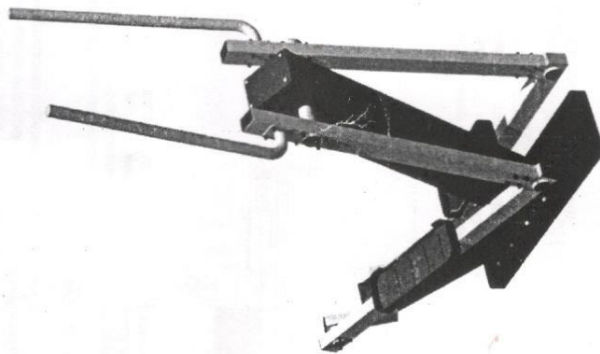


Тренажер уличный стационарный
«Эллиптический»
СО-3.1.67.01

Паспорт
СО-3.1.67.01 ПС



ЗАО «ЗАВОД ИГРОВОГО СПОРТИВНОГО ОБОРУДОВАНИЯ»

428037, Россия, Чувашская Республика, г. Чебоксары,
Монтажный проезд, 66
тел./факс (8352) 222-123
E-mail: romana@romana.ru, www.romana.ru

19178

Внимание установщика

Необходимо произвести монтаж изделия в соответствии с Руководством по сборке и монтажу. После завершения установки передайте паспорт владельцу изделия. Пожалуйста, напомните владельцу о необходимости изучить инструкцию по безопасной эксплуатации.



Внимательно прочтите паспорт (далее - ПС) для ознакомления с правилами сборки, безопасной эксплуатации, обслуживания, транспортировки и хранения изделия.
Работы по сборке, разборке и установке изделия должны проводить лица, располагающие необходимой для этого материально-технической базой и квалификацией после изучения ПС.
ПС рекомендуется хранить в течение всего срока эксплуатации изделия

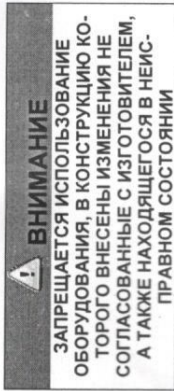
Производитель имеет право на внесение изменений в дизайн, комплектацию, а также в технические характеристики изделия в ходе совершенствования своей продукции без дополнительного уведомления об этих изменениях.

Во избежание получения травм не допускается:

- присутствие и участие посторонних лиц при монтаже изделия;
- проведение регулировки изделия посторонними лицами;

ДЛЯ БЕЗОПАСНОЙ ЭКСПЛУАТАЦИИ:

Не использовать оборудование не по назначению.
Следить за тем, чтобы оборудование находилось в исправном состоянии, к тренажеру не должны допускаться непредусмотренные конструкцией элементы, такие как (слисок этим не ограничивается): скакалки, веревки для бегля, кабели и цепи, собачьи поводки, они могут стать причиной травм и удушья

**1 ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ**

- 1.1 Наименование изделия: Тренажер уличный стационарный «Эллиптический» СО-3.1.67.01.
- 1.2 Предприятие-изготовитель: ЗАО «ЗИСО» г. Чебоксары.
- 1.3 Место установки: На открытых уличных площадках.
- 1.4 Нормативные документы, в соответствии с которыми изготовлено изделие: ГОСТ Р 57538-2017

Тренажер предназначен для тренировки мышц ног и рук, для развития координации движений, тренировки сердечно - сосудистой системы и увеличения выносливости.

2. ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ.

- 2.1 Основные технические характеристики приведены в таблице 1 и на рис. 1

Таблица 1

Наименование параметра		Величина параметра
1 Габаритные размеры, мм	Длина (L)	1485
	Ширина (B)	727
	Высота (H)	1635
2 Возраст пользователя, лет		от 14
3 Критическая высота падения (для ударопоглощающего покрытия), мм		200
4 Допускается установка ударопоглощающего покрытия из резиновой крошки, песка, древесных опилок или резиновой плитки, синтетического покрытия.		ГОСТ Р ЕН 1177-2013
5 Масса изделия нетто, кг, не более		68
6 Масса пользователя, максимальная, кг		125
7 Рост пользователя, минимальный, мм		1400
8 Срок службы, лет		5

