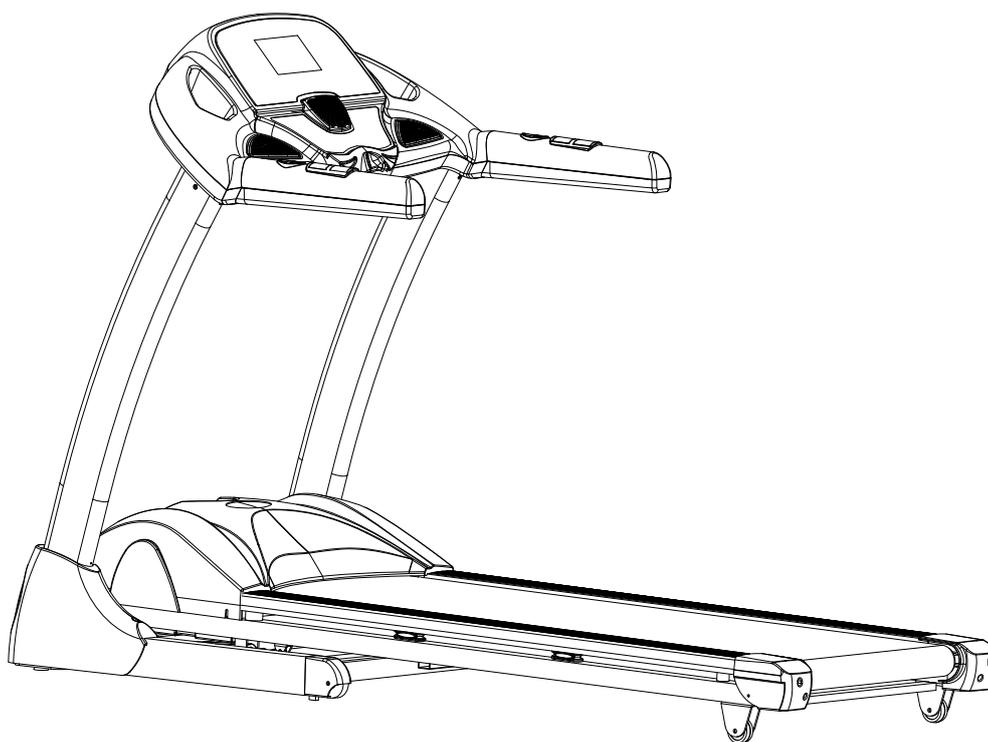


Bronze
GYM

T800_LC

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 использованию тренажера, внимательно изучите настоящее руководство и сохраните его для дальнейшего использования. В случае возникших дополнительных вопросов обратитесь к продавцу или дилеру, 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 нарушена;
3. При транспортировке тренажер должен быть надежно защищен от дождя, влаги, атмосферных осадков, механических перегрузок.

Хранение тренажера:

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

1. температура + 10 - + 35 C;
2. влажность: 50 -75%;
3. Если Ваш тренажер хранился при низкой температуре или в условиях высокой влажности (имеет следы конденсации влаги), необходимо перед эксплуатацией выдержать его в нормальных условиях не менее 2 – 4 часов и только после этого можно приступить к эксплуатации.

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 по 0,5 м. свободного пространства. Для снижения шума и вибраций рекомендуется использовать специальные резиновые коврики.

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 они не повреждены. Не прикладывайте чрезмерных усилий к инструменту во избежание травм и повреждения элементов конструкции тренажера. Сначала соберите все компоненты, неплотно закрепив гайки и болты, и, убедившись, что конструкция собрана правильно, окончательно затяните их.

Рекомендации по уходу:

Перед любым обслуживанием обязательно отключайте тренажер от электрической сети (для тренажеров с питанием от сети). К обслуживанию можно приступать примерно через минуту после полного обесточивания внутренних электрических цепей тренажера. Не применяйте абразивные препараты и агрессивные жидкости для чистки рабочих поверхностей тренажера – такие как ацетон, бензин, уайт-спириты, бензол и их производные во избежание повреждения лакокрасочных покрытий и пластиковых деталей. Для ухода рекомендуется применять слегка смоченную нейтральным раствором моющей жидкости ткань с последующей протиркой сухой тканью.

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 комплектуемая 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 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, чем на 3 м.

Меры предосторожности

В целях вашей безопасности, а также во избежание травм внимательно ознакомьтесь с данной инструкцией перед началом тренировок:

1. Установите тренажер на ровной гладкой поверхности.
2. Поддерживайте чистоту в месте расположения беговой дорожки.
3. В случае попадания посторонних деталей в движущие элементы беговой дорожки, ключом безопасности, остановите движение бегового полотна.

