

# ***SPIRIT***

## **Инструкция по эксплуатации**

Беговая дорожка



Руководство пользователя



## СОДЕРЖАНИЕ

<u>Инструкция по безопасности</u>	<u>3</u>
<u>Инструкция по электробезопасности</u>	<u>5</u>
<u>Инструкция по эксплуатации</u>	<u>7</u>
<u>Инструкция по сборке</u>	<u>8</u>
<u>Инструкция по складыванию/транспортировке</u>	<u>14</u>
<u>Управление Вашей беговой дорожкой</u>	<u>15</u>
<u>Общее техническое обслуживание</u>	<u>21</u>
<u>Руководство по диагностическому обслуживанию</u>	<u>25</u>
<u>Вид в разобранном состоянии</u>	<u>28</u>
<u>Список деталей</u>	<u>29</u>

### ВНИМАНИЕ!!!

Данный тренажер предназначен только для домашнего использования. Любое другое применение и использование тренажера не предполагает гарантийного обслуживания.

### **СОХРАНИТЕ И ПЕРИОДИЧЕСКИ ЧИТАЙТЕ ЭТИ ИНСТРУКЦИИ – ЭТО ГАРАНТИЯ ВАШЕЙ БЕЗОПАСНОСТИ!**

#### **ВНИМАНИЕ!**

Данный тренажер предназначен только для домашнего использования. Любое другое применение и использование тренажера не предполагает гарантийного обслуживания.

Важно помнить, что спортивное оборудование находится на гарантийном обслуживании до того момента, пока соблюдаются правила эксплуатации тренажера. Не соблюдение правил использования тренажера может привести к освобождению от гарантийных обязательств.

#### **ВНИМАНИЕ!**

Перед использованием тренажера внимательно ознакомьтесь с данным руководством.

# ИНСТРУКЦИЯ ПО БЕЗОПАСНОСТИ

Большое внимание было уделено безопасности при проектировании и изготовлении данного тренажёра, тем не менее, очень важно, чтобы Вы строго придерживались инструкций безопасности.

Для обеспечения вашей безопасности и во избежание несчастных случаев, для продления срока службы тренажера, прочитайте данное руководство, прежде чем использовать тренажер. Не используйте тренажер, если вы не прочитали описание и полностью не поняли результаты действия программы и запросов компьютера.

- Проконсультируйтесь с врачом, если Вы хотите регулярно и интенсивно тренироваться. Это особенно важно для пользователей с ограничениями по здоровью. Рекомендуем людям с ограниченными возможностями использовать данный тренажер только при наличии квалифицированного специалиста.
- Сразу же прекращайте тренировку, если Вы почувствовали дискомфорт или у Вас возникли болезненные ощущения в мышцах или суставах. Строго следите за тем, как Ваш организм реагирует на программы тренировок. Например, головокружение является признаком того, что Вы тренируетесь слишком интенсивно.
- После того, как тренажёр будет собран в соответствии с инструкцией, убедитесь, что все винты, болты и гайки надёжно затянуты, а соединительные кабели правильно подсоединены.
- При занятиях носите удобную одежду и соответствующую спортивную обувь. Не надевайте свободную одежду, которая может попасть в движущиеся части тренажёра.
- Не касайтесь движущихся частей тренажера.
- Тренажер должен быть размещен в недоступном для детей и домашних животных месте.
- Только один человек может использовать тренажёр во время тренировки.
- Установите тренажер на гладкой, чистой, ровной и твердой поверхности. Никогда не используйте тренажер рядом с водой и убедитесь в том, что нет никаких острых предметов в непосредственной близости от тренажера. При необходимости постелите защитный коврик (не входит в комплект поставки), чтобы защитить поверхность под тренажёром и сохраняйте свободное пространство не менее 1,0 м вокруг тренажера для обеспечения безопасности.
- Не устанавливайте тренажер на мягкую поверхность, это может привести к повреждению как ковра, так и тренажера.
- Не используйте тренажер во время грозы. Возможно возникновение электромагнитных колебаний, которые могут повредить компоненты тренажера. Отключите тренажер во время грозы в качестве меры предосторожности.
- Отключите тренажёр из розетки перед чисткой или работами по техническому обслуживанию.
- Для отключения тренажера переведите все функции тренажера в положение ВЫКЛ, затем выньте вилку из розетки.
- Для чистки тренажера используйте мыльный раствор и влажную тряпку; ни в коем случае не применяйте растворители.
- Не занимайтесь на тренажёре, если он был повреждён или вышел из строя.
- Не пытайтесь использовать тренажер в целях, не предусмотренных данной инструкцией.
- Используйте устройство только в целях, указанных в данной инструкции по эксплуатации, а также используйте только аксессуары, рекомендованные производителем.
- Датчики пульса на рукоятках тренажера не являются медицинскими устройствами. Их целью является предоставить вам приблизительные данные о вашем пульсе. Использование датчика сердечного ритма на нагрудном ремне даст гораздо более точные результаты анализа сердечного ритма. Различные факторы, например, такие как

движение пользователя, могут повлиять на точность измерения частоты сердечных сокращений. Датчики пульса являются лишь вспомогательным инструментом при тренировках, чтобы помочь определить тенденции частоты сердечных сокращений в целом.

- Ремонт тренажера должен осуществляться только уполномоченным сервисным специалистом.
- Регулярно осматривайте тренажер перед использованием, на наличие изношенных частей.
- Не подвергайте тренажер воздействию высокой влажности или прямых солнечных лучей.
- Никогда не подвергайте тренажер воздействию дождя или влаги. Не используйте тренажером вне помещения, рядом с бассейном или в любой другой среде с высокой влажностью. Температура рабочей среды для тренажера составляет от 5 до 48 градусов Цельсия (от 40 до 120 градусов по Фаренгейту), и относительной влажностью от 65% до 95% без конденсации (образование капель воды на поверхности или внутри тренажера).
- Тренажер должен эксплуатироваться в сухих и теплых закрытых помещениях, имеющих отопление и вентиляцию, с постоянной влажностью и температурой. Если тренажер подвергался действию низких температур или высокой влажности, то перед первым использованием необходимо подождать, пока он нагреется до комнатной температуры. Невыполнение этого условия может привести к отказу электронных компонентов.
- Не занимайтесь на тренажере в помещениях с повышенным содержанием кислорода или там, где используются аэрозоли, это может привести к возгоранию.
- Не работайте с тренажером, накрытым простыней или одеялом. Возможен перегрев, который может привести к пожару, поражению электрическим током или другим травмам.
- Не допускайте попадания предметов в отверстия тренажера.
- Будьте осторожны при совмещении мероприятий (например, чтение, просмотр телевизора и т.д.), во время тренировки на тренажере. Рассеивание внимания может привести к потере равновесия, что в свою очередь может привести к серьезным травмам.
- Всегда держитесь за ручки тренажера при внесении изменений управления.
- Старайтесь сильно не нажимать на клавиши управления тренажером. Они настроены на легкое прикосновение и нормально функционируют в таком режиме.
- Важно понимать, что увеличение нагрузки происходит не сразу. Установите желаемый уровень нагрузки и нажмите клавишу подтверждения. Компьютер будет постепенно выполнять заданную программу.
- Необходимо тщательное наблюдение при использовании тренажера детьми, инвалидами или людьми с ограниченными возможностями.
- Никогда не оставляйте включенный тренажер без присмотра.
- Осматривайте беговую дорожку перед каждым использованием, чтобы удостовериться, что каждая ее часть находится в рабочем состоянии.
- Убедитесь, что беговое полотно всегда натянуто. Запустите беговое полотно, прежде чем становиться на него.
- Используйте тренажер только по его прямому назначению, как описано в данном руководстве. Не используйте приспособления, не рекомендованные производителем.
- Извлекайте ключ безопасности после тренировки, чтобы предотвратить несанкционированное использование беговой дорожки.

**СОХРАНИЕ ЭТУ ИНСТРУКЦИЮ ДЛЯ ВАШЕЙ БЕЗОПАСНОСТИ!**

## ИНСТРУКЦИЯ ПО ЭЛЕКТРОБЕЗОПАСНОСТИ

- Выберите место вблизи от розетки для установки тренажера. Розетка должна быть расположена в месте, в котором обеспечивается возможность легко и безопасно вставлять, и вытаскивать вилку.
- Тренажер должен быть подключен к отдельной розетке.
- Не используйте удлинитель если он не соответствует стандарту 14AWG или выше.
- Используйте удлинитель только с одной розеткой.
- Сначала подключите кабель питания к тренажеру и только затем вставьте его вилку в розетку.

Для снижения риска поражения электрическим током отключите тренажер от электрической сети до начала работ по очистке или сервисных работ.

- Для снижения риска получения ожогов, возникновения пожара, поражения электрическим током или получения травм устанавливайте тренажер на ровную поверхность и подключайте только в заземлённую розетку электрической цепи, имеющей напряжение  $230 \pm 10\%$  вольт, силу тока до 10 ампер и частотой 50 ГЦ.
- Всегда подключайте тренажёр к розетке с заземлением и без других приборов, подключённых к ней. Не рекомендуется использовать электрические удлинители.
- Неисправное заземление может вызвать риск поражения электрическим током. Попросите квалифицированного электрика проверить розетку в случае, если Вы не знаете, выполнено ли заземление надлежащим образом. Не модифицируйте вилку, поставляемую с тренажером, если она не совместима с вашей розеткой. Обратитесь к специалисту для установки подходящей розетки.
- Погодные условия или включения и выключения других устройств могут вызвать скачки напряжения, которые могут привести к выходу из строя тренажера, он должен быть оснащен фильтром сетевого напряжения (не входит в комплект).
- Держите шнур питания вдали от транспортировочного ролика. Не оставляйте шнур питания под тренажером. Располагайте электрический шнур вдали от нагреваемых поверхностей. Не используйте тренажер с повреждённым или изношенным шнуром питания. Если шнур питания повреждён, он должен быть немедленно заменён производителем или его представителем.
- Никогда не снимайте любые детали, крышки без предварительного отключения тренажера от сети питания. Если напряжение изменяется на десять процентов (10%) или больше, производительность вашего тренажера может быть ухудшена. Использование тренажера в таких условиях лишает гарантийного обслуживания. Если вы подозреваете, что подается низкое напряжение, свяжитесь с представителями вашей местной энергетической компании или обратитесь к профессиональному электрику для надлежащего тестирования электросети.
- Скачки напряжения могут серьезно повредить беговую дорожку. Изменения погоды или подключение и отключение других приборов могут вызвать скачки напряжения, перенапряжение или электрические помехи. Снизить опасность повреждения тренажера поможет использование стабилизатора напряжения с 20-30% запасом мощности. В случае повреждения электронных частей, причиной которой стали скачки напряжения, гарантийный ремонт не обеспечивается.
- В состав электронной части оборудования встроены подавители импульсных помех, однако если рядом используется оборудование, являющееся источником мощных импульсных помех либо создающее мощные скачки напряжения, необходимо применение дополнительного оборудования – стабилизаторов, фильтров, подавителей импульсных помех, развязывающих трансформаторов и т.д. для защиты тренажера.

