

# KRYPTON

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 отсутствие проскальзывания;

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

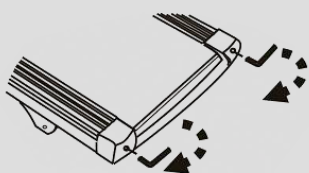
### Центрирование бегового полотна

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.

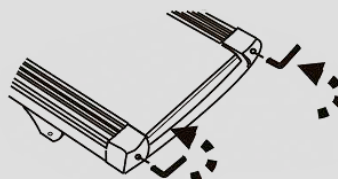
1. **ВНИМАНИЕ:** Для центрирования бегового полотна необходимо запустить беговое полотно со скоростью не более 0.5 мили в час. Соблюдайте технику безопасности, чтобы одежда или волосы не попали на задний вал. Обратите внимание, в какую сторону отклоняется беговое полотно;
2. Если беговое полотно смещено 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 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;
4. После того, как беговое полотно двигается 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.

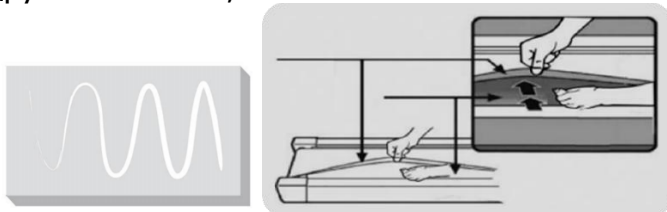
***Обращаем Ваше внимание, что несвоевременная смазка деки силиконовой смазкой приводит к повышенному трению и нагрузке на электродвигатель, что может привести к поломке электродвигателя и электронных плат управления дорожкой, повреждению и преждевременному износу деки и бегового полотна.***

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://click.ru/3Ffp8P>

## **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 вилок 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 км/ч
сверхинтенсивный бег	14,5-16,0 км/ч

***Для ходьбы лучше поддерживать скорость  $\leq 6$  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.

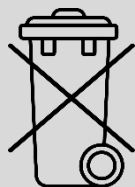
Обратите внимание, что сроки гарантии отличаются для тренажеров с разным уровнем использования: домашним, полупрофессиональным и коммерческим.

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 отдельный 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

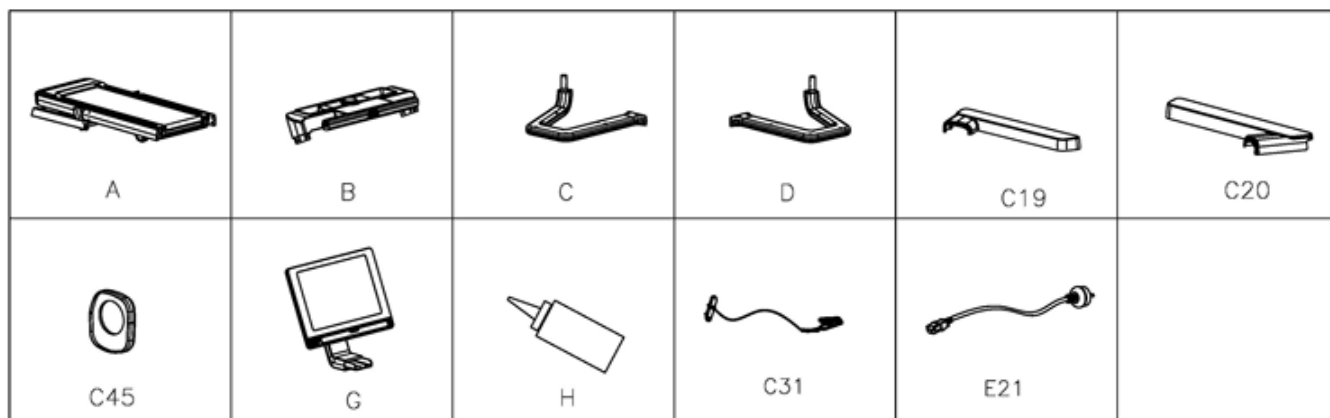
Производитель оставляет за собой право вносить изменения в продукт без предварительного уведомления.



