



Руководство пользователя

БЕГОВАЯ ДОРОЖКА

Артикул: Т-ВА-310

Модель: SpeedSports

Серия (тип): Т



Внимание

Перед началом сборки проверьте комплектацию изделия.

Не выбрасывайте упаковку до окончания сборки изделия.

Производитель имеет право вносить изменения в конструкцию не ухудшающие потребительские свойства изделия, без специального уведомления.

Тренажёр предназначен для домашнего (бытового) использования.

1. ВАЖНЫЕ ИНСТРУКЦИИ ПО БЕЗОПАСНОСТИ

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ! Во избежание получения серьезных травм перед использованием беговой дорожки внимательно прочитайте все меры предосторожности, инструкции и предупреждения, приведенные в настоящем руководстве и нанесенные на изделие.

Производитель не несет ответственности за травмы людей или материальный ущерб, возникшие вследствие неправильного использования данного изделия.

1. Перед началом любых тренировок проконсультируйтесь с врачом. Это особенно важно для лиц старше 45 лет, а также людей, имеющих хронические заболевания или проблемы со здоровьем.
2. Владелец беговой дорожки обязан убедиться, что все пользователи ознакомлены с настоящими предупреждениями и мерами предосторожности.
3. Используйте беговую дорожку только в соответствии с данным руководством.
4. Устанавливайте дорожку на ровную поверхность. Оставьте не менее 2,4 м свободного пространства позади дорожки и не менее 0,6 м с каждой стороны. Не устанавливайте дорожку на поверхности, закрывающей вентиляционные отверстия. Для защиты пола или коврового покрытия рекомендуется использовать специальный коврик.
5. Используйте дорожку только в помещении, защищенном от влаги и пыли. Не размещайте ее в гараже, на открытой веранде или рядом с водой.
6. Не используйте дорожку в местах, где применяются аэрозольные средства или подается кислород.
7. Не допускайте к дорожке детей младше 12 лет и домашних животных.
8. Максимально допустимый вес пользователя - 120 кг.
9. На беговой дорожке одновременно может находиться только один человек.
10. Во время тренировки надевайте подходящую спортивную одежду. Не используйте свободную одежду, которая может попасть в движущиеся части дорожки. Рекомендуется спортивная одежда как для мужчин, так и для женщин. Используйте только спортивную обувь. Запрещается заниматься босиком, в носках или в сандалиях.
11. Подключайте сетевой шнур только к заземленной электрической сети. К данной линии не должны быть подключены другие электроприборы. Рекомендуется использовать предохранитель 10 А.
12. При необходимости использования удлинителя применяйте только трехжильный кабель сечением 1 мм² (14 AWG) длиной не более 2 м.
13. Не допускайте соприкосновения сетевого кабеля с нагретыми поверхностями.
14. Никогда не перемещайте беговое полотно при выключенном питании. Не используйте дорожку при поврежденном сетевом шнуре, вилке или при наличии любых неисправностей.
15. Перед первым использованием внимательно изучите и проверьте работу системы аварийной остановки.
16. Никогда не запускайте дорожку, стоя непосредственно на беговом полотне. Во время использования всегда держитесь за поручни.

17. Беговая дорожка способна развивать высокую скорость. Увеличивайте скорость постепенно небольшими шагами, чтобы избежать резких ускорений.
18. Никогда не оставляйте работающую беговую дорожку без присмотра. После окончания тренировки всегда извлекайте ключ безопасности, отключайте сетевой шнур и переводите выключатель питания в положение OFF.
19. Датчик пульса не является медицинским прибором. На точность измерения частоты сердечных сокращений могут влиять различные факторы, включая движения пользователя. Датчик предназначен только для ориентировочного контроля изменений пульса во время тренировки.
20. Не пытайтесь поднимать, складывать или перемещать беговую дорожку до ее полной сборки. Для безопасного подъема, складывания или перемещения необходимо иметь возможность поднять груз массой не менее 20 кг.
21. При складывании или перемещении дорожки убедитесь, что фиксатор надежно удерживает раму в сложенном положении.
22. Не изменяйте угол наклона дорожки, подкладывая какие-либо предметы под ее основание.
23. Регулярно проверяйте затяжку всех крепежных элементов и при необходимости подтягивайте их. Никогда не вставляйте и не бросайте посторонние предметы в отверстия корпуса беговой дорожки.
24. ОПАСНО! После окончания использования, перед очисткой, техническим обслуживанием или регулировкой всегда отключайте сетевой шнур от электросети.
25. Не снимайте кожух двигателя, если это не предписано авторизованным сервисным центром. Любые виды обслуживания, кроме описанных в настоящем руководстве, должны выполняться только квалифицированными специалистами.
26. **Примечание.** При замене сетевого шнура сначала отключите устройство от электросети и удалите поврежденный кабель. Разделите жилы, зачистите их концы и подключите к новой вилке, соблюдая правильную полярность. Затем надежно закрепите кабель и соберите вилку.
27. Данная беговая дорожка предназначена только для домашнего использования. Не допускается ее эксплуатация в коммерческих, арендных или общественных учреждениях.
28. ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ! При повреждении сетевого шнура его замена должна выполняться производителем, авторизованным сервисным центром либо другим квалифицированным специалистом во избежание возникновения опасной ситуации.
- Данное устройство не предназначено для использования лицами (включая детей) с ограниченными физическими, сенсорными или умственными возможностями, а также лицами без необходимого опыта и знаний, если они не находятся под наблюдением или не получили инструкций по эксплуатации от лица, отвечающего за их безопасность.
- Необходимо следить за детьми, чтобы они не использовали устройство в качестве игрушки.
29. Устанавливайте беговую дорожку только на ровную горизонтальную поверхность. Подключайте ее к заземленной электрической розетке с напряжением и частотой, указанными на заводской табличке изделия.

30. Допустимая температура эксплуатации: от +5 °C до +40 °C.

Если беговая дорожка находилась при низкой температуре, перед включением питания дайте ей прогреться до комнатной температуры. Несоблюдение этого требования может привести к повреждению дисплея консоли и других электрических компонентов.

1.1 Важная информация по электробезопасности

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ!

- Никогда не подключайте беговую дорожку к розетке, защищенной устройством защитного отключения (УЗО/GFCI). Проложите сетевой кабель таким образом, чтобы он не соприкасался с движущимися частями дорожки, включая механизм изменения наклона и транспортировочные колеса.
- Никогда не снимайте защитные крышки, предварительно не отключив устройство от электросети.

1.2 Важные указания по эксплуатации

- Помните, что изменение скорости и угла наклона происходит не мгновенно. После установки нужного значения на панели управления отпустите кнопку - система выполнит команду постепенно.
- Соблюдайте осторожность, если во время тренировки вы одновременно смотрите телевизор, читаете или занимаетесь другими отвлекающими действиями. Потеря внимания может привести к потере равновесия, смещению с центра бегового полотна и получению серьезной травмы.
- Во избежание потери равновесия и травм никогда не заходите на беговую дорожку и не сходите с нее во время движения полотна. После запуска дорожка начинает движение с очень низкой скорости. После того как вы освоите управление устройством, допускается становиться на полотно во время его медленного разгона.
- При изменении параметров работы всегда держитесь за поручни.
- Беговая дорожка оснащена ключом безопасности. При извлечении ключа движение бегового полотна немедленно прекращается, а дорожка автоматически отключается. После повторной установки ключа дисплей будет сброшен и устройство снова готово к работе.
- Не нажимайте на кнопки панели управления с чрезмерным усилием. Они рассчитаны на срабатывание при легком нажатии пальцем.
- Не запускайте тренировку, стоя на беговом полотне.
- Встаньте на боковые направляющие, нажмите кнопку СТАРТ, перейдите на беговое полотно после того как беговая дорожка наберет установленную скорость.

