

Инструкция по эксплуатации Беговая дорожка FX300



Руководство пользователя



Благодарим Вас!

Спасибо за то, что выбрали наш продукт. Беговая дорожка поможет Вам натренировать мышцы и улучшить Вашу физическую форму – и все это в знакомом, домашнем окружении.

Основные инструкции

Данное оборудование было изготовлено из высококачественных материалов.

Важно помнить, что спортивное оборудование находится на гарантийном обслуживании до того момента, пока соблюдаются правила эксплуатации тренажёра. Не соблюдение правил использования может привести к освобождению поставщика от гарантийных обязательств.

Срок гарантийного обслуживания – 1 год с момента приобретения. Если после покупки обнаружилось, что товар был приобретён с неисправностью, обратитесь в сервисную службу (см. Правила обращения в сервисную службу)

Гарантия не распространяется на:

1. Запчасти, вышедшие из строя под действием внешней силы;
2. В случае постороннего вмешательства в двигатель;
3. Неправильная эксплуатация беговой дорожки;
4. Несоблюдение инструкций;
5. На расходные материалы (беговое полотно и т.д.);
6. Использование в коммерческих целях.

Основные инструкции по технике безопасности

Большое внимание было уделено безопасности при проектировании и изготовлении данного тренажёра, тем не менее, очень важно, чтобы Вы строго придерживались следующих инструкций безопасности.

Для обеспечения вашей безопасности и во избежание несчастных случаев, прочитайте инструкцию по эксплуатации, прежде чем использовать беговую дорожку.

Проконсультируйтесь с врачом, если Вы хотите регулярно и интенсивно тренироваться. Это особенно важно для пользователей с ограничениями по здоровью.

Мы рекомендуем людям с ограниченными возможностями использовать данную дорожку только при наличии квалифицированного специалиста.

При занятии носите удобную одежду и соответствующую спортивную обувь. Не надевайте свободную одежду, которая может попасть в движущиеся части тренажёра.

Сразу же прекращайте тренировку, если Вы почувствовали дискомфорт или возникли болезненные ощущения в мышцах или суставах. В частности, нужно следить за тем, как ваш организм реагирует на программу тренировки. Например, головокружение является признаком того, что Вы тренируетесь слишком интенсивно. При первых признаках головокружения, нужно лечь на пол, пока не почувствуете себя лучше.

Убедитесь, что дети находятся на безопасном расстоянии, когда Вы тренируетесь. Кроме того, устройство должно быть размещено там, куда дети малого возраста или домашние животные не имеют доступа.

Только один человек может использовать тренажёр во время тренировки.

После того, как тренажёр будет собран в соответствии с инструкцией, убедитесь, что все винты, болты и гайки надёжно закреплены.

Не занимайтесь на тренажёре, если он был повреждён или Вышел из строя.

Установите беговую дорожку на гладкой, чистой и ровной поверхности. Никогда не используйте рядом с водой и убедитесь, что нет никаких острых предметов в непосредственной близости от оборудования. При необходимости разместите защитный коврик (не входит в комплект поставки), чтобы защитить ваш пол под тренажёром и сохраняйте свободное пространство не менее 0,5 м вокруг устройства для обеспечения безопасности.

Используйте устройство только в целях, указанных в данной инструкции по эксплуатации, а также используйте только аксессуары, рекомендованные производителем.

Если шнур питания повреждён, он должен быть немедленно заменён производителем или его представителем, в целях избежать опасности.

Меры предосторожности

- Выберите место вблизи от розетки для установки беговой дорожки.
 - Всегда подключайте тренажёр к розетке с заземлением и без других приборов, подключённых к ней. Не рекомендуется использовать удлинители.
 - Неисправное заземление может Вызвать риск поражения электрическим током. Попросите квалифицированного электрика проверить розетку в случае, если Вы не знаете, Выполнено ли заземление надлежащим образом. Не модифицируйте вилку, поставляемую с беговой дорожкой, если он не совместим с вашей розеткой. Обратитесь к специалисту для установки подходящей розетки.
 - Скачки напряжения могут серьёзно повредить беговую дорожку. Погодные изменения или включения и Выключения других устройств могут Вызвать скачки напряжения, перенапряжение или помехи в напряжении. Чтобы снизить опасность повреждения беговой дорожки, она должна быть оснащена фильтром сетевого напряжения (не входит в комплект).
 - Держите шнур питания вдали от транспортировочного ролика. Не оставляйте шнур питания под беговой дорожкой. Не используйте беговую дорожку с повреждённым или изношенным шнуром питания.
 - Отключите тренажёр перед чисткой или осуществлением работ по техническому обслуживанию. Технические работы должны осуществляться только уполномоченным сервисным специалистом, если не указано иное производителем. Игнорирование этих инструкций будет автоматически аннулировать гарантию.
 - Регулярно осматривайте беговую дорожку перед использованием, на наличие изношенных частей.
 - Не используйте беговую дорожку за пределами дома/квартиры. Не подвергайте беговую дорожку воздействию Высокой влажности или прямых солнечных лучей.
 - Никогда не оставляйте включенную беговую дорожку без присмотра.
- Убедитесь, что беговое полотно всегда натянуто. Запустите беговое полотно, прежде чем вставать на него.**

Инструкции по сборке

- Перед началом сборки этой беговой дорожки, внимательно ознакомьтесь с последовательностью шагов сборки.
- После распаковки и поместите комплектующие части на свободной поверхности. Это даст Вам обзор и упростит сборку.
- Пожалуйста, обратите внимание, что всегда есть риск получения травмы при использовании инструментов и проведение технических работ. Пожалуйста, соблюдайте осторожность при сборке.
- Убедитесь, что условия работы безопасны и нет посторонних предметов. Уберите упаковочный материал таким образом, чтобы он не представлял опасности. Фольга/пластиковые пакеты представляют собой потенциальный риск удушья для детей!
- При возникновении сложностей в сборке, обратитесь к специалисту за помощью.

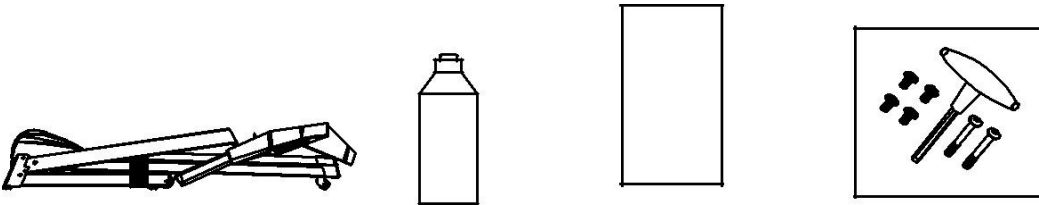
Распакуйте и проверьте

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ: Будьте предельно осторожны при сборке беговой дорожки. Невыполнение этого требования может привести к травме.

Распаковать и проверить содержимое коробки:

- Проверьте все комплектующие, если какой-либо из частей нет, обратитесь к дилеру.

Комплект поставки

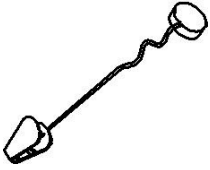


Основание

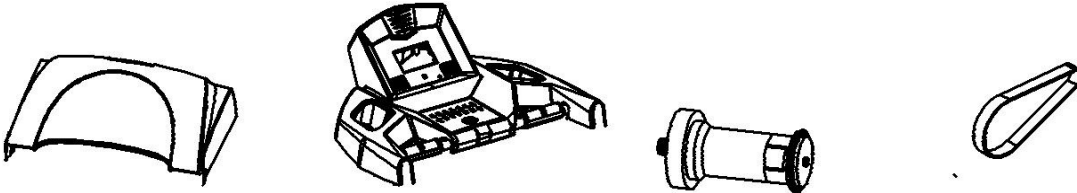
Туба со смазкой

Инструкция

Комплект для сборки



Ключ безопасности



Крышка мотора

Консоль

Мотор

Моторный ремень

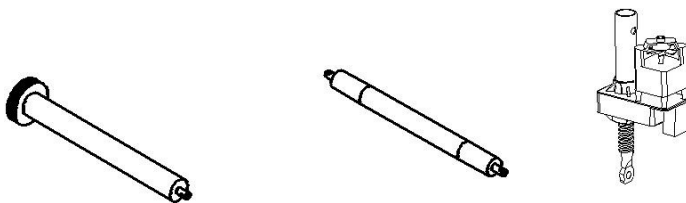


Беговое полотно

Дека

Ножная рейка

Задняя левая и правая крышка



Передний вал

Задний вал

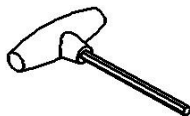
Мотор регулировки наклона

Комплект для сборки

Болт С.К.С. с половинной резьбой М8×40×20(2 шт.)



