

# TAKASIMA

Инверсионный стол  
Inrover СИ(TI)-001



Руководство пользователя



[www.takasima.ru](http://www.takasima.ru)

## Содержание

1. Руководство по эксплуатации .....	3
2. Пульт управления .....	4
3. Внимание .....	5
4. Противопоказания .....	5
5. Технические характеристики .....	6
6. Гарантия .....	7
6. Сборка стола.....	8

## Руководство по эксплуатации:

**Шаг 1:** Приведите тренажер в горизонтальное положение перед эксплуатацией. Осмотрите мотор, чтобы убедиться, что шнур мотора не очень тугой. Отрегулируйте длину кабеля таким образом, чтобы связь не прервалась во время тренировок. Для проверки контакта приведите тренажер в максимально высокое и максимально низкое положение несколько раз.

**Шаг 2:** Сядьте на тренажер и отрегулируйте подставки для ног и лодыжек таким образом, чтобы Вам было комфортно.

**Шаг 3:** Убедитесь в том, что обе лодыжки находятся между верхней и нижней подушками.

**Шаг 4:** На пульте управления нажмите кнопку ВВЕРХ или ВНИЗ для регулировки положения тренажера.

**Шаг 5:** Нажмите кнопку ВНИЗ, чтобы привести тренажер в максимально низкое положение и поставьте пульт управления на ручку держателя.

**Шаг 6:** В пульте управления находится один аккумулятор, который необходимо заряжать в течение 24 часов для стабилизации мощности.

### Предупреждение:

Во избежание травм и поломок, пожалуйста, следуйте инструкциям, описанным в данном руководстве пользователя. В руководстве подробно описаны правила применения данного устройства.

- Продавец не несет никакой ответственности, если тренажер эксплуатируется неправильно или не по назначению.
- Несоблюдение оговоренных в инструкции мер может привести к риску повреждения устройства или травмы пользователя.
- Эксплуатация неисправного тренажера может привести к травме пользователя.
- Если у Вас возникли проблемы при сборке тренажера, обратитесь к продавцу.

### Ограничения:

При наличии хронических заболеваний или других проблем со здоровьем, перед эксплуатацией тренажера проконсультируйтесь с врачом.

**ПУЛЬТ УПРАВЛЕНИЯ**

Кнопки регулирования  
угла наклона (▲ ▼)

**ВНИМАНИЕ:**

1. Тренажер предназначен только для домашнего использования. Гарантия становится недействительной, если тренажер эксплуатируется в коммерческих целях или в физкультурно-оздоровительных учреждениях массового типа.
2. Перед использованием тренажера проконсультируйтесь с Вашим лечащим врачом. Не пользуйтесь тренажером без его одобрения.
3. Если вы почувствовали боль, давление, головокружение или обморочное состояние, немедленно прекратите тренировку.
4. Перед началом занятий на тренажере убедитесь в том, что он правильно собран. Все шурупы, гайки, болты должны быть ввинчены правильно.
5. Не пользуйтесь тренажером, если он неисправен.
6. Держите руки и ноги вдали от подвижных частей тренажера.
7. Запрещается эксплуатация тренажера несовершеннолетними детьми и пожилыми людьми.
8. Не позволяйте детям и домашним животным находиться вблизи тренажера.
9. Максимальный вес пользователя – 100 кг.
10. Пожалуйста, сохраните эту инструкцию. Если вы ее потеряете, свяжитесь с вашим поставщиком.

**ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ:**

- Глаукома, отслоение сетчатки или конъюнктивит.
- Беременность.
- Чрезмерная полнота.
- Повреждения спины, церебральный склероз, сильно распухшие суставы, ревматизм, артрит.
- Инфекции среднего уха.
- Проблемы с циркуляцией крови, повышенное кровяное давление, кардиологическая группа заболеваний.
- Хиатральная грыжа или брюшная грыжа.
- Остеопороз, незажившие переломы, имплантированные хирургическим путем ортопедические штифты.
- Применение антикоагулянтов, таких как Аспирин в больших дозах.
- Злокачественные опухоли.
- Анестезия.

