

RUSHWAY

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 тренажёра.

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 тренажёр 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.).

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.



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.

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.

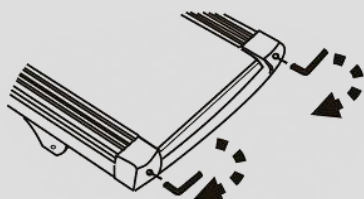
Центрирование бегового полотна

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.

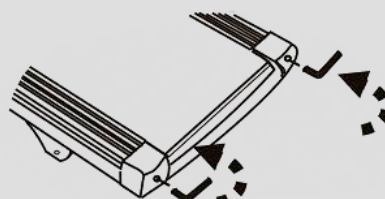
1. **ВНИМАНИЕ:** Для центрирования бегового полотна необходимо запустить беговое полотно со скоростью не более 0.5 мили в час. Соблюдайте технику безопасности, чтобы одежда или волосы не попали на задний вал. Обратите внимание, в какую сторону отклоняется беговое полотно;
2. Если беговое полотно смещено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

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



Внимание!

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

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.

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.

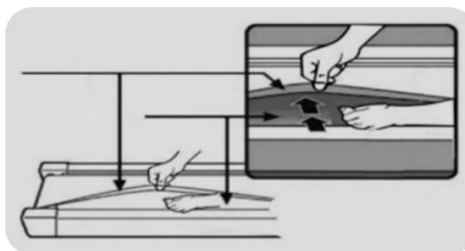
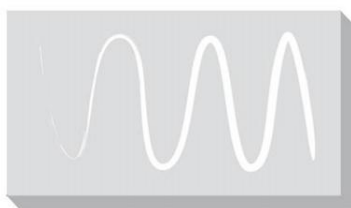
Обращаем Ваше внимание, что несвоевременная смазка деки силиконовой смазкой приводит к повышенному трению и нагрузке на электродвигатель, что может привести к поломке электродвигателя и электронных плат управления дорожкой, повреждению и преждевременному износу деки и бегового полотна.

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://click.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 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 ≤ 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.

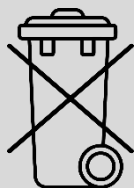
Обратите внимание, что сроки гарантии отличаются для тренажеров с разным уровнем использования: домашним, полупрофессиональным и коммерческим.

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

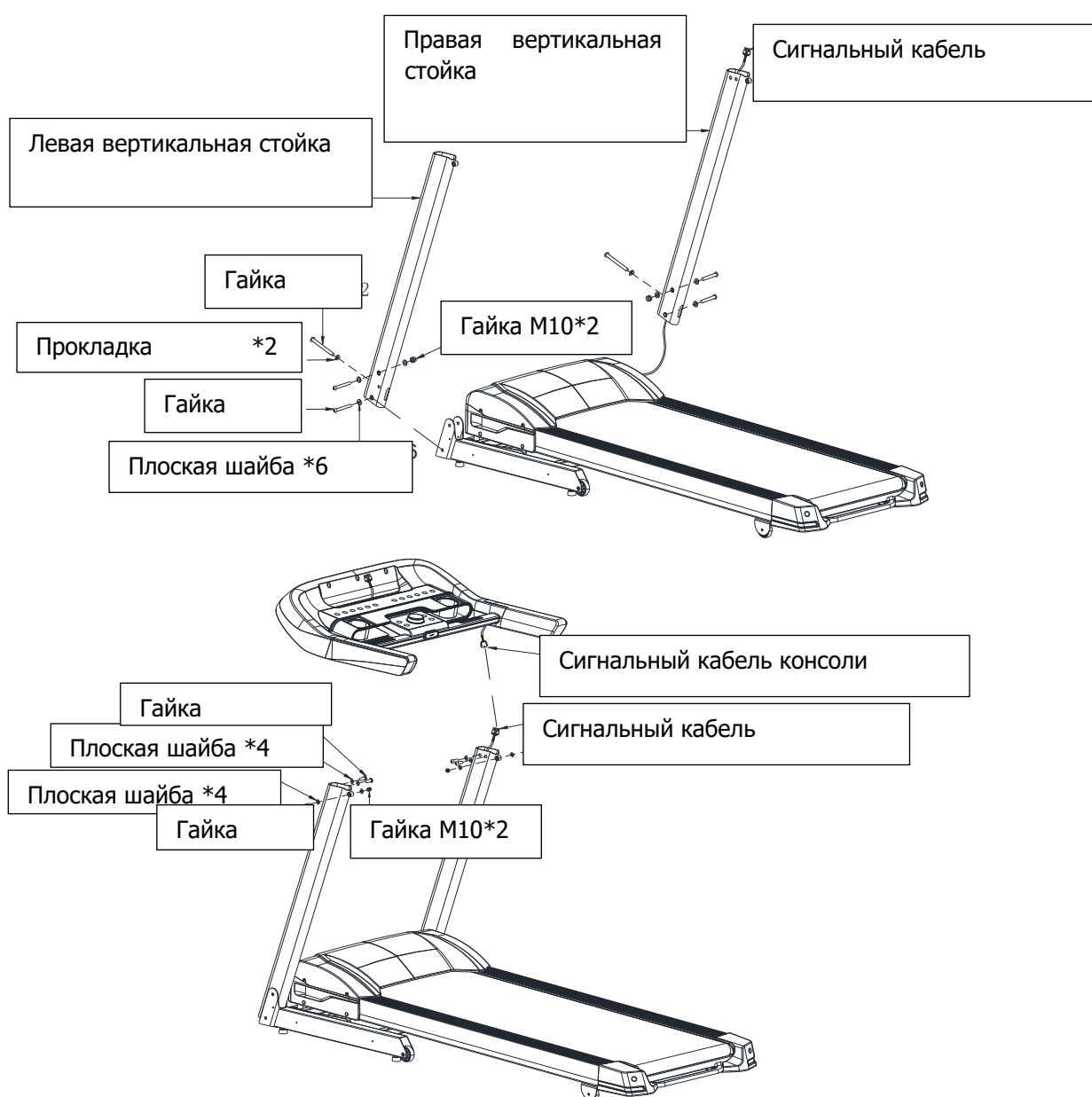
Производитель оставляет за собой право вносить изменения в продукт без предварительного уведомления.

