

Инструкция

Беговая дорожка электрическая Body Sculpture BT-5600

Полезные ссылки:

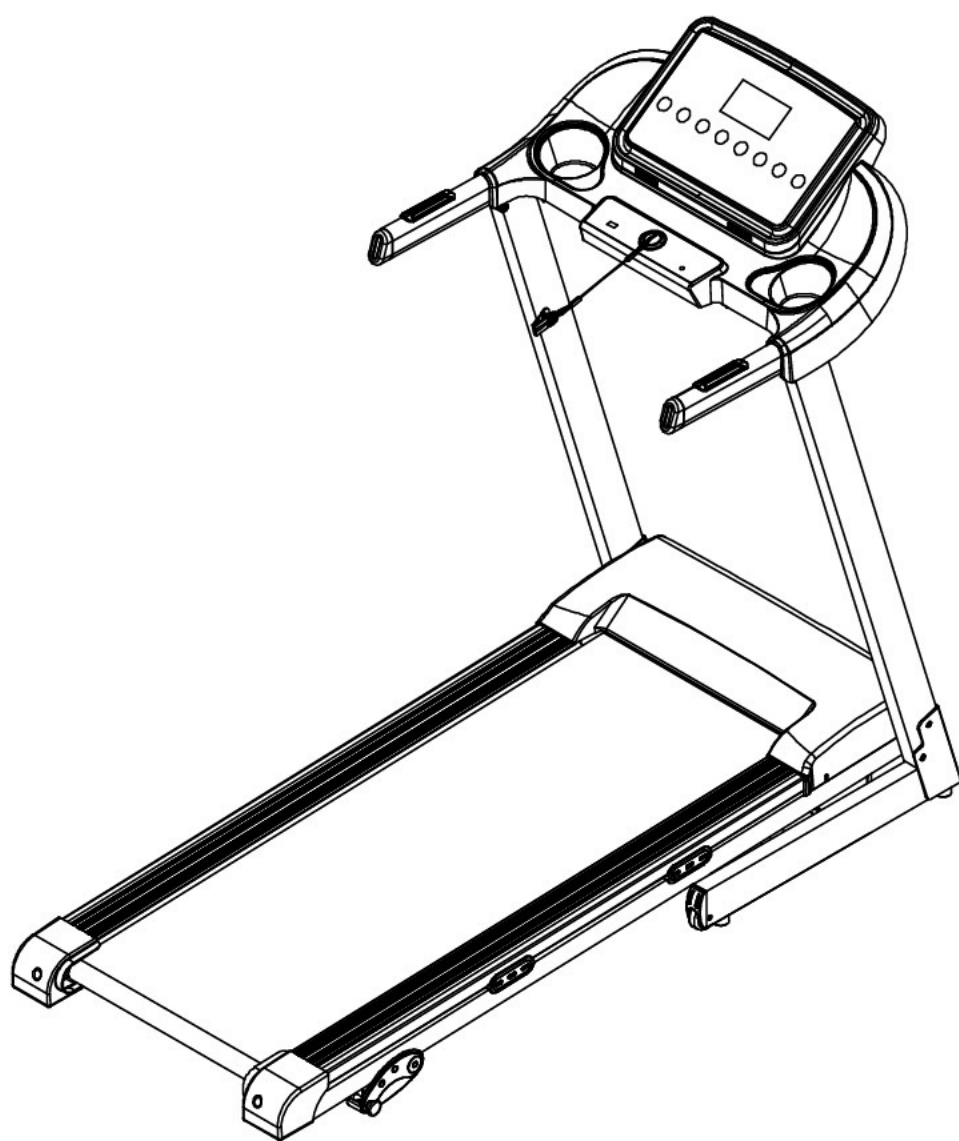
[Беговая дорожка электрическая Body Sculpture BT-5600 - смотреть на сайте](#)

[Беговая дорожка электрическая Body Sculpture BT-5600 - читать отзывы](#)

Руководство пользователя
**ДОРОЖКА БЕГОВАЯ
ЭЛЕКТРИЧЕСКАЯ
BT-5600**

BODY
SCULPTURE

SINCE 1965



СОДЕРЖАНИЕ

ИНСТРУКЦИЯ ПО БЕЗОПАСНОСТИ	3
СБОРОЧНЫЙ ЧЕРТЕЖ	5
КОМПЛЕКТАЦИЯ	6
ИНСТРУКЦИЯ ПО СБОРКЕ	9
ИНСТРУКЦИЯ ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ	12
ТЕХНИЧЕСКИЕ ПАРАМЕТРЫ	13
ПОДКЛЮЧЕНИЕ К ИСТОЧНИКУ ПИТАНИЯ	13
ЭКСПЛУАТАЦИЯ ТРЕНАЖЕРА	14
РЕГУЛЯРНОЕ ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ	16
НАСТРОЙКА КОНСОЛИ КОМПЬЮТЕРА	19
ТИПИЧНЫЕ НЕИСПРАВНОСТИ И РУКОВОДСТВО ПО ИХ УСТРАНЕНИЮ	21
РЕКОМЕНДАЦИИ ПО УТИЛИЗАЦИИ	22

УВАЖАЕМЫЙ ПОКУПАТЕЛЬ!

Благодарим Вас за выбор современного тренажера, который обладает рядом преимуществ и обеспечит Вам безопасную и эффективную тренировку.

Перед началом использования тренажера внимательно изучите данное руководство в целях снижения риска получения травм во время тренировки. Ознакомьтесь с инструкцией по безопасности и информацией о мерах предосторожности, а так же ознакомьте всех пользователей данного тренажера.

Руководство подлежит хранению и использованию в качестве справочного материала.

Инструкция по безопасности

1. Внимательно прочтите инструкцию перед использованием. Сохранность и эффективное использование тренажёра возможны только в случае его правильной сборки, технического обслуживания и применения исключительно по назначению. Необходимо убедиться, что все пользователи тренажера ознакомлены с инструкцией по безопасности и эксплуатации.

2. До начала тренировок проконсультируйтесь у вашего врача и убедитесь, что состояние вашего здоровья позволяет пользоваться тренажёром. Не пренебрегайте медицинским контролем – регулярно проверяйте частоту сердечных сокращений, кровяное давление и уровень холестерина в крови.

3. Во время упражнений следите за своим самочувствием. Помните: чрезмерные нагрузки могут повредить вашему здоровью. Прекратите тренировку, если почувствуете проявление хотя бы одного из следующих симптомов: боль, тяжесть в груди, неровный пульс, учащение дыхания, головокружение, тошноту. Прежде чем продолжать занятия, обратитесь к врачу.

4. Тренажёр предназначен для использования взрослыми людьми. Не допускается использование тренажера детьми и домашними животными. Во время работы беговой дорожки дети и домашние животные должны находиться на безопасном расстоянии.

5. Данный тренажер предназначен для бытового использования в закрытом помещении и не предназначен для использования в коммерческих целях и на открытом воздухе.

6. Перед использованием проверьте все основные крепёжные узлы изделия.

7. Регулярно выполняйте проверку и затяжку всех винтов, т.к. вследствие вибрации затяжка винтов и гаек может быть ослаблена. Гарантия не распространяется на повреждения вследствие ненадлежащего технического обслуживания.

8. Регулярные проверки крепёжных узлов и замена изношенных и/или поломанных деталей обеспечат надлежащий уровень безопасности. Уделяйте особое внимание обслуживанию частей тренажера, подверженных износу, вращающимся частям и соединениям.

