

Инструкция

Беговая дорожка Unixfit MX-800SP

Полезные ссылки:

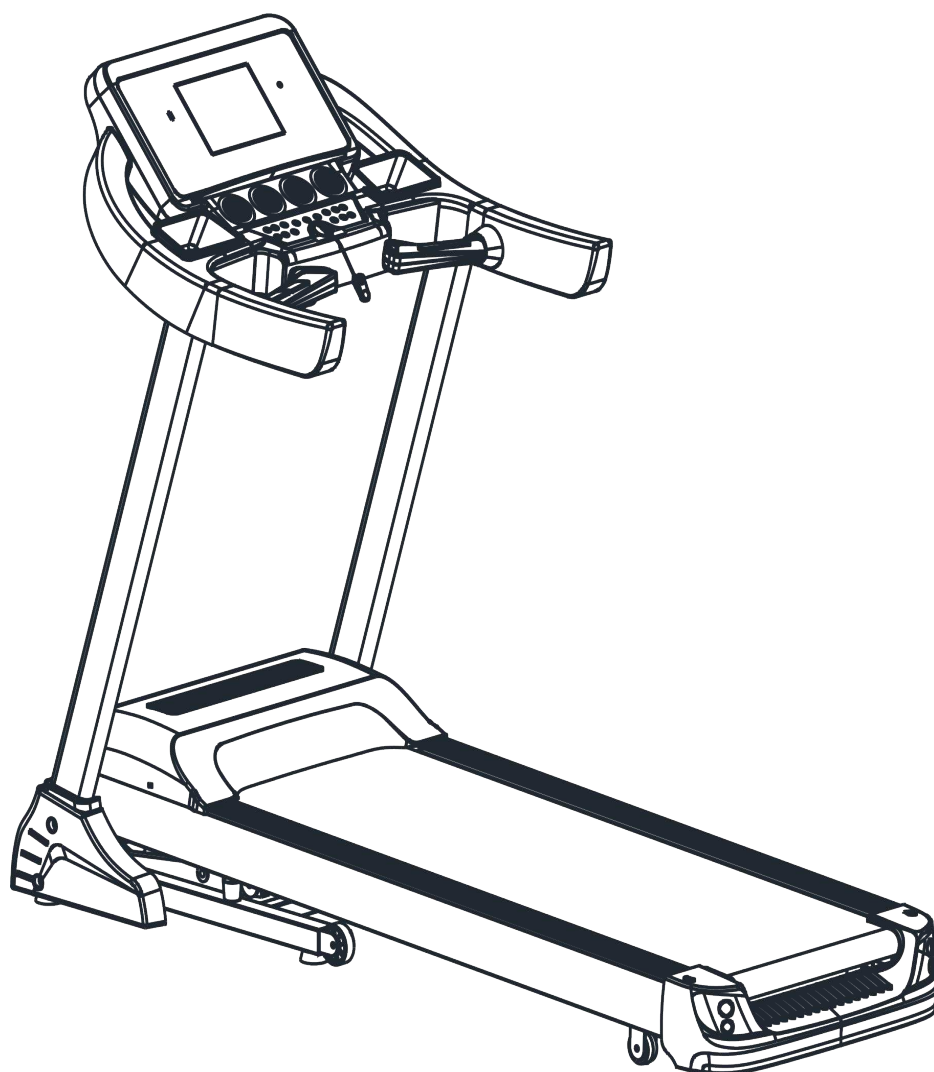
[Беговая дорожка Unixfit MX-800SP - смотреть на сайте](#)

[Беговая дорожка Unixfit MX-800SP - читать отзывы](#)



РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

Беговая дорожка UNIXFIT МХ-800SP



Примечание. Производитель оставляет за собой право модифицировать устройства по мере необходимости и не уведомлять об этом пользователей. Все зависит от конкретной модели продукта.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Описание устройства.....	2
2. Меры предосторожности.....	3
3. Инструкция по установке.....	6
4. Инструкция по эксплуатации.....	7
5. Обслуживание устройства.....	12