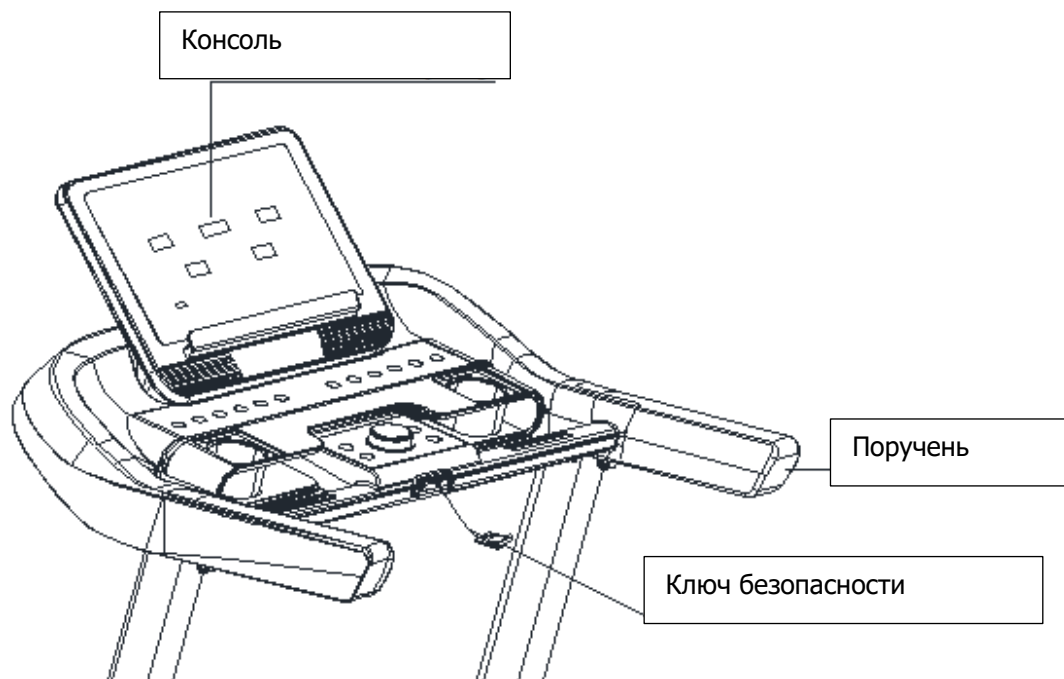
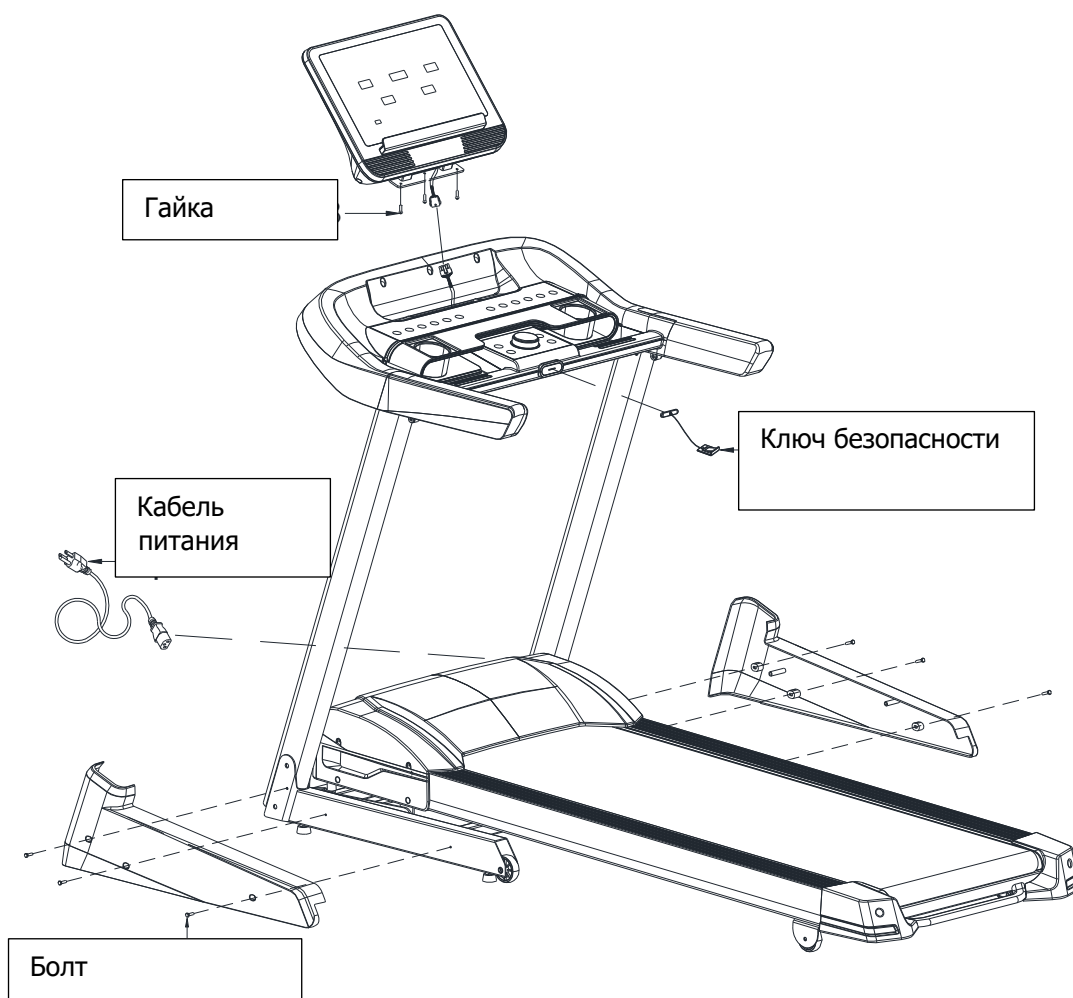