9. Если во время сборки или проверки вы обнаружите неисправные компоненты, услышите необычный шум или треск, немедленно прекратите занятия и обратитесь в сервисный центр. В случае необходимой технической поддержки, вы также можете обратиться в сервисный центр.

10. Для занятий используйте удобную одежду, не стесняющую движений. Избегайте одежды, которая может попасть в движущиеся части тренажёра.

11. Используйте специальное оборудование при перемещении тренажера, чтобы не повредить спину.

12. Тренажер оснащен ключом безопасности, убедитесь в понимании принципа его функционирования

13. Используйте ключ безопасности для аварийного отключения беговой дорожки во время работы.

14. Если тренажер не используется, отключите ключ безопасности.



15. Храните ключ в безопасном месте, во избежание его утраты, если тренажер не используется

16. Экстренная остановка: держась двумя руками за руль, поставьте обе ноги на нескользкую поверхность рельсов, нажмите кнопку СТОП на компьютерной панели.

17. Если тренажер подключен к внешнему источнику питания, убедитесь в исправном состоянии шнура питания и вилки. Выполняйте подключение только при условии наличия надлежащего заземления цепи электропитания; отсутствие заземления может привести к повреждениям тренажера, на которые не распространяется гарантия. Шнур питания должен находиться на безопасном расстоянии от горячих поверхностей и предметов.

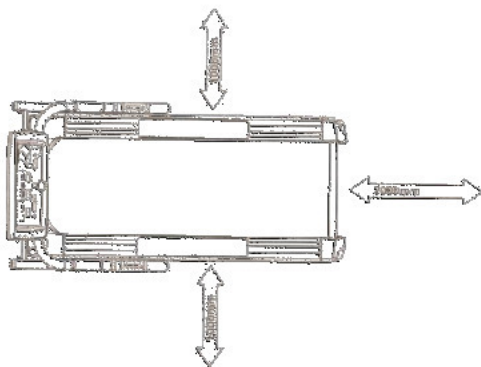
18. Эксплуатация беговой дорожки запрещается в случае повреждения шнура или разъема электропитания и в случае ненадлежащего функционирования дорожки.

19. Данный тренажер представляет собой электронное оборудование и не подлежит выбросу в муниципальные мусоросборники. В целях обеспечения защиты окружающей среды тренажер подлежит утилизации в соответствии с действующим законодательством государства использования. Получить подробную информацию о порядке утилизации вы можете в местном органе муниципальной власти.

20. Производитель оставляет за собой право без предварительного уведомления покупателей вносить изменение в дизайн и технические характеристики изделия, не ухудшающие его потребительские свойства.

21. Данный тренажер предназначен исключительно для бытового использования. Наша компания не берет на себя ответственность в случае возникновения проблем при его использовании в коммерческих целях. При использовании тренажера в коммерческих целях и/или общественных (медицинских, оздоровительных и т.п.) организациях на него не распространяются гарантийные обязательства продавца по ремонту и обслуживанию.

22. Безопасное расстояние от беговой дорожки - 2000mm x 1000mm.



23. Максимальный вес пользователя – 120кг.

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО РАЗМЕЩЕНИЮ

Тренажер должен быть установлен в помещении, вдали от зон с повышенной запыленностью или влажностью. Высокая влажность в зоне хранения может привести к нарушениям в работе тренажера и аннулированию гарантии.

Тренажер должен быть установлен на ровной твердой горизонтальной поверхности; желательно на специальном защитном покрытии для пола.

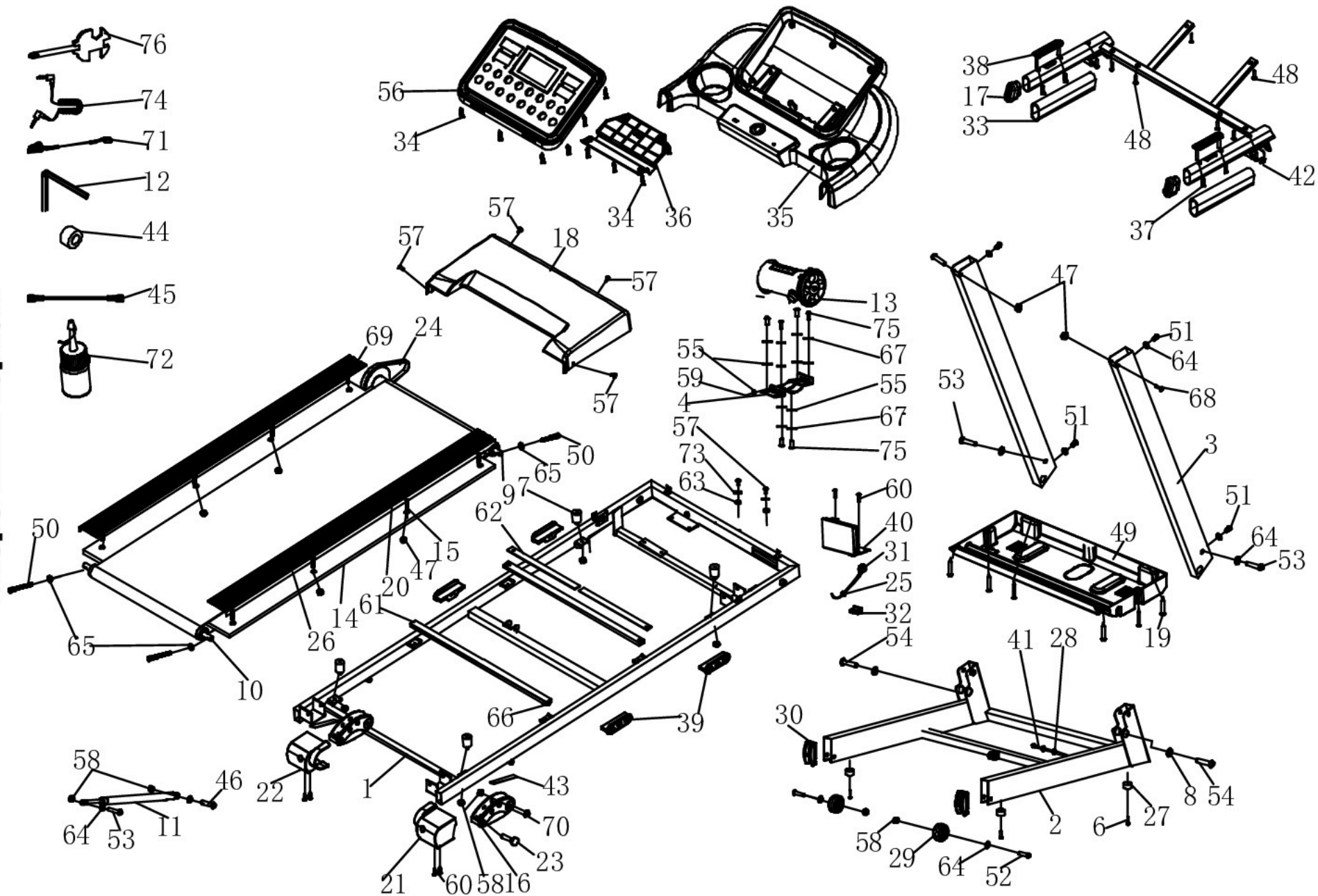
Нельзя устанавливать тренажер на ковровом покрытии, т.к. это может вызвать перегрев двигателя. При установке вокруг тренажера должно быть как минимум 0.5м свободного пространства. Изделие должно размещаться в хорошо вентилируемом помещении. Не устанавливайте изделие в помещениях, где распылялись спреи или аэрозоли и в местах с повышенным содержанием кислорода. Это может оказывать влияние на состав вдыхаемого воздуха и привести к несчастному случаю во время тренировки.

