

## **РУКОВОДСТВО ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ.**

### **Условия продажи**

#### **Как распаковывать**

"Ariete" ..... 4

**Компоненты**..... 5

**Как устанавливать "Ariete"** ..... 7

**Установка системы регулировки высоты (факультативно)**..... 10

**Меры предосторожности и инструкции по корректному использованию**..... 12

- **Условия продажи**
- **Высота установки**
- **как братья за ручки**

**Регулировки**.....14

- **Регулировка ширины плечевых деталей**
- **Регулировка высоты**
- **дополнительные регулировки**
- **Регулировка сопротивляемости**

**Уход**.....17

- **Смазка**
- **контроль ослабленных винтов**
- **Замена эластичных шнуров**
- **Замена шнуров**
- **Инструменты и полезные продукты**



## УСЛОВИЯ ПРОДАЖИ



**Покупая "Ariete", покупатель признаёт следующие условия:**

- **"Ariete" спроектирован для обеспечения частичной защиты от повреждений, вызванных его подвижными частями во время его эксплуатации.**
- **Этот инструмент предназначен для укрепления мышц. Некорректное использование "Ariete" и вмешательство в его части в процессе эксплуатации или некорректная установка могут нанести ущерб людям или имуществу.**

**Движущиеся части прибора должны находиться вне зоны нахождения детей.**

**использование прибора детьми должно обязательно происходить под присмотром взрослых.**

- **При пользовании этим прибором применяйте здравый смысл.**
- **Производитель не несет ответственности ни за какой ущерб, причиненный в результате использования или злоупотребления "Ariete". В целях сохранения инструмента в хороших условиях для безопасной работы пользователь несет полную ответственность за использование в соответствии с инструкциями производителя.**
- **Никакая дополнительная гарантия производителем не гарантируется.**
- **Пользователи должны быть осведомлены о наличии постоянных магнитов в машине.**
- **Пользователи должны быть осведомлены о настоящих условиях.**

**(\*) Компоненты с заводскими дефектами будут заменены бесплатно за исключением доставки. На части, повреждённые в результате злоупотребления или естественного износа, гарантия не распространяется. Гарантийный срок составляет один год с даты продажи.**



## **Как распаковывать "Ariete"**

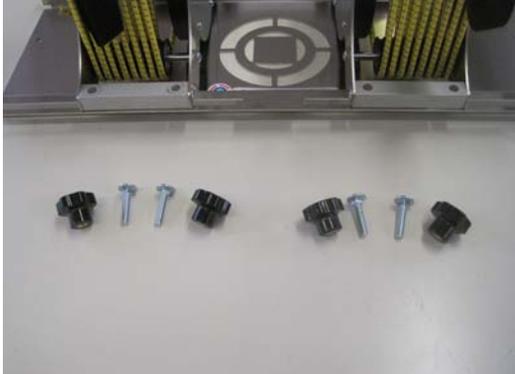
**Для распаковки "Ariete" без нанесения ущерба выполните следующие операции:**

