



ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ



Внимательно прочтите эти инструкции перед началом использования оборудования Pulse G-CV , также прочтите инструкции к каждому отдельному тренажеру.

Перед началом использования фитнес оборудования проконсультируйтесь с врачом. Системы измерения ЧСС могут быть не точными. Чрезмерная тренировка может привести к серьезным травмам или смерти. Если вы почувствуете слабость, головокружение или истощенность, сразу же прекратите тренировку.

Убедитесь в том, что оборудование регулярно проверяется на предмет поломок и износа. Не используйте оборудование в случае неисправностей или поломок до полного устранения этих проблем уполномоченными лицами с использованием оригинальных запчастей.



Перед началом занятий внимательно прочтите и запомните ВСЕ документы по безопасности, относящиеся к данному оборудованию.

НЕВЫПОЛНЕНИЕ ДАННЫХ ПРОЦЕДУР МОЖЕТ ПРИВЕСТИ К ПОЛУЧЕНИЮ СЕРЬЕЗНЫХ ТРАВМ.

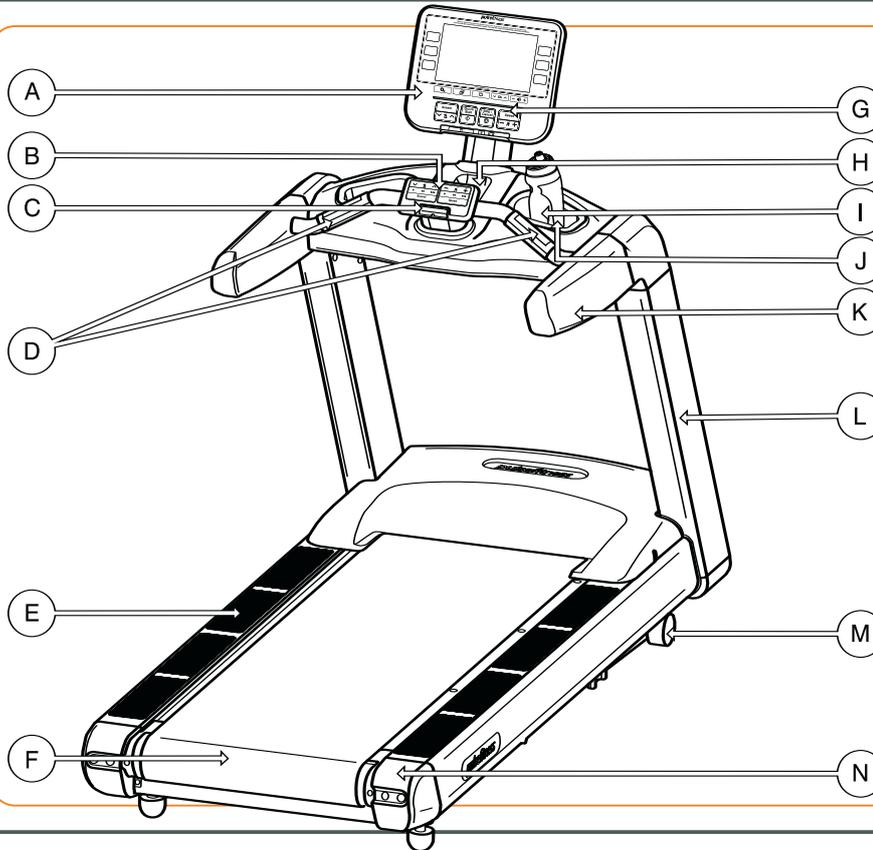


Содержание

1	Обзор беговой дорожки 260G	
2	Содержимое упаковки 260G	
3	Сборка	
	3.1 Установка опорных стоек	4
	3.2 Установка крышек на стойки	5
	3.3 Установка верхней части	6
	3.4 Установка стойки консоли	7
	3.5 Установка нижней пластиковой панели	8
	3.6 Монтаж хранилища для предметов	9
	3.7 Монтаж крышки моторного отсека	10
4	Установка консоли	
	4.1 Монтаж задней крышки консоли	11
	4.2 Установка консоли	11
	4.3 Подсоединение проводов к консоли	12
	4.4 Сборка консоли	13
	4.5 Закрепление штатива для книг	13
5	260G готова к использованию	
6	Панель быстрого управления	
	6.1 Ознакомление с панелью быстрого управления	15
7	Подключение к источнику электропитания	
	7.1 Подсоединение проводов в моторном отсеке	16
8	Общие меры безопасности	
	8.1 Вступление	17
	8.2 Рекомендации по технике безопасности	17
	8.3 Экстренная остановка	18
9	Подготовка беговой дорожки к работе	
	9.1 Размещение беговой дорожки	19
	9.2 Регулировка ножек	20
	9.3 Включение/Выключение	21
	9.4 Выравнивание бегового полотна	22
10	Уход и техническое обслуживание	
	10.1 Очистка оборудования	23
	10.2 Техническое обслуживание оборудования	23
	Заметки пользователя	

