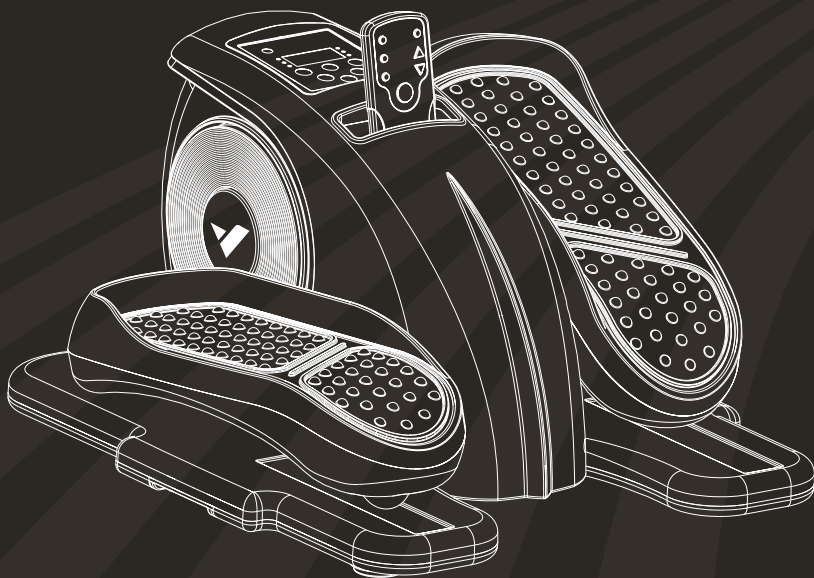


Керівництво користувача

ЕЛЕКТРИЧНИЙ ЕЛІПТИЧНИЙ ТРЕНАЖЕР MERACH
Модель: MR-E34



Questions or Concerns?

ВАЖЛИВО!

Будь ласка, ознайомтеся з усіма подробицями перед використанням і збережіть цей посібник користувача для подальшого використання.

БУДЬ ЛАСКА, ЗВ'ЯЖІТЬСЯ З НАМИ ПЕРЕД ПОВЕРНЕННЯМ: support.eu@merach.com



ХТО МИ ТАКІ

Наші клієнти не просто важливі; їхнє здоров'я, фізична форма та чисте задоволення від життя лежать в основі всього, що ми робимо в MERACH. Починаючи з інноваційних досліджень фітнесу та розробки передових продуктів, закінчуючи нашими винятковими закупівлями та післяпродажним обслуговуванням, ми є постійним партнером наших клієнтів у створенні кращого майбутнього фітнесу.

Завдяки якісному обладнанню для спалювання жиру та нарощування м'язів, такому як наші якісні гребні тренажери та велотренажери, а також нашому інноваційному додатку MERACH та цифровим курсам, ми надаємо всім можливість та підтримку у досягненні своїх цілей у галузі здоров'я та фітнесу та відкриваємо для себе новий спосіб здорового способу життя.

Ласкаво просимо до MERACH

ІНСТРУКЦІЯ З ТЕХНІКИ БЕЗПЕКИ

Будь ласка, збережіть це керівництво для подальшого використання.

• Проконсультуйтеся зі своїм лікарем:

Проконсультуйтеся зі своїм лікарем, щоб визначити будь-які проблеми зі здоров'ям, які можуть загрожувати вашій безпеці або перешкоджати правильному використанню обладнання. Консультація лікаря має вирішальне значення, якщо ви приймаєте ліки, які впливають на частоту серцевих скорочень, артеріальний тиск або рівень холестерину.

• Слідкуйте за сигналами тіла:

Завжди звертайте увагу на сигнали свого тіла. Неправильне використання машини може негативно позначитися на вашому здоров'ї. Якщо ви відчуваєте будь-які симптоми (головний біль, біль у грудях, нерегулярне серцебиття, задишка, запаморочення або дискомфорт), негайно припиніть заняття та проконсультуйтеся з лікарем, перш ніж відновити.

• Стійка поверхня:

Використовуйте машину на стійкій, рівній поверхні, з захисним шаром на підлозі або килимом для запобігання пошкоджень.