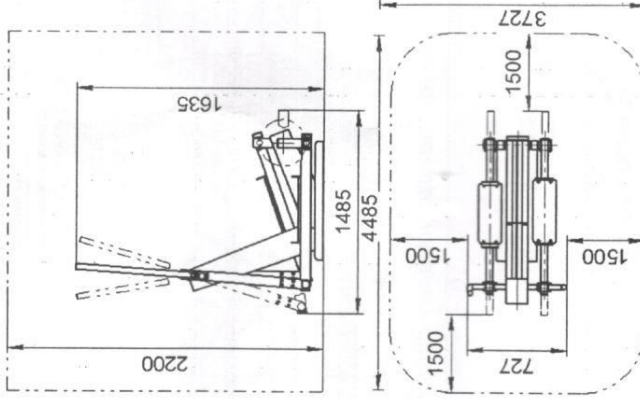
2.2 Габариты и зона приземления тренажера:

Рис.1

3. КОМПЛЕКТНОСТЬ.

- 3.1 Комплектность поставляемого тренажера см. таблицу 2.

Примечание: В связи с постоянной работой над совершенствованием выпускаемой продукции возможны изменения, не отраженные в настоящем руководстве. Внесенные изменения не ухудшают потребительских свойств продукции.

Таблица 2

№ поз.	Обозначение, наименование	Рисунок	Таблица 2	
			Количество, шт.	№ пакета
	Сборочные единицы и детали			

1	Металлоконструкция тренажера		1	1
10	Ручьятка СО-3.1.67.01.07.01		2	1
11	Прокладка ИСО-05.29		2	1
20	Фланец СО-3.1.67.01.07.01.002		2	1
50*	Болт анкерный СО-3.1.63.03.001		4	1
Стандартные изделия				
113	Шайба 8 65Г ГОСТ 6402-70		8	1
114	Болт М8х65.56.016 ГОСТ 7798-70		8	1
141	Гайка М8.01.016 ГОСТ 11860-85		8	1
143*	Гайка М12.01.016 ГОСТ 5915-70		4	1
151	Шайба 8.01.016 ГОСТ 11371-78		16	1
152*	Шайба 12.01.016 ГОСТ 11371-78		4	1
154*	Шайба 12Н 65Г ГОСТ 6402-70		4	1
161	Заглушка 32 ДСК 05.094.00		4	1
Документация				
Паспорт СО-3.1.67.01 ПС				

! * При установке тренажера на раму дет. поз. 50, 143, 152, 154 не поставляются.

5 ТРАНСПОРТИРОВКА И ХРАНЕНИЕ

5.1 Транспортировка Изделия должна производиться автомобильным транспортом без упаковки в тару или в контейнерах согласно требованиям «Правил движения по дорогам России», «Общим правилам перевозки грузов автотранспортом».

5.2 До установки в рабочее положение Изделие хранить в упаковке завода-изготовителя в закрытых сухих помещениях с естественной вентиляцией воздуха.

5.3 Условия хранения соответствуют 2(С) по ГОСТ 15150-69.

Дата начала транспортировки	Дата окончания транспортировки	Подтверждающий документ (накладная)	Сведения о транспортировке	
			Начальный/конечный пункты транспортировки	Дата, должность и подпись лица, ответственного за транспортировку

Дата начала хранения	Дата окончания хранения	Подтверждающий документ (накладная)	Место хранения	Сведения о хранении	
				Дата, должность и подпись лица, ответственного за хранение	

6 УТИЛИЗАЦИЯ

6.1 Перед отправкой Изделия на утилизацию необходимо:

- произвести демонтаж;
 - разобрать Изделие. Разборку выполнять в последовательности, обратной сборке;
 - рассортировать детали по видам материалов, из которых они изготовлены;
 - Изделие не содержит опасных для здоровья и жизни веществ.
- 6.2 Изделие не содержит опасных для здоровья и жизни веществ.
- 6.3 Утилизацию отходов осуществлять в соответствии с требованиями СанПиН 2.1.7.1322-03.

Дата утилизации	Подтверждающий документ	Дата, должность и подпись лица, ответственного за утилизацию

7 ГАРАНТИЙНЫЕ ОБЯЗАТЕЛЬСТВА

7.1 Гарантийный срок эксплуатации изделия – 24 месяцев со дня реализации.

