



Беговая дорожка **CARDIOPOWER S30**

РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

ВАЖНО! Данное руководство содержит инструкции по обслуживанию и настройке тренажера.
Сохраните его для справки.

Техника безопасности и рекомендации по эксплуатации	3
Разнесённый вид, список деталей	7
Инструкция по сборке	9
Рекомендации по растяжке	11
Спортивные рекомендации	12
Эксплуатация консоли	15
Описание программ	19
Функции.....	23
Техническое обслуживание	24
Устранение неполадок	30
Условия гарантии и претензии по гарантии	32

ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ И РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ

- Для сборки необходимо выделить подходящее место на достаточном расстоянии от проходов, чтобы не создавать опасные ситуации для посторонних лиц.
- Установите и используйте беговую дорожку на ровной и твердой горизонтальной поверхности.
- Свободное пространство должно составлять не менее 0,6 м с каждой стороны тренажера и не менее 2 м позади него. Это рекомендованное безопасное расстояние для обеспечения доступа к тренажеру и прохода рядом с ним, а также для его покидания в аварийной ситуации. Во время использования тренажера не допускайте в эту зону посторонних.
- Беговую дорожку необходимо использовать только в закрытых помещениях и при комнатной температуре. Необходимо избегать – прямых солнечных лучей, пыли и повышенной влажности. Не храните беговую дорожку в слишком холодных, жарких или влажных помещениях, так как это может привести к коррозии и связанным с этим проблемам.

ЗАПРЕЩАЕТСЯ подвергать беговую дорожку воздействию дождя или влаги. Данное изделие НЕ ПРЕДНАЗНАЧЕНО для использования на открытом воздухе, вблизи бассейна или термического душа, а также в других помещениях с высокой влажностью.

- Не разрешайте посторонним лицам и детям подходить к изделию, которое вы собираете.
- Некоторые компоненты беговой дорожки могут быть тяжелыми или громоздкими. На этапах сборки с применением таких деталей воспользуйтесь помощью второго взрослого человека. Не поднимайте тяжелые детали и не перемещайте громоздкие компоненты самостоятельно.
- Выполните все этапы сборки в указанном порядке. Неправильная сборка может привести к травме или повреждению тренажера, что не покрывается гарантией.
- Не пытайтесь изменить конструкцию или функциональные возможности данного тренажера. Это может повлиять на безопасность тренажера, а также приведет к аннулированию гарантии.
- Не используйте тренажер до полного завершения сборки и проверки правильности его функционирования в соответствии с руководством.
- Перед началом любой программы следует проконсультироваться с врачом, чтобы определить, есть ли у вас какие-либо физические или медицинские состояния, которые могут создать риск для вашего здоровья и безопасности или помешать вам правильно использовать оборудование. Если вы принимаете лекарства, которые влияют на частоту

ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ И РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ

сердечных сокращений, кровяное давление или уровень холестерина, консультация врача очень важна.

- Данное оборудование не предназначено для использования лицами с ограниченными физическими, сенсорными или умственными способностями, а также лицами без необходимого опыта и знаний (в т. ч. детьми). Исключение составляют случаи, когда указанные лица находятся под постоянным присмотром и получают указания по использованию оборудования от лица, которое отвечает за их безопасность.
- Обращайте внимание на сигналы своего тела. Неправильная или чрезмерная физическая нагрузка может повредить вашему здоровью. Прекратите тренировку, если у вас появятся какие-либо из следующих симптомов: боль, стеснение в груди, нерегулярное сердцебиение, сильная одышка, головокружение или тошнота. Если у вас возникло какое-либо из этих состояний, вам следует проконсультироваться с врачом, прежде чем продолжить программу тренировок.
- Оборудование предназначено только для домашнего использования!
- Данный тренажер одновременно может использовать только один человек.
- Беговая дорожка не предназначена для профессионального использования, а также использования для реабилитации и в медицинских целях.
- Перед тем как приступить к программе тренировок, проконсультируйтесь с врачом.
- Пользуйтесь значениями, подсчитанными или измеренными компьютером тренажера, исключительно для справки.
- Не перенапрягайтесь во время тренировки. Пользуйтесь беговой дорожкой так, как описано в настоящем руководстве.
- Не разрешайте детям пользоваться беговой дорожкой или приближаться к ней. Движущиеся детали и другие составные части могут представлять опасность для них.
- Изделие не предназначено для использования лицами младше 14 лет.
- Занятия на беговой дорожке требуют координации и равновесия. Обязательно учитывайте возможность изменений скорости полотна и угла наклона платформы во время тренировок и будьте внимательны, чтобы избежать потери равновесия и возможной травмы.

ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ И РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ

- Используйте беговую дорожку только по назначению, как описано в данном руководстве. Не используйте дополнительные приспособления, не рекомендованные производителем.
- Не пользуйтесь беговой дорожкой в местах применения аэрозольных продуктов.
- Беговая дорожка должна подключаться к выделенной электрической цепи с соответствующими параметрами питания. К данной цепи больше не должны подключаться никакие другие мощные электроприборы.
- Электрическая проводка в помещении, в котором предполагается эксплуатация тренажера, должна соответствовать действующим местным и региональным требованиям.
- Подключайте беговую дорожку к розетке, заземленной надлежащим образом; для помощи обратитесь к квалифицированному электрику.
- Перед каждым использованием проверяйте беговую дорожку на предмет повреждений электрического шнура, розетки, ослабления затяжки деталей или признаков износа. Не используйте тренажер при обнаружении подобных дефектов. Для получения информации о ремонте обратитесь к региональному торговому представителю.
- Держите шнур питания тренажера вдали от источников тепла и горячих поверхностей.
- Выполняйте все регулярные и периодические процедуры по техническому обслуживанию, рекомендованные настоящим руководством пользователя.
- Полностью отключите электропитание перед обслуживанием беговой дорожки.
- Для отключения беговой дорожки переведите все переключатели в положение «Выкл.», а затем извлеките вилку из розетки.
- Ни в коем случае не оставляйте подключенную к сети беговую дорожку без присмотра. Отключите шнур от электрической розетки, когда не пользуетесь тренажером, а также перед установкой или демонтажем деталей.
- Ни в коем случае не запускайте беговую дорожку, если вентиляционные отверстия в корпусе тренажера перекрыты чем-либо. Следите, чтобы вентиляционные отверстия не забивались ворсом, волосами и т. п.
- Не бросайте и не помещайте посторонние предметы в отверстия беговой дорожки.
- Не надевайте на тренировку свободную одежду и ювелирные украшения. Одежда в своем составе не должна содержать синтетических и шерстяных нитей. Рекомендуется

ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ И РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ

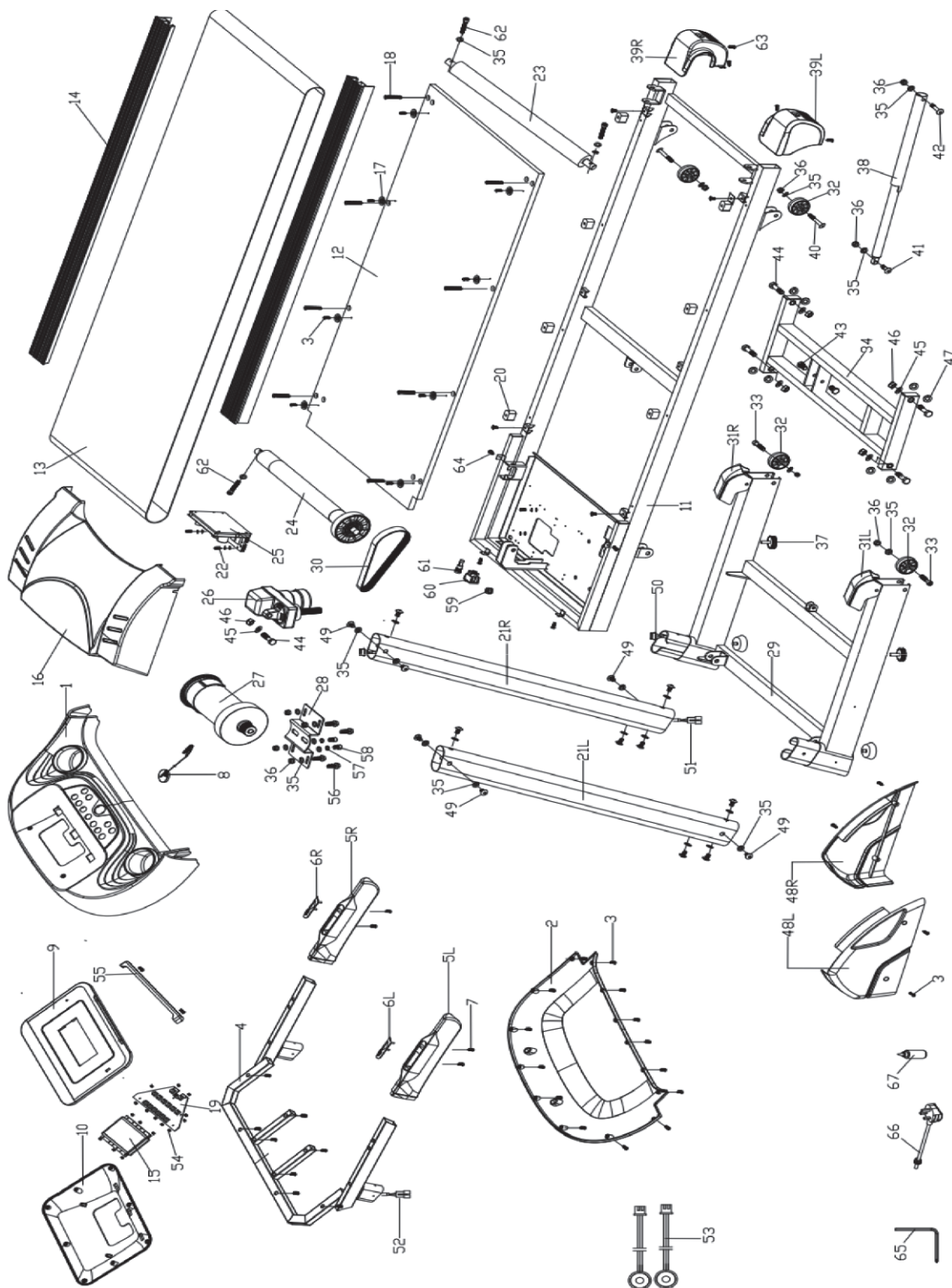
использовать только х/б ткани (для предотвращения проявления статического электричества). Данный тренажер содержит движущиеся детали. Не вставляйте пальцы или предметы внутрь движущихся деталей тренажера.

- При использовании беговой дорожки всегда надевайте спортивную обувь на резиновой подошве. Не занимайтесь на тренажере босиком или в носках.
- Соблюдайте осторожность, когда становитесь на беговую дорожку и сходите с неё. Не нажимайте кнопку старт находясь на беговом полотне. Встаньте на неподвижные боковые направляющие и только после этого нажмите кнопку старт. Полотно начнет движение и только после этого становитесь на него. Это обеспечивает Вашу безопасность и устраняет повышенную нагрузку на двигатель.
- Максимально допустимый вес пользователя, использующего тренажер не должна превышать – 150кг., при этом для долгосрочной эксплуатации тренажера мы настоятельно рекомендуем не превышать вес более 80% от указанного максимально допустимого значения.
- Не становитесь на кожух двигателя беговой дорожки и на переднюю декоративную крышку.
- Если устройство оснащено функцией складывания и электроподъемником, убедитесь, что уровень подъема равен 0, прежде чем складывать устройство (Во избежание повреждения деталей).
- Беговая дорожка рассчитана на проведение без перерыва одной тренировки длительностью не более 60 мин. Следующая тренировка возможна не ранее чем через 90 мин.

Ваш новый тренажер спроектирован и изготовлен с соблюдением самых строгих отраслевых стандартов и допусков. Все тренажеры, независимо от производителя, имеют множество подвижных узлов и частей. Имейте в виду, что даже при самых жестких технических допусках некоторые детали все же могут прилегать неплотно. Этот неотъемлемый люфт может привести к легким шумам во время эксплуатации, таким как щелчки и небольшие удары, что является допустимым в процессе эксплуатации. Пожалуйста, имейте в виду, что тренажер не будет совершенно тихим.

РАЗНЕСЕННЫЙ ВИД, СПИСОК ДЕТАЛЕЙ

Ниже в разнесенном виде изображены компоненты тренажера.



СПИСОК ДЕТАЛЕЙ

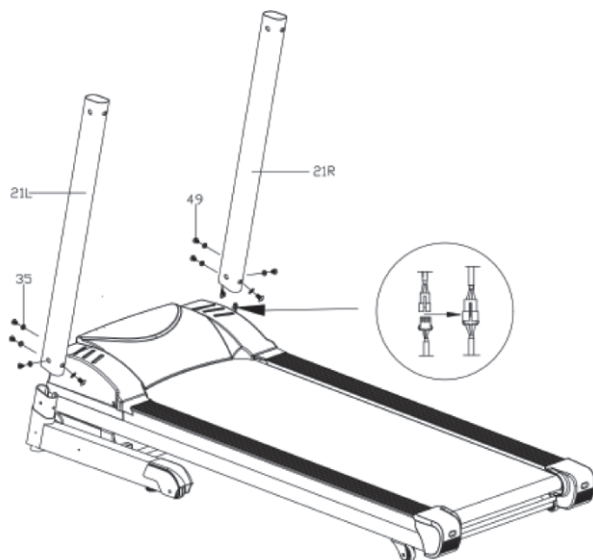
№	Кол.	Описание	№	Кол.	Описание
1	1	Верхний кожух консоли	44	5	Болт М10Х35
2	1	Нижний кожух консоли	45	4	Плоская шайба М10
3	29	Винт М4.2х16	46	4	Гайка М10
4	1	Рама поручня	47	8	Резиновая шайба
5	2	Мягкая накладка поручня	48L/R	2	Боковой кожух Л/П
6	2	Датчик пульса в сборе	49	14	Болт М8х15
7	4	Винт М4.2х35	50	1	Нижний кабель
8	1	Ключ безопасности	51	1	Средний кабель
9	1	Верхний кожух дисплея	52	1	Верхний кабель
10	1	Нижний кожух дисплея	53	2	Динамик
11	1	Рама деки	54	10	Болт М3х7
12	1	Дека	55	1	Крепление прокладки
13	1	Беговое полотно	56	4	Болт М8х20
14	2	Боковая направляющая	57	2	Пружинная шайба
15	1	Экран/дисплей	58	2	Болт М8х10
16	1	Кожух двигателя	59	1	Крепление кабелей
17	8	Крепление боковых направляющих	60	1	Переключатель
18	8	Болт М6х45	61	1	Предохранитель
19	1	Плата клавиатуры	62	3	Болт М8х55
20	8	Резиновая подушка	63	4	Болт М4.2х13
21L/R	2	Вертикальная стойка Л/П	64	6	Болт М5х14
22	2	Болт М4х10	65	1	Гаечный ключ
23	1	Задний ролик	66	1	Шнур питания
24	1	Передний ролик	67	1	Силиконовая смазка
25	1	Плата управления			
26	1	Двигатель механизма наклона			
27	1	Двигатель			
28	1	Основание двигателя			
29	1	Главная рама			
30	1	Ремень двигателя			
31	2	Кожух колеса			
32	4	Колесо			
33	2	Болт М8х60			
34	1	Рама механизма наклона			
35	16	Плоская шайба М8			
36	5	Гайка М8			
37	4	Регулирующаяся ножка			
38	1	Пневматическая пружина			
39L/R	2	Колпачок Л/П			
40	2	Болт М8х35			
41	1	Болт М8Х30			
42	1	Болт М8х50			
43	2	Болт М10х14			

Примечание:

В упаковке крепежа находятся также инструменты, необходимые для сборки данной беговой дорожки.

ВНИМАНИЕ: Не подключайте тренажер к сети до окончания сборки.

1

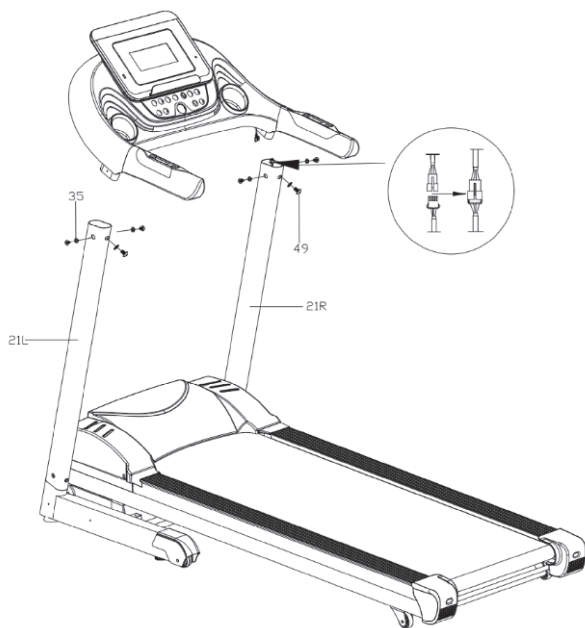


ШАГ 1 Сборка стоек

1. Подключите кабель, находящийся в правой вертикальной стойке (**21R**), к кабелю главной рамы.

