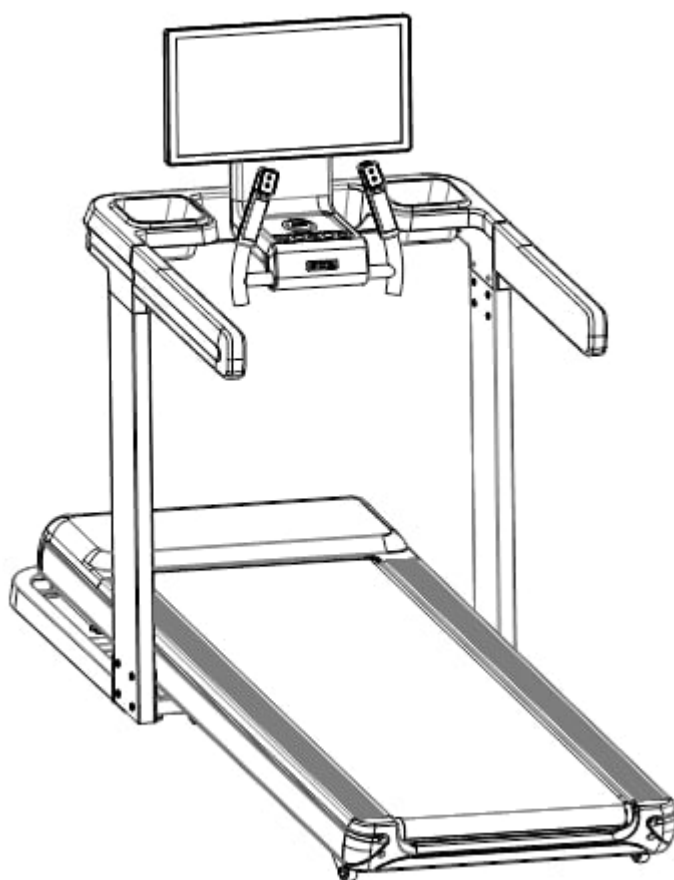
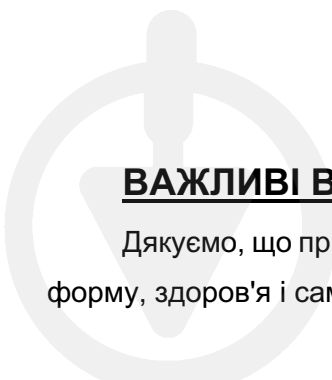


Бігова доріжка

Fitlogic T745 TFT





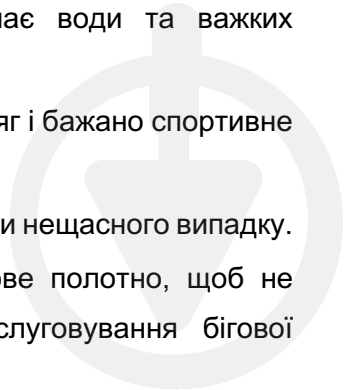
ВАЖЛИВІ ВКАЗІВКИ З ТЕХНІКИ БЕЗПЕКИ

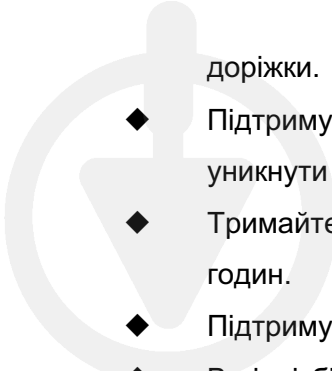
Дякуємо, що придбали цей продукт. Він допоможе вам підтримувати гарну фізичну форму, здоров'я і самопочуття у дуже простий спосіб.

Посібник користувача

1. Завжди підключайте штепсельну вилку до розетки із заземленим контуром, а розетка повинна мати спеціальний контур, щоб уникнути спільного використання з іншим електрообладнанням.
2. Перед використанням переконайтеся, що бігова доріжка стійко стоїть на землі.
3. Перед запуском перевірте, чи працює він нормально чи ні.
4. Встаньте на дві бічні рейки, коли бігова доріжка почнеться.
5. Прикріпіть ключ безпеки до одягу, коли збираєтесь у дорогу, щоб контролювати будь-яку надзвичайну ситуацію.
6. Натисніть кнопку "Старт", щоб запустити бігову доріжку.
7. Для підготовки до пробної пробіжки йдіть за біговою стрічкою лівою ногою. Тільки коли ви відчуєте, що можете бігти, можна ставати на бігову доріжку і робити це з правильною поставою. Займатися на біговій доріжці дозволяється тільки одній людині, а перевантаження категорично заборонені.
8. При необхідності можна відрегулювати швидкість.
9. Після бігу ви можете зупинити бігову доріжку, витягнувши ключ безпеки або натиснувши кнопку "стоп".
10. Не забудьте вимкнути живлення і витягнути вилку з розетки, коли закінчите тренування.

