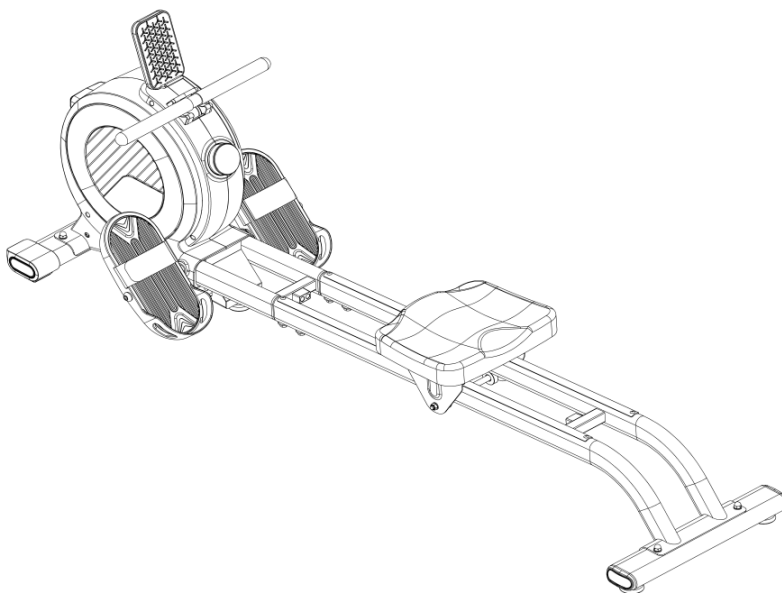


Genau RW300-S кайык айдоо тренажёру

Колдонуучунун колдонмосу

Котормо автоматтык түрдө жасалган.

САТЫП АЛГАНЫҢЫЗ ҮЧҮН РАХМАТ!



Genau RW300-S кайык айдоо тренажёрун сатып алганыңыз үчүн ыраазычылык билдиребиз. Коопсуздугуңузду жана ден соолугуңузду камсыздоо үчүн жабдууну туура колдонуңуз. Колдонуунун алдында төмөндөгү маалымат менен кылдат таанышып чыгыңыз.

Тренажёрду чогултуудан жана колдонуудан мурун ушул колдонмону окуп чыгыңыз.

Үзгүлтүксүз өнүктүрүү принцибине ылайык, буюм зарыл болгондо алдын ала эскертүүсүз жаңыланышы мүмкүн. Эгер колдонмо буюмга дал келбесе, чыныгы буюм артыкчылыкка ээ.

КООПСУЗДУК ТЕХНИКАСЫ БОЮНЧА НУСКАМАЛАР

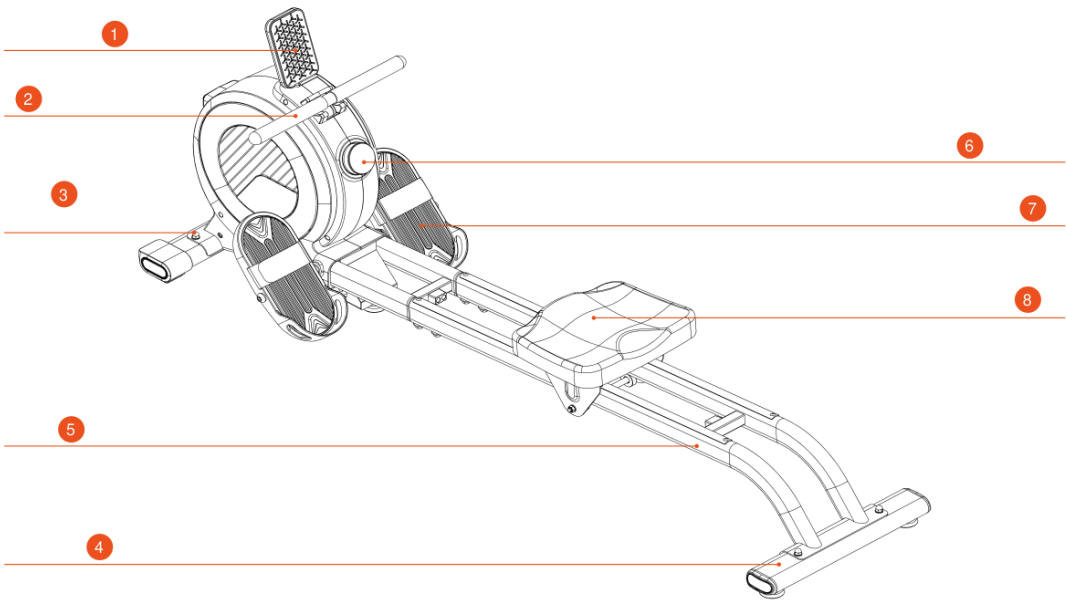
Бул бөлүмдүн котормосу азырынча текшериле элек. Расмий текст — орус тилинде.

Көңүл буруңуз! Коопсуздугуңузду камсыздоо жана жаракат албоо үчүн буюмду колдонуунун алдында ушул нускаманы кылдат окуп чыгыңыз жана төмөнкү сактык чараларын сактаңыз.