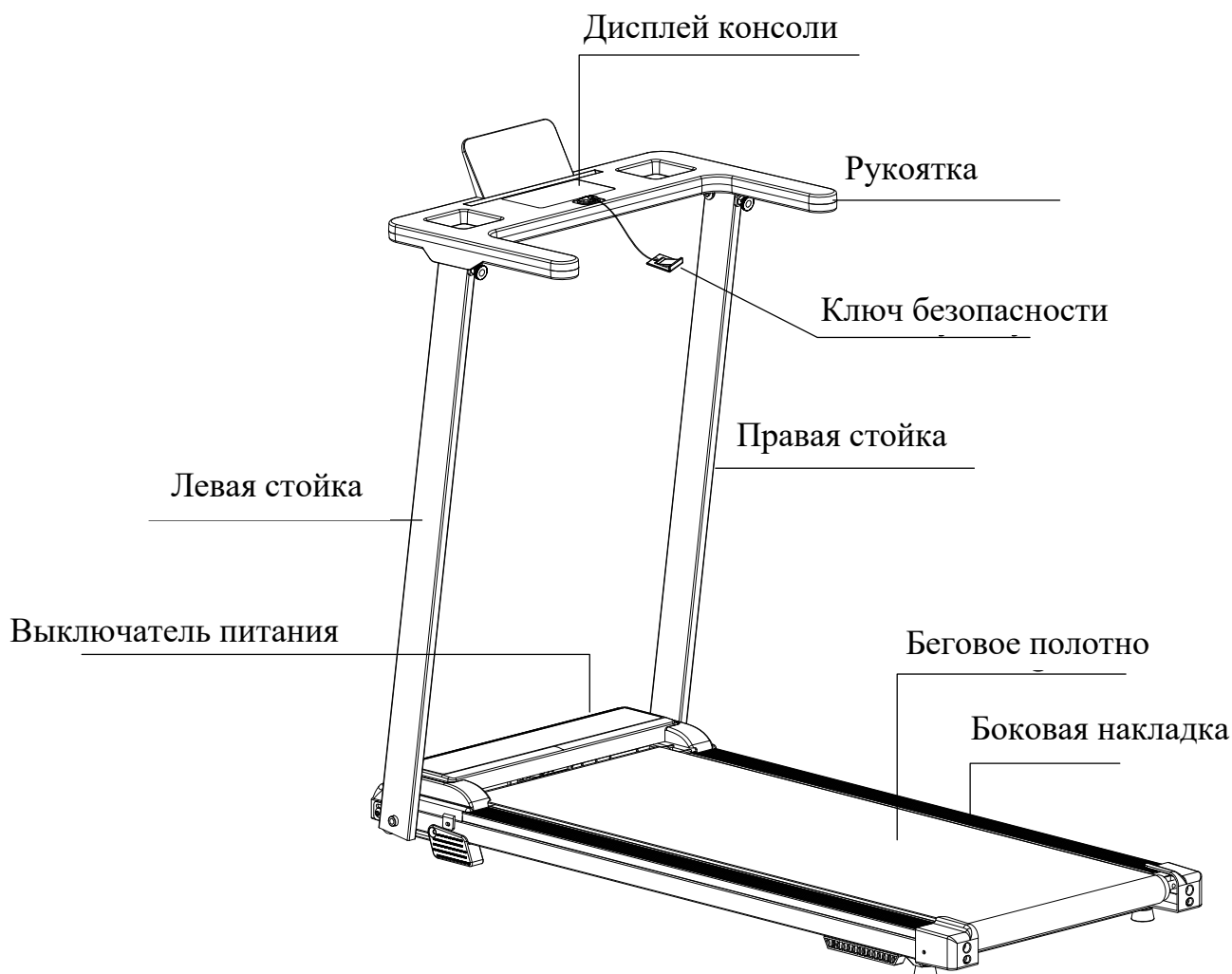
2.КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ

Данная моторизованная беговая дорожка поможет вам достичь целей по поддержанию физической формы. Благодаря современному, элегантному дизайну и системе складывания с использованием газового упора она занимает минимум места при хранении.

Диапазон скорости: 1,0–10,0 км/ч

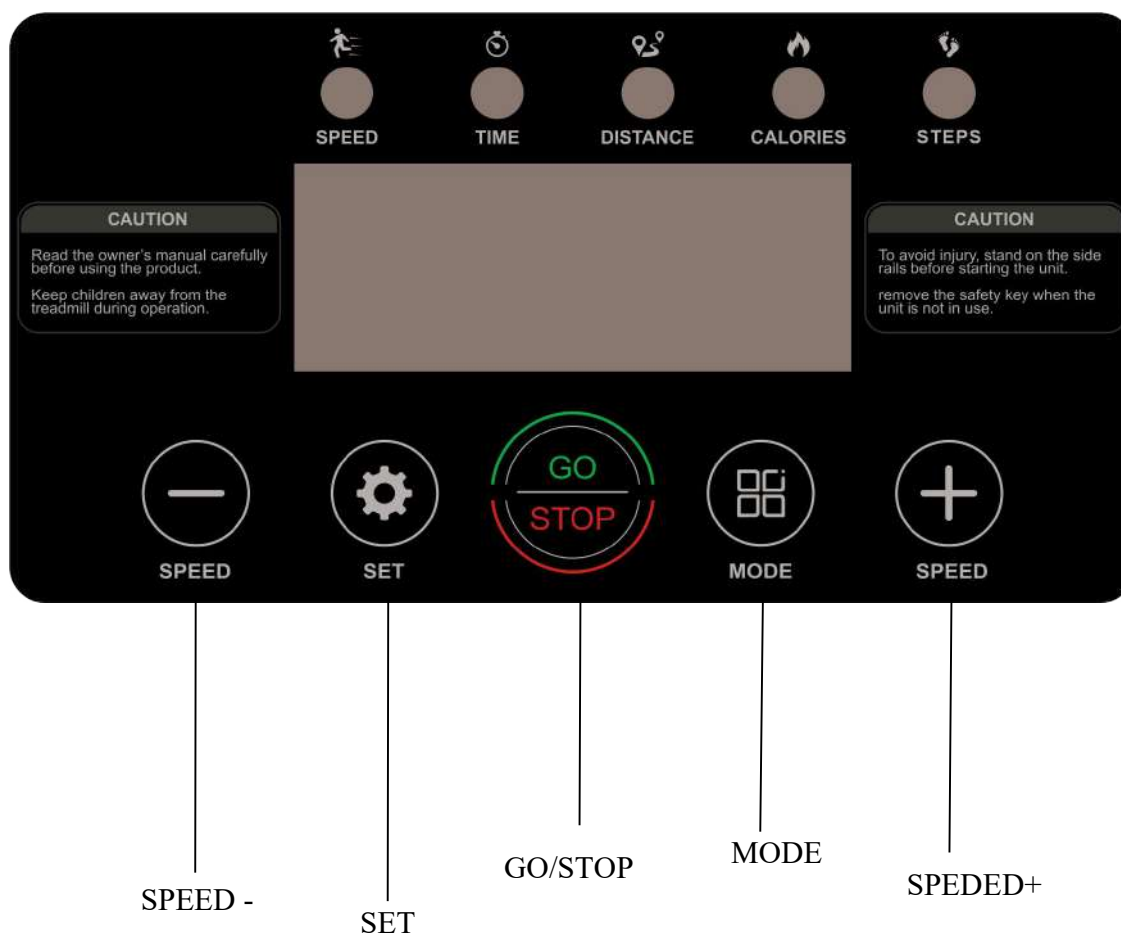
Программы тренировок: 15 предустановленных программ (P1–P15)

Ручная регулировка наклона: 0–9 %



3. ИНСТРУКЦИЯ ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ

3.1 Кнопки панели управления



(1) MODE

В режиме остановки - последовательный выбор программ P1-P15; во время работы - последовательное переключение отображаемых параметров: скорость, время, дистанция, калории.

(2) SET

Кнопка настройки; в режиме остановки используется для последовательного выбора режима тренировки с обратным отсчетом времени, расстояния или калорий.

(3) GO/STOP

Кнопка «Пуск/Стоп»; в режиме остановки запускает беговую дорожку; во время работы приостанавливает дорожку с сохранением данных.

(4) SPEED +

Во время работы нажмите для увеличения скорости на 0,1 км/ч. При удержании кнопки скорость увеличивается непрерывно.

(5) SPEED –

Во время работы нажмите для уменьшения скорости на 0,1 км/ч. При удержании кнопки скорость уменьшается непрерывно.

4.ИНСТРУКЦИЯ ПО РЕЖИМАМ ТРЕНИРОВКИ

4.1 Способ выбора режима тренировки с обратным отсчетом:

В режиме остановки нажмите кнопку «SET», чтобы перейти в режим настройки времени обратного отсчета; нажмите кнопку еще раз, чтобы перейти в режим настройки расстояния обратного отсчета; нажмите кнопку «SET» еще раз, чтобы перейти в режим настройки калорий обратного отсчета.

4.2 Режим тренировки с обратным отсчетом времени:

В режиме остановки нажмите кнопку «SET», чтобы перейти в режим настройки; в окне времени начнет мигать и отображаться значение 0:00, установленное по умолчанию; нажмите кнопку SPEED «+» или SPEED «-» для изменения установленного значения; диапазон настройки составляет 5–99 минут. Нажмите кнопку «START/ST», чтобы запустить беговую дорожку; дорожка начнет движение со скоростью 1,0 км/ч, скорость можно регулировать кнопками SPEED «+» или SPEED «-». Когда обратный отсчет достигнет 00:00, беговая дорожка автоматически остановится.