Заходи безпеки: Заходи безпеки

- ◆ Розміщуйте бігову доріжку в приміщенні, де немає води та важких предметів.
 - ◆ Під час використання тренажера одягайте зручний одяг і бажано спортивне або аеробне взуття.
 - ◆ Тримайте дітей подалі від бігової доріжки, щоб уникнути нещасного випадку.
 - ◆ Не перевантажуйте двигун, контролер, ролик і бігове полотно, щоб не пошкодити їх. Регулярно проводьте технічне обслуговування бігової
- 

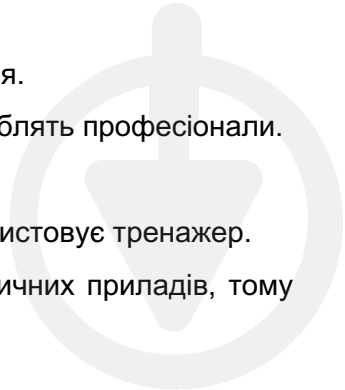


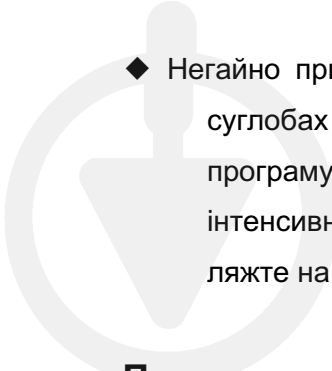
доріжки.

- ◆ Підтримуйте низький рівень пилу в приміщенні та певну вологість, щоб уникнути перешкод у роботі консолі та контролера.
- ◆ Тримайте домашню бігову доріжку безперервно включеною не більше 2 годин.
- ◆ Підтримуйте хорошу циркуляцію повітря під час бігу.
- ◆ В кінці бігової доріжки під час бігу має бути безпечний простір розміром 2000x1000 мм.
- ◆ Припиніть біг, якщо відчуваєте дискомфорт, і зверніться до лікаря.
- ◆ Зберігайте силіконову пляшечку в недоступному для дітей місці, щоб уникнути серйозної помилки.
- ◆ Забороняйте користувачеві зістрибувати з бігової доріжки відразу після використання.
- ◆ Обережно витягніть вилку шнура живлення з розетки.
- ◆ Якщо щось не так, зупиніть машину та негайно вимкніть живлення.
- ◆ Зверніться до місцевого дистриб'ютора для розв'язання будь-якої проблеми або надання послуг. Не дозволяється самостійно розбирати компоненти.

НЕБЕЗПЕКА!

Щоб запобігти нещасним випадкам або травмам, будь ласка, дотримуйтесь наступних правил.

- ◆ Переконайтеся, що ваш одяг застебнутий перед пробіжкою.
 - ◆ Не носіть одяг, який легко зачіпляється.
 - ◆ Тримайте шнур живлення подалі від гарячих предметів.
 - ◆ Тримайте дітей подалі від бігової доріжки.
 - ◆ Якщо щось не так, підтримайте ручку, щоб піднятися і залишити бігове полотно.
 - ◆ Не використовуйте бігову доріжку на відкритому повітрі.
 - ◆ Перед переміщенням бігової доріжки відключіть живлення.
 - ◆ Не відкривайте кришку двигуна та ролика, якщо це не роблять професіонали.
 - ◆ Цей тренажер можна використовувати в ланцюзі 10A.
 - ◆ Переконайтеся, що тільки одна людина одночасно використовує тренажер.
 - ◆ Тестування HRC може бути не таким точним, як у медичних приладів, тому його результати надаються лише для ознайомлення.
- 

- 
- ◆ Негайно припиніть тренування, якщо ви відчуваєте нездужання або біль у суглобах чи м'язах. Зокрема, слідкуйте за тим, як ваше тіло реагує на програму тренувань. Запаморочення - це ознака того, що ви занадто інтенсивно тренуєтеся на пристрої. При перших ознаках запаморочення ляжте на землю, поки не відчуєте себе краще.

Попередження та заборона!

◆ Наступні пацієнти, які перебувають на лікуванні, повинні користуватися біговою доріжкою після схвалення професійного лікаря.

(1)Людина з болем у спині або раніше отримувала травми в нозі, талії, шиї. Ті, хто відчуває оніміння ніг, талії, шиї та рук (ті, хто має хронічні захворювання, такі як протрузія міжхребцевих дисків, ковзання хребта, протрузія шийних хребців тощо).

(2) Пацієнт з деформуючим артритом, ревматизмом або подагрою.

(3) Пацієнт з остеопорозом.

(4) Пацієнт з поганою системою кровообігу, такою як захворювання серця, судинні розлади та судинна гіпертензія.

(5) Пацієнт з порушенням дихання.

(6) Пацієнт зі штучним серцевим ритмом.

(7) Пацієнт зі злоякісними пухлинами.

(8) Пацієнт з тромбозом.

(9) Пацієнт з порушенням сприйняття, спричиненим діабетом.

(10) Людина з травмою шкіри.

(11) Пацієнт з високою температурою вище 38°C.

(12) Людина з викривленим хребтом.

(13) Людина з вагітністю або в (менструальний) період.

(14) Людина відчуває дискомфорт.

(15) Людина явно перебуває в поганому стані.

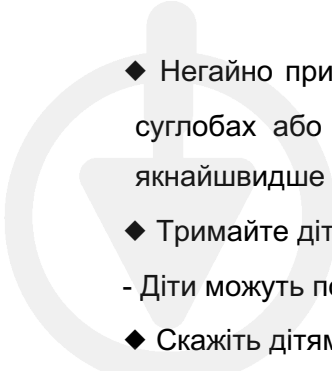
(16) Особа з метою реабілітації.

(17) Особа з аномальними фізичними особливостями.

- Вищезазначені випадки можуть спричинити нещасний випадок або погіршення

здоров'я





◆ Негайно припиніть тренування, якщо відчуєте нездужання, наприклад, біль у суглобах або м'язах, запаморочення, оніміння або прискорене серцебиття, і якнайшвидше зверніться до лікаря.