1. Описание устройства

Домашняя беговая дорожка с одной функцией:



Список основных характеристик и деталей

Основные технические характеристики

№	Название параметра	Описание
1	Входное напряжение	АС220 В (50/60 Гц)
2	Мощность двигателя	3.0 л.с.
3	Скорость	0.8-16.8 км/ч
4	Размеры беговой поверхности	1250*460 мм
5	Максимальный вес пользователя	130 кг
6	Габариты устройства	1660*735*1320 мм

Комплект поставки

№	Наименование	Ед.изм	К-во
1	Основной корпус	комплект	1
2	Набор аксессуаров	шт	1

Список аксессуаров

№	Наименование	К-во	№	Наименование	К-во
1	Шестигранный ключ 5 мм	1	7	Чехол для основания	1
2	Шестигранный ключ 6 мм	1	8	Винты М8*22	4
3	Отвертка	1	9	Винты М8*45	2
4	Ключ безопасности	1	10	Винты М8*25	2
5	Силиконовое масло	1			

2. Меры предосторожности

Внимание: Прежде чем складывать тренажер, убедитесь, что он отключен от сети.

Важно: Перед использованием внимательно прочитайте инструкцию.

- ◆ Беговая дорожка предназначена для использования и хранения в помещении. Не используйте и не храните тренажер во влажных помещениях и не допускайте попадания воды внутрь устройства.
- ◆ Перед тренировкой надевайте подходящую одежду и обувь. Пользоваться тренажером босиком запрещено.
- ◆ Кабель питания должен быть заземлен, розетка должна иметь специальную цепь. Избегайте совместного использования с другим электрооборудованием.
- ◆ Во избежание несчастных случаев не подпускайте детей к устройству.
- ◆ Избегайте длительной непрерывной работы и перегрузки устройства, что может привести к повреждению двигателя, контроллера и ускоренному износу подшипников и беговой ленты. Не забывайте регулярно проверять устройство на предмет неполадок и осуществлять его техническое обслуживание.
- ◆ Во избежание накопления статического электричества не допускайте попадания пыли внутрь корпуса устройства.
- ◆ После завершения тренировки отключайте устройство от сети.
- ◆ Во время занятий на тренажере следите за хорошей вентиляцией в помещении.
- ◆ Перед тренировкой закрепляйте зажим ключа безопасности на одежде, чтобы в случае вашего падения тренажер немедленно остановился.
- ◆ Если вы чувствуете, что не справляетесь с нагрузкой, или резко ощутили недомогание, остановитесь и обратитесь за помощью к врачу.
- ◆ После использования храните силиконовое масло в недоступном для детей месте.
- ◆ В случае обнаружения повреждений кабеля питания, обратитесь в сервисный центр. Не занимайтесь устранением поломки самостоятельно.



Запрещено

- ◆ Не используйте устройство в случае, если оно сломано, его внешняя или внутренняя

конструкция повреждена или нарушена целостность соединения элементов.

---- Есть риск получения травмы.

- ◆ В процессе бега не подпрыгивайте слишком высоко.

---- Есть риск падения с тренажера.

- ◆ Не используйте и не храните устройство в ванной комнате или любом другом влажном помещении.

- ◆ Не размещайте устройство под прямыми солнечными лучами и вблизи отопительных приборов.

---- В противном случае может произойти перегрузка устройства и последующее возгорание.

- ◆ Не используйте устройство, если кабель питания поврежден или контакт с источником питания ослаблен.

---- Это может привести к поражению электрическим током, короткому замыканию или возгоранию.

- ◆ Не повреждайте или не сгибайте кабель питания. Также не размещайте тяжелые предметы и не пережимайте линию питания.

---- Это может привести к пожару или поражению электрическим током.

- ◆ Не допускается использование устройства двумя и более человек одновременно.

Запрещается подходить близко к тренажеру в тот момент, когда на нем уже занимается другой человек.