## СОХРАНИТЕ И ПЕРИОДИЧЕСКИ ЧИТАЙТЕ ЭТИ ИНСТРУКЦИИ – ЭТО ГАРАНТИЯ ВАШЕЙ БЕЗОПАСНОСТИ!

Игнорирование этих инструкций будет автоматически аннулировать гарантию.

### **ВНИМАНИЕ!**

**НИКОГДА** не используйте устройство защитного отключения (УЗО) с этим тренажером. Так же, как и с многими другими устройствами с большим мотором, УЗО будет часто срабатывать. Проложите кабель питания вдали от подвижных частей беговой дорожки, в том числе механизма подъема и транспортировочных колес.

**НИКОГДА** не подвергайте тренажер воздействию дождя или влаги. Этот тренажер не предназначен для использования на открытом воздухе, рядом с бассейном, в спа-салоне, или в любой другой среде с высокой влажностью. Спецификация рабочих температур составляет от 5 до 48 градусов Цельсия (от 40 до 120 градусов по Фаренгейту), а влажность составляет не более 95% без конденсации (не должно образовываться никаких капель воды на поверхности). Некоторые выключатели, используемые в домах, не рассчитаны на большие пусковые токи, которые могут возникнуть при первом включении или даже во время использования беговой дорожки. Если беговая дорожка вызывает срабатывания автоматического выключателя (даже если выключатель подходит по всем параметрам), вам нужно заменить автоматический выключатель на автомат с более высоким уровнем срабатывания. Данная особенность не является дефектом, это условие, которое нельзя контролировать в процессе производства тренажера. Автоматические выключатели доступны в большинстве электрических магазинов. Тренажер должен быть заземлен. В случае сбоя или поломки электрического оборудования заземление снижает риск поражения электрическим током. Ваш тренажер оборудован кабелем питания, имеющим штекер с заземлением. Штекер должен быть подключен к соответствующей розетке, которая установлена в соответствии со всеми местными нормами и правилами.

**ОПАСНОСТЬ** - неправильное подключение кабеля заземления может привести к поражению электрическим током. Проконсультируйтесь с квалифицированным электриком или специалистом по обслуживанию, если у Вас есть сомнения по поводу того, правильно ли заземлен тренажер.

## ИНСТРУКЦИЯ ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ

- **НИКОГДА** не используйте тренажер, если вы прочитали и не полностью поняли инструкцию по программам.  
Важно понимать, что увеличение нагрузки происходит не сразу. Установите желаемый уровень нагрузки и нажмите кнопку подтверждения. Компьютер будет постепенно выполнять заданную программу.
- **НИКОГДА** не используйте тренажер во время грозы. Возможен скачок напряжения в сети, который может повредить компоненты тренажера.  
Будьте осторожны при совмещении занятий (например, чтение, просмотр телевизора и т.д.), во время тренировки на тренажере. Отвлечение внимания может привести к потере равновесия, что в свою очередь может привести к серьезным травмам.
- **НИКОГДА** не собирайте или разбирайте тренажер, пока приводной ремень находится в движении. Беговая дорожка начинает работу с очень медленной скорости, поэтому нет необходимости сходить с беговой дорожки во время запуска. Нужно просто стоять на полотне во время медленного ускорения после того. Всегда держитесь за поручни при изменении настроек (угол наклона, скорость и т.д.).  
Не прилагайте чрезмерное усилие при нажатии на клавиши управления консолью. Они сделаны так, чтобы срабатывать под небольшим давлением пальца.
- Страховочный ключ безопасности поставляется с тренажером. Он имеет простое магнитное устройство и должен использоваться всегда. Он предназначен для Вашей безопасности, в случае падения или нахождения на большом расстоянии от поручней беговой дорожки, ключ выдергивается, а движение беговой дорожки прекращается.

Перед началом тренировки

1. Поместите ключ в отведенное место на консоли управления. Беговая дорожка не запустится без него.
2. Прикрепите пластиковый зажим надежно к Вашей одежде, чтобы гарантировать хорошее сцепление.

*Примечание:* Магнит ключа достаточно сильный, чтобы предотвратить нежелательное выпадение. Зажим должен быть надежно закреплен, чтобы он случайно не отсоединился. Ознакомьтесь с его функцией и ограничениями. Беговая дорожка остановится за один или два шага, в зависимости от скорости, сразу же после того, как ключ выпадет из разъема консоли. В нормальном режиме тренировки для остановки дорожки используйте красную клавишу Stop/Pause («Стоп/Пауза»).

## ИНСТРУКЦИЯ ПО СБОРКЕ

- Если доставка тренажера осуществлялась в холодное время года, приступайте к его сборке и эксплуатации спустя 2-3 часа после того, как он нагреется до температуры в помещении.
- Перед началом сборки тренажера, внимательно ознакомьтесь с последовательностью шагов сборки.
- После распаковки разместите комплектующие части на свободной поверхности. Это даст Вам обзор и упростит сборку.
- Проверьте все комплектующие части тренажера и если какой-либо из частей нет, обратитесь к продавцу.
- Найдите пакет с крепежом и инструментами. Сначала достаньте инструменты. Доставайте элементы для каждого шага сборки отдельно, чтобы избежать путаницы. Номера в инструкции, приведенные в скобках (#), являются номерами элементов на схеме сборки.
- Обратите внимание, что всегда есть риск получения травмы при использовании инструментов и проведение технических работ. Пожалуйста, соблюдайте осторожность при сборке.
- Убедитесь, что условия работы безопасны. Уберите упаковочный материал таким образом, чтобы он не представлял опасности.

### **ВНИМАНИЕ!!!**

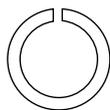
Пенопласт и пластиковые пакеты представляют собой потенциальную опасность для детей!

При возникновении сложностей в сборке, обратитесь в службу технической поддержки, по телефону, указанному в гарантийном талоне.

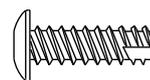
### **ВНИМАНИЕ!!!**

Пожалуйста, будьте осторожны, распаковывая картонные коробки.

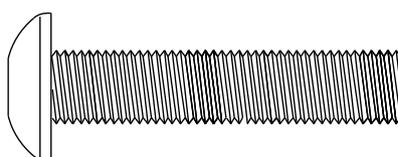
## КОМПЛЕКТ ДЛЯ СБОРКИ



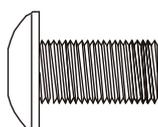
**#82.**  $\text{Ø}10 \times 2.0\text{T}$   
Разрезная шайба (4 шт.)



**#88.**  $\text{Ø}5 \times 16 \text{ мм}$   
Болт (6 шт.)



**#90.**  $3/8" \times 1-3/4"$   
Болт с круглой головкой (4 шт)



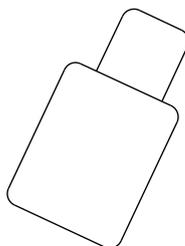
**#93.**  $5/16" \times 15\text{m/m}$   
Болт с круглой головкой (8 шт.)



**#132.** Гайка-клемма M5 (6 шт.)

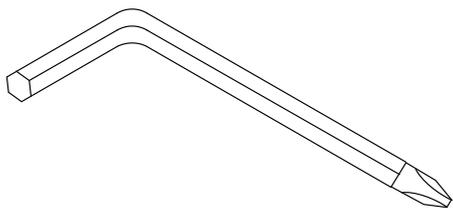


**#142.**  $\text{Ø}3.5 \times 16\text{m/m}$   
Саморез по металлу (8 шт.)

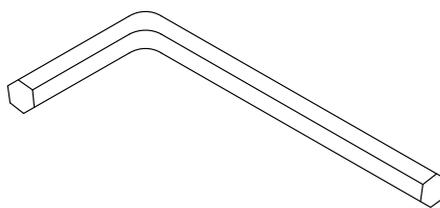


**#58.** Смазка

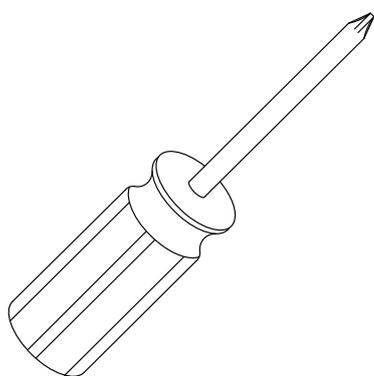
## СБОРОЧНЫЙ ИНСТРУМЕНТ



**#96.** Комбинированный шестигранный ключ М5 и крестовая отвертка



**#97.** Шестигранный ключ М6

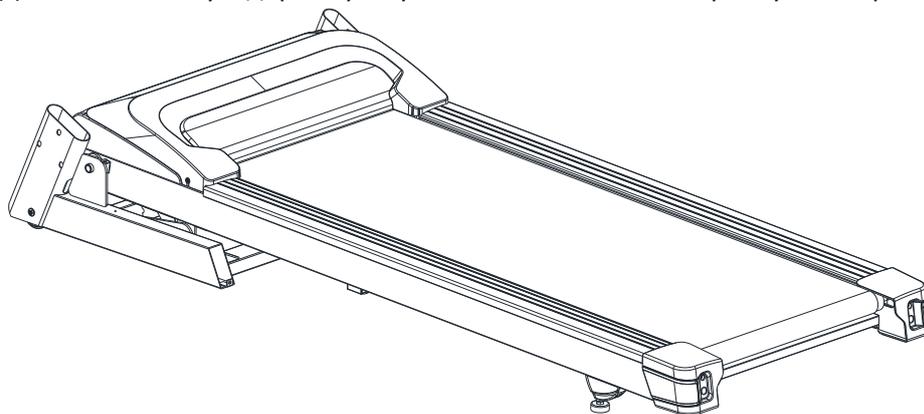


**#122.** Крестовая отвертка

## Инструкции по сборке

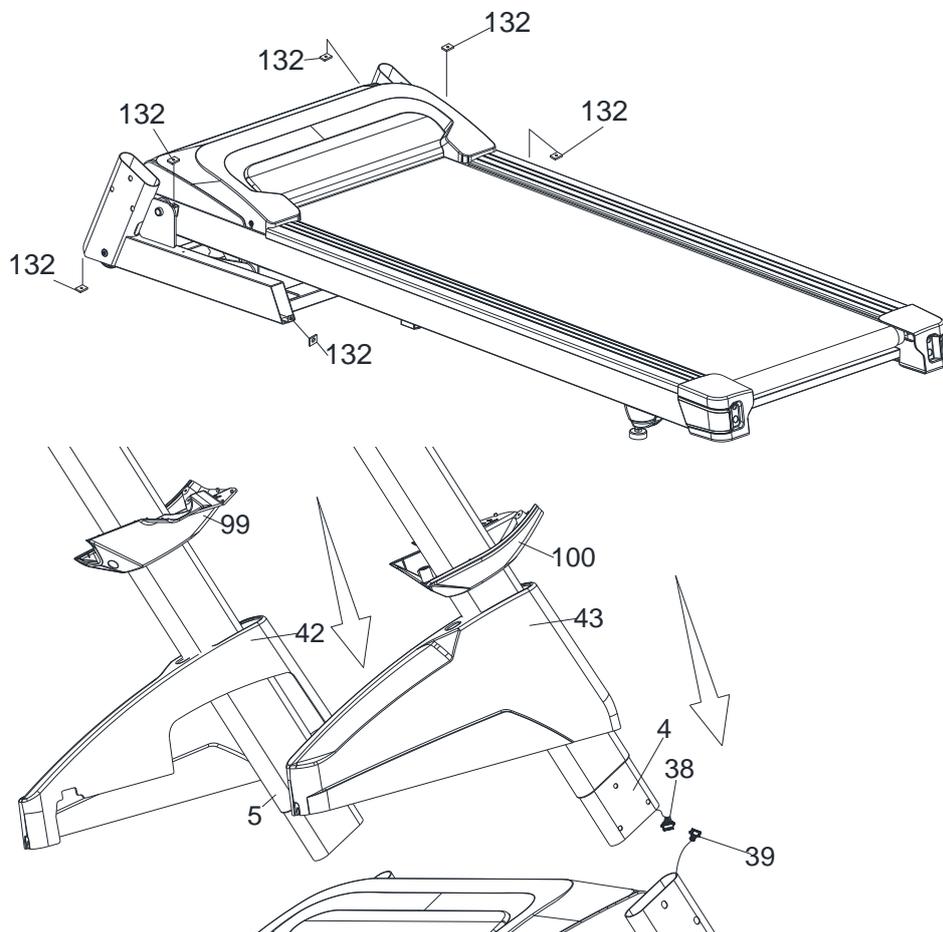
### ШАГ 1

Достаньте беговую дорожку из упаковки и положите на ровную поверхность.