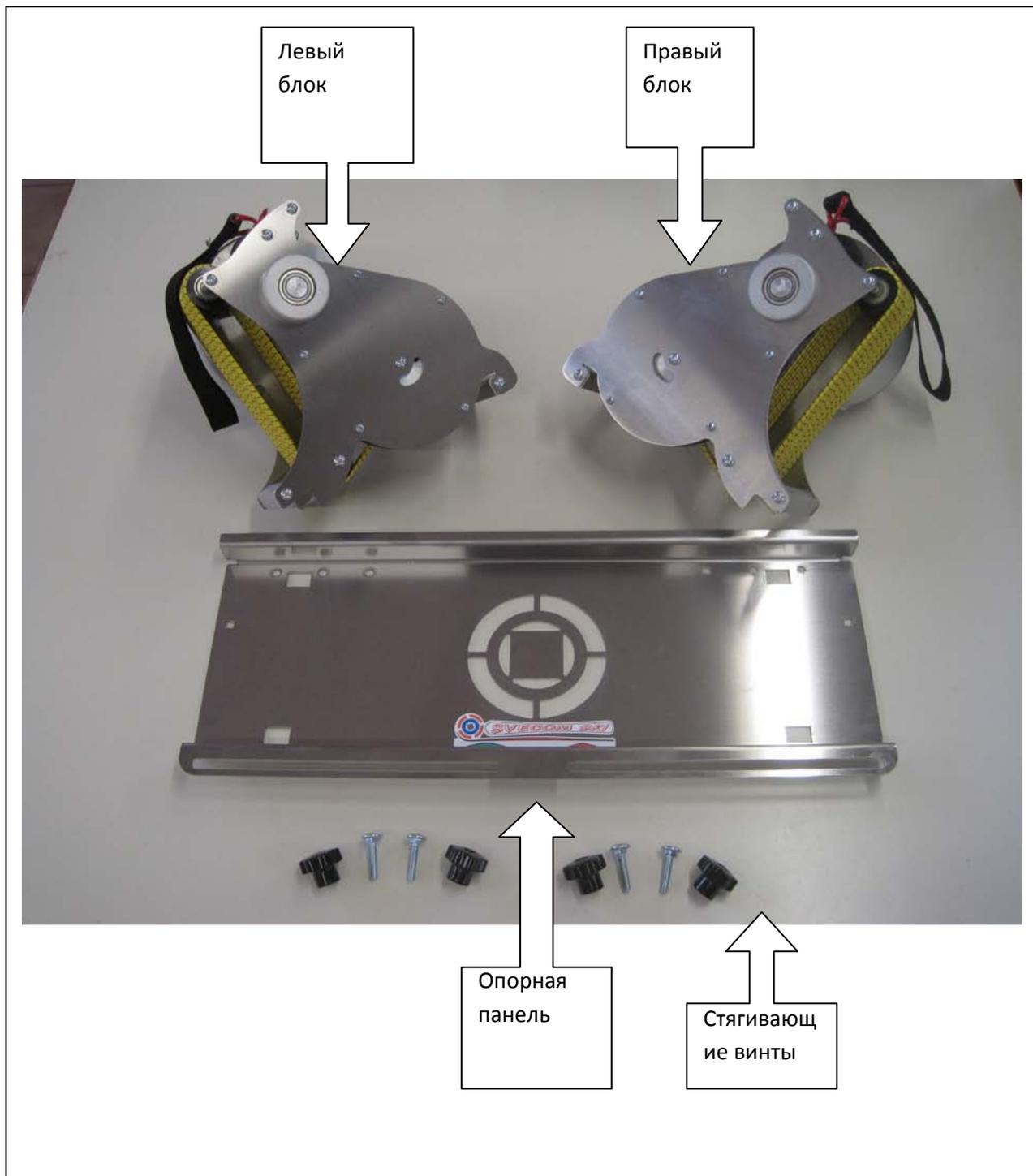
	<p><b>1- Поместите коробку на плоскую поверхность со стрелкой, направленной кверху.</b></p>
	<p><b>2- Выньте сумку с "Ariete" из коробки.</b></p>
	<p><b>3- Выньте "Ariete" из сумки.</b></p>

## **Компоненты**

**После того как "Ariete" вынут из упаковки, рассмотрим его компоненты. Это позволит его простую установку, эксплуатацию и уход.**

**Для разборки "Ariete" выполните следующие операции:**

	<p><b>1- Поместите "Ariete" на рабочую поверхность на удобной высоте.</b></p>
	<p><b>2- Ослабьте ручки и выньте винты.</b></p>
	<p><b>3- Выньте, поднимая "Ariete", из опорной панели. Если он не будет легко выниматься, не форсируйте, но выявите причину блокирования.</b></p> <p><b>Повторите эту процедуру для другой стороны.</b></p>



**Эти компоненты отправляются вместе с "Ariete".**

**Другие комплектующие, такие как комплект регулировки высоты или запасной комплект винтов, не входят в комплект поставки, о могут быть запрошены у производителя.**

## **Установка**

**Установка "Ariete" требует тех же навыков, которые требуются для ухода за домом.**

**Установка "Ariete" зависит от типа поверхности, на которой вы хотите укрепить опорную панель: цементные стены, деревянные стены, спинные снаряды в тренажёрных залах и т.п.**



**ВНИМАНИЕ!**

**В любом случае, "Ariete" должен быть прочно прикреплен к своей опорной поверхности. Если установлен корректно, не должно быть никаких проблем при выдерживании веса пользователя.**

**Безопасная установка требует соответствующих элементов крепёжных элементов (рис.1): металлические или пластмассовые расширяющиеся винты, шурупы и т.п.**

**Крепёжные отверстия должны соответствовать предварительно просверлённым отверстиям на опорной панели. (рис.2)**

**Для использования быстрого крюка (рис.3) используйте винты М6 для его крепления. Убедитесь в том, чтобы винты были жёстко привинчены к опорной панели.**



