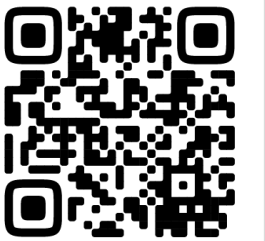
OXYGEN
FITNESS

ELISION

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.

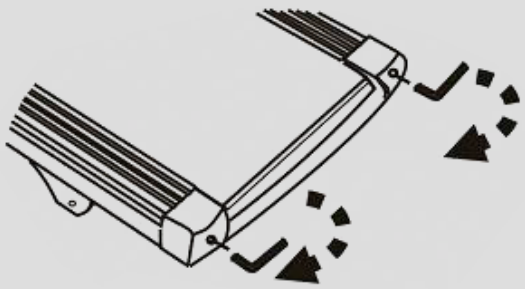
Центрирование бегового полотна

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.

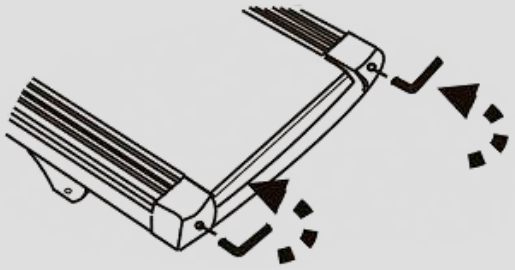
1. **ВНИМАНИЕ:** Для центрирования бегового полотна необходимо запустить беговое полотно со скоростью не более 0.5 мили в час. Соблюдайте технику безопасности, чтобы одежда или волосы не попали на задний вал. Обратите внимание, в какую сторону отклоняется беговое полотно;
2. Если беговое полотно смещено 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.

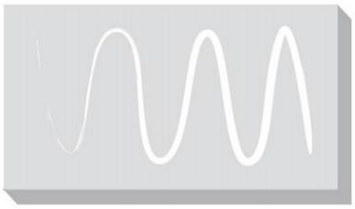
Мы рекомендуем проводить техническое обслуживание по следующему графику:

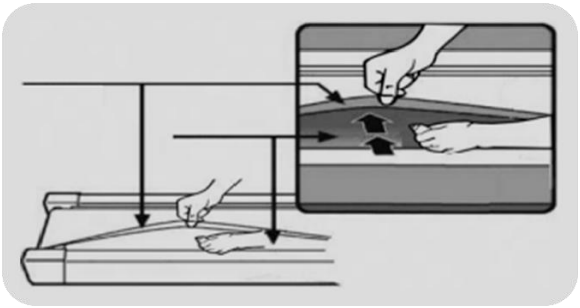
- При занятиях менее 3 часов в неделю – ежегодно;

- 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:

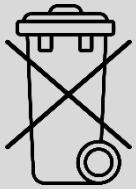
Интенсивность	Скорость
медленная ходьба	1,0-3,0 км/ч
неспешная ходьба	3,0-4,5 км/ч
нормальная ходьба	4,5-6,0 км/ч
быстрая ходьба	4,5-6,0 км/ч
бег трусцой	7,5-9,0 км/ч
средняя скорость бега	9,0-12,0 км/ч
интенсивный бег	12,0-14,5 м/ч
сверхинтенсивный бег	14,5-16,0 км/ч

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.

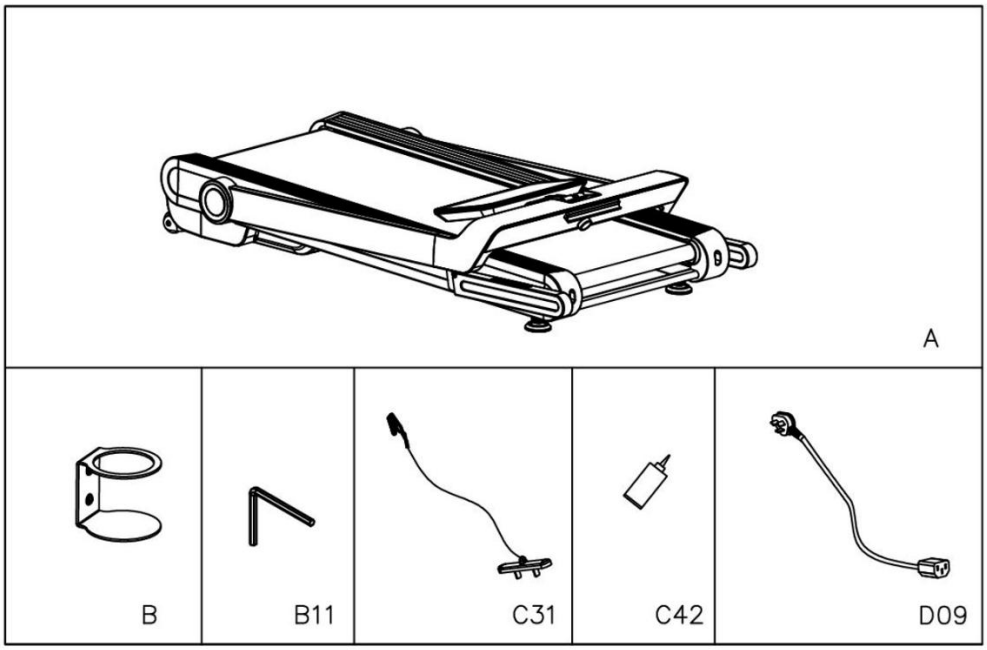
Внимание
Тренажер предназначен для домашнего использования.

Инструкции по сборке и эксплуатации

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

Внимание
Максимальное время непрерывной работы беговой дорожки составляет 100 мин. После 100 минут дорожка остановится. Вы можете запустить беговую дорожку снова, нажав кнопку Старт.
Примечание: Рекомендуется сделать 30-ти минутный технический перерыв в работе тренажера.

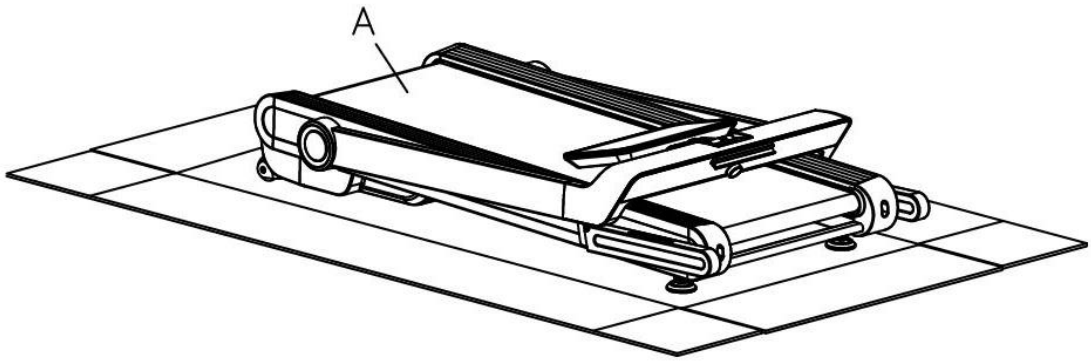
Проверка комплектности тренажера



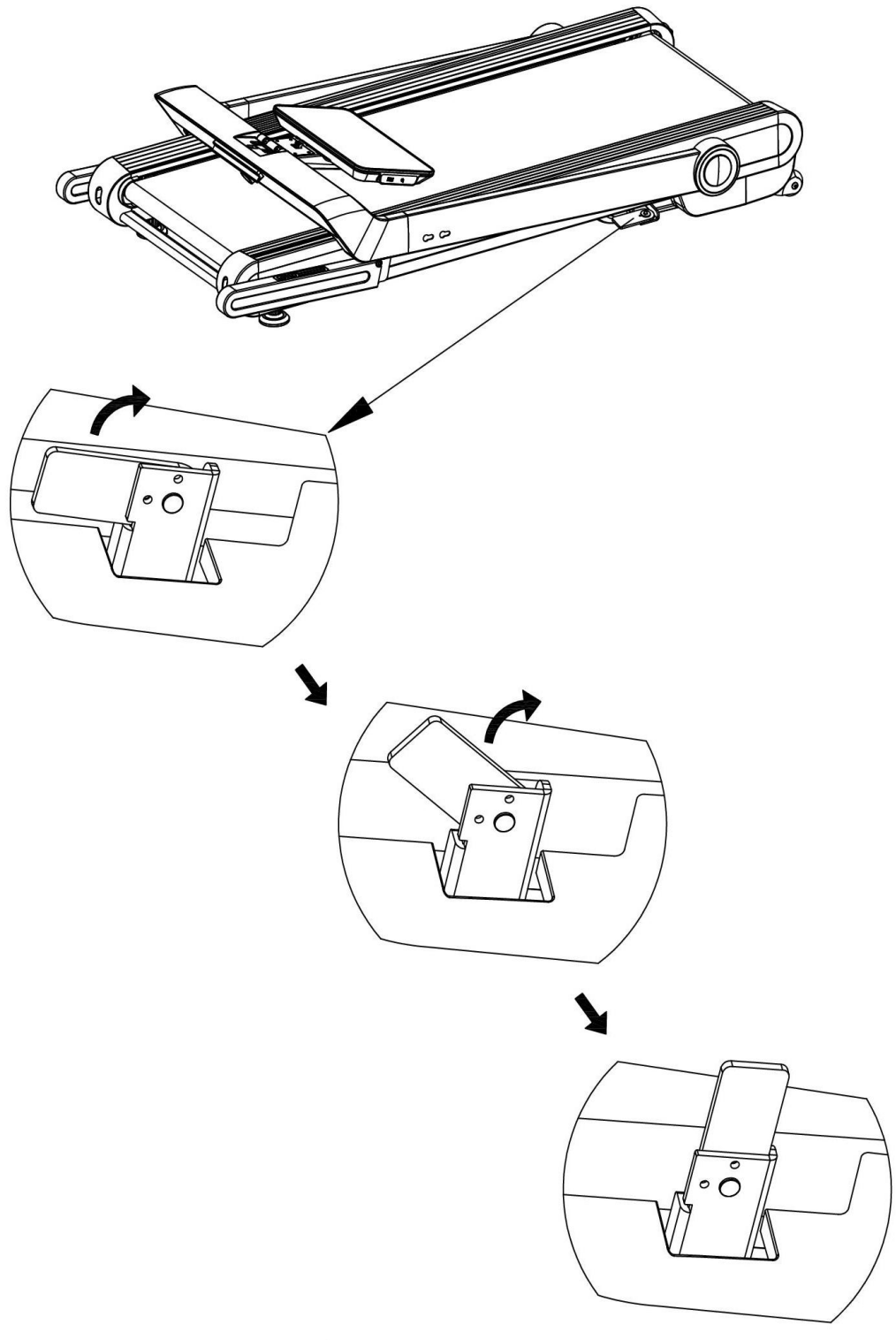
№	Описание	Спец-ия	Кол-во	№	Описание	Спец-ия	Кол-во
A	Основная рама		1	C31	Ключ безопасности		1
B	Держатель бутылки		1	C42	Смазка		1
B11	Шестигранный ключ №6		1	D09	Кабель питания		1

