

HOLMIUM

БЕГОВАЯ ДОРОЖКА



РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

Уважаемый покупатель!

Поздравляем с удачным приобретением! Вы приобрели современный тренажер, который, как мы надеемся, станет Вашим лучшим помощником. Он сочетает в себе передовые технологии и современный дизайн. Постоянно используя этот тренажер, Вы сможете укрепить сердечно-сосудистую систему и приобрести хорошую физическую форму. Надеемся, что данная модель удовлетворит все Ваши требования.

Прежде чем приступить к эксплуатации тренажера, внимательно изучите настоящее руководство и сохраните его для дальнейшего использования. В случае возникших дополнительных вопросов обратитесь к продавцу или в сервисный центр, который проконсультирует Вас и поможет устранить возникшую проблему.

Обязательно сохраняйте инструкцию по эксплуатации, это поможет Вам по прошествии времени вспомнить о функциях тренажера и правилах его использования. ***Если у Вас возникли какие-либо вопросы по эксплуатации данного тренажера, свяжитесь со службой технической поддержки или уполномоченным дилером, у которого Вы приобрели тренажер.***



Внимание!

Перед тем как приступить к тренировкам, настоятельно рекомендуем пройти полное медицинское обследование, особенно если у Вас есть наследственная предрасположенность к повышенному давлению или сердечно-сосудистым заболеваниям. Неправильное или чрезмерно интенсивное выполнение упражнений может повредить Вашему здоровью.

Транспортировка и эксплуатация тренажера

1. Тренажер должен транспортироваться только в заводской упаковке;
2. Заводская упаковка не должна быть повреждена и нарушена;
3. При транспортировке тренажер должен быть надежно защищен от дождя, влаги, атмосферных осадков, механических повреждений.

Хранение тренажера

Тренажер рекомендуется хранить и использовать только в сухих отапливаемых помещениях со следующими значениями:

- Температура: +10-+35С;
- Влажность: 50-75%.

Если Ваш тренажер перевозился или хранился при низкой температуре или в условиях высокой влажности (имеет следы конденсации влаги), необходимо перед эксплуатацией выдержать его в нормальных условиях не менее 4 часов, и только после этого можно приступить к эксплуатации.

Рекомендации по сборке

Перед сборкой тренажера тщательно изучите ее последовательность и выполняйте все рекомендации. Используйте для сборки приложенный или рекомендуемый инструмент. Убедитесь, что в наличии имеются все детали и инструменты и они не имеют повреждений. Не прикладывайте чрезмерных усилий к инструменту при сборке во избежание травм и повреждения элементов конструкции тренажера. Сначала соберите все элементы конструкции, не затягивая до конца гайки и болты, и только убедившись, что конструкция собрана правильно, окончательно затяните их.

Каждый тренажер на заводе проходит проверку качества. Это необходимо, чтобы убедиться в корректной работе всех узлов тренажера.

При этом может потребоваться частичная или полная сборка (зависит от конкретной модели). В связи с этим в местах соединений элементов тренажера могут остаться следы сборки, стыковки деталей и использования технологического крепежа.

Перед тем как начать тренировку

Перед первым занятием проверьте, правильно ли была проведена сборка тренажера. Ознакомьтесь со всеми функциями и настройками тренажера и проводите тренировки в строгом соответствии с инструкцией по эксплуатации. Перед началом тренировки убедитесь, что все защитные элементы надежно установлены и закреплены, проверьте надежность механических и электрических соединений. Установите тренажер на ровную нескользящую поверхность, оставляя с каждой стороны не менее 0,9 м свободного пространства. Для снижения шума и вибраций рекомендуется использовать и подкладывать под тренажер специальные резиновые коврики, также это позволит избежать царапин, сколов и вмятин, если напольное покрытие в Вашем доме выполнено из деликатных материалов (паркетная доска, штучный паркет, натуральный линолеум, пробковое покрытие и т. п.).



Если беговая дорожка не эксплуатировалась более 6 месяцев, то необходимо смазать деку силиконовой смазкой до возобновления тренировок, так как силиконовая смазка со временем высыхает, становится вязкой и теряет смазывающие свойства.

Регулировка бегового полотна

Регулировка бегового полотна предполагает две основные функции – регулировку натяжения и центровку бегового полотна. Беговое полотно регулируется на фабрике производителем, но в связи с транспортировкой и перемещением беговой дорожки, беговое полотно может сдвинуться. Перед началом эксплуатации необходимо проверить регулировку натяжения и центровку бегового полотна, а также в течение первых недель, так как оно после нескольких использований может немного растянуться или сместиться в сторону.

Чтобы правильно отрегулировать беговое полотно, следуйте указаниям, приведенным ниже.

Регулировка натяжения бегового полотна

Если во время занятия на беговой дорожке Вы чувствуете небольшое проскальзывание, то, вероятнее всего, беговое полотно нужно аккуратно подтянуть.

ВНИМАНИЕ: Во время регулировки бегового полотна оно не должно двигаться. Излишнее натяжение полотна приведет к его преждевременному износу, равно как и некоторых других компонентов дорожки. Никогда не натягиваете полотно слишком сильно!

Натяжение бегового полотна является обычной регулировочной операцией. Для устранения проскальзывания следует затянуть оба натяжных болта заднего ролика при помощи торцевого шестигранного ключа соответствующих размеров

- Используйте соответствующий шестигранный ключ для регулировки болтов натяжения бегового полотна;
- Шаг 1- Поверните левый болт ключом по часовой стрелке на ¼ оборота, для увеличения натяжения полотна;
- Шаг 2- Повторите такое же действие для правого болта. Необходимо повернуть болт на точно такое же количество оборотов;
- При необходимости повторите процедуру, но никогда не вращайте болты более чем на 1/4 оборота. Повторяйте шаги 1 и 2 до установления необходимого уровня натяжения и отсутствия проскальзывания;

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

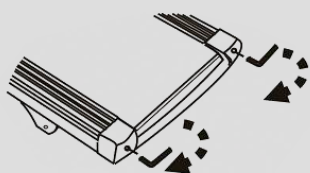
Центрирование бегового полотна

Время от времени необходимо центрировать беговое полотно в связи с тем, что во время тренировки Вы отталкиваетесь с разным усилием на каждую ногу и полотно может смещаться в разные стороны. Центрирование полотна необходимо для предотвращения быстрого износа полотна и правильного функционирования.