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

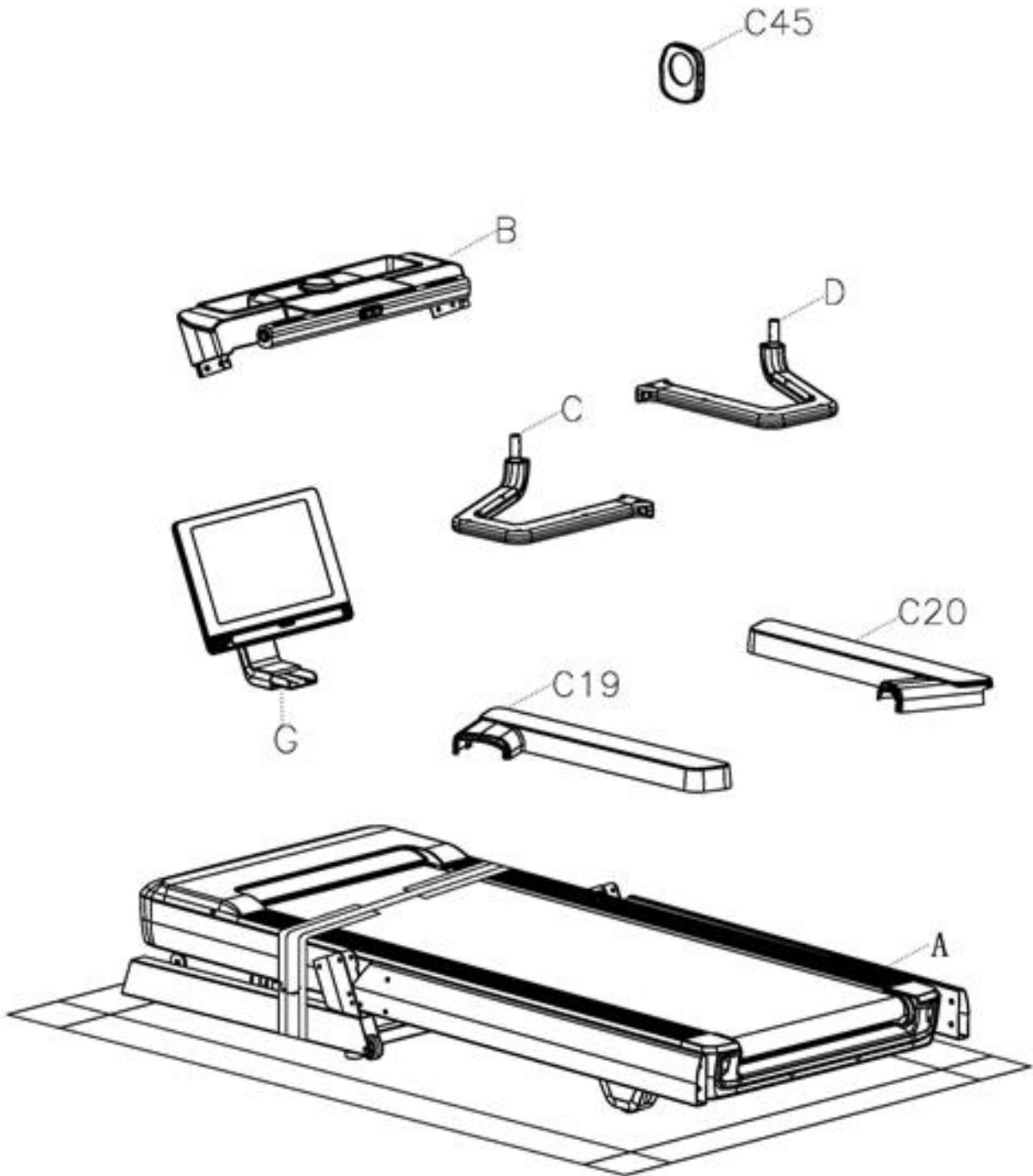
### Список комплектующих частей

№	Описание	Кол-во	№	Описание	Кол-во
A	Беговая дорожка	1	C45	Декоративная накладка	2
B	Основа консоли	1	G	Консоль	1
C	Левый поручень	1	H	Смазка	1
D	Правый поручень	1	C31	Ключ безопасности	1
C19	Кожух левой вертикальной стойки	1	E21	Шнур питания	1
C20	Кожух правой вертикальной стойки	1			

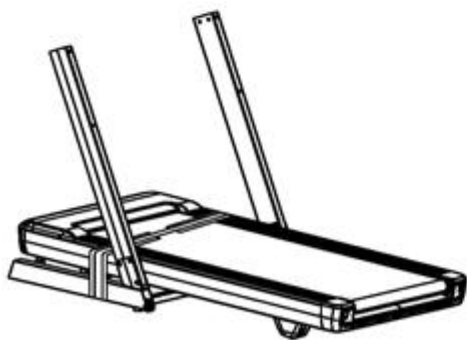
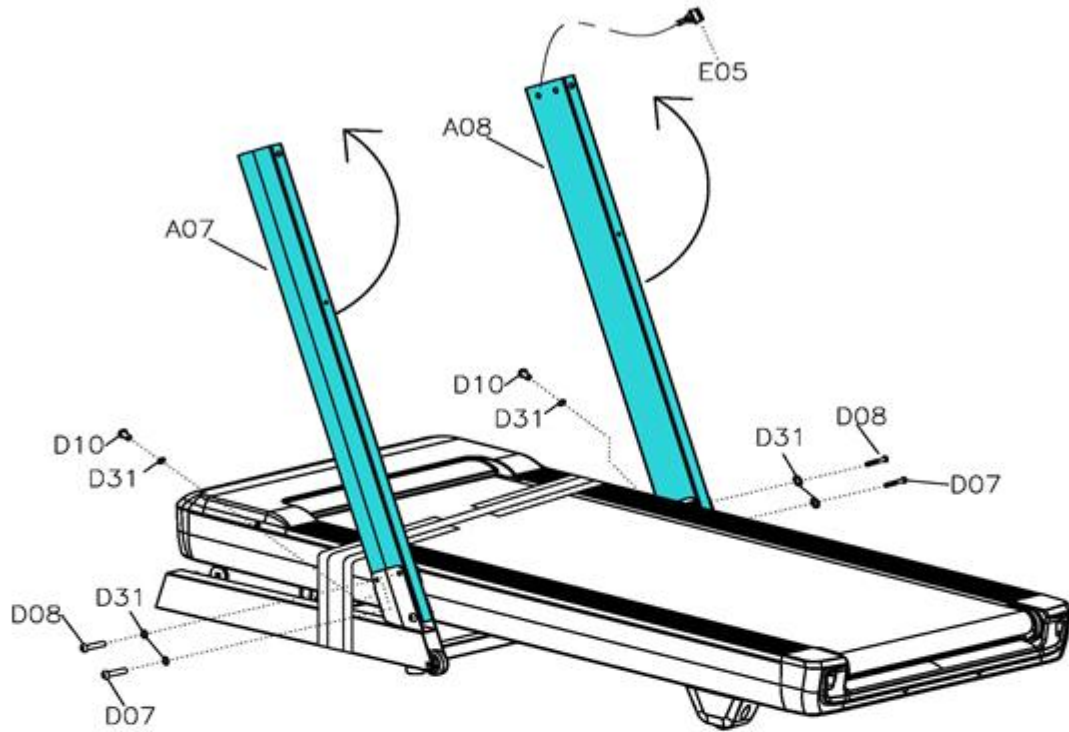


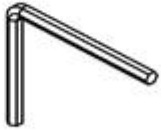

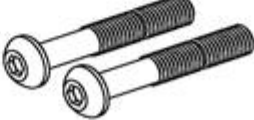


B07 S6(1X)	B08 S5(1X)	D07 M8*50(2X)	D08 M8*45(2X)	D10 M8*15(13X)
D30 $\varnothing 8(9X)$	D31 $\varnothing 8(6X)$	D32 $\varnothing 8(6X)$	D40 M6*15(4X)	

B-1

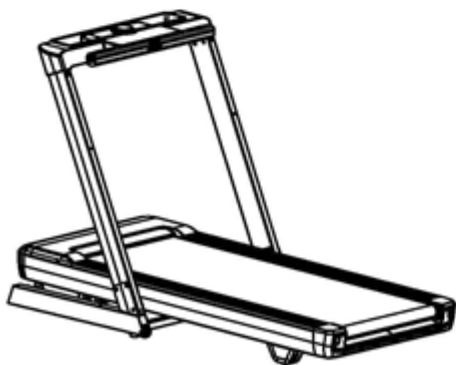
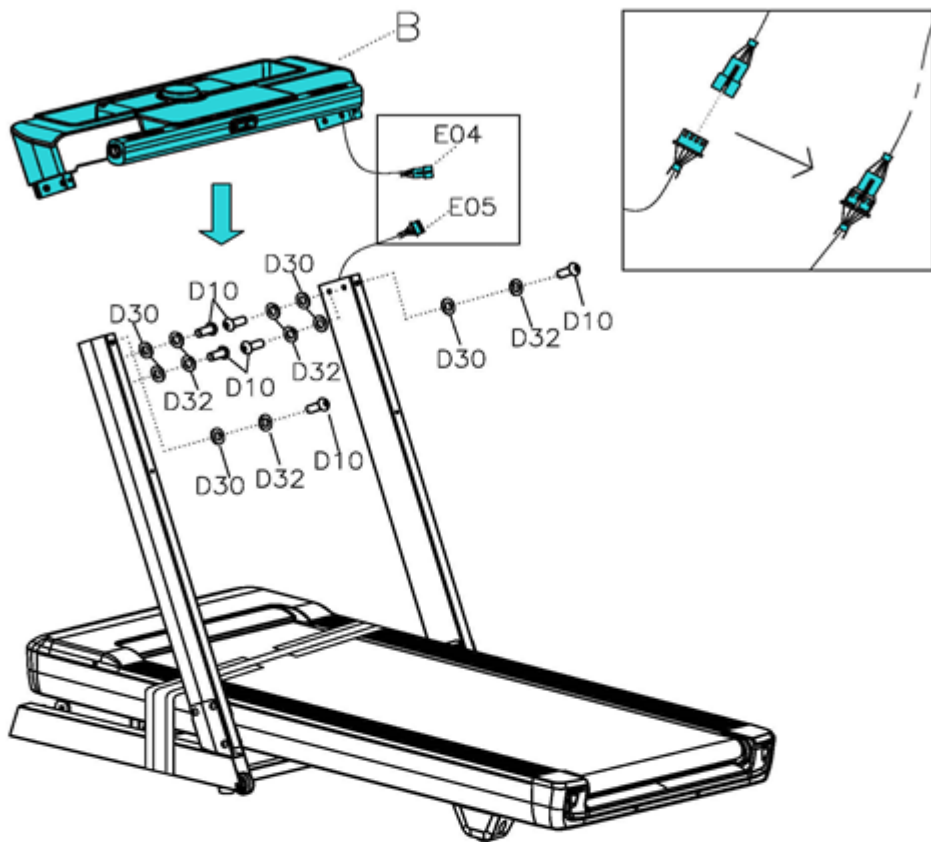