**ВНИМАНИЕ:**

1. Перед началом тренировок, убедитесь в отсутствии на тренажере царапин, повреждений и поломок
2. Необходимо чтобы, по крайней мере, двое взрослых собирали тренажер.
3. Запрещается вносить какие-либо изменения в конструкцию тренажера. Добавленные или снятые детали могут привести к травмам. Не чините тренажер самостоятельно.
4. Разместите тренажер так, чтобы избежать повреждения мебели.
5. После сборки убедитесь в том, что запчасти закреплены не слишком туго и не слишком слабо.
6. Для занятия на тренажере необходимо принять правильное положение, надеть подходящую одежду (не надевайте слишком просторную и длинную одежду), нескользкие короткие носки и спортивную обувь.
7. Следите за тем, чтобы во время эксплуатации тренажера люди, находящиеся рядом, не толкали и не пинали устройство.
8. Во время занятий, пожалуйста, не трогайте подвижную часть тренажера во избежание серьезных травм.
9. За сеанс только один человек может пользоваться тренажером. Запрещается пользоваться тренажером двум или более людям одновременно.
10. В целях безопасности, не суйте пальцы в отверстия данного тренажера.
11. Увеличивайте нагрузку постепенно.
12. Не стойте на тренажере.
13. Не спускайтесь с тренажера во время тренировки.
14. Если Вы чувствуете головокружение, тошноту, боль в груди и другой дискомфорт, пожалуйста, прекратите пользоваться тренажером и проконсультируйтесь с врачом.
15. Во время тренировки тренажера не курите и не пейте. Не пользуйтесь тренажером после употребления алкогольных напитков.

**Технические характеристики:**

Вес стола	34 кг
Вес пользователя	130 кг
Напряжение	220 В
Потребляемая мощность	29 Вт
Размеры	1650x470x700 мм

**Предупреждение**

1. Тренажером можно пользоваться только в помещениях с низким уровнем влажности, пыли и т. д.
2. Установите тренажер горизонтально на полу и убедитесь, что все 4 ножки прочно стоят на поверхности.
3. Храните тренажер в чистом и сухом месте.
4. Если Вы долго не пользовались тренажером то, перед тем как заново приступить к эксплуатации, внимательно перечитайте инструкцию.
5. Регулярно проверяйте и чистите тренажер. Используйте для чистки мягкое мыло и воду.

