OXYGEN FITNESS

M-CONCEPT SPORT (SOFT PINK)

БЕГОВАЯ ДОРОЖКА

РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

Сервис

Обзор

VK видео

OXYGEN FITNESS

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 тренажёра.
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 тренажёр специальные резиновые коврики, также это позволит избежать царапин, сколов и вмятин, если напольное покрытие в Вашем доме выполнено из деликатных материалов (паркетная доска, штучный паркет, натуральный линолеум, пробковое покрытие и т. п.).

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

Регулировка бегового полотна

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

Регулировка натяжения бегового полотна

Если во время занятия на беговой дорожке Вы чувствуете небольшое проскальзывание, то, вероятнее всего, беговое полотно нужно аккуратно подтянуть.
ВНИМАНИЕ: Во время регулировки бегового полотна оно не должно двигаться. Излишнее натяжение полотна приведет к его преждевременному износу, равно как и некоторых других компонентов дорожки. Никогда не натягиваете полотно слишком сильно!
Натяжение бегового полотна является обычной регулировочной операцией. Для устранения проскальзывания следует затянуть оба натяжных болта заднего ролика при помощи торцевого шестигранного ключа соответствующих размеров

- Используйте соответствующий шестигранный ключ для регулировки болтов

натяжения бегового полотна;

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

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

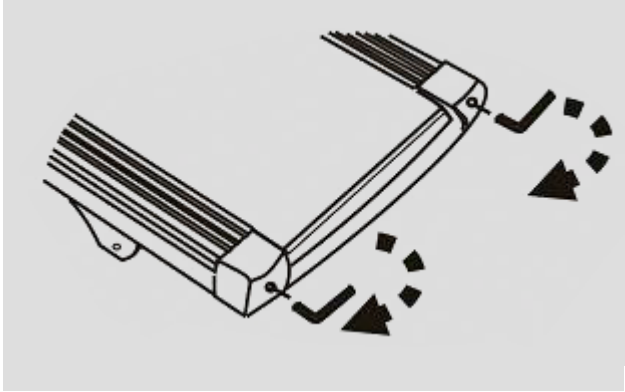
Центрирование бегового полотна

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

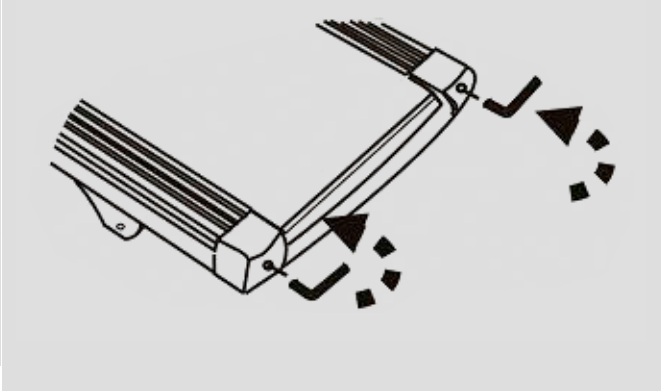
1. **ВНИМАНИЕ:** Для центрирования бегового полотна необходимо запустить беговое полотно со скоростью не более 0.5 мили в час. Соблюдайте технику безопасности, чтобы одежда или волосы не попали на задний вал. Обратите внимание, в какую сторону отклоняется беговое полотно;
2. Если беговое полотно смещено вправо: Запустите беговое полотно со скоростью 0.5 мили в час. При помощи входящего в комплект поставки торцевого гаечного ключа поверните правый задний болт на 1/4 оборота по часовой стрелке. Проверьте положение полотна. Беговое полотно должно пройти один полный оборот, после этого можно сделать вывод о том, насколько оно отцентрировано. При необходимости повторите процедуру;
3. Если беговое полотно смещено влево: Запустите беговое полотно со скоростью 0.5 мили в час. При помощи входящего в комплект поставки торцевого гаечного ключа поверните правый задний болт на 1/4 оборота против часовой стрелке. Проверьте положение полотна. Беговое полотно должно пройти один полный оборот, после этого можно сделать вывод о том, насколько оно отцентрировано. При необходимости повторите процедуру;
4. После того, как беговое полотно двигается по центру, увеличьте скорость до 6 км/ч, чтобы проверить его положение в движении. При необходимости повторите вышеописанные шаги.

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

Поворот **по часовой стрелке увеличит** натяжение бегового полотна



Поворот **против часовой стрелки уменьшит** натяжение бегового полотна



Выбор места для тренажера

Место, где установлен тренажер, должно быть хорошо освещенным и проветриваемым. Установите тренажер на твердой, ровной поверхности так, чтобы расстояние от стены или других предметов было достаточным.