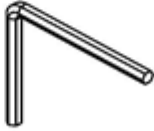



# B-2



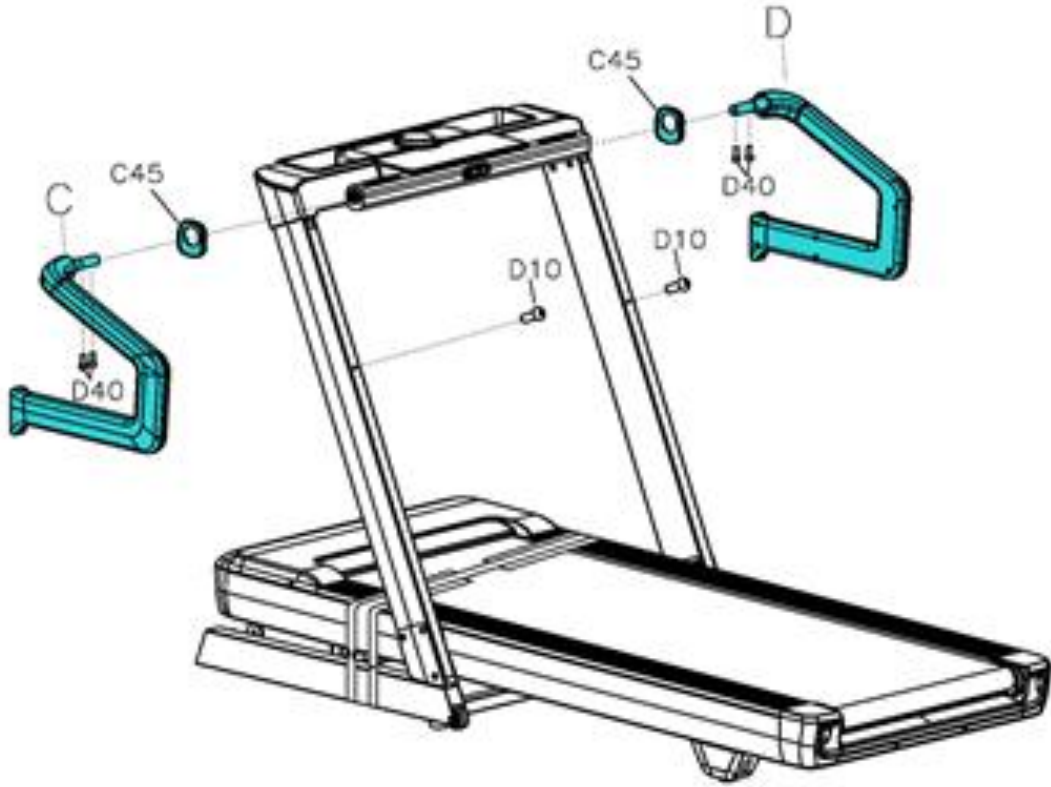
B08 S5(1X)	D07 M8*50(2X)
	
D08 M8*45(2X)	
	
D31 ø8(6X)	D10 M8*15(2X)
	





# B-3



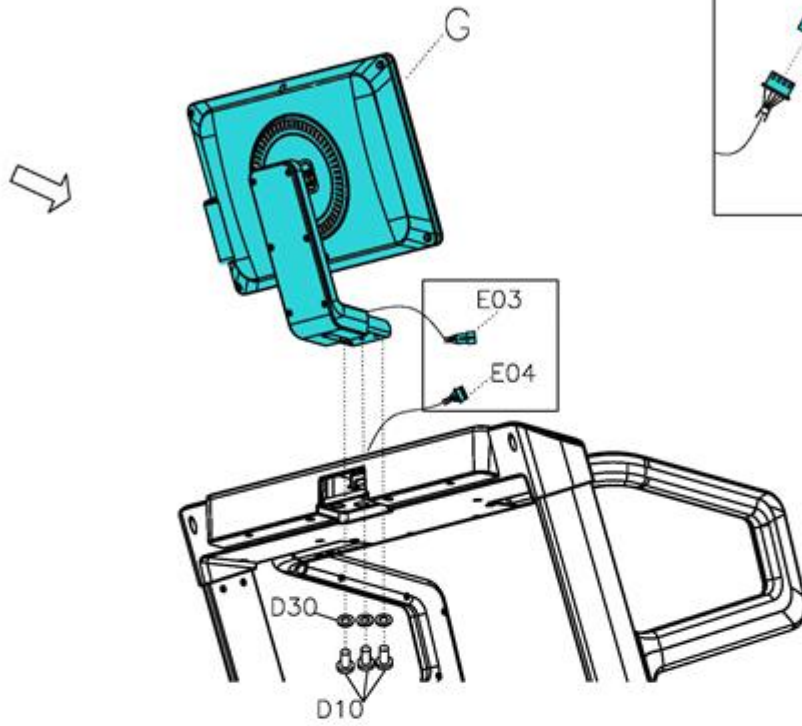
B08 S5(1X)	D10 M8*15(6X)
	
D30 $\phi$ 8(6X)	D32 $\phi$ 8(6X)
	

B-4

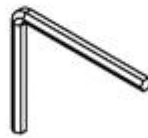


B08 S5(1X)	D10 M8*15(2X)
	
D40M6*15(4X)	C45 (2X)
	

B-5



B08 S5(1X)



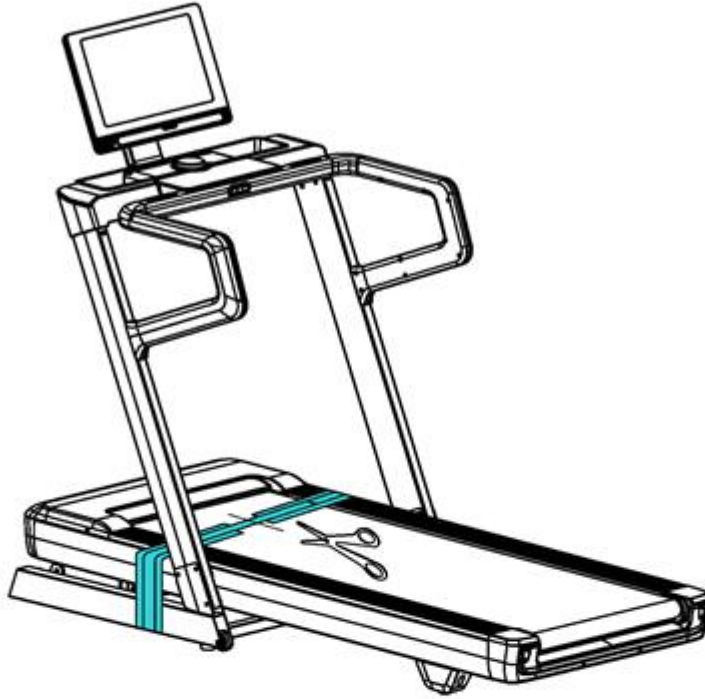
D10 M8\*15(3X)



