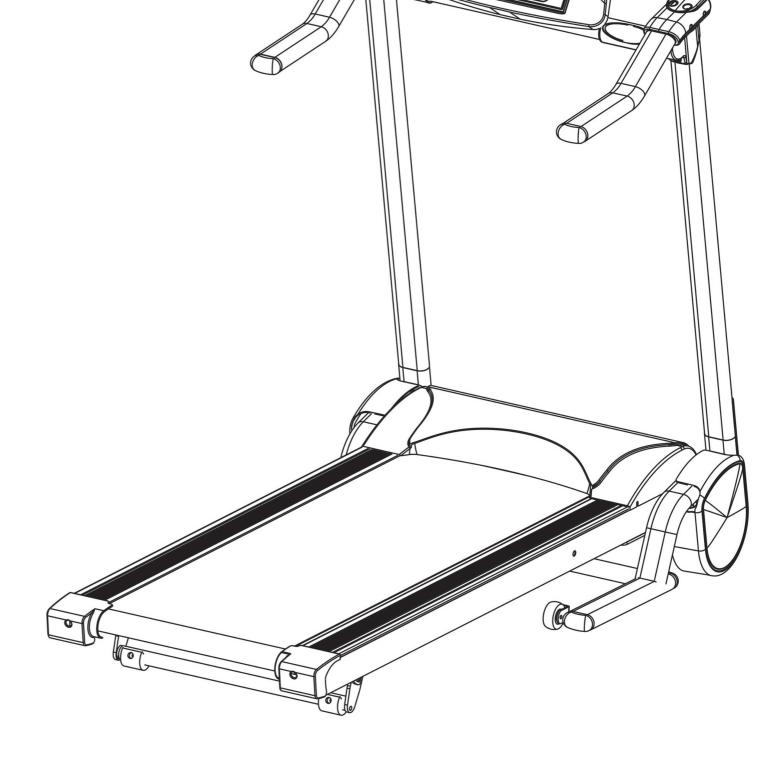


Инструкция Беговая дорожка AMF B1

Полезные ссылки:

Беговая дорожка AMF B1 - смотреть на сайте Беговая дорожка AMF B1 - читать отзывы

BI



Дорогой покупатель! Поздравляем Вас с этим удачным приобретением!

Теперь Вы владелецсуперсовремсенного тренажера **В1** с новейшей технологией Q-deck! Эта технология позволит Вам тренироваться, не перегружая суставы ног и позвоночник. А благодаря простоте и удобству в эксплуатации, а так же современному дизайну занятия будут приносить Вам только удовольствие.

Уверены, что данная модель удовлетворит Вашим запросам!

Прежде чем начать пользоваться тренажером, изучите настоящее руководство и сохраните его для дальнейшего использования.

Условия хранения

- Тренажер рекомендуется использовать только в помещении.
- Не допускается устанавливать тренажер во влажных, не отапливаемых или пыльных помещениях.
- Допустимый температурный режим от +10 до +35°.
- Допустимая влажность 5-57%.