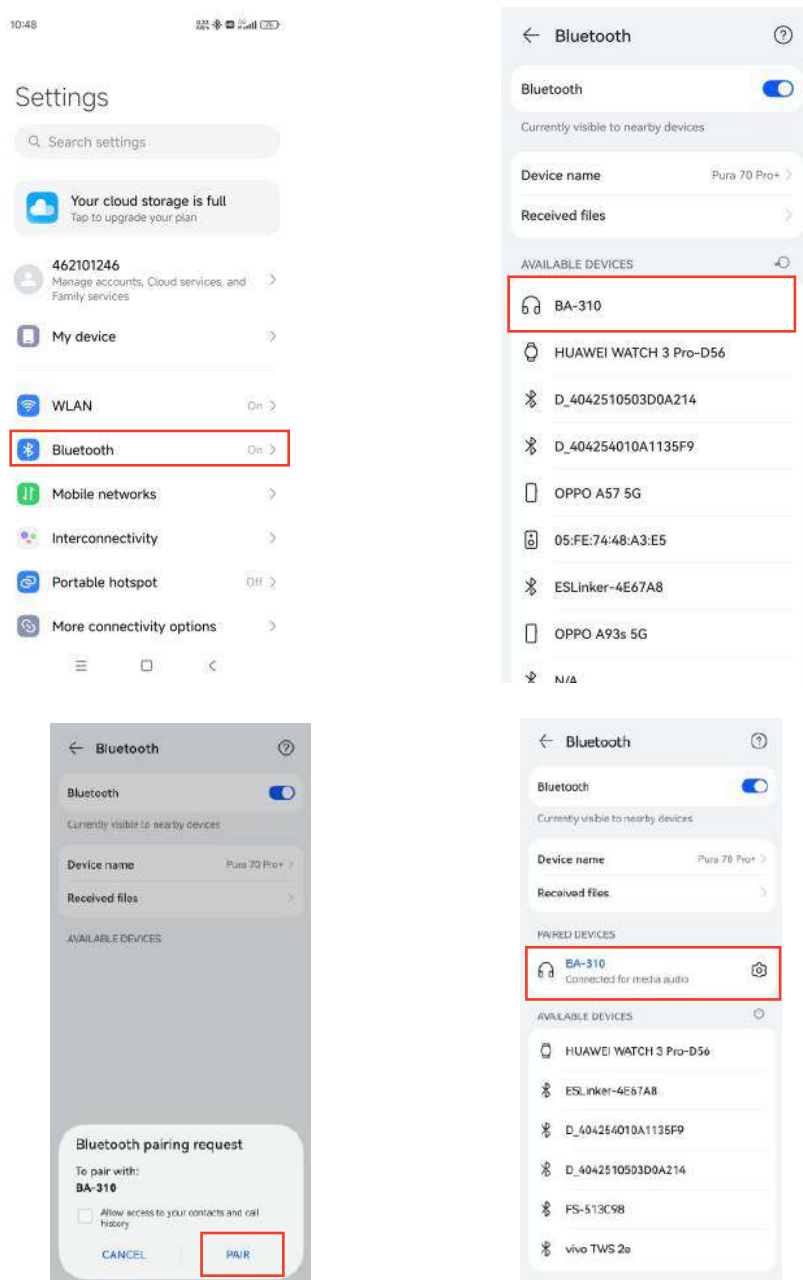
4.3 Режим тренировки с обратным отсчетом расстояния:

Нажмите кнопку «SET» еще раз, чтобы перейти в режим настройки; в окне расстояния начнет мигать и отображаться значение 1.0 KM, установленное по умолчанию; нажмите кнопку SPEED «+» или SPEED «-» для изменения установленного значения; диапазон настройки: 1,0–10,0 км. Нажмите кнопку «START/STOP», чтобы запустить беговую дорожку; дорожка начнет движение со скоростью 1,0 км/ч, скорость можно регулировать кнопками SPEED «+» или SPEED «-». Когда обратный отсчет расстояния достигнет 0,0, беговая дорожка автоматически остановится.

4.4 Режим тренировки с обратным отсчетом калорий:

Нажмите кнопку «SET» еще раз, чтобы перейти в режим настройки; в окне калорий начнет мигать и отображаться значение 50 CAL, установленное по умолчанию; нажмите кнопку SPEED «+» или SPEED «-» для изменения установленного значения; диапазон настройки: 10–990 CAL. Нажмите кнопку «START/STOP», чтобы запустить беговую дорожку; дорожка начнет движение со скоростью 1,0 км/ч, скорость можно регулировать кнопками SPEED «+» или SPEED «-». Когда обратный отсчет калорий достигнет 0, беговая дорожка автоматически остановится.

4.5 Подключение по Bluetooth



Когда изделие находится в режиме ожидания, выполните поиск Bluetooth с помощью телефона, планшета или другого устройства, поддерживающего Bluetooth, найдите устройство с именем «BA-310» и нажмите для подключения.

Примечание: в соответствии с требованиями заказчика некоторые модели не оснащаются функцией Bluetooth, поэтому данную операцию по подключению можно пропустить.

- Программы:

1.Walking and jogging programs

P1 PRIMARY

TIME(mins)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	30MINS
SPEED(Km/h)	1	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	1	1	STOP

P2 PRIMARY

TIME(mins)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	30MINS
SPEED(Km/h)	1	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2	1	1	STOP

P3 WALKING

TIME(mins)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	30MINS
SPEED(Km/h)	1	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	3	3	3	3	3	STOP

P4 JOGGING

TIME(mins)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	30MINS
SPEED(Km/h)	1	4	4	4	4	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	3	3	3	2	2	STOP

P5 Runner1(AGE45-50)

TIME(mins)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	30MINS
SPEED(Km/h)	2	6	6	6	6	6	6	6	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	3	3	3	3	3	3	3	1	STOP

P6 Runner2(AGE40-45)

TIME(mins)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	30MINS
SPEED(Km/h)	2	6	6	6	6	6	6	6	5	5	5	5	5	5	5	6	6	6	6	6	6	6	3	3	3	3	3	3	3	1	STOP

P7 Runner3 (AGE35-40)

TIME(mins)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	30MINS
SPEED(Km/h)	3	6	6	6	6	6	6	6	7	7	7	7	7	7	7	6	6	6	6	6	6	6	3	3	3	3	3	3	3	1	STOP

P8 Runner4(AGE30-35)

TIME(mins)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	30MINS
SPEED(Km/h)	3	6	6	6	6	6	6	6	7	7	7	7	7	7	7	6	6	6	6	6	6	6	8	8	8	8	8	8	8	3	STOP

P9 Runner5(AGE25-30)

TIME(mins)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	30MINS
SPEED(Km/h)	3	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	9	9	9	9	9	9	9	4	4	4	4	4	4	4	1	STOP

3.SPORT-distance runner

P10 Runner1(AGE18-25)

TIME(mins)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	30MINS
SPEED(Km/h)	2	4	4	4	4	4	4	4	7	7	7	7	7	7	7	9	9	9	9	9	9	9	10	10	10	10	10	10	3	3	STOP

P11 Runner2(AGE18-25)

TIME(mins)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	30MINS
SPEED(Km/h)	3	5	5	5	5	5	5	5	8	8	8	8	8	8	8	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	3	3	STOP

4.Lady exerciser

P12 Runner3(AGE18-25)

TIME(mins)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	30MINS
SPEED(Km/h)	3	4	4	4	4	4	4	4	7	7	7	7	7	7	7	10	10	10	10	10	10	10	4	4	4	4	4	4	4	4	STOP

P13 Runner1(AGE55-60)