• Перевірте несправні деталі:

Негайно припиніть використання та експлуатацію, якщо ви помітили будь-які несправні деталі або почули сторонні звуки. Відновіть використання лише після вирішення всіх проблем.

• Попередження про медичний пристрій:

Дане обладнання не призначене для терапевтичного застосування і не повинно використовуватися з іншими медичними електронними пристроями, такими як кардіостимулятори або апарати для проведення ЕКГ.

• Переривання подачі електроенергії:

Припиніть використання пристрою, якщо під час роботи відбудеться відключення електроенергії, щоб уникнути травм при раптовому відновленні подачі електроенергії.

• Сторонній предмет:

Не вставляйте і не кидайте в пристрій сторонні предмети.

• Працювати мокрими руками:

Не користуйтеся машиною мокрими руками.

• Уникайте контакту з рідиною:

Тримайте воду та інші рідини подалі від перемикача управління.

• Уникайте вологого та запиленого середовища:

Не використовуйте у вологих або запилених приміщеннях, таких як ванні кімнати.

ІНСТРУКЦІЯ З ТЕХНІКИ БЕЗПЕКИ

ВАЖЛИВІ ВКАЗІВКИ З ТЕХНІКИ БЕЗПЕКИ

При використанні електроприладу завжди слід дотримуватися основних запобіжних заходів, в тому числі наступні: перед використанням (даного приладу) прочитайте всі інструкції.

- **НЕБЕЗПЕКА** - Для зниження ризику ураження електричним струмом:
 - Завжди відключайте прилад від електричної розетки відразу після використання і перед чищенням.
- **ПОПЕРЕДЖЕННЯ** - Для зниження ризику опіків, пожежі, ураження електричним струмом або травмування людей:• Ні в якому разі не можна залишати включений в мережу електроприлад без нагляду. Вийміть вилку з розетки коли вона не використовується, а також перед надяганням або зняттям деталей.
 - Не працюйте під ковдрою або подушкою. Це може призвести до надмірного нагрівання і викликати пожежу, ураження електричним струмом або тілесні ушкодження людей.
 - При використанні даного приладу дітьми, інвалідами або поруч з ними необхідно уважно стежити за їх роботою.
 - Використовуйте даний прилад тільки за призначенням, як описано в цьому посібнику. Не використовуйте насадки, не рекомендовані виробником.
 - Ніколи не вмикайте цей прилад, якщо у нього пошкоджений шнур або вилка, якщо він не працює належним чином, якщо він був скинутий, пошкоджений або потрапив у воду. Поверніть прилад в сервісний центр для огляду і ремонту.
 - Не носіть прилад за шнур живлення і не використовуйте шнур в якості ручки.
 - Тримайте шнур живлення подалі від нагрітих поверхонь. Не кладіть шнур живлення під пристрій або будь-які важкі предмети.
 - Ніколи не використовуйте прилад із закритими вентиляційними отворами. Зберігайте вентиляційні отвори без ворсу, волосся і тому подібного.
 - Ніколи не кидайте і не вставляйте будь-які предмети в будь-які отвори.
 - Не використовуйте на відкритому повітрі.
 - Не працюйте там, де використовуються аерозольні (розпилювальні) продукти або де вводиться кисень.
 - Для відключення поверніть всі регулятори в положення Вискл., потім вийміть вилку з розетки.

Примітка:

1. Вагітним жінкам слід уникати його вживання.
2. Припиніть використання в періоди підвищеного кров'яного тиску, серцевих нападів і т. д.
3. Рекомендований час використання - 15 хвилин на сеанс, уникайте тривалого використання.

