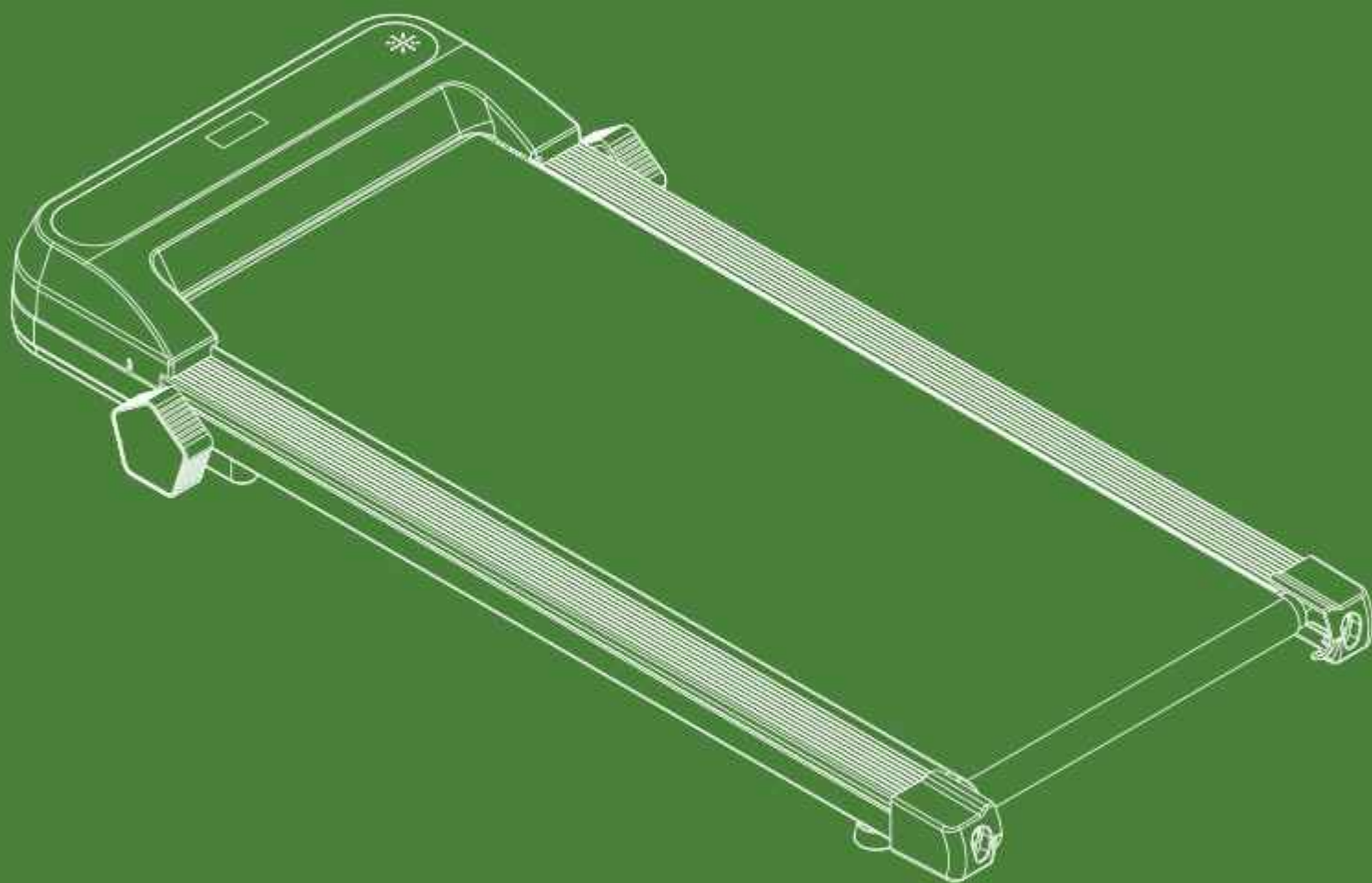


РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

БЕГОВАЯ ДОРОЖКА

Артикул: T-JK-Q25-3-BK; T-JK-Q25-3-WT
ТИП (серия): T



EAC

Внимание

Перед началом сборки проверьте комплектацию изделия.
Не выбрасывайте упаковку до окончания сборки изделия. Производитель имеет право вносить изменения в конструкцию не ухудшающие потребительские свойства изделия, без специального уведомления. Тренажёр предназначен для домашнего (бытового) использования. Максимальный вес пользователя: 100 кг.

ВНИМАНИЕ

Во избежание травм внимательно прочтите нижеприведенные инструкции прежде, чем приступить к занятиям.

- Во избежание потери равновесия или непредвиденной травмы не заходите на беговую дорожку и не слезайте с неё, пока полотно находится в движении.
- Не используйте беговую дорожку, если она повреждена или не работает должным образом.
- Важно прислушиваться к своему организму и не допускать перегрузок. Если вы чувствуете боль или дискомфорт, немедленно прекратите тренировку и обратитесь к врачу.
- Беговую дорожку нельзя использовать рядом с водой, источниками тепла или на толстом ковре. Также, не рекомендуется использовать её на открытом воздухе. Тренажер предназначен только для использования в помещении.
- Не кладите посторонние предметы на беговое полотно. Не подключайте электрический кабель к тренажеру, если он находится под напряжением. Это может привести к поражению электрическим током и другим опасным ситуациям. Всегда отключайте питание тренажера перед подключением или отключением кабеля.
- Храните беговую дорожку в сухом помещении с постоянной температурой. Хранение в холодных или влажных условиях, таких как гараж, может повредить электрические компоненты.

МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ

- Тренажёр не предназначен для детей младше 14 лет.
- Используйте тренажёр только по его прямому назначению, в соответствии с настоящим руководством.
- Детям, пожилым людям и беременным женщинам НЕ рекомендуется использовать беговую дорожку.
- Размещать тренажёр следует на твердой, ровной поверхности, так, чтобы расстояние от стены и других предметов было достаточным. Регулярно проверяйте беговую дорожку на наличие повреждений и износа. Поддерживайте тренажёр в исправном состоянии.
- Не подключайте тренажер к розетке, в которой уже работают мощные устройства, такие как компьютеры или кондиционеры. Это может привести к перегрузке электрической сети и потенциально опасным ситуациям.
- Для занятий на тренажёре надевайте удобную спортивную одежду и обувь.

❗ ВО ВРЕМЯ ЗАНЯТИЙ

- Не устанавливайте тренажёр рядом с нагревательными элементами.
- Обязательно наденьте подходящую спортивную одежду и обувь, которая обеспечивает свободу движений и не стесняет вас. Длинные волосы нужно собрать, чтобы они не мешали во время тренировки. Уберите свободные полотенца и другие предметы с беговой поверхности. Важно понимать, что беговое полотно не остановится мгновенно, если что-то попадет под него или на ролики.
- Если во время тренировки вы почувствуете недомогание, остановитесь и отдохните. Перед тем, как возобновить занятия, проконсультируйтесь с врачом и тренером.
- Чтобы избежать резких скачков скорости, следует регулировать показатель постепенно, с небольшим интервалом.
- Перед началом занятий убедитесь, что беговое полотно надежно закреплено и не провисает.
- НЕ регулируйте беговое полотно во время работы тренажёра.
- По завершению тренировки выключайте тренажёр и отсоединяйте его от электросети.



ИНСТРУМЕНТЫ



ШЕСТИГРАННИК
(входит в комплект)



СИЛИКОНОВОЕ МАСЛО
(входит в комплект)



**СБОРКА
НЕ ТРЕБУЕТСЯ**

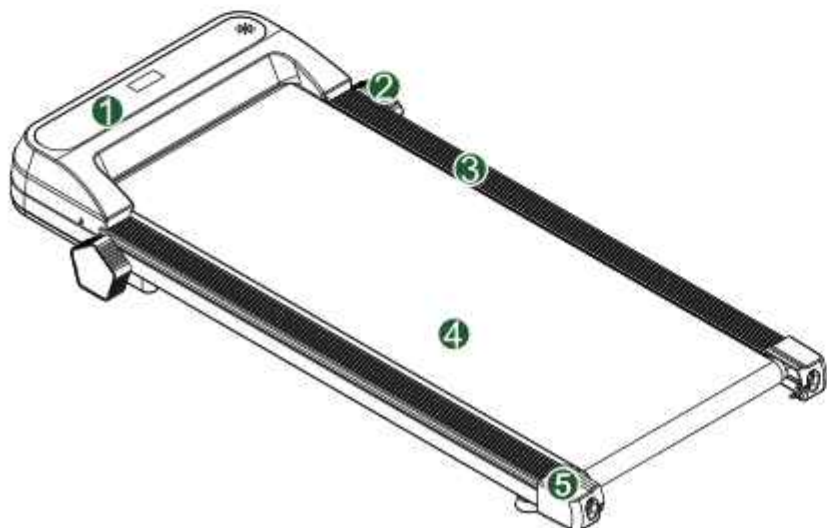


+



Изделие не требует установки и может использоваться как дома, так и в офисе для личного (индивидуального) использования.

КОМПЛЕКТУЮЩИЕ



- 1 - Дисплей
- 2 - Регулятор наклона (5 уровней)
- 3 - Боковая подножка
- 4 - Беговое полотно
- 5 - Заглушка