7.2 Гарантия не распространяется на изделия:

- поврежденные при перевозке покупателем;
- поврежденные при эксплуатации в результате умысленных действий третьих лиц (вандализм);
- дефекты, которые возникли из-за нарушения правила хранения, сборки и эксплуатации, изложенных в настоящем паспорте;
- не имеющие в паспорте отметок о приёме ОТК, упаковке и продаже изделия;
- в конструкции которых внесены изменения, не согласованные с заводом-изготовителем.

8. СВИДЕТЕЛЬСТВО О ПРИЁМКЕ

Изделие СО-3.1.67.01 соответствует СТО 32.30.14-005-71030909-2019 и признано годным к эксплуатации.

Дата изготовления « 15 АЕЛ 2019 » г.

Упаковщик Улаковщик

личная подпись, инициалы, фамилия

ОТК Улаковщик

личная подпись, инициалы, фамилия

VIN Улаковщик

№ 14

9. СВИДЕТЕЛЬСТВО ОБ УПАКОВЫВАНИИ.

Изделие упаковано в соответствии с конструкторской Документацией

Дата изготовления « 15 АЕЛ 2019 » г. Упаковщик Улаковщик

10. СВИДЕТЕЛЬСТВО О КОНСЕРВАЦИИ

Изделие СО-3.1.67.01 подвергнуто консервации на ЗАО «Завод игрового спортивного оборудования» согласно требованиям нормативных документов

Консервацию провел Улаковщик

личная подпись, инициалы, фамилия

Дата консервации 15 АЕЛ 2019 Срок консервации _____

Дата консервации	Причина проведения работ и наименование документа, по которому проводится работа.	Наименование или условное обозначение предприятия (организации), производившего консервацию (расконсервацию) изделия	Дата, должность и подпись лица, ответственного за консервацию (расконсервацию)
	Краткое содержание работы		

11. ОТМЕТКА О ПРОДАЖЕ

Торговое предприятие _____

Продавец _____

личная подпись, инициалы, фамилия

Дата « 15 АЕЛ 2019 » г.

М.П.

12. ИНСТРУКЦИЯ ПО МОНТАЖУ

12.1 Меры безопасности

12.1.1 Работы по сборке, разборке и установке Изделия должны производить лица, располагающие необходимой для этого материально-технической базой и квалификацией после изучения Паспорта.

12.1.2 Установка Изделия должна производиться на ровной площадке, свободной от насаждений. Необходимо удалить торчащие корни деревьев, элементы (куски) старых стоек и фундаментов, выступающих над землей и металлических частей, оставшихся от другого оборудования и т.д.

12.1.3 Размеры минимального пространства для размещения оборудования и безопасные расстояния от оборудования до поверхности площадки указаны на рис. 2.

12.3.3 Произвести сборку тренажера (рис.4,5):

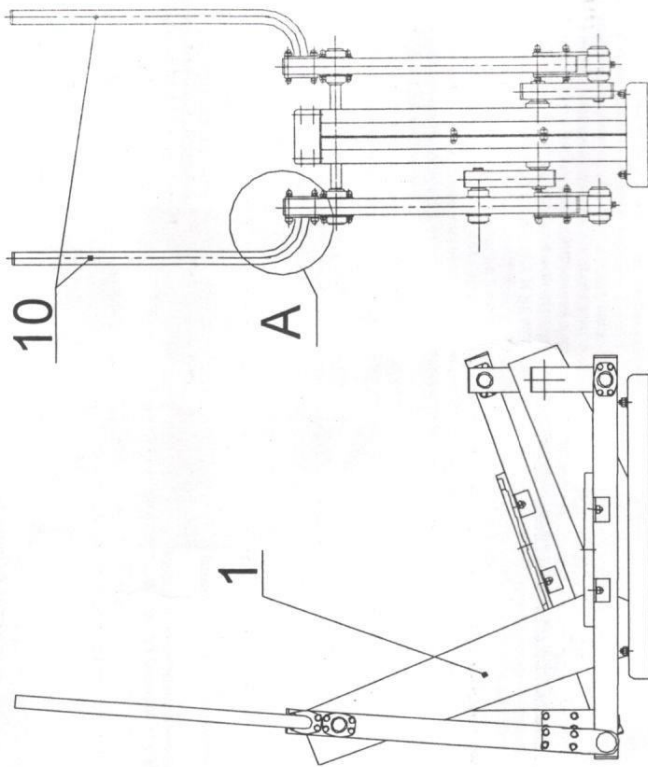


Рис.4

12.3.3.1 Установить и закрепить рукоятки поз.10 (рис.6)

