

Инструкция

Беговая дорожка FitegoSmart Intrigo

Полезные ссылки:

[Беговая дорожка FitegoSmart Intrigo - смотреть на сайте](#)

[Беговая дорожка FitegoSmart Intrigo - читать отзывы](#)



FITEGOSMART
YOUR LIFE STYLE

Руководство по эксплуатации изделия
Электрическая беговая дорожка
FITEGOSMART *Intrigo*



ПРОЧИТАЙТЕ И СОХРАНИТЕ НАСТОЯЩЕЕ РУКОВОДСТВО
ДЛЯ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ В ДАЛЬНЕЙШЕМ

Содержание

Правила техники безопасности. Предостережения _____	2
Информация о продукте _____	6
Процедура установки _____	8
Советы и рекомендации по тренировкам _____	10
Указания по эксплуатации _____	12
Указания по эксплуатации _____	14
Техническое обслуживание изделия _____	19
Обязательство по предоставлению услуг _____	20

Правила техники безопасности. Предостережения

ПРИМЕЧАНИЕ: Внимательно прочитайте руководство перед использованием изделия и обратите внимание на приведенные ниже меры предосторожности.

- ★ Беговая дорожка предназначена для эксплуатации в помещении. Не допускайте попадания на нее влаги, брызг воды и не кладите на нее посторонние предметы.
- ★ Перед тренировкой наденьте соответствующую спортивную одежду и спортивную обувь. Не бегайте по беговой дорожке босиком и выполните разминку перед ее использованием.
- ★ Вилка питания должна быть надежно заземлена, а розетка должна иметь отдельную цепь во избежание совместного использования с другим электрическим оборудованием.
- ★ Во избежание несчастных случаев дети не должны иметь доступ к изделию.
- ★ Необходимо не допускать работы с перегрузкой в течение длительного времени; в противном случае двигатель и контроллер выйдут из строя. Подшипник, беговое полотно и беговая платформа со временем будут изнашиваться и стареть. Проводите регулярное техническое обслуживание.
- ★ Убирайте пыль в помещении, поддерживайте в помещении определенный уровень влажности, не допуская накопления значительных зарядов статического электричества, которое может повлиять на работу электронных приборов. Следите за тем, чтобы контроллер нормально работал.
- ★ Выключайте питание беговой дорожки после завершения тренировки.
- ★ Во время использования беговой дорожки обеспечьте приток чистого и свежего воздуха в помещение.
- ★ Закрепите зажим шнура предохранительного блокиратора на одежде на случай чрезвычайной ситуации во время тренировки.
- ★ Прекратите тренировку и обратитесь к врачу, если вы чувствуете дискомфорт время использования изделия.
- ★ Поместите силиконовую смазку в недоступное для детей место во избежание серьезных последствий, вызванных его случайным проглатыванием.

Предостережение: Соблюдайте приведенные ниже правила с целью недопущения несчастных случаев или травм других лиц.

- ★ Проверьте свою одежду или застегните ее на «молнию» перед использованием беговой дорожки.
- ★ Не носите одежду, которая может зацепиться за беговую дорожку.
- ★ На располагайте кабель питания рядом с горячими предметами.
- ★ Не допускайте детей к беговой дорожке.
- ★ Не используйте беговую дорожку вне помещения.
- ★ Перед перемещением беговой дорожки необходимо отключить питание.
- ★ Неподготовленный персонал не должен без разрешения открывать верхнюю защитную крышку, а также левый и правый задние кожухи.
- ★ Только один человек может тренироваться на беговой дорожке.
- ★ Если во время тренировки вы почувствуете головокружение, боль в груди, тошноту или одышку, немедленно прекратите тренировку и обратитесь к врачу.

ПРЕДОСТЕРЕЖЕНИЕ! ОБЯЗАТЕЛЬНО К СОБЛЮДЕНИЮ!

Проконсультируйтесь с профессиональным врачом перед использованием изделия, если у вас имеются хронические заболевания или следующие симптомы:

- (1) Боль в спине в настоящее время или травмы ног, талии и шеи в прошлом, а также лица, у которых есть проблемы с опорно-двигательным аппаратом (лица с хроническими заболеваниями, такими как грыжа межпозвоночного диска, спондилолистез, грыжа шейного отдела).
 - (2) Деформирующий артрит, ревматизм, подагра.
 - (3) Нарушения развития и остеопороз.
 - (4) Нарушения системы кровообращения (заболевания сердца, сосудов, гипертонию).
 - (5) Затруднения с дыханием.
 - (6) Искусственные кардиостимуляторы или имплантируемые медицинские электронные изделия.
 - (7) Злокачественные опухоли.
 - (8) Тромбоз или серьезную динамическую опухоль среды, острую опухоль среды и другие нарушения кровообращения или различные кожные инфекции и другие симптомы.
 - (9) Нарушения восприятия, вызванные диабетом и выраженными нарушениями периферического кровообращения.
 - (10) Повреждения кожи.
 - (11) Высокая температура (38 °C и выше) по причине болезни и т.д.
 - (12) Аномальное строение или искривление позвоночника.
 - (13) Беременность.
 - (14) Общая усталость, слабость.
 - (15) Явное плохое физическое состояние.
 - (16) Использование изделия в целях реабилитации.
 - (17) Ощущение дискомфорта в определенной области тела, за исключением вышеуказанных случаев.
 - Использование изделия может привести к несчастному случаю или ухудшению состояния здоровья.
- ◆ Немедленно прекратите использование изделия и обратитесь к врачу, если вы почувствуете боль в спине, онемение ног, головокружение, аномальное сердцебиение и другие боли в теле, которые отличаются от нормального состояния, либо нарушение координации или другие нехарактерные ощущения во время тренировки.
 - ◆ Не позволяйте детям использовать изделие или играть рядом с ним.
 - Несоблюдение этих требований может привести к травмам.
 - ◆ Не позволяйте детям играть с данным изделием в целях их безопасности.
 - Несоблюдение этих требований может привести к травмам.
 - ◆ Убедитесь, что во время использования или перемещения изделия рядом (сзади, внизу, спереди) не находятся люди или домашние животные.