2. Установите вертикальную стойку (**21R и 21L**) в правую часть главной рамы с помощью болтов М8*15 (**49**) и плоских шайб М8 (**35**).

2

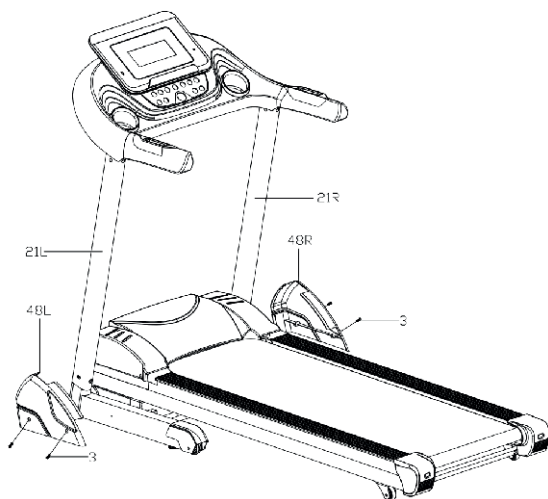


ШАГ 2 Сборка и установка консоли на тренажер

1. Подключите кабель консоли к кабелю правой вертикальной стойки (**21R**).

2. Установите консоль на место, сопоставив предварительно просверленные отверстия на вертикальных стойках (**21L и 21R**). Используйте поставляемые в комплекте болты М8*15 (**49**) и плоские шайбы М8 (**35**), чтобы закрепить консоль на вертикальных стойках.

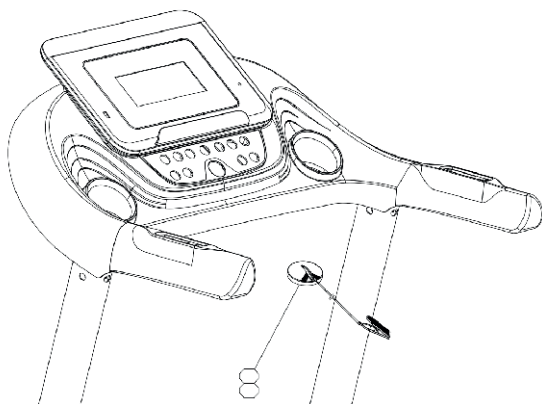
3



ШАГ 3 Установка боковых кожухов вертикальных стоек

Используйте поставляемые в комплекте винты М4.2*16 (3) для установки бокового кожуха (48R и 48L) с обеих сторон вертикальных стоек (21R и 21L).

4



ШАГ 4: Вставьте ключ безопасности (8) в гнездо для ключа безопасности

Независимо от того, как активно вы занимаетесь спортом, необходимо выполнять небольшую растяжку. Разогретые мышцы легко тянутся, поэтому разогревайтесь в течение 5-10 минут. Мы предлагаем следующие упражнения на растяжку. Повторяйте каждое пять раз по 10 счетов или дольше. Выполняйте этот же комплекс после тренировки.

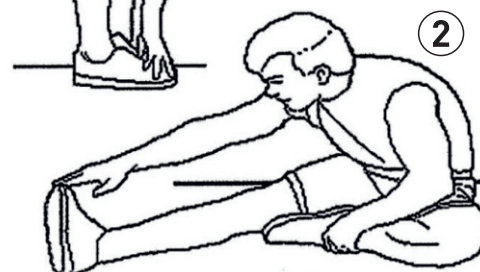
1. НАКЛОН К ПАЛЬЦАМ НОГ

Медленно наклонитесь вперед, сгибаясь в пояснице, расслабляя спину и плечи, в то время как вы наклоняетесь к пальцам ног. Достаньте так низко, как сможете и задержитесь в данном положении на 15 счетов. Повторите 3 раза. **(Рис. 1)**



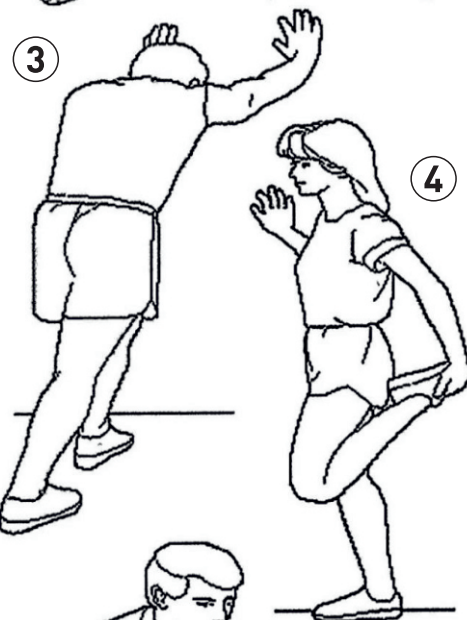
2. РАСТЯЖКА МЫШЦ ЗАДНЕЙ ПОВЕРХНОСТИ БЕДРА

Сядьте, вытянув правую ногу перед собой. Прижмите подошву левой ноги к внутренней поверхности правого бедра. Потянитесь к своему носку, насколько это возможно. Задержитесь в данной позиции на 15 счетов. Повторите 3 раза. Расслабьтесь, а затем повторите упражнение для левой ноги. **(Рис. 2)**



3. РАСТЯЖКА ИКР И АХИЛЛОВЫХ СУХОЖИЛИЙ

Прислонитесь к стене левой ногой, поставив ее перед правой, и вытянув руки вперед. Держите правую ногу прямо, а левую ногу поставьте на пол; затем согните левую ногу и наклонитесь вперед, направляя бедра к стене. Удерживайте данное положение, а затем повторите его для другой ноги на 15 отсчетов. Повторите упражнение 2 раза для каждой ноги. **(Рис. 3)**



4. РАСТЯЖКА ПЕРЕДНЕЙ ПОВЕРХНОСТИ БЕДРА

Удерживайте равновесие, опершись рукой о стену, затем наклонитесь назад и подтяните правую или левую ногу как можно ближе к ягодице. Почувствуйте комфортное напряжение в верхней части бедра. Удерживайте это положение в течение 10-15 секунд, если это возможно, и повторите упражнение 2 раза для каждой ноги. **(Рис. 4)**

5. РАСТЯЖКА ВНУТРЕННИХ МЫШЦ БЕДРА

Сядьте, соединив подошвы ног, и развернув колени наружу. Подтяните стопы как можно ближе к паху. Осторожно надавите на колени по направлению к полу. Задержитесь в данной позиции на 15 счетов. Повторите упражнение 3 раза. **(Рис. 5).**



Тренировка на беговой дорожке — идеальная двигательная тренировка для укрепления важных групп мышц и сердечно-сосудистой системы.

Общие рекомендации

- Никогда не тренируйтесь сразу после еды.
- При возможности ориентируйтесь на ЧСС.
- Проводите разминку перед началом тренировки.
- По окончании тренировки сбавьте скорость. Никогда не заканчивайте тренировку резко.

Частота тренировок

Чтобы улучшить физическую форму и общее состояние в долгосрочной перспективе, рекомендуется тренироваться не менее трех раз в неделю. Это средняя частота тренировок для взрослого человека с целью достижения долгосрочного успеха или быстрого сжигания жира. По мере повышения уровня вашей физической подготовки вы также сможете тренироваться ежедневно. Особенно важно тренироваться регулярно.

Интенсивность тренировок

Тщательно структурируйте свои тренировки. Интенсивность тренировок следует увеличивать постепенно, чтобы не избежать утомления мускулатуры или опорно-двигательного аппарата.

Кардиотренировки

Рекомендуется выбрать диапазон аэробной тренировки в рамках диапазона вашей целевой ЧСС. Повышение производительности в диапазоне выносливости в основном достигается длительными тренировками в аэробном диапазоне. Найдите эту зону на диаграмме целевой ЧСС или ориентируйтесь на кардиопрограммы. Вы должны проводить 80% времени тренировки в данном аэробном диапазоне (до 75% вашей максимальной ЧСС).

В оставшиеся 20% времени вы можете включать пики нагрузки, чтобы повысить свой аэробный порог. После достижения успехов в тренировках вы сможете добиться более высокой производительности при той же ЧСС; это приведет к улучшению вашей физической формы. Если у вас уже есть некоторый опыт тренировок с контролем ЧСС, вы можете сопоставить желаемый диапазон ЧСС со своим специальным планом тренировок или уровнем физической подготовки.