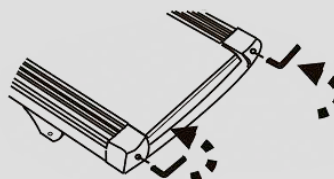
1. **ВНИМАНИЕ:** Для центрирования бегового полотна необходимо запустить беговое полотно со скоростью не более 0.5 мили в час. Соблюдайте технику безопасности, чтобы одежда или волосы не попали на задний вал. Обратите внимание, в какую сторону отклоняется беговое полотно;
2. Если беговое полотно смещено вправо: Запустите беговое полотно со скоростью 0.5 мили в час. При помощи входящего в комплект поставки торцевого гаечного ключа поверните правый задний болт на 1/4 оборота по часовой стрелке. Проверьте положение полотна. Беговое полотно должно пройти один полный оборот, после этого можно сделать вывод о том, насколько оно отцентрировано. При необходимости повторите процедуру;
3. Если беговое полотно смещено влево: Запустите беговое полотно со скоростью 0.5 мили в час. При помощи входящего в комплект поставки торцевого гаечного ключа поверните правый задний болт на 1/4 оборота против часовой стрелки. Проверьте положение полотна. Беговое полотно должно пройти один полный оборот, после этого можно сделать вывод о том, насколько оно отцентрировано. При необходимости повторите процедуру;
4. После того, как беговое полотно движется по центру, увеличьте скорость до 6 км/ч, чтобы проверить его положение в движении. При необходимости повторите вышеописанные шаги.

Если попытки центрировать беговое полотно безрезультатны, вероятно, нужно увеличить натяжение бегового полотна.

**Поворот по часовой стрелке
увеличит** натяжение бегового полотна



**Поворот против часовой стрелки
уменьшит** натяжение бегового полотна



Выбор места для тренажера

Место, где установлен тренажер, должно быть хорошо освещенным и проветриваемым. Установите тренажер на твердой, ровной поверхности так, чтобы расстояние от стены или других предметов было достаточным.

Рекомендуемое пространство должно быть не менее 70 см по бокам, не менее 30 см перед оборудованием, не менее 110 см позади него.

В случае неисправности или поломки необходимо обеспечить доступ к оборудованию для сервисного инженера.

Свободное пространство сзади тренажера обеспечит Вам комфортный подход к тренажеру и спуск с него.

Если Вы ставите тренажер на ковер, необходимо подложить под него коврик из твердого пластика, чтобы предохранить ковер и оборудование от возможных повреждений. Также это позволит избежать царапин, сколов и вмятин, если напольное покрытие в Вашем доме выполнено из деликатных материалов (паркетная доска, штучный паркет, натуральный линолеум, пробковое покрытие и т. п.)

Не размещайте тренажер в помещениях с высокой влажностью, например, рядом с парной, сауной или закрытым бассейном. Водяные пары или хлор могут отрицательно повлиять на электронные и другие компоненты тренажера.

Рекомендации по уходу и техническому обслуживанию беговых дорожек

ПОРЯДОК ТЕХНИЧЕСКОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ

Организация регулярного технического обслуживания лежит на Пользователе беговой дорожкой. Техническое обслуживание беговой дорожки выполняется как самим пользователем, так и в случае необходимости можно обратиться к специалистам сервисной службы на платной основе.

Поддержание чистоты в месте использования беговой дорожки, чистка и смазка самой дорожки позволяет избежать проблем в эксплуатации и сводит к минимуму необходимость вызова специалистов по ремонту. Изготовитель рекомендует выполнять следующие действия по профилактическому техническому обслуживанию.



Внимание!

Перед обслуживанием беговой дорожки выключите тренажер тумблером ВКЛ/ВЫКЛ (on/off) и выньте шнур питания из стенной розетки.

ПОСЛЕ КАЖДОЙ ТРЕНИРОВКИ (ЕЖЕДНЕВНО)

Осмотрите беговую дорожку и выполните следующие действия:

- Протрите беговое полотно, боковые накладки, кожух двигателя и консоль влажной тряпкой. Не используйте растворители, они могут повредить тренажер. Используйте мыльный раствор и влажную тряпку;
- Убедитесь, что силовой шнур не попал под тренажер или в другое место, где он может оказаться зажат или оборван;
- Проверьте натяжение и центровку бегового полотна. Убедитесь, что полотно не задевает и не повредит при движении другие части тренажера из-за нарушения центровки.

ЕЖЕНЕДЕЛЬНО

Чистка поверхности под беговой дорожкой:

- Выключите тумблер беговой дорожки, затем отключите ее от сети;
- Сложите тренажер, убедившись в надежности его фиксации в вертикальном положении;
- Переместите тренажер в другое место;

- Подметите или пропылесосьте пол, чтобы удалить пыль или другой мусор, который мог накопиться под беговой дорожкой;
- Поставьте тренажер обратно.

ЕЖЕМЕСЯЧНО – ВАЖНО!

- Выключите тумблер питания беговой дорожки, затем отключите ее от сети;
- Проверьте затяжку всех монтажных болтов тренажера;
- Снимите крышку моторного отсека двигателя. Дождитесь, пока все индикаторы светодиодов на платах погаснут;
- Почистите (пропылесосьте) моторный отсек и сам двигатель, чтобы удалить накопившийся пух и пыль. Невыполнение этой процедуры может привести к выходу из строя электронных блоков управления дорожкой;
- Пропылесосьте места прилегания бегового полотна к боковым накладкам и протрите беговое полотно влажной тряпкой;

Удалите с помощью пылесоса черные или белые частички, которые могут скопиться вокруг тренажера в результате трения полотна о деку. Их появление является результатом нормальной работы беговой дорожки.

Смазка деки силиконовой смазкой

В процессе эксплуатации беговой дорожки, происходит стирание и высыхание смазывающего слоя силиконовой смазки, которая обеспечивает скольжение полотна по деке и возникает необходимость нанесения нового слоя смазки.

Типичные признаки необходимости смазки деки:

- сильный нагрев бегового полотна, запах нагретой резины;
- перегрев электродвигателя, резкий запах пластмассы, горячая крышка моторного отсека;
- отключение электродвигателя во время занятий;
- появление текстовых (например: OIL, LUBE BELT и др.) или цифровых сообщений на дисплее консоли.

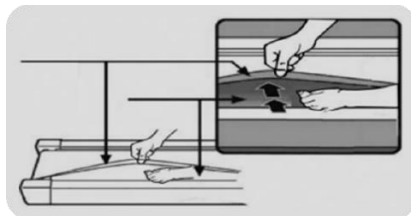
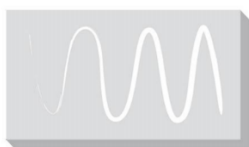
Обращаем Ваше внимание, что несвоевременная смазка деки силиконовой смазкой приводит к повышенному трению и нагрузке на электродвигатель, что может привести к поломке электродвигателя и электронных плат управления дорожкой, повреждению и преждевременному износу деки и бегового полотна.

Мы рекомендуем проводить техническое обслуживание по следующему графику:

- При занятиях менее 3 часов в неделю – ежегодно;
- При занятиях 3-5 часов в неделю - каждые шесть месяцев;
- При занятиях более 5 часов в неделю - каждые три месяца.

Процедура смазывания деки:

- выключите тумблер питания и отключите дорожку от сети;
- ослабьте болты крепления заднего вала в задней части деки. *(Рекомендуем наклеить метки с обоих концов рамы, отметив таким образом положение вала);*
- возьмите бутылочку смазочного вещества в правую руку, левой рукой отогните край бегового полотна вверх, а правой нанесите смазывающее вещество на деку зигзагами или линиями, в направлении от начала к концу деки, от одной стороны к другой 10-15 мл;



- затяните болты заднего вала в соответствии с вашими метками (снова натяните полотно до прежнего состояния);
- подключите дорожку к сети и запустите ее на минимальной скорости и походите по полотну в течении 2 минут для равномерного распределения смазки.