---- Это может привести к травмам.

- ◆ Не допускается использование устройства людьми в состоянии, при котором они не могут полностью контролировать свои действия.

----Есть риск несчастного случая и получения травмы.

- ◆ Избегайте попадания воды и других жидкостей внутрь корпуса устройства.

---- Может привести к поражению электрическим током и возгоранию. Очень опасно!

- ◆ Людям с обычно низкой физической активностью не рекомендуется начинать тренировки на тренажере с высокой интенсивностью.

- ◆ Не занимайтесь на тренажере сразу после еды или когда вы чувствуете, что устали.

---- Может нанести вред вашему здоровью.

- ◆ Устройство подходит для семейного использования, но не должно размещаться в школах, гимназиях и прочих общественных заведениях.
---- Есть риск получения травмы.
- ◆ Перед тренировкой убедитесь, что в карманах вашей одежды нет посторонних предметов.
---- Может привести к несчастному случаю или травме.
- ◆ Не используйте устройство, когда вилка питания расположена в непосредственной близости от металлических предметов, постороннего мусора или воды.
---- Может привести к поражению электрическим током, короткому замыканию или пожару. Не прикасайтесь к тренажеру влажными руками!
- ◆ Отключайте устройство от питания, когда оно не используется.
---- Пыль и влажность могут привести к износу системы изоляции и утечке тока.
- ◆ Данное устройство не предназначено для использования лицами (включая детей) с ограниченными физическими, умственными или психическими возможностями, или с недостаточным опытом и знаниями, за исключением случаев, когда за ними осуществляется надлежащий контроль и проведен инструктаж по использованию устройства лицом, ответственным за их безопасность.
- ◆ Необходимо следить за тем, чтобы дети не играли с тренажером, когда он не используется.



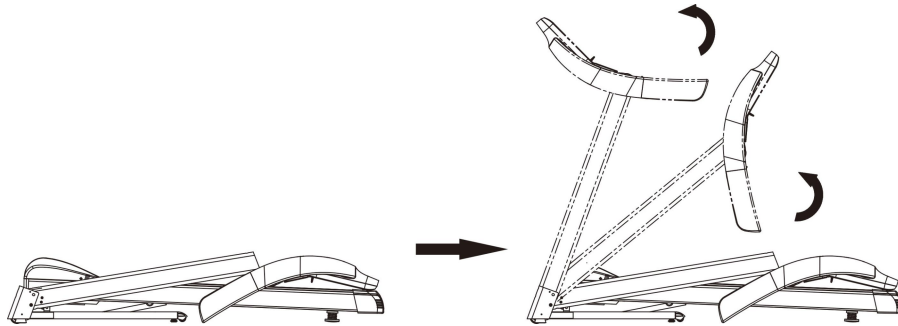
Система заземления

- ◆ Устройство должно быть заземлено. В случае неисправности заземление обеспечит канал наименьшего сопротивления, тем самым снижая риск поражения электрическим током.
- ◆ Устройство оснащено заземляющим проводником и заземленной штепсельной вилкой. Каждый раз проверяйте, чтобы вилка была вставлена в розетку до конца.
- ◆ Если подсоединение заземляющего оборудования произведено неправильно, это может привести к поражению электрическим током. Если у вас есть сомнения относительно состояния вашего устройства, обратитесь к специалисту-электрику.
- ◆ Убедитесь, что вилка имеет тот же тип, что и розетка вашей электросети. Не используйте адаптеры или переходники.

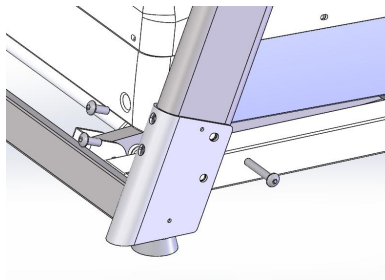
3. Инструкция по установке

Во время установки сначала просто закрепите все винты, а затем затяните их до конца после окончания установки.

