



MR-T07

Беговая дорожка



руководство
пользователя



Сборка



Управление



Сервис



FITATHLON

Ссылка на наш канал
на youtube:
youtube.com/@fitathlon



Наведите камеру телефона на QR код, чтобы получить больше информации об оборудовании.

Обращаем ваше внимание, что на вашу модель оборудования может не быть видеопояснений. Мы очень стараемся как можно скорее решить эту задачу.

Уважаемый покупатель!

Поздравляем с удачным приобретением! Вы приобрели современный тренажер, который, как мы надеемся, станет Вашим лучшим помощником. Он сочетает в себе передовые технологии и современный дизайн. Постоянно используя этот тренажер, Вы сможете укрепить сердечно-сосудистую систему и приобрести хорошую физическую форму. Надеемся, что данная модель удовлетворит все Ваши требования.

Прежде чем приступить к эксплуатации тренажера, внимательно изучите настоящее руководство и сохраните его для дальнейшего использования. В случае возникших дополнительных вопросов обратитесь к продавцу или в сервисный центр, который проконсультирует Вас и поможет устранить возникшую проблему.

Обязательно сохраняйте инструкцию по эксплуатации, это поможет Вам по прошествии времени вспомнить о функциях тренажера и правилах его использования. **Если у Вас возникли какие-либо вопросы по эксплуатации данного тренажера, свяжитесь со службой технической поддержки или уполномоченным дилером, у которого Вы приобрели тренажер.**



Внимание!

Перед тем как приступить к тренировкам, настоятельно рекомендуем пройти полное медицинское обследование, особенно если у Вас есть наследственная предрасположенность к повышенному давлению или сердечно-сосудистым заболеваниям. Неправильное или чрезмерно интенсивное выполнение упражнений может повредить Вашему здоровью.

Транспортировка и эксплуатация тренажера

1. Тренажер должен транспортироваться только в заводской упаковке;
2. Заводская упаковка не должна быть повреждена и нарушена;
3. При транспортировке тренажер должен быть надежно защищен от дождя, влаги, атмосферных осадков, механических повреждений.

Хранение тренажера

Тренажер рекомендуется хранить и использовать только в сухих отапливаемых помещениях со следующими значениями:

- Температура: +10-+35С;
- Влажность: 50-75%.

Если Ваш тренажер перевозился или хранился при низкой температуре или в условиях высокой влажности (имеет следы конденсации влаги), необходимо перед эксплуатацией выдержать его в нормальных условиях не менее 4 часов, и только после этого можно приступить к эксплуатации.

Рекомендации по сборке

Перед сборкой тренажера тщательно изучите ее последовательность и выполняйте все рекомендации. Используйте для сборки приложенный или рекомендуемый инструмент. Убедитесь, что в наличии имеются все детали и инструменты и они не имеют повреждений. Не прикладывайте чрезмерных усилий к инструменту при сборке во избежание травм и повреждения элементов конструкции тренажера. Сначала соберите все элементы конструкции, не затягивая до конца гайки и болты, и только убедившись, что конструкция собрана правильно, окончательно затяните их.

Каждый тренажер на заводе проходит проверку качества. Это необходимо, чтобы убедиться в корректной работе всех узлов тренажера.

При этом может потребоваться частичная или полная сборка (зависит от конкретной модели). В связи с этим в местах соединений элементов тренажера могут остаться следы сборки, стыковки деталей и использования технологического крепежа.

Перед тем как начать тренировку

Перед первым занятием проверьте, правильно ли была проведена сборка тренажера. Ознакомьтесь со всеми функциями и настройками тренажера и проводите тренировки в строгом соответствии с инструкцией по эксплуатации. Перед началом тренировки убедитесь, что все защитные элементы надежно установлены и закреплены, проверьте надежность механических и электрических соединений. Установите тренажер на ровную нескользящую поверхность, оставляя с каждой стороны не менее 0,9 м свободного пространства. Для снижения шума и вибраций рекомендуется использовать и подкладывать под тренажер специальные резиновые коврики, также это позволит избежать царапин, сколов и вмятин, если напольное покрытие в Вашем доме выполнено из деликатных материалов (паркетная доска, штучный паркет, натуральный линолеум, пробковое покрытие и т. п.).



Если беговая дорожка не эксплуатировалась более 6 месяцев, то необходимо смазать деку силиконовой смазкой до возобновления тренировок, так как силиконовая смазка со временем высыхает, становится вязкой и теряет смазывающие свойства.

Регулировка бегового полотна

Регулировка бегового полотна предполагает две основные функции – регулировку натяжения и центровку бегового полотна. Беговое полотно регулируется на фабрике производителем, но в связи с транспортировкой и перемещением беговой дорожки, беговое полотно может сдвинуться. Перед началом эксплуатации необходимо проверить регулировку натяжения и центровку бегового полотна, а также в течение первых недель, так как оно после нескольких использований может немного растянуться или сместиться в сторону.

Чтобы правильно отрегулировать беговое полотно, следуйте указаниям, приведенным ниже.

Регулировка натяжения бегового полотна

Если во время занятия на беговой дорожке Вы чувствуете небольшое проскальзывание, то, вероятнее всего, беговое полотно нужно аккуратно подтянуть.

ВНИМАНИЕ: Во время регулировки бегового полотна оно не должно двигаться. Излишнее натяжение полотна приведет к его преждевременному износу, равно как и некоторых других компонентов дорожки. Никогда не натягиваете полотно слишком сильно!

Натяжение бегового полотна является обычной регулировочной операцией. Для устранения проскальзывания следует затянуть оба натяжных болта заднего ролика при помощи торцевого шестигранного ключа соответствующих размеров

- Используйте соответствующий шестигранный ключ для регулировки болтов натяжения бегового полотна;
- Шаг 1- Поверните левый болт ключом по часовой стрелке на $\frac{1}{4}$ оборота, для увеличения натяжения полотна;
- Шаг 2- Повторите такое же действие для правого болта. Необходимо повернуть болт на точно такое же количество оборотов;
- При необходимости повторите процедуру, но никогда не вращайте болты более чем на $\frac{1}{4}$ оборота. Повторяйте шаги 1 и 2 до установления необходимого уровня натяжения и отсутствия проскальзывания;

Для того чтобы уменьшить натяжение бегового полотна, необходимо поворачивать ключ против часовой стрелки согласно шагам, указанным выше.

Центрирование бегового полотна

Время от времени необходимо центрировать беговое полотно в связи с тем, что во время тренировки Вы отталкиваетесь с разным усилием на каждую ногу и полотно может смещаться в разные стороны. Центрирование полотна необходимо для предотвращения быстрого износа полотна и правильного функционирования.

1. **ВНИМАНИЕ:** Для центрирования бегового полотна необходимо запустить беговое полотно со скоростью не более 0.5 мили в час. Соблюдайте технику безопасности, чтобы одежда или волосы не попали на задний вал. Обратите внимание, в какую сторону отклоняется беговое полотно;
2. Если беговое полотно смещено вправо: Запустите беговое полотно со скоростью 0.5 мили в час. При помощи входящего в комплект поставки торцевого гаечного ключа поверните правый задний болт на $\frac{1}{4}$ оборота по часовой стрелке. Проверьте положение полотна. Беговое полотно должно пройти один полный оборот, после этого можно сделать вывод о том, насколько оно отцентрировано. При необходимости повторите процедуру;
3. Если беговое полотно смещено влево: Запустите беговое полотно со скоростью 0.5 мили в час. При помощи входящего в комплект поставки торцевого гаечного ключа поверните правый задний болт на $\frac{1}{4}$ оборота против часовой стрелке. Проверьте положение полотна. Беговое полотно должно пройти один полный оборот, после этого можно сделать вывод о том, насколько оно отцентрировано. При необходимости повторите процедуру;
4. После того, как беговое полотно движется по центру, увеличьте скорость до 6 км/ч, чтобы проверить его положение в движении. При необходимости повторите вышеописанные шаги.

Если попытки центрировать беговое полотно безрезультатны, вероятно, нужно увеличить натяжение бегового полотна.



Выбор места для тренажера

Место, где установлен тренажер, должно быть хорошо освещенным и проветриваемым. Установите тренажер на твердой, ровной поверхности так, чтобы расстояние от стены или других предметов было достаточным.

Рекомендуемое пространство должно быть не менее 70 см по бокам, не менее 30 см перед оборудованием, не менее 110 см позади него.

В случае неисправности или поломки необходимо обеспечить доступ к оборудованию для сервисного инженера.

Свободное пространство сзади тренажера обеспечит Вам комфортный подход к тренажеру и спуск с него.

Если Вы ставите тренажер на ковер, необходимо подложить под него коврик из твердого пластика, чтобы предохранить ковер и оборудование от возможных повреждений. Также это позволит избежать царапин, сколов и вмятин, если напольное покрытие в Вашем доме выполнено из деликатных материалов (паркетная доска, штучный паркет, натуральный линолеум, пробковое покрытие и т. п.)

Не размещайте тренажер в помещениях с высокой влажностью, например, рядом с парной, сауной или закрытым бассейном. Водяные пары или хлор могут отрицательно повлиять на электронные и другие компоненты тренажера.

Рекомендации по уходу и техническому обслуживанию беговых дорожек

ПОРЯДОК ТЕХНИЧЕСКОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ

Организация регулярного технического обслуживания лежит на Пользователе беговой дорожкой. Техническое обслуживание беговой дорожки выполняется как самим пользователем, так и в случае необходимости можно обратиться к специалистам сервисной службы на платной основе.

Поддержание чистоты в месте использования беговой дорожки, чистка и смазка самой дорожки позволяет избежать проблем в эксплуатации и сводит к минимуму



Внимание!

Перед обслуживанием беговой дорожки выключите тренажер тумблером ВКЛ/ВЫКЛ (on/off) и выньте шнур питания из стенной розетки.

необходимость вызова специалистов по ремонту. Изготовитель рекомендует выполнять следующие действия по профилактическому техническому обслуживанию.

ПОСЛЕ КАЖДОЙ ТРЕНИРОВКИ (ЕЖЕДНЕВНО)

Осмотрите беговую дорожку и выполните следующие действия:

- Протрите беговое полотно, боковые накладки, кожух двигателя и консоль влажной тряпкой. Не используйте растворители, они могут повредить тренажер. Используйте мыльный раствор и влажную тряпку;
- Убедитесь, что силовой шнур не попал под тренажер или в другое место, где он может оказаться зажат или оборван;
- Проверьте натяжение и центровку бегового полотна. Убедитесь, что полотно не задевает и не повредит при движении другие части тренажера из-за нарушения центровки.

ЕЖЕНЕДЕЛЬНО

Чистка поверхности под беговой дорожкой:

- Выключите тумблер беговой дорожки, затем отключите ее от сети;
- Сложите тренажер, убедившись в надежности его фиксации в вертикальном положении;
- Переместите тренажер в другое место;
- Подметите или пропылесосьте пол, чтобы удалить пыль или другой мусор, который мог накопиться под беговой дорожкой;
- Поставьте тренажер обратно.

ЕЖЕМЕСЯЧНО – ВАЖНО!

- Выключите тумблер питания беговой дорожки, затем отключите ее от сети;
- Проверьте затяжку всех монтажных болтов тренажера;
- Снимите крышку моторного отсека двигателя. Дождитесь, пока все индикаторы светодиодов на платах погаснут;
- Почистите (пропылесосьте) моторный отсек и сам двигатель, чтобы удалить накопившийся пух и пыль. Невыполнение этой процедуры может привести к выходу из строя электронных блоков управления дорожкой;
- Пропылесосьте места прилегания бегового полотна к боковым накладкам и протрите беговое полотно влажной тряпкой;

Удалите с помощью пылесоса черные или белые частички, которые могут скопиться вокруг тренажера в результате трения полотна о деку. Их появление является результатом нормальной работы беговой дорожки.

Смазка деки силиконовой смазкой

В процессе эксплуатации беговой дорожки, происходит стирание и высыхание смазывающего слоя силиконовой смазки, которая обеспечивает скольжение полотна по деке и возникает необходимость нанесения нового слоя смазки.

Типичные признаки необходимости смазки деки:

- сильный нагрев бегового полотна, запах нагретой резины;
- перегрев электродвигателя, резкий запах пластмассы, горячая крышка моторного отсека;
- отключение электродвигателя во время занятий;
- появление текстовых (например: OIL, LUBE BELT и др.) или цифровых сообщений на дисплее консоли.

Обращаем Ваше внимание, что несвоевременная смазка деки силиконовой смазкой приводит к повышенному трению и нагрузке на электродвигатель, что может привести к поломке электродвигателя и электронных плат управления дорожкой, повреждению и преждевременному износу деки и бегового полотна.

Мы рекомендуем проводить техническое обслуживание по следующему графику:

- При занятиях менее 3 часов в неделю – ежегодно;
- При занятиях 3-5 часов в неделю - каждые шесть месяцев;
- При занятиях более 5 часов в неделю - каждые три месяца.

Технология Self-lubricating

Ваш тренажер оснащен технологией Self-lubricating, при которой беговое полотно не требует постоянной смазки, что уменьшает необходимость в профилактике оборудования. Важной особенностью такого полотна является наличие слоя, содержащего силиконовое масло, воск и полимерные материалы. Это обеспечивает долговечный смазочный эффект, который остается даже при систематическом использовании оборудования и представляет собой передовое решение для домашнего использования.

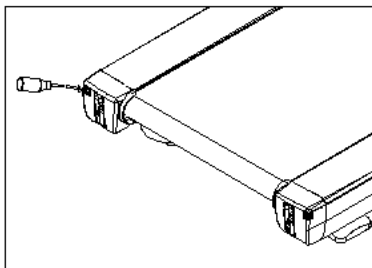
Система автоматического смазывания деки

Также Ваш тренажер оснащен Системой автоматического смазывания деки – это инновационное решение, которое значительно облегчает уход за беговой дорожкой. В процессе работы этой системы необходимо периодически добавлять силикон, который поддерживает оптимальный уровень смазки и уменьшает трение между декой и постоянно вращающимся беговым полотном.

Процедура добавления силикона в систему автоматического смазывания обычно достаточно проста. Пользователю просто нужно открыть крышку или специальное отверстие и залить необходимое количество специальной силиконовой смазки. Это может быть сделано за несколько секунд, и такая процедура облегчает обслуживание беговой дорожки в разы.

Полезность системы автоматического смазывания заключается в том, что она позволяет избежать необходимости частого ручного смазывания деки беговой дорожки. Это экономит время и усилия пользователя, так как не требуется постоянно останавливать и разбирать оборудование для проведения процедуры смазывания. Более того, поддержание оптимального уровня смазки способствует увеличению срока службы беговой дорожки, снижает износ и шум, а также обеспечивает более комфортное и плавное беговое движение.

Процедура смазывания деки:



- Выключите тумблер питания и отключите дорожку от сети;
- Достаньте силиконовое масло, откройте и впрысните масло из бутылочки в соответствующее отверстие, **помеченное стикером с бутылочкой** (у разных дорожек отверстие находится в разных местах);
- подключите дорожку к сети, вставьте ключ безопасности и запустите дорожку на минимальной

скорости и походите по полотну в течении 2 минут для равномерного распределения смазки.

Рекомендуемый расход силиконовой смазки для разового обслуживания:

- Домашние беговые дорожки - 10-15 мл.
- Полупрофессиональные беговые дорожки – 15-20 мл
- Профессиональные беговые дорожки – 20-30 мл

Нанесение слишком большого количества смазки, приводит к проскальзыванию переднего вала и бегового полотна.

Перед нанесением нового слоя смазки, необходимо очистить деку от грязи и остатков старого слоя смазки используя мягкую ткань и средство для очистки.

Некоторые модели тренажёров комплектуются бутылочкой с силиконовой смазкой (30 мл), рассчитанной на 2-3 применения. По вопросу её приобретения обращайтесь к Продавцу.

Все трущиеся и нагружаемые элементы дорожки снабжены специальными герметичными подшипниками, которые не требуют особого ухода и регулярной смазки.

В любом случае, даже при регулярном обслуживании необходимо контролировать и проверять состояние деки и бегового полотна, токовую нагрузку на электродвигатель и принимать решение в зависимости от их технического состояния.

Регулярное техобслуживание не гарантирует нормальную работу комплектующих беговой дорожки (дека, полотно и т.п.), если пользователями нарушаются правила эксплуатации тренажёра.



Рекомендуем посмотреть наши видеоролики по уходу и обслуживанию беговой дорожки: <https://clck.ru/gjptV>

Электробезопасность (для тренажеров с питанием от сети)

Соблюдайте все меры предосторожности, принятые при работе с электрическим оборудованием. Тренажер должен подключаться только к заземленной розетке. Это снижает риск удара током при поломке или сбое в работе. Тренажер снабжен шнуром с жилой для заземления и вилок с ножкой заземления. Вставьте вилку в соответствующую питающую розетку, установленную и заземленную с соблюдением действующих нормативов. Перед каждым использованием осмотрите электрический соединительный шнур на предмет отсутствия его повреждений.

Неправильное подключение может стать причиной удара током. Если у Вас возникли сомнения в правильности заземления, обратитесь к электрику или представителю сервисной службы. Не меняйте вилку тренажера. Если комплектующая вилка не подходит к Вашей розетке, обратитесь к электрику и установите нужную розетку. Не применяйте дополнительные электрические удлинители, переходные адаптеры между электрической сетью и тренажером. Это может нарушить работу системы УЗО и увеличить риск поражения электрическим током, а также явиться обоснованным отказом в гарантийном обслуживании. Не прячьте шнур питания под ковер и не ставьте на него предметы, способные пережать или повредить его. Не допускайте,



Осторожно!

Неправильное подключение заземляющего провода оборудования может привести к поражению электрическим током.

чтобы шнур питания касался нагретых поверхностей. В случае скачка напряжения в некоторых тренажерах предусмотрено автоматическое отключение.

Меры предосторожности

Тренажер должен использоваться только по назначению, то есть для физических тренировок взрослых людей. Любое другое использование тренажера запрещено и может быть опасно. Продавец не несет ответственности за любые травмы или повреждения, вызванные неправильным использованием тренажера.

Тренажер предназначен для использования взрослыми людьми, конструкция и установленные нагрузки рассчитаны на взрослых людей, поэтому эксплуатация несовершеннолетними лицами не допускается. Дети и домашние животные не должны приближаться к работающему тренажеру ближе 3 м.

В целях вашей безопасности рекомендуем соблюдать следующие правила:

- Сборку и эксплуатацию тренажера следует осуществлять на твердой ровной поверхности. Свободное пространство вокруг тренажера должно составлять не менее 1,2 м;
- При регулярной эксплуатации проверяйте затяжку резьбовых соединений каждые 1-2 месяца;
- Не допускайте попадания внутрь тренажера посторонних предметов и жидкостей;
- Никогда не эксплуатируйте тренажер с явными дефектами — открученными элементами крепления, незакрепленными узлами, с нехарактерными посторонними шумами и т. д. Это может привести к травмам или сокращению срока службы тренажера;
- Для осмотра и устранения возникших дефектов обратитесь в авторизованный сервисный центр или к уполномоченному дилеру, у которого вы приобрели тренажер;
- Обслуживание тренажера, за исключением процедур, описанных в данном руководстве, должно производиться только сотрудниками сервисного центра;
- Не допускается какое-либо изменение конструкции или узлов и деталей тренажера — это может привести к серьезным травмам и вреду для здоровья;
- Вес пользователя не должен превышать максимально заявленный;
- Во время занятий используйте соответствующую одежду и обувь. Не надевайте свободную одежду или обувь с кожаной подошвой или каблуками. Если у вас длинные волосы, соберите их в хвост или пучок на затылке;
- Не подставляйте руки под движущиеся части тренажера;
- Не подвергайте себя чрезмерным нагрузкам во время тренировок. Если вы почувствовали боль или недомогание, немедленно прекратите занятия и обратитесь за консультацией к врачу.

Прежде чем использовать электрическую беговую дорожку, изучите кнопки на панели управления: запуск, остановка, изменения скорости и другие. Встаньте на боковые накладки с обеих сторон бегового полотна и возьмитесь за поручни.

Удерживайте невысокую скорость — не более 3 км/ч. Затем встаньте на беговое полотно. После того как привыкнете к скорости, можно попробовать ходьбу или медленный бег, добавив скорость от 3 до 5 км/ч. Пройдите примерно 10 минут на этой скорости, затем остановите дорожку.

Полезные советы

- Перед началом тренировки проконсультируйтесь с врачом или фитнес-тренером, который поможет вам составить подходящий график занятий в соответствии с вашим возрастом и состоянием здоровья. Также он определит скорость движения и интенсивность выполнения упражнений;
- Можно добавить в свой план занятий аэробные упражнения — ходьбу, бег трусцой, плавание, танцы или езду на велосипеде. Постоянно контролируйте пульс. Если у вас нет электронного кардиодатчика, уточните у врача, как измерять пульс вручную на запястье или шее. Определите целевую ЧСС;
- Пейте достаточно воды во время тренировки, так как организм активно теряет влагу и важно восстанавливать водный баланс, чтобы избежать обезвоживания. Не пейте слишком много холодной воды и напитков, их температура должна быть комнатной;
- Немедленно прекратите тренировку, если чувствуете стеснение и боль в груди, учащенное сердцебиение, затрудненное дыхание, головокружение или другой дискомфорт;
- Возвращайтесь к тренировкам только после консультации с врачом. Занимайтесь с комфортной для вас скоростью!

Рекомендуемые параметры скорости в зависимости от физической подготовки:

Интенсивность	Скорость
медленная ходьба	1,0-3,0 км/ч
неспешная ходьба	3,0-4,5 км/ч
нормальная ходьба	4,5-6,0 км/ч
быстрая ходьба	4,5-6,0 км/ч
бег трусцой	7,5-9,0 км/ч
средняя скорость бега	9,0-12,0 км/ч
интенсивный бег	12,0-14,5 м/ч
сверхинтенсивный бег	14,5-16,0 км/ч

Для ходьбы лучше поддерживать скорость ≤ 6 км/ч. Для бега рекомендуемая скорость – $\geq 8,0$ км/ч.

Гарантия

С условиями и сроками гарантии Вы можете ознакомиться на сайте <https://fitathlon.ru/fitathlon-service/guarantee.pdf>

Гарантия наших брендов является твердым обязательством по обеспечению высокого качества оборудования.

Перед покупкой и эксплуатацией рекомендуем ознакомиться с содержанием гарантийного талона, размещенного по указанной выше ссылке.

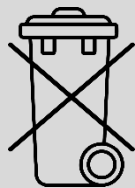
Обратите внимание, что сроки гарантии отличаются для тренажеров с разным уровнем использования: домашним, полупрофессиональным и коммерческим.

Авторизованные сервисные центры представлены по всей России. Наши профессионалы гарантируют качественное обслуживание и ремонт, следуя стандартам бренда.

Сохраняйте стикеры с уникальным серийным номером. Они являются залогом оказания гарантийного ремонта. При наличии стикера гарантийный талон не требуется.

С контактами сервисных центров можно ознакомиться на сайте <https://fitathlon.ru/fitathlon-service/>

Указания по утилизации



Данный тренажер не относится к бытовым отходам. **Пожалуйста, не выбрасывайте оборудование либо элементы питания вместе с бытовыми отходами**, для утилизации использованных элементов питания пользуйтесь действующими в Вашей стране системами возврата и сбора для утилизации.

Надлежащий раздельный сбор разобранных приборов, которые впоследствии отправятся на переработку, утилизацию или экологичное захоронение, способствует предотвращению возможных негативных воздействий на окружающую среду и здоровье человека, а также позволяет повторно использовать материалы, из которых изготовлено устройство. За незаконную утилизацию устройства пользователь может быть привлечен к административной ответственности, предусмотренной действующим законодательством.



Внимание

Тренажер предназначен для домашнего использования.

Инструкции по сборке и эксплуатации



Внимание

Производитель оставляет за собой право вносить изменения в продукт без предварительного уведомления.

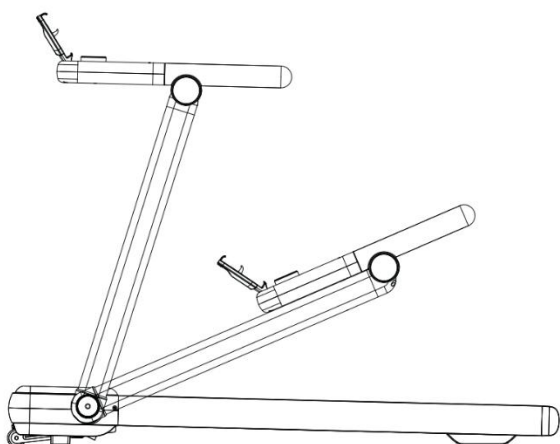


Примечание: Рекомендуется сделать 30-ти минутный технический перерыв после 100 мину работы тренажера.

Поместите все детали на свободное место и снимите упаковки, не выбрасывайте упаковочный материал до завершения сборки.

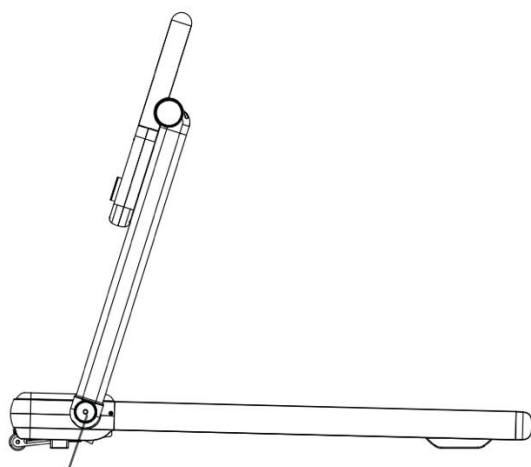
Шаг 1

Поднимите вертикальную стойку так, как показано на картинке.



Шаг 2

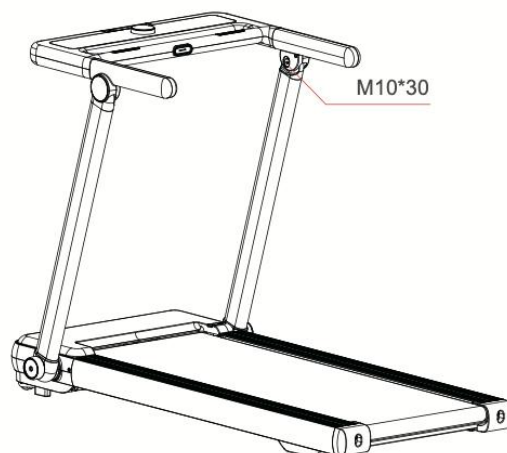
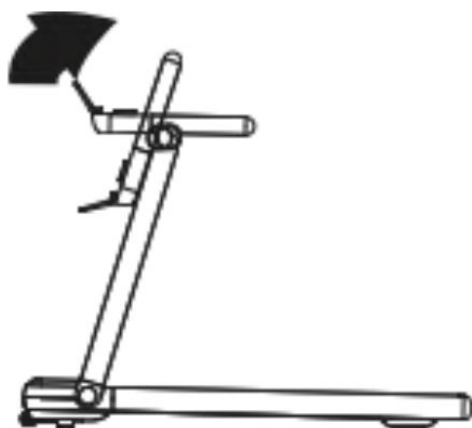
Поверните фиксатор вертикальной стойки слева и справа по часовой стрелке.



Фиксатор вертикальной стойки

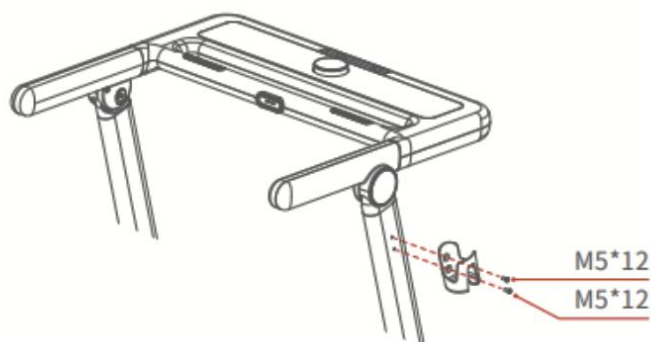
Шаг 3

Поверните поручни в указанном направлении и закрепите параллельно. Используйте шестигранный ключ 6#, чтобы зафиксировать шестигранный винт M10*30 по часовой стрелке. Сделайте то же самое с левой стороны.



Шаг 4

С помощью крестообразной отвертки закрепите два винта M5*12 на правой стойке.



Шаг 5

Установите держатель для телефона или планшета на консоль. Установите ключ безопасности на отмеченное желтым положение на консоли, подключите кабель питания, включите переключатель, и беговая дорожка будет готова к работе.



Работа с консолью



I. Описание дисплея/кнопок:

На LED дисплее отображаются следующие функции:

1. Окно скорости: Отображает скорость в диапазоне 0-14 км/ч; при отображении скорости горит световой индикатор скорости.
2. Окно времени: Отображает время в диапазоне 0:00-99:59; при отображении времени загорается индикатор времени.
3. Окно расстояния: Отображает данные о расстоянии в диапазоне 0,00-99,99км; при отображении расстояния загорается индикатор расстояния.
4. Окно калорий: Отображает данные о калориях в диапазоне 0-9999 ккал; при отображении калорий загорается индикатор калорий.
5. Окно наклона: Отображает уровень наклона в диапазоне 0-20; при отображении наклона загорается индикатор наклона.
6. В режиме ожидания отображается значение наклона, равное 0. При появлении сигнала о частоте сердечных сокращений сначала отображается частота сердечных сокращений, и соответственно загорается индикатор.

II. Функциональная кнопка

Функции: start (старт), stop (стоп), pause (пауза), увеличение и уменьшение скорости

1. **Start (Старт):** Нажмите на кнопку в режиме остановки и паузы, чтобы запустить двигатель.
2. **Pause (Пауза):** Нажмите на кнопку в режиме работы тренажера, чтобы приостановить тренировку.
3. **Stop (Стоп):** Нажмите на кнопку в режиме работы тренажера и удерживайте, тогда тренажер остановится, а тренировка завершится.
4. **Увеличение и уменьшение скорости:** В режиме работы тренажера вращение кнопки влево и вправо увеличивает или уменьшает скорость на 0,1 км/ч.
5. **Выбор режима программы:** В режиме ожидания поверните кнопку. При циклическом повороте вперед отобразится значение программ P01-P12, при обратном повороте отобразится значение P01, и еще при одном обратном повороте все снова вернется в нормальный режим.

Время Программа		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
P01	Скорость	2	3	3	4	5	3	4	5	5	3	4	5	4	4	4	2	3	3	5	3
P01	Наклон	1	1	2	2	2	3	3	3	2	2	1	2	2	1	1	3	3	2	2	2
P02	Скорость	2	4	4	5	6	4	6	6	6	4	5	6	4	4	4	2	2	5	4	2
P02	Наклон	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	4	4	3	2	2
P03	Скорость	2	4	4	6	6	4	7	7	7	4	7	7	4	4	4	2	4	5	3	2
P03	Наклон	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	4	4	4	6	6	3	2	2
P04	Скорость	3	5	5	6	7	7	5	7	7	8	8	5	9	5	5	6	6	4	4	3
P04	Наклон	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	4	4	4	6	6	3	2	2

P05	Скорость	2	4	4	5	6	7	7	5	6	7	8	8	5	4	3	3	6	5	4	2
P05	Наклон	3	3	3	4	4	5	5	5	4	4	4	4	5	5	3	3	3	2	2	2
P06	Скорость	2	4	4	4	5	6	8	8	6	7	8	8	6	4	4	2	5	4	3	2
P06	Наклон	3	5	5	5	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	2
P07	Скорость	2	3	3	3	4	5	3	4	5	3	4	5	3	3	3	6	6	5	3	3
P07	Наклон	4	4	4	4	3	3	6	6	6	7	7	8	8	9	9	6	6	5	4	4
P08	Скорость	2	3	3	6	7	7	4	6	7	4	6	7	4	4	4	2	3	4	4	2
P08	Наклон	4	5	5	5	6	6	6	7	8	9	9	9	10	10	10	12	12	8	6	3
P09	Скорость	2	4	4	7	7	4	7	8	4	8	9	9	4	4	4	5	6	3	3	2
P09	Наклон	5	5	5	6	6	6	4	4	6	6	5	5	8	8	9	9	9	7	4	2
P10	Скорость	2	4	5	6	7	5	4	6	8	8	6	6	5	4	4	2	4	4	3	3
P10	Наклон	5	6	6	6	7	5	8	8	4	4	4	5	5	8	8	10	10	8	6	3
P11	Скорость	2	5	8	10	7	7	10	10	7	7	10	10	5	5	9	9	5	5	4	3
P11	Наклон	4	5	3	2	6	6	2	2	2	2	2	4	5	6	3	2	5	5	2	0
P12	Скорость	3	4	9	9	5	9	5	8	5	9	7	5	5	7	9	9	5	7	6	3
P12	Наклон	1	2	3	2	3	5	5	0	0	2	3	5	7	3	3	5	6	5	3	3

iii. Функция измерения частоты сердечных сокращений

Удерживайте обе ладони на поручнях в течении двух секунд, окно наклона переключится на окно отображения частоты сердечных сокращений, и загорится соответствующий индикатор.

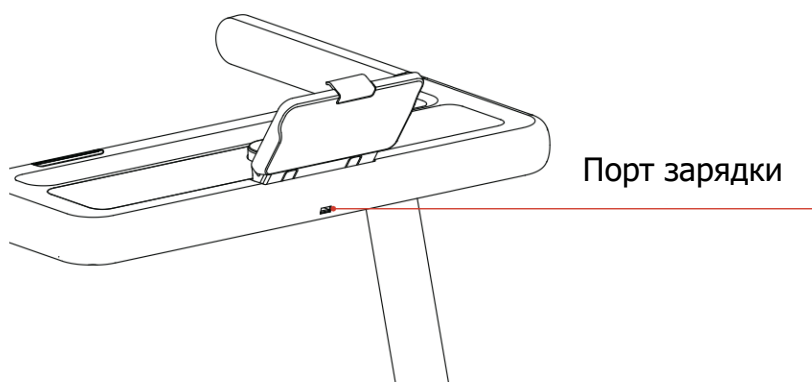
IV. Функциональная кнопка

В режиме работы вращайте функциональную круглую кнопку, чтобы увеличить или уменьшить наклон -  (Наклон +),  (Наклон -); если удерживать кнопку, то наклон будет непрерывно увеличиваться или уменьшаться.

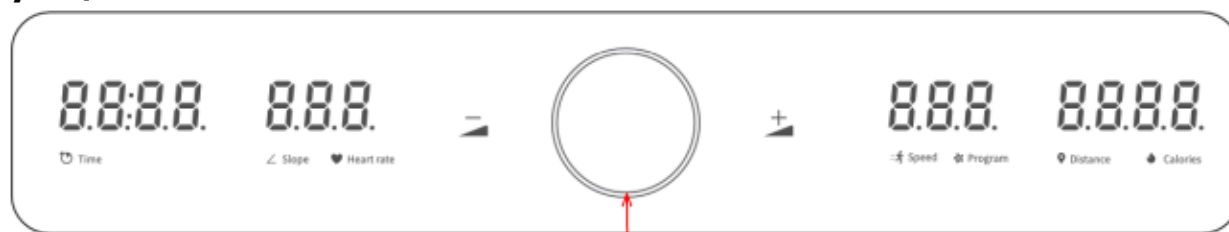
В режиме выбора программы нажмите данную кнопку, чтобы увеличить или уменьшить время выполнения тренировки; если удерживать кнопку, то время будет непрерывно увеличиваться или уменьшаться.

V. Функция зарядки

Можно заряжать устройство через USB.



Функциональная кнопка



Функциональная кнопка

Функции кнопки: Start (Старт) / Pause (Пауза) / Stop (Стоп)

Основные функции:

1. При нажатии данной кнопки в режиме ожидания беговая дорожка начнет работать с минимальной скоростью после 3-секундного обратного отсчета.
2. При нажатии данной кнопки в режиме работы беговая дорожка замедлится до полной остановки. Затем система перейдет в состояние паузы, тогда данные о тренировке не будут удалены. В случае повторного нажатия данной кнопки беговая дорожка начнет работать со скоростью, которая была до паузы, после 3-секундного обратного отсчета.
3. При нажатии данной кнопки и удерживании более 2 секунд в режиме работы или паузы беговая дорожка замедлится до полной остановки, и все данные будут удалены для перехода в режим ожидания.

Регулировка скорости в режиме работы

Вращение кнопки по часовой стрелке означает увеличение скорости, и при достижении максимальной скорости раздается продолжительный звуковой сигнал. Движение против часовой стрелки означает снижение скорости, а при достижении минимальной скорости раздается продолжительный звуковой сигнал.

Звуковой сигнал

Нажатие любой кнопки будет сопровождаться звуковым сигналом-подсказкой. При нажатии кнопки раздается продолжительный звуковой сигнал. Если кнопку не нажимать, звукового сигнала не будет.

Режим ожидания:

Система выключится, все дисплеи погаснут и устройство перейдет в режим ожидания, если более 10 минут тренажер не будет использоваться. Нажмите любую кнопку, чтобы система возобновила работу.

Ключ безопасности:

Каждый раз при отключении ключа безопасности беговая дорожка быстро останавливается и все данные удаляются, а во всех окнах отображается "E07". Все операции и запуск беговой дорожки.

Скачай и используй MERACH

1. Скачайте приложение "MERACH". Отсканируйте QR-код ниже, чтобы загрузить приложение MERACH и получить руководство по подключению к приложению.



MERACH APP Download



Руководство по подключению к приложению



2. Войдите в приложение и нажмите "log in", чтобы войти, если у вас уже есть учетная запись, если у вас нет учетной записи, нажмите "Sign up" ниже.

3. Выберите соответствующее оборудование для тренировки.

Скачай и используй KINOMAP



1. Чтобы загрузить приложение KINOMAP, отсканируйте QR-код или найдите "KINOMAP" по названию в приложении Apple App store или Google Play Store.

2. Откройте приложение KINOMAP. Войдите в систему или зарегистрируйтесь.

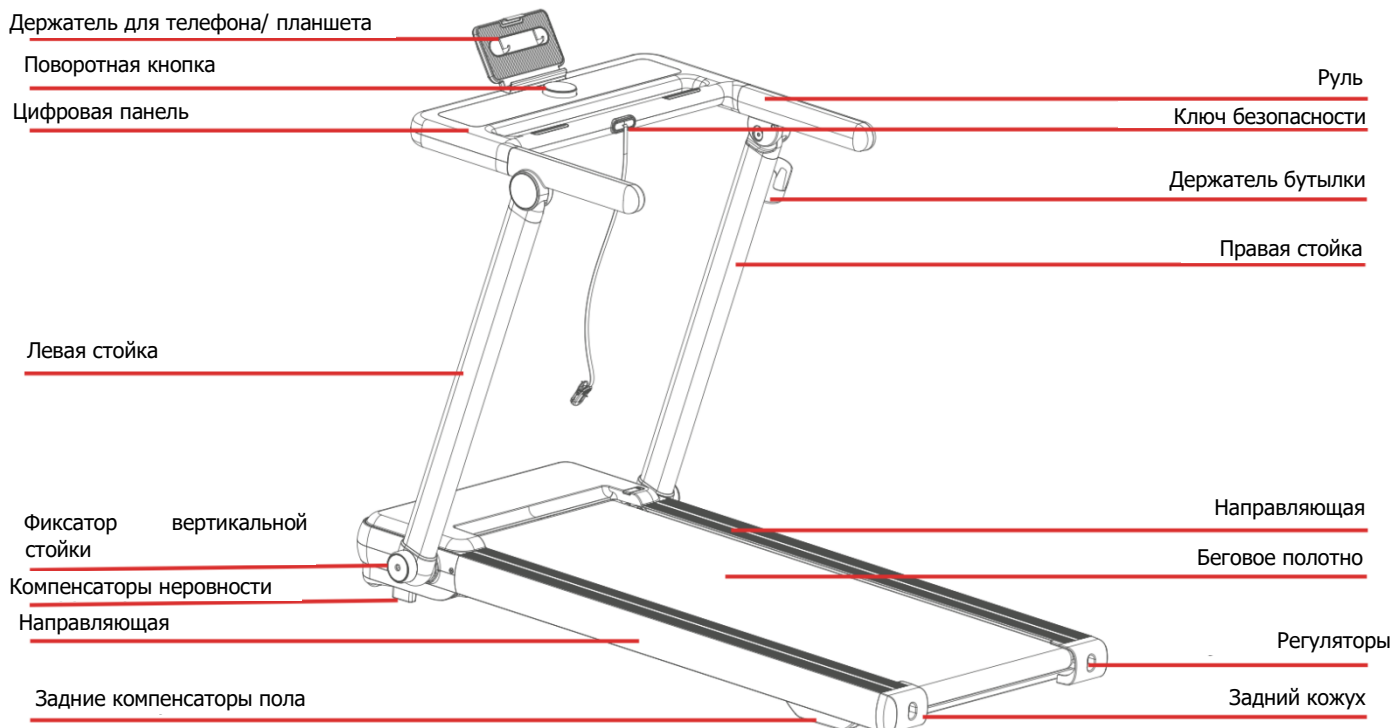
3. Выберите соответствующее оборудование для тренировки.

4. Включите Bluetooth и выберите MERACH.

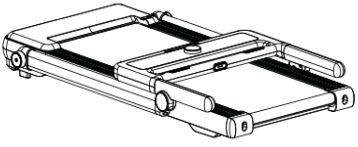
5. Выберите "Treadmill" (Беговая дорожка) и найдите "MERACH-MRT 07-xxxx".

6. Начните тренировку и изучите различные методы тренировки.

Схема тренажера в разобранном виде



Список запчастей

 Основная рама *1	 Держатель для телефона *1
 Универсальный ключ *1	 Кабель питания *1
 Шнур ключа безопасности *1	 Держатель для бутылки*1  Инструкция пользователя *1

Проверьте, все ли детали и запчасти входят в комплект поставки.

Возможные неисправности беговой дорожки и варианты их устранения



Внимание

Информация об ошибках и путях решения предоставлена в ознакомительных целях. Самостоятельный ремонт лишает вас права на бесплатную гарантию.



Внимание

Категорически не рекомендуется запускать беговую дорожку стоя на беговом полотне. Это приведёт к выходу электродвигателя из строя.

Перед запуском дорожки стойте на боковых накладках. Рекомендуем вставать на полотно при его скорости движения 2-3 км/ч.

Код	Проблема	Решение
E01	Неисправность связи (Консоль не может принять сигнал из-за неисправности контроллера)	1. Связь между консолью и контроллером заблокирована; 2. Проверьте, подключена ли линия связи консоли и контроллера.
E02	Ошибка обнаружения сигнала	1. Проверьте, нормально ли подключена линия связи; 2. Неисправен двигатель или нижний регулятор.
E03	Ошибка перегрузки по току	Контроллер неисправен, и его нужно заменить.
E04	Ошибка перенапряжения. Ошибка пониженного напряжения	1. Проверьте внешнее входное напряжение; 2. Контроллер неисправен и его нужно заменить.
E06	Ошибка перегрузки	1. При превышении номинальной нагрузки включается система самозащиты; 2. Двигатель или контроллер повреждены; 3. Система перегружена из-за отсутствия надлежащего технического обслуживания.
E08	Ошибка перегрева при отключении управления	1. Проверьте, не является ли сопротивление ходовой ленты неисправным; 2. Контроллер неисправен, и его нужно заменить.
E09	Ошибка наклона	1. Кабель ослаб или коммуникационный кабель наклона неисправен. 2. Ошибка механизма наклона.
E11	Ошибка обрыва трехпроводной цепи UVW	1. Проверьте, не отключена ли линия двигателя; 2. Внутренние повреждения двигателя; 3. Контроллер неисправен, и его нужно заменить.
E12	Нижний блок управления не получает сигнал об ошибке	Контроллер не получает сигнал, и его необходимо заменить.
E13	Консоль выдает сигнал об ошибке	1. Проверьте, не отключен ли кабель консоль; 2. Неисправен нижний сегмент сигнального кабеля или контроллер.
E14	Неисправность ключа безопасности	1. Проверьте, хорошо ли установлен ключ безопасности; 2. Ключ безопасности неправильно установлен на консоль.

Если вышеуказанные неисправности не удастся устранить после отключения питания, повторного запуска или проверки, то своевременно обратитесь в сервисную службу или к профессиональному специалисту по техническому обслуживанию, чтобы избежать травм или вторичной поломки тренажера.

Технические характеристики

Зарядка смартфона	через USB
Складывание	да
Двигатель	1.25 л.с. DC
Пиковая мощность двигателя, л.с.	2.5 DC
Скорость, км/ч	1-14
Беговое полотно	1.6 мм антискользящее
Длина бегового полотна, см	120
Ширина бегового полотна, см	48
Регулировка угла наклона	электронная
Количество уровней наклона	20
Измерение пульса	да
Тип консоли	LCD панель сенсорная акриловая + LED дисплей круглый функциональный
Показания консоли	время, скорость, дистанция, калории, уровень наклона
Общее количество программ	13
Спецификация программ	ручной режим, 12 предустановленных
Интеграционные технологии	Bluetooth для работы с тренировочным мобильным приложением (Merach™, Kinomap™, Zwift™)
Язык интерфейса	английский
Подставка под планшет/смартфон	да
Транспортировочные ролики	да
Компенсаторы неровностей пола	да
Дополнительные функции	сенсорные датчики на поручнях, возможность подключения кардиодатчика Bluetooth через фитнес-приложения
Дополнительные особенности тренажера	легкое складывание
Максимальный вес пользователя	150
Подключение к сети	220 Вт
Длина в рабочем состоянии, см	152.5
Ширина в рабочем состоянии, см	84.5
Высота в рабочем состоянии, см	120
Длина в сложенном виде, см	152.5
Ширина в сложенном виде, см	88.2
Высота в сложенном виде, см	20
Страна происхождения	КНР
Производитель	Merach Technology (КНР)

Оборудование сертифицировано в соответствии с Техническим Регламентом Таможенного Союза.

*Производитель оставляет за собой право вносить изменения в конструкцию тренажера, не ухудшающие значительно его основные технические характеристики. Все актуальные изменения в конструкции либо технических спецификациях изделия отражены на официальном сайте поставщика оборудования ООО «ФИТАТЛОН»: **www.fitathlon.ru**

Последнюю версию Руководства пользователя можно найти на сайте поставщика ООО «ФИТАТЛОН»: **www.fitathlon.ru**



Внимание

Тренажер предназначен для домашнего использования.