**Рис.1**



**Рис.2**



**Рис.3**



**Перед использованием "Ariete" убедитесь в том, что все последующие операции будут выполнены корректно.**

**После крепления панели к стене можно заново установить плечевые детали, как описывается далее:**



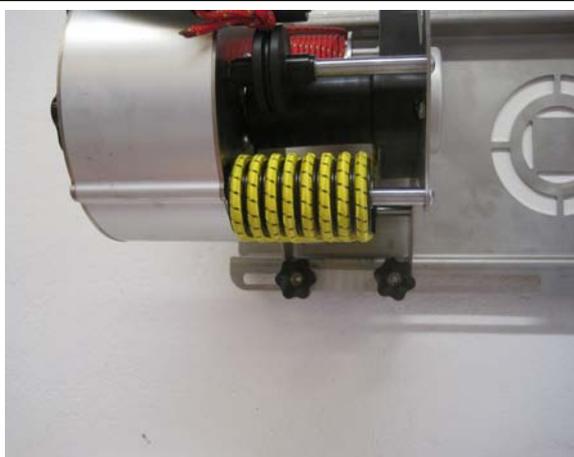
**1- Поднимите сторону блока и подвиньте его к более высокой верхней части опорной панели.**



**2- Вставьте сторону блока в верхнюю часть таким образом, чтобы он мог легко перемещаться по опорной панели.**



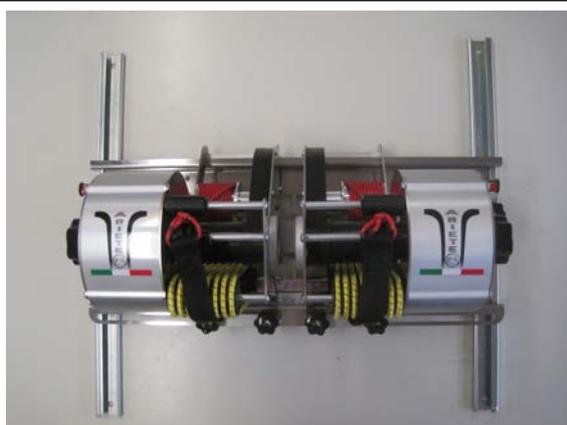
4- **Теперь, когда верхняя часть закреплена в опоре, затяните винты, держа одну руку на задней части.**



5- **Держа одну руку на винте, привинтите ручки.**  
**Повторите те же операции для другой стороны.**

### **Установка с регулятором высоты (факультативно)**

**Регулятор высоты позволяет корректное пользование "Ariete" для спортсменов различного роста. Этот компонент состоит из двух рельсов, которые будут крепиться к стене. Эти рельсы позволяют "Ariete" перемещаться вверх или вниз и расположить его на соответствующей высоте.**

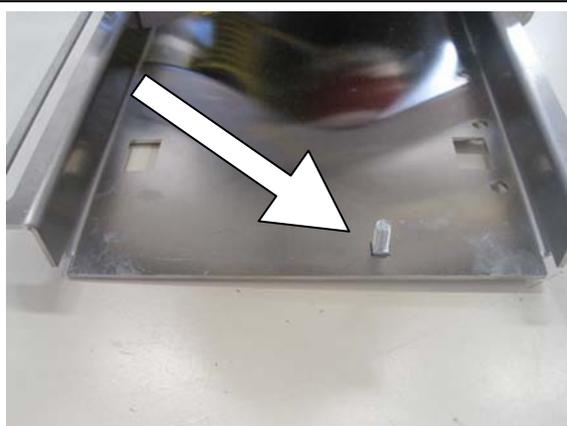


**1- Оба рельса могут быть установлены параллельно друг с другом на плоской поверхности.**

**Опорную панель используйте в качестве прокладки.**



**Убедитесь в том, чтобы оба рельса были прикреплены к опорной панели соответствующими винтами.**



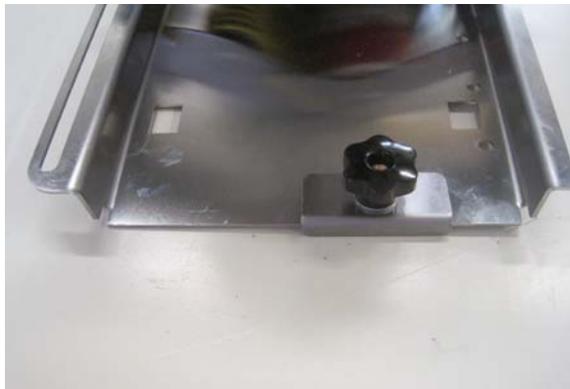
**2- прикрепите винты к опорной панели...**



