

# **Инструкция**

## **Беговая дорожка AnyFit AI-3**

Полезные ссылки:

[Беговая дорожка AnyFit AI-3 - смотреть на сайте](#)

**AnyFit**<sup>®</sup>



**AnyFit**

ANYFIT HEALTH TECH GMBH (international)  
Hanauer Landstr. 287-289, 60314 Frankfurt am Main, DE  
P: +49(0)69 90439168  
F: +49(0)69 90439169  
E: account-office@anyfit.de  
W: www.anyfit.de

РУКОВОДСТВО  
ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

AI3 БЕГОВАЯ  
ДОРОЖКА

## AI3 БЕГОВАЯ ДОРОЖКА

Перед началом использования этого устройства прочитайте все инструкции, содержащиеся в документе, поставляемом с нашим тренажером, включая все руководства по сборке и инструкции.

# ВАЖНЫЕ ИНСТРУКЦИИ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ

## **WARNING**

Сохраните эти инструкции для дальнейшего использования.

## **WARNING**

Убедитесь, что все пользователи прошли полное медицинское обследование, прежде чем они начнут любую фитнес-программу, особенно если у них высокое кровяное давление, уровень холестерина или болезни сердца; имеют плохую наследственность по вышеуказанным болезням; старше 35 лет; курят; страдают ожирением; ранее регулярно не занимались или принимают какие-либо лекарства.

Правила Техники Безопасности

· Всегда соблюдайте основные меры предосторожности при использовании данного оборудования, чтобы уменьшить вероятность получения травмы, пожара или повреждений. Другие разделы данного руководства содержат более подробную информацию о мерах безопасности. Обязательно прочитайте эти разделы и соблюдайте все указания по технике безопасности. Эти меры предосторожности включают следующее:

· Перед установкой и использованием оборудования ознакомьтесь со всеми инструкциями, приведенными в данном руководстве, и следуйте всем указаниям на оборудовании.

· Убедитесь, что все пользователи прошли полное медицинское обследование, прежде чем они начнут любую фитнес-программу.

· Не допускайте к тренажеру детей или людей, незнакомых с его работой.

· Не оставляйте детей без присмотра возле оборудования.

· Убедитесь, что все пользователи носят надлежащую тренировочную одежду и обувь для своих тренировок и избегают свободной или болтающейся одежды. Пользователи не должны носить обувь с каблуками или кожаными подошвами, и они должны проверить подошвы своей обуви на предмет грязи или камней. Они также должны собрать длинные волосы назад.

· Никогда не оставляйте устройство без присмотра, когда оно включено.

Отключайте оборудование от источника питания, когда оно не используется, перед очисткой и перед предоставлением авторизованного обслуживания.

· Используйте адаптер питания, прилагаемый к оборудованию. Подключите адаптер питания к соответствующей заземленной розетке, как указано на устройстве.

· При монтаже и демонтаже оборудования следует соблюдать осторожность.

· Прочитайте, разберитесь и протестируйте процедуры аварийной остановки перед использованием. Держите шнур питания или дополнительный адаптер питания и вилку подальше от нагретых поверхностей.

· Проложите силовые кабели таким образом, чтобы они не были защемлены или повреждены предметами, помещенными на них или против них, включая само оборудование.

· Убедитесь, что оборудование имеет достаточную вентиляцию. Не ставьте ничего на оборудование или поверх него. Не используйте его на мягкой поверхности, которая может заблокировать вентиляционное отверстие.

· Соберите и эксплуатируйте оборудование на твердой, ровной поверхности.

· Поместите устройство на ровную поверхность, должен быть 1 метр зазора<sup>Q2</sup> каждой стороны. Для беговой дорожки должно быть 2 метра зазора с каждой стороны.



Прочитайте все инструкции в документации, прилагаемой к тренажеру. Данный продукт предназначен для коммерческого использования

## Другие важные инструкции по технике безопасности

- Держите оборудование вдали от воды и влаги. Во избежание поражения электрическим током или повреждения электроники не роняйте и не проливайте ничего внутрь устройства.
- Не эксплуатируйте электрооборудование во влажных помещениях.
- Никогда не эксплуатируйте данное оборудование, если оно имеет поврежденный шнур или вилку, если оно не работает должным образом или если оно было повреждено или подверглось воздействию воды. Немедленно обратитесь в сервисную службу при наличии любого из этих условий.
- Поддерживайте оборудование в хорошем рабочем состоянии, как описано в разделе технического обслуживания руководства пользователя. Проверьте оборудование на наличие неправильных, изношенных или незакрепленных компонентов, а затем исправьте, замените или затяните перед использованием.
- Ограничения по весу оборудования: не используйте устройство, если вы весите более 180 кг.
- Используйте оборудование только по назначению, как описано в данном руководстве. Не используйте дополнительные приспособления, которые не рекомендованы компанией ANYFIT. Это может привести к травмам.
- Не эксплуатируйте оборудование, где используются аэрозольные (распылительные) продукты или где вводится кислород.
- Не используйте на открытом воздухе.
- Не пытайтесь обслуживать оборудование самостоятельно, за исключением выполнения инструкций по техническому обслуживанию, приведенных в руководстве пользователя.
- Никогда не роняйте и не вставляйте предметы в любое отверстие тренажера. Держите руки подальше от движущихся частей. Не устанавливайте ничего на стационарные поручни, руль, пульт управления или крышки. Поместите жидкости, журналы и книги в соответствующие емкости.
- Ни в коем случае не опирайтесь и не тяните за консоль.



Внимание: не снимайте крышку, иначе вы можете получить травму из-за поражения электрическим током. Внутри нет деталей, обслуживаемых пользователем. Если оборудование нуждается в обслуживании, обратитесь в службу поддержки. Перед началом работы ознакомьтесь с руководством по монтажу и техническому обслуживанию.

## СОДЕРЖАНИЕ

Важные инструкции по технике безопасности-----	2
Инструкции по сборке-----	5
Шаги по сборке-----	6
Описание консоли-----	13
Инструкции по упражнениям-----	17
Обслуживание-----	18
Гарантия-----	19
Обслуживание клиентов-----	20
Спецификация-----	20

# Инструкции по сборке

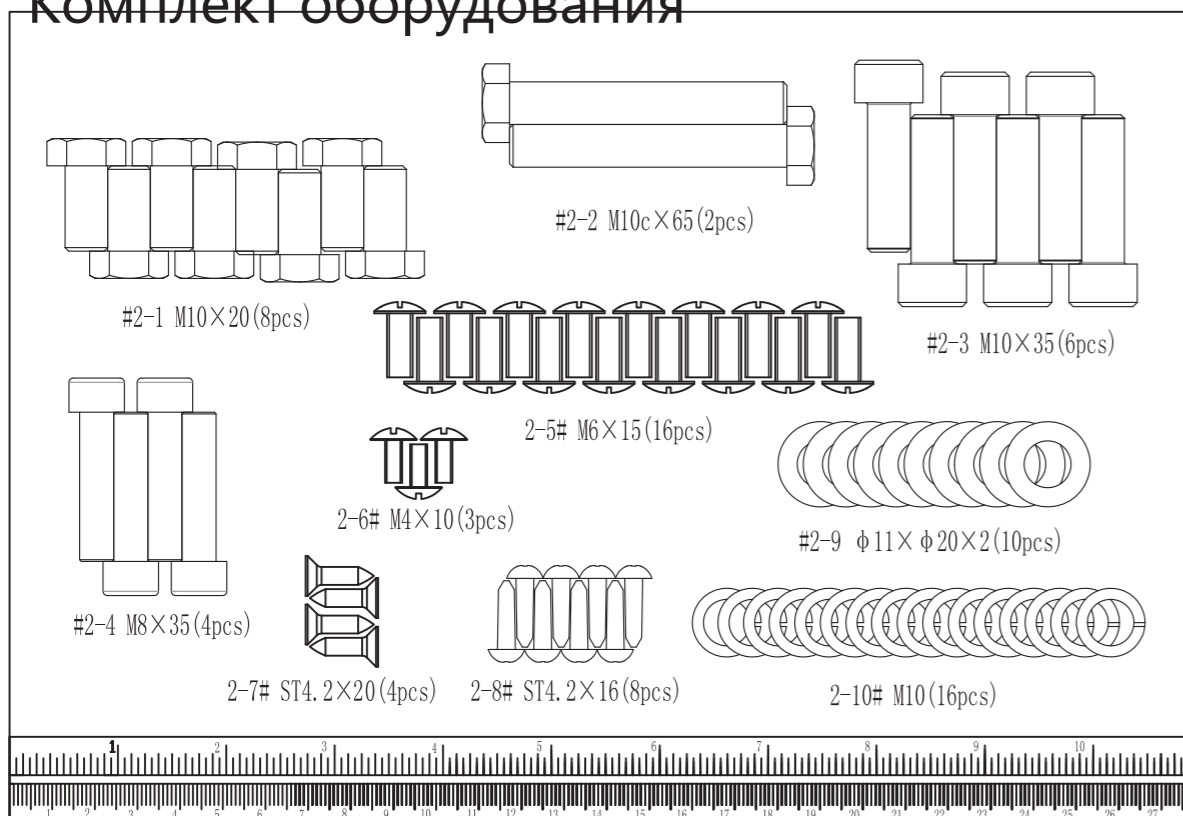


**ОПАСНО!**

Всегда выключайте устройство из розетки сразу после использования, перед чисткой, выполнением технического обслуживания и надеванием или снятием деталей.

- Прочитайте все инструкции в этом руководстве перед установкой.
- Собирайте и управляйте вашим оборудованием на твердой, ровной поверхности в области, предназначенной для использования.
- Откройте коробку и соберите компоненты в последовательности, представленной в данном руководстве.
- Прикрепите все крепежные детали и частично затяните их. Не затягивайте крепежные детали полностью, пока не прочтаете соответствующие инструкции.
- Не пытайтесь перемещать оборудование самостоятельно.
- Попросите хотя бы одного человека помочь вам. Используйте безопасные методы подъема.
- Не беритесь за пластиковые детали устройства во время подъема или перемещения устройства.
- Пластмассовые детали не входят в структуру тренажера и не способны поддерживать его вес.

## Комплект оборудования

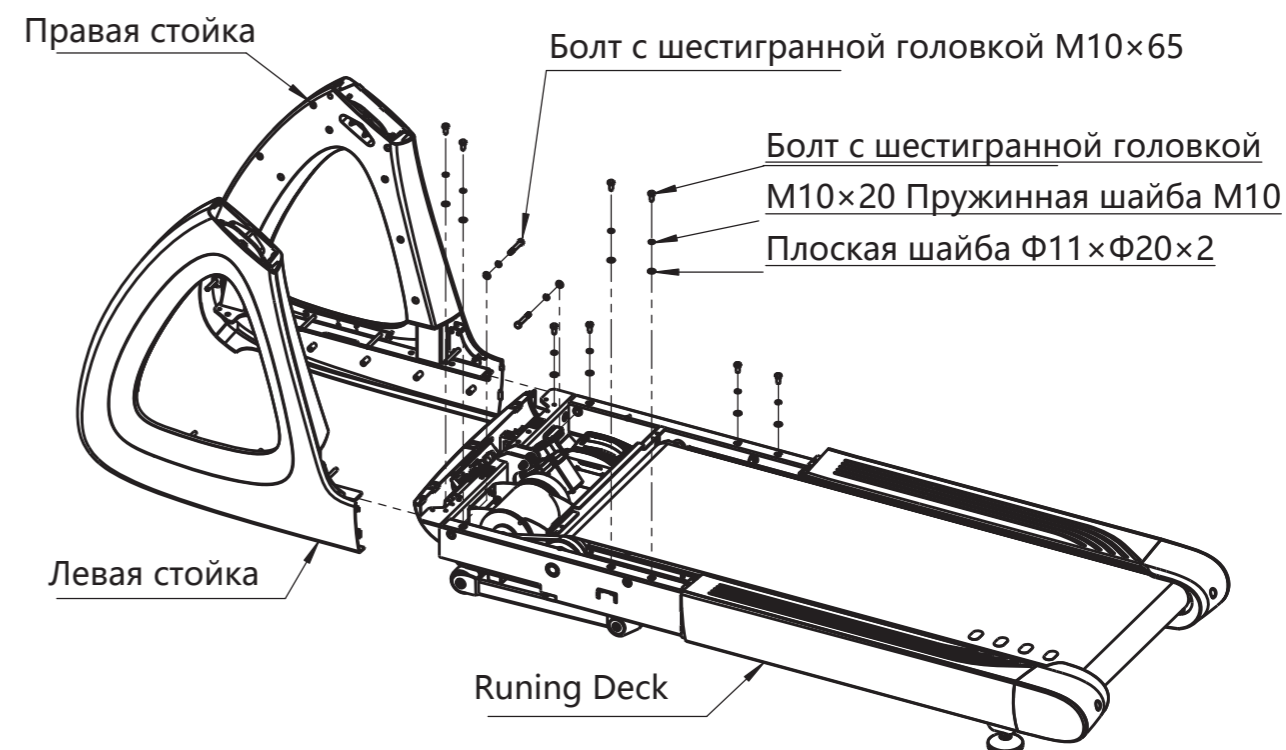


# Шаги установки

## Шаг 1

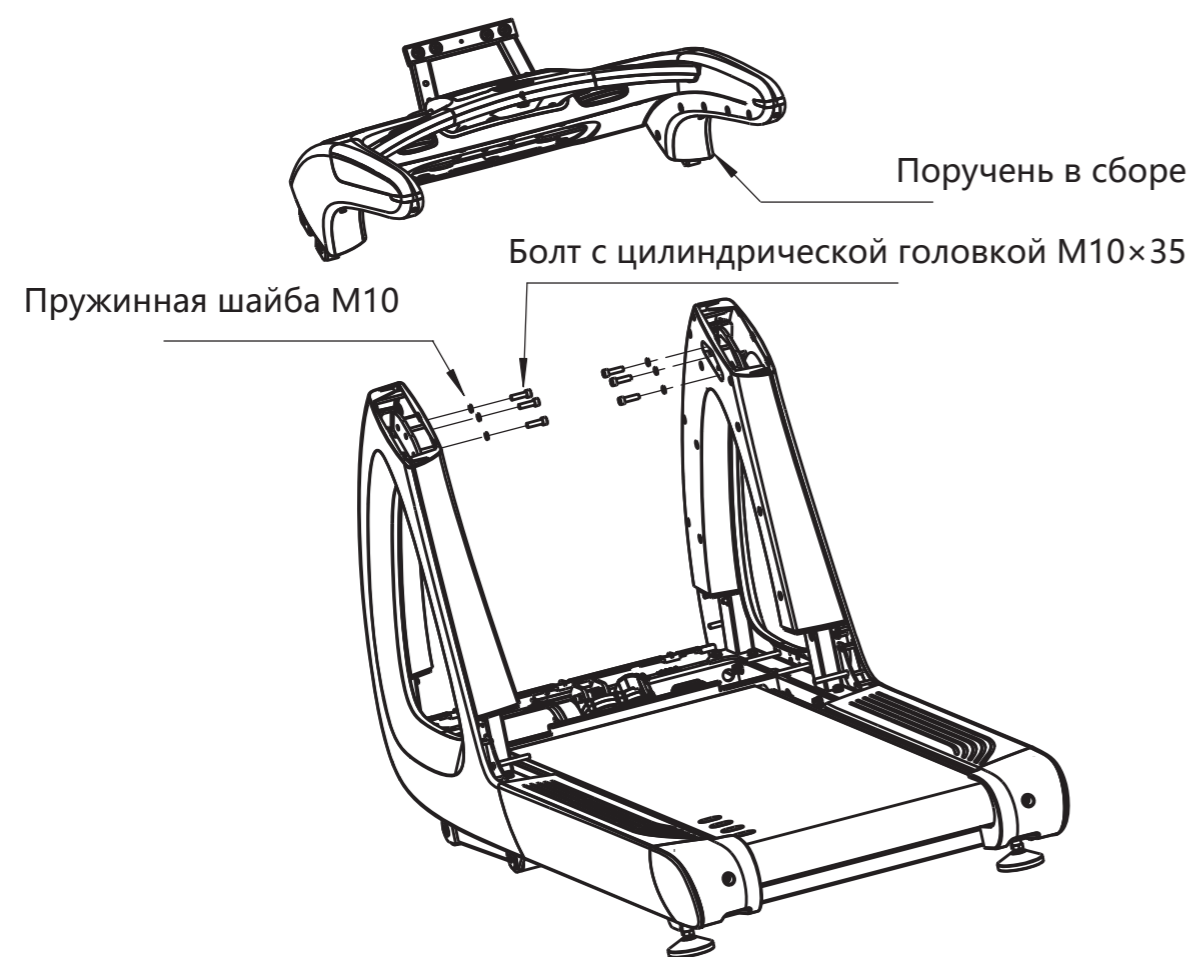
Используйте болт с шестигранной головкой M10 × 65 (2 шт.), Болт с шестигранной головкой M10 × 20 (8 шт.), Пружинную шайбу 10 (10 шт.), Плоскую шайбу Ф 11 × Ф 20 × 2 (10 шт.), Установите левую и правую стойку в сборе на рабочую платформу.

Примечание: болты могут быть не слишком затянуты.



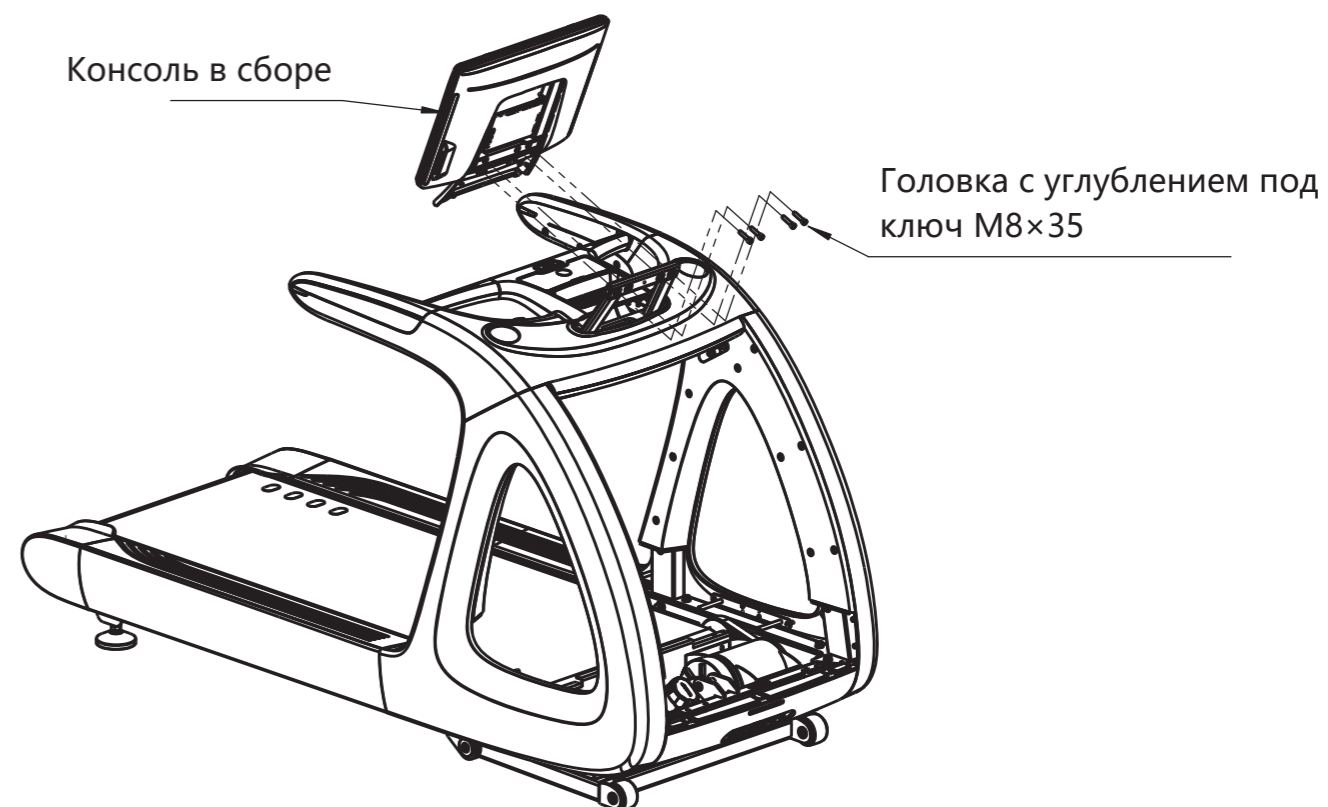
## Шаг 2

Присоедините поручень в сборе с помощью болта с цилиндрической головкой M10 × 35 (6 шт.) , пружинной шайбы (6 шт.) в стойке, отрегулируйте соединения между пластиковыми деталями, а затем затяните все болты.



## Шаг 3

Установите консоль с помощью винта с головкой с углублением под ключ M8 × 35 (4 шт.) на поручне в сборе. Затяните все болты после регулировки соединений отдельных пластиковых деталей.





## ШАГ 4

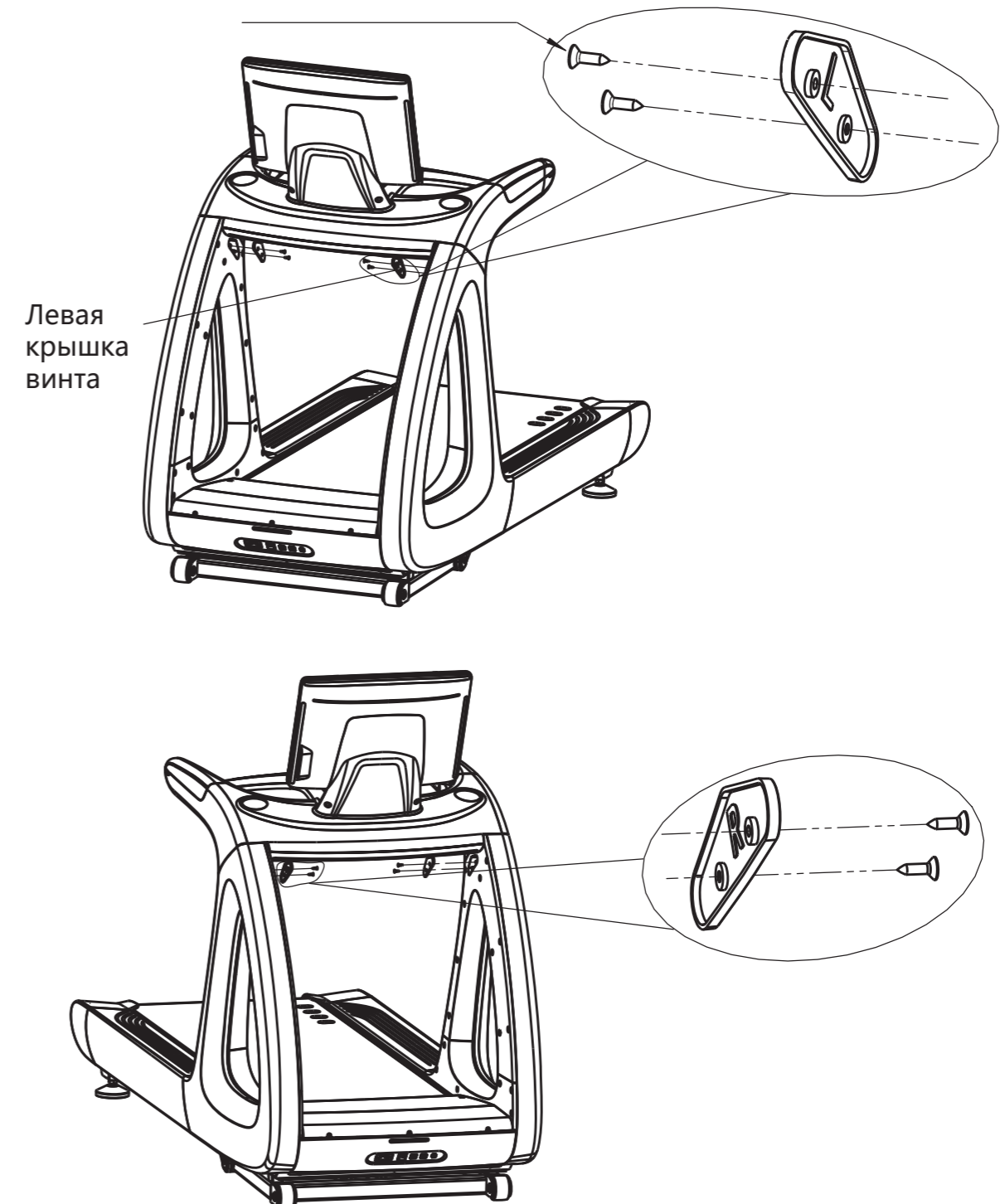
Вставьте верхнюю часть терминала управления и установите пластиковую крышку, как показано на рисунке, с помощью больших плоских самонарезных винтов с крестообразным шлицем ST4.2 × 16 (8 шт.).



## ШАГ 5

Установите левый и правый колпачки с помощью самонарезных винтов ST4.2 × 20 с крестообразным шлицем и потайной головкой, как показано на рисунке.

Саморезы с потайной головкой и крестообразным шлицем ST4.2 × 20

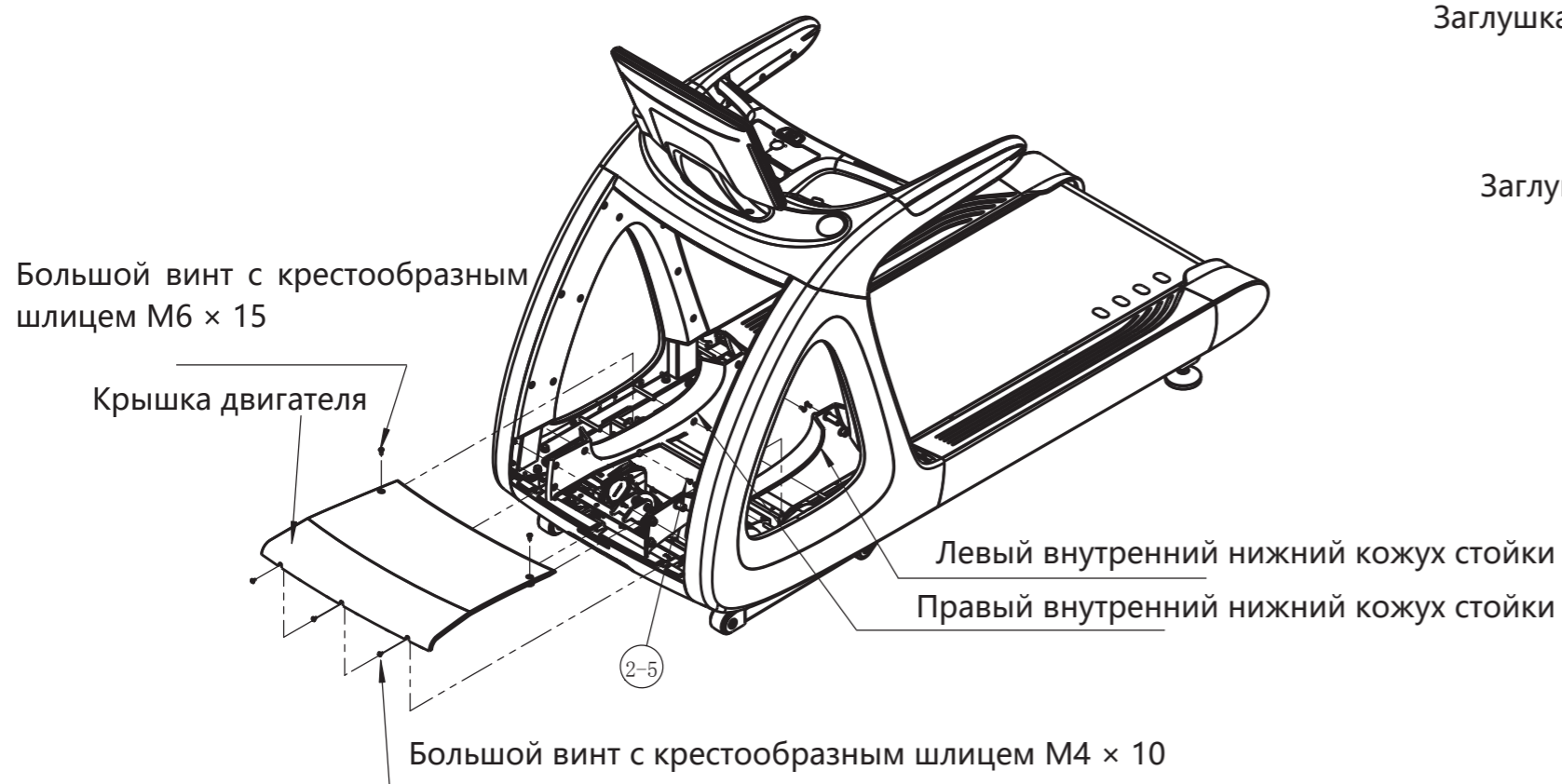




## ШАГ 6

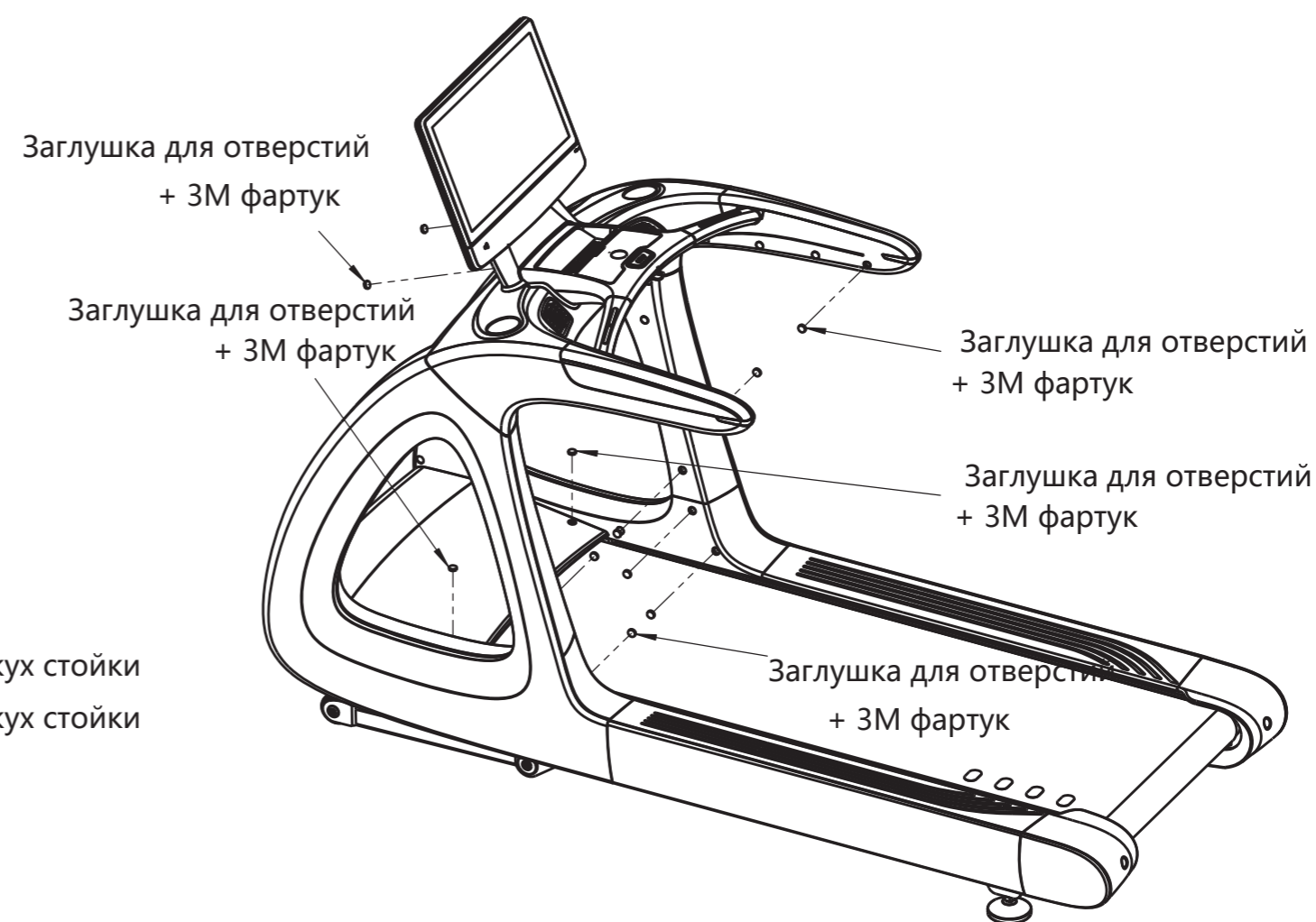
После того как нижняя часть терминала управления надежно подключена, установите левый и правый нижние кожухи стойки и двигатель с помощью больших круглых винтов с крестообразным шлицем M6 × 15 (16 шт.) и больших круглых винтов с крестообразным шлицем M4 × 10 (3 шт.), как показано на рисунке. Крышка и крышка двигателя установлены.

Примечание. Рекомендуется запустить беговую дорожку на несколько минут, чтобы проверить состояние машины до установки крышки двигателя, левого и правого нижнего кожуха стойки.



## ШАГ 7

Прикрепите фартуки 3М Φ17.5 × 0.5 (44 шт.) к задней части заглушки отверстия Φ18 × 4.5 (44 шт.) Вставьте их во все отверстия для винтов.



# Описание консоли

## Дисплей

ЖК-дисплей консоли отображает информацию:

Время (Сек): Отображение от «00: 00-99: 59»; Время по умолчанию - положительное, Увеличение с каждой секундой

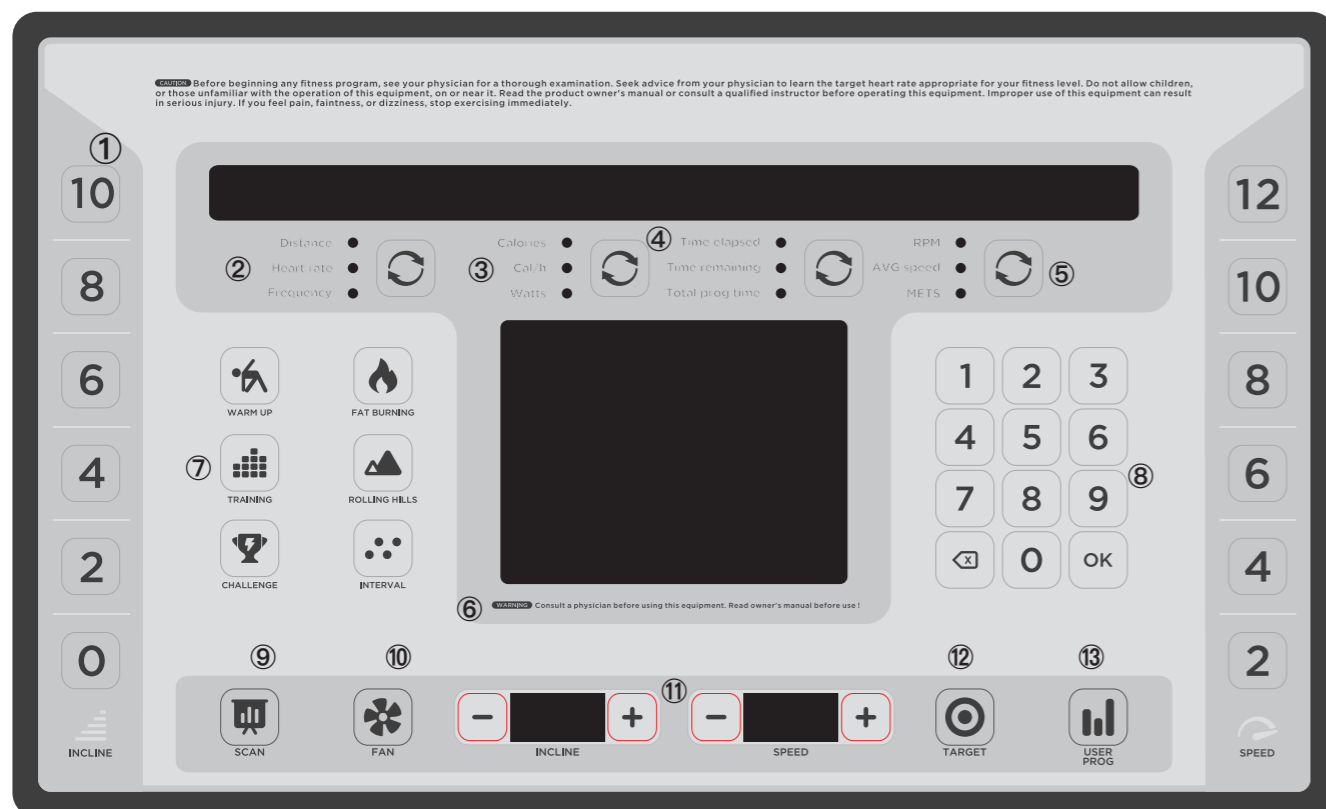
Расстояние (Км): Отображение от «0-99,9»; Расстояние по умолчанию - положительное, с шагом 0,1 км.

Калорийность (Ккал): Отображение по умолчанию «0-99,9». Калорийность - положительное значение, увеличивается с каждой 0,1 Ккал.

Скорость (км / ч): Отображение от «0-100 км / ч». Увеличение с каждым 0,1 км / ч.

Наклон: Отображение от «1-15»;

## Функциональное распознавание



# Описание консоли

№.	Название	Детальное описание
①	Быстрые клавиши наклона, скорости	Клавиши скорости : 2, 4, 6, 8, 10, 12 Клавиши наклона : 0, 2, 4, 6, 8, 10
②	Дистанция Частота Пульса	Нажмите  Стрелка переключает отображаемый элемент
③	Калории Эффективность Калорий/ Времени	Нажмите  Стрелка переключает отображаемый элемент
④	Истекшее время Оставшееся время Программное время	Нажмите  Стрелка переключает отображаемый элемент
⑤	PRM Средняя скорость METS	Нажмите  Стрелка переключает отображаемый элемент
⑥	Матричный дисплей	Отображение точечной матрицы графической информации о графике тренировок
⑦	Режим упражнений	6 предустановленных режимов тренировки, одна кнопка запуска
⑧	Цифровая клавиатура	Используется для ввода числовой информации, такой как возраст, вес и пароль. Нажмите  чтобы очистить удаленный номер. После ввода номера на цифровой клавиатуре нажмите «ОК».
⑨	Вид	После окончания упражнения система автоматически сохранит текущие данные упражнения, нажмите Вид, чтобы отобразить текущий результат упражнения.
⑩	Вентилятор	Отрегулируйте скорость вентилятора: низкая, высокая
⑪	Наклон, регулировка скорости	Нажмите   Отрегулируйте наклон и скорость
⑫	Целевой режим	Установка цели тренировки, включая время, дистанцию, калории
⑬	Режим самостоятельного редактирования	Установите программу обучения самопрограммированию

# Инструкция по эксплуатации

## Быстрый старт

Нажмите кнопку 3, и все данные начнут отсчитываться, нижняя строка дисплея загорится. Подсветка дисплея и регулировка интенсивности; нажмите кнопки - +, чтобы настроить интенсивность, данные могут быть переключены.

Нажмите кнопку 3, чтобы очистить все данные, на дисплее появится сообщение «ЛЮБАЯ КЛАВИША ЧТОБЫ ПРОДОЛЖИТЬ» или «НАЖМИТЕ ОК, ЧТОБЫ ВЫЙТИ», нажмите любую клавишу, чтобы продолжить использование устройства, или нажмите, чтобы выйти.



## Запуск предустановленной программы



Выберите любую программу, когда появится сообщение «НАЧАТЬ ИЛИ НАЖМИТЕ ОК, ЧТОБЫ УСТАНОВИТЬ».

Нажмите кнопку 3, чтобы запустить предустановленную программу, время по умолчанию - 30 мин, регулировка уровня связи (гибкая регулировка шага и наклона).

Нажмите кнопку «ОК», чтобы установить программу:

1. Установка возраста (10-90): дисплей отобразит «Введите свой возраст» (введите свой возраст) по умолчанию «35», нажмите - +, чтобы выбрать или ввести свой возраст напрямую, нажмите «ОК», чтобы перейти к следующему шагу.
2. Настройка веса (30-180): на дисплее отобразится «Введите свой вес (введите свой вес) по умолчанию» 65, нажмите - +, чтобы выбрать или ввести свой вес напрямую, нажмите «ОК», чтобы перейти к следующему шагу.
3. Установка времени (5-99): дисплей отобразит «ВРЕМЯ ВВОДА» по умолчанию «30 минут» нажмите - +, чтобы выбрать или ввести время напрямую, нажмите «ОК», чтобы начать «НАЖМИТЕ СТАРТ».

## Запуск целевой программы

Нажмите кнопку 6, дисплей отобразит «УСТАНОВИТЬ ВРЕМЯ ИЛИ ВВЕСТИ» одновременно, окно времени начнет мигать. Время по умолчанию - 30 минут; интервал установки 5: 00-99.00; отрегулируйте с помощью кнопки - +, 1 мин. каждое нажатие или используйте цифровую клавиатуру для установки времени детализации, нажмите «ОК», на дисплее появится сообщение «НАЖМИТЕ ПУСК ДЛЯ НАЧАЛА», нажмите 3 для запуска.

Нажмите кнопку 6, на дисплее появится надпись «УСТАНОВИТЬ ДИСТАНЦИЮ ИЛИ ВВЕСТИ СЛЕДУЮЩУЮ ЦЕЛЬ». В это же время мигает окно «Расстояние». Заводская настройка 1,0 км, интервал настройки 1-99; настройте с помощью кнопки - +, 1 км каждое нажатие или используйте цифровую клавиатуру для установки расстояния детализации. После нажатия «ОК», на дисплее появится сообщение «НАЖМИТЕ ПУСК ДЛЯ НАЧАЛА», нажмите кнопку 3 для запуска.

Нажмите кнопку 6, дисплей отобразит «УСТАНОВИТЬ КАЛОРИИ ИЛИ ВВЕСТИ ЦЕЛИ» одновременно, окно «Калории» начнет мигать, настройка по умолчанию - 50 ккал; Интервал установки 50-990; настройте с помощью кнопки - +, 10Kcal при каждом нажатии или используйте цифровую клавиатуру для установки подробных калорий, нажмите кнопку «ОК», на дисплее появится сообщение «НАЖМИТЕ ПУСК ДЛЯ НАЧАЛА», нажмите кнопку 3 для запуска.

№.	Название	Детальная информация
①	Кнопка регулировки наклона	Быстро отрегулируйте наклон
②	Кнопка регулировки скорости	Быстро отрегулируйте скорость
③	Старт / Стоп	Когда тренажер остановлен, нажмите эту кнопку, чтобы начать работу; в рабочем состоянии тренажера нажмите кнопку, чтобы остановить двигатель;
④	Медленная остановка	Когда скорость превышает семь километров, скорость изменяется до семи километров с помощью кнопки медленной остановки, а затем один километр в минуту сбрасывается до ее остановки. Когда скорость составляет менее 7 км, нажмите кнопку медленной остановки, и скорость будет снижаться на 1 км в минуту, пока тренажер не остановится.
⑤	Пауза	Данные сохраняются и продолжают работать после перезапуска.

# Инструкция по эксплуатации

## Запуск программы самостоятельного редактирования

Нажмите клавишу 7, дисплей отобразит «ПРОГРАММА ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ». После этого отобразится первая строка дисплея. Первый индикатор мигает, настройте - +, каждое нажатие равно 1 уровню, или используйте цифровую клавиатуру для настройки деталей, нажмите «ОК», чтобы перейти к следующему шагу, когда закончите последний шаг, нажмите «ОК», на дисплее появится сообщение «ВВЕСТИ ВРЕМЯ», нажмите «ОК», на дисплее появится сообщение «НАЖАТЬ». Нажмите клавишу 3, чтобы начать упражнение.

## Инструкции по упражнениям

Результаты медицинских исследований показывают, что определенные упражнения могут способствовать восстановлению сердечно-легочной системы и мышечной ткани. В то же время безопасно и эффективно контролировать интенсивность упражнений до 60-85% от максимальной частоты сердечных сокращений во время фитнес-упражнений. Этот интервал позволяет достичь максимального эффекта для различных потребностей, и он не наносит ущерба, вызванного чрезмерной нагрузкой.

Используйте следующую формулу для расчета максимальной частоты сердечных сокращений и интервалов упражнений (например, 35 лет):

Максимальная частота сердечных сокращений =  $220 - \text{возраст}$  ( $220 - 35 = 185/\text{мин}$ ).

Верхний предел частоты сердечных сокращений в упражнении = максимальная частота сердечных сокращений \* 85% ( $185 * 85\% = 157 \text{ раз/мин}$ ).

Нижний предел частоты сердечных сокращений в упражнении = максимальная частота сердечных сокращений \* 60% ( $185 * 60\% = 111 \text{ раз/мин}$ ). Тогда интервал частоты сердечных сокращений в упражнении составляет 111-157 раз / мин.

# Обслуживание



Чтобы снизить риск поражения электрическим током, всегда отключайте оборудование от источника питания перед чисткой или выполнением любых работ по техническому обслуживанию.

Очистка консоли и экрана

Используйте мягкое мыло и воду, чтобы увлажнить мягкую ткань и протереть все открытые поверхности. **ВНИМАНИЕ!** Не используйте кислотные чистящие средства. Это ослабит краску или порошковое покрытие. Никогда не лейте воду и не распыляйте жидкости на какую-либо часть оборудования.

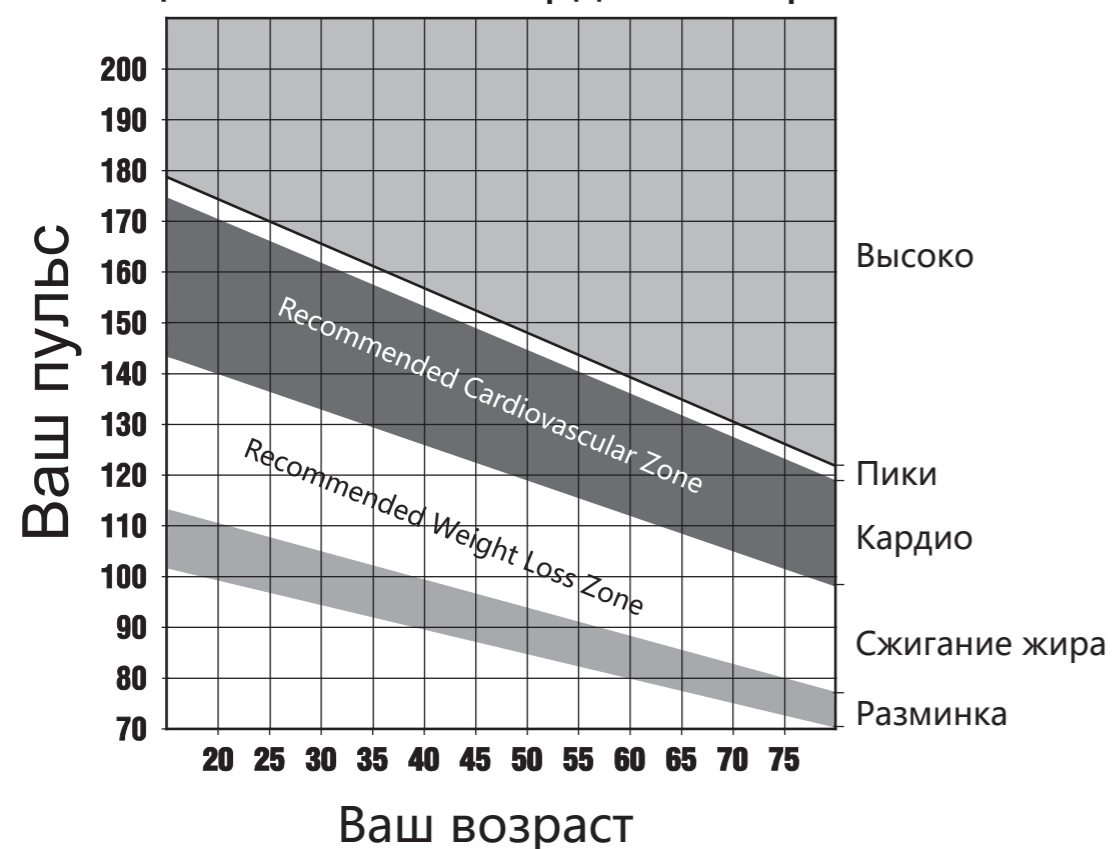
Избегайте любых агрессивных химических веществ на консоли и экране.

Намочите ткань, а затем очистите экран.

Обязательно распыляйте чистящий раствор на мягкую ткань, а не на консоль.

Не используйте твердую ткань для очистки.

Целевые зоны сердечного ритма





## Гарантия

AnyFit гарантирует, что оборудование не будет иметь дефектов в материалах и производстве в течение гарантийного срока, указанного ниже. Гарантийные периоды начинаются с даты выставления счета на первоначальную покупку. Настоящая гарантия распространяется только на дефекты, обнаруженные в течение гарантийного срока, и распространяется только на первоначального покупателя изделия. На детали, отремонтированные или замененные в соответствии с условиями настоящей гарантии, распространяется гарантия только на оставшуюся часть первоначального гарантийного срока. Чтобы предъявить претензию по гарантии, покупатель должен уведомить компанию AnyFit или ее уполномоченного дистрибьютора AnyFit в течение 30 дней после даты обнаружения любого несоответствия и предоставить соответствующий продукт для проверки компанией AnyFit или ее представителем по обслуживанию. Любые его обязательства по данной гарантии ограничены, как указано ниже.

### Гарантийные сроки и покрытие

Структурная рама: 10 ЛЕТ

Беговая лента, беговая платформа, ремень: ТРИ ГОДА

Мотор: ВОСЕМЬ ЛЕТ

Контроллер мотора: ТРИ ГОДА

Тормоз для генератора / EMS / ECV: ДВА ГОДА

ЖК-экран: ДВА ГОДА

Клавиатура: ОДИН ГОД

Механические и электрические детали (в том числе PVS, передатчики): ДВА ГОДА

Элементы высокой износостойкости, в том числе: разъемы для наушников, разъемы USB): 180 ДНЕЙ

Коробки медиа-ресивера: ДВА ГОДА

Батареи, неинтегрированные приемники: ОДИН ГОД

### Условия и ограничения.

1. Данная гарантия не распространяется на повреждения, вызванные модификацией, несчастным случаем, неправильным использованием, ненадлежащим обслуживанием без разрешения AnyFit, включая: руль, обивочные прокладки, наклейки и другие запасные части.
2. Настоящая гарантия не распространяется на серийный ярлык продуктов AnyFit, который был изменен или поврежден.
3. При возврате оборудования в AnyFit пользователь должен правильно упаковать коробку, чтобы избежать повреждений при транспортировке.

## Обслуживание клиентов

Горячая линия обслуживания клиентов AnyFit - это быстрый и эффективный способ связи пользователей и AnyFit.

С помощью горячей линии обслуживания клиентов вы можете узнать всю необходимую информацию об AnyFit.

ANYFIT HEALTH TECH GMBH (international)  
Hanauer Landstr. 287-289,60314 Frankfurt am Main, DE  
P: +49(0)69 90439168  
F: +49(0)69 90439169  
E: account-office@anyfit.de  
W: www.anyfit.de

## Спецификация

Максимальная нагрузка: 397 фунтов (180 кг)

Скорость: 1-24 км / ч

Наклон: 0-15%

Рабочая зона: 580 × 1600 мм

Входное напряжение: AC 220-240 В

Частота: 50 Гц

Тест: Ручной датчик сердцебиения

Использование: коммерческое