



t306 new

беговая дорожка



РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ



Сборка



Управление



Сервис



FITATHLON

Ссылка на наш канал
на youtube:
youtube.com/@fitathlon



Наведите камеру телефона на QR код, чтобы получить больше информации об оборудовании.

Обращаем ваше внимание, что на вашу модель оборудования может не быть видеопояснений. Мы очень стараемся как можно скорее решить эту задачу.

Уважаемый покупатель!

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

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

Обязательно сохраняйте инструкцию по эксплуатации, это поможет Вам по прошествии времени вспомнить о функциях тренажера и правилах его использования.

Если у Вас возникли какие-либо вопросы по эксплуатации данного тренажера, свяжитесь со службой технической поддержки или уполномоченным дилером, у которого Вы приобрели тренажер.



Внимание!

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

Транспортировка и эксплуатация тренажера

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

Хранение тренажера

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

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

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

Рекомендации по сборке

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

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

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

Перед тем как начать тренировку

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



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

Регулировка бегового полотна

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

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

Регулировка натяжения бегового полотна

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

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

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

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

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

Центрирование бегового полотна

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

1. **ВНИМАНИЕ:** Для центрирования бегового полотна необходимо запустить беговое полотно со скоростью не более 0.5 мили в час. Соблюдайте технику безопасности, чтобы одежда или волосы не попали на задний вал. Обратите внимание, в какую сторону отклоняется беговое полотно.
2. Если беговое полотно смещено вправо: Запустите беговое полотно со скоростью 0.5 мили в час. При помощи входящего в комплект поставки торцевого гаечного ключа поверните правый задний болт на 1/4 оборота по часовой стрелке. Проверьте

положение полотна. Беговое полотно должно пройти один полный оборот, после этого можно сделать вывод о том, насколько оно отцентрировано. При необходимости повторите процедуру.

3. Если беговое полотно смещено влево: Запустите беговое полотно со скоростью 0.5 мили в час. При помощи входящего в комплект поставки торцевого гаечного ключа поверните правый задний болт на 1/4 оборота против часовой стрелки. Проверьте положение полотна. Беговое полотно должно пройти один полный оборот, после этого можно сделать вывод о том, насколько оно отцентрировано. При необходимости повторите процедуру.
4. После того, как беговое полотно движется по центру, увеличьте скорость до 6 км/ч, чтобы проверить его положение в движении. При необходимости повторите вышеописанные шаги.

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



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.

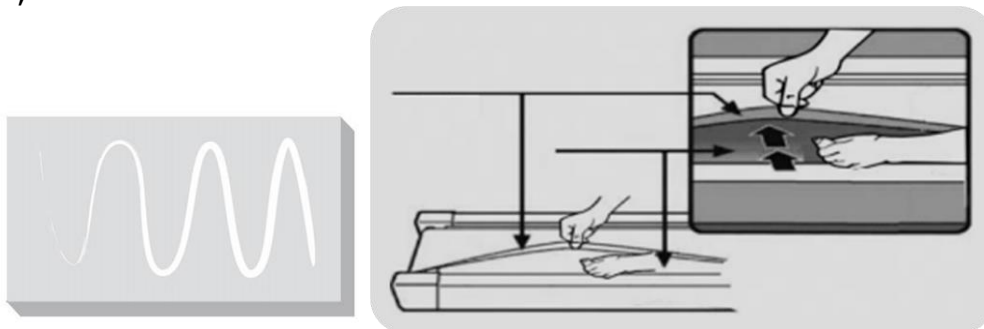
Обращаем Ваше внимание, что несвоевременная смазка деки силиконовой смазкой приводит к повышенному трению и нагрузке на электродвигатель, что может привести к поломке электродвигателя и электронных плат управления дорожкой, повреждению и преждевременному износу деки и бегового полотна.

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, вставьте ключ безопасности и запустите дорожку на минимальной скорости и походите по полотну в течении 2 минут для равномерного распределения смазки.

Рекомендуемый расход силиконовой смазки для разового обслуживания:

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

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

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

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

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

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

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



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

Электробезопасность (для тренажеров с питанием от сети)

Соблюдайте все меры предосторожности, принятые при работе с электрическим оборудованием. Тренажер должен подключаться только к заземленной розетке. Это снижает риск удара током при поломке или сбое в работе. Тренажер снабжен шнуром с жилой для заземления и вилкой с ножкой заземления. Вставьте вилку в соответствующую питающую розетку, установленную и заземленную с соблюдением действующих нормативов. Перед каждым использованием осмотрите электрический соединительный шнур на предмет отсутствия его повреждений.