◆ Тримайте дітей подалі від цього виробу.

- Діти можуть постраждати, якщо ви проігноруєте це.

◆ Скажіть дітям, що це не іграшка.

- Діти можуть поранитися, якщо ви проігноруєте це.

◆ під час використання, виймання, покладання на місце або переміщення цього виробу, будь ласка, переконайтеся, що поблизу немає нікого або домашніх тварин.

◆ припиніть використовувати цей виріб, якщо кришка тріснула (внутрішні деталі вийшли назовні) або зварні деталі відпали.

- може спричинити небезпеку або травму.

◆ Не стрибайте з бігової доріжки під час бігу.

- Ви можете впасти та отримати травму.

◆ Не використовуйте та не зберігайте бігову доріжку на відкритому повітрі або біля ванної кімнати, щоб уникнути потрапляння води.

◆ Не використовуйте та не зберігайте бігову доріжку в місцях, що піддаються впливу прямих сонячних променів, і уникайте місць з високою температурою, таких як електрична ковдра та тепліше.

- може призвести до витoku електроенергії або пожежі.

◆ Не використовуйте, якщо пошкоджено лінію електропередач або вилку, або розетка не закріплена.

- Це може призвести до ураження електричним струмом, короткого замикання або пожежі.

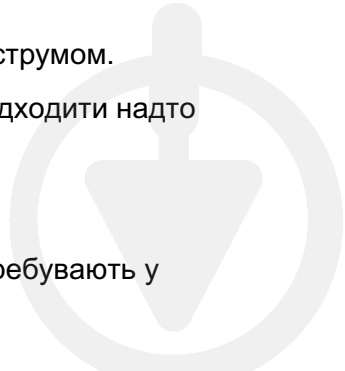
◆ Не пошкоджуйте і не перекручуйте шнур живлення, а також не ставте на нього важкі предмети.

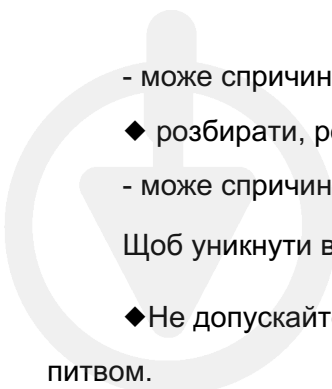
- Це може призвести до пожежі або ураження електричним струмом.

◆ Тільки для однієї людини за раз, попросіть оточення не підходити надто близько.

- може впасти і спричинити травму.

◆ не можна користуватися біговою доріжкою особам, які перебувають у непритомному стані або не можуть діяти самостійно.



- 
- може спричинити нещасний випадок або отримати травму.
 - ◆ розбирати, ремонтувати, змінювати самостійно категорично заборонено.
 - може спричинити механічну поломку та травми.

Щоб уникнути води !

◆ Не допускайте контакту основного корпусу та робочих компонентів з водою або питвом.

- може призвести до ураження електричним струмом та пожежі.
- ◆ Не тренуйтеся занадто багато, якщо ви не є постійним спортсменом.
- ◆ Не використовуйте бігову доріжку після їжі або коли відчуваєте втому.
- може завдати шкоди вашому здоров'ю.
- ◆ Цей продукт призначений для домашнього використання. Його не можна використовувати в школі або спортзалі, де багато неспеціалізованих користувачів.
- може спричинити травми.
- ◆ Не використовуйте виріб під час прийому їжі або інших занять.
- ◆ Не використовуйте виріб, якщо відчуваєте, що тіло стає повільним після

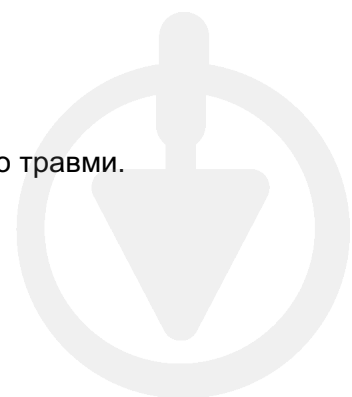
вживання алкоголю.

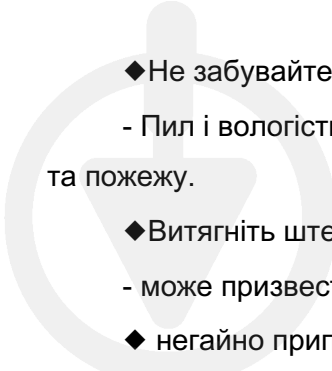
- може спричинити нещасний випадок або травму.
- ◆ Не використовуйте виріб, якщо у вашій кишені є тверді предмети.
- може спричинити нещасний випадок або травму.
- ◆ штепсельну вилку не можна прикріплювати голкою, відходами або водою.
- Це може призвести до ураження електричним струмом, короткого замикання та пожежі.
- ◆ Не виймайте вилку з розетки та не вимикайте живлення під час роботи.
- може спричинити травму.

Не працюйте з мокрими руками

- ◆ Не виймайте та не вставляйте вилку мокрими руками.
- Це може призвести до ураження електричним струмом або травми.

Не забудьте витягнути вилку з розетки !