Рекомендуемый расход силиконовой смазки для разового обслуживания:

- Домашние беговые дорожки - 10-15 мл.
- Полупрофессиональные беговые дорожки – 15-20 мл
- Профессиональные беговые дорожки – 20-30 мл

Нанесение слишком большого количества смазки, приводит к проскальзыванию переднего вала и бегового полотна.

Перед нанесением нового слоя смазки, необходимо очистить деку от грязи и остатков старого слоя смазки используя мягкую ткань и средство для очистки.

Некоторые модели тренажёров комплектуются бутылочкой с силиконовой смазкой (30 мл), рассчитанной на 2-3 применения. По вопросу её приобретения обращайтесь к Продавцу.

Все трущиеся и нагружаемые элементы дорожки снабжены специальными герметичными подшипниками, которые не требуют особого ухода и регулярной смазки.

В любом случае, даже при регулярном обслуживании необходимо контролировать и проверять состояние деки и бегового полотна, токовую нагрузку на электродвигатель и принимать решение в зависимости от их технического состояния.

Регулярное техобслуживание не гарантирует нормальную работу комплектующих беговой дорожки (дека, полотно и т.п.), если пользователями нарушаются правила эксплуатации тренажёра.



Рекомендуем посмотреть наши видеоролики по уходу и обслуживанию беговой дорожки: <https://clck.ru/gjptV>

Электробезопасность (для тренажеров с питанием от сети)

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 шнуром с жилой для заземления и вилкой с ножкой заземления. 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 удара током. Если у Вас возникли сомнения в правильности заземления, обратитесь к электрику или представителю сервисной службы. Не меняйте вилку тренажера. Если комплектующая вилка не подходит к Вашей розетке, обратитесь к электрику и установите нужную розетку. Не применяйте дополнительные электрические удлинители, переходные адаптеры между электрической сетью и тренажером. Это может нарушить работу системы УЗО



Осторожно!

Неправильное подключение заземляющего провода оборудования может привести к поражению электрическим током.

и увеличить риск поражения электрическим током, а также явиться 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. В случае скачка напряжения в некоторых тренажерах предусмотрено автоматическое отключение.

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 3 м.

В целях вашей безопасности рекомендуем соблюдать следующие правила:

- Сборку и эксплуатацию тренажера следует осуществлять на твердой ровной поверхности. Свободное пространство вокруг тренажера должно составлять не менее 1,2 м;
- При регулярной эксплуатации проверяйте затяжку резьбовых соединений каждые 1-2 месяца;
- Не допускайте попадания внутрь тренажера посторонних предметов и жидкостей;
- Никогда не эксплуатируйте тренажер с явными дефектами — открученными элементами крепления, незакрепленными узлами, с нехарактерными посторонними шумами и т. д. Это может привести к травмам или сокращению срока службы тренажера;
- Для осмотра и устранения возникших дефектов обратитесь в авторизованный сервисный центр или к уполномоченному дилеру, у которого вы приобрели тренажер;
- Обслуживание тренажера, за исключением процедур, описанных в данном руководстве, должно производиться только сотрудниками сервисного центра;
- Не допускается какое-либо изменение конструкции или узлов и деталей тренажера — это может привести к серьезным травмам и вреду для здоровья;
- Вес пользователя не должен превышать максимально заявленный;
- Во время занятий используйте соответствующую одежду и обувь. Не надевайте свободную одежду или обувь с кожаной подошвой или каблуками. Если у вас длинные волосы, соберите их в хвост или пучок на затылке;
- Не подставляйте руки под движущиеся части тренажера;
- Не подвергайте себя чрезмерным нагрузкам во время тренировок. Если вы почувствовали боль или недомогание, немедленно прекратите занятия и обратитесь за консультацией к врачу.

Прежде чем использовать электрическую беговую дорожку, изучите кнопки на панели управления: запуск, остановка, изменения скорости и другие. Встаньте на боковые накладки с обеих сторон бегового полотна и возьмитесь за поручни.

Удерживайте невысокую скорость — не более 3 км/ч. Затем встаньте на беговое полотно. После того как привыкнете к скорости, можно попробовать ходьбу или медленный бег, добавив скорость от 3 до 5 км/ч. Пройдите примерно 10 минут на этой скорости, затем остановите дорожку.

Полезные советы

- Перед началом тренировки проконсультируйтесь с врачом или фитнес-тренером, который поможет вам составить подходящий график занятий в соответствии с вашим возрастом и состоянием здоровья. Также он определит скорость движения и интенсивность выполнения упражнений;
- Можно добавить в свой план занятий аэробные упражнения — ходьбу, бег трусцой, плавание, танцы или езду на велосипеде. Постоянно контролируйте пульс. Если у вас нет электронного кардиодатчика, уточните у врача, как измерять пульс вручную на запястье или шее. Определите целевую ЧСС;
- Пейте достаточно воды во время тренировки, так как организм активно теряет влагу и важно восстанавливать водный баланс, чтобы избежать обезвоживания. Не пейте слишком много холодной воды и напитков, их температура должна быть комнатной;
- Немедленно прекратите тренировку, если чувствуете стеснение и боль в груди, учащенное сердцебиение, затрудненное дыхание, головокружение или другой дискомфорт;
- Возвращайтесь к тренировкам только после консультации с врачом. Занимайтесь с комфортной для вас скоростью!

Рекомендуемые параметры скорости в зависимости от физической подготовки:

Интенсивность	Скорость
медленная ходьба	1,0-3,0 км/ч
неспешная ходьба	3,0-4,5 км/ч
нормальная ходьба	4,5-6,0 км/ч
быстрая ходьба	4,5-6,0 км/ч
бег трусцой	7,5-9,0 км/ч
средняя скорость бега	9,0-12,0 км/ч
интенсивный бег	12,0-14,5 м/ч
сверхинтенсивный бег	14,5-16,0 км/ч

Для ходьбы лучше поддерживать скорость ≤ 6 км/ч. Для бега рекомендуемая скорость – $\geq 8,0$ км/ч.

Гарантия

С условиями и сроками гарантии Вы можете ознакомиться на сайте <https://fitathlon.ru/fitathlon-service/guarantee.pdf>

Гарантия наших брендов является твердым обязательством по обеспечению высокого качества оборудования.

Перед покупкой и эксплуатацией рекомендуем ознакомиться с содержанием гарантийного талона, размещенного по указанной выше ссылке.

Обратите внимание, что сроки гарантии отличаются для тренажеров с разным уровнем использования: домашним, полупрофессиональным и коммерческим.

Авторизованные сервисные центры представлены по всей России. Наши профессионалы гарантируют качественное обслуживание и ремонт, следуя стандартам бренда.

Сохраняйте стикеры с уникальным серийным номером. Они являются залогом оказания гарантийного ремонта. При наличии стикера гарантийный талон не требуется.