Внимание

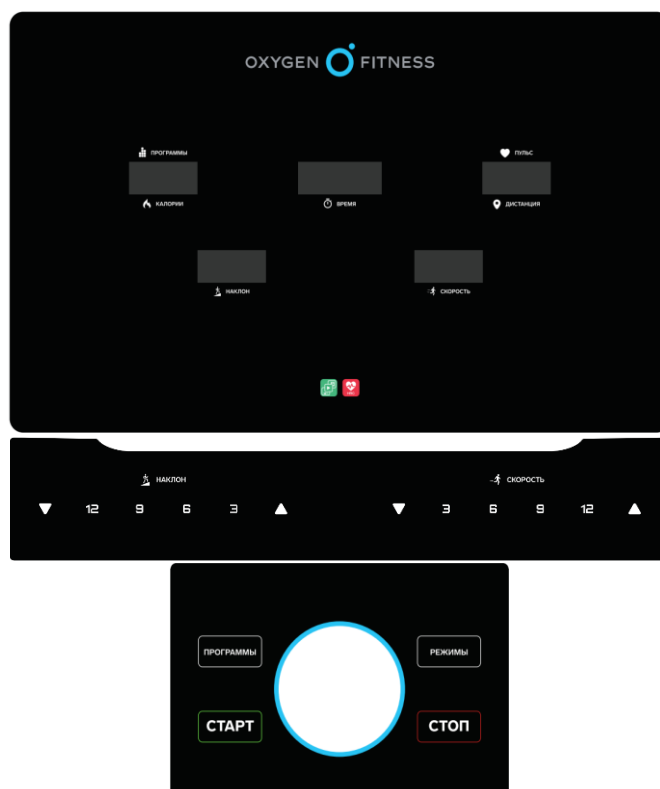
Максимальное время непрерывной работы беговой дорожки составляет 100 мин. После 100 минут дорожка остановится. Вы можете запустить беговую дорожку снова, нажав кнопку Старт.

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





Работа с консолью



- (1) РЕЖИМ: Включите тренажер, нажмите данную кнопку, чтобы выбрать предварительно установленные программы P1-P25. Нажмите круглую кнопку, чтобы перейти к выбранной тренировке.
- (2) СТАРТ/СТОП: Включите тренажер, нажмите СТАРТ, чтобы начать тренировку. Во время тренировки нажмите СТОП, чтобы остановить тренировку, затем нажмите СТАРТ, чтобы продолжить тренировку или СТОП чтобы остановить и стереть данные.
- (3) ПРОГРАММА: Включите тренажер, нажмите данную кнопку, чтобы выбрать P1-P25, T1/T2, а затем нажмите СТОП, чтобы завершить тренировку.
- (4) СКОРОСТЬ+: Во время тренировки используйте данную кнопку, чтобы увеличить скорость на 0,1 км/ч. Удержание кнопки приведет к непрерывному увеличению скорости.
- (5) СКОРОСТЬ-: Во время тренировки используйте данную кнопку, чтобы уменьшить скорость на 0,1 км/ч. Удержание кнопки приведет к непрерывному снижению скорости.
- (6) Кнопки быстрого изменения скорости: Скорость 3,6,9,12; нажмите кнопку, чтобы выбрать любую скорость.
- (7) Кнопка переключения: с помощью данной кнопки переведите беговую дорожку в режим остановки или в режим запуска и сохраните данные. Удержание кнопки в течение 3 секунд остановит беговую дорожку и очистит все данные, возвращая беговую дорожку в режим ожидания.
- (8) Поворотная кнопка: Поверните кнопку по часовой стрелке для непрерывного увеличения скорости на 0,1 км/ч; поверните кнопку против часовой стрелки для непрерывного снижения скорости на 0,1 км/ч.
- (9) НАКЛОН+: Во время тренировки используйте данную кнопку, чтобы увеличить наклон. Удержание кнопки приведет к непрерывному увеличению наклона.
- (10) НАКЛОН-: Во время тренировки используйте данную кнопку, чтобы снизить наклон. Удержание кнопки приведет к непрерывному снижению наклона.

Режимы обратного отсчета

• **Режим тренировки с обратным отсчетом:** В режиме остановки нажмите кнопку РЕЖИМ, чтобы перейти в режим настройки интервала обратного отсчета. Нажмите кнопку РЕЖИМ еще раз, чтобы выйти из режима тренировки с обратным отсчетом.

• **Режим обратного отсчета времени:** В режиме остановки нажмите кнопку РЕЖИМ, чтобы перейти в режим настройки, на дисплее будет мигать окно времени, по умолчанию время равно 30:00, нажмите кнопки СКОРОСТЬ+/-, чтобы изменить значение настройки времени, диапазон настройки: 1-99 минут. Нажмите кнопку СТАРТ, чтобы запустить беговую дорожку, начальная скорость будет равна 1,0 км/ч, нажмите кнопку +/-, чтобы отрегулировать скорость. Беговая дорожка автоматически остановится, когда время обратного отсчета достигнет 00:00.