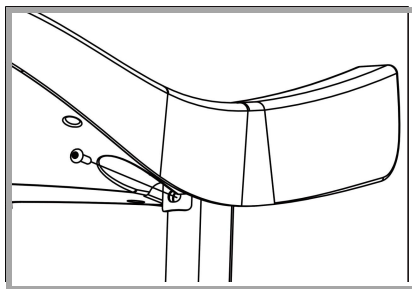
1. Разместите тренажер на ровной поверхности и поднимите стойки в положение, указанное на рисунке:



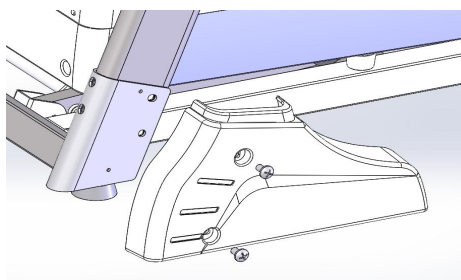
2. Закрепите стойки с помощью шестигранного ключа 5#, винтов M8*22 и гаек. Зафиксируйте положение шайб и гаек с помощью винтов M8*45.



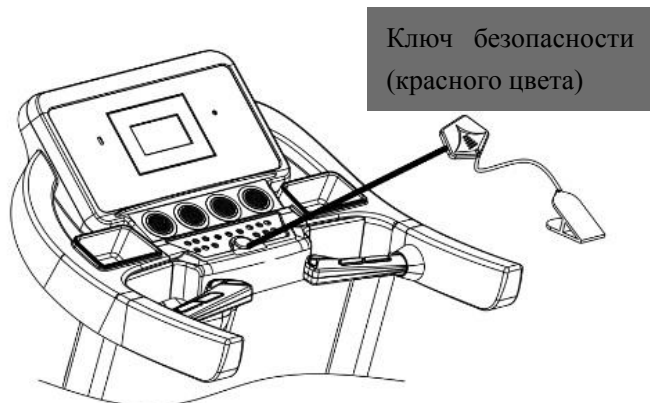
3. Зафиксируйте положение стоек с помощью шестигранного ключа 5# и фиксирующих шайб M8*25.



4. С помощью отвертки и винтов M5*14 закрепите декоративные кожухи по обеим сторонам основания корпуса.

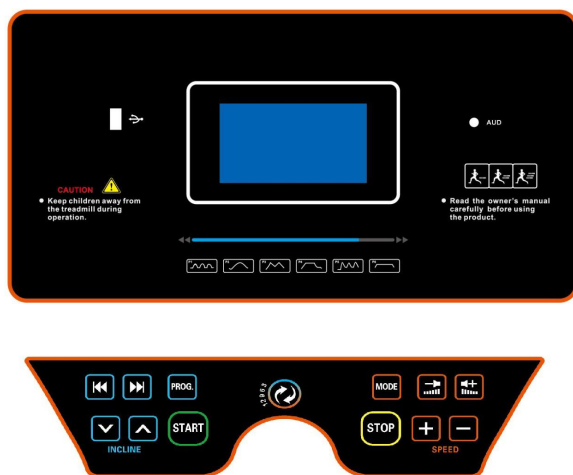


5. Поместите ключ безопасности на участок, показанный на рисунке. На этом установка завершена.



ВАЖНО: Прежде чем подключать устройство к сети, проверьте надежность крепления всех винтов согласно инструкции и посмотрите, не осталось ли после сборки лишних деталей.

4. Инструкция по использованию



4.1 Запуск



Тренировка запускается после 5-секундного обратного отсчета.

4.2 Число программ

3 ручные программы, 12 автоматических программ, 1 FAT-программа.

4.3 Ключ безопасности

При отсоединении ключа безопасности на экране появится код ошибки E7, и вы услышите звуковой сигнал. Тренажер должен немедленно остановиться. Для продолжения использования беговой дорожки подсоедините обратно ключ безопасности. Данные будут обновлены через 2 секунды.