С контактами сервисных центров можно ознакомиться на сайте <https://fitathlon.ru/fitathlon-service/>

Указания по утилизации



Данный тренажер не относится к бытовым отходам. **Пожалуйста, не выбрасывайте оборудование либо элементы питания вместе с бытовыми отходами**, для утилизации использованных элементов питания пользуйтесь действующими в Вашей стране системами возврата и сбора для утилизации.

Надлежащий раздельный сбор разобранных приборов, которые впоследствии отправятся на переработку, утилизацию или экологичное захоронение, способствует предотвращению возможных негативных воздействий на окружающую среду и здоровье человека, а также позволяет повторно использовать материалы, из которых изготовлено устройство. За незаконную утилизацию устройства пользователь может быть привлечен к административной ответственности, предусмотренной действующим законодательством.



Внимание

Тренажер предназначен для домашнего использования.

Инструкции по сборке и эксплуатации



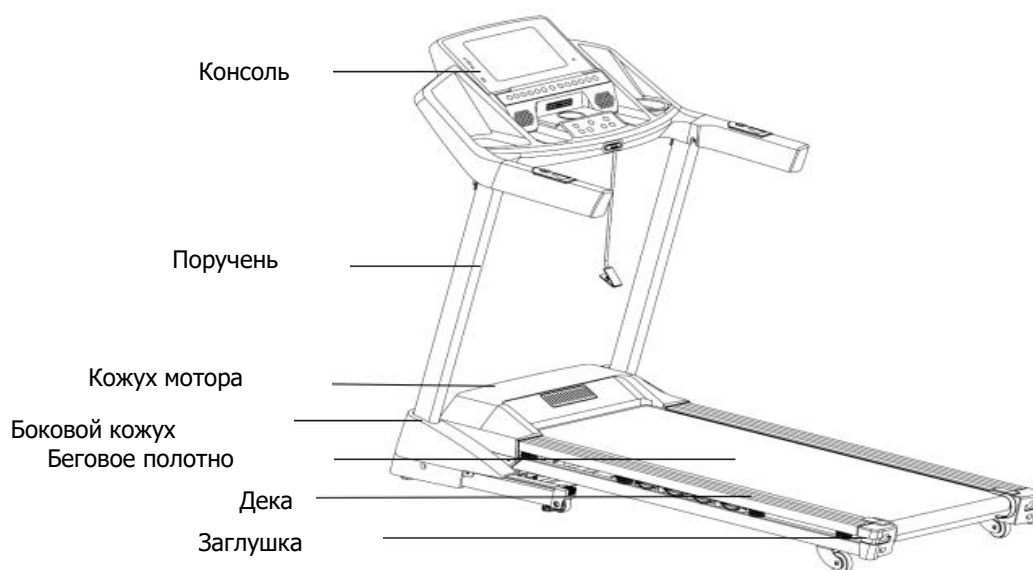
Внимание

Производитель оставляет за собой право вносить изменения в продукт без предварительного уведомления.



Примечание: Рекомендуется сделать 30-ти минутный технический перерыв после 100 мину работы тренажера.

Схема тренажера



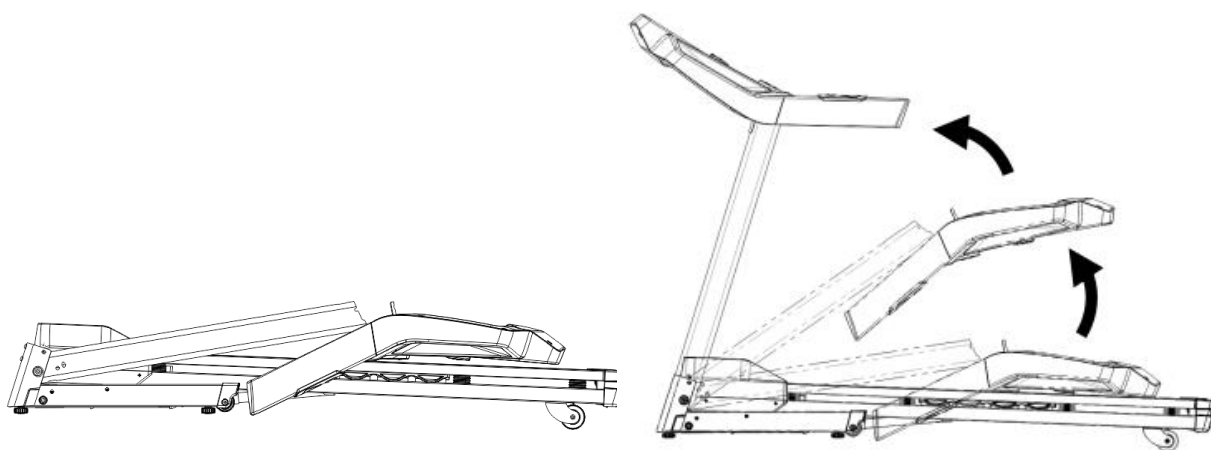
№	Наименование	Кол-во
1	Тренажер	1
2	Боковой кожух	1
3	Сумка для принадлежностей	1
1	Шестигранный торцевой ключ 6 мм	1
2	Шестигранный торцевой ключ 5 мм	1
3	Шестигранный винт M8*45	2
4	Бутылка с силиконовым маслом	1
5	Руководство пользователя	1
6	Ключ безопасности	1
7	Гайка M8	2
8	Шестигранный винт M8*22	4
9	Открытый ключ	1
10	шестигранный винт	2

Инструкция по установке

Во время установки все винты сначала просто закрепляются и затягиваются после полной установки стойки. (Внимание: машина очень тяжелая, для установки требуется более 2 человек)

Примечание: При разборке, установке, складывании или перемещении машины не засовывайте руки или пальцы в зазоры машины. Существует риск защемления!

Шаг 1: Сначала разрежьте упаковочные ленты, откройте коробку, выньте находящийся внутри пенополистирол и положите его в ближайшую коробку (примечание: обращайтесь с материалами и компонентами, находящимися внутри, осторожно, чтобы не повредить). Затем осторожно извлеките устройство из картонной коробки и поставьте его плашмя на землю. Снимите нейлоновые кабельные стяжки с основной рамы и основания. Затем поверните и поднимите левую и правую колонки, а также электронный счетчик в направлении, показанном на схеме. (Внимание: машина очень тяжелая. Монтаж должен выполняться не менее чем двумя людьми.)



Шаг 2: С помощью шестигранного ключа 5 мм вставьте винты M8 × 45 (как показано на Рис. 1) в стойки базовой рамы, затем закрепите их контргайками. Кроме того, используйте тот же шестигранный ключ диаметром 5 мм, чтобы вставить винты с шестигранной головкой M8 × 22 (как показано на Рис. 2) в стойки базовой рамы. (Пока не затягивайте полностью.)



