



РУКОВОДСТВО

СБОРКА, ЭКСПЛУАТАЦИЯ

# ORLAUF AURIX



Эллиптический тренажер  
с электромагнитной  
системой нагружения

**Сервисная поддержка**



**Актуальная инструкция**



## РУКОВОДСТВО ПО СБОРКЕ И ЭКСПЛУАТАЦИИ



### Сборка тренажера

Поздравляем с удачным приобретением! Вы купили современный тренажер, который, как мы надеемся, станет вашим лучшим помощником. Он сочетает в себе передовые технологии и современный дизайн. Регулярные тренировки на данном тренажере помогут вам укрепить сердечно-сосудистую систему и достичь отличной физической формы. Мы надеемся, что этот тренажер полностью соответствует вашим ожиданиям и поможет достичь желаемых результатов.

Прежде чем приступить к использованию тренажера, внимательно изучите настоящее руководство и сохраните его для дальнейшего использования. В случае возникновения дополнительных вопросов обратитесь к продавцу или дилеру, который проконсультирует вас и поможет устранить возникшую проблему.

Обязательно сохраняйте инструкцию по эксплуатации! Это поможет вам по прошествии времени вспомнить о функциях тренажера и правилах его использования.



**Внимание!** Перед началом тренировок настоятельно рекомендуем пройти полное медицинское обследование, особенно если у вас есть наследственная предрасположенность к повышенному давлению или сердечно-сосудистым заболеваниям. Неправильное или чрезмерно интенсивное выполнение упражнений может нанести вред вашему здоровью.

## СОДЕРЖАНИЕ

|   |           |
|---|-----------|
| <b>1. Транспортировка и эксплуатация тренажера</b>          | <b>5</b>  |
| <b>2. Хранение тренажера</b>                                | <b>5</b>  |
| <b>3. Меры предосторожности при использовании тренажера</b> | <b>6</b>  |
| 3.1 Перед первой тренировкой                                | 7         |
| 3.2 Рекомендации по уходу                                   | 7         |
| <b>4. Комплектация</b>                                      | <b>9</b>  |
| <b>5. Сборка</b>  | <b>12</b> |
| <b>6. Консоль и управление</b>                              | <b>18</b> |
| 6.1 Общие данные по работе с кнопкой                        | 20        |
| 6.2 Подробное описание функций консоли                      | 21        |
| 6.3 Диапазон параметров отображения                         | 24        |
| <b>7. Рекомендации по тренировкам</b>                       | <b>25</b> |
| <b>8. Подключение приложений по Bluetooth</b>               | <b>26</b> |
| <b>9. Спецификация</b>                                      | <b>28</b> |

## 1. ТРАНСПОРТИРОВКА И ЭКСПЛУАТАЦИЯ ТРЕНАЖЕРА

- Тренажер должен транспортироваться только в заводской упаковке.
- Заводская упаковка не должна быть нарушена.
- При транспортировке тренажер должен быть надежно защищен от влаги, атмосферных осадков и механических перегрузок.

## 2. ХРАНЕНИЕ ТРЕНАЖЕРА

Тренажер рекомендуется хранить и использовать только в сухих отапливаемых помещениях со следующими значениями:

- температура: от + 10 до + 35°С;
- влажность: от 50 до 75%;
- если тренажер хранился при низкой температуре или в условиях высокой влажности (имеет следы конденсации), необходимо перед эксплуатацией выдержать его в нормальных условиях не менее 2-4 часов и только после этого можно приступить к эксплуатации.

### 3. МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ ПРИ ИСПОЛЬЗОВАНИИ ТРЕНАЖЕРА

Эллиптический тренажер должен использоваться только по назначению, то есть для физических тренировок взрослых людей. Любое другое использование тренажера запрещено и может быть опасно. Продавец не несет ответственности за любые травмы или повреждения, вызванные неправильным использованием тренажера.

**В целях безопасности рекомендуем соблюдать следующие правила:**

- сборку и эксплуатацию следует осуществлять на твердой, ровной поверхности;
- свободное пространство вокруг тренажера должно составлять не менее 0,5 м;
- при регулярной эксплуатации проверяйте затяжку резьбовых соединений каждые 1-2 месяца;
- не допускайте попадание внутрь тренажера посторонних предметов и жидкостей;
- никогда не эксплуатируйте тренажер с явными дефектами – открученными элементами крепления, незакрепленными узлами, нехарактерными посторонними шумами и т.д.; это может привести к травмам или уменьшению срока службы тренажера;
- для осмотра и устранения возникших дефектов обратитесь в авторизованный сервисный центр или к уполномоченному дилеру, у которого вы приобрели данный тренажер;
- для ремонта необходимо использовать только оригинальные запасные части;
- обслуживание тренажера, за исключением процедур, описанных в данном руководстве, должно производиться только сотрудниками сервисного центра;
- не допускается какое-либо изменение конструкции или узлов и деталей тренажера – это может привести к серьезным травмам и потере здоровья;
- вес пользователя не должен превышать максимально заявленный;
- во время занятий используйте спортивную одежду и обувь, не надевайте свободную одежду и обувь с кожаными подошвами или каблуками, а также если у вас длинные волосы, соберите их в хвост или пучок на затылке;
- не подставляйте руки под движущиеся части тренажера;
- не подвергайте себя чрезмерным нагрузкам во время тренировок; если вы почувствовали боль или недомогание, немедленно прекратите занятия и обратитесь за консультацией к врачу;

- перед началом тренировки убедитесь, что дети и домашние животные находятся на безопасном расстоянии от тренажера.