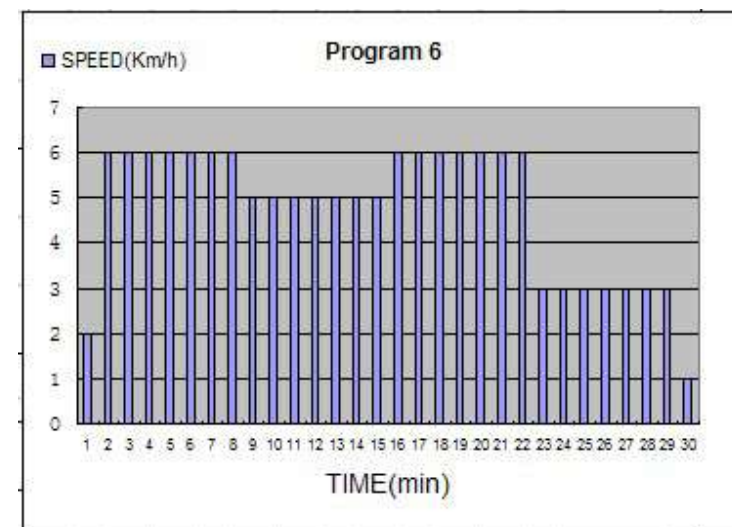
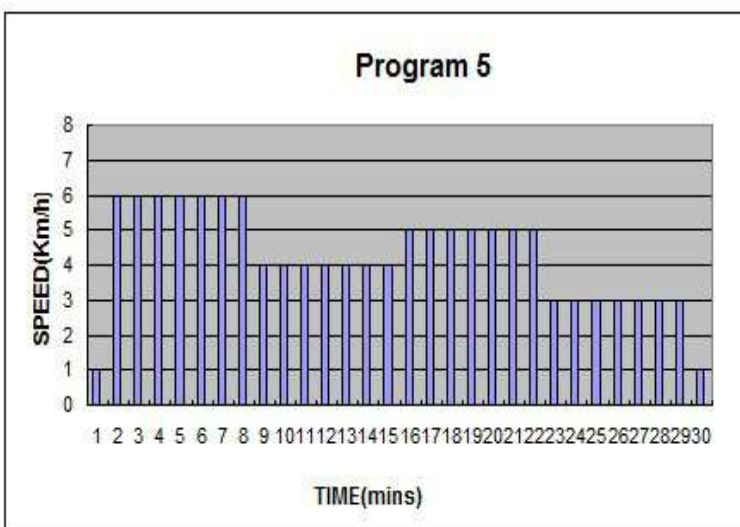
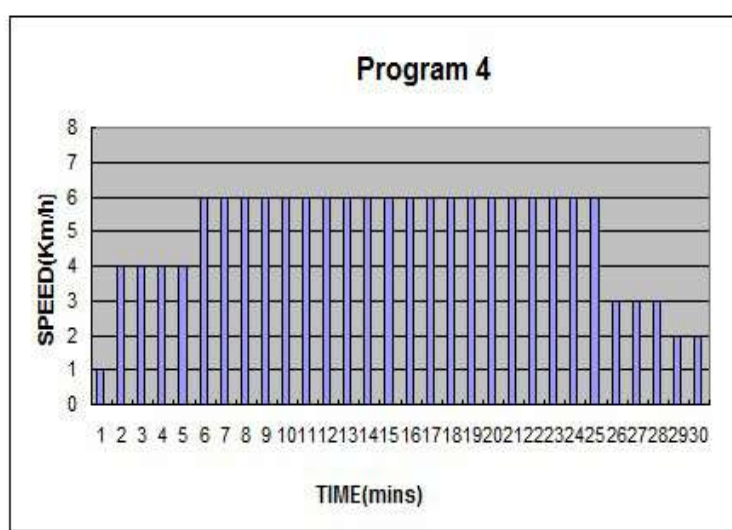
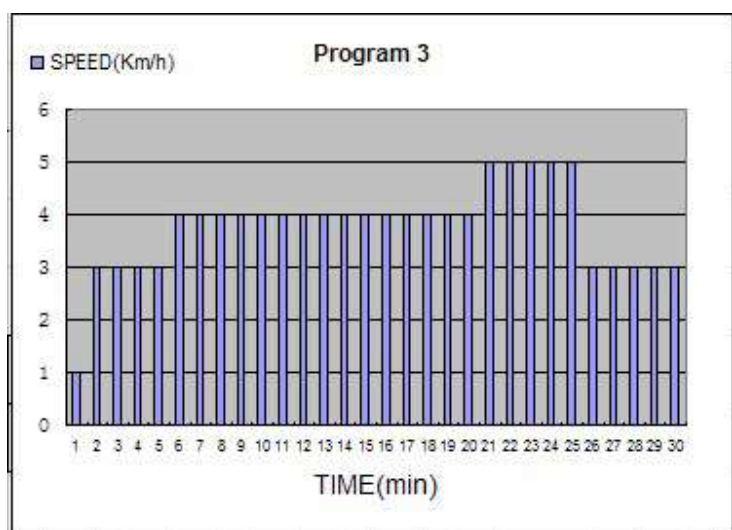
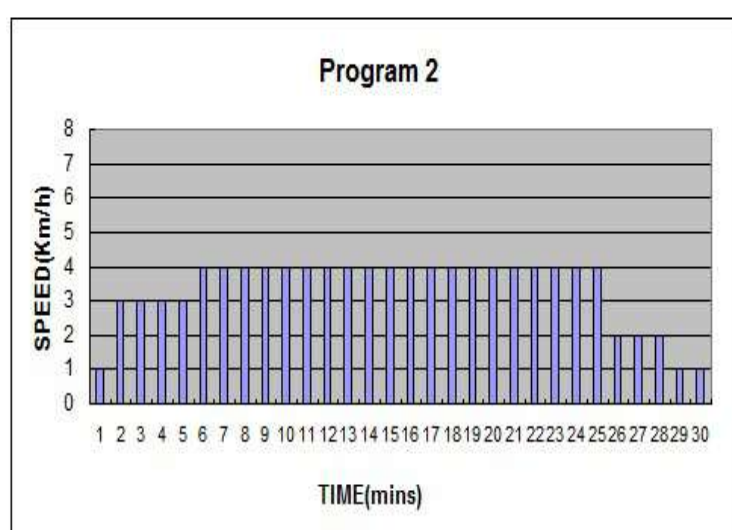
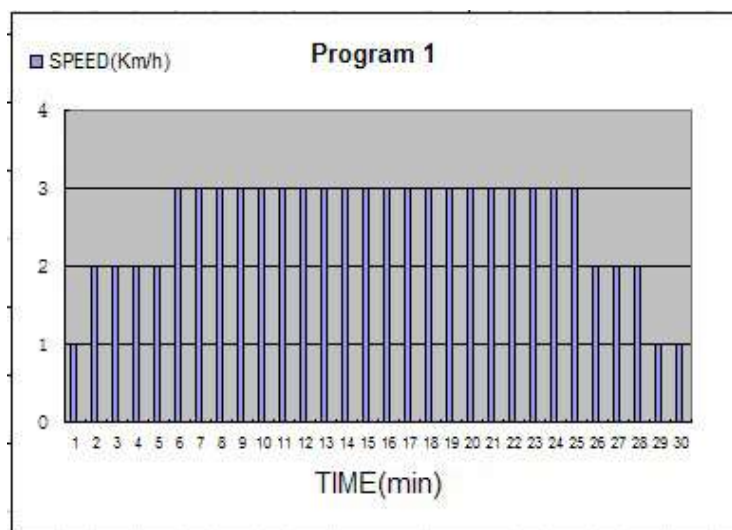
TIME(mins)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	30MINS
SPEED(Km/h)	2	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	4	2	2	STOP