ПРИМЕЧАНИЕ:

Поскольку есть люди с «высоким» и «низким» пульсом, индивидуальные оптимальные зоны ЧСС (аэробная зона, анаэробная зона) могут отличаться от обычных (диаграмма целевой ЧСС). В этих случаях тренировки должны строиться в соответствии с индивидуальным опытом. Если с этим явлением столкнулся новичок, важно, чтобы перед началом тренировок была проведена консультация врача с целью проверки состояния здоровья.

Контроль тренировки

Как с медицинской точки зрения, так и с точки зрения физиологии тренировки с контролем ЧСС наиболее целесообразны и ориентированы на индивидуальную максимальную ЧСС. Это правило касается как новичков, амбициозных спортсменов-любителей, так и профессионалов.

В зависимости от цели тренировки и уровне показателей, тренировка проводится при определенной интенсивности индивидуальной максимальной ЧСС (выражается в процентных пунктах).

Для эффективного формирования кардиотренировки в соответствии со спортивно-медицинскими аспектами мы рекомендуем ориентироваться на 70% - 85% от максимальной ЧСС. См. следующую диаграмму целевой ЧСС.

Измеряйте свой пульс в следующие моменты времени:

1. Перед тренировкой = пульс в состоянии покоя
2. Через 10 минут после начала тренировки = тренировочный/рабочий пульс
3. Спустя минуту после тренировки = пульс восстановления

В ходе первых недель тренировок рекомендуется проводить тренировки на нижней границе диапазона целевой ЧСС (порядка 70 %) или ниже.

В ходе следующих 2 - 4 месяцев постепенно повышайте интенсивность тренировок, пока не достигнете верхней границы диапазона целевой ЧСС (порядка 85 %), но не стоит перенапрягаться.

Если вы находитесь в хорошей спортивной форме, распределите более легкие блоки в более низком аэробном диапазоне в программе тренировок, чтобы иметь достаточно времени на восстановление. «Хорошая» тренировка – это всегда разумная тренировка, которая включает необходимое время на восстановление. В противном случае возникает перетренированность, и ваша физическая форма ухудшается.

После каждого интенсивного блока тренировки в верхнем диапазоне целевой ЧСС всегда должен следовать восстанавливающий блок тренировки в нижнем диапазоне пульса (до 75 % от максимальной ЧСС).

Когда состояние улучшилось, необходимо повышать интенсивность тренировки, чтобы ЧСС достигла «тренировочной зоны»; это означает, что организм способен на более высокую производительность.

Расчет тренировочного / рабочего пульса

220 ударов в минуту минус возраст = персональная максимальная ЧСС (100 %).

Тренировочный пульс

Нижняя граница: $(220 - \text{возраст}) \times 0.70$

Верхняя граница: $(220 - \text{возраст}) \times 0.85$

Продолжительность тренировки

Каждая тренировка в идеале должна состоять из фазы разминки, фазы тренировки и фазы заминки, чтобы предотвратить травмы.

Разминка: 5-10 минут медленного бега.

Тренировка: 15-40 минут интенсивной или не слишком утомительной тренировки с указанной выше интенсивностью.

Заминка: 5-10 минут медленного бега.

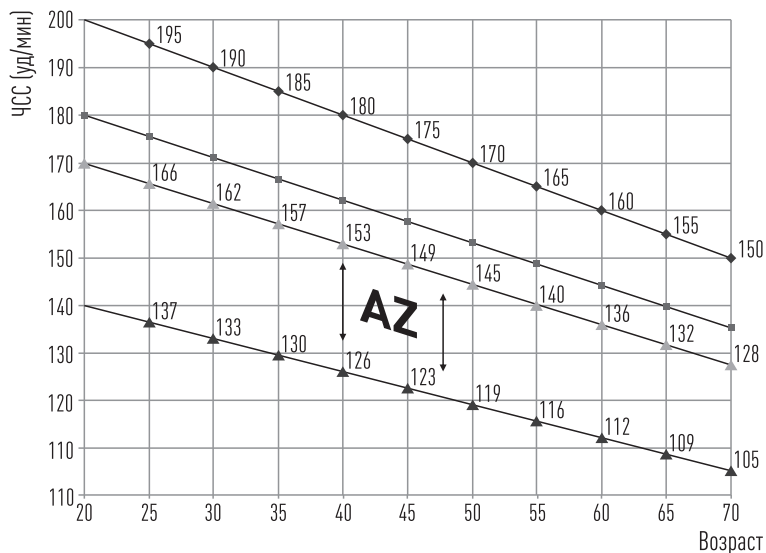
ВНИМАНИЕ!

Немедленно прекратите тренировку, если почувствуете себя плохо или появятся какие-либо признаки перенапряжения.

Изменения метаболической активности во время тренировки:

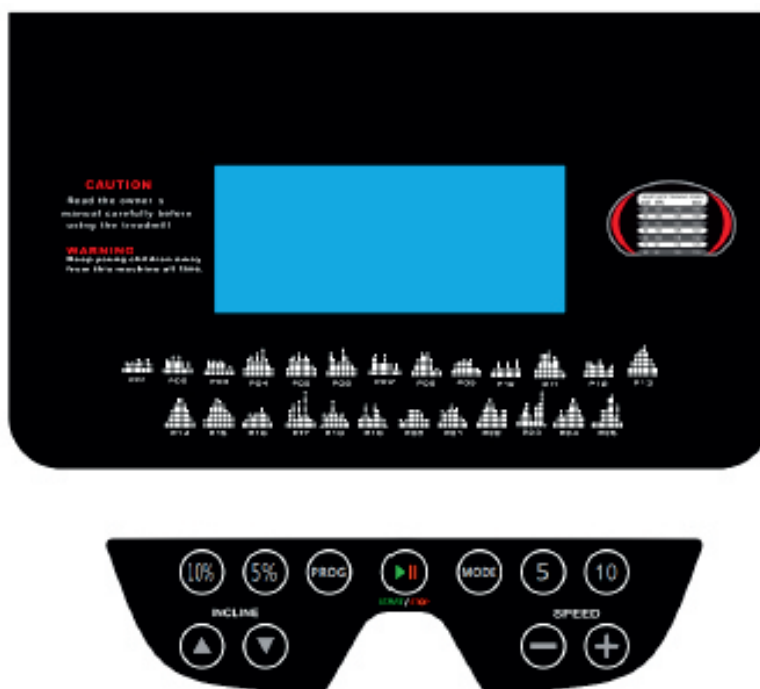
- В первые 10 минут тренировки на выносливость наш организм потребляет сахар, хранящийся в гликогене мышц.
- Примерно через 10 минут дополнительно сжигается жир.
- Через 30-40 минут активизируется жировой обмен, после чего жировая ткань в организме становится основным источником энергии.

**ДИАГРАММА ЦЕЛЕВОЙ ЧСС
(ЧСС/Возраст)**



- ◆ Максимальная ЧСС = 200 - возраст
- Максимальная ЧСС * 90%
- ▲ Максимальная ЧСС * 86% рекомендуемая верхняя граница
- ↑Az↓ АЭРОБНАЯ ЗОНА
- ▲ Максимальная ЧСС * 70% рекомендуемая нижняя граница

ВНЕШНИЙ ВИД ДИСПЛЕЯ



ОКНО	ОПИСАНИЕ ФУНКЦИЙ
SPEED / Скорость	Отображает текущую скорость. Диапазон скорости: 0.8 — 18км/ч. При использовании предварительно установленных программ в окне отображается "P01-P02-...-P24-U01-U02-U03-HP1-HP3"-FAT.
TIME / Время	Отображает время тренировки. Диапазон отображения времени: 0:00-99:59.
DISTANCE / Расстояние	Отображает расстояние пробежки. Прямой отсчет: 0.00-99.9.
CAL/PULSE Калории / Пульс	Отображает количество сожженных калорий. Диапазон отображения: 0-999.
INCLINE / Наклон	Отображает текущий уровень наклона. Диапазон отображения: уровни 0-18.

ФУНКЦИИ КЛАВИШ

START (Пуск): запускает тренажер. "STOP" (Стоп): останавливает тренажер.

SPEED"+ (Скорость+): нажатие клавиши «SPEED+» (Скорость+) во время бега каждый раз будет добавлять 0.1 км/ч. Зажмите данную клавишу для непрерывного увеличения скорости.

SPEED"- (Скорость-): нажатие клавиши «SPEED-» (Скорость-) во время бега каждый раз будет отнимать 0.1 км/ч. Зажмите данную клавишу для непрерывного уменьшения скорости.