### **3.1 Перед первой тренировкой**

Перед первой тренировкой проверьте, правильно ли была проведена сборка тренажера. Ознакомьтесь со всеми функциями и настройками модели. Проводите тренировки в строгом соответствии с инструкцией по эксплуатации.

Перед началом тренировки убедитесь, что все защитные элементы надежно установлены и закреплены. Проверьте надежность механических и электрических соединений.

Установите тренажер на ровную нескользящую поверхность, с каждой стороны оставьте по 0,5 м свободного пространства. Для снижения шума и вибраций рекомендуем использовать специальный резиновый коврик.

### **3.2 Рекомендации по уходу**

Перед любым обслуживанием обязательно отключайте тренажер от электрической сети (для тренажеров с питанием от сети). К обслуживанию можно приступать примерно через минуту после полного обесточивания внутренних электрических цепей тренажера.

Не применяйте абразивные препараты и агрессивные жидкости (ацетон, бензин, уайт-спирит, бензол и их производные) для чистки рабочих поверхностей тренажера во избежание повреждения лакокрасочного покрытия и пластиковых деталей.

Для ухода рекомендуется применять ткань, слегка смоченную в нейтральном растворе моющей жидкости. Затем протрите части тренажера сухой тканью.

При использовании эллиптического тренажера в течение определенного периода времени из-за непрерывного вращения полиуретанового ролика может возникнуть легкий звук трения. Для продления срока службы полиуретанового ролика на поверхность алюминиевого рельса можно вручную нанести немного смазочного масла (С).