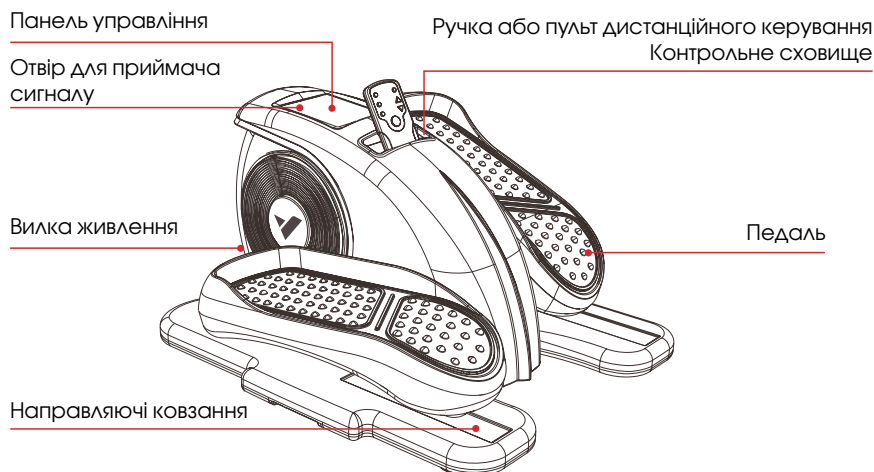


ПОПЕРЕДЖЕННЯ

НЕ ВИКОРИСТОВУЙТЕ В ПОЛОЖЕННІ СТОЯЧИ. ВИКОРИСТОВУЙТЕ ТІЛЬКИ В ПОЛОЖЕННІ СИДЯЧИ.

СТОЯННЯ НА ПРИСТРОЇ МОЖЕ ПРИЗВЕСТИ ДО СЕРЬОЗНИХ ТРАВМ.

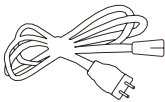
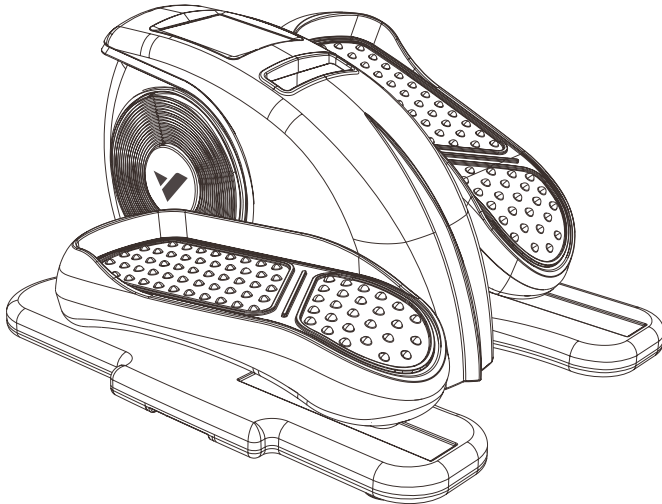
ТЕХНІЧНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРОДУКТУ



Назва товару	Електричний еліптичний тренажер MERACH
Модель	MR-E34
Розмір товару	445*392*247 мм/17.5*15.4*9.7 дюйм
Вага нетто	6,3 кг / 13,9 фунтів
Час автоматичного вимкнення	15 хвилин
Уведення	100-240 В~50/60 Гц
Номінальна потужність	60 Вт

ПАКУВАЛЬНИЙ ЛИСТ

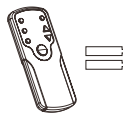
Еліптичний тренажер x1



Шнур живлення x1



Ремінці для ніг x2



Батарейки типу
AAA x2
Пульт дистанційного
керування x1



Керівництво
користувача x1

ІНСТРУКЦІЇ ЩОДО ВИКОРИСТАННЯ

• Інструкції на панелі управління:

НАПРЯМОК: Натисніть цю кнопку, щоб перемістити педалі вперед або назад.

Примітка: Напрямок натискання педалі не може бути змінено в АВТОМАТИЧНИЙ РЕЖИМ.

РЕЖИМ

(1) Переключіть режими роботи з РУЧНОГО на Автоматичний.

(2) Відрегулюйте рівень в автоматичному режимі (P1-P12).

ФУНКЦІЯ: Перемикає дисплей в наступній послідовності: час, відстань, швидкість, лічильник калорій.

+/-: Відрегулюйте рівень швидкості машини в РУЧНИЙ РЕЖИМ (01-12).