Т-образный ключ (1шт.)

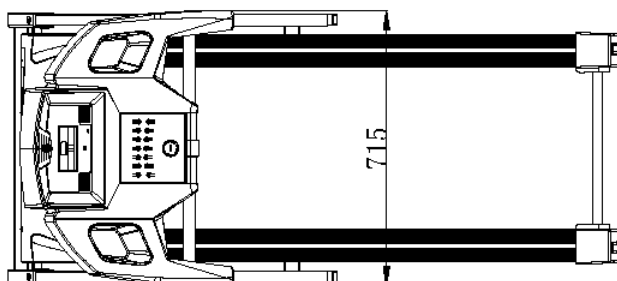
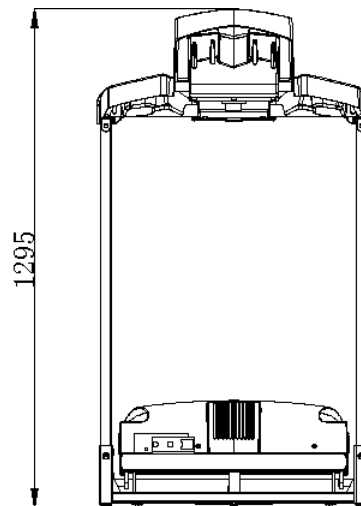
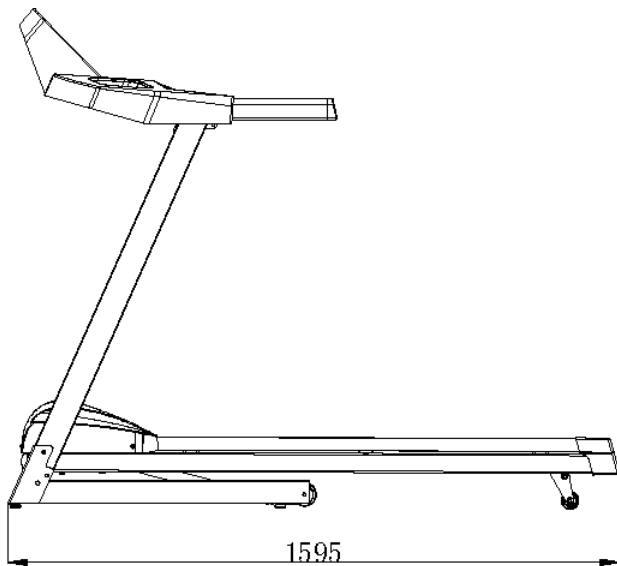
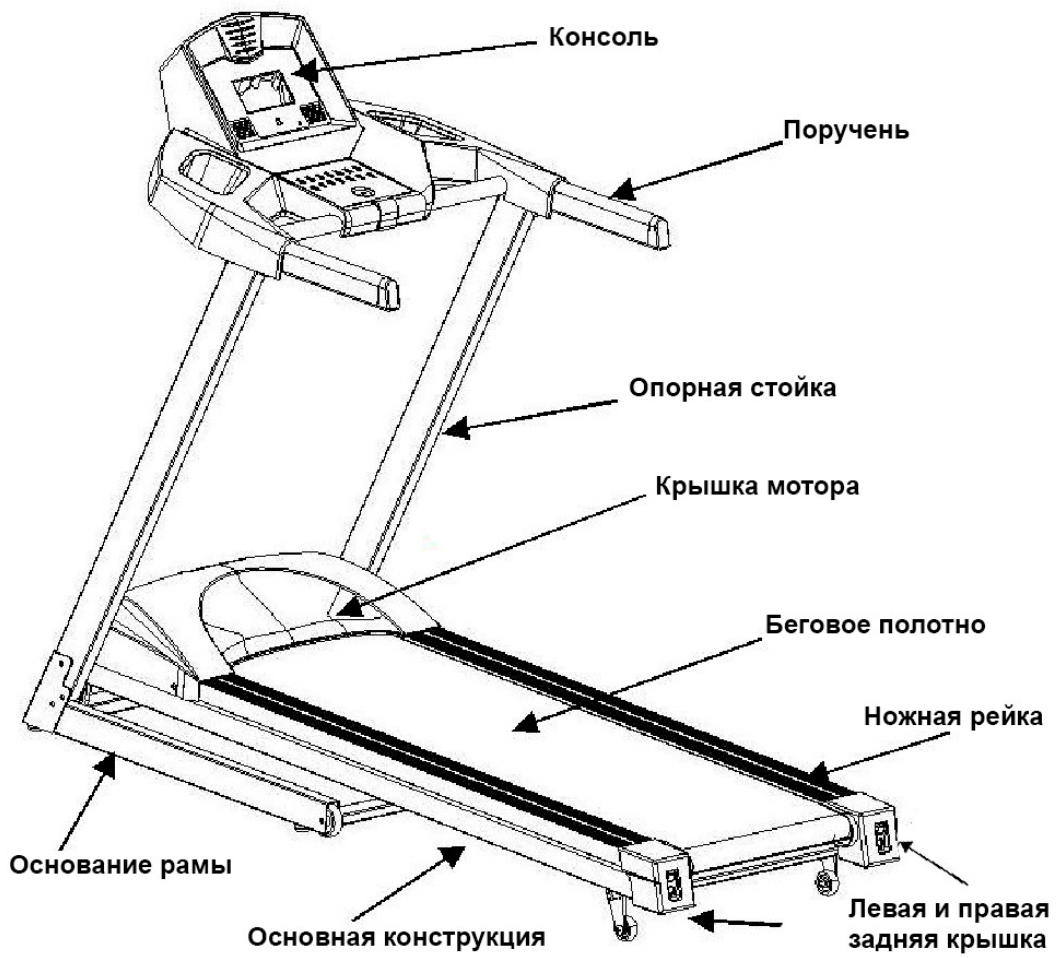


Болт С.К.С. болт с полной резьбой М8×15(4 шт.)



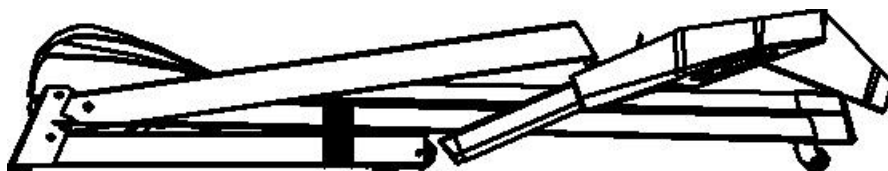
Л-образный ключ(1шт.)





Инструкции по сборке

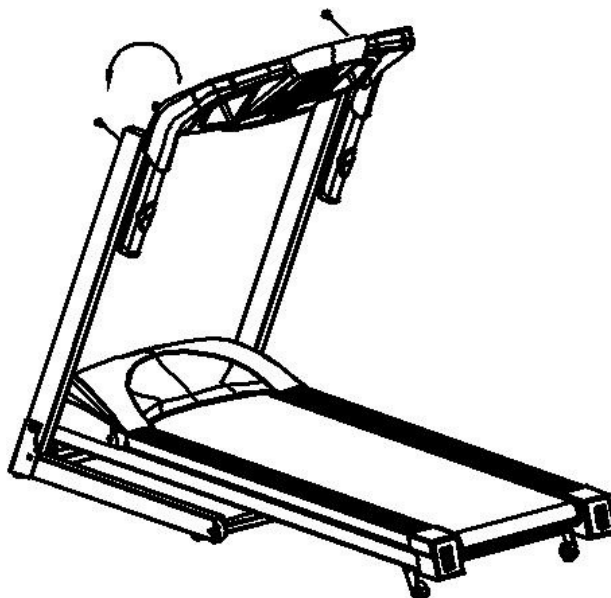
Шаг 1: Извлеките тренажёр из коробки и установите на чистую и ровную поверхность. Перережьте хомут, стягивающий беговую дорожку, и удалите упаковочный материал.



Шаг 2: Аккуратно, удерживая руки на поручнях консоли, поднимите вверх консольные стойки (как показано ниже). Поместите винт M8x40 с левой и правой стороны. Установите винт M8x15 на задней стороне в нижней части консоли и стойки и хорошо затяните.



Шаг 3: Аккуратно поднимите консоль и закрепите, как показано на рисунке ниже. Воспользуйтесь болтами M8*15 чтобы закрепить консоль.



Установка и размещение беговой дорожки в Вашем доме.

Чтобы все Ваши тренировки приносили удовольствие, беговая дорожка должна быть размещена в комфортной и удобной для Вас обстановке. Данная беговая дорожка предназначена для использования минимума площади в доме.