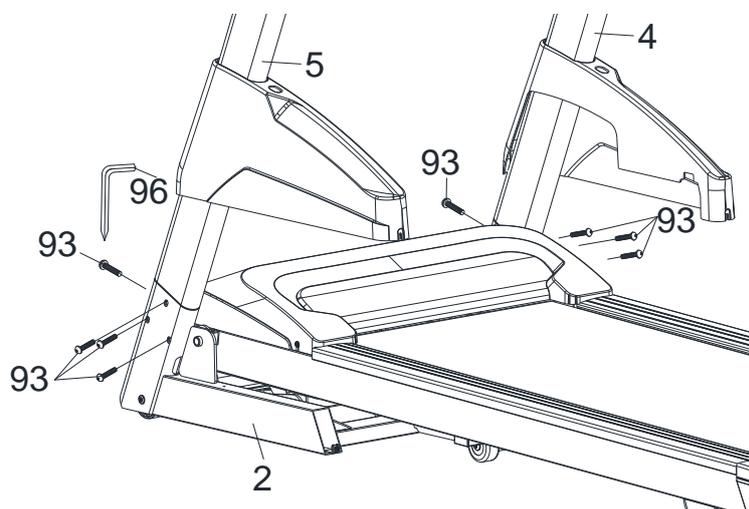
## ШАГ 2

Расположите шесть Гаек-клемм М5 (132), идущих в наборе крепежных изделий, спереди и с каждой стороны устройства, как показано ниже и вставьте правую и левую стойки (4, 5) в отверстия в кожухах основания рамы (42, 43) и в отверстия в кожухе стойки консоли (99, 100) соответственно, как показано далее. Соедините среднюю часть кабеля консоли (38) с его нижней частью (39).



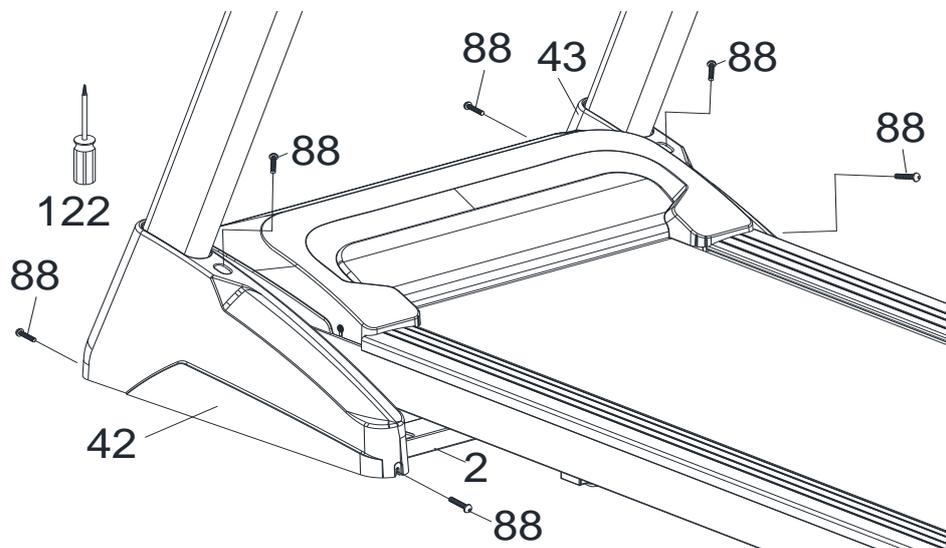
## ШАГ 3

Вставьте левую (4) и правую (5) стойки в основание рамы (2) и вкрутите восемь болтов со сферической головкой 5/16" x 15 мм (93) с помощью комбинированного ключа с крестовой отверткой (96).



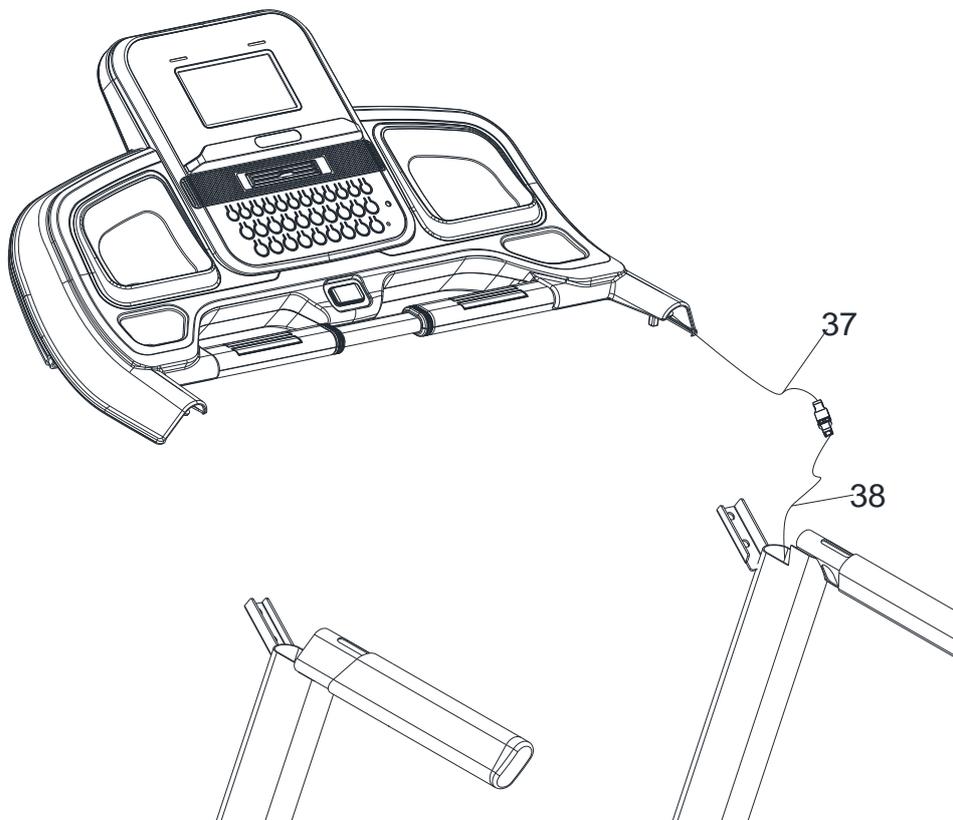
#### ШАГ 4

Установите кожухи для основания рамы (42, 43) на основание рамы (2) и закрепите шестью саморезами по металлу  $\varnothing 5 \times 16 \text{ мм}$  (88) с помощью крестовой отвертки (122).



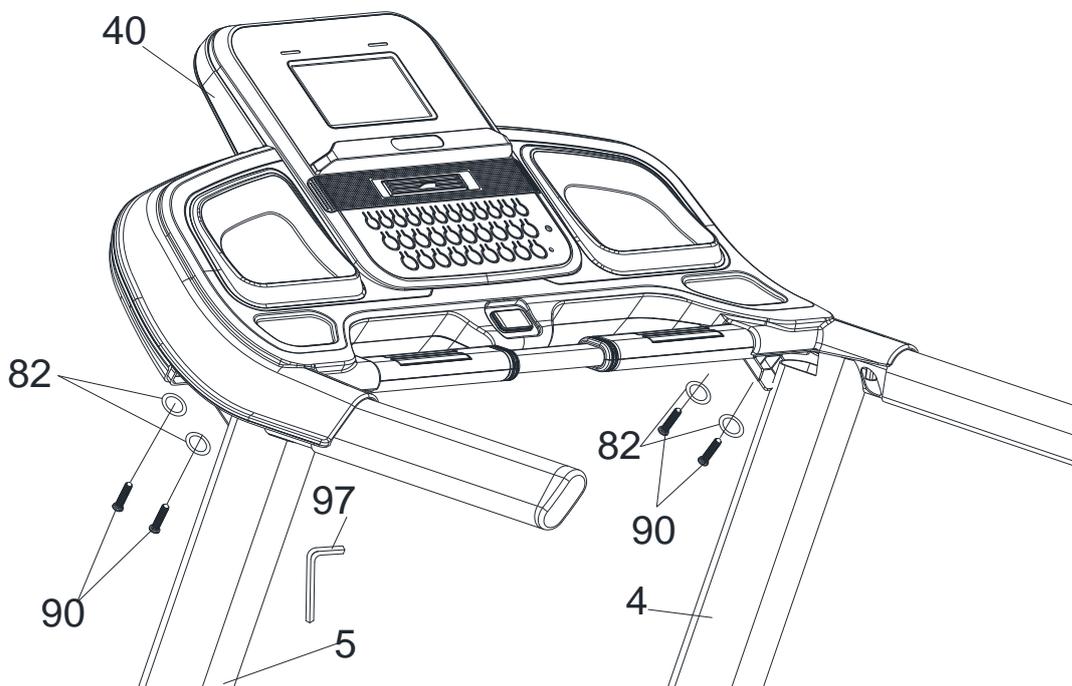
#### ШАГ 5

Соедините среднюю часть кабеля консоли (38) с его верхней частью (37).