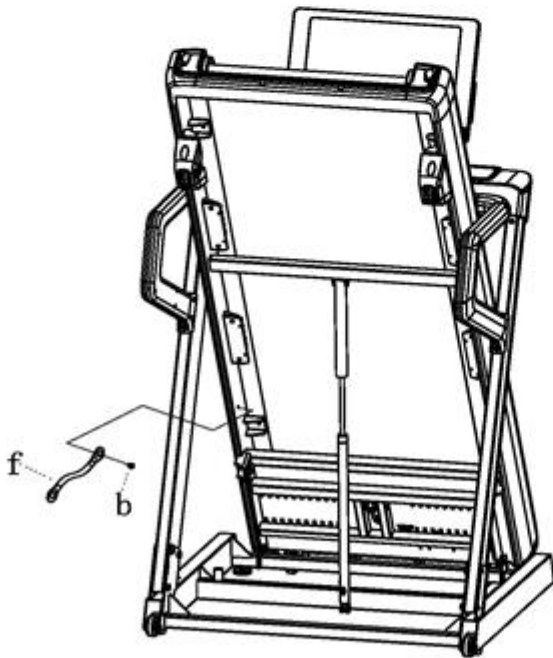
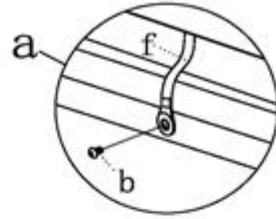
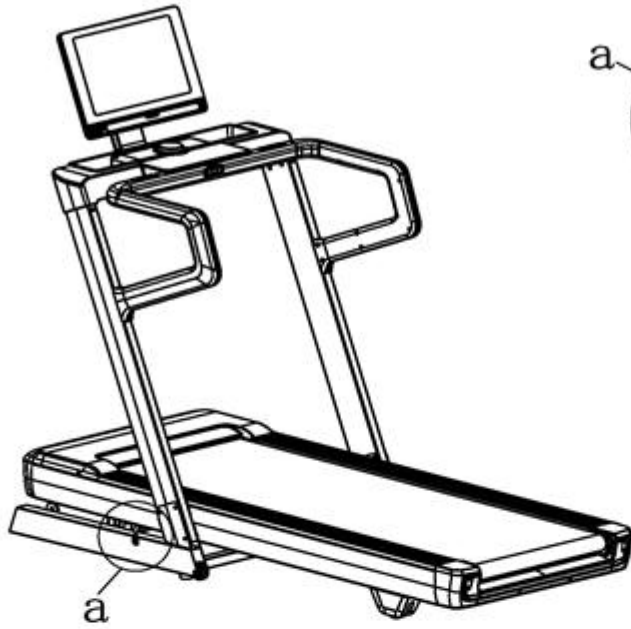
D30 ø8(3X)



B-6



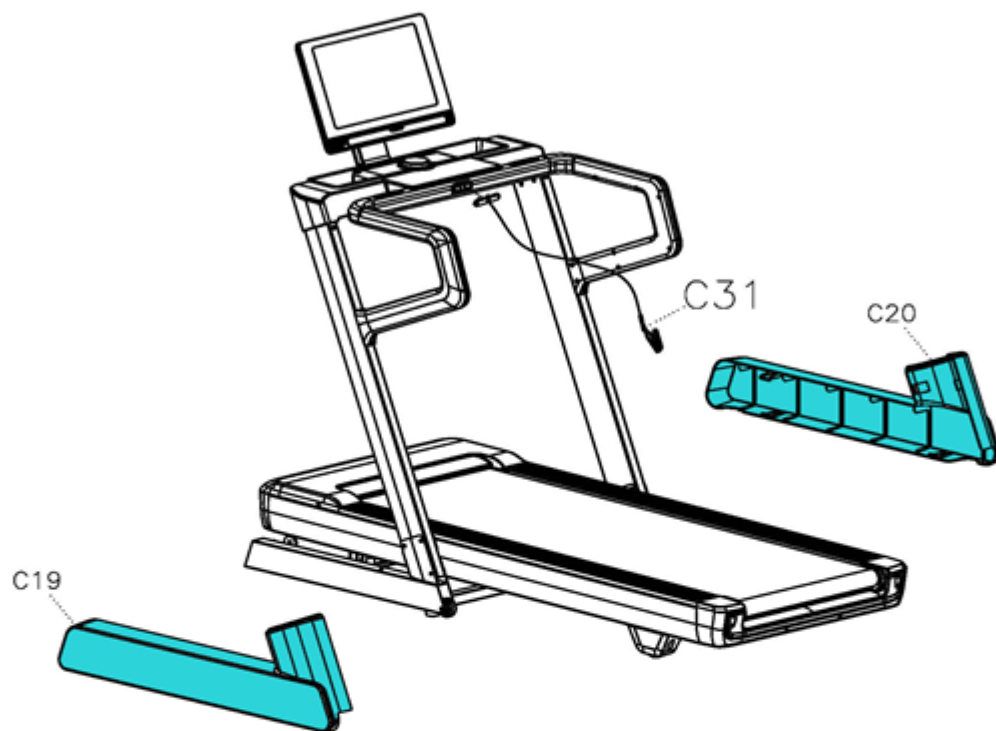
B-7



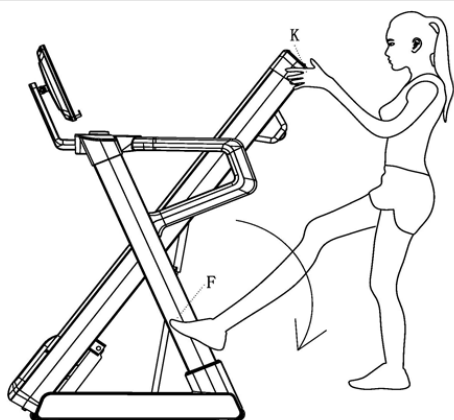
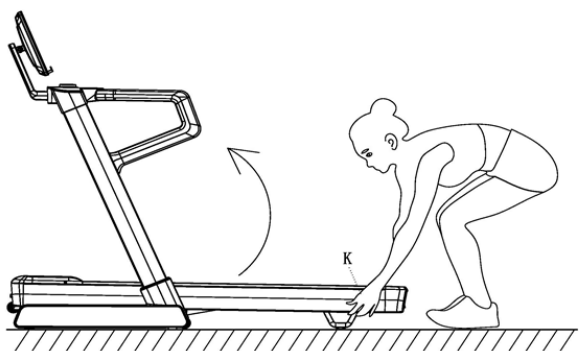
B08 S5(1X)