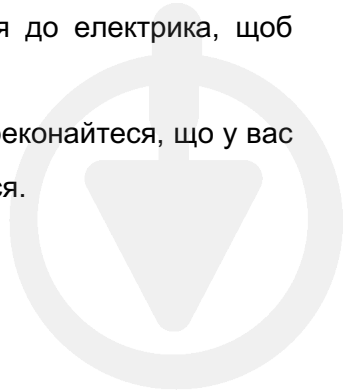


- 
- ◆ Не забувайте витягувати штепсельну вилку, коли не використовуєте пристрій.
 - Пил і вологість можуть пошкодити ізоляцію, а потім спричинити витік електрики та пожежу.
 - ◆ Витягніть штепсельну вилку під час технічного обслуговування.
 - може призвести до ураження електричним струмом та травм.
 - ◆ негайно припиніть використання, якщо виріб не запускається або має якісь несправності, витягніть штепсельну вилку та зателефонуйте в службу технічної підтримки.
 - може призвести до ураження електричним струмом та травм.
 - ◆ витягніть штепсельну вилку при раптовому відключенні живлення.
 - може спричинити нещасний випадок та травми при відновленні живлення.
 - ◆ При витягуванні штепсельної вилки слід триматися за вилку, а не за дріт.
 - може призвести до короткого замикання, ураження електричним струмом та пожежі.

Інструкція з підключення заземлення !

- ◆ виріб повинен мати заземлене з'єднання. Заземлене з'єднання може забезпечити канал з найменшим опором для струму, коли виріб несправний, що може зменшити небезпеку ураження електричним струмом.
- ◆ Виріб оснащений електричним дротом для заземлення та заземлювальною вилкою. Вилка повинна вставлятися в розетку, яка відповідає місцевим нормам.

Небезпека!

- ◆ неправильне підключення заземлюючого провідника може призвести до ураження електричним струмом. якщо ви не впевнені щодо підключення заземлення, зверніться до професійного електрика для перевірки. якщо вилка виробу не відповідає вашій розетці, вам слід звернутися до електрика, щоб встановити правильну розетку.
 - ◆ виріб має заземлювальну вилку. Будь ласка, спочатку переконайтеся, що у вас є відповідна розетка. Перехідник на розетку не допускається.
- 

Розгорнута



Перелік деталей

No.	Part description	TY
1	Основна рама	1
2	Основна рама	1
3	Ліва вертикальна стійка	1
4	Права вертикальна стійка	1
5	Похила рама	1
6	Рама для монітора	1
7	Рама лотка монітора	1
10	Імпульсна ручка	1
11	Болт із шестигранною плоскою головкою з половинною різьбою M8×50×20	2
12	Шестигранна контргайка M8	12
13	Болт із шестигранною головкою та напівкруглою різьбою M12×Φ14×35×19	2
14	Болт із шестигранною головкою M8×35×20 з напівкруглою головкою M8×35×20	4
15	Болт з шестигранною циліндричною головкою з повною різьбою M8×75	2
16	Болт з шестигранною головкою і повною різьбою M8×60	1
17	Болт з шестигранною потайною головкою з повною різьбою M6×25	10
18	Болт із хрестоподібною потайною головкою M5×10	4
19	Болт із хрестоподібною потайною головкою M4×10 з потайною головкою і повною різьбою	10
20	Поперечний потайний гвинт із потайною головкою ST4×15	18
21	Гвинт із хрестоподібною потайною головкою ST4×16	10
22	Гвинт із потайною головкою ST3×10 із хрестоподібною потайною головкою	2
23	Болт шестиграний великий з плоскою головкою і половинною різьбою M8×40×20	2
24	Шестигранна контргайка M10	3
25	Болт із шестигранною головкою та напівкруглою різьбою M10×65×20	1