Инструкции по сборке

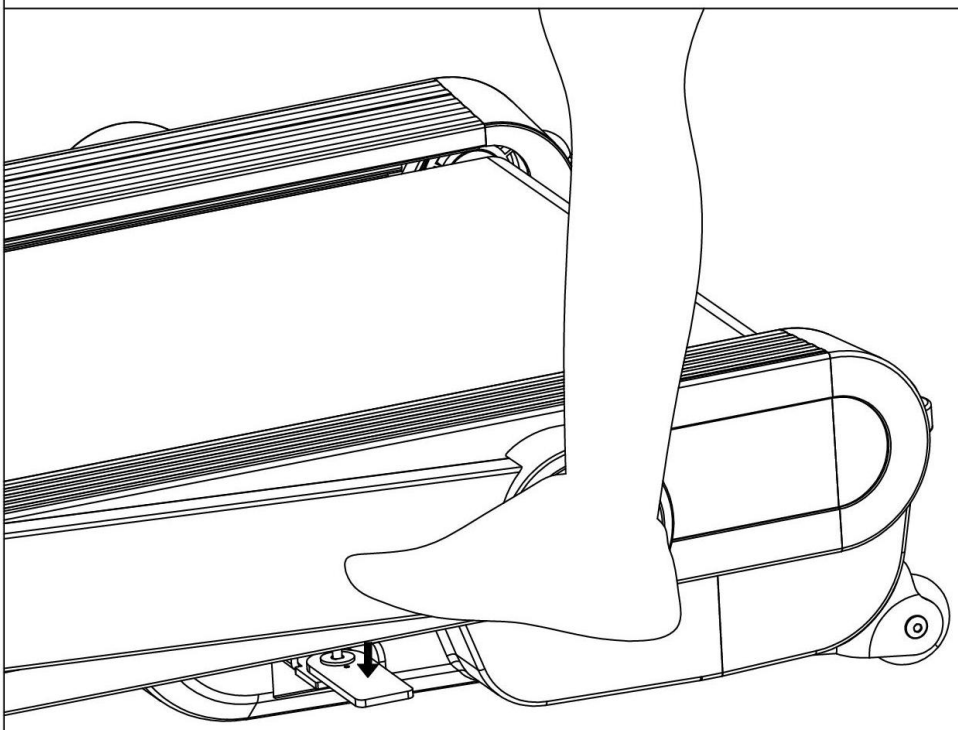
B—1

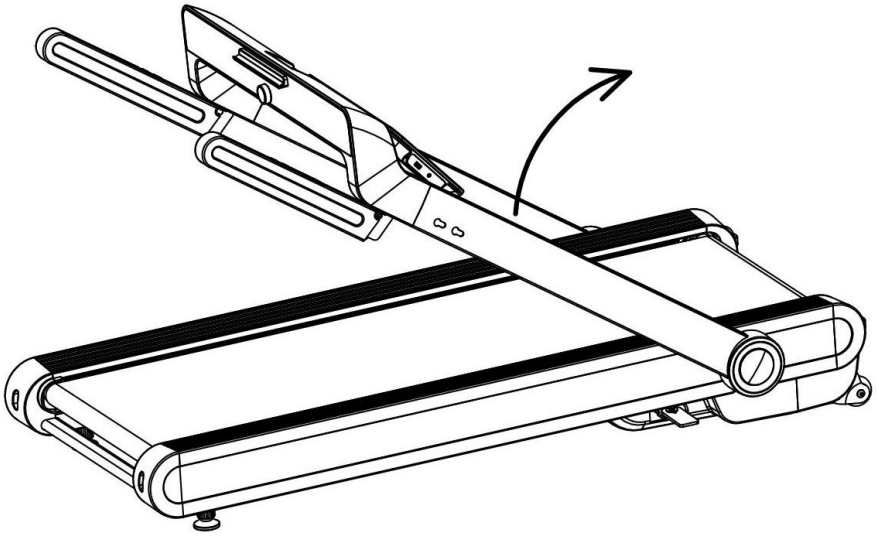


B－2

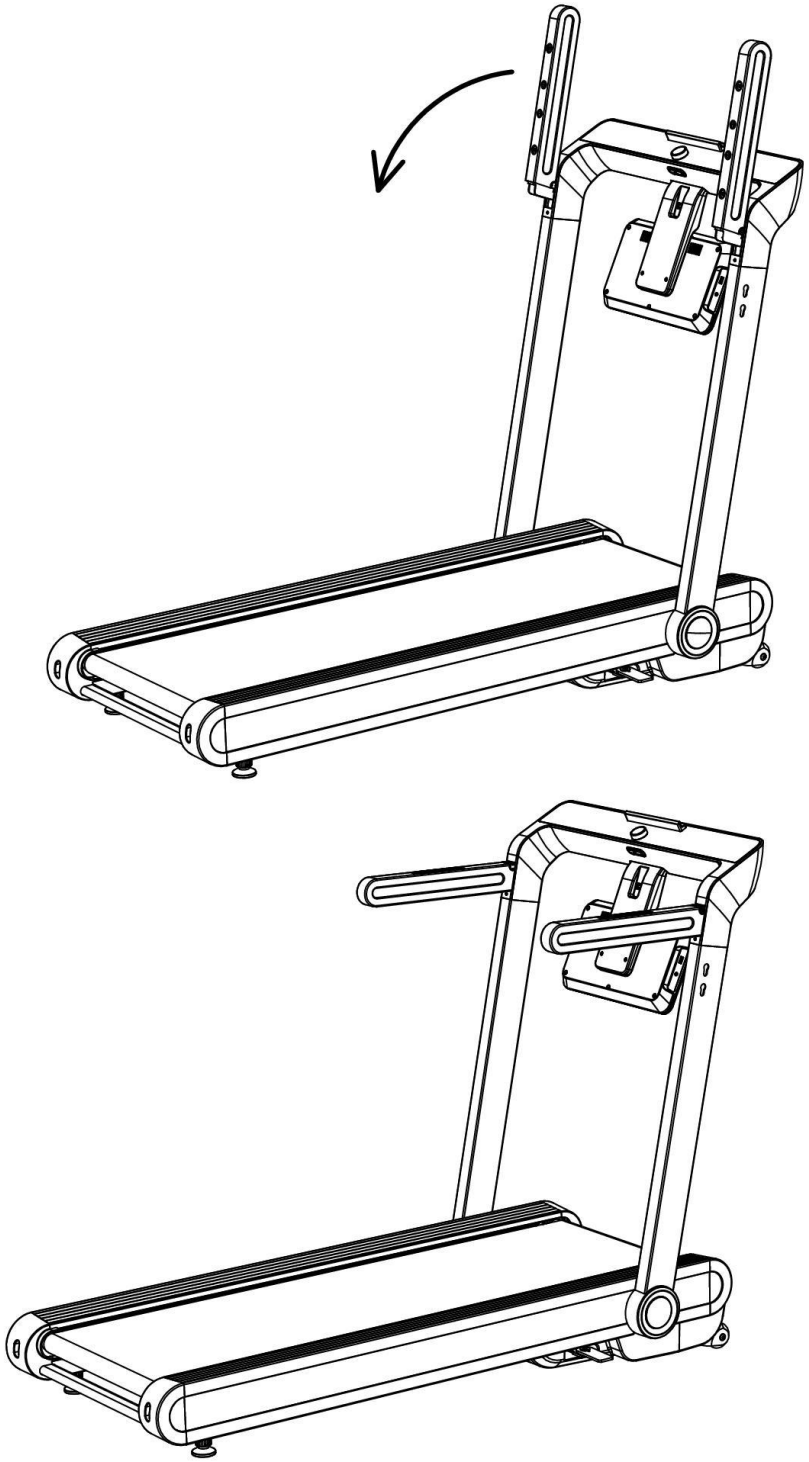


B – 3

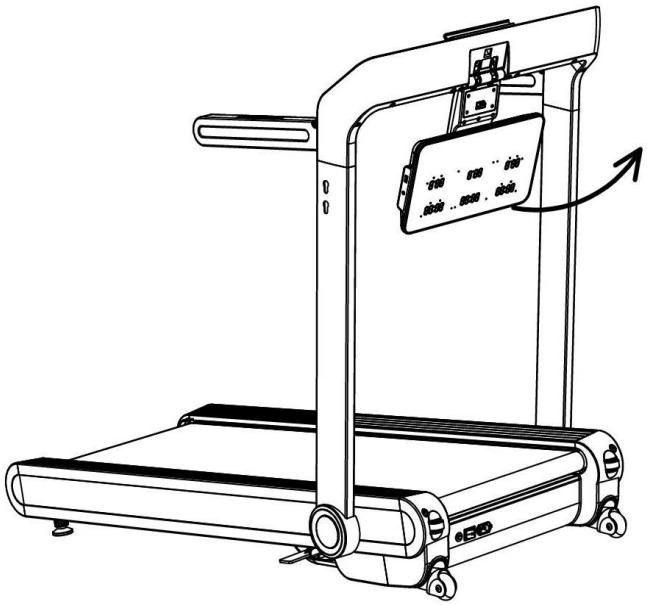


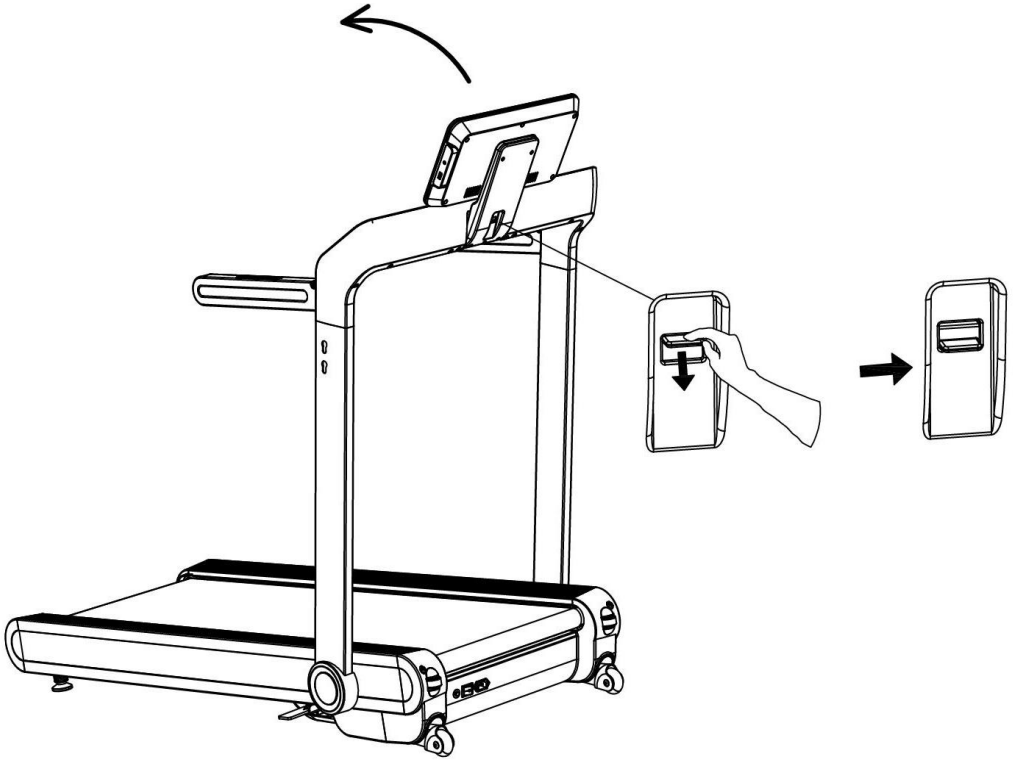


B－4

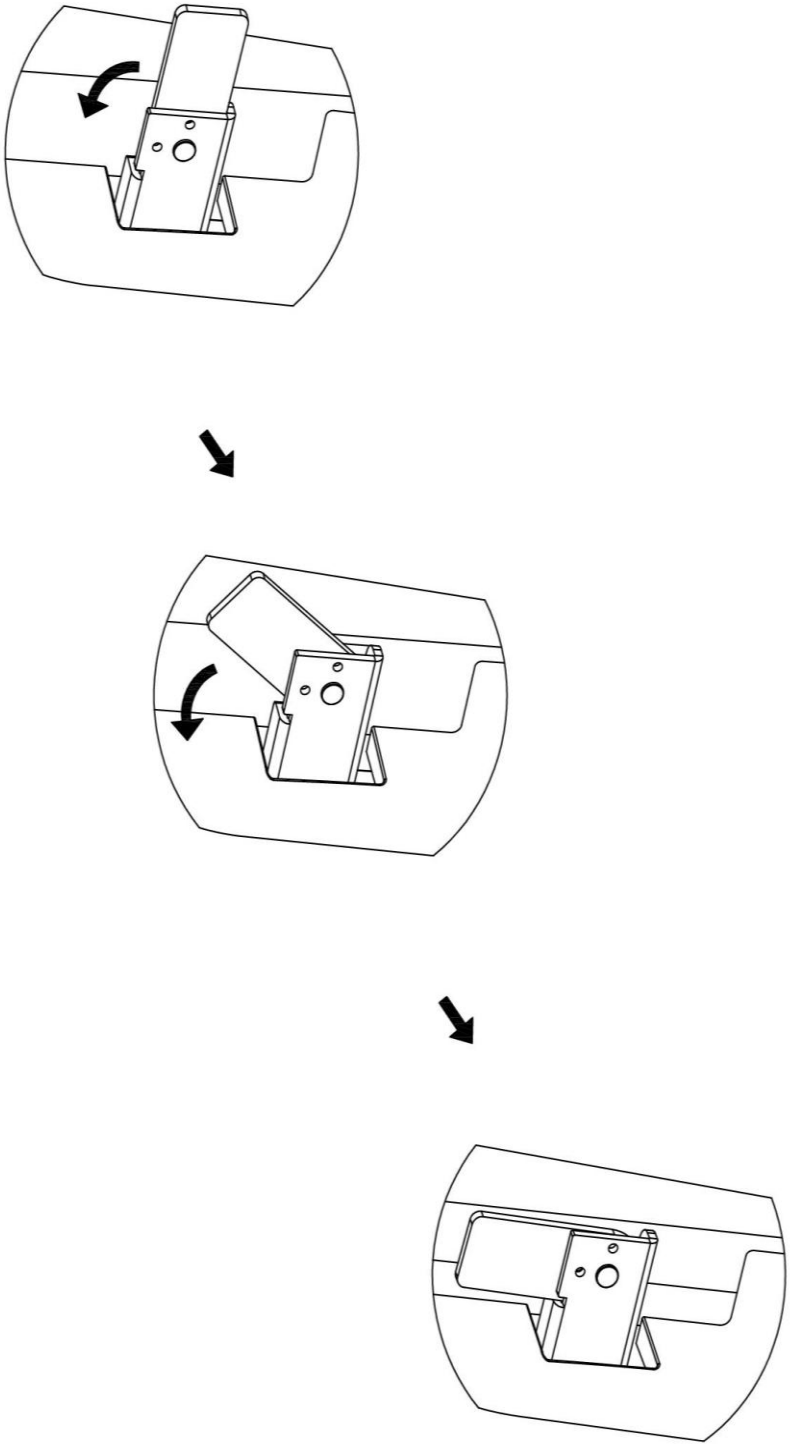


B－5

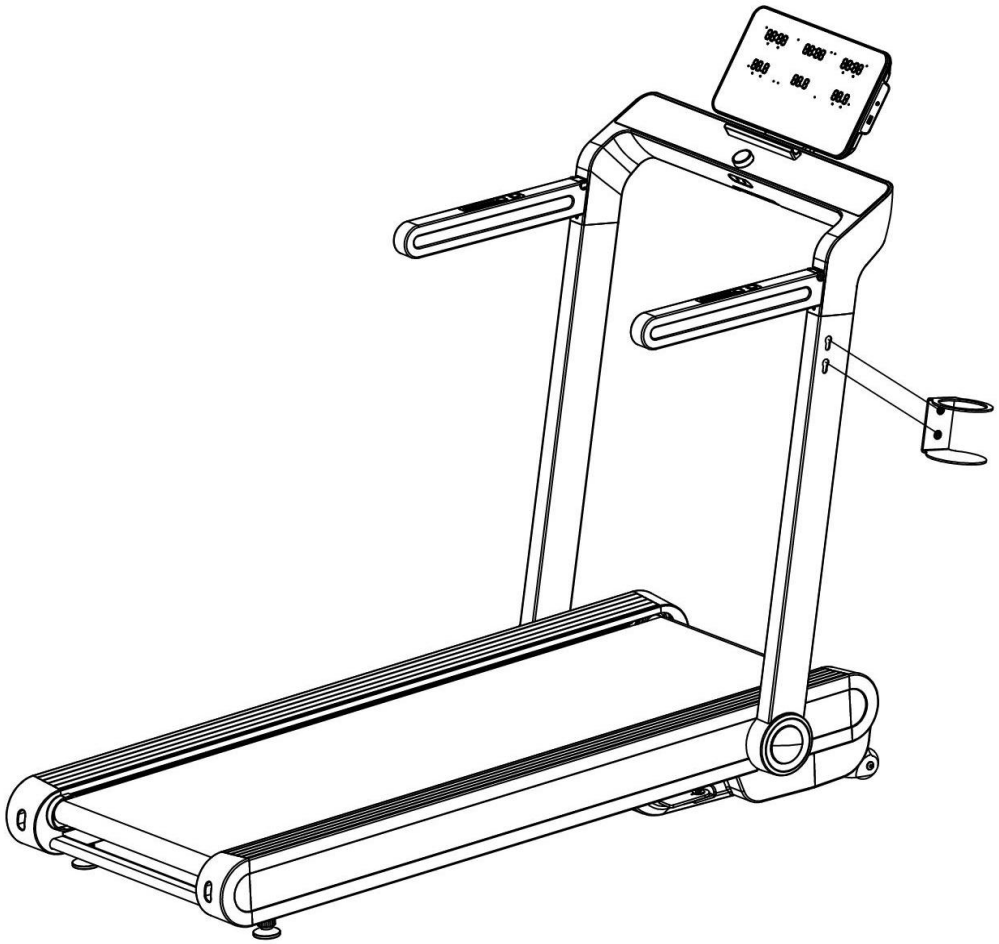


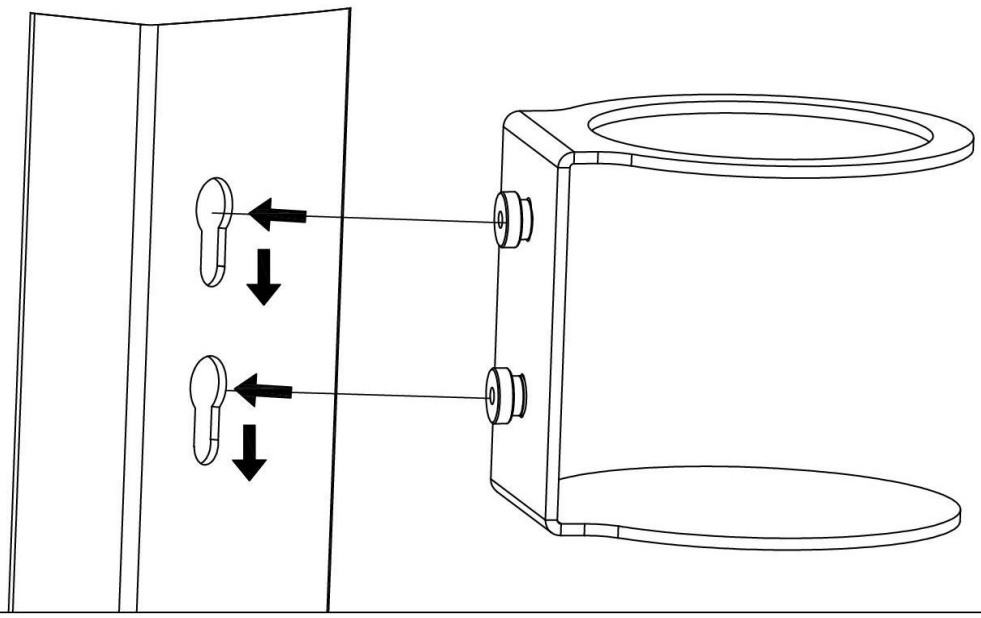


B－6

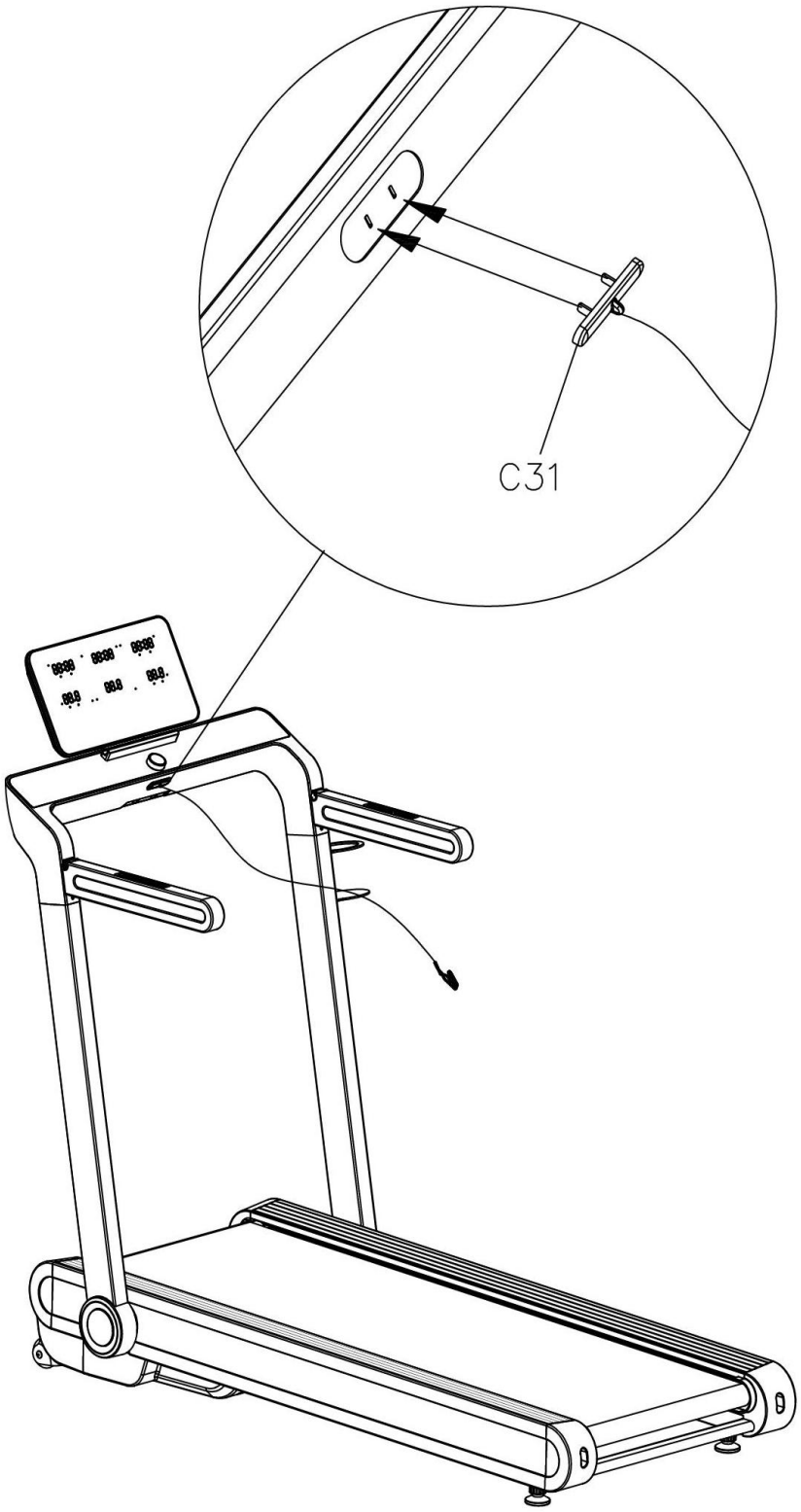


B－7

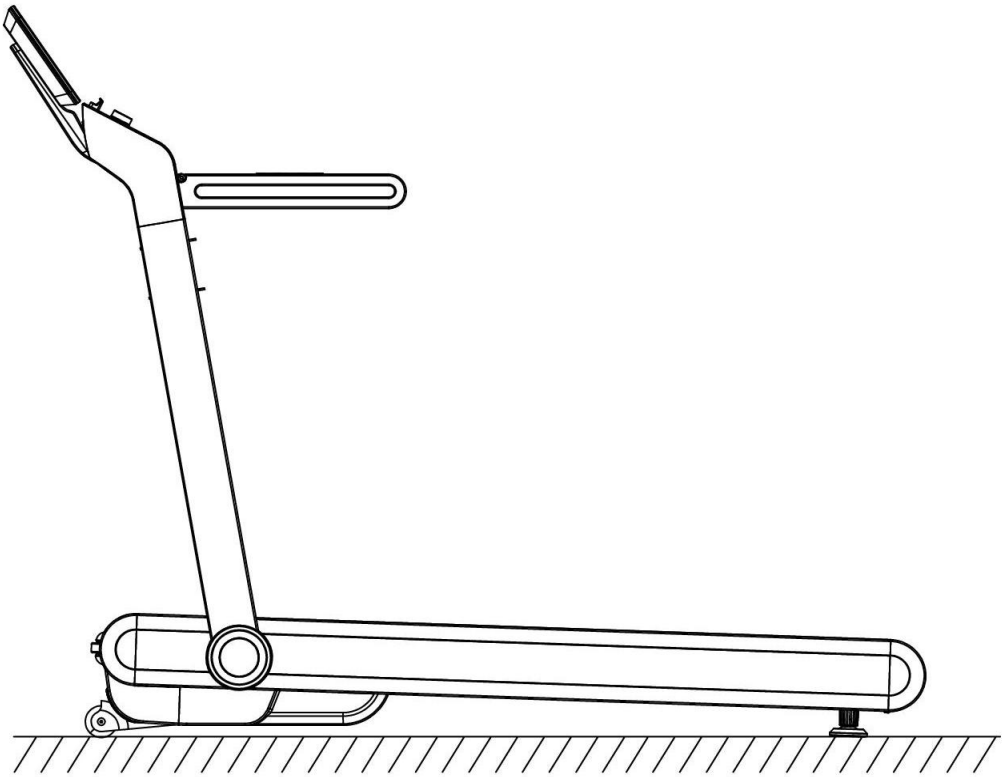


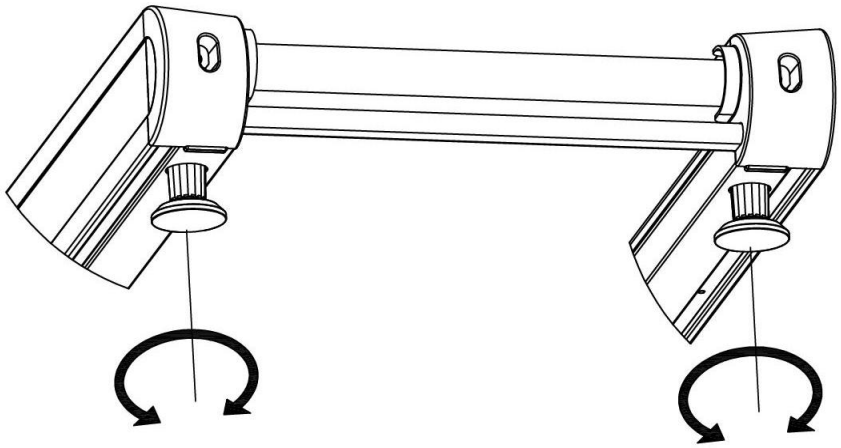


B－8



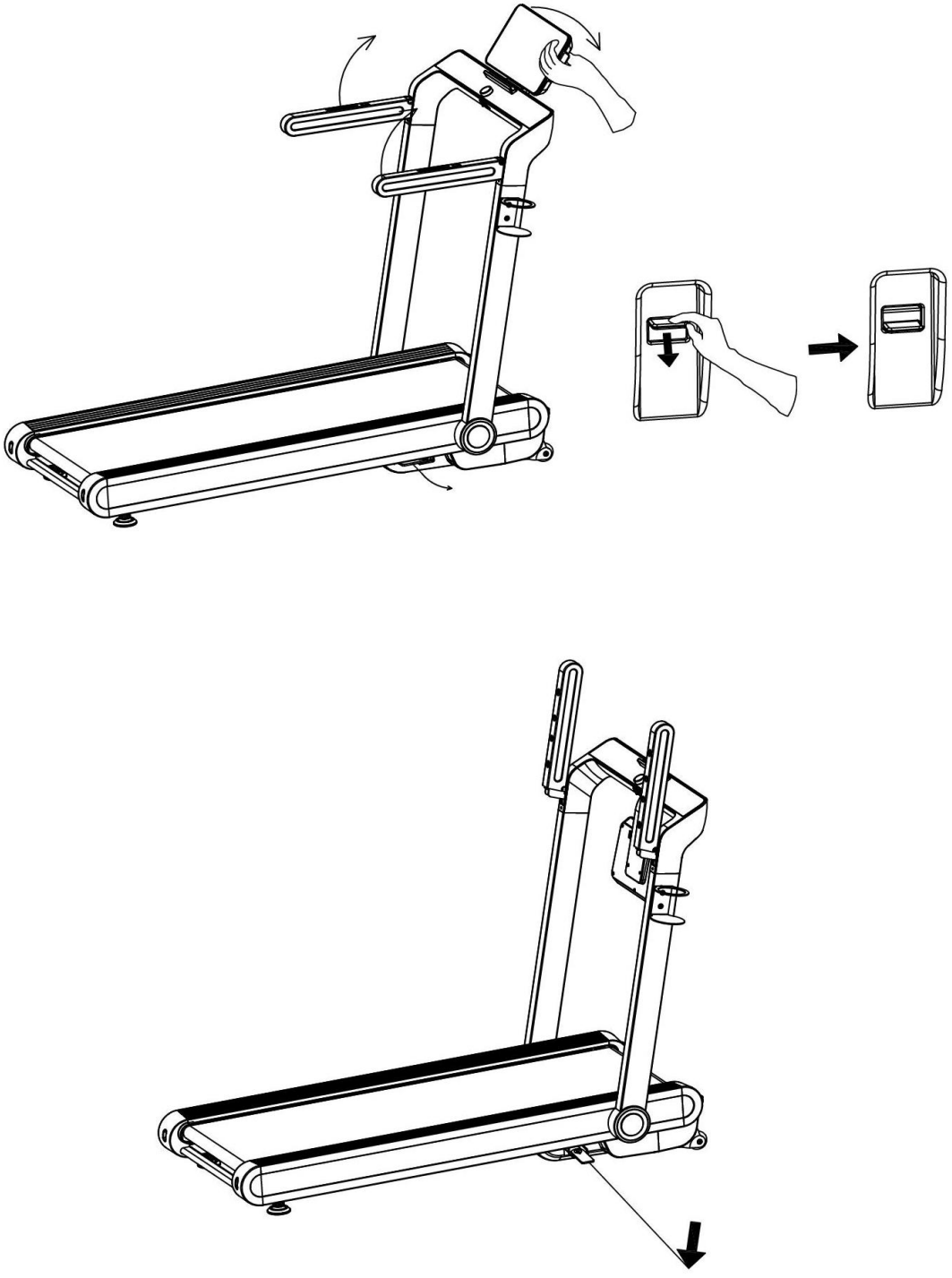
B－9



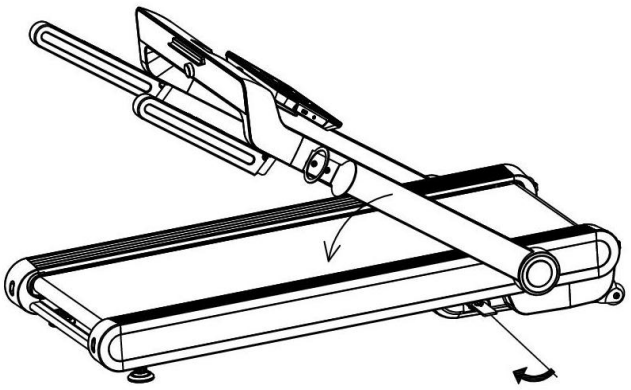


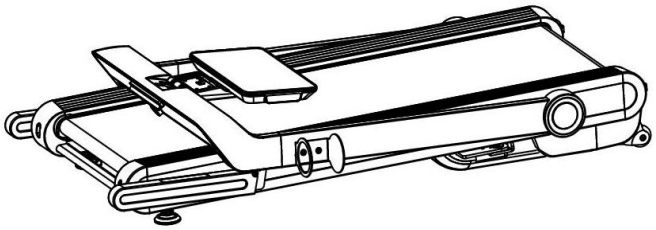
Складывание беговой дорожки

C—1

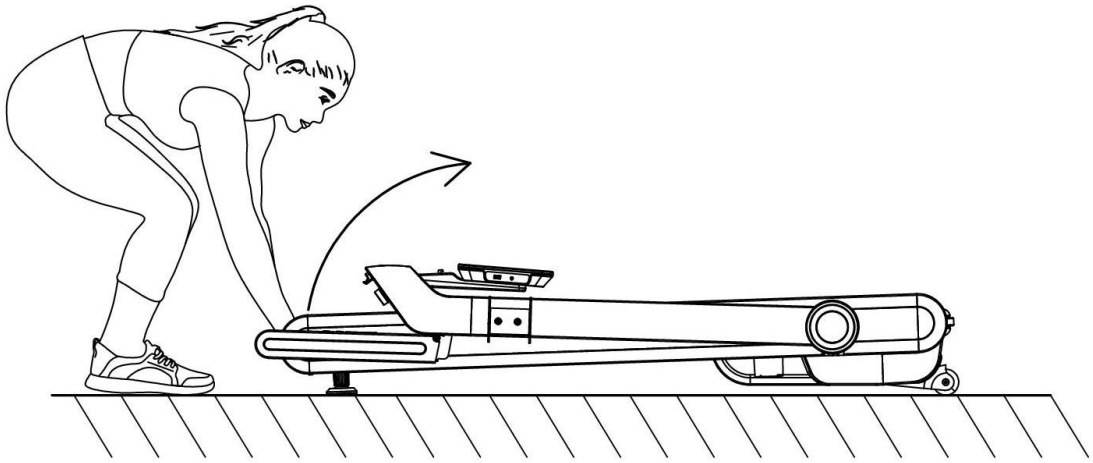


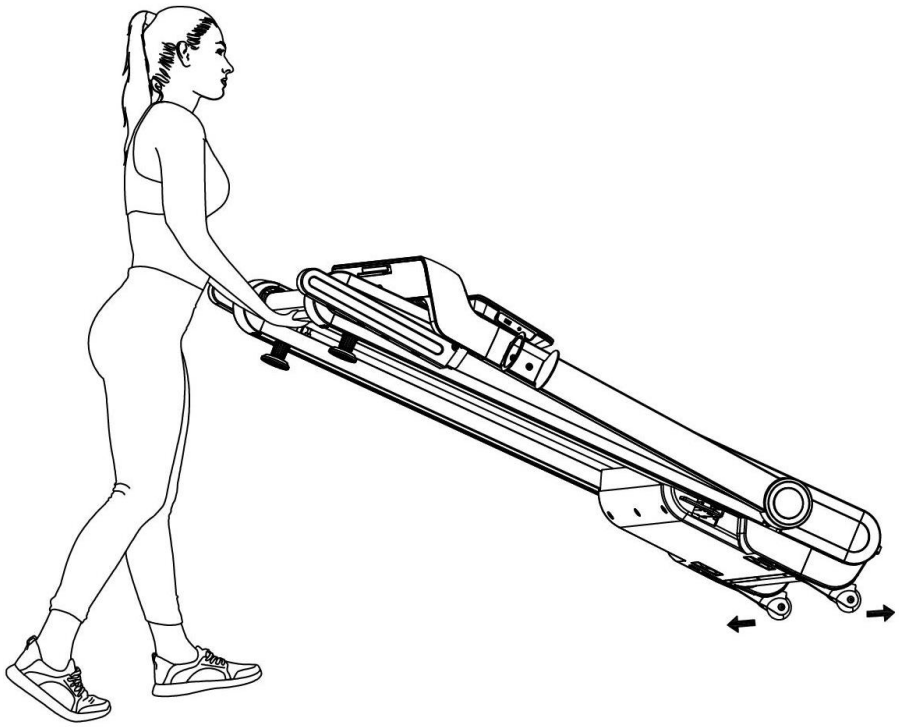
C－2



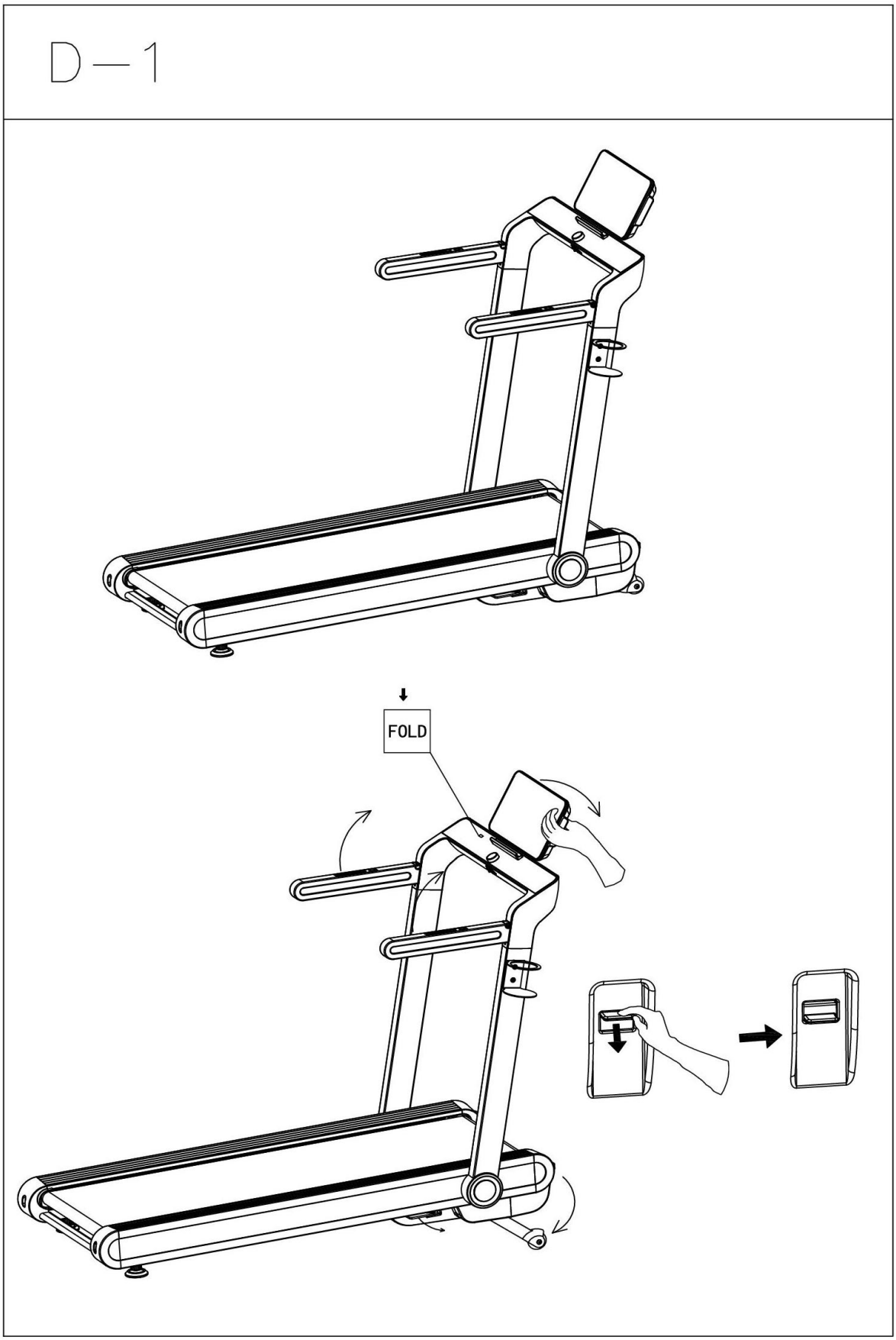


C – 3

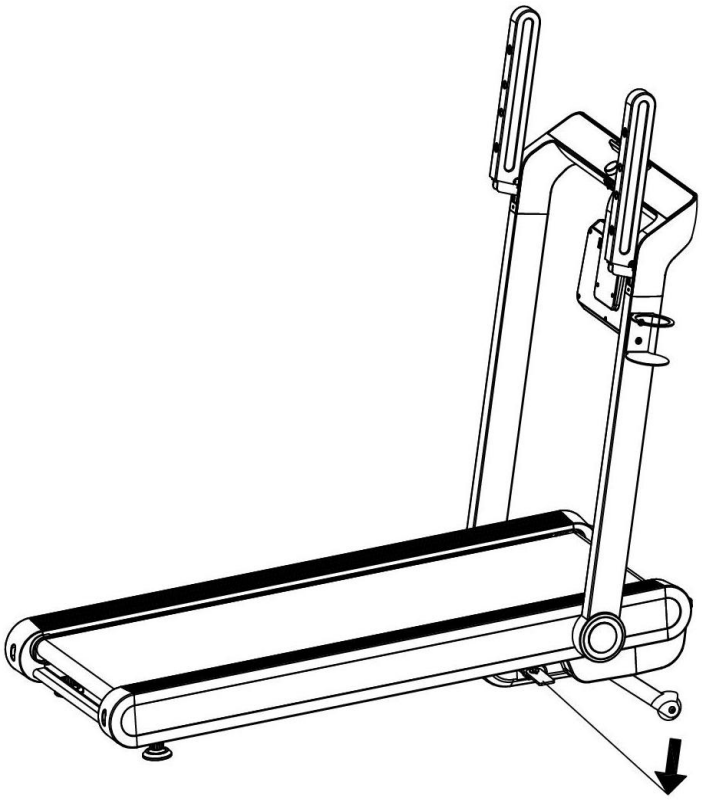


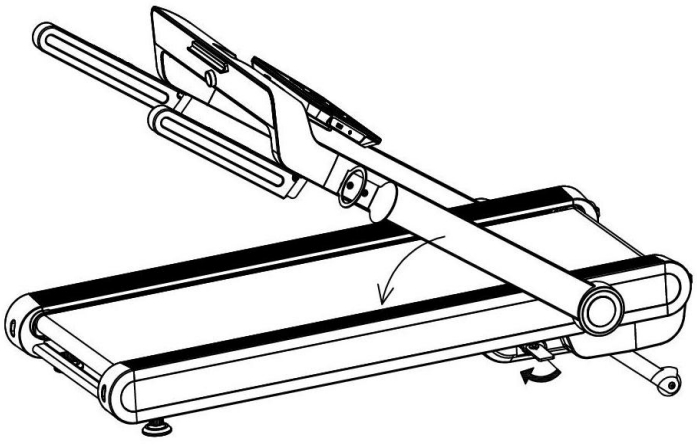


Вертикальное складывание беговой дорожки

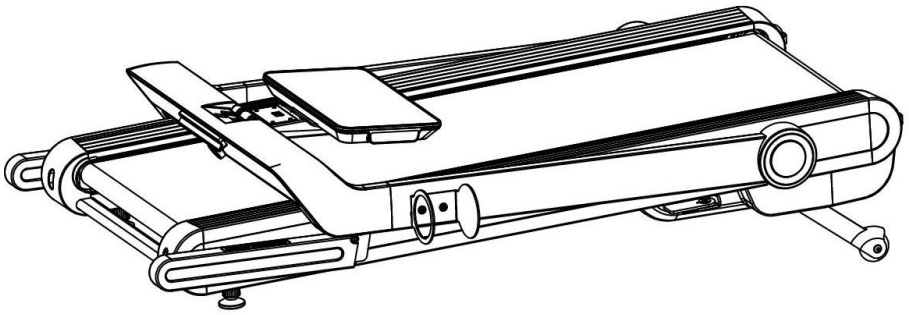


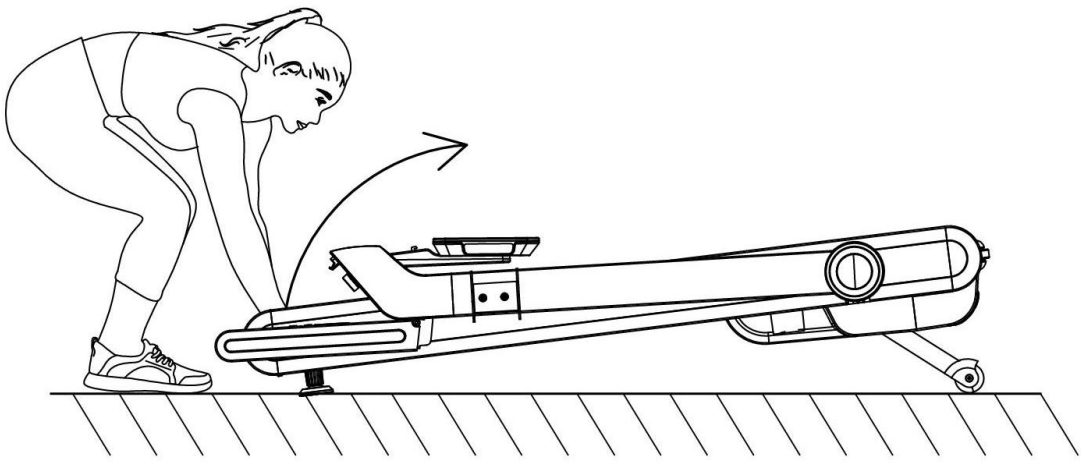
D－2



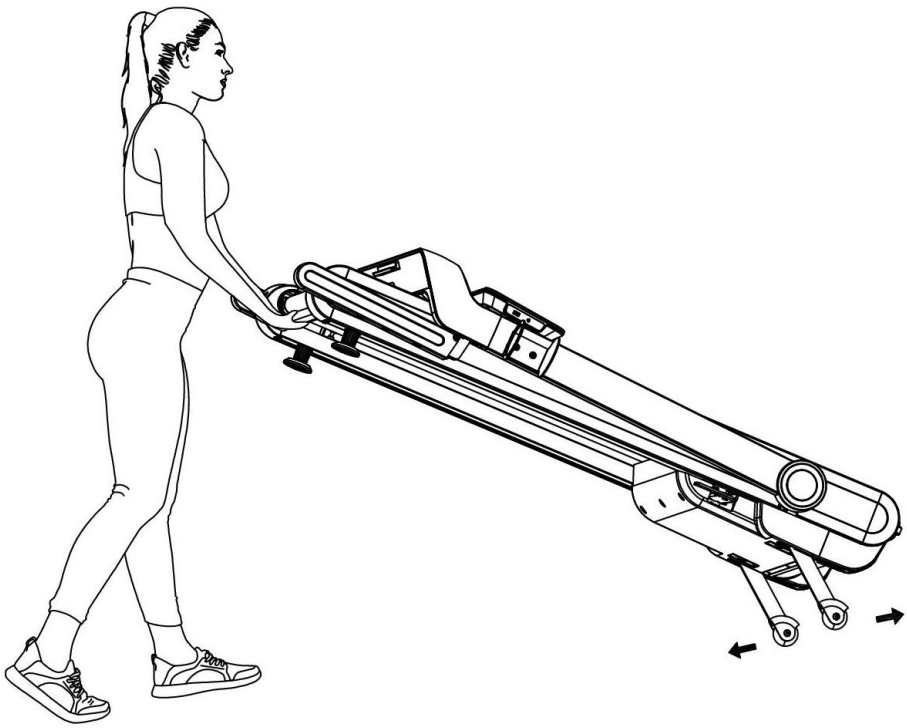


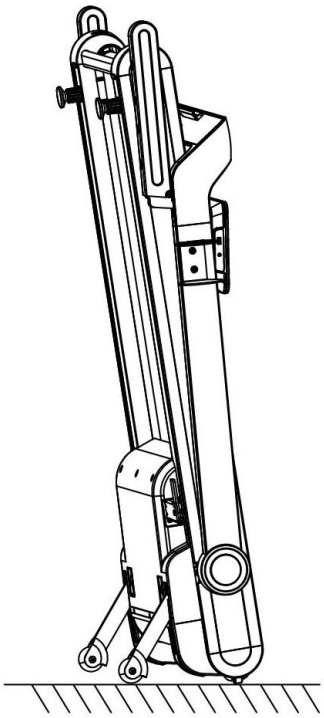
D – 3





D－4





Работа с консолью

Функции клавиш

1. INSTANT INCLINE (БЫСТРЫЙ НАКЛОН): Нажмите 6%,9%,12% чтобы быстро выбрать наклон.
2. INCLINE+/ INCLINE - (НАКЛОН +/НАКЛОН -): Нажмите клавишу, чтобы отрегулировать наклон.