4. Перед началом тренировки убедитесь, что все части тренажера на месте и плотно затянуты.
5. Не используйте беговую дорожку, если какие-либо части сломаны или неисправны.
6. Подключите шнур питания к розетке с заземлением, не протягивайте шнур питания под беговой дорожкой. Не включайте тренажер, если поврежден шнур питания.
7. Избегайте попадания рук, ног в движущиеся части тренажера.
8. Обратите внимание на ограничения по весу.
9. Тренажер предназначен для коммерческого использования. Тренажер предназначен только для одного пользователя.
10. Надевайте соответствующую спортивную одежду и обувь. Не занимайтесь в свободной одежде, части которой могут попасть в движущиеся элементы тренажера.
11. Не двигайте тренажер из стороны в сторону.
12. Не используйте тренажер более часа за один подход. Дайте ему «остыть», прежде, чем продолжить тренировку.
13. Будьте внимательны во время монтажа/демонтажа тренажера.
14. Избегайте попадания жидкостей на тренажер.
15. Во избежание поражения электрическим током держите электрические части тренажера вдали от воды.
16. Не используйте какие-либо аксессуары, если они не рекомендованы производителем.
17. Во время занятий, будьте внимательны к своему физическому состоянию, головокружение – признак того, что ваши тренировки слишком интенсивны.
18. Если вы чувствуете себя плохо, либо появилась боль в мышцах, суставах, груди – немедленно прекратите тренировку.
19. Во время регулировки бегового полотна необходимо отключать питание.
20. Ключ безопасности должен быть закреплен на вашей одежде.
21. Неправильно построенные тренировки могут привести к травмам.
22. Беговая дорожка не предназначена для использования в медицинских целях.
23. Убедитесь, что свободная зона вокруг тренажера составляет не менее 1м.
24. Убедитесь, что дети находятся вдали от работающей беговой дорожки.

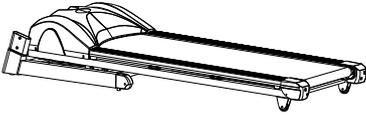
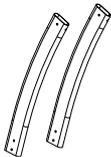
Сборка и распаковка

Внимание! Будьте внимательны во время сборки тренажера, невыполнение данного требования может привести к травме.

Примечание: В инструкции приведены шаги по сборке беговой дорожки. Внимательно ознакомьтесь с руководством.

КОМПЛЕКТАЦИЯ

- Откройте коробку;
- Проверьте содержимое коробок.

 Основная рама	 Стойка консоли – 2шт.	 Консоль
 Сборочный комплект	 Кожух – 2 шт.	

Сборочный комплект

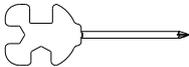
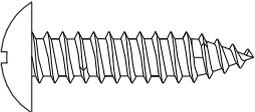
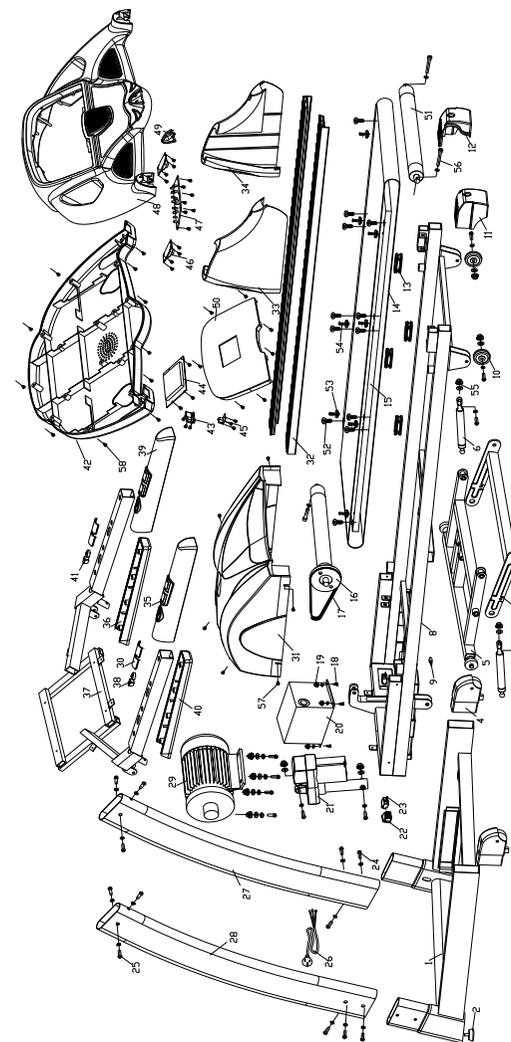
 M8x15 Болт 12шт.	 Шайба 12 шт.	 Гаечный ключ 1 шт.
 Винт 4 шт.	 Ключ безопасности	 Смазка
 Ключ - 1 шт.		