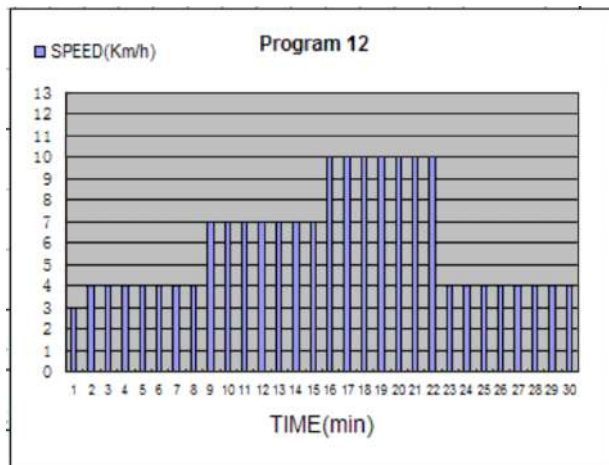
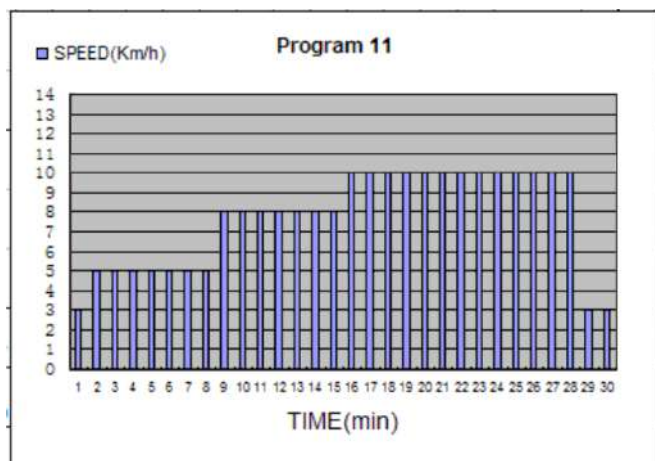
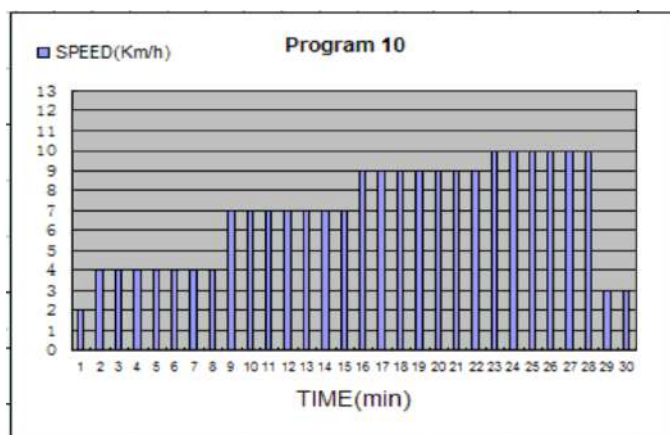
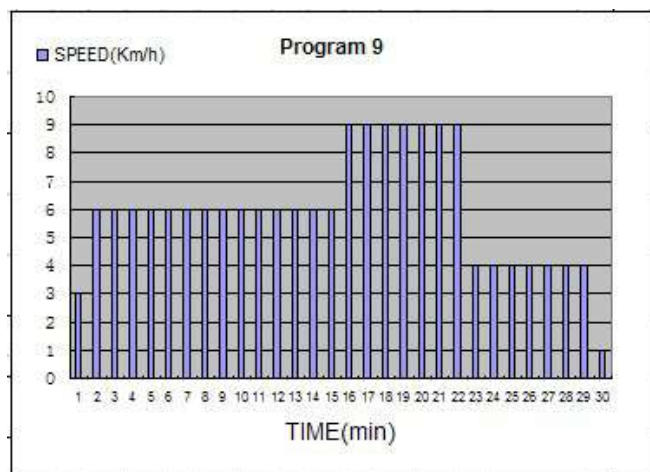
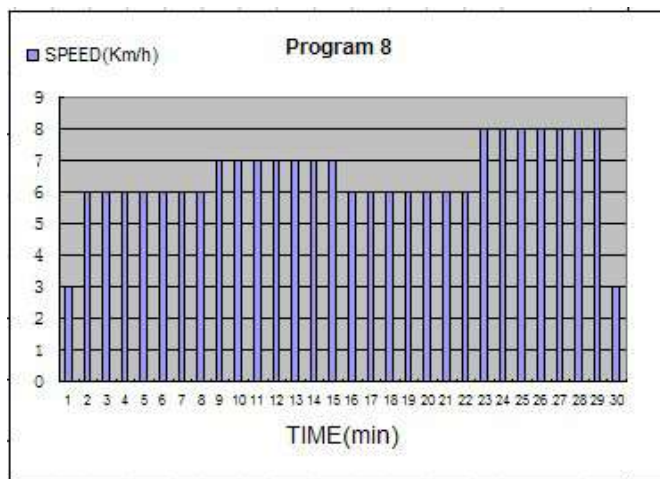
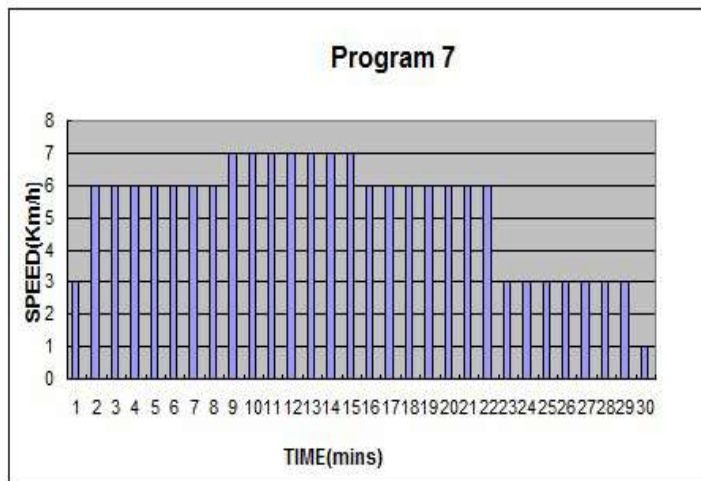
P14 Runner2(AGE50-55)

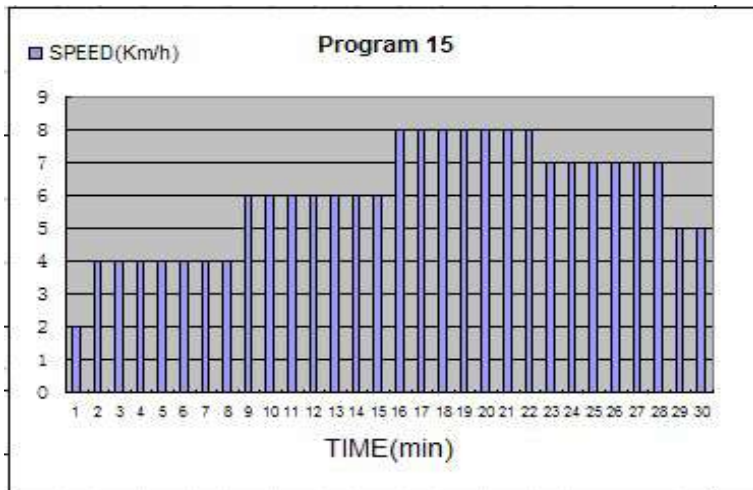
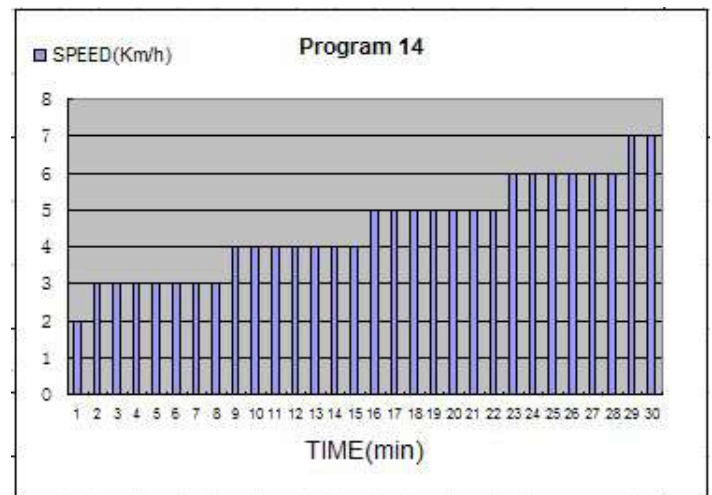
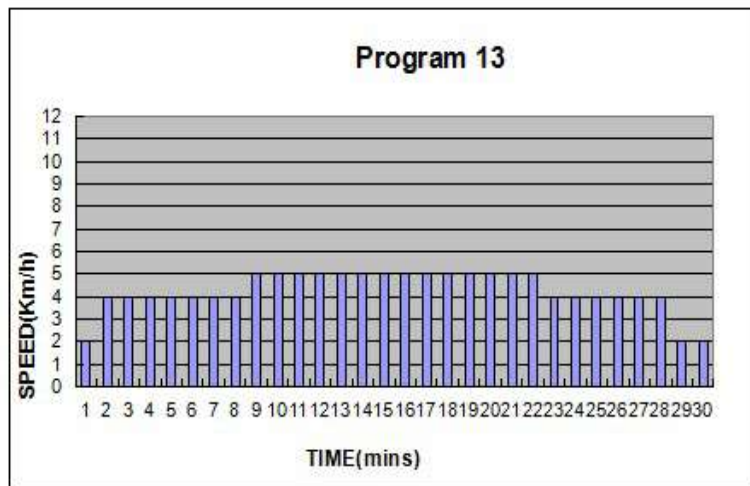
TIME(mins)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	30MINS
SPEED(Km/h)	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	6	6	6	6	6	6	7	7	STOP

P15 Runner3(AGE45-50)

TIME(mins)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	30MINS
SPEED(Km/h)	2	4	4	4	4	4	4	4	6	6	6	6	6	6	6	8	8	8	8	8	8	8	7	7	7	7	7	7	5	5	STOP







5. Техническое обслуживание

ПРАВИЛА УХОДА И ТЕХНИЧЕСКОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ.

Регулярное и своевременное техническое обслуживание продлевает срок службы тренажера. Мы рекомендуем Вам выполнять следующие профилактические процедуры.

Общие рекомендации по уходу:

Перед любым обслуживанием обязательно отключайте тренажер от электрической сети. К обслуживанию можно приступать примерно через 1 минуту, после полного обесточивания внутренних электрических цепей тренажера. Регулярно осматривайте Ваш тренажер на предмет отсутствия посторонних предметов, пыли и грязи в тренажере.

Не применяйте абразивные составы, агрессивные жидкости для чистки рабочих поверхностей тренажера – ацетон, бензин, бензол и их производные, во избежание повреждения лакокрасочного покрытия и пластиковых деталей. Для ухода рекомендуется применять слегка смоченную нейтральным раствором моющей жидкости ткань. После протрите сухой тканью.

Профилактическое техническое обслуживание.

Ежедневные или после каждой тренировки проверки.

Почистите и осмотрите беговую дорожку, выполнив следующие действия:

- Выключите тумблер питания беговой дорожки, затем отключите ее от сети;
- Протрите беговое полотно, корпус, кожух двигателя и консоль влажной тряпкой;
- Не используйте растворители, они могут повредить тренажер;
- Осмотрите шнур питания. Если он поврежден, обратитесь к представителям компании-продавца или уполномоченный сервисный центр для его замены, использование тренажера с поврежденным шнуром питания запрещено;
- Убедитесь, что шнур не попал под транспортировочные колесики тренажера или в другое место, где он может оказаться зажат или оборван, и не слишком натянут на максимальном уровне наклона беговой дорожки;
- Проверьте натяжение и центровку бегового полотна. Убедитесь, что оно не повредит другие части тренажера из-за нарушения центровки;
- Убедитесь, что тренажер находится на достаточном расстоянии от стен (не менее 50 см);
- Проверьте наличие и целостность зажима и ключа аварийной остановки дорожки.