3. FOLD (СКЛАДЫВАНИЕ): Перед вертикальным складыванием нажмите клавишу в режиме ожидания / остановки, тогда наклон беговой дорожки будет максимальным для обеспечения стабильности складывания.
4. PROG (ПРОГРАММА): Нажмите клавишу, чтобы выбрать между 12 предустановленными программами, 2 пользовательскими и жироанализатором.
5. KNOB (КНОПКА): Нажмите среднюю кнопку, чтобы запустить/приостановить/ остановить полностью тренажер. Поверните кнопку влево/вправо, чтобы отрегулировать скорость.

-При включенном питании тренажера и правильно подключенном ключе безопасности нажмите кнопку, тогда беговая дорожка начнет обратный отсчет через 3 секунды;

- В режиме ожидания нажмите данную кнопку, на экране появится надпись "PAU", и устройство перейдет в режим паузы;
- В режиме паузы нажмите данную кнопку, чтобы повторно запустить тренажер;
- В режиме паузы нажмите и удерживайте данную кнопку в течение 3 секунд, тогда тренажер остановится, а все функции будут сброшены до исходного состояния;
- В режиме ожидания поверните кнопку по часовой стрелке, чтобы ускорить работу тренажера. Поверните кнопку против часовой стрелки, чтобы замедлить работу тренажера.

6. INSTANT SPEED (БЫСТРАЯ СКОРОСТЬ): Нажмите 6-9-12, чтобы быстро выбрать скорость.
7. SPEED-/SPEED+ (СКОРОСТЬ-/СКОРОСТЬ+): Нажмите клавишу, чтобы отрегулировать скорость.
8. MODE (РЕЖИМ): Нажмите клавишу, чтобы выбирать между параметрами тренировки: времени, расстоянию и калориям.