СХЕМА ТРЕНАЖЕРА В РАЗОБРАННОМ ВИДЕ

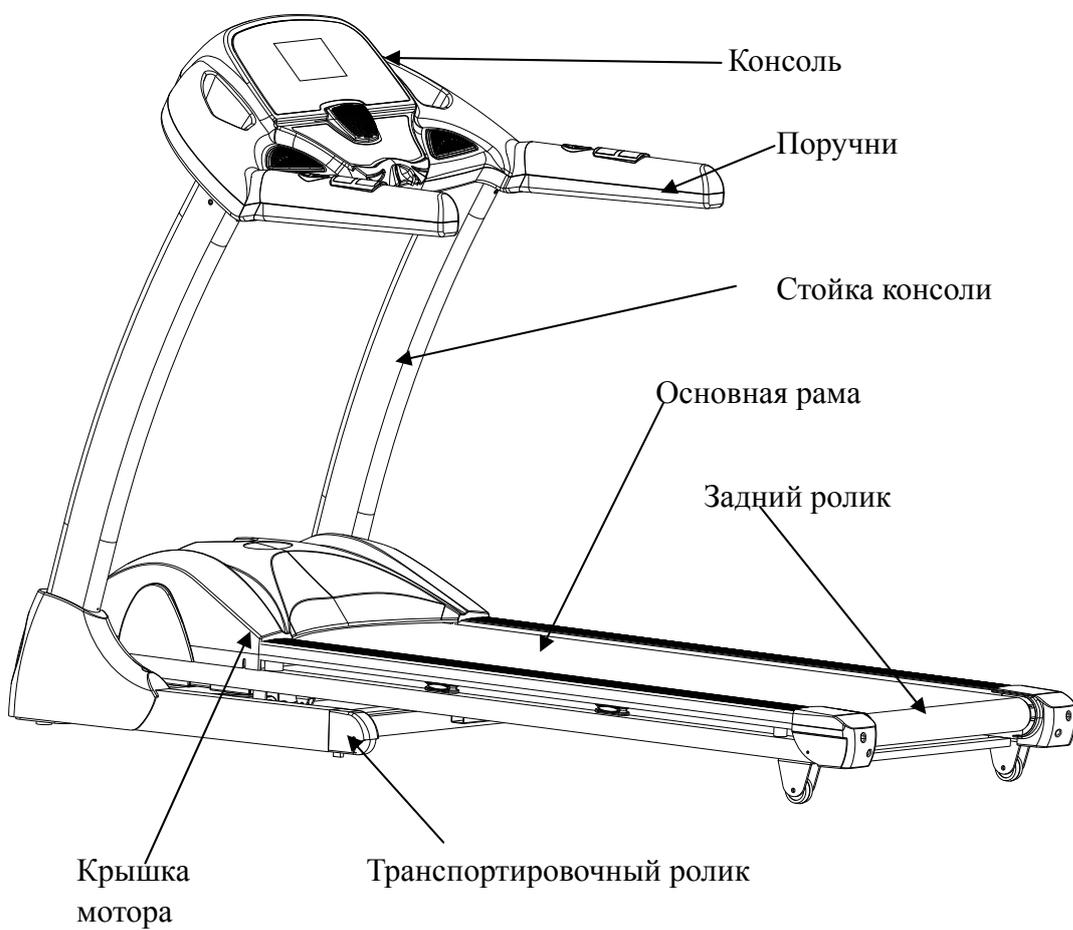


Большинство частей тренажера уже закреплены, но не затянуты.
Будьте внимательны во время сборки.

СПИСОК КОМПЛЕКТУЮЩИХ ЧАСТЕЙ

№	Описание	Кол-во	№	Описание	Кол-во
1	Основная рама	1	30	Датчик пульса	4
2	Ножка регулируемая	4	31	Крышка мотора	1
3	Гайка М8	2	32	Накладки боковые	2
4	Транспортировочный ролик	2	33	Кожух основной рамы	1
5	Рама подъёмная	1	34	Кожух основной рамы	1
6	Амортизатор складывания	1	35	Левая верхняя крышка поручня	1
7	Рама соединительная	1	36	Правая нижняя крышка поручня	1
8	Основная рама	1	37	Рама консоли	1
9	Датчик скорости	1	38	Кнопка управления на левом поручне	2
10	Колесо транспортировочное	2	39	Правая верхняя крышка поручня	1
11	Заглушка рамы левая	1	40	Левая нижняя крышка поручня	1
12	Заглушка рамы правая	1	41	Кнопка управления на правом поручне	2
13	Шайба резиновая	4	42	Нижняя крышка консоли	1
14	Беговое полотно	1	43	Разъём подключения USB	1
15	Беговая дека	1	44	Консоль	1
16	Шкив переднего вала	1	45	Разъём подключения наушников	1
17	Приводной ремень	1	46	Динамик	2
18	Винт М4*12	4	47	Кнопочная мембрана	1
19	Гайка М8	4	48	Верхняя крышка консоли	1
20	Плата управления двигателем	1	49	Ключ безопасности	1
21	Двигатель подъёма	1	50	Крышка консоли	1
22	Выключатель питания	1	51	Задний ролик	1
23	Предохранитель	1	52	Болт М8*25	12
24	Болт М8*55	6	53	Шайба	8
25	Болт М8*15	6	54	Винт М4*12	8
26	Шнур питания	1	55	Гайка М8	2
27	Правая стойка консоли	1	56	Болт М8*65	2
28	Левая стойка консоли	1	57	Винт М4*12	6
29	АС Основной Мотор	1	58	Винт М4*8	12

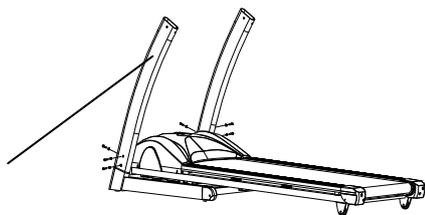
СБОРКА ТРЕНАЖЕРА



Инструкции по сборке тренажера

Шаг 1: Крепление консоли на основной раме.

