

????????????????? F 905



pic_52095da0819d2.jpg

? ? 10 ??????????, 8 ?????????? ?????????????? (?????? ?????????? — ??????????????????) — ???? ?????????? ?????????????? ?????? ??? ??????????
????????????? ?????????????? ???????, ??????? ???? ?????? (?????????-?????????, ?????????????, ??????????-?????????, ...)

????????: ??? ????????

???:

????????????? ????:

????????? ???? ? ???:

???? ? ? ???????:

????? ?? ???????:

????: 19447,04 ?.

????? ??? ??????:

???????:

?????????

?? 10 ??????? 8 ???????

????????????????? (????? ?????????? — ??????????????????) — ??? ?????????? ?????????????????? ??? ?????? ?????????? ?????????????? ?????????????? ?????????? ?????? ?????????? ?????????-??????????, ?????????? ?????? ?????????-??????????, ?????????? ?????? ?????????-??????????, ?????????? ?????? ?????????-??????????)

????????????????????????? ?????????????? ?????????????, ?????????????????? ?????????????????? ???, ??? ?????????? ? ? ?????????? 100 ?? ????

? ?????????? ?????????????????????? ?????????? ?????????????????????? ?????? ?????????? ?????????? ??????????????????????, ?????? ??? ?????????????? ?????? ?????????? ?????? (Na+, ?+, Ca2+
Mg2+) ?????? ?????????????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ??????????
????????? ?????????????????? ??? ?????????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ??????????
????? ?????????? ? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ??????????
????? ?????????? ?????? ?????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ??????????
????????????? ? ??? ?????????? ??????

????????????? ???????, ?????????????? ?????? ???? ?????????????? ??????? ???? ?????????? 100 ?? ?????????? ?????????? ?????????????????? ??
?????? ???????, ??? ??????? ? «?????????» ???????, ?????????? ?? ?????????????? ?????????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?
????????? ?????????? ?????? ????? ?????????????? ?????? ?????? ?????????? ??????, ?????????? ?????? ??????, ?????????????? ?????? ?????? ?????????? ,
????????? ?????? ?????????? ?????????? ?????? ?????? ?????????? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????????? ??????.

???????????? ??????? ??????, ?????????? ?? ?????????????? ? ?????????? ??????????????, ? ?????????? ?? ?????? ?????????? ?????? ?????????-
??? ?????????????? ??????? ??????, ?? ?????? ?? ??????????, ?????????? ?????????????? ?????? ?????? ?????????? ? ??????
????????????????? ??????????

????????????? ?????????? ??????? ? ?????? ?????????????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ? ? ??????
?????????????, ?? ? ?????????????? ?????? ?????????? ?????? ?? ?????????????? ?????????????? ??? ?????? ?????????? ?????????? , ??????????
????? ?????????? , ?????-????????? ??????????

????????????? ?????????? ?????????????? ?????????????????? ?????????? ?????????????????? ??? ?????? ?????????????? ?????????????????? ??? ?????????? , ???
????????????? ?????????? ? ?????????????? , ?????????????????? ?????????????? ???, ??? ?????????????? ?????????????? ?????????? , ?????????????? ??????????
????????? , ??? ?????????? ?????? ? ?????????? , ?? ?????????? ?????? ?????????????????? ?????? ? ?????????????? , ??? ?????????? ?????????????? , ???
????????? , ?????????? , ?????????? ??????

????????? ??????? ?????????????? ?????????????????? ?????????????????? ??? ??????????????, ?????????????????? ?? ?????? ???????, ?? ? ???????
????????? ? ?????? ?????????????? ?????? ???????, ? ??????? ?????????????? ???, ?????????? ?????? ?????????????? ???, ?????????? ?????? ?????? ???????,
????????? ?????? ?????????? ?????? ???????, ??? ?????????????? ???????, ??? ?????????????? ??????? ?????? ?????? ?????????? ?????? ?????????? ???????
????? ?? ?????????????? ??????????????, ??? ?????????????? ?????????????? ?????????? ?????????? ?????? ?????? ??? ??????????????
????????? ?????? ?????????? ?????? ??????? ? ?????????????? ?????????? ?? ?????? ???? ?????????????, ?? ? ? ? ?????? ?????????? ? ??????? ??????????????
????????? ?????? ?? ?????? ?? ?????????????? ?????, ?? ? ? ? ?????? ?????? ??? (?????????, ???????, ?????? ???, ?????????? ? ??????? ??????)