Медиа (опционально)

1. MP3: Вставьте кабель MP3, чтобы включить музыку с устройства.
2. USB: Подключите устройство для зарядки.

ФУНКЦИИ ДИСПЛЕЯ:

1.STEP/ODO (ШАГИ/ОБЩЕЕ РАССТОЯНИЕ): Отображение общего количества пройденных шагов; ODO предназначен для отображения общего расстояния.
2.TIME (ВРЕМЯ): Отображение истекшего времени.
3.DISTANCE (РАССТОЯНИЕ): Отображение пройденного расстояния.
4.INCLINE (НАКЛОН): Отображение текущего наклона тренажера. Нажмите клавишу наклона, чтобы отрегулировать наклон.
5.CALORIES (КАЛОРИИ): Отображение количества потраченных калорий.
6.SPEED (СКОРОСТЬ): Отображение текущей скорости. Нажмите кнопку SPEED+/- (СКОРОСТЬ +/-) для регулирования скорости тренажера.
7.PULSE (ПУЛЬС): Отображение частоты сердечных сокращений пользователя, данные приведены только для справки и не могут рассматриваться в качестве медицинского свидетельства. Держите обе руки на сенсорных датчиках, затем через 5 секунд консоль покажет значение пульса пользователя.
8. MODE (РЕЖИМ): Нажмите клавишу MODE (РЕЖИМ), чтобы ввести настройки TIME (ВРЕМЕНИ), DISTANCE (РАССТОЯНИЯ), CALORIES (КАЛОРИЙ).
- В режиме ожидания нажмите клавишу MODE (РЕЖИМ), загорится соответствующий индикатор параметров TIME (ВРЕМЕНИ), DISTANCE (РАССТОЯНИЯ), CALORIES (КАЛОРИЙ). Выберите между данными показателями.
- Нажмите клавишу SPEED+/- (СКОРОСТЬ +/-) или INCLINE+/- (НАКЛОН+/-), чтобы установить целевое значение тренировки.