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ХРАНЕНИЮ

Тренажер рекомендуется хранить и использовать в сухих отапливаемых помещениях. Высокая влажность, присутствие пыли и воды в зоне хранения может привести к нарушениям в работе тренажера. Если тренажер хранился или транспортировался при низких/отрицательных температурах и/или в условиях повышенной влажности (более 75%), необходимо перед эксплуатацией выдержать не менее 4х часов. Далее можно приступить к эксплуатации тренажера.

УЧИТЫВАЙТЕ ДАННЫЕ РЕКОМЕНДАЦИИ НА ПРОТЯЖЕНИИ ВСЕГО ПЕРИОДА ЭКСПЛУАТАЦИИ ИЗДЕЛИЯ.

Сборочный чертеж



КОМПЛЕКТАЦИЯ

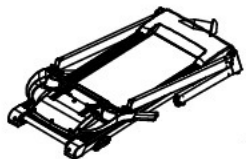








NO.	НАИМЕНОВАНИЕ	КЛ.	NO.	НАИМЕНОВАНИЕ	КЛ.
1	Основная рама	1	29	Подвижное колесо	2
2	Базовая рама	1	30	Подвижная крышка колеса	2
3	Верхняя рама	2	31	Провод питания	1
4	Кронштейн двигателя	1	32	Выключатель	1
5	Кронштейн компьютера	1	33	Накладка	2
6	Винт (ST4.2*25)	4	34	Винт (ST4.2*13)	17
7	Ножки резиновые	4	35	Верхняя крышка компьютера	1
8	Заглушка (10)	2	36	Нижняя крышка компьютера	1
9	Передние ролики	1	37	Винт (ST4.2*45)	2
10	Задние ролики	1	38	Пульсомер	1
11	Цилиндр	1	39	Эластомер	4
12	5# Ключ универсальный	1	40	Плата управления	1
13	Двигатель	1	41	Нижний провод компьютера	1
14	Беговое полотно	1	42	Верхний провод компьютера	1
15	Болт (M6*40)	4	43	Ножки резиновые	2
16	Регулируемый стабилизатор наклона	2	44	Магнитное кольцо	1
17	Заглушка	2	45	Коричневый провод	1
18	Крышка двигателя	1	46	Болт (M8*25)	1
19	Винт (ST4.2*19)	8	47	Контргайка (M6)	6
20	Боковой рельс	2	48	Винт (ST4.2*20)	8
21	Правая задняя крышка	1	49	Нижняя крышка двигателя	1
22	Левая задняя крышка	1	50	Болт (M6*65)	3
23	Фиксатор	2	51	Болт (M8*16)	4
24	Ремень двигателя	1	52	Болт (M8*40)	2
25	Разъем кабеля	1	53	Болт (M8*42)	3
26	Беговое полотно	1	54	Болт (M10*55)	2
27	Подставка для ног	4	55	Плоская шайба С (8)	4
28	Кольцевой протектор В	2	56	Компьютер	1

КОМПЛЕКТАЦИЯ

NO.	НАИМЕНОВАНИЕ	КЛ.	NO.	НАИМЕНОВАНИЕ	КЛ.
57	Болт (M5*8)	5	73	Пружинная шайба (5)	1
58	Контргайка (M8)	10	75	Винт (M6*16)	6
59	EVA прокладка	1	76	Шестигранный ключ с отверткой	1
60	Винт	2			
61	Усилитель для бегового полотна	2			
62	Усилитель амортизации	4			
63	Пружинная шайба (5)	1			
64	Пружинная шайба (8)	12			
65	Пружинная шайба (6)	3			
66	Нейлоновая изоляционная прокладка	4			
67	Стандартная эластичная прокладка	3			
68	Болт (M6*37)	2			
69	Болт (M8*25)	4			
70	Болт (M8*45)	2			
71	Ключ безопасности	1			
72	Смазка	1			

КОМПЛЕКТАЦИЯ

После вскрытия коробки, вы обнаружите следующие детали:

 1	 76	 12	 71
 72	 64  51	 53	 74

NO.	НАИМЕНОВАНИЕ	КЛ.	NO.	НАИМЕНОВАНИЕ	КЛ.
1	Основная рама	1	64	Пружинная шайба (8)	6
12	#5 Ключ универсальный	1	72	Смазка	1
53	Болт (M8*42)	2	71	Ключ безопасности	1
71	Болт (M8*16)	4			
76	Шестигранный ключ с отверткой	1			

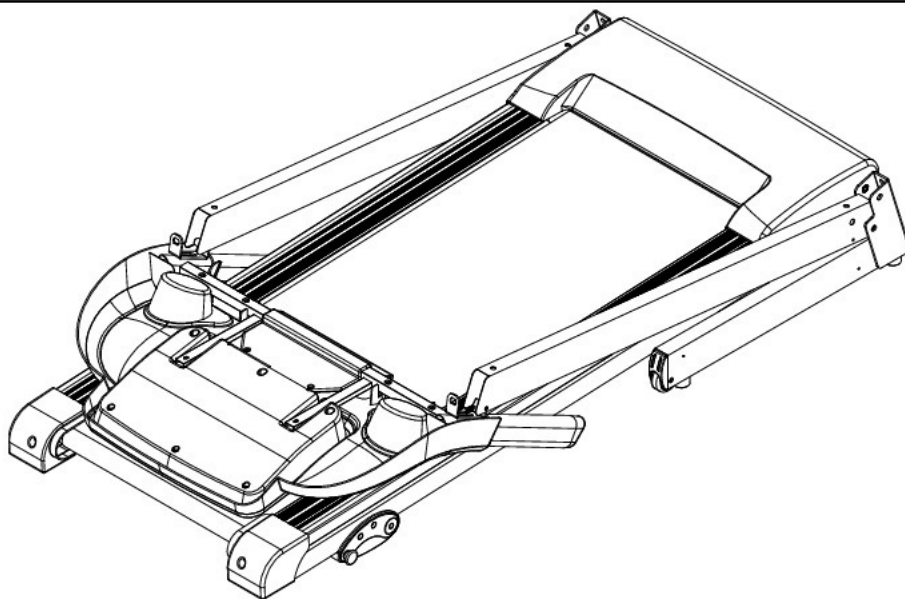


Внимание: Не включайте тренажер пока полностью не закончите сборку.