Неправильное подключение может стать причиной удара током. Если у Вас возникли сомнения в правильности заземления, обратитесь к электрику или представителю сервисной службы. Не меняйте вилку тренажера. Если 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.



Осторожно!

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

Меры предосторожности

Тренажер должен использоваться только по назначению, то есть для физических тренировок взрослых людей. Любое другое использование тренажера запрещено и может быть опасно. Продавец не несет ответственности за любые травмы или повреждения, вызванные неправильным использованием тренажера.

Тренажер предназначен для использования взрослыми людьми, конструкция и установленные нагрузки рассчитаны на взрослых людей, поэтому эксплуатация несовершеннолетними лицами не допускается. Дети и домашние животные не должны приближаться к работающему тренажеру ближе 3 м.

В целях вашей безопасности рекомендуем соблюдать следующие правила:

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

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

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

Полезные советы

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

Рекомендуемые параметры скорости в зависимости от физической подготовки:

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

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

Гарантия

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

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

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

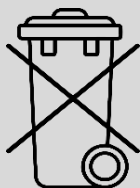
Обратите внимание, что сроки гарантии отличаются для тренажеров с разным уровнем использования: домашним, полупрофессиональным и коммерческим.

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

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

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

Указания по утилизации



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

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



Внимание

Тренажер предназначен для домашнего использования.

Инструкции по сборке и эксплуатации



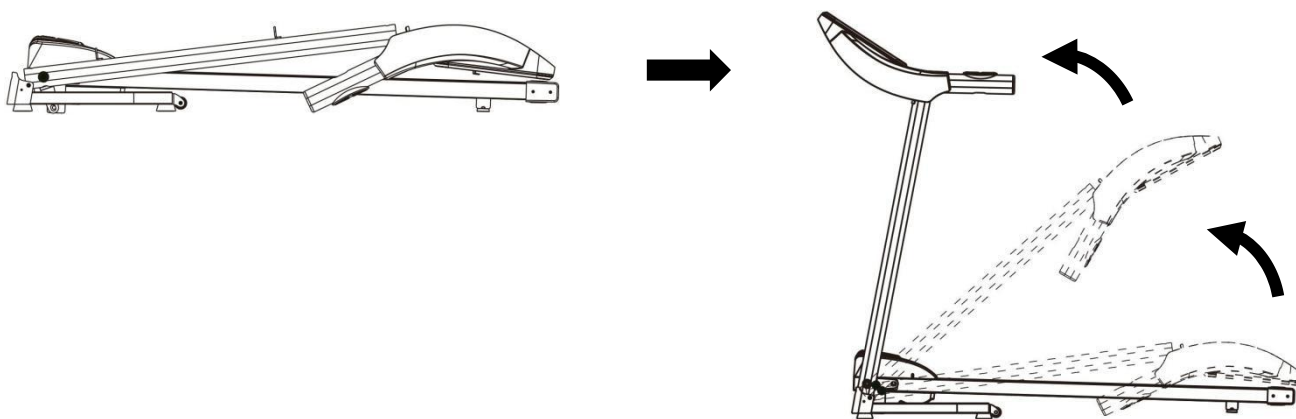
Внимание

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

Шаг 1

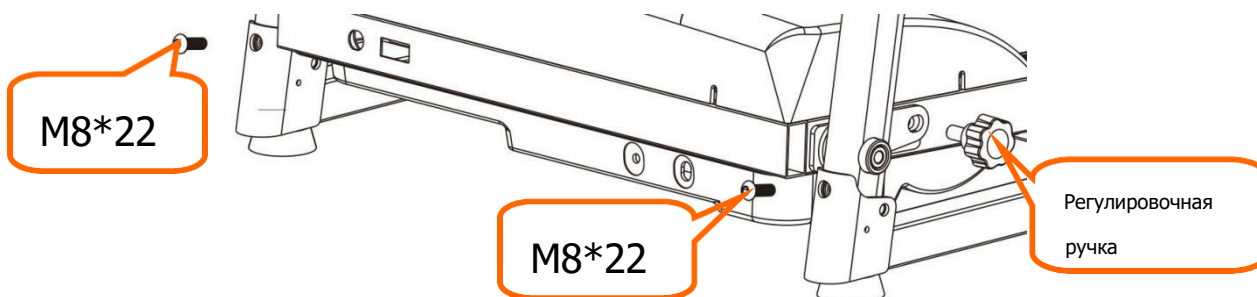
При установке беговой дорожки сначала просто закрепите все винты, а затем затяните, когда установка рамы будет завершена.