Запреты

- ◆ Запрещается использовать изделие в случае видимых механических повреждений (деформация металлоконструкций, трещины и т.п.).
- ◆ Не прыгайте на изделии во время его работы.
 - Это может привести к падению или травме.
- ◆ Не используйте и не храните изделие во влажных местах, например, на открытом воздухе или рядом с ванной, а также в местах, где может скапливаться влага.

- ◆ Не используйте и не храните изделие в местах, куда попадают прямые солнечные лучи, а также в местах с повышенной температурой вокруг (рядом с плитой, нагревательными приборами, на полу с электрообогревом).
 - В противном случае это легко может привести к утечке электрического тока и пожару.
- ◆ Не используйте изделие, если кабель питания или вилка повреждены, а крепление розетки ослаблено.
 - В противном случае это легко может привести к поражению электрическим током, короткому замыканию и пожару.
- ◆ Не повреждайте, не сгибайте и не перекручивайте кабель питания. Кроме того, не ставьте на кабель тяжелые предметы и не допускайте его сдавливания.
 - В противном случае это легко может привести к пожару или поражению электрическим током.
- ◆ Не используйте изделие одновременно с кем-либо еще. При использовании изделия не допускайте, чтобы другие люди находились в непосредственной близости от вас.
 - В противном случае это легко может привести к несчастному случаю и травмам в результате падения.
- ◆ Не используйте изделие, если вы находитесь в измененном состоянии сознания или не можете действовать самостоятельно.
 - Это может привести к несчастному случаю или травме.

Не разбирайте беговую дорожку.

- ◆ Разборка, ремонт или обратная сборка строго запрещены.
 - Существует риск получения травм из-за механической неисправности.

Избегайте контакта с водой

- ◆ Не распыляйте воду или другую токопроводящую жидкость на корпус или рабочую часть изделия.
 - Это может привести к поражению электрическим током и пожару.

Запреты

- ◆ Новички не должны сразу начинать с интенсивных тренировок.
- ◆ Не используйте изделие сразу после еды или когда вы устали, особенно после тренировки или когда вы находитесь в плохом физическом состоянии.
 - Это может нанести ущерб здоровью.
- ◆ Данное изделие предназначено для домашнего пользования. Не используйте его в школах, спортзалах и т. д. или для непредусмотренных пользователей.
 - Это может быть сопряжено с риском травм.
- ◆ Не используйте изделие во время еды, питья или совершения других подобных действий.
- ◆ Не используйте изделие после употребления алкоголя, пока вы ощущаете слабость.
 - Это легко может привести к несчастному случаю или травме.
- ◆ Не используйте изделие, имея что-либо твердое в кармане брюк.
 - Это легко может привести к несчастному случаю или травме.

Правила техники безопасности.

- ◆ Не используйте вилку питания, на поверхности которой имеются загрязнения, мусор или влага.
 - Это может привести к поражению электрическим током, короткому замыканию и пожару.

- ◆ Не вынимайте вилку из розетки и не отключайте питание во время использования изделия.
 - Это может привести к травме.

Запрещается братья за вилку мокрыми руками

- ◆ Не вынимайте и не вставляйте вилку питания мокрыми руками.
 - Это может привести к поражению электрическим током или травме.

Выньте вилку питания

- ◆ Вынимайте вилку питания из розетки, когда вы не используете изделие.
 - Пыль и влага ухудшают качество ее изоляции, что ведет к утечке электрического тока и пожару.
- ◆ Перед проведением технического обслуживания убедитесь, что вилка питания извлечена из розетки.

Несоблюдение этого требования может привести к поражению электрическим током или травме.

- ◆ Прекратите использование изделия, если оно не включается или работает с нарушениями. Немедленно выньте вилку питания из розетки и проведите осмотр и ремонт.

Несоблюдение этого требования может привести к поражению электрическим током или травме.

- ◆ Немедленно выньте вилку питания из розетки в случае сбоя энергоснабжения.
 - В противном случае возникает вероятность несчастных случаев или травм при возобновлении электроснабжения.
- ◆ Не держитесь непосредственно за кабель. При извлечении вилки питания из розетки держитесь за вилку.
 - В противном случае это может привести к поражению электрическим током, короткому замыканию и пожару.