• **Режим обратного отсчета расстояния:** В режиме остановки нажмите кнопку РЕЖИМ дважды, чтобы перейти в режим настройки, на дисплее будет мигать окно расстояния, по умолчанию расстояние равно 1,0 км/ч, нажмите кнопки СКОРОСТЬ+/-, чтобы изменить значение настройки расстояния, диапазон настройки: 1,0-9,99 км/ч. Нажмите кнопку СТАРТ, чтобы запустить беговую дорожку, начальная скорость будет равна 1,0 км/ч, нажмите кнопку СКОРОСТЬ+/-, чтобы отрегулировать скорость. Беговая дорожка автоматически остановится, когда время обратного отсчета достигнет 00:00.

• **Режим обратного отсчета калорий:** В режиме остановки нажмите кнопку РЕЖИМ трижды, чтобы перейти в режим настройки, на дисплее будет мигать окно калорий, по умолчанию количество калорий равно 50, нажмите кнопки СКОРОСТЬ+/-, чтобы изменить значение настройки времени, диапазон настройки: 10-999 ккал. Нажмите кнопку СТАРТ, чтобы запустить беговую дорожку, начальная скорость будет равна 1,0 ккал, нажмите кнопку СКОРОСТЬ+/-, чтобы отрегулировать скорость. Беговая дорожка автоматически остановится, когда время обратного отсчета достигнет 00:00.

Начало работы

Включите беговую дорожку, но прежде подключите устройство к соответствующей сетевой розетке, затем нажмите переключатель питания, расположенный в передней части беговой дорожки под кожухом двигателя. Убедитесь, что ключ безопасности установлен, так как без него беговая дорожка не включится. Когда питание включено, консоль готова к работе.

Быстрый запуск

Нажмите кнопку СТАРТ, тогда беговая дорожка запустится со скоростью 1,0 км/ч, затем установите желаемую скорость с помощью кнопок + или -. Можно также использовать кнопки быстрого переключения скоростей (3,6,9,12) для регулировки скорости. Чтобы замедлить работу беговой дорожки, нажмите и удерживайте кнопку СКОРОСТЬ- до нужной скорости. Также можно использовать кнопки быстрой регулировки скорости: 3,6,9,12. Во время тренировки при однократном нажатии кнопки СТОП беговая дорожка постепенно замедлится.

Регулировка уровня наклона

Угол наклона можно регулировать в любое время от начала тренировки. Угол наклона нельзя вернуть к 0 после выключения беговой дорожки. Угол наклона можно вернуть к 0 после повторного запуска беговой дорожки. Диапазон 0-18%.

Транспортировка

Осторожно поднимите беговую дорожку в области задних колес, возьмитесь за два боковых кожуха и откатите беговую дорожку в сторону.

Предустановленная программа

Каждая предустановленная программа имеет максимальный уровень скорости, который отображается при выборе желаемой тренировки. Скорость, достигаемая конкретной программой, будет отображаться в окне скорости. В каждой программе скорость изменяется по-разному.

Выбор программы

Включите устройство, нажмите кнопку ПРОГРАММА, чтобы выбрать нужную программу, затем нажмите кнопку СТАРТ, чтобы запустить программу со значениями по умолчанию.

В окне СКОРОСТЬ теперь будет отображаться предустановленная скорость выбранной программы.

Через каждую минуту скорость может изменяться автоматически в соответствии с программами, а может быть изменена вручную. За 3 секунды до окончания программы трижды прозвучит звуковой сигнал, после чего беговая дорожка остановится.

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.

E02	Защита двигателя от перенапряжения	1.Снова выполните самопроверку устройства 2.Замените двигатель
E03	Защита от перегрузки по току	1.Очистите от пыли пространство между подножкой и ремнем, затем нанесите немного масла 2.Если ходовой ремень сильно изношен, пожалуйста, замените его.
E04	Обрыв цепи двигателя	1.Проверьте соединительный провод двигателя, если соединительный провод ослаб, пожалуйста, подсоедините его снова. 2.Износ угольной щетки двигателя, замените угольную щетку или двигатель
E05	Повреждение EEPROM или проблемы с доступом	Замените плату контроллера
E06	Ошибка связи	Проверьте соединительный провод между компьютером и платой контроллера, если он ослаблен или сломан, пожалуйста, замените провод.