Рис. 1

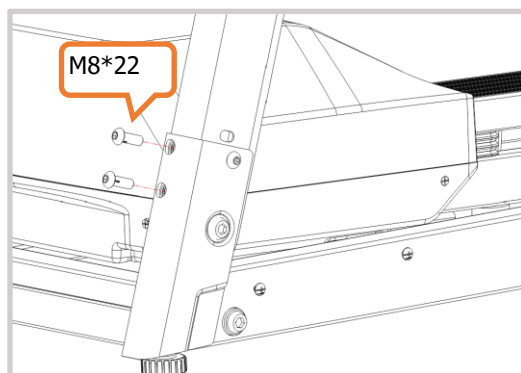
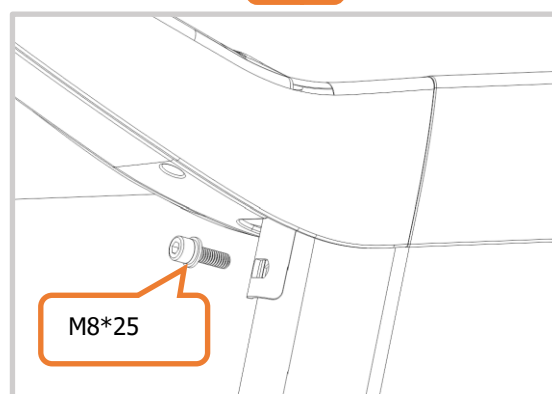
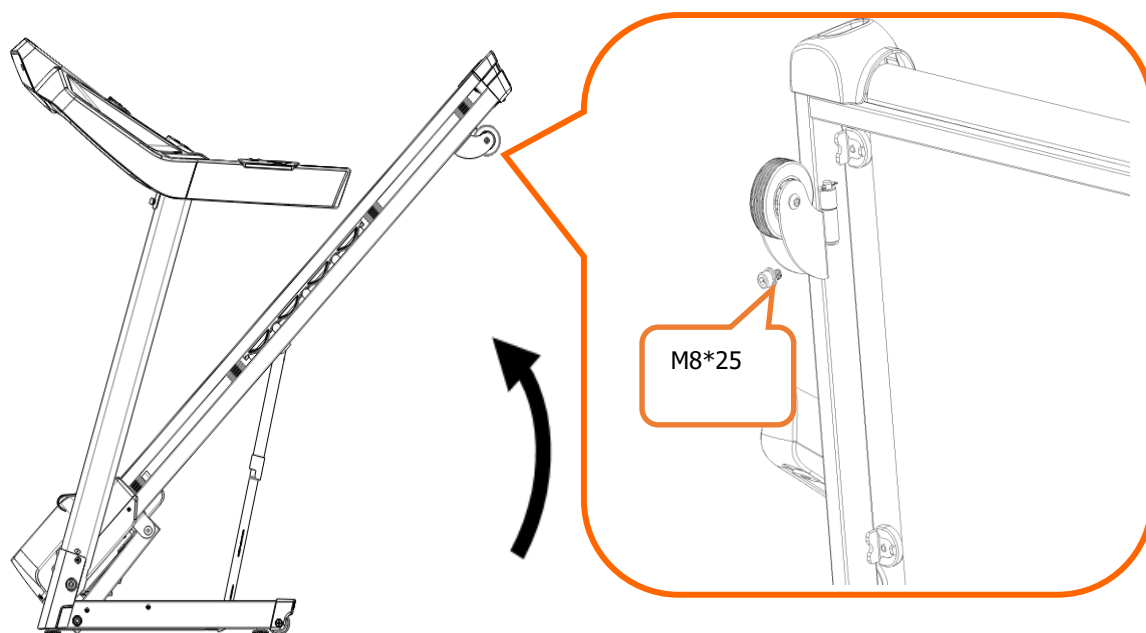


Рис. 2

Шаг 3: Используйте шестигранный ключ 6 мм, чтобы закрепить консоль на поручне с помощью шестигранных винтов M8 × 25 (пока не затягивайте полностью).



Шаг 4: Сложите беговую дорожку, как показано на схеме. Используйте шестигранный ключ диаметром 6 мм для крепления роликов беговой дорожки к деке с помощью шестигранных винтов M8 × 25.



Внимание: не затягивайте полностью все винты, пока не убедитесь, что все указанные выше установки выполнены в соответствии с требованиями. Убедившись, что не пропущено ни одного шага, переходите к этапу сборки кожуха базовой рамы.

Шаг 5: Снимите кожух с базовой рамы. Совместите отверстия кожуха с отверстиями на раме (Рис. 3), затем надежно закрепите ее на месте (Рис. 4). Используйте шестигранный ключ 6 мм (крестообразный), чтобы вставить винты с плоской головкой в кожух и закрепить их на базовой раме.

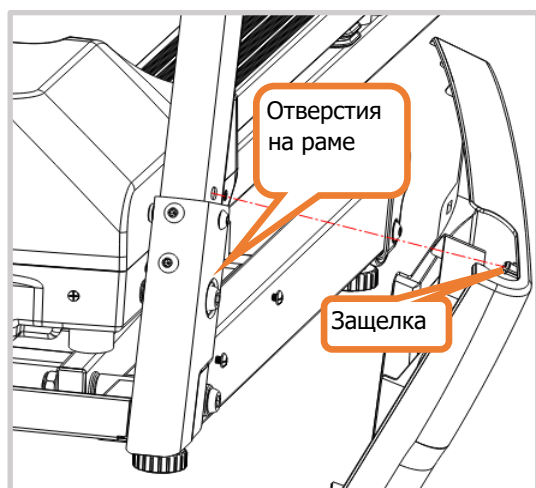


Рис. 3

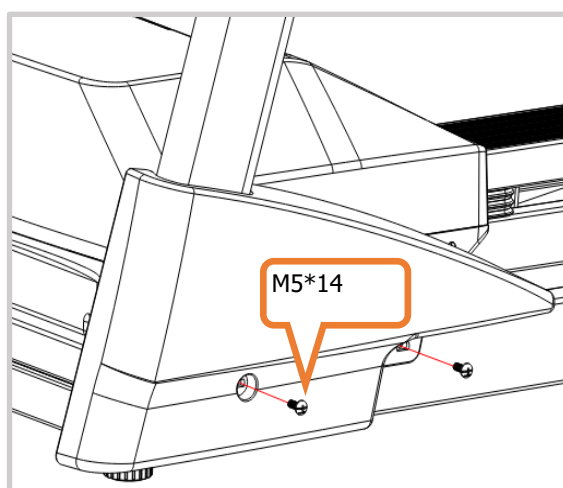
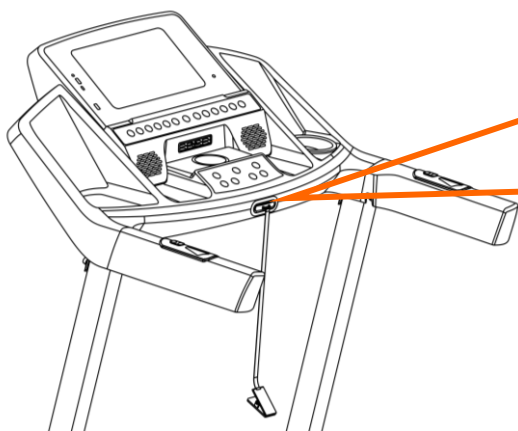


Рис. 4

Шаг 6: Установите ключ безопасности в положение, показанное на схеме. Машина будет работать только при нажатии кнопки СТАРТ.