Положите беговую дорожку на ровную поверхность пола. Обрежьте нейлоновые тросы с каждой стороны, установите стойки вертикально и поднимите консоль по направлению, показанному на рисунке ниже. (Обратите внимание, что нельзя перерезать кабели на вертикальной стойке.)



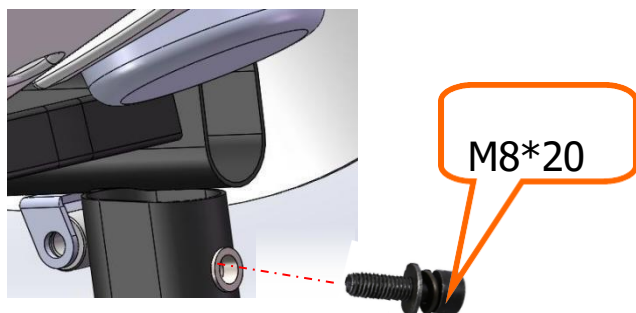
Шаг 2

Используйте шестигранный ключ #5 и винт M8*22, чтобы зафиксировать основание беговой дорожки. Затем установите регулировочную ручку на левое крепление основания и затяните деталь, чтобы закрепить основание и вертикальную стойку.



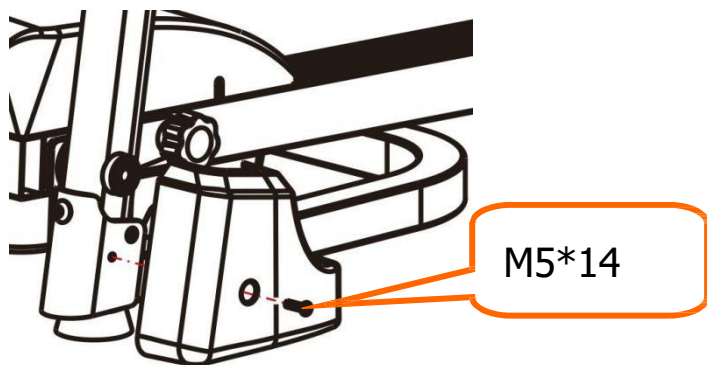
Шаг 3

Удерживая левую и правую вертикальные стойки, с помощью шестигранного ключа #6 и винта M8*20 закрепите раму консоли на вертикальной стойке (затяните все винты, как описано выше, будьте осторожны с кабелем, чтобы не пережать кабель вертикальной стойкой).



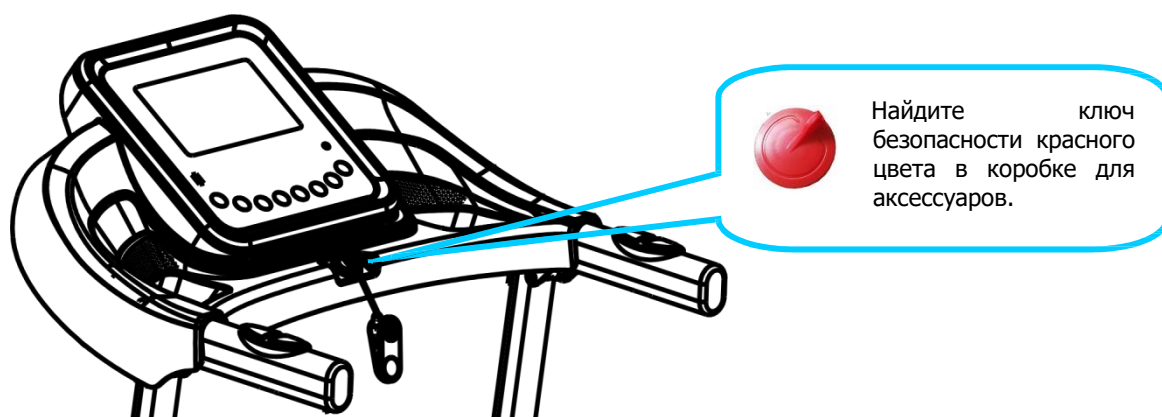
Шаг 4

С помощью ключа открутите два предварительно установленных винта M5*14 на основании. Затем установите кожух основания и с помощью винтов M5*14 закрепите деталь на основании беговой дорожки.