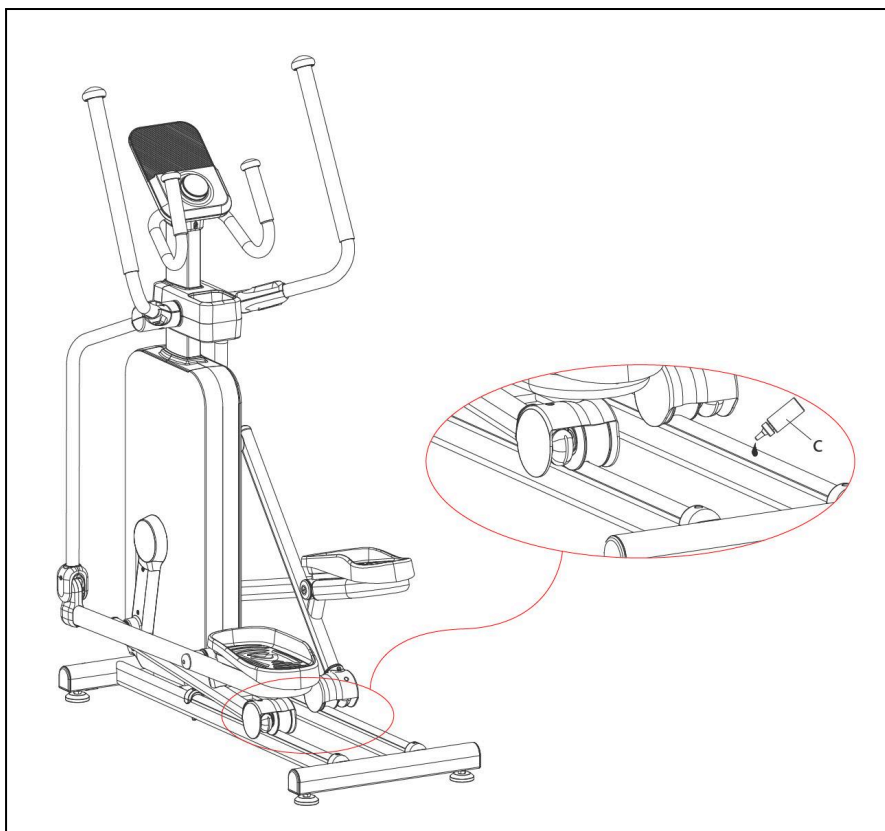


Рисунок 1 — Использование смазочного масла на алюминиевых рельсах

## 4. КОМПЛЕКТАЦІЯ

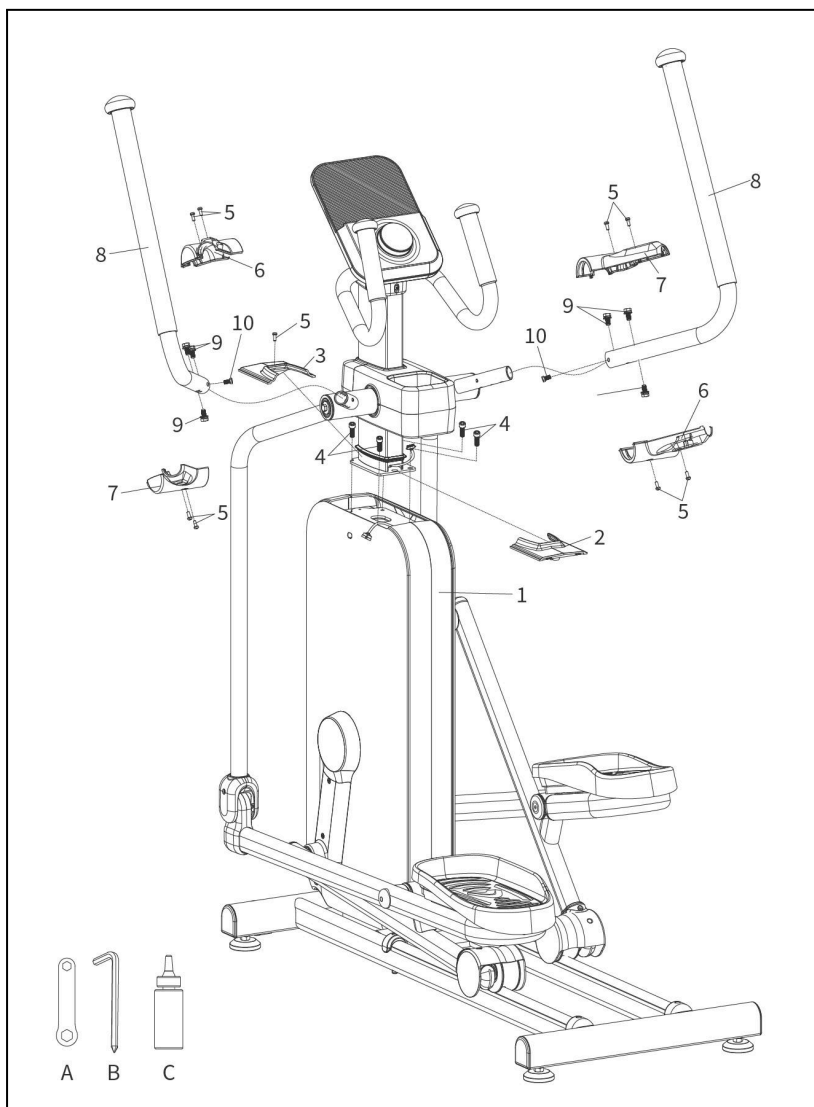


Рисунок 2 — Комплектація тренажера

Таблица 1 — Перечень деталей тренажера

| №  | Описание   | Кол-во |
|----|--|--------|
| 1  | Основная рама  | 1      |
| 2  | Декоративная заглушка рамы 1   | 1      |
| 3  | Декоративная заглушка рамы 2   | 1      |
| 4  | Винты для фиксации стойки консоли М8*16мм                            | 4 + 1* |
| 5  | Винты для фиксации заглушки рамы М5*13мм                             | 9 + 2* |
| 6  | Декоративный кожух поручня 1   | 2      |
| 7  | Декоративный кожух поручня 2   | 2      |
| 8  | Поручни  | 2      |
| 9  | Винты для фиксации кожуха поручня 1 М8*16мм с уплотнительным кольцом | 6 + 1* |
| 10 | Винты для фиксации кожуха поручня 2 М6*10мм                          | 2 + 1* |
| А  | Гаечный ключ универсальный 10-13                                     | 1      |
| В  | Шестигранный ключ с крестовой головкой L6                            | 1      |
| С  | Силиконовое масло  | 1      |
|    | Инструкция по эксплуатации и обслуживанию                            | 1      |
|    | Гарантийный талон  | 1      |
|    | Флаер  | 2      |

\* — запасные детали.

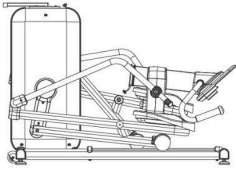


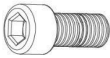





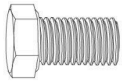



|   |  |  |
|---|--|--|
|    |   |   |
| 1. Основная рама  | 2. Декоративная заглушка рамы 1  | 3. Декоративная заглушка рамы 2  |
|    |   |   |
| 4. Винты для фиксации стойки консоли М8*16мм  | 5. Винты для фиксации заглушки рамы М5*13мм  | 6. Декоративный кожух поручня 1  |
|    |   |   |
| 7. Декоративный кожух поручня 2   | 8. Поручни   | 9. Винты для фиксации кожуха поручня 1 М8*16мм с уплотнительным кольцом            |
|   |  |  |
| 10. Винты для фиксации кожуха поручня 2 М6*10мм                                     | А. Гаечный ключ универсальный 10-13  | В. Шестигранный ключ с крестовой головкой L6                                       |
|  |  |  |
| С. Силиконовое масло  |  |  |

Рисунок 3 — Комплектация

## 5. СБОРКА

Перед сборкой убедитесь, что все детали тренажера в комплекте. Для этого разложите их на ровной поверхности и сверьтесь со списком в комплектации.



**Внимание!** Во время сборки не следует сильно затягивать болты, гайки и винты. Это необходимо сделать в самом конце.

### Шаг 1

Перед сборкой необходимо демонтировать транспортировочную раму.

- Транспортировочная рама находится на основной раме. Открутите винты при помощи шестигранного ключа (B), снимите с рамы транспортировочную раму вместе с П-образной опорой.