Меры предосторожности

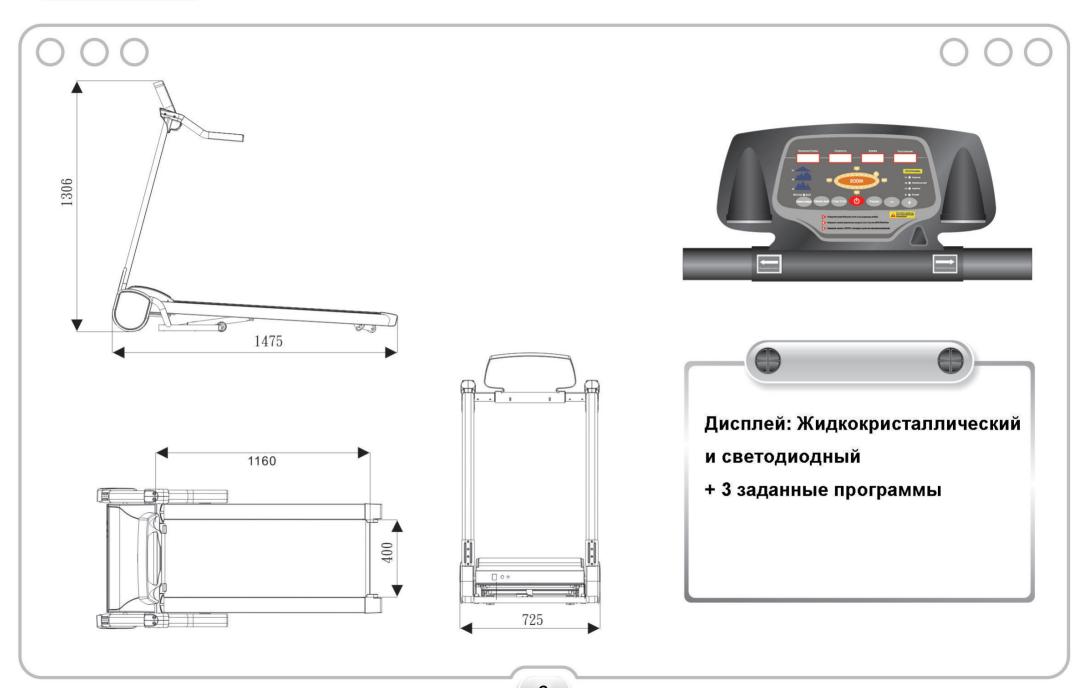
- Тренажер должен использоваться только по назначению, т.е.для физических тренировок взрослых людей.
- Тренажер не предназначен для коммерческого использования.
- Изготовитель не несет ответственности за любые повреждения или травмы, вызванные нецелевым использованием тренажера.
- Детям не рекомендуется тренироваться на данном тренажере.
- Тренажер разработан в соответствии с мировыми стандартами безопасности.
- Не используйте коррозийные и абразивные материалы для чистки изделия.
- Использование неисправного тренажера может привести к травмам, а также уменьшить срок его службы.
- Тренажер должен быть установлен на ровной поверхности.
- Не прикасайтесь к движущимся элементам тренажера.
- Тренажер предназначен для людей, чей вес не превышает 120 кг.
- Для увеличения срока службы тренажера рекомендуется смазывать беговое полотно каждые 50 км или 1-2 раза в месяц.
- Для тренировки используйте соответствующую спортивную одежду.
- Выбирайте программу тренировок, рекомендованную вашим врачом. Интенсивные тренировки могут нанести вред Вашему здоровью.

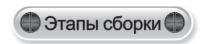
Папацияти	C
Параметры) 6
Этапы сборки) 7
Функции панели управления	9
Управление)14
Техническое обслуживание)17
Устранение неисправностей	20
Схема соотношения пульса и комфорта	23
Изображение в разобранном виде) ······· 24

Перед началом тренировки

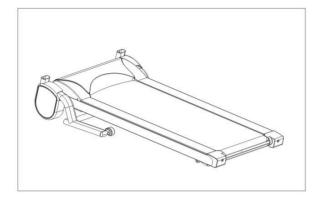
- Перед началом первых тренировок ознакомьтесь со всеми функциями и настройками тренажера.
- До начала тренировки прикрепите на одежду ключ безопасности.
- При проведении ремонта, чистке и уходу за тренажером отключайте его от сети.
- Не используйте электрические разветвители, тройники и переходники при подключении тренажера.
- Когда тренажер не используется, отключайте его от сети.
- После часа непрерывной работы дорожка должна быть выключена не менее чем на час.





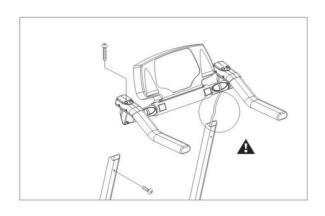


ШАГ 1

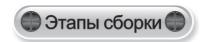


1.Пожалуйста, выньте беговую дорожку из упаковки.

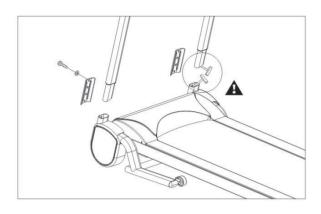
ШАГ 2



2.Убедитесь, что кабель располагается в стойках надлежащим образом. Установите панель управления между стойками с помощью болтов №1 и №2, а также инструмента №4 (как показано на схеме).

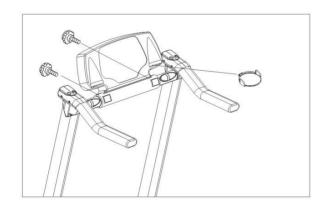


ШАГ 3



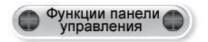
3.Установите правую и левую стойки строго вертикально, как это показано на рисунке. Осторожно соедините кабели. Вставьте болт №1 и затяните его шестигранным ключом №4. Используйте крышку №6. Повторите то же самое с правой стойкой.

ШАГ4

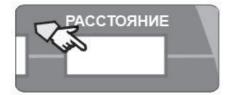


4.Прикрепите левую ручку к вершине стойки с помощью болта №3 и №8, как это показано на рисунке. Повторите то же самое с правой ручкой.

Внимание: Будьте осторожны, Вы можете повредить кабель, если не установите стойки должным образом.