Шаг 5

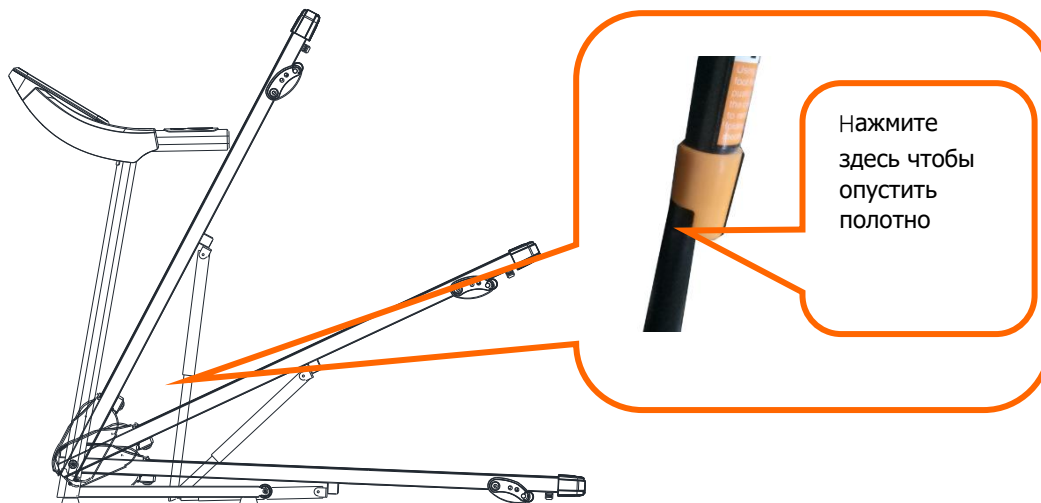
Установите ключ безопасности в положение, указанном ниже. Вставьте вилку в розетку и включите переключатель на переднем кожухе двигателя. Затем, когда загорится дисплей, нажмите клавишу START (СТАРТ), чтобы запустить беговую дорожку. (Примечание: Беговую дорожку можно запустить, только если ключ безопасности установлен в правильное положение. Если на консоли горит E7, это означает, что ключ безопасности установлен неправильно.)



Внимание: после установки беговой дорожки убедитесь, что все винты надежно закреплены в соответствии с требованиями, и убедитесь, что ни одна деталь не пропущена, прежде чем подключать электричество.

Инструкции по складыванию беговой дорожки

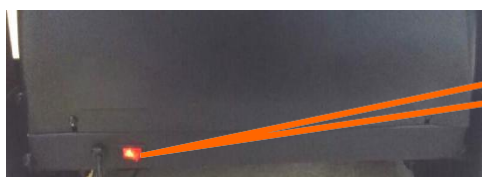
Складывание: Беговая дорожка складывается для экономии места. Перед складыванием выключите питание тренажера и отсоедините вилку от розетки. Приподнимите платформу руками, пока она не зафиксироваться.



Раскладывание: Чтобы опустить основание беговой дорожки, приподнимите платформу руками, нажмите на середину прижимной планки, потяните беговую дорожку руками, а затем отпустите руки, и беговая дорожка автоматически медленно опустится на землю, как показано на рисунке.

Использование беговой дорожки

1. Подключите питание, включите переключатель (красного цвета) (1), кнопка загорится, а затем прозвучит сигнал, и дисплей консоли включится.



1

2. Установка ключа безопасности

Беговая дорожка может работать только в том случае, если ключ безопасности установлен на желтой зоне консоли. Во время тренировки закрепите один конец ключа безопасности на одежде, чтобы предотвратить возможные несчастные случаи. Установите ключ безопасности на консоль, чтобы продолжить использовать беговую дорожку.

Работа с консолью

Основные функции

Start/ Stop (Старт/Стоп): Когда беговая дорожка находится в режиме ожидания, нажмите данную клавишу, чтобы запустить беговую дорожку. Во время использования беговой дорожки нажмите данную клавишу, чтобы обнулить все данные, а затем беговая дорожка постепенно полностью остановится и вернется в ручной режим.

