

MR-T01

беговая дорожка



руководство
пользователя



Сборка



Управление



Сервис



FITATHLON

Ссылка на наш канал
на youtube:
youtube.com/@fitathlon



Наведите камеру телефона на QR код, чтобы получить больше информации об оборудовании.

Обращаем ваше внимание, что на вашу модель оборудования может не быть видеопояснений. Мы очень стараемся как можно скорее решить эту задачу.

Уважаемый покупатель!

Поздравляем с удачным приобретением! Вы приобрели современный тренажер, который, как мы надеемся, станет Вашим лучшим помощником. Он сочетает в себе передовые технологии и современный дизайн. Постоянно используя этот тренажер, Вы сможете укрепить сердечно-сосудистую систему и приобрести хорошую физическую форму. Надеемся, что данная модель удовлетворит все Ваши требования.

Прежде чем приступить к эксплуатации тренажера, внимательно изучите настоящее руководство и сохраните его для дальнейшего использования. В случае возникших дополнительных вопросов обратитесь к продавцу или в сервисный центр, который проконсультирует Вас и поможет устранить возникшую проблему.

Обязательно сохраняйте инструкцию по эксплуатации, это поможет Вам по прошествии времени вспомнить о функциях тренажера и правилах его использования.

Если у Вас возникли какие-либо вопросы по эксплуатации данного тренажера, свяжитесь со службой технической поддержки или уполномоченным дилером, у которого Вы приобрели тренажер.



Внимание!

Перед тем как приступить к тренировкам, настоятельно рекомендуем пройти полное медицинское обследование, особенно если у Вас есть наследственная предрасположенность к повышенному давлению или сердечно-сосудистым заболеваниям. Неправильное или чрезмерно интенсивное выполнение упражнений может повредить Вашему здоровью.

Транспортировка и эксплуатация тренажера

1. Тренажер должен транспортироваться только в заводской упаковке;
2. Заводская упаковка не должна быть повреждена и нарушена;
3. При транспортировке тренажер должен быть надежно защищен от дождя, влаги, атмосферных осадков, механических повреждений.

Хранение тренажера

Тренажер рекомендуется хранить и использовать только в сухих отапливаемых помещениях со следующими значениями:

- Температура: +10-+35С;
- Влажность: 50-75%.

Если Ваш тренажер перевозился или хранился при низкой температуре или в условиях высокой влажности (имеет следы конденсации влаги), необходимо перед эксплуатацией выдержать его в нормальных условиях не менее 4 часов, и только после этого можно приступить к эксплуатации.

Рекомендации по сборке

Перед сборкой тренажера тщательно изучите ее последовательность и выполняйте все рекомендации. Используйте для сборки приложенный или рекомендуемый инструмент. Убедитесь, что в наличии имеются все детали и инструменты и они не имеют повреждений. Не прикладывайте чрезмерных усилий к инструменту при сборке во избежание травм и повреждения элементов конструкции тренажера. Сначала соберите все элементы конструкции, не затягивая до конца гайки и болты, и только убедившись, что конструкция собрана правильно, окончательно затяните их.

Каждый тренажер на заводе проходит проверку качества. Это необходимо, чтобы убедиться в корректной работе всех узлов тренажера.

При этом может потребоваться частичная или полная сборка (зависит от конкретной модели). В связи с этим в местах соединений элементов тренажера могут остаться следы сборки, стыковки деталей и использования технологического крепежа.

Перед тем как начать тренировку

Перед первым занятием проверьте, правильно ли была проведена сборка тренажера. Ознакомьтесь со всеми функциями и настройками тренажера и проводите тренировки в строгом соответствии с инструкцией по эксплуатации. Перед началом тренировки убедитесь, что все защитные элементы надежно установлены и закреплены, проверьте надежность механических и электрических соединений. Установите тренажер на ровную нескользящую поверхность, оставляя с каждой стороны не менее 0,9 м свободного пространства. Для снижения шума и вибраций рекомендуется использовать и подкладывать под тренажер специальные резиновые коврики, также это позволит избежать царапин, сколов и вмятин, если напольное покрытие в Вашем доме выполнено из деликатных материалов (паркетная доска, штучный паркет, натуральный линолеум, пробковое покрытие и т. п.).



Если беговая дорожка не эксплуатировалась более 6 месяцев, то необходимо смазать деку силиконовой смазкой до возобновления тренировок, так как силиконовая смазка со временем высыхает, становится вязкой и теряет смазывающие свойства.

Регулировка бегового полотна

Регулировка бегового полотна предполагает две основные функции – регулировку натяжения и центровку бегового полотна. Беговое полотно регулируется на фабрике производителем, но в связи с транспортировкой и перемещением беговой дорожки, беговое полотно может сдвинуться. Перед началом эксплуатации необходимо проверить регулировку натяжения и центровку бегового полотна, а также в течение первых недель, так как оно после нескольких использований может немного растянуться или сместиться в сторону.

Чтобы правильно отрегулировать беговое полотно, следуйте указаниям, приведенным ниже.

Регулировка натяжения бегового полотна

Если во время занятия на беговой дорожке Вы чувствуете небольшое проскальзывание, то, вероятнее всего, беговое полотно нужно аккуратно подтянуть.

ВНИМАНИЕ: Во время регулировки бегового полотна оно не должно двигаться. Излишнее натяжение полотна приведет к его преждевременному износу, равно как и некоторых других компонентов дорожки. Никогда не натягиваете полотно слишком сильно!

Натяжение бегового полотна является обычной регулировочной операцией. Для устранения проскальзывания следует затянуть оба натяжных болта заднего ролика при помощи торцевого шестигранного ключа соответствующих размеров

- Используйте соответствующий шестигранный ключ для регулировки болтов натяжения бегового полотна;
- Шаг 1- Поверните левый болт ключом по часовой стрелке на ¼ оборота, для увеличения натяжения полотна;
- Шаг 2- Повторите такое же действие для правого болта. Необходимо повернуть болт на точно такое же количество оборотов;
- При необходимости повторите процедуру, но никогда не вращайте болты более чем на 1/4 оборота. Повторяйте шаги 1 и 2 до установления необходимого уровня натяжения и отсутствие проскальзывания;

Для того чтобы уменьшить натяжение бегового полотна, необходимо поворачивать ключ против часовой стрелки согласно шагам, указанным выше.

Центрирование бегового полотна

Время от времени необходимо центрировать беговое полотно в связи с тем, что во время тренировки Вы отталкиваетесь с разным усилием на каждую ногу и полотно может смещаться в разные стороны. Центрирование полотна необходимо для предотвращения быстрого износа полотна и правильного функционирования.

1. **ВНИМАНИЕ:** Для центрирования бегового полотна необходимо запустить беговое полотно со скоростью не более 0.5 мили в час. Соблюдайте технику безопасности, чтобы одежда или волосы не попали на задний вал. Обратите внимание, в какую сторону отклоняется беговое полотно;
2. Если беговое полотно смещено вправо: Запустите беговое полотно со скоростью 0.5 мили в час. При помощи входящего в комплект поставки торцевого гаечного ключа поверните правый задний болт на 1/4 оборота по часовой стрелке.

Проверьте положение полотна. Беговое полотно должно пройти один полный оборот, после этого можно сделать вывод о том, насколько оно отцентрировано. При необходимости повторите процедуру;

3. Если беговое полотно смещено влево: Запустите беговое полотно со скоростью 0.5 мили в час. При помощи входящего в комплект поставки торцевого гаечного ключа поверните правый задний болт на 1/4 оборота против часовой стрелки. Проверьте положение полотна. Беговое полотно должно пройти один полный оборот, после этого можно сделать вывод о том, насколько оно отцентрировано. При необходимости повторите процедуру;
4. После того, как беговое полотно движется по центру, увеличьте скорость до 6 км/ч, чтобы проверить его положение в движении. При необходимости повторите вышеописанные шаги.

Если попытки центрировать беговое полотно безрезультатны, вероятно, нужно увеличить натяжение бегового полотна.



Выбор места для тренажера

Место, где установлен тренажер, должно быть хорошо освещенным и проветриваемым. Установите тренажер на твердой, ровной поверхности так, чтобы расстояние от стены или других предметов было достаточным.

Рекомендуемое пространство должно быть не менее 70 см по бокам, не менее 30 см перед оборудованием, не менее 110 см позади него.

В случае неисправности или поломки необходимо обеспечить доступ к оборудованию для сервисного инженера.

Свободное пространство сзади тренажера обеспечит Вам комфортный подход к тренажеру и спуск с него.

Если Вы ставите тренажер на ковер, необходимо подложить под него коврик из твердого пластика, чтобы предохранить ковер и оборудование от возможных повреждений. Также это позволит избежать царапин, сколов и вмятин, если напольное покрытие в Вашем доме выполнено из деликатных материалов (паркетная доска, штучный паркет, натуральный линолеум, пробковое покрытие и т. п.)

Не размещайте тренажер в помещениях с высокой влажностью, например, рядом с парной, сауной или закрытым бассейном. Водяные пары или хлор могут отрицательно повлиять на электронные и другие компоненты тренажера.