-Нажмите клавишу START (СТАРТ), тогда беговая дорожка запустится через 3 секунды.
-Нажмите клавишу SPEED+/- (СКОРОСТЬ +/-), чтобы отрегулировать скорость.
-Нажмите клавишу INCLINE+/- (НАКЛОН+/-), чтобы отрегулировать наклон.

9.1 12 предустановленных программ: в режиме ожидания нажмите клавишу PROG (ПРОГРАММА), чтобы на консоли появилось 12 программ, затем выберите одну из предложенных программ.
-Нажмите клавишу SPEED+/- (СКОРОСТЬ +/-), чтобы установить целевое время тренировки.
-Каждая программа может быть разделена на 10 разделов; беговая дорожка подаст звуковой сигнал 3 раза при запуске нового раздела.
- Нажмите клавишу SPEED+/- (СКОРОСТЬ +/-), чтобы изменить скорость или наклон во время тренировки в каждом разделе.
- Беговая дорожка подаст звуковой сигнал 3 раза и остановится, когда программа будет полностью завершена.

9.2 2 пользовательских программы: в режиме ожидания нажмите клавишу PROG (ПРОГРАММА), чтобы на консоли появилось U1,U2;
- Нажмите клавишу SPEED+/- (СКОРОСТЬ +/-), чтобы установить время тренировки.
- Нажмите клавишу MODE (РЕЖИМ) для подтверждения и перехода к следующему разделу, повторяйте до тех пор, пока не завершите настройку всех 10 разделов.
- Нажмите клавишу SPEED + /- (СКОРОСТЬ +/-) или INCLINE+/- (НАКЛОН+/-), чтобы изменить скорость или наклон.
- Установите время выполнения тренировки и нажмите START (СТАРТ), чтобы начать.