- Не устанавливайте беговую дорожку на улице.
- Не устанавливайте беговую дорожку рядом с водой или в условиях Высокой влажности.
- Убедитесь, что шнур питания не находится на пути интенсивного движения.
- Если ваша комната с ковром, проверьте зазор, чтобы убедиться, что есть достаточно места между ворсом ковра и беговой дорожкой. Если Вы не уверены, то лучше положить специальный коврик под вашей беговой дорожкой.
- Рекомендуемая область позади беговой дорожки для безопасного использования: 2м x 1м, так что Вы сможете легко войти и сойти с беговой дорожки.

Иногда после длительного использования Вы возможно найдёте чёрную пыль под беговой дорожкой. Это нормальный износ и не означает, что что-то не так с вашей беговой дорожкой. Эта пыль может быть легко удалена с помощью пылесоса.

Электробезопасность.

Розетка, к которой будет подключена беговая дорожка, должна быть заземлена и желательно не принадлежать к одной электросети с чувствительным электрооборудованием, например: компьютером или телевизором.

ВНИМАНИЕ! Убедитесь, что тренажёр установлен ровно. В противном случае это может привести к повреждению электронной системы.

Внимательно прочтите это руководство перед началом работы с беговой дорожки.

Начало работы

После подключения тренажёра к сети (10А) переведите Выключатель в положение "ON". Экран должен будет загореться и издать быстрый звуковой сигнал.

Ключ безопасности предназначен, чтобы в случае возникновения вероятности падения (если тренирующийся находится близко к краю полотна), прекратить основное питание тренажёра и остановить беговое полотно. На высоких скоростях, это может быть неудобно и несколько опасно сразу прийти к полной остановке. Чтобы привести беговую дорожку к состоянию покоя безопасно и комфортно, используйте красную кнопку остановки.

Работа беговой дорожки не начнётся, если ключ безопасности не будет должным образом введён в разъем держателя в середине консоли. Другой конец ключа безопасности должны быть надёжно закреплён на одежде так, чтобы в случае, потери контроля, Вы будете тянуть ключ безопасности из консоли, которая остановит беговую дорожку сразу, чтобы минимизировать травмы. Для Вашей безопасности никогда не используйте беговую дорожку без закреплённого ключа безопасности к одежде. Потяните за клипсу ключа безопасности, чтобы проверить что он в ходе тренировки не оторвётся.

Соблюдайте осторожность при подъёме и спуске с беговой дорожки. В то время как дорожка находится в состоянии покоя, не вставляйте на беговое полотно. Сначала встаньте на ножные рейки перед началом тренировки и на беговое полотно, как только оно начнёт своё движение.

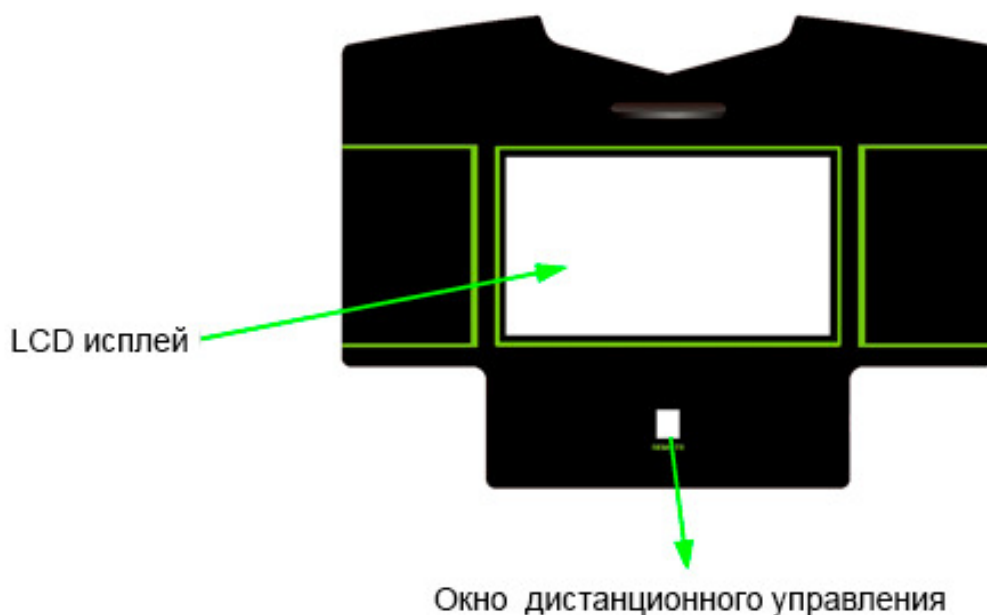
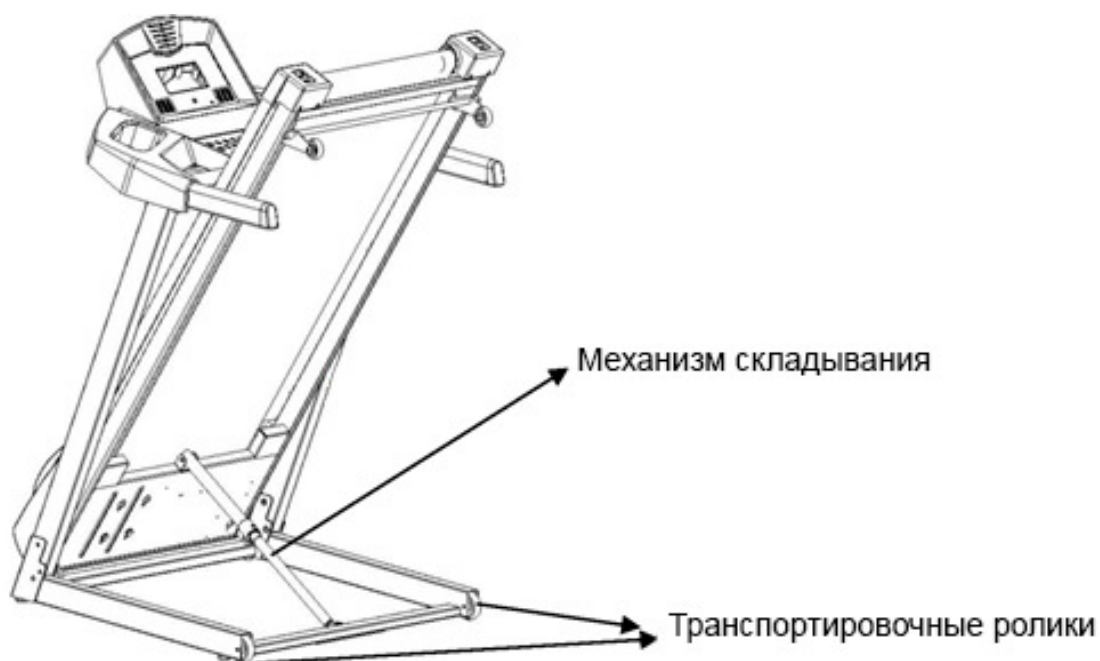
Никогда не пытайтесь развернуться на беговой дорожке, пока беговое полотно все ещё движется. Когда Вы закончили упражнения, остановите беговую дорожку, нажав на красную кнопку остановки.

Складывание беговой дорожки

- Верните наклон к нижнему положению (0).
- Отключите тренажёр от питания перед складыванием.
- Поднимите деку, пока не сработает пневматический механизм складывания.