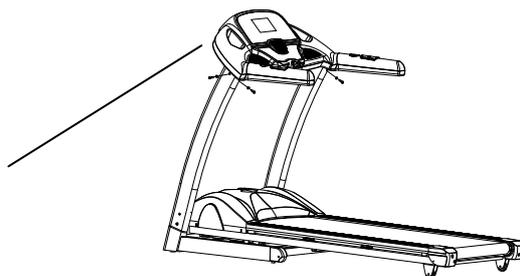
Стойка консоли



1. Протяните кабель консоли через стойку;
2. Затем закрепите левую/правую стойки консоли на основной раме, используя 6 болтов М8Х15 мм.

Шаг 2: Закрепите ручки на стойках консоли, используя 6 болтов М8Х15 мм. для каждой стороны.

Консоль



Шаг 3: Затяните болты, закрепленные во время сборки 1 и 2 шага.

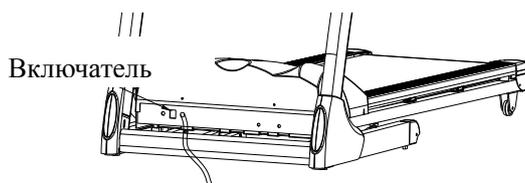
Шаг 4: Закрепите кожухи руля и основной рамы с помощью 4 винтов М4*15.



Инструкции по эксплуатации тренажера

Включение беговой дорожки

Убедитесь, что тренажер подключен к сети должным образом. Нажмите кнопку ON включателя. Прозвучит сигнал консоли и загорится светодиодный дисплей.



Ключ безопасности

Если ключ безопасности не закреплен на консоли, беговая дорожка не будет работать. Вставьте ключ безопасности и закрепите клипсу на одежде, чтобы в случае необходимости выключить тренажер, выдернув ключ. Для того чтобы беговая дорожка начала работать снова, щелкните выключатель в положение OFF, вставьте ключ безопасности на консоли. (Убедитесь, что вы закрепили клипсу на одежде во время тренировки. Выдерните ключ безопасности по окончании тренировки. Храните его вдали от детей).



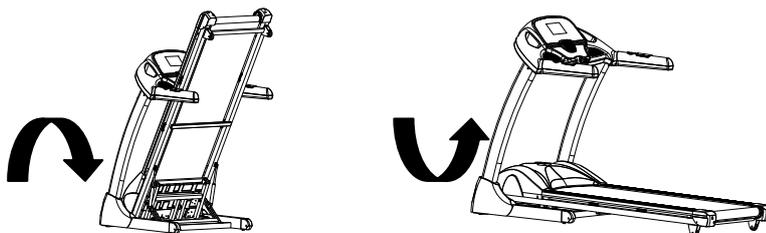
Инструкции по складыванию беговой дорожки

- В целях удобства хранения предусмотрено складывание беговой дорожки;
- Поднимите беговое полотно вверх и зафиксируйте.

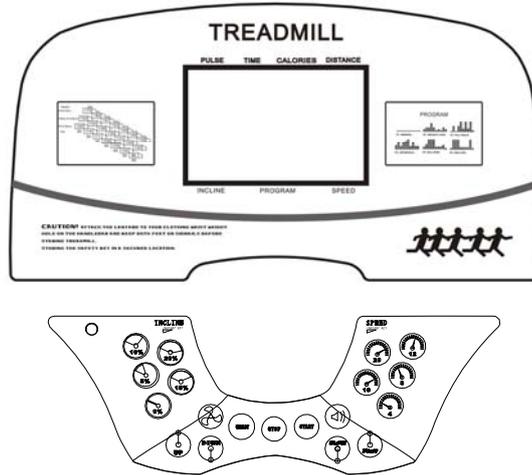
Примечание: Убедитесь, что замок, фиксирующий беговое полотно в вертикальном положении, защелкнулся.

Как разложить беговую дорожку:

Нажмите на защелку, фиксирующую беговое полотно в вертикальном положении, затем медленно дайте ему опуститься.



РАБОТА КОНСОЛИ

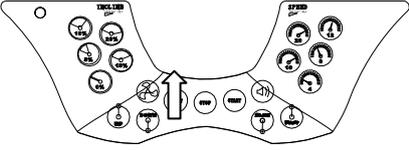
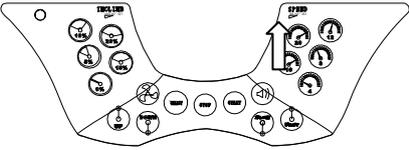
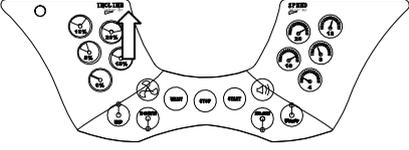
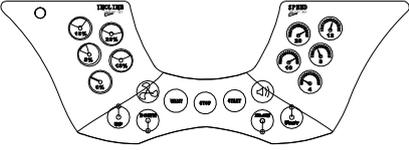
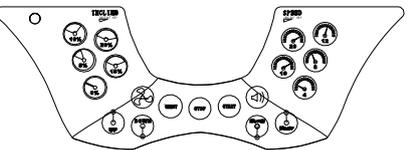