ДЕТАЛИ

A

Беговая платформа

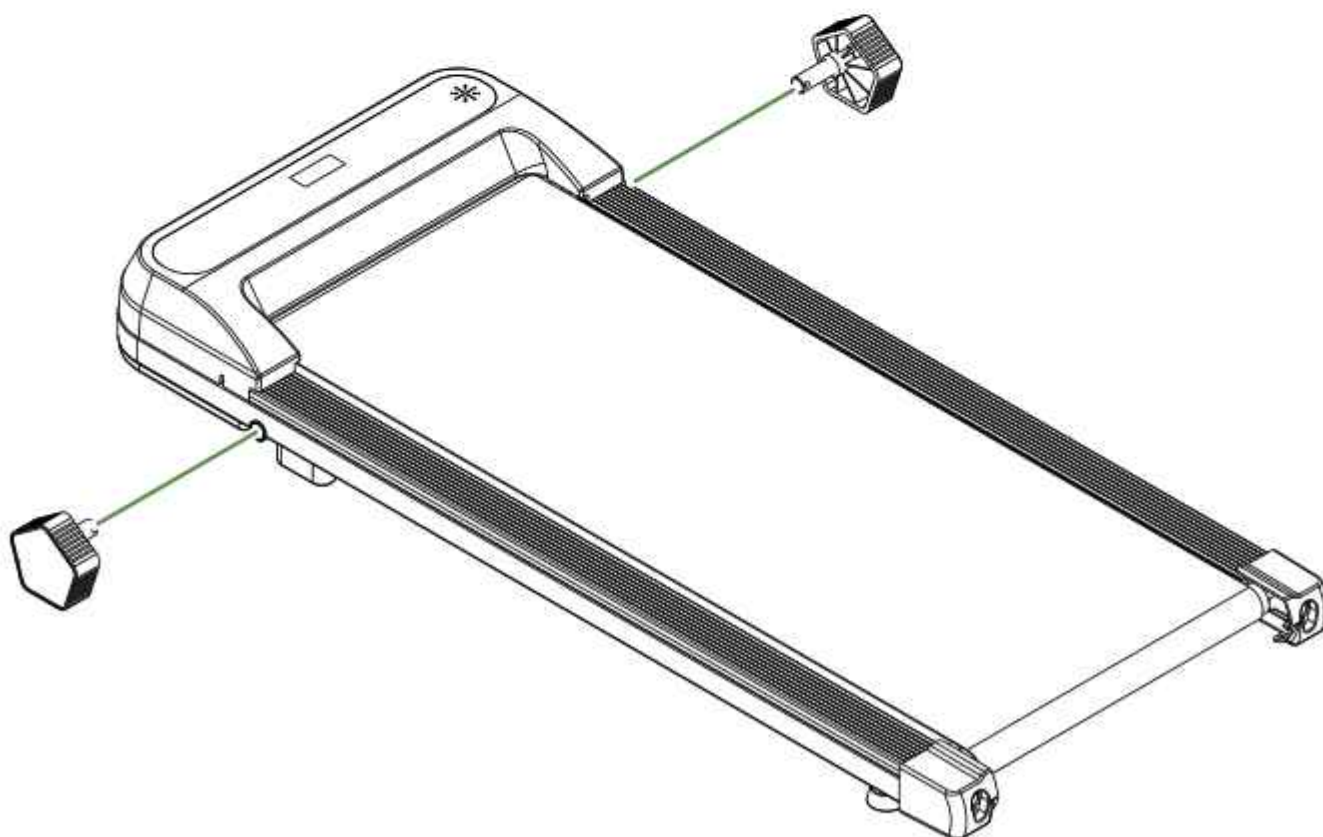


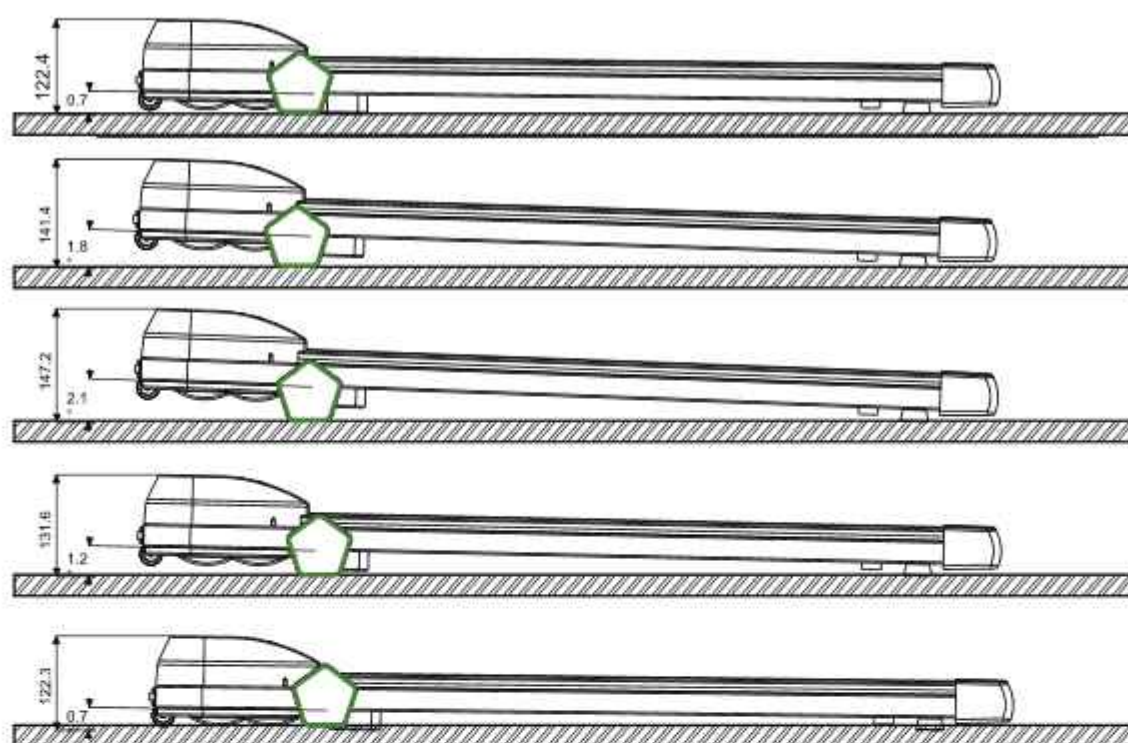
1 шт.

СБОРКА

Достаньте беговую дорожку из коробки и положите её на ровную поверхность.

Для регулировки наклона беговой дорожки вставьте 5-уровневые клинья (регуляторы наклона) с обеих сторон бегового полотна. Одновременно вращайте их, пока не достигнете желаемого угла наклона.





Уровень 1 (0.7°)



Уровень 2 (1.2°)



Уровень 3 (2.1°)



Уровень 4 (1.8°)



Уровень 5 (0.7°)

ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП:

1. Подключите сетевой кабель.
2. Установите соединение между беговой дорожкой и пультом дистанционного управления.
3. Нажмите на переключатель и дождитесь, когда загорится индикаторная лампочка.
4. Беговая дорожка готова к использованию.

Для обеспечения бесперебойной работы ручного регулятора наклона необходимо, чтобы валы регуляторов были полностью вставлены в соответствующие отверстия и оба регулятора находились на одном уровне.

ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ

Наименование	T-JK-Q25-3-BK; T-JK-Q25-3-WT
Частота	50-60 Гц
Скорость	1-6 км/ч

НАСТРОЙКА BLUETOOTH

Беговая дорожка оснащена динамиками для воспроизведения музыки.