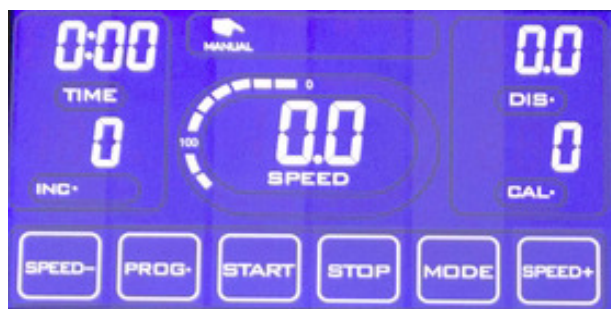
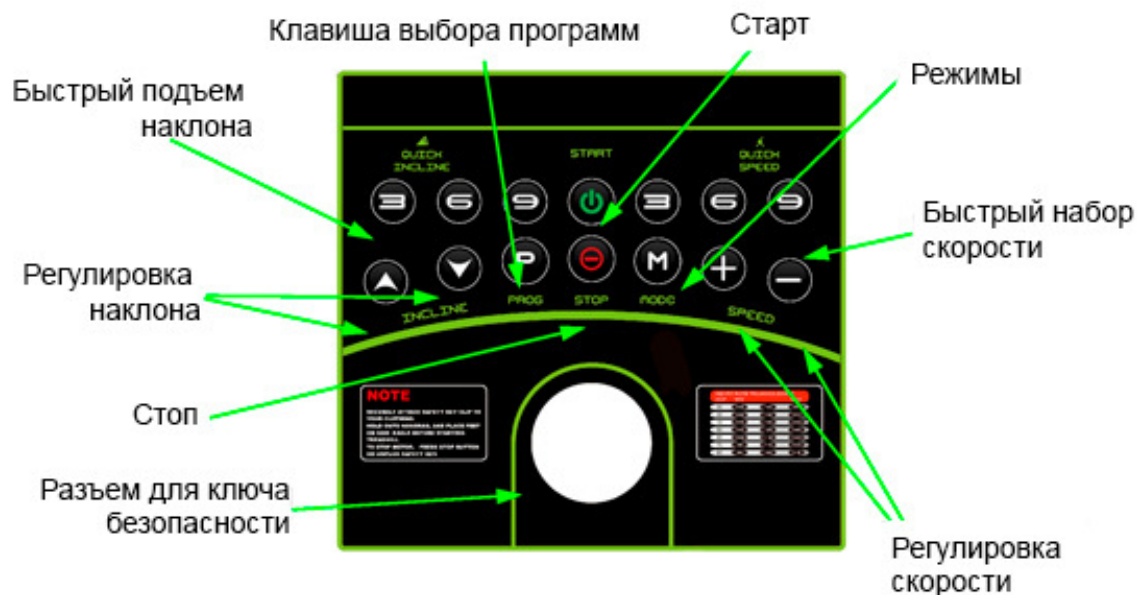
Чтобы разложить дорожку выполните следующие действия:

1. Положите одну руку на поручень, а второй нажмите от себя на верхнюю часть бегового полотна.
2. Аккуратно нажмите ногой на среднюю часть цилиндра для разблокировки механизма складывания.
3. После потяните немного на себя свободный край и дайте возможность плавно опуститься беговому полотну. Дорожка легко перемещается, благодаря удобно расположенным транспортировочным роликам.



Инструкция к консоли

- Окно



"SPEED": Когда беговая дорожка включается, временное окно дисплея показывает отсчёт 5-4-3-2-1. Скорость начинает светиться, отображая числовое значение скорости и значение F1-F5, когда запущена программа Body Fat. Или сообщение ERR, когда произошёл какой-либо сбой в работе тренажёра.

- Окно "TIME": отображает числовое значение времени.
- Окно "DISTANCE": Сначала, когда дорожка включается, показывается версия ПО "U1.0", затем численное значение пройденного расстояния.
- Окно "CALORIES": отображение калорий, значение определяется основываясь на программе Body Fat.
- Окно "PULSE": Отображение числового значения пульса в ходе тренировки
- Шесть сенсорных клавиш обладают теми же функциями, что и кнопки на консоли.
- "PROG": Клавиша Выбора программы. Пока беговая дорожка находится в покое, Выберите программу от P0-P12, которая наиболее предпочтительна.
- «MODE»: Клавиша Выбора режима тренировки. Вы можете выбрать обратный отсчёт времени/дистанции/калорий или нормальный режим тренировки. (В случае паузы во время тренировки от 30 минут и более, заданные параметры обнуляются).
- "СТАРТ": Когда беговое полотно не запущено, нажмите клавишу START, чтобы начать занятие. Нажмите "START" повторно, тренировка встанет на паузу.
- "СТОП": В ходе тренировки, можете остановить беговую дорожку, нажав клавишу STOP.
- Клавиша "+": увеличить скорость при беге или увеличить значение параметра в программе Body Fat.
- Клавиша "-": уменьшить скорость при беге или уменьшить значение параметра в программе Body Fat.

- "БЫСТРЫЙ НАБОР СКОРОСТИ": когда беговая дорожка работает, нажатием одной клавиши Вы задаете определённую скорость.

Начало тренировок

Нажмите кнопку "PROG" для Выбора программы P0-P12.

"P0" ручная программа. Нажмите «MODE» чтобы выбрать один из четырёх режимов. Пользователь может выбрать скорость. Скорость по умолчанию 1.0 km / ч.

Режим тренировки 1: Подсчёт. Время/Скорость/Расстояние/Калории/Пульс. Функция Выбора Выключена.

Режим тренировки 2: Обратный счёт времени. Диапазон Выбора: 5-99 минут. По умолчанию 30:00.

Режим тренировки 3: Обратный счёт расстояние. Диапазон Выбора: 1.0-99.0km. Расстояние по умолчанию 1.0 km.

Режим тренировки 4: Обратный отсчёт калорий. Диапазон Выбора: 20-990 cal. По умолчанию 50cal.

"P1-P12" Предустановленные программы. Режим только для обратного отсчёта времени. Диапазон значений 5-99 минут. По умолчанию 30:00. Нажмите «MODE», чтобы вернуться к значению по умолчанию.

Нажмите кнопку Пуск, окно скорости покажет 5 -> 4 -> 3 -> 2-> 1 беговое полотно начнёт движение.

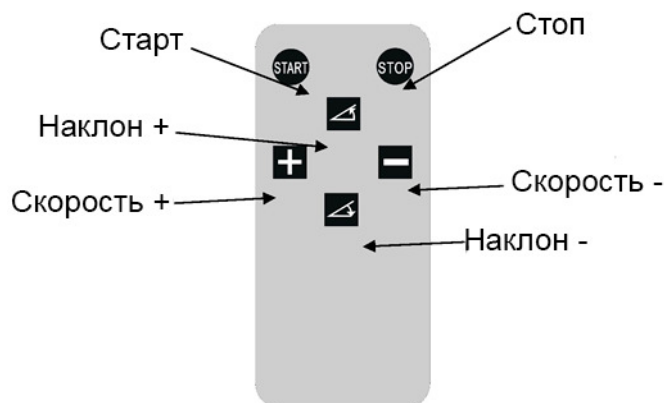
1. При запуске, нажмите кнопку +, - или клавишу заданной скорости, чтобы настроить желаемую скорость тренировки.

2. Для P1-P12, Скорость делят на 10 сегментов. Каждый сегмент имеет равное время. Скорость можно настроить для каждого сегмента отдельно.

4. Нажмите кнопку "СТОП", в ходе тренировки, беговая дорожка будет медленно останавливаться.

5. В любой момент, в случае необходимости, можете выдернуть ключ безопасности из разъёма и дорожка остановится.

7. Функция дистанционного управления. Беговая дорожка идёт с инфракрасным пультом дистанционного управления в комплекте. Дальность приёма составляет 4 метра.



Программа BODY FAT

Нажмите клавишу "PROG", чтобы Выбрать "FAT". Окно "Скорость", покажет серийный номер товара, Вы можете нажать кнопку "MODE" для задания параметров. Нажмите кнопку "+", "-", чтобы установить данные.

F1, означает SEXO, 1 (мужчины), 2 (женщины). По умолчанию Мужской

F2, означает Возраст, диапазон 10-100. По умолчанию 25.

F3, означает Рост, диапазон 100-199см. По умолчанию 170CM.

F4, означает вес, диапазон 20-150 кг. По умолчанию 70кг.

F5 покажет, что Вы закончили ввод данных, и запустит функцию анализа жировых отложений. Для этого положите обе руки на руле и подождите 8 секунд, в окне будет Выведен соответствующий показатель. Например, в среднем, индекс массы тела до 18

слишком худой; между 18-23 стандарт; между 23-28 лишний вес; и более 29 начало ожирения.

		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	Скорость	1.0	2.0	3.0	4.0	5.0	5.0	4.0	3.0	2.0	1.0
P2	Скорость	1.0	3.0	6.0	3.0	6.0	6.0	3.0	6.0	3.0	1.0
P3	Скорость	1.0	4.0	6.0	8.0	6.0	5.0	4.0	3.0	2.0	1.0
P4	Скорость	1.0	3.0	6.0	3.0	2.0	3.0	6.0	3.0	2.0	1.0
P5	Скорость	1.0	3.0	6.0	8.0	8.0	8.0	8.0	6.0	3.0	1.0
P6	Скорость	4.0	6.0	3.0	6.0	5.0	9.0	9.0	7.0	6.0	2.0
P7	Скорость	2.0	4.0	6.0	8.0	9.0	9.0	8.0	6.0	4.0	2.0
P8	Скорость	2.0	5.0	8.0	8.0	8.0	8.0	8.0	8.0	5.0	2.0
P9	Скорость	2.0	5.0	6.0	5.0	7.0	9.0	9.0	7.0	5.0	3.0
P10	Скорость	3.0	7.0	9.0	5.0	9.0	9.0	9.0	7.0	5.0	3.0
P11	Скорость	2.0	6.0	9.0	4.0	9.0	4.0	9.0	9.0	6.0	2.0
P12	Скорость	3.0	6.0	9.0	9.0	9.0	9.0	3.0	9.0	6.0	3.0

Поиск и устранение неполадок

Проблема	Возможные причины	Решение
Не работает тренажёр	а. Не правильное подключение к сети	Проверить подключение к розетке
	б. не установлен ключ безопасности	Поместите ключ в разъем
	с. проблема с электроникой системы	Проверьте панель управления и кабели
	д. отключено питание	Включить тумблер
Беговое полотно не движется должным образом	а. Плохо смазано беговое полотно	Проведите смазывание бегового полотна
	б. Слишком туго натянуто	Отрегулируйте полотно
Беговое полотно проскальзывает	а. Полотно ослаблено	Отрегулируйте полотно
	б. Моторный ремень ослаб	Отрегулируйте ремень

Общие советы по тренировкам

Начинайте свою программу тренировок с более медленного темпа, например, один этап тренировки выполняйте каждые 2 дня. Увеличивайте время тренировки постепенно от недели к неделе. Начните с коротких занятий и затем плавно увеличивайте их продолжительность. Занимайтесь постепенно и не пытайтесь сразу достичь невозможного. Дополняйте занятия на беговой дорожке другими видами тренировок, такими как бег, плавание, танцы и/или езда на велосипеде.

Всегда проводите разминку перед началом занятий. Уделяйте, по крайней мере, пять минут упражнениям на разогрев и растяжку мышц, чтобы избежать растяжений и других травм.

Регулярно проверяйте Ваш пульс. Если у вас нет специального прибора для измерения пульса, проконсультируйтесь с врачом на счет того, как Вы можете самостоятельно измерять свой сердечный ритм. Узнайте свой уровень сердечного ритма для достижения оптимальных результатов тренировки. Учитывайте во время тренировок Ваш возраст и Ваш уровень физической подготовки. Нижеследующая таблица даст Вам представление об оптимальном сердечном ритме во время тренировок.

Во время тренировки дышите спокойно и равномерно.

Позаботьтесь, чтобы во время тренировок рядом была питьевая вода. Во время занятий необходимо соблюдать питьевой режим. Рекомендуемое количество жидкости 2-3 литра в день сильно увеличивается при физических нагрузках. Жидкость, при употреблении во время тренировки, должна быть комнатной температуры.

Для тренировки на беговой дорожке всегда одевайте легкую и удобную одежду и спортивную обувь. Не тренируйтесь в свободной одежде, которая может порваться или попасть в движущиеся части беговой дорожки.

Подготовка к занятию

Насколько Высокий или низкий должен быть пульс во время упражнений?
Вы можете узнать больше информации, проконсультировавшись с врачом.

Возраст	Частота сердечного ритма 50-75 % (удары в минуту) - идеальный пульс во время занятия -	Максимальная частота сердечного ритма 100 %
20 лет	100-150	200
25 лет	98-146	195
30 лет	95-142	190
35 лет	93-138	185
40 лет	90-135	180
45 лет	88-131	175
50 лет	85-127	170
55 лет	83-123	165
60 лет	80-120	160
65 лет	78-116	155
70 лет	75-113	150

Разминка / упражнения на растяжку

Успешная тренировка начинается с упражнений на разогрев мышц и заканчивается упражнениями для отдыха и расслабления. Упражнения для разогрева готовят ваши мышцы для последующей тренировки на беговой дорожке. Расслабляющие упражнения после дают мышцам отдохнуть и расслабиться, чтобы не чувствовать дискомфорта. Далее Вам предлагаются несколько упражнений на растяжку для разогрева мышц и расслабления.

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ШЕИ

Наклоните голову направо и почувствуйте напряжение мышц шеи. Медленно опускайте голову вниз к Вашей груди по окружности, а затем поверните голову налево.

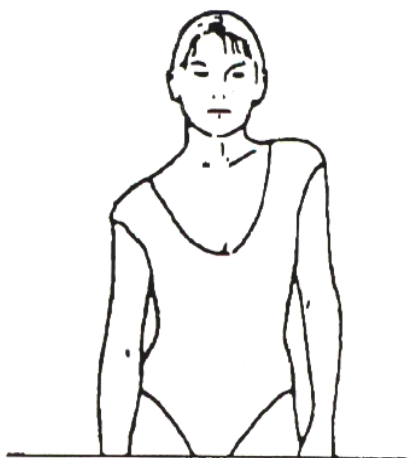
Повторите это упражнение поочередно несколько раз, наклоняясь в левую и в правую стороны.



1

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ОБЛАСТИ ПЛЕЧА

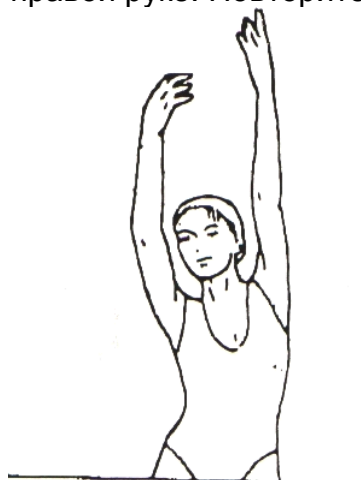
Поднимайте левое и правое плечо поочередно, или поднимайте оба плеча одновременно



2

УПРАЖНЕНИЕ ДЛЯ РАСТЯЖКИ РУК

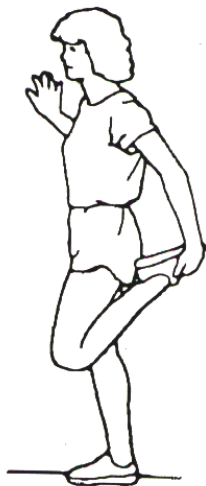
Тяните поочередно левую и правую руки к потолку. Добейтесь чувства напряженности и в левой и в правой руке. Повторите это упражнение несколько раз.



3

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ВЕРХНЕЙ ЧАСТИ БЕДРА

Обопритесь одной рукой об стену, затем согните правую или левую ногу в колене и подтяните её так близко к ягодицам, насколько сможете. Почувствуйте напряжение в верхней части бедра. Побудьте в этом положении в течение 30 секунд, если возможно и повторите это упражнение по 2 раза для каждой ноги.



4

УПРАЖНЕНИЕ ДЛЯ ВНУТРЕННЕЙ ЧАСТИ БЕДРА

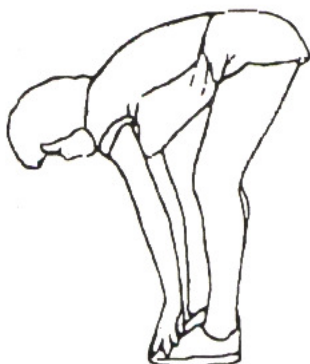
Сидя на полу, расположите ноги ступнями друг к другу, коленями в стороны. Подтяните ноги насколько это возможно к паху. Теперь локтями нажмите на колени, отгибая их вниз, к полу. Оставайтесь в таком положении в течение 30-40 секунд, если это возможно.



5

НАКЛОНЫ К ПАЛЬЦАМ НОГ

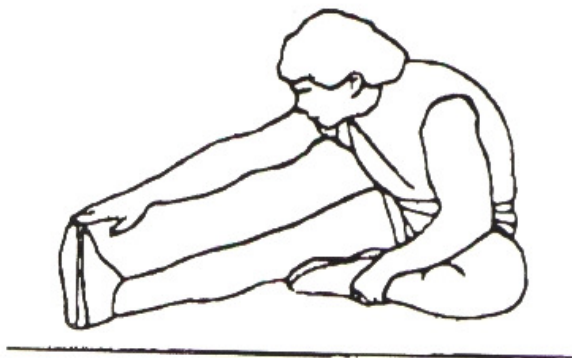
Медленно наклонитесь вперед и попытайтесь коснуться пальцев ног руками. Нагибайтесь вниз до максимально возможной степени к пальцам ноги. Продержите это положение в течение 20-30 секунд, если это возможно.



6

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ КОЛЕНЕЙ

Сядьте на полу и Вытяните правую ногу. Согните левую ногу и положите ее на ваше правое бедро сверху. Теперь попытайтесь дотянуться до конца правой ноги правой рукой. Побудьте в таком положении в течение 30-40 секунд, если это возможно.

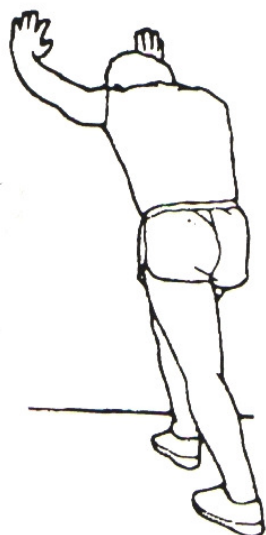


7

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ЗАДНЕЙ ЧАСТИ ГОЛЕНИ / АХИЛЛОВА СУХОЖИЛИЯ

Обопритесь обеими руками на стену и надавите весом всего тела. Затем переместите левую ногу назад и поочередно меняйте левую ногу с правой. Это упражнение влияет на растяжку задней части ноги.

Продержите такое положение в течение 30-40 секунд, если это возможно.



8

Обслуживание беговой дорожки

Правильное и своевременное обслуживание очень важно, для обеспечения безупречной работы беговой дорожки. Ненадлежащее обслуживание может стать причиной повреждения беговой дорожки или сократить срок её службы.

Все части беговой дорожки должны быть проверены и регулярно подтягиваться. Изношенные элементы должны быть немедленно заменены.

РЕГУЛИРОВАНИЕ БЕГОВОГО ПОЛОТНА

Возможно, понадобится подрегулировать беговое полотно в течение первых нескольких недель использования. Все беговые полотна должным образом устанавливаются при изготовлении. Беговое полотно может растягиваться в процессе использования. Растяжка полотна это нормальный процесс во время использования беговой дорожки.

РЕГУЛИРОВКА НАТЯЖЕНИЯ БЕГОВОГО ПОЛОТНА:

Если во время бега Вы чувствуете что беговое полотно как бы "проскальзывает" или колеблется, возможно, придется увеличить его натяжение.

УВЕЛИЧЕНИЕ НАТЯЖЕНИЯ БЕГОВОГО ПОЛОТНА:

1. Вставьте 8-миллиметровый ключ в левый болт регулирования натяжения полотна. Поверните ключ по часовой стрелке на 1/4, чтобы подтянуть задний ролик и увеличить натяжение полотна.
2. Повторите ШАГ 1 для правого болта регулирования натяжения бегового полотна. Вы должны убедиться, что повернули оба болта на равное число поворотов, таким образом, задний ролик останется параллельным относительно рамы.
3. Повторите ШАГ 1 и ШАГ 2, пока проскальзывание не будет устранено.
4. Не допускайте сильного натяжения бегового полотна, поскольку можно создать чрезмерное давление на передние и задние опорные ролики. Чрезмерно натянутое беговое полотно может повредить опорные ролики, что приведет к увеличению шума от передних и задних роликов.

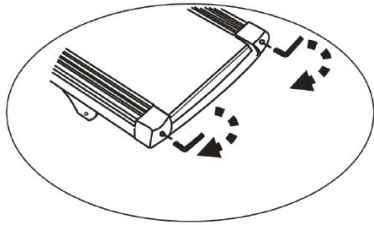
ЧТОБЫ УМЕНЬШИТЬ НАТЯЖЕНИЕ БЕГОВОГО ПОЛОТНА, ПОВЕРНИТЕ ОБА БОЛТА ПРОТИВ ЧАСОВОЙ СТРЕЛКИ НА ОДИНАКОВОЕ ЧИСЛО ПОВОРОТОВ.

ЦЕНТРИРОВАНИЕ БЕГОВОГО ПОЛОТНА

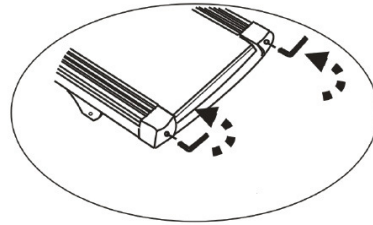
Во время бега, возможно, что Вы будете отталкиваться одной ногой сильнее, чем другой. Величина отклонения зависит от силы отталкивания одной ноги по отношению к другой. Это может заставить полотно «съехать» относительно центра. Это отклонение нормально и беговое полотно центрируется, когда никто на нем не находится. Если беговое полотно остается смещенным от центра, нужно будет отцентрировать его вручную.

Запустите беговую дорожку в холостую (не вставая на полотно), нажмите кнопку быстрого выбора скорости и задайте скорость 6 км/ч.

1. Определите, смещается ли беговое полотно к правой или левой стороне.
 - Если смещение идет к левой стороне, с помощью ключа, поверните левый болт регулирования по часовой стрелке на 1/4 и правый болт регулирования против часовой стрелки на 1/4.
 - Если смещение идет к правой стороне, поверните правый болт регулирования по часовой стрелке на 1/4 и левый болт регулирования против часовой стрелки на 1/4
 - Если ремень все еще не отцентрирован, повторите вышеописанные шаги, пока ремень не будет отцентрирован.
2. После того, как полотно будет отцентрировано, увеличьте скорость до 12 км/ч и проверьте, что полотно движется ровно и плавно.



Поворачивайте по часовой стрелке чтобы увеличить натяжение полотна
СМАЗЫВАНИЕ БЕГОВОГО ПОЛОТНА



Поворачивайте против часовой стрелки чтобы уменьшить натяжение полотна

Беговая дорожка поставляется производителем уже в смазанном виде.

Однако рекомендуется смазывать беговое полотно через каждые 60 часов работы (1-2 раза в 3 месяца), это обеспечит вам наименьший износ бегового полотна и деки.

Через каждые 1-1,5 месяца использования, проверяйте наличие смазки на деке, это можно сделать, приподняв любую из сторон бегового полотна. Если следы силиконовой смазки будут ощутимыми, смазывание не требуется. В случае, если поверхность окажется сухой, следуйте следующим инструкциям. Используйте только без масляные силиконовые смазки.

Смазывание бегового полотна:

- Переместите полотно так, чтобы шов был расположен посередине.
- Откройте клапан в головке смазочного контейнера.
- Приподнимите полотно с одной стороны и расположите клапан смазочного контейнера на небольшом расстоянии до переднего края бегового полотна. Начните с переднего края полотна. Наносите смазку по направлению к концу полотна. Повторите этот процесс с другой стороны бегового полотна. Наносите смазку с каждой стороны в течение приблизительно 4 секунд.
- Подождите 1 минуту, чтобы дать силиконовой смазке распространиться, прежде, чем использовать тренажер.

ОЧИСТКА:

Регулярная очистка бегового полотна гарантирует долгий срок жизни тренажера.

- **Предупреждение:** беговая дорожка должна быть предварительно Выключена, чтобы избежать поражений электрическим током. Шнур питания должен быть Вытащен из розетки, прежде, чем начать очистку или обслуживание беговой дорожки.
- **Для чистки тренажера:** используйте мягкую ткань. Не используйте бумагу для чистки поверхностей беговой дорожки, не используйте аммиак или кислотосодержащие растворы.
- **После каждого занятия:** Протрите консоль управления и другие поверхности чистой мягкой и влажной тканью, чтобы удалить остатки пота.

Предостережение: не используйте абразивные материалы или растворители. Во избежание повреждения компьютера, не допускайте попадания жидкости на него. Не Выставляйте компьютер под прямым солнечным светом.

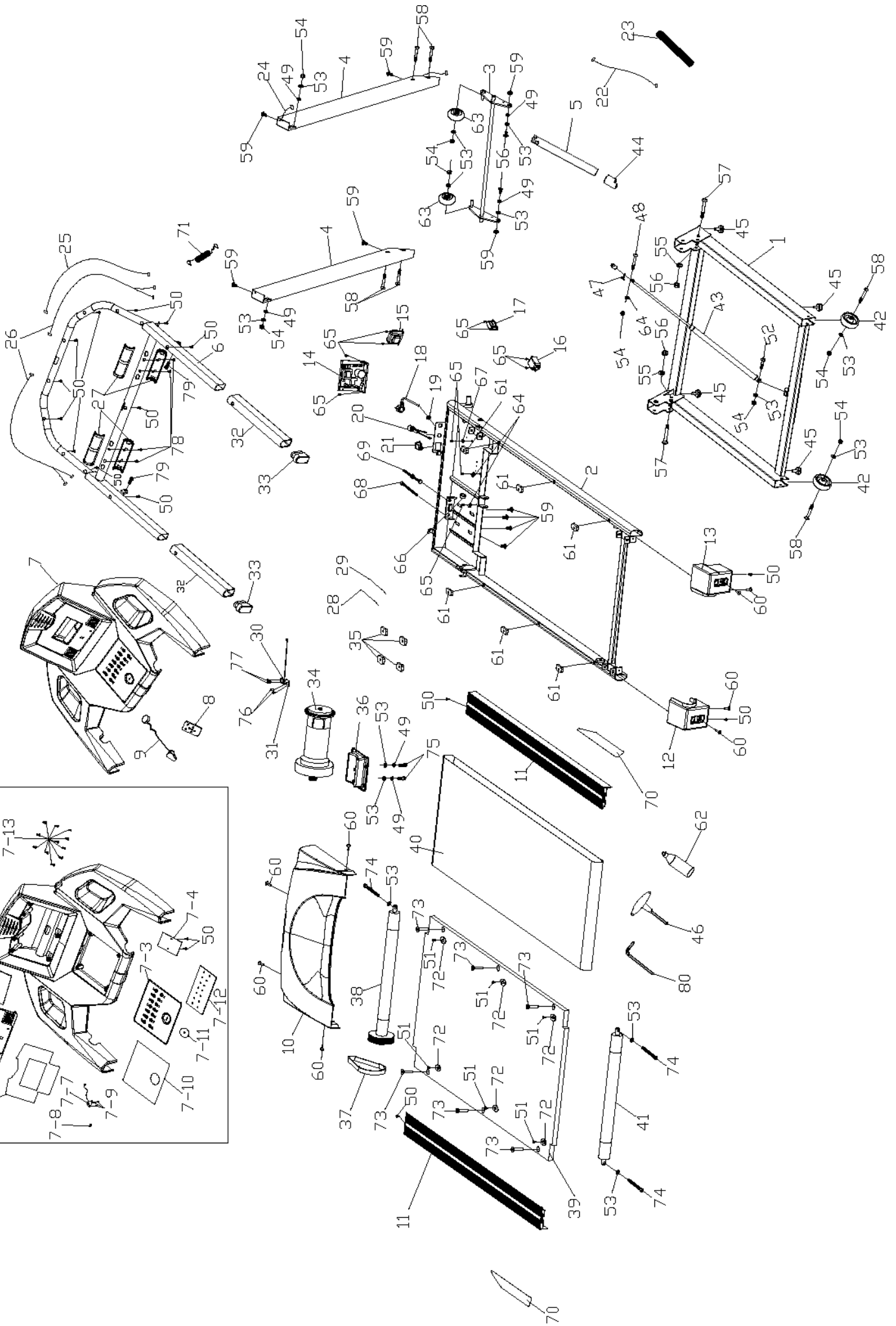
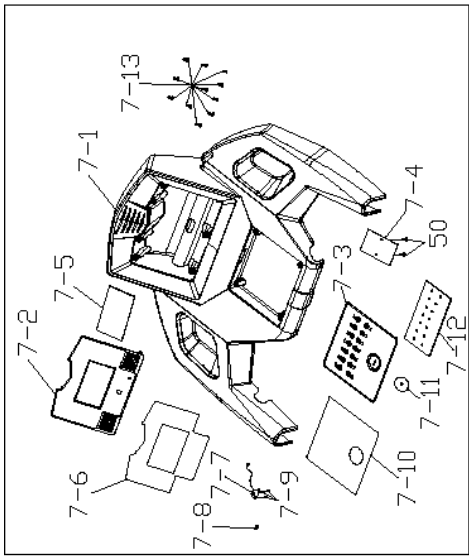
- **Еженедельно:** Чтобы облегчить чистку беговой дорожки, рекомендуется использовать тканевые тряпки. На беговом полотне от обуви может оставаться грязь, которая может попасть в механизмы беговой дорожки. Производите чистку специального коврика под беговой дорожкой один раз в неделю.

ХРАНЕНИЕ:

Храните беговую дорожку в чистом, сухом месте со следующими значениями:

1. Температура +10 - +35 C
2. Влажность: 50-75%
3. Если Ваш тренажер хранился при низкой температуре или в условиях Высокой влажности (имеет следы конденсации влаги), необходимо перед эксплуатацией Выдержать его в нормальных условиях не менее 2-4 часов и только после этого можно приступить к эксплуатации.

Убедитесь, что Вы отключили беговую дорожку от электросети на время хранения.



№	Наименование	Кол-во
1	Рама несущая	1
2	Рама	1
3	Кронштейн	1
4	Стойка	2
5	Трубка защитная	1
6	Рама консоли	1
7	Консоль	1
8	Пульт управления	1
9	Ключ безопасности	1
10	Кожух электродвигателя	1
11	Накладка противоскользящая	2
12	Накладка торцевая задняя (Л)	1
13	Накладка торцевая задняя (П)	1
14	Плата управления	1
15	Трансформатор	1
16	Фильтр сетевой	1
17	Индуктор	1
18	Кабель сетевой	1
19	Фиксатор кабеля SR-5R1	1
20	Предохранитель	1
21	Выключатель	1
22	Кабель соединительный 800 мм	1
23	Оплетка	1
24	Кабель соединительный 1100 мм	1
25	Кабель соединительный 850 мм	1
26	Кабель датчика пульсометра	2
27	Датчик пульсометра	1
28	Кабель соединительный 350 мм (красный)	1
29	Кабель соединительный 350 мм (черный)	1
30	Ключ гаечный торцевой	1
31	Датчик скорости	1
32	Кронштейн датчика скорости	1
33	Накладка рукояти из пеноматериала	2
34	Заглушка поручня	2
35	Электродвигатель	1
36	Прокладка кронштейна электродвигателя	4
37	Кронштейн электродвигателя	1
38	Ремень приводной	1
39	Вал передний со шкивом	1

40	Дека	1
41	Полотно беговое	1
42	Вал задний	1
43	Колесико транспортировочное Ø46	2
44	Доводчик газоВый	1
45	Втулка Ø33×Ø23×48	1
46	Ножка регулируемая Ø28×Ø23×11×M8×20	4
47	Колесико транспортировочное Ø62	2
48	Прижимка	1
49	Шайба гроверная	4
50	Болт M8x50x20	1
51	Винт ST4x16	23
52	Смазка силиконовая	1
53	Болт M8x30x20	1
54	Шайба плоская Ø8	14
55	Гайка самоконтрящаяся M8	8
56	Винт M10x25	2
57	Шайба плоская Ø10	3
58	Гайка самоконтрящаяся M10	3
59	Винт M10x70x20	2
60	Винт M8x40x20	8
61	Винт M8x15	8
62	Винт M5	8
63	Прокладка	6
64	Втулка Ø17×Ø10×7	2
65	Провод PM3 (опционально)	1
66	Винт ST3x25	4
67	Фиксатор кабеля	1
68	Винт ST3x25	11
69	Магнит	1
70	Шайба Ø5	1
71	Винт M8×75	1
72	Винт регулировочный M8×65	1
73	Винт M5x35x20	1
74	Винт M5x55x25	1
75	Скотч двухсторонний	2
76	Электромотор механизма подъема	1
77	Втулка направляющая	6
78	Винт M6×40	6

79	Винт М8×75	3
80	Винт М8×15	2
81	Винт М4×6	2
82	Винт ST3×10	2
83	Винт М8×25	2
85	Ключ	1
7	Консоль	1
7-1	Кожух консоли	1
7-2	Плата консоли	1
7-3	Плата консоли с кнопками управления	1
7-4	Плата РСВ	1
7-5	Ключ безопасности	1
7-6	Пленка защитная	1
7-7	Винт РWA2.6×6×6	3
7-8	Винт ST4×10	11
7-9	Публикация	1
7-10	Накладка защитная	1

ГАРАНТИЙНЫЕ ОБЯЗАТЕЛЬСТВА

Настоящие Гарантийные обязательства составлены в соответствии с положениями Закона Российской Федерации "О защите прав потребителей" и гарантийными обязательствами фирм-изготовителей.

Срок службы на всю продукцию, поставляемую компанией «Hasttings», составляет 7 лет при условии соблюдения правил эксплуатации и рекомендуемого технического обслуживания. Фактический срок эксплуатации может значительно превышать официально установленный.

Пожалуйста, внимательно изучите условия действия гарантии.

1. На все товары, распространяется гарантия продавца. Срок действия гарантии указан в гарантийном талоне, Выданном при покупке товара.

2. Гарантийное и послегарантийное сервисное обслуживание товаров производится в Сервисном центре. Гарантийное обслуживание производится бесплатно. Перечисленные гарантии исчисляются со дня передачи товара потребителю. В течение 14-ти дней с момента покупки приобретённый в магазине товар надлежащего качества можно обменять на аналогичный в соответствии со ст. 25 закона РФ "О защите прав потребителей" (кроме товаров, перечисленных в постановлении Правительства Российской Федерации от 19 января 1998 г. N55 (редакция от 20 октября 1998 года)).

3. Срок службы на всю продукцию составляет 7 лет при условии соблюдения правил эксплуатации и рекомендуемого технического обслуживания.