Program (Программа): В режиме ожидания нажмите данную клавишу, чтобы переключить ручной режим на программный P1-P12. Ручной режим является режимом работы системы по умолчанию.

Mode (Режим): В режиме ожидания нажмите данную клавишу, чтобы переключаться между тремя различными режимами программ обратного отсчета: обратный отсчет времени, обратный отсчет расстояния и обратный отсчет калорий.

Speed + (Увеличение скорости): После запуска беговой дорожки используйте данную клавишу, чтобы увеличить скорость.

Speed - (Снижение скорости): После запуска беговой дорожки используйте данную клавишу, чтобы уменьшить скорость.

Volume + (Увеличение громкости): При воспроизведении музыки нажмите данную клавишу, чтобы увеличить громкость.

Volume - (Увеличение громкости): При воспроизведении музыки нажмите данную клавишу, чтобы уменьшить громкость.

Функции консоли:

Speed (Скорость): отображает текущее значение скорости беговой дорожки.

Time (Время): отображает время выполнения тренировки в ручном режиме или обратный отсчет времени выполнения тренировки в программном режиме.

Distance (Расстояние): отображает пройденное расстояние за время тренировки в ручном и программном режимах. Отображает обратный отсчет расстояния в автоматическом режиме.

Calorie (Калории): отображает значение сожженных калорий за время тренировки в ручном и программном режимах. Отображает обратный отсчет калорий в автоматическом режиме.

Heart rate (Частота сердечных сокращений): Если сигнал частоты сердечных сокращений прослеживается, то загорится индикатор пульса.

Heart rate measurement function (Функция измерения частоты сердечных сокращений): Если беговая дорожка включена, удерживайте датчики измерения пульса в течении некоторого времени, и тогда частота сердечных сокращений отобразится на дисплее.

(Полученные данные приведены только для справки и не могут быть использованы в качестве медицинских оснований.)

Предустановленные программы

Каждая программа разделена на 10 сегментов, и время выполнения каждого сегмента программы распределено равномерно. Ниже приведена форма распределения времени для 12 программ.

Время Программа		Установленное время / 10 = время выполнения каждого периода									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	Скорость	3	3	6	5	5	4	4	4	4	3
P2	Скорость	3	3	4	4	5	5	5	6	6	4
P3	Скорость	2	4	6	8	7	8	6	2	3	2
P4	Скорость	3	3	5	6	7	6	5	4	3	3
P5	Скорость	3	6	6	6	8	7	7	5	5	4
P6	Скорость	2	6	5	4	8	7	5	3	3	2
P7	Скорость	2	9	9	7	7	6	5	3	2	2
P8	Скорость	2	4	4	4	5	6	8	8	6	2
P9	Скорость	2	4	5	5	6	5	6	3	3	2
P10	Скорость	2	5	7	5	8	6	5	2	4	3
P11	Скорость	2	5	6	7	8	9	10	5	3	2
P12	Скорость	2	3	5	6	8	6	9	6	5	3