E07	Ошибка наклона при самопроверке	1.Проверьте соединительный провод между двигателем наклона и платой контроллера, если он отсоединен или сломан, пожалуйста, подключите его снова или замените. 2.Замените двигатель наклона
E08	Ошибка скорости при самопроверке	1.Проверьте расстояние от датчика скорости до магнита ролика и отрегулируйте его в пределах 3 мм 2.Замените датчик скорости
E09	Защита от короткого замыкания	Замените плату контроллера
"_"		Предохранительный ключ не подключен Вставьте предохранительный ключ
Er	Когда беговая дорожка находится в рабочем состоянии, в окне наклона отображается сообщение "Er", это ошибка incline VR.	1.Проверьте соединительный провод между двигателем наклона и платой контроллера, если он отсоединен или сломан, пожалуйста, подключите его снова или замените. 2.Замените двигатель наклона

Нет питания

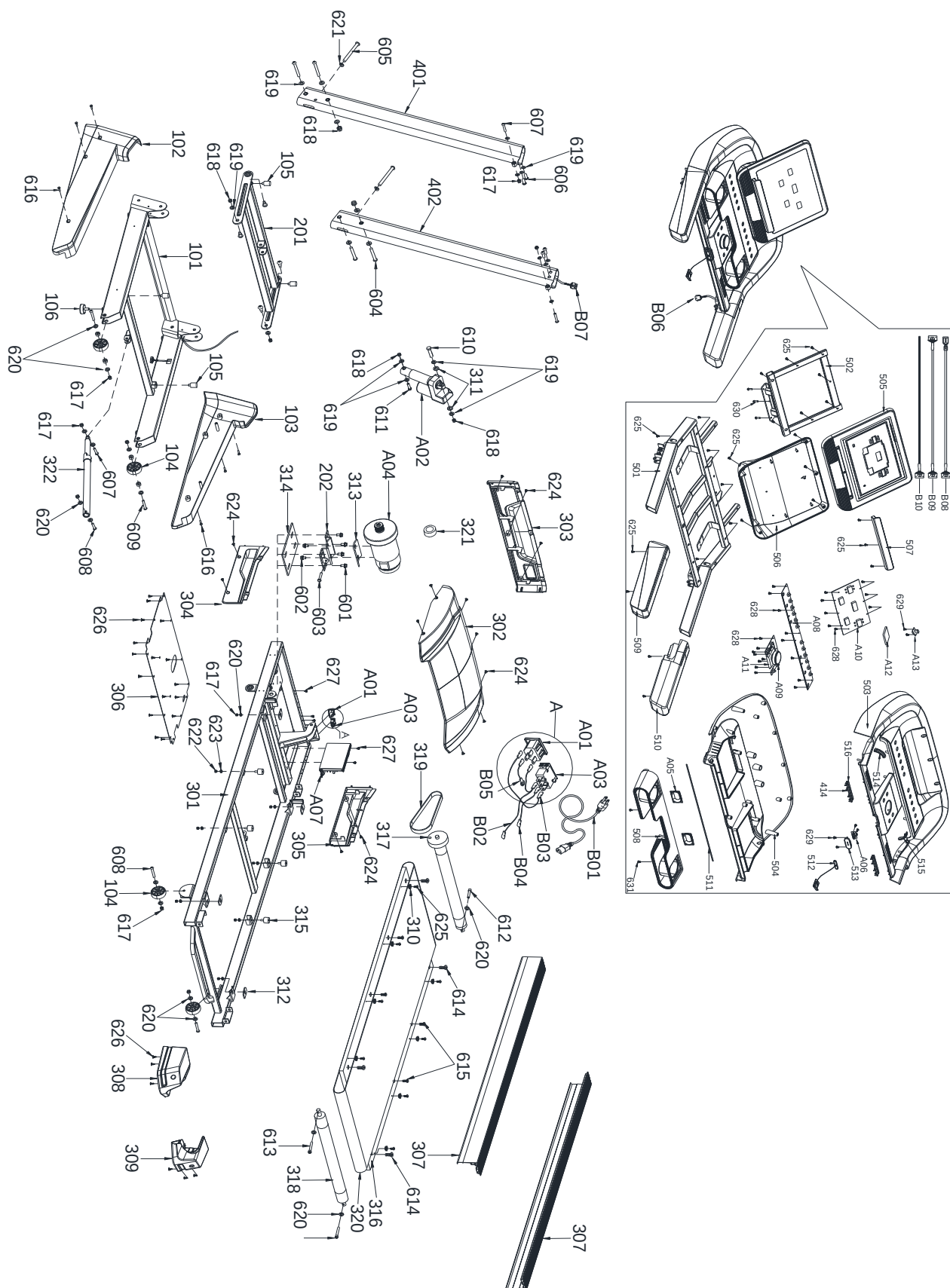
1. Проверьте предохранители (они расположены на контроллере под крышкой двигателя).
2. Проверьте розетку (подключите к розетке что-нибудь еще, чтобы убедиться в исправности).
3. Проверьте кабель питания (возможно, придется обратиться к электрику).

