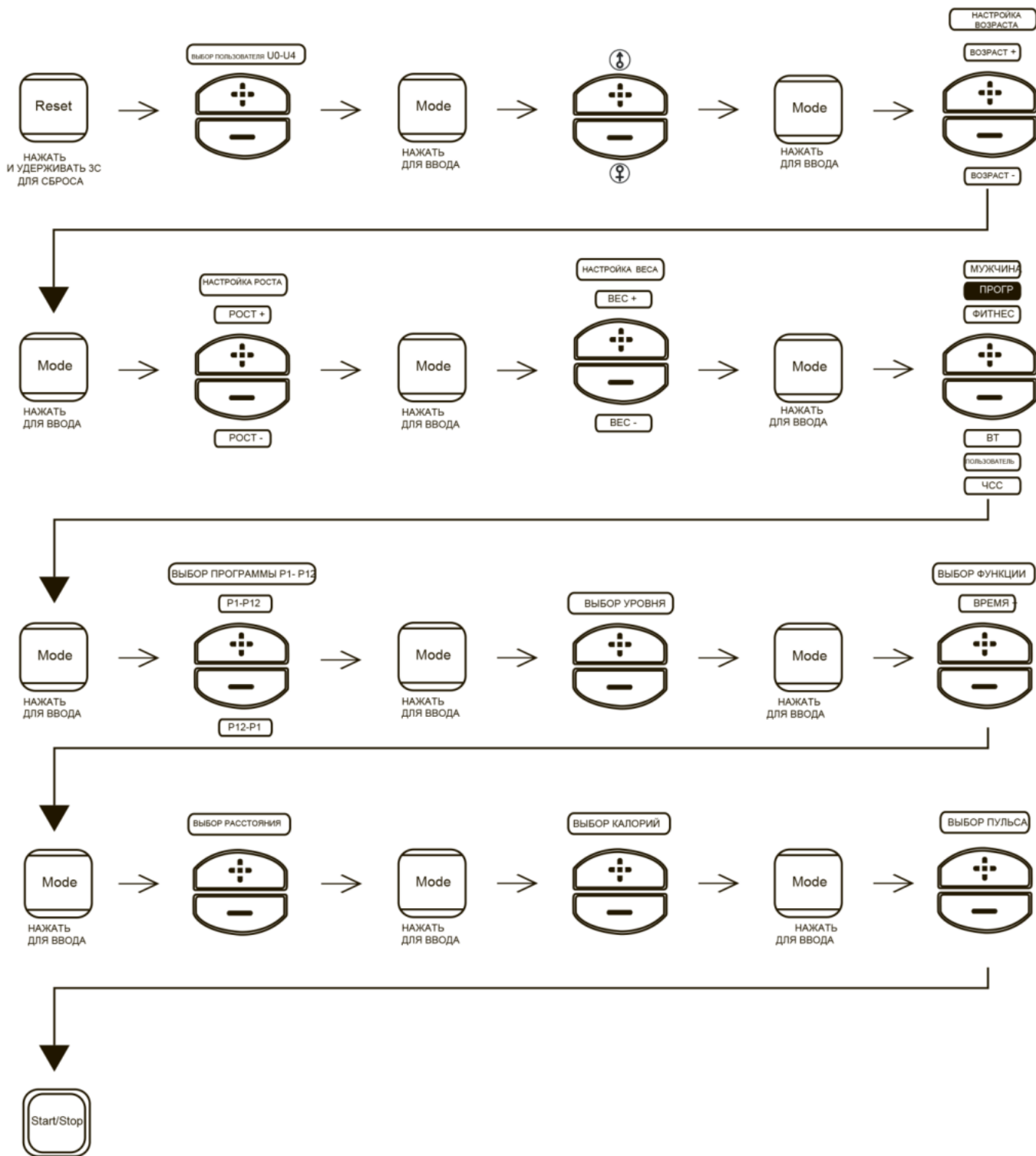


**P11**



**P12**







## FITNESS MODE (РЕЖИМ ФИТНЕС)

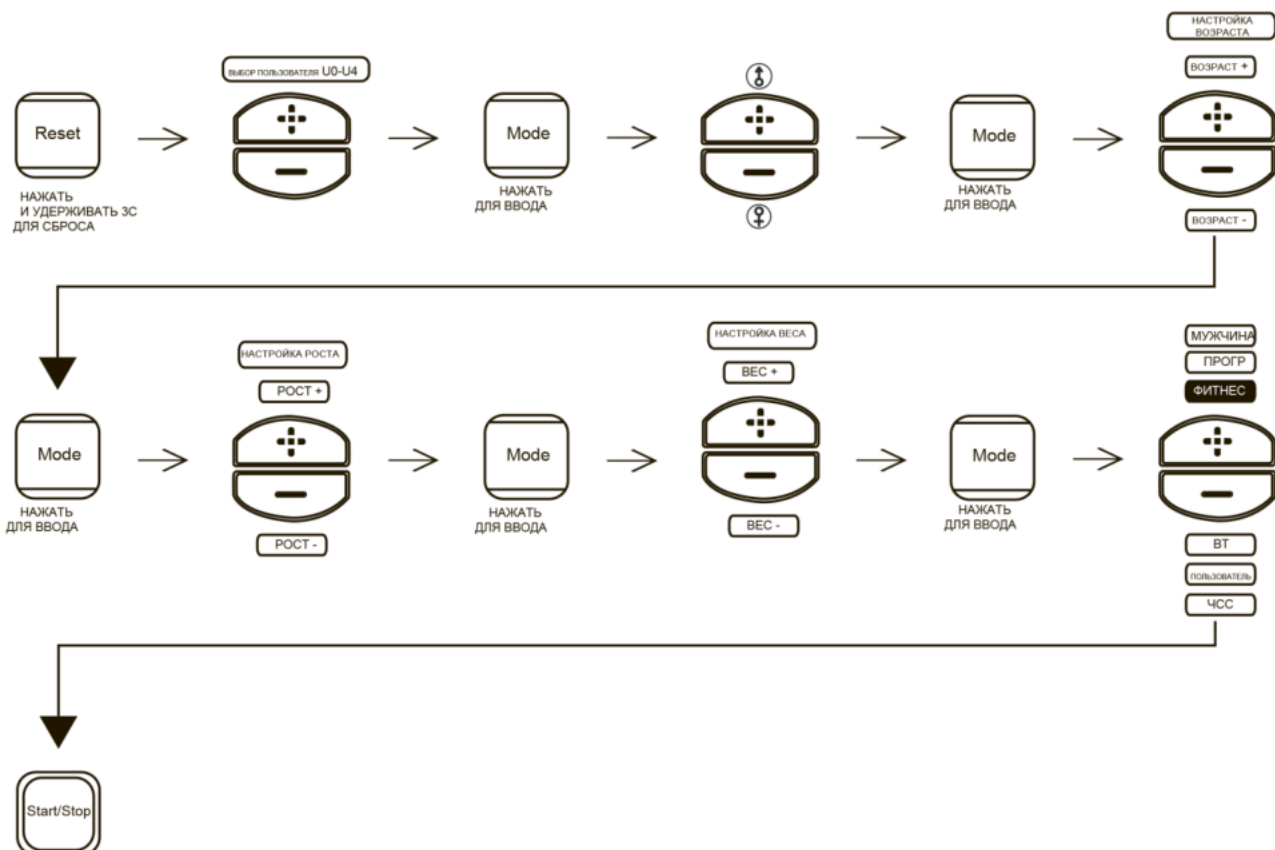
- (1) Нажать и удерживать 3с кнопку Reset, чтобы выбрать настройки данных пользователя, или просто нажать кнопку Reset для возврата в основное меню.
- (2) Выбрать FITNESS mode (Режим ФИТНЕС) кнопками +/- , и нажать кнопку Mode для подтверждения. (РИСУНОК 24~25)
- (3) Нажать Start для начала тренировки. При помощи +/- можно изменять уровень нагрузки.
- (4) Через 12 минут на экране автоматически отобразится информация о результатах тренировки.
- (5) Нажать Stop для паузы. Нажать кнопку Reset для возврата в основное меню или удерживать ее 3секунды для перехода в режим ожидания.