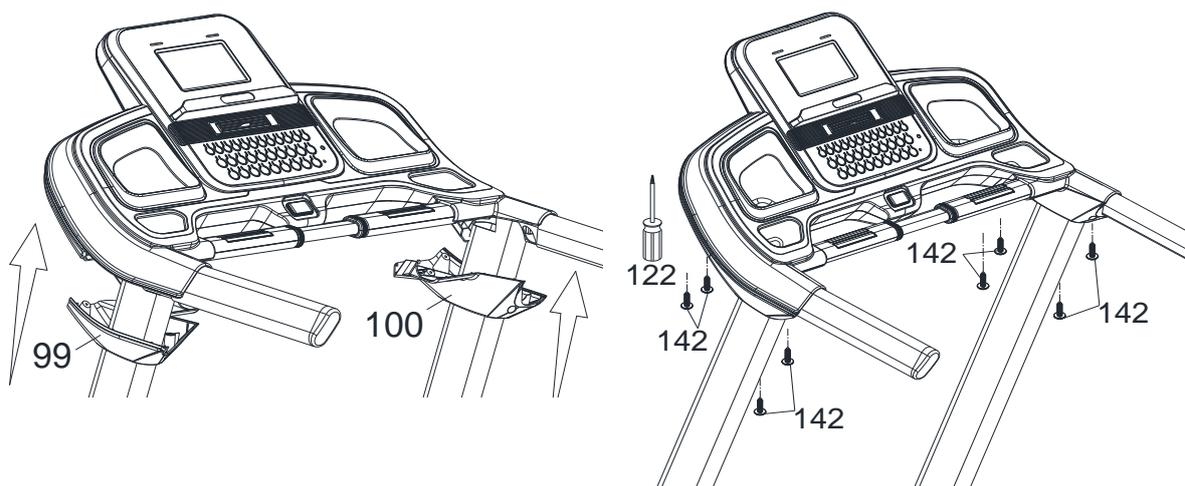
## ШАГ 6

Вставьте консоль в сборе (40) в правую (4) и левую (5) стойки и закрепите четырьмя болтами со сферической головкой  $3/8" \times 1-3/4"$  (90) вместе с четырьмя разрезными шайбами  $\varnothing 10 \times 2.0T$  (82). Затяните болты с помощью шестигранного ключа (97).



## ШАГ 7

Установите кожухи (99, 100) на правую и левую стойки (4, 5). Затем закрепите восемь саморезами  $\varnothing 3.5 \times 16\text{мм}$  (142) с помощью крестовой отвертки (122).



**ПРИМЕЧАНИЕ:** окончательно затягивайте все крепежные элементы только после полной сборки устройства.

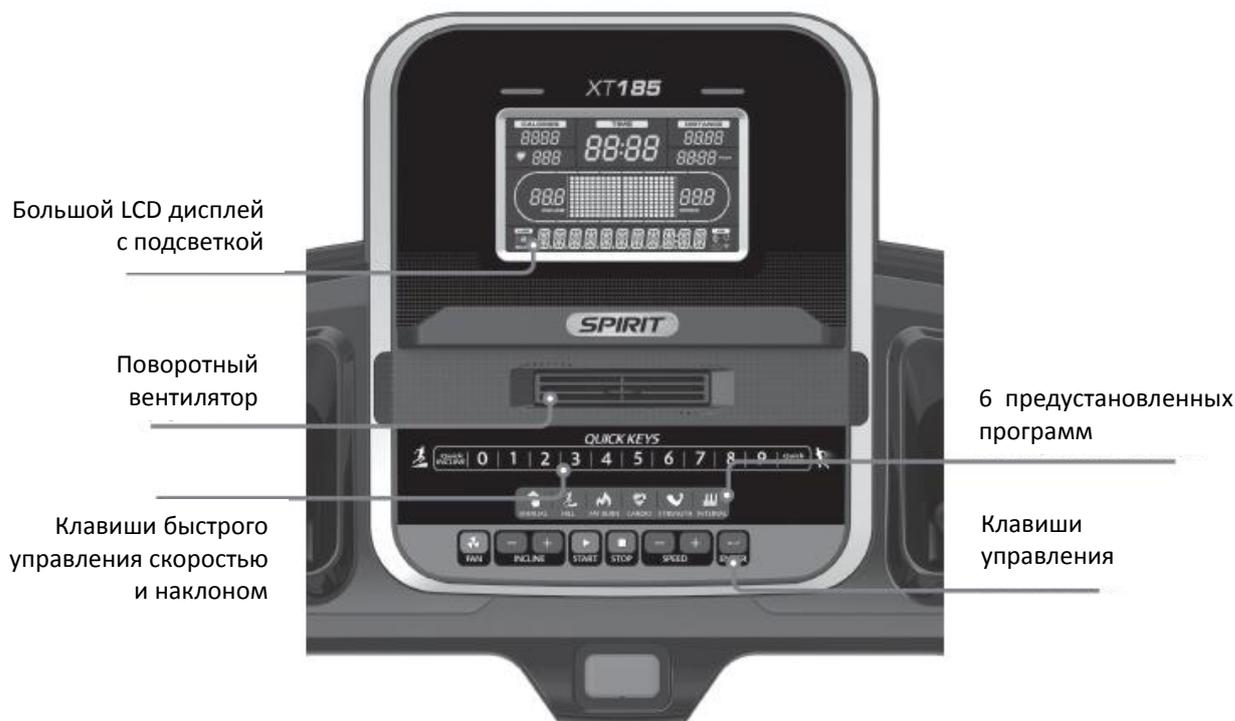
**Внимание:** не пытайтесь перемещать тренажер, если он не находится в сложенном и заблокированном положении. Отсоедините кабель питания от беговой дорожки, чтобы избежать его поломки. Пользуйтесь обоими поручнями для перемещения тренажера в нужном направлении.

Чтобы сложить беговую дорожку поднимите беговую секцию, пока защелка не попадет в паз. Чтобы разложить беговую дорожку нажмите ногой на трубку с желтой наклейкой, чтобы высвободить защелку.

## ИНСТРУКЦИЯ ПО ТРАНСПОРТИРОВКЕ

Беговая дорожка оборудована четырьмя транспортировочными колесами, используемыми в сложенном положении. После складывания просто откатите ее в сторону.

## ИНСТРУКЦИЯ ПО УПРАВЛЕНИЮ БЕГОВОЙ ДОРОЖКОЙ



Клавиши быстрой регулировки скорости и наклона

Вы можете быстро настроить скорость и наклон клавишами быстрой регулировки на консоли. Просто нажмите клавишу Quick Speed (Быстрая скорость) или Quick Incline (Быстрый наклон), затем выберите две цифры, нажмите Enter (Ввод), и беговая дорожка автоматически подстроится к этим значениям. Это экономит время, так как вам не нужно нажимать и держать или зажимать кнопку, пока нужная величина не будет достигнута. Максимальное значение вводимой скорости – 9.9 миль/ч или км/ч, а уровня наклона – 9.5. Значения скорости могут вводиться с шагом 0.1, наклона – с шагом 0.5 уровня наклона.

Примеры:

- Нажмите кнопку Quick Incline (Быстрый наклон), затем 1, 0 и Enter (Ввод) -это соответствует - уровень наклона 1.0.
- Нажмите кнопку Quick Incline (Быстрый наклон), затем 3, 5 и Enter (Ввод) – это соответствует - уровень наклона 3.5.
- Нажмите кнопку Quick Speed (Быстрая скорость), затем 8, 0 и Enter (Ввод) – это соответствует скорость 8.0 миль/ч или км/ч.
- Нажмите кнопку Quick Speed (Быстрая скорость), затем 0, 8 и Enter (Ввод) – это соответствует - скорость 0.8 миль/ч или км/ч.

### Консоль

Консоль отображает количество шагов (Pace), потраченных калорий (Calories), время (затраченное либо обратный отсчет)(Time), пройденную дистанцию (Distance), пульс (Pulse), скорость (Speed), наклон (Incline), название программы (Program Name), количество пройденных кругов (Laps) и отрезки времени (Segment Time). Также здесь отображена кривая профиля скорости и наклона, позволяющая увидеть, как хорошо Вы потрудились и насколько напряженными будут следующие отрезки.

## Начало работы

Подайте питание к беговой дорожке, подключив ее в соответствующую розетку, затем переместите в положение ВКЛ переключатель, расположенный в передней части дорожки снизу кожуха электродвигателя. Убедитесь, что установлен ключ безопасности, так как без него дорожка не включится.

Когда питание будет подано, все лампочки на дисплее загорятся на короткое время. Затем окна времени (Time) и дистанции (Distance) на короткое время отобразят показания одометра. Окно времени покажет, сколько часов дорожка находилась в работе, а окно дистанции покажет, сколько миль (или километров, если дорожка настроена на отображение метрических показателей) прошла дорожка. Затем в центре сообщений (Message Center) бегущая строка отобразит текущую версию программного обеспечения. После этого дорожка перейдет в режим ожидания, являющийся исходным положением для работы.

### Быстрый старт/ Ручное управление

1. Нажмите и отпустите клавишу Start (Старт) чтобы активизировать дисплей (если он еще не включен).
2. Примечание: установка страховочного ключа также активизирует дисплей.
3. Нажмите и отпустите клавишу Start («Старт») для запуска движения бегового полотна со скоростью 0.5 миль/ч, затем настройте желаемую скорость клавишами Speed +/- («Скорость +/-») или клавишами Fast (Быстро)/Slow (Медленно) (на пульте управления либо на поручнях). Вы также можете воспользоваться клавишей Quick Speed («Быстрая скорость»), затем нажав клавиши от 0 до 9 для регулировки скорости.
4. Чтобы настроить скорость, нажмите и держите клавиши Speed Up/Down (Скорость Вверх/Вниз) (пульт управления или рукоятки поручней) до достижения желаемой скорости. Также Вы можете настроить желаемую скорость нажатием кнопки Quick Speed (Быстрая скорость), затем нажав клавиши от 0 до 9.
5. Чтобы настроить уровень наклона, нажмите и держите клавиши Incline Up/Down (Наклон Вверх/Вниз) (пульт управления или рукоятки поручней) до достижения желаемого уклона. Вы также можете настроить желаемый наклон нажатием клавиши Quick Incline (Быстрый наклон), затем нажав клавиши от 0 до 9.
6. Чтобы остановить беговое полотно, нажмите и отпустите клавишу Stop («Стоп»).

### Pause («Пауза»)/Stop («Стоп»)/Preset («Предустановка»)

1. Во время работы беговой дорожки функция паузы может быть задействована одновременным нажатием красной клавиши Stop («Стоп»). Это медленно уменьшит скорость полотна до его остановки. Наклон будет сброшен до 0%. Показатели времени, дистанции и калорий останутся неизменными, пока устройство находится в режиме паузы. Через 5 минут показатели будут сброшены и дисплей вернется к начальному состоянию.
2. Чтобы продолжить упражнение, находясь в режиме паузы, нажмите клавишу Start («Старт»). Скорость и наклон вернуться к своим предыдущим настройкам. Пауза включается, когда клавиша Stop («Стоп») нажата один раз. Если нажать ее второй раз, программа окончится, и будет отображен результат тренировки. Если нажать ее в третий раз, экран панели управления перейдет в режим ожидания. Если держать клавишу Stop («Стоп») нажатой более трех секунд, панель управления перезагрузится.

## Наклон

1. Наклон может быть настроен в любое время после начала движения бегового полотна.
2. Нажмите и держите клавиши Incline Up / Down («Наклон Вверх/Вниз») до достижения желаемого наклона. Также Вы можете воспользоваться быстрым изменением наклона, нажав клавишу Quick Incline (Быстрый наклон), затем нажав клавиши от 0 до 9.

На дисплее будет отображен процент наклона с шагом в 0,5 после того, как внесены изменения. Наклон вернется к нулевому значению, если питание отключено или ключ безопасности вынут.