Список запчастей

№	Описание	Спецификация	Кол-во
101	Основная рама	Деталь	1
102	Кожух левой вертикальной стойки	815*246*65	1
103	Кожух правой вертикальной стойки	815*246*65	1
104	Кольцо Ф60	Ф60*25	4
105	Резиновая накладка	Ф20*20	4
106	Регулировочная накладка для ног	М10,15, 15мм	4
107	Ограничительная втулка	ф13.8*ф8.2*7	4
201	Рама наклона	Деталь	1
202	Блок питания	Деталь	1
301	Рама	Деталь	1
302	Верхний кожух двигателя	690.5*427.5*101	1
303	Передний кожух двигателя	690.5*130*41.5	1
304	Левый кожух двигателя	370*130*30	1
305	Правый кожух двигателя	370*130*30	1
306	Кожух	654*375*Т1.6	1
307	Направляющая	80*90*1295	2
308	Левый задний кожух	187*177*105	1
309	Правый задний кожух	187*177*105	1
310	Фиксатор направляющей	Ф20*6.8	8
311	Пластиковая прокладка	ф25*ф10.5*Т2.0	2
312	Амортизаторы деки	45*33*Т3.0	4
313	Амортизирующая накладка двигателя 1	100*65*Т3.0	1
314	Амортизирующая накладка двигателя 2	155*100*Т3.0 Ф25*20 М6 гайка.	1
315	Прокладка	15-17 мм	4
316	Дека	1282*654*Т18	1
317	Переднее колесо	Ф100*Ф48*623	1
318	Заднее колесо	Ф48*628	1
319	Ремень	JS 250030 /PJ568/224J/7 SC30 Голубая наклейка	1
320	Беговое полотно	2955*520*Т1.8	1
321	Магнитное кольцо	Ф31*Ф19*13	1
322	Газовая пружина	ф22 800мм, напряжение 250N	1
401	Левая вертикальная стойка	Деталь	1
402	Правая вертикальная стойка	Деталь	1
501	Кронштейн	Деталь	1
502	Рама	Деталь	1
503	Кожух консоли	844*507*153	1
504	Нижний кожух консоли	837*504*108	1
505	Верхний кожух консоли	460*348*26	1
506	Нижний кожух консоли	460*348*67	1
507	Держатель для телефона	326*29*30	1
508	Держатель для бутылки	646*122*80	1
509	Левый поручень	442*90*62	1
510	Правый поручень	442*90*62	1
511	Силиконовый шнур	9*8.5*575	1
512	Ключ безопасности	53*10.5*21	1
513	Зажим ключа безопасности	64.5*25.5*15	1
514	Левый декоративный кожух	56.5*19.2*15.3	1
515	Правый декоративный кожух	56.5*19.2*15.3	1
516	Датчики измерения пульса 1	JS725600, 114.8*10*Т0.3мм,	4
601	Шестигранный болт	М8*16	4
602	Шестигранный болт	М8*12	2
603	Шестигранный болт	М8*35	1
604	Шестигранный винт	М10*60 30	4
605	Шестигранный винт	М10*120 35	2
606	Шестигранный винт	М10*20	4
607	Винт	М8*35	3
608	Винт	М8*45 20	3
609	Винт	М8*50	2