1

Обзор беговой дорожки 260G

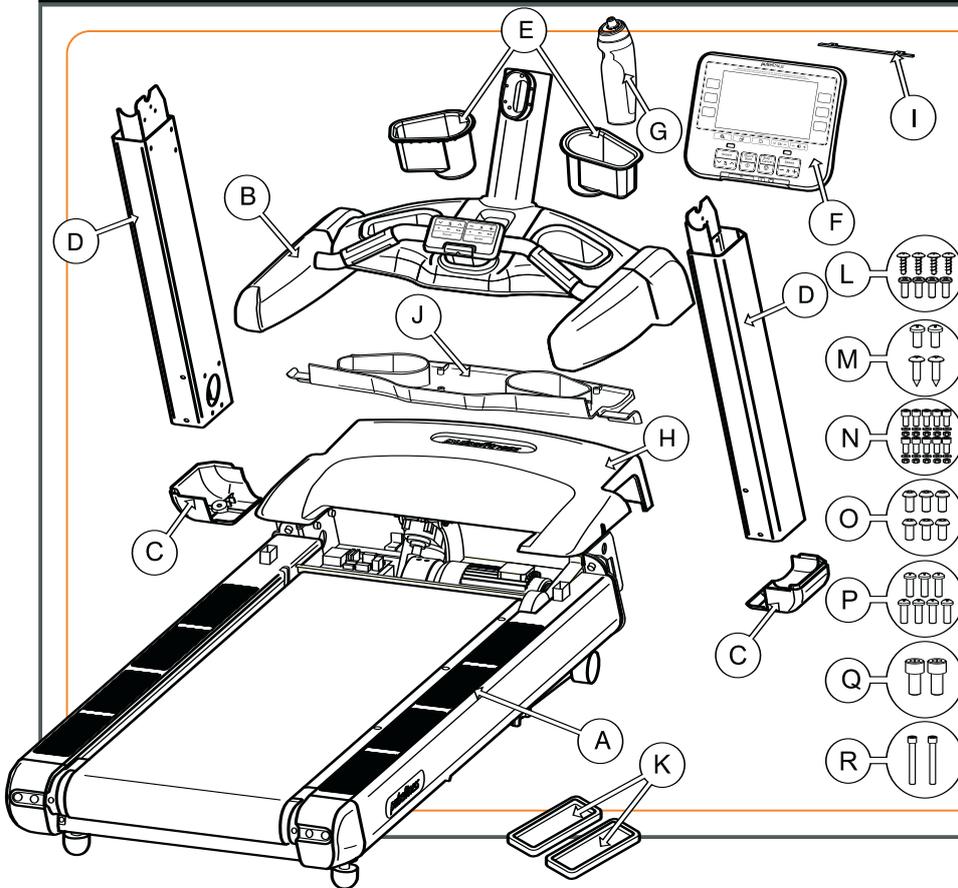


Беговая дорожка 260G

- A Консоль
- B Панель «быстрого» управления
- C Ключ экстренной остановки
- D Датчики измерения пульса
- E Боковые платформы
- F Беговое полотно
- G Подставка для книг
- H Площадка для iPod®
- I Фляга
- J Хранилище для предметов
- K Поручни
- L Передние стойки
- M Транспортировочные колеса
- N Задние крышки

2

Содержимое упаковки 260G



Беговая дорожка 260G должна собираться из упаковки.
Содержимое упаковки:

- A Основной корпус
- B Верхняя часть в сборе
- C Крышки передних стоек
- D Передние стойки
- E Хранилища для предметов
- F Консоль
- G Флага
- H Крышка моторного отсека
- I Подставка для книг
- J Нижняя пластиковая панель
- K Роликовые направляющие
- L Болты консоли
- M Болты крышки моторного отсека
- N Болты стойки (нижние)
- O Болты стойки (верхние)
- P Болты нижней пластиковой панели
- Q Болты крышек передних стоек
- R Болты стойки консоли

Если какие-либо части отсутствуют, свяжитесь, пожалуйста, с отделом сервиса.

3 Сборка 260G

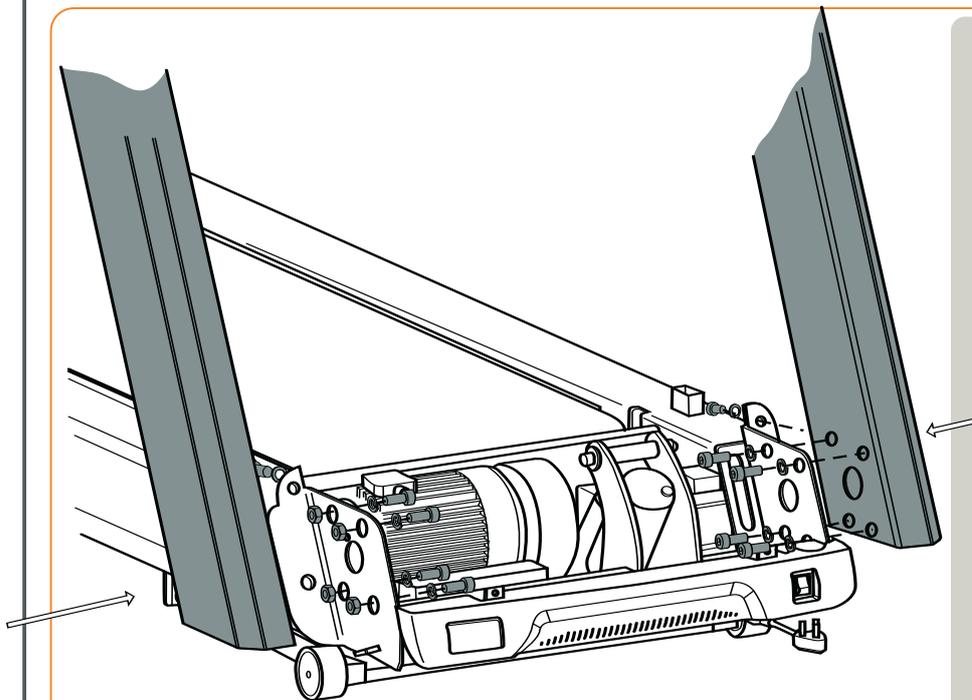


Рисунок А
Установка опорных стоек

3.1. Установка опорных стоек

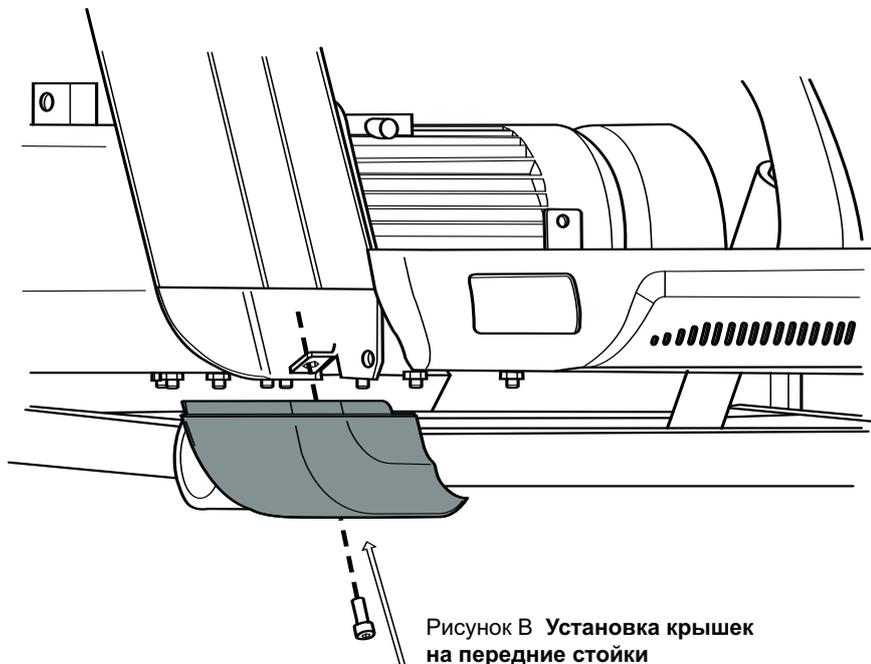
Поставьте стойки возле передних кронштейнов, удерживая их, вставьте болты с шайбами в соответствующие отверстия. (см. Рисунок А).