## Центральный точечный дисплей

Двадцать колонок точек (высотой 10 каждая) отображают каждый сегмент тренировки, показывая примерный уровень нагрузки (усилия). Они не указывают конкретное значение, а примерный процент для сравнения уровней нагрузки. В Ручном режиме точки дисплея будут показывать профиль значений нагрузки, изменяемых во время тренировки.

## Круг в 1/4 Мили (0.4Км)

Круг в ¼ мили (0.4км) будет отображаться вокруг точечного дисплея. Мигающий отрезок отображает Ваш путь. После того, как круг пройден, функция запустится снова. На информационном дисплее отображается количество пройденных кругов для учета пройденного расстояния.

## Пульсометр

Окно ЧСС будет отображать текущую частоту сердечных сокращений в ударах в минуту в течение тренировки. Вы должны использовать оба металлических датчика на ручках для считывания Вашего пульса или использовать нагрудный кардиодатчик. Значение пульса отображается в любой момент тренировки на верхнем дисплее, если консоль получает сигнал. Не нужно использовать передатчики на ручках, если вы используете нагрудный кардиодатчик. Примечание: Обратитесь к инструкции по безопасности (стр. 4), чтобы узнать больше об использовании пульсометра.

## Отображение калорий

Отображает общее количество потраченных калорий в любой момент времени в течение тренировки.

Примечание: Это грубый подсчет, который используется для сравнения Ваших результатов в различные моменты времени. Данные не могут быть использованы в медицинских целях.

## Чтобы выключить беговую дорожку

1. Дисплей автоматически выключится (перейдет в спящий режим) после 30 минут (без нажатия на клавиши). Беговая дорожка потребляет очень малый ток в режиме отображения (примерно такой же, как и монитор компьютера).
2. Выньте ключ безопасности.
3. Отключите главный переключатель на передней части беговой дорожки, под кожухом электродвигателя.

## Клавиши программ

Клавиши программ используются для просмотра каждой программы. При первом включении консоли Вы можете нажать клавишу программы для предварительного просмотра профиля этой программы. Если Вы решите попробовать данную программу, нажмите соответствующую этой программе клавишу и затем Enter(Ввод), чтобы выбрать ее и перейти в режим настройки.

Тренажер имеет встроенную систему мониторинга сердечного ритма. Просто обхватив датчики пульса руками или надев кардиодатчик (см. использование передатчика сердечного ритма), Вы увидите мигание иконки сердечного ритма (это может занять несколько секунд). Окно отображение пульса покажет Ваш сердечный ритм или пульс в ударах за секунду.

В консоль встроен вентилятор, чтобы охлаждать Вас во время тренировки. Нажмите соответствующую клавишу на левой стороне консоли, чтобы включить его.

## Программирование консоли

Каждая из программ может быть настроена с учетом Ваших личных данных и изменена в соответствии с Вашими потребностями. Часть информации запрашивается для правильного отображения информации. Вам будет предложено ввести свой возраст и вес. Ввод возраста во время программы сердечного ритма обеспечит правильные настройки для Вашего возраста. Ввод веса поможет в правильном подсчете калорий. Программа не может обеспечить достоверный подсчет калорий, но Вы получите наиболее точные значения. Примечание по калориям: Подсчет калорий на любом тренажере, независимо – занимаетесь Вы в тренажерном зале или дома – неточен и может отличаться от реального значения достаточно сильно. Он предназначен только как ориентир, который поможет Вам контролировать прогресс в тренировках.

Вход в программу и изменение настроек

После того, как Вы вошли в программу (нажав клавишу программы и клавишу Enter («Ввод»)), Вы можете ввести Ваши персональные настройки. Если Вы хотите тренироваться без ввода новых параметров, просто нажмите клавишу Start («Старт»). Это позволит обойти программирование данных и перенесет Вас прямо к началу тренировки. Если Вы хотите изменить персональные настройки, просто следуйте указаниям на информационном дисплее. Если Вы запустили программу без изменения настроек, будут использованы предварительно сохраненные данные. Примечание: Предустановленные значения возраста и веса изменятся после того, как Вы ввели новые значения. Таким образом, последние введенные значения сохраняются как стандартные. Если вы однажды ввели значения возраста и веса, Вы можете больше не вводить их, если только они не изменились или кто-то не ввёл другие значения.

Каждая предустановленная программа имеет максимальную скорость и уровень наклона, который отображается, когда эта программа выбрана. Максимальная скорость и уровень наклона, которые могут быть достигнуты в определенной программе, будут отображены в центре сообщений.

Чтобы выбрать и запустить предустановленную программу

1. Нажмите клавишу желаемой программы (Hill («Возвышенность»), Fat Burn («Жирожигание»), Cardio («Кардио»), Strength («Сила»), или Interval («Интервал»)). Нажмите Enter («Ввод»), чтобы выбрать программу. С помощью сообщений на экране Вы сможете настроить программу, или Вы можете просто нажать клавишу Start («Старт»), чтобы начать тренировку используя параметры по умолчанию.
2. Если Вы нажали Enter («Ввод»), на информационном дисплее замигает значение, отображающее Ваш возраст (по умолчанию 35). Ввод правильного значения возраста

отразится на отображении частоты сердечных сокращений (ЧСС). Используйте клавиши + / -, чтобы ввести нужное значение, затем нажмите Enter («Ввод»). Ваш возраст определяет максимальную ЧСС. Так как графическое отображение и функции ЧСС основаны на процентном отношении максимальной ЧСС, важно ввести правильный возраст, чтобы эти функции работали корректно.

3. Информационный дисплей мигает, отображая значение Вашего веса (по умолчанию 150 фунтов). Ввод правильного значения веса тела необходим для корректного подсчета потраченных калорий. Используйте клавиши +/-, чтобы ввести Ваш вес. Нажмите Enter («Ввод»).

*Примечание относительно калорий:* Ни один тренажер не может точно подсчитать количество потраченных калорий, так как слишком много факторов определяют точное значение калорий для определенного человека. Даже если кто-то обладает одинаковым с Вами весом, возрастом и ростом, потраченные им калории могут сильно отличаться от потраченных Вами. Отображение потраченных калорий используется для относительного наблюдения над улучшениями от тренировки к тренировке.

4. На информационном дисплее мигает значение, соответствующее времени (по умолчанию 20 минут). Вы можете использовать клавиши +/-, чтобы изменить время. После изменения или подтверждения значения по умолчанию, нажмите Enter («Ввод»).

*Примечание:* В любое время Вы можете нажать Start («Старт»), чтобы начать программу.

5. На информационном дисплее мигает значение, для настройки максимальной скорости выбранной программы (по умолчанию 3 мили/час). Используйте клавиши Speed + / - («Скорость +/-»), чтобы настроить, затем нажмите Enter («Ввод»). Внутри каждой программы происходит множество изменений скорости, установка этого значения помогает ограничить максимальную скорость, которая может быть достигнута в программе.

6. На Информационном дисплее мигает значение, для настройки максимального наклона выбранной программы. Используйте клавиши Incline + / - («Наклон +/-»), затем нажмите Enter («Ввод»).

Теперь Вы закончили настройку программы и можете нажать Start («Старт»), чтобы начать тренировку, или Enter («Ввод»), чтобы вернуться на пункт назад и изменить настройки.

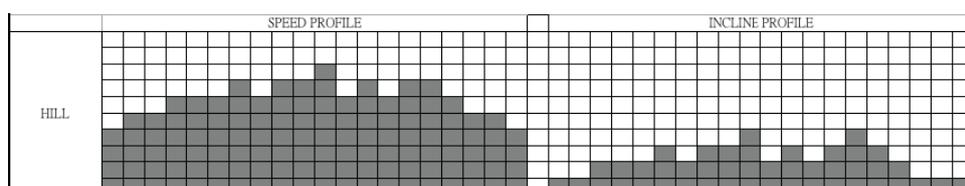
## Предустановленные программы

Беговая дорожка имеет пять предустановленных программ, разработанных для различных тренировочных целей. Эти программы имеют предустановленные заводские настройки для достижения разных результатов.

### Возвышенность

Программа работает по принципу пирамиды, постепенно увеличивая нагрузку на 10% от максимальной (значение, которое вы задаете перед тренировкой), которая длится 10% от общего времени тренировки, затем уменьшая нагрузку с тем же шагом.

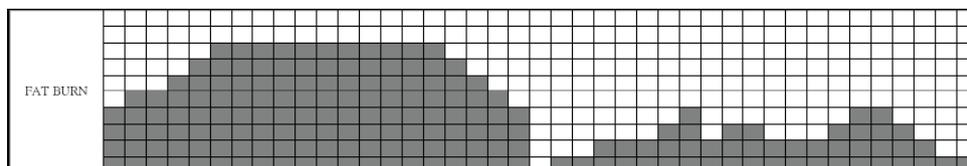
Наклон: наклон беговой дорожки является более длительным. Максимальная высота наклона достигается в середине тренировки и длится 10% от ее продолжительности.



## Жиросжигание

В данной программе происходит быстрая прогрессия до максимума нагрузки (предустановленного или заданного пользователем), который длится 2/3 от общего времени тренировки. Программа бросает вызов Вашей способности выдерживать интенсивную нагрузку в течение продолжительного времени.

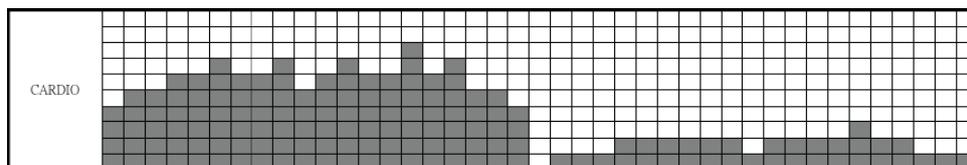
Наклон: быстрый наклон до максимального значения (предустановленного или заданного пользователем) до 90% длительности тренировки.



## Кардио

Программа представляет собой быструю прогрессию до почти максимального значения (предустановленного или заданного пользователем). Оно имеет небольшие колебания, что позволит поднять Вашу частоту сердечных сокращений, а затем поможет быстро восстановить перед резким спадом нагрузки. Это усилит Вашу сердечную мышцу и увеличит приток крови и жизненный объем легких.

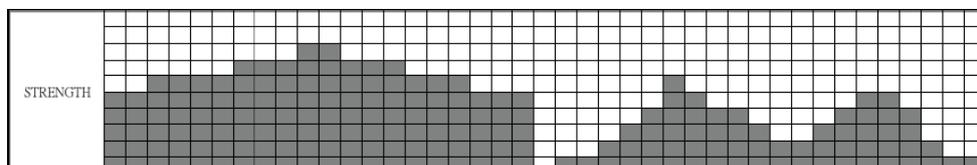
Наклон: В данной программе используется умеренный наклон. В разных точках тренировки встречается несколько разновысотных пиков. Сегмент 15 обладает максимальной высотой наклона в данной программе.



## Сила

Эта программа имеет постепенное увеличение нагрузки до 100%, которое длится 25% от всего времени тренировки. Это поможет развить силу и мышечную выносливость нижней части тела и ягодичных мышц. После следует резкий спад.