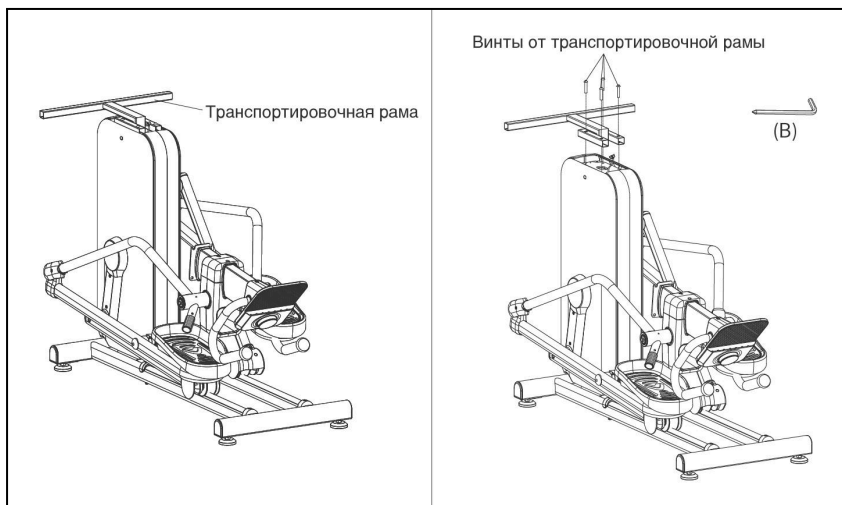


Рисунок 4 — Демонтаж транспортировочной рамы



**Внимание!** Выкрученные винты сохраните. Транспортировочную раму можно утилизировать.

## Шаг 2

- До половины закрутите два винта для фиксации стойки консоли М8\*16 (4) на металлической пластине на основной раме (1) при помощи шестигранного ключа (В) (рисунок а).
- Поднимите стойку консоли.
- Совместите опору стойки консоли с металлической пластиной на основной раме (1). Вставьте выемку опоры в предварительно наживленные винты (4) (рисунок б).
- Шестигранным ключом (В) зафиксируйте опору стойки консоли: в начале полностью закрутите два винта М8\*16 (4), затем закрутите оставшиеся два винта М8\*16 (4).
- Соедините основной кабель (рисунок с).

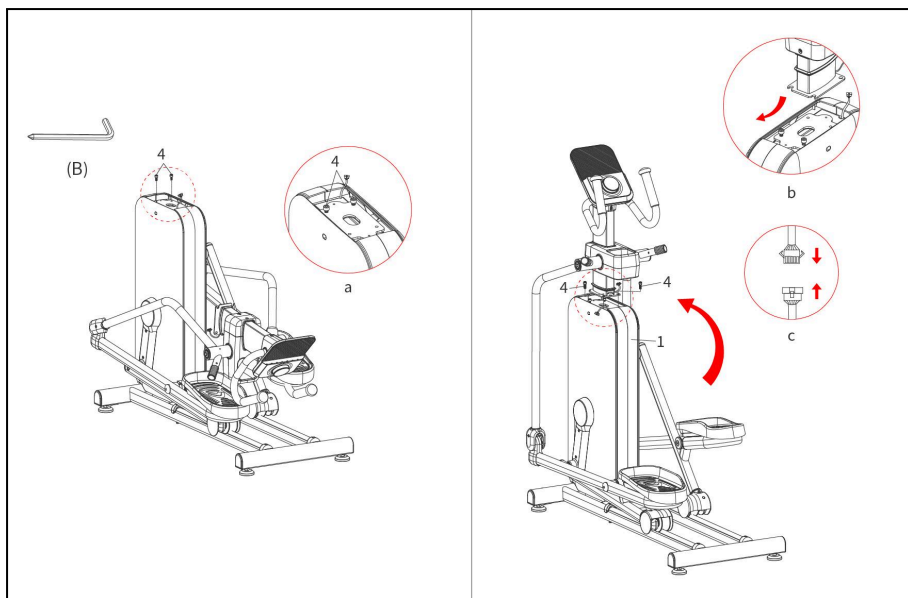


Рисунок 5 — Установка стойки консоли

### Шаг 3

- Снимите транспортировочные заглушки со стойки поручней.
- Установите декоративную заглушку рамы 1 (2) и декоративную заглушку рамы 2 (3). Закрепите их винтом М5\*13мм (5).
- Опустите и прижмите уплотнительное кольцо в зазор между стойкой консоли и декоративными заглушками рамы.