При включенной беговой дорожке, на вашем смартфоне нужно найти и выбрать динамики в настройках Bluetooth.



РАБОТА С КОНСОЛЬЮ

ДИСПЛЕЙ



1. Параметры и режимы тренировки:

- **1.1 ВРЕМЯ (TIME):** Общая продолжительность тренировки.

Параметр может отражаться в двух форматах:

1.1.1 Прямой отсчёт показателя в диапазоне от 0:00 до 99:59 минут.

1.1.2 Обратный отсчёт от заданного значения (в диапазоне от 5:00 до 99:00 минут) до 0. При достижении нуля тренажёр останавливается, отображает соответствующую надпись о завершении тренировки и через 5 секунд переходит в режим ожидания.

- **1.2 ДИСТАНЦИЯ (DIST):** Расстояние, пройденное во время тренировки.

1.2.1 Прямой отсчёт показателя выполняется в диапазоне от 0,0 до 99,9 единиц (например, километров). При достижении максимального значения отсчёт начинается заново.

1.2.2 Обратный отсчёт от заданного значения (от 1,00 до 99,00 единиц) до 0. При достижении нуля тренажёр останавливается, отображает соответствующую надпись о завершении тренировки и через 5 секунд переходит в режим ожидания.

- **1.3 КАЛОРИИ (CAL):** Количество калорий, сожжённых во время тренировки.

1.3.1 Прямой отсчёт параметра в диапазоне от 0 до 9999. При достижении максимального значения отсчёт начинается заново.

1.3.2 Обратный отсчёт от заданного значения (от 20 до 9990) до 0. При достижении нуля тренажёр останавливается, отображает соответствующую надпись о завершении тренировки и через 5 секунд переходит в режим ожидания.

Примечание: Во время тренировки параметры «ДИСТАНЦИЯ» и «КАЛОРИИ» автоматически переключаются между собой на дисплее.

- **1.4 СКОРОСТЬ (SPEED):** текущая скорость бега в диапазоне от 1 до 6 км/ч.

Скорость изменяется на ± 1 км/ч при каждом нажатии кнопки +/- . Во встроенных программах P1–P12 скорость устанавливается автоматически.

- **1.5 РЕЖИМ СКАНИРОВАНИЯ:**

В этом режиме все параметры отображаются на дисплее попеременно, по 5 секунд каждый.

Для переключения между режимом сканирования и единичным отображением параметров используйте кнопку «M».

РАБОТА С КОНСОЛЬЮ

- **1. Ручной режим:** Включите тренажёр нажатием кнопки «», устройство запустит трёхсекундный обратный отсчёт (который отобразится в окне СКОРОСТЬ), и беговое полотно начнёт движение. Обратите внимание, что скорость по умолчанию — 1 км/ч. Вы можете отрегулировать скорость с помощью кнопок «+» или «-».
- **2. Целевой режим:** Чтобы переключиться на целевой режим (с обратным отсчётом времени, дистанции или калорий) нажмите кнопку «M», когда тренажёр находится в режиме ожидания. Затем при помощи кнопок «+» и «-» выполните необходимые настройки. По завершению нажмите кнопку «», чтобы запустить беговую дорожку. В процессе тренировки целевой параметр будет отсчитываться в обратном порядке, начиная от установленного значения. Тренажёр автоматически остановится, когда параметр достигнет нуля.
- **3. Встроенные программы тренировок (P01-P12):** В режиме меню выберите требуемую программу, затем при помощи кнопок «+» и «-» установите длительность тренировки (в диапазоне от 5:00 до 99:00, время по умолчанию — 30:00). Затем нажмите кнопку «», чтобы запустить беговую дорожку. Тренажёр будет работать с заданной скоростью, которая автоматически сменяется в зависимости от интервала (см. таблицу ниже).

Время Программы	Общая установленная длительность тренировки / 20 = длительность каждого интервала																			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
P01 СКОРОСТЬ	1.0	1.0	2.0	2.0	3.0	3.0	3.0	3.0	3.0	3.0	3.0	3.0	3.0	3.0	3.0	3.0	2.0	2.0	1.0	1.0
P02 СКОРОСТЬ	1.0	2.0	3.0	4.0	4.0	4.0	4.0	3.0	2.0	1.0	1.0	2.0	3.0	4.0	4.0	4.0	4.0	3.0	2.0	1.0
P03 СКОРОСТЬ	1.0	1.0	1.0	2.0	2.0	2.0	3.0	3.0	3.0	4.0	4.0	4.0	4.0	4.0	4.0	4.0	3.0	3.0	2.0	1.0
P04 СКОРОСТЬ	1.0	2.5	4.0	4.0	4.0	2.5	1.0	1.0	2.5	4.0	4.0	4.0	2.5	1.0	1.0	2.5	4.0	4.0	4.0	2.0
P05 СКОРОСТЬ	1.0	2.0	3.0	4.0	4.0	3.0	3.0	4.0	4.0	3.0	3.0	4.0	4.0	3.0	3.0	4.5	4.0	3.0	2.0	1.0
P06 СКОРОСТЬ	1.0	3.0	3.0	3.5	4.0	4.0	4.0	4.0	4.0	4.0	4.0	4.0	4.0	3.0	3.0	2.5	2.5	3.0	3.0	1.0
P07 СКОРОСТЬ	1.0	3.0	4.0	3.0	4.0	4.5	4.0	4.0	3.5	4.0	4.0	4.0	4.0	3.0	4.0	4.0	4.0	4.0	3.0	1.0
P08 СКОРОСТЬ	1.0	2.0	3.0	4.0	3.5	4.0	3.0	4.0	3.5	4.0	4.0	3.5	4.0	3.5	4.0	3.5	4.5	3.0	2.0	1.0
P09 СКОРОСТЬ	1.0	3.0	2.0	4.0	3.0	4.0	3.0	4.0	4.0	4.0	4.0	4.0	4.0	3.0	4.0	2.5	4.0	2.0	3.0	1.0
P10 СКОРОСТЬ	1.0	3.0	2.0	4.0	4.0	3.5	4.0	4.0	4.0	3.5	4.0	4.0	4.0	4.0	4.0	2.5	4.0	2.0	3.0	1.0
P11 СКОРОСТЬ	1.0	2.0	4.0	4.0	4.0	4.0	3.0	4.0	4.0	4.0	4.0	4.0	4.0	3.0	4.0	4.0	4.0	4.0	3.0	1.0
P12 СКОРОСТЬ	1.0	1.0	3.0	4.0	3.0	3.5	4.0	2.5	4.0	3.0	4.0	4.0	4.0	4.0	4.0	3.0	4.0	2.5	3.0	1.0