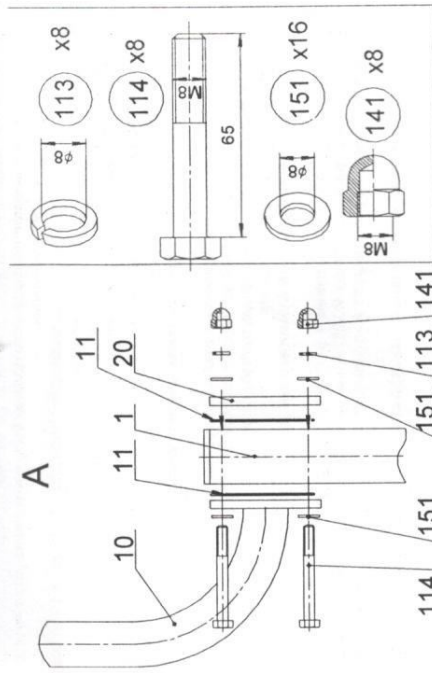


Рис.6

13 ИНСТРУКЦИЯ ПО БЕЗОПАСНОЙ ЭКСПЛУАТАЦИИ

13.1. Изделие предназначено для пользователей от 14 лет.



25.06.2020

7

СО-3.1.67.01

- 12.1.4 Не допускается присутствие и участие посторонних лиц при монтаже Изделия.
- 12.1.5 Сборку производить поэтапно, следуя указаниям, изложенным в паспорте.
- 12.1.6 Необходимо удалить монтажный инструмент и приспособления перед вводом в эксплуатацию Изделия.
- 12.1.7 Необходимо удалить элементы упаковки перед вводом в эксплуатацию Изделия.
- 12.1.8 Установка Изделия должна производиться с учетом климатических условий региона, и с учетом действующих нормативных документов и законодательства, а именно:
 - размещения Изделия должно производиться с соблюдением всех требуемых расстояний от ЛЭП, насаждений, зданий и сооружений, коммуникационных и коммунальных сооружений.

12.2 Подготовка к монтажу, инструменты и приспособления

- 12.2.1 Распакуйте Изделие.
- 12.2.2 Внимательно изучите инструкцию по монтажу.
- 12.2.3 Разложите комплектующие детали на заранее подготовленном месте (стол, участок земли).
- 12.2.4 Убедитесь, что комплектность поставки совпадает с паспортными данными на Ваше Изделие.
- 12.2.5 В процессе сборки и монтажа необходимы инструменты, указанные в таблице 3:

Таблица 3

Наименование	Количество, шт.
Ключ накидной-торцевой S=19 мм	1
Строительный уровень	1
Фиксатор резьбы синий (удалемый)	1

- 12.2.6 Момент затяжки 4-5 кгс*м.
- 12.3 Последовательность сборки и монтажа.
 - 12.3.1 Провести планировку участка, разровнять поверхность установки изделия.
 - 12.3.2 Подготовить прямые по схеме на рис. 2, размерами 800ммx400мм, глубиной 430мм.
 - 12.3.3 Залейте в прямые бетон, марка бетона не ниже В15, необходимый объем – 0,1 куб. м.
 - 12.3.4 При установке тренажера обеспечить ровную поверхность бетонного фундамента для обеспечения надежной установки Изделия.
 - 12.3.5 **ВНИМАНИЕ!!!** При заливке бетона не допускать загрязнения изделия.

12.3.6 В зоне приземления ИЗДЕЛИЯ установить ударопоглощающее покрытие (песок, древесные опилки) толщиной не менее 300 мм, либо покрытие из резиновой крошки или резиновой плитки, толщиной согласно ГОСТ Р ЕН 1177-2013 (толщина вычисляется экспериментальным путем, с помощью специального инструмента и квалифицированных специалистов).

12.3.7 При установке с сыпучим ударопоглощающим покрытием, фундамент должен быть залит в прямые, выкопанные в уплотненном грунте.
При установке тренажера обеспечить ровную поверхность бетонного фундамента для обеспечения надежной установки Изделия.



Внимание! Эксплуатацию изделия проводить только после полного застывания фундамента-не менее, чем через 14 дней.