Рекомендуемое пространство должно быть не менее 70 см по бокам, не менее 30 см перед оборудованием, не менее 110 см позади него.

В случае неисправности или поломки необходимо обеспечить доступ к оборудованию для сервисного инженера.

Свободное пространство сзади тренажера обеспечит Вам комфортный подход к тренажеру и спуск с него.

Если Вы ставите тренажер на ковер, необходимо подложить под него коврик из твердого пластика, чтобы предохранить ковер и оборудование от возможных повреждений. Также это позволит избежать царапин, сколов и вмятин, если напольное покрытие в Вашем доме выполнено из деликатных материалов (паркетная доска, штучный паркет, натуральный линолеум, пробковое покрытие и т. п.)

Не размещайте тренажер в помещениях с высокой влажностью, например, рядом с парной, сауной или закрытым бассейном. Водяные пары или хлор могут отрицательно повлиять на электронные и другие компоненты тренажера.

Рекомендации по уходу и техническому обслуживанию беговых дорожек

ПОРЯДОК ТЕХНИЧЕСКОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ

Организация регулярного технического обслуживания лежит на Пользователе беговой дорожкой. Техническое обслуживание беговой дорожки выполняется как самим пользователем, так и в случае необходимости можно обратиться к специалистам сервисной службы на платной основе.

Поддержание чистоты в месте использования беговой дорожки, чистка и смазка самой дорожки позволяет избежать проблем в эксплуатации и сводит к минимуму необходимость вызова специалистов по ремонту. Изготовитель рекомендует выполнять следующие действия по профилактическому техническому обслуживанию.

Внимание!
Перед обслуживанием беговой дорожки выключите тренажер тумблером ВКЛ/ВЫКЛ (on/off) и выньте шнур питания из стенной розетки.

ПОСЛЕ КАЖДОЙ ТРЕНИРОВКИ (ЕЖЕДНЕВНО)

Осмотрите беговую дорожку и выполните следующие действия:

• Протрите беговое полотно, боковые накладки, кожух двигателя и консоль влажной тряпкой. Не используйте растворители, они могут повредить тренажер. Используйте мыльный раствор и влажную тряпку;

• Убедитесь, что силовой шнур не попал под тренажер или в другое место, где он может оказаться защемлен 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.

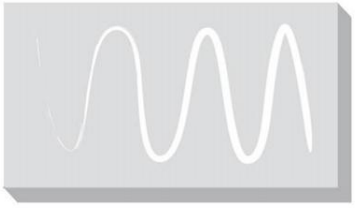
Обращаем Ваше внимание, что несвоевременная смазка деки силиконовой смазкой приводит к повышенному трению и нагрузке на электродвигатель, что может привести к поломке электродвигателя и электронных плат управления дорожкой, повреждению и преждевременному износу деки и бегового полотна.

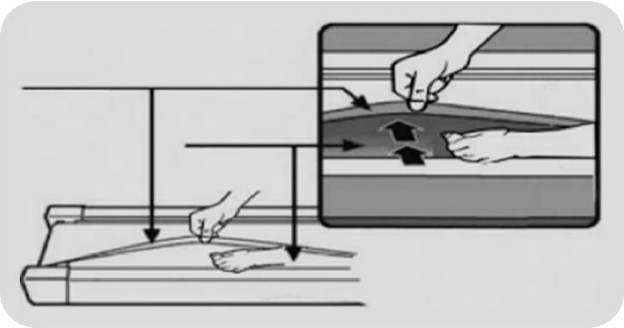
Мы рекомендуем проводить техническое обслуживание по следующему графику:

- 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 – ≥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.

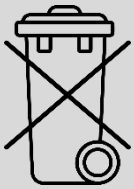
Перед покупкой и эксплуатацией рекомендуем ознакомиться с содержанием гарантийного талона, размещенного по указанной выше ссылке.

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.

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.

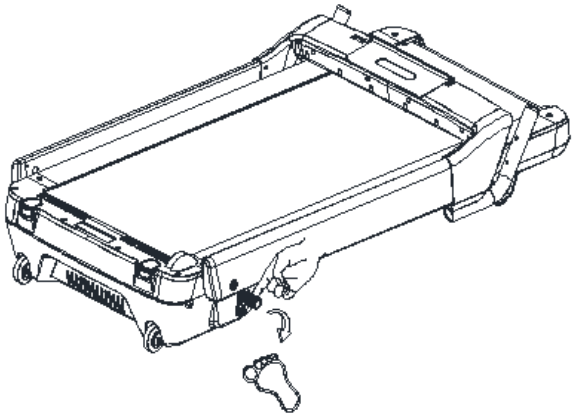
Внимание

Примечание: Рекомендуется делать 30-ти минутный технический перерыв после каждых 100 мин работы тренажера.