Эскертүү: Түзмөк коопсуздук талаптарын эске алуу менен иштелип чыкканы менен, бул көрсөтмөлөрдү так сактоо маанилүү. Өндүрүүчү туура эмес пайдалануунун кесепеттери үчүн жооп бербейт.

- Бул кайык айдоо тренажёру бөлмөдө гана колдонууга арналган. Аны тегиз жана туруктуу бетке орнотуңуз.
- Тренажёрдун үстүнө бөтөн буюмдарды койбоңуз.
- Кубат шнуру бузулса, аны өндүрүүчүнүн тейлөө борборунун квалификациялуу адиси алмаштырышы керек.
- Тренажёр узак убакыт колдонулбаса, кубатын өчүрүп коюңуз.
- Түзмөк балдар жана мүмкүнчүлүгү чектелген адамдар үчүн көзөмөлсүз колдонууга арналган эмес.
- Өзүңүздү жаман сезсеңиз, тренажёрду колдонбоңуз — бул жаракатка алып келиши мүмкүн.
- Тренажёрду нымдуу же чаңдуу бөлмөлөргө орнотпоңуз. Ашыкча нымдуулук жана статикалык электр электрондук консолду бузушу мүмкүн.
- Түпнуска комплектөөчү бөлүктөрдү гана колдонуңуз. Уруксатсыз тетиктерди алмаштырууга тыюу салынат.
- Тренажёрду жылыткыч приборлордун же ысык беттердин жанына койбоңуз.
- Түзмөктү өз алдынча чечип алууга аракет кылбаңыз — бул бузулууга жана жаракатка алып келиши мүмкүн.
- Машыгуунун алдында кийим жана бут кийим туура кийилгенин текшериңиз, кыймылдуу бөлүктөргө илинип калышы мүмкүн бош элементтерден алыс болуңуз.
- Колдонуу учурунда ыңгайсыздыкты сезсеңиз, токтоп, врачка кайрылыңыз.
- Бузулбаган розеткаларды жана штекерлерди гана колдонуңуз. Вилка розеткага туура келбесе, аны күч менен киргизүүгө аракет кылбаңыз — электрикке кайрылыңыз.
- Тренажёр үйдө гана колдонууга арналган жана медициналык же коммерциялык максаттарда колдонулбашы керек.
- Корпус жарака кеткен же ачык бөлүктөр болсо, түзмөктү колдонбоңуз.
- Чарчаган же дарттуу абалда тренажёрду колдонбоңуз.
- Кубат уясына нымдын, ийненин же таштандынын кирүүсүнө жол бербейиз.
- Вилкага нымдуу колдор менен тийбеңиз — бул кыска туташууга же электр тогунун урушуна алып келиши мүмкүн.
- Колдонгондон кийин кубатын өчүрүңүз.
- Түзмөктүн коргоо деңгээли — HС. Приборду жерге туташтыруу боюнча күмөн болсо, квалификациялуу электрикке кайрылыңыз.

БУЮМДУН КОМПОНЕНТТЕРИНИН СҮРӨТТӨМӨСҮ



Сүрөттө:

- 1. Телефон кармагыч
- 2. Тутка
- 3. Алдыңкы стабилизатор
- 4. Арткы стабилизатор
- 5. Багыттагыч
- 6. Электрондук консоль
- 7. Педаль
- 8. Отургуч

Таңгактын тизмеси

№	Аталышы	Бирдиги	Саны
1	Негизги алкак	даана	1
2	Багыттагыч	даана	1
3	Куралдар топтому	даана	1
4	Алдыңкы стабилизатор	даана	1
5	Арткы стабилизатор	даана	1
6	Отургуч	даана	1
7	Сол педаль	даана	1
8	Оң педаль	даана	1

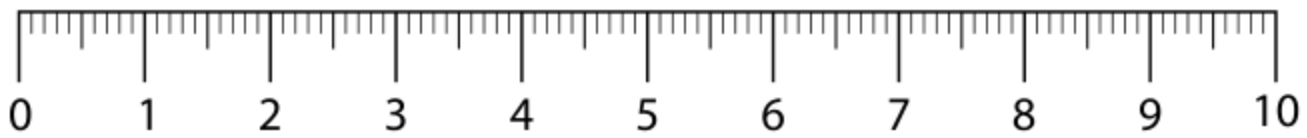
№	Аталышы	Бирдиги	Саны
9	Педалдарды бекитүүчү штанга	даана	1
10	Адаптер	даана	1

Куралдар топтому

№	Аталышы	Бирдиги	Саны
1	5 мм алты кырдуу ачкыч	даана	1
2	8 мм алты кырдуу ачкыч	даана	1
3	Гайка ачкычы	даана	1
4	M8 гайка	даана	4
5	Жалпак шайба	даана	8
6	Төрт кырдуу мойнокчолу M8×55 болт	даана	4
7	Цилиндр баштуу бурама	даана	4
8	Колдонуучунун колдонмосу	даана	1