Примечание: Беговая дорожка запустится нормально только если два зубца ключа безопасности будут вставлены в два отверстия желтого гнезда, как показано на схеме.



Ключ безопасности - это устройство с двумя зубцами и красной нитью, находящееся в полиэтиленовом пакете, содержащем крепежные винты и инструменты. Вставьте два зубца ключа безопасности в два отверстия желтого гнезда предохранителя под приборной панелью!

Примечание: Убедитесь, что все установки выполнены в соответствии с вышеуказанными требованиями, прежде чем полностью равномерно затянуть все винты. Убедившись, что все шаги не пропущены, вы можете подключить источник питания.

Начало работы:

Подключите источник питания и включите выключатель (переключатель красного цвета) (1). В это время экран загорится. Вы услышите звук, а затем загорится экран (для систем с цветным экраном вам нужно подождать некоторое время, прежде чем входить в интерфейс запуска).



1

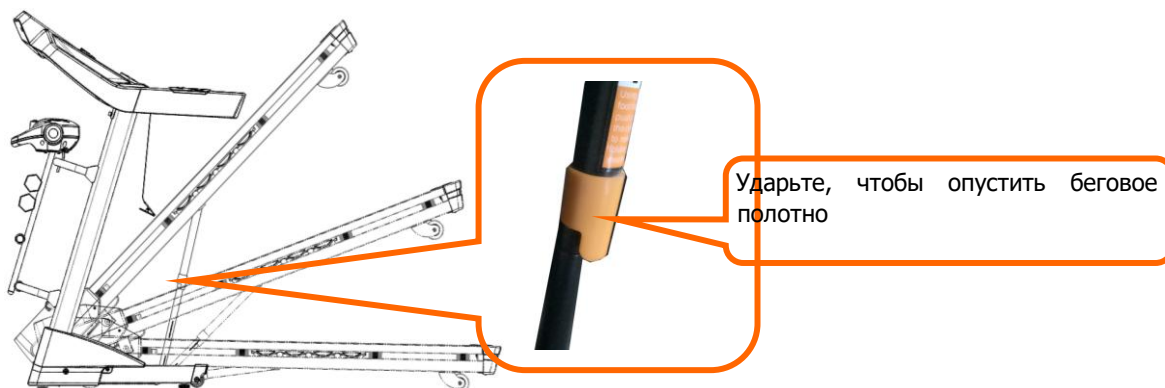
Когда беговая дорожка не используется, пожалуйста, храните ключ безопасности в недоступном для детей месте.

Для работы беговой дорожки ключ безопасности должен быть полностью установлен на желтой наклейке на приборе;

Если вы хотите воспользоваться ключом безопасности, прикрепите клипсу к своей одежде - в случае какой-либо чрезвычайной ситуации ключ отсоединится, и дорожка немедленно остановится. Если вы хотите продолжить использование беговой дорожки, пожалуйста, установите ключ безопасности на место.

Складывание/раскладывание: перед тем, как сложить тренажер, убедитесь, что уровень наклона установлен на "0". Выключите питание и отсоедините шнур питания. Поднимайте платформу для бега руками до тех пор, пока она не услышите щелчок и беговое полотно не зафиксировано.

Чтобы разложить тренажер, ударьте ногой по штоку давления воздуха, потяните беговое полотно рукой вверх, затем отпустите. Беговая дорожка автоматически медленно опустится на землю. Как показано на схеме ниже:



Работа с консолью



LCD дисплей отображает следующие показания:

ВРЕМЯ, СКОРОСТЬ, ДИСТАНЦИЯ, КАЛОРИИ, ПУЛЬС, ПРОГРАММА

Быстрый старт: Нажмите кнопку СТАРТ, и беговая дорожка запустится.

Программы: 24 предустановленные.

Ручной режим: режим работы по умолчанию. 3 режима обратного отсчета (время, дистанция, калории)

Ключ безопасности: В любой ситуации снятие ключа безопасности немедленно останавливает работу беговой дорожки и на дисплее появляется надпись "E7". Когда ключ безопасности снова установлен, данные консоли сбрасываются и переходят в начальный интерфейс.

Функциональные кнопки:

СТАРТ/ПАУЗА: нажмите эту кнопку, чтобы запустить беговую дорожку, и нажмите еще раз, чтобы приостановить беговую дорожку.

СТОП: нажмите кнопку и данные будут сброшены, беговая дорожка полностью остановится и вернется в ручной режим.

ПРОГ.: В режиме ожидания нажмите кнопку, чтобы переключиться из ручного режима в режим предустановленных программ.

РЕЖИМ: В режиме ожидания нажмите кнопку, чтобы переключиться между 3 режимами обратного отсчета: времени, расстояния и калорий; при выборе режима используйте кнопки СКОРОСТЬ +/- для установки соответствующих значений обратного отсчета. После настройки нажмите кнопку СТАРТ, чтобы запустить беговую дорожку.

СКОРОСТЬ +/-: регулировки скорости.

СКОРОСТЬ 3, 6, 9 и 12: кнопки быстрого переключения скоростей между 3, 6, 9 и 12 км/ч.

НАКЛОН +/-: регулировка уровня наклона.

НАКЛОН 3, 6, 9 и 12: кнопки быстрого переключения уровней наклона между 3, 6, 9 и 12

ГРОМКОСТЬ +/-: регулировка громкости при воспроизведении музыки через подключенный мобильный телефон.

ИГРАТЬ/ПАУЗА: воспроизведение/пауза воспроизведения музыки.