(РИСУНОК 24)



(РИСУНОК 25)



## WATT MODE (РЕЖИМ WATT)

- (1) Нажать и удерживать кнопку RESET 3с для выбора настроек данных пользователя или нажать кнопку Reset для возврата в основное меню.
- (2) Выбрать режим WATT (BT) кнопками +/- , и нажать Mode для подтверждения. (РИСУНОК 26)
- (3) Настроить целевое значение ватт при помощи кнопок +/-, и нажать кнопку Mode для подтверждения. (РИСУНОК 27)
- (4) Ввести значения TIME (ВРЕМЯ), DISTANCE (РАССТОЯНИЕ), CALORIES (КАЛОРИИ), и PULSE (целевой ПУЛЬС). (РИСУНОК 28~31)
- (5) Нажать кнопку Start для начала тренировки. Есть возможность корректировать значение ватт кнопками +/-.
- (6) Нажать Stop для паузы. Нажать кнопку Reset для возврата в основное меню или удерживать ее 3 с для перехода в режим ожидания.



(РИСУНОК 26)



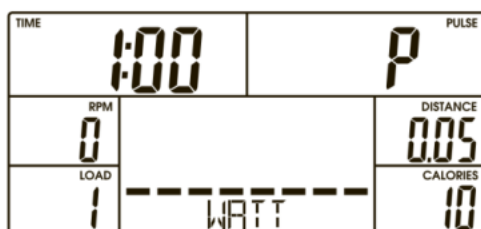
(РИСУНОК 27)



(РИСУНОК 28)



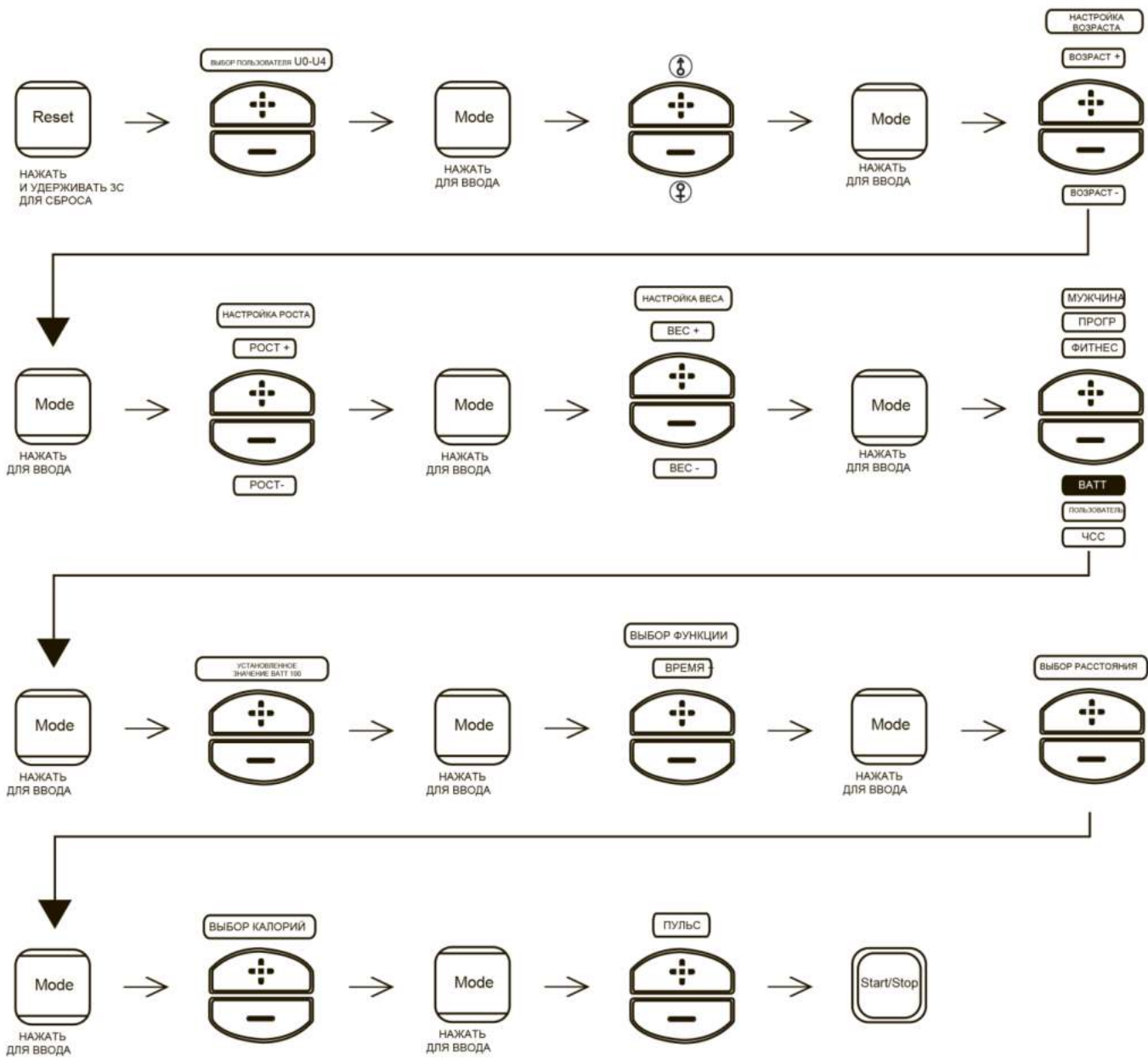
(РИСУНОК 29)