INC+ (Наклон+): увеличивает уровень наклона во время бега. Зажмите данную клавишу для непрерывного увеличения уровня наклона.

INC- (Наклон-): уменьшает уровень наклона во время бега. Зажмите данную клавишу для непрерывного уменьшения уровня наклона.

MODE (Режим): нажмите клавишу MODE (Режим) в режиме ожидания для выбора режима обратного отсчета времени, расстояния или калорий в соответствующем порядке.

MP3-выход: подключите MP3 для воспроизведения музыки.

Клавиши быстрого изменения скорости:

FAST (10KM) (Быстро (10км))

SLOW (5KM) (Медленно (5км))

Клавиши быстрого изменения уровня наклона:

HIGH (10%) (Высоко (10%))

LOW (5%) (Низко (5%))

PROG (Программа): используйте данную клавишу для выбора программ:

P01-P25 – предварительно установленные программы

U01-U02-U03 – пользовательские программы

HP1-HP2-HP3 – кардиопрограммы

FAT: анализ уровня жировой ткани

БЫСТРЫЙ ЗАПУСК (ручной режим):

1. Нажмите на переключатель. Ключ безопасности должен быть правильно установлен в соответствующее гнездо.

2. Нажмите клавишу "START" (Пуск). Система запустит трехсекундный обратный отсчет, прозвучит звуковой сигнал, в окне времени отобразится обратный отсчет, спустя 3 секунды тренажер запустится со скоростью 1 км/ч.

3. После запуска используйте клавиши "SPEED +" (Скорость+), "SPEED -" (Скорость-) для регулировки скорости беговой дорожки; используйте клавиши "INC +" (Наклон+), "INC-" (Наклон-) для регулировки наклона беговой дорожки.

ВО ВРЕМЯ РАБОТЫ:

1. Клавиш **“SPEED –” (Скорость-)** уменьшит скорость работы тренажера.
2. Клавиша **“SPEED +” (Скорость+)** увеличит скорость работы тренажера.
3. Нажмите клавишу **“STOP” (Стоп)** – тренажер остановится.
4. Нажмите клавиши регулировки наклона для регулировки уровня наклона беговой дорожки.
5. Возьмитесь за рукоятки поручня, через 5 секунд на экране отобразится показатель ЧСС.

ПРЕДВАРИТЕЛЬНО УСТАНОВЛЕННЫЕ ПРОГРАММЫ

#	Сегмент	Предварительно установленная программа											
		P01	P02	P03	P04	P05	P06	P07	P08	P09	P10	P11	P12
1	Скорость	1	2	2	2	3	3	3	3	2	3	4	4
	Наклон	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
2	Скорость	3	3	3	2	4	4	4	5	4	5	5	6
	Наклон	2	3	2	3	2	8	1	3	6	7	6	8
3	Скорость	3	3	5	3	5	5	9	8	5	6	7	10
	Наклон	6	9	3	6	4	8	4	8	6	7	6	8
4	Скорость	7	6	5	5	6	5	4	3	5	6	9	10
	Наклон	6	9	4	6	4	8	4	8	3	7	6	6
5	Скорость	7	5	7	5	7	6	10	5	6	6	10	7
	Наклон	8	9	5	6	8	8	4	8	7	5	3	9
6	Скорость	5	5	7	5	8	6	4	7	5	9	11	10
	Наклон	8	2	5	9	8	8	6	3	7	5	3	9
7	Скорость	5	8	8	8	9	7	10	9	6	10	9	10
	Наклон	6	2	7	9	6	7	6	7	3	5	3	5
8	Скорость	5	5	5	8	10	7	4	3	3	6	6	10
	Наклон	6	8	7	9	6	7	6	9	8	8	7	5
9	Скорость	7	5	5	8	10	7	9	5	3	6	8	7
	Наклон	4	8	4	9	6	7	8	3	8	8	7	8
10	Скорость	7	6	5	8	10	9	4	7	2	9	9	7
	Наклон	4	4	4	9	6	7	8	3	3	8	4	8
11	Скорость	5	8	3	5	9	9	8	10	6	10	10	10
	Наклон	4	1	4	9	8	7	8	6	9	8	4	8
12	Скорость	5	8	3	5	8	10	4	3	5	6	10	10
	Наклон	6	1	4	6	7	5	10	6	9	8	4	4
13	Скорость	5	8	8	5	7	10	11	5	6	6	11	10
	Наклон	6	4	6	6	6	5	10	3	3	8	4	4
14	Скорость	5	5	8	3	5	11	5	7	3	6	9	10
	Наклон	2	4	3	6	5	3	10	3	3	4	6	4
15	Скорость	3	4	4	2	4	5	3	11	3	11	6	6
	Наклон	2	4	2	2	1	3	6	5	7	4	6	4
16	Скорость	2	3	3	2	3	3	2	5	2	3	5	5
	Наклон	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

ПРЕДВАРИТЕЛЬНО УСТАНОВЛЕННЫЕ ПРОГРАММЫ

#	Сегмент	Предварительно установленная программа											
		P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	P23	P24
1	Скорость	1	2	2	2	2	2	3	3	3	3	4	4
	Наклон	0	5	3	1	3	5	3	1	0	0	2	3
2	Скорость	2	6	6	5	5	3	7	5	7	5	5	6
	Наклон	8	6	4	5	5	7	5	3	6	7	6	8
3	Скорость	3	5	5	7	6	5	6	8	9	6	7	10
	Наклон	8	5	5	6	6	5	6	8	6	7	6	8
4	Скорость	4	4	4	5	7	6	5	3	4	6	9	10
	Наклон	6	8	6	8	8	8	8	8	3	7	6	6
5	Скорость	5	8	8	8	8	8	9	5	7	6	10	7
	Наклон	9	4	3	12	6	6	5	3	7	5	3	9
6	Скорость	6	6	7	6	9	6	7	7	10	10	11	10
	Наклон	9	5	5	9	5	5	6	0	7	5	3	9
7	Скорость	7	5	5	5	10	9	6	9	4	6	9	12
	Наклон	5	5	5	10	8	9	5	7	3	5	3	5
8	Скорость	8	2	3	2	5	6	3	3	7	11	6	10
	Наклон	5	10	6	9	7	10	12	7	8	8	7	5
9	Скорость	9	3	3	4	3	5	5	5	11	3	8	7
	Наклон	8	6	4	5	5	6	8	3	8	8	7	8
10	Скорость	10	3	2	2	4	2	2	7	5	9	9	7
	Наклон	8	3	3	3	3	2	3	3	3	9	4	8
11	Скорость	12	8	8	8	8	8	9	10	7	10	10	10
	Наклон	8	4	3	12	6	6	5	6	9	8	4	8
12	Скорость	10	6	7	6	9	6	7	3	12	6	10	11
	Наклон	4	5	5	9	5	5	6	6	12	12	7	4
13	Скорость	8	5	5	5	10	9	6	5	4	6	11	10
	Наклон	4	5	5	10	8	9	5	3	3	8	4	10
14	Скорость	6	2	3	2	5	6	3	7	7	6	9	10
	Наклон	4	10	6	9	7	10	12	3	3	4	6	4
15	Скорость	4	3	3	4	3	5	5	11	12	11	6	6
	Наклон	4	6	4	5	5	6	8	5	7	4	6	4
16	Скорость	2	3	2	2	4	2	2	5	6	3	5	5
	Наклон	0	3	3	3	3	2	3	0	0	0	0	0

КАРДИОПРОГРАММЫ

Данная функция доступна на тренажерах с возможностью отслеживания пульса

1. Когда тренажер остановлен, используйте клавишу **“PROG” (Программа)** для выбора “HR1 или HR2 или HR3”. А затем нажмите клавишу **“START” (Пуск)** для запуска.

Программа “HR1”: максимальная скорость – 8.0км/ч, возраст 30/ЧСС по умолчанию 150.

Программа “HR2”: максимальная скорость – 9.0км/ч, возраст 30/ЧСС по умолчанию 160.

Программа “HR3”: максимальная скорость – 10.0км/ч, возраст 30/ЧСС по умолчанию 170.

2. При использовании клавиши Режим для вводе возраста в окне скорости отобразится 30. Пользователь может использовать клавиши изменения уровня наклона для изменения возраста по желанию, диапазон настройки – 15-80. (Ориентируйтесь на показатели ЧСС, приведенные в таблице ниже.)

3. После установки возраста нажмите клавишу Режим. Система порекомендует целевой показатель ЧСС и отобразит его в окне. Данные сведения предназначены только для справки. Пользователь может установить целевую ЧСС в соответствии со своей физической формой: увеличить или уменьшить показатель ЧСС. Диапазон установки – 86-179.