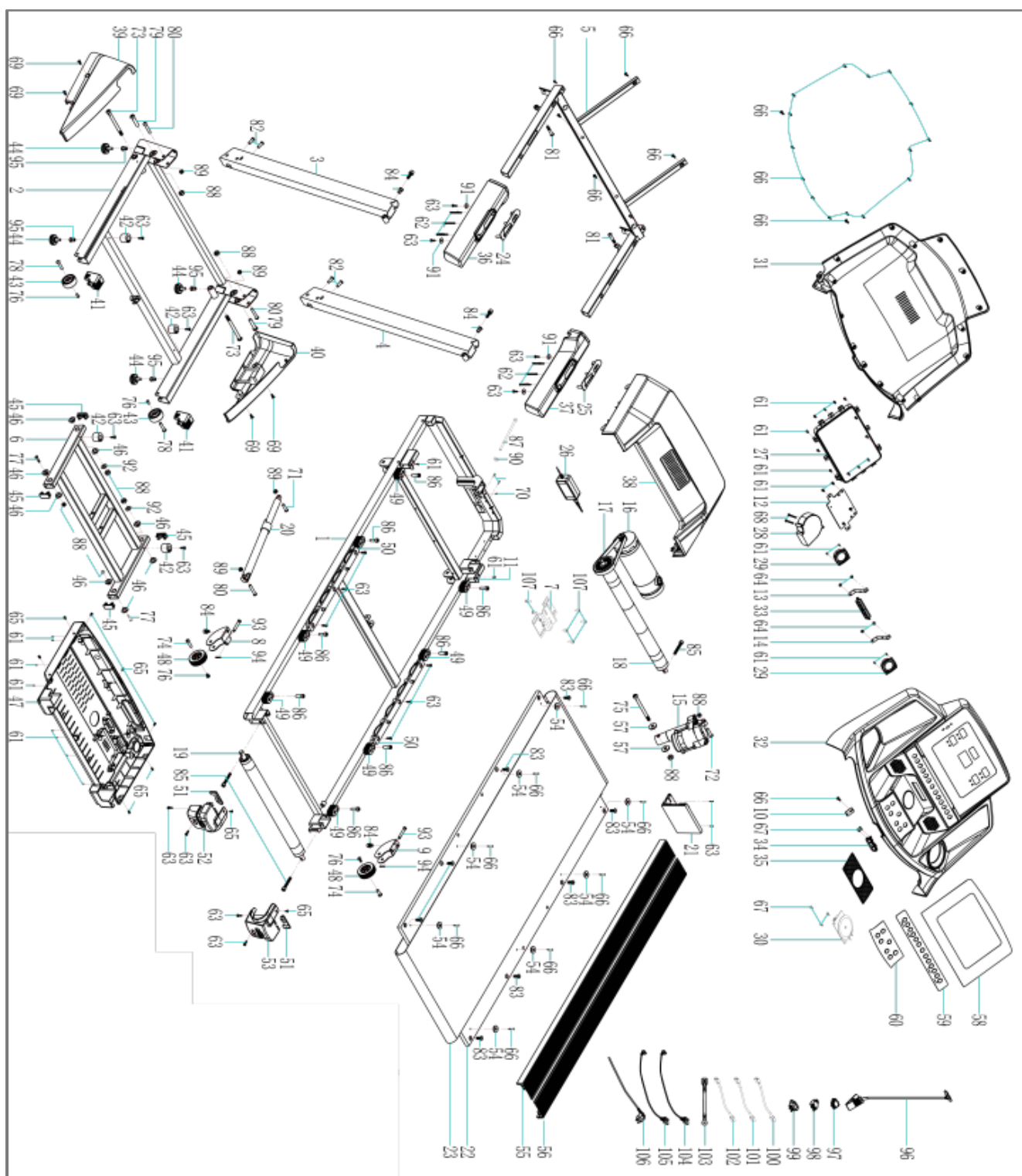
Вентилятор: Нажмите эту кнопку, чтобы включить вентилятор; нажмите ее еще раз, чтобы выключить его.

Предустановленные программы:

Время Программы		установленное время / 10 = Продолжительность каждого этапа									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	скорость	3	4	5	5	5	5	5	5	5	3
	наклон	2	2	2	2	2	2	2	2	2	0
P2	скорость	4	5	6	6	6	6	6	6	6	4
	наклон	2	2	2	2	2	2	2	2	2	0
P3	скорость	5	6	7	7	7	7	7	7	7	5
	наклон	2	2	2	2	2	2	2	2	2	0
P4	скорость	5.5	6.5	7.5	7.5	7.5	7.5	7.5	7.5	7.5	5.5
	наклон	2	2	2	2	2	2	2	2	2	0
P5	скорость	6	8	9	8	9	8	9	8	9	3
	наклон	2	4	4	4	4	4	4	4	4	0
P6	скорость	7	9	10	9	10	9	10	9	10	4
	наклон	2	4	4	4	4	4	4	4	4	0
P7	скорость	9	11	12	11	12	11	12	11	12	6
	наклон	2	4	4	4	4	4	4	4	4	0
P8	скорость	10	12	13	12	13	12	13	12	13	7
	наклон	2	4	4	4	4	4	4	4	4	0
P9	скорость	4	7	5	7	5	7	5	7	5	3
	наклон	4	6	6	6	6	6	6	6	6	0
P10	скорость	5	8	6	8	6	8	6	8	6	4
	наклон	4	6	6	6	6	6	6	6	6	0
P11	скорость	6	9	7	9	7	9	7	9	7	5
	наклон	6	9	7	9	7	9	7	9	7	5
P12	скорость	6.5	9.5	7.5	9.5	7.5	9.5	7.5	9.5	7.5	5.5

	наклон	4	6	6	6	6	6	6	6	6	0
П13	скорость	3	7	7	7	7	7	7	7	6	3
	наклон	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Р14	скорость	4	8	8	8	8	8	8	8	7	4
	наклон	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Р15	скорость	6	10	10	10	10	10	10	10	8	5
	наклон	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Р16	скорость	8	12	12	12	12	12	12	12	11	8
	наклон	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Р17	скорость	5	7	6	7	6	7	6	7	6	4
	наклон	3	4	5	4	5	4	5	4	5	2
Р18	скорость	5	7	6	7	6	7	6	7	6	4
	наклон	4	5	6	5	6	5	6	5	6	3
Р19	скорость	5	7	6	7	6	7	6	7	6	4
	наклон	6	7	8	7	8	7	8	7	8	5
Р20	скорость	5	7	6	7	6	7	6	7	6	4
	наклон	8	9	10	9	10	9	10	9	10	7
Р21	скорость	8	12	10	12	10	12	10	12	10	5
	наклон	3	6	3	6	3	6	3	6	3	0
П22	скорость	9	13	11	13	11	13	11	13	11	6
	наклон	4	7	4	7	4	7	4	7	4	1
Р23	скорость	11	15	13	15	13	15	13	15	13	8
	наклон	6	9	6	9	6	9	6	9	6	3
Р24	скорость	12	16	14	16	14	16	14	16	14	9
	наклон	7	10	7	10	7	10	7	10	7	4

Схема тренажера в разобранном виде



Список запчастей

№	Наименование	спец.	кол-во	№	Наименование	спец.	кол-во
1	Основная рама		1	55	Левая Накладка		1
2	Базовая Рама		1	56	Правая Накладка		1
3	Труба левого поручня		1	57	Пластиковая Прокладка		2
4	Труба правого поручня		1	58	Наклейка На панель дисплея		1
5	Рама консоли		1	59	Наклейка на Клавиатуру		1
6	Наклонная рама		1	60	Наклейка на кнопку "Старт + Стоп"		1
7	Комплект кронштейнов двигателя		1	61	Саморез	СТ4.2*12	30
8	Комплект для крепления левого колеса		1	62	Саморез	ST4*50	6
9	Комплект для крепления правого колеса		1	63	Саморез	ST4*20	20
10	Плоский кронштейн		1	64	Саморез	ST2.6×8.5	4
11	Перегородка		2	65	Саморез	ST4*16	9
12	Пластина вентилятора		1	66	Саморез	СТ4.0*14	32
13	Пластина лопастная левая		1	67	Саморез	ST3*8	5
14	Пластина лопастная правая		1	68	Винт	M4*40	2
15	Наклонный двигатель		1	69	Винт	M5*14	4
16	Двигатель		1	70	Винт	M5*10	1
17	Ремень		1	71	Винт	M8*28	1
18	Передний ролик		1	72	Винт	M10*40	1
19	Задний ролик		1	73	Винт	M10*120	2
20	Газовая Пружина		1	74	Шестигранный стопорный винт	Φ8-M6*30	2
21	Контроллер		1	75	Шестигранный винт	M10*115	1
22	Дека		1	76	Шестигранный винт	M6*14	4
23	Беговое полотно		1	77	Шестигранный винт	M10*45	2
24	Датчик пульса/Кнопка регулировки наклона		1	78	Шестигранный стопорный винт	Φ8-M6*35	2
25	Датчик пульса/Кнопка регулировки скорости		1	79	Шестигранный винт	M10*45	2
26	Адаптер питания		1	80	Шестигранный винт	M8*45	3
27	Дисплей		1	81	Шестигранный винт	M8*40	2
28	Вентилятор		1	82	Шестигранный винт	M8*22	4