Примечание: не до конца зажимайте болты, оставьте зазор в 5 мм между стойкой и кронштейном, чтобы была возможность регулировки при установке верхней части.

Необходимые инструменты:

8мм торцовый ключ
(M10x25 болт с гравером – 12 шт)

Сборка 260G



3.2 Установка крышек на передние стойки

Установите пластиковую крышку в стойку и надавите на нее, после этого вставьте болт через отверстие и пальцами его закрутите, дотяните болт с помощью торцового ключа. (см Рисунок В). Эту процедуру можно провести в завершающей стадии сборки, после того как будут зафиксированы боковые стойки.

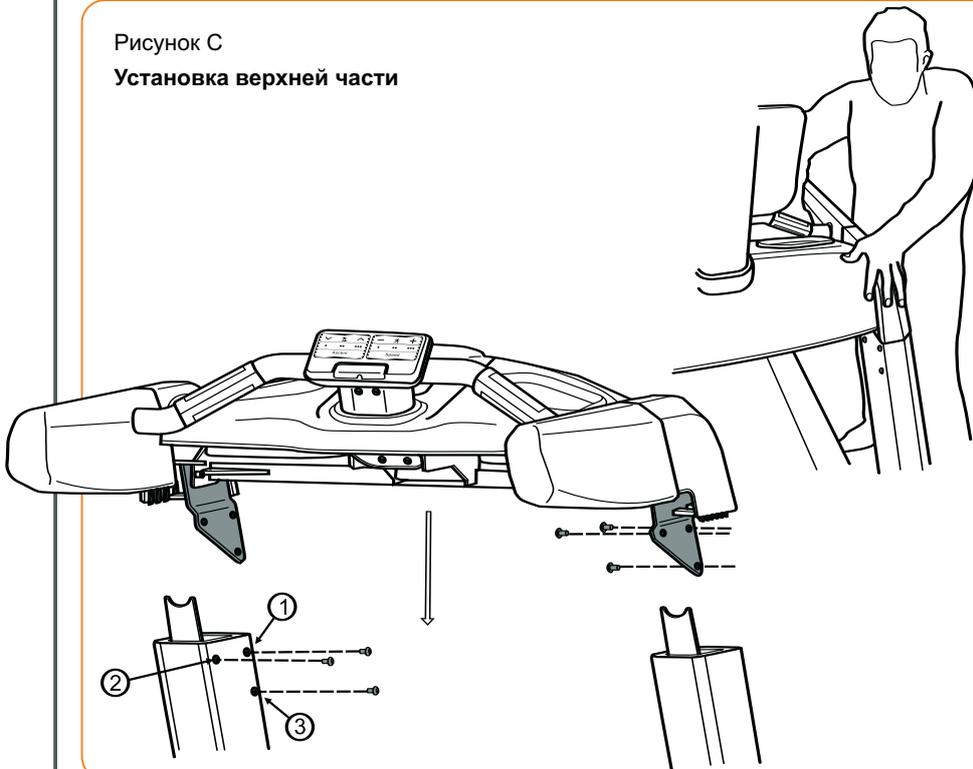
Необходимые инструменты:

6мм торцовый ключ
(M8x20 Болт – 2шт).

Сборка 260G

Рисунок С

Установка верхней части



3.3 Установка верхней части

Поставьте верхнюю часть на передние стойки и поднимая поручни наклоните нижние кронштейны к передним стойкам. Для того, чтобы вы смогли закрутить болты убедитесь, что все отверстия совпадают. Вставьте болты в правильном порядке 1-3 (см. Рисунок С).

Примечание: После того как вы установили верхнюю часть затяните все болты, включая болты передних стоек, которые находятся у основания беговой дорожки.

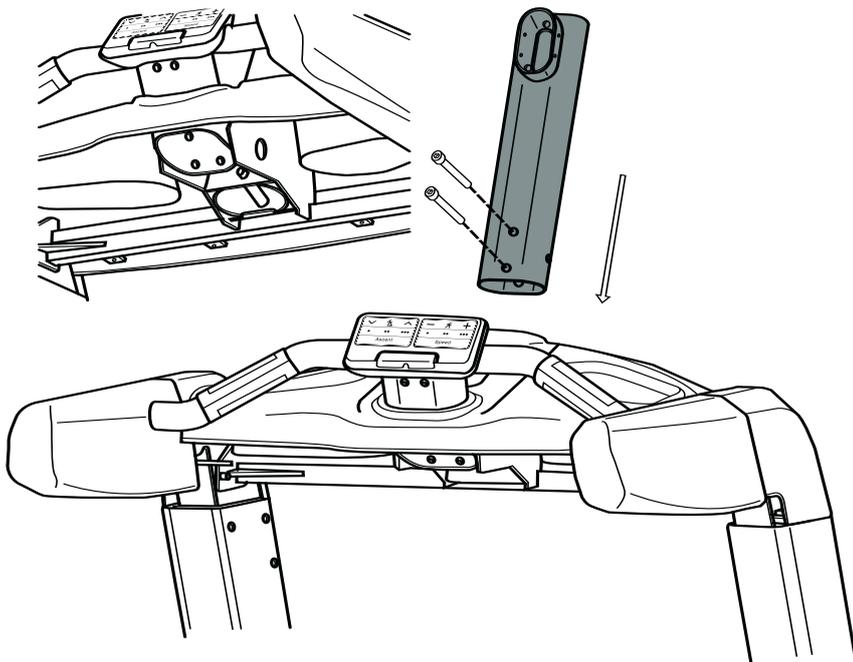
Необходимые инструменты:

6мм торцовый ключ
(M8x15 Болт – 6шт).

Сборка 260G

Рисунок D

Установка стойки консоли



3.4 Установка стойки консоли

Вставьте стойку в отверстие верхней части и закрепите с помощью болтов. (см. Рисунок D).