Еженедельные проверки

Уборка от пыли и мусора поверхности под беговой дорожкой:

- Выключите тумблер беговой дорожки, затем отключите ее от сети;
- Сложите тренажер, убедившись в надежности его фиксации в вертикальном положении (для складных моделей);
- Переместите тренажер в другое место, чтобы удалить пыль или другой мусор, который мог накопиться под беговой дорожкой;
- Поставьте тренажер обратно.

Ежемесячные проверки – ВАЖНО!

- Выключите тумблер питания беговой дорожки, затем отключите ее от сети;
- Проверьте затяжку всех монтажных болтов тренажера;
- Внимательно осмотрите все пластиковые элементы дорожки (подставки для ног, кожух моторного отсека, корпус дисплея и пр.). Они не должны иметь повреждений, если таковые имеются, обратитесь к представителям компании- продавца или уполномоченный сервисный центр для их замены;
- Снимите кожух моторного отсека, дождитесь, пока все индикаторы на платах погаснут;
- Аккуратно удалите пыль и прочие загрязнения с поверхности электродвигателя и из моторного отсека с помощью пылесоса. Невыполнение этой процедуры может привести к преждевременному отказу электрических компонентов;
- Убедитесь, что дека тренажера смазана. При необходимости добавьте силиконовую смазку на ее поверхность, уделяя особое внимание центральной части;
- Протрите беговое полотно влажной тряпкой.

Ежеквартальные проверки – ОЧЕНЬ ВАЖНО!!!

- Выключите тумблер питания беговой дорожки, затем отключите ее от сети;
- Используя шестигранный ключ поставляющийся в комплекте, ослабьте левый и правый регулировочные болты натяжения так, чтобы иметь возможность приподнять полотно и получить визуальный доступ к беговой деке тренажера;
- Проверьте состояния деки. Поверхность не должна иметь царапин и потертостей и прочих повреждений. При их наличии обратитесь к представителям компании- продавца или уполномоченный сервисный центр для их замены;
- Проверьте состояние полотна. Внутренняя поверхность не должна иметь признаков истончения и отслоения материала, а также порванных и лопнувших участков;
- Протрите сухой чистой тканью всю поверхность деки и внутреннюю поверхность полотна;
- Нанесите силиконовую смазку на поверхность деки беговой дорожки;
- Проверьте состояние износа приводного ремня основного двигателя и правильности его положения;
- Снимите передний и задний валы и удалите наслоение пыли и грязи с их поверхностей;
- Убедитесь в отсутствии посторонних шумов во время движения беговой дорожки.

Дека и беговое полотно – это детали тренажера, требующие особого внимания. Важно соблюдать требования эксплуатации во избежание преждевременного износа этих деталей, периодически проверять и проводить центровку и подтягивание бегового полотна, а при необходимости и техническое обслуживание беговой дорожки.

РЕГУЛИРОВКА БЕГОВОГО ПОЛОТНА

Регулировка бегового полотна производится по двум параметрам - натяжение и центровка бегового полотна. Первоначальная регулировка бегового полотна производится на заводе изготовителе, но в связи с транспортировкой и перемещением беговой дорожки, беговое полотно может сдвинуться и перед началом эксплуатации необходимо произвести повторный контроль положения и натяжения полотна, и при необходимости провести регулировку.

Чтобы правильно отрегулировать беговое полотно, следуйте указаниям, приведенным ниже. Если во время занятия на беговой дорожке происходит небольшое проскальзывание, то вероятнее всего, беговое полотно необходимо отрегулировать.

Увеличение натяжения:

- Используйте шестигранный ключ, идущий в комплекте к дорожке для регулировки левого болта натяжения;
- Поверните ключ по часовой стрелке на $\frac{1}{4}$ оборота, для увеличения натяжения ремня;
- Повторите шаг 1 для правого болта. Необходимо повернуть болт на точно такое же количество оборотов;
- Повторяйте шаги 1 и 2 до установления необходимого уровня натяжения;
- Будьте внимательны, не перетяните полотно, чтобы избежать повреждения подшипников переднего и заднего валов.

Для того чтобы уменьшить натяжение бегового полотна, необходимо поворачивать ключ против часовой стрелки согласно шагам, указанным выше.

Регулировка бегового полотна:

Регулировка полотна беговой дорожки выполняется с двумя целями: подтяжка или ослабление полотна и выравнивание его по центру. Беговое полотно настраивается на заводе, однако в процессе эксплуатации оно может растягиваться и смещаться с центрального положения. Это может привести к трению полотна о декоративную планку или заднюю крышку и, как следствие, к их повреждению. Растяжение полотна со временем является нормальным явлением.

Регулировка натяжения бегового полотна:

Если во время использования беговой дорожки полотно проскальзывает или движется неровно, вы можете отрегулировать его натяжение, чтобы устранить эти проблемы.

Как отрегулировать беговое полотно:

1. Вставьте шестигранный ключ соответствующего размера, в регулировочный винт с левой стороны бегового полотна и поверните ключ на 1/4 оборота по часовой стрелке, чтобы подтянуть задний вал и увеличить натяжение полотна.
2. Повторите шаг 1 для правой стороны. Убедитесь, что оба регулировочных винта повернуты на одинаковый угол, чтобы задние валы после регулировки оставались параллельны раме.
3. Повторяйте шаги 1 и 2, пока полотно не перестанет проскальзывать.
4. Внимание: не перетягивайте полотно! Излишнее натяжение может повредить беговое полотно, подшипники валов и другие детали, увеличить нагрузку на передний и задний валы и вызвать посторонние шумы.

Если вы хотите уменьшить натяжение полотна, поверните регулировочные винты против часовой стрелки на одинаковый угол с обеих сторон.

Регулировка положения бегового полотна по центру:

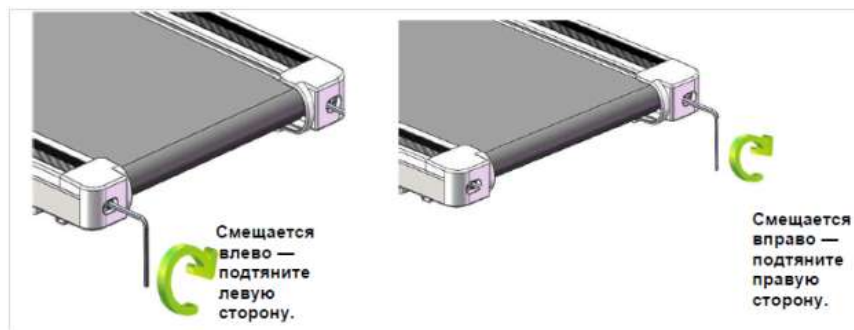
Во время бега нагрузка на полотно распределяется неравномерно, поскольку давление, оказываемое ногами, различается. Это может привести к смещению полотна с центрального положения. Такое отклонение является нормальным, и, как правило, полотно возвращается в центр, когда дорожкой не пользуются.

Если полотно не выравнивается самостоятельно, необходимо отрегулировать его положение до тех пор, пока оно не будет двигаться ровно по центру.

5. Включите беговую дорожку без нагрузки и установите среднюю скорость.
6. Наблюдайте за расстоянием между беговым полотном и левым и правым краями:
 - Если полотно смещается влево, поверните левый регулировочный винт шестигранным ключом на 1/4 оборота по часовой стрелке.
 - Если полотно смещается вправо, поверните правый регулировочный винт шестигранным ключом на 1/4 оборота по часовой стрелке.
 - Если полотно всё ещё не находится по центру, повторяйте регулировку, пока оно не будет двигаться ровно посередине.
7. После того как положение полотна выровнено по центру, установите максимальную скорость и проверьте, смещается ли полотно и насколько плавно оно движется. Если наблюдается отклонение, повторите вышеописанные шаги до полного выравнивания.

Обратите внимание: не перетягивайте вал, так как это может привести к необратимому повреждению подшипников.

Если проблему не удастся устранить с помощью вышеуказанных шагов, необходимо повторно подтянуть беговое полотно.



Центрирование бегового полотна

Время от времени необходимо центрировать беговое полотно в связи с тем, что во время тренировки Вы отталкиваетесь с разным усилием на каждую ногу.

Приведите беговую дорожку в режим движения полотна. Нажимая кнопку увеличения скорости, установите скорость движения полотна равной 4 км/ч. Обратите внимание, в какую сторону отклоняется беговое полотно.