Возможные неисправности беговой дорожки и варианты их устранения

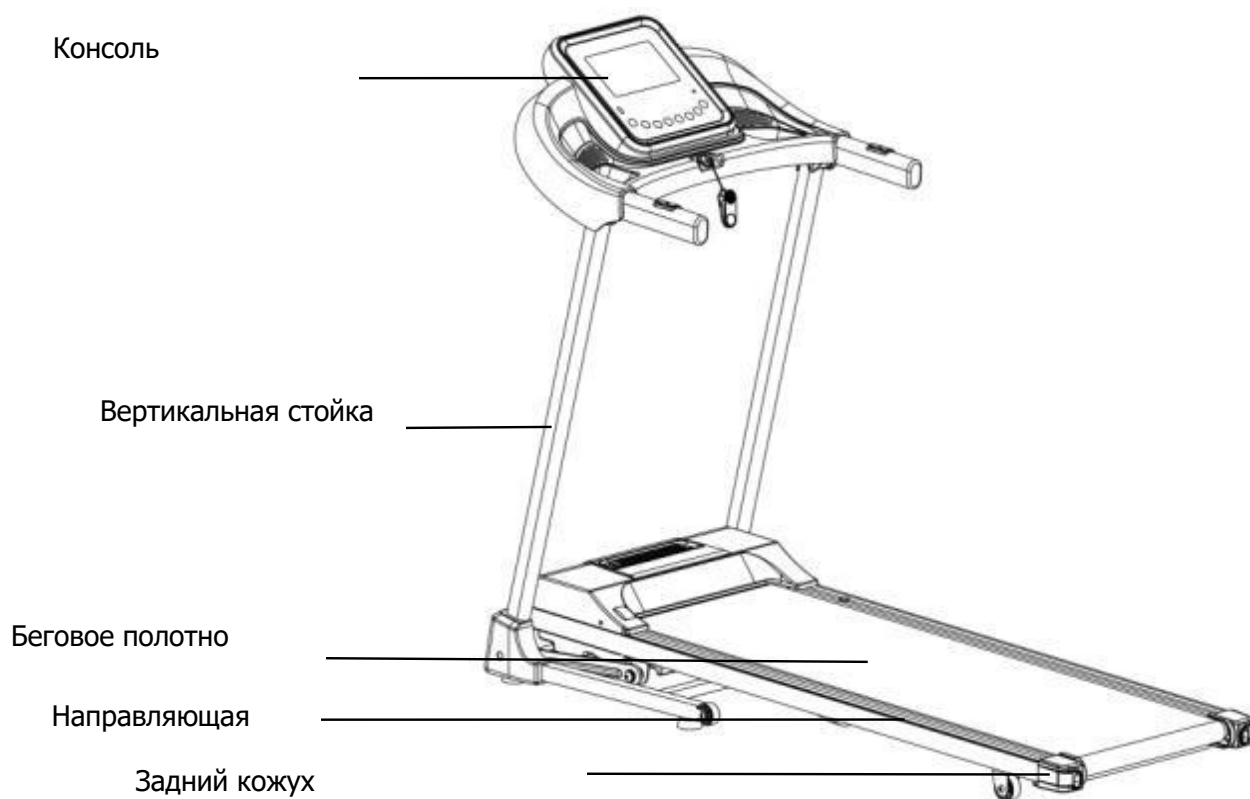


Внимание

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

Код ошибки	Описание	Решение
E1	Нарушение связи: при включении питания нарушается соединение между нижним контроллером и консолью.	Возможные причины: связь между контроллером и консолью заблокирована, проверьте подключение каждого кабеля консоли и нижнего контроллера, чтобы убедиться, что все кабели установлены правильно. Проверьте, не оборван ли кабель между консолью и контроллером, если да, замените кабель.
E2	Нет сигнала от двигателя.	Возможные причины: Проверьте, хорошо ли подсоединен кабель двигателя, если нет, подсоедините кабель двигателя еще раз. Проверьте, не поврежден ли кабель двигателя и не пахнет ли гарью, если да, замените двигатель.
E5	Защита от перегрузки по току. При работе беговой дорожки нижний контроллер обнаруживает, что ток превышает 6А в течение более 3 секунд.	Возможные причины: перегрузка приводит к чрезмерному току, и система отключается из-за защиты, или какая-то часть беговой дорожки заклинила, в результате чего двигатель не может работать. Проверьте, не издает ли двигатель шума при работе, или нет ли запаха гари от двигателя или контроллера, в противном случае замените двигатель или контроллер. Проверьте напряжение питания, соответствует ли оно техническим характеристикам, и затем повторите проверку, установите правильное напряжение.
E6	Защита от взрыва: неправильное напряжение или неисправность двигателя приводят к неисправности цепи, приводящей двигатель в действие.	Возможные причины: проверьте, не ниже ли напряжение источника питания на 50% от нормального; затем повторите проверку и установите правильное напряжение. Проверьте контроллер на наличие специфического запаха, в противном случае замените контроллер, если есть какие-либо повреждения. Проверьте, хорошо ли подключен кабель двигателя, и затем снова подключите кабель двигателя.
E7	Ключ безопасности отсутствует.	Установите ключ безопасности на место.