(РИСУНОК 30)



(РИСУНОК 31)



## USER MODE (ПОЛЬЗОВАТЕЛЬСКИЙ РЕЖИМ)

- (1) Нажать и удерживать кнопку RSET 3с для выбора настроек данных пользователя или нажать кнопку RESET для возврата в основное меню.
- (2) Выбрать USER mode (Пользовательский режим) кнопками +/- , и нажать кнопку Mode для подтверждения. (РИСУНОК 32)
- (3) Настроить каждый столбец уровня нагрузки при помощи кнопок +/- . Нажать Mode для перехода к следующему столбцу. (РИСУНОК 33) После завершения нажать и удерживать кнопку Mode в течение 3 с для подтверждения.
- (4) Настроить TIME (ВРЕМЯ), DISTANCE (РАССТОЯНИЕ), CALORIES (КАЛОРИИ), и PULSE (ПУЛЬС). (РИСУНОК 34~37)
- (5) Нажать кнопку Start для начала тренировки. Можно регулировать уровень нагрузки кнопками +/- .
- (6) Нажать Stop для паузы. Нажать Reset для возврата в основное меню или удерживать в течение 3с для перехода в режим ожидания.



(РИСУНОК 32)



(РИСУНОК 33)



(РИСУНОК 34)



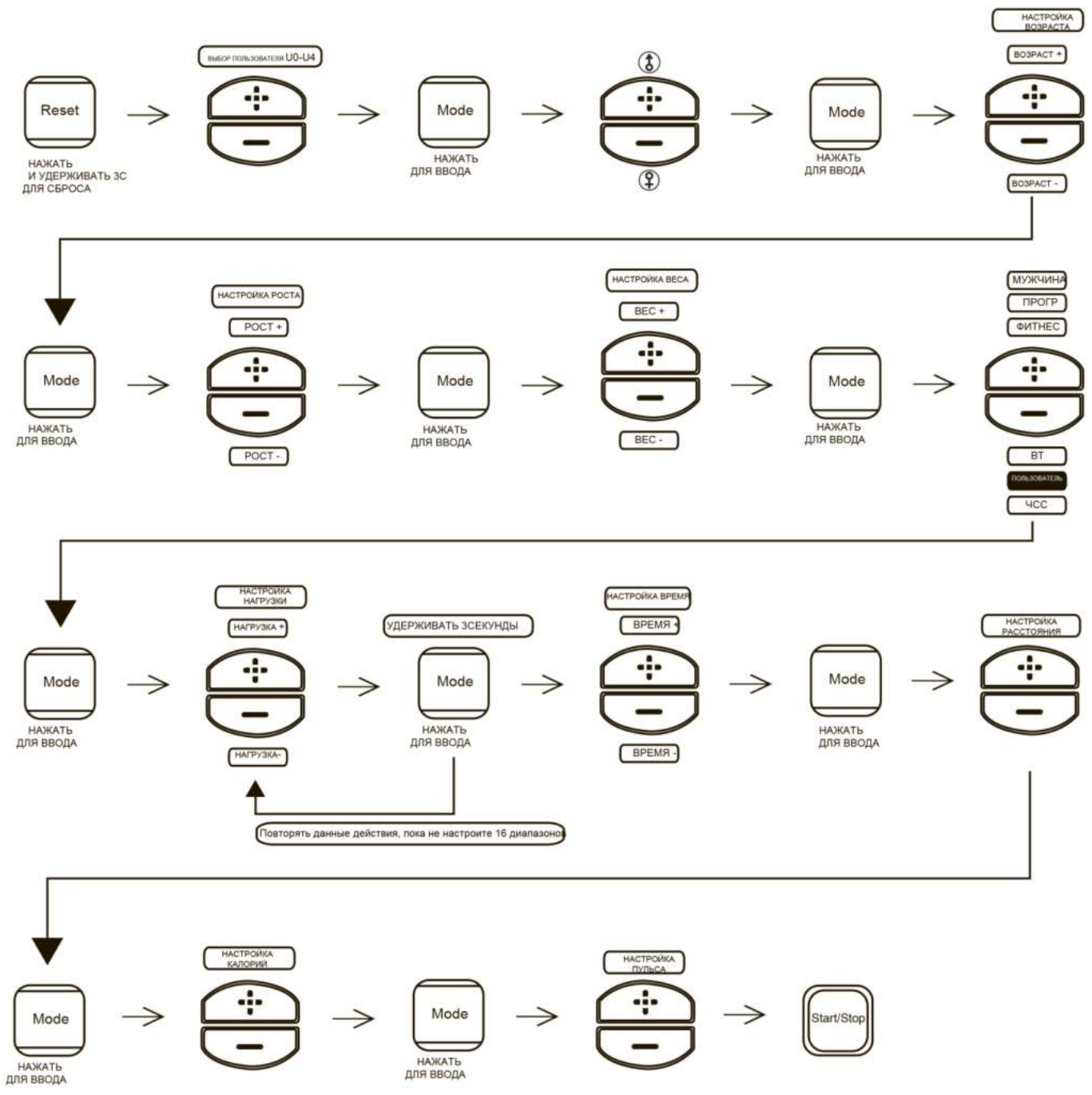
(РИСУНОК 35)