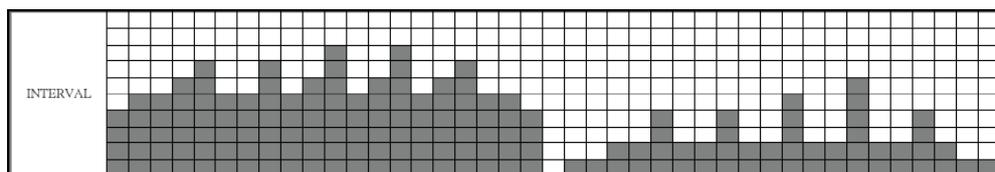
Наклон: Быстрый подъем до умеренного, устойчивого наклона, который длится большую часть тренировки.



## Интервал

Программа Интервал чередует высокие уровни интенсивности с низкими. Программа использует и развивает быстросокращающиеся мышечные волокна, которые используются для выполнения коротких, но интенсивных нагрузок. Это истощает Ваш уровень кислорода и скачком поднимает Ваш пульс, а затем восстанавливает уровень кислорода и сердечный ритм. Ваша сердечнососудистая система начинает использовать кислород более эффективно.

Наклон: Профиль наклона схож с профилем скорости, но в разных сегментах (колонках); это означает, что Ваши мышцы будут нагружены во время всей программы. Чередуются спады в 25 и подъёмы в 65% наклона от максимального.



## ОБЩЕЕ ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

Правильное и своевременное обслуживание очень важно, для обеспечения безупречной работы беговой дорожки. Ненадлежащее обслуживание может стать причиной повреждения беговой дорожки или сократить срок её службы.

Все части беговой дорожки должны быть проверены и регулярно протягиваться. Изношенные элементы должны быть немедленно заменены.

### ОБЩАЯ ЧИСТКА

Грязь, пыль, шерсть домашних животных могут блокировать воздухозаборники и накапливаться на беговом полотне. Пожалуйста, пылесосьте под беговой дорожкой хотя бы раз в месяц, чтобы предотвратить избыточное скопление грязи и пыли, которая может всасываться и попадать во внутренние механизмы, под крышку отсека электродвигателя. Один раз в полгода снимайте крышку отсека электродвигателя и пропылесосьте накопившуюся грязь и пыль предварительно обесточив беговую дорожку

Регулярная очистка бегового полотна гарантирует долгий срок жизни тренажера.

*Предупреждение:* беговая дорожка должна быть предварительно выключена, чтобы избежать поражений электрическим током. Шнур питания должен быть вытасчен из розетки, прежде, чем начать очистку или обслуживание беговой дорожки.

Для чистки тренажера: используйте мягкую ткань. Не используйте бумагу для чистки поверхностей беговой дорожки, не используйте аммиак или кислотосодержащие растворы. После каждого занятия протирайте консоль управления и другие поверхности чистой мягкой и влажной тканью, чтобы удалить остатки пота.

*Предостережение:* не используйте абразивные материалы или растворители. Во избежание повреждения консоли, не допускайте попадания жидкости на нее. Не оставляйте консоль под прямым солнечным светом.

Производите чистку коврика под беговой дорожкой один раз в неделю.

### РЕМЕНЬ И БЕГОВОЕ ПОЛОТНО

Ваша беговая дорожка использует высокоэффективное беговое полотно с низким сопротивлением. Максимальная производительность двигателя достигается, если полотно держать чистым. Используйте мягкую, влажную ткань или бумажное полотенце, чтобы протирать край полотна и область между ним и рамой. Кроме того, протирайте как можно глубже под ним. Делайте это минимум раз в месяц, чтобы максимально продлить срок службы деки и полотна. Мягкое мыло и водный раствор вместе с нейлоновой щеткой помогут Вам очистить верхнюю текстурную часть бегового полотна. Дайте ему высохнуть перед использованием.

## ПЫЛЬ ОТ БЕГОВОГО ПОЛОТНА

Пыль возникает во время обкатки полотна или пока оно не стабилизируется. Иногда черная пыль от полотна может появиться на полу, под тренажером. Это нормально.

## РЕГУЛИРОВКА БЕГОВОГО ПОЛОТНА

Настройка натяжения бегового полотна не очень важна для большинства пользователей. Это важно для бегунов трусцой и бегунов, чтобы обеспечить ровность и устойчивость беговой поверхности.

Настройка производится со стороны заднего ролика с помощью шестигранного ключа М6 (132) из набора. Болты регулировки находятся на концах шаговых рельс, как показано на рисунке ниже.

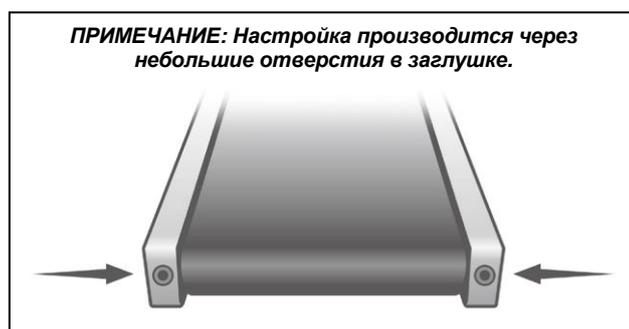
*Примечание:* Регулировка производится через небольшие отверстия в торцевой части заглушки.

### Ход/Натяжение

#### НАСТРОЙКА ХОДА/НАСТРОЙКА НАТЯЖЕНИЯ

Затяните задний ролик настолько, чтобы предотвратить проскальзывание на переднем ролике. Поверните регулировочные болты на  $\frac{1}{4}$  оборота каждый и проверьте натяжение при ходьбе на полотне, чтобы убедиться, что оно не проскальзывает и не колеблется с каждым шагом.

При настройке полотна регулировочными болтами, Вы должны следить за тем, чтобы оба болта были повернуты одинаково, иначе беговое полотно будет смещаться в сторону, вместе того, чтобы работать на середине тренажера.



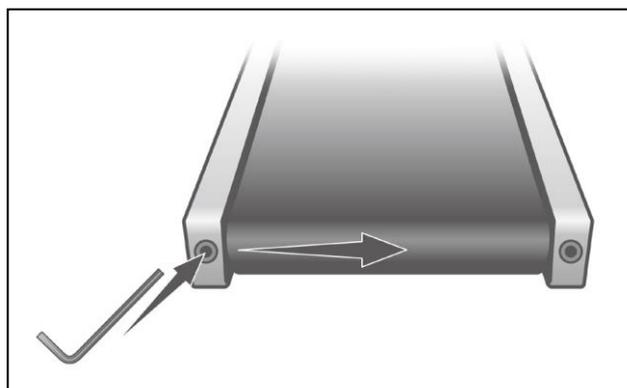
**НЕ ПЕРЕТЯГИВАЙТЕ** – Слишком сильное затягивание болтов может вызвать повреждение бегового полотна и преждевременный отказ подшипника. Если Вы уже достаточно натянули полотно, а оно все еще проскальзывает, проблема может быть в приводном ремне, который расположен под крышкой двигателя и соединяет двигатель с передним роликом. Натяжение приводного ремня должно производиться только квалифицированным персоналом.

#### НАСТРОЙКА ХОДА БЕГОВОГО ПОЛОТНА

Беговая дорожка сделана таким образом, что беговое полотно остается в центре во время использования. Для некоторых беговых полотен нормальным является небольшой дрейф из стороны в сторону во время использования. Это зависит от походки пользователя и ведущей ноги. Но если во время использования полотно продолжает двигаться в одну сторону, необходима настройка.

#### НАСТРОЙКА ХОДА БЕГОВОГО ПОЛОТНА

Для настройки Вам понадобится 6мм шестигранный ключ (132). Произведем настройку хода полотна слева. Включите беговую дорожку со скоростью 3 мили/час. Будьте осторожны, так как небольшие изменения в настройке могут значительно повлиять на движение полотна, которое сразу может быть не заметно. Если полотно находится слишком близко к левой стороне, необходимо повернуть болт на  $\frac{1}{4}$  оборота вправо (по часовой стрелке) и подождать несколько минут для подстройки полотна. Продолжайте совершать по  $\frac{1}{4}$  оборота, пока полотно



не стабилизируется на середине дорожки. Если полотно находится слишком близко к правой стороне, поворачивайте болт против часовой стрелки. Может потребоваться настройка хода полотна в зависимости от использования и ходовых/беговых характеристик. Разные пользователи влияют на ход полотна по-разному. Производите настройку хода. Центрирование хода бегового полотна является ответственностью владельца беговой дорожки.

**ВНИМАНИЕ: ПОВРЕЖДЕНИЕ БЕГОВОГО ПОЛОТНА ВВИДУ НЕПРАВИЛЬНОЙ НАСТРОЙКИ ХОДА/НАТЯЖЕНИЯ НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ГАРАНТИЙНЫМ СЛУЧАЕМ.**

**СМАЗКА ПОЛОТНА И ДЕКИ (ПЛАТФОРМЫ)**

Во-первых, очистите пространство между беговым полотном и платформой беговой дорожки, чтобы удалить весь мусор, который мог там скопиться. Используйте чистую, не изношенную тряпку, или легкое полотенце. На середине беговой дорожки просуньте ткань под беговое полотно и возьмите его с обоих концов. Проведите тканью по всей длине полотна 1-2 раза. Выньте ткань. Используйте в качестве смазки только одобренную FUEL Fitness смазку.

**ВАША БЕГОВАЯ ДОРОЖКА ПОСТАВЛЯЕТСЯ С ТЮБИКОМ СМАЗКИ. ВЫ ТАКЖЕ МОЖЕТЕ КУПИТЬ ЕЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНО.**

Смазывание деки через рекомендуемые интервалы времени обеспечит длительное время жизни Вашей беговой дорожки. Когда смазка высыхает, трение между беговым полотном и платформой увеличивается нагрузка на двигатель, приводной ремень и электронную плату управления двигателем, они получают повышенную нагрузку, что может привести к разрушению данных дорогостоящих комплектующих. Нарушение интервалов смазки может привести к аннулированию гарантии.

Беговое полотно и платформа поставляются уже предварительно смазанными, а следующая смазка должна производиться каждые 90 часов использования, или если Вы заметили высыхание раньше. Рекомендуется проверять наличие смазки между беговым полотном и платформой каждый месяц. Если после проверки Вы не обнаружили смазку, следуйте инструкциям выше, даже если индикация «Lube» не горит на консоли. В противном случае, смазывайте платформу каждый раз, когда индикатор на консоли загорается через очередные 90 часов использования. Следуйте следующим указаниям, чтобы применить смазку:

1. Выключите питание и отсоедините электрический кабель от розетки.
2. Отмерьте 45 см от края крышки мотора, встаньте на колени и просуньте руку на 10-15 см под беговое полотно. Выдавите смазку в линию, толщиной примерно 3 мм и 40 см длиной, перпендикулярно крышке мотора.
3. Повторите действия с противоположной стороны.
4. Подключите кабель питания обратно к розетке и включите беговую дорожку.
5. Ходите по беговой дорожке на умеренной скорости в течение 5 минут, чтобы равномерно распределить смазку.