???? ?????????? ?????????????? ?????????? ? ??????? ?????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? — ??????????,
?????? ?????????? ?????????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ,
????? ?????????? ?????????? ?????? — ?????????? , ?????????? ?? ?????????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????? ?????? , ?????????? ??????
????? ?????????? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????? , ?? ???? ?????? ?????? , ??
????????? ?????? ?????? ?????? ?????? ??????

?????????, ? ?????? ???????, ?????? ? ??????????? ?????????????? ?????????? ?? ??????????? ?????? ? ?????????? ?????????? ?????????? ???????????????
????????? ? ?????????????? ?????? ? ?????? ?????? — ?????????? ? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????? , ???
????????????? ?????? ?????????? ?????????? ?????? — ???? ?????????? ?????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????? , ???? ?????????? ?????? , ???
????????????? ?????? — ?????????? ??????

????????????????? ?????????? ?????????? ?????????? ??? ? ?????????, ??? ? ? ?????????????????? ?????????? ? ?????????? ?????? ????????????????

????????????? ??? ??????????-????????? ??????????????, ?????????????? ??????-????????? ??????, ??????????-????????? ????????????,

????????????? ?????????????? ? ?????????? ?????? ??????, ?????????? ?????? ?????? ?????? ???, ??? ??????, ?????????? ? ????????,

???????????????

? ?????????????? ?????????????? ?????? ?????????? ??? ?????????? ??????, ?????????????? ?????????????? ???, ?????? ?????? ?????????? ????
? ?????????? ??? ??????? ???? — ??? ?????????? ?????? ??????, ?????????? ?????? ??????, ?????? ?????? ?????????? ???, ??????????,
?????? ?????????? ??????????, ?????????? ???, ??????????

????????? ?????????? ??????????????

????????? ??????? ?????????????? ? ?????????????? ?????? ?? ?????????? ? ?????????? ??? ?????????????? ?????????? ?????? ?????? ??????,
????????????????? ?????? ?????????????? ?????? ?? ?????????? ?????????? ?????? ?????? ??? ?????????? ?????? ?????? ?????? ?????????? ??????????
????????? ??? ??????? ?????? ?? ?????? ?? ?????????? ?????????? ?????? ?? ?????? ?????????? ?????????? ?????? ?????? ?????????? ?????????? ??????????
? ?????? ?????????????? ?????? ?? ?????????? ?????? ?? ?????????? ?????? ?????? ?????????????? ?????????? ?????????? ?????? ?????????? ?????????? ??????
????????? ??????????, ? ? ?????????? ?????? ?????????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????? ?????????? ?????????? ?????????? ??????????
????? (????????????? ??????????)

????????????????? ?????????????? ??? ?????????????? ?????????? ?????????????????? ??????-????????????? (?????????, ?????? ? ?????????? ? ??)

?????????????????????:

????????????????? ? ?????????????????? ???????????, ?????????? ??????, ?????????? ??????????????????, ?????? ??????????????, ???????
????? ??????????????, ?????????? ?????? ??????????????, ?????????? ?????????????? ?????? ? ???? ??????????????, ?????????? (????????
?????????????), ?????????????, ?????????????? ?????????????, ?????????? ?????????? ??? ? ?????????????? ??? ? ?????? ?????????????? ??????????,
????????????????? ?????????????? ?????? ??? ??????? ??????, ?????? ?????? ?????????? ?????? ?????? ?????????????? ??? ? ??? ? ????