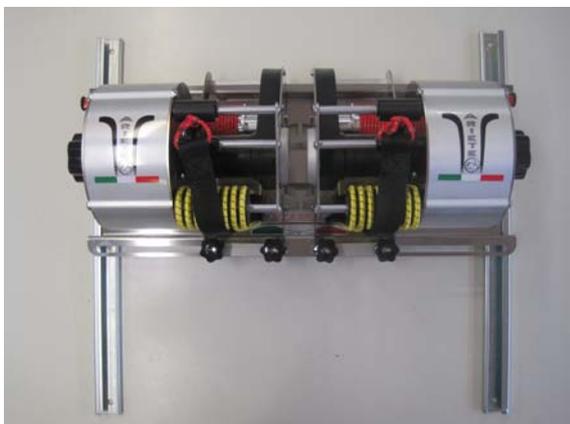
3- **Укрепите два угловых профиля....**



4- **Установите две шайбы....**



5- **установите две ручки.**



6- **Установите прибор, как указано в разделе установки.**



**Учитывая, что вес "Ariete" составляет примерно 10 кг, следовательно, регулировка высоты должна выполняться взрослым человеком.**

## **Инструкции по корректной эксплуатации**

### **Условия продажи**

- "Ariete" спроектирован для обеспечения частичной защиты от повреждений, вызванных его подвижными частями во время его эксплуатации.
- Некорректное использование "Ariete" и вмешательство в его части в процессе эксплуатации или некорректная установка могут нанести ущерб людям или имуществу.

**Движущиеся части прибора должны находиться вне зоны нахождения детей.**

**использование прибора детьми должно обязательно происходить под присмотром взрослых.**

- При пользовании этим прибором применяйте здравый смысл.
- Производитель не несет ответственности ни за какой ущерб, причиненный в результате использования или злоупотребления "Ariete". В целях сохранения инструмента в хороших условиях для безопасной работы пользователь несет полную ответственность за использование в соответствии с инструкциями производителя.
- Никакая дополнительная гарантия производителем не гарантируется.
- Пользователи должны быть осведомлены о наличии постоянных магнитов в машине.
- Пользователи должны быть осведомлены о настоящих условиях.

### **Высота установки**

**Высота установки регулируется на усмотрение спортсмена (или тренера) и зависит от того, как прибор будет использоваться: сидя или стоя. Рекомендуется устанавливать "Ariete" в корректном положении для имитации движений конкретного вида спорта. Для лыжных гонок или лыжероллеров высота оси маховичка должны быть на одном уровне.**

**Следующие советы могут быть полезны для определения высоты:**

- **Высота и расстояние от спортсмена могут изменять распределение хода и соотношение между вертикальной и горизонтальной силами.**

## **Как браться за ручки**



1- **Поверните ручку...**



2- .... до тех пор, ока кольцо не будет расположено таким образом



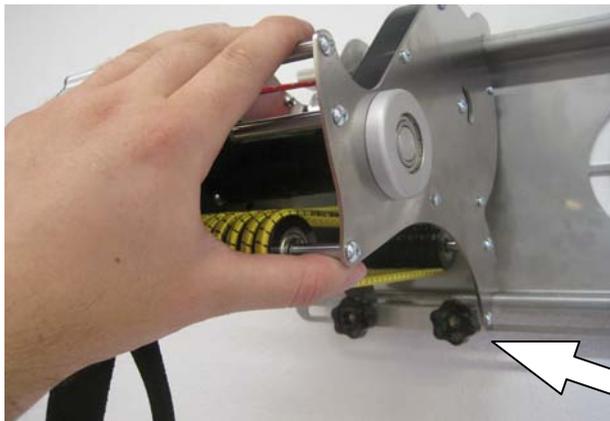
3- **Вставьте руки в кольцо. Кольцо не должно быть перекручено.**

## **Регулировки**

### **Ширина плечевых деталей.**

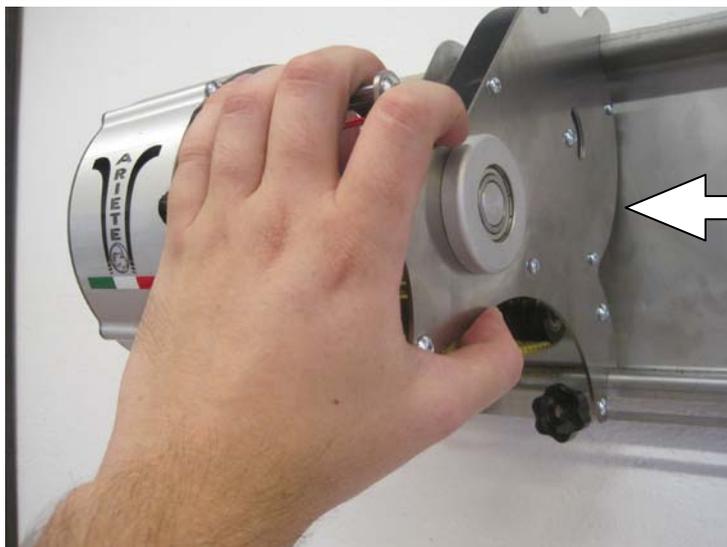
**Длина плечевых деталей "Ariete" может регулироваться в различных положениях, что позволяет работать руке в параллельном положении.**