4.4 Функции кнопок

4.4.1 Кнопки Start и Stop:



Нажмите кнопку Start, чтобы запустить беговую дорожку. На экране отобразится скорость в 0,8 км/ч, и тренажер придет в движение. Кнопка Stop: Когда беговая дорожка находится в рабочем состоянии, нажмите кнопку Stop, все данные с экрана будут удалены, а беговая дорожка постепенно осуществит полную остановку и вернется в ручной режим.

4.4.2. Кнопка Program:



Нажмите кнопку Program, чтобы перейти в ручной режим или к выбору автоматических программ (P1 - P12); режим по умолчанию – ручной, диапазон скорости – 0,8 – 16,8 км/ч.

4.4.3 Кнопка Mode:



В режиме ожидания нажмите эту кнопку, чтобы отобразить опции 3-х различных режимов работы обратного отсчета – времени, дистанции или калорий. Установите желаемое целевое значение с помощью кнопок + и -, и нажмите кнопку Start для запуска тренировки.

4.4.4 Кнопки speed+-:



Каждое нажатие кнопок увеличит или уменьшит скорость на 0.1 км/ч. Нажмите и удерживайте кнопку для непрерывного повышения или уменьшения скорости. Кнопки размещены на поручне.

4.4.5 Быстрые кнопки Speed:



Когда дорожка находится в движении, используйте эти кнопки для быстрого установления скорости на 3/6/9/12 км/ч.

4.4.6 Кнопки управления медиа-файлами:



Используйте кнопки «Воспроизвести», «Пауза», «Назад», «Вперед», а также кнопки регулировки громкости при воспроизведении музыки с USB-носителя.

4.4.7 Кнопки быстрого переключения скорости:



Используйте эту кнопку для быстрого переключения скорости между параметрами 3, 6, 9 и 12 км/ч.

4.4.8 Кнопки Incline



Каждое нажатие кнопок увеличит или уменьшит наклон в режиме установки параметров или во время тренировки. Нажмите и удерживайте кнопку в течение 2 секунд для непрерывного повышения или уменьшения наклона.

4.5 Функции дисплея:

4.5.1 Speed.

Отображает текущую скорость движения.

4.5.2 Time

Отображает время с момента запуска в ручном режиме и обратный отсчет в автоматических режимах и программах.

4.5.3 Distance

Отображает общее расстояние в ручном режиме и программах. В автоматическом режиме отображает обратный отсчет расстояния.

4.5.4 Calorie

Отображает общее число калорий в ручном режиме и программах. В автоматическом режиме отображает обратный отсчет числа калорий.

4.5.5 Heart rate

При обнаружении сигнала на экране будет отображаться значение сердечного ритма и мигающий значок в виде сердечка.

4.5.6 Диапазон отображаемых значений:

ВРЕМЯ: 5:00 – 99.59(мин)

ДИСТАНЦИЯ: 1.0 – 99.9(км)

КАЛОРИИ: 20.0 – 999 (ккал)

СКОРОСТЬ: 0.8 – 16.0(км/ч)

ПУЛЬС: 50 – 200 (ударов/мин)

4.7 Функция измерения пульса

В режиме тренировки удерживайте датчик пульса в руке в течение 5 секунд. Ваша текущая частота сердечных сокращений отобразится на экране в диапазоне 50-200 ударов/мин. Во время измерения вы также увидите мигающий значок в виде сердечка.

Предоставляемая информация предназначена только для справки, и ее нельзя рассматривать как медицинские данные.

4.8 Автоматические программы (с наклоном) :

Каждая программа разделена на 10 сегментов, и время работы каждого сегмента программы распределено равномерно. Ниже приведена форма распределения времени для 12 программ.