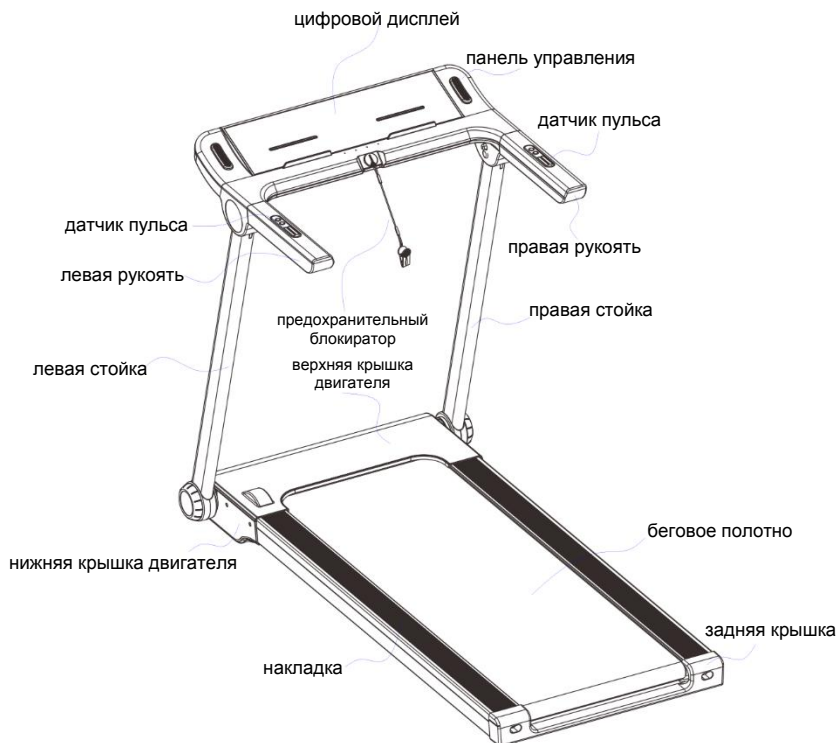
Указания по заземлению

- ◆ Изделие должно быть заземлено. Заземление обеспечивает цепь с наименьшим сопротивлением току, сводя к минимуму риск поражения электрическим током, если изделие не функционирует надлежащим образом.
- ◆ Данное изделие оснащено заземляющим проводником и вилкой. Вилка должна быть правильно установлена, заземлена и подключена к соответствующей электрической розетке в соответствии с местными нормами и правилами.

Опасность

- ◆ Существует риск поражения электрическим током, если изделие не заземлено надлежащим образом. Обратитесь к электрику для проведения проверки правильности заземления изделия. Если вилка не подходит к розетке, ее не допускается модифицировать. Попросите квалифицированного электрика установить подходящую розетку.
- ◆ Данное изделие имеет вилку с заземлением. Убедитесь, что изделие подключено к розетке такой же формы. Не допускается использовать данное изделие с переходной розеткой.

Информация о продукте



упаковочный лист:

№ п/п	Наименование	Кол-во	Примечание
1	Изделие	1	
2	Комплект запасных частей	1	См. таблицу

Технические параметры

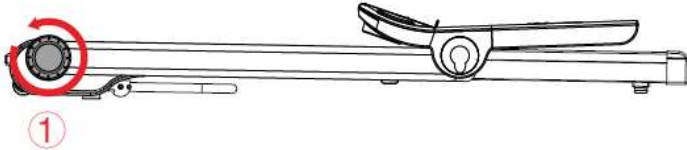
Рабочее напряжение	220В/50Гц
Макс. нагрузка	120 кг
Габаритные размеры	в сложенном виде: 1459х755х206 мм
	в разложенном виде: 1459х755х1075 мм
Беговая зона	1200х440 мм
Мощность двигателя	3,5 л.с.
Скорость	1,0-15 км/ч
Способ управления	панель управления
Масса	46 кг

Перечень запасных частей

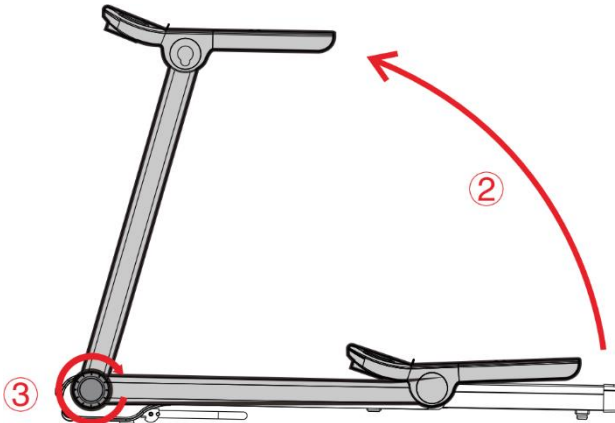
№ п/п	Наименование	Кол-во	Примечание
1	Ключ с внутренним шестигранником на 5 мм	1	Прочее
2	Ключ с внутренним шестигранником на 6 мм	1	регулировка бегового полотна
3	Гаечный ключ с открытым зевом на 10-13	1	Прочее
4	Кабель питания	1	
5	предохранительный блокиратор	1	
6	Метилсиликоновое масло	1	
7	Руководство, сертификат квалификации	1	
8	Ключ	1	регулировка стойки дисплея