**плечевые детали можно регулировать даже в различных положениях с целью тренировки различных групп мышц.**



**1- отвинтите крепёжные ручки и переместите блок во внешнюю или во внутреннюю сторону по отношению к центру.**

**Обычно оба блока находятся на одинаковом расстоянии от центра.**



**2- Закрепите заново ручки в желаемом положении.**

### **Дополнительные регулировки**

**Использование более толстого эластичного шнура увеличивает сопротивляемость и требует приложения большей силы, в частности, в конце хода.**

**Наоборот, с помощью более тонкого эластичного шнура сопротивляемость уменьшается. Это позволяет спортсмену сконцентрировать усилия в начале хода резинки.**

### **Регулировка интенсивности усилия**

**Для регулировки интенсивности усилия выполните следующие операции:**



**1- Регулировка происходит вращением указанной ручки, когда "Ariete" установлен на опоре.**

**Для увеличения силы поверните ручку против часовой стрелки и индикатор изменит положение.**



2- **когда индикатор находится в положении 1, он указывает**



3- **Поворотом ручки против часовой стрелки изменится интенсивность и индикатор постепенно изменит своё положение**



**Старайтесь не напрягаться сверх уровней, указанных в индикаторе.**

## **Уход**

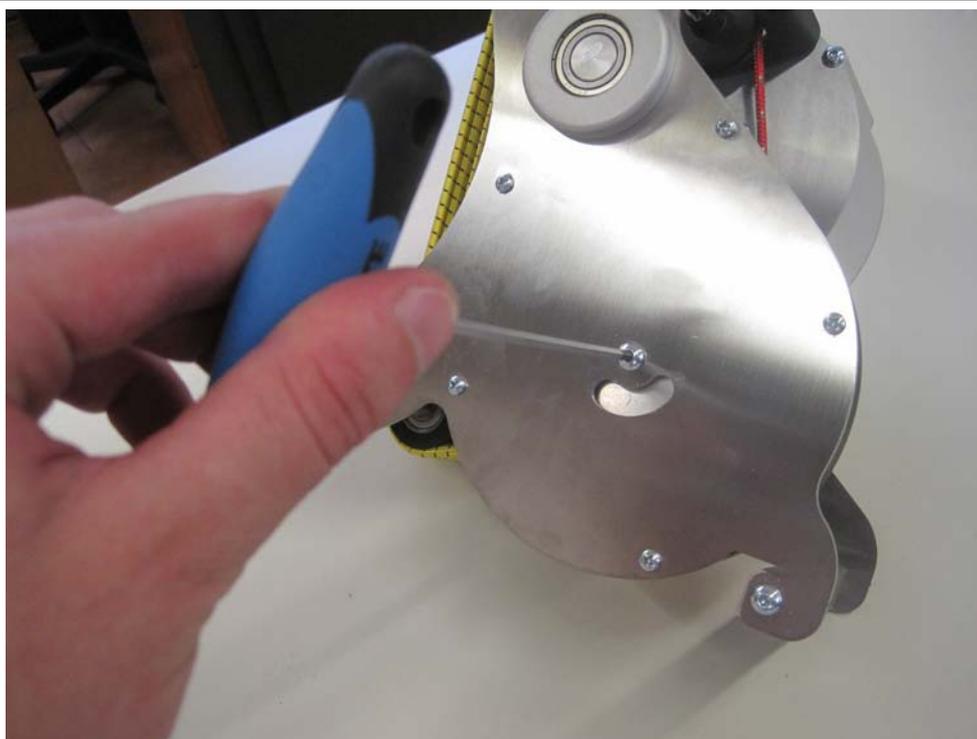
**Уход за "Ariete" зависит от условий эксплуатации и условий помещения, где он находится.**

**При использовании в помещении примерно по полчаса в день не требуется специального ухода за исключением регулировки затягивания некоторых частей.**