???????????? ?????????? ??????? ?? ?????????? ??????? ?? ?????????? ?? 15 ?? 30 ?????????????? ?????????? ?? ?????????? — ?? 30 ?? 60
??, ?????? ?? ?? ?? ?? ??

????????? ??????????????:

1 ????????????? ? ?????? ? ?????????????? ????, ?????? ?????????????? ??????????

2 ?????????? ??????? ?????????????? ? ?????????? ?? ?????????????????? ?????????? ?????????????????? ??????????, ?????????? ?? ????, ?????? ?????? (???????, ???????, ??????, ??????, ??? ? ??)

3 ?????????? ??????????, ?? ????? ??????????? ?? ?????????? ?? ??????????

4 ?????????? ??????????? ?????????? ?????????????? ? ?????????? ??? ?????????????? ??????????????

???????????? ??????? ???????, ??????????????? ????? ?? ?????????? ?? ??????? ???????????, ? ?????????? "I" ??? ????? ?? ?????????? ???????????, ?????????? ??????????? ??????? ?? ??????? ?????? ?????? (START/PAUSE) ????? ?????????? ??????? ??? ?????? ?????????? ??????? ?? ??? (0), ????? ??????? ?? ?????????? ? ????? ?????????? ??????? ??????

START/PAUSE- ?????? ?????? ? ?????????? ? ?????????? ?? ?????? ?? ?????? ??????????

TIMER - ??????? ?????????? ?????????????????????? ??????????

INTENSITY/STRONGER - ?????? ??????? ?????????? ?? ?1 ?? ?4

INTENSITY/GENTLE - ?????? ??????? ?????????? ?? ?5 ?? ?8

SELECT/SPEED - ?????? ??????? ?????????? ?? ??????? ?? ?????? ?? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ? ?????? ??????:

L-????????????? ??????? 0-30 ??; 2???

M - ??????? ??????? 50-100 ??; 1 ???

H - ??????? ??????? 100-170 ??; 0,5???

ERROR - ??????? ??????? ?????????? ??? ?? ?????????? ?????? ? ??????????
1-10 - ??????? ?????????? ?????? ?????? ?? ?????????? ??????, ??? ?????? ?????????? ?????? ?????? ?? ??????????
????????? ??? ?????????? ?????? ?????? ?????????? ? ?????? ?????????? ??? 10 ??????, ?? ?????? ?????? ?????? ?????? ??????
????????? ?, ?????? ?????? ?????????? ?????? ??? ?????????? ??????

?????????

????????? ?1 - ?????? ???, ?????????????? ??? ? ?????? ???, ?????? ?????????? ? ???
????????? ??? ?????????? ???, ?????, ??????, ??? ??????????, ????????

????????? ?2 - ?????????? ???, ?????? ?????????? ?????? ?????? ?????????? ??????
????????? ??? ?????????? ?????? ?????? ?????? ?????????? ?????? ?????? ?????? ?????? ???, ?? ?????????? ??????
????????? ?????????? ???

????????? ?3 - ?????????? ?????????? ?????? ?????? ?????????? ?????? ?????? ?????????? ?????? ?????? ?????? ??????
?? ?????????? ??? ?????????? ?????? ?????????? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????? ??????
????? ?????? ?1, ?2

????????? ?4 - ??? ?????????? ?????? ?????? ?????????? ?????? ?????????? ?????? ??????
????????? ??? ?????? ?????? (I - IV ??), ??? ?????????? ?????? ?????? ??????

????????? ?5-?8 - ?????????? ?????? ?????? 1-4, 1-5, 2-6, 3-7, 4-8, ?? ?????????? ?? ?????? ?????????? ?????? ?????? ?????? ??????
????? ?????????? ??? ?????? ?????? ?????????? ?????? ?????? ?????????? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????? ??????
????????? ? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????? ? ?????? 3 - 5 ??????
????????? ?????? ?????? ?????? 1 - 4

?????????
????? ??????????
?? ?????? ??? ???
?? ??????????
????? ?? ??????????
?? ?? ??? ?????????? !!!!

??????

??? ?????? ?? ??? ?????.