ПУЛЬТ ДИСТАНЦИОННОГО УПРАВЛЕНИЯ



1. Основные функции пульта управления:

1.1

- (1) В режиме ожидания / целевом режиме: нажмите кнопку «» для запуска тренажёра. Обратите внимание, что скорость по умолчанию — 0,8 км/ч.
- (2) При выборе встроенной программы: нажмите «» для запуска тренажёра, скорость будет изменяться автоматически, в зависимости от интервала.
- (3) Завершение тренировки: нажмите кнопку «» для того, чтобы беговая дорожка медленно остановилась и вернулась в режим ожидания.

1.2 «+»/«-»

- Кнопки «+»/«-» предназначены для регулировки скорости. Если кнопку удерживать нажатой более 0,5 секунды, увеличение/уменьшение параметра будет происходить быстрее, чем при кратковременном одиночном нажатии. Обратите внимание, что изменение скорости происходит с шагом 0,16 км/ч.

1.3 «M»

- (1) В режиме ожидания: переключение между тренировочными режимами и параметрами. При выборе целевого режима следующим этапом будет настройка целевого показателя. Установите значение при помощи кнопок «+» или «-», после чего запустите беговую дорожку, нажав кнопку «СТАРТ».
- (2) В процессе тренировки: нажмите кнопку «M», чтобы переключиться между циклическим и фиксированным режимом отображения параметров.

1.4 «P»

- При помощи кнопки можно выбрать одну из встроенных программ тренировки (P01-P12).

1.5

- Нажмите кнопку «», чтобы отключить звук при нажатии других кнопок или во время движения полотна. Чтобы возобновить звуковой сигнал, нажмите кнопку ещё раз.

1.6

- После использования беговой дорожки нажмите кнопку «», чтобы остановить полотно. Дорожка плавно замедлится и сохранит данные тренировки. При следующем включении устройство вернётся к последним сохранённым настройкам скорости.

1.7

- Нажмите кнопку " " для сброса данных. Кнопка активна только в режиме ожидания.

※ **ПРИМЕЧАНИЕ:** Нажатие любой кнопки на беговой дорожке сопровождается звуковым сигналом.

ПУЛЬТ ДИСТАНЦИОННОГО УПРАВЛЕНИЯ

- 2.1 Прежде чем использовать пульт дистанционного управления, снимите изоляционную пленку.
- 2.2 Пультom можно напрямую управлять беговой дорожкой.
- 2.3 Чтобы избежать помех при использовании нескольких беговых дорожек, выполните следующие действия для синхронизации:

2.3.1 Включите одну из беговых дорожек.

2.3.2 Нажмите одновременно две кнопки  и  и удерживайте в течение 5 секунд. Дисплей консоли мигнёт, и беговая дорожка синхронизируется с пультом дистанционного управления.

2.3.3 При замене пульта необходимо повторно выполнить процесс синхронизации.

КАК ПОДКЛЮЧИТЬ ПУЛЬТ УПРАВЛЕНИЯ

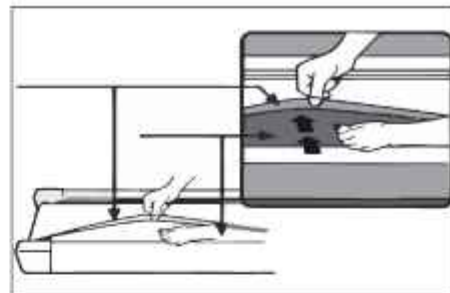
- 3.1 Выключите беговую дорожку.
- 3.2 Одновременно нажмите и удерживайте кнопки «СКОРОСТЬ -» и «М» на пульте в течение 6 секунд.
- 3.3 Включите беговую дорожку. В течение 5 секунд после включения пульт должен автоматически подключиться к тренажёру.



ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СИЛИКОНОВОГО МАСЛА

1. Перед запуском беговой дорожки смажьте беговое полотно. Аккуратно приподнимите полотно и нанесите силиконовое масло на обе стороны платформы, как показано на схеме.

2. Запустите беговую дорожку и дайте ей поработать 3 минуты, чтобы масло равномерно распределилось. С целью обеспечения безопасного использования тренажёра и продления срока его службы, проводите техническое обслуживание через каждые 30 часов работы.