1. Дисплей



РАССТОЯНИЕ
 Пройденное
 растояние (км)



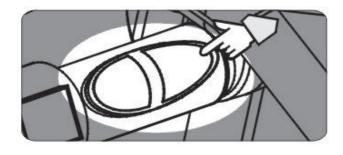
ВРЕМЯ: Время тренировки (мин, сек)



Скорость:
 Скорость движения
 полотна беговой
 дорожки (км/ч)



КАЛОРИИ / ПУЛЬС:
 КАЛОРИИ:
 Приблизительный расход калорий (ккал)
 ПУЛЬС:
 Количество ударов в минуту

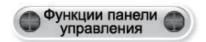


Примечание:

Дисплей с показаниями потраченных калорий переключится на показания пульса автоматически, как только он обнаружится.

Совет:

Для того чтобы получить более точные показания пульса, советуем остановить беговую дорожку.



2. Описание кнопок



ВКЛ:
 Включить или выключить



СТАРТ/СТОП:
 Начать или остановить движение мотора или бегового полотна



ПРОГРАММА: Выбор желаемого режима



"+": Увеличить скорость или прибавить звук



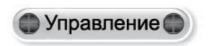
⊚ "—" : Уменьшить скорость или убавить звук



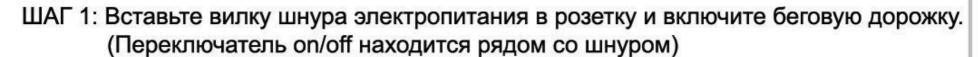
Olncreasing the inclination

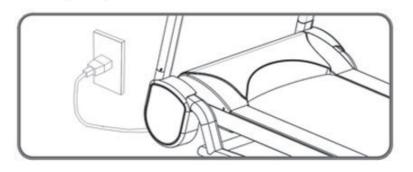


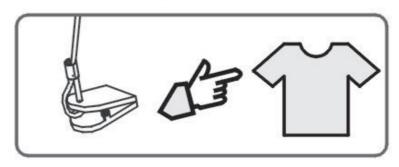
O Decreasing the inclination



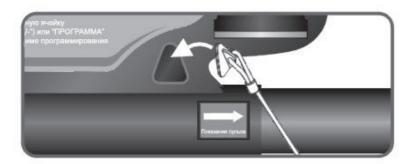




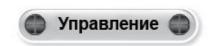




- ШАГ 2: Прикрепите ключ безопасности к одежде для тренировки с помощью клипсы. (От этого зависит безопасность эксплуатации)
- ШАГ 3: Поместите ключ безопасности в специальную ячейку на панели управления. (Дисплей "Расстояние" покажет "ON")



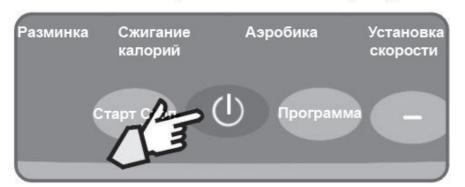








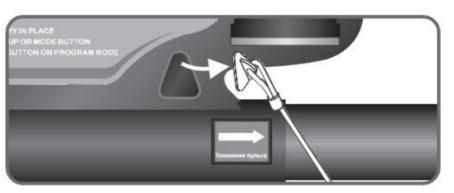
ШАГ 4: Нажмите кнопку . (Дисплей "Расстояние" покажет "SPU", и зажгутся индикаторы работы мотора)











Примечание: Чтобы остановить мотор и движение беговой дорожки, достаточно нажатия кнопки 🖊 🔪 или удаления ключа безопасности из ячейки.



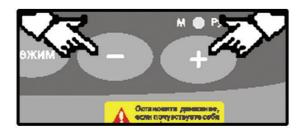




ШАГ 5:

Нажмите Режим и выберите «m» Ручной. Нажмите Старт для начала тренировки. Во время тренировки вы можете менять скорость и наклон нажатием кнопок «+» «-» для регулировки скорости и Наклон Вверх/Вниз для наклона бегового полотна.







ШАГ 6:

Для остановки беговой дорожки нажмите



или выньте Ключ безопасности











Ручной и запрограммированный режимы

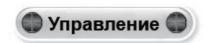
У Вас есть две возможности начать тренировку:

Ручной режим:

- 1) Нажмите кнопку "ПРОГРАММА" и выберите ручной режим настройки;
- 2) Нажмите кнопку "+", чтобы увеличить скорость движения беговой ленты; или же "-", чтобы уменьшить её;
- 3) Нажмите кнопку "Старт/Стоп", чтобы запустить мотор и беговую ленту.







Выбор режима:

- 1)Нажмите кнопку "ПРОГРАММА" и выберите желаемый режим ("Разминка", "Сжигание калорий" или "Аэробика")
- 2) Чтобы начать тренировку, нажмите кнопку "Старт/Стоп".