(РИСУНОК 36)



(РИСУНОК 37)



## HRC (ЧСС)

- (1) Нажать и удерживать Reset 3 секунды, выбрать Пользователя и настроить его данные; или просто нажать кнопку Reset для возврата в основное меню.
- (2) Выбрать режим HRC (ЧСС) кнопками +/- , и нажать Mode для подтверждения. (РИСУНОК 38)
- (3) Выбрать любое значение пульса 55% / 75% / 90% или Целевое значение кнопками +/- . (РИСУНОК 39~42). Значение пульса будет зависеть от настроек возраста.
- (4) Если выбрать Target (Целевое значение), есть возможность установить значение при помощи кнопок +/- .
- (5) Настроить TIME (ВРЕМЯ), DISTANCE (РАССТОЯНИЕ), CALORIES (КАЛОРИИ), и PULSE (целевой ПУЛЬС). (РИСУНОК 43~45)
- (6) Нажать Start для начала тренировки. Уровень нагрузки можно корректировать в соответствие с текущим уровнем ЧСС.
- (7) Нажать Stop для паузы. Нажать Reset для возврата в основное меню или удерживать в течение 3 секунд для перехода в режим ожидания.



(РИСУНОК 38)



(РИСУНОК 39)



(РИСУНОК 40)



(РИСУНОК 41)



(РИСУНОК 42)



(РИСУНОК 43)