Убедитесь в сухости и прочности залитого бетона. Установить металлоконструкцию тренажера (поз. 1) на анкерные болты и закрепить, установить заглушки поз.161 (рис.3):

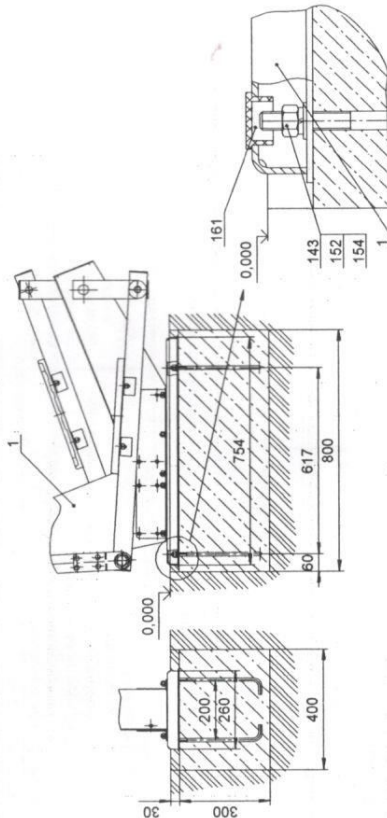


Рис.3

*Допускается установка тренажера на индивидуальную раму, обеспечивающую безопасную эксплуатацию тренажера.
При установке тренажера на раму дет. поз.50,143,152,154 не устанавливаются.

25.06.2020

6

СО-3.1.67.01

13.2. Во избежание получения травм, на поверхности площадки не должно быть посторонних предметов.

13.3. В зоне приземления должно быть ударопоглощающее покрытие (песок, древесные опилки). Критическая высота свободного падения указана в п.3, таблицы 1. Технические требования.

13.4. Разрешается эксплуатация изделия при температуре окружающей среды не ниже минус 30°C и не выше плюс 40°C.

13.5. При занятиях на ИЗДЕЛИИ на пользователях должна быть подготовлена одежда и обувь. Исключить наличие на теле пользователя изделий, которые при занятиях могут непроизвольно зацепиться за детали Изделия и привести к травмам.

13.7. Для обеспечения безопасности эксплуатант разрабатывает и устанавливает информационные таблички или доски, содержащие:

- Правила пользования;
 - Номера телефонов службы спасения, скорой помощи;
 - Номера телефонов для сообщения службы эксплуатации о неисправности и поломке оборудования;
 - Номера телефонов службы спасения, скорой помощи.
- В случае невыполнения мер безопасности и указаний по эксплуатации Изделия пользователь может получить травмы!**



14 ИНСТРУКЦИЯ ПО ОСМОТРУ И ПРОВЕРКЕ ПЕРЕД НАЧАЛОМ ЭКСПЛУАТАЦИИ

14.1 Перед началом эксплуатации необходимо:

- Провести визуальный осмотр ИЗДЕЛИЯ;
- Проверить целостность конструкции, наличие всех элементов ИЗДЕЛИЯ;
- Проверить отсутствие посторонних предметов на оборудовании и в зоне приземления
- Если во время осмотра будут обнаружены какие-то неполадки, то они должны быть немедленно устранены, а если это невозможно, то оборудование должно быть закрыто для использования.

15 ИНСТРУКЦИЯ ПО ОСМОТРУ И РЕМОНТУ

15.1 Необходимо проводить ежедневный визуальный осмотр, который включает проверку:

- надежности крепления к фундаменту несущей конструкции;
- целостности конструкции, наличия всех элементов ИЗДЕЛИЯ;
- узлов крепления. При визуальном обнаружении ослабления крепежных соединений, произвести их подтяжку, используя стандартный инструмент;
- чистоты и внешнего вида поверхности площадки и оборудования;
- соблюдение расстояний от частей оборудования до поверхности площадки;
- на наличие выступающих частей фундаментов;
- на чрезмерный износ подвижных частей оборудования;
- на наличие дефектов/неисправностей элементов оборудования;
- на состояние ударопоглощающего покрытия (визуально оценить целостность, согласно документации на это покрытие и требованиям действующей нормативной документации на эксплуатацию ударопоглощающего покрытия)

Обнаруженные во время осмотра неисправности должны быть немедленно устранены, а если это невозможно, то ИЗДЕЛИИ должно быть закрыто для пользования.