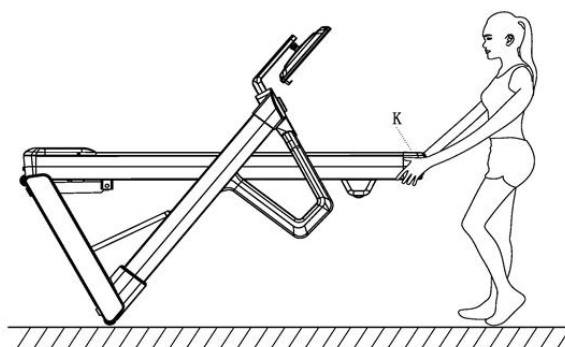
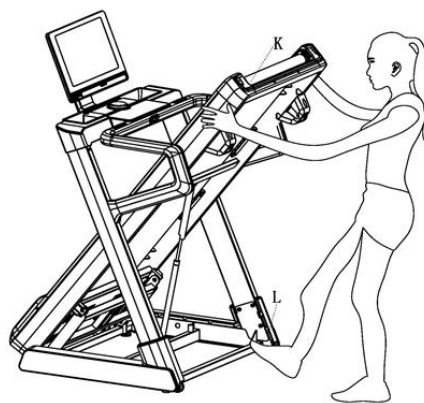
B-8



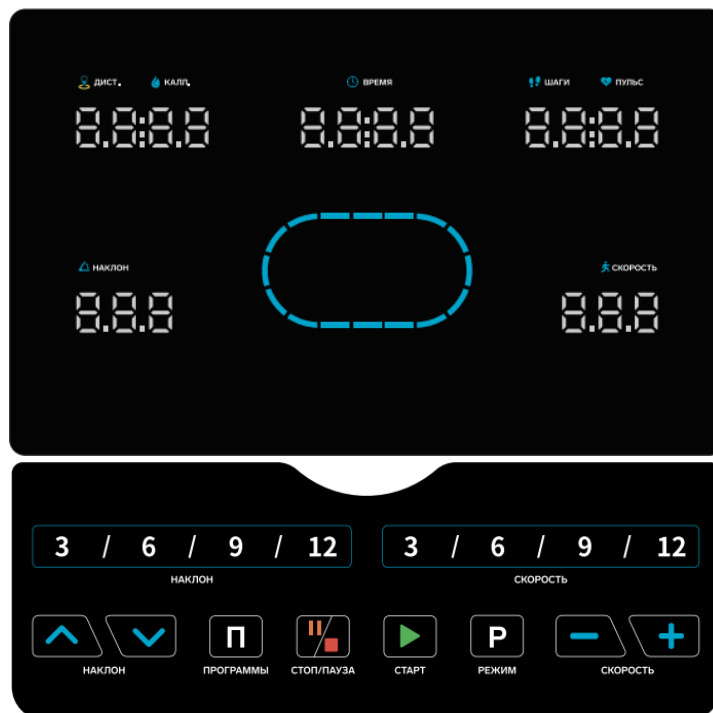
C-1



C-2



## Работа с консолью



### Функциональные кнопки:

1. **МГНОВЕННЫЙ НАКЛОН:** Нажмите 3-6-9-12 для быстрого выбора уровня наклона.
2. **НАКЛОН +/-:** Нажмите для регулировки наклона.
3. **ПРОГРАММЫ:** Нажмите для выбора одной из 24 встроенных программ, 3 пользовательских программ или функции жиранализатора.
4. **ПАУЗА/СТОП:** Нажмите, чтобы поставить тренировку на паузу или полностью остановить беговую дорожку.
5. **МГНОВЕННАЯ СКОРОСТЬ:** Нажмите 3-6-9-12 для быстрого выбора скорости.
6. **СТАРТ:** Нажмите для запуска беговой дорожки.
7. **РЕЖИМ:** Нажмите эту кнопку для выбора цели тренировки: по времени, дистанции или калориям.
8. **СКОРОСТЬ +/-:** Нажмите для регулировки скорости.

### Функции консоли:

1. **ДИСТАНЦИЯ/КАЛОРИИ:** Отображает количество сожженных калорий и пройденную дистанцию.
2. **ВРЕМЯ:** Отображает время тренировки.
3. **ШАГИ/ПУЛЬС:** Отображает текущее количество шагов и частоту сердечных сокращений (пульс) пользователя. Пульс пользователя: эти данные носят справочный характер и не могут быть использованы в медицинских целях. Возьмитесь за датчики пульса на поручнях обеими руками, консоль покажет значение пульса примерно через 5 секунд.
4. **НАКЛОН:** Отображает текущий уровень наклона. Используйте кнопки НАКЛОН+/- или кнопки быстрого выбора наклона для регулировки угла наклона тренажера.
5. **СКОРОСТЬ:** Отображает текущую скорость. Используйте кнопки СКОРОСТЬ+/- или кнопки быстрого выбора скорости для регулировки скорости тренажера.
6. **РЕЖИМ:** Нажмите эту кнопку для выбора режима обратного отсчета по времени,

дистанции или калориям.

- В режиме ожидания нажмите кнопку M; загорится соответствующий индикатор (ВРЕМЯ, ДИСТАНЦИЯ или КАЛОРИИ). Выберите нужный параметр.

-Нажмите кнопки СКОРОСТЬ +/- или НАКЛОН +/-, чтобы установить целевое значение тренировки.

-Нажмите кнопку СТАРТ, беговая дорожка начнет движение через 3 секунды.

-Нажмите СКОРОСТЬ +/- для регулировки скорости.

-Нажмите НАКЛОН +/- для регулировки наклона.

**7. ПРОГРАММЫ:** Нажмите эту кнопку для выбора между 24 программами, 3 пользовательскими программами и функцией жиранализатора.

7.1 Настройка 24 встроенных программ: В режиме ожидания нажмите кнопку P, консоль отобразит доступные программы; выберите одну из 24 программ.

-Нажмите СКОРОСТЬ +/- или НАКЛОН +/-, чтобы установить время тренировки.

-Нажмите кнопку СТАРТ, беговая дорожка начнет движение через 3 секунды.

- Каждая программа разделена на 10 сегментов; тренажер издаст 3 звуковых сигнала при переходе к новому сегменту.

-Нажмите СКОРОСТЬ +/- или НАКЛОН +/- чтобы изменить скорость и наклон во время каждого сегмента.

- Тренажер издаст 3 звуковых сигнала и остановится, когда программа будет завершена.