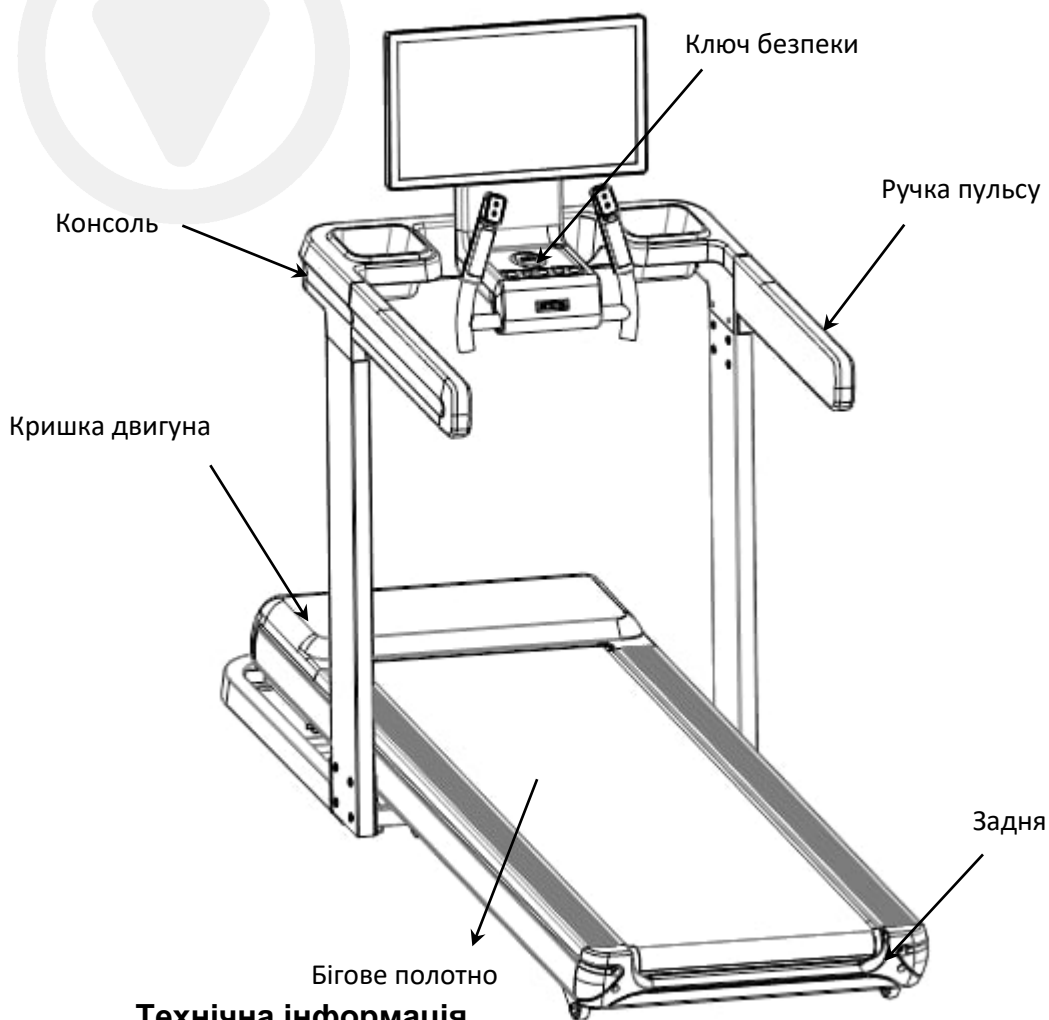
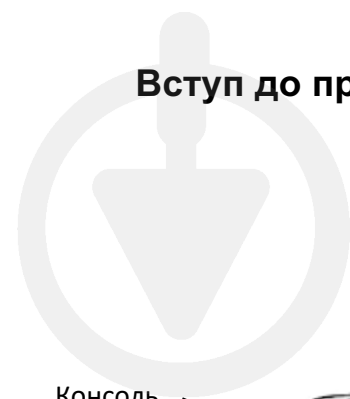
26	Болт шестигранний великий з плоскою головкою з повною різьбою M8x25	4
27	Болт шестигранний з циліндричною головкою M8x35 з повною різьбою	8
28	Гвинт із хрестоподібною потайною головкою ST4x10	14
29	Великий хрестоподібний гвинт із потайною головкою ST4x12	24
30	Болт із шестигранною головкою M6x25 з внутрішнім шестигранником	4
31	Болт з шестигранною циліндричною головкою M8x45 з внутрішнім різьбленням	2
32	Болт шестигранний з потайною головкою M8x25	8
34	Болт шестигранний великий з плоскою головкою з половинною різьбою M10x35x20	3
35	Плоска шайба Ф8	14
36	Плоска шайба Ф10	4
37	Підніжка для ніг	4
38	Переднє колесо	2
39	Втулка порошкової металургії	2
41	Контролер	1
42	Індуктивність	1
43	Фільтр	1
44	Адаптер живлення	1
45	Передній ролик	1
46	Задній ролик	1
47	Бігове полотно	1
48	Біговий ремінь	1
49	Кришка двигуна	1
50	Передня кришка двигуна	1
51	Задня кришка	1
52	Бічний поручень	2
53	Бічна бокова планка	2
54	Кришка світлової лінії	2
55	Світлодіодна лінія освітлення	2
56	Фіксатор для фільтра та індуктивності	1
57	Заднє колесо	2
58	Ремінь двигуна	1

59	Циліндрична подушка	6
60	Двигун	1
61	Похилий двигун	1
62	Вимикач	1
63	Запобіжник	1
64	Пряжка кабелю живлення	1
65	Ліва ручка з поліуретану	1
66	Права ручка з поліуретану	1
67	Ліва зовнішня бічна накладка на кермо	1
68	Ліва внутрішня бічна кришка руля	1
69	Права зовнішня бічна кришка руля	1
70	Права внутрішня бічна кришка ручки	1
71	Верхній лоток для монітора	1
72	Нижній лоток монітора	1
74	Центральна частина верхня кришка лотка монітора	1
75	Центральна частина нижня кришка лотка монітора	1
76	Задня кришка гнізда підключення монітора	1
81	Імпульс нахилу ручки	1
82	Циліндр	1
84	Імпульс ручки швидкості	1
85	Головний провід зв'язку	2
87	Провід силового зв'язку	1
88	Провід силового зв'язку	1
89	Дріт для підключення живлення	1
90	Круглий скеровувальний блок для бічної рейки	16
91	Пряжка для кабелю живлення	3
92	Пластикові плоскі шайби	8
93	Запобіжний ключ	1
94	База ключів безпеки	1
95	Монітор	1
97	Внутрішня розширювальна трубка	1
98	Зовнішня розширювальна трубка	1
99	Нижній комунікаційний провід для лінії світлодіодного освітлення	1
100	Кабель живлення	1
101	Комунікаційний провід для монітора	1
102	Верхній комунікаційний провід для світлодіодної лінії	1

103	Циліндрична подушка 2	2
104	Циліндрична подушка 3	2
107	Провід силового зв'язку	1
109	Імпульсний дріт ручки	1
111	Кронштейн для монітора	1
112	Болт із шестигранною головкою М8×40 з великою плоскою головкою	2
113	Болт із шестигранною головкою та внутрішнім різьбленням М8×15	4
115	Головний провід зв'язку для кнопки	1
116	Провід лінії зв'язку світлодіодної лампи для кнопки	1
117	Ножна педаль для циліндра	1
118	Гумова шайба для бездротового зарядного пристрою	1
119	Внутрішній кронштейн монітора	1
120	Болт із шестигранною головкою М8×15 з великою плоскою головкою	4
121	Пластина кронштейна двигуна А	1
122	Пластина кронштейна двигуна В	1
123	Енергозберігаюча панель ERP	1