Для просмотра видеоинструкции по смазке бегового полотна на YouTube вы можете отсканировать QR-код или пройти по ссылке ниже:



<https://youtu.be/MksJloi8Obo>

РЕГУЛИРОВКА БЕГОВОГО ПОЛОТНА

Руководство по эксплуатации



ПРИ СМЕЩЕНИИ БЕГОВОГО ПОЛОТНА ВЛЕВО

1. Запустите тренажёр на скорости 1,2–1,8 м/ч без нагрузки и проследите за движением полотна. Поверните левый винт шестигранным ключом на 1/4 оборота по часовой стрелке (см. рис. 1).

2. Затем дайте тренажёру поработать без нагрузки 1–2 минуты. Отрегулируйте полотно таким образом, чтобы оно располагалось строго по центру.

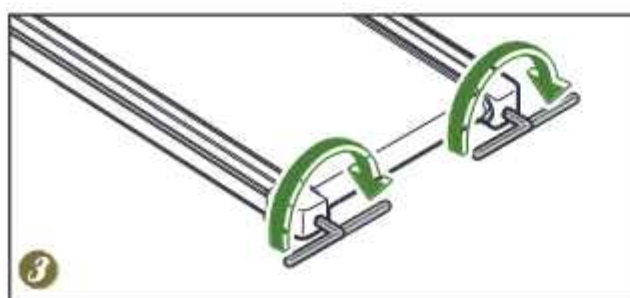
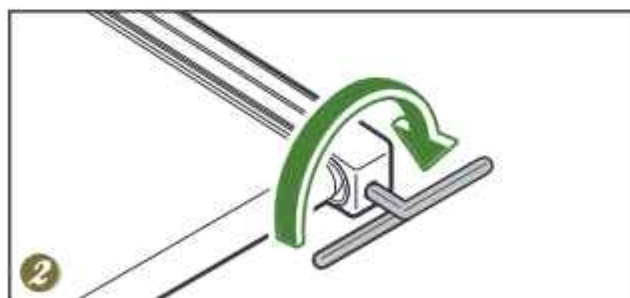
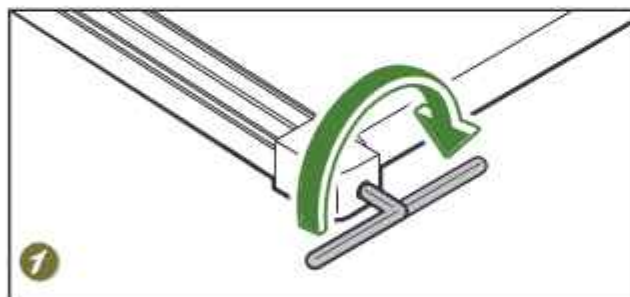
ПРИ СМЕЩЕНИИ БЕГОВОГО ПОЛОТНА ВПРАВО

1. Запустите тренажёр на скорости 1,2–1,8 м/ч без нагрузки и проследите за движением полотна. Поверните правый винт шестигранным ключом на 1/4 оборота по часовой стрелке (см. рис. 2).

2. Затем дайте тренажёру поработать без нагрузки 1–2 минуты. Отрегулируйте полотно таким образом, чтобы оно располагалось строго по центру.

ЕСЛИ БЕГОВОЕ ПОЛОТНО ЗАСТРЯЛО

Если беговое полотно заклинило, попробуйте ослабить натяжение, повернув оба регулировочных винта на 1/2 оборота шестигранным ключом, пока затор не исчезнет.





СМЕЩЕНИЕ БЕГОВОГО ПОЛОТНА ВЛЕВО

Для просмотра видеоинструкции на YouTube вы можете отсканировать QR-код или пройти по ссылке ниже:



<https://youtu.be/uoXqZXk1Bx8>

1

СМЕЩЕНИЕ БЕГОВОГО ПОЛОТНА ВПРАВО

Для просмотра видеоинструкции на YouTube вы можете отсканировать QR-код или пройти по ссылке ниже:

<https://youtu.be/LGKKCk-yivM>



2



(ШАГ 1)



(ШАГ 2)

ЕСЛИ БЕГОВОЕ ПОЛОТНО ЗАСТРЯЛО

Для просмотра видеоинструкции на YouTube вы можете отсканировать QR-код или пройти по ссылке ниже:



ШАГ 1: <https://youtu.be/Xqri9ug5J7c>



ШАГ 2: <https://youtu.be/nyZ75WFTZZw>

3

ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ



1. Перед любыми манипуляциями с тренажёром предварительно отсоедините его от электросети.
2. Выполняйте чистку ремня и консоли не реже одного раза в неделю после использования.
3. Регулярно проверяйте надёжность креплений тренажёра.
4. Не вешайте одежду и другие посторонние вещи на тренажёр.

РЕКОМЕНДАЦИИ К ЗАНЯТИЯМ

ВНИМАНИЕ: Перед началом любой программы тренировок проконсультируйтесь с врачом. Это особенно важно, если вам больше 45 лет или у вас есть какие-либо проблемы со здоровьем.

Датчики пульса не являются медицинскими приборами и не предназначены для точной диагностики. Они могут предоставлять лишь общую картину динамики сердечного ритма, но их показания могут быть неточными из-за различных факторов, включая движения пользователя.

Физические упражнения являются ключевым фактором для поддержания здоровья и хорошей формы. Они помогают контролировать вес, улучшают физическую форму, а также уменьшают негативное влияние старения и стресса. Главное, чтобы физическая активность стала регулярной и приятной частью жизни.

Состояние сердца и лёгких, а также способность доставлять кислород к мышцам, напрямую влияют на физическую форму человека. Хорошая физическая форма позволяет мышцам получать достаточно кислорода для выполнения повседневных задач (аэробная активность), при этом сердце работает менее интенсивно, что снижает его износ. В итоге, лучшая физическая форма приводит к более здоровому и энергичному самочувствию. 🧘



Разминка



- Разминка перед тренировкой — неотъемлемая часть эффективного и безопасного тренировочного процесса. Выполните растяжку и несколько лёгких упражнений в течение 5-10 минут перед тренировкой, чтобы подготовить организм к физическим нагрузкам, снизить риск травм и повысить результативность тренировки. Разминка должна быть плавной и не вызывать перенапряжения.