ВРЕМЯ ПРОГРАММА		Временной интервал= установленное время/10									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	Скорость	2	4	3	4	3	5	4	2	5	3
	Наклон	1	2	3	3	1	2	2	3	2	2
P2	Скорость	2	6	7	8	3	6	8	7	5	2
	Наклон	1	2	3	3	2	2	3	4	2	2
P3	Скорость	3	8	3	8	5	9	5	9	12	6
	Наклон	1	3	5	7	9	10	8	6	5	2
P4	Скорость	8	10	11	12	12	11	10	10	9	8
	Наклон	1	2	2	3	1	2	2	2	2	1
P5	Скорость	6	10	12	9	11	8	12	7	9	3
	Наклон	1	2	4	3	2	2	4	5	2	1
P6	Скорость	2	8	6	10	10	9	11	8	5	3
	Наклон	2	2	3	2	3	4	5	6	5	3
P7	Скорость	2	6	7	9	7	9	6	5	4	2
	Наклон	4	5	6	6	9	9	10	12	6	3
P8	Скорость	2	4	6	8	7	8	9	6	4	2
	Наклон	3	5	4	4	3	4	4	3	3	2
P9	Скорость	2	4	5	7	6	5	8	6	3	2
	Наклон	3	5	3	4	2	3	4	2	3	2
P10	Скорость	2	3	5	3	3	5	3	6	3	3
	Наклон	4	4	3	6	7	8	8	6	3	3
P11	Скорость	2	5	8	10	6	9	5	3	2	2
	Наклон	1	3	5	8	10	7	6	3	2	3
P12	Скорость	2	5	5	4	4	6	4	2	3	4
	Наклон	3	5	6	7	12	9	11	11	6	3
P13	Скорость	2	7	4	7	8	9	4	5	3	2
	Наклон	5	6	6	4	6	5	8	9	4	2
P14	Скорость	2	6	5	4	8	6	5	2	3	3
	Наклон	5	6	5	8	4	5	5	10	6	3
P15	Скорость	2	6	5	4	8	7	5	3	3	2
	Наклон	3	4	5	6	3	5	5	6	4	3
P16	Скорость	2	5	7	5	8	6	5	2	4	2
	Наклон	1	5	6	8	12	9	10	9	5	3
P17	Скорость	2	5	6	7	8	9	8	5	3	4

P18	Наклон	3	5	6	8	6	5	8	7	5	3
	Скорость	2	3	5	6	8	6	9	6	5	2
P19	Наклон	5	7	5	8	6	5	9	10	6	2
	Скорость	3	7	6	5	9	7	6	3	5	2
P20	Наклон	3	5	6	8	5	6	5	12	8	3
	Скорость	3	7	9	10	11	12	10	8	5	2
P21	Наклон	2	5	6	7	6	5	8	6	3	2
	Скорость	3	6	8	7	9	10	5	8	3	2
P22	Наклон	3	6	8	9	9	6	8	10	6	3
	Скорость	3	5	8	6	9	10	8	12	6	3
P23	Наклон	2	6	8	10	12	10	12	8	5	2
	Скорость	3	5	9	11	12	8	6	5	3	2
P24	Наклон	2	6	8	10	9	7	8	10	6	3
	Скорость	3	8	10	11	12	10	10	8	5	3
	Наклон	3	6	8	9	10	12	9	6	3	2

7.2 Настройка 3 пользовательских программ: В режиме ожидания нажимайте кнопку P, пока на консоли не появятся 3 пользовательские программы (U1-U3). Выберите нужную.

-Нажмите СКОРОСТЬ +/- или НАКЛОН +/-, чтобы установить целевое время тренировки.

- Нажмите кнопку M, чтобы подтвердить и перейти к настройке значений скорости и наклона для каждого из 10 сегментов.

-Нажмите кнопку СТАРТ, беговая дорожка начнет движение через 3 секунды.

- Каждая программа разделена на 10 сегментов; тренажер издаст 1 звуковой сигнал при переходе к новому сегменту.

-Нажмите СКОРОСТЬ +/- или НАКЛОН +/- чтобы изменить скорость и наклон во время каждого сегмента.

- Тренажер издаст 6 звуковых сигнала и остановится, когда программа будет завершена.

7.3 Настройка жиросчитывателя: В режиме ожидания нажимайте кнопку P, пока не появится надпись FAT.

-Нажмите кнопку РЕЖИМ, чтобы ввести информацию от F-1 до F-4(F-1 ПОЛ, F-2 ВОЗРАСТ, F-3 РОСТ, F-4 ВЕС);

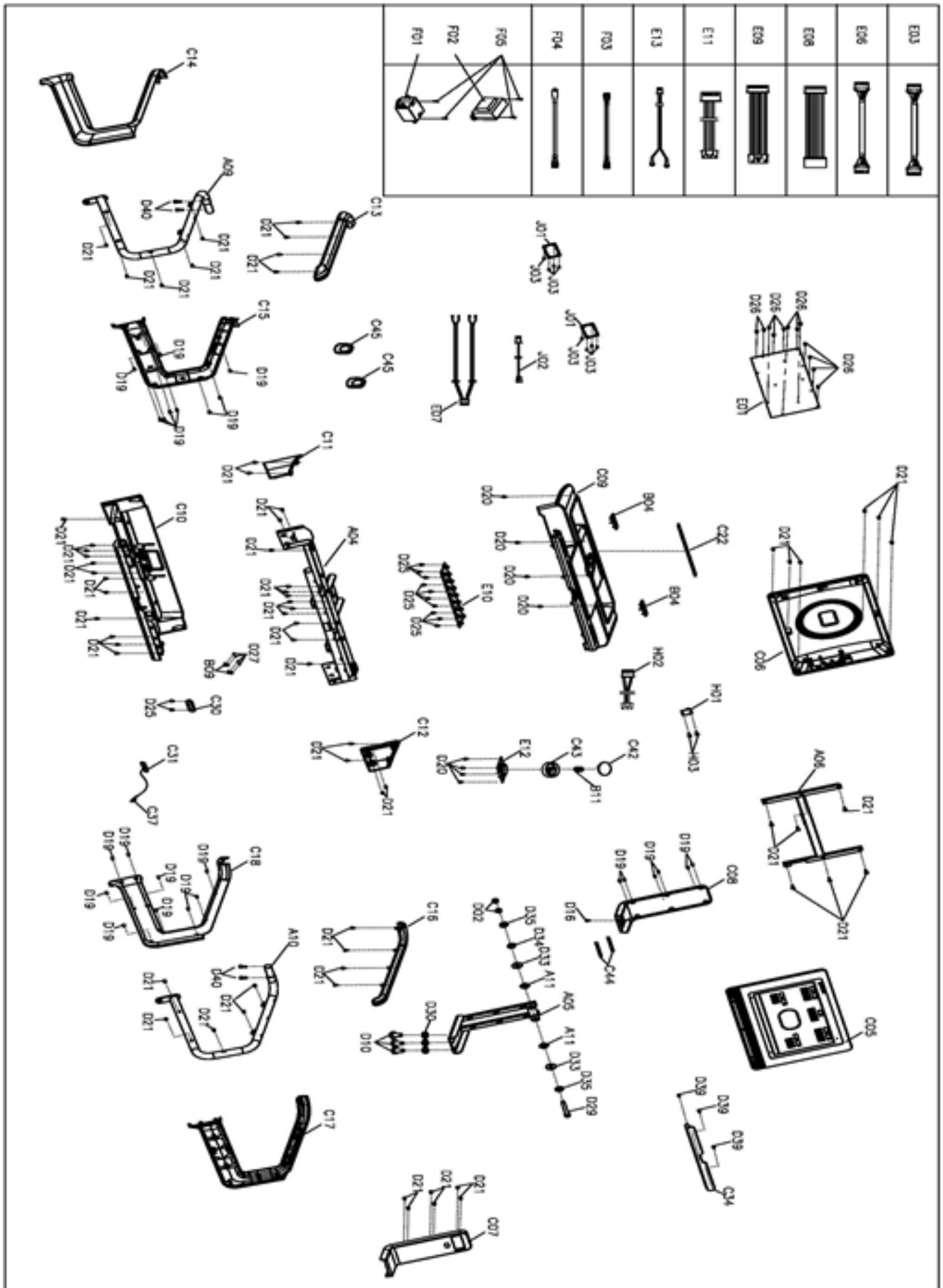
-Установите значения с помощью кнопок СКОРОСТЬ +/- или НАКЛОН +/-;