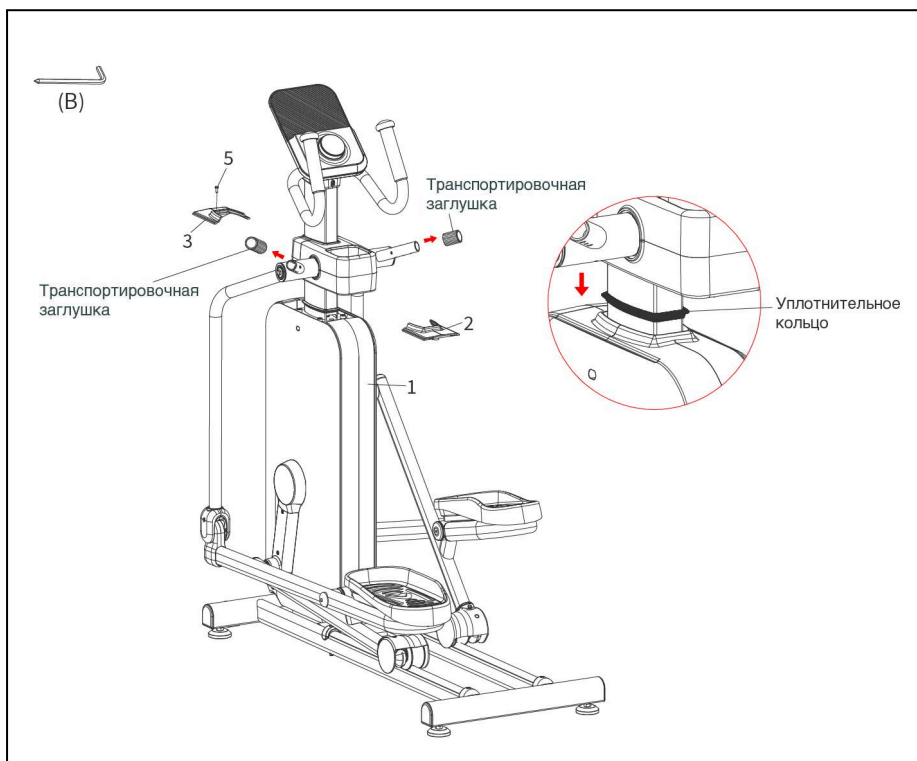


Рисунок 6 — Установка декоративных заглушек рамы



**Внимание!** Транспортировочные заглушки можно утилизировать.

## Шаг 4

Соедините поручень (8) с опорами поручней на основной раме (1), зафиксируйте винтами М8\*16 мм с уплотнительным кольцом (9) и винтами М6\*10 мм (10).

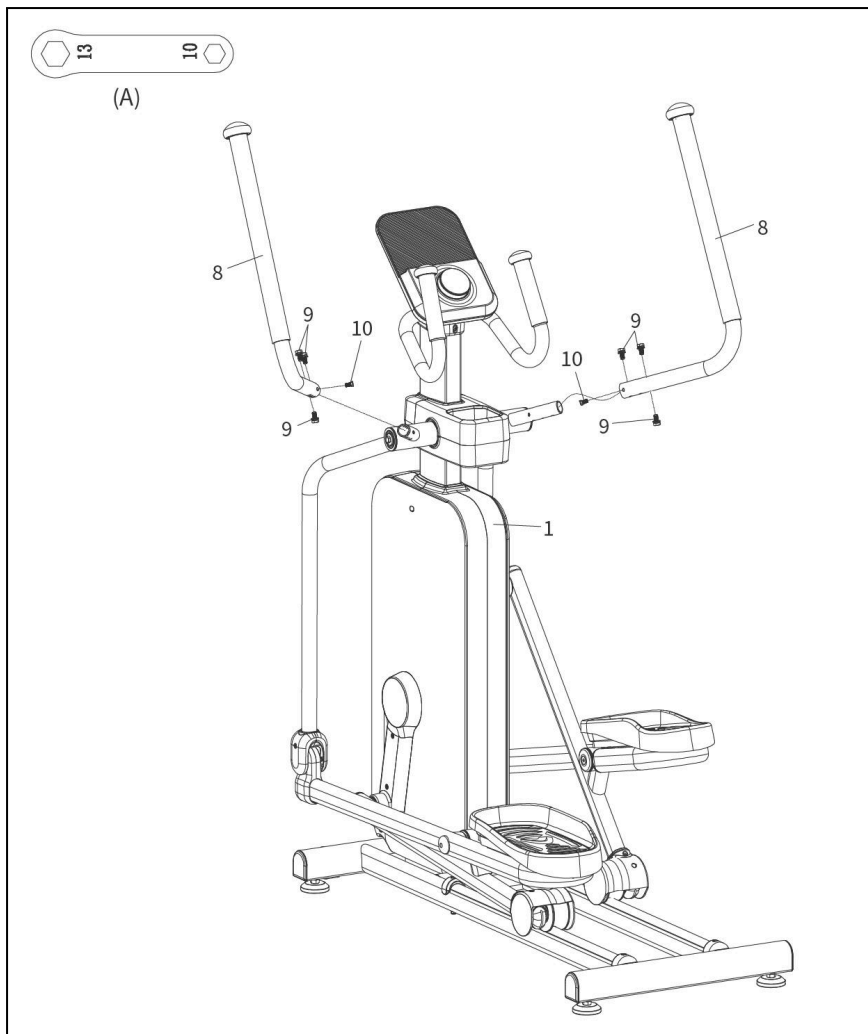


Рисунок 7 — Установка поручней

## Шаг 5

- На шарнир поручня установите декоративные кожухи поручней 1 (6) и 2 (7) и защелкните их.
- Зафиксируйте декоративные кожухи поручней винтами M5\*13мм (5), затяните шестигранным ключом (B).