Программа \ Время		Уст. время / 10 = время каждого периода									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	СКОРОСТЬ	3	3	6	5	5	4	4	4	4	3
	НАКЛОН	0	3	3	3	4	4	4	1	1	0
P2	СКОРОСТЬ	3	3	4	4	5	5	5	6	6	4
	НАКЛОН	2	2	2	3	3	3	3	4	4	2
P3	СКОРОСТЬ	2	4	6	8	7	8	6	2	3	2
	НАКЛОН	3	5	4	4	3	4	4	3	4	2
P4	СКОРОСТЬ	3	3	5	6	7	6	5	4	3	3

	НАКЛОН	0	3	3	2	2	5	5	3	3	2
P5	СКОРОСТЬ	3	6	6	6	8	7	7	5	5	4
	НАКЛОН	3	5	3	4	2	3	4	2	3	2
P6	СКОРОСТЬ	2	6	5	4	8	7	5	3	3	2
	НАКЛОН	3	4	5	6	3	5	5	6	4	3
P7	СКОРОСТЬ	2	9	9	7	7	6	5	3	2	2
	НАКЛОН	0	3	3	3	4	4	4	1	1	0
P8	СКОРОСТЬ	2	4	4	4	5	6	8	8	6	2
	НАКЛОН	1	1	4	4	4	5	5	4	3	2
P9	СКОРОСТЬ	2	4	5	5	6	5	6	3	3	2
	НАКЛОН	3	5	3	4	2	3	4	2	3	2
P10	СКОРОСТЬ	2	5	7	5	8	6	5	2	4	3
	НАКЛОН	1	5	6	8	12	9	10	9	5	3
P11	СКОРОСТЬ	2	5	6	7	8	9	10	5	3	2
	НАКЛОН	3	5	6	8	6	5	8	7	5	2
P12	СКОРОСТЬ	2	3	5	6	8	6	9	6	5	3
	НАКЛОН	5	7	5	8	6	5	9	10	6	2

4.9 Режимы обратного отчета

Значение по умолчанию для времени - 30:00 мин, диапазон 5:00---99:00 мин с шагом 1:00 мин.

Значение по умолчанию для калорий - 50 ккал, диапазон 20 --- 990 ккал с шагом 10 ккал.

Значение по умолчанию для дистанции - 1.0 км, диапазон 1.0 --- 99.0 км с шагом 1.0 км.

Для переключения между режимами используйте кнопку Mode.

4.10 Тест на индекс массы тела (FAT) (не поддерживается моделям с TFT)

Нажмите кнопку Program в режиме ожидания, чтобы перейти к режиму определения индекса массы тела (FAT). Нажмите кнопку Settings для установки параметров (F1 - пол, F2-возраст, F3-рост, F4-вес). Используйте кнопки speed+ и speed – для введения параметров и нажмите кнопку Mode для запуска теста. После этого необходимо измерить частоту пульса. Индекс массы тела (FAT) показывает отношение между весом и ростом человека, не учитывая пропорций его тела. Наряду с другими показателями, он служит справочной информацией о текущем физическом состоянии тела. В идеале FAT должен составлять 20-25. При значениях меньше 19 можно предполагать недостаток веса. При значениях 25-29 можно предполагать избыточность веса, а при превышении 30 - ожирение. Диапазон параметров приведен ниже. (Предоставляемая информация предназначена только для справки, и ее нельзя рассматривать как медицинские данные)

01 Пол 01 мужской 02 женский

02	Возраст	10-----99
03	Рост	100----200
04	Вес	20-----150
05	FAT \leq 19	Недостаточный вес
	FAT= (20---25)	Нормальный вес
	FAT= (25---29)	Избыточный вес
	FAT \geq 30	Ожирение

Прочие замечания:

i. После завершения тренировки в режиме обратного отчета на экране отобразится надпись “End”, и вы услышите звуковой сигнал, который прекратится после полной остановки тренажера и его перехода в ручной режим.

ii. Установка параметров циклична. Так, при установке времени при достижении значения 99:00, еще одно нажатие кнопки + приведет параметр обратно на 5:00.

iii. Возможно использование только одного режима обратного отсчета одновременно. При этом все остальные параметры будут подсчитываться в прямом подсчете.

iv. Стандартный расход калорий - 30 ккал/км.

v. Набор и сброс скорости тренажера осуществляется с темпом 0.5 км/с.

