

4. Общие положения

Эргометр Stair может использоваться для различных целей, от повышения выносливости до реабилитации.

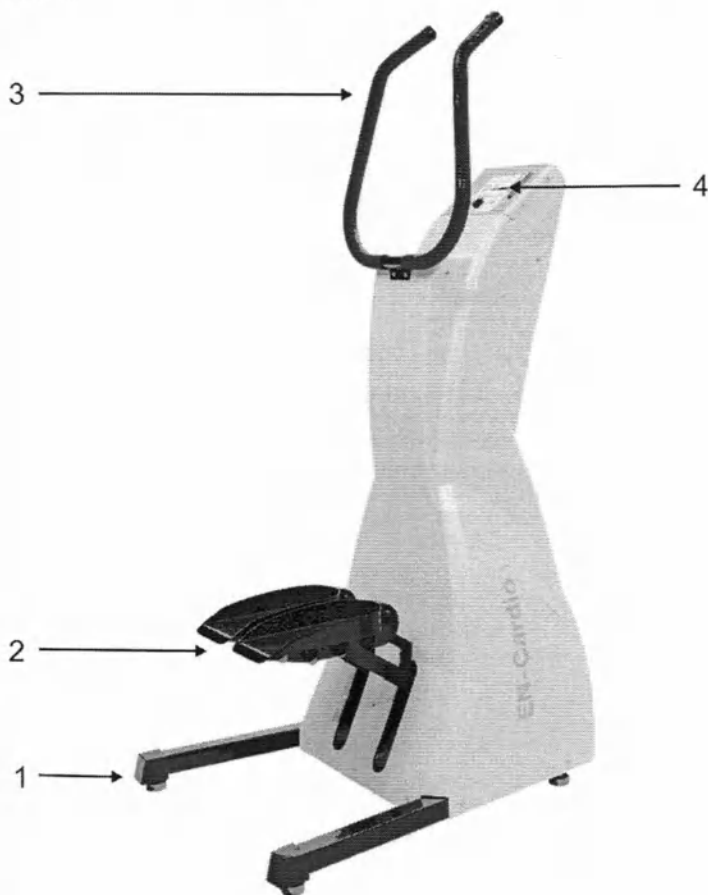


Рис. 1 Эргометр Stair

4.1 Перечень деталей.

1. Опорная рама эргометра
2. Педали
3. Рычаги управления
4. Пульт управления



4.2 Пульт управления

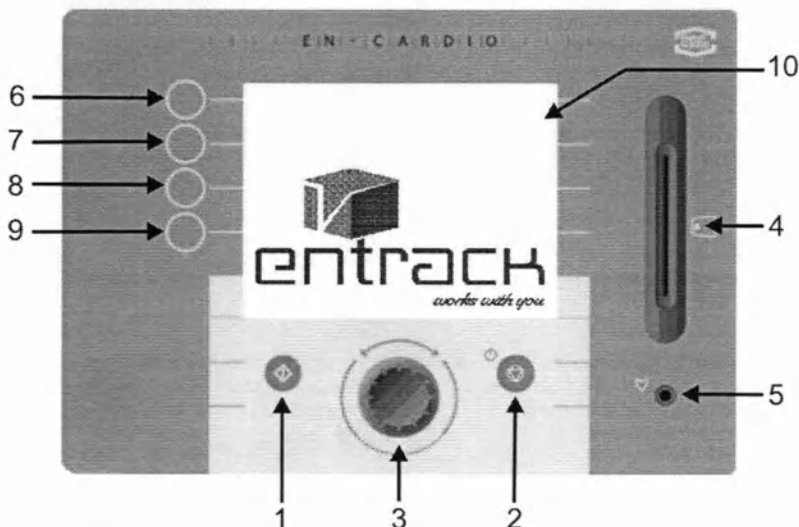


Рис. 2 Пульт управления

Пульт управления эргометра "Stair" включает следующие элементы: (Рис. 2).

1. Клавиша для включения эргометра
2. Клавиша для выключения эргометра
3. Поворотная кнопка для различных настроек
4. Устройство считывания с чип-карты
5. Гнездо подключения датчика, закрепляемого на мочке уха, для приемного устройства частоты сердечных сокращений
6. Селекторный переключатель 1
7. Селекторный переключатель 2
8. Селекторный переключатель 3
9. Селекторный переключатель 4
10. Жидкокристаллический экран

4.3 Жидкокристаллический экран

На пульте управления (Рис. 2) находится жидкокристаллический экран. При подготовке к тренировке на панели управления отображается меню. Во время тренировки на экране отображаются различные параметры и графическое изображение хода тренировки.

4.4 Меню

Управление эргометром Stair осуществляется с помощью меню. В меню можно выбрать различные режимы тренировок. Управление эргометром осуществляется переключателями и поворотной ручкой, находящимися на панели управления. Подробное объяснение различных меню содержится в главах с 5 по 10 настоящей инструкции.

4.5 Контроль частоты сердечных сокращений

Существует три способа контроля частоты сердечных сокращений:

1. Датчиком, закрепляемым на мочке уха
2. Нагрудным поясом
3. Датчиками измерения частоты пульса на руке (дополнительно)