Примечание: Если на консоли появится сообщение «Lube», выполните следующие действия:

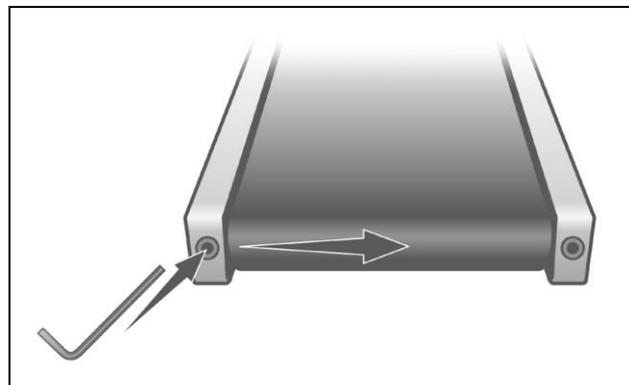
- Чтобы войти в Инженерное меню, нажмите и удерживайте клавиши Start («Старт»), Stop («Стоп») и Enter («Ввод»), затем введите ключ безопасности. Продолжайте держать клавиши нажатыми, пока на Информационном дисплее не отобразится надпись Инженерное меню. Нажмите клавишу Enter («Ввод») для входа.
- Нажмите клавишу Speed + («Скорость +») (или Speed – («Скорость -»)), пока не появится надпись “Functions” («Функции»). Нажмите Enter («Ввод»).
- Нажмите клавишу Speed + («Скорость +»), пока не появится надпись “ Maintenance ” («Обслуживание»). Нажмите Enter («Ввод»).
- Нажмите клавишу Stop («Стоп») для выхода из Инженерного режима и продолжения использования Вашей беговой дорожки.

## НАСТРОЙКА ХОДА БЕГОВОГО ПОЛОТНА

Беговая дорожка сделана таким образом, что беговое полотно остается в центре во время использования. Для некоторых беговых полотен нормальным является небольшой дрейф из стороны в сторону во время использования. Это зависит от походки пользователя и ведущей ноги. Но если во время использования полотно продолжает двигаться в одну сторону, необходима настройка.

## НАСТРОЙКА ХОДА БЕГОВОГО ПОЛОТНА

Для настройки Вам понадобится 6мм шестигранный ключ (132). Произведем настройку хода полотна слева. Включите беговую дорожку со скоростью 3 мили/час. Будьте осторожны, так как небольшие изменения в настройке могут значительно повлиять на движение полотна, которое сразу может быть не заметно. Если полотно находится слишком близко к левой стороне, необходимо повернуть болт на  $\frac{1}{4}$  оборота вправо (по часовой стрелке) и подождать несколько минут для подстройки полотна. Продолжайте совершать по  $\frac{1}{4}$  оборота, пока полотно не стабилизируется на середине дорожки. Если полотно находится слишком близко к правой стороне, поворачивайте болт против часовой стрелки. Может потребоваться настройка хода полотна в зависимости от использования и ходовых/беговых характеристик. Разные пользователи влияют на ход полотна по-разному. Производите настройку хода. Центрирование хода бегового полотна является ответственностью владельца беговой дорожки.



**ВНИМАНИЕ: ПОВРЕЖДЕНИЕ БЕГОВОГО ПОЛОТНА ВВИДУ НЕПРАВИЛЬНОЙ НАСТРОЙКИ ХОДА/НАТЯЖЕНИЯ НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ГАРАНТИЙНЫМ СЛУЧАЕМ.**

## Инструкция по диагностическому обслуживанию

Перед тем, как обращаться за помощью, пожалуйста, ознакомьтесь со следующей информацией. Это может уберечь Ваше время и предотвратить лишние расходы. Этот список включает в себя проблемы, которые не могут быть покрыты гарантией на беговую дорожку.

## ПРОБЛЕМА РЕШЕНИЕ/ПРИЧИНА

<p>Не горит экран</p>	<p>1. Ключ безопасности не вставлен.                  2. Автоматический выключатель на передней панели выключен.                  Нажмите на него, пока он не зафиксируется во включенном положении.                  3. Кабель питания отключен. Убедитесь, что штекер кабеля питания прочно воткнут в розетку переменного тока.                  4. Автоматический выключатель в щетке автоматических выключателей выключен.                  5. Беговая дорожка сломана. Обратитесь к поставщику.</p>
<p>Беговое полотно смещается с центра                  Беговое полотно колеблется во время ходьбы/бега</p>	<p>Пользователь во время ходьбы может прикладывать больше силы на правую или левую ногу. Если стиль ходьбы необычный, необходимо настроить смещение полотна. Сместите полотно в сторону, противоположную его движению. См. раздел технического обслуживания, натяжение бегового полотна. Отрегулируйте по необходимости.</p>
<p>Полотно не приходит в движения после нажатия клавиши Старт</p>	<p>1. Если беговое полотно начинает движение и останавливается через некоторое время, а на экране загорается "E1", запустите процедуру калибровки.                  2. Если после нажатия клавиши Старт беговое полотно не начинает движение, а на экране загорается "E1", обратитесь в сервисную службу.</p>
<p>Беговая дорожка достигает скорости в 7 миль/час, но показывает большую скорость на экране</p>	<p>Это указывает на то, что двигатель получает плохое питание. Низкое напряжение переменного тока подведено к беговой дорожке.                  Не используйте удлинитель.                  Если удлинитель все же используется, постарайтесь взять наиболее короткий.                  Низкое напряжение в сети дома. Свяжитесь с электриком.                  Необходимо напряжение в 220В минимум.</p>
<p>Беговая дорожка резко останавливается</p>	<p>Высокое трение между беговым полотном и платформой.                  См. общее техническое обслуживание, раздел очистки платформы. Если очистка не помогла, возможно, имеется значительный износ платформы. Необходимо перевернуть платформу, если она повернута своей первоначальной стороной.</p>
<p>Беговая дорожка отключает предохранитель в 15 А</p>	<p>Высокое трение между беговым полотном и платформой. См. общее техническое обслуживание, раздел очистки платформы. Если очистка не помогла, проверьте ток, подаваемый на электродвигатель.                  Если ток высокий, а на платформе имеются следы износа, необходимо перевернуть ее на другую сторону, если она повернута своей первоначальной стороной.</p>

Компьютер выключается, когда Вы дотрагиваетесь до консоли (в холодный день) во время ходьбы или бега	Беговая дорожка не заземлена. Статическое электричество отключает консоль. См. инструкцию по заземлению.
Отключается домашний предохранитель вместо предохранителя на беговой дорожке	Необходимо заменить домашний предохранитель на предохранитель для более высокого в пускового тока.

## ПРОЦЕСС КАЛИБРОВКИ

1. Выньте ключ безопасности.
2. Нажмите и удерживайте клавиши Start («Старт») и Speed - («Скорость «-»»), одновременно с этим вставьте ключ безопасности. Продолжайте удерживать нажатыми клавиши, пока на экране не появится надпись “Factory settings” («Заводские настройки»), затем нажмите Enter («Ввод»).
3. Теперь Вы можете установить настройки отображения метрической или английской системы мер (километры или мили). Для этого используйте клавиши Up/ Down («Вверх/вниз»), затем нажмите Enter («Ввод»). (Максимальное значение скорости отобразится в окне скорости, а максимальное значение наклона будет показано в окне наклона).
4. Grade return («Возврат наклона») – On («Вкл») (Позволяет вернуть наклон в положение «0» после нажатия клавиши Stop («Стоп») - для тренажеров, продаваемых в Европе. Американские стандарты требуют, чтобы эта функция была отключена (выбрать “off”).
5. Нажмите клавишу Start («Старт»), чтобы начать калибровку. Процесс происходит автоматически, беговая дорожка начнет движение без предупреждения, поэтому не вставайте на нее.

## РЕГУЛИРОВКА ДАТЧИКА СКОРОСТИ

Если калибровка не запускается, необходимо проверить подстройку датчика скорости.

1. Снимите крышку мотора, ослабив 4 винта, которыми она закреплена (не нужно выкручивать их полностью).
2. Датчик скорости располагается на левой части рамы, сразу за передним роликом (на ролике находится ремень, который идет к двигателю). Датчик скорости – небольшой и черный, с проводом, подключенным к нему.
3. Убедитесь, что датчик находится близко к ролику (3-5 мм), но не касается его. На лицевой стороне ролика находится магнит, убедитесь, что датчик стоит вровень с ним. Винт, удерживающий датчик, должен быть ослаблен для настройки положения датчика скорости. Затяните винт обратно после настройки.

## РЕЖИМ ИНЖЕНЕРНОГО МЕНЮ

В консоль загружено программное обеспечение для обслуживания и диагностики. Оно поможет Вам изменить настройки систем измерения и, например, выключить звуковой сигнал при нажатии клавиш. Чтобы войти в инженерное меню, нажмите и удерживайте клавиши Start («Старт»), Stop («Стоп») и Enter («Ввод») в течение 5 секунд, пока на информационном дисплее не отобразится надпись «Инженерное меню». Нажмите Enter («Ввод»), чтобы войти в меню, описанное ниже:

Key test («Тестирование клавиш») (позволит Вам проверить, что все клавиши работают корректно).

Нажмите Enter («Ввод») и удерживайте до переключения на следующий пункт меню.

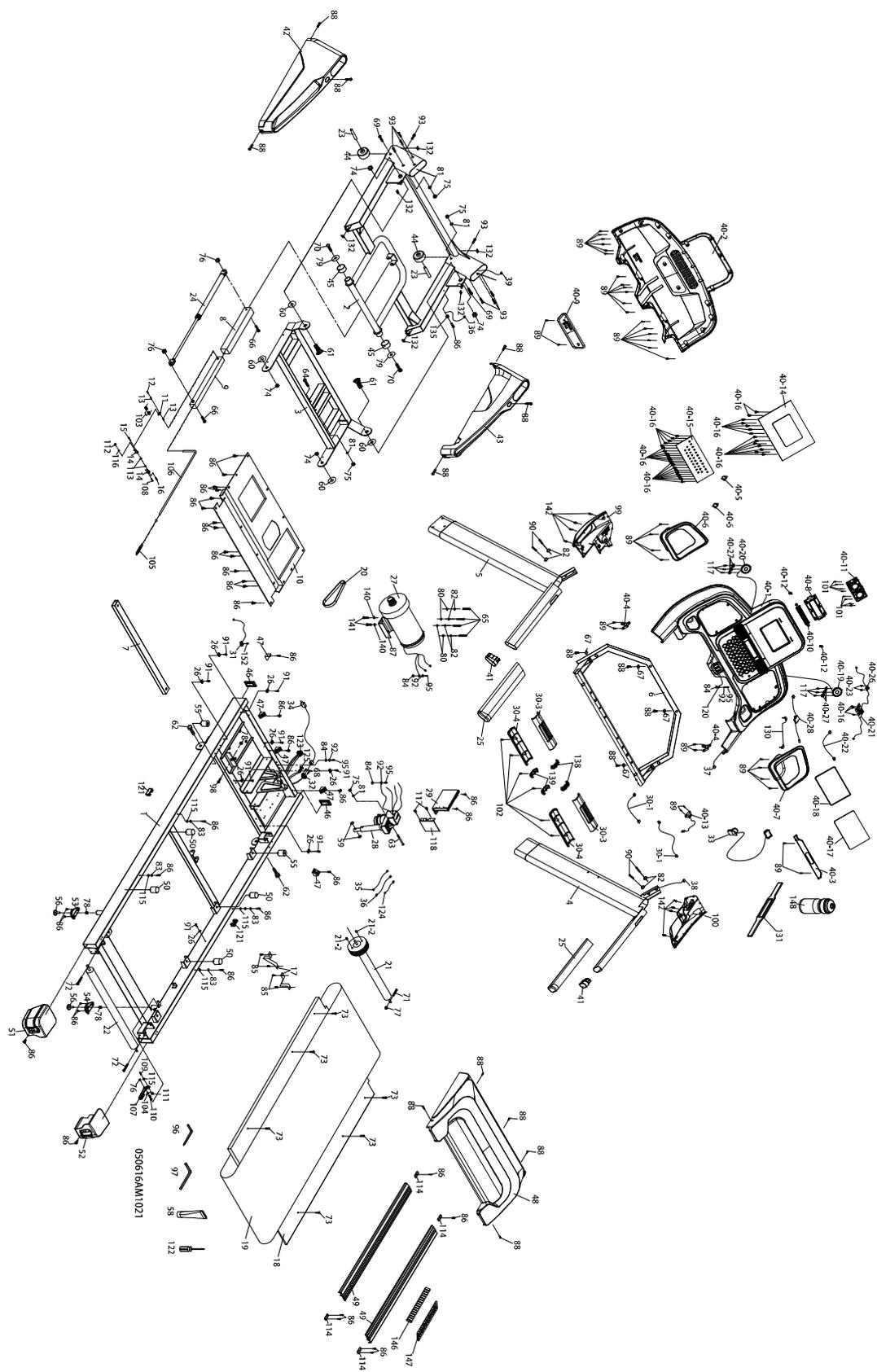
Display Test («Тест дисплея») (Проверка всех функций дисплея)