29	Динамик		2		83	Шестигранный винт	M8*22	8
30	Модуль Беспроводной Зарядки мощностью 15 Вт		1		84	Шестигранный винт (комплект из 3 частей)	M8*25	4
31	Нижний кожух консоли		1		85	Шестигранный винт	M8*55	3
32	Верхний кожух консоли		1		86	Шестигранный винт	M8*20	8
33	Лопасть вентилятора		1		87	Шестигранный винт	M8*95	1
34	Гнездо для ключа безопасности		1		88	Стопорная гайка	M10	8
35	Подставка для телефона		1		89	Стопорная гайка	M8	4
36	Левый Подлокотник		1		90	Плоская Шайба	M8	1
37	Правый Подлокотник		1		91	Плоская Шайба	M5	4
38	Кожух двигателя		1		92	Плоская Шайба	M10	2
39	Левый кожух базовой рамы		1		93	Штифт	Ф8*50	2
40	Правый кожух базовой рамы		1		94	Шплинт		2
41	Задний кожух базовой рамы		2		95	Шестигранная заглушка	M8	6
42	Амортизирующая Накладка		4		96	Ключ безопасности		1
43	Транспортный Ролик		2		97	Выключатель питания		1
44	Компенсатор неровности пола		4		98	Защита От перегрузки		1
45	Заглушка		4		99	Электрическая Розетка		1
46	Втулка		8		100	Одножильный провод		1
47	Нижний кожух двигателя		1		101	Одножильный провод		1
48	Ролик		2		102	Одножильный провод		1
49	Амортизирующая Накладка		8		103	Провод Заземления		1
50	Накладка для основной рамы		2		104	Сигнальный провод		1
51	Прокладка силиконовая		2		105	Сигнальный провод		1
52	Торцевой кожух левый		1		106	Кабель питания		1
53	Торцевой кожух правый		1		107	Шестигранный винт(комплект из 3 частей)	M8*14	6
54	Прокладка		8					

Возможные неисправности беговой дорожки и варианты их устранения



Внимание

Информация об ошибках и путях решения предоставлена в ознакомительных целях. Самостоятельный ремонт лишает вас права на бесплатную гарантию.



Внимание

Категорически не рекомендуется запускать беговую дорожку стоя на беговом полотне. Это приведёт к выходу электродвигателя из строя.

Перед запуском дорожки стойте на боковых накладках. Рекомендуем вставать на полотно при его скорости движения 2-3 км/ч.

Код ошибки	Описание	Проверка и решение
E1	Нарушение связи	Проверьте подключение кабеля между консолью и панелью управления, чтобы убедиться, что каждая жилка полностью подключена. Замените соединительный кабель, если он поврежден.
E2	Двигатель не обнаружен	Возможная причина: Проверьте кабель двигателя, правильно ли он подключен, если нет, снова подключите провод двигателя. Проверьте кабель двигателя, замените его, если он поврежден или имеет запах гари.
E5	Защита от перегрузки по току	Возможная причина: Перегрузка приводит к чрезмерному току, и система останавливается из соображений самозащиты, или какая-то деталь заклинивает, что приводит к остановке двигателя. Отрегулируйте беговую дорожку и перезапустите ее. Проверьте, нет ли запаха жидкости или гари при работающем двигателе, если да, замените двигатель; проверьте, нет ли запаха гари от контроллера, если да, замените контроллер; проверьте напряжение питания, если оно не соответствует техническим характеристикам, переключите на правильное напряжение и снова протестируйте машину.
E6	Защита от перегрева/удара	Возможная причина: Проверьте, не ниже ли напряжение источника питания на 50% по сравнению с нормальным напряжением, - используйте правильное напряжение и снова протестируйте машину; проверьте, не пахнет ли контроллер горелым, и замените контроллер; Проверьте, подключен ли кабель двигателя, и снова подсоедините провод двигателя.
E7	Нет ключа безопасности	Подключите ключ безопасности.

Технические характеристики

Разъемы	USB, AUX
Зарядка смартфона	беспроводная
Складывание	да
Двигатель	2.5 DC Fuji Electric
Пиковая мощность двигателя, л.с.	4.5 DC
Скорость, км/ч	1-20
Длина бегового полотна, см	130*45
Регулировка угла наклона	электронная
Количество уровней наклона	15
Система амортизации	2 воздушные подушки air-Cushion™, 4 динамические подушки dualFLEX™
Измерение пульса	да
Тип консоли	голубой LED дисплей
Показания консоли	время, скорость, дистанция, калории, пульс, программа, уровень наклона, жиросанализатор
Общее количество программ	28
Спецификация программ	быстрый старт, ручной режим, 24 предустановленные, 3 режима обратного отсчета
Мультимедиа	колонки Bluetooth
Интеграционные технологии	Bluetooth для работы с тренировочным мобильным приложением (Fitshow™, Kinomap™)
Язык интерфейса	русский, английский
Система складывания	двухфазная гидравлическая система Easy Drop™
Подставка под планшет/смартфон	да
Транспортировочные ролики	да
Компенсаторы неровностей пола	да
Дополнительные функции	сенсорные датчики на поручнях, возможность подключения кардиодатчика Bluetooth через фитнес-приложения
Дополнительные особенности тренажера	кнопки управления скоростью и уровнем наклона на поручнях, ключ безопасности, отсеки для аксессуаров, складная модель, беспроводная зарядка
Максимальный вес пользователя	135
Подключение к сети	220Вт
Размер в рабочем состоянии, см	175*77*131
Размер в сложенном виде, см	120*77*131
Гарантийный срок	24 мес.
Вес нетто, кг	65
Страна происхождения	КНР
Производитель	Fitathlon Group (подразделение в Германии)

Оборудование сертифицировано в соответствии с Техническим Регламентом Таможенного Союза.

*Производитель оставляет за собой право вносить изменения в конструкцию тренажера, не ухудшающие значительно его основные технические характеристики.



Внимание

Тренажер предназначен для домашнего использования.