610	Шестигранный болт	M10*50 20	1
611	Шестигранный болт	M10*65 20	1
612	Шестигранный болт	M8*55	1
613	Шестигранный болт	M8*80	2
614	Саморез	M8*35	4
615	Саморез	M6*25	4
616	Саморез	M5*10	6
617	Шестигранная стопорная гайка 1	M8	12
618	Шестигранная стопорная гайка	M10	6
619	Плоская шайба класса С	Ф10	16
620	Плоская шайба класса С	Ф8	21
621	Шайбы	Ф10	2
622	Шестигранная стопорная гайка 1	M6	4
623	Плоская шайба класса С	Ф6	4
624	Саморез	ST4.2*13	14
625	Саморез	ST4.2*13	43
626	Саморез	ST4.2*13	22
627	Саморез	M4*8 с пружинными накладками и плоскими шайбами	5
628	Саморез	ST3*8	24
630	Шестигранный винт	M6*20	3
631	Саморез	ST4.8*13	2
A01	Саморез	242387/4001	1
A02	Двигатель наклона	YL-05 AC220V 200 Stroke 70 Y L 104336	1
A03	Переключатель	Переключатель питания с подсветкой, с защитой от перегрузки 10A (250V) 0-1	1
A04	Питание	1.5HP Ф35 RPM 4800 215102	1
A05	Динамик	4Ω3W	2
A06	Отсек ключа безопасности	Пластина 550мм	1
A07	Привод	AC220V with Lift PHA15H-0100 1.5HP 484400	1
A08	Подсветка основной клавиатуры управления	PSA-EF5400-1 12мм с 6 кабелями 300мм 144800	1
A09	Клавиатура	PSA-EF5400-2 12мм с 3 кабелями 200мм 144800	1
A10	Дисплей	PSA-EF5400 Красный LED с USB зарядкой 6 кабелями 300мм 144800	1
A11	Кнопка	LED-дисплей, Длина 250мм JS144800	1
A12	Bluetooth модуль	Двухрежимный с усилителем, подключаемый к SPAX, Kinomap	1
A13	USB пластина	Вертикальный USB с 4-контактным кабелем длиной 300 мм 534204	1
B01	Кабель питания	Выбор по заказу	1
B02	Сигнальный кабель	Длина 100/250	1
B03	Выходной кабель переменного тока (красный)	Длина 100	1
B04	Выходной кабель переменного тока (красный)	Длина 250	1
B05	Заземляющий кабель (зеленый)	Длина 100	1
B06	Кабель консоли	6+5PIN Длина 700	1
B07	Сигнальный кабель	6+5PIN Длина 1700	1
B08	Пульсозависимый кабель	400*2PIN белый	2
B09	Кабель Bluetooth	5PIN кабель 150мм для подключения к Bluetooth	1
B10	Кабель динамика	Длина 400 2 PIN	2

Схема тренажера в разобранном виде



Технические характеристики

Складывание	да
Тип рамы	высокопрочная с антикоррозийной обработкой, двухслойная покраска
Двигатель	2.5 л.с. DC Fuji Electric
Пиковая мощность двигателя, л.с.	5.0 DC
Скорость, км/ч	1-20
Беговое полотно	1.4 мм, антискользкое
Длина бегового полотна, см	141
Ширина бегового полотна, см	52
Регулировка угла наклона	электронная
Количество уровней наклона	20
Материал деки	МДФ, парафинированная
Толщина деки	15 мм
Система амортизации	4 демпфирующие подушки и 4 профессиональных динамических эластомера VCS™
Измерение пульса	есть
Тип консоли	5 LED дисплеев с белой индикацией
Показания консоли	скорость, дистанция, время, калории, пульс, угол наклона, программа
Общее количество программ	31
Спецификация программ	ручной режим, 25 предустановленных, 3 режима обратного отсчета (время, дистанция, калории), фитнес-тест 1 и 2
Интеграционные технологии	Bluetooth для работы с тренировочным мобильным приложением (Spax™, Kinomap™)
Язык интерфейса	русский, английский
Система складывания	двухфазная гидравлика EasyDrop™
Подставка под планшет/смартфон	да
Транспортировочные ролики	да
Дополнительные функции	сенсорные датчики на поручнях, возможность подключения кардиодатчика Bluetooth через фитнес-приложения
Дополнительные особенности тренажера	кнопки управления на поручнях (скорость и наклон), отсеки для аксессуаров
Максимальный вес пользователя, кг	140
Подключение к сети	220 В
Габариты в рабочем состоянии, см	193*87*147
Габариты в сложенном виде, см	122,5*86*155
Производитель	Fitathlon Group (подразделение в Германии)

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.