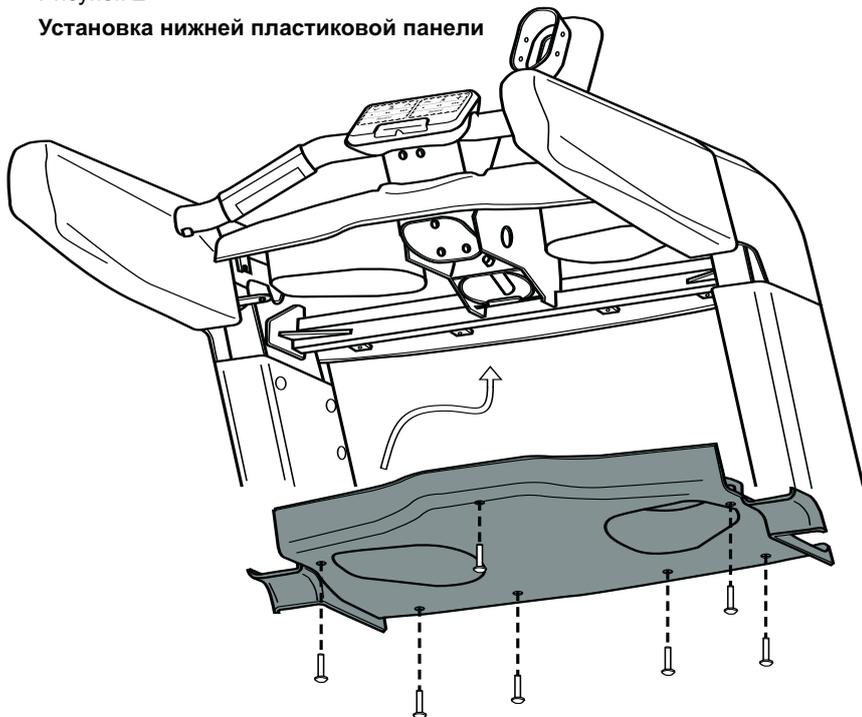
Необходимые инструменты:

13мм гаечный ключ
(M8x75 болты с шестигранной головкой – 2шт.).

Сборка 260G

Рисунок Е

Установка нижней пластиковой панели



3.5 Установка нижней пластиковой панели

Поместите на место нижнюю пластиковую панель и надежно закрепите ее (см. Рисунок Е).

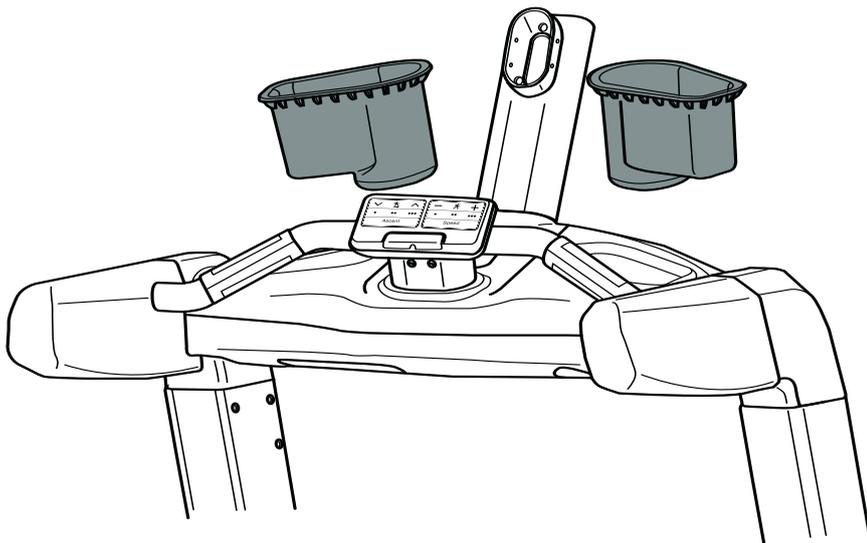
Примечание: будьте осторожны, чтобы не повредить поручни.

Необходимые инструменты:
крестообразная отвёртка
(M5x20 Винты – 7шт.).

Сборка 260G

Рисунок F

Монтаж хранилища для предметов



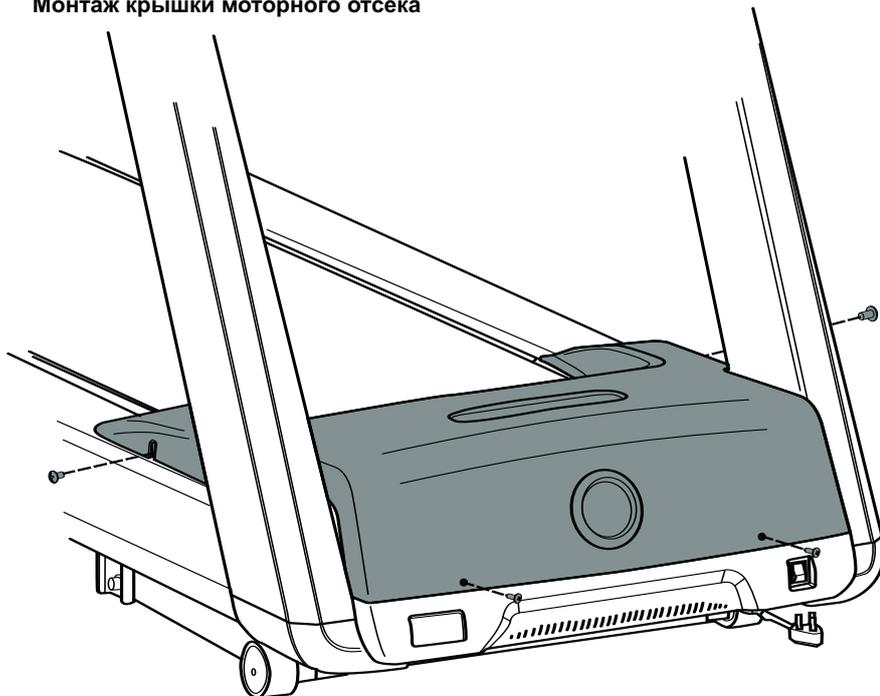
3.6 Монтаж хранилища для предметов

Установите хранилище для предметов в соответствующие отверстия на верхней части и надавите на них вниз. (см. Рисунок F).

Сборка 260G

Рисунок G

Монтаж крышки моторного отсека



3.7 Монтаж крышки моторного отсека

Осторожно поместите крышку моторного отсека между двумя стойками и установите ее на место (см. Рисунок G).

Примечание: убедитесь, что во время монтажа вы не царапаете передние стойки.

Необходимые инструменты:

Крестообразная отвёртка

Передние болты: M8x25 – 2шт.

Боковые болты: M6x25 – 2шт.