Технические спецификации консоли

Время	00:00-99:59 мин.
Скорость	0.8-18 км./ч.
Угол наклона	0-20 %
Расстояние	0.00-99.9 км.
Калории	0-999 Ккал.
Пульс	70-200 / Мин.
Программы	P1-P6

Функции консоли

	<p><u>Старт</u></p> <p>Нажмите кнопку START для начала тренировки.</p>
	<p><u>Стоп</u></p> <p>Нажмите кнопку STOP для того, чтобы сделать паузу; для продолжения тренировки удержите кнопку START.</p>

	<p><u>Выбор</u></p> <p>С помощью кнопки SELECT вы перейдете в режим выбора тренировочной программы (P2-P6). Затем, используя кнопки UP/DOWN, вы можете выбрать одну из программ (P2-P6). Также с помощью кнопки SELECT выберете время и скорость тренировки. Нажмите кнопку START для начала.</p>
	<p><u>Кнопки FAST/SLOW</u></p> <p>Кнопками FAST/SLOW вы можете выбрать время и скорость тренировки. (Выбираемый параметр будет мигать на консоли).</p>
	<p><u>Кнопки UP/DOWN</u></p> <p>Используя кнопки UP/DOWN, установить угол наклона и время тренировки. (Выбираемый параметр будет мигать на консоли).</p>
	<p><u>Кнопка QUICK SPEED</u></p> <p>Используя кнопку QUICK SPEED, вы можете быстро изменить скорость тренировки на 3, 6, 9, 12, 15 км/ч.</p>
	<p><u>Кнопка QUICK INCLINE</u></p> <p>Используя кнопку QUICK INCLINE, вы можете быстро изменить угол наклона бегового полотна на 0, 5, 10, 15, 20 %.</p>
	<p><u>Аудио выход</u></p> <p>Совместимость с MP3.</p>

Дисплей

	<p><u>Вес/Возраст</u></p> <p>Выбор веса/возраста пользователя.</p>
	<p><u>Пол</u></p> <p>Введение пола пользователя.</p>

	Программа Отображается текущая программа.
	Уровень Отображается уровень, выбранный пользователем.
	Время Отображаются минуты и секунды прошедшего или оставшегося времени.
	Угол наклона Отображается текущий угол наклона.
	Скорость Отображается текущая скорость тренировки.
	Расстояние Преодоленное или оставшееся расстояние.
	Калории Отображается оставшееся количество калорий.
	Пuls Отображается ваш текущий уровень пульса, если ладони находятся на поручнях с датчиками пульса.

Программы консоли

Выбор программ (P2-P6):

1. Нажмите кнопку включателя ON/OFF;
2. Нажмите SELECT для входа в режим выбора программ (P2-P6);
3. Используйте кнопки FAST/SLOW или UP/DOWN для выбора программ p2-p6;
4. Нажмите SELECT для установки значения времени;
5. Нажмите FAST/SLOW или UP/DOWN для выбора времени.

P2 Снижение веса

Время по умолчанию: 30 минут;

Уровень по умолчанию: L1. Количество интервалов: 20.

Настройка программы:

Нажмите кнопку FAST/SLOW, чтобы зайти в режим программ P2~P6.

Настройка времени (TIME):

Нажмите повторно кнопку SELECT, чтобы установить время.

Время по умолчанию – 30 минут.

Используйте кнопку FAST/SLOW для установки времени.

Удержите START для начала тренировки.

Кнопкой FAST вы можете увеличить скорость.

Кнопкой SLOW скорость уменьшается.

Кнопка UP – увеличение угла наклона.

Кнопка DOWN – уменьшение угла наклона.

P3 Холмы

Время по умолчанию: 35 минут.

Уровень по умолчанию: L1. Количество интервалов: 20.

Настройка программы:

Нажмите кнопку FAST/SLOW, чтобы зайти в режим программ P2~P6.

Настройка времени (TIME):

Нажмите повторно кнопку SELECT, чтобы установить время.

Время по умолчанию – 35 минут.

Используйте кнопку FAST/SLOW для установки времени.

Удержите START для начала тренировки.

Кнопкой FAST вы можете увеличить скорость.

Кнопкой SLOW скорость уменьшается.

Кнопка UP – увеличение угла наклона.

Кнопка DOWN – уменьшение угла наклона.

P4 Интервалы

Время по умолчанию: 40 минут.

Уровень по умолчанию: L1. Количество интервалов: 20.

Настройка программы:

Нажмите кнопку FAST/SLOW, чтобы зайти в режим программ P2~P6.

Настройка времени (TIME):

Нажмите повторно кнопку SELECT, чтобы установить время.

Время по умолчанию – 40 минут.