Рекомендации по уходу и техническому обслуживанию беговых дорожек

ПОРЯДОК ТЕХНИЧЕСКОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ

Организация регулярного технического обслуживания лежит на Пользователе беговой дорожкой. Техническое обслуживание беговой дорожки выполняется как самим пользователем, так и в случае необходимости можно обратиться к специалистам сервисной службы на платной основе.

Поддержание чистоты в месте использования беговой дорожки, чистка и смазка самой дорожки позволяет избежать проблем в эксплуатации и сводит к минимуму необходимость вызова специалистов по ремонту. Изготовитель рекомендует выполнять следующие действия по профилактическому техническому обслуживанию.



Внимание!

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

ПОСЛЕ КАЖДОЙ ТРЕНИРОВКИ (ЕЖЕДНЕВНО)

Осмотрите беговую дорожку и выполните следующие действия:

- Протрите беговое полотно, боковые накладки, кожух двигателя и консоль влажной тряпкой. Не используйте растворители, они могут повредить тренажер. Используйте мыльный раствор и влажную тряпку;
- Убедитесь, что силовой шнур не попал под тренажер или в другое место, где он может оказаться защемлен или оборван;

- Проверьте натяжение и центровку бегового полотна. Убедитесь, что полотно не задевает и не повредит при движении другие части тренажера из-за нарушения центровки.

ЕЖЕНЕДЕЛЬНО

Чистка поверхности под беговой дорожкой:

- Выключите тумблер беговой дорожки, затем отключите ее от сети;
- Сложите тренажер, убедившись в надежности его фиксации в вертикальном положении;
- Переместите тренажер в другое место;
- Подметите или пропылесосьте пол, чтобы удалить пыль или другой мусор, который мог накопиться под беговой дорожкой;
- Поставьте тренажер обратно.

ЕЖЕМЕСЯЧНО – ВАЖНО!

- Выключите тумблер питания беговой дорожки, затем отключите ее от сети;
- Проверьте затяжку всех монтажных болтов тренажера;
- Снимите крышку моторного отсека двигателя. Дождитесь, пока все индикаторы светодиодов на платах погаснут;
- Почистите (пропылесосьте) моторный отсек и сам двигатель, чтобы удалить накопившийся пух и пыль. Невыполнение этой процедуры может привести к выходу из строя электронных блоков управления дорожкой;
- Пропылесосьте места прилегания бегового полотна к боковым накладкам и протрите беговое полотно влажной тряпкой;

Удалите с помощью пылесоса черные или белые частички, которые могут скопиться вокруг тренажера в результате трения полотна о деку. Их появление является результатом нормальной работы беговой дорожки.

Смазка деки силиконовой смазкой

В процессе эксплуатации беговой дорожки, происходит стирание и высыхание смазывающего слоя силиконовой смазки, которая обеспечивает скольжение полотна по деке и возникает необходимость нанесения нового слоя смазки.

Типичные признаки необходимости смазки деки:

- сильный нагрев бегового полотна, запах нагретой резины;
- перегрев электродвигателя, резкий запах пластмассы, горячая крышка моторного отсека;
- отключение электродвигателя во время занятий;
- появление текстовых (например: OIL, LUBE BELT и др.) или цифровых сообщений на дисплее консоли.

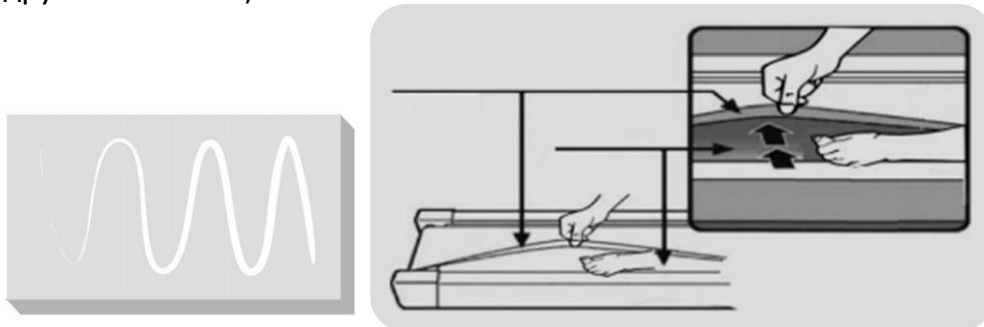
Обращаем Ваше внимание, что несвоевременная смазка деки силиконовой смазкой приводит к повышенному трению и нагрузке на электродвигатель, что может привести к поломке электродвигателя и электронных плат управления дорожкой, повреждению и преждевременному износу деки и бегового полотна.

Мы рекомендуем проводить техническое обслуживание по следующему графику:

- При занятиях менее 3 часов в неделю – ежегодно;
- При занятиях 3-5 часов в неделю - каждые шесть месяцев;
 - При занятиях более 5 часов в неделю - каждые три месяца.

Процедура смазывания деки:

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



- затяните болты заднего вала в соответствии с вашими метками (снова натяните полотно до прежнего состояния);
- подключите дорожку к сети, вставьте ключ безопасности и запустите дорожку на минимальной скорости и походите по полотну в течении 2 минут для равномерного распределения смазки.

Рекомендуемый расход силиконовой смазки для разового обслуживания:

- Домашние беговые дорожки - 10-15 мл.
- Полупрофессиональные беговые дорожки – 15-20 мл
- Профессиональные беговые дорожки – 20-30 мл

Нанесение слишком большого количества смазки, приводит к проскальзыванию переднего вала и бегового полотна.

Перед нанесением нового слоя смазки, необходимо очистить деку от грязи и остатков старого слоя смазки используя мягкую ткань и средство для очистки.

Некоторые модели тренажёров комплектуются бутылочкой с силиконовой смазкой (30 мл), рассчитанной на 2-3 применения. По вопросу её приобретения обращайтесь к Продавцу.

Все трущиеся и нагружаемые элементы дорожки снабжены специальными герметичными подшипниками, которые не требуют особого ухода и регулярной смазки.

В любом случае, даже при регулярном обслуживании необходимо контролировать и проверять состояние деки и бегового полотна, токовую нагрузку на электродвигатель и принимать решение в зависимости от их технического состояния.

Регулярное техобслуживание не гарантирует нормальную работу комплектующих беговой дорожки (дека, полотно и т.п.), если пользователями нарушаются правила эксплуатации тренажёра.



Рекомендуем посмотреть наши видеоролики по уходу и обслуживанию беговой дорожки: <https://clck.ru/gjptV>

Электробезопасность (для тренажеров с питанием от сети)

Соблюдайте все меры предосторожности, принятые при работе с электрическим оборудованием. Тренажер должен подключаться только к заземленной розетке. Это снижает риск удара током при поломке или сбое в работе. Тренажер снабжен шнуром с жилой для заземления и вилкой с ножкой заземления. Вставьте вилку в соответствующую питающую розетку, установленную и заземленную с соблюдением действующих нормативов. Перед каждым использованием осмотрите электрический соединительный шнур на предмет отсутствия его повреждений.

Неправильное подключение может стать причиной удара током. Если у Вас возникли сомнения в правильности заземления, обратитесь к электрику или представителю сервисной службы. Не меняйте вилку тренажера. Если комплектуемая вилка не подходит к Вашей розетке, обратитесь к электрику и установите нужную розетку. Не применяйте дополнительные электрические удлинители, переходные адаптеры между электрической сетью и тренажером. Это может нарушить работу системы УЗО и увеличить риск поражения электрическим током, а также явиться обоснованным отказом в гарантийном обслуживании. Не прячьте шнур питания под ковер и не ставьте на него предметы, способные пережать или повредить его. Не допускайте, чтобы шнур питания касался нагретых поверхностей. В случае скачка напряжения в некоторых тренажерах предусмотрено автоматическое отключение.



Осторожно!

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

Меры предосторожности

Тренажер должен использоваться только по назначению, то есть для физических тренировок взрослых людей. Любое другое использование тренажера запрещено и может быть опасно. Продавец не несет ответственности за любые травмы или повреждения, вызванные неправильным использованием тренажера.

Тренажер предназначен для использования взрослыми людьми, конструкция и установленные нагрузки рассчитаны на взрослых людей, поэтому эксплуатация несовершеннолетними лицами не допускается. Дети и домашние животные не должны приближаться к работающему тренажеру ближе 3 м.

В целях вашей безопасности рекомендуем соблюдать следующие правила:

- Сборку и эксплуатацию тренажера следует осуществлять на твердой ровной поверхности. Свободное пространство вокруг тренажера должно составлять не менее 1,2 м;
- При регулярной эксплуатации проверяйте затяжку резьбовых соединений каждые 1-2 месяца;
- Не допускайте попадания внутрь тренажера посторонних предметов и жидкостей;
- Никогда не эксплуатируйте тренажер с явными дефектами — открученными элементами крепления, незакрепленными узлами, с нехарактерными посторонними шумами и т. д. Это может привести к травмам или сокращению срока службы тренажера;
- Для осмотра и устранения возникших дефектов обратитесь в авторизованный сервисный центр или к уполномоченному дилеру, у которого вы приобрели тренажер;
- Обслуживание тренажера, за исключением процедур, описанных в данном руководстве, должно производиться только сотрудниками сервисного центра;
- Не допускается какое-либо изменение конструкции или узлов и деталей тренажера — это может привести к серьезным травмам и вреду для здоровья;
- Вес пользователя не должен превышать максимально заявленный;
- Во время занятий используйте соответствующую одежду и обувь. Не надевайте свободную одежду или обувь с кожаной подошвой или каблуками. Если у вас длинные волосы, соберите их в хвост или пучок на затылке;
- Не подставляйте руки под движущиеся части тренажера;
- Не подвергайте себя чрезмерным нагрузкам во время тренировок. Если вы почувствовали боль или недомогание, немедленно прекратите занятия и обратитесь за консультацией к врачу.

Прежде чем использовать электрическую беговую дорожку, изучите кнопки на панели управления: запуск, остановка, изменения скорости и другие. Встаньте на боковые накладки с обеих сторон бегового полотна и возьмитесь за поручни.

Удерживайте невысокую скорость — не более 3 км/ч. Затем встаньте на беговое полотно. После того как привыкнете к скорости, можно попробовать ходьбу или медленный бег, добавив скорость от 3 до 5 км/ч. Пройдите примерно 10 минут на этой скорости, затем остановите дорожку.

Полезные советы

- Перед началом тренировки проконсультируйтесь с врачом или фитнес-тренером, который поможет вам составить подходящий график занятий в соответствии с вашим возрастом и состоянием здоровья. Также он определит скорость движения и интенсивность выполнения упражнений;
- Можно добавить в свой план занятий аэробные упражнения — ходьбу, бег трусцой, плавание, танцы или езду на велосипеде. Постоянно контролируйте пульс. Если у вас нет электронного кардиодатчика, уточните у врача, как измерять пульс вручную на запястье или шее. Определите целевую ЧСС;
- Пейте достаточно воды во время тренировки, так как организм активно теряет влагу и важно восстанавливать водный баланс, чтобы избежать обезвоживания. Не пейте слишком много холодной воды и напитков, их температура должна быть комнатной;
- Немедленно прекратите тренировку, если чувствуете стеснение и боль в груди, учащенное сердцебиение, затрудненное дыхание, головокружение или другой дискомфорт;
- Возвращайтесь к тренировкам только после консультации с врачом. Занимайтесь с комфортной для вас скоростью!

Рекомендуемые параметры скорости в зависимости от физической подготовки:

Интенсивность	Скорость
медленная ходьба	1,0-3,0 км/ч
неспешная ходьба	3,0-4,5 км/ч
нормальная ходьба	4,5-6,0 км/ч
быстрая ходьба	4,5-6,0 км/ч
бег трусцой	7,5-9,0 км/ч
средняя скорость бега	9,0-12,0 км/ч
интенсивный бег	12,0-14,5 м/ч
сверхинтенсивный бег	14,5-16,0 км/ч

Для ходьбы лучше поддерживать скорость ≤ 6 км/ч. Для бега рекомендуемая скорость – $\geq 8,0$ км/ч.

Гарантия

С условиями и сроками гарантии Вы можете ознакомиться на сайте <https://fitathlon.ru/fitathlon-service/guarantee.pdf>

Гарантия наших брендов является твердым обязательством по обеспечению высокого качества оборудования.

Перед покупкой и эксплуатацией рекомендуем ознакомиться с содержанием гарантийного талона, размещенного по указанной выше ссылке.

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

Авторизованные сервисные центры представлены по всей России. Наши профессионалы гарантируют качественное обслуживание и ремонт, следуя стандартам бренда.

С контактами сервисных центров можно ознакомиться на сайте <https://fitathlon.ru/fitathlon-service/>

Указания по утилизации



Данный тренажер не относится к бытовым отходам. **Пожалуйста, не выбрасывайте оборудование либо элементы питания вместе с бытовыми отходами**, для утилизации использованных элементов питания пользуйтесь действующими в Вашей стране системами возврата и сбора для утилизации.

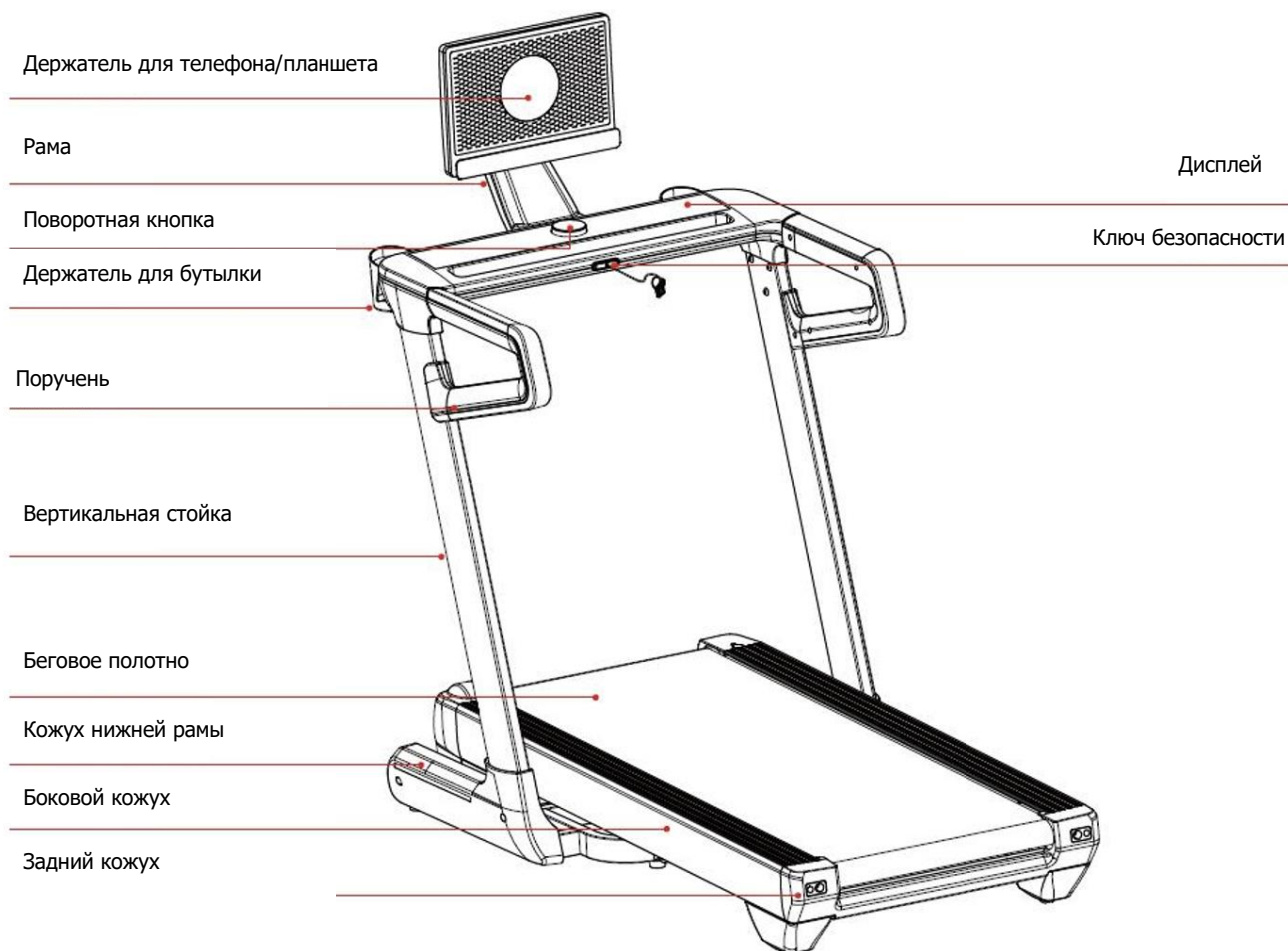
Надлежащий отдельный сбор разобранных приборов, которые впоследствии отправятся на переработку, утилизацию или экологичное захоронение, способствует предотвращению возможных негативных воздействий на окружающую среду и здоровье человека, а также позволяет повторно использовать материалы, из которых изготовлено устройство. За незаконную утилизацию устройства пользователь может быть привлечен к административной ответственности, предусмотренной действующим законодательством.



Внимание

Тренажер предназначен для домашнего использования.

ИНСТРУКЦИЯ ПО СБОРКЕ



Технические характеристики

1	Напряжение	220В
2	Частота	50 Гц
3	Двигатель	2,0л.с.
4	Скорость	1-20 км/ч
5	Размер бегового полотна	520*1400мм
6	Максимальный вес пользователя	150кг
7	Размер в разложенном состоянии	1730*870*1520мм

8	Функции	Режим бега, Bluetooth
---	---------	-----------------------

Ключ безопасности:



В наборе идет красная пластиковая деталь с кабелем и зажимом, которая является ключом безопасности. Установите ключ безопасности на панель и закрепите зажим на одежде! Если снять ключ безопасности, то беговая дорожка немедленно остановится.

Список деталей

№	Название	Ед. измерения	Кол-во
1	Беговая дорожка	В сборке	1
2	Держатель для телефона/планшета	В сборке	1
3	Панель дисплея	В сборке	1
4	Держатель бутылки	Шт	2
5	Набор инструментов для сборки	Набор	1
6	Руководство пользователя		1
7	Силиконовая смазка	Бутылка	3
8	Кабель питания	Шт	1

Список комплектующих деталей:

№	Рисунок	Название и кол-во	№	Рисунок	Название и кол-во
1		Основная рама *1	12		Саморез *2
2		Левая вертикальная стойка *1	13		Рама держателя для телефона и планшета *1
3		Правая вертикальная стойка *1	14		Шестигранный винт *3
4		Шестигранный винт *10	15		Декоративный кожух держателя *1
5		Левый декоративный кожух *1	16		Держатель для телефона и планшета *1
6		Правый декоративный кожух *1	17		Крестообразный винт *4
7		Крестообразный винт *8	18		Верхний декоративный кожух *1
8		Руль *1	19		Нижний декоративный кожух *1
9		Крестообразный винт *10	20		Держатель бутылки *2
10L		Внешний кожух левого поручня *1	21		Ключ безопасности в сборке *1
11L		Внутренний кожух левого поручня *1	22		Кабель питания * 1
11R		Внутренний кожух правого поручня *1	A		L-образный гаечный ключ *1

10R		Внешний кожух правого поручня *1	В		Смазка *1
-----	---	--	---	---	-----------

ЭТАПЫ СБОРКИ

Во время сборки все винты должны быть просто вставлены, окончательно затягивать детали нужно только после того, как рама будет полностью установлена.

ШАГ 1

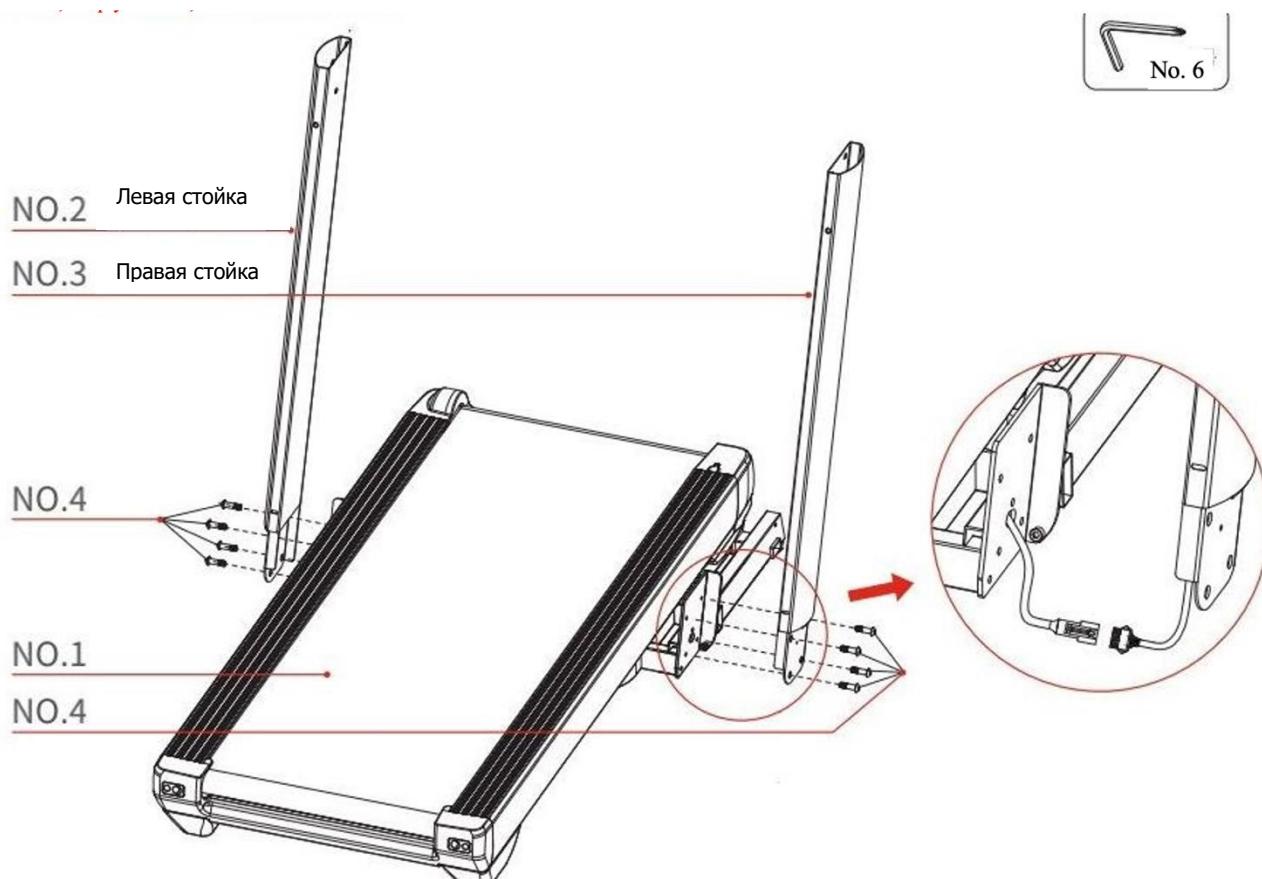
1. Возьмите левую вертикальную стойку (№2), обозначенную буквой L, и 4 винта (№4). Совместите отверстия для винта на левой вертикальной стойке с отверстиями на нижней раме, как показано на рисунке, затем закрепите 4 винта (№4).

Затягивать винты не нужно!

2. Подключите 5-контактную сигнальную линию, как показано на рисунке, и обратите внимание на направление кабелей во время стыковки.

3. Возьмите правую вертикальную стойку (№3), обозначенную буквой R, и 4 винта (№4). Совместите отверстия для винта на правой вертикальной стойке с отверстиями на нижней раме, как показано на рисунке, а затем закрепите 4 винта (№4).

Затягивать винты не нужно!



ШАГ 2

Во-первых, установите руль (№8) на левую и правую стойки одновременно, как показано на рисунке.

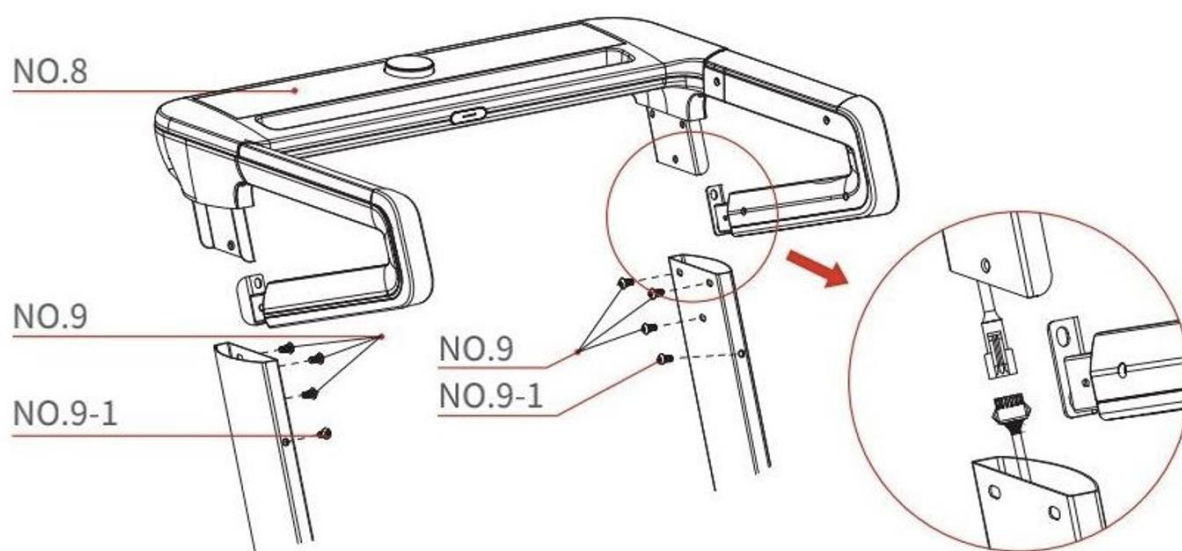
Внимание: Не пережмите сигнальный кабель. На данном этапе требуются 2 человека.

1. Подключите 5-контактную сигнальную линию, как показано на рисунке, и обратите внимание на направление кабелей во время стыковки.

2. Выверните 6 винтов (№9). Совместите отверстия и зафиксируйте с внутренними отверстиями вертикальной стойки. **Затягивать винты не нужно!**

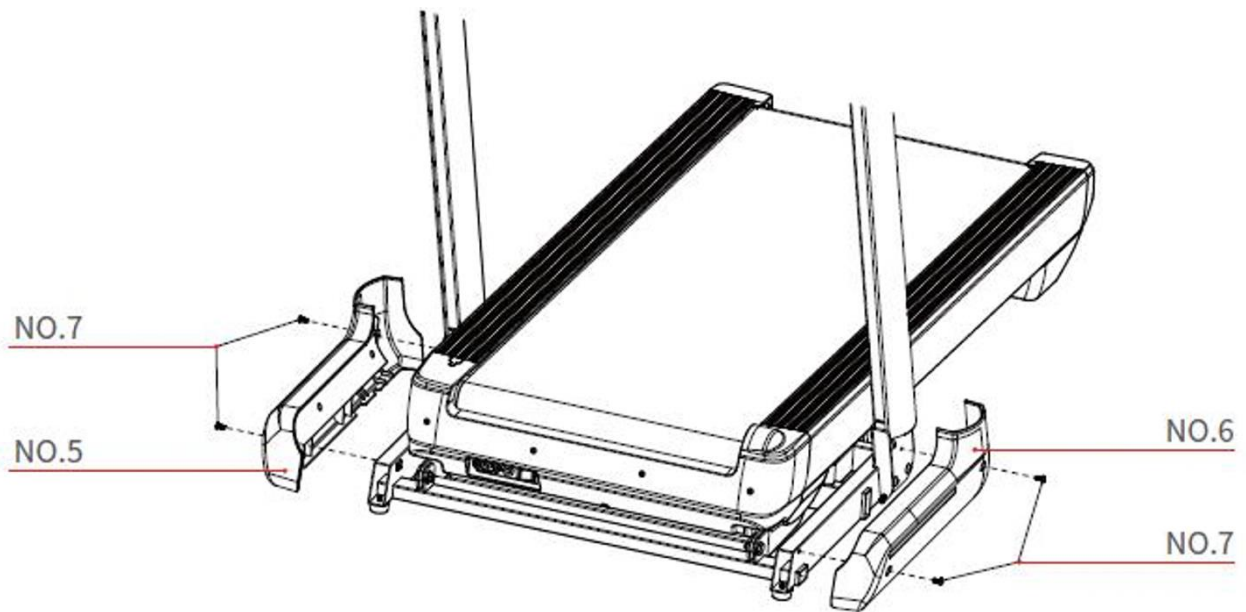
3. Выверните 2 винта (№9-1). Совместите отверстия и зафиксируйте с передними отверстиями вертикальной стойки. **Затягивать винты не нужно!**

4. Затяните 2 винта (№9-1) с помощью Г-образного ключа, а затем зафиксируйте 6 винтов (№9).



ШАГ 3

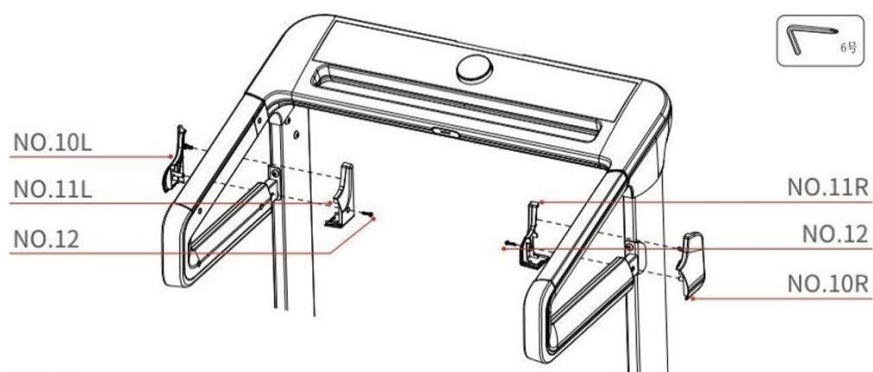
1. Затяните 8 винтов (№4), закрепленных на внешней стороне левой и правой стоек на шаге I, с помощью L-образного ключа.
2. Снимите правый декоративный кожух (№5), обозначенный буквой R, и совместите с отверстием, как показано на рисунке, затем закрепите и затяните 2 винта (№7) с помощью L-образного ключа.
3. Снимите левый декоративный кожух (№6), обозначенный буквой L, совместите с отверстием, как показано на рисунке, затем закрепите и затяните 2 винта (№7) с помощью L-образного ключа.



ШАГ 4

1. Снимите внешний кожух левого поручня, обозначенный буквой L (10L), и кожух левого поручня (11L), который находится с внутренней стороны, закрепите детали в соответствии с расположением отверстий, как показано на рисунке; Зафиксируйте и затяните винты (№ 12) с помощью ключа L-образного типа, как показано на рисунке.

2. Снимите внешний кожух правого поручня, обозначенный R (10R), и кожух правого поручня (11R), который находится с внутренней стороны, закрепите детали в соответствии с расположением отверстий, как показано на рисунке; Зафиксируйте и затяните винты (№ 12) с помощью ключа L-образного типа, как показано на рисунке.

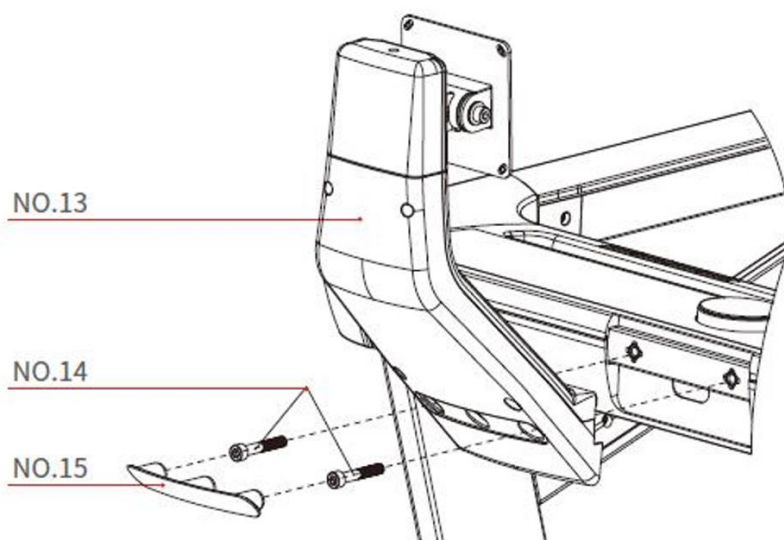


ШАГ 5

1. Снимите раму (№13), кожух рамы и декоративный кожух (№15).

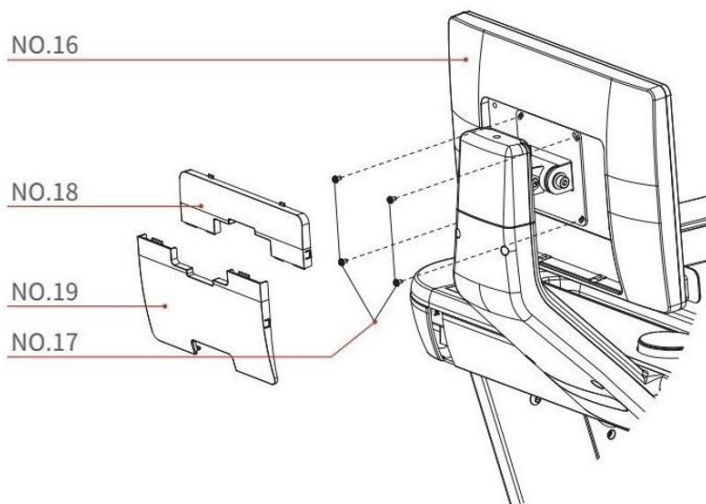
2. Совместите отверстия рамы, как показано на рисунке, и закрепите 2 винта (№14) с помощью L-образного ключа, как показано на рисунке.

3. Теперь установите кожух рамы и декоративный кожух (№15), затем закрепите детали.



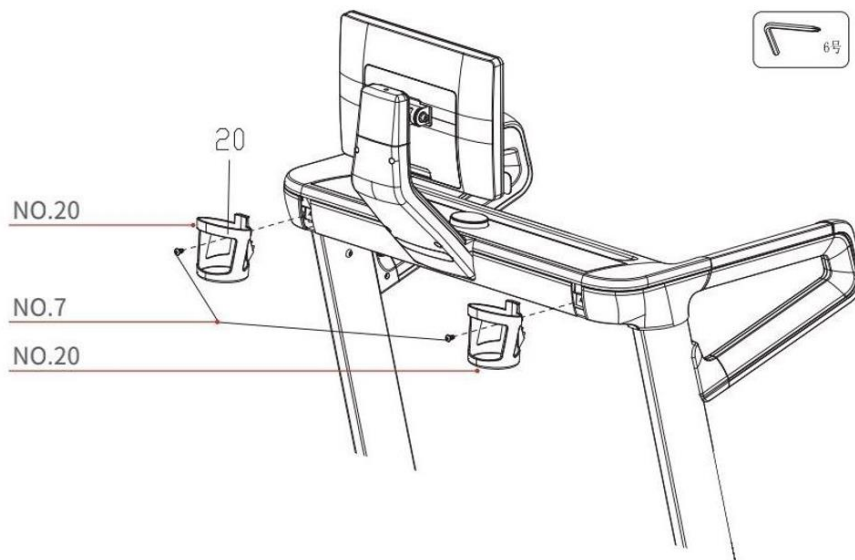
ШАГ 6

1. Снимите декоративный кожух (№18\№19) с держателя для планшета и телефона (№16) и 4 винта (№17), предварительно закрепленные на задней крышке.
2. Выровняйте держатель по положению отверстий, как показано на рисунке, зафиксируйте 4 винта (№14), как показано на рисунке, с помощью L-образного ключа (не затягивайте), отрегулируйте держатель так, чтобы он был параллельно полу, а затем затяните винты с помощью L-образного гаечного ключа.
3. Установите декоративный кожух (№18/№19) и закрепите.



ШАГ 7

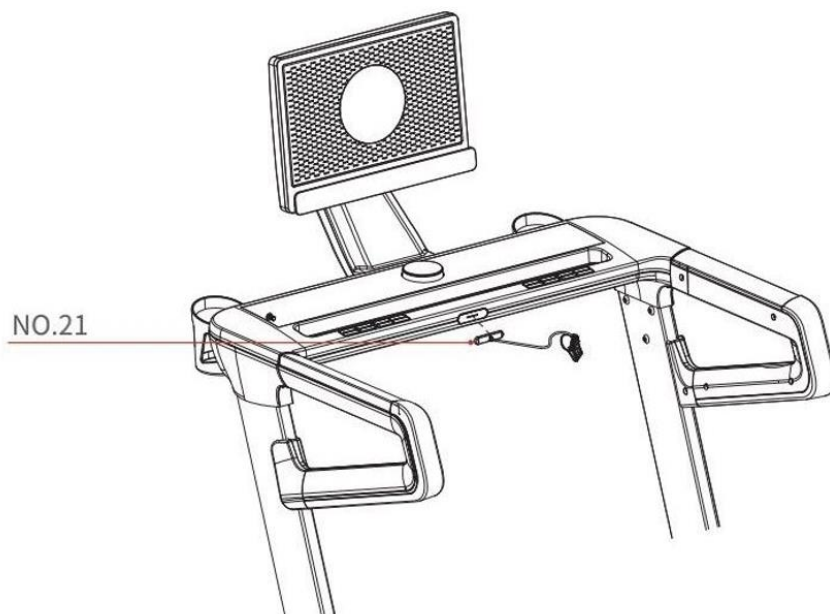
Возьмите держатель для бутылки (№20), совместите отверстия, как показано на рисунке, и затяните винты (№7) с помощью L-образного ключа.



ШАГ 8

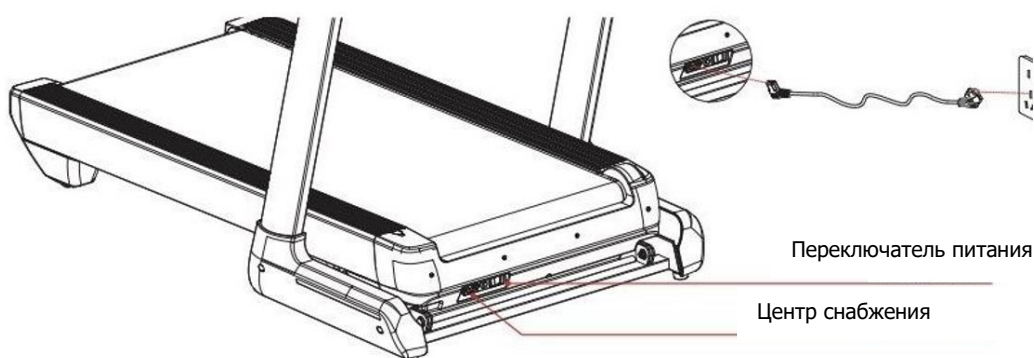
Возьмите ключ безопасности (№21), установите его в положение, показанное на рисунке, тогда тренажер сможет начать работать.

Внимание: Беговая дорожка запустится только после того, как ключ безопасности будет вставлен на место на приборной панели.



ШАГ 9

Возьмите кабель питания, вставьте один конец в разъем питания беговой дорожки, как показано на рисунке, а другой конец подсоедините к розетке, после чего беговая дорожка включится.

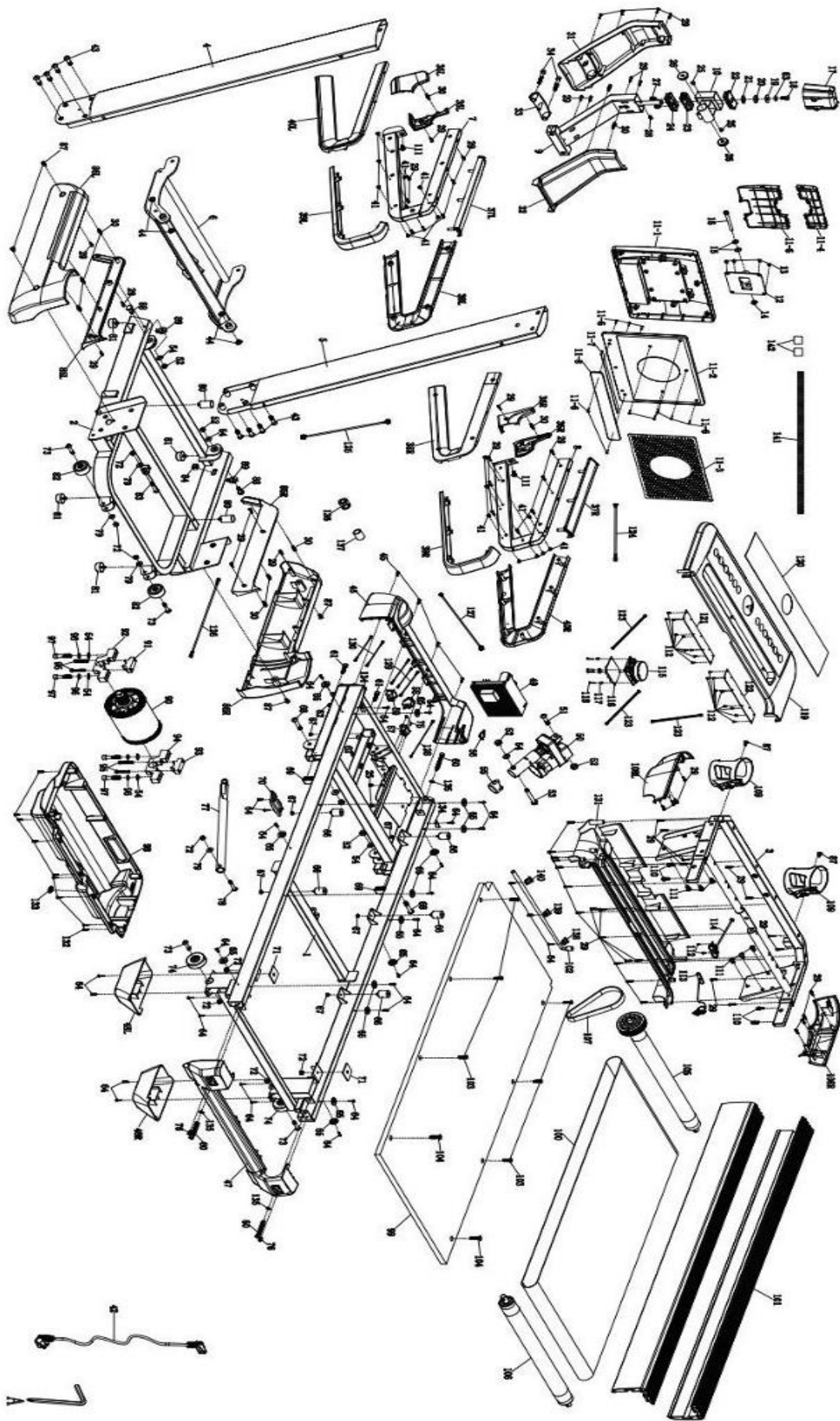


Внимание:

1. Убедитесь, что все винты установлены в соответствии с вышеуказанными требованиями, затем затяните все детали. Только после можно включить питание.
2. В нижней части тренажера имеются четыре регулируемых компенсаторов, их можно регулировать в соответствии с необходимостью. Убедитесь, что все компенсаторы

стоят ровно, в противном случае тренажер может начать шуметь или пользователь может получить травму во время тренировки.

Схема тренажера в разобранном виде:



Список комплектующих частей

№	Описание	Кол-во	№	Описание	Кол-во
1	Основная рама	1	35L	Внешний кожух левого поручня	1
2	Нижняя рама	1	35R	Внешний кожух правого поручня	1
3	Руль	1	36L	Внешний кожух левого поручня	1
4	Левая вертикальная стойка	1	36R	Внешний кожух правого поручня	1
5	Правая вертикальная стойка	1	37L	Кожух левого поручня	1
6	Рама подъема	1	37R	Кожух правого поручня	1
7	Левый поручень	1	38L	Внутренний кожух левого поручня	1
8	Правый поручень	1	38R	Внутренний кожух правого поручня	1
9	Держатель для телефона и планшета	1	39L	Внешний кожух левого поручня	1
10	Рама держателя	1	39R	Внешний кожух правого поручня	1
11-1	Задний кожух рамы держателя	1	40L	Внешний кожух левого поручня	1
11-2	Передний кожух рамы держателя	1	40R	Внешний кожух правого поручня	1
11-3	Антискользящая накладка для держателя А	1	41	Саморез с крестообразной головкой М4*10мм	16
11-4	Верхний декоративный кожух	1	42	Кабель питания	1
11-5	Нижний декоративный кожух	1	43	Шестигранный винт М10*35мм, длиной 15мм	8
11-6	Крестообразный саморез с круглой головкой М3*14мм	10	44	Пластиковый Т кожух	4
11-7	Антискользящая накладка для держателя В	1	45	Саморез с поперечной F-образной головкой М4*22мм	4

11-8	Пластина	1	46	Передний кожух двигателя	1
12	Планка соединения	1	47	Задний кожух	1
13	Винт с крестообразной головкой М4*8мм	4	48L	Кожух левого ролика	1
14	Каретная гайка М8 / Ø16*7.5мм	1	48R	Кожух правого ролика	1
15	Шайба Ø19/Ø8.4*1.0мм	2	49	Нижняя панель управления	1
16	Внутренний шестигранный винт М8*75мм, длиной 30мм	1	50	Двигатель подъема	1
17	Декоративный кожух верхней планки	1	51	Шестигранный винт М10*42мм, длиной 15мм	1
18	Винт М8*20мм	1	52	Нейлоновая стопорная гайка М10, толщиной 10мм	6
19	Шайба Ф26/Ф8.5*2.0мм	1	53	Шестигранный винт М10*70мм, длиной 15мм	1
21	Пластиковая шайба	1	54	Шайба Ф20/Ф10.5*2.0мм	9
22	Внутренняя заглушка 25-75 (верхняя)	1	55	Заглушка	1
23	Внутренняя заглушка 25-75 (средняя)	1	56	Заглушка отсека для смазки	1
24	Внутренняя заглушка 25-75 (нижняя)	1	57	Разъем для кабеля питания	1
25	Крестообразный винт М5*8мм	4	58	Защита от перегрузки по току	1
26	Кабель питания	2	59	Переключатель	1
27	Эластичный шарик + винт М10*18мм	2	60	Шестигранный винт М8*65мм	3
28	Шестигранный винт М6*15мм, длиной 10мм	1	61	Шестигранный винт М8*30мм	2
29	Саморез с поперечной головкой М4*20мм, Ø8	63	62	М8 гайка	2
30	Направляющая	10	63	Пружинная шайба Ф8.5*2.5*2.5мм	1
31	Декоративный кожух задней планки	1	64	Саморез с крестообразной головкой М4*16мм	29

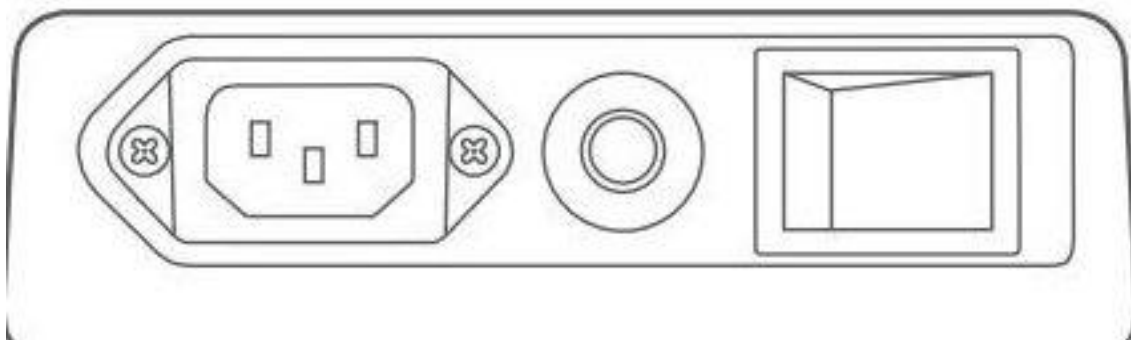
32	Декоративный кожух передней планки	1	65	Боковой кожух рамы	14
33	Декоративный кожух консоли	1	66	Прокладка В	6
34	Шестигранный винт М8*50мм, длиной 30мм	2	67	М6 Нейлоновая гайка	6
68	Шестигранный винт М10*53мм, длиной 15мм	2	106	Задний ролик	1
69	25*40*2.0 внутренняя заглушка	2	107	Ремень 180J8	1
70	Нижний кожух двигателя	1	108L	Левый кожух консоли	1
71	Резиновая прокладка	2	108R	Правый кожух консоли	1
72	Нейлоновая стопорная гайка М8	8	109	Держатель бутылки	2
73	Шестигранный винт М8*40мм, длиной 14мм	4	110	Шестигранный винт М6*16мм	4
74	Колесо В	2	111	Шестигранный винт М8*16мм	8
75	Крестообразный винт М3*8мм	2	112	Крестообразный саморез М3*8мм	20
76	Крестообразный винт М5*12мм, Ф10	2	113	Ключ безопасности	1
77	Пружина	1	114	Разъем предохранителя	1
78	Шестигранный винт М8*44мм, длиной 13мм	1	115	Регулятор сопротивления	1
79	Шайба Ф19/Ф8.5*1.5мм	4	116	Верхняя панель управления	1
80	Прокладка А	2	117	Пластиковая распорная втулка	4
81	Накладки для ног	4	118	Крестообразный саморез М3*20мм	4
82	Колесо А	2	119	Верхний кожух консоли	1
83	Шестигранный винт М8*30мм, длиной 12мм	1	120	Дисплей	1
84	Зажим кабеля	1	121	Панель управления наклоном	1
85L	Кожух левого компенсатора	1	122	Панель управления скоростью	1

85R	Кожух правого компенсатора	1	123	4-х контактная соединительная линия	3
86L	Левый компенсатор пола	1	124	5-ти контактная соединительная линия верхнего управления	1
86R	Правый компенсатор пола	1	125	5-ти контактная соединительная линия стойки	1
87	Крестообразный винт М6*22мм, Ø12	6	126	5-ти контактная соединительная линия	1
88	Шестигранный винт М10*32мм, длиной 15	2	127	5-ти контактная нижняя соединительная линия управления	1
89	Пластиковый изолятор	2	128	Заземляющий кабель	1
90	Двигатель	1	129	Соединительная линия А	3
91	Маленькая алюминиевая заглушка	1	130	Соединительная линия В	2
92	Большая алюминиевая заглушка	1	131	Нижний кожух консоли	1
93	Маленькая алюминиевая заглушка	1	132	Саморез М4*20мм, Ф10	9
94	Большая алюминиевая заглушка	1	133	Заглушка	1
95	Шестигранный винт М6*40мм	4	134	Заглушка	1
96	Пружинная шайба Ф16.3/Ф10.3*3.0мм	4	135	Шайба Ф13/Ф8.5*0.5мм	3
97	Шестигранный винт, М10*45мм, 25мм	4	136	Магнитное кольцо	1
98	Нижний кожух двигателя	1	137	Труба	1
99	Дека	1	138	Заглушка масляной трубки 1	1
100	Беговое полотно	1	139	Заглушка масляной трубки 2	1
101	Подшипник	2	140	Заглушка масляной трубки 3	1
102	Трубка для смазки	1	141	Термостойкая сетка	1
103	Шестигранный винт М6*27мм	6	142	Термостойкая пластина	2

104	Шестигранный винт М8*35мм	2	А	L-образный гаечный ключ (6# + крестовая отвертка)	1
105	Заднее колесо	1	В	Смазка	1

Работа с консолью

Подключите блок питания и включите переключатель (переключатель красный) (I), он загорится, затем раздастся звук, и экран загорится.









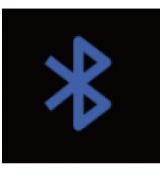
Ключ безопасности

Беговая дорожка может работать только после того, как ключ безопасности будет полностью установлен на свое место в нижней части панели; Закрепите зажим ключа безопасности на одежде во избежание несчастных случаев. Если ключ безопасности убрать, то беговая дорожка немедленно остановится. Для дальнейшего использования беговой дорожки, установите ключ безопасности в исходное положение.

Поворотная кнопка



№	Название	Изображение	Описание
1	Уровень наклона		Наклон (0-18)

2	Время		00:00~99:59
3	Скорость		1.0~20.0км/ч
4	Расстояние		0.0~99.99 км
5	Калории		0,0~999.9 калории
6	Логотип		Всегда отображается на дисплее, если тренажер включен.
7	Bluetooth		При отображении на дисплее показывает подключение к Bluetooth. Bluetooth не подключен, если на экране не горит значок.

Поворотная кнопка

1. Данные Time (Время), Speed (Скорость), Distance (Расстояние), Calorie (Калории) отображаются по очереди каждые 3 секунды, для каждого показателя будет гореть соответствующий световой индикатор.

2. Индикатор регулировки наклона всегда включен и отображает соответствующий уровень наклона. При успешном подключении к Bluetooth данный индикатор постоянно горит.

II. Функциональные клавиш: Start (Старт) / Pause (Пауза) /Stop (Стоп).

II. Функции кнопки:

1.1 При нажатии данной клавиши в режиме ожидания беговая дорожка начнет работать с минимальной скоростью после 3-секундного обратного отсчета.

1.2 При нажатии данной клавиши в режиме работы беговая дорожка замедлится до полной остановки. Затем система перейдет в режим паузы, и на экране отобразится PAU, данные о тренировке не будут удалены. В случае повторного нажатия данной кнопки беговая дорожка начнет работать со скоростью, которая была до паузы, после 3-секундного обратного отсчета.

1.3 При нажатии данной клавиши и удерживании более 2 секунд в режиме работы или паузы беговая дорожка замедлится до полной остановки, и все данные будут удалены для перехода в режим ожидания.

2. Вращение кнопки по часовой стрелке означает увеличение скорости, и при достижении максимальной скорости раздастся продолжительный звуковой сигнал. Движение против часовой стрелки означает снижение скорости, а при достижении минимальной скорости раздастся продолжительный звуковой сигнал. (Максимальная скорость 20,0км/ч, минимальная скорость 1,0км/ч)

3. Нажатие любой клавиши будет сопровождаться звуковым сигналом-подсказкой. При нажатии кнопки для настройки параметров сверх установленных пределов раздастся продолжительный звуковой сигнал. Если клавишу не нажимать, звукового сигнала не будет.

Режим ожидания:

Система выключится, все дисплеи погаснут и устройство перейдет в режим ожидания, если более 10 минут тренажер не будет использоваться. Нажмите любую клавишу, чтобы тренажер перешел в режим работы.

Ключ безопасности:

Каждый раз при отключении ключа безопасности беговая дорожка быстро останавливается, и все данные удаляются, а во всех окнах отображается "----". Все операции и запуск беговой дорожки должны выполняться только при вставленном ключе безопасности.

V. Функциональные клавиши

Клавиши наклона: Уровни наклона 3,6, 9, Наклон +, Наклон -.

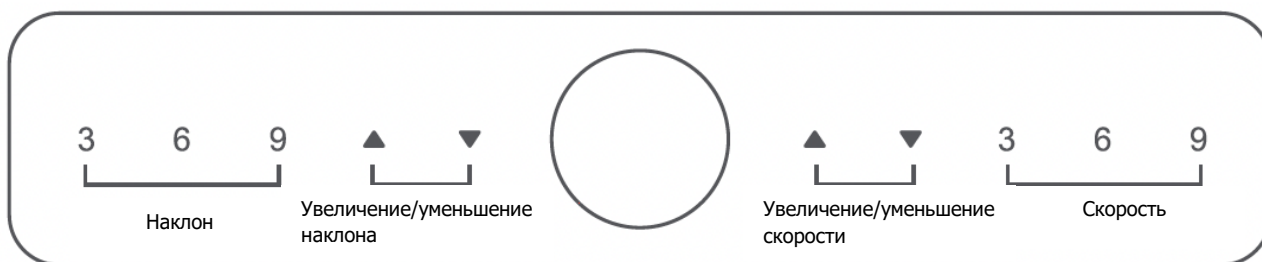
Быстрые клавиши наклона: В рабочем состоянии нажмите данную клавишу, чтобы установить указанный наклон.

Клавиша наклон+/наклон-: В рабочем состоянии нажмите данную клавишу, чтобы увеличить или уменьшить наклон; при нажатии удерживайте, чтобы непрерывно увеличивать или уменьшать показатель.

Клавиши скорости: Скорость 3,6, 9, Скорость +, Скорость -.

Быстрые клавиши скорости: В рабочем состоянии нажмите данную клавишу, чтобы установить указанную скорость.

Клавиша скорость +/скорость -: В рабочем состоянии нажмите данную клавишу, чтобы увеличить или уменьшить скорость; при нажатии удерживайте, чтобы непрерывно увеличивать или уменьшать показатель.



Сообщения об ошибках и варианты их устранения

Код	Проблема	Решение
E01	Перегрузка по току	<ol style="list-style-type: none"> 1. Возможная причина заключается в том, что ток превышает номинальную нагрузку, поэтому система отключается. Перезапустите систему; 2. Когда определенная часть беговой дорожки заклинивает, в результате чего двигатель не может вращаться, нагрузка увеличивается, и ток также увеличивается, что ведет к отключению системы. Необходимо настроить беговую дорожку на повторный запуск или добавить смазку. 3. Проверьте, нет ли звука перегрузки по току или запаха гари при работающем двигателе, если да, замените двигатель; 4. Замените контроллер.
E02	Ошибка двигателя	<ol style="list-style-type: none"> 1. Проверьте, подключен ли кабель двигателя, и снова подсоедините кабель двигателя; 2. Замените двигатель; 3. Замените контроллер.
E03	Перегрузка по току	<ol style="list-style-type: none"> 1. Возможная причина заключается в том, что ток превышает номинальную нагрузку, поэтому система отключается. Перезапустите систему; 2. Проверьте, не ослаблено ли соединение между кабелем, подключенным к тренажеру и к розетке; 3. Замените контроллер.
E04	Ошибка фазы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Проверьте, подключен ли кабель двигателя, попробуйте снова подсоединить кабель двигателя; 2. Замените двигатель; 3. Замените контроллер.
E05	Недостаточное напряжение	<ol style="list-style-type: none"> 1. Проверьте, является ли напряжение источника питания нормальным; 2. Проверьте, не ослаблено ли соединение кабеля в розетке.

E06	Перенапряжение	Проверьте, является ли напряжение источника питания нормальным.
E08	Ошибка подключения	1. Проверьте, не ослаблено ли соединение между кабелем, подключенным к тренажеру и к розетке; 2. Замените контроллер.
E21	Ошибка при сохранении данных	Выключите питание на 2 минуты и снова включите. Если перезагрузка не удалась, замените контроллер.
E30	Ошибка наклона	Проверьте, не ослаблено ли соединение подъема и правильно ли подключено.
E31	Перегрев	Подождите, пока температура не станет нормальной.
E32	Ошибка двигателя	Проверьте, нормально ли подключен кабель двигателя.
E33	Ошибка в параметрах двигателя	Правильные параметры двигателя может предоставить только завод-изготовитель.
E50	Другие ошибки	
E91	Плохое соединение	1. Пожалуйста, проверьте линию связи; 2. Замените консоль; 3. Замените контроллер.

Назначение	домашнее
Тип беговой дорожки	электрическая
Рама	антикоррозийная обработка, покраска в 1 слой
Скорость	1-20 км/ч
Двигатель	2 л.с. (Постоянный ток)
Постоянная мощность двигателя, л.с.	2 л.с.
Пиковая мощность двигателя, л.с.	4 л.с.
Беговое полотно	1.6 мм
Размер бегового полотна, см	140 x 52 мм
Регулировка угла наклона	электрическая
Наклон бегового полотна	1 - 18 уровней
Толщина и материал деки	МДФ, парафинированная 18 мм
Система амортизации	6 демпфирующих профессиональных эластомеров по периметру бегового полотна
Максимальный вес пользователя, кг	150 кг
Тип консоли	круглый функциональный LED - дисплей, акриловая LCD панель
Показания консоли	скорость, время, шаги, дистанция, калории
Измерение пульса	сенсорные датчики на поручнях
Общее количество программ	нет
Спецификация программ	нет
Статистика тренировок	нет
Специальные программные возможности	нет
Мультимедия	нет
Интеграция	Bluetooth для работы с тренировочным мобильным приложением (MERACH, KINOMAP, ZWIFT)
Интернет	нет
Разъемы	нет
Язык интерфейса	английский
Вентилятор	нет
Подставка под планшет/смартфон	есть
Зарядка смартфона	нет
Отсеки для аксессуаров	есть
Транспортировочные ролики	есть
Компенсаторы неровностей пола	нет
Складывание	нет
Питание	сеть 220В
Энергосбережение	нет
Размер в рабочем состоянии (Д*Ш*В)	172*86,4*152,7 см
Размер в упаковке (Д*Ш*В)	165*94*38 см
Вес нетто	94 кг
Вес брутто	118 кг
Гарантия	1 год
Производитель	MERACH
Страна изготовления	КНР

Оборудование сертифицировано в соответствии с Техническим Регламентом Таможенного Союза.

Импортер в РФ ООО «ФИТАТЛОН» (ИНН: 7724494692), адрес: 115230, г. Москва, Каширское шоссе, д.13Б, эт. 5, пом. 1, ком. 31

*Производитель оставляет за собой право вносить изменения в конструкцию тренажера, не ухудшающие значительно его основные технические характеристики. Все актуальные изменения в конструкции либо технических спецификациях изделия отражены на официальном сайте продавца оборудования ООО «Фитплейс»: www.fitness-place.ru

Последнюю версию Руководства пользователя можно найти на сайте продавца ООО «Фитплейс»: www.fitness-place.ru



Внимание

Тренажер предназначен для домашнего использования.