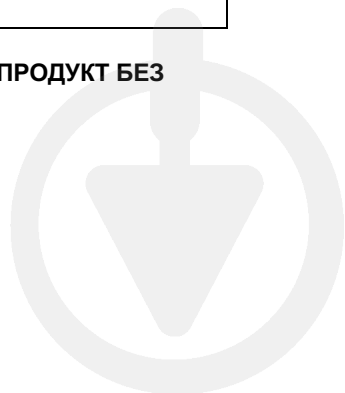
Вступ до продукту



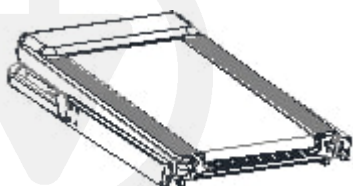
Технічна інформація

Розмір	Розкладний : 1823*886*1582мм
Бігова дошка	1450*550мм
Швидкість	1.0-22.0 км/год
Нахил двигуна	0-15%

ПРИМІТКА: МИ ЗАЛИШАЄМО ЗА СОБОЮ ПРАВО ВНОСИТИ ЗМІНИ В ПРОДУКТ БЕЗ ПОПЕРЕДНЬОГО ПОВІДОМЛЕННЯ.



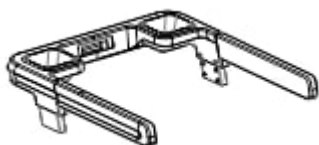
Пакувальний лист



Основний корпус



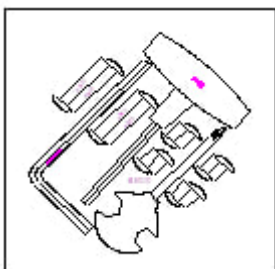
TFT консоль



Лоток консолі



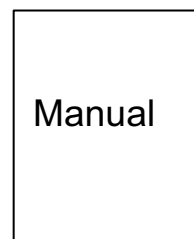
Центральна ручка



Гвинтовий мішок



Силіконова пляшка

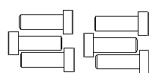


Інструкція



Список обладнання

Болти з повною різьбою з шестигранною циліндричною головкою М8×15 х6 шт



Болти з повною різьбою з шестигранною циліндричною головкою М8×35 х6 шт



Болт з шестигранною головкою і повним зубом М8×25 х8шт, М8*20*4шт, М8*20*6шт, М8*35*6шт

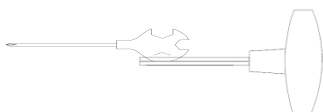


Болти піврізьбові з шестигранною циліндричною головкою М8×40 х20 *2 шт., гайки М8*2 шт.