Бекиткичтерди аныктоо таблицасы

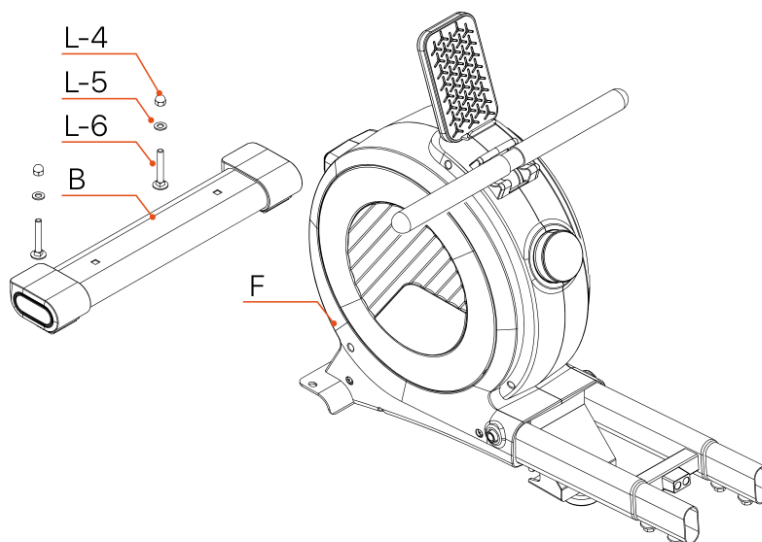
Бул таблица чогултууда колдонулуучу бекиткичтерди аныктоону жеңилдетүү үчүн берилген. Болттордун жана бурамалардын узундугун текшерүү үчүн шкаланы колдонуңуз.



ЧОГУЛТУУ

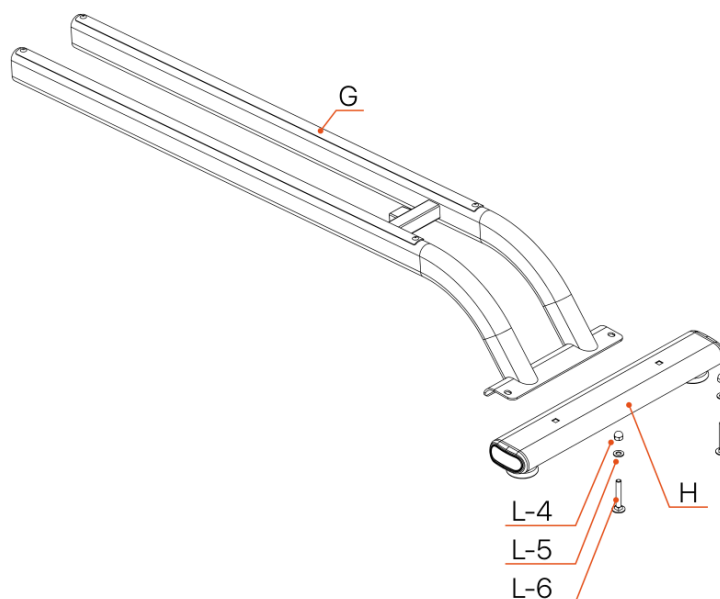
Чогулткандан кийин баардык буроманы адегенде катуу тартпай бекитип, акыркы бекитүүнү тренажёр толук чогултулгандан кийин жасаңыз.

КАДАМ 1



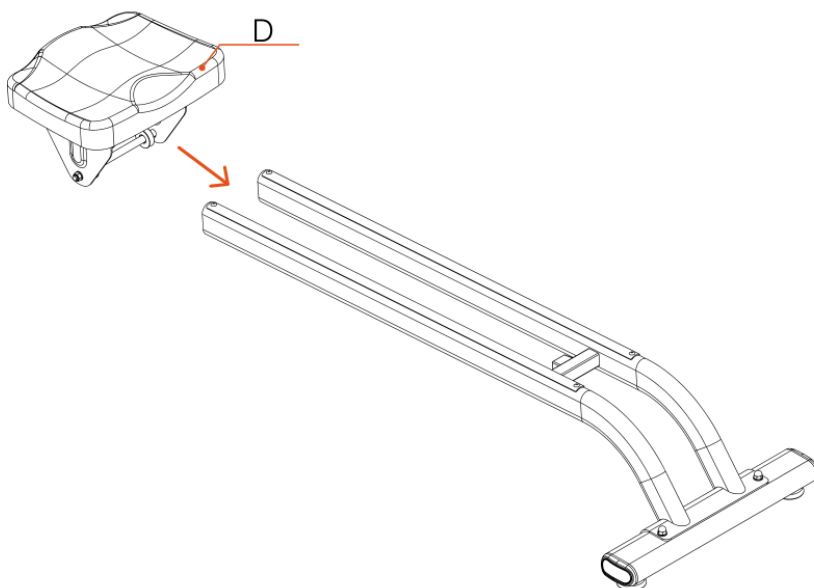
- Таңгактан алдыңкы стабилизаторду (B) жана алкакты (F) чыгарыңыз, ошондой эле куралдар топтомунан төрт кырдуу мойнокчолу болтту (L-6), жалпак шайбаны (L-5), гайканы (L-4) жана гайка ачкычын (L-1) алыңыз.
- Нускамадагы сүрөт боюнча алдыңкы B стабилизаторун L-1 ачкычынын жана L-4 гайкасынын жардамы менен орнотуңуз.