4. После установки возраста и ЧСС нажмите клавишу Режим для установки времени. В окне времени отобразится 10:00 по умолчанию. Пользователь может использовать клавиши изменения уровня наклона или скорости для установки времени тренировки. Диапазон установки времени – 5-99 минут.

5. Нажмите клавишу Режим для входа в режим ожидания или нажмите клавишу Пуск для начала тренировки.

6. При использовании кардиопрограммы пользователь может использовать клавиши изменения уровня наклона или скорости, но система будет продолжать настраивать скорость и уровень наклона для достижения целевой ЧСС.

7. Запустите кардиопрограмму. Первая минута – время разминки. Система не будет регулировать скорость и уровень наклона. Спустя 1 минуту система будет постепенно увеличивать скорость на 0.5км/ч для достижения установленной целевой ЧСС. Если при достижении максимальной скорости целевая ЧСС не достигнута, система начнет изменять уровень наклона для увеличения нагрузки. Если уровень ЧСС выше целевого, система будет уменьшать наклон на 1 уровень каждые 10 секунд, пока не дойдет до 0. Если ваша ЧСС все еще будет выше установленного целевого показателя, система начнет уменьшать скорость на 0.5км/ч каждые 10 секунд.

ПРИМЕЧАНИЕ: Для выполнения кардиопрограммы необходимо использовать нагрудный кардиоремешок.

При завершении предыдущего сегмента беговая дорожка автоматически переходит к следующему. Когда программа переходит к следующему сегменту, система издает три звуковых сигнала; скорость и наклон изменятся в соответствии с предварительно заданными параметрами.

После прохождения всех сегментов программа закончится, наклон вернется в положение 0, а беговая дорожка постепенно остановится.

Вы можете нажать кнопки **SPEED+ (Скорость+)** и **SPEED- (Скорость-)** для регулировки скорости или кнопки **INCLINE+ (Наклон+)** и **INCLINE- (Наклон-)** для регулировки наклона во время тренировки. Показатели скорости и наклона будут регулироваться автоматически, в соответствии с заданными параметрами сегмента программы.

Вы так же можете нажать кнопку **STOP (Стоп)** или достать ключ безопасности для прекращения работы тренажера во время тренировки.

По завершении программы система издаст три звуковых сигнала, беговое полотно замедлится и плавно остановится, а на дисплее отобразится "End" (Конец). Беговая дорожка войдет в режим ожидания спустя 5 секунд после полной остановки.

Нр1				Нр2				Нр3			
Возраст	Целевой диапазон (Н-В)			Возраст	Целевой диапазон (Н-В)			Возраст	Целевой диапазон (Н-В)		
	Низкий	Средний	Высокий		Низкий	Средний	Высокий		Низкий	Средний	Высокий
15	160	165	170	15	170	175	180	15	170	175	180
16	159	164	169	16	169	174	179	16	170	175	180
17	158	163	168	17	168	173	178	17	170	175	180
18	157	162	167	18	167	172	177	18	169	174	179
19	156	161	166	19	166	171	176	19	169	174	179
20	155	160	165	20	165	170	175	20	168	173	178
21	154	159	164	21	164	169	174	21	168	173	178
22	153	158	163	22	163	168	173	22	168	173	178
23	152	157	162	23	162	167	172	23	167	172	177
24	151	156	161	24	161	166	171	24	167	172	177
25	150	155	160	25	160	165	170	25	166	171	176
26	149	154	159	26	159	164	169	26	166	171	176
27	148	153	158	27	158	163	168	27	166	171	176
28	147	152	157	28	157	162	167	28	165	170	175
29	146	151	156	29	156	161	166	29	165	170	175
30	145	150	155	30	155	160	165	30	165	170	174
31	144	149	154	31	154	159	164	31	164	169	174
32	143	148	153	32	153	158	163	32	164	169	173
33	142	147	152	33	152	157	162	33	163	168	173
34	141	146	151	34	151	156	161	34	163	168	173

Нр1				Нр2				Нр3			
Возраст	Целевой диапазон (Н-В)			Возраст	Целевой диапазон (Н-В)			Возраст	Целевой диапазон (Н-В)		
	Низкий	Средний	Высокий		Низкий	Средний	Высокий		Низкий	Средний	Высокий
35	140	145	150	35	150	155	160	35	163	168	173
36	139	144	149	36	149	154	159	36	162	167	172
37	138	143	148	37	148	153	158	37	162	166	171
38	137	142	147	38	147	152	157	38	161	165	170
39	136	141	146	39	146	151	156	39	160	164	169
40	135	140	145	40	145	150	155	40	160	163	168
41	134	139	144	41	144	149	154	41	159	162	167
42	133	138	143	42	143	148	153	42	159	162	166
43	132	137	142	43	142	147	152	43	158	161	165
44	131	136	141	44	141	146	151	44	158	160	164
45	130	135	140	45	140	145	150	45	158	160	163
46	129	134	139	46	139	144	149	46	157	159	162
47	128	133	138	47	138	143	148	47	156	159	162
48	127	132	137	48	137	142	147	48	155	158	161
49	126	131	136	49	136	141	146	49	154	158	160
50	125	130	135	50	135	140	145	50	153	158	160
51	124	129	134	51	134	139	144	51	152	157	159
52	123	128	133	52	133	138	143	52	151	156	159
53	122	127	132	53	132	137	142	53	150	155	158
54	121	126	131	54	131	136	141	54	149	154	158
55	120	125	130	55	130	135	140	55	148	153	158
56	119	124	129	56	129	134	139	56	147	152	157
57	118	123	128	57	128	133	138	57	146	151	156
58	117	122	127	58	127	132	137	58	145	150	155
59	116	121	126	59	126	131	136	59	144	149	154
60	115	120	125	60	125	130	135	60	143	148	153
61	114	119	124	61	124	129	134	61	142	147	152
62	113	118	123	62	123	128	133	62	141	146	151
63	112	117	122	63	122	127	132	63	140	145	150
64	111	116	121	64	121	126	131	64	139	144	149
65	110	115	120	65	120	125	130	65	138	143	148
66	109	114	119	66	119	124	129	66	137	142	147
67	108	113	118	67	118	123	128	67	136	141	146
68	107	112	117	68	117	122	127	68	135	140	145
69	106	111	116	69	116	121	126	69	134	139	144
70	105	110	115	70	115	120	125	70	133	138	143
71	104	109	114	71	114	119	124	71	132	137	142
72	103	108	113	72	113	118	123	72	131	136	141
73	102	107	112	73	112	117	122	73	130	135	140

Нр1			Нр2				Нр3				
Возраст	Целевой диапазон (Н-В)			Возраст	Целевой диапазон (Н-В)			Возраст	Целевой диапазон (Н-В)		
	Низкий	Средний	Высокий		Низкий	Средний	Высокий		Низкий	Средний	Высокий
74	101	106	111	74	111	116	121	74	129	134	139
75	100	105	110	75	110	115	120	75	128	133	138
76	99	104	109	76	109	114	119	76	127	132	137
77	98	103	108	77	108	113	118	77	126	131	136
78	97	102	107	78	107	112	117	78	125	130	135
79	96	101	106	79	106	111	116	79	124	129	134
80	95	100	105	80	105	110	115	80	123	128	133

АНАЛИЗ УРОВНЯ ЖИРОВОЙ ТКАНИ

1. Когда тренажер остановлен, нажмите клавишу **“PROG” (Программа)**, чтобы выбрать **“FAT”** (анализ уровня жировой ткани).
2. Установите все параметры: F-1 Пол, F-2 Возраст, F-3 Рост, F-4 Вес, F-5 уровень жировой. Используйте клавиши изменения скорости для установки параметров от F-1 до F-4. Держитесь за рукоятки с датчиками определения пульса 5-10 секунд, на экране отобразится F-5 – уровень жировой ткани.
3. При установке параметров для определения уровня жировой ткани на экране сначала отобразится F-1. Число 01 – МУЖЧИНА, число 02 – ЖЕНЩИНА. Используйте клавишу скорости для выбора.
4. Нажмите клавишу режим для ввода параметра F-2. Используйте клавишу скорости для установки возраста в диапазоне 10-99.
5. Нажмите клавишу режим для ввода параметра F-3. Используйте клавишу скорости для установки роста.
6. Нажмите клавишу режим для ввода параметра F-4. Используйте клавишу скорости для установки веса.
7. Нажмите клавишу режим для отображения F-5. В окне настроек отобразится ---, затем используйте рукоятки с датчиками пульса, через 8 секунд отобразится уровень жировой ткани.