РАЗМИНКА

Данный режим разработан для пользователей, которые желают сжечь лишние жировые отложения или поддержать настоящий вес тела.

СЖИГАНИЕ КАЛОРИЙ

Данный режим разработан для пользователей, которые желают улучшить работоспособность сердечно-сосудистой системы.

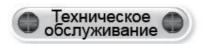
АЭРОБИКА

Данный режим разработан для пользователей, которые желают увеличить выносливость и улучшить работоспособность легких.





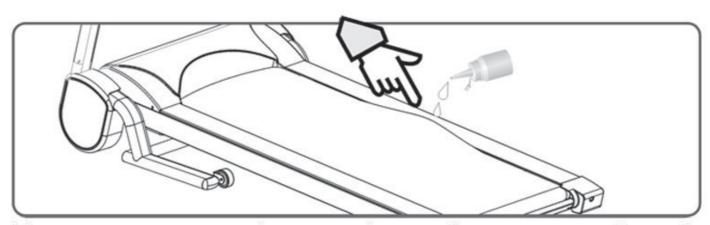




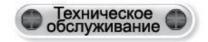
Смазка бегового полотна

Смазка является основным моментом при эксплуатации беговой дорожки. Беговое полотно необходимо смазывать каждые 50 км пробега или через месяц-два использования. Следствием недостаточной смазки может быть изнашивание ремня, а в последствии и его поломка. Чрезмерная же смазка может привести к проскальзыванию ленты беговой дорожки.

- 1.Остановите беговоую дорожку.
- 2. Приподнимите ленту беговой дорожки.
- 3. Вспрысните селиконовую смазку в щель между лентой и полотном.

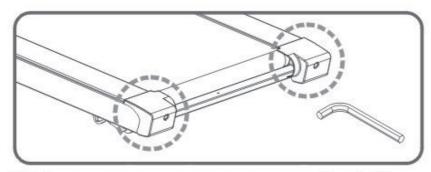


Примечание: используйте данный способ смазки ленты беговой дорожки силиконовой смазкой.

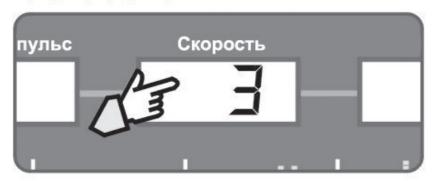


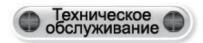
Регулировка бегового полотна

Беговое полотно должно располагаться строго по центру. Регулировочные болты располагаются в конце правой и левой боковых панелей, как это показано на рисунке.

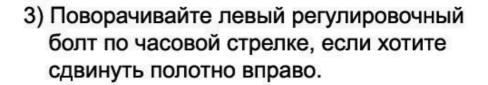


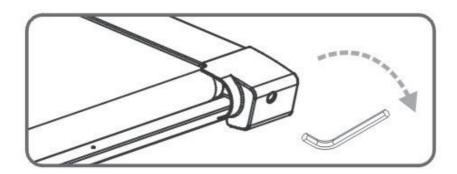
1) Поместите переключатель "on/off" в положение "on". Задайте скорость бегового полотна 3-5 км/ч.

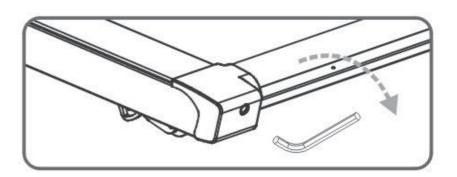




2) Поворачивайте правый регулировочный болт по часовой стрелке, если хотите сдвинуть полотно влево.

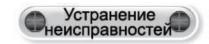






4) В случае если Вы проделали перечисленные шаги, а беговое полотно не регулируется, возможно оно уже повреждено. Пожалуйста, свяжитесь с дилером.

Примечание: Не натягивайте беговое полотно слишком сильно.

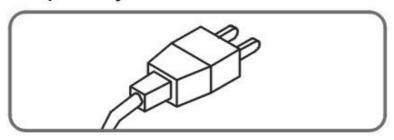


примечание Предже чем подключить кабель, убедитесь, что вилка шнура электропитания вынута из розетки электросети.

ПРОБЛЕМА: На дисплее не загорается свет

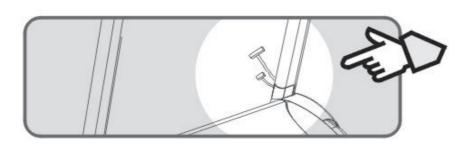
ПРИЧИНА/РЕШЕНИЕ:

 Вилка шнура электропитания не вставлена в розетку. Вставьте вилку в розетку.



Ключ безопасности не вложен в ячейку.





3) Отсоеденился кабель у правой стойки. Подсоедините кабель.