9.3 Программа жироанализатор: в режиме ожидания нажмите клавишу MODE (РЕЖИМ), чтобы на консоли появилось FAT.

-Нажмите клавишу MODE (РЕЖИМ), чтобы ввести информацию.
-Нажимайте клавишу SPEED+/- (СКОРОСТЬ +/-), чтобы установить значения от F1 до F4 (ПОЛ F1, ВОЗРАСТ F-2, РОСТ F-3, ВЕС F-4).
-Нажмите кнопку MODE (РЕЖИМ), чтобы ввести F-5 (F—5 ЖИРОАНАЛИЗАТОР), держите обе руки на сенсорных датчиках, затем через 5 секунд консоль покажет значение пульса пользователя, консоль отобразит процент жира в организме через 3 секунды.
-Процент жира в организме устанавливается в качестве ориентира и не отражает достоверные медицинские данные:

F-1	Пол	01 Мужчина	02 Женщина
F-2	Возраст	10-99	
F-3	Рост	100-200см	
F-4	Вес	20-150кг	
F-5	FAT	≤19	Недостаточный вес
	FAT	=(20---25)	Нормальный вес
	FAT	=(26---29)	Избыточный вес
	FAT	≥30	Ожирение

Функция напоминания о смазке деки
Данный тренажер имеет функцию напоминания о смазке. После каждой пробежки в 300 км беговую дорожку необходимо смазывать маслом. На дисплее будет отображаться напоминание. Сначала прочтите руководство пользователя и затем добавьте масло в среднюю часть деки, после этого закройте отверстие. Для сброса сигнала - в стартовом режиме нажать и удерживать кнопку STOP

Ключ безопасности:
В любом режиме если снять ключ безопасности, тренажер остановится. В окне появится надпись ”---" со звуковым сигналом. Тренажер не сможет работать до тех пор, пока ключ безопасности не будет вставлен обратно.