Тренировочный этап

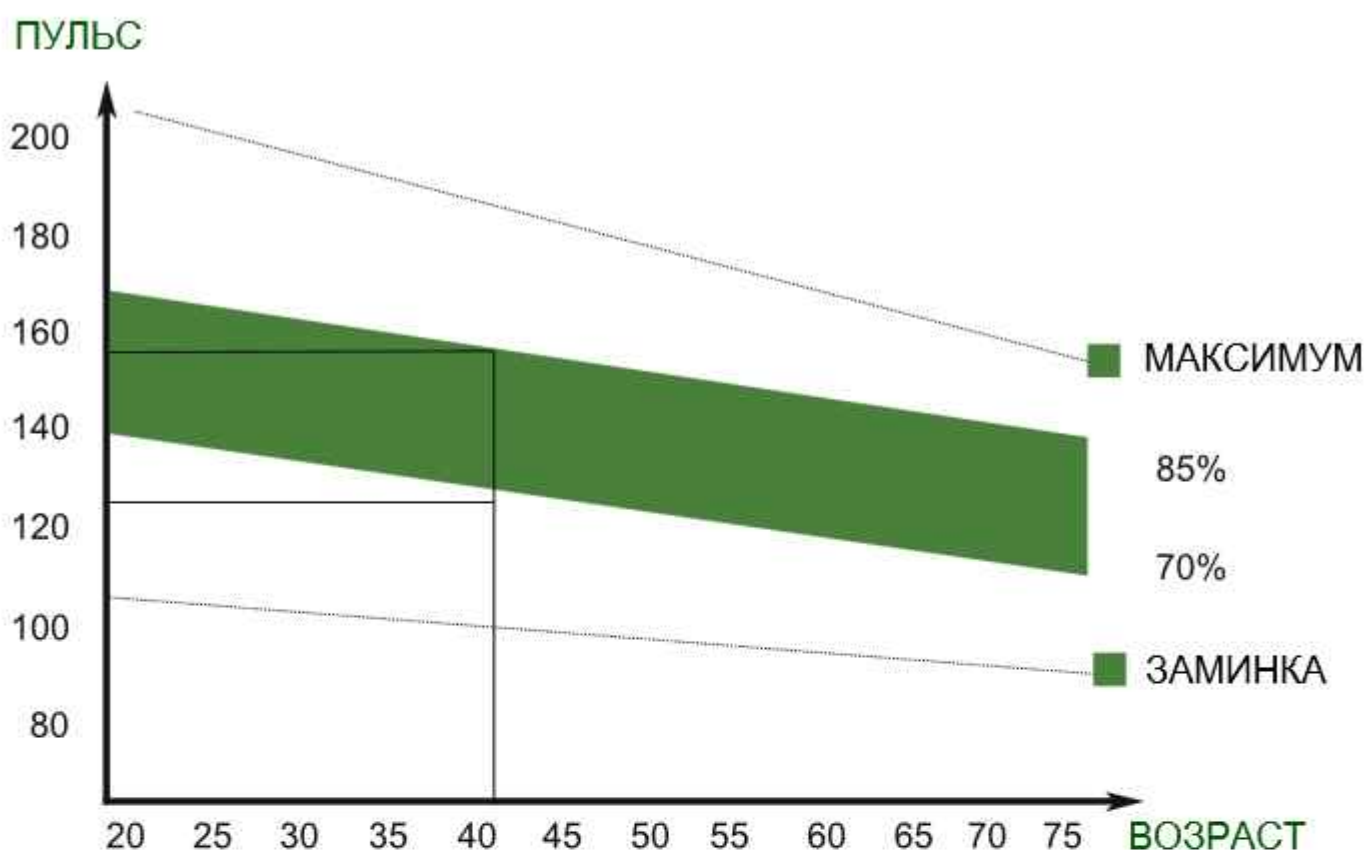


- После разминки увеличьте интенсивность тренировки до желаемого уровня, соответствующего вашей программе, и поддерживайте её для достижения максимальных результатов. Глубоко дышите во время тренировки — никогда не задерживайте дыхание.

Заминка



Завершать каждую тренировку следует легкой пробежкой или ходьбой в течение как минимум 1 минуты, после чего уделить 5-10 минут растяжке для заминки. Это поможет повысить гибкость мышц и предотвратить возможные проблемы после тренировки.



ПОДДЕРЖИВАЙТЕ ПУЛЬС В УКАЗАННОМ ДИАПАЗОНЕ

Разминка и заминка являются важными частями любой тренировки, и на них следует уделять несколько минут.

Основной фактор, определяющий сжигание калорий при физической активности, - это интенсивность и продолжительность тренировки. Чем больше усилий прикладывается во время тренировки, тем больше калорий сжигается, независимо от цели занятий — снижение веса или улучшение физической формы.