Сборка оборудования

ВНИМАНИЕ! Во время установки различных винтов и болтов не следует их сильно затягивать. Это необходимо сделать в самом конце сборки.

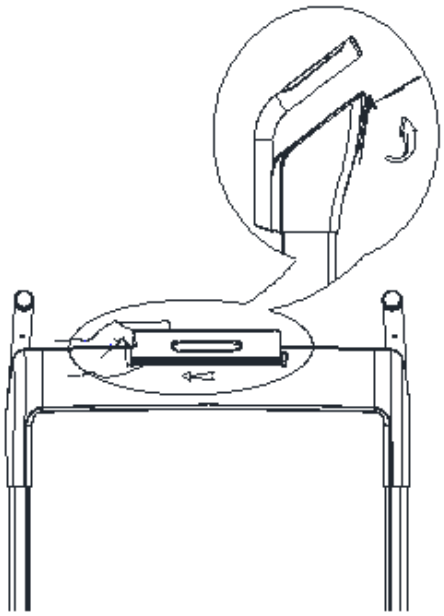
Шаг 1



Держите правую стойку консоли правой или левой рукой. Надавите ножной рычаг ногой или рукой, пока не услышите звук «ка», затем поднимите стойки, пока не услышите звук «ка». Слегка встряхните стойки, ослабьте руки после подтверждения того, что стойки плотно заперты.

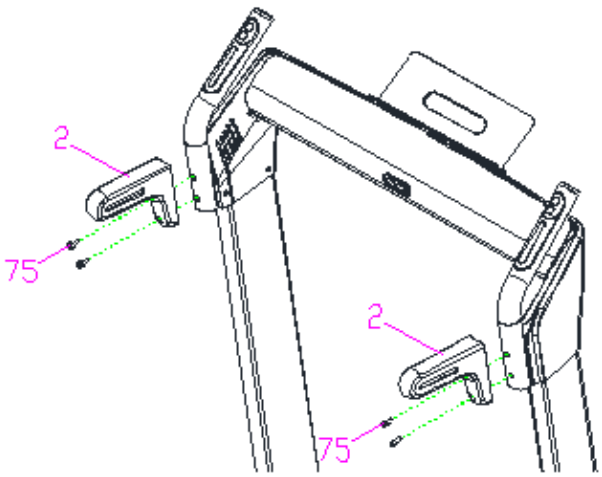
Внимание: Кабели компьютера необходимо правильно соединить. Входные штыри коннектора (PINs) должны быть прямыми, иначе компьютер может не работать или работать неверно.

Шаг 2



Потяните кронштейн консоли влево после поворота вверх в соответствии со стрелкой на чертеже. Вы можете использовать его после подтверждения того, что он плотно заперт.

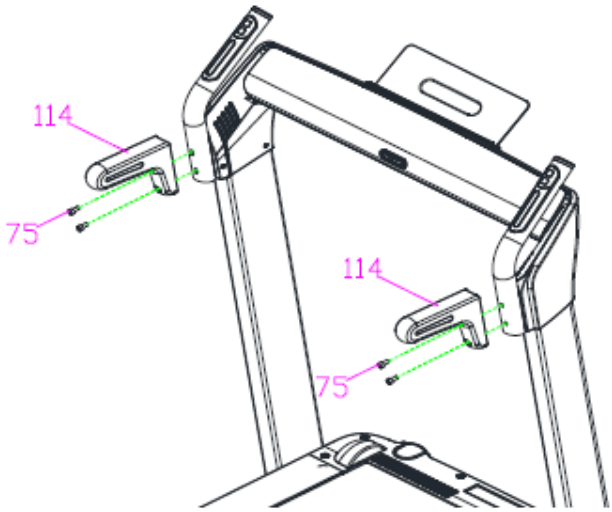
Шаг 3



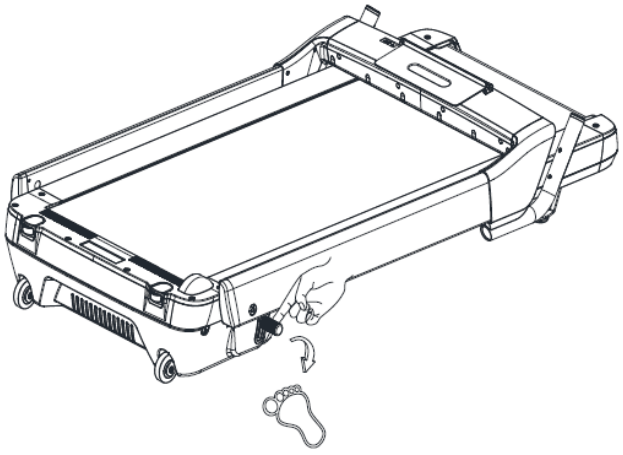
Плотно закрепите поручни (2) на кронштейне беговой дорожки с помощью винта M6 * 12L (75).
Когда вы складываете дорожку, вам необходимо снять поручни.