Используйте кнопку FAST/SLOW для установки времени.

Удержите START для начала тренировки.

Кнопкой FAST вы можете увеличить скорость.

Кнопкой SLOW скорость уменьшается.

Кнопка UP – увеличение угла наклона.

Кнопка DOWN – уменьшение угла наклона.

P5 Бег по холмам

Время по умолчанию: 45 минут

Уровень по умолчанию: L1. Количество интервалов: 20.

Настройка программы:

Нажмите кнопку FAST/SLOW, чтобы зайти в режим программ P2~P6.

Настройка времени (TIME):

Нажмите повторно кнопку SELECT, чтобы установить время.

Время по умолчанию – 45 минут.

Используйте кнопку FAST/SLOW для установки времени.

Удержите START для начала тренировки.

Кнопкой FAST вы можете увеличить скорость.

Кнопкой SLOW скорость уменьшается.

Кнопка UP – увеличение угла наклона.

Кнопка DOWN – уменьшение угла наклона.

P6 Прокаты

Время по умолчанию: 50 минут

Уровень по умолчанию: L1. Количество интервалов: 20.

Настройка программы:

Нажмите кнопку FAST/SLOW, чтобы зайти в режим программ P2~P6.

Настройка времени (TIME):

Нажмите повторно кнопку SELECT, чтобы установить время.

Время по умолчанию – 50 минут.

Используйте кнопку FAST/SLOW для установки времени.

Удержите START для начала тренировки.

Кнопкой FAST вы можете увеличить скорость.

Кнопкой SLOW скорость уменьшается.

Кнопка UP – увеличение угла наклона.

Кнопка DOWN – уменьшение угла наклона.

H1 Пульсозависимая программа

Время по умолчанию – 30 минут.

Нажмите кнопку SELECT, чтобы произвести настройки времени.

Нажмите START для начала тренировки.

Кнопка FAST – увеличение скорости.

Кнопка SLOW – уменьшение скорости.

Кнопка UP – увеличение угла наклона.

Кнопка DOWN – уменьшение угла наклона.

Пользовательские программы: U1 , U2 ,U3

Время по умолчанию – 30 минут.

Нажмите кнопку SELECT, чтобы произвести настройки времени.

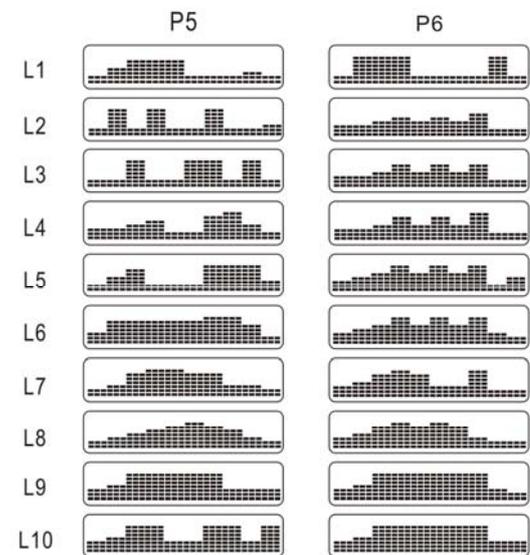
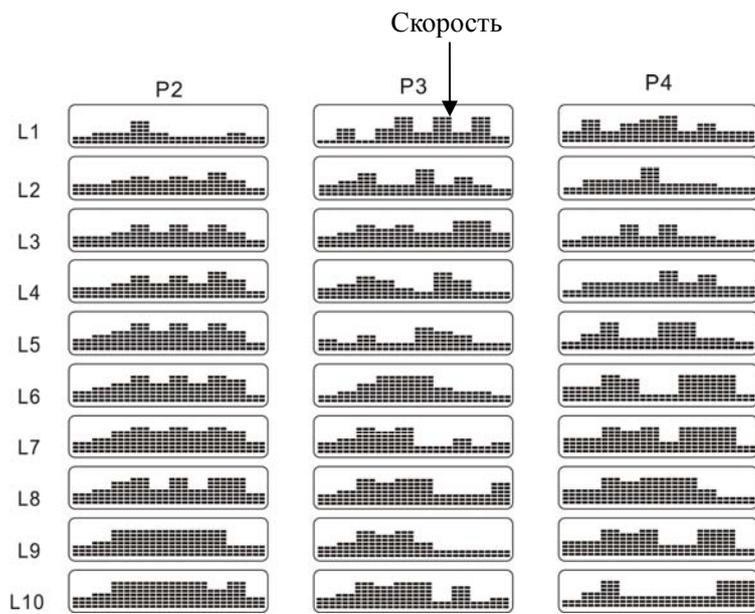
Количество сегментов: 10 шт.

Скорость по умолчанию : 1 км/ч

Настройки скорости: Используйте кнопки FAST/SLOW для перехода к сегменту 1 ~ 2

Нажмите START для начала тренировки.