4 Установка консоли на 260G

Рисунок Н

Монтаж задней крышки консоли

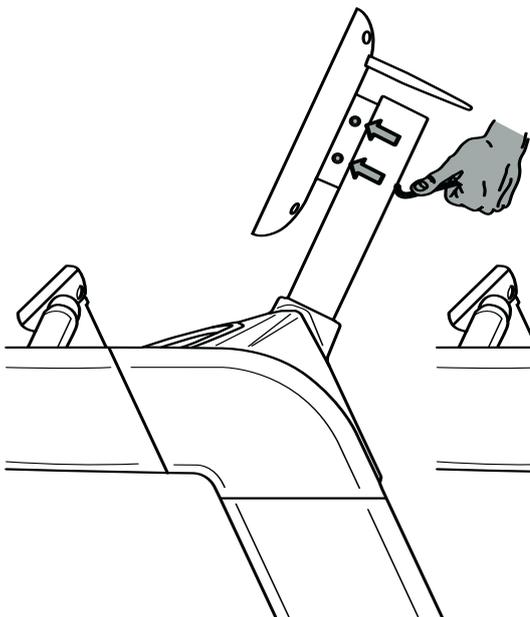
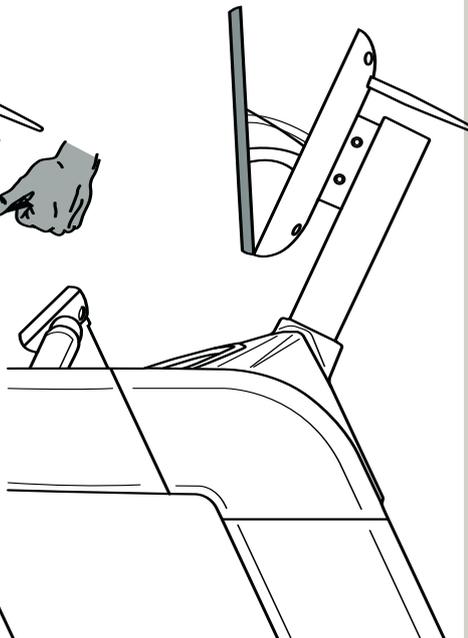


Рисунок I

Установка консоли



4.1. Монтаж задней крышки консоли

Поместите заднюю крышку консоли на стойку и закрепите ее с помощью болтов консоли (см. Рисунок Н).

Примечание: крепко затяните болты.

Необходимые инструменты:

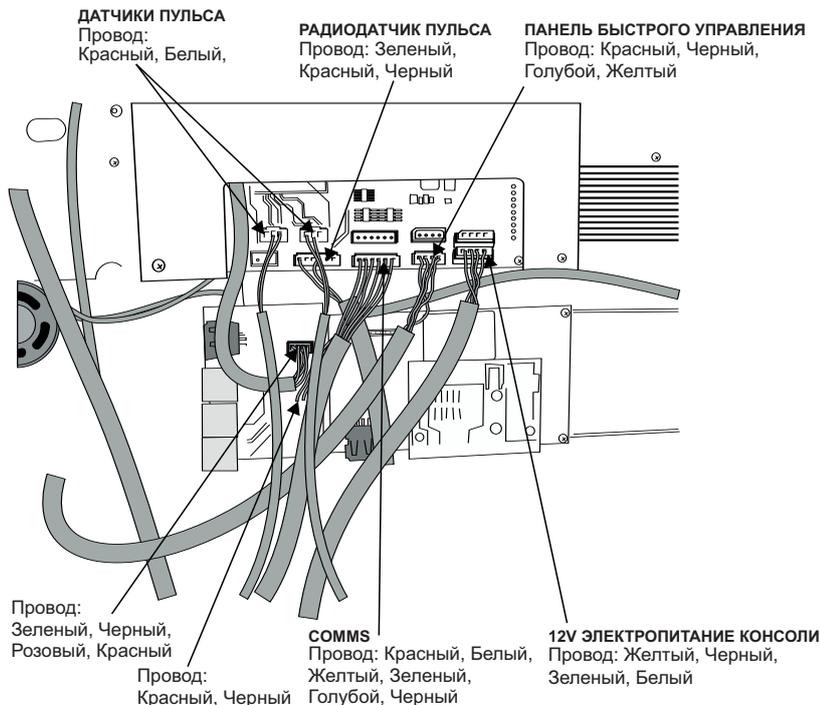
4мм Торцевой ключ

4.2 Установка консоли

Установите консоль на ранее установленную заднюю крышку и осторожно подсоедините все провода к соответствующим разъемам от передней части консоли к задней. (см. Рисунок I).

Установка консоли

Рисунок J
Электропроводка консоли



4.3 Монтаж электропроводки консоли

Осторожно вытяните электрические разъемы из стойки. Убедитесь, что все электрические разъемы подсоединены к монтажной плате как показано на Рисунке J.

Установка консоли

Рисунок К
Сборка консоли



Рисунок L
Установка подставки
для книг



4.4 Сборка консоли

Аккуратно опустите верх консоли на место и закрепите с помощью болтов консоли. (см. Рисунок К).

Примечание: затяните болты до конца.

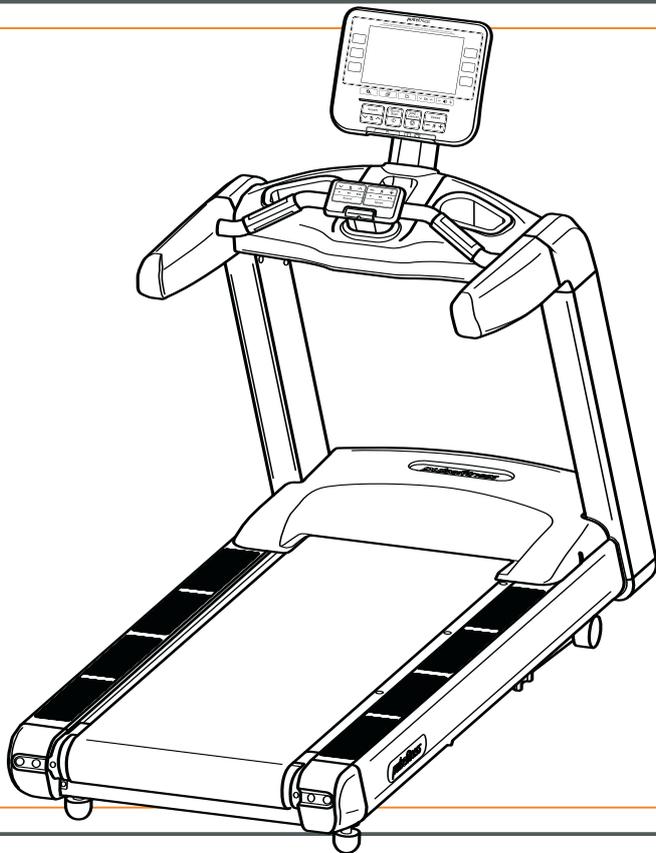
Необходимые инструменты:
крестообразная отвертка.

4.5 Установка подставки для книг

Выставьте подставку на одной линии с пазами на консоли, надавите чтобы надежно его зафиксировать. (см. Рисунок L).

Примечание: для этого потребуются применить усилия. Будьте осторожны чтобы не повредить консоль.

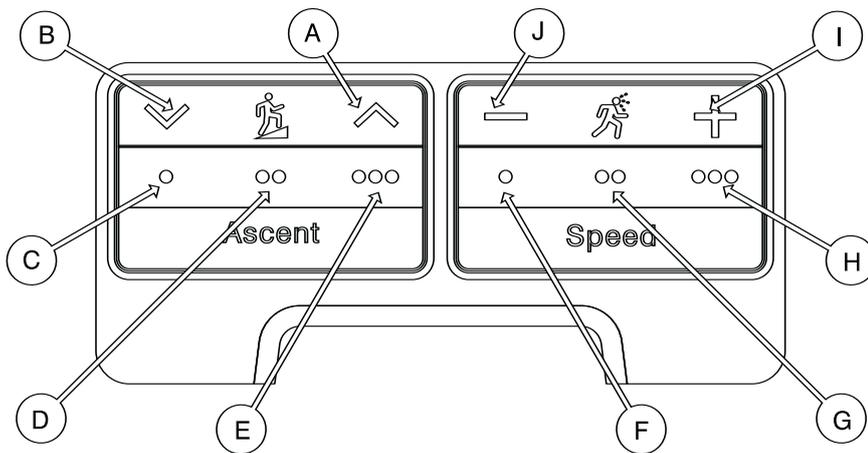
5 Беговая дорожка 260G готова к использованию



Теперь ваша беговая дорожка 260G собрана, пожалуйста, прочтите технический буклет и буклет, описывающий функции консоли, чтобы ознакомиться со всеми особенностями функционирования и обеспечения безопасности.

6 Панель «быстрого» управления

Рисунок М
Панель «быстрого» управления 260G



6.1 Ознакомление с панелью «быстрого» управления 260G

Панель «быстрого» управления позволяет пользователям регулировать Скорость и Угол наклона с увеличенным шагом. Она расположена ближе к пользователю чем консоль и поэтому облегчает доступ. (см. Рисунок М).

Пользователь должен нажать на клавишу два раза, чтобы подтвердить увеличение скорости и один раз, чтобы уменьшить (доступно начиная с версии 1.0.9).

- A Увеличение угла наклона
- B Снижение угла наклона
- C Небольшой угол наклона
- D Средний угол наклона
- E Крутой угол наклона
- F Ходьба (2,0 миль/час*)
- G Бег трусцой (4,0 миль/час*)
- H Бег (6,0 миль/час*)
- I Увеличить скорость
- J Снизить скорость

* Стандартная настройка. Это рекомендованные настройки Pulse Fitness. Ответственность за изменение данных настроек скорости лежит на инструкторе/заведении.



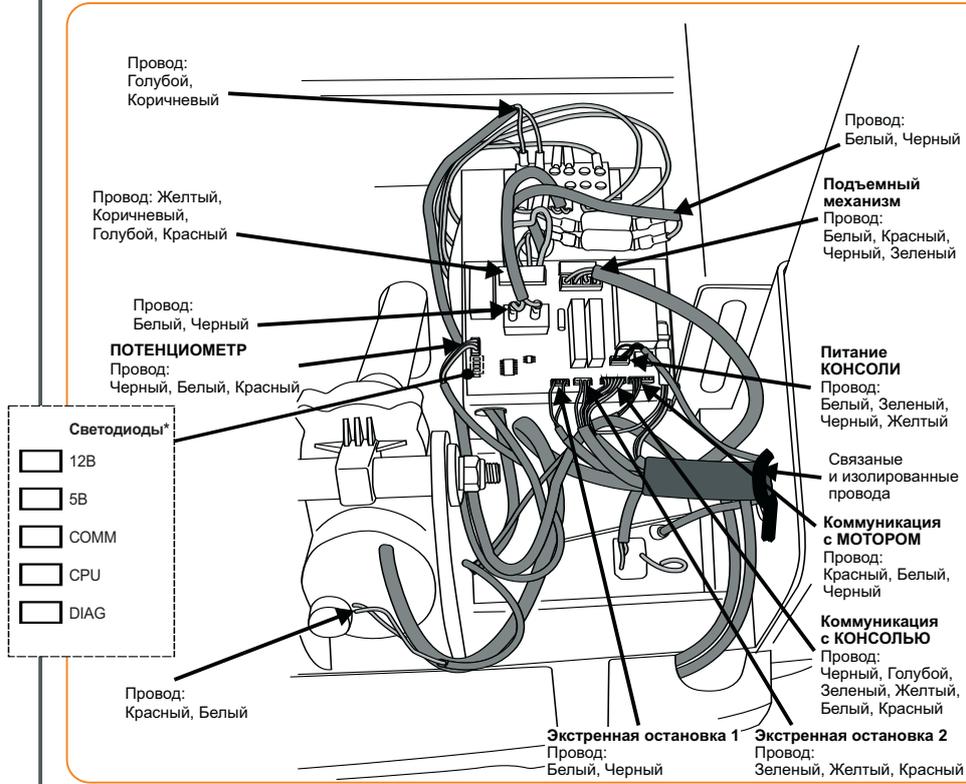
ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ



Должна быть дана четкая инструкция относительно использования этих элементов управления. Ответственность за знание пользователями функций этих элементов управления и их подготовка к использованию оборудования перед началом занятий лежит на инструкторе заведения.

НЕВЫПОЛНЕНИЕ ДАННЫХ УКАЗАНИЙ МОЖЕТ ПРИВЕСТИ К ПОЛУЧЕНИЮ СЕРЬЕЗНЫХ ТРАВМ.

7 Подключение к источнику электропитания



7.1. Подсоединение проводов в моторном отсеке



ВНИМАНИЕ НАПРЯЖЕНИЕ ОТ СЕТИ 240В
ПЕРЕД тем как снять крышку двигателя и начать любые работы с электрическими компонентами убедитесь, что электропитание отключено и вилка выключена из розетки.

Аккуратно подсоедините провода как указано на рисунке и убедитесь, что все провода правильно и надежно подсоединены.



Убедитесь, что связка проводов закреплена таким образом, что провода имеют достаточный запас, чтобы быть закрепленными в соответствующих портах без натяжения.