Эксплуатация тренажера

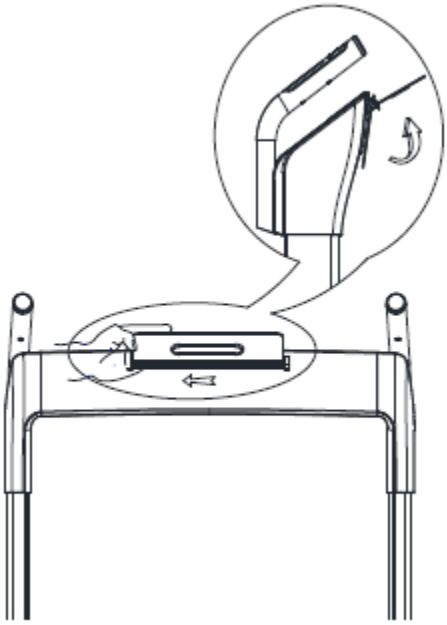
Складывание беговой дорожки



1. Снимите поручни (114), как показано на рисунке перед тем, как сложить беговую дорожку. В случае хранения данной дорожки в вертикально положении, данные поручни можно не снимать.

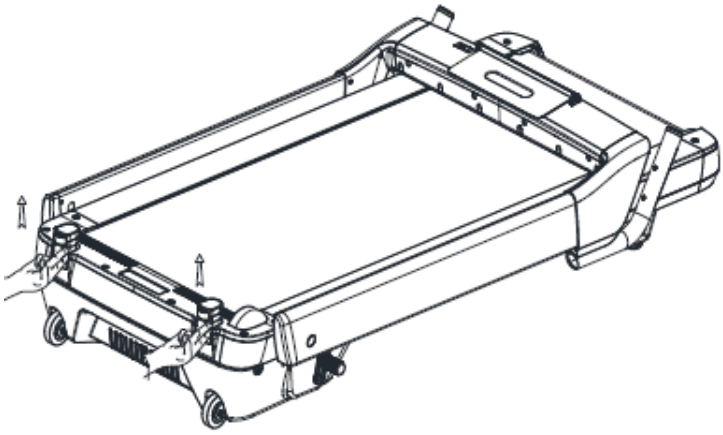


2. Удерживая стойки правой или левой рукой, нажмите рычаг ногой или рукой, как показано на рисунке

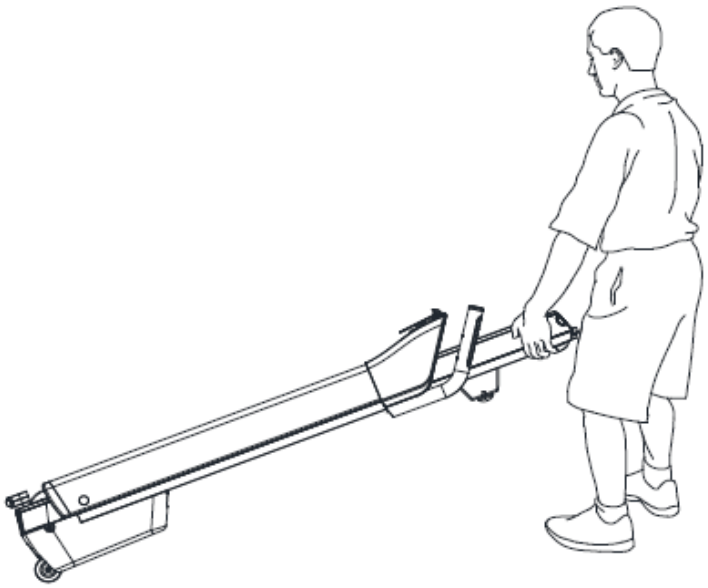


3. Сложите подставку для мобильных устройств, сдвинув ее вправо, а затем опустив вниз, как показано на рисунке

Перемещение беговой дорожки



1. Перед перемещением дорожки, выньте вспомогательные транспортировочные ролики, как показано на рисунке.