15.2. Периодически, не реже 1 раза в месяц, необходимо проводить функциональный осмотр. Функциональный осмотр включает:

- Проверку устойчивости конструкции, прочности узлов крепления;
 - Проверку отсутствия смещения элементов ИЗДЕЛИЯ от положения при первоначальной установке;
 - Проверку затяжки резьбовых соединений; при ослаблении крепежных соединений, произвести их подтяжку, используя стандартный инструмент.
- Все вышедшие из строя комплектующие элементы заменить аналогичными, произведенными на предприятии – изготовителе.

Запрещается самостоятельное изготовление и замена составных частей ИЗДЕЛИЯ.

Замену компонентов производить в соответствии с паспортом и инструкцией по монтажу. Необходимо закрыть доступ к эксплуатации оборудования (кроме стандартных изделий).

15.3 Проводить ежегодный основной осмотр.

Все вышедшие из строя комплектующие элементы заменить аналогичными, произведенными на предприятии – изготовителе.

15.4 Результаты технического состояния ИЗДЕЛИЯ и контроля соответствия требованиям безопасности, технического обслуживания и ремонта регистрируют в журнале, который заводится и хранится эксплуатантом (владельцем).

15.5 По результатам ежегодного основного осмотра составляется акт (приложение А ГОСТ Р 52301).

ВНИМАНИЕ!
Назначение ответственного лица за эксплуатацию оборудования является обязанностью эксплуатанта.

16 РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАНЯТИЙ (ДЛЯ РАЗМЕЩЕНИЯ НА ИНФОРМАЦИОННЫХ СТЕНДАХ)



Тренажер предназначен для тренировки мышц ног и рук, для развития координации движений.

Для занятий необходимо разместиться на платформе тренажера грудью к вертикальной стойке, руками охватить рукоятки тренажера. Тренировка мышц происходит при попеременном движении ног и синхронном движении рукояток тренажера. Тело при этом удерживается в вертикальном положении (рис. 7).

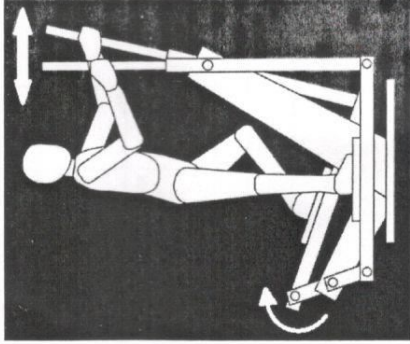


Рис.7

При выполнении занятий необходимо:

- Избегать чрезмерных физических нагрузок. Помните: занятия спортом должны быть регулярными, а физическая нагрузка должна увеличиваться постепенно.
- Любая тренировка начинается с разминки, для подготовки к выполнению упражнений, увеличивается частота сердечных сокращений и приток крови к мышцам. Мышцы становятся более гибкими и устойчивыми к нагрузкам. Разминка подготавливает организм к физическим нагрузкам, предотвращая нежелательные последствия.
- После выполнения упражнений выполнять заминку — это завершающая часть занятия не менее важная, чем основная часть. Во время заминки пульс постепенно снижается, организм плавно переходит от интенсивных физических нагрузок к спокойному состоянию. Восстановительная часть после тренировки значительно снижает вероятность получения травмы.
- На тренировке всегда нужно следить за своим самочувствием. Даже если Вы тренируетесь правильно, самоощущение может вдруг ухудшиться по самым разным причинам: плохо выспались накануне, высокое атмосферное давление, сильно устали за день, немного простудились и пр.
- Нельзя пренебрегать услугами тренера или другого тренирующегося. Он может помочь, следить за техникой безопасности, подсказывать, как правильно выполнять упражнения и исправлять ошибки. Тренировки становятся намного продуктивнее и безопаснее.

Учет технического обслуживания (ГОСТ Р 52301)

Дата	Замечания по техническому состоянию	Наименование проведенных работ	Должность, Ф.И.О. и подпись отв. лица

Сведения о ремонте (ГОСТ Р 52301)

Наименование элемента конструкции	Основание для проведения ремонта	Дата		Время наработки до ремонта, ч	Организация, проводившая ремонт	Должность, Ф.И.О. и подпись отв. лица
		Начало ремонта	Конец ремонта			