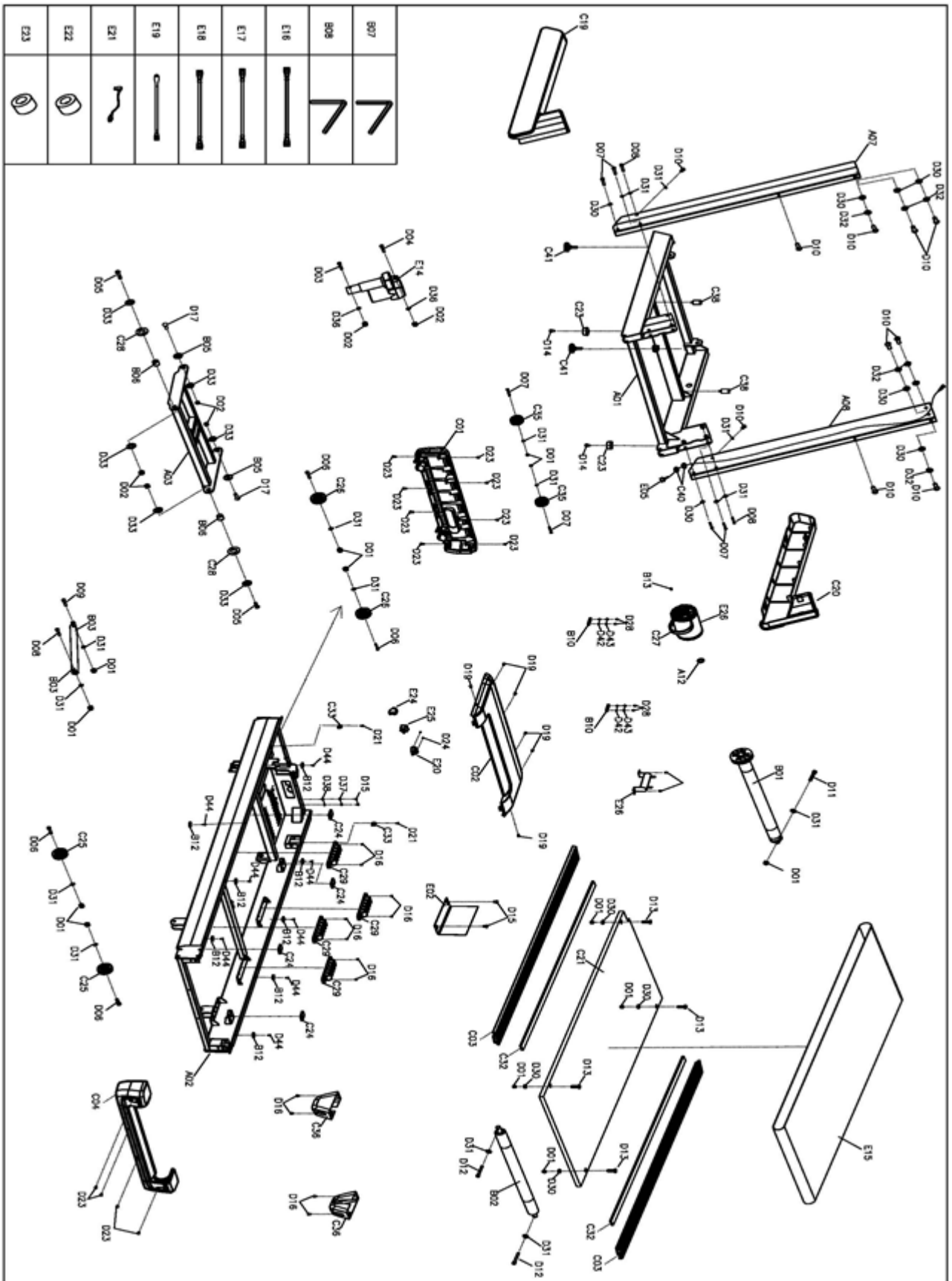
-После настройки F1-F4, нажмите кнопку РЕЖИМ, чтобы перейти к F-5 (F—5 ЖИРОАНАЛИЗАТОР). Положите обе руки на датчики пульса; через 3 секунды консоль отобразит ваш показатель содержания жира.

-Показатель жира является ориентировочным и не является медицинскими данными:

F-1	Пол	01 мужчина	02 женщина
F-2	Возраст	10-99	
F-3	Рост	100-200 CM	
F-4	Вес	20-150 КГ	
F-5	РЕЗУЛЬТАТ	≤19	Недостаточный вес
	РЕЗУЛЬТАТ	=(20---25)	Нормальный вес
	РЕЗУЛЬТАТ	=(26---29)	Избыточный вес
	РЕЗУЛЬТАТ	≥30	Ожирение

# Схема тренажера в разобранном виде





## Список запчастей

№	Описание	Спец-ия	Кол-во	№	Описание	Спец-ия	Кол-во
A01	Основная рама		1	C17	Внешний кожух правого поручня		1
A02	Основная рама		1	C18	Внутренний кожух правого поручня		1
A03	Кронштейн регулировки наклона		1	C19	Кожух левой вертикальной стойки		1
A04	Рама консоли		1	C20	Кожух правой вертикальной стойки		1
A05	Опорная рама консоли		1	C21	Беговое полотно		1
A06	Крепежная рама консоли		1	C22	EVA-прокладка		1
A07	Левая вертикальная стойка		1	C23	Компенсатор пола		2
A08	Правая вертикальная стойка		1	C24	Втулка		4
A09	Левый поручень		1	C25	Регулировочное колесо		2
A10	Правый поручень		1	C26	Транспортировочное колесо		2
A11	Поворотная пластина панели		2	C27	Приводной ремень		1
A12	Ограничительная шайба двигателя		1	C28	Прокладка		4
B01	Передний ролик		1	C29	Втулка		4
B02	Задний ролик		1	C30	Основание ключа безопасности		1
B03	Цилиндр		1	C31	Ключ безопасности		1
B04	Пластина пульсометра		4	C32	EVA-прокладка		2
B05	Втулка		2	C33	Крепление верхнего кожуха двигателя		2
B06	Втулка		2	C34	Держатель для планшета		1
B07	6# Гаечный ключ		1	C35	Транспортировочное колесо		2
B08	5# Гаечный ключ		1	C36	Кожух регулировочного колеса		2
B09	Пружинная пластина		2	C37	Фиксатор ключа безопасности		1
B10	Монтажная пластина двигателя		2	C38	Втулка		2
B11	Пружина кнопки		1	C39	Прокладка		8
B12	Прокладка боковой направляющей		8	C40	Заглушка для проводов		2
B13	Пластина заземления		1	C41	Компенсатор пола		2
C01	Передний кожух двигателя		1	C42	Кожух переключателя		1
C02	Верхний кожух двигателя		1	C43	Кнопка переключателя		1
C03	Боковая направляющая		2	C44	EVA-прокладка		2
				C45	Декоративная накладка		2
C04	Заглушка		1	D01	Гайка	M8	13
C05	Верхний кожух панели		1	D02	Гайка	M10	8
C06	Нижний кожух панели		1	D03	Болт	M10*60	1
C07	Верхний кожух опоры панели		1	D04	Болт	M10*45	1
C08	Задний кожух опоры панели		1	D05	Болт	M10*30	2