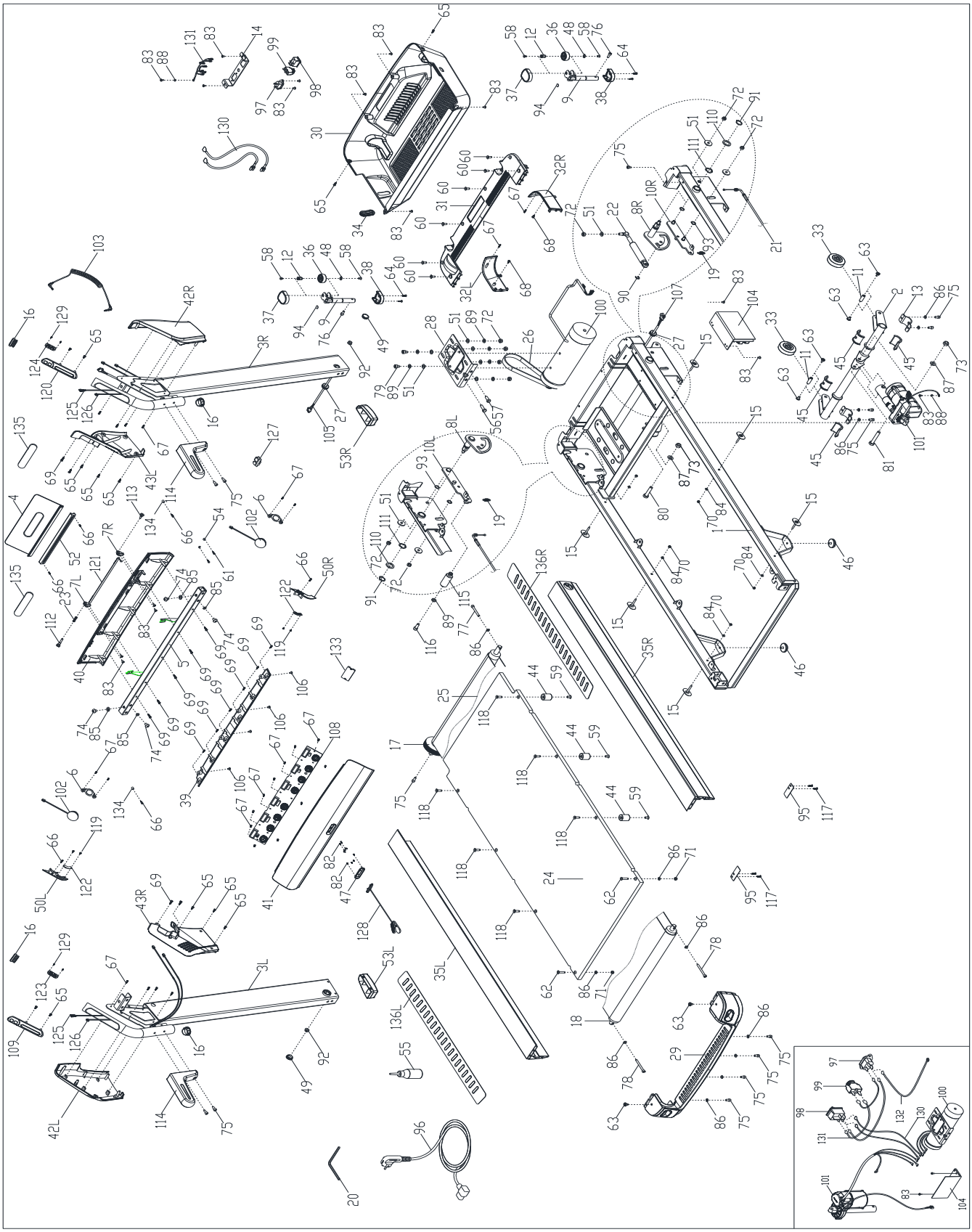
2. Затем вы можете перемещать тренажер в вертикальном либо наклоном положении. С помощью вспомогательных роликов вы можете двигать его влево и вправо, а с помощью больших роликов вперед и назад.