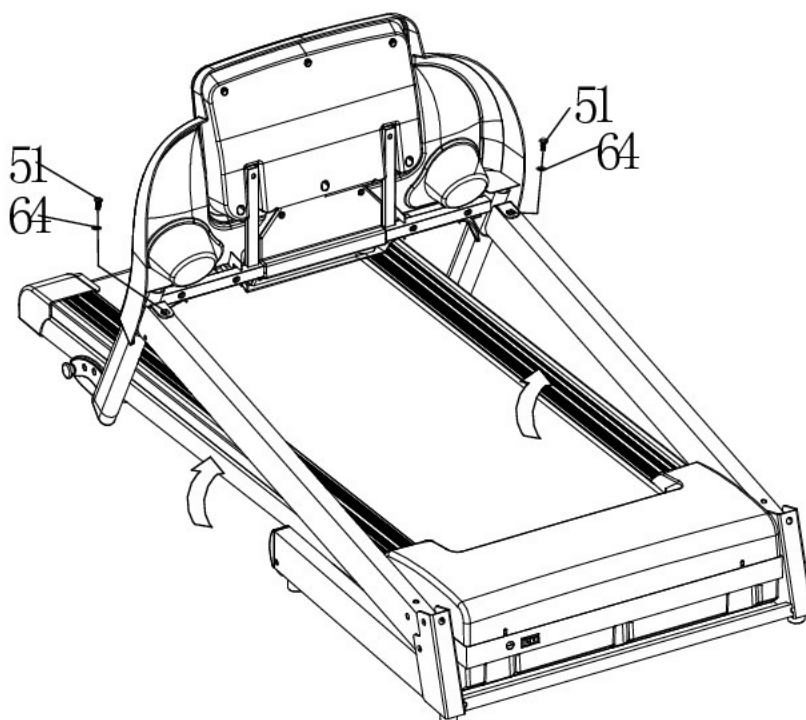
ВНИМАНИЕ:

1. Не включайте и не используйте сложенную беговую дорожку.
2. Дождитесь полной остановки рабочей поверхности перед тем, как сложить беговую дорожку.
3. Обратите внимание, что система мониторинга сердечного ритма может быть неточной. Во время выполнения упражнений может произойти серьезная травма или смерть. Прекратите тренировки, если вы чувствуете слабость.
4. Шумовая эмиссия под нагрузкой выше, чем без нагрузки.

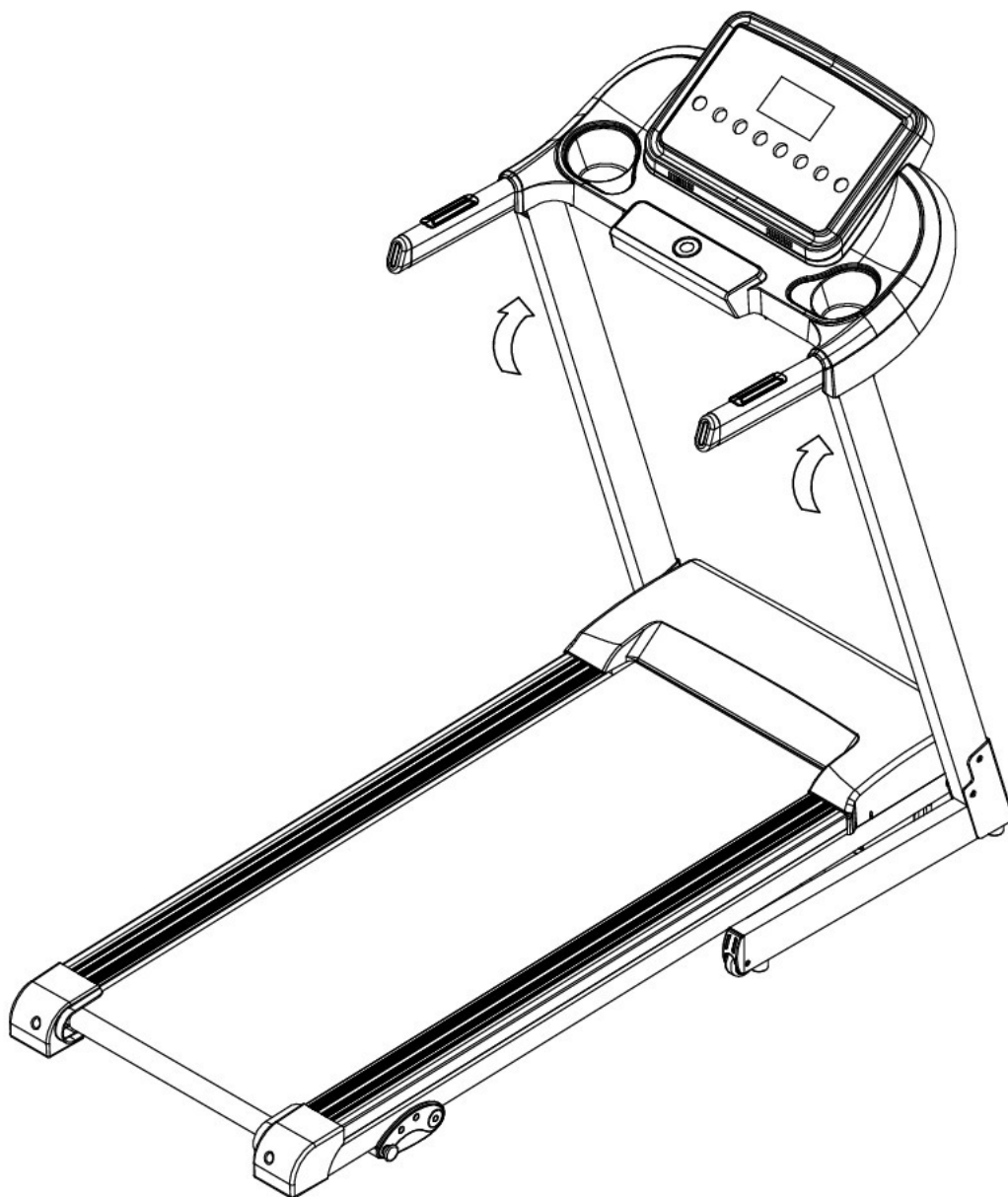
ИНСТРУКЦИЯ ПО СБОРКЕ



ШАГ 1. Откройте коробку, достаньте вышеуказанные части тренажера, и поместите основную раму на ровную поверхность

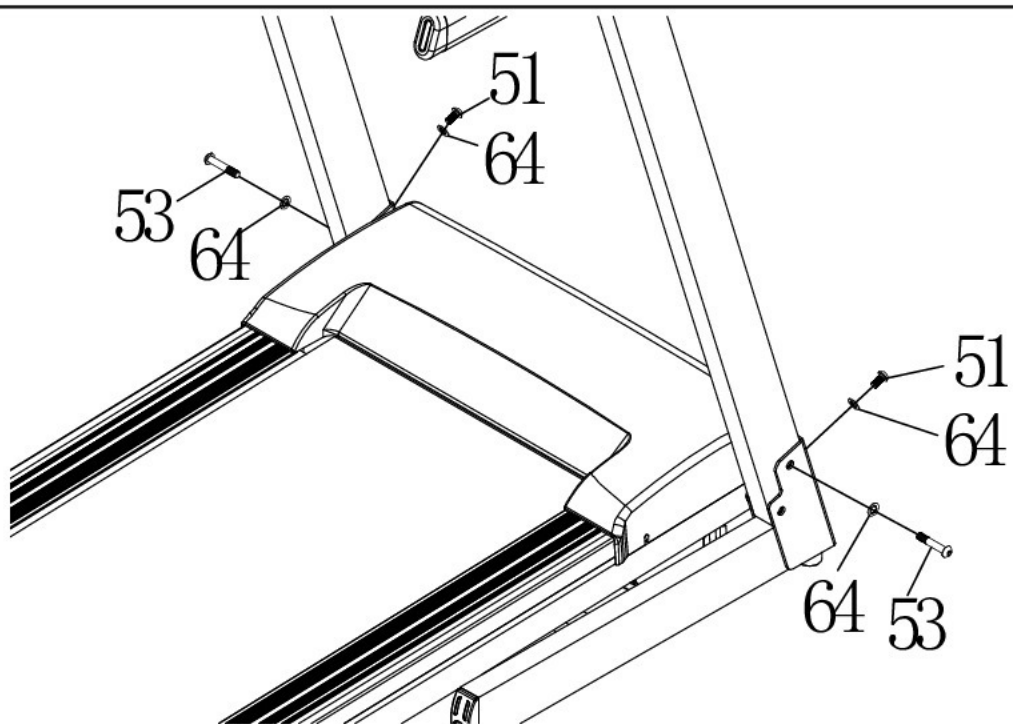


ШАГ 2. Установите рамку компьютера используя 5# универсальный ключ (12), М8*16 болт (51) и стопорную шайбу (64), закрепите рамку компьютера слева и справа в вертикальном положении.