**При использовании командой или группой спортсменов, как в помещении, так и на открытом воздухе, в тренажёрном зале или при транспортировке из одного места в другое в течение нескольких часов в течение дня, полный и тщательный осмотр необходимо проводить один раз в год.**

**Весь уход должен выполняться на удобной высоте и удобной рабочей поверхности.**

## **Смазка**



**1- Отвинтите винт, указанный на рисунке, пользуясь ключом-шестигранником на 3 мм.**

**Таким образом, откроется отверстие для смазки.**



**2- Используя бутылочку со смазкой с капельницей, влейте примерно двенадцать капель.**



**3- Вставьте заново винт и затяните его.**

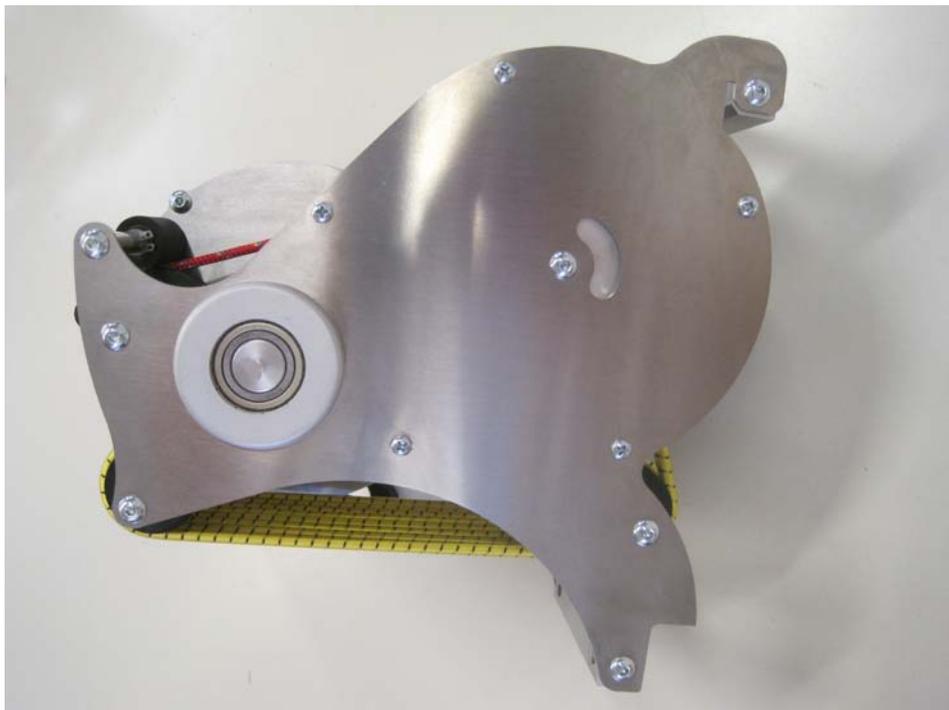
### **Контроль ослабленных винтов и крепёжных элементов**

**Все винты и крепёжные элементы "Ariete" проверены во время монтажа. Каждый инструмент перед его продажей проходит тестирование. В любом случае, после обширного использования "Ariete" тщательно проверяйте крепёжные элементы.**

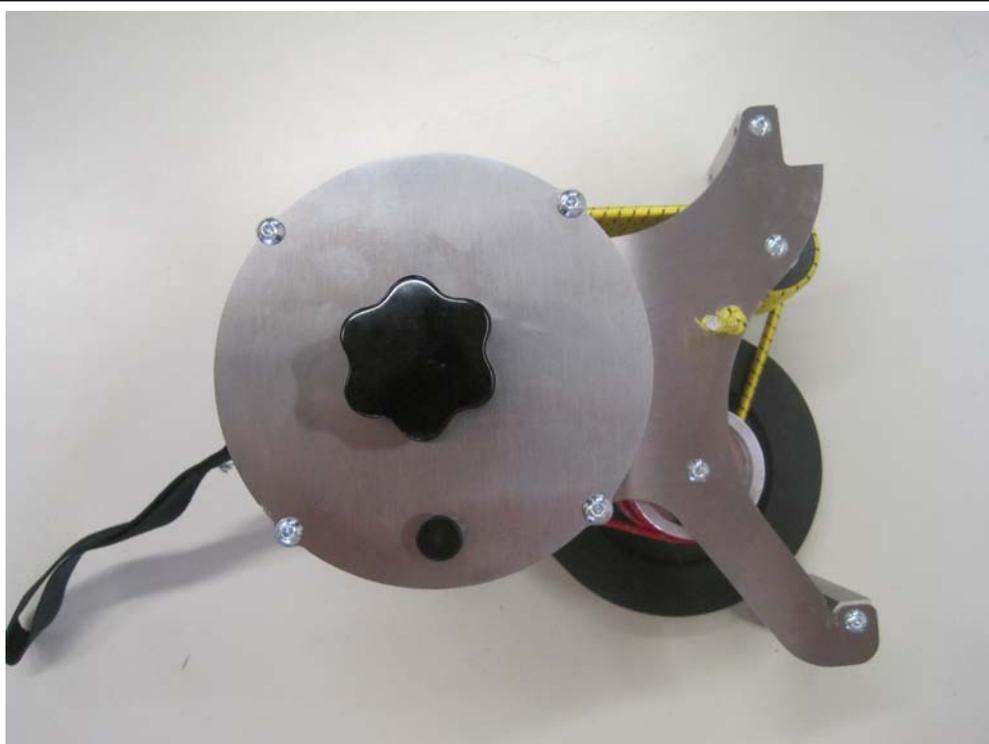
**В случае появления необычных шумов или вибрации проверьте, чтобы все винты были корректно затянуты.**