Список комплектующих частей

NO.	Наименование	Спецификация	Кол-во	NO.	Наименование	Спецификация	Кол-во
1	Основная рама		1	2	Крепление наклона		1
3L/R	Стойка консоли		2	4	Крепление		1
5	Поперечина		1	6	Место для динамиков		2
7L/R	Крепление		2	8L/R	Регулируемый лист L/R		2
9	Крепление		2	10L/R	Пластина L/R		2
11	Ось		2	12	Ось		2
13	Крепление угла наклона		2	14	Гнездо питания		1
15	Вставка		6	16	Вставка		4
17	Передний вал		1	18	Задний вал		1
19	Пружина		2	20	Ключ	5#	1
21	Тросик		1	22	Газовый доводчик		1
23	Пружина		1	24	Дека		1
25	Беговое полотно		1	26	Приводной ремень		1
27	Вставка		2	28	Крепление двигателя		1
29	Задний кожух		1	30	Нижний кожух моторного отсека		1
31	Верхний кожух моторного отсека		1	32L/R	Заглушка		2
33	Транспортировочное колесо		2	34	Ножка		1
35L/R	Боковая накладка L/R		2	36	Кронштейн		2
37	Кожух колеса		2	38	Нижний кожух		2
39	Поперечина		1	40	Пластина		1
41	Кожух		1	42L/R	Кожух L/R		2
43L/R	Кожух		2	44	Эластомер		6
45	Втулка		4	46	Крепление		2
47	Место ключа безопасности		1	48	С-образное кольцо	Ф10	2
49	Крепление		2	50L/R	Пластина динамика		2
51	Шайба	ϕ9*ϕ23*t1.5	11	52	Плата		1
53L/R	Крепление		2	54	Фиксатор		2
55	Силиконовое масло		1	56	Болт	M8*20	1
57	Болт	M8*25	1	58	Винт	M5*8	4
59	Винт	M6*12	8	60	Винт	M6*20	6
61	Винт	ST3.0*15	2	62	Винт	M6*28	2
63	Винт	M6*12	4	64	Винт	ST3.0*20	4
65	Винт	ST4.0*15	12	66	Винт	BT2.5*8	6
67	Винт	ST3.0*10	25	68	Винт	BT4*8	2
69	Винт	BT4*15	15	70	Гайка	M5	6
71	Гайка	M6	2	72	Гайка	M8	11
73	Гайка	M10	2	74	Винт	M8*15	6
75	Винт	M6*12	14	76	Винт	M6*15	2
77	Винт	M6*50	1	78	Винт	M6*60	2
79	Винт	M8*12	2	80	Болт	M10*45 10.9	1

81	Болт	M10*60 10.9	1	82	Винт	M2*5	6
83	Винт	M4*8	16	84	Шайба	Ф5*12*1.2	6
85	Шайба	ϕ9*ϕ16*t1.6	4	86	Шайба	ϕ6.6*ϕ11.8*t1.6	13
87	Шайба	ϕ11*ϕ20*t2.0	2	88	Шайба	ϕ4.1*ϕ4.4*t1	2
89	Пружинная шайба	M8	7	90	Е-образное кольцо	ϕ8	1
91	С-образное кольцо	ϕ20	2	92	Гайка	M10*P1.25	2
93	Шайба	ϕ12.2*ϕ17*t0.5	4	94	О-образное кольцо	ϕ13*ϕ1.5	2
95	Пластинка		2	96	Кабель питания		1
97	Вставка		1	98	Выключатель		1
99	Токовая защита		1	100	Основной двигатель		1
101	Мотор наклона		1	102	Динамик		2
103	Mp3-кабель		1	104	Плата управления двигателем		1
105	Верхний кабель		1	106	Винт	M4*12	4
107	Нижний кабель		1	108	Вставка		1
109	Пластина с клавишами наклона		1	110	Шайба	ϕ20.5*ϕ30*t2.0	2
111	Волнистая шайба	ϕ20.5*ϕ27*t0.4	2	112	Винт		1
113	Винт		1	114	Поручень		2
115	Ножка		1	116	Винт	M8*35	1
117	Винт	M4*12	4	118	Винт	M6*25	6
119	Винт	BT2.2*5	4	120	Пластина с клавишами скорости		1
121	Кожух		1	122	Декоративный кожух		2
123	Быстрые клавиши наклона		1	124	Быстрые клавиши скорости		1
125	Кабель		2	126	Кабель		2
127	USB-модуль		1	128	Ключ беопасности		1
129	Винт	M3*6	4	130	Кабель	500mm	2
131	Кабель	350mm	3	132	Кабель	200mm	1
133	Плата		1	134	Прижимная пластина		2
135	Пластина		2	136	Накладка		2
137	Винт cover		2				

Схема тренажера в разобранном виде



Работа с консолью

Окна консоли:

1. «Наклон»» – текущее значение угла наклона.

2. «Пульс/Калории» – пульс, количество калорий.

3. «Время/Программы» – текущее время тренировки, текущая программа тренировки.

4. «Дистанция/ Режим» – текущая дистанция тренировки и текущий режим тренировки.

5. «Шагомер» – Текущее количество шагов.

6. «Скорость» – текущая скорость.

Функции клавиш:

1. «Старт» – клавиша начала тренировки.

2. «Наклон 3» – быстрая клавиша переключения наклона.

3. «Наклон 5» – быстрая клавиша переключения наклона.

4. «Программа» – выбор программы тренировки из возможных P1-P2-P3……P8, U1-U2-U3.

5. «Режимы» - выбор режимов «0 : 00» (Ручной режим), «30 : 00» (Режим обратного отсчета времени), «5.0» (Режим обратного отсчета дистанции), «100» (Режим обратного отсчета калорий).