Саморізи ST4×14* з великою плоскою головкою хрестоподібний шліц 4шт

Шайба плоска М8 *2шт

Гвинти М4х10* з хрестоподібним шліцом і великою плоскою головкою, 2 шт



Ключ хрестовий 14*17*75*1шт



Ключ Т-подібний 6*80*1шт

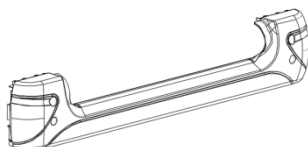


Ключ гайковий 5*30*80с*1шт

Основні частини



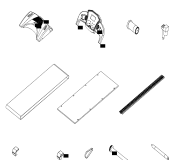
Кришка двигуна



Задня кришка



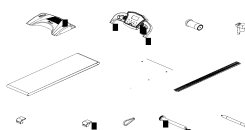
Монітор



Моторний ремінь



Мотор



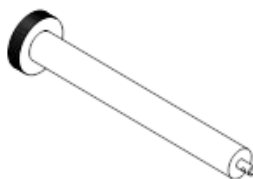
Біговий пояс



Бігова дошка



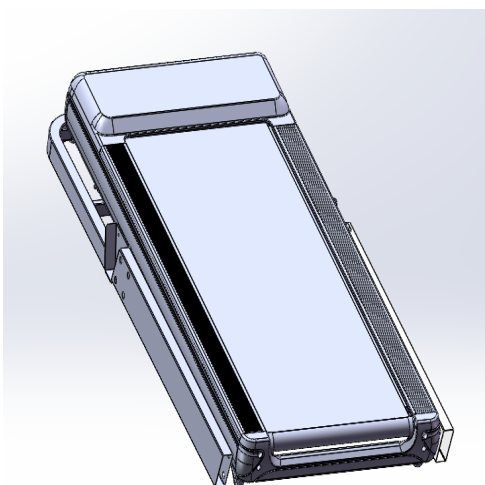
Задній ролик



Передній ролик



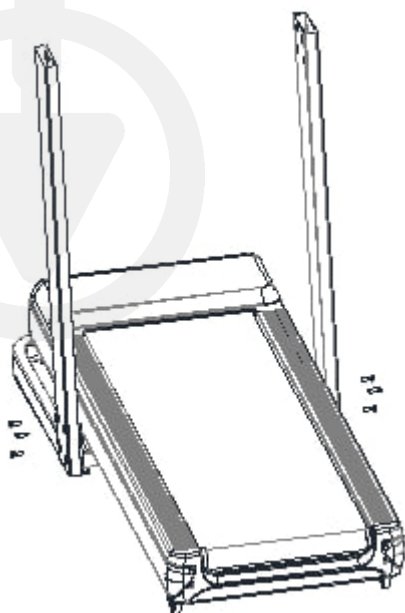
Бічний ріал



Крок 1

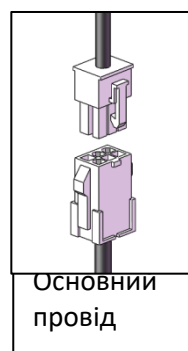
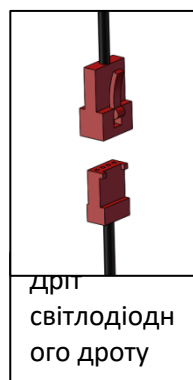
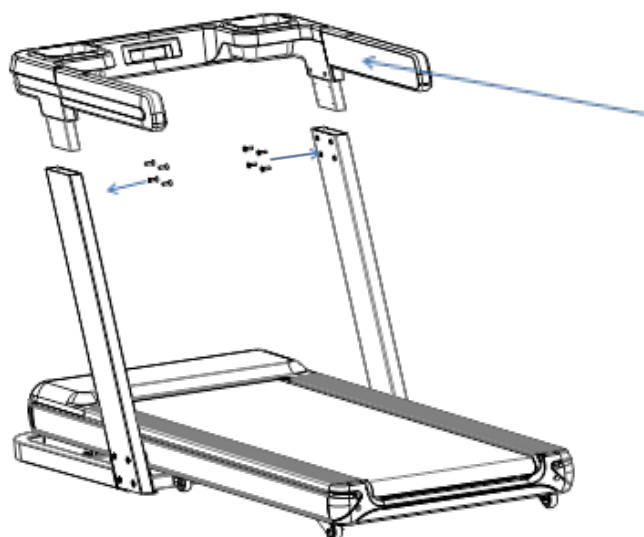
Вийміть машину з коробки і поставте її на рівну підлогу. Підніміть стійки підставки і добре закріпіть їх за допомогою 6 шт. гвинтів M8X35, не закручуйте гвинти.





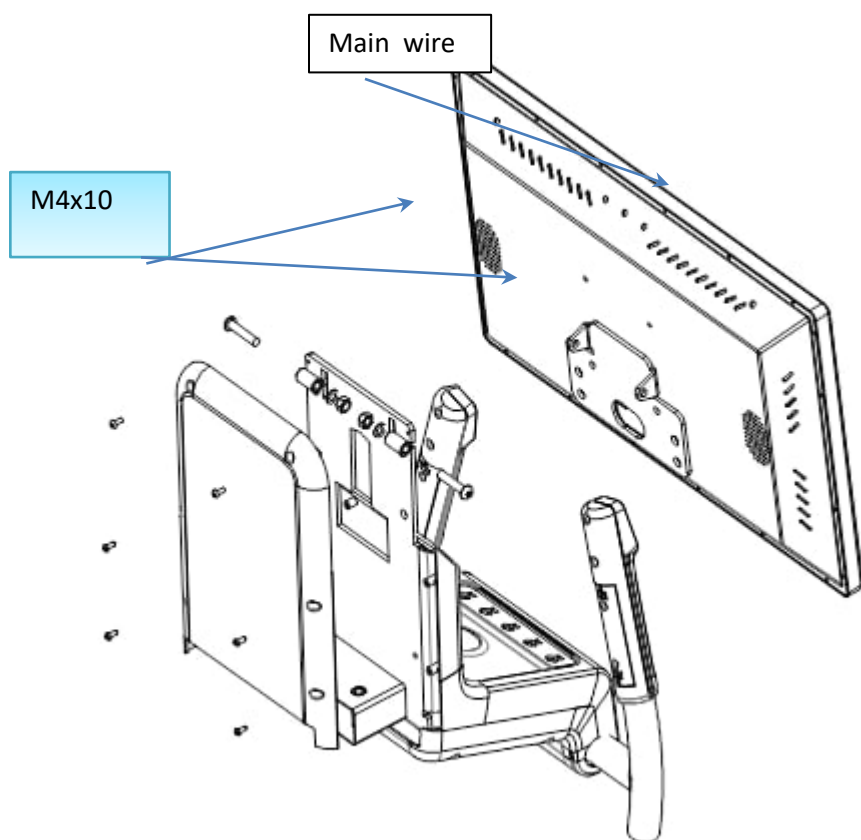
Крок 2

Під'єднайте сигнальний дрiт до правої вертикальної стійки та лотка монiтора, як показано на малюнку нижче. Встановiть лоток монiтора на вертикальну стiжку i закрiпiть його 8 гвинтами M8x25. Не закручуйте гвинти.