ШАГ 3 Выдвиньте компьютер и установите его вертикально.

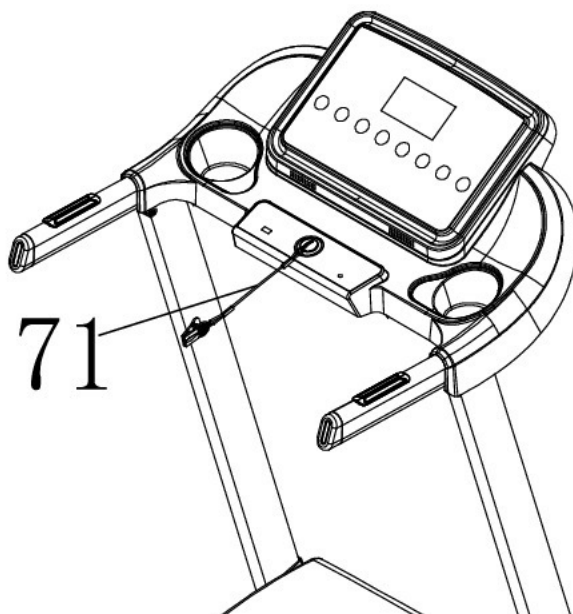
Примечание: во время установки придерживайте компьютер и провода, чтобы не защемить их и не повредить его.



ШАГ 4 Используйте 5# универсальный ключ, зафиксируйте с помощью болта М8*42 (53) и стопорной шайбы (64) правую вертикальную трубу на главной раме.

Используйте 5# универсальный ключ, зафиксируйте с помощью болта М8*16 (51) и стопорной шайбы (64) правую вертикальную трубу на главной раме.

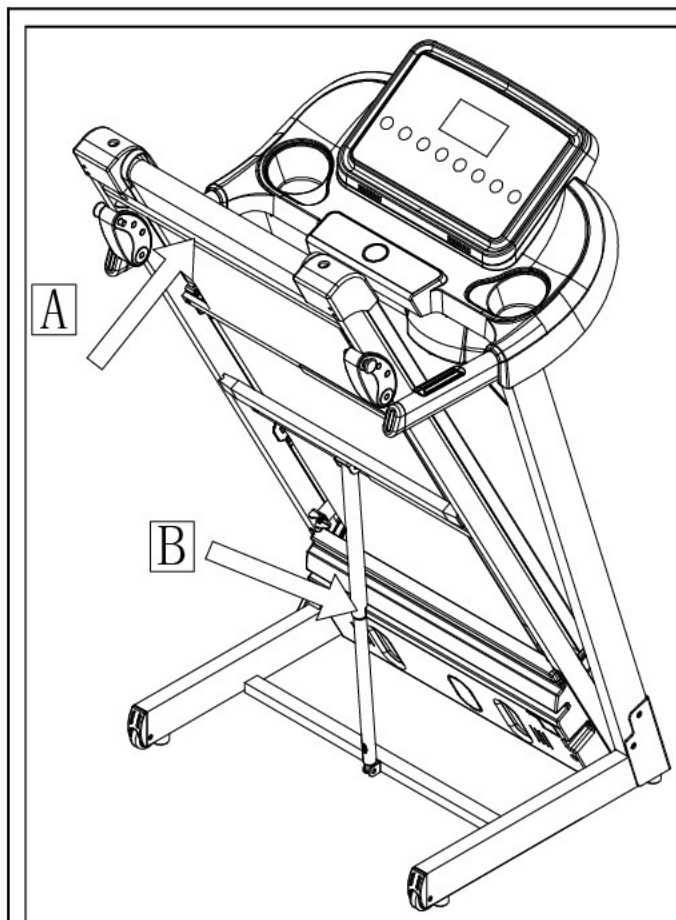
Используя эту же схему зафиксируйте левую вертикальную трубу.



ШАГ 5

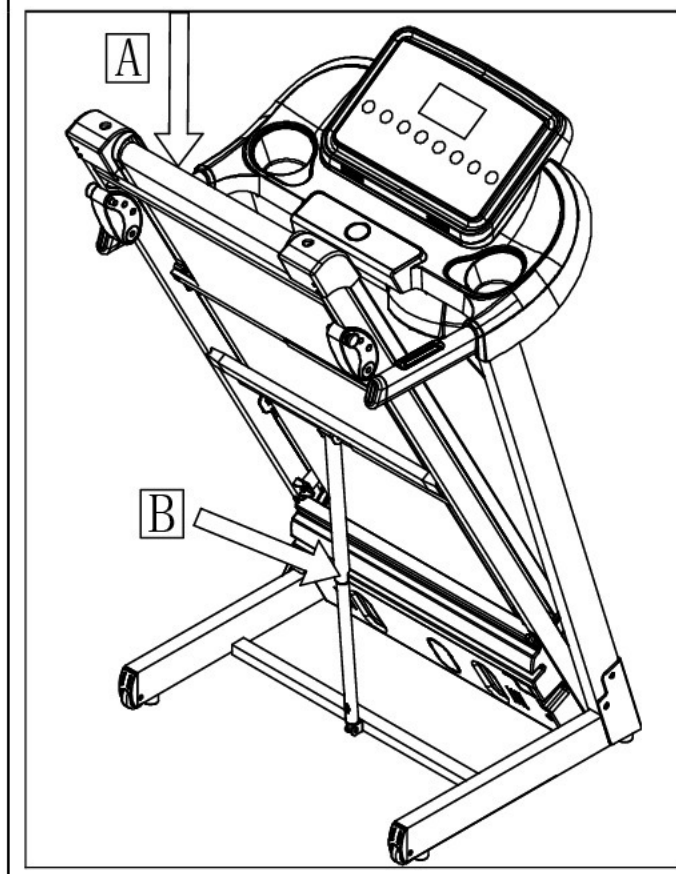
Вставьте ключ безопасности (71) в консоль.

ИНСТРУКЦИЯ ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ



Поднятие дорожки:

Поднимите базу рамы в положение А, до щелчка, обозначающего, что стойка В зафиксирована.



Раскладывание дорожки:

Поддерживая положение А рукой, надавите на газовую трубку, находящуюся под давлением, рама автоматически опустится. (Убедитесь, что под рамой нет посторонних предметов или животных).

ТЕХНИЧЕСКИЕ ПАРАМЕТРЫ

Размер (мм)	1585*720*1262мм	Мощность постоянная	указана на этикетке
Размер в сложенном виде (мм)	850*720*1350мм	Мощность пиковая	указана на этикетке
Размер бегового полотна (мм)	450*1200мм	Диапазон скоростей	0.8-14км/ч
Вес нетто	46кг	Максимальный вес пользователя	120кг
LCD Дисплей	Скорость, время, дистанция, калории, пульс.		

ПОДКЛЮЧЕНИЕ К ИСТОЧНИКУ ПИТАНИЯ

Заземление

Выберите место в непосредственной близости от розетки для установки беговой дорожки. Убедитесь в исправном состоянии шнура питания и вилки.