ФУНКЦИИ КЛЮЧА БЕЗОПАСНОСТИ

Если вытащить ключ безопасности в любой ситуации, беговая дорожка немедленно остановится с целью защиты пользователя.

РЕЖИМ ЭКОНОМИИ ЭНЕРГИИ

Если вы не используете тренажер в течение 10 минут, тренажер войдет в режим экономии энергии. Вы можете нажать любую клавишу для перезапуска тренажера.

ФУНКЦИИ BLUETOOTH

Вы можете подключить смартфон через Bluetooth к динамику беговой дорожки для проигрывания музыки. Вы можете регулировать громкость воспроизведения с помощью смартфона.

Надлежащее техническое обслуживание очень важно для обеспечения безотказного функционирования Вашей беговой дорожки в условиях максимальной интенсивности её использования. Неправильное обслуживание может привести к повреждениям или сократить срок службы вашей беговой дорожки, при этом гарантийные обязательства утрачивают силу.

Для очистки беговой дорожки ни в коем случае не используйте абразивные материалы или растворители. Не подвергайте тренажер воздействию прямых солнечных лучей.

Оборудование подлежит регулярному осмотру на предмет выявления повреждений или необходимости ремонта. Ответственность за контроль выполнения регулярного технического обслуживания лежит на владельце тренажера. Изношенные или поврежденные детали подлежат немедленному ремонту или замене (включая беговое полотно и деку, для которых свойственен естественный износ).

1. Действия, выполняемые при первом включении после покупки:

- Проверка смазки беговой деки
- Контроль центровки бегового полотна
- Контроль проскальзывания бегового полотна

2. Действия, выполняемые ежедневно:

- Контроль центровки бегового полотна
- Контроль проскальзывания бегового полотна

3. Действия выполняемые каждые 10 дней или 10 часов эксплуатации:

- Проверка смазки беговой деки
- Технический осмотр с целью выявления незатянутых, сломанных, поврежденных или изношенных деталей. Не используйте тренажер при обнаружении подобных дефектов. Протирайте пластиковые и другие поверхности беговой дорожки чистой, мягкой тканью, смоченной в воде, чтобы удалить попавшие на них капли пота во время тренировки.

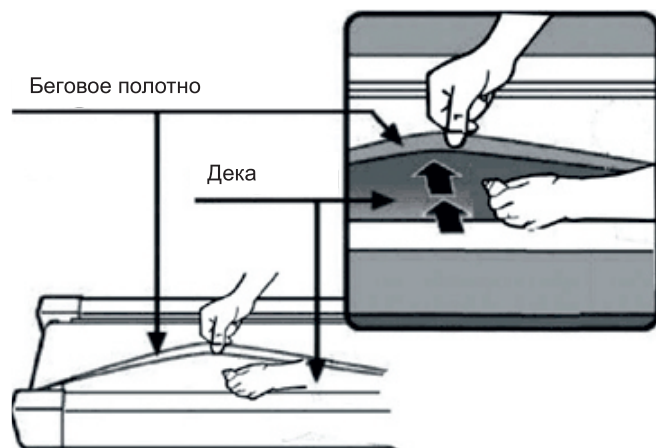
4. Действия, выполняемые раз в 6 месяцев эксплуатации:

- Очистка от пыли: Снимите крышку, закрывающую моторный отсек и проведите очистку от пыли при необходимости с помощью пылесоса и слегка влажной тканевой тряпки (избегая контакта с электрическими деталями). Чтобы предотвратить поражение электрическим током, прежде чем приступить к любому виду очистки или технического обслуживания беговой дорожки, убедитесь, что напряжение электропитания беговой дорожки выключено, а шнур питания отключен от сетевой розетки.

НАНЕСЕНИЕ СМАЗКИ НА БЕГОВУЮ ДЕКУ

Обязательно отключите беговую дорожку от электрической сети!

Перед смазкой необходимо произвести очистку деки от продуктов износа. Используйте чистую, тряпку, старую футболку или мягкое полотенце. На половине между концом беговой дорожки и кожухом двигателя, просуньте тряпку под полотно, чтобы протереть его с обеих сторон. Протрите его по всей длине 1-2 раза. Достаньте тряпку.



1. Расположите беговое полотно так, чтобы шов был расположен сверху и в центре центральной части беговой платформы.
2. Вставьте распылительную насадку в распылительную головку смазочного баллончика.
3. Поднимая боковую сторону движущейся ленты, расположите распылительную насадку между беговым полотном и декой примерно на 10 см от передней части беговой дорожки. Нанесите силиконовый спрей на беговую деку, перемещаясь от передней части беговой дорожки к задней. Повторите это с другой стороны полотна. Распыляйте приблизительно 4 секунды с каждой стороны.

4. Расположите беговое полотно так, чтобы шов был расположен снизу и в центре центральной части беговой платформы. Двигать полотно можно руками по направлению к переднему или заднему валу. Проведите операции, прописанные в пункте 3.
5. Дайте смазке «распределиться» в течение одной минуты, прежде чем использовать беговую дорожку.

ОСТОРОЖНО: Не производите чрезмерную смазку беговой платформы. Излишнюю смазку следует удалить чистым полотенцем.

Если у Вас силиконовая смазка не аэрозольная, то необходимо выполнить следующие действия:

- 1) Ослабьте натяжение бегового полотна. Для этого поверните оба регулировочных винта против часовой стрелки на одинаковое количество оборотов (4 – 5).
- 2) Приподнимите беговое полотно и равномерно распределите силиконовую смазку по деке в том месте, где расположены ноги во время тренировки
- 3) При необходимости поправьте положение бегового полотна и верните регулировочные винты в прежнее положение.
- 4) Включите беговую дорожку и пройдите на маленькой скорости в течение нескольких минут для распределения смазки.

Тренировки на несмазанной дорожке приводят к преждевременному износу бегового полотна и деки; из-за увеличенного трения в отсутствии смазки возможно повреждение двигателя привода; проявление статического электричества и прочие негативные последствия.

ГАРАНТИЯ НЕ РАСПРОСТРАНЯЕТСЯ НА ПОВРЕЖДЕНИЯ, ВЫЗВАННЫЕ ЗАНЯТИЯМИ НА НЕСМАЗАННОЙ БЕГОВОЙ ДОРОЖКЕ.

ВАЖНО:

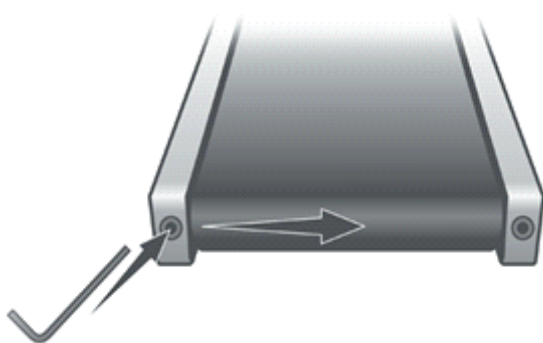
- Смазка, идущая в комплекте предназначена для единичной смазки. Для дальнейшего обслуживания беговой дорожки необходимо приобрести силиконовую смазку для беговых дорожек.
- Проверить и при необходимости выполнить центровку бегового полотна, проверить степень натяжения бегового полотна.

ЦЕНТРОВКА БЕГОВОГО ПОЛОТНА

Беговая дорожка сконструирована таким образом, что в процессе использования беговое полотно остается по центру деки.

Если наблюдается смещения полотна, возможные причины могут быть следующими:

- А.** Беговая дорожка установлена с уклоном;
- В.** Пользователь бежит не по центру бегового полотна;
- С.** Ноги пользователя отталкиваются с разной силой.



Для выполнения такой регулировки используется ключ для внутреннего шестигранника (идет в комплекте). Установите скорость полотна 12 км/час. Помните, процесс регулировки инерционен. Поэтому после каждого регулировочного действия необходимо выждать до 1 мин. что бы убедиться в том, что беговое полотно смещается в нужную сторону на необходимую величину.

Если полотно расположено слишком близко к левой стороне, поверните левый болт на $\frac{1}{4}$ оборота вправо (по часовой стрелке) и подождите пока полотно изменит свое положение. Продолжайте поворачивать болт на $\frac{1}{4}$ оборота до тех пор, пока полотно не займет среднее положение на деке. Если полотно смещено вправо, поверните левый болт против часовой стрелки. Продолжайте поворачивать болт на $\frac{1}{4}$ оборота до тех пор, пока полотно не займет среднее положение на деке. Полотно может потребовать периодической настройки в зависимости от интенсивности эксплуатации. Разные пользователи по-разному влияют на движение полотна. Центровку следует выполнять по мере необходимости. По мере использования полотна частота его балансировки уменьшается. Регулировка бегового полотна является обязанностью владельца.