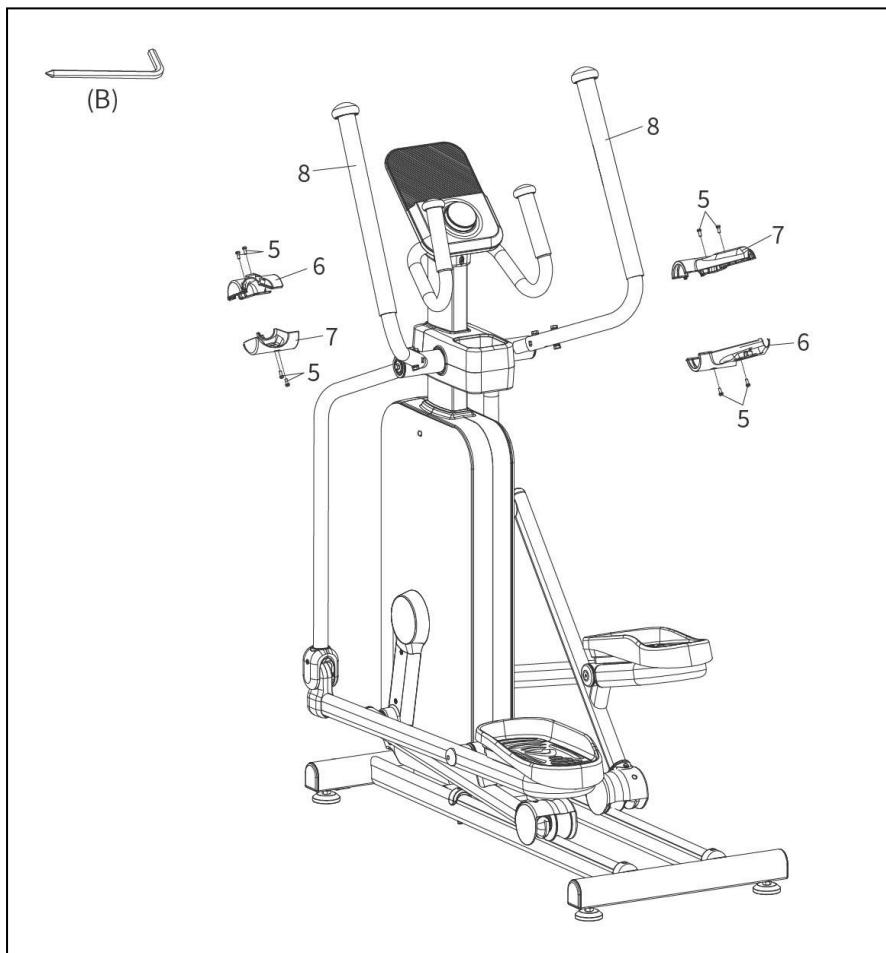


Рисунок 8 — Установка декоративных кожухов поручней

## Внимание!

Orlauf Aurix снабжен генератором, который заряжается от движения педалей. Рекомендуемая первоначальная зарядка для адекватной и стабильной работы консоли - 30 минут. Вы также можете использовать порт Type-C для подзарядки встроенного аккумулятора непосредственно от сети.

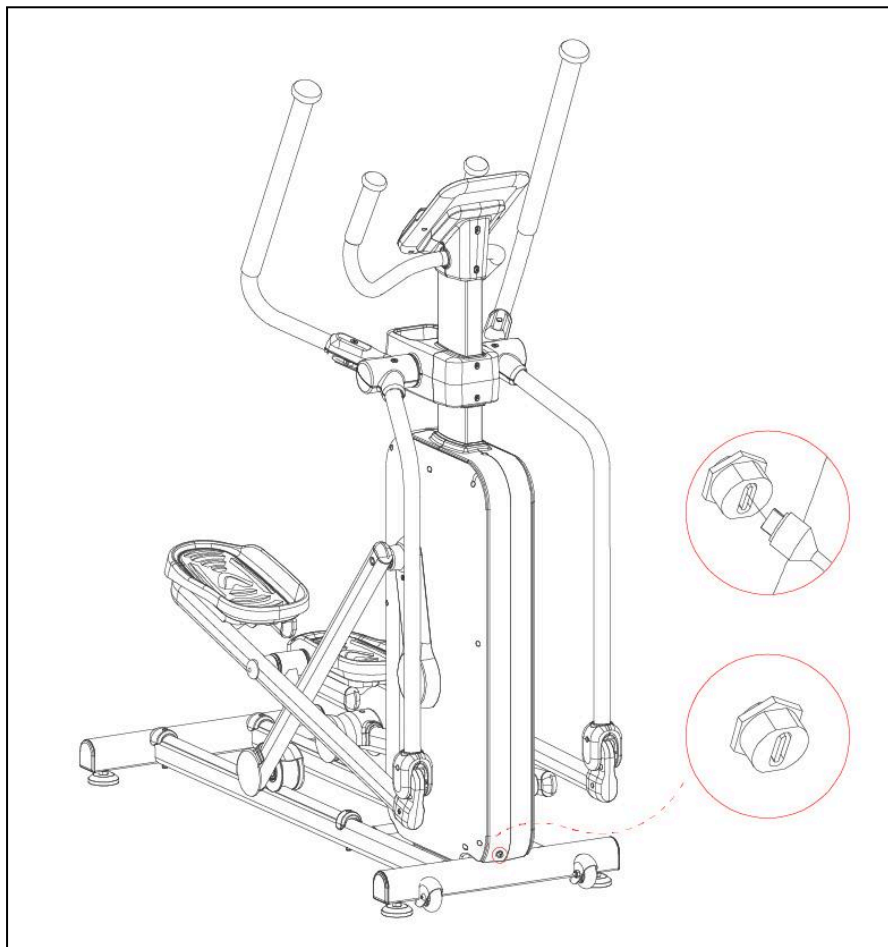


Рисунок 9 — Подзарядка через порт Type-C

## 6. КОНСОЛЬ И УПРАВЛЕНИЕ

### Обзор общего вида консоли



Рисунок 10 — Общий вид консоли

- Нагрузка (от 1 до 32 уровней).
- Текущая скорость (0,0 – 99,9 км/ч).
- Время тренировки (00:00 – 99:59 мин).
- Расстояние (0,0 – 999,9 км).
- Калории (0,0 – 999,9 ккал).
- Текущий статус Bluetooth (вкл/выкл).