C09	Верхний кожух консоли		1	D06	Болт	M8*40	4
C10	Нижний кожух консоли		1	D07	Болт	M8*50	6
C11	Левый кожух консоли		1	D08	Болт	M8*45	3
C12	Правый кожух консоли		1	D09	Болт	M8*30	1
C13	Верхний кожух левого поручня		1	D10	Болт	M8*15	15
C14	Внешний кожух левого поручня		1	D11	Болт	M8*65	1
C15	Внутренний кожух левого поручня		1	D12	Болт	M8*55	2
C16	Верхний кожух правого поручня		1	D13	Болт	M8*35	4
D14	Болт	M5*16	2	D44	Винт	ST4.2*16	8
D15	Болт	M5*12	4	D45	Болт	M5*8	2
D16	Болт	M5*12	13	E01	Консоль		1
D17	Болт	M10*30	2	E02	Контроллер		1
D18	Винт	ST2.9*8	2	E03	Верхний провод консоли		1
D19	Винт	ST4.2*12	30	E04	Средний провод консоли 1		1
D20	Винт	ST4.2*10	4	E05	Средний провод консоли 2		1
D21	Винт	ST4.2*12	66	E06	Нижний провод консоли		1
D22	Винт	ST4.2*16	2	E07	Нижний провод датчика пульса		1
D23	Винт	ST4.2*12	20	E08	Соединительный провод платы кнопок 1		1
D24	Винт	ST2.9*12	2	E09	Соединительный провод платы кнопок 2		1
D25	Винт	ST2.9*8	10	E10	Плата кнопок		1
D26	Винт	ST2.5*6	12	E11	Провод переключателя		1
D27	Винт	ST2.0*6	4	E12	Переключатель		1
D28	Болт	M6*12	4	E13	Провод ключа безопасности		1
D29	Болт	M10*95	1	E14	Двигатель наклона		1
D30	Плоская шайба	8	15	E15	Беговая дека		1
D31	Стопорная шайба	8	17	E16	Провод переменного тока		1
D32	Пружинная шайба	8	6	E17	Провод переменного тока		2
D33	Шайба	φ10*φ26*2.0	8	E18	Провод переменного тока		2
D34	Пружинная шайба	10	1	E19	Заземляющий провод		1
D35	Плоская шайба	10	2	E20	Разъем питания		1
D36	Стопорная шайба	10	2	E21	Шнур питания		1
D37	Пружинная шайба	5	2	E22	Магнитное кольцо		1
D38	Стопорная шайба	5	2	E23	Магнитный сердечник		1
D39	Винт	ST2.9*16	3	E24	Предохранитель		1
D40	Болт	M6*15	4	E25	Выключатель		1
D42	Плоская шайба	6	4	E26	Двигатель		1
D43	Пружинная шайба	6	4	E27	Резистор		1

## 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.

Проблема	Причина	решение
Беговая дорожка не запускается	Устройство не включено в сеть	Вставьте вилку сетевого шнура в розетку
	Не вставлен ключ безопасности	Вставьте ключ безопасности
Беговое полотно не центрировано	Натяжение полотна слева или справа отрегулировано неправильно	Подтяните регулировочные болты с левой и правой стороны заднего ролика
Консоль не работает	Проводы от консоли и нижней платы управления плохо соединены	Проверьте соединения проводов от консоли до нижней платы управления
	Поврежден трансформатор	Если трансформатор поврежден, обратитесь в службу поддержки
E01/E15	Плохое соединение проводов между консолью и нижней платой управления	Переподсоедините или замените кабели консоли (верхний/средний/нижний); Замените плату управления или саму консоль.
E03	Система не видит сигнал датчика	Переподсоедините или замените датчик скорости; Установите новую плату управления.
E04	Сбой самодиагностики наклона	Переподсоедините провода двигателя наклона; Замените двигатель наклона; Замените плату управления.
E05	Напряжение в сети выше допустимой нормы	Проверьте напряжение
E06	Защита от перегрузки	Замените плату управления или двигатель
E08	Защита от перегрева	Прекратите тренировку, подождите некоторое время, чтобы снова использовать беговую дорожку Замените плату управления

## Технические характеристики

<b>Двигатель</b>	3.0 Fuji Electric (бесщеточный)
<b>Пиковая мощность двигателя, л.с.</b>	5.0 DC бесщеточный
<b>Скорость, км/ч</b>	1-20
<b>Беговое полотно</b>	1.6 мм
<b>Размер бегового полотна, см</b>	140*52
<b>Регулировка угла наклона</b>	электронная
<b>Количество уровней наклона</b>	20
<b>Измерение пульса</b>	да
<b>Сопряжение с кардиодатчиками</b>	датчик Bluetooth приобретается отдельно
<b>Тип консоли</b>	LED дисплей с белой индикацией
<b>Показания консоли</b>	время, скорость, дистанция, калории, пульс, программа, уровень наклона, шаги, жиросанализатор
<b>Общее количество программ</b>	34
<b>Спецификация программ</b>	ручной режим, 24 предустановленных, 3 пользовательские, 3 режима обратного отсчета (время, дистанция, калории), 2 пульсозависимые, жиросанализатор
<b>Интеграционные технологии</b>	Bluetooth для работы с тренировочным мобильным приложением (Fitshow™, Kinomap™)
<b>Язык интерфейса</b>	русский, английский
<b>Система складывания</b>	двухфазная гидравлическая система Easy Drop™
<b>Подставка под планшет/смартфон</b>	да
<b>Транспортировочные ролики</b>	да
<b>Компенсаторы неровностей пола</b>	да
<b>Дополнительные функции</b>	сенсорные датчики на поручнях, возможность подключения кардиодатчика Bluetooth через фитнес-приложения
<b>Дополнительные особенности тренажера</b>	складная конструкция отсеки для аксессуаров
<b>Максимальный вес пользователя</b>	150
<b>Подключение к сети</b>	220Вт
<b>Размер в рабочем состоянии, см</b>	174*85*149
<b>Размер в сложенном виде, см</b>	91*85*159
<b>Гарантийный срок</b>	24 мес.
<b>Вес нетто, кг</b>	65
<b>Страна происхождения</b>	КНР
<b>Производитель</b>	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.