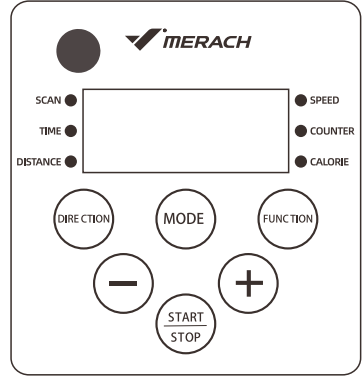
Примітка: Рівні швидкості не можуть бути змінені в автоматичному режимі.

ЗАПУСК / ЗУПИНКА:

(1) Після ввімкнення живлення натисніть цю кнопку, щоб активувати екран і запустити пристрій.

(2) Під час тренування натисніть цю кнопку, щоб призупинити роботу тренажера.

(3) Натисніть цю кнопку протягом 2 секунд, щоб вимкнути апарат.



Інструкції по роботі дисплея:

СКАН:

Натисніть кнопку «FUNCTION», щоб переключитися на «SCAN», що призведе до циклічного відображення: ЧАС, ВІДСТАНЬ, ШВИДКІСТЬ, ЛІЧИЛЬНИК, КАЛОРІЇ.

ЧАС:

(1) Від початку до кінця вправи минув час.

(2) Натискайте кнопку «функція», доки не загориться індикатор «час», щоб відобразити фактичний час тренування.

ВІДСТАНЬ:

Виміряйте пройдену відстань (метр) від початку руху до його зупинки.

ШВИДКІСТЬ:

Відображає поточну швидкість (01-12).

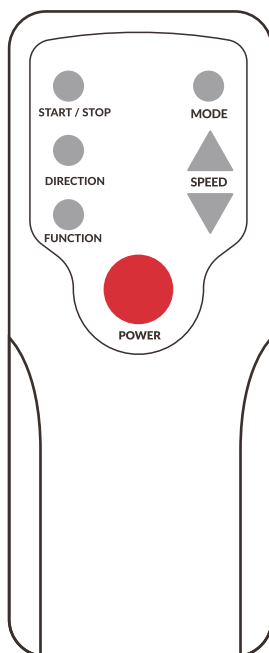
ЛІЧИЛЬНИК:

Показує поточний цикл вправ.

КАЛОРІЙНІСТЬ:

Показує поточний цикл вправ.

ІНСТРУКЦІЇ ЩОДО ВИКОРИСТАННЯ



• Інструкції з дистанційного керування:

ЖИВЛЕННЯ: Включення / вимикання живлення.

ФУНКЦІЯ: Перемикає дисплей в наступній послідовності: час, відстань, швидкість, лічильник калорій.

НАПРЯМОК: Обертайте педалі вперед або назад.

Примітка: Напрямок обертання педалі не можна змінити в автоматичному режимі.

ШВИДКІСТЬ: Відрегулюйте рівень швидкості в ручному режимі (01-12).

Примітка: Рівні швидкості не можуть бути змінені в автоматичному режимі.

РЕЖИМ

(1) Переключіть режими роботи з РУЧНОГО на Автоматичний.

(2) Відрегулюйте рівень в автоматичному режимі (P1-P12).

ЗАПУСК / ЗУПИНКА:

(1) Після ввімкнення живлення натисніть цю кнопку, щоб активувати екран і запустити пристрій.

(2) Під час тренування натисніть цю кнопку, щоб призупинити роботу тренажера.

ІНСТРУКЦІЇ ЩОДО ВИКОРИСТАННЯ

• Режими роботи:

Автоматичний РЕЖИМ-12 попередньо заплунених програм

Нижче наведено детальна Інформація про 12 попередньо встановлених рівнях автоматичного режиму:

Автоматичний РЕЖИМ (P1-P12)																		
P1-P12		ЧАС (хв)																
	Швидкість	1 м	1м-2м	2м-3м	3м-4 м	4м-5м	5м-6 м	6м-7 м	7м-8м	8м-9м	9м-10м	10м-11м	11м-12м	12м-13м	13м-14м	14м-15м		
P1	Швидкість	1	3	6	9	12	12	12	2	12	12	9	6	3	2	1		
	Напрямок напискання педалі	Перед	Перед	Перед	Нозда	Нозда	Нозда	Перед	Перед	Перед	Нозда	Нозда	Нозда	Перед	Перед	Перед		
P2	Швидкість	1	2	3	4	5	6	7	8	6	5	4	3	2	2	1		
	Напрямок напискання педалі	Перед	Перед	Перед	Нозда	Нозда	Нозда	Нозда	Нозда	Нозда	Нозда	Нозда	Нозда	Перед	Перед	Перед		
P3	Швидкість	1	2	3	4	5	4	5	4	5	4	3	2	1	2	1		
	Напрямок напискання педалі	Перед	Перед	Перед	Нозда	Нозда	Нозда	Перед	Перед	Перед	Нозда	Нозда	Нозда	Перед	Перед	Перед		
P4	Швидкість	1	2	3	2	1	2	3	2	1	2	3	2	1	2	1		
	Напрямок напискання педалі	Перед	Перед	Перед	Перед	Перед	Перед	Перед	Перед	Перед	Нозда	Нозда	Нозда	Перед	Перед	Перед		
P5	Швидкість	1	2	3	4	3	2	1	2	3	4	3	2	1	2	1		
	Напрямок напискання педалі	Перед	Перед	Перед	Нозда	Нозда	Нозда	Перед	Перед	Перед	Нозда	Нозда	Нозда	Перед	Перед	Перед		
P6	Швидкість	1	2	3	4	5	4	5	4	5	4	3	2	1	2	1		
	Напрямок напискання педалі	Перед	Перед	Перед	Нозда	Нозда	Нозда	Перед	Перед	Перед	Нозда	Нозда	Нозда	Перед	Перед	Перед		
P7	Швидкість	1	2	3	4	5	6	6	6	6	5	4	3	2	2	1		
	Напрямок напискання педалі	Перед	Перед	Перед	Нозда	Нозда	Нозда	Перед	Перед	Перед	Нозда	Нозда	Нозда	Перед	Перед	Перед		
P8	Швидкість	1	2	3	4	5	6	7	7	6	5	4	3	2	2	1		
	Напрямок напискання педалі	Перед	Перед	Перед	Нозда	Нозда	Нозда	Перед	Перед	Перед	Нозда	Нозда	Нозда	Перед	Перед	Перед		
P9	Швидкість	1	2	3	4	5	6	7	8	6	5	4	3	2	2	1		
	Напрямок напискання педалі	Перед	Перед	Перед	Нозда	Нозда	Нозда	Перед	Перед	Перед	Нозда	Нозда	Нозда	Перед	Перед	Перед		
P10	Швидкість	1	3	5	7	9	9	9	9	9	9	7	5	3	2	1		
	Напрямок напискання педалі	Перед	Перед	Перед	Нозда	Нозда	Нозда	Перед	Перед	Перед	Нозда	Нозда	Нозда	Перед	Перед	Перед		
P11	Швидкість	1	3	6	9	10	10	10	10	10	10	9	6	3	2	1		
	Напрямок напискання педалі	Перед	Перед	Перед	Нозда	Нозда	Нозда	Перед	Перед	Перед	Нозда	Нозда	Нозда	Перед	Перед	Перед		
P12	Швидкість	1	3	6	9	12	12	12	12	12	12	9	6	3	2	1		
	Напрямок напискання педалі	Перед	Перед	Перед	Нозда	Нозда	Нозда	Перед	Перед	Перед	Нозда	Нозда	Нозда	Перед	Перед	Перед		

Примітка: Апарат припинить роботу після завершення кожного заданого рівня автоматичного режиму (15 хвилин).