## Режим сканирования



Рисунок 11 — Сканирование

В режиме сканирования на большом экране каждые 3 секунды по очереди отображаются текущие показатели: Скорость -> Время -> Расстояние -> Калории.



Рисунок 12 — Фиксированный экран

Нажатием на дисплей выберите данные, который хотели бы зафиксировать для отображения на экране.

Это может быть Скорость -> Время -> Расстояние -> Калории.

На маленьком экране сверху отображается текущий уровень нагрузки.

Синим цветом отображается статус Bluetooth (если он включен).

## Окно кода ошибки

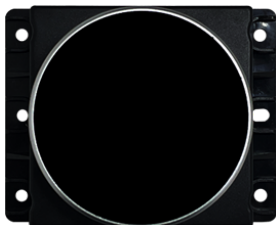


Рисунок 13 — Код ошибки

В случае возникновения неполадок на экране будет отображаться текущий код ошибки.

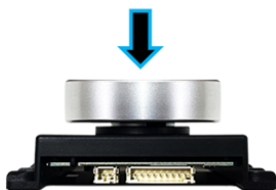
## 6.1 Общие данные по работе с кнопкой

### Вид консоли в спящем режиме



- В спящем режиме консоль неактивна. Для активации нажмите на кнопку, либо поверните кнопку в любую сторону.
- Консоль переходит в спящий режим после 3 минут отсутствия активности.

### Нажатие на кнопку



- Нажмите кнопку для активации консоли.
- Нажмите на кнопку в активном режиме для переключения между фиксированными данными на консоли.
- Длительное нажатие в течение двух секунд сбросит все данные.
- При нажатии на кнопку будет слышен сигнал.

## Вращение кнопки



- Вращайте кнопку по часовой стрелке для увеличения нагрузки.
- Вращайте кнопку против часовой стрелки для уменьшения нагрузки.
- При вращении кнопки будет слышен звуковой сигнал.

## 6.2 Подробное описание функций консоли

При активации тренажера будет слышен звуковой сигнал и экран консоли перейдет в активное положение. Предустановленный уровень нагрузки — 1.



Рисунок 14 — Активация экрана консоли

- В отсутствие активных действий в течение 1 минуты все данные будут сброшены.
- В отсутствие любых действий в течение 3 минут экран полностью погаснет и тренажер переходит в спящее состояние.

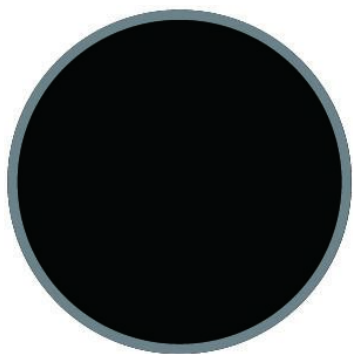


Рисунок 15 — Экран консоли в спящем режиме

Чтобы войти в активный режим консоли нажмите на кнопку или начните крутить педали. В верхней части экрана каждые 3 секунды будет отображаться текущий уровень нагрузки.



Рисунок 16 — Текущий уровень нагрузки

При начале работы по умолчанию будет активирован режим сканирования и на экране будут последовательно отображаться следующие показатели: Скорость -> Время -> Расстояние -> Калории.



Скорость



Время



Расстояние



Калории

Нажатием на кнопку можно зафиксировать нужный экран. Значок сканирования погаснет и будут выведены только выбранные данные (скорость/время/расстояние/калории).

### 6.3 Диапазон параметров отображения

**LEVEL**

**Уровень нагрузки.** 1 ~ 32 уровня.

**SCAN**

**Сканирование.** Значок горит - режим сканирования запущен.



**Скорость.** 0.0 ~ 99.9 км/ч.



**Время.** 00:00 ~ 99:59. Запускается при коротком нажатии на кнопку или при начале движения.



**Расстояние.** 0.0 ~ 999,9 км.



**Калории.** 0.0 ~ 999,9 ккал.



**Bluetooth.** Значок горит - Bluetooth подключен.

## 7. РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ТРЕНИРОВКАМ

Как правильно начать программу тренировок, во многом зависит от вашего текущего физического состояния. Если вы давно не занимались спортом или имеете избыточный вес, сначала постепенно увеличивайте нагрузку на несколько минут за тренировку.

- Первые занятия могут длиться всего несколько минут в пределах выбранного целевого диапазона.
- Через 6–8 недель вы заметите значительный прогресс, и вы будете готовы тренироваться дольше.
- Важно заниматься в комфортном темпе и доводить время — впоследствии — до 30 минут непрерывной тренировки.
- Чем лучше ваша аэробная подготовка, тем проще будет удерживать нагрузку в заданном диапазоне.