Процедура установки

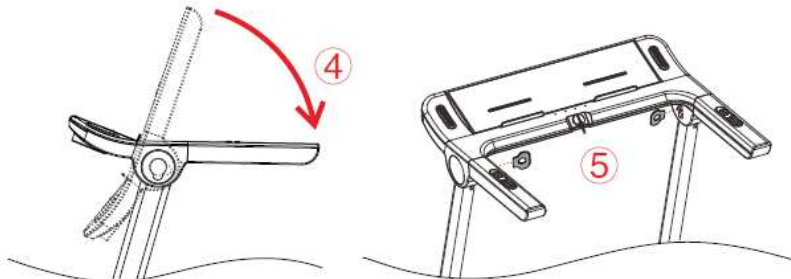
- 1) Вскройте упаковку, извлеките основной корпус из коробки и установите его на ровную поверхность, покрытую специальным ковриком.
- 2) См. шаг (1). Ослабьте левую и правую ручки для складывания, повернув их против часовой стрелки на 2-4 оборота.



- 3) См. шаг (2). Поднимите стойку вверх в крайнее положение. Затяните левую и правую ручки для складывания по часовой стрелке, см. шаг (3).



- 4) См. шаг (4). Нажмите на панель управления в указанном направлении (не давите на электронные компоненты и не зажимайте линию связи при установке винтов). См. шаг (5), подсоедините предохранительную линию «ключа» к графическому табло, соответственно вставив в замки левой и правой стоек и поверните по часовой стрелке для фиксации.



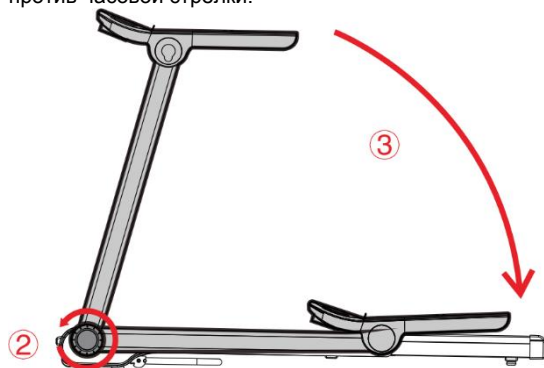
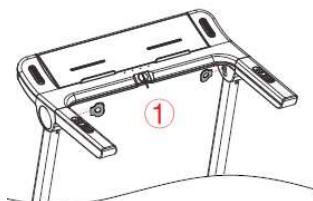
5) См. шаг (6), предохранительный блокиратор подсоединяется к желтому блоку панели управления, после чего установка считается выполненной. После чего установка считается выполненной. Включите питание. Включите выключатель питания в нижней передней части изделия для входа в режим ожидания.



Примечание: После сборки изделия повторно убедитесь, что все болты затянуты.

Указания по складыванию

1. См. шаг ①, вставьте «ключ», привязанный к шнуру предохранительного блокиратора, в фиксирующие замки левой и правой стойки соответственно, как показано на рисунке, и ослабьте замки вращением против часовой стрелки.

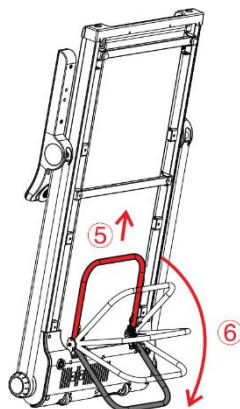


2. См. шаг ②. Ослабьте левую и правую ручки для складывания, повернув их против часовой стрелки на 3-5 оборотов. См. шаг ③. Медленно опустите стойку панели управления на беговую платформу.



3. Поверните левую и правую ручки по часовой стрелке, как показано в шаге (4). Изделие можно безопасно хранить в таком положении, например, под кроватью.

4. См. шаг (5), потяните подставку вверх, а затем как показано в шаге (6) опустите. При этом подставка опустится в ограничительный паз и зафиксируется. Изделие можно безопасно хранить в таком положении.



Советы и рекомендации по тренировкам

Разминка

Сделайте разминку продолжительностью 5-10 минут перед каждым использованием изделия.

Дыхание

Не задерживайте дыхание во время тренировки. Подготовьтесь к совершению действий и выполняйте вдох через нос, а выдох через рот. Дыхание должно быть скоординировано с движением. Если дыхание чрезмерно учащается, движение следует немедленно прекратить.

Периодичность тренировок

Упражнение на одну и ту же группу мышц требует последующего отдыха в течение 48 часов. Таким образом, тренируйте одну и ту же группу мышц через день.

Нагрузка

Определите объем тренировок в зависимости от индивидуального физического состояния, а затем занимайтесь, постепенно увеличивая нагрузку. Болезненные ощущения в мышцах являются нормой для начальных тренировок. Боль пройдет по мере продолжения занятий.

Отдых

Следует делать перерыв на 5 минут после каждого упражнения. Это особенно важно для растяжки мышц, предотвращения долговременного напряжения и поддержания их эластичности.

Диета

Не ешьте по крайней мере за 1 час до тренировки и через полчаса после тренировки во избежание негативного воздействия на свою пищеварительную систему. Не пейте много воды во избежание увеличения нагрузки на сердце и почки.

Упражнения на растяжку

Перед тренировкой важно сделать упражнения на растяжку, вне зависимости от интенсивности тренировки. Мышцы легче растягиваются, когда они разогреты. Сделайте разминку бегом в течение 5 - 10 минут, а затем остановитесь и выполните упражнение на растяжку, как описано ниже, 5 раз по 10 или более секунд на каждую ногу. Продолжайте выполнять растяжку даже после завершения подходов. Повторите это после тренировки.