* Объяснения светодиодов:
 12В: постоянно вкл. – индикатор подачи эл. энергии на консоль
 5В: постоянно вкл. – контроль угла наклона
 COMM: мигает когда осуществляет коммуникацию с консолью и консоль включена или находится в режиме ожидания. Не мигает, когда консоль не работает или сломана.
 CPU: постоянно вкл.
 DIAG: не используется



8.1 Вступление

Успешное и безопасное использование беговой дорожки Pulse зависит от правильности ее установки, использования и технического обслуживания. Нижеприведенные меры предосторожности предназначены для Вашей безопасности и правильного использования. Пожалуйста, внимательно прочтите их перед установкой и/или использованием беговой дорожки. Отдельные примечания, касающиеся безопасности, включены в текст в соответствующих местах.

8.2 Рекомендации по технике безопасности

- Прочтите данное руководство пользователя, чтобы ознакомиться с оборудованием.
- Убедитесь, что все пользователи данного оборудования ознакомлены с этими мерами предосторожности и правилами эксплуатации.
- Лица, которые не занимались регулярными упражнениями в течении некоторого времени, должны получить экспертный совет перед началом использования оборудования. Подобным образом, лица с заболеваниями (напр. ангина, астма, высокое кровяное давление) должны получить медицинские рекомендации перед началом тренировок.
- Всегда разминайтесь, легко упражнясь, перед тем как перейти к полноценной программе интенсивной физической нагрузки. Подобным образом, постепенно уменьшайте уровень активности с приближением завершения тренировки.
- Данное оборудование не подходит для медицинских/терапевтических целей.
- Если во время занятий Вы почувствуете головокружение или боль, **НЕМЕДЛЕННО ПРЕКРАТИТЕ ТРЕНИРОВКУ.**
- **НИКОГДА** не используйте беговую дорожку Pulse со снятой крышкой двигателя.
- Не пейте из фляг или чашек, у которых нет крышек. Ставьте чашки/фляги только в предназначенную подставку под флягу.
- Область на расстоянии 2м от беговой дорожки должна оставаться свободной.
- **ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ**, чрезмерная или неправильная тренировка может нанести вред Вашему здоровью.
- Не разрешайте детям тренироваться на беговой дорожке.
- **НЕМЕДЛЕННО** замените дефектные запчасти, используйте только оригинальные запчасти Pulse Fitness. Не используйте неисправное оборудование.

Общие меры безопасности

Рисунок N

Неправильное использование зажима экстренной остановки



Рисунок O

Правильное использование зажима экстренной остановки



8.3 Экстренная остановка

Используя беговую дорожку, вы должны всегда одевать зажим экстренной остановки. По какой бы причине не был выдернут шнур, магнит экстренной остановки разъединится, и беговое полотно перестанет двигаться.

Беговая дорожка начнет функционировать только после того, как магнит экстренной остановки будет установлен в исходную позицию.

Примечание:

Неправильное следование этим инструкциям может привести к серьезным травмам.



ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ



Всегда присоединяйте зажим экстренной остановки в одежде, которая плотно облегает ваше тело, например пояс (см. Рисунок O). Не присоединяйте зажим к футболке (см. Рисунок N), так как он может слететь во время бега.

9 Подготовка беговой дорожки к работе

9.1 Размещение беговой дорожки

Выберете подходящее место для беговой дорожки. Оно должно отвечать следующим требованиям:

- Плоская, ровная и чистая поверхность.
- Недалеко от электрических розеток
- Как можно дальше от источников воды (или других жидкостей) или зоны подверженной конденсации.
- Вдали от прямых солнечных лучей (это может ухудшить видимость экрана).
- Оставьте свободным как минимум область 2м x 2м позади тренажера.

Примечание: беговая дорожка не предназначена для использования на открытом воздухе.

После выбора места для беговой дорожки, вы можете перекатить ее на передних колесиках на это место (для этого надо 2 человека). Если же поверхность не позволяет катить тренажер, то для установки понадобится 6 человек.



ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

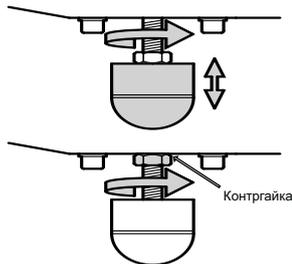


Это тяжелое оборудование! Мы не рекомендуем пытаться подымать его без сторонней помощи, минимум 6 человек требуется для подъема беговой дорожки.

НИКОГДА не пытайтесь поднять беговую дорожку за панель управления или поручни.

Подготовка беговой дорожки к работе

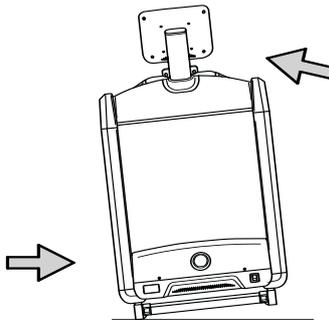
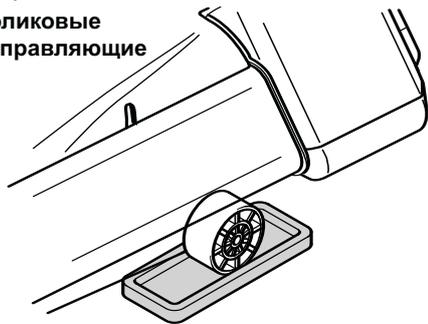
Рисунок Р
Регулировка ножки



ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

При установке или регулировке оборудования Pulse Fitness, НЕ ОСТАВЛЯЙТЕ выступающими регулировочные приспособления так как это может привести к травмам третьих лиц.

Рисунок Q
Роликовые направляющие



9.2 Регулировка ножек

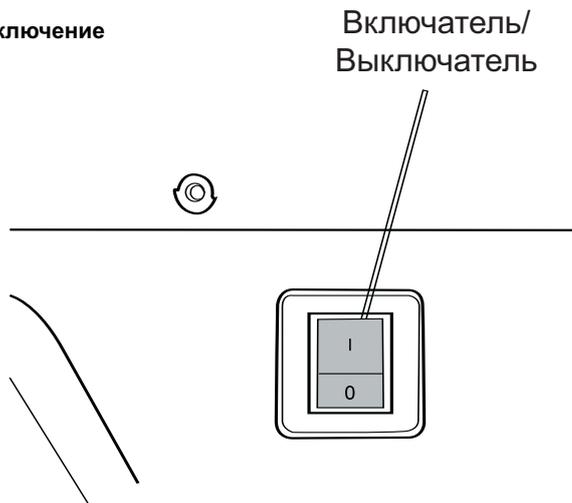
После того как Вы установили Беговую дорожку убедитесь в том, что она устойчива. Если надо, отрегулируйте высоту ножек чтобы компенсировать любые неровности пола. Поверните ножку влево или вправо, чтобы увеличить или уменьшить нужную высоту, (См. Рисунок Р). После установления нужной высоты надежно зафиксируйте контргайку на стойке ножки.

Поместите передние роликовые направляющие под передние колесика. Для этого требуется 3 человека, при этом надо быть предельно осторожным. (см. Рисунок Q).

Подготовка беговой дорожки к работе

Рисунок R

Включение/Выключение



9.3 Включатель/Выключатель

Беговая дорожка поставляется в комплекте с силовым кабелем, к которому прикреплена вилка с предохранителем 13 А. Вставьте вилку в подходящую розетку и включите питание.

Включите беговую дорожку с помощью (I/O) выключателя, который размещен на передней части тренажера. (см. Рисунок R). Дисплей консоли должен засветиться и начать отображать повторяющееся сообщение начала работы. Это укажет, что беговая дорожка готова к использованию.

ПРИМЕЧАНИЕ: если вы сейчас не намереваетесь использовать беговую дорожку, выключите ее и выньте вилку из розетки.



ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

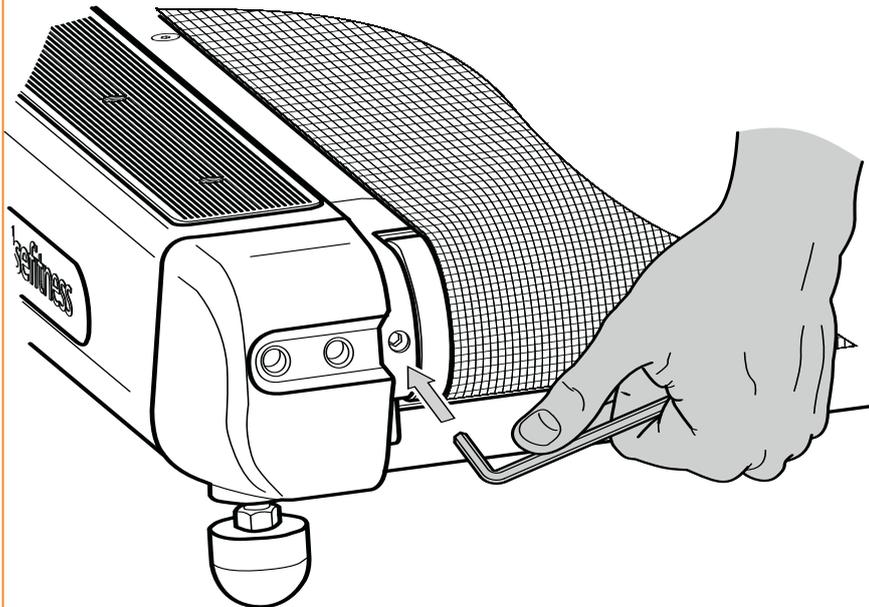


Убедитесь, что силовые кабели проложены таким образом, чтобы они не создавали потенциальной опасности для пользователей и других людей, находящихся поблизости.

Подготовка беговой дорожки к работе

Рисунок S

Выравнивание бегового полотна



9.4 Выравнивание бегового полотна

После того, как ремень был выровнен, можно проверить общее натяжение, чтобы убедиться, что он не проскальзывает на валах. Это делается следующим образом: Во-первых, установите скорость 5 км/час и вовремя ходьбы, удерживаясь за поручни, прилагая умеренное усилие, попытайтесь остановить полотно (будьте предельно осторожны, выполняя данное действие). Если это не влияет на полотно, регулировка не нужна.

Однако если беговое полотно проскальзывает на роликах, используйте 8мм торцовый ключ для регулировки левого и правого болтов натяжения (см. Рисунок S). Увеличьте натяжение болтов равномерно с обеих сторон, поворачивая их по часовой стрелке не более чем на $\frac{1}{4}$ оборота за раз. После того как полотно будет правильно выставлено оно будет двигаться влево или вправо и будет проходить прямо по центру.

Еще раз проверьте натяжение полотна, для устранения его соскальзывания, (будьте внимательны, чтобы натяжение не было слишком сильным, так как это может привести к растяжению полотна). После регулировки натяжения еще раз проверьте правильность центровки полотна.

ПРИМЕЧАНИЕ: выполняя данные операции, не касайтесь бегового полотна.

10 Уход и техническое обслуживание

7.1 Очистка оборудования

Очищайте раму полиролем на силиконовой основе и тканью, не оставляющей ворса.

Не используйте растворы на водной основе. Очищайте мягкие части и ручки мыльной водой.

7.2 Техническое обслуживание оборудования



ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ



Невыполнение правил технического обслуживания оборудования, которые изложены в данном Руководстве, может привести к получению серьезных травм и делает вашу гарантию недействительной.

Пожалуйста, убедитесь, что все печатные материалы, предоставленные с оборудованием Pulse были прочитаны и поняты.

Замена дефектных деталей должна производиться **НЕЗАМЕДЛИТЕЛЬНО** и/или не используйте дефектное оборудование до выполнения ремонта.

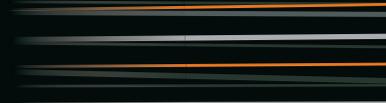
Безопасность оборудования может обеспечиваться **ТОЛЬКО** в случае регулярной проверки на наличие повреждений и износа, например тросов, блочков, соединений. Особое внимание уделяйте компонентам уязвимым к износу.

Перед началом использования убедитесь, что все оборудование установлено на стабильной основе и уровень выставлен должным образом.

Если какие-либо запчасти отсутствуют или являются дефективными, пожалуйста, обратитесь в отдел сервиса.

Email: prof.service@interatletika.com

Заметки пользователя



A large rectangular area with a thin orange border, containing horizontal lines for writing notes.

Заметки пользователя



A large rectangular area with a thin orange border, containing 20 horizontal grey lines for writing notes.

135-786-4



GB
Pulse Fitness
The Bromley Centre, Bromley Road,
Congleton, Cheshire, CW12 1PT.
Tel: +44(0)1260 294600
Fax: +44(0)1260 299282
Email: service@pulsefitness.com

D
Pulse Fitness GmbH
Rombacher Hütte 10
D - 44795 Bochum, Germany
Phone.: +49 (0)234-43623
Fax: +49 (0)234-9431330
Email: info@pulsefitness.de