КАДАМ 2



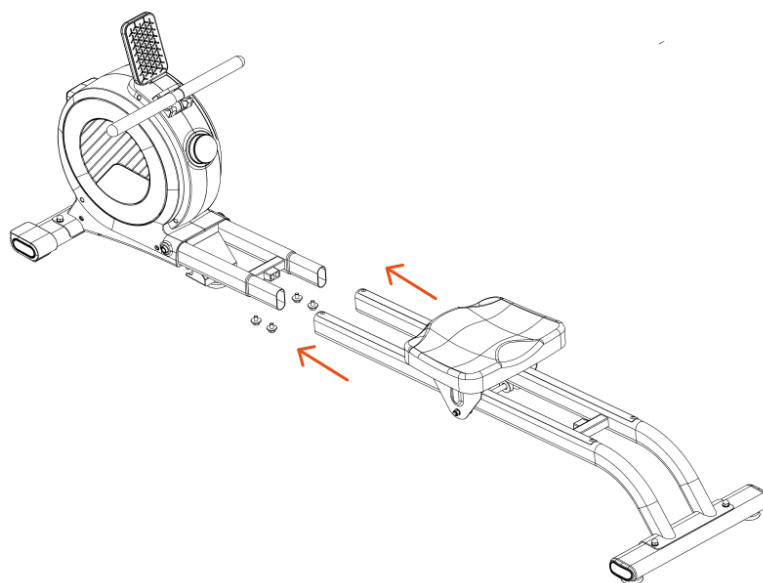
- Таңгактан багыттагычты (G) жана арткы стабилизаторду (H) чыгарыңыз.
- Куралдар топтомунан төрт кырдуу мойнокчолу болтту (L-6), жалпак шайбаны (L-5), гайканы (L-4) жана гайка ачкычын (L-1) алыңыз.
- Нускамадагы сүрөт боюнча арткы H стабилизаторун L-1 ачкычынын жана L-4 гайкасынын жардамы менен орнотуңуз.

КАДАМ 3



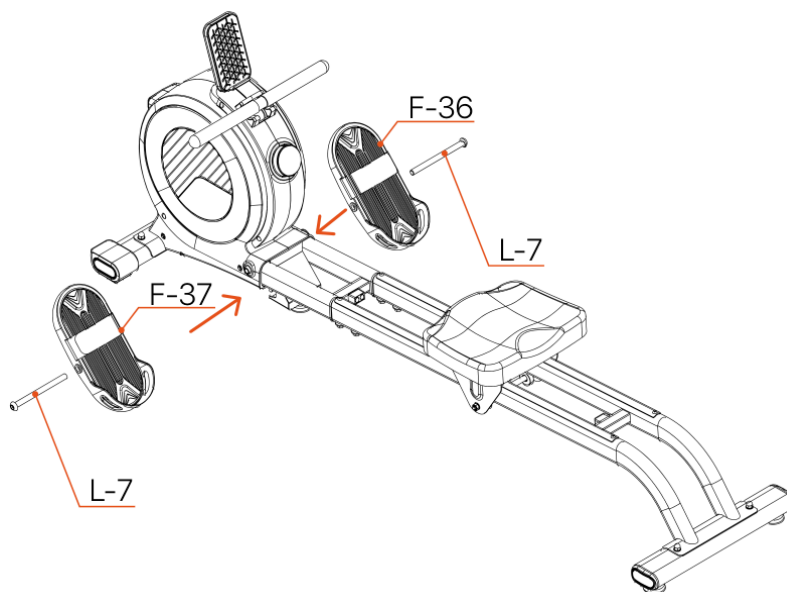
Отургучту (D) алыңыз. Сүрөт боюнча отургучту багыттагычка (rail) орнотуп, анын рельс боюнча тыгылбай жылмакай жылып жатканын текшериңиз.

КАДАМ 4



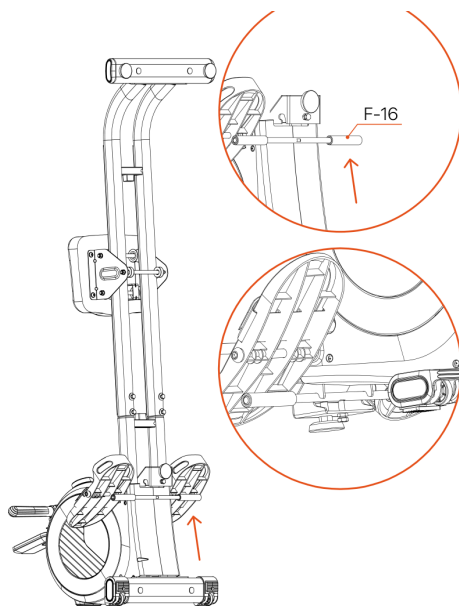
- Алкактан (F) алдын ала орнотулган буроманы чечип алыңыз.
- Чогултулган багыттагычты алкактын туташтыруучу түтүгүнө бириктирип, мурун чечилген буроманы тартуу үчүн алты кырдуу L-3 ачкычын колдонуңуз.