Данный тренажер должен быть заземлен. Если тренажер неисправен, заземление обеспечит путь наименьшего сопротивления электрическому току, что снизит риск удара током. Тренажер должен быть подключен к розетке, установленной и заземленной в соответствии с правилами безопасности.

Внимание



Неправильное подключение заземляющего проводника тренажера может привести к поражению электрическим током. Данное изделие предназначено для использования на номинальной электрической цепи 220-240 вольт. Проконсультируйтесь с квалифицированным электриком, если у вас есть сомнения относительно правильности заземления и подключения устройства. Для снижения риска поражения электрическим током всегда отсоединяйте тренажер от электрической сети после его использования.

Никогда не вставляйте вилку и не отключайте тренажер мокрыми руками.

Примечание. Несоблюдение требуемого периодического и профилактического обслуживания может привести к аннулированию гарантии.

ЭКСПЛУАТАЦИЯ ТРЕНАЖЕРА

Как использовать ключ безопасности



- На консоли своего тренажера вы найдете гнездо для ключа безопасности. Шнур от него тянется к одежде и надежно на ней закрепляется. Закрепите ключ на одежде и вставьте в гнездо консоли.
- Не включайте изделие, находясь на беговом полотне, т.к. это приведет к перегрузке двигателя. Поставьте ноги на боковые платформы по обеим сторонам беговой дорожки. Ставьте ноги на беговое полотно после запуска беговой дорожки на медленной скорости.
- Начинайте медленно и легко. Просто пройдите по беговой дорожке в течение 10 минут. Делайте это каждый день в течение недели. На второй неделе добавьте пять минут к уже освоенной нагрузке. Продолжайте добавлять по 5 минут, пока не наработаете нужный темп.
- Прежде чем завершить тренировку, постепенно замедлите свой темп до легкой ходьбы, что приведет к постепенному снижению темпа и нормализации дыхания. Спускайтесь с тренажера только после полной его остановки.
- Наденьте беговую или любую удобную для вас обувь. Чтобы избежать травм и излишнего износа беговой дорожки, убедитесь, что подошва вашей обуви чистая.

Разогрев и растяжка перед началом тренировки

Занятия начинайте с растяжки. Держите голову прямо, смотрите вперед. Ваши плечи должны быть опущены вниз, отведены назад и расслаблены. Живот и ягодицы втянуты. Всегда делайте растяжку перед началом тренировки, разогревайтесь постепенно, не делайте резких движений. Постепенно увеличивайте интенсивность тренировок, пока не достигнете желаемого темпа.



Обязательно пейте много воды до, во время и после тренировки. Начинайте свою тренировку в медленном темпе, при необходимости останавливайтесь и делайте разминку. Выполнив тренировку в течение необходимого периода времени, завершите ее замедлением хода и растяжкой. Растяжка восстановит дыхание, укрепит ваше здоровье и поможет предотвратить травмы.

Для эффективности тренировок занимайтесь регулярно. Добавляйте к тренировкам ежедневную ходьбу 5 дней в неделю. Ходите достаточно быстро, чтобы достичь требуемого сердечного ритма, но Вы не должны задыхаться.

Чтобы улучшить сердечно сосудистую систему, занимайтесь 3-4 дня в неделю, от 20 до 30 минут в очень быстром темпе, учащенно дыша, но не задыхаясь. Чем больше вы тренируетесь, тем интенсивнее должна быть ваша нагрузка.

С целью похудения Вам необходимо тренироваться минимум пять дней в неделю, от 45 до 60 минут при нормальном сердечном ритме. Если вы новичок в тренировках, начинайте с медленных, коротких сеансов и постепенно наращивайте свой темп. Если у вас есть какие-либо проблемы со здоровьем или особые медицинские показания, обязательно обратитесь к врачу за консультацией, прежде чем начинать тренировки.

Использование данного тренажера улучшит вашу физическую форму, поднимет тонус мышц, а правильная диета поможет вам сбросить лишний вес. Целесообразно тренироваться минимум три раза в неделю, равномерно распределяя нагрузку в течение всей недели.

Предупреждение: если вы чувствуете головокружение, тошноту, боли в груди или другие аномальные симптомы, немедленно прекратите тренировки. Перед тем, как возобновить тренировки, проконсультируйтесь с врачом.

В конце каждой тренировки

1. Удалите ключ безопасности с консоли компьютера.
2. Используйте выключатель питания, чтобы выключить беговую дорожку. Он расположен на передней стороне рамы рядом с электрическим шнуром.
3. Отсоедините электрический шнур от электрической розетки. Это особенно важно, если вы не собираетесь использовать беговую дорожку в течение длительного времени.
4. Протрите все поверхности беговой дорожки сухой тканью или полотенцем - особенно панель управления, беговое полотно и другие компоненты беговой дорожки.

Предупреждение! Прежде чем приступать к любому обслуживанию или визуальному осмотру тренажера, выключите и отсоедините беговую дорожку от электросети, во избежание серьезных травм и удара током.

РЕГУЛЯРНОЕ ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

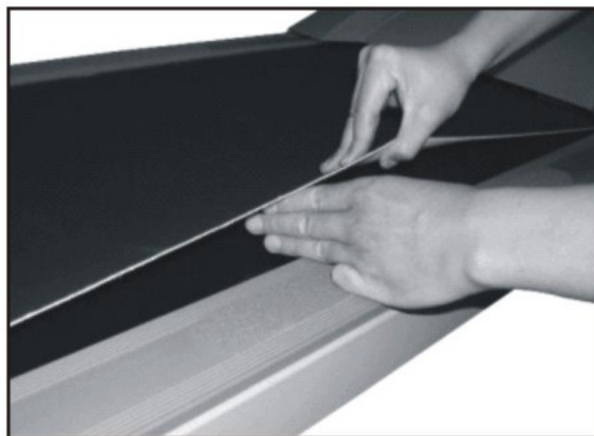
РЕГУЛИРОВКА БЕГОВОГО ПОЛОТНА

НАТЯЖЕНИЕ ПОЛОТНА

Поскольку при движении натяжение полотна имеет тенденцию ослабевать, необходимо его периодически корректировать. Если натяжение полотна слабое, оно будет останавливаться во время движения или ходьбы, пока двигатель тренажера продолжает работать. **НЕ ПЕРЕТЯГИВАЙТЕ РЕМЕНЬ СЛИШКОМ СИЛЬНО.** Это приведет к снижению производительности двигателя и повреждению роликов.

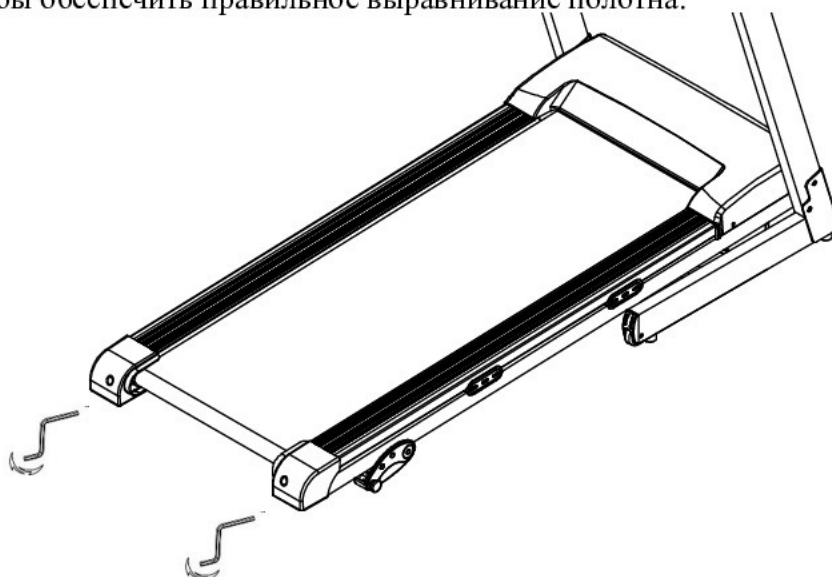
Чтобы проверить натяжение бегового полотна, приподнимите его с края. Если полотно натянуто правильно, оно приподнимается на 5см.