Схема тренажера



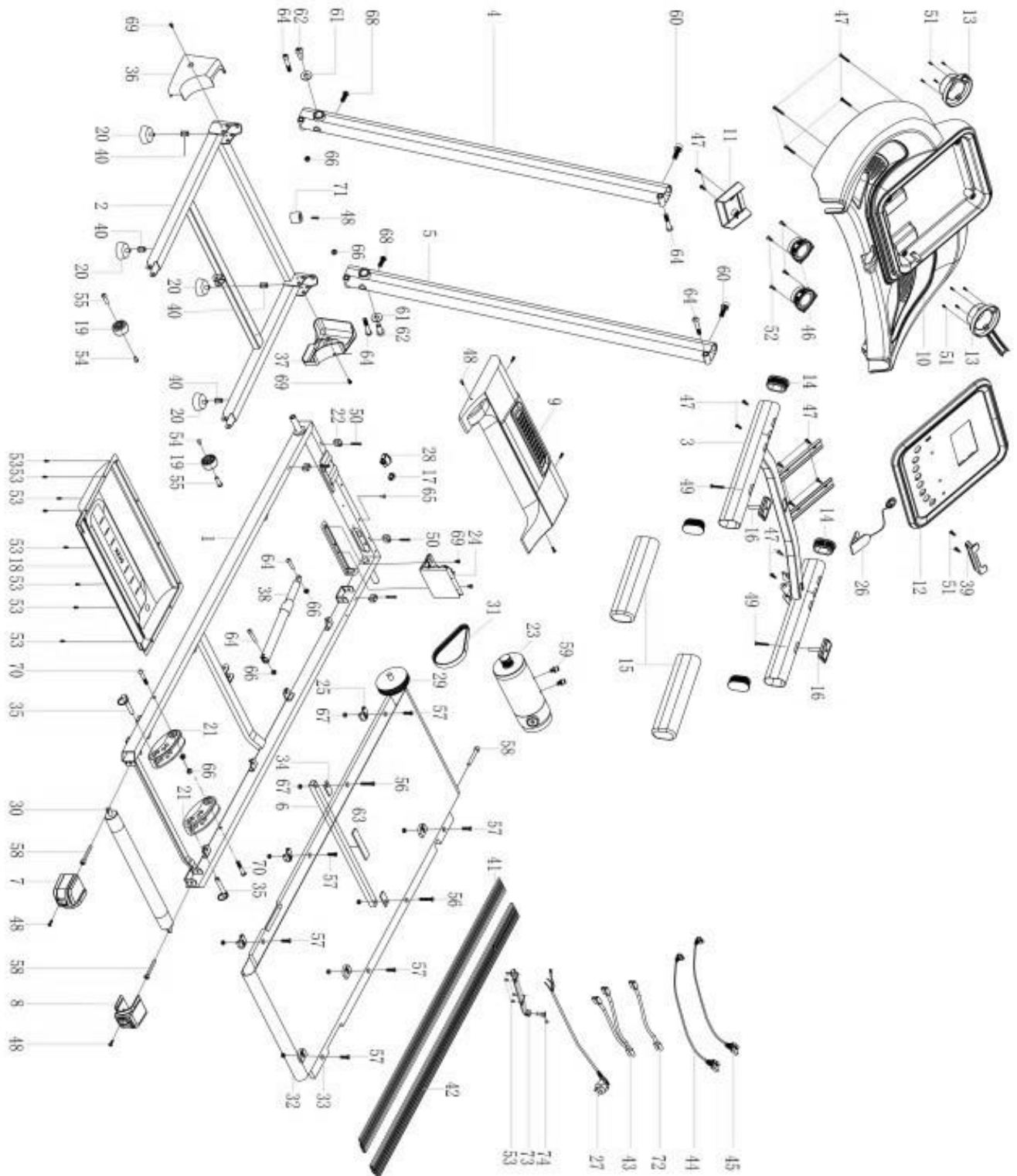
Список запчастей

№	Описание	Ед. измерения	Кол-во
1	Собранный тренажер	набор	1
2	Коробка с аксессуарами	набор	1
3	Кожух основания	набор	1

Коробка с аксессуарами

№	Описание	Кол-во	№	Описание	Кол-во
1	Винт М8*22	2	6	Регулировочная ручка (М10*20)	1
2	Винт М8*20	2	7	Ключ безопасности	1
3	Шестигранный ключ 5мм	1	8	Смазка	1
4	Шестигранный ключ 6мм	1	9	Пользовательская инструкция	1
5	Ключ	1	10	MP3 кабель	1