Программы



Обслуживание беговой дорожки

Для обеспечения бесперебойной работы беговой дорожки необходимо соблюдать правила технического обслуживания. Несвоевременное проведение технического осмотра тренажера может привести к поломке, либо сократить срок его службы. Необходимо регулярно проверять надёжность крепления всех деталей и узлов беговой дорожки. Изношенные и сломанные части необходимо сразу заменить.

Регулировка бегового полотна

Необходимо проверять регулировку натяжения и центровку бегового полотна в течение первых недель, так как оно устанавливается производителем. И после нескольких использований может немного растянуться или сместиться в сторону.

РЕГУЛИРОВКА БЕГОВОГО ПОЛОТНА:

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

УВЕЛИЧЕНИЕ НАТЯЖЕНИЯ:

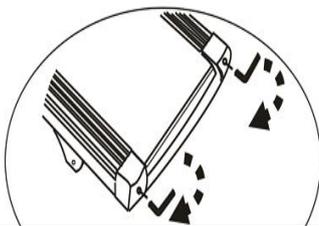
- Используйте 8 мм. шестигранный ключ для регулировки левого болта натяжения. Поверните ключ по часовой стрелке на $\frac{1}{4}$ оборота, для увеличения натяжения ремня;
- Повторите шаг 1 для правого болта. Необходимо повернуть болт на точно такое же количество оборотов;
- Повторяйте шаги 1 и 2 до установления необходимого уровня натяжения;
- Будьте внимательны, не перетяните полотно, чтобы избежать повреждения передних и задних подшипников.

ДЛЯ ТОГО ЧТОБЫ УМЕНЬШИТЬ НАТЯЖЕНИЕ БЕГОВОГО ПОЛОТНА НЕОБХОДИМО ПОВОРАЧИВАТЬ КЛЮЧ ПРОТИВ ЧАСОВОЙ СТРЕЛКИ СОГЛАСНО ШАГАМ, УКАЗАННЫМ ВЫШЕ.

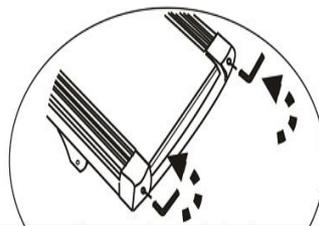
ЦЕНТРИРОВАНИЕ БЕГОВОГО ПОЛОТНА

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

1. Включите движение бегового полотна. Нажмите кнопку FAST для достижения скорости 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 левую, то поверните ключом правый болт на $\frac{1}{4}$ оборота по часовой стрелки, а левый против;
 - Если беговое полотно все еще не выровнено, повторите действия снова.
2. После того, как беговое полотно двигается по центру, увеличьте скорость до 6 км/ч, чтобы проверить её положение в движении. При необходимости повторите вышеописанные шаги;
3. 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

СМАЗОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Производитель уже смазал необходимые детали и узлы во время производства беговой дорожки. Тем не менее, необходимо регулярно проверять наличие смазки, во избежание поломок. Как правило, использовать смазочные материалы нужно после года эксплуатации, или по истечению 500 рабочих часов, или после 250 км пробега.

Каждые три месяца необходимо проверять смазку. Приподнимите беговое полотно и на ощупь проверьте наличие смазки, если поверхность сухая, ее необходимо смазать.

Используйте только силиконовый спрей или силиконовую смазку.

СМАЗЫВАНИЕ ДЕКИ

- 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 в течение 5 минут.

ЧИСТКА РЕМНЯ

Регулярная чистка приводного ремня обеспечивает его бесшумность и долговременную работу. Производите чистку канавок ремня от грязи металлической щёткой.

Предупреждение: Перед началом чистки беговой дорожки ее необходимо выключить, выдернуть шнур питания из розетки.

После каждой тренировки: По завершению тренировки протирайте консоль и ручки от следов пота сухой тряпкой.

Внимание: Не используйте влажную тряпку и растворители. Консоль должна находиться вдали от прямых солнечных лучей.

Каждую неделю: Для того, чтобы облегчить чистку беговой дорожки, необходимо использовать коврик, так как на обуви могут быть частицы пыли и грязи.

ХРАНЕНИЕ

Храните беговую дорожку в чистом сухом виде, убедитесь, что шнур питания отключен.



Важные замечания

- Беговая дорожка полностью соответствует стандартам безопасности и предназначена для домашнего и коммерческого использования;
- Проконсультируйтесь с врачом перед началом тренировок. Неправильные или чрезмерные тренировки могут нанести вред вашему здоровью;
- Внимательно ознакомьтесь с предложенными фитнес упражнениями. Если у вас появилось головокружение, боль, одышка, незамедлительно обратитесь к врачу;
- Данная беговая дорожка не является медицинским оборудованием;
- Датчик измерения пульса не является медицинским прибором и установлен не в медицинских целях. Он выполняет общую информационную функцию.

Устранение неисправностей

ПРИЗНАК	ПРИЧИНА	РЕШЕНИЕ ПРОБЛЕМЫ
E0	Не установлен ключ безопасности.	Установите ключ безопасности в гнездо.
E1	Скорость, обратная связь.	1. Проверьте соединение кабель датчика скорости или свяжитесь с сервисным центром; 2. Данная проблема может возникнуть из-за большого веса пользователя; 3. Выключите тренажер на 30 секунд, затем снова включите.
E2	Двигатель, привод мотора.	Проверьте соединение кабеля мотора и платы управления, свяжитесь с сервисным центром.
E3	Скорость выше лимита.	Попробуйте изменить скорость либо свяжитесь с сервисной службой.