1. Растяжка наклоном вниз

Слегка согните колени и медленно нагнитесь, чтобы расслабить спину и плечи. Постарайтесь коснуться носков ног руками. Задержитесь в данном положении на 10-15 секунд, затем расслабьтесь. Повторите упражнение три раза (см. рисунок 1).

2. Растяжка мышц задней поверхности бедра

Сядьте на чистую подушку и выпрямите одну ногу. Поднесите другую ногу к внутренней стороне этой ноги.

Постарайтесь коснуться носка ноги руками. Задержитесь в данном положении на 10-15 секунд, затем расслабьтесь.

Повторите упражнение три раза для каждой ноги (см. рис. 2).

3. Растяжка мышц задней части голени и задней поверхности бедра

Упритесь двумя руками в стену или дерево. Отставьте одну ногу назад.

Держите ноги прямыми и на пятках, упираясь в стену или дерево.

Задержитесь в данном положении на 10-15 секунд, затем расслабьтесь.

Повторите упражнение 3 раза для каждой ноги (см. рис. 3).

4. Растяжка четырехглавых мышц бедра

Сохраняйте равновесие, держась левой рукой за стену или стол. Отведите правую руку назад.

Возьмитесь за правую лодыжку и медленно потяните ее к бедрам, пока не почувствуете напряжение в мышцах передней части бедра. Задержитесь в данном положении на 10-15 секунд, затем расслабьтесь. Повторите упражнение 3 раза для каждой ноги (см. рис. 4).

5. Растяжка портняжных мышц (мышцы внутренней стороны бедра)

Сядьте так, чтобы ступни были обращены друг к другу, а колени — наружу.

Возьмите обе ступни обеими руками и подтяните к паху. Задержитесь в данном положении на 10-15 секунд, затем расслабьтесь. Повторите упражнение 3 раза (см. рис. 5).

Указания по эксплуатации

Указания по использованию ЖК-дисплея

Описание информации на ЖК-дисплее: Speed/Скорость Time/Время
Distance/Расстояние Calorie/Калории Heartbeat/Пульс

Описание функций кнопок

Функция на панели

- | | | |
|-----------------------------|--------------|----------------------------------|
| • (3,6,9,12) Speed/Скорость | Start/Старт/ | Stop/Стоп |
| • Program/Программа | Mode/Режим | Speed/Скорость + Speed/Скорость- |

Функция кнопок и описание работы

- Описание функции «Start/Старт»: используется для запуска двигателя

Описание работы:

1. Если изделие находится в режиме ожидания, нажмите эту кнопку для обратного отсчета, продолжающегося пять секунд, чтобы запустить двигатель.
2. Если изделие находится в состоянии настройки режима, нажмите эту кнопку для обратного отсчета, продолжающегося пять секунд, чтобы запустить двигатель.
3. Если изделие находится в состоянии настройки программы, нажмите эту кнопку для обратного отсчета, продолжающегося пять секунд, чтобы запустить двигатель.

- Описание функции «Stop/Стоп»: используется для остановки двигателя

Описание работы:

1. Если изделие в активном состоянии, нажмите эту кнопку, чтобы остановить двигатель.
2. После того как двигатель полностью остановится, все данные стираются, и выполняется переход в исходное состояние.

- Описание функции «Program/Программа»: используется для выбора автоматической программы

Описание работы:

1. Если изделие находится в режиме ожидания, нажмите эту кнопку для перехода к настройке автоматической программы. После ввода P12 продолжайте нажимать эту кнопку для перехода к настройкам пользовательских программ.
2. После перехода к настройкам пользовательских программ продолжайте нажимать эту кнопку для перехода в состояние настройки.
3. Процесс управления: настройка автоматических программ - настройка пользовательских программ - настройка теста на жировую массу - возврат в исходное состояние.

- Описание функции «Mode/Режим»: используется для выбора режима обратного отсчета

Описание работы:

1. Если изделие находится в режиме ожидания, нажмите эту кнопку для перехода к настройке режима обратного отсчета.
2. В состоянии настройки теста на жировую массу нажмите эту кнопку для перехода к настройке следующего параметра.
3. Процесс управления в режиме ожидания: обратный отсчет времени - обратный отсчет расстояния - обратный отсчет калорий - возврат
4. Процесс управления в состоянии настройки теста на жировую массу: настройка пола - настройка возраста - настройка роста - настройка веса - тест на жировую массу
5. В состоянии настройки пользовательских программ нажмите эту кнопку для перехода к другим периодам времени

- Описание функции «Speed/Скорость +/-»: используется для регулировки значения скорости, регулировки значения параметра во время настройки

Описание работы:

1. Если изделие в активном состоянии, можно отрегулировать значение скорости бега.
2. В состоянии настройки параметров можно отрегулировать значение заданного параметра.

- Описание функции пиктограммы «Speed/Скорость»: используется для непосредственного выбора значения скорости во время тренировки

Описание работы: 1. Если изделие в активном состоянии, нажмите эту кнопку для непосредственного выбора соответствующего значения скорости.

Указания по эксплуатации

А. Функция ручного режима

Войдите в ручной режим: После того, как изделие включено и полностью отображает информацию, оно переходит в начальное состояние ожидания. В этот момент нажмите кнопку пуска для входа в ручной режим.