7. «Старт» – начало тренировки.

8. «Скорость 3» – быстрая клавиша переключения скорости.

9. «Скорость 5» – быстрая клавиша переключения скорости.

10. «Стоп» – остановка тренировки.

Ручной режим:

1.Нажмите «», консоль отсчитает в обратную сторону 3 секунды и начнет программу

2.Можете регулировать скорость и наклон быстрыми клавишами «incline 3», «incline 5», «speed 3», «speed 5».

Выбор предустановленной программы:

Выберите одну из программ P1……P8, кнопкой « program» результат смотрите на дисплее «time/ program» будет показано одно из значений «P1……P8», с помощью поручней установите необходимое время тренировки, после этого нажмите « start» для начала тренировки. Когда счетчик времени обнулится программа остановится.

Программа \ Время		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	Скорость	1	4	3	4	3	5	4	2	5	3
	Наклон	1	2	3	3	1	2	2	3	2	2
P2	Скорость	1	5	4	6	4	6	4	2	4	2
	Наклон	1	2	3	3	2	2	3	4	2	2
P3	Скорость	1	5	4	5	4	5	4	2	3	2
	Наклон	1	2	2	3	1	2	2	2	2	1
P4	Скорость	1	6	7	5	8	5	9	6	4	3
	Наклон	2	2	3	3	2	2	4	6	2	2
P5	Скорость	1	6	7	5	8	6	7	6	4	3
	Наклон	1	2	4	3	2	2	4	5	2	1
P6	Скорость	1	8	6	4	5	9	7	5	4	3
	Наклон	2	2	6	2	3	4	2	2	2	1
P7	Скорость	1	6	7	4	4	7	4	2	4	2
	Наклон	4	5	6	6	9	9	10	12	6	3
P8	Скорость	1	4	6	8	7	8	6	2	3	2
	Наклон	3	5	4	4	3	4	4	3	3	2

Пользовательские программы:

Клавишей « program» выберите один из профилей программы (U1-U3) после этого нажмите « mode» для перехода в настройку профиля. В программе необходимо будет настроить 10 периодов тренировки, для перехода к следующему необходимо нажать кнопку « mode». После окончания настройки всех периодов нажмите для начала тренировочного процесса.

Тренировка с использованием пульсозависимых программ

Ваша беговая дорожка оснащена 3 пульсозависимыми программами. При тренировке в данных программах компьютер будет автоматически регулировать интенсивность нагрузки таким образом, чтобы пульс соответствовал заданному уровню. Компьютер будет сравнивать измеренное значение пульса с целевым и соответственно увеличивать или уменьшать нагрузку. При тренировке в пульсозависимых программах необходимо использование нагрудного кардиодатчика (см. пункт «Использование системы беспроводного измерения пульса» ниже.

1. В режиме ожидания, нажмите клавишу «Программа» несколько раз и выберите одну из пульсозависимых программ HRC1, HRC2, HRC3:

HRC1 65%: пульсозависимая программа с автоматическим изменением скорости и угла наклона бегового полотна для поддержания целевого пульса 65% от максимального

возрастного пульса.
Целевое значение пульса в HRC1=(220-возраст)*0,65
HRC2 75%: пульсозависимая программа с автоматическим изменением скорости и угла наклона бегового полотна для поддержания целевого пульса 75% от максимального возрастного пульса.
Целевое значение пульса в HRC1=(220-возраст)*0,75
HRC3 85%: пульсозависимая программа с автоматическим изменением скорости и угла наклона бегового полотна для поддержания целевого пульса 85% от максимального возрастного пульса.
Целевое значение пульса в HRC1=(220-возраст)*0,85
2. С помощью клавиш регулировки скорости, установите время тренировки. Время по умолчанию – 30 минут. Нажмите клавишу «Режим» для подтверждения выбора. Затем введите свой возраст и подтвердите введенной значение с помощью клавиши «Режим».
3. Нажмите клавишу «Старт» для начала тренировки. Время начнет отсчитываться обратным отсчетом от установленного значения и когда достигнет нуля, тренировка прекратится.
4. Компьютер тренажера будет сравнивать измеренное значение пульса с целевым каждые 15 секунд и соответственно увеличивать или уменьшать нагрузку. Скорость или угол наклона будут изменяться альтернативно. Шаг изменения скорости 0,2 км/ч, шаг изменения угла наклона 1 уровень.

AUX

Подключите устройство через кабель для передачи звука через встроенные динамики консоли.

USB

Используется только для зарядки устройств.

Использование системы беспроводного измерения пульса

Внимание!