РУЧНИЙ РЕЖИМ - 12 рівнів швидкості

Нижче наведено детальну інформацію про 12 рівнів швидкості в ручному режимі:

РІВЕНЬ РУЧНОГО РЕЖИМУ (01-12)												
Рівень	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Швидкість	42 об / хв	47 об / хв	52 об / хв	58 об / хв	62 об / хв	67 об / хв	72 об / хв	77 об / хв	77 об / хв	82 об / хв	92 об / хв	95 об / хв

ІНСТРУКЦІЇ ЩОДО ВИКОРИСТАННЯ

• Короткий посібник з використання еліптичного верстата

Операція:

A. Вставте шнур живлення в розетку.

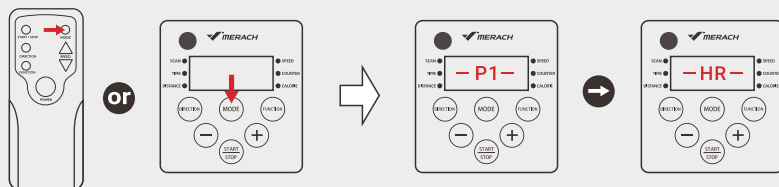
B. Натисніть кнопку «ПУСК / СТОП» на панелі керування або кнопку «живлення» на пульті дистанційного керування для ввімкнення машини.

C. За замовчуванням використовується ручний РЕЖИМ запуску пристрою. Натисніть кнопку «СТАРТ / СТОП» на використовуйте дисплей або пульт дистанційного керування для запуску.

D. Режим перемикавання:

1. Увійдіть в автоматичний РЕЖИМ: натисніть кнопку « режим «на пульті дистанційного керування або кнопку» режим « на пульті дистанційного керування на панелі управління.

2. Увійдіть в ручний РЕЖИМ: натисніть кнопку « режим «на пульті дистанційного керування або кнопку» режим « на пульті дистанційного керування на панелі управління до тих пір, поки на екрані не з'явиться напис «HR».



АВТОРЕЖИМ(P1-P12): РУЧНИЙ РЕЖИМ (01-12):

E. Відрегулюйте рівень:

Автоматичний РЕЖИМ (P1-P12): Натисніть кнопку « режим «на пульті дистанційного керування або кнопку» режим « на пульті дистанційного керування на панелі управління.

Примітка: * Рівні швидкості не можна регулювати в **АВТОМАТИЧНИЙ РЕЖИМ**, можна регулювати тільки рівні в вибраному автоматичному (P1-P12) режимі.

РУЧНИЙ РЕЖИМ (01-12): Натисніть кнопку «швидкість» на пульті дистанційного керування або кнопки «+/-» на панелі управління.

F. Переключіть напрямок педалі: натисніть кнопку «напрямок» на пульті дистанційного керування або пульті управління панелі.

Примітка: * Напрямок обертання педалі не можна змінити в **автоматичний режим**, оскільки автоматичний режим є попередньо встановлена програма.

G. Вимкніть пристрій: утримуйте кнопку «ПУСК/СТОП» протягом 2 секунд або натисніть кнопку «живлення» на пульті дистанційного керування, щоб вимкнути екран.

H. Від'єднайте шнур живлення від розетки.

УСУНЕННЯ НЕСПРАВНОСТЕЙ

Якщо у вас виникнуть проблеми при використанні даного продукту, будь ласка, ознайомтеся з наступними запропонованими рішеннями:

Питання:	Можливі причини:	Рішення:
Машина не включається	1. Не підключений до мережі. 2. Неправильно вставлений шнур живлення. 3. Пошкоджений шнур живлення.	Перевірте стан шнура живлення.
Продукт раптово перестає працювати	1. Збій живлення. 2. Автоматичне вимкнення через 15 хвилини. 3. Безперервне використання призводить до захисту двигуна від перегріву. 4. Перевищення максимальної вантажопідйомності або використання машини в стоячому положенні призводить до спрацювання захисної системи.	1. Перевірте стан шнура живлення. 2. Перезавантажте комп'ютер. 3. Дайте виробу охолонути перед повторним включенням. 4. Не перевищуйте максимальну місткість виробу по вазі і не стійте на машині.



The best home gym starts here

Connect with us

**Verbinden Sie
sich mit uns**

Restez connecté

**Conecte con
nosotros en**

Seguici su



/merachfit



/MerachUK

/MerachGermany

/MerachFrance

/MerachSpain

/MerachItaly



/merach

Phone Support: 1-(877) 3563730 8am-5pm PST (US/CA)

Customer Service: support.eu@merach.com

Official Website: merachfit.com