Описание работы: Начальная рабочая скорость составляет 1,0 км/ч; отсчет времени, расстояния и калорий начинается с нуля; в зависимости от текущей скорости кнопка настройки может использоваться для регулировки значения скорости бега. Когда продолжительность тренировки превышает 99:59 минут, система не останавливается, и отсчет времени начинается с нуля.

В. Функция режима обратного отсчета

1. Войдите в режим обратного отсчета времени: В начальном состоянии ожидания нажмите кнопку режима для выбора режима обратного отсчета времени. В этот момент табло времени отображает 30:00 минут и мигает. Требуемое время бега можно установить кнопкой «Speed/Скорость +/-». Установите время в диапазоне от 8:00 до 99:00 и нажмите кнопку пуска для входа в режим обратного отсчета времени.

Описание работы: Начальная скорость бега составляет 1,0 км/ч; обратный отсчет времени на табло начинается в соответствии с установленным временем бега, а отсчет расстояния и калорий начинается с нуля. Нажмите кнопку настройки скорости для установки значения скорости бега. Когда обратный отсчет времени достигнет нуля, изделие начинает медленно осуществлять остановку, а когда скорость снижается до нуля, оно автоматически возвращается в начальное состояние ожидания.

2. Войдите в режим обратного отсчета расстояния: в начальном состоянии ожидания нажмите кнопку режима для выбора режима обратного отсчета расстояния. В этот момент табло расстояния отображает 1 км и мигает. Вы можете установить требуемое расстояние бега с помощью кнопки «Speed/Скорость+/-». Диапазон составляет 1,0-99,0 км. Нажмите кнопку пуска для входа в режим обратного отсчета расстояния.

Описание работы: Начальная скорость бега составляет 1,0 км/ч; обратный отсчет расстояния на табло начинается в соответствии с установленным расстоянием бега, а отсчет времени и калорий начинается с нуля. Нажмите кнопку настройки скорости для регулировки значения скорости бега. Когда обратный отсчет расстояния достигнет нуля, изделие начинает медленно осуществлять остановку, а когда скорость снижается до нуля, оно автоматически возвращается в начальное состояние ожидания.

3. Войдите в режим обратного отсчета калорий: В начальном состоянии ожидания нажмите кнопку режима для выбора режима обратного отсчета калорий. В этот момент табло калорий отображает 50 и мигает. Вы можете установить требуемое количество сжигаемых калорий с помощью кнопки «Speed/Скорость+/-»; диапазон настройки составляет 20-990. Нажмите кнопку пуска для входа в режим обратного отсчета калорий.

Описание работы: Начальная скорость бега составляет 1,0 км/ч; обратный отсчет калорий на табло начинается в соответствии с установленным количеством сжигаемых калорий, а отсчет времени и расстояния начинается с

нуля. Нажмите кнопку настройки скорости для установки значения скорости бега. Когда обратный отсчет калорий достигнет нуля, изделие начинает медленно осуществлять остановку, а когда скорость снижается до нуля, оно автоматически возвращается в начальное состояние ожидания.

С. Функция автоматического программирования

Войдите в режим автоматических программ: В начальном состоянии ожидания или в состоянии настройки режима нажмите кнопку программы для входа в режим выбора автоматической программы. В этот момент табло времени отображает 30:00 минут и мигает (вы можете установить требуемое время бега с помощью кнопки «Speed/Скорость+/-», диапазон настройки составляет 8:00-99:00 минут). Нажмите кнопку пуска для входа в режим работы с автоматической программой.

Описание работы: Автоматическая программа подразделяется на 20 секций. Значение скорости для каждой секции активируется в соответствии с предустановленным значением автоматической программы. Время бега для каждой секции составляет 1/20 от заданного времени. Обратный отсчет времени на табло начинается в соответствии с заданным временем бега. Отсчет расстояния и калорий на табло начинается с нуля. Нажмите кнопку настройки скорости для регулировки значения скорости бега. Когда программа переходит к следующему этапу, значение скорости автоматически корректируется до значения по умолчанию для следующего этапа. Когда обратный отсчет времени достигнет нуля, изделие начинает медленно осуществлять остановку, а когда скорость снижается до нуля, оно автоматически возвращается в начальное состояние ожидания.

D. Пользовательская программа (U1-U3)

В дополнение к 12 системным встроенным программам беговая дорожка также имеет 3 пользовательские программы, которые позволяют пользователям устанавливать настройки в соответствии со своими личными потребностями: U1, U2, U3

1. Настройка пользовательской программы:

В состоянии ожидания длительно нажмите кнопку «Program/Программа», чтобы установить нужную пользовательскую программу (U1-U3). Нажмите кнопку «Mode/Режим» для подтверждения и перейдите к настройкам, после чего вы можете установить первый временной период. Используйте кнопки «Speed/Скорость+», «Speed/Скорость-» или пиктограмму «Speed/Скорость» для настройки скорости. Нажмите кнопку «Mode/Режим» для завершения настройки первого временного периода и перейдите к состоянию настройки второго временного периода и т.д., пока все 20 значений времени (S1-S20 на табло времени) не будут установлены. Настройка сегмента: после выполнения настройки данные будут храниться постоянно, пока вы не осуществите их переустановку в следующий раз. Во время процесса настройки нельзя выключать питание; в противном случае данные не будут сохранены автоматически.