Значения кодов ошибок

Код	Описание	Решение
E1	Нестабильное соединение: при включенном питании соединение между нижним контроллером и консолью является нестабильным.	Возможная причина: отсутствует сигнал между нижним контроллером и консолью; проверьте все соединения между контроллером и консолью, убедитесь в их исправности. Проверьте соединительный кабель и замените в случае его повреждения.
E2	Двигатель не обнаружен	Возможная причина: Проверьте кабель, идущий к двигателю, на предмет правильного подключения. Подсоедините кабель повторно, если требуется. Проверьте кабель, идущий к двигателю и замените его, если он поврежден или имеет запах гари. Проверьте датчик скорости на предмет отсутствия соединения или поломки.

E5	Защита от избытка тока: Во включенном состоянии нижний контроллер обнаруживает, что ток превышает 6А в течение более чем 3 секунд.	Возможная причина: Перегрузка приводит к появлению чрезмерного тока в системе, и она перестает работать в рамках режима самосбережения. Возможно также торможение одной из деталей, что приводит к остановке двигателя. Отрегулируйте беговую дорожку и перезапустите ее. Проверьте, не выделяется ли жидкость или запах гари во время работы двигателя. Если да, замените двигатель. Проверьте, имеет ли контроллер запах гари. Если да, замените контроллер. Проверьте входное напряжение. Если оно не соответствует спецификации, подайте на вход правильное напряжение и снова проверьте работу тренажера.
E6	Взрывозащита: ненормальное напряжение или неисправный двигатель вызывают неполадки в электроцепи, под контролем которой находится двигатель.	Возможная причина: Проверьте, чтобы входное напряжение было не более чем на 50% ниже номинального. Подайте на вход требуемое напряжение и снова проверьте работу тренажера. Проверьте, не перегорел ли контроллер, и, если нужно, замените его. Проверьте, надежно ли подсоединен ли кабель двигателя, и, если нужно, подключите его повторно.
E7	Ключ безопасности не найден	Поместите ключ безопасности на место.

5. Обслуживание устройства

Внимание: Перед очисткой или техническим обслуживанием устройства убедитесь, что оно отключено от сети.

Очистка: Регулярная очистка продлевает срок эксплуатации электрической беговой дорожки. Периодически удаляйте пыль с видимых деталей корпуса, чтобы поддерживать внутренние детали в чистоте. Не допускайте скопления загрязнений на беговой ленте и по обе стороны ее открытой части. Для тренировок обязательно надевайте чистую спортивную обувь, чтобы избежать попадания фрагментов грязи внутрь корпуса и под ленту. Протирайте ленту беговой дорожки влажной тряпкой мылом. Во время очистки не допускайте попадания воды на электрические компоненты и под беговую ленту.

Внимание: Перед тем, как снять передний кожух, убедитесь, что устройство отключено от сети. Открывайте корпус для очистки внутренних частей устройства пылесосом, по крайней мере, один раз в год.

Смазка беговой ленты

Внутренние части беговой дорожки покрываются смазкой на заводе. Трение между бегущей лентой и бегущей дорожкой сильно влияет на срок службы и производительность устройства, поэтому важно регулярно смазывать детали повторно. Мы рекомендуем регулярно проверять состояние устройства. При обнаружении любых повреждений немедленно обратитесь в

центр обслуживания клиентов.

Мы рекомендуем смазывать детали по следующему графику:

Легкая нагрузка (использование менее 3 часов в неделю) - один раз в месяц;

Тяжелая нагрузка (более 7 часов в неделю) - раз в полмесяца.

1. Чтобы защитить беговую дорожку от перегрузки и тем самым продлить срок службы машины, рекомендуется после продолжительного использования в течение часа выключить машину и подождать 10 минут перед продолжением тренировки.