УСТРАНЕНИЕ НЕИСПРАВНОСТЕЙ

ТИП ОШИБКИ	ОПИСАНИЕ ПРОБЛЕМЫ	РЕШЕНИЕ
Err	Ослаблен или поврежден кабель, подключающий плату управления.	Снимите крышку двигателя и тщательно проверьте провода. Убедитесь, что все соединения надежны и не повреждены.
-----	Ослаблен или поврежден кабель, подключающий плату управления.	Снимите крышку двигателя и тщательно проверьте провода. Убедитесь, что все соединения надежны и не повреждены.
E5	Защита от перегрузки	Смажьте беговое полотно и проверьте работу двигателя. Если проблема не решена, возможно, двигатель или плата управления нуждаются в замене.
E6	Защита MOS	Проверьте провод двигателя на повреждения или обрывы.
		Замените плату управления.
E7	Ослаблен или поврежден кабель, подключающий плату управления.	Снимите крышку двигателя и тщательно проверьте провода. Убедитесь, что все соединения надежны и не повреждены.
E8	Повреждение двигателя	Если двигатель вышел из строя, замените его.
	Ослаблен или поврежден кабель, подключающий плату управления.	Снимите крышку двигателя и тщательно проверьте провода. Убедитесь, что все соединения надежны и не повреждены.



Обслуживание



Профилактическое техническое обслуживание ПРАВИЛА УХОДА И ТЕХНИЧЕСКОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ

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

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

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

Ежедневные или после каждой тренировки проверки.

Почистите и осмотрите беговую дорожку, выполнив следующие действия:

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

Еженедельные проверки

Уборка от пыли и мусора поверхности под беговой дорожкой:

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

Ежемесячные проверки – ВАЖНО!

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

Ежеквартальные проверки – ОЧЕНЬ ВАЖНО!!!

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

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

РЕГУЛИРОВКА БЕГОВОГО ПОЛОТНА

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

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

Увеличение натяжения:

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

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

Центрирование бегового полотна

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

Приведите беговую дорожку в режим движения полотна. Нажимая кнопку увеличения скорости, установите скорость движения полотна равной 1 км ч. Обратите внимание, в какую сторону отклоняется беговое полотно.

- Если оно отклоняется в левую сторону, поверните ключом левый болт по часовой стрелке на 1 оборот, затем правый болт - против часовой стрелки;
- Если в правую, то поверните ключом правый болт на 1 оборот по часовой стрелке, а левый - против;
- Если беговое полотно все еще не выровнено, повторите действия снова.
- После того, как беговое полотно двигается по центру, увеличьте скорость до 2 км ч, чтобы проверить его положение в движении. При необходимости повторите выше описанные шаги.
- Если попытки центрировать беговое полотно безрезультатны, вероятно, нужно увеличить натяжение бегового полотна.

Смазка деки и полотна

Производитель уже смазал необходимые детали и узлы во время производства беговой дорожки. Тем не менее, необходимо регулярно проверять наличие смазки во избежание поломок. Мы рекомендуем ежемесячно проверять беговое полотно на наличие смазки, и, если поверхность сухая, ее необходимо смазать. Вы можете использовать как силиконовый состав в баллончике, так и силиконовую смазку в тюбике. Используйте продукцию уже хорошо зарекомендовавших себя брендов: DFC, Efele.

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

Электробезопасность

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

Меры предосторожности

Тренажер должен использоваться только по назначению, то есть для физических тренировок взрослых людей. Любое другое использование тренажера запрещено и может быть опасно. Продавец не несет ответственности за любые травмы или повреждения, вызванные неправильным использованием тренажера. Тренажер предназначен для использования взрослыми людьми, конструкция и установленные нагрузки рассчитаны на взрослых людей, поэтому эксплуатация несовершеннолетними лицами не допускается. Дети и домашние животные не должны приближаться к работающему тренажеру ближе, чем на 2 м.

ПЕРЕЧЕНЬ ДЕТАЛЕЙ

№	Наименование	Технические хар-ки	Кол-во
1	Основание		1
1	Передний ролик		1
2	Задний ролик		1
3	Беговая платформа	845*466*12 Материал МДФ	1
4	Беговое полотно	1930*360*1.4	1
5	Боковая подножка	Материал ПВХ	2
6	Двигатель	180В/0.65л.с.	1
7	Плата управления	Полный комплект	1
8	Защитный кожух двигателя	Материал АБС-пластик	1
9	Поддон двигателя	Материал АБС-пластик	1
10	Левая заглушка	Материал АБС-пластик	1
11	Правая заглушка	Материал АБС-пластик	1
12	5-уровневый клин (регулятор наклона) левый	Материал АБС-пластик	1
13	5-уровневый клин (регулятор наклона) правый	Материал АБС-пластик	1
14	Транспортировочное колесо	Материал нейлон	2
15	Амортизатор	Термопластичная резина	2
16	Регулируемая ножка	36*16*M6, чёрный	2
17	Ремень	310EPJ5	1
18	Переключатель	С подсветкой	1
19	Сетевой кабель	H05W-F3*0.75*1.5M	1
20	Пульт дистанционного управления	Полный комплект	1
21	Саморез с потайной головкой и крестообразным шлицем	ST3*8	6
22	Саморез с потайной головкой и крестообразным шлицем	ST4*16	5
23	Саморез с потайной головкой и крестообразным шлицем	ST4*12	2
24	Саморез с потайной головкой и крестообразным шлицем	ST4.2*16	6
25	Саморез с потайной головкой и крестообразным шлицем	ST4.2*16	2
26	Саморез с потайной головкой и крестообразным шлицем	ST4.2*25	4
27	Винт с потайной головкой и внутренним шестигранником	M6*25	6
28	Винт с цилиндрической головкой и внутренним шестигранником	M8*55	3
29	Винт с цилиндрической головкой и внутренним шестигранником	M6*35 (Неполная резьба)	2
30	Винт шестигранный с фланцем	M8*8 (Зубчатый фланец)	2
31	Контргайка	M6	2
32	Шайба плоская	φ8*φ16*1.5	3
33	Шестигранник	#5	1

СБОРОЧНЫЙ ЧЕРТЕЖ