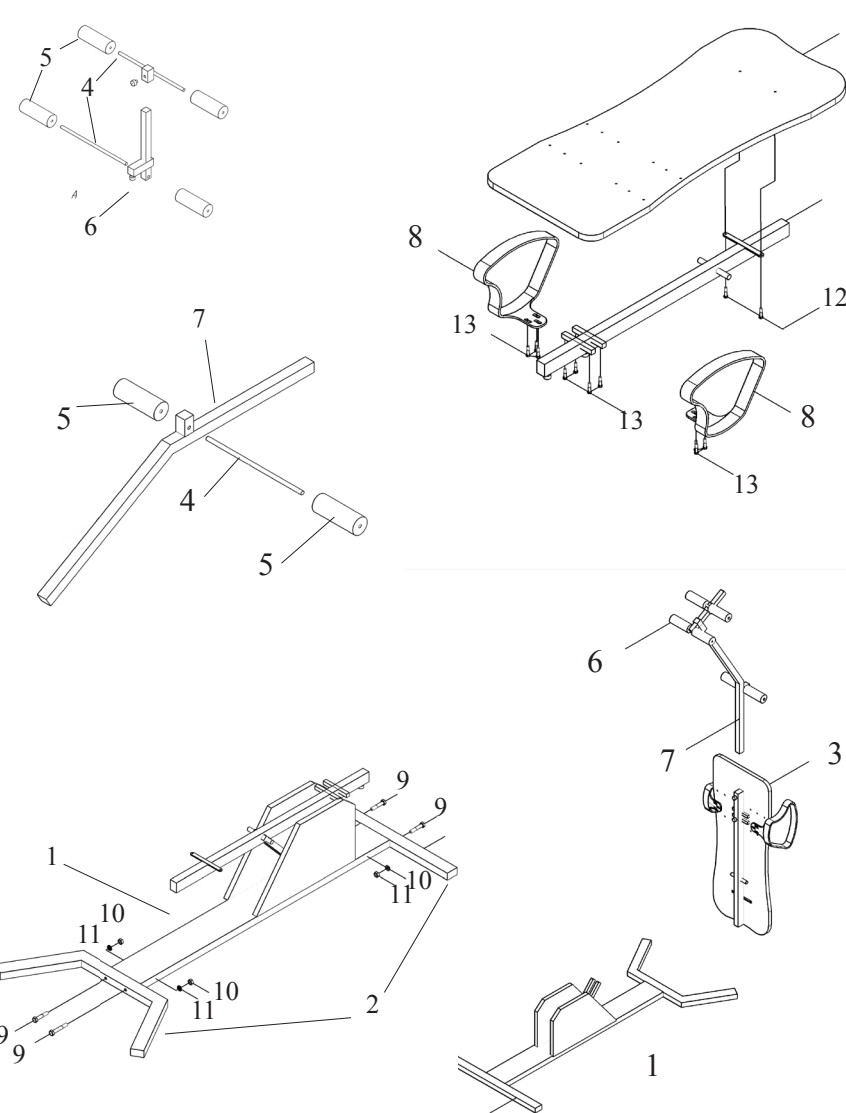
**ГАРАНТИЯ**

1. Гарантия на тренажер – 1 год.
2. Гарантия на запчасти – 90 дней (список запчастей включает подушку для ног, ручку держатель, сам стол, ручку для регулировки и пульт управления).
3. Гарантия предоставляется только конечному покупателю. При обращении в сервисную службу необходимо предоставить документы о покупке товара.
4. Тренажер предназначен только для домашнего использования. Гарантия не действует, если тренажер эксплуатируется в коммерческих целях или в физкультурно-оздоровительных учреждениях массового типа.
5. Предоставляем гарантийное обслуживание только в тех случаях, когда покупатель следует предписаниям инструкции эксплуатации. Если Вы пользуетесь тренажером, пренебрегая правилами, описанными в руководстве, то вам может быть отказано в гарантийном обслуживании. Предоставляем замену или ремонт дефектных частей только при условии, что тренажер эксплуатируется в нормальных домашних условиях. Данная гарантия также не действует, если тренажер используется в коммерческих целях.

№	НАЗВАНИЕ	КОЛИЧЕСТВО
1	Основание с актуатором и пультом управления в сборе.	1
2	Задняя и передняя ножка опоры	1
3	Стол-тренажёр	1
4	Поперечины	2
5	Валики для ног	6
6	Регулируемая перекладина.	1
7	Кронштейн, закрепляющий основание тренажёра	1
8	Боковые ручки-держатели	2
9	Болт М10*80	4
10	Гайка коническая	4
11	Шайба	8
12	Винт М6*16 - (НА СХЕМЕ РЯДОМ С 18 НЕ ОБОЗНАЧЕНО)	2
13	Винт М6*20 (НА СХЕМЕ 20) (НА СХЕМЕ 23)	10
14	Ключ-шестигранник SW-4	1
15	Ключ-шестигранник SW-8	1
16	Ключ рожковый 13*17	1

## Сборка стола

1. Для упрощения сборки наклоните стол вертикально.
2. Расположите в одну линию отверстие гайки с отверстиями рамы.
3. Вставьте в отверстия шуруп и шайбу.
4. Закрутите болты.





# TAKASIMA

## КОРДА

198095, Санкт-Петербург,  
ул. Розенштейна, 21, лит. А, оф. 508

**Телефон: +7(812) 449-60-49**

127422, Москва, ул. Тимирязевская,  
2/3, ТЦ Парк 11, 2 этаж, павильон С33

**Телефон: +7 (495) 215-14-90**

E-mail: [info@takasima.ru](mailto:info@takasima.ru)

Бесплатный звонок для абонентов РФ:

**Телефон: 8 (800) 555-3-823**