ПОВЫШЕННЫЙ ШУМ ПРИ РАЗРАБОТКЕ СКЛЕЙКИ БЕГОВОГО ПОЛОТНА:

Беговое полотно имеет место соединения (так называемая «склейка»). В этом месте толщина полотна несколько больше и при прохождении места склейки через передний и задний вал может появляться звук похожий на стук, который особенно отчетливо слышен на скоростях более 5 км/ч. Это нормально и не является признаком неисправности. Со временем по мере «разработки» бегового полотна он станет гораздо тише или исчезнет совсем.

НАТЯЖЕНИЕ БЕГОВОГО ПОЛОТНА

Беговая дорожка поставляется с предварительно натянутым беговым полотном.

После использования в течение некоторого времени полотно может слегка растягиваться, в связи с чем во время использования могут наблюдаться проскальзывание и остановка полотна. Когда появятся эти явления необходимо выполнить регулировку натяжения бегового полотна.

Степень натяжения бегового полотна зависит от веса пользователя; характера тренировки (ходьба / бег) и выполняется пользователем самостоятельно в процессе эксплуатации.

Основной критерий правильности степени натяжения бегового полотна – отсутствие «проскальзывания» во время тренировки.

Проскальзывание – эффект, появляющийся при слабом (недостаточном) натяжении бегового полотна. Проявляется в виде кратковременного притормаживания бегового полотна при каждом шаге. (Беговое полотно натянуто между двумя валами – передним и задним. Передний вал является ведущим. Во время каждого шага беговое полотно прижимается к основанию. Если степень натяжения бегового полотна недостаточна, то передний вал начинает прокручиваться на месте. Это создает ощущение притормаживания - проскальзывания. При этом происходит интенсивный износ внутренней рабочей поверхности бегового полотна. В дальнейшем этот износ приводит к увеличению трения в паре беговое полотно – дека и перегреву двигателя.



В случае появления проскальзывания необходимо на выключенной беговой дорожке повернуть оба регулировочных винта по часовой стрелке на $\frac{1}{4}$ оборота. После этого необходимо провести проверку. Если проскальзывание осталось, то процедуру необходимо

повторять до устранения проскальзывания. Если в процессе регулировки суммарно угол поворота составил один оборот и проскальзывание не устраняется – необходимо прекратить регулировку и обратиться в сервисный центр

Чрезмерное натяжение бегового полотна также не допустимо, это может привести к повреждению как бегового полотна, так и приводной системы беговой дорожки, а именно валов, приводного ремня и двигателя. Убедитесь в том, что полотно натянуто достаточно плотно, но не чрезмерно, а именно Вы можете с помощью пальцев раскатать его.

ЭКСПЛУАТАЦИЯ БЕГОВОЙ ДОРОЖКИ С ПРОСКАЛЬЗЫВАНИЕМ НЕДОПУСТИМА!

ВНИМАНИЕ: ГАРАНТИЯ НЕ РАСПРОСТРАНЯЕТСЯ НА ПОВРЕЖДЕНИЯ, ВЫЗВАННЫЕ НЕВЕРНОЙ ЦЕНТРОВКОЙ / НАТЯЖЕНИЕМ БЕГОВОГО ПОЛОТНА.

ХРАНЕНИЕ

Храните беговую дорожку в чистом и сухом месте. Убедитесь, что выключатель питания выключен, а беговая дорожка выключена из сети.

ВАЖНОЕ ПРИМЕЧАНИЕ

- Данная беговая дорожка соответствует стандартным правилам безопасности и подходит только для домашнего использования. Любое другое использование запрещено и может быть опасным для пользователей. Продавец не несет ответственности за любые травмы, вызванные неправильным или запрещенным использованием беговой дорожки.
- Перед началом тренировки на беговой дорожке проконсультируйтесь с врачом. Ваш врач должен оценить, можете ли вы тренироваться на ней, а также помочь определить интенсивность тренировок. Неправильные тренировки могут нанести вред вашему здоровью.
- Внимательно прочтите приведенные в данном руководстве инструкции по эксплуатации и спортивные рекомендации. Если вы испытываете боль, тошноту, одышку или другие симптомы во время тренировки, немедленно остановитесь. Если боль не исчезнет, немедленно обратитесь к врачу.
- Данная беговая дорожка не подходит для использования в профессиональных или медицинских целях, а также в лечебных целях.
- Датчик определения пульса не является медицинским устройством. Он предоставляет только приблизительную информацию о средней частоте пульса. Любые показатели частоты пульса не являются медицинскими данными. Данные не всегда могут быть точными, в связи с не поддающимися контролю факторами организма человека и окружающей среды.

ЗАЩИТА ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ

По истечении срока службы устройства или при нецелесообразности ремонта, утилизируйте его в соответствии с местными законами, безопасным для окружающей среды способом на ближайшей свалке.

Правильная утилизация защитит окружающую среду и природные источники. Более того, вы можете помочь защитить здоровье людей. Если вы не уверены в правильности утилизации, обратитесь к местным властям во избежание нарушений закона.

Не выбрасывайте батареи вместе с бытовым мусором, а сдайте их в пункт переработки.

КОДЫ ОШИБОК

Код ошибки	Описание	Возможная причина	Решение
E01	Дисплей не получает сигнал	Подключение кабеля Ошибка дисплея Ошибка контроллера	Проверьте или замените кабель Замените дисплей Замените контроллер
E02	Проблема между контроллером и двигателем	Провода двигателя плохо подключены Нет исходящего напряжения или проблемы с исходящим напряжением платы контроллера Ошибка двигателя	Проверьте, надежно ли подключены провода двигателя Замените контроллер Замените двигатель
E03	Проблемы с регулировкой скорости	Фотоэлектрические датчики двигателя установлены неправильно Поломка фотоэлектрических датчиков Ошибка платы контроллера	Соберите датчики снова Замените датчик Замените контроллер
E04	Перенапряжение	Слишком высокое входящее напряжение Ошибка двигателя Ошибка платы контроллера	Отрегулируйте напряжение Замените двигатель Замените контроллер
E05	Перегрузка по току	Слишком высокая сила тока Проблемы со сборкой конструкции беговой дорожки и двигателя привели к сопротивлению или блокировке двигателя	Отрегулируйте силу тока Проверьте конструкцию тренажера
E06	Перенапряжение	Ошибка контроллера Слишком низкое входящее напряжение Ошибка платы контроллера	Замените контроллер Убедитесь, не поврежден ли шнур питания Замените контроллер

Код ошибки	Описание	Возможная причина	Решение
E07	Ключ безопасности плохо встает на место	Ключ безопасности выпадает из гнезда Ошибка системы безопасности	Правильно вставьте ключ безопасности Замените консоль

УСЛОВИЯ ГАРАНТИИ

Срок действия гарантии: на данную модель предоставляется 24-месячная гарантия (если иное не указано в Гарантийном талоне, договоре или других документах, связанных с товаром), исключительно при условии домашней эксплуатации и строгом соблюдении требований инструкции по эксплуатации.

Данная гарантия не распространяется на работы по сборке тренажера. Беговое полотно и дека являются расходными материалами. Срок гарантии на них составляет 6 месяцев.

Гарантия не распространяется на дефекты, возникшие в результате (если применимо):

- Вины пользователя, на пример: повреждения устройства, вызванного неквалифицированным ремонтом; неправильной сборкой; нарушением требований инструкции и рекомендаций по эксплуатации,
- Некачественной сборки (отсутствия смазки в узлах, требующих смазки при сборке; недостаточная затяжка крепежных элементов, приведшая к их раскручиванию в процессе эксплуатации; повреждения резьбы во время сборки и т.д.)
- Перепадов напряжения в сети электропитания приведших к повреждению электронных узлов.
- Механических повреждений, нанесенных изделию во время транспортировки, хранения и использования изделия покупателем.
- Естественного износа (например, например износа бегового полотна и деки износа резиновых и пластиковых деталей, подвижных механизмов, сочленений и т.п.)
- Событий непреодолимой силы, стихийных бедствий.
- Ненадлежащего технического обслуживания, неправильного размещения, повреждения, вызванного низкой или высокой температурой, водой, ударами, преднамеренного изменения конструкции и т.д.



Беговая дорожка CARDIOPOWER S30

Официальный дистрибьютор в России компания WellFitness
+7 (499) 6775632 / 8 (800) 7751217
www.wellfitness.ru
service@wellfitness.ru