- Если оно отклоняется в левую сторону, поверните ключом левый болт по часовой стрелке на $\frac{1}{4}$ оборота, затем правый болт - против часовой стрелки;
- Если в правую, то поверните ключом правый болт на $\frac{1}{4}$ оборота по часовой стрелке, а левый - против;
- Если беговое полотно все еще не выровнено, повторите действия снова.
- После того, как беговое полотно двигается по центру, увеличьте скорость до 6 км/ч, чтобы проверить его положение в движении. При необходимости повторите выше описанные шаги.
- Если попытки центрировать беговое полотно безрезультатны, вероятно, нужно увеличить натяжение бегового полотна.

Смазка деки и полотна

Не смотря на то, что поверхность трения под беговым полотном Вашей беговой дорожки смазано производителем, мы рекомендуем перед первым использованием проверить наличие достаточного количества смазки, при необходимости смазать.

Необходимо регулярно проверять наличие смазки во избежание поломок. Мы рекомендуем ежемесячно проверять беговое полотно на наличие смазки, и, если поверхность сухая, ее необходимо смазать. Вы можете использовать как силиконовый состав в баллончике, так и силиконовую смазку в тюбике. Используйте продукцию уже хорошо зарекомендовавших себя брендов: DFC, Efele.

- Приподнимите беговое полотно с правой и левой стороны поочередно;
- Нанесите на деку смазку от края и как можно ближе к центру бегового полотна;
- Включите дорожку на минимальной скорости и в течение 5 минут походите, смещая шаг справа налево и в обратном направлении относительно ширины деки так, чтобы смазка как можно равномернее распространилась по всей ее поверхности.

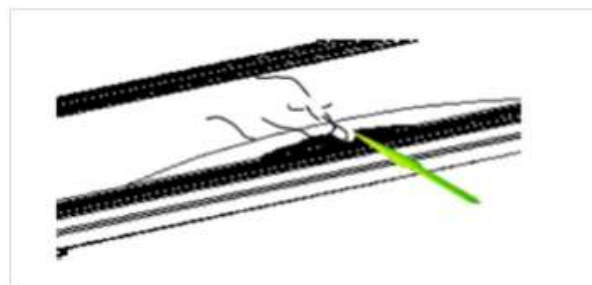
Каждые 30 часов эксплуатации или каждые 30 дней приподнимайте беговое полотно сбоку и рукой прощупайте поверхность платформы как можно дальше.

Если вы чувствуете наличие силиконового масла — дополнительная смазка не требуется. Если поверхность сухая, следуйте приведённым ниже инструкциям по нанесению масла.

Используйте не содержащие нефтепродуктов силиконовые масла.

Как наносить смазку на беговую дорожку:

- ① Нанесите масло на поверхность под беговым полотном (как показано на рисунке ниже).
- ② Сделайте небольшое отверстие в горлышке бутылки с маслом, чтобы удобно было выдавливать смазку.
- ③ Приподнимите беговое полотно, чтобы подвести бутылку со смазкой под него, и нанесите масло в центр беговой платформы. Затем опустите полотно, прижмите место нанесения масла и вручную прокрутите полотно, чтобы равномерно распределить смазку.
- ④ Включите беговую дорожку и дайте ей поработать около одной минуты, чтобы масло равномерно распространилось перед использованием.



При отсутствии достаточного количества смазки беговая дорожка быстро выйдет из строя из-за перегрузки.

Электробезопасность

Соблюдайте все меры предосторожности, принятые при работе с электрическим оборудованием. Тренажер должен подключаться только к заземленной розетке, это снижает риск удара током при поломке или сбое в работе. Тренажер снабжен сетевым шнуром и вилкой с заземлением. Вставьте вилку в соответствующую питающую розетку, установленную и заземленную с соблюдением действующих нормативов. Перед каждым использованием осмотрите электрический соединительный шнур на предмет отсутствия его повреждений. Неправильное подключение может стать причиной поражения пользователя электрическим током. Если у Вас возникли сомнения в правильности заземления, обратитесь к специалисту для проверки и устранения неисправности. Не применяйте дополнительные электрические удлинители, переходные адаптеры между электрической сетью и тренажером, это может нарушить работу системы УЗО и увеличить риск поражения электрическим током, а также явиться причиной нарушения работоспособности тренажера с последующим обоснованным отказом в гарантийном обслуживании. Не прячьте шнур питания под ковер и не ставьте на него предметы, способные пережать или повредить его. Не допускайте, чтобы шнур питания касался нагретых поверхностей.

Меры предосторожности

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. Тренажер предназначен для использования взрослыми людьми, конструкция и установленные нагрузки рассчитаны на взрослых людей, поэтому эксплуатация несовершеннолетними лицами не допускается. Дети и домашние животные не должны приближаться к работающему тренажеру ближе, чем на 2 м.

В целях Вашей безопасности рекомендуем соблюдать следующие правила:

1. Сборку и эксплуатацию тренажера следует осуществлять на твердой, ровной поверхности. Свободное пространство вокруг тренажера должно составлять не менее 1,2 м;
2. Не запускайте тренировку, стоя на беговом полотне. Встаньте на боковые направляющие, нажмите кнопку СТАРТ, перейдите на беговое полотно после того как беговая дорожка наберет установленную скорость.
3. При регулярной эксплуатации проверяйте затяжку резьбовых соединений каждые 1-2 месяца;
4. Не допускайте попадания внутрь тренажера посторонних предметов, грязи, шерсти домашних животных, жидкостей и т.п.;
5. Никогда не эксплуатируйте тренажер с явными дефектами – открученными элементами крепления, незакрепленными узлами, с нехарактерными посторонними шумами и т. д. Это может привести к травмам и уменьшению срока службы тренажера;
6. Для осмотра и устранения возникших дефектов обратитесь к представителям компании-продавца или уполномоченный сервисный центр;
7. Для ремонта необходимо использовать только оригинальные запасные части;
8. Обслуживание тренажера, за исключением процедур, описанных в данном руководстве, должно производиться только сотрудниками уполномоченного сервисного центра;
9. Не допускается какое-либо изменение конструкции или узлов и деталей тренажера, это может привести к серьезным травмам и потере здоровья;
10. Вес пользователя не должен превышать максимально допустимый, при запуске беговой дорожки не стойте на беговом полотне.
11. Во время занятий используйте соответствующую одежду и обувь. Не надевайте свободную одежду или обувь с кожаными подошвами или каблуками. Если у Вас длинные волосы, соберите их в хвост или пучок на затылке;
12. Не подставляйте руки под движущиеся части тренажера;
13. Не подвергайте себя чрезмерным нагрузкам во время тренировок. Если Вы почувствовали боль или недомогание, немедленно прекратите занятия и обратитесь за консультацией к врачу.

ВНИМАНИЕ!

ТРЕНАЖЕР ПРЕДНАЗНАЧЕН ДЛЯ ДОМАШНЕГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ

6. УСТРАНЕНИЕ НЕИСПРАВНОСТЕЙ

Данная беговая дорожка спроектирована таким образом, что при возникновении электрической неисправности она автоматически отключается, чтобы предотвратить травмирование пользователя и повреждение устройства (например, двигателя).

Если беговая дорожка работает некорректно, выполните ее сброс: выключите питание, подождите 1 минуту, затем снова включите питание

6.1 Ошибки

Код ошибки	Описание	Способ устранения	Примечания
“_”	Ключ безопасности отсутствует или неисправен датчик	1. Установите ключ безопасности. 2. Замените датчик безопасности.	
E2	Неисправность платы управления (PCB)	Замените плату управления (PCB).	
E4	Неисправность сигнального кабеля	1. Проверьте подключение 5-контактного кабеля между платой консоли и платой управления (PCB). 2. Замените плату управления (PCB).	
E5	Защита от перегрузки по току	1. Уменьшите нагрузку, очистите деку беговой дорожки и нанесите смазку 2. Замените плату управления (PCB).	
E6	Неисправность двигателя	1. Проверьте подключение кабеля двигателя; при необходимости замените двигатель. 2. Замените плату управления (PCB).	
E7	Ошибка связи	1. Уменьшите нагрузку, очистите деку беговой дорожки и нанесите смазку. 2. Замените плату управления (PCB).	
E8	Защита от перегрузки	1. Уменьшите нагрузку, очистите деку беговой дорожки и нанесите смазку. 2. Замените плату управления (PCB).	Порог срабатывания защиты - 100% номинального тока.

Отсутствует питание

1. Проверьте предохранители (они расположены на контроллере под кожухом двигателя).
2. Проверьте электрическую розетку (подключите к ней другой электроприбор, чтобы убедиться в ее исправности).
3. Проверьте сетевой кабель (при необходимости обратитесь к квалифицированному электрику).

7. РУКОВОДСТВО ПО ТРЕНИРОВКАМ

ПРИМЕЧАНИЕ: Перед началом любой программы тренировок проконсультируйтесь с врачом. Это особенно важно для лиц старше 45 лет, а также для людей, имеющих хронические заболевания.