2. Если лента беговой дорожки слабо натянута, будет заметно снижена эффективность бега. Слишком плотное натяжение может снизить характеристики двигателя, заставляя его работать с повышенным износом. Для регулировки натяжения попробуйте сдвинуть ленту с обеих сторон вверх на 50-75 мм.

Регулировка положения беговой ленты

Для более эффективной эксплуатации беговой дорожки и улучшения ее работы необходимо поддерживать оптимальное положение беговой ленты.

Выравнивание беговой ленты

- Поместите электрическую беговую дорожку на ровную поверхность.
- Запустите беговую дорожку со скоростью около 6-8 км/час.
- Если лента смещена влево, поверните левый регулировочный болт на 1/2 оборота по часовой стрелке, затем поверните правый регулировочный болт на 1/2 оборота против часовой стрелки (Рисунок А).
- Если лента смещена вправо, поверните правый регулировочный болт на 1/2 оборота по часовой стрелке, затем поверните левый регулировочный болт на 1/2 оборота против часовой стрелки (Рисунок В).



Рисунок А



Рисунок В

Регулировка натяжения ленты

При длительном использовании устройства беговая лента может ослабевать, поэтому время от времени необходимо вносить соответствующие регулировки, чтобы обеспечить безопасное использование тренажера.

Шаг 1.

Как понять, что нужна регулировка: при беге появляется ощущение случайного запаздывания,

что указывает на то, что беговая лента немного ослаблена. После этого необходимо сделать дополнительную проверку (см. следующий пункт).

Как определить, какая часть ослаблена: открутите четыре винта на защитном кожухе и запустите беговую дорожку со скоростью 1 км/ч, а затем встаньте на беговую ленту, возьмитесь за поручни и слегка пробегитесь по ленте (регулировка натяжения собственным весом пользователя рекомендуется производителем)

А. Натяжение является оптимальным, если легкий шаг не вызывает торможение ленты.

В. Если легкий шаг останавливает движущуюся ленту, но лента и задний ролик все еще движутся, это указывает на то, что беговая лента ослаблена, и для обеспечения безопасности использования необходимо выполнить соответствующие регулировки.

С. Если вы заметили, что мгновенный шаг приводит к остановке беговой ленты и ленты, но двигатель все еще работает, это означает, что лента ослаблена, и для обеспечения безопасности использования необходимо выполнить соответствующие регулировки.

Шаг 2: Используйте гаечный ключ, чтобы отрегулировать винты у основания корпуса двигателя. Одновременно попробуйте осторожно вытянуть ленту, расположенную между валом двигателя и передним роликом. Если она слишком ослаблена, вы сможете вытянуть ленту целиком; если она, наоборот, натянута слишком сильно, вы не сможете вытянуть ленту. После регулировки целесообразно вытянуть ленту на 80%. Отрегулируйте натяжение ленты так, чтобы ее можно было перевернуть на 80%.

Шаг 3: После окончания регулировки не забудьте закрепить защитный кожух двигателя.

Использование силиконового масла:

Шаг 1: Обрежьте кончик бутылки с маслом (Рисунок 1)

Шаг 2: На левой и правой заглушках найдите крышки в форме капелек (Рисунок 2)

Шаг 3: Откройте крышки (Рисунок 3)

Шаг 4: Залейте силиконовое масло в отверстие (Важно: по 1/4 бутылки за раз) (Рисунок 4)

Шаг 5. После загрузки масла запустите тренажер на скорости 4-5 км/ч. Пройдитесь по беговой поверхности в течение 1-2 минут для равномерного распределения масла.



Рисунок 1

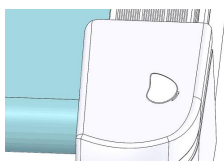


Рисунок 2

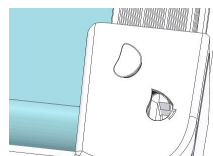


Рисунок 3

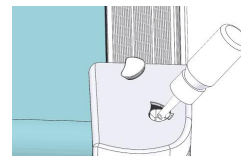


Рисунок 4

Bluetooth APP:

