

RT700

Бігова доріжка

Інструкція з експлуатації



УВАГА!

Прочитайте всі застереження та інструкції в цьому довіднику перед використанням цього тренажера.

УВАГА!

Прочитайте всі застереження та інструкції в цьому довіднику перед використанням цього тренажера.

Зміст

Правила техніки безпеки	3
Поради перед початком тренувань	6
Основний перелік частин	7
Застереження	8
Поради щодо використання тренажера	9
Розминка	10
Вимоги щодо підключення тренажера до електромережі	11
Дисплей доріжки	12
Встановлення та переміщення тренажера	13
Перелік частин	14
Вигляд в розібраному стані	18
Функції дисплею	22
Підключення до електричної мережі	32
Використання та регулювання полотна бігової доріжки	34

Важливі заходи безпеки

ВАЖЛИВІ ЗАХОДИ БЕЗПЕКИ

При використанні електроприладу, необхідно дотримуватись основних запобіжних заходів, включаючи наступні:

Прочитайте всі інструкції перед використанням тренажеру:

НЕБЕЗПЕКА — Щоб зменшити ризик ураження електричним струмом:

1. Завжди від'єднуйте тренажер від джерела живлення після припинення тренування або перед чищенням.
2. Не торкайтесь штепселя, якщо він потрапив у воду. Негайно вимкніть тренажер від джерела живлення.
3. Ніколи не вмикайте тренажер під час купання в ванній кімнаті чи під час прийняття душу.
4. Не розташовуйте і не зберігайте Бігову доріжку там, де електричний шнур може потрапити в ванну чи раковину. Ніколи не розташовуйте тренажер біля води.

ЗАСТЕРЕЖЕННЯ — Щоб знизити ризик отримання опіків, ураження вогнем, електричним струмом та інших ушкоджень:

1. Не залишайте доріжку ввімкненою, коли на ній ніхто не займається. Від'єднуйте тренажер від джерела живлення, коли доріжкою ніхто не користується, та перед встановленням чи зніманням комплектуючих частин.
2. Не займайтеся на тренажері у верхньому одязі. Надмірне перегрівання може спричинити ураження вогнем чи електричним струмом, або поранити людину.
3. Будьте особливо обережними, якщо бігову доріжку використовують (або знаходяться біля неї) діти, інваліди чи люди зі слабким здоров'ям.
4. Використовуйте бігову доріжку лише за призначенням, про яке зазначено в даному посібнику. Не використовуйте комплектуюче обладнання, яке не рекомендоване виробником.
5. Ніколи не використовуйте бігову доріжку, якщо в неї пошкоджений провід або розетка, якщо вони не функціонують нормально, якщо їх кинули, пошкодили або впустили у воду. Поверніть доріжку до сервісного центру для діагностики і ремонту.
6. Ніколи не пересувайте бігову доріжку, тримаючись за дріт живлення.
7. Дріт живлення повинен знаходитися на відстані від нагрітих предметів та елементів опалення.
8. Ніколи не використовуйте доріжку, якщо в неї забиті повітряні отвори. Слідкуйте, щоб туди не потрапляло волосся, нитки та інші речі.

Важливі заходи безпеки

9. Слідкуйте за тим, щоб сторонні об'єкти не потрапляли в отвори на тренажері.
10. Не використовуйте тренажер на вулиці.
11. Не використовуйте бігову доріжку в приміщеннях, де розпилювались аерозолі.
12. Щоб відключити доріжку, виключіть всі програми управління, потім вийміть штепсель із розетки.
13. Приєднуйте тренажер тільки до правильно заземленої розетки. Див. Інструкцію Заземлення.
14. Устаткування призначене для комерційного використання, максимальне навантаження – 200кг.

ЗБЕРЕЖІТЬ ЦЮ ІНСТРУКЦІЮ

ІНСТРУКЦІЯ ЗАЗЕМЛЕННЯ

Тренажер має бути заземлений. В разі несправності або поломки, заземлення забезпечує шлях найменшого опору для електричного струму, щоб уникнути ураження електричним струмом. Бігова доріжка оснащена кабелем і штепселем, які мають заземлення. Штепсель слід вставляти у відповідну розетку, яка правильно встановлена і заземлена відповідно до місцевих норм і правил.

НЕБЕЗПЕКА – Неправильне підключення провідника заземлення може призвести до ураження електричним струмом. Зверніться до електрика для того, щоб перевірити правильність заземлення бігової доріжки. Не змінюйте штепсель, встановлений на біговій доріжці, навіть якщо він не відповідає розмірам розетки. Нехай фахівець встановить відповідну розетку.

Цей тренажер споживає більш ніж 15 ампер і призначений для використання в електричній мережі на номінальну напругу 220 вольт і на заводі оснащений спеціальним електричним шнуром і штепселем, щоб дозволити підключення до належної напруги. Переконайтесь, що бігова доріжка підключена до розетки, яка підходить до штепселя. Не слід використовувати адаптер при користуванні цієї бігової доріжки. Якщо тренажер повинен бути підключений для використання на інший тип електричної схеми, то ці підключення мають бути виконані кваліфікованим обслуговуючим персоналом.

Важливі заходи безпеки

УВАГА! — Ризик отримання травм – Щоб уникнути травм, будьте дуже обережні, коли стаєте чи сходите з бігового полотна. Обов'язково прочитайте інструкцію по користуванню тренажером.

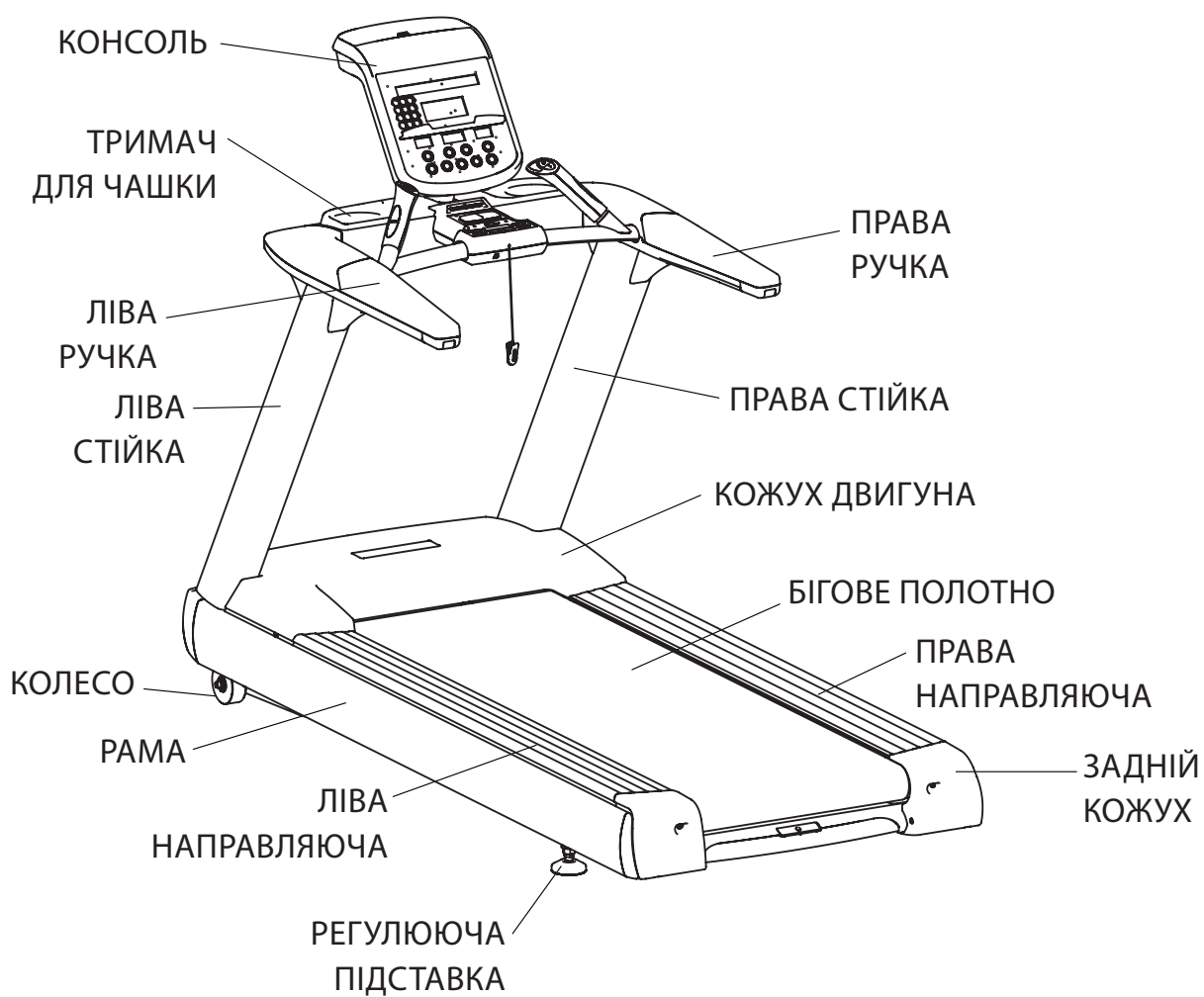
ОБЕРЕЖНО — Щоб уникнути травм від рухаючих частин тренажера – Відключіть бігову доріжку перед її використанням.

НЕБЕЗПЕКА! — Щоб уникнути ураження електричним струмом – Відключіть тренажер від джерела напруги перед його обслуговуванням або чищенням.

Поради перед початком тренувань

1. Перед використанням бігової доріжки чи початком будь-якої програми вправ, проконсультуйтеся з вашим лікарем. Задавати (регулювати) швидкість не більше 8км/год.
2. Знайдіть час, щоб виконати вправи для розтяжки, аби уникнути травм.
3. Якщо у вас хворе серце або ви маєте будь-які інші хвороби, не використовуйте тренажер без дозволу лікаря.
4. Зупиніть тренування або визвіть лікаря, якщо відчували недомогання.
5. Не залишайте без нагляду дітей та інвалідів, які знаходяться біля бігової доріжки чи під час їхніх тренувань на тренажері. Їх заняття повинні проводитись під наглядом інструктора.
6. Біг – вправа для дихання і рекомендований час для її виконання 30 хвилин.
7. Вдягайтесь відповідно: спеціальне взуття для прогулянок чи для бігу та спортивний одяг. Не вдягайте одяг, який електризується, щоб уникнути ураження електричним струмом та пошкодження бігової доріжки.
8. Не ставайте на тренажер босоніж, в туфлях або шкарпетках, щоб уникнути травм. Одягайте зручне взуття або бавовняні шкарпетки.
9. Дотримання цієї інструкції дозволить уникнути проблем з гарантійним обслуговуванням тренажера.
10. Якщо шнур живлення пошкоджений, його треба замінити або викликати електрика, щоб уникнути небезпеки.

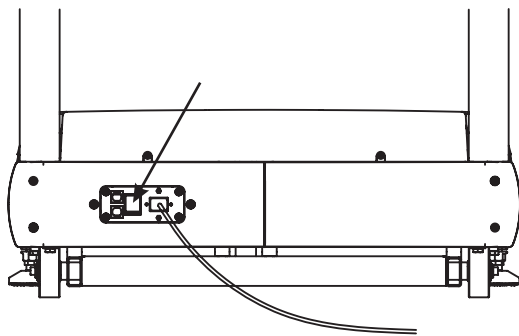
Перелік основних частин



Увага



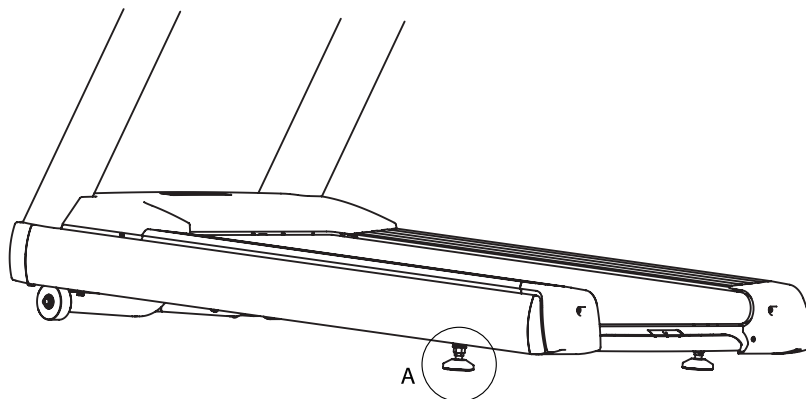
Перед користуванням біговою доріжкою або запускаючи будь-яку існуючу програму дуже важливо уважно прочитати цю інструкцію та дотримуватись слідуючих запобіжних заходів



Запобіжні заходи

1. Завжди відключайте бігову доріжку після використання для подовження терміну роботи приладу та уникнення будь якого ризику отримання уражень електричним струмом.
2. Захищайте прилад від вологи та водяних крапель.

Якщо підлога в приміщенні нерівна, відрегулюйте правильно ніжки відмічені як пункт А на малюнку нижче. Після регулювання затягніть гайки рожковим ключем.



Користування

Будь-ласка уважно прочитайте та слідуйте наведеним нижче порадам:

1. Підключить штепсель в розетку, поверніть вмикач.
2. Візьміться за ручки, щоб твердо стояти на біговій доріжці.
3. Підтягніть звисаючі частини одяжі та зафіксуйте їх стрічками.
4. Спочатку ви повинні встановити мінімальну швидкість, поступово збільшуючи її.
5. Ви повинні триматися міцно однією рукою коли будете працювати з дисплеєм.
6. Будьте уважні при користуванні біговою доріжкою. Починайте з малої швидкості, тримаючись за стійки та продовжуйте триматись поки доріжка остаточно не зупиниться та не виконаються всі функції.
7. При будь-якій небезпеці натисніть кнопку Safety Switch(перемикач безпеки).
8. Виконайте розслабляючі вправи після тренувань на біговій доріжці.

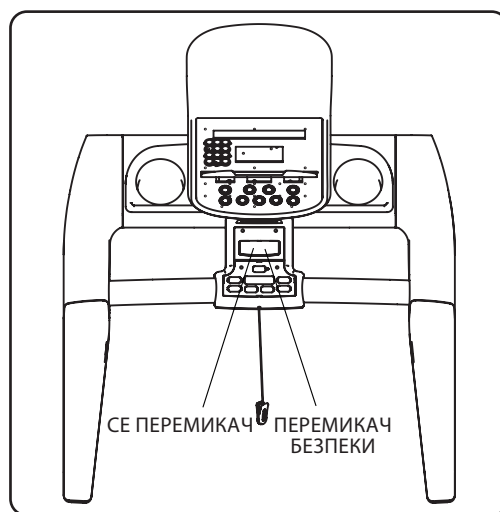
Час тренування та частота фізичних вправ:

Час вправи : 30 хвилин (Достатньо).

Частота вправи: виконувати вправи кожні 10-20 хвилин до 8 км на годину, потім можна збільшити швидкість.

СЕ Перемикач та перемикач безпеки (Safety Switch)

Коли бігова доріжка працює, користувач може натиснути червоний перемикач, якщо він хоче її зупинити. Бігова доріжка повільно зупиниться. Якщо під час тренування користувач стикається з надзвичайною ситуацією, йому потрібно потягнути перемикач безпеки з червоним проводом, і режим швидкості переключиться на крок.



Дії:

1. Натисніть СЕ перемикач (CE switch) та зафіксуйте його в нижній позиції, підтягніть одяг та зафіксуйте стрічками звисаючі частини, потім ввімкніть бігову доріжку для тренування.
2. Якщо ви відчуваєте якусь небезпеку, поверніть СЕ вимикач у вихідне положення, бігова доріжка повністю зупиниться і живлення відключиться.

Увага: Бігове полотно доріжки зупиняється поступово, через декілька секунд, після застосування вище наведених порад.

Вправи для розминки

ЗАСТЕРЕЖЕННЯ: Перед вибором тієї чи іншої програми проконсультуйтеся будь-ласка з Вашим лікарем. Це особливо важливо для людей віком від 35 років чи людей з певними вадами здоров'я.

Зображення на цій сторінці показують кілька видів первинної розтяжки, які ви зможете виконати перед вашими тренуваннями. Для того, щоб забезпечити адекватний розігрів, виконайте кожну розтяжку по три рази.

ТОРКАННЯ ПАЛЬЦІВ НІГ

Станьте прямо, злегка зігнувши коліна, повільно нагинайтесь від стегна. Розслабте спину і плечі і намагайтеся дотягнутися до пальців ніг. Максимально зігніться, порахуйте до 15 і розслабтесь. Розтягуються: підколінне сухожилля, задня частина колін, спина

РОЗТЯЖКА ПІДКОЛІННОГО СУХОЖИЛЛЯ

Сядьте, витягнувши одну ногу. Підсуньте до себе ступню протилежної ноги так, щоб вона була напроти внутрішньої частини стегна витягнутої ноги. Потягніться до пальців вашої ноги наскільки це можливо, порахуйте до 15, розслабтесь. Розтягуються: підколінне сухожилля, нижня частина спини та пахова область

РОЗТЯЖКА ЛИТОК / АХІЛЕСОВОГО СУХОЖИЛЛЯ

Витягніть одну ногу вперед, руки вільні і опираються на стіну. Задня нога повинна бути прямою і стояти повною стопою на підлозі, потім зігніть передню ногу і нагніться вперед, наближуючи стегна до стіни. Зафіксуйте положення, порахуйте до 15 і розслабтесь. Повторюйте тричі з кожною ногою. Для більшої розминки п'яткових сухожиль злегка зігніть задню ногу. Розтягуються: литки, п'яткові (Ахіллесові) сухожилля і щиколотки.

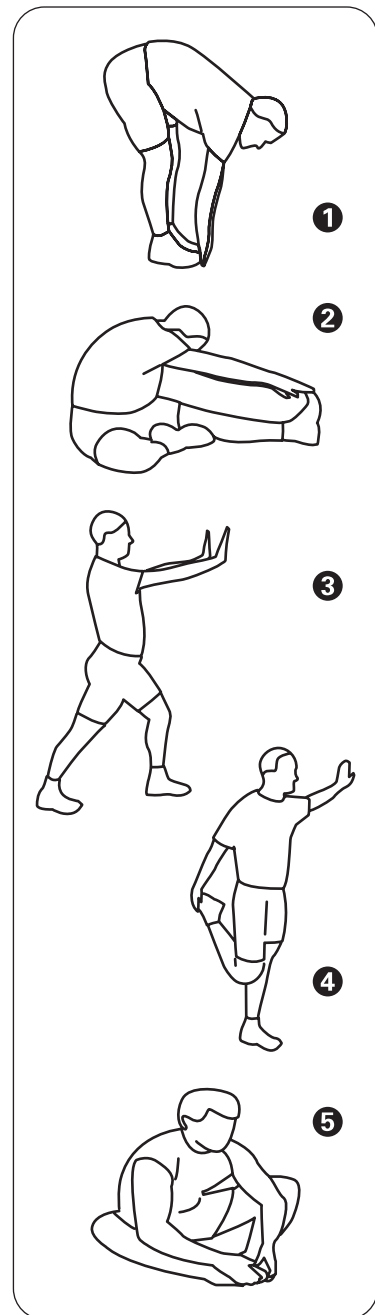
РОЗТЯЖКА ЧОТИРИГЛАВИХ МУСКУЛІВ

Опираючись однією рукою на стіну для рівноваги, відведіть ногу назад і підтягніть стопу. Спробуйте дістатися ногою до тазу. Порахуйте до 15 і розслабтесь. Повторіть тричі з кожною ногою.

Розтягуються: чотириглаві мускули, мускули стегна.

РОЗТЯЖКА ВНУТРІШНЬОЇ ЧАСТИНИ СТЕГНА

Сядьте на підлогу, з'єднайте ступні і розведіть коліна в різні сторони. Підтягніть ступні ближче до пахової зони. Порахуйте до 15 і потім розслабтесь. Повторіть тричі. Розтягуються: чотириглаві мускули та мускули стегна.



Вимоги щодо підключення до електромережі

ІГНОРУВАННЯ ПІДКЛЮЧЕННЯ ДОРІЖКИ БЕЗ ЗАЗЕМЛЕННЯ МОЖЕ СПРИЧИНИТИ УРАЖЕННЯ ЕЛЕКТРИЧНИМ СТРУМОМ. ПЕРЕВІРТЕ РАЗОМ З ДОСВІДЧЕНИМ ЕЛЕКТРИКОМ АБО З ПРЕДСТАВНИКОМ СЕРВІСНОЇ СЛУЖБИ ЧИ ДІЙСНО ПРИЛАД МАЄ ЗАЗЕМЛЕННЯ. НЕ ЗАМІНЮЙТЕ САМОСТІЙНО ПРОВІД ЖИВЛЕННЯ, ЯКИЙ ІДЕ В КОМПЛЕКТІ РАЗОМ З ПРИЛАДОМ. ЯКЩО НЕОБХІДНО ЙОГО ПОДОВЖИТИ, РОБІТЬ ЦЕ РАЗОМ З ДОСВІДЧЕНИМ ЕЛЕКТРИКОМ.

Бігова доріжка може бути серйозно пошкоджена перепадами напруги в мережі. Сплески напруги, зміна напруги можуть виникнути внаслідок погодних умов, роботи інших пристроїв в даний час, або їх вмикання/вимикання.

Бігова доріжка повинна бути заземлена для уникнення ураження електричним струмом. Завжди підключайте провід живлення в розетку відповідно маркуванню.

Інформація по користуванню дисплеєм

Перед початком тренування перевірте частоту серцебиття в нормальному режимі. Розмістіть палець проти вашої шиї, або проти вашого зап'ястя над головною артерією. Після того як відчуєте пульс прорахуйте його кількість за 10 секунд. Помножте кількість ударів на шість і ви отримаєте кількість ударів за хвилину. Ми рекомендуємо вам рахувати пульс : до тренування, після розминки, під час тренування, після двох хвилин відпочинку для порівняння та відчуття прогресу від тренувань.

Під час перших кількох місяців тренувань рекомендована нижня частина цільового серцевого ритму - 60%, а потім поступово підвищується до 75%, За рекомендаціями підвищення серцебиття на 75% є максимальним. Тренування нижче 60% призведе до мінімальних змін в серцево- судинній системі.

Перевіряйте ваш пульс, якщо він більше 100 ударів за хвилину після п'яти хвилин від моменту закінчення тренування, так як він вищий від нормального пульсу, який ви заміряєте зранку - можливо цей режим тренування для вас дуже інтенсивний, зменшіть інтенсивність занять наступного разу.

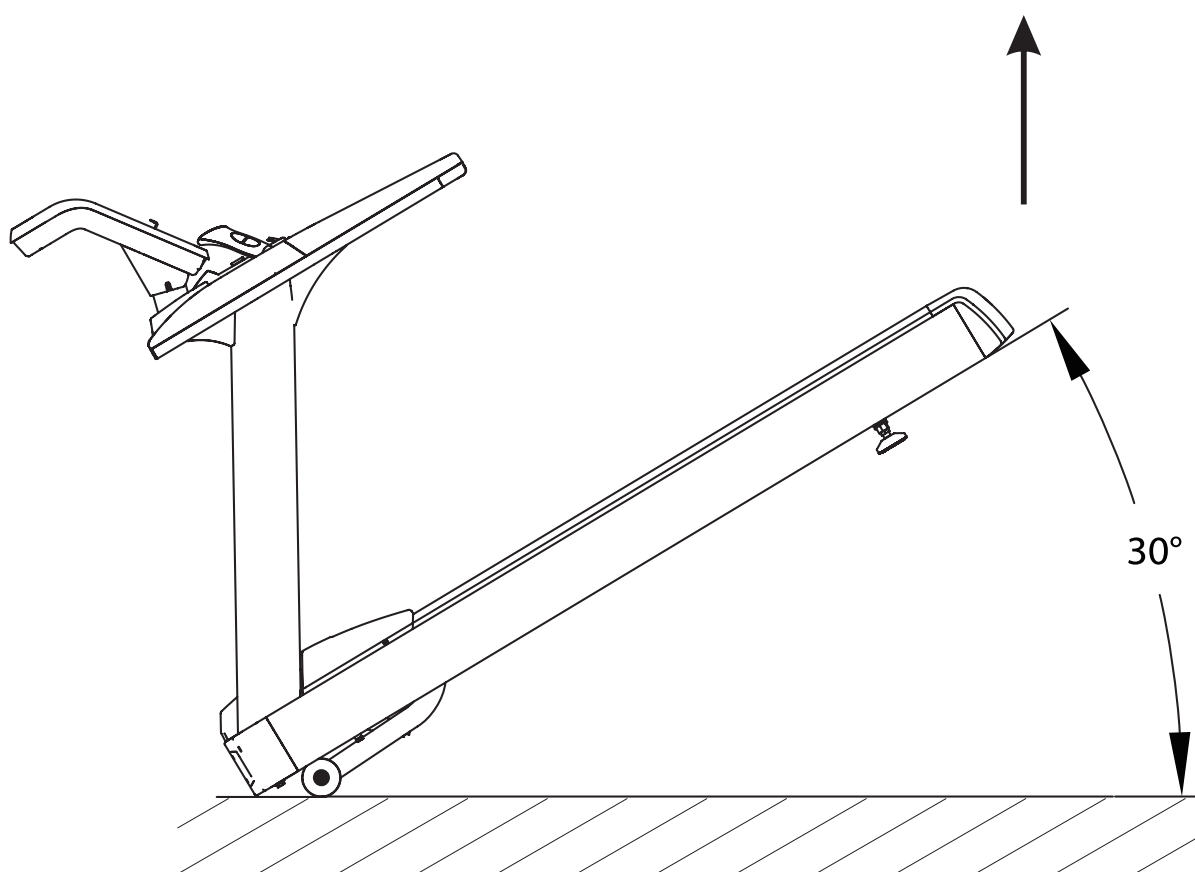


Fitness Safety На цій діаграмі наведена частота пульсу в середньому для різних віків. Відмінності можливі за різними факторами (включаючи медичні, емоційний стан, температуру, або інші умови), які призводять до відхилень від показників діаграми. Лікар повинен вас проконсультувати щодо вашої інтенсивності занять згідно вашого віку та інших умов.

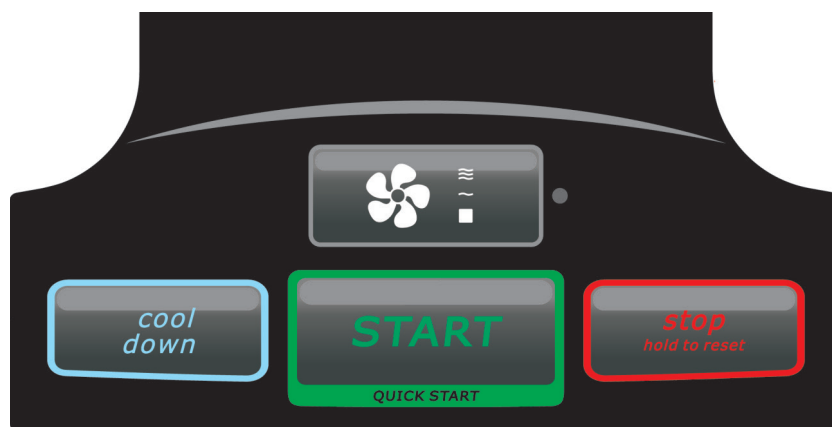
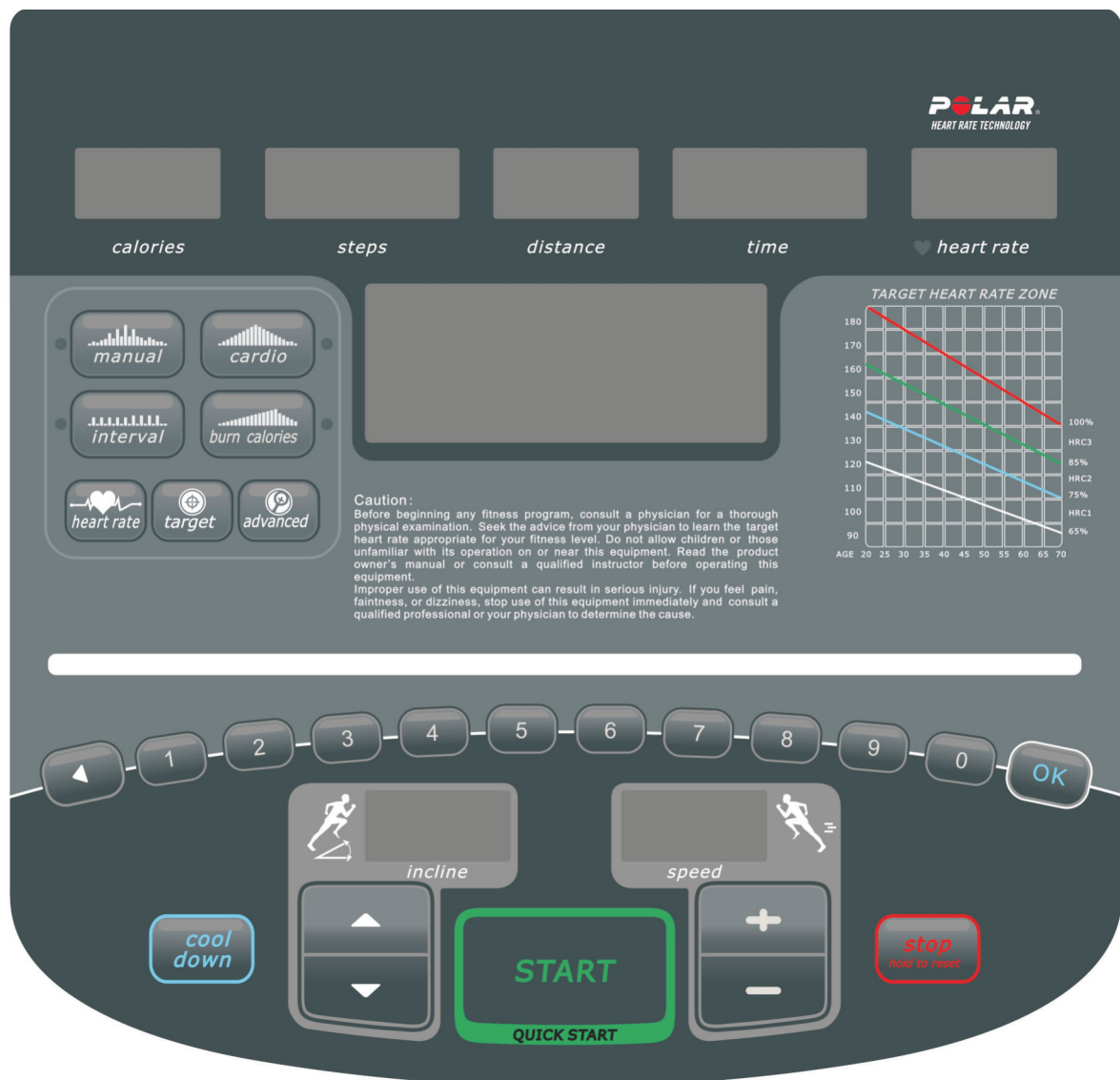
Транспортування та встановлення

Важливо! Для уникнення пошкоджень ніколи не наважуйтесь рухати працюючу бігову доріжку. Щоб зменшити ймовірність отримання травм при підйомі, зігніть ноги і тримайте спину прямо. Для того, щоб підняти або опустити бігову доріжку безпечно, ви повинні бути в змозі підняти 220 фунтів (100кг). Використовуйте допомогу другої людини при переміщенні біговій доріжці.

Підніміть бігову доріжку, потім перемістіть її в потрібне місце. Обережно поставте її на місце. Не намагайтеся перемістити бігову доріжку по нерівній або шорсткій поверхні. **Примітка:** кут бігової доріжки не може перевищувати 30 градусів, коли піднята задня частина бігової доріжки.



Функції контрольної панелі



Функції контрольної панелі

110В

ЖИВЛЕННЯ:	110-120V- 50/60Hz
RATED CURRENT:	18A
ДІАПАЗОН ШВИДКОСТІ:	1.0-25 КМ/ГОД
НАХИЛ:	0-15%
ЕКРАН:	ШВИДКІСТЬ, ЧАС, ПУЛЬС, УКЛІН, КІЛЬКІСТЬ КРОКІВ, КІЛЬКІСТЬ КАЛОРІЙ, ВІДСТАНЬ, СВІТЛОДІОДНИЙ ДИСПЛЕЙ

220В

ЖИВЛЕННЯ:	220-240V~ 50/60Hz
ПОТУЖНІСТЬ:	3100W
ДІАПАЗОН ШВИДКОСТІ:	1.0-25КРН
НАХИЛ:	0-15%
ЕКРАН:	ШВИДКІСТЬ, ЧАС, ПУЛЬС, УКЛІН, КІЛЬКІСТЬ КРОКІВ, КІЛЬКІСТЬ КАЛОРІЙ, ВІДСТАНЬ, СВІТЛОДІОДНИЙ ДИСПЛЕЙ

ФУНКЦІЇ КОНТРОЛЬНОЇ ПАНЕЛІ

1. TIME WINDOW (ВІКНО ЧАСУ)

Показує час, який пройшов після натискання кнопки старт у хвилинах та секундах (0-99 хвилин, 0-59 секунд).

2. SPEED WINDOW (ВІКНО ШВИДКОСТІ)

Показує швидкість тренування (в милях за годину) або кілометрах за годину (градування 0.1).

3. INCLINE WINDOW (ВІКНО НАХИЛУ)

Показує нахил у процентах (0—15%) з кроком 1.

4. PULSE WINDOW (ВІКНО ПУЛЬСУ)

Показує існуючий пульс користувача (Ударів за хвилину).

5. CALORIES WINDOW(ВІКНО КАЛОРІЙ)

Інформація про витрачені калорії з розрахунку ваги користувача 68 кг та згідно швидкості, часу та нахилу.

6. DISTANCEWINDOW (ВІКНО ВІДСТАНІ)

Інформація відстані у кілометрах або милях, які подолано під часу тренувань від 0.01 до 9.99 з кроком 0,01 та кроком 0.1 від 10 до 999.

7. STEPS WINDOW (ВІКНО КРОКІВ)

Інформація про кількість кроків користувача.

Функції контрольної панелі

8. СВІТЛОДІЮДНИЙ ДИСПЛЕЙ

- 8.1 Інформація кількості кіл, які умовно пробіг користувач (Одне коло 400 м)
- 8.2 Відображає 'PRESS QUICKSTART OR SELECT PROGRAM TO BEGIN' — Натисніть швидкий старт або виберіть програму, коли прилад включений.
- 8.3 Інформаційні повідомлення під час введення значень.
- 8.4 Показує графік тренування в режимі програми.

КНОПКИ КОНСОЛІ

1. START

Кнопка використовується для запуску поточної програми.

2. STOP

Натисніть один раз — швидкість стане 0, показники інших вікон не зміняться. Утримавши кнопку біля трьох секунд — показники консолі повернуться в вихідне положення (анулювання/reset).

3. SPEED+ and SPEED-

Ця клавіша використовується для зміни швидкості під час тренувань, також вона використовується для встановлення значень при підготовці тренування.

4. INCLINE+ and INCLINE- (НАХИЛ+ НАХИЛ-)

Клавіша використовується для зміни кута доріжки під час тренування.

5. NUMERIC KEYPAD (ЧИСЛОВА КЛАВІАТУРА)

Використовується для встановлення потрібних значень.

6. OK

Клавіша підтвердження та занесення набраних значень у програму.

7. MANUAL ONE TOUCH (РУЧНИЙ РЕЖИМ ОДНИМ ДОТИКОМ)

Клавіша використовується для переведення тренування у ручний режим.

8. CARDIO ONE TOUCH (Кардіорежим одним дотиком)

Клавіша використовується для вибору тренування в кардіо-режимі.

9. INTERVAL ONE TOUCH (Інтервал одним дотиком)

Клавіша використовується для вибору тренування в режимі інтервалу (проміжок часу).

10. BURN CALORIES ONE TOUCH (Втрата калорій)

Клавіша використовується для вибору тренування в режимі спалювання калорій.

11. HEART RATE ONE TOUCH (Частота серцебиття одним дотиком)

Клавіша використовується для вибору тренування в режимі частота серцебиття (контролювання пульсу).

Функції контрольної панелі

12. TARGET ONE TOUCH — Вибір режиму тренування

Клавіша використовується для вибору режиму тренування.

13. COOLDOWN — Охолодження

Клавіша використовується для вибору режиму охолодження.

14. DELETE (▲) BUTTON

Кнопка використовується для анулювання встановлених значень.

15. FAN BUTTON

Вкл/відкл вентилятору та регулювання його швидкості.

ФУНКЦІЇ ДИСПЛЕЮ

1. ШВИДКИЙ СТАРТ/РУЧНИЙ РЕЖИМ

1.1 Приєднайте провід живлення в заземлену розетку. Станьте на доріжку.

1.2 Ввімкніть тренажер.

1.3 Дисплей відобразить «PRESS QUICKSTART OR SELECT PROGRAM TO BEGIN» (Натисніть швидкий старт або виберіть програму) Повідомлення будуть прокручуватись.

1.3.1 Якщо вибрати ручний режим;

1.3.2 Якщо вибраний режим Manual, Cardio, Interval, Burn Calories, Heart Rate, Target, Advanced і доріжка рухається.

1.4 Натисніть STOP доріжка зупиниться, утримуючи клавішу протягом трьох секунд. Значення дисплею анулюються.

2. PROGRAM MODE (Режим програми)

Коли консоль вмикається, дисплей прокручує надпис «PRESS QUICKSTART OR SELECT PROGRAM TO BEGIN!» (Натисніть швидкий старт або виберіть програму)

Якщо вибраний режим Manual, Cardio, Interval, Burn Calories, Heart Rate, Target, Advanced він висвічується на дисплеї.

2.1 Якщо вибраний режим Manual (Ручний режим)

2.1.1 Дисплей прокручує надпис «MANUAL MODE: ENTER WEIGHT» (РУЧНИЙ РЕЖИМ Введіть вагу);

2.1.2 Відображає «70»;

2.1.3 Використовуйте клавіші швидкості +/- для встановлення бажаного значення;

2.1.4 Натисніть OK для підтвердження;

2.1.5 Дисплей висвічує напис «ENTER TIME» (введіть час);

2.1.6 Відображає «20»;

2.1.7 Використовуйте клавіші швидкості +/- для встановлення бажаного значення;

Функції контрольної панелі

- 2.1.8 Натисніть ОК для підтвердження;
- 2.1.9 Показник дисплею зміниться і почнеться відлік «3»,»2»,»1»;
- 2.1.10 Доріжка почне рухатись.

2.2 Якщо вибраний режим Cardio (Кардіо)

- 2.2.1 Дисплей прокручує надпис «CARDIO MODE: ENTER WEIGHT» (Кардіо режим. Введіть вагу);
- 2.2.2 Відображає «70»;
- 2.2.3 Використовуйте клавіші швидкості +/- для встановлення бажаного значення;
- 2.2.4 Натисніть ОК для підтвердження;
- 2.2.5 Дисплей висвічує напис «ENTER TIME» (введіть час);
- 2.2.6 Відображає «20»;
- 2.2.7 Використовуйте клавіші швидкості +/- для встановлення бажаного значення;
- 2.2.8 Натисніть ОК для підтвердження;
- 2.2.9 Оновлення часу.
- 2.2.10 Екран відображає «3»,»2»,»1»;
- 2.2.11 Доріжка почне рухатись.

2.3 Якщо вибраний режим Interval (Інтервал)

- 2.3.1 Дисплей прокручує надпис «INTERVAL MODE: ENTER WEIGHT» (Режим Інтервалу, Введіть вагу);
- 2.3.2 Відображає «70»;
- 2.3.3 Використовуйте клавіші швидкості +/- для встановлення бажаного значення;
- 2.3.4 Натисніть ОК для підтвердження;
- 2.3.5 Дисплей висвічує напис «ENTER TIME» (введіть час);
- 2.3.6 Відображає «20»;
- 2.3.7 Використовуйте клавіші швидкості +/- для встановлення бажаного значення;
- 2.3.8 Натисніть ОК для підтвердження;
- 2.3.9 Значення часу оновиться;
- 2.3.10 Дисплей прокручує напис «ENTER LOWER SPEED LIMIT» (Введіть мінімальний показник швидкості);
- 2.3.11 Відображає «8»;

Функції контрольної панелі

- 2.3.12 Використовуйте клавіші швидкості +/- для встановлення бажаного значення;
- 2.3.13 Натисніть ОК для підтвердження;
- 2.3.14 Дисплей прокручує напис «ENTER UPPER SPEED LIMIT» (Введіть максимальний показник швидкості);
- 2.3.15 Відображає «10»;
- 2.3.16 Використовуйте клавіші швидкості +/- для встановлення бажаного значення;
- 2.3.17 Натисніть ОК для підтвердження;
- 2.3.18 На екрані відображається «3», «2», «1»;
- 2.3.19 Доріжка почне рухатись.

2.4 Якщо вибраний режим **Burn Calories (Втрата калорій)**

- 2.4.1 Дисплей прокручує напис «BURN CALORIES MODE: ENTER MAX SPEED» (Режим втрата калорій, введіть максимальну швидкість);
- 2.4.2 Відображає «10»;
- 2.4.3 Використовуйте клавіші швидкості +/- для встановлення бажаного значення;
- 2.4.4 Натисніть ОК для підтвердження;
- 2.4.5 Дисплей прокручує напис «ENTER MAX INCLINE» (введіть максимальний нахил);
- 2.4.6 Відображає «10»;
- 2.4.7 Використовуйте клавіші швидкості +/- для встановлення бажаного значення;
- 2.4.8 Натисніть ОК для підтвердження;
- 2.2.9 Показник дисплею зміниться і почнеться відлік «3», «2», «1»;
- 2.2.10 Доріжка почне рухатись.

2.5 Якщо вибраний режим **Heart Rate (Частота серцебиття)**

Дисплей прокручує напис «HEART RATE TRAINING: 1 = «HR65%» 2 = «HR75%» 3 = «HR85%» (Режим тренування 1 = частота пульсу 65%, 2 = частота пульсу 75%, 3 = частота пульсу 85%);

Для введення номеру програми використовуйте клавішу швидкості;

- 2.5.1 Якщо вибраний перший режим;
 - 2.5.1.1 Дисплей прокручує напис «HR65%: ENTER WEIGHT (введіть вагу)»;
 - 2.5.1.2 Відображає «70»;
 - 2.5.1.3 Використовуйте клавіші швидкості +/- для встановлення бажаного значення;
 - 2.5.1.4 Натисніть ОК для підтвердження;
 - 2.5.1.5 Дисплей висвічує напис «ENTER TIME» (введіть час);

Функції контрольної панелі

2.5.1.6 Відображає «20»;

2.5.1.7 Використовуйте клавіші швидкості +/- для встановлення бажаного значення;

2.5.1.8 Натисніть ОК для підтвердження;

2.5.1.9 Дисплей прокручує напис «ENTER AGE (Введіть вік)»;

2.5.1.10 Відображає «40»;

2.5.1.11 Використовуйте клавіші швидкості +/- для встановлення бажаного значення;

2.5.1.12 Натисніть ОК для підтвердження;

2.5.1.13 Показник дисплею зміниться і почнеться відлік «3»,»2»,»1»;

2.5.1.14 Доріжка почне рухатись..

2.5.2 Якщо вибрано 2;

2.5.2.1 Дисплей прокручує напис «HR75%: ENTER WEIGHT»;

2.5.2.2 Так само як описано вище.

2.5.3 Якщо вибрано 3;

2.5.3.1 Дисплей прокручує напис «HR85%: ENTER WEIGHT»;

2.5.3.2 Так само як описано вище.

2.6 Якщо вибраний режим Target (Цільовий режим)

Дисплей прокручує напис «TARGETTRAINING: 1 = «CALORIESTARGET»

2= «DISTANCETARGET» 3= «TIME TARGET» (Ціль тренування 1-калорії, 2-відстань,3-Час);

Використовуйте клавіші швидкості +/- для встановлення бажаного значення;

2.6.1 Якщо вибрано 1;

2.6.1.1 Дисплей прокручує напис «CALORIES TARGET: ENTER CALORIES (Ціль-калорії, введіть калорії)»;

2.6.1.2 Відображає «100»;

2.6.1.3 Використовуйте клавіші швидкості +/- для встановлення бажаного значення;

2.6.1.4 Натисніть ОК для підтвердження;

2.6.1.5 Дисплей прокручує напис « ENTER WEIGHT (введіть вагу)»;

2.6.1.6 Відображає «70»;

2.6.1.7 Використовуйте клавіші швидкості +/- для встановлення бажаного значення;

2.6.1.8 Натисніть ОК для підтвердження;

2.6.1.9 Показник дисплею зміниться і почнеться відлік «3»,»2»,»1»;

2.6.1.10 Доріжка почне рухатись.

Функції контрольної панелі

2.6.2 Якщо вибрано 2;

2.6.2.1 Дисплей прокручує напис «DISTANCETARGET: ENTER DISTANCE»

(Ціль-відстань, введіть калорії);

2.6.2.2 Відображає «5KM»;

2.6.2.3 Використовуйте клавіші швидкості +/- для встановлення бажаного значення;

2.6.2.4 Натисніть ОК для підтвердження;

2.6.2.5 Показник дисплею зміниться і почнеться відлік «3», «2», «1»;

2.6.2.6 Доріжка почне рухатись..

2.6.3 Якщо вибрано 3;

2.6.3.1 Дисплей прокручує напис «TIME TARGET: ENTER TIME» (Ціль-час, введіть час);

2.6.3.2 Відображає «70»;

2.6.3.3 Використовуйте клавіші швидкості +/- для встановлення бажаного значення;

2.6.3.4 Натисніть ОК для підтвердження;

2.6.3.5 Показник дисплею зміниться і почнеться відлік «3», «2», «1»;

2.6.3.6 Доріжка почне рухатись.

2.7 Якщо вибраний режим Advanced (Режим користувача)

Дисплей прокручує напис «ADVANCED TRAINING: 1 = «STEPS» 2= «EVENTS» 3= «OTHERS» (Режим користувача 1-кроки, 2-події, 3 інше);

Використовуйте клавіші швидкості +/- для встановлення бажаного значення;

2.7.1 Якщо вибрано 2;

Дисплей прокручує напис «1 = 6K STEPS, 2= 8K STEPS, 3=CUSTOM STEPS (6000 кроків, 8000 кроків, вільне значення)»;

2.7.1.1 Якщо вибрано 1, Показник дисплею зміниться і почнеться відлік «3», «2», «1», Доріжка почне рухатись;

2.7.1.2 Якщо вибрано 2, Показник дисплею зміниться і почнеться відлік «3», «2», «1», Доріжка почне рухатись;

2.7.1.3 Якщо вибрано 3;

(1) Дисплей прокручує напис «CUSTOM STEPS: ENTER STEPS (Вільне значення кроків, введіть кількість)»;

(2) Висвічує «5K»;

(3) Використовуйте клавіші швидкості +/- для встановлення бажаного значення;

(4) Натисніть ОК для підтвердження;

(5) Показник дисплею зміниться і почнеться відлік «3», «2», «1»;

(6) Доріжка почне рухатись.

2.7.2 Якщо вибрано 2;

Дисплей прокручує напис «1 = MRUN, 2=10KMRUN, 3=CUSTOMDISTANCE»

(1-відстань 5 км, 2-відстань 10 км, 3 — введіть значення);

Функції контрольної панелі

2.7.2.1 Якщо вибрано 1, Показник дисплею зміниться і почнеться відлік «3»,»2»,»1», Доріжка почне рухатись;

2.7.2.2 Якщо вибрано 2, Показник дисплею зміниться і почнеться відлік «3»,»2»,»1», Доріжка почне рухатись;

2.7.2.3 Якщо вибрано 3;

(1) Дисплей прокручує напис «CUSTOM DISTANCE: ENTER DISTANCE (вільний вибір відстані, введіть значення)»;

(2) Висвічує «5KM»;

(3) Використовуйте клавіші швидкості +/- для встановлення бажаного значення;

(4) Натисніть ОК для підтвердження.

(5) Показник дисплею зміниться і почнеться відлік «3»,»2»,»1»..

(6) Доріжка почне рухатись.

2.7.3 Якщо вибрано 3;

Дисплей прокручує напис «OTHER ADVANCED PROGRAMS: 1 = HILL (Інша програма користувача — гора)»;

2.7.3.1 Якщо вибрано 3;;

(1) Висвічує «HILL» (Гора);

(2) Натисніть ОК для підтвердження;

(3) Показник дисплею зміниться і почнеться відлік «3»,»2»,»1»,

(4) Доріжка почне рухатись.

З ПОЯСНЕННЯ КОДУ ПОМИЛКИ

ПІД ЧАС ВИКОРИСТАННЯ БІГОВОЇ ДОРІЖКИ

3.1 Помилки з'єднання: ER01

3.1.1 Перевірити консолі та з'єднувальний кабель.

3.1.2 Перевірити інвертор і основний з'єднувальний кабель.

3.1.3 Замінити інвертор.

3.1.4 Замінити консоль.

3.2 Помилки підняття: ER02

3.2.1 Перевірте кабель живлення приводу та інвертора зв'язку.

3.2.2 Перевірте кабель датчика приводу та інвертора зв'язку.

3.2.3 Замінити силовий привід.

3.2.4 Замінити інвертор.

Функції контрольної панелі

3.3 Помилка безпеки: ER03

- 3.3.1 Перевірте safe-key клавішу;
- 3.3.2 Перевірте кабель безпеки;
- 3.3.3 Замініть safe-key PCB;
- 3.3.4 Замініть консоль.

3.4 Помилка руху бігового полотна: ER04

- 3.4.1 Додати силікон для запуску бігового полотна.
- 3.4.2 Замініть інвертор.
- 3.4.3 Замініть двигун.

3.5 Помилка нижньої напруги: ER05

- 3.5.1 Перевірте живлення AC 200–240V (105–125V).

3.6 Помилка перевантаження: ER06

- 3.6.1 Додати силікон (змазку) для запуску бігового полотна.
- 3.6.2 Замініть бігове полотно.
- 3.6.3 Замініть інвертор.
- 3.6.4 Замініть двигун.

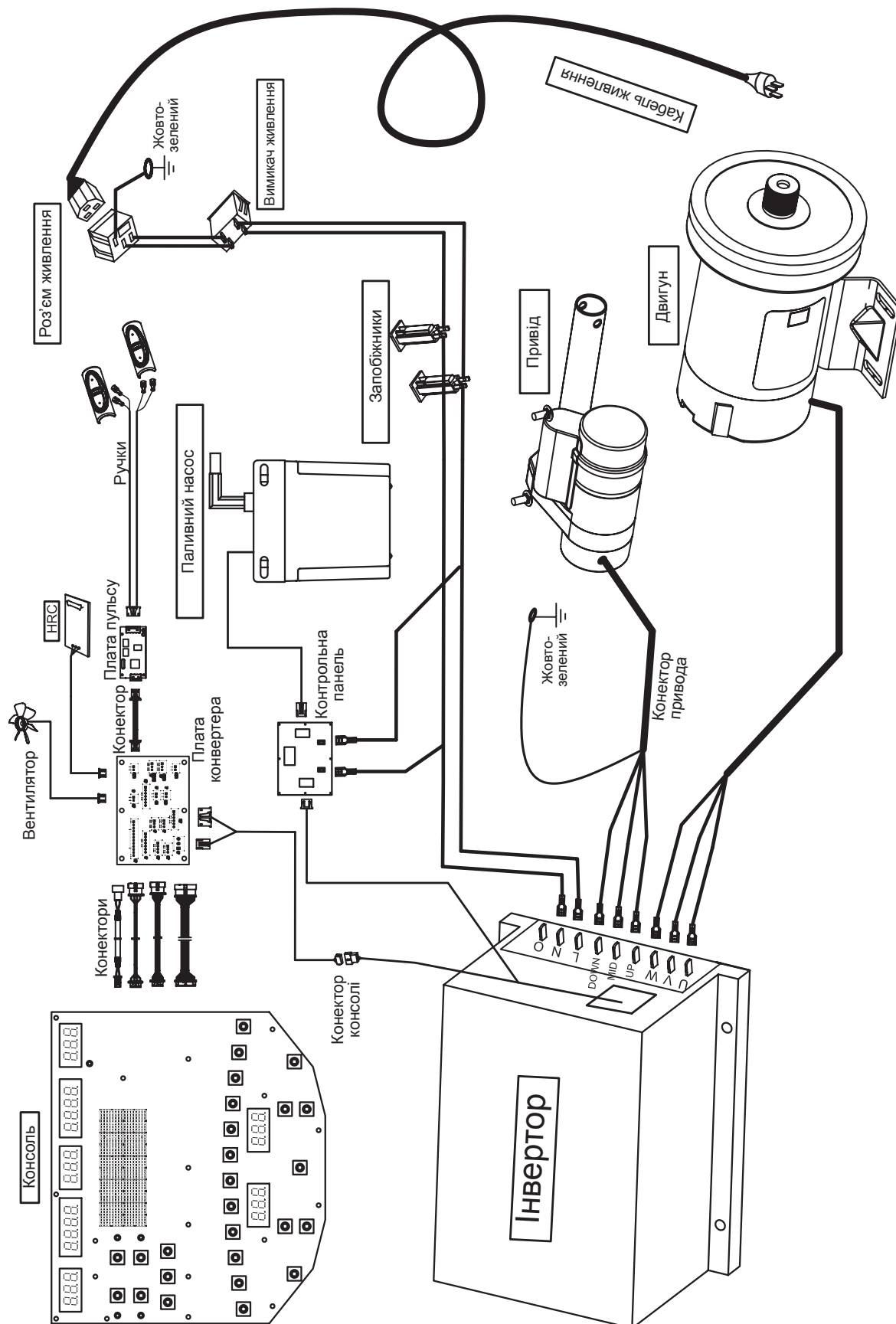
3.7 Помилка аварійної зупинки: ER07

- 3.7.1 Відрегулюйте Аварійний вимикач, потім натисніть клавішу STOP.
- 3.7.2 Перевірте кабель Аварійного вимикача та його підключення.
- 3.7.3 Замініть Аварійний вимикач.
- 3.7.4 Замініть інвертор.

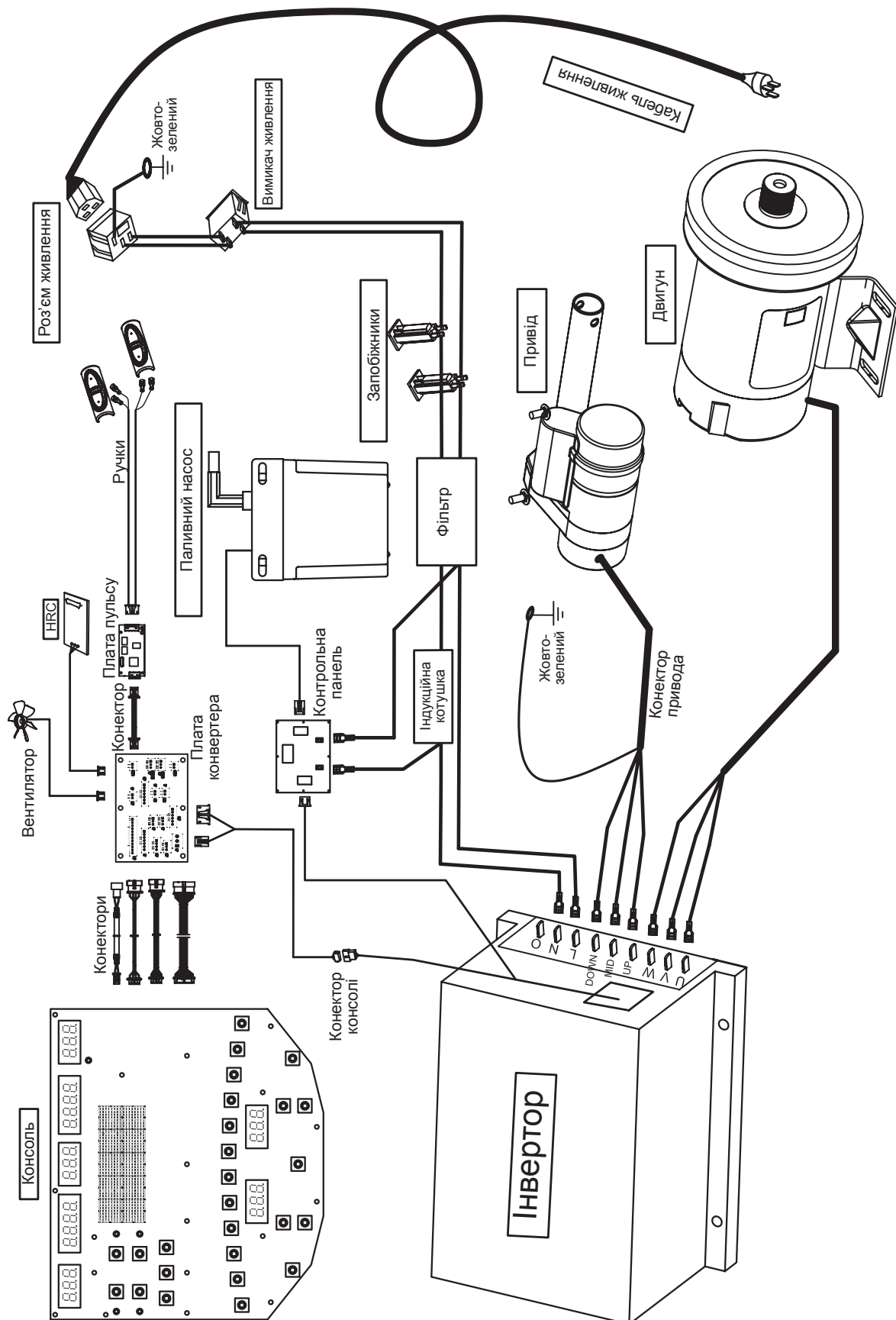
3.8 Помилка відключення дисплею

- 3.8.1 Перевірте підключення до напруги.
- 3.8.2 Підключіть тренажер до розетки.
- 3.8.3 Перевірте підключення з'єднувального кабелю та консолі.
- 3.8.4 Перевірте підключення з'єднувального кабелю та інвертора.
- 3.8.5 Замініть з'єднувальний кабель.
- 3.8.6 Замініть кабель живлення.

Електричні з'єднання – 110В



Електричні з'єднання – 220В



Регулювання доріжки та технічне обслуговування

1. РЕГУЛЮВАННЯ ДОРІЖКИ:

Регулювання і натяг повинно відповідати двом умовам:

Коливання між ременем і кожухом зліва направо повинно бути в межах ± 5 мм, якщо більше, то необхідно скорегувати.

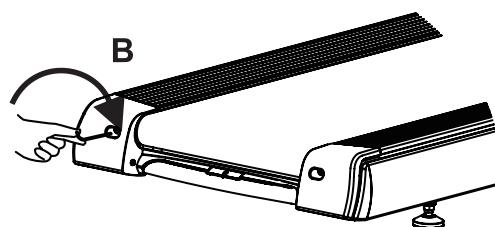
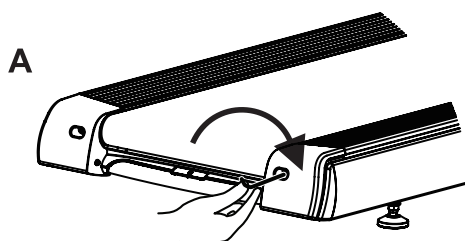
Проводьте регулювання на швидкості не більше 4 км на годину.

А. Полотно доріжки зміщується вправо

За допомогою шестигранного ключа, поверніть вправо регулюючий гвинт задніх роликів за часовою стрілкою як показано на схемі, або у протилежному напрямку.

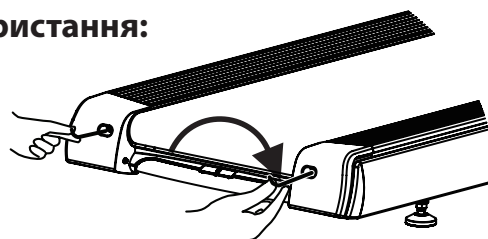
В. Полотно доріжки зміщується вліво:

За допомогою шестигранного ключа, поверніть вправо регулюючий гвинт задніх роликів за часовою стрілкою як показано на схемі, або у протилежному напрямку.



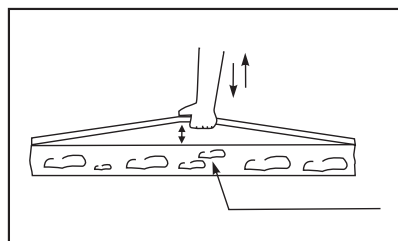
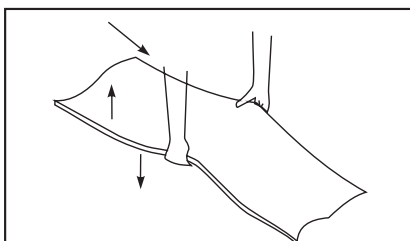
Бігове полотно прослизає під час використання:

Незначні прослизання бігової доріжки регулюються шестиграним ключем, одночасно прокручуючи регулюючі гвинти зліва і справа на приблизно однакову кількість обертів.



Дивіться як повинно бути встановлено бігове полотно на малюнку нижче:

А. Відстань між полотном і підставкою повинна бути в межах 15–20 мм, якщо воно більше чи менше — повинно бути відрегульовано.



Регулювання доріжки та технічне обслуговування

В. Для тестування запустіть доріжку на швидкості 5 км за годину, відсутність прослизання, чітке розташування по направляючих свідчить про нормальну роботу.

2. ЧИСТКА:

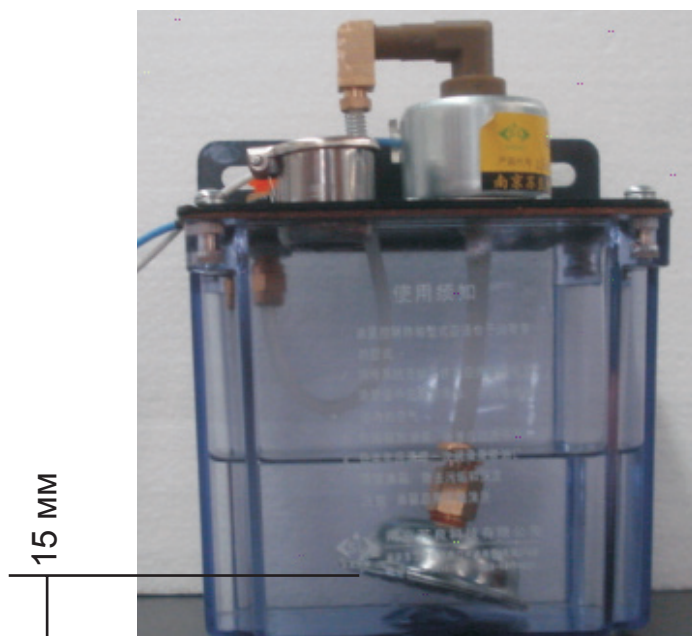
Дбайливе чищення приладу подовжить строк використання.

Увага! Щоб уникнути ураження електричним струмом відключіть бігову доріжку та витягніть шнур з розетки під час чищення.

Після кожного тренування: Протріть консоль та інші поверхні бігової доріжки чистою, змоченою у воді м'якою тканиною, щоб видалити надлишки поту.

3. ЗМАЩУВАННЯ:

Ця модель бігової доріжки має зручні функції автоматичного змащення, які виконує спеціальна програма, коли відстань, пройдена доріжкою, досягне певного значення.



Додавайте змазку, коли рівень в ємності помпи менше 15 мм