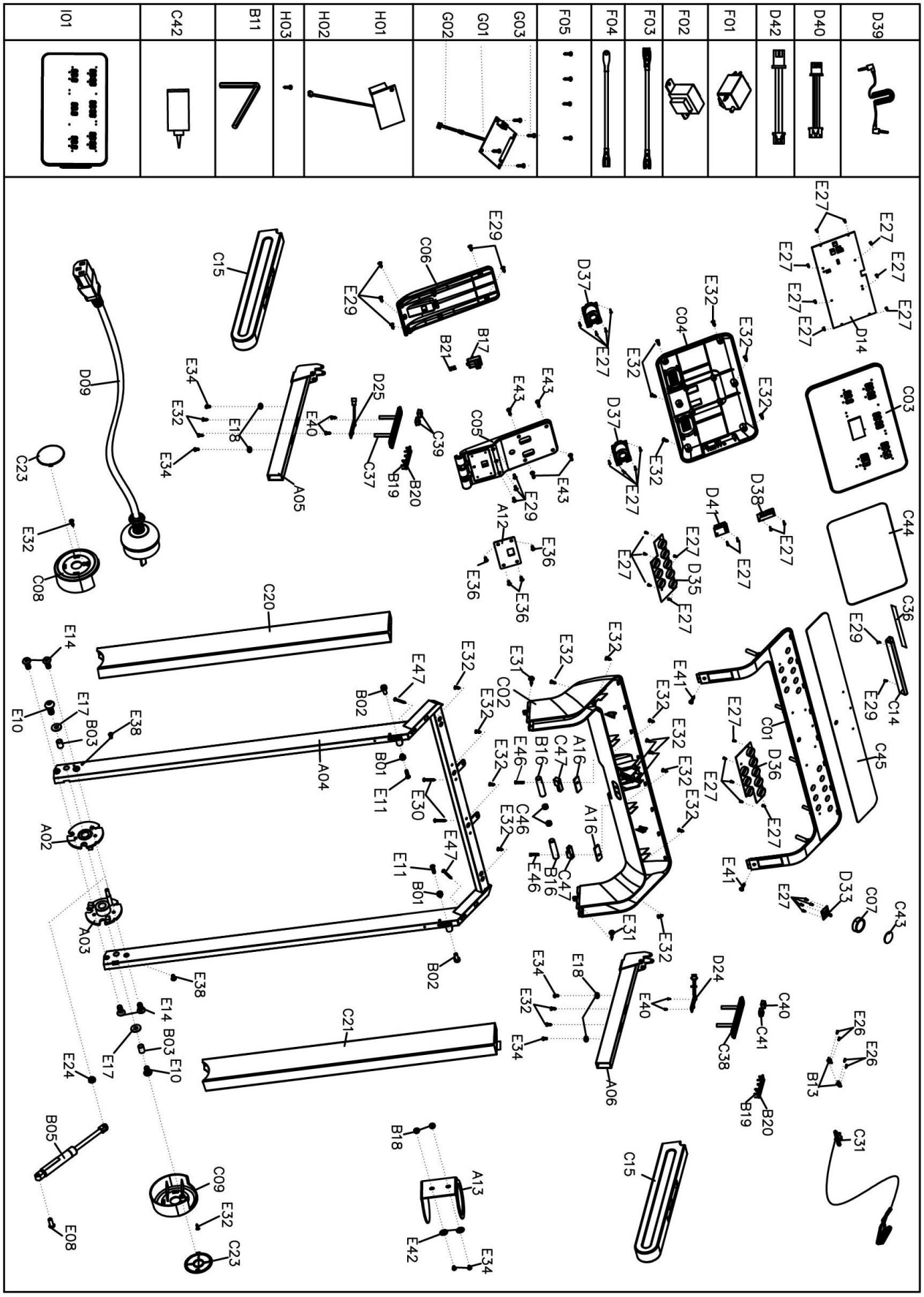
Функция энергосбережения
Чтобы снизить потребление энергии, беговая дорожка автоматически переходит в режим сна, если в течении 10 минут не пользоваться ею. На дисплее появится уведомление перед переходом в режим сна. Как только беговая дорожка перейдет в данный режим, вытащите ключ безопасности и затем вставьте снова при включении.

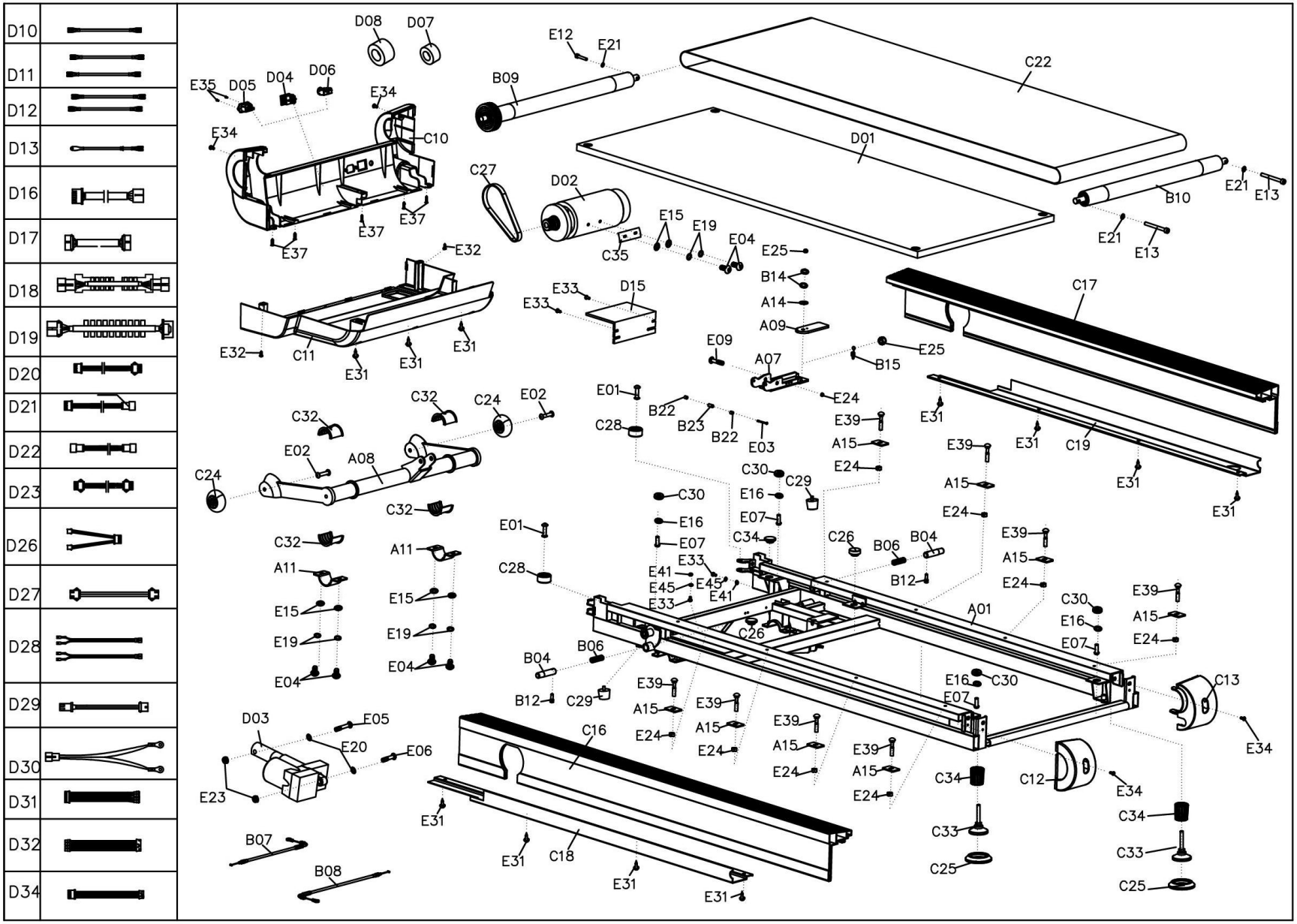
Включение (▮) и выключение (O)
Отключите питание, чтобы остановить беговую дорожку.

Отображение ошибки
Если на дисплее беговой дорожки отображается какая-либо информация об ошибке, свяжитесь с профессиональными специалистами по обслуживанию, чтобы решить данную проблему.

Внимание:
1. Рекомендуется установить медленную скорость в начале тренировки и держаться за поручни до полного освоения тренажера.
2. Прикрепите магнитный конец пульсового датчика к консоли, а зажим пульсового датчика прикрепите к одежде.
3. Чтобы безопасно завершить тренировку, нажмите клавишу STOP (СТОП) или вытащите ключ безопасности, после чего беговая дорожка немедленно остановится.

Схема тренажера в разобранном виде:




D10
D11
D12
D13
D16
D17
D18
D19
D20
D21
D22
D23
D26
D27
D28
D29
D30
D31
D32
D34
D08
D07
E12
E21
C22
E35
D05
D04
D06
E34
B09
D01
C10
C27
D02
E15
E19
E04
E25
B14
A14
A09
E09
A07
B15
E24
E01
B22
B23
B22
E03
E39
A15
E24
C30
C29
E16
E07
C34
C26
B06
B04
B12
E33
E41
E45
E45
E41
E33
C26
A01
C30
E16
E07
E39
A15
E24
C13
E34
C12
E34
C34
C33
C25
C34
C33
C25
C17
E31
C19
E31
E31
E32
C11
E31
E31
E31
E32
E33
E33
D15
C32
C24
E02
C32
E02
A08
C24
C32
A11
E15
E19
E04
A11
E15
E19
E04
C28
E01
C28
E01
C16
E31
E31
C18
E31
E31
D03
E05
E20
E06
E23
B07
B08

Список запчастей:

№	Наименование	Спецификация	Кол-во	№	Наименование	Спецификация	Кол-во
A01	Основная рама		1	D09	Кабель питания		1
A02	Левая вертикальная стойка		1	D10	Одиночный кабель переменного тока	Коричневый 200	1
A03	Правая вертикальная стойка		1	D11	Одиночный кабель переменного тока	Коричневый 350	2
A04	Рама консоли		1	D12	Одиночный кабель переменного тока	Голубой 350	2
A05	Левый кронштейн поручня		1	D13	Заземляющий кабель		1
A06	Правый кронштейн поручня		1	D14	Консоль		1
A07	Складной кронштейн		1	D15	Панель управления		1
A08	Механизм наклона		1	D16	Сигнальный кабель		1
A09	Задняя часть направляющей		1	D17	Сигнальный кабель 1		1
A10				D18	Сигнальный кабель 2		1
A11	Фиксирующая пластина		2	D19	Нижний сигнальный кабель		1
A12	Пластина		1	D20	Верхний сигнальный кабель датчика быстрой скорости		1
A13	Держатель бутылки		1	D21	Верхний сигнальный кабель датчика быстрого наклона		1
A14	Шайба		1	D22	Верхний сигнальный кабель датчика быстрой скорости		1
A15	Прижимная пластина направляющей		8	D23	Верхний сигнальный датчика быстрого наклона		1
A16	Прижимная пластина		2				
B01	Ось направляющей		2	D24	Нижний сигнальный кабель датчика быстрой скорости		1
B02	Болт		2	D25	Нижний сигнальный кабель датчика быстрого наклона		1
B03	Втулка		2	D26	Верхний пульсовый кабель		1
B04	Штифт		2	D27	Пульсовый кабель		2
B05	Цилиндр		1	D28	Нижний пульсовый кабель		2
B06	Пружина штифта		2	D29	Верхний сигнальный кабель предохранительного выключателя		1
B07	Кабель	550	1	D30	Нижний сигнальный кабель предохранительного выключателя		1
B08	Кабель 2	410	1	D31	Кабель кнопки консоли 1		1
B09	Транспортировочное колесо		1	D32	Кабель кнопки консоли 2		1
B10	Транспортировочное колесо		1	D33	Кнопка консоли		1
B11	6# шестигранный ключ		1	D34	Кабель		1
B12	Штифт		2	D35	Левый кожух панель		1