4. Гарантия не распространяется на:

- повреждения (внешние и внутренние), Вызванные любым механическим воздействием или ударом, трещины, сколы, царапины, задиры поверхностей, деформации материалов и деталей и т.п.
- расходные материалы***, имеющие ограниченный срок службы
- профилактические работы и техническое обслуживание и используемые при этом расходные материалы
- действия непреодолимой силы (пожар, несчастный случай, неисправность электрической сети и т.д.)

5. Гарантийный ремонт не производится в следующих случаях:

- Выхода из строя электронного оборудования или повреждений, каких либо других частей в ходе неквалифицированной сборки, установки или ремонта изделия
- нарушение правил эксплуатации или употребление изделия не по назначению
- при самовольном вскрытии или попытке ремонта, произведённым неуполномоченными на то сервисными центрами
- использование изделия в целях осуществления коммерческой деятельности либо в связи с приобретением в целях удовлетворения потребностей предприятий, учреждений, организаций, если это не предусмотрено моделью изделия
- проникновение жидкости, пыли, насекомых и других посторонних предметов внутрь изделия
- отсутствует или неправильно заполнен гарантийный талон (отсутствует название модели, дата продажи, заводской номер изделия, штамп торговой организации), или при предъявлении талона сомнительного происхождения
- если повреждения, Вызваны несоответствием Государственным стандартам параметров питающих, телекоммуникационных, кабельных сетей и другими внешними факторами (климатическими и иными)
- если недостаток изделия явился следствием использования нестандартных и (или) некачественных принадлежностей, аксессуаров, запасных частей, элементов питания, носителей информации различных типов или нестандартных форматов информации.

6. Для предъявления требования об обмене или возврате изделия необходимо соблюдение следующих условий:

- комплектность изделия, включая упаковочные принадлежности (коробка, элементы упаковки отдельных узлов и деталей, техническое описание и т. д.)
- сохранение товарного вида изделия (отсутствие царапин, потёртостей и т.д.)
- наличие оригинала товарного чека, правильно и чётко заполненный гарантийный талон.

7. Работы по техническому обслуживанию изделий (чистка и смазка приводов, деки, движущихся частей, замена расходных материалов и принадлежностей, дополнительная

регулировка и калибровка и т.д.) производятся на платной основе, кроме случаев, обусловленных скрытыми дефектами оборудования. Данные виды работ выполняются за отдельную плату по утверждённому прейскуранту.

8. Сборка, установка и подключение изделия, описанная в документации, прилагаемой к нему, могут быть выполнены как самим пользователем, так и специалистами уполномоченных сервисных центров соответствующего профиля на платной основе

9. Если для проведения гарантийного ремонта в регионах РФ возникает необходимость транспортировки Изделия или его частей в специализированный сервисный центр Продавца, или возникает необходимость командировки представителя технической службы Продавца, все транспортные расходы возлагаются на Покупателя.

Условия гарантийных обязательств не предусматривают чистку, смазку, дополнительную регулировку, кроме случаев, обусловленных скрытыми дефектами оборудования. Данные виды работ выполняются за отдельную плату по утверждённому прейскуранту.

ВНИМАНИЕ!
ДАнный ТРЕНАЖЕР ПРЕДНАЗНАЧЕН ИСКЛЮЧИТЕЛЬНО ДЛЯ ДОМАШНЕГО
НЕКОММЕРЧЕСКОГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ!

Производитель оставляет за собой право вносить изменения в конструкцию тренажёра, не ухудшающие его основные технические характеристики.

В случае возникновения каких-либо технических проблем, первоначально проконсультируйтесь с квалифицированным представителем сервисной службы компании **Hasttings**, большинство возникших ситуаций разрешается на месте и исключается высылка тренажёра в адрес сервисного центра, что влечет за собой дополнительные расходы, затраты на доставку оборудования в сервисный центр возлагаются на отправителя.

Порядок и правила обращения в Сервисный Центр

1. Общие положения

Сервисный центр выполняет техническое обслуживание и ремонт спортивного оборудования **T.M.**, **Hasttings** и **Spirit Fitness**.

2. Обращение в Сервисный центр

Обращения в службу Сервисного центра происходят по телефону (495) 723-49-91 а так же на электронной адрес service@hasttings.ru Этот e-mail адрес защищен от спам-ботов, для его просмотра у Вас должен быть включен Javascript.

Обращения пользователей рассматриваются Сервисным центром в рабочее время: с 10:00 до 18.00 по московскому времени, с понедельника по пятницу (за исключением официальных праздников Российской Федерации).

Подробное руководство при обращении в сервисный центр.

необходимо уточнить следующую информацию:

- находится ли оборудование на гарантии и наличие гарантийного талона;
- тип, модель и заводской номер оборудования (см. маркировку оборудования);
- описание проблемы;
- контакты для связи с пользователем.

Эти данные необходимы Сервисному центру для определения типа сервисного обслуживания, который регламентирован теми или иными действиями, а также схемой расчетов. Кроме того, они помогут держать связь с пользователем для оперативного решения проблемы.

Обращения по телефону, электронной почте и заявки на техническую поддержку регистрируются. Техническую консультацию пользователь получает по телефону или по электронной почте. При обращении за консультацией по телефону, диспетчер соединяет пользователя с инженером Сервисного центра.

При возникновении неисправности оборудования, пользователь обращается в Сервисный центр, описывает неисправность и характер ее проявления. Инженер квалифицирует проблему и в случае необходимости, консультирует относительно ее решения по телефону (495) 723-49-91 или электронной почте service@hasttings.ru Этот e-mail адрес защищен от спам-ботов, для его просмотра у Вас должен быть включен Javascript.

Во многих случаях неисправность можно устранить без замены деталей (то есть ремонт без замены

деталей).

Если после Выполнения рекомендаций инженера неисправность устранить не удалось, пользователь оформляет заявку на Выездной ремонт. Доставка неисправного оборудования не находящегося на гарантии осуществляется за счёт заявителя в полном объеме.

3. Приоритеты и сроки обслуживания

Сервисный центр предусматривает очередность Выполнения работ — по мере поступления заявок на техническую поддержку оборудования или ремонт. Правом на приоритетное обслуживание (вне очереди) обладают заказчики, оборудование которых находится на гарантийном, либо договорном техническом обслуживании.

Для каждой конкретной единицы оборудования и вида работ могут быть оговорены сроки обслуживания, отличные от принятых в Сервисном центре (стандартных): «срок реагирования», «срок прибытия инженера на место установки», «сроквосстановления», «время обслуживания».

Срок реагирования

Это время между обращением заказчика в Сервисный центр и консультацией инженера. Такая консультация представляет собой первый шаг к решению проблемы (устранению неисправности):

— немедленно

— в течение дня (стандартный)

Срок прибытия инженера на место установки оборудования

Это время между регистрацией запроса в Сервисном центре и прибытием инженера Сервисного центра на территорию заказчика(то есть на место установки оборудования):

— в течение дня

— на следующий день

— в течение 5 рабочих дней (стандартный)

Срок восстановления

Это время между проведением диагностики неисправностей оборудования в Сервисном центре или у пользователя на месте установки оборудования и ремонтом оборудования (приведением неисправного оборудования в рабочее состояние):

— в течение дня

— на следующий день

— в течение 5 дней

— в течение 20 дней (стандартный)

Время обслуживания

Это время, в течение которого инженер Сервисного центра Выполняет работы по техническому обслуживанию или ремонту оборудования.

— Рабочее время (стандартно)

с 10:00 до 18:00 по московскому времени, с понедельника до пятницы (за исключением официальных праздников Российской Федерации).

Предлагаемые сроки обслуживания зависят от конкретного оборудования, которое приобрел заказчик, и действительны на территории г. Москвы и МО.

4. Порядок Выполнения и стоимость работ

Работы по техническому обслуживанию или ремонту Выполняются путем регулировки отдельных узлов (блоков), восстановления монтажных соединений, устранения механических повреждений и тому подобных р.

Сервисный центр

2. Обращение в Сервисный центр часы работы: 10:00-18:00

3. Приоритеты и сроки обслуживания Выходные: суббота, воскресенье

4. Порядок Выполнения и стоимость работ e-mail: service@hasttings.ru

5. Поставка запчастей со склада и под заказ тел.: 8 (495) 723-49-91

В случае возникновения каких-либо технических проблем, первоначально проконсультируйтесь с квалифицированным представителем сервисной службы компании Hastings, большинство возникших ситуаций разрешается на месте и исключается Высылка тренажера в адрес сервисного центра, что влечет за собой дополнительные расходы, затраты на доставку оборудования в сервисный центр возлагаются на отправителя.