Датчики пульса не являются медицинскими приборами. На точность измерения частоты сердечных сокращений могут влиять различные факторы, включая движения пользователя. Датчики пульса предназначены только для использования в качестве вспомогательного средства для общего контроля изменений частоты сердечных сокращений во время тренировки. Физические упражнения являются отличным способом контроля массы тела, улучшения физической формы и снижения влияния возрастных изменений и стресса. Ключом к успеху является регулярность тренировок и получение удовольствия от них, чтобы они стали частью вашей повседневной жизни.

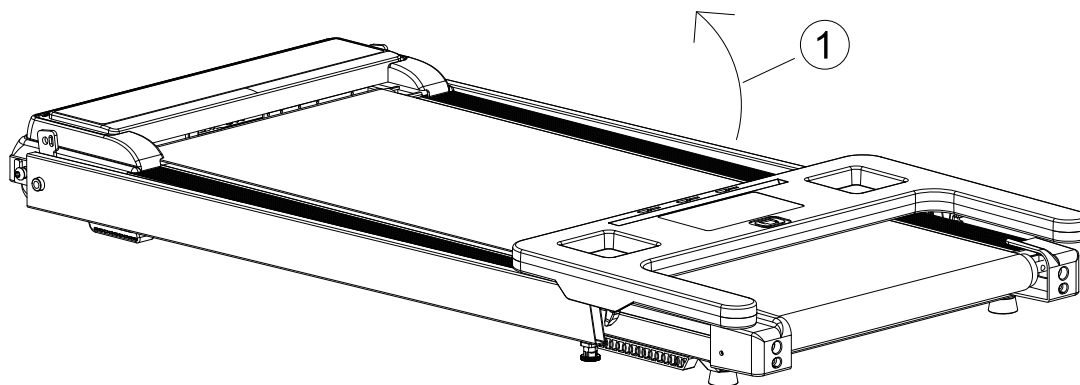
Состояние сердца и легких, а также эффективность доставки кислорода с кровью к мышцам являются важными показателями вашей физической подготовки. Мышцы используют этот кислород для выработки энергии, необходимой для повседневной активности. Такой процесс называется аэробной нагрузкой.

Чем лучше ваша физическая форма, тем меньшую нагрузку испытывает сердце. Оно совершает меньше сокращений в минуту, что снижает его износ.

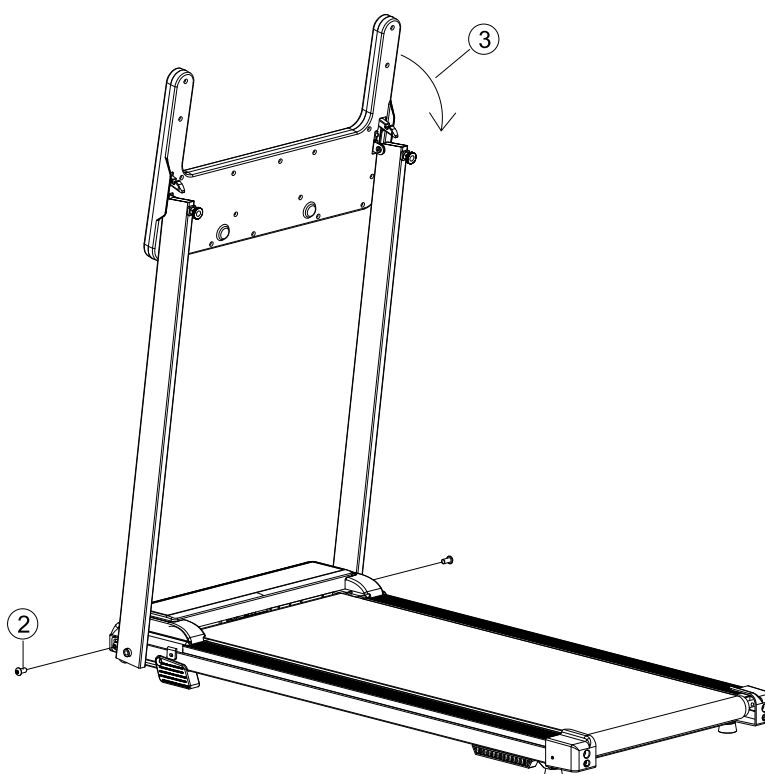
Таким образом, чем лучше ваша физическая форма, тем здоровее и лучше вы будете себя чувствовать.

8.РУКОВОДСТВО ПО УСТАНОВКЕ

Этап 1: Достаньте беговую дорожку из упаковки, затем, следуя действиям, показанным на рисунке 1, поднимите стойку в максимально верхнее положение.



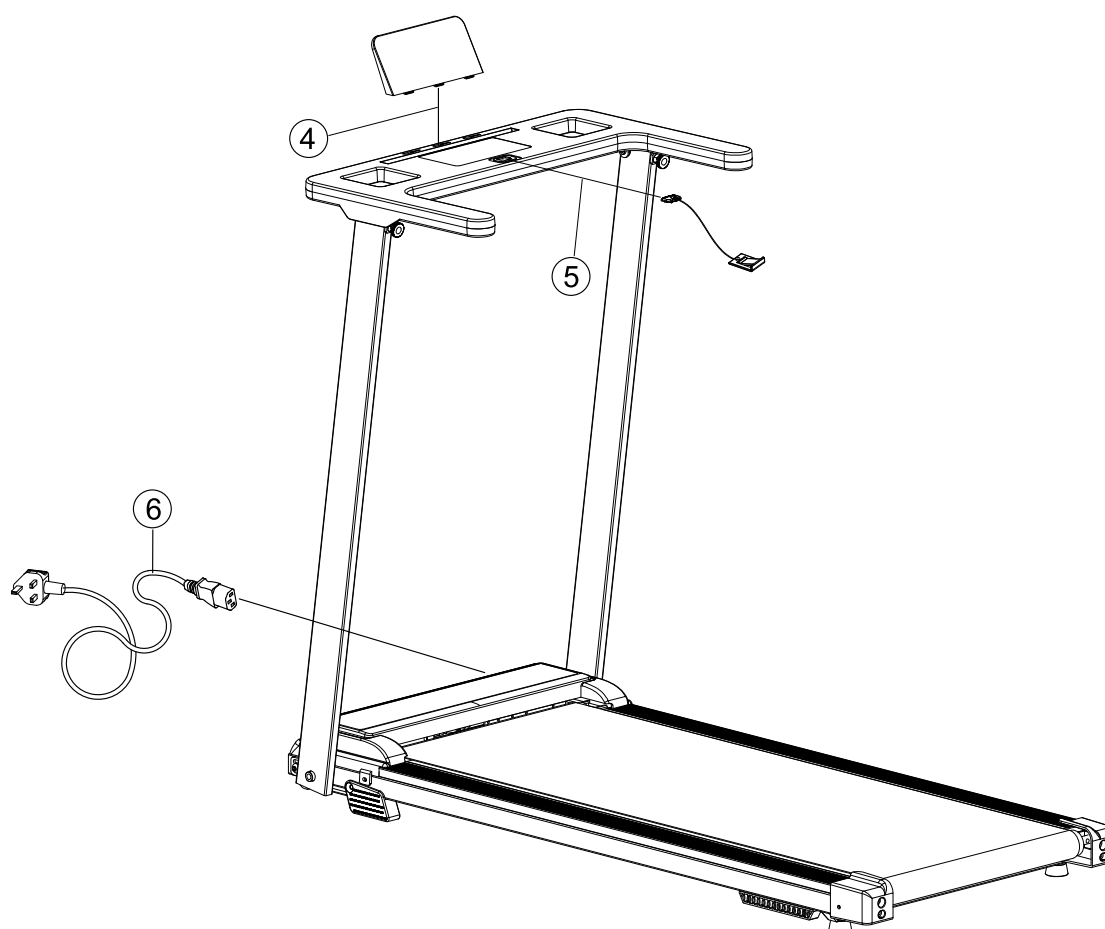
Этап 2: Как показано на рисунке 2, затяните 2 винта M8*16, чтобы закрепить стойку. Затем, как показано на рисунке 3, опустите электронную панель в соответствующее положение в направлении, указанном стрелкой.



Этап 3: Вставьте держатель для планшета (PAD) в корпус беговой дорожки, как показано на рисунке 4.

Установите красный ключ безопасности в желтую область, как показано на рисунке 5, и перед использованием беговой дорожки закрепите его зажимом на одежде.

Подключите сетевой шнур, как показано на рисунке 6. Установка завершена.



9. УТИЛИЗАЦИЯ УПАКОВКИ

В соответствии с государственными требованиями рекомендуется сокращать объем отходов, направляемых на полигоны твердых бытовых отходов.

Поэтому просим вас ответственно утилизировать все упаковочные материалы, сдавая их в специализированные пункты переработки.