Нажмите Enter («Ввод»)

3. Functions («Функции») Нажмите Enter («Ввод»), чтобы выбрать функцию, используйте Speed Up/Down («Скорость Вверх/Вниз»), чтобы прокрутить

- I. Display Mode («Режим экрана») (Выключите, чтобы консоль выключалась автоматически через 30 минут бездействия)
  - II. Pause Mode («Режим паузы») (Активация позволяет использовать 5 минутную паузу, дезактивация позволит делать паузу на неопределенное время)
  - III. Maintenance («Обслуживание») (Перезагрузка сообщения о смазке и показаний одометра)
  - IV. Units («Единицы измерения») (Установите Английскую или Метрическую систему единиц)
  - V. Key Tone («Звук клавиш») (Отключает звуковой сигнал при нажатии клавиш)
- Нажмите Enter («Ввод»)
- 4. Security (Позволяет заблокировать клавиатуру, чтобы предотвратить ее несанкционированное использование. Когда активирован режим защиты от детей, консоль не будет откликаться на нажатие клавиш, пока Вы не зажмете клавиши Start («Старт») и Enter («Ввод») в течение 3 секунд, чтобы разблокировать консоль.)
  - 5. Exit («Выход»).

# РАСШИРЕННАЯ СХЕМА СБОРКИ



## ПЕРЕЧЕНЬ ЗАПАСНЫХ ЧАСТЕЙ

№	Описание детали	Количество
1	Рама основная	1
2	Рама базы	1
3	Кронштейн крепления механизма наклона	1
4	Правая стойка	1
5	Левая стойка	1
6	Рама консоли	1
7	Поперечина рамы	1
8	Направляющая	1
9	Ползун	1
10	Кожух отсека электродвигателя	1
11	Кулиса	1
12	Ось кулисы	1
13	Втулка соединительной оси	2
14	Кронштейн крепления	2
15	Штифт с головкой и отверстием под шплинт	1
16	Крепление втулки	1
17	Скоба направляющая	2
18	Дека (Беговая платформа)	1
19	Полотно беговое	1
20	Ремень приводной	1
21	Вал передний со шкивом	1
21~2	Магнит	2
22	Вал задний	1
23	Ось колесика транспортировочного	2
24	Доводчик газовый	1
25	Накладка на поручни	2
26	Зажим провода	8
27	Электродвигатель	1
28	Электромотор механизма подъема	1
29	Плата управления электродвигателем	1
30~1	Кабель датчика пульса 1000 мм	2
30~3	Датчик пульса	2
30~4	Крышка нижняя датчика пульса	2
31	Датчик скорости с кабелем	1
32	Разъем питания	1
33	Ключ безопасности	1
34	Кабель питания	1
35	Провод соединительный (белый) 200 мм	1
36	Провод соединительный (черный) 200 мм	1
37	Кабель консоли (верхний) 800 мм	1
38	Кабель консоли (средний) 1300 мм	1
39	Кабель консоли (нижний) 1200 мм	1
40	Консоль в сборе	1
40~1	Крышка консоли верхняя	1
№	Описание детали	Количество
40~2	Крышка консоли нижняя	1
40~3	Подставка	1

40~4	Анкер	2
40~5	Пластина стопорная	2
40~6	Держатель емкости для питья (Л)	1
40~7	Держатель емкости для питья (П)	1
40~8	Воздуховод	1
40~9	Крышечка консоли верхняя	1
40~10	Дефлектор вентилятора	1
40~11	Вентилятор в сборе со шнуром 500 мм (опционально)	1
40~12	Анкер решетки вентилятора (опционально)	2
40~13	Разъем ключа безопасности с кабелем 400 мм	1
40~14	Плата консоли	1
40~15	Плата кнопок управления	1
40~16	Саморез по металлу 2.3 × 6 мм (3шт опционально)	38
40~17	Стекло защитное LCD дисплея	1
40~18	Прокладка влагозащитная резиновая	1
40~19	Динамик с кабелем 450 мм (опционально)	1
40~20	Динамик с кабелем 450 мм (опционально)	1
40~21	Плата усилителя (опционально)	1
40~22	Кабель усилителя 600 мм (опционально)	1
40~26	Плата звуковая с кабелем 500 мм (опционально)	1
40~27	Решетка динамика (опционально)	6
40~28	Приемник кардиодатчика с кабелем 300 мм (опционально)	1
41	Заглушка	2
42	Накладка стойки консоли (Л)	1
43	Накладка стойки консоли (П)	1
44	Колесико транспортировочное (А)	2
45	Колесико транспортировочное (В)	2
46	Заглушка квадратная 30 × 80 мм	2
47	Фиксатор кожуха электродвигателя (D)	5
48	Кожух электродвигателя	1
49	Накладка рамы	2
50	Амортизатор M8 × Ø40 × 25.5 мм	4
51	Накладка торцевая задняя (Л)	1
52	Накладка торцевая задняя (П)	1
53	Клипса ножки регулируемой (Л)	1
54	Клипса ножки регулируемой (П)	1
55	Амортизатор M8 × Ø40 × 25 мм	2
56	Ножка регулируемая	2
58	Смазка	1
59	Шайба (А) Ø24 × Ø10 × 3Т	2
60	Шайба (В) Ø50 × Ø13 × 3Т	4
61	Болт 1/2" × 1-1/4"	2
62	Болт с шестигранной головкой 1/2" × 1"	2
63	Болт с шестигранной головкой 3/8" × UNC16 × 4"	1
64	Болт с шестигранной головкой 3/8" × UNC16 × 92L	1
№	Описание детали	Количество
65	Болт с шестигранной головкой 3/8" × 3/4"	4
66	Болт с круглой головкой 5/16" × UNC18 × 2-3/4"	2
67	Плоская шайба Ø1/4" × 19 × 1.5Т	4
68	Саморез по металлу 3 × 10 мм	2
69	Болт с плоской головкой 3/8" × 2"	2

70	Болт с круглой головкой 5/16" × 1"	2
71	Болт с шестигранной головкой М8 × 60 мм	1
72	Колпачек на болт (легированная сталь)М8 × 80 мм	2
73	Болт потайной М8 × 30 мм	6
74	Контргайка 1/2" × 8Т	4
75	Контргайка 3/8" × 7Т	4
76	Контргайка 5/16" × 6Т	3
77	Контргайка М8 × 7Т	1
78	Гайка 3/8" × 7Т	3
79	Шайба плоская Ø5/16" × Ø35 × 1.5Т	2
80	Шайба плоская Ø3/8" × Ø25 × 2.0Т	4
81	Шайба плоская Ø3/8" × Ø19 × 1.5Т	4
82	Шайба разрезная Ø10 × 2.0Т	8
83	Шайба вогнутая Ø25 × Ø20 × Ø16 × Ø5 × 4.5Н × 1Т	4
84	Шайба пружинная М5	4
85	Саморез по металлу 4 × 12 мм	4
86	Саморез Ø5 × 16L	38
87	Кронштейн электродвигателя	1
88	Саморез 5 × 16 мм	15
89	Саморез по металлу 3.5 × 12m/m	36
90	Болт с круглой головкой 3/8" × 1-3/4"	4
91	Саморез 3.5 × 16 мм	8
92	Разрезная шайба Ø5 × 1.5Т	4
93	Болт с круглой головкой 5/16" × UNC18 × 15L	8
95	Винт с крестовой головкой М5 × 10 мм	4
96	Ключ комбинированный шестигранный М5 с крестовой	1
97	Шестигранный ключ М6	1
98	Болт с шестигранной головкой 3/8" × 2"	1
99	Накладка стойки консоли (Л)	1
100	Накладка стойки консоли (П)	1
101	Саморез по металлу 3.5 × 40 мм (опционально)	8
102	Саморез 3 × 12 мм	6
103	Пружина двусторонняя поворотная	1
104	Пружина поворотная	1
105	Пружина	1
106	Тросик стальной 775 мм	1
107	Рычаг	1
108	Винт с крестовой головкой М3 × 10 мм	1
109	Винт с крестовой головкой М5 × 20 мм	1
110	Болт с шестигранной головкой 5/16" × 2"	1
111	Контргайка М5 × 5Т	1
112	Гайка М3 × 2.5Т	1
№	Описание детали	Количество
113	Шайба плоская Ø5 × Ø10 × 1.0Т	2
114	Шайба вогнутая Ø5.5 × 27 × 60 × 1Т× 2.5Н	4
115	Шайба плоская Ø5 × Ø13 × 1.0Т	5
116	Шайба разрезная М3	1
117	Саморез по металлу 3 × 10 мм (6шт опционально)	8
118	Пластина платы управление	1
120	Кабель заземления 400 мм	1
121	Заглушка квадратная 20 × 40 мм	2

122	Отвертка крестовая	1
123	Выключатель	1
124	Кабель соединительный (черный) 100 мм	1
125	Предохранитель	1
130	Кабель аудио 400 мм (Опционально)	1
131	Кардиодатчик нагрудный (Опционально)	1
132	Гайка-клипса М5	6
135	Зажим	1
136	Кабель заземления 1000 мм	1
138	Заглушка датчика пульса верхняя	2
139	Заглушка датчика пульса нижняя	2
140	Разрезная шайба $\varnothing 8 \times 1.5T$	2
141	Болт с шестигранной головкой М8 $\times$ 12 мм	2
142	Саморез по металлу $\varnothing 3.5 \times 16L$	8
146	Накладка противоскользящая ( Л ) (Опционально)	1
147	Накладка противоскользящая ( П ) (Опционально)	1
148	Емкость для питья (Опционально)	1
152	Саморез $\varnothing 5 \times 19L$	1