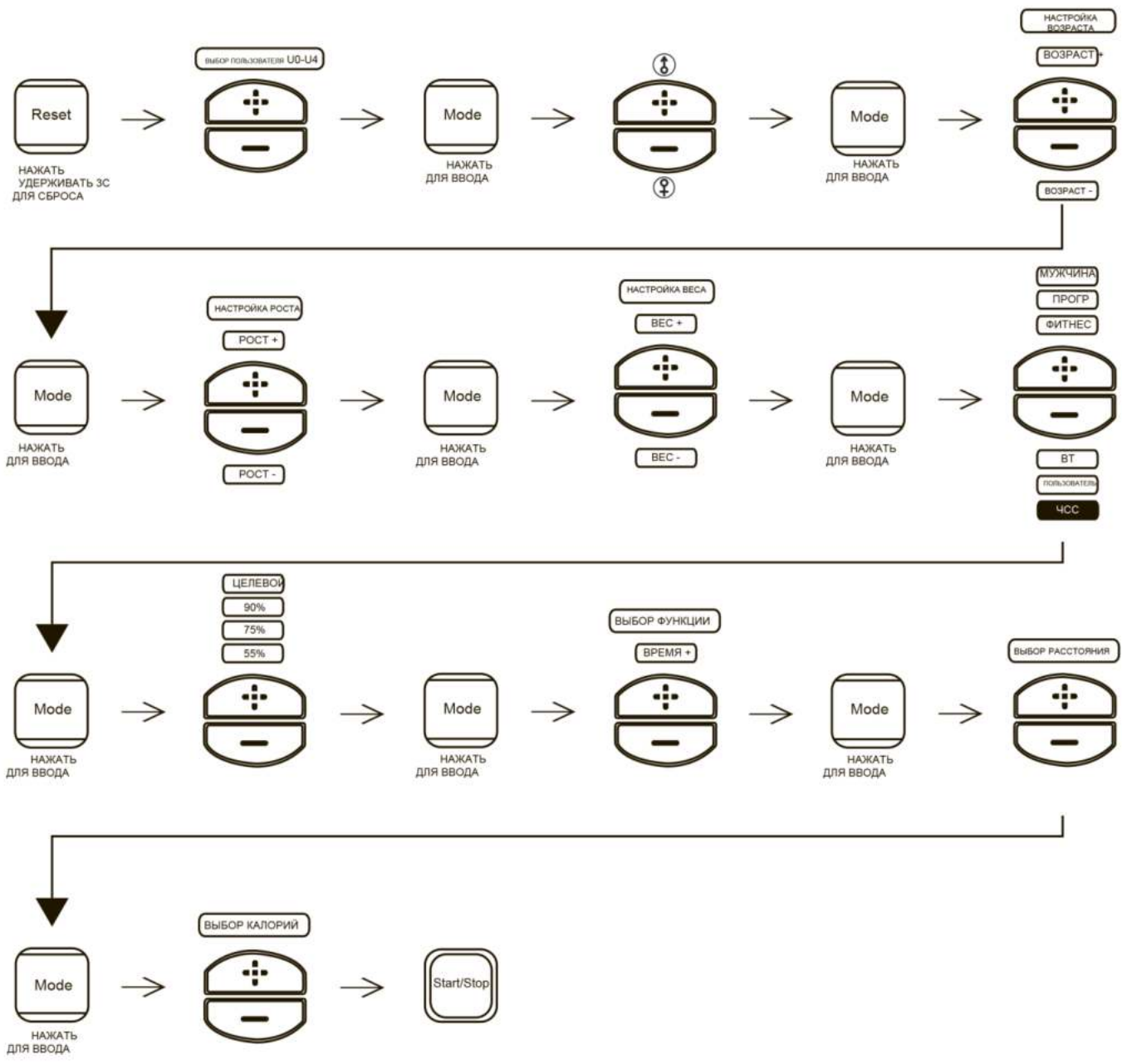


(РИСУНОК 44)



(РИСУНОК 45)





## RECOVERY (ВОССТАНОВЛЕНИЕ)

После некоторого времени выполнения упражнений, продолжая удерживать рукоятки, нажать кнопку "RECOVERY". Все функции на экране остановятся, кроме "TIME", которое начнет отсчет от 00:60 до 00:00. На экране отобразится информация о восстановительном статусе пульса пользователя в виде F1, F2...to F6. F1 - это наилучший вариант, F6 - наихудший вариант. Пользователь может продолжить выполнение упражнений для того, чтобы улучшить восстановительный статус сердечного ритма. (Нажать кнопку RECOVERY снова для возврата к основному экрану.)

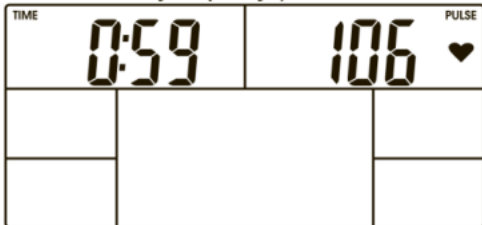


РИСУНОК 46)



(РИСУНОК 47)

### ПРИМЕЧАНИЕ:

Если информация о сердечном ритме не определяется или отображается с перерывами, на экране появится сообщение "Er"(ошибка). (РИСУНОК 48)



(РИСУНОК 48)