Быстрый тест: если вы можете поместить под полотно 3 пальца как показано на рисунке, натяжение полотна в порядке и не требует регулировки.



КОРРЕКТИРОВКА НАТЯЖЕНИЯ ПОЛОТНА

Используя шестигранный ключ, прилагаемый к беговой дорожке, поместите его в отверстие гнезда регулировочного винта в левой задней торцевой крышке. Поверните один полный оборот по часовой стрелке. Затем поместите шестигранный ключ в отверстие в правой торцевой крышке и поверните на один оборот по часовой стрелке. Проверяйте натяжение полотна до тех пор, пока оно не достигнет правильного натяжения. Обязательно настройте обе стороны одинаково, чтобы обеспечить правильное выравнивание полотна.



ЦЕНТРОВКА ПОЛОТНА

Если необходима центровка полотна, убедитесь что полотно натянуто правильно. Запустите беговую дорожку и установите скорость примерно 4км /ч. Поместите шестигранный ключ через отверстие в левой задней торцевой крышке и в гнездо регулировочного винта (см. рисунок).

1. Если полотно сдвинуто вправо: поверните левый регулировочный винт на $\frac{1}{2}$ оборота против часовой стрелки. Пусть беговая дорожка работает в течение 30 секунд, полотно должно сдвинуться влево. Если оно все еще находится слишком далеко по правую сторону, поверните левый регулировочный винт еще на $\frac{1}{2}$ оборота. Повторяйте при необходимости.

2. Если полотно сдвинуто влево: поверните левый регулировочный винт на $\frac{1}{2}$ оборота по часовой стрелке. Пусть беговая дорожка работает в течение 30 секунд, полотно должно будет двигаться вправо. Если оно все еще находится слишком далеко по левую сторону, поверните левый регулировочный винт еще на $\frac{1}{2}$ оборота. Повторяйте данное действие по мере необходимости.

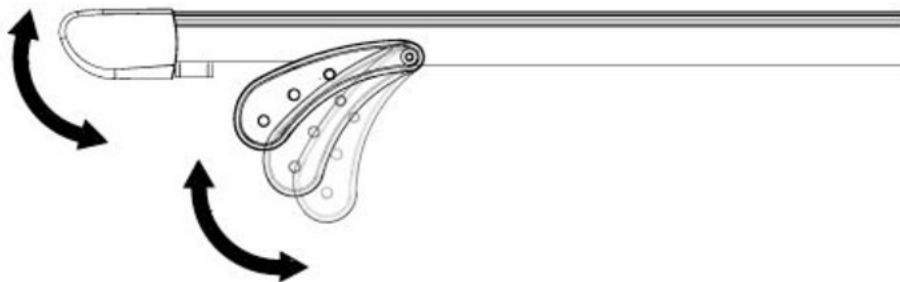


После регулировки протестируйте беговую дорожку в течение 3х минут.

РЕГУЛИРОВКА УГЛА НАКЛОНА

Беговая дорожка имеет 3 уровня наклона, отрегулируйте наклон вручную, для этого просто поднимите заднюю часть рамы, установите стабилизатор наклона в нужном положении.

Пожалуйста, убедитесь, что левый и правый стабилизаторы наклона установлены на одном уровне, это позволит предотвратить возможное повреждение подвижных элементов тренажера.



ОБСЛУЖИВАНИЕ:

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ: ВСЕГДА ОТКЛЮЧАЙТЕ БЕГОВУЮ ДОРОЖКУ ОТ ЭЛЕКТРИЧЕСКОЙ РОЗЕТКИ ПЕРЕД ЧИСТКОЙ, СМАЗКОЙ ИЛИ ТЕХНИЧЕСКИМ ОБСЛУЖИВАНИЕМ.

УХОД И ОЧИСТКА

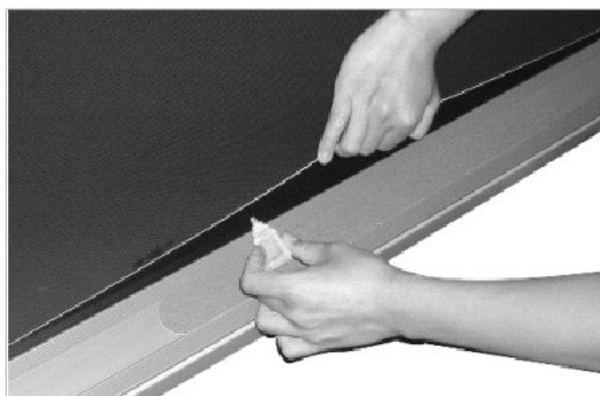
Общая очистка беговой дорожки продлит срок ее службы и улучшит производительность. Регулярно пылесосьте устройство. Обязательно удаляйте загрязнения с обеих сторон движущегося полотна, а также с боковых направляющих. Верхнюю часть полотна можно очистить при помощи влажной ткани с использованием мыльного раствора. Будьте осторожны, держите жидкость вдали от тренажера.

Не реже одного раза в год снимайте крышку двигателя и с осторожностью убирайте пыль с помощью пылесоса.

Для лучшей производительности рекомендуется размещать беговую дорожку на специальном защитном покрытии (**ИЗБЕГАЙТЕ КОВРОВЫХ ПОКРЫТИЙ!**). Специальное покрытие не допустит загрязнение важных элементов тренажера, а так же обеспечит шумоизоляцию.

СМАЗКА БЕГОВОГО ПОЛОТНА

Важно заботится о состоянии подвижного полотна и поверхности под ним, которая требует постоянной смазки, так как его состояние может повлиять на функционирование и работоспособность тренажера.



Смазывайте подвижные детали тренажера, согласно следующей таблице:

пользователь	часы тренировок в неделю	требуемая частота смазок
начинающий	менее 3 часов	ежегодно
специалист	3-5 часов	каждые полгода
продвинутый пользователь	более 5 часов	каждые три месяца

НАСТРОЙКА КОНСОЛИ КОМПЬЮТЕРА

1. LCD ДИСПЛЕЙ:

- **SPEED/СКОРОСТЬ:** диапазон 0.8-14.0 км/ч.
- Перед началом движения дисплей начинает обратный отсчет:3,2,1.
- Для установки программ отображается P1-P15.
- **CALO/ КАЛОРИИ**
- **PULSE/ ПУЛЬС**
- **TIME /ВРЕМЯ ТРЕНИРОВКИ**
- **DIST / ДИСТАНЦИЯ**

2. НАЗНАЧЕНИЕ КЛАВИШ

- **START (СТАРТ)** запускает дорожку с начальной скоростью, и через 3 секунды начнется обратный отсчет.
- **STOP (СТОП/ ПАУЗА)** при первом нажатии тренажер остановится, но все данные будут сохранены. При повторном нажатии тренажер обнулит все данные. Если тренажер необходимо перевести из «паузы» в рабочее состояние, нажмите снова «старт». Тренажер начнет двигаться с минимальной скоростью с сохранением предыдущих параметров.
- **PROG** нажмите для выбора программы P1-P15
- **MODE** нажмите, когда тренажер находится в режиме ожидания, для выбора следующих режимов: отсчет времени, отсчет дистанции, и отсчет калорий.
- **SPEED +/-** настраивает скорость, нажмите для настройки скорости во время движения, и получения данных во время остановки.
- **SPEED (4,8)** – быстрая настройка скорости

3. ФУНКЦИЯ КЛЮЧА БЕЗОПАСНОСТИ

Для экстренной остановки выдерните ключ безопасности из консоли.