КАДАМ 5



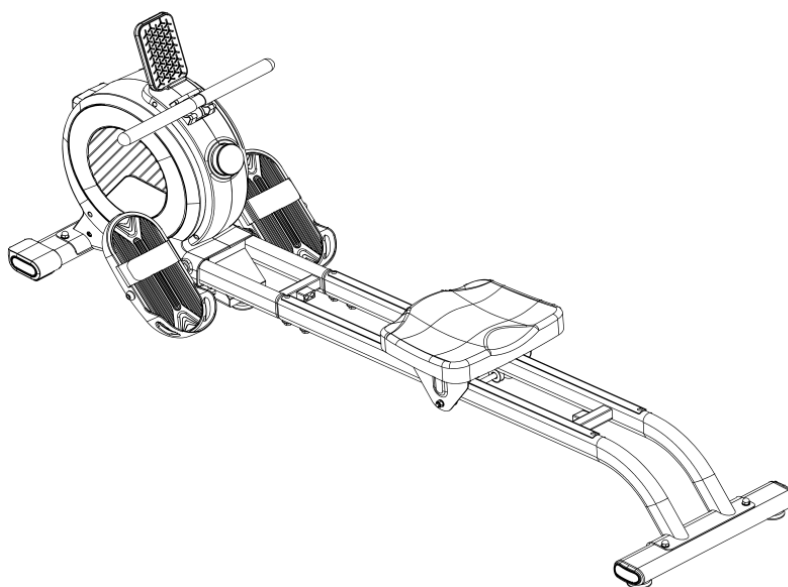
- Таңгактан сол педалды (F-37) жана оң педалды (F-36) чыгарыңыз, ошондой эле куралдар топтомунан цилиндр баштуу буроманы (L-7) алыңыз.
- Сүрөттө көрсөтүлгөндөй, буроманы педалдагы тешиктен өткөрүп, алкактагы жылкелүү тешикке дал келтирип, ички алты кырдуу L-2 ачкычы (8 мм) менен тартыңыз.

КАДАМ 6



- Таңгактан педалдарды бекитүүчү штанганы (F-16) чыгарыңыз.
- Сүрөттө көрсөтүлгөндөй, алкакты бир аз көтөрүп, алдын ала орнотулган буроманы L-1 ачкычы менен чечип алыңыз, андан соң педалдарды бекитүүчү штанганы алкактын оюгуна орнотуңуз.
- Бириктирүүнү L-1 ачкычы менен бекитиңиз.

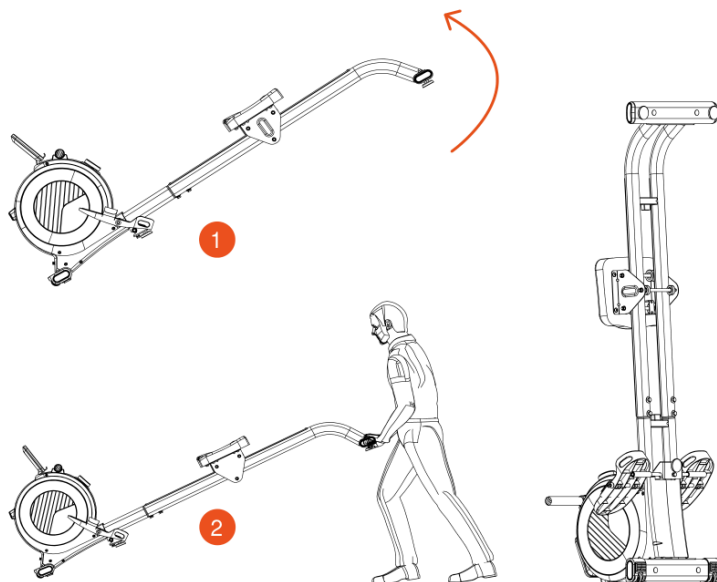
КАДАМ 7



- Таңгактан адаптерди (F-38) чыгарыңыз. Адаптердин кабелин алкактагы DC уясына туташтырыңыз.
- Андан соң электрондук консолду (F-26) күйгүзүү үчүн адаптерди 100–240V розеткасына туташтырыңыз.
- Ушуну менен кайык айдоо тренажёрун чогултуу аяктады.

Көңүл буруңуз! Чогултуунун бардык кадамдары аткарылмайынча буроманы акыркы жолу тартпаңыз. Аягында бардык тетиктер бекем бекитилгенин текшерип, текшерүү жүргүзүңүз.

БҮКТӨӨ



Сүрөттө:

1. А сүрөтү

2. В сүрөтү

- Тренажёр колдонулбаса, орунду үнөмдөө үчүн аны А сүрөтүндөгү схема боюнча бүктөп коюуга болот.
- Тренажёрду жылдыруу үчүн В сүрөтүндөгү көрсөтмөлөрдү аткарыңыз.