B13	Пружина ключа безопасности		2	D36	Правый кожух панели		1
B14	Шайба	φ12*φ6.2	2	D37	Кабель динамиков		2
B15	Шайба	φ7*37	1	D38	MP3 модуль		1
B16	Стопорный штифт	φ10*36.5	2	D39	MP3 кабель		1
B17	Зажим	39*24*35	1	D40	Сигнальный кабель аудио		1
B18	Штифт	φ14*7	2	D41	USB модуль		1
B19	Левый датчик пульса		2	D42	USB кабель		1
B20	Правый датчик пульса		2	E01	Болт	φ8*29	2
B21	Пружинная пластина 2	φ0.8*φ8*15	1	E02	Болт	φ8*36.5	2
B22	Ограничительная втулка - короткая	φ7*7.5	2	E03	Болт	M8*15	2
B23	Ограничительная втулка - длинная	φ7*15	1	E04	Болт	M8*20	6
C01	Верхний кожух консоли		1	E05	Болт	M10*55	1
C02	Нижний кожух консоли		1	E06	Болт	M10*40	1
C03	Верхний кожух панели управления		1	E07	Болт	M8*24	4
C04	Нижний кожух панели управления		1	E08	Болт	M8*20	1
C05	Верхняя крышка кронштейна панели		1	E09	Болт	M8*60	1
C06	Нижняя крышка кронштейна панели		1	E10	Болт	M10*35	2
C07	Ручка		1	E11	Болт	M6*20	2
C08	Левый кожух вертикальной стойки		1	E12	Болт	M8*50	1
C09	Правый кожух вертикальной стойки		1	E13	Болт	M8*65	2
C10	Верхний кожух двигателя		1	E14	Болт	M8*32	4
C11	Нижний кожух двигателя		1	E15	Плоская щайба	8	6
C12	Левый задний кожух		1	E16	Шайба	φ8*φ22*2.0	4
C13	Правый задний кожух		1	E17	Плоская щайба	φ10*φ26*2.0	2
C14	Держатель планшета		1	E18	Щайба	φ5*φ13*1.0	4
C15	Пенорезиновые поручни		2	E19	Щайба	8	6
C16	Левая направляющая		1	E20	Стопорная шайба	10	2
C17	Правая направляющая		1	E21	Стопорная шайба	8	3
C18	Левая нижняя часть направляющей		1	E22			
C19	Правая нижняя часть направляющей		1	E23	Гайка	M10	2
C20	Левый кожух вертикальной стойки		1	E24	Гайка	M8	10
C21	Правый кожух вертикальной стойки		1	E25	Гайка	M6	2
C22	Беговое полотно		1	E26	Винт	ST2.5*6	4
C23	Кожух		2	E27	Винт	ST2.9*6	34
C24	Колесо		2	E28			
C25	Кожух основания		2	E29	Винт	ST2.9*12	10
C26	Прокладка		2	E30	Винт	ST4.2*35	2
C27	Ходовой ремень		1	E31	Винт	ST4.2*12	13
C28	Регулировочная ручка		2	E32	Винт	ST4.2*12	26

C29	Прокладка		2	E33	Болт	M5*8	4
C30	Прокладка деки		4	E34	Болт	M5*12	10
C31	Ключ безопасности		1	E35	Винт	ST2.9*8	2
C32	Нейлоновая втулка		4	E36	Винт	ST2.9*12	4
C33	Универсальная накладка 2		2	E37	Винт	ST4.2*12	5
C34	Втулка для опоры для ног 1		2	E38	Винт	ST4.2*20	2
C35	Антискользящая накладка		1	E39	Болт	M8*35	8
C36	Стопорная накладка		1	E40	Винт	ST2.5*6	4
C37	Кнопка быстрого наклона		1	E41	Винт	ST4.2*12	2
C38	Кнопка быстрой скорости		1	E42	Шайба	φ5*φ15*1	2
C39	Кнопка		2	E43	Болт	M5*16	4
C40	Кнопка +		1	E44	Стопорная шайба	5	2
C41	Кнопка -		1	E45	Шайба	5	2
C42	Смазка		1	E46	Болт	M6*30	2
C43	Поворотная ручка		1	E47	Винт	ST4.2*40	2
C44	Консольная панель		1	F01	Фильтр		1
C45	Кнопка		1	F02	Индуктор		1
C46	Шайба		2	F03	Сигнальный кабель		1
C47	Силиконовая прокладка		2				
D01	Дека		1	F04	Заземляющий кабель		1
D02	Двигатель постоянного тока		1	F05	Винт	ST4.2*12	4
D03	Механизм наклона		1	G01	Беспроводной приемник		1
D04	Выкл-вкл кнопка		1	G02	Соединительный кабель чсс		1
D05	Разъем питания		1	G03	Винт	ST2.9*6.0	4
D06	Защита от перегрузки		1	H01	Bluetooth модуль		1
D07	Магнитное кольцо		1	H02	Bluetooth соединительный кабель		1
D08	Магнитный зажим		1	H03	Винт	ST2.9*6.0	1
				I01	Стойка консоли		1

Сообщения об ошибках и варианты их устранения

Внимание

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

Внимание

Категорически не рекомендуется запускать беговую дорожку стоя на беговом полотне. Это приведёт к выходу электродвигателя из строя.

Перед запуском дорожки стойте на боковых накладках. Рекомендуем вставать на полотно при его скорости движения 2-3 км/ч.

Проблема	Причина	Решение
Беговая дорожка не работает.	Нет питания.	Включите в розетку.
	Ключ безопасности не вставлен.	Вставьте ключ безопасности.
Беговое полотно не центрировано.	Неправильное натяжение беговой ленты с левой или правой стороны деки.	Затяните регулировочные болты с левой и правой стороны.
Консоль не работает.	Неправильно подсоединены кабели от компьютера и нижней панели управления.	Проверьте подключение кабелей компьютера и панели управления.
	Трансформатор поврежден.	Если трансформатор поврежден, обратитесь в службу поддержки.
E01 или E13: Сообщение об ошибки.	Неправильно подсоединены кабели от компьютера и нижней панели управления.	Проверьте подключение кабелей компьютера и панели управления. Если кабель был проколот или поврежден, необходимо будет заменить его. Если проблема не устранена, возможно, потребуется заменить панель управления.
E02: Защита от взрывов.	Напряжение ниже 50% от требуемого напряжения.	Убедитесь, что источник питания имеет правильное напряжение. Проверьте панель управления, замените при повреждении. Проверьте двигатель, замените при повреждении.
E03: Отсутствует сигнал датчика скорости.	Сигнал датчика скорости не отображается на панели управления.	Проверьте, хорошо ли подключен кабель датчика скорости, если соединение ослаблено, подключите его заново. Проверьте, не поврежден ли датчик скорости, при необходимости замените его. Проверьте панель управления, замените ее при повреждении.

E04: Мотор подъема не работает	Мотор подъема поврежден. Кабель мотора подсоединен неправильно или поврежден.	Подсоедините или замените кабель мотора подъема. Замените мотор подъема на новый.

E05: Защита от перегрузки (система самозащиты).	Напряжение слишком низкое или слишком высокое. Панель управления повреждена.	Перезапустите беговую дорожку. Проверьте силу напряжения.
	Определенная часть беговой дорожки застряла, и поэтому двигатель не может работать должным образом.	Проверьте все части беговой дорожки, чтобы убедиться, что всё работает правильно. Проверьте двигатель, прислушайтесь к шуму и проверьте, нет ли запаха гари. При необходимости замените двигатель. Проверьте панель управления, замените, если она повреждена. Смажьте беговую дорожку.
E06: Неисправность двигателя.	Кабель двигателя не подсоединен или двигатель поврежден.	Проверьте кабели двигателя, чтобы убедиться, что двигатель подключен. Если кабель был проколот или поврежден, необходимо будет заменить его. Если проблема не устранена, возможно, потребуется заменить двигатель.
E08: Неисправность панели управления.	Панель управления не подсоединена.	Проверьте верхний и средний кабели чтобы убедиться, что панель управления подключена. Если кабель был проколот или поврежден, необходимо будет заменить его. Если проблема не устранена, возможно, потребуется заменить панель управления.
E10: Неисправность мотора.	Двигатель поврежден или определенная часть беговой дорожки застряла, и поэтому двигатель не может работать должным образом.	Проверьте все части беговой дорожки, чтобы убедиться, что все работает правильно. При необходимости замените двигатель. Смажьте беговую дорожку.

Технические характеристики:

Скорость, км/ч	1-18
Двигатель	3,0 л.с. DC
Пиковая мощность двигателя, л.с.	4,5
Беговое полотно	1,6 мм, антискользящее
Длина бегового полотна, см	143
Ширина бегового полотна, см	48
Регулировка угла наклона	электрическая
Количество уровней наклона	12
Материал деки	МДФ, парафинированная
Толщина деки	18 мм
Система амортизации	4 профессиональных эластомеров VCS™
Тип консоли	6 LED дисплев с белой индикацией
Показания консоли	время, скорость, дистанция, уровень наклона, калории, пульс, шаги, программа, статус Bluetooth
Общее количество программ	18
Спецификация программ	ручной режим, жироанализатор, 12 встроенных, 2 пульсозависимые, 2 пользовательские
Мультимедиа	встроенные колонки
Дополнительные особенности тренажера	сенсорные датчики на поручнях, увеличенный размер бегового полотна, ключ безопасности, держатель для бутылки
Измерение пульса	есть
Сопряжение с кардиодатчиками	герцовый (приобретается отдельно)
Интеграционные технологии	Bluetooth для работы с тренировочным мобильным приложением (Fitshow™, Kinomap™ ,ZWIFT™)
Разъемы	AUX, USB
Язык интерфейса	русский
Подставка под планшет/смартфон	да
Зарядка для мобильного устройства	да
Складывание	да
Транспортировочные ролики	да
Компенсаторы неровностей пола	да
Габариты в рабочем состоянии, см	170*77*140
Габариты в сложенном виде, см	160*77*34
Максимальный вес пользователя , кг	140
Вес нетто, кг	69
Подключение к сети	220 В
Гарантийный срок	24 мес.
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.