**Для этого демонтируйте часть опорной панели, как описано выше.**

**Проверьте все крепёжные элементы следующим образом:**



**Винты М5 с этой стороны должны быть затянуты ключом-шестигранником на 3 мм.**



**Винты М5 с этой стороны должны быть затянуты ключом-шестигранником на 3 мм и на 4 мм разводным ключом на 8 мм**

## **Замена эластичных шнуров**

**Срок эксплуатации эластичного шнура зависит от качества шнура и от интенсивности и долготы его эксплуатации.**

**Если среднее использование составляет полчаса в день, шнур может иметь сопротивление в течение нескольких лет без замены. При интенсивном использовании срок эксплуатации уменьшается и может потребовать замену по истечении 6-8 месяцев.**

**Если срок эксплуатации шнура окажется меньшим, он может быть дефектным.**

**"Ariete" продаётся с двумя запасными эластичными шнурами. Запасные эластичные шнуры можно заказать у производителя по определённой цене.**

**Эластичные шнуры, используемые в "Ariete" имеют следующие характеристики:**

- **могут быть удлинены вдвое от своей начальной длины**
- **в нерабочем состоянии имеют диаметр от 5 мм до 5,5 мм**
- **оплётка шнура выполнена из мягкого материала**
- **длина, требуемая для каждой плечевой детали, составляет 3,6 м**