КОЛДОНУУ

Негизги дисплейдин сүрөттөмөсү

Толук дисплей (Full display)



- Сырткы тегерек боюнча 24 индикатор жарыгы.
- ТЕМПО көрсөтүлөт: кайык айдоо жыштыгы (бирдиги: spm).
- LEVEL көрсөтүлөт: каршылык деңгээли (1–32).
- Машыгуу маалыматтары көрсөтүлөт: кайык айдоо жыштыгы, 500 м темпи, ылдамдык, убакыт, аралык жана калориялар.
- Bluetooth аркылуу туташуу индикациясы.

Карусель режими (Carousel mode)



- Маалыматтарды алмаштыруу интервалы: 3 секунд.
- Кичине терезеде көрсөтүлөт: ТЕМПО жана LEVEL.
- Негизги терезеде көрсөтүлөт: кайык айдоо жыштыгы, 500 м темпи, ылдамдык, убакыт, аралык жана калориялар.
- Bluetooth индикатору туташуу абалын көрсөтөт (туташканда күйөт, ажыратылганда өчөт).
- Сырткы тегеректин индикаторлору машыгуу учурунда күйөт.

Бекитүү режими (Lock mode)



- Туткага (баскычка) кыска басуу — көрсөтүү режимдерин которуу жана керектүү параметрди бекитүү үчүн.
- Негизги терезедеги маалыматтарды бекитүүгө болот: кайык айдоо жыштыгы, 500 м темпи, ылдамдык, убакыт, аралык жана калориялар.
- Ошондой эле кичине терезедеги маалыматтарды да бекитүүгө болот: TEMPO жана LEVEL.
- Сырткы тегеректин индикаторлору машыгуу учурунда иштейт.

Башкаруунун негизги көрсөтмөлөрү

Аракет	Кыскача сүрөттөмө
Экранды уйку режиминен ойготуу	Уйку режиминде экран өчүк болот. Экранды ойготуу үчүн туткага (жөнгө салгычка) басыңыз же машыгууну баштаңыз.
Туткага (жөнгө салгычка) басуу	3 мүнөт ичинде эч кандай аракет аткарылбаса, экран автоматтык түрдө уйку режимине өтөт. Уйку режиминде экранды күйгүзүү үчүн туткага кыска басыңыз. Иштеп жатканда машыгуу режимине кирүү үчүн туткага басыңыз. Машыгуу учурунда кыска басуу көрсөтүү режимдерин которууга мүмкүндүк берет. Маалыматтарды баштапкы абалга келтирип, күтүү режимине өтүү үчүн туткага 2 секунд басып туруңуз. Басканда үн сигналы (пик) чыгат.
Тутканы (жөнгө салгычты) буруу	Каршылык деңгээлин жогорулатуу үчүн саат жебеси боюнча буруңуз. Каршылык деңгээлин төмөндөтүү үчүн саат жебесине каршы буруңуз. Каршылык өзгөргөндө кыска үн сигналы чыгат.

- Кубат күйгүзүлгөндө бир үн сигналы (BUZZER) чыгып, жөнгө салгычтагы дисплей күйүп, ДАЯРДЫК (READY) абалына өтөт (1-сүрөттү караңыз).
- Күйгүзүлгөндөн кийин каршылык деңгээли автоматтык түрдө 1-деңгээлге түшүрүлөт.
- 3 мүнөт ичинде эч кандай аракет аткарылбаса, экран автоматтык түрдө өчүп, күтүү режимине өтөт (2-сүрөттү караңыз).



Рис. 1

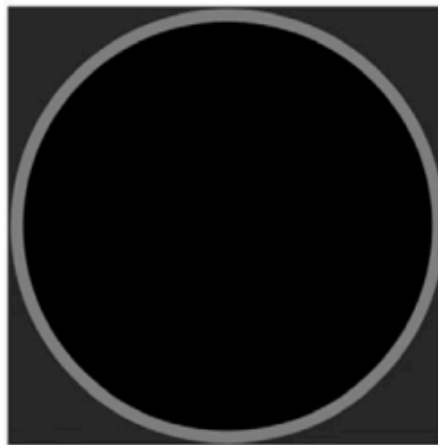


Рис. 2

- Түзмөк READY (даярдык) абалында турганда, туткага кыска басуу же кайык айдоону баштоо экранды активдештирип, машыгуу режимине өткөрөт.
- Дисплейдин кичине терезесинде маалыматтар «карусель» режиминде көрсөтүлөт: кайык айдоо жыштыгы (ТЕМРО) жана каршылык деңгээли (LEVEL), маалымат ар 3 секунд сайын жаңыланат (3 жана 4-сүрөттөрдү караңыз).



Рис. 3



Рис. 4

- Дисплейдин негизги терезесиндеги маалыматтар автоматтык режимде кезек-кезеги менен көрсөтүлөт.
- "SCAN" иконкасы күйөт, ал маалымат — ылдамдык (speed), убакыт (time), аралык (distance), калориялар (calories), SPLIT / 500 м — ар 3 секунд сайын алмашат (5–10-сүрөттөрдү караңыз).