2 Запуск пользовательской программы:

A. В режиме ожидания длительно нажмите кнопку «Program/Программа» для выбора пользовательской программы (U1-U3), которую вы хотите запустить. После настройки времени бега нажмите кнопку пуска для запуска.

В. После завершения выбора пользовательской программы и настройки времени бега нажмите кнопку пуска для немедленного выполнения программы.

3. Описание настроек пользовательских программ:

Каждая программа подразделяет время бега на 20 временных периодов. Настройка скорости и времени бега для всех 20 временных периодов должна быть выполнена до нажатия кнопки пуска с целью запуска беговой дорожки.

4. В процессе работы скорость можно регулировать с помощью кнопок «Speed/Скорость+» и «Speed/Скорость-». Когда работа с предыдущей секцией закончена, переход к следующей секции осуществляется автоматически, и скорость автоматически корректируется до значения, установленного в секции.

Настройка пользовательской программы

Метод проверки функции пульса по рукам: ладони обеих рук приложены к стальным накладкам левой и правой рукояти соответственно и естественным образом держатся за ручки с обеих сторон. Примерно через 5 секунд на ЖК-дисплее на табло пульса появится начальное значение пульса. Держите руки неподвижно. Информация на табло будет медленно меняться и приблизится к фактическому значению пульса через 30 секунд.

Указания в отношении функции проверки пульса по рукам: Следующие условия могут быть причиной нестабильных данных о пульсе:

1. Во время проверки по рукам сила хвата слишком велика, держите ее умеренной.

2. Во время бега одновременное удерживание рукоятки при прыжках приводит к постоянным изменениям плотности контакта. При проверке пульса по рукам рекомендуется прекратить упражнение, встать по обе стороны от полотна на боковые накладки и спокойно держать обе руки.

3. Когда руки сухие или холодные, или имеют особенно толстую кожу на ладонях.

Примечание: Данные проверки пульса по рукам могут использоваться только в качестве ориентировочных данных о физической нагрузке и не могут рассматриваться как медицинские данные из-за большого количества вариантов тестирования и влияющих факторов.

Описание функции перевода в спящий режим:

Если беговая дорожка простаивает без совершения каких-либо операций более 10 минут, она переходит в спящий режим, а панель управления автоматически выключает дисплей. Для перехода в активное состояние нажмите любую кнопку.

Панель управления будет повторно переходить в начальное состояние ожидания после отображения всей информации.

Описание функции предохранительного блокиратора

При обычной эксплуатации вам необходимо установить предохранительный блокиратор в специально предназначенное место на панели управления, прежде чем вы начнете пользоваться беговой дорожкой. Если вытащить предохранительный блокиратор, то на ЖК-экране панели управления отображается ошибка E07 или «--», а если изделие в этот момент работало, то система быстро выключится. После повторного присоединения предохранительного блокиратора все данные о движении будут удалены.

Описание функции воспроизведения аудио через Bluetooth

После включения панели управления включите Bluetooth в настройках телефона и нажмите «Поиск» (Search). При нахождении устройства Bluetooth (Media) нажмите «Медиа» (Media). После установления соединения по Bluetooth вы можете воспроизводить музыку с телефона. Обращайте внимание на регулировку громкости, чтобы не повредить электронную плату. - удалить

Описание сообщений об ошибках системы управления беговой дорожкой

Er01: Указывает на нештатное состояние связанное с электронным блоком управления

Er01	Решения распространенных проблем	Коммуникационный кабель электронного блока управления не подключен надлежащим образом, имеет обрыв или плохой контакт.	Выполните повторное подключение коммуникационного кабеля
		Нет сигнала на выходе электронного блока управления	Необходим ремонт или замена электронного блока управления
		Нет сигнала на выходе контроллера	Необходим ремонт или замена контроллера
Er02: Указывает на нештатное состояние при измерении напряжения между контроллером и двигателем			
Er02	Решения распространенных проблем	Кабель двигателя не подсоединен	Проверьте кабель двигателя на предмет правильности подключения
		Нет напряжения в цепи между контроллером и двигателем или напряжение не соответствует норме	Необходим ремонт или замена контроллера
		Неисправен двигатель	Необходима замена двигателя
Er03: Контроллер отслеживает скорость с неправильным состоянием			
E03	Решения распространенных проблем	Отказ схемы ШИМ на плате контроллера	Необходим ремонт или замена контроллера

Er04: Указывает на срабатывание защиты от перегрузки по напряжению двигателя при проверке питания от контроллера

Er04	Решения распространенных проблем	Нагрузка беговой дорожки превышает номинальное рабочее напряжение двигателя	Рекомендуется эксплуатировать изделие в пределах диапазона номинального рабочего напряжения двигателя
		Нештатное состояние двигателя беговой дорожки	Необходима замена двигателя
		Отказ схемы контроля перегрузки двигателя по напряжению на плате контроллера	Необходим ремонт или замена контроллера

Er05: Указывает на срабатывание защиты от перегрузки по току двигателя при проверке питания от контроллера