**Демонтируйте часть опорной панели, как описано ранее, и приступайте к установке резинки.**



**1- Снимите старые шнуры со шкивов.**



**2- Поверните маховичок до тех пор, пока не появится индикатор.**



**3- Поверните барабан, пока не появится винт, блокирующий резинку.**

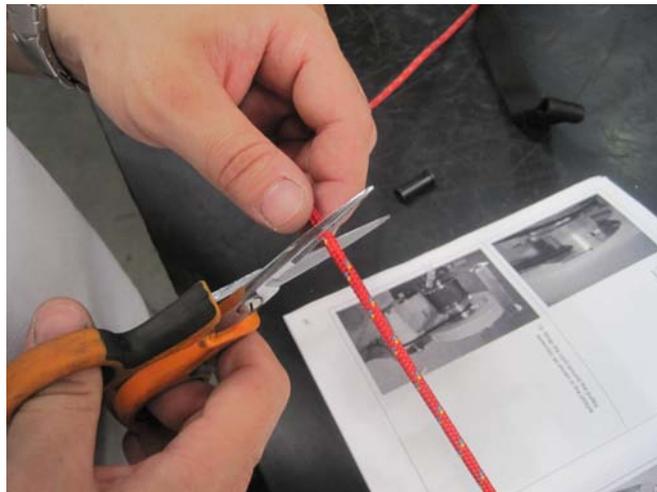


**4- Выньте резинку, отвинтив стягивающий винт шестигранным ключом на 2,5 мм (не входит в комплект).**

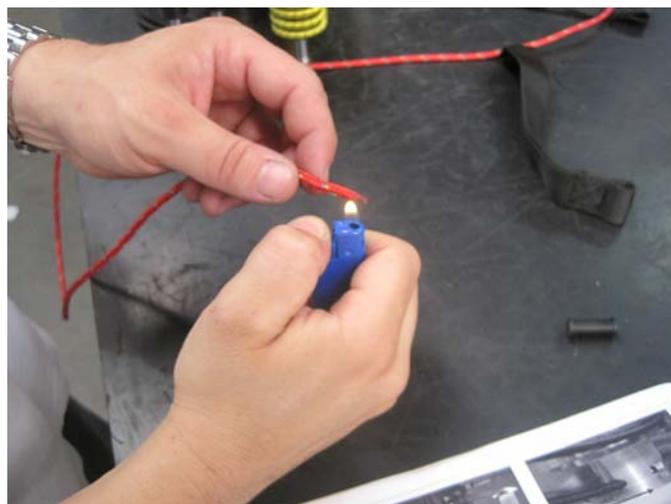


**5- Выньте шнур из отверстия.**

**Для облегчения монтажа шнуров подготовьте их концы, как описано далее:**



**6- Отрежьте примерно 10 мм от концов эластичной сердцевины, после чего сместите оплётку.**



**7- Дайте расплавиться отрезанной части для формирования конца.**



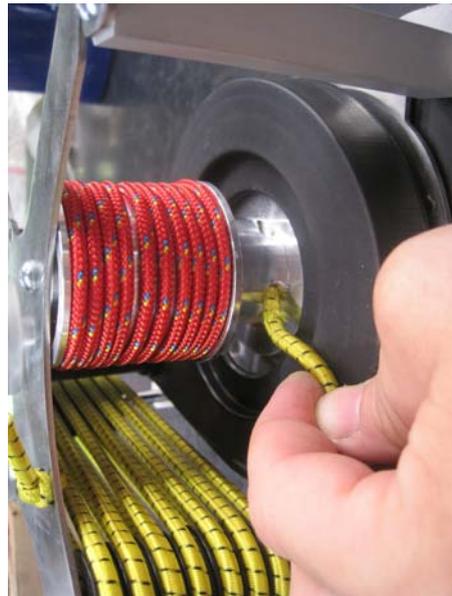
**8- Вставьте заново эластичный шнур в отверстие, как указано на рисунке. Закрепите шнур узлом.**



**9- Намотайте эластичный шнур на шкивы, собранные, как указано на рисунке. Убедитесь в том, чтобы резинка не перекрутилась.**



**10- намотайте эластичный шнур до последнего на шкивы, как указано на рисунке.**



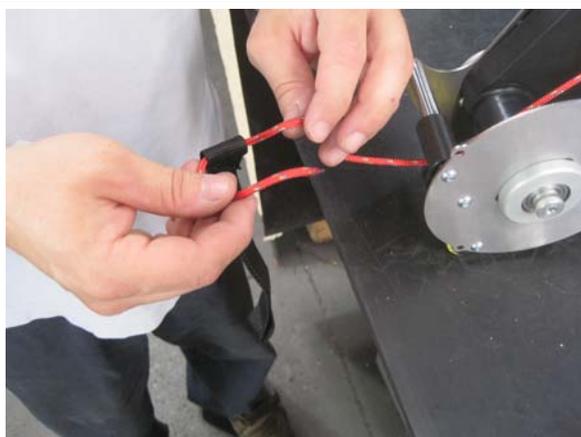
**11-Отрежьте и вставьте другой конец в отверстие и закрепите его затяжным винтом.**

## **Замена шнура**

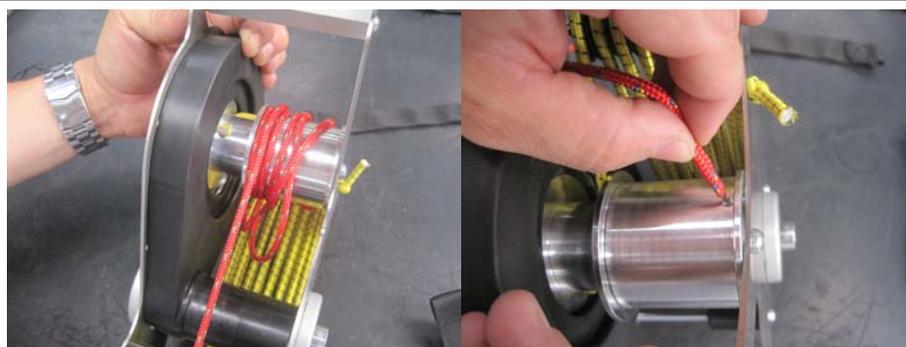
"Ariete" продаётся без запасных шнуров и ручек.

**Шнуры и ручки пользователь может заказать непосредственно у производителя. В случае замены шнуров неоригинальными шнурами, компания Svecom Ski не несёт никакой ответственности за возможный ущерб.**

**Для установки новых шнуров зарегистрируйте расположение старых и убедитесь в том, чтобы новые были установлены в том же направлении.**



**1- Снимите шнур с ручки.**



**2- сделав это, можно снять шнур и заменить его новым.**