Рис. 5



Рис. 6



Рис. 7



Рис. 8



Рис. 9



Рис. 10

- Көрсөтүү режимин туткага (жөнгө салгычка) кыска басуу менен бекитүүгө болот.
- Дисплей бекитилгенде "SCAN" иконкасы көрүнбөйт.
- Бекитүү режиминде (Lock mode) төмөнкү маалыматтарды көрүүгө болот: ылдамдык (speed), убакыт (time), аралык (distance), калориялар (calories), SPLIT же 500 м (11–16-сүрөттөрдү караңыз).



Рис. 11



Рис. 12



Рис. 13



Рис. 14



Рис. 15



Рис. 16

Маалыматтарды көрсөтүүнүн сүрөттөмөсү

Параметр	Маалыматтардын сүрөттөмөсү
Кайык айдоо жыштыгы	0 ~ 999. Кайык айдоо жыштыгын реалдуу убакытта көрсөтөт.
Каршылык деңгээли	1 ~ 32. Деңгээл канчалык жогору болсо, каршылык ошончолук чоң.
Кайык айдоо кыймылдарынын саны	0 ~ 9999. Кайык айдоо кыймылдарынын санын реалдуу убакытта көрсөтөт.

Параметр	Маалыматтардын сүрөттөмөсү
500 м темпи	00:00 ~ 99:59.
SCAN режими	Көрсөтүлөт: маалыматтар кезек-кезеги менен көрсөтүлөт. Көрсөтүлбөйт: маалыматтар бекитилген.
Ылдамдык	0.0 ~ 999.9 км/саат.
Убакыт	00:00 ~ 99:59. Күтүү режиминде: эсептөөнү баштоо үчүн туткага басыңыз же кыймылды баштаңыз; кыймыл токтогондон кийин таймер 4 секунддан соң токтойт.
Аралык	0.0 ~ 999.9 км. Кайык айдоо күчүнө жараша: 1.6 м/кыймыл.
Калориялар	0.0 ~ 999.9 ккал. Каршылык деңгээлине пропорционалдуу: 1-деңгээл = 33 ккал/км; 32-деңгээл = 73 ккал/км.
Bluetooth	Көрсөтүлөт: Bluetooth туташкан. Көрсөтүлбөйт: Bluetooth туташкан эмес.

КАТАЛАР ТАБЛИЦАСЫ ЖАНА АЛАРДЫ ОҢДОО ЖОЛДОРУ

Ката коду	Себеби	Чечим
E01	Кабелдүү кыймылдаткычтын туташуусу бузулган	Кабелдүү кыймылдаткычтын зымдарын текшериңиз же кыймылдаткычты алмаштырыңыз
E01	Трос жетишсиз тартылган	Болот тросту текшериңиз же кабелдүү кыймылдаткычты алмаштырыңыз
E01	Кыймылдаткычты башкаруу чипи бузулган	Башкаруу платасын (PM Board) алмаштырыңыз
E02	Кыймылдаткычтын абалынын бурчу туура эмес	Кабелдүү кыймылдаткычтын зымдарын текшериңиз же кыймылдаткычты алмаштырыңыз
E03	Редуктор тартманын баштапкы абалын аныктабайт	Редукторду жана кармагычты алмаштырыңыз

КАМ КӨРҮҮ, САКТОО ЖАНА ТЕХНИКАЛЫК ТЕЙЛӨӨ

Тазалоо

- Үзгүлтүксүз жана кылдат тазалоо кайык айдоо тренажёрунун кызмат мөөнөтүн узартат.

- Түзмөктү таза кармоо үчүн чаңды үзгүлтүксүз тазалап туруңуз.
- Спорттук бут кийим таза экенин текшериңиз жана тренажёрго бөтөн нерселердин кирүүсүнө жол бербеңиз.

Техникалык тейлөө

- Бузулган тетиктерди дароо алмаштырыңыз же алар алмаштырылмайынча түзмөктү колдонбоңуз.
- Тез эскирген тетиктерге өзгөчө көңүл буруңуз.

МАШЫГУУ БОЮНЧА КЕҢЕШТЕР ЖАНА СУНУШТАР

Жылытуу жана басаңдатуу

Ийгиликтүү көнүгүү программасы үч бөлүктөн турат: жылытуу, кардио машыгуу жана басаңдатуу.

Ысытуу — машыгуунун абдан маанилүү бөлүгү. Ысытууну ар бир машыгуунун алдында жасоо керек. Ысытуу денени жылытууга, булчуңдарды чоюуга жана организмдин интенсивдүү көнүгүүлөргө ыңгайлашына жардам берет.

Көнүгүүнүн аягында ысытууну кайталоо булчуң оорусун басууга жардам берет.

Төмөнкү схемага ылайык тиешелүү жылытуу жана эс алдыруучу көнүгүүлөрдү аткарууну сунуштайбыз:



Башты айландыруу

Адегенде башыңызды оң ийниңизге карай ийип, моюнуңузду созуп, башыңызды бир жолу саат жебеси боюнча жана бир жолу саат жебесине каршы айлантиңыз; башыңызды сол ийниңизге карай ийип, саат жебесине каршы бир жолу айлантиңыз. Кайталаңыз.