### **Основные принципы:**

1. проконсультируйтесь с врачом и составьте индивидуальный план упражнений;
2. с врачом определите постепенный и выполнимый график тренировок;
3. следите за своей частотой пульса и корректируйте нагрузку в зависимости от возраста и состояния здоровья;
4. устанавливайте тренажер на ровную поверхность и оставьте свободное пространство не менее 0,5 м вокруг.

## 8. ПОДКЛЮЧЕНИЕ ПРИЛОЖЕНИЙ ПО BLUETOOTH

### Перед началом убедитесь, что:

- эллиптический тренажер включен и не сопряжен с другими устройствами;
- на вашем смартфоне/планшете включен Bluetooth (при необходимости также разрешите доступ к геолокации на устройствах android);
- расстояние между тренажером и вашим гаджетом не превышает 5–7 метров.

### 1. Подключение к Kiponar:

- запустите Kiponar на своем телефоне или планшете либо отсканируйте QR-код;
- на главном экране приложения нажмите в правом нижнем углу кнопку «My Profile» (Мой профиль);
- в разделе «Manage my equipment» (Управление оборудованием) выберите тип тренажера: «Elliptical» (Эллиптический тренажер);
- выберите из списка бренд «ORLAUF»;
- в списке устройств найдите ваш эллипс и нажмите, чтобы подключиться;
- начните тренировку (даже с небольшой скоростью), чтобы тренажер начал передавать данные в приложение (скорость, дистанцию, калории и т. д.);
- при успешном подключении на экране Kiponar отобразятся текущие параметры, такие как скорость (Speed) и пр.; теперь можно выбирать виртуальные трассы и начинать тренировку.



## 2. Подключение к Zwift:

- запустите приложение Zwift на устройстве, которое будете использовать (смартфон, планшет);
- авторизуйтесь в своей учетной записи или создайте новую, если необходимо;
- а экране «Pair Devices» (Подключение устройств) выберите тип тренажера: «Elliptical» (Эллиптический тренажер);
- когда ваш эллипс появится в списке, нажмите для подключения;
- дождитесь статуса «Connected» (Подключено) и нажмите кнопку «Let's Go», чтобы перейти к выбору маршрута или старту тренировки;
- начните тренировку (даже с небольшой скоростью), чтобы эллипсоид начал передавать данные о вращении и скорости по Bluetooth;
- во время занятия Zwift будет отображать основные показатели (мощность ( $W$ ), скорость, пройденная дистанция); если у вас есть нагрудный кардиодатчик, подключите его отдельно в разделе «Heart Rate».

## 9. СПЕЦИФИКАЦИЯ

|  |  |
|--|--|
| <b>Тип оборудования</b>                          | эллиптический тренажер                         |
| <b>Питание</b>                                   | не требует подключения к сети                  |
| <b>Энергосбережение</b>                          | есть   |
| <b>Тип привода</b>                               | передний                                       |
| <b>Система нагружения</b>                        | электромагнитная                               |
| <b>Количество уровней нагрузки</b>               | 32   |
| <b>Все маховика<br/>(физический/инерционный)</b> | 13 кг/29 кг                                    |
| <b>Консоль</b>                                   | LED-дисплей, с подставкой для телефона         |
| <b>Показания консоли</b>                         | время, расстояние, скорость, калории, нагрузка |
| <b>Общее количество программ</b>                 | нет  |
| <b>Мультимедиа</b>                               | подключение к Kinomap и Zwift                  |
| <b>Измерение пульса</b>                          | нет  |
| <b>Макс. вес пользователя</b>                    | 150 кг   |
| <b>Компенсаторы неровностей пола</b>             | да   |
| <b>Транспортировочные ролики</b>                 | да   |
| <b>Габариты в рабочем состоянии (Д*Ш*В)</b>      | 143*65*165 см                                  |
| <b>Габариты упаковки (Д*Ш*В)</b>                 | 134*62*96 см                                   |
| <b>Вес нетто</b>                                 | 61 кг  |
| <b>Вес брутто</b>                                | 72 кг  |

|                            |   |
|----------------------------|---|
| <b>Импортер</b>            | ООО «ДЕМО-СПОРТ»<br>197183, Санкт-Петербург г.,<br>Полевая Сабировская ул., дом 54, 035С<br>тел. 8-800-775-56-38  |
| <b>Завод-изготовитель</b>  | Jingci (Hangzhou) E-Commerce Co., Ltd<br>Room 803, Pioneer Technology Building, No. 298<br>Weiye Road, Puyan Street, Binjiang District,<br>Hangzhou City, Zhejiang Province, China, 310057<br>info@merach.com |
| <b>Страна изготовления</b> | КНР   |
| <b>Дата изготовления</b>   | указана на этикетке   |
| <b>Гарантия</b>            | 24 месяца   |

Компания оставляет за собой право вносить изменения в дизайн и/или технические характеристики тренажера без предварительного предупреждения потребителя. Оборудование сертифицировано в соответствии с Техническим Регламентом Таможенного Союза. Производитель оставляет за собой право вносить изменения в конструкцию тренажера, не ухудшающие значительно его основные технические характеристики.

В случае возникновения любых неисправностей просим не пытаться устранить проблему самостоятельно, обращайтесь в сервисный центр ООО «ДЕМО-СПОРТ» по телефону 8-800-775-56-38.



**Внимание!** Тренажер предназначен для домашнего использования!



**ORLAUF**