Система беспроводного измерения пульса обеспечивает высокую точность измерения частоты пульса. Однако, данный прибор не является медицинским и не может быть использован в диагностических или иных медицинских целях.
Ваш тренажер укомплектован беспроводным средством измерения пульса, состоящим из приемника, встроенного в компьютер тренажера и нагрудного передатчика (опция). Нагрудный передатчик или монитор сердечного ритма, работающий на частоте 4.5~5.5 кГц) не входит в комплект поставки данного тренажера, его рекомендуется приобрести в качестве опции.
Использование системы беспроводного измерения пульса позволяет сочетать высокую точность с удобством, поскольку ваши руки остаются свободными и, кроме того, отсутствуют провода, связывающие вас с тренажером.
Источники электромагнитного излучения, такие как высоковольтные приборы, трансформаторы, телевизоры, радиоприемники, сотовые телефоны, могут вносить помехи в передачу данных между передатчиком и приемником. Рекомендуем вам располагать тренажер таким образом, чтобы устранить из зоны приема (примерно 1 м) возможные источники помех.
Для измерения частоты пульса датчик регистрирует электрические потенциалы с поверхности вашего тела, поэтому контактные площадки передатчика должны плотно соприкасаться с кожей. Однако, если ваша кожа склонна к аллергии, вы можете надеть передатчик поверх тонкой майки, при этом увлажнив ткань под контактными площадками. Следует помнить, что прием алкоголя или общее обезвоживание организма нарушают контакт прибора с кожей, что может

приводить к неточностям в измерении или полном отсутствии такового. Густой волосяной покров кожи в местах соприкосновения с контактными площадками также может приводить к искажению данных.

Для более качественного измерения рекомендуем вам перед началом тренировки немного увлажнить контактные площадки водой или специальным электропроводящим гелем. **Не используйте** для этого вазелин и маслосодержащие крема или жидкости, так как они могут иметь изолирующие свойства, препятствующие снятию импульсов с кожи.

Для использования нагрудного передатчика:
1) закрепите один конец эластичного ремня на корпусе передатчика;
2) наденьте передатчик на торс, как показано на рисунке;
3) закрепите второй конец эластичного ремня на корпусе передатчика;
4) через несколько секунд на дисплее компьютера появится символ, означающий поступление сигнала, и через короткий промежуток времени появятся данные частоты пульса.

Выбор системы измерения

Нажмите кнопку старт при снятом ключе безопасности, удерживая старт вставьте ключ безопасности, это позволит сменить систему измерения (метрическая или имперская) при помощи нажатия кнопки на правом поручне консоли.

Возможные неисправности беговой дорожки и варианты их устранения

Внимание

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

КОДЫ ОШИБОК

Er1: На дисплей не поступает сигнал;
Er3: Повышенное напряжение;
Er4: Короткое замыкание IGBT (перегрузка по току);
Er5: Перегрузка системы;
Er6: Двигатель не подключен (только постоянный ток);
Er7: На контроллер не поступает сигнал;
Er8: Не срабатывает переключатель;
Er13: Перегрузка по току;
Er14: Перегрузка; короткое замыкание.

Технические характеристики

Тип беговой дорожки	электрическая
Тип рамы	ультратонкая, одинарная
Скорость, км/ч	1-14
Двигатель	2,25 л.с. Fuji Electric DC
Пиковая мощность двигателя, л.с.	4,05
Беговое полотно	1,6 мм, многослойное коммерческое Habasit NVT-256
Размер бегового полотна, см	130*48
Регулировка угла наклона	электрическая
Количество уровней наклона	12
Толщина деки	18 мм
Система амортизации	6 профессиональных эластомеров VCS™
Тип консоли	LCD дисплей с белой индикацией
Показания консоли	время, скорость, дистанция, калории, пульс, угол наклона, шаги
Общее количество программ	18
Спецификация программ	ручной режим, 8 профилей, 3 пользовательские, 3 пульсозависимые, 3 режима обратного отсчета
Мультимедиа	воспроизведение аудио файлов, встроенные динамики
Дополнительные функции	сенсорные датчики на поручнях
Дополнительные особенности тренажера	легкое перемещение в двух проекциях (smartMOVE™), ультракомпактное быстрое складывание (smartFOLD™)
Сопряжение с кардиодатчиками	герцовый датчик (приобретается отдельно)
Разъемы	AUX, USB
Язык интерфейса	английский
Подставка под планшет/смартфон	да
Зарядка для мобильного устройства	да
Складывание	да
Транспортировочные ролики	да
Компенсаторы неровностей пола	да
Размер в рабочем состоянии, см	145*72*124
Длина в сложенном виде, см	35*72*142
Максимальный вес пользователя, кг	120
Вес нетто, кг	57
Гарантийный срок	24 мес.
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.