Ийинди көтөрүү көнүгүүсү

Сол ийниңизди көтөрүп, артка карай 5 жолу айлантиңыз; андан кийин оң ийниңизди көтөрүп, артка карай 5 жолу айлантиңыз, кезектешип.



Созулуу кыймылы

Колуңузду башыңыздан жогору көтөрүп, андан кийин оң билегиңизди сол колуңуз менен кармап, оң билегиңиз толук созулганын сезгенге чейин өйдө тартылыңыз, 5 секунд кармап туруп, андан кийин оң колго которулуңуз.



Сандын төрт баштуу булчуңун созуу көнүгүүсү

Тең салмактуулукту сактоо үчүн оң колуңуз менен дубалды кармап, сол колуңуз менен сол бутуңузду артка тартып, сол бутуңуздун согончогун мүмкүн болушунча санга жакын 15 секунд кармаңыз, андан кийин башка бут менен кайталаңыз.



Сандын ички бөлүгүн созуу

Жерде отуруп, бут тамандарыңызды бириктириңиз, аларды эки колуңуз менен кучактап, денеңизге мүмкүн болушунча жакын коюу үчүн тартыңыз. Эки бутуңуздун согончогуна акырын басып, бул абалды 15 секунд кармаңыз.



Бут манжаларына тийүү

Акырын алдыга ийилип, белиңизди жана ийиниңизди бошотуп, бут манжаларыңызга карай созулуңуз. Мүмкүн болушунча төмөн ийилип, абалды 15 секундга чейин кармаңыз.



Буттун тарамыштарын созуу

Отуруп, оң бутуңузду түзүңүз, сол бутуңузду бүгүп, сол колуңуз менен тобуктан кармап, аны ичке карай түртүңүз, ошондо сол таман денеге мүмкүн болушунча жакын болуп, таманынын асты оң жамбаштын ички жагына тийсин. Андан кийин денеңиз менен басып, сол жана оң колдорду алдыга сунуп, буттун учуна тийиңиз; басым канчалык күчтүү болсо, ошончолук жакшы. Бул абалда 15 секунд кармап, сол бутка которулуңуз.



Балтырды созуу

Эки колуңуз менен дубалга таянып, денеңизди жерге карата 45 градус бурчта ийип, басып бараткандай сол жана оң бутуңузду кезек-кезеги менен артка жылдырыңыз.

КЕПИЛДИК

Бул бөлүмдүн котормосу азырынча текшериле элек. Расмий текст — орус тилинде.

Genau компаниясы өз продукциясынын жогорку сапатына жана ишенимдүүлүгүнө кепилдик берет. Биз эң мыктысын гана сунуштоого умтулабыз, ошондуктан биздин бардык жабдууларга кепилдик берилет.

Көңүл буруңуз! Кутудан А4 барагындагы расмий кепилдик бланкын таап, аны жабдууну колдонуунун бүткүл мөөнөтү бою ыргытпаңыз.

Эскертүү: Эгер кутудан кепилдик барагын таппасаңыз, тейлөө кызматына кайрылууңузду суранабыз.

Кепилдиктин шарттары

1. Кепилдик мөөнөтү товар сатылган күндөн тартып башталат.
2. Кепилдик заводдук кемчиликтен же материалдардын кемчиликтеринен келип чыккан бузулууларга жайылтылат.
3. Кепилдик тейлөө ыйгарым укуктуу тейлөө борборлорунда жүргүзүлөт.
4. Товар кепилдик мөөнөтүнүн ичинде бузулган учурда сатып алуучу диагностика жана оңдоо үчүн тейлөө борборуна ушул кепилдик барагын жана товарды толук топтому менен көрсөтүшү керек.
5. Кепилдик учуру тастыкталган учурда товарды оңдоо же алмаштыруу акысыз жүргүзүлөт.
6. Кепилдик төмөнкү учурларга жайылтылбайт:
 - туура эмес колдонуудан же ташуудан келип чыккан механикалык бузулуулар;
 - суюктуктун, оттун, химиялык заттардын жана башка тышкы факторлордун таасиринен келип чыккан бузулуулар;
 - колдонуу боюнча нускамаларды сактабоодон келип чыккан бузулуулар;
 - конструкцияга Тейлөө кызматы менен макулдашылбаган өз алдынча кийлигишүү же ыйгарым укугу жок адамдар тарабынан оңдоо;
 - чыгым материалдары жана кызмат мөөнөтү чектелген тетиктер (кайыштар, батареялар ж.б.).

Кепилдик боюнча арызды кароо

Кепилдик тейлөөнү алуу үчүн сатып алуучу сатуучуга (жабдуу сатып алынган жерге) кайрылышы керек.

Genau кепилдик барагы толугу менен

ТЕЙЛӨӨ

Чогултуу, тренажёрдун иштеши жана кепилдик боюнча суроолор менен Кыргызстандагы Genau тейлөө кызматына кайрылыңыз.

ОсОО «Генау ГМБХ», Кыргызстан. Телефон: +996 778 639 000

Расмий сайт genau.kg