ВОЗМОЖНЫЕ ПРОБЛЕМЫ

Беговая дорожка надежна и проста в использовании. Ниже приведен перечень возможных неисправностей:

ПРОБЛЕМА: Консоль не включается.

РЕШЕНИЕ: Убедитесь, что шнур питания и ключ безопасности подключены верно. Проверьте предохранитель и выключатель.

ПРОБЛЕМА: Беговая дорожка выключается во время тренировки.

РЕШЕНИЕ: Убедитесь, что напряжение в сети 220 вольт и не подключены другие потребители. Проверьте номинал предохранителя (A3) в электрическом щите.

ПРОБЛЕМА: При подъеме беговая дорожка выключается.

РЕШЕНИЕ: Убедитесь, что расстояние до розетки является достаточным.

ПРОБЛЕМА: Беговое полотно постоянно сползает в сторону

РЕШЕНИЕ: Проверьте, что тренажер стоит на ровной поверхности.

ПРОБЛЕМА: Во время тренировки слышен звук из передней части беговой дорожки.

РЕШЕНИЕ: Проверьте, что тренажер стоит на ровной поверхности. Проверьте отсутствие посторонних предметов под беговым полотном и крышкой моторного отсека.

Общие советы по тренировке

Начинайте тренировки постепенно. Для начала повторяйте одно упражнение каждые два дня, увеличивая тренировки от недели к неделе. Начините с коротких тренировок, затем увеличивайте интервалы. Для достижения наилучших результатов выберите также дополнительные тренировки: бег трусцой, плавание, танцы, катание на велосипеде.

Перед началом тренировок всегда делайте разминку в течение как минимум 5 минут, чтобы не повредить мышцы.

Проверьте ваш пульс. Если у вас нет прибора для измерения пульса, обратитесь к врачу для его измерения. Определите ваш личный диапазон упражнений для достижения наилучших результатов.

Убедитесь, что при физических нагрузках вы дышите ровно и спокойно.

Личные тренировки

Ваш пульс во время тренировок:

Возраст	Частота сердечных сокращений в частотном диапазоне 50-75% (ударов в минуту)- Идеальный пульс	Максимальна частота пульса 100%
---------	--	------------------------------------

20 лет	100-150	200
25 лет	98-146	195
30 лет	95-142	190
35 лет	93-138	185
40 лет	90-135	180
45 лет	88-131	175
50 лет	85-127	170
55 лет	83-123	165
60 лет	80-120	160
65 лет	78-116	155
70 лет	75-113	150

ТЕХНИЧЕСКИЕ СПЕЦИФИКАЦИИ

Тип	электрическая
Рама	усиленная с двухслойной покраской "металлик" и лакировкой
Скорость	0.8 - 18 км./ч.
Мощность двигателя	3.0 л.с. (переменный ток)
Пиковая мощность двигателя	4.5 л.с.
Беговое полотно	двухслойное 2.2 мм.
Размер бегового полотна	145*52 см.
Регулировка угла наклона	электрическая
Наклон бегового полотна	0 - 20%
Дека	двойная
Система амортизации	2 полноразмерных эластомера + 4 амортизационные подушки
Измерение пульса	сенсорные датчики, Polar приемник (передатчик в комплекте)
Консоль	7-ми дюймовый голубой многофункциональный LCD дисплей
Показания консоли	профиль, скорость, время, дистанция, калории, темп, пульс, угол наклона
Кол-во программ	10 (в т.ч. пульсозависимая)
Спецификации программ	ручной режим, 5 тренировочных профилей, 1 пульсозависимая, 3 пользовательские
Специальные программные возможности	нет
Мультимедиа	встроенные динамики, вход для CD/MP3-плеера
Интеграция	Audio IN
Многоязычный интерфейс	нет
Вентилятор	однофазный
Транспортировочные ролики	есть
Складывание	двухфазная гидравлика
Размер в сложенном виде (Д*Ш*В)	115*86*167 см.
Размер в рабочем состоянии (Д*Ш*В)	197*86*145 см.
Вес нетто	106 кг.
Вес брутто	114 кг.
Макс. вес пользователя	160 кг.
Питание	сеть 220 Вольт
Гарантия	2 года
Производитель	Neotren GmbH, Германия
Страна изготовления	КНР

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

Все актуальные изменения в конструкции либо технических спецификациях изделия отражены на официальном сайте поставщика оборудования ООО «Неотрен» www.neotren.ru

Тренажер сертифицирован по Системе Сертификации Гост Р «Федеральным Агентством По Техническому Регулированию и Метрологии» (Ростест).



ВНИМАНИЕ!

ТРЕНАЖЕР ПРЕДНАЗНАЧЕН ДЛЯ ДОМАШНЕГО И КОММЕРЧЕСКОГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ!