

# physioline sprint master b

беговая дорожка



## РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ



Сервис



Обзор



VK видео



**SVENSSON**  
BODY LABS



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-+35C;
- 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 ¼ 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 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.***

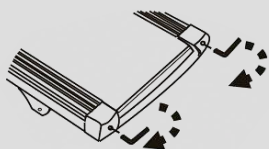
## **Центрирование бегового полотна**

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.

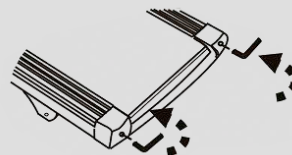
1. **ВНИМАНИЕ:** Для центрирования бегового полотна необходимо запустить беговое полотно со скоростью не более 0.5 мили в час. Соблюдайте технику безопасности, чтобы одежда или волосы не попали на задний вал. Обратите внимание, в какую сторону отклоняется беговое полотно;
2. Если беговое полотно смещено 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 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 1/4 оборота против часовой стрелки. 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 двигается 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.

**Поворот по часовой стрелке  
увеличит** натяжение бегового полотна



**Поворот против часовой стрелки  
уменьшит** 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 необходимость вызова специалистов по ремонту. Изготовитель рекомендует выполнять следующие действия по профилактическому техническому обслуживанию.



#### **Внимание!**

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

### 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.

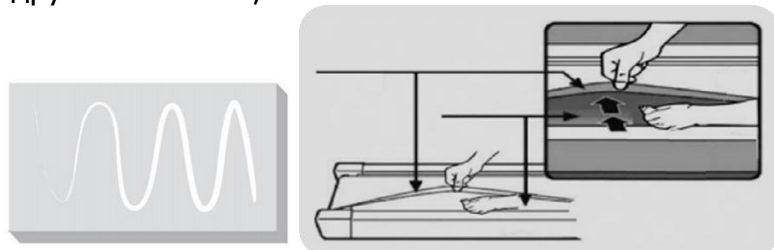
***Обращаем Ваше внимание, что несвоевременная смазка деки силиконовой смазкой приводит к повышенному трению и нагрузке на электродвигатель, что может привести к поломке электродвигателя и электронных плат управления дорожкой, повреждению и преждевременному износу деки и бегового полотна.***

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.

## Процедура смазывания деки:

- выключите тумблер питания и отключите дорожку от сети;
- ослабьте болты крепления заднего вала в задней части деки. *(Рекомендуем наклеить метки с обоих концов рамы, отметив таким образом положение вала);*
- возьмите бутылочку смазочного вещества в правую руку, левой рукой отогните край бегового полотна вверх, а правой нанесите смазывающее вещество на деку зигзагами или линиями, в направлении от начала к концу деки, от одной стороны к другой 10-15 мл;



- затяните болты заднего вала в соответствии с вашими метками (снова натяните полотно до прежнего состояния);
- 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/giptV>

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



### **Осторожно!**

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

## **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 км/ч |
| сверхинтенсивный бег  | 14,5-16,0 км/ч |

**Для ходьбы лучше поддерживать скорость  $\leq 6$  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.

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.

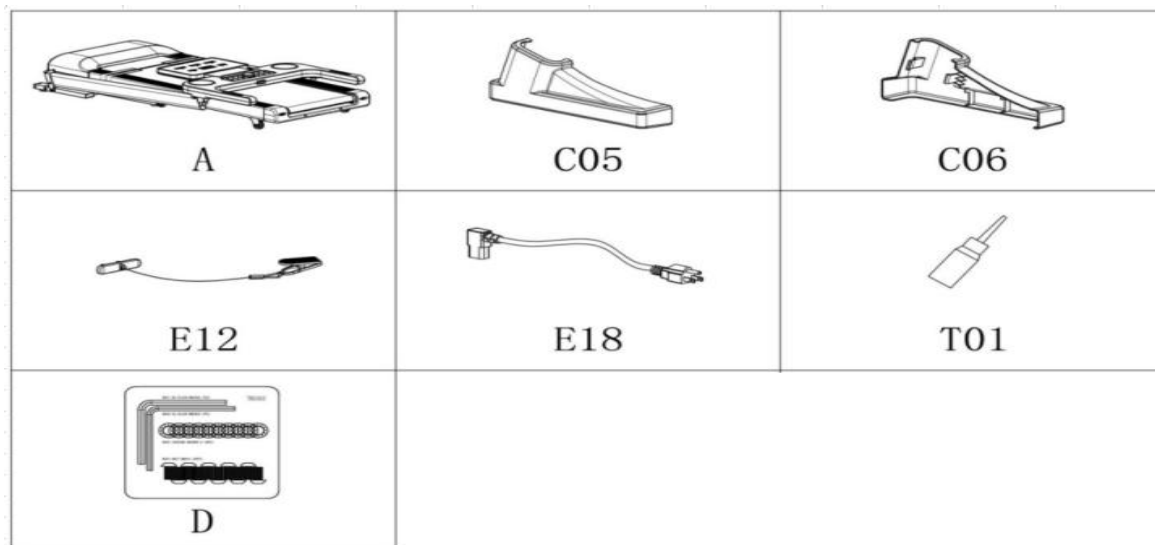


### Внимание

Тренажер предназначен для домашнего использования.

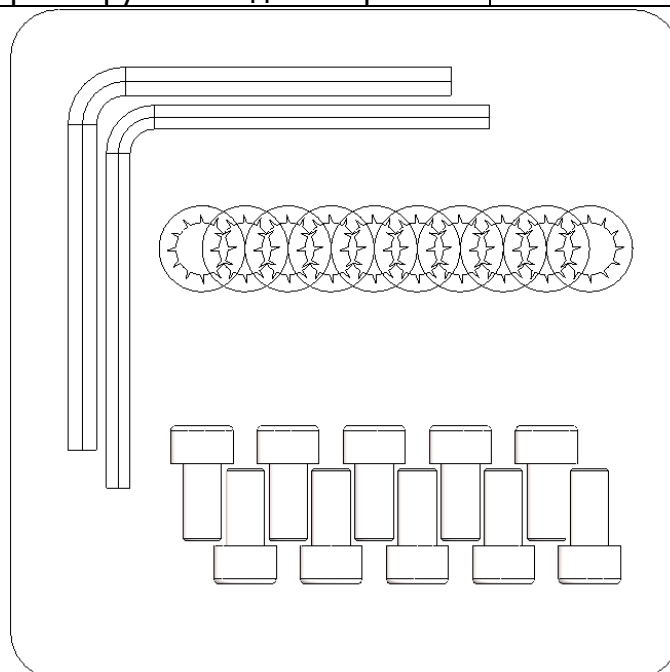
## Проверка комплектности тренажера

Прежде чем приступить к сборке, убедитесь, что все детали входят в комплект поставки.



## Набор инструментов для сборки

| №   | Описание                         | Спецификация | Кол-во |
|-----|----------------------------------|--------------|--------|
| A   | Беговая дорожка                  |              | 1      |
| C05 | Кожух левой вертикальной стойки  |              | 1      |
| C06 | Кожух правой вертикальной стойки |              | 1      |
| E12 | Ключ безопасности                |              | 1      |
| E18 | Кабель питания                   |              | 1      |
| T01 | Силиконовая смазка               |              | 1      |
| D   | Набор инструментов для сборки    |              | 1      |



# Инструкции по сборке и эксплуатации



## Внимание

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

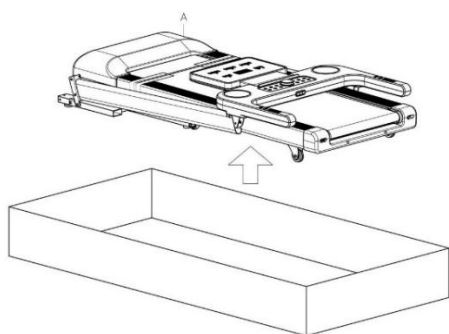


## Внимание

Максимальное время непрерывной работы беговой дорожки составляет 100 мин. После 100 минут дорожка остановится. Вы можете запустить беговую дорожку снова, нажав кнопку Старт.

**Примечание:** Рекомендуется сделать 30-ти минутный технический перерыв в работе тренажера.

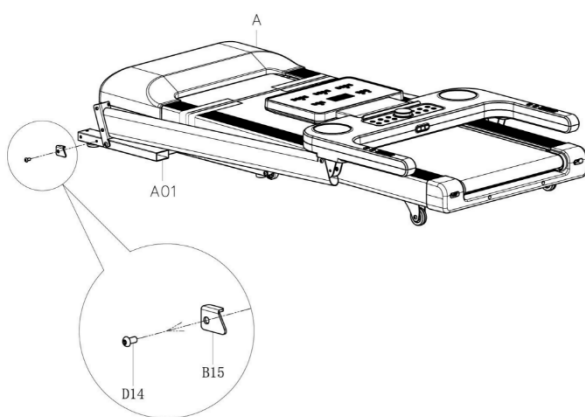
## Шаг 1.



Откройте коробку и извлеките содержимое. Установите основную раму тренажера (№A) на ровную поверхность. Убедитесь, что вокруг тренажера достаточно пространства.

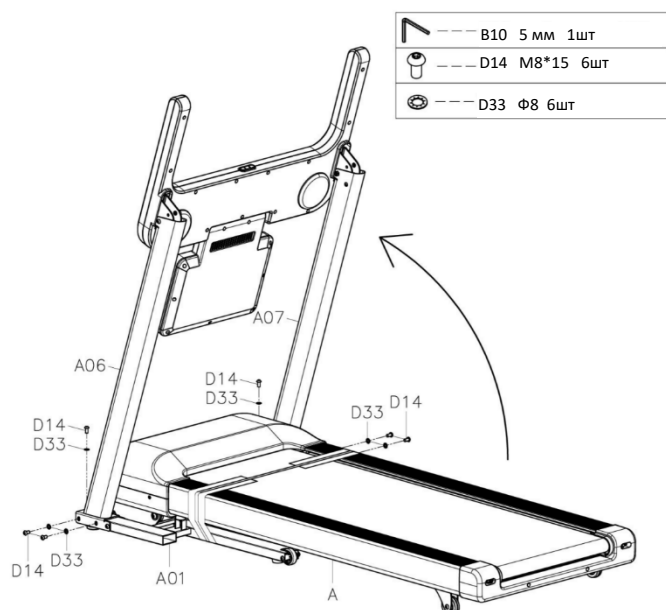
## Шаг 2.

 — B10 5 мм 1шт



Ослабьте болт (№ D14) на основании беговой дорожки (№ A01) с помощью шестигранного ключа (№ B10) и снимите предохранительный блок (№ B15).

### Шаг 3.

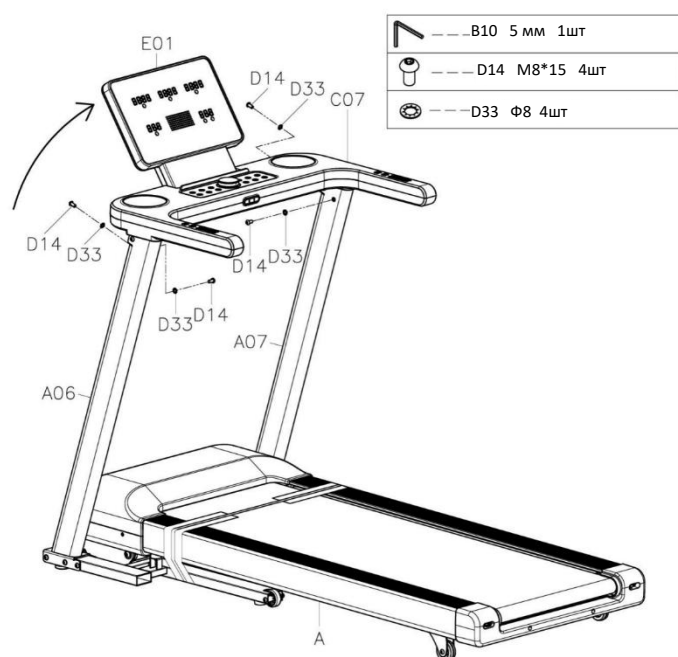


Поднимите левую и правую вертикальные стойки (№ A06 и № A07) вверх (в направлении как на схеме).

Поддерживайте левую и правую вертикальные стойки (№ A06 и № A07) руками, чтобы они не упали.

Затяните левую и правую вертикальные стойки (№ A06 и № A07) на основной раме (№ A01) с помощью 6 болтов (№ D14) и 6 шайб (№ D33). Закрепите с помощью шестигранного ключа (№ B10).

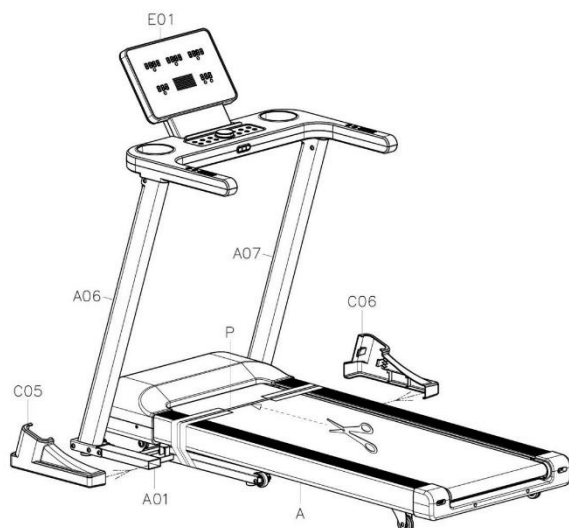
### Шаг 4.



Опустите панель (№ C07) (в направлении как на схеме).

Установите панель (№ C07) на левую и правую вертикальные стойки (№ A06 и № A07) с помощью четырех болтов (№ D14) и четырех шайб (№ D33). Закрепите все детали с помощью шестигранного ключа (№ B10).

### Шаг 5.



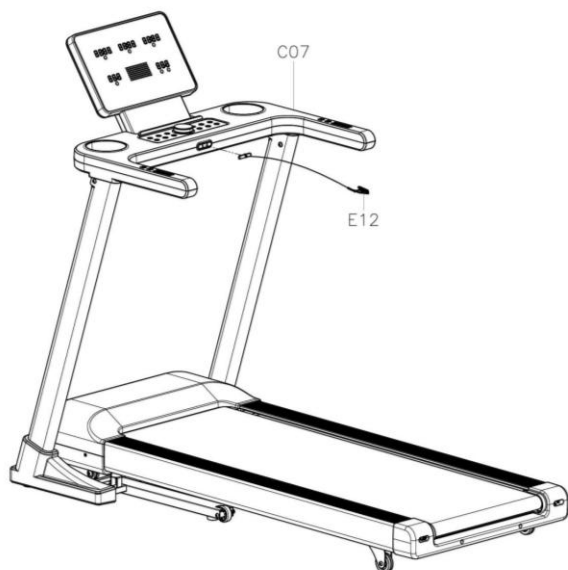
Отрегулируйте консоль (№ E01) под удобным углом.

Прикрепите левый и правый кожухи вертикальных стоек (№ C05 и № C06) к левой и правой вертикальным стойкам (№ A06 и № A07).

Уберите страховочную ленту (№ P).

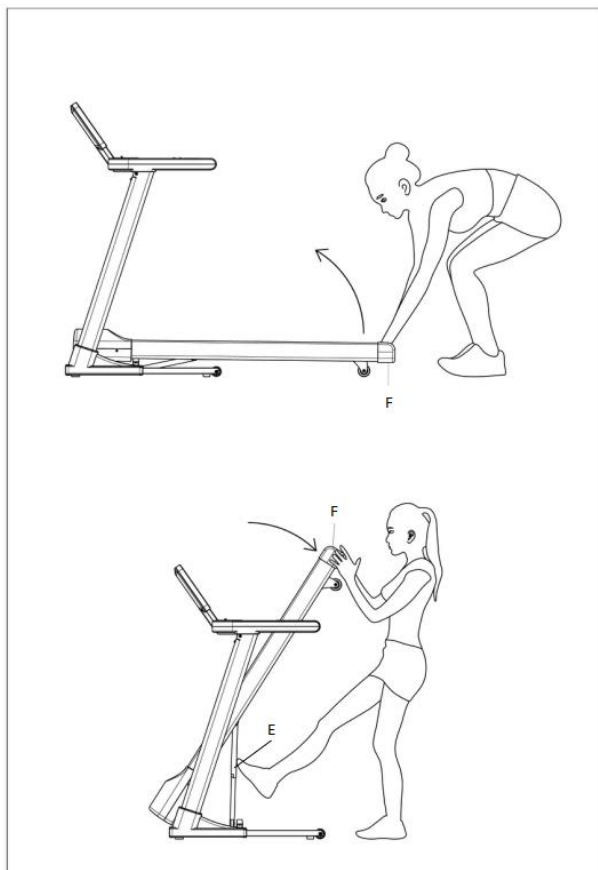
### Шаг 6.

Установите ключ безопасности (№ E12) на приборную панель (№ C07).  
Сборка завершена!



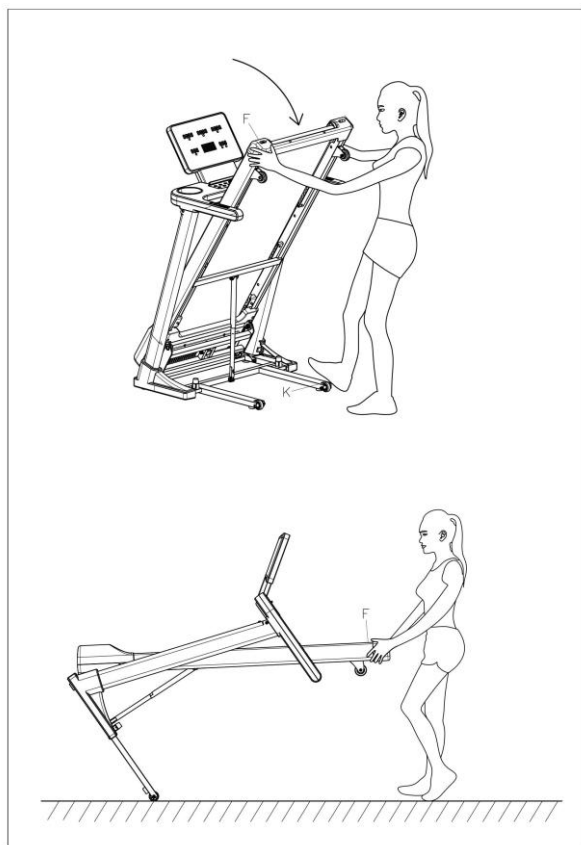
**ВНИМАНИЕ!** Смажьте беговое полотно перед первым использованием.

## Инструкция по складыванию беговой дорожки



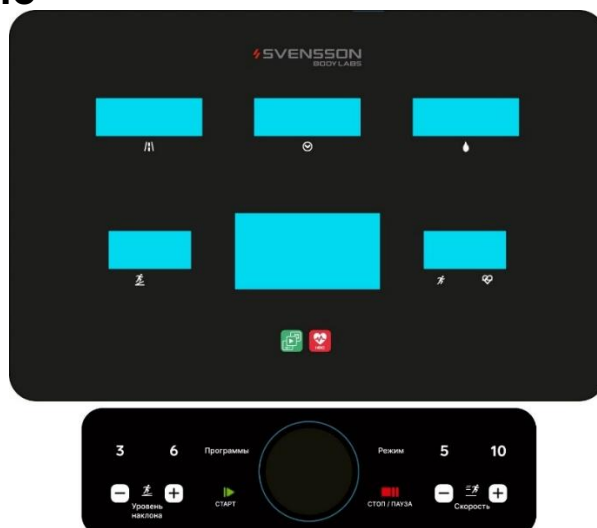
Для того, чтобы сложить тренажер, удерживайте беговую дорожку рукой в положении "F". Поднимите беговую дорожку. Поддерживайте положение "F" одной рукой, затем нажмите ногой на цилиндр из положения "E". Тем временем удерживайте основную раму в положении "F" до тех пор, пока тренажер автоматически не опустится.

## Транспортировка беговой дорожки



Удерживайте беговую дорожку рукой в положении "F". Поднимите беговую дорожку и затем переместите в любое место.

## РАБОТА С КОНСОЛЬЮ



### Быстрый старт:

1. Установите ключ безопасности (№ E12) на приборную панель (№ C07).
2. Нажмите клавишу START (СТАРТ) или переключатель (№ E06), система автоматически отобразит обратный отсчет в 3 секунды. Как только обратный отсчет достигнет нуля, беговая дорожка (№ C24) запустится с начальной скоростью по умолчанию 1,0 км/ч.

Для регулировки скорости и наклона используйте клавиши SPEED (СКОРОСТЬ) +/- или клавиши QUICK SPEED (БЫСТРАЯ СКОРОСТЬ) 5,10 КМ/Ч, клавиши INCLINE (НАКЛОН) +/- или клавиши QUICK INCLINE (БЫСТРЫЙ НАКЛОН) 3, 6 или используйте поворотную кнопку (№ E06).

**Внимание!** Максимальная скорость на данной беговой дорожке составляет 19 км/ч.

### ФУНКЦИИ КОНСОЛИ

**DISTANCE (РАССТОЯНИЕ):** Отображает пройденное расстояние (0,0-99,9). Когда расстояние достигнет 99,9 мили, отсчет сбросится до 0,00 и начнется сначала. В режиме обратного отсчета, отсчет будет вестись в обратном порядке от заданных параметров до 0.00. Когда значение достигнет 0,00, беговая дорожка плавно остановится, и отобразится надпись "End" (ОКОНЧАНИЕ). Через 5 секунд тренажер автоматически вернется к первоначальным настройкам.

**При настройке программ в окне DISTANCE (РАССТОЯНИЕ) будут отображаться P1-P2---P24-U1-U2-U3-FAT.**

**TIME (ВРЕМЯ):** Отображает прошедшее время (0:00-99:59 минут). Если время достигнет 99:59, беговая дорожка плавно остановится, и отобразит надпись "End" (ОКОНЧАНИЕ). Через 5 секунд время автоматически сбросится до 0:00.

В режиме обратного отсчета, отсчет будет вестись от заданного времени до 0:00. Когда значение достигнет 0:00, беговая дорожка плавно остановится, и отобразится надпись "End" (ОКОНЧАНИЕ). Через 5 секунд время автоматически перезагрузится. Максимальное время обратного отсчета составляет 99:00 минут.

**CALORIES (КАЛОРИИ):** Отображает количество сожженных калорий в диапазоне от 0 до 999 ккал. Когда значение достигнет 999 ККАЛ, отсчет сбросится и начнется с 0. В режиме обратного отсчета, отсчет будет вестись от установленного значения до 0. Как только значение достигнет 0, беговая дорожка плавно остановится, и отобразится надпись "End" (ОКОНЧАНИЕ). Через 5 секунд дорожка автоматически вернется к первоначальным настройкам.

**INCLINE (НАКЛОН):** Отображает уровень наклона от 0 до 15.

**MATRIX (МАТРИЦА):** В окне матрицы отобразится пройденный путь длиной 400 метров. Как только будет закончен круг, беговая дорожка подаст звуковой сигнал и покажет количество пройденных кругов. В режиме обратного отсчета в данном окне будут отображаться "T", "D", "C".

**SPEED (СКОРОСТЬ)/ PULSE (ПУЛЬС):** Диапазон скоростей составляет 1,0-19 км/ч. Скорость бега по умолчанию составляет 1,0 км/ч.

Если держать обе руки на датчиках пульса, (расположенных на поручнях), система вычислит сердцебиение, и данные отобразятся в данном окне. Диапазон пульса составляет 50-200 ударов в минуту.

**Внимание!** Данные приведены только для справки и не могут быть использованы в медицинских целях.

| ПРОГРАММЫ                  | Исходное значение | Значение по умолчанию | Установленный диапазон | Диапазон отображения |
|----------------------------|-------------------|-----------------------|------------------------|----------------------|
| TIME (ВРЕМЯ) (мин:сек)     | 0:00              | 10:00                 | 5:00-99:00             | 0:00 – 99:59         |
| INCLINE (НАКЛОН)           | 0                 | 0                     | 0-15                   | 0-15                 |
| SPEED (СКОРОСТЬ) (км/ч)    | 1.0               | 1.0                   | 1.0-19                 | 1.0-19               |
| DISTANCE (РАССТОЯНИЕ) (км) | 0.00              | 1.00                  | 0.50-99.9              | 0.00-99.9            |
| PULSE (уд/мин)             | P                 | N/A                   | N/A                    | 50-200               |
| CALORIE (ккал)             | 0                 | 50                    | 10-999                 | 0 – 999              |

## ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ КЛАВИШИ

**PROGRAM (ПРОГРАММА):** Нажмите клавишу PROGRAM (ПРОГРАММА), чтобы установить желаемый интервал. Программы отображаются в виде P1-P2---P24-U1-U2-U3 и FAT, а различные интервалы отображаются на дисплее беговой дорожки. P1-P24 - предустановленные программы. U1, U2, U3 - пользовательские программы.

**MODE (РЕЖИМ):** В режиме остановки нажмите клавишу MODE (РЕЖИМ), чтобы выбрать режим обратного отсчета.

10:00 МИНУТ установленный обратный отсчет времени.

1.0 КМ установленный обратный отсчет расстояния.

50 ККАЛ установленный обратный отсчет калорий.

При настройке каждого режима обратного отсчета нажмите клавишу SPEED (СКОРОСТЬ) + /- или INCLINE (НАКЛОН) + /-, чтобы увеличить или уменьшить значение по сравнению с заданными параметрами. Нажмите клавишу START (СТАРТ), чтобы запустить беговую дорожку.

**START (СТАРТ):** Чтобы запустить беговую дорожку, установите ключ безопасности (№ E12) на приборную панель (№ C07) и нажмите клавишу START (СТАРТ). Для запуска данной беговой дорожки требуется ключ безопасности (№ E12). Начальная скорость по умолчанию составляет 0,6 миль/час.

**STOP (СТОП) / PAUSE (ПАУЗА):** Во время использования беговой дорожки нажмите клавишу STOP (СТОП) один раз, чтобы приостановить тренировку, тогда текущие данные тренировки по-прежнему будут отображаться. Нажмите клавишу STOP (СТОП) еще раз, чтобы полностью завершить тренировку, тогда все данные будут удалены и сброшены до первоначальных настроек.

**SPEED (СКОРОСТЬ) +/-:** Нажмите клавишу +/-, чтобы увеличить или уменьшить скорость с шагом 0,1 миль/час. При нажатии удерживайте одну из клавиш, чтобы непрерывно увеличивать или уменьшать показатель.

**5, 10 (БЫСТРЫЕ КЛАВИШИ СКОРОСТИ):** В рабочем состоянии нажмите данную клавишу, чтобы установить указанную скорость.

**INCILINE (НАКЛОН) +/-:** Нажмите клавишу +/-, чтобы увеличить или уменьшить наклон с шагом 1. При нажатии удерживайте одну из клавиш, чтобы непрерывно увеличивать или уменьшать показатель.

**3, 6 (БЫСТРЫЕ КЛАВИШИ НАКЛОНА):** В рабочем состоянии нажмите данную клавишу, чтобы установить указанный наклон.

**SWITCH КНОВ (ПОВОРОТНАЯ КНОПКА):** Используйте поворотную кнопку, чтобы выбрать наклон и скорость, после выбора поверните кнопку, чтобы настроить параметры наклона или скорости, увеличивая по часовой стрелке и уменьшая против часовой стрелки.

### **ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ КЛАВИШИ**

**SPEED (СКОРОСТЬ) +/-:** Нажмите клавишу +/-, чтобы увеличить или уменьшить скорость с шагом 0,1 миль/час. При нажатии удерживайте одну из клавиш, чтобы непрерывно увеличивать или уменьшать показатель.

**INCILINE (НАКЛОН) +/-:** Нажмите клавишу +/-, чтобы увеличить или уменьшить наклон с шагом 1. При нажатии удерживайте одну из клавиш, чтобы непрерывно увеличивать или уменьшать показатель.

### **СМАЗКА ДЕКИ И ПОЛОТНА**

Беговая дорожка нуждается в смазке каждые 300 км. Система будет издавать звуковой сигнал каждые 10 секунд и отображать значок "OIL" (МАСЛО) на дисплее. Ознакомьтесь с инструкцией по смазке беговой дорожки, чтобы узнать, как правильно смазывать беговую дорожку. Нанесите смазку на середину беговой деки (№ E23) с обеих сторон. После нанесения нажмите и удерживайте клавишу STOP (СТОП) в течение 3 секунд, чтобы убрать напоминание "OIL" (МАСЛО).

### **ИНТЕРВАЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ (P1-P24):**

Нажмите клавишу PROGRAM (ПРОГРАММА), чтобы выбрать настройку интервала. Программы отображаются как P1-P24. После выбора нужной программы на консоли отобразится обратный отсчет, начинающийся с 10:00 МИНУТ, нажмите клавиши INCLINE (НАКЛОН) +/- UP (ВВЕРХ) / DOWN (ВНИЗ) или клавишу SPEED (СКОРОСТЬ) +/- UP(ВВЕРХ) / DOWN (ВНИЗ), чтобы увеличить или уменьшить время выполнения тренировки. Нажмите START (СТАРТ), чтобы начать интервальную программу. Интервальная программа разделена на 10 разделов. Время каждого раздела равно установленному времени, разделенному на 10. Когда скорость войдет в следующий интервал, беговая дорожка подаст звуковой сигнал, и скорость будет изменена в соответствии с установленным интервалом. Нажмите клавишу INCLINE (НАКЛОН) +/- UP (ВВЕРХ) / DOWN (ВНИЗ) или клавишу SPEED (СКОРОСТЬ) +/- UP (ВВЕРХ) / DOWN (ВНИЗ), чтобы изменить наклон и скорость. После завершения одной программы система подаст звуковой сигнал и отобразит надпись "End" (ОКОНЧАНИЕ). Беговая дорожка постепенно остановится, а затем автоматически вернется к первоначальным настройкам через 5 секунд.

| ВРЕМЯ<br>ПРОГРАМ. |                 | ВРЕМЕННОЙ ИНТЕРВАЛ = установленное время/10 |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|-------------------|-----------------|---------------------------------------------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
|                   |                 | 1                                           | 2  | 3  | 4  | 5  | 6  | 7  | 8  | 9  | 10 |
| P1                | SPEED(СКОРОСТЬ) | 2                                           | 4  | 3  | 4  | 3  | 5  | 4  | 2  | 5  | 3  |
|                   | INCLINE(НАКЛОН) | 1                                           | 2  | 3  | 3  | 1  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  |
| P2                | SPEED(СКОРОСТЬ) | 2                                           | 6  | 7  | 8  | 3  | 6  | 8  | 7  | 5  | 2  |
|                   | INCLINE(НАКЛОН) | 1                                           | 2  | 3  | 3  | 2  | 2  | 3  | 4  | 2  | 2  |
| P3                | SPEED(СКОРОСТЬ) | 3                                           | 8  | 3  | 8  | 5  | 9  | 5  | 9  | 12 | 6  |
|                   | INCLINE(НАКЛОН) | 1                                           | 3  | 5  | 7  | 9  | 10 | 8  | 6  | 5  | 2  |
| P4                | SPEED(СКОРОСТЬ) | 8                                           | 10 | 11 | 12 | 12 | 11 | 10 | 10 | 9  | 8  |
|                   | INCLINE(НАКЛОН) | 1                                           | 2  | 2  | 3  | 1  | 2  | 2  | 2  | 2  | 1  |
| P5                | SPEED(СКОРОСТЬ) | 6                                           | 10 | 12 | 9  | 11 | 8  | 12 | 7  | 9  | 3  |
|                   | INCLINE(НАКЛОН) | 1                                           | 2  | 4  | 3  | 2  | 2  | 4  | 5  | 2  | 1  |
| P6                | SPEED(СКОРОСТЬ) | 2                                           | 8  | 6  | 10 | 10 | 9  | 11 | 8  | 5  | 3  |
|                   | INCLINE(НАКЛОН) | 2                                           | 2  | 3  | 2  | 3  | 4  | 5  | 6  | 5  | 3  |
| P7                | SPEED(СКОРОСТЬ) | 2                                           | 6  | 7  | 9  | 7  | 9  | 6  | 5  | 4  | 2  |
|                   | INCLINE(НАКЛОН) | 4                                           | 5  | 6  | 6  | 9  | 9  | 10 | 12 | 6  | 3  |
| P8                | SPEED(СКОРОСТЬ) | 2                                           | 4  | 6  | 8  | 7  | 8  | 9  | 6  | 4  | 2  |
|                   | INCLINE(НАКЛОН) | 3                                           | 5  | 4  | 4  | 3  | 4  | 4  | 3  | 3  | 2  |
| P9                | SPEED(СКОРОСТЬ) | 2                                           | 4  | 5  | 7  | 6  | 5  | 8  | 6  | 3  | 2  |
|                   | INCLINE(НАКЛОН) | 3                                           | 5  | 3  | 4  | 2  | 3  | 4  | 2  | 3  | 2  |
| P10               | SPEED(СКОРОСТЬ) | 2                                           | 3  | 5  | 3  | 3  | 5  | 3  | 6  | 3  | 3  |
|                   | INCLINE(НАКЛОН) | 4                                           | 4  | 3  | 6  | 7  | 8  | 8  | 6  | 3  | 3  |
| P11               | SPEED(СКОРОСТЬ) | 2                                           | 5  | 8  | 10 | 6  | 9  | 5  | 3  | 2  | 2  |
|                   | INCLINE(НАКЛОН) | 1                                           | 3  | 5  | 8  | 10 | 7  | 6  | 3  | 2  | 3  |
| P12               | SPEED(СКОРОСТЬ) | 2                                           | 5  | 5  | 4  | 4  | 6  | 4  | 2  | 3  | 4  |
|                   | INCLINE(НАКЛОН) | 3                                           | 5  | 6  | 7  | 12 | 9  | 11 | 11 | 6  | 3  |
| P13               | SPEED(СКОРОСТЬ) | 2                                           | 7  | 4  | 7  | 8  | 9  | 4  | 5  | 3  | 2  |
|                   | INCLINE(НАКЛОН) | 5                                           | 6  | 6  | 4  | 6  | 5  | 8  | 9  | 4  | 2  |
| P14               | SPEED(СКОРОСТЬ) | 2                                           | 6  | 5  | 4  | 8  | 6  | 5  | 2  | 3  | 3  |
|                   | INCLINE(НАКЛОН) | 5                                           | 6  | 5  | 8  | 4  | 5  | 5  | 10 | 6  | 3  |
| P15               | SPEED(СКОРОСТЬ) | 2                                           | 6  | 5  | 4  | 8  | 7  | 5  | 3  | 3  | 2  |
|                   | INCLINE(НАКЛОН) | 3                                           | 4  | 5  | 6  | 3  | 5  | 5  | 6  | 4  | 3  |
| P16               | SPEED(СКОРОСТЬ) | 2                                           | 5  | 7  | 5  | 8  | 6  | 5  | 2  | 4  | 2  |
|                   | INCLINE(НАКЛОН) | 1                                           | 5  | 6  | 8  | 12 | 9  | 10 | 9  | 5  | 3  |
| P17               | SPEED(СКОРОСТЬ) | 2                                           | 5  | 6  | 7  | 8  | 9  | 8  | 5  | 3  | 4  |
|                   | INCLINE(НАКЛОН) | 3                                           | 5  | 6  | 8  | 6  | 5  | 8  | 7  | 5  | 3  |
| P18               | SPEED(СКОРОСТЬ) | 2                                           | 3  | 5  | 6  | 8  | 6  | 9  | 6  | 5  | 2  |
|                   | INCLINE(НАКЛОН) | 5                                           | 7  | 5  | 8  | 6  | 5  | 9  | 10 | 6  | 2  |
| P19               | SPEED(СКОРОСТЬ) | 3                                           | 7  | 6  | 5  | 9  | 7  | 6  | 3  | 5  | 2  |
|                   | INCLINE(НАКЛОН) | 3                                           | 5  | 6  | 8  | 5  | 6  | 5  | 12 | 8  | 3  |
| P20               | SPEED(СКОРОСТЬ) | 3                                           | 7  | 9  | 10 | 11 | 12 | 10 | 8  | 5  | 2  |
|                   | INCLINE(НАКЛОН) | 2                                           | 5  | 6  | 7  | 6  | 5  | 8  | 6  | 3  | 2  |
| P21               | SPEED(СКОРОСТЬ) | 3                                           | 6  | 8  | 7  | 9  | 10 | 5  | 8  | 3  | 2  |
|                   | INCLINE(НАКЛОН) | 3                                           | 6  | 8  | 9  | 9  | 6  | 8  | 10 | 6  | 3  |
| P22               | SPEED(СКОРОСТЬ) | 3                                           | 5  | 8  | 6  | 9  | 10 | 8  | 12 | 6  | 3  |
|                   | INCLINE(НАКЛОН) | 2                                           | 6  | 8  | 10 | 12 | 10 | 12 | 8  | 5  | 2  |
| P23               | SPEED(СКОРОСТЬ) | 3                                           | 5  | 9  | 11 | 12 | 8  | 6  | 5  | 3  | 2  |
|                   | INCLINE(НАКЛОН) | 2                                           | 6  | 8  | 10 | 9  | 7  | 8  | 10 | 6  | 3  |
| P24               | SPEED(СКОРОСТЬ) | 3                                           | 8  | 10 | 11 | 12 | 10 | 10 | 8  | 5  | 3  |
|                   | INCLINE(НАКЛОН) | 3                                           | 6  | 8  | 9  | 10 | 12 | 9  | 6  | 3  | 2  |

## Пользовательская программа

Помимо 24 внутренних предустановленных программ, есть 3 пользовательские программы: U1, U2, U3.

### 1. Настройка пользовательской программы:

Нажмите и удерживайте клавишу "PROG" (ПРОГРАММА) до появления значка U1, U2, U3, и окна "TIME" (ВРЕМЯ) с показателем 10:00, нажмите "SPEED +" (СКОРОСТЬ +), "SPEED -" (СКОРОСТЬ -), чтобы установить время выполнения; нажмите клавишу "MODE" (РЕЖИМ), чтобы задать данные программы, установите начальное время интервала, нажмите "SPEED+" (СКОРОСТЬ+), "SPEED-" (СКОРОСТЬ-) или нажмите быструю клавишу скорости, чтобы установить скорость; затем нажмите клавишу "MODE" (РЕЖИМ), чтобы завершить первый интервал времени и перейти ко второму интервалу, пока не закончатся все 10 интервалов времени. Данные будут сохранены до следующей настройки и не будут потеряны при выключении питания.

### 2. Начало пользовательской программы

Когда тренажер находится в режиме ожидания, нажмите и удерживайте клавишу "PROG" (ПРОГРАММА) до появления значков U1, U2, U3, установите время работы, затем нажмите "START" (СТАРТ), чтобы запустить беговую дорожку.

### 3. Использование пользовательской программы

Каждая программа будет разделена на 10 временных интервалов, установите скорость в каждом временном интервале, затем нажмите "START" (СТАРТ), чтобы запустить беговую дорожку.

## ИНДЕКС МАССЫ ТЕЛА

Нажмите и удерживайте клавишу PROGRAM (ПРОГРАММА) до тех пор, пока на дисплее не отобразится FAT (жироанализатор) для доступа к индексу массы тела. Нажмите MODE (РЕЖИМ), чтобы ввести F1, F2, F3, F4, F-5.

F-1 SEX (ПОЛ), F-2 AGE (ВОЗРАСТ), F-3 HEIGHT (РОСТ), F-4 WEIGHT (ВЕС), F-5 BMI (Индекс массы тела)

Нажмите клавишу SPEED (СКОРОСТЬ) +/- , чтобы установить F1-F4 (см. таблицу ниже). После настройки F1-F4, нажмите MODE (РЕЖИМ). Откроются настройки для F-5 (индекс массы тела). Для того, чтобы установить F5, возьмитесь обеими руками за датчики пульса, расположенные на панели, и удерживайте руки в течение 3 секунд. На дисплее отобразится ваш индекс массы тела. Индекс массы тела используется для проверки соотношения процента между ростом и весом пользователя. Данные только для справки, не подходят для медицинского применения. Индекс массы тела подходит как для мужчин, так и для женщин.

**Внимание:** Общий показатель индекса массы тела составляет 20-25%

Недостаточный вес   Ниже 19.0

Нормальный         19.0 – 25.0

Избыточный вес     26.0 – 29.0

Ожирение            30.0 – и выше

**ТАБЛИЦА ИНДЕКСА МАССЫ ТЕЛА (ИМТ):**

|     |         |                 |                   |
|-----|---------|-----------------|-------------------|
| F-1 | Пол     | 01 Мужской      | 02 Женский        |
| F-2 | Возраст | 10---99         |                   |
| F-3 | Рост    | 40---80 дюймов  |                   |
| F-4 | Вес     | 44---330 фунтов |                   |
| F-5 | ИМТ     | ≤19             | Недостаточный вес |
|     | ИМТ     | =(20---25)      | Нормальный вес    |
|     | ИМТ     | =(26---29)      | Избыточный вес    |
|     | ИМТ     | ≥30             | Ожирение          |

**ФУНКЦИИ БЕГОВОЙ ДОРОЖКИ****Ключ безопасности**

Если ключ безопасности убрать, то беговая дорожка немедленно остановится. Как только беговая дорожка полностью остановится, на дисплее консоли отобразится "- -", а динамик подаст 3 звуковых сигнала. Чтобы снова запустить беговую дорожку, установите ключ безопасности (№ E12) на панель (№ C07) и нажмите клавишу START (СТАРТ).

**РЕЖИМ ЭНЕРГОСБЕРЕЖЕНИЯ**

Когда беговая дорожка будет неактивна в течение 10 минут, система перейдет в режим энергосбережения. Пока беговая дорожка находится в данном режиме, дисплей будет выключен. Чтобы снова включить компьютер, нажмите любую кнопку.

**ВКЛЮЧЕНИЕ**

Нажмите на переключатель питания, чтобы включить беговую дорожку.

**ВЫКЛЮЧЕНИЕ**

Нажмите на переключатель питания, чтобы в любой момент выключить беговую дорожку. В том числе и во время тренировки.

**ПРИМЕЧАНИЕ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ**

Рекомендуется поддерживать низкую скорость в начале тренировки и держаться за панель (№ C07) до тех пор, пока вы не привыкнете к беговой дорожке.

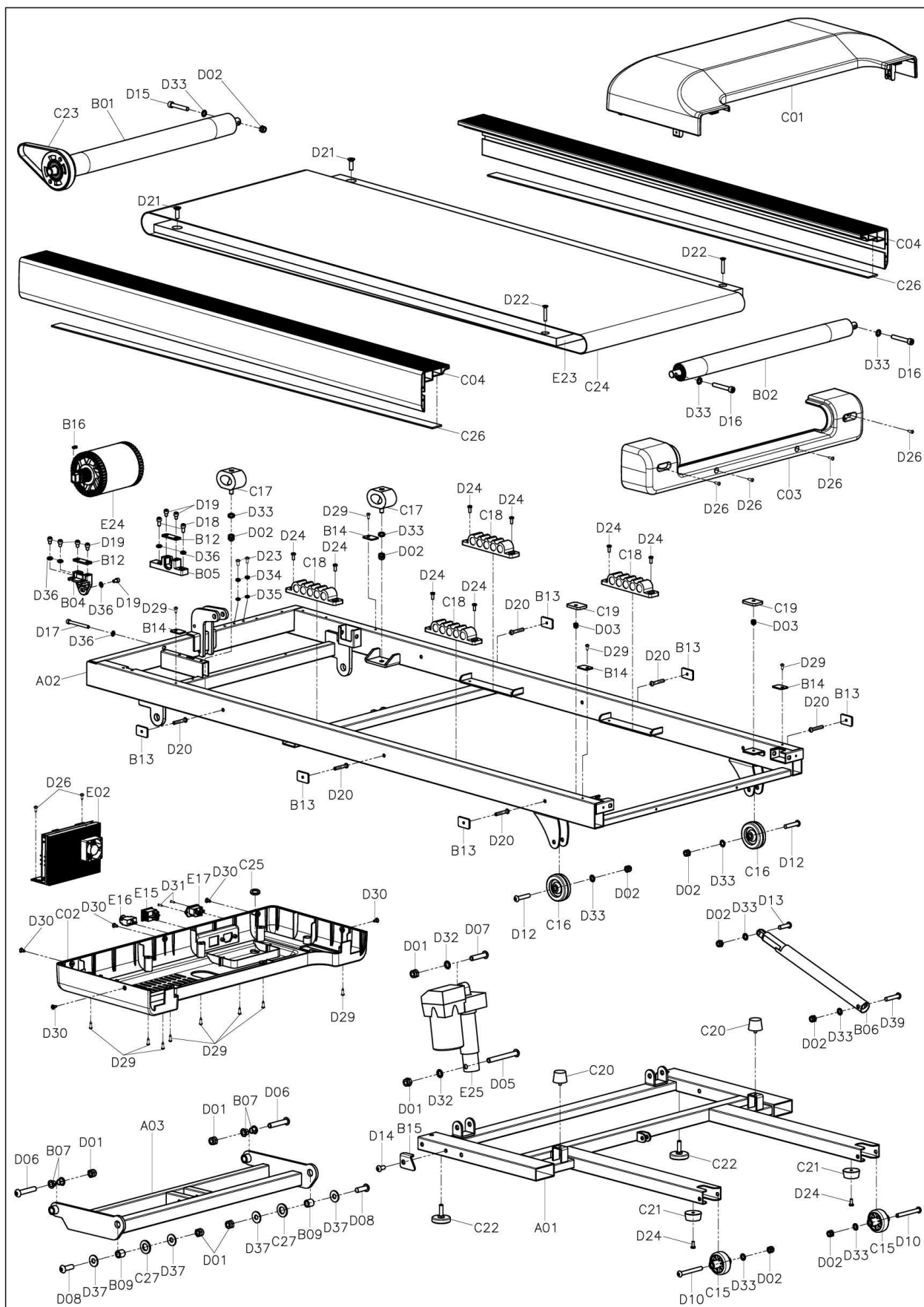
Установите ключ безопасности (№ E12) на панели (№ C07) и закрепите зажим ключа безопасности на одежде перед началом тренировки. Чтобы завершить тренировку, нажмите клавишу "STOP" (СТОП) или извлеките ключ безопасности (№ E12), беговая дорожка немедленно остановится.

**Внимание**

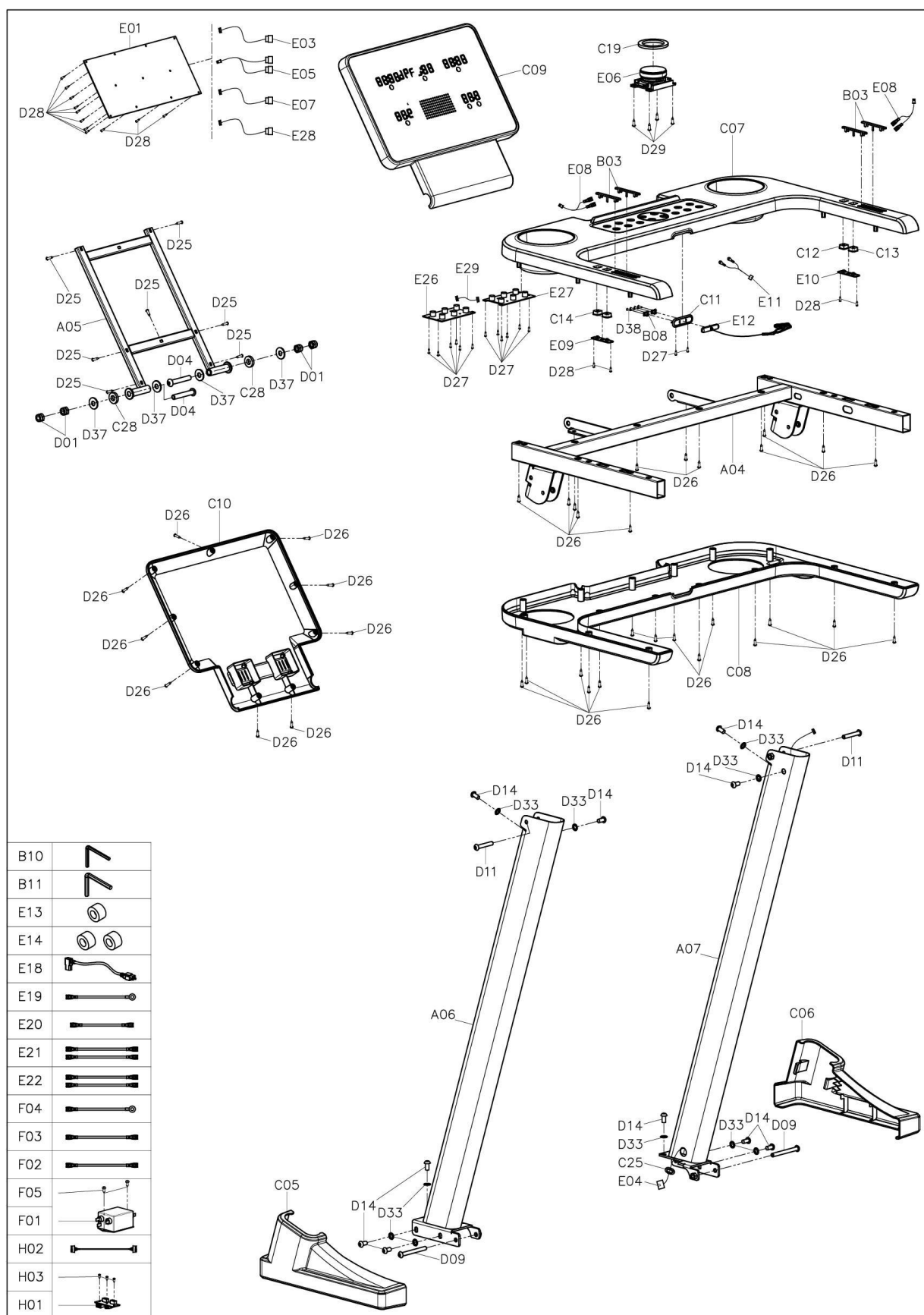
Категорически не рекомендуется запускать беговую дорожку стоя на беговом полотне. Это приведёт к выходу электродвигателя из строя.

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

## Схема тренажера в разобранном виде 1



## Схема тренажера в разобранном виде 2



## Список комплектующих частей

| №   | Описание                                 | Спец-ция | Кол-во | №   | Описание                   | Спец-ция   | Кол-во |
|-----|------------------------------------------|----------|--------|-----|----------------------------|------------|--------|
| A01 | Основная рама                            |          | 1      | C22 | Регулируемая опора для ног |            | 2      |
| A02 | Основание                                |          | 1      | C23 | Приводной ремень           |            | 1      |
| A03 | Наклонная рама                           |          | 1      | C24 | Беговая лента              |            | 1      |
| A04 | Кронштейн основания консоли              |          | 1      | C25 | Кабель                     |            | 2      |
| A05 | Фиксированный кронштейн панели           |          | 1      | C26 | Круглая накладка           |            | 2      |
| A06 | Левая вертикальная стойка                |          | 1      | C27 | Пластиковая прокладка      | Ф30*3      | 2      |
| A07 | Правая вертикальная стойка               |          | 1      | C28 | Пластиковая прокладка      | Ф25*5      | 2      |
| B01 | Передний ролик                           |          | 1      | C29 | Круглая накладка           |            | 1      |
| B02 | Задний ролик                             |          | 1      | D01 | Гайка                      | M10        | 10     |
| B03 | Датчики измерения пульса                 |          | 4      | D02 | Гайка                      | M8         | 9      |
| B04 | Левое крепление двигателя                |          | 1      | D03 | Гайка                      | M6         | 2      |
| B05 | Правое крепление двигателя               |          | 1      | D04 | Болт                       | M10*95 L25 | 2      |
| B06 | Цилиндр                                  |          | 1      | D05 | Болт                       | M10*90 L20 | 1      |
| B07 | Втулка наклонной рамы                    |          | 4      | D06 | Болт                       | M10*55 L20 | 2      |
| B08 | Пружина                                  |          | 2      | D07 | Болт                       | M10*45 L15 | 1      |
| B09 | Втулка                                   |          | 2      | D08 | Болт                       | M10*30 L15 | 2      |
| B10 | Шестигранный ключ                        | 5мм      | 1      | D09 | Болт                       | M8*80 L15  | 2      |
| B11 | Шестигранный ключ                        | 6мм      | 1      | D10 | Болт                       | M8*70 L20  | 2      |
| B12 | Плата двигателя                          |          | 2      | D11 | Болт                       | M8*50 L15  | 2      |
| B13 | Укрепляющая пластина основания (сбоку)   |          | 6      | D12 | Болт                       | M8*40 L20  | 2      |
| B14 | Укрепляющая пластина основания (спереди) |          | 4      | D13 | Болт                       | M8*30 L15  | 1      |
| B15 | Предохранительный блок                   |          | 1      | D14 | Болт                       | M8*15      | 11     |
| B16 | Заземляющая пластина                     |          | 1      | D15 | Болт                       | M8*60      | 1      |
| B17 | Крестовой ключ                           |          | 1      | D16 | Болт                       | M8*55      | 2      |
| B18 | Направляющий крюк                        |          | 2      | D17 | Болт                       | M6*60      | 1      |
| C01 | Верхний кожух двигателя                  |          | 1      | D18 | Болт                       | M6*20      | 2      |
| C02 | Нижний кожух двигателя                   |          | 1      | D19 | Болт                       | M6*12      | 7      |
| C03 | Задний кожух                             |          | 1      | D20 | Болт                       | M6*38      | 6      |
| C04 | Направляющая                             |          | 2      | D21 | Болт                       | M8*25      | 2      |
| C05 | Кожух левой вертикальной стойки          |          | 1      | D22 | Болт                       | M6*30      | 2      |
| C06 | Кожух правой вертикальной стойки         |          | 1      | D23 | Болт                       | M5*12      | 2      |
| C07 | Панель                                   |          | 1      | D24 | Болт                       | M5*12      | 10     |
| C08 | Нижний кожух стойки                      |          | 1      | D25 | Винт                       | ST4.2*20   | 7      |
| C09 | Консоль                                  |          | 1      | D26 | Винт                       | ST4.2*12   | 46     |
| C10 | Задний кожух консоли                     |          | 1      | D27 | Винт                       | ST2.9*8    | 14     |
| C11 | Разъем для ключа безопасности            |          | 1      | D28 | Винт                       | ST2.9*6    | 15     |

|     |                                                    |  |   |     |                         |                |    |
|-----|----------------------------------------------------|--|---|-----|-------------------------|----------------|----|
| C12 | Кнопка +                                           |  | 1 | D29 | Винт                    | ST4.2*12       | 12 |
| C13 | Кнопка -                                           |  | 1 | D30 | Винт                    | ST4.2*12       | 5  |
| C14 | Кнопка 1                                           |  | 2 | D31 | Винт                    | ST2.9*8        | 2  |
| C15 | Транспортировочное колесо                          |  | 2 | D32 | Шайба                   | Ф10            | 2  |
| C16 | Регулировочное колесо                              |  | 2 | D33 | Шайба                   | Ф8             | 21 |
| C17 | Прокладка                                          |  | 2 | D34 | Шайба                   | Ф5             | 2  |
| C18 | Прокладка                                          |  | 4 | D35 | Пружинная шайба         | Ф5             | 2  |
| C19 | Резиновая прокладка                                |  | 2 | D36 | Плоская шайба           | Ф6             | 6  |
| C20 | Прокладка                                          |  | 2 | D37 | Большая шайба           | Ф10            | 8  |
| C21 | Опора для ног                                      |  | 2 | D38 | Винт                    | ST2.0*6        | 4  |
| E01 | Консоль                                            |  | 1 | D39 | Болт                    | M8*42 L20      | 1  |
| E02 | Панель управления                                  |  | 1 | D40 | Гайка                   | M10            | 2  |
| E03 | Верхний сигнальный кабель                          |  | 1 | D41 | Большая гайка           | 10             | 4  |
| E04 | Нижний сигнальный кабель                           |  | 1 | E18 | Кабель питания          |                | 1  |
| E05 | Кабель датчиков измерения пульса                   |  | 1 | E19 | Заземляющий кабель      |                | 1  |
| E06 | Переключатель                                      |  | 1 | E20 | Кабель переменного тока | Коричневый 200 | 1  |
| E07 | Верхний сигнальный кабель клавиатуры               |  | 1 | E21 | Кабель переменного тока | Коричневый 350 | 2  |
| E08 | Нижний сигнальный кабель датчиков измерения пульса |  | 2 | E22 | Кабель переменного тока | Голубой 350    | 2  |
| E09 | Панель быстрого переключения наклона               |  | 1 | E23 | Беговая дека            |                | 1  |
| E10 | Панель быстрого переключения скорости              |  | 1 | E24 | Двигатель               |                | 1  |
| E11 | Провод ключа безопасности                          |  | 1 | E25 | Механизм наклона        |                | 1  |
| E12 | Ключ безопасности                                  |  | 1 | E26 | Левая клавиатура        |                | 1  |
| E13 | Магнитное кольцо                                   |  | 1 | E27 | Правая клавиатура       |                | 1  |
| E14 | Магнит                                             |  | 2 | E28 | Кабель напряжения       |                | 1  |
| E15 | Переключатель питания                              |  | 1 | E29 | Кабель клавиатуры       |                | 1  |
| E16 | Защита от перегрузки                               |  | 1 | F01 | Фильтр                  |                | 1  |
| E17 | Разъем питания                                     |  | 1 | F02 | Кабель переменного тока | Коричневый     | 1  |
|     |                                                    |  |   | F03 | Кабель переменного тока | Голубой        | 1  |
|     |                                                    |  |   | F04 | Заземляющий кабель      |                | 1  |
|     |                                                    |  |   | F05 | Винт                    | ST4.2*12       | 2  |
|     |                                                    |  |   | H01 | USB модуль              |                | 1  |
|     |                                                    |  |   | H02 | USB кабель              |                | 1  |
|     |                                                    |  |   | H03 | Винт                    | ST2.9*8        | 3  |

## Технические характеристики:

|                                         |                           |
|-----------------------------------------|---------------------------|
| <b>Скорость, км/ч</b>                   | 19                        |
| <b>Двигатель</b>                        | 3,5 л.с. DC (бесщеточный) |
| <b>Пиковая мощность двигателя, л.с.</b> | 4,5                       |
| <b>Беговое полотно</b>                  | 1,6 мм, антискользющее    |
| <b>Длина бегового полотна, см</b>       | 140                       |
| <b>Ширина бегового полотна, см</b>      | 51                        |
| <b>Регулировка угла наклона</b>         | электрическая             |
| <b>Количество уровней наклона</b>       | 15                        |
| <b>Материал деки</b>                    | МДФ, парафинированная     |

|                                             |                                                                                                                                                      |
|---------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Толщина деки</b>                         | 18 мм                                                                                                                                                |
| <b>Система амортизации</b>                  | 8 профессиональных эластометров VCS                                                                                                                  |
| <b>Тип консоли</b>                          | 5 LED дисплеев с белой индикацией и круглый многофункциональный дисплей                                                                              |
| <b>Показания консоли</b>                    | время, скорость, дистанция, уровень наклона, калории, пульс, шаги, жиросанализатор, программа, статус, Bluetooth                                     |
| <b>Общее количество программ</b>            | 32                                                                                                                                                   |
| <b>Спецификация программ</b>                | ручной режим, жиросанализатор, 24 встроенных, 2 пульсозависимых, 3 пользовательских, 3 режима обратного отсчета                                      |
| <b>Мультимедиа</b>                          | воспроизведение аудиофайлов через динамики 5 Ватт                                                                                                    |
| <b>Дополнительные функции</b>               | кнопки быстрого управления на поручнях для выбора (скорость/наклон), сенсорные датчики на поручнях                                                   |
| <b>Дополнительные особенности тренажера</b> | двухфазная гидравлика Easy Drop™, боковые направляющие с нескользящей поверхностью; отсеки для бутылок и аксессуаров; беспроводная зарядка смартфона |
| <b>Сопряжение с кардиодатчиками</b>         | да, кардиодатчик приобретается отдельно                                                                                                              |
| <b>Интеграционные технологии</b>            | Bluetooth для работы с тренировочным мобильным приложением (Fitshow, Kinomap, ZWIFT)                                                                 |
| <b>Разъемы</b>                              | USB                                                                                                                                                  |
| <b>Язык интерфейса</b>                      | русский                                                                                                                                              |
| <b>Подставка под планшет/смартфон</b>       | да                                                                                                                                                   |
| <b>Зарядка для мобильного устройства</b>    | да                                                                                                                                                   |
| <b>Складывание</b>                          | да                                                                                                                                                   |
| <b>Транспортировочные ролики</b>            | да                                                                                                                                                   |
| <b>Компенсаторы неровностей пола</b>        | да                                                                                                                                                   |
| <b>Длина в рабочем состоянии, см</b>        | 173                                                                                                                                                  |
| <b>Ширина в рабочем состоянии, см</b>       | 86                                                                                                                                                   |
| <b>Высота в рабочем состоянии, см</b>       | 144                                                                                                                                                  |
| <b>Длина в сложенном виде, см</b>           | 103                                                                                                                                                  |
| <b>Ширина в сложенном виде, см</b>          | 86                                                                                                                                                   |
| <b>Высота в сложенном виде, см</b>          | 153                                                                                                                                                  |
| <b>Максимальный вес пользователя, кг</b>    | 136                                                                                                                                                  |
| <b>Вес нетто, кг</b>                        | 76                                                                                                                                                   |
| <b>Вес брутто, кг</b>                       | 91                                                                                                                                                   |
| <b>Подключение к сети</b>                   | 220 В                                                                                                                                                |
| <b>Энергосбережение</b>                     | да                                                                                                                                                   |
| <b>Страна происхождения</b>                 | КНР                                                                                                                                                  |
| <b>Производитель</b>                        | Fitathlon Group (подразделение в Швеции)                                                                                                             |

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.