Er05	Решения распространенных проблем	Нагрузка беговой дорожки превышает номинальный рабочий ток двигателя	Рекомендуется эксплуатировать изделие в пределах диапазона номинального рабочего тока двигателя
		Имеется проблема в конструкции беговой дорожки и двигателя, приводящая к увеличению сопротивления вращению или блокировке двигателя	Проверьте конструкцию беговой дорожки на соответствие норме
		Отказ системы ограничения по току контроллера	Необходим ремонт или замена контроллера

E06: Контроллер определяет, что напряжение питания слишком низкое

E06	Решения распространенных проблем	Напряжение питания слишком низкое	Проверьте кабель питания на соответствие норме
		Отказ линии контроля на плате контроллера	Необходим ремонт или замена контроллера

E07: Предохранительный блокиратор панели управления не вставлен на место

E07	Решения распространенных проблем	Предохранительный магнит не находится на месте	Установите электронный блокиратор в специально предназначенное место на панели управления
		Отказ системы предохранительного блокиратора панели управления	Необходим ремонт или замена электронного блока управления

Техническое обслуживание изделия

1 Смазка

Периодически в процессе эксплуатации изделия требуется смазка специальной силиконовой смазкой.

Рекомендации:

- ★ Время использования менее 1 часа в неделю - смазка каждые 6 месяцев
 - ★ Время использования менее 3 часов в неделю - смазка каждые 3 месяца
 - ★ Время использования 3-6 часов в неделю - смазка каждые 2 месяца
- Время использования более 6 часов в неделю - смазка раз в месяц

Не наносите слишком большое количество смазки. Больше смазки - не значит лучше. Помните: Правильная смазка является важным условием для продления срока службы беговой дорожки.

2 Способ проверки необходимости добавления смазки.

Просто возьмитесь за беговое полотно и максимально оттяните его середину руками. Смазку не нужно добавлять, если на ладони присутствуют следы смазки. Смазку нужно добавлять, если ладонь полностью сухая.

- ★ Процедура смазки беговой платформы (см. рис. справа).
- ★ Остановите и сложите изделие.
- ★ Поднимите беговое полотно с нижней стороны основного корпуса. Введите масленку как можно дальше посередине бегового полотна. Распылите смазку на внутреннюю сторону бегового полотна и обе боковые стороны.
- ★ Вы можете использовать прокрутку беговой дорожки на скорости 1 км/ч, наступая на левую и правую части бегового полотна для равномерного смазывания. Через несколько минут смазка полностью пропитает беговое полотно.



3 Регулировка натяжения бегового полотна. Все беговые дорожки регулируются по натяжению перед поставкой и после установки. Тем не менее, в процессе эксплуатации беговое полотно может ослабнуть. Об этом свидетельствует остановка беговой дорожки и проблемы с проскальзыванием во время тренировки. Если возникает такое явление, синхронно отрегулируйте болты бегового полотна слева и справа, поворачивая их по часовой стрелке на пол оборота. Ноги будут скользить, если натяжение бегового полотна слишком слабое.

При этом слишком сильное натяжение также не является хорошим решением.

В этом случае легко может произойти перегрузка двигателя и выход его из строя, а также повреждение бегового полотна, ролика и т.д.

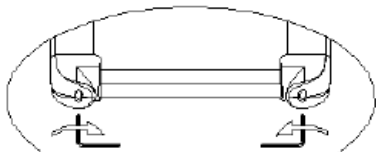
4. Регулировка смещения бегового полотна

Беговое полотно регулируется на всех беговых дорожках перед поставкой и после установки. Тем не менее, в процессе эксплуатации беговое полотно может сместиться, что происходит по следующим причинам:

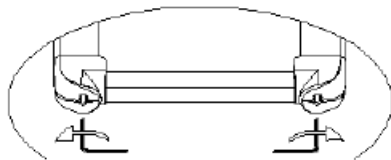
- ① Беговая дорожка расположена на неровном основании.
- ② Ноги пользователя находятся не по центру бегового полотна.
- ③ От ног пользователя передается неравномерное усилие.

Обязательство по предоставлению услуг

Если смещение вызвано участием человека, полотно вернется в нормальное положение после нескольких минут вращения без нагрузки. Если смещение не устраняется автоматически, следует произвести регулировку ключом на 6 мм, поворачивая его на пол оборота.



Если беговое полотно смещено влево, поверните левый болт по часовой стрелке или правый болт против часовой стрелки.



Если беговое полотно смещено вправо, поверните правый болт по часовой стрелке или левый болт против часовой стрелки.

Устранение смещения бегового полотна не входит в объем услуг, предоставляемых по гарантии. Обслуживание осуществляется преимущественно пользователем в соответствии с руководством. Смещение бегового полотна приведет к его серьезному повреждению. Этот недостаток должен быть своевременно обнаружен и устранен.

5 Регулировка ремня двигателя (см. рис. справа)

Ремень двигателя регулируется на всех беговых дорожках перед поставкой и после установки, однако в процессе эксплуатации он может ослабнуть. Если возникает ослабление с проскальзыванием, регулировка осуществляется преимущественно пользователем.

Этапы регулировки:

- ① Отрегулируйте параллельность двигателя с помощью гаечного ключа, поворачивая болт на пол оборота против часовой стрелки.
- ② Поверните болты натяжения ремня на пол оборота по часовой стрелке.

ПРИМЕЧАНИЕ: Регулярно очищайте ремень и канавки шкивов.