4. ФУНКЦИЯ «ПУЛЬС»

При удерживании датчиков пульса двумя руками, дисплей отобразит ваш сердечный ритм через 5 секунд. Чтобы получить наиболее точные данные, измеряйте пульс после полной остановки тренажера, удерживая датчики в течении 30 секунд. Данные пульса являются справочными не могут быть использованы в качестве медицинских показателей.

5. ДИСПЛЕЙ И НАСТРОЙКА ДАННЫХ

	Начальные данные	Данные установки	Диапазон данных	Отображает данные в диапазоне
TIME/ ВРЕМЯ	0:00	30:00	5:00-99:00	0:00~99:59
SPEED(КМ/Н)/ СКОРОСТЬ	0.0	N/A	0.8 – 14.0	0.8 – 14.0
DISTANCE/ ДИСТАНЦИЯ	0.0	1.0	0.5 – 99.9	0.0 – 99.9
CALORIES/ КАЛОРИИ	0	50	10 – 999	0 – 999

6. ТАБЛИЦА ПРОГРАММ

ВРЕМЯ ПРОГРАММА		ВРЕМЯ УСТАНОВКИ/20= ИНДИВИДУАЛЬНОЕ ВРЕМЯ ТРЕНИРОВКИ																			
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
P1	SPEED	2	3	3	4	5	3	4	5	5	3	4	5	4	4	4	2	3	3	5	3
P2	SPEED	2	4	4	5	6	4	6	6	6	4	5	6	4	4	4	2	2	5	4	2
P3	SPEED	2	4	4	6	6	4	7	7	7	4	7	7	4	4	4	2	4	5	3	2
P4	SPEED	3	5	5	6	7	7	5	7	7	8	8	5	9	5	5	6	6	4	4	3
P5	SPEED	2	4	4	5	6	7	7	5	6	7	8	8	5	4	3	3	6	5	4	2
P6	SPEED	2	4	4	4	5	6	8	8	6	7	8	8	6	4	4	2	5	4	3	2
P7	SPEED	2	3	3	3	4	5	3	4	5	3	4	5	3	3	3	6	6	5	3	3
P8	SPEED	2	3	3	6	7	7	4	6	7	4	6	7	4	4	4	2	3	4	4	2
P9	SPEED	2	4	4	7	7	4	7	8	4	8	9	9	4	4	4	5	6	3	3	2
P10	SPEED	2	4	5	6	7	5	4	6	8	8	6	6	5	4	4	2	4	4	3	3
P11	SPEED	2	5	8	10	7	7	10	10	7	7	10	10	5	5	9	9	5	5	4	3
P12	SPEED	3	4	9	9	5	9	5	8	5	9	7	5	5	7	9	9	5	7	6	3
P13	SPEED	3	6	7	5	9	9	7	5	5	7	9	5	8	5	9	5	9	9	4	3
P14	SPEED	2	2	4	5	6	5	4	3	2	1	2	3	4	5	6	5	4	3	2	1
P15	SPEED	2	4	6	8	6	6	4	4	2	2	2	4	6	8	6	6	4	4	2	2

7. Тест BODY FAT

Нажимайте кнопку «PROGRAM» в режиме готовности, пока в окне скорости не появится «FAT». «FAT» - программа, анализирующая процент жировой ткани в организме. Нажмите «MODE», чтобы выбрать следующие параметры «SEX-пол / AGE-возраст / HEIGHT-рост / WEIGHT- вес», а в окне TIME / DIST будут отображаться «1», «2», «3» «4». Нажмите SPEED ▲ / ▼, чтобы отрегулировать данные, а окно CAL / PULSE отобразит данные, затем нажмите кнопку «MODE», чтобы закончить ввод данных, и окно отобразит «5F» и «---», что означает состояние готовности. Удерживайте пульсометр двумя руками, ваши данные BMI будут отображены на мониторе через 5 секунд.

7.1 Отображение данных и задание диапазона:

Параметр	настройки по умолчанию	диапазон	маркировка
пол (-1-)	1 (MALE)	0—1	0=муж. 1=жен.
возраст (-2-)	25	10—99	
рост (-3-)	170 CM	100—240 CM	
вес (-4-)	70KG	20—160KG	
результат (-5-)			

7.2 Индекс массы тела

(BMI)	
FAT ≤19	худой
19<FAT ≤25	норма
25<FAT ≤29	избыточный вес
FAT≥30	ожирение

8. ФУНКЦИЯ USB (дополнительная опция)

Когда беговая дорожка включена, вы можете вставить любую карту памяти USB, содержащую аудио файлы. Компьютер обнаружит аудио файлы на карте памяти и автоматически воспроизведет музыку.

9. ФУНКЦИЯ MP3 (дополнительная опция)

Когда беговая дорожка включена, подсоедините провод MP3 в соответствующий разъем. Введите все требуемые настройки.

10. Спящий режим

Если тренажер не используется более 10 минут, система автоматически переходит в спящий режим. Нажмите любую клавишу, чтобы возобновить активность тренажера.

ТИПИЧНЫЕ НЕИСПРАВНОСТИ И РУКОВОДСТВО ПО ИХ УСТРАНЕНИЮ

Код ошибки	Причина	Решение
E01	Провод, соединяющий компьютер и панель управления плохо подключен или розетка электропитания не работает.	1.Проверьте все провода с компьютера и убедитесь, что они хорошо подключены.
		2.Проверьте установку контрольной платы управления
E02	Опасность возгорания	1.Проверьте напряжение в электрической сети.
		2.Проверьте контрольную плату управления, убедитесь, что от нее нет специфического запаха и дыма
		3.Убедитесь в том, что тренажер подключен к электросети.
E03	Нет сенсорного сигнала	1.Проверьте, горит ли сигнальная лампочка на панели управления, если она перегорела, замените сигнальную лампочку.
		2.Проверьте подключение сенсорных датчиков
		3.Проверьте, не сломан ли магнитный датчик или хорошо ли он подключен, снова подключите его или замените магнитный датчик.
E05	защита от перегрузки	1.Чрезмерная нагрузка на двигатель, включается автоматическая система защиты двигателя.
		2.Если двигатель издает шум или если двигатель/контрольная плата сгорели, замените их
		3.Проверьте напряжение в сети электропитания

Код ошибки	Причина	Решение
Дисплей отображает "----"	Ключ безопасности не вставлен в консоль	1. Проверьте, находится ли ключ безопасности в консоли
	Ключ безопасности сломан	2. Проверьте хорошо ли подсоединена плата датчика ключа безопасности
		3. Замените плату датчика ключа безопасности внутри компьютера
<p>Если двигатель не вращается после нажатия кнопки "Пуск", возможно неисправен провод питания. Или повреждена плата управления. Возможно сгорела плата IGBT. Проверьте исправность защитная трубки, переустановите ее. Используйте мультиметр, чтобы проверить исправность платы IGBT, замените ее при необходимости.</p>		
E07/E08		Замените контрольную плату.