Схема тренажера в разобранном виде



Список комплектующих частей

№	Описание	Спецификация	Кол-во	№	Описание	Спецификация	Кол-во
1	Основная рама		1	38	Стержень		1
2	Основание		1	39	Держатель планшета		1
3	Рама консоли		1	40	Шестигранная гайка	M8	4
4	Левая вертикальная стойка		1	41	Левая направляющая		1
5	Правая вертикальная стойка		1	42	Правая направляющая		1
6	Фиксатор		1	43	Верхний сигнальный кабель (голубой)		1
7	Левый задний кожух		1	44	Верхний сигнальный кабель		1
8	Правый задний кожух		1	45	Сигнальный кабель		1
9	Кожух		1	46	Кожух		2
10	Верхний кожух консоли		1	47	Саморезы	4.2*16	14
11	Нижний кожух консоли		1	48	Саморезы	4*20	7
12	Двигатель		1	49	Саморезы	4*30	2
13	Кожух		2	50	Саморезы	4*25	4
14	Заглушка		4	51	Саморезы	3*10	10
15	Поручни		2	52	Саморезы	4*8	4
16	Кронштейн		2	53	Саморезы	4*12	12
17	Зажим кабеля питания		1	54	Шестигранный винт	M6*12	2
18	Прокладка		1	55	Шестигранный винт	M6*27	2
19	Ролик		2	56	Шестигранный винт	M6*40	2
20	Регулируемые накладки		4	57	Шестигранный винт	M6*25	6
21	Опора направляющей		2	58	Шестигранный винт	M6*50	3
22	Кожух двигателя		4	59	Шестигранный винт	M812.5	2
23	Двигатель постоянного тока		1	60	Шестигранный винт	M8*20	2
24	Нижняя панель управления		1	61	Плоская прокладка		2
25	Прокладка		6	62	Шестигранный винт		2
26	Ключ безопасности		1	63	Прокладка		1
27	Кабель питания		1	64	Шестигранный винт	M8*45	5
28	Переключатель		1	65	Винт	M5*10	2
29	Передний ролик		1	66	Стопорная гайка	M8	6
30	Задний ролик		1	67	Стопорная гайка	M6	8
31	Ремень		1	68	Шестигранный винт	M8*22	2
32	Беговое полотно		1	69	Винт	M5*14	4
33	Дека		2	70	Шестигранный винт	M8*50	2
34	Резиновая прокладка		2	71	Прокладка		1
35	Болт		1	72	Верхний сигнальный кабель (коричневый)		1
36	Левый кожух		1	73	Заглушка		1
37	Правый кожух		1	74	Смазка		1

Технические характеристики:

Тип беговой дорожки	электрическая
Тип рамы	высокопрочная, антикоррозийная обработка, покраска в 1 слой
Тип пластика	ABS пластик из исходного сырья
Двигатель	1,75 л.с. LEESON Electric Corporation
Пиковая мощность двигателя, л.с.	2,7 DC
Беговое полотно	1,4 мм
Длина бегового полотна, см	120
Ширина бегового полотна, см	40
Регулировка угла наклона	механическая
Диапазон угла наклона MAX, в %	3
Материал деки	МДФ, парафинированная
Толщина деки	12 мм
Система амортизации	6 резиновых эластомера
Тип консоли	LED
Показания консоли	время, скорость, дистанция, калории, пульс, программа
Общее количество программ	16
Спецификация программ	12 встроенных, 3 целевые (время, дистанция, калории), ручной режим
Мультимедиа	USB, MP3
Дополнительные функции	сенсорные датчики на поручнях для измерения пульса, колонка Bluetooth для проигрывания файлов с телефона
Дополнительные особенности тренажера	управление на поручнях
Измерение пульса	есть
Разъемы	USB, AUX
Язык интерфейса	русский и английский
Подставка под планшет/смартфон	да
Зарядка смартфона	да
Складывание	да
Длина в рабочем состоянии, см	159
Ширина в рабочем состоянии, см	64,5
Высота в рабочем состоянии, см	127
Длина в сложенном виде, см	95,5
Ширина в сложенном виде, см	64,5
Высота в сложенном виде, см	124
Максимальный вес пользователя	120
Вес нетто, кг	32,4
Подключение к сети	220 В
Страна происхождения	КНР
Производитель	Fitathlon Group (подразделение в Германии)

Оборудование сертифицировано в соответствии с Техническим Регламентом Таможенного Союза.

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

Все актуальные изменения в конструкции либо технических спецификациях изделия отражены на официальном сайте поставщика оборудования ООО «ФИТАТЛОН»:

www.fitathlon.ru

Последнюю версию Руководства пользователя можно найти на сайте поставщика ООО «ФИТАТЛОН»: **www.fitathlon.ru**



Внимание

Тренажер предназначен для домашнего использования.