Крок 3

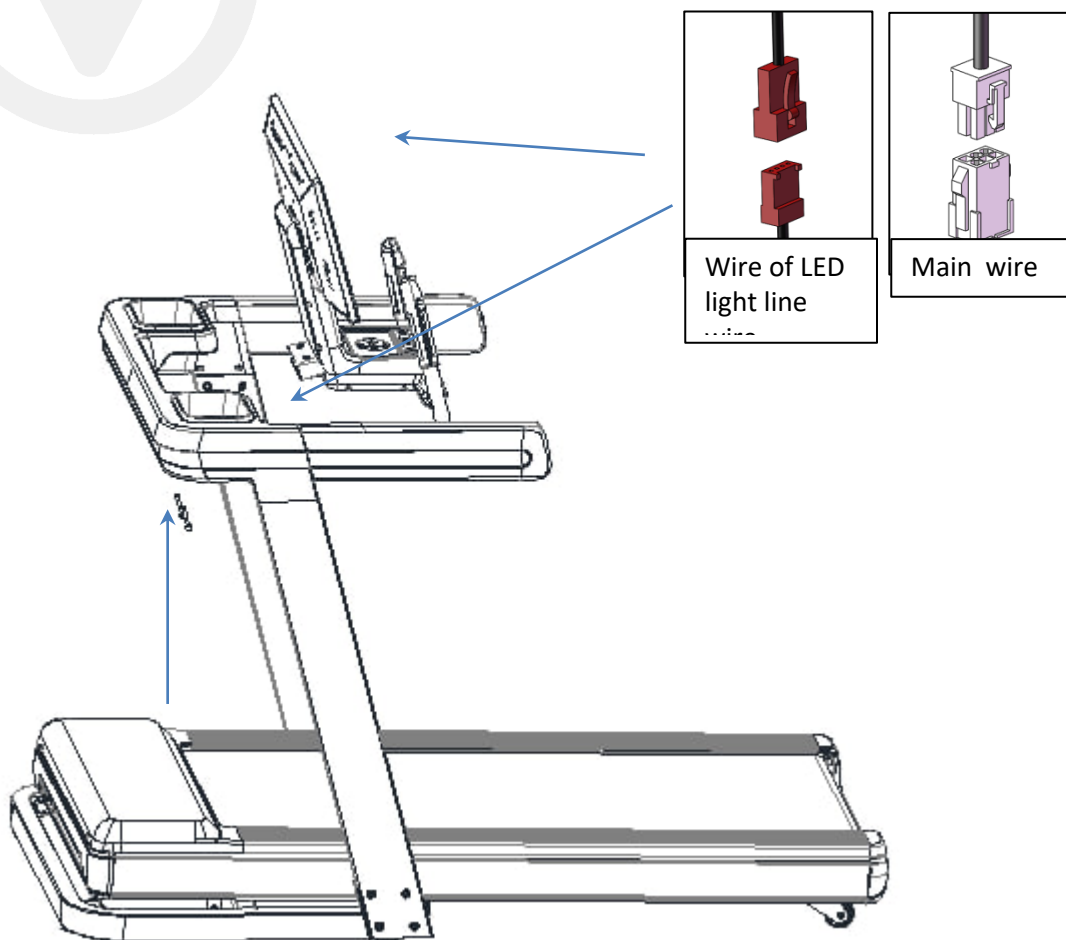
Під'єднайте два дроти зв'язку, бездротовий зарядний пристрій, запобіжник та імпульсні дроти ручки, потім закріпіть монітор на кронштейні, зафіксуйте їх двома болтами та гайками M8×40×20 (гайки потрібно розплющити шайбами), а потім чотирма гвинтами ST4×14 та двома гвинтами M4×10 закріпіть задню кришку центрального пульта на кронштейні монітора.



Крок 4

Під'єднайте два дроти зв'язку, вставте всю центральну консоль і монітор в

середню поперечну трубу, зафіксуйте її двома болтами М8×45 і, нарешті, закріпіть раніше зібрані болти разом, щоб завершити установку всієї машини.



Загальні поради щодо фітнесу

1. Розминка

Не затримуйте дихання перед розминкою протягом 5-10 хвилин перед кожною розминкою.

1. Дихайте

Зазвичай, коли ви готуєтеся відновити дихання, вдихайте носом, а видихайте ротом. Дихання і рух повинні бути скоординовані, наприклад, занадто швидке дихання. Рух слід

негайно зупинити

3. Частота

Одна і та ж частина м'яза повинна відпочивати 48 годин, тобто тренувати одну і ту ж частину можна тільки через день.

4. Навантаження

Відповідно до індивідуального фізичного стану визначте обсяг тренувань, потім за принципом асимптотичного навантаження тренуйтеся, на початковому етапі тренувань болючість м'язів є нормальним явищем, якщо продовжувати тренуватися, болючість може бути усунена.

5. Розслабтеся

Робіть 5 хвилин вправ після кожного тренування, особливо на розтяжку і розслаблення м'язів стопи, щоб уникнути тривалого застійного стану м'язів, підтримуйте м'язову гнучкість.

6. Дієта

З метою захисту травної системи, через годину після їжі перед тренуванням, тренування повинно бути не менше ніж за пів години до прийому їжі, менше води, особливо питної, щоб не збільшувати навантаження на серце, нирки

Вправи на розтяжку

Незалежно від того, наскільки швидко ви біжите, найкраще спочатку розтягнутися. Теплі м'язи легше розтягуються, тому розімніть їх протягом 5-10 хвилин. Потім зупиніться і потягніться наступним чином: 5 разів, кожен крок по 10 секунд або більше; повторіть після



тренування.

1.потягніться вниз

Злегка зігнувши коліна, повільно нахиліться вперед, нехай спина і плечі розслабляться, а руки намагаються торкнутися пальців ніг. Затримайтеся на 10-15 секунд, потім розслабтеся. Повторіть 3 рази (як показано на малюнку 1).

2. Розтягування сухожиль

Сядьте на чисту подушку і випряміть одну ногу. Підведіть іншу ногу так, щоб вона щільно прилягала до внутрішньої сторони випрямленої ноги. Спробуйте торкнутися пальців ніг руками. Затримайтеся на 10-15 секунд, потім розслабтеся. Повторіть 3 рази для кожної ноги (як показано на малюнку 2).

3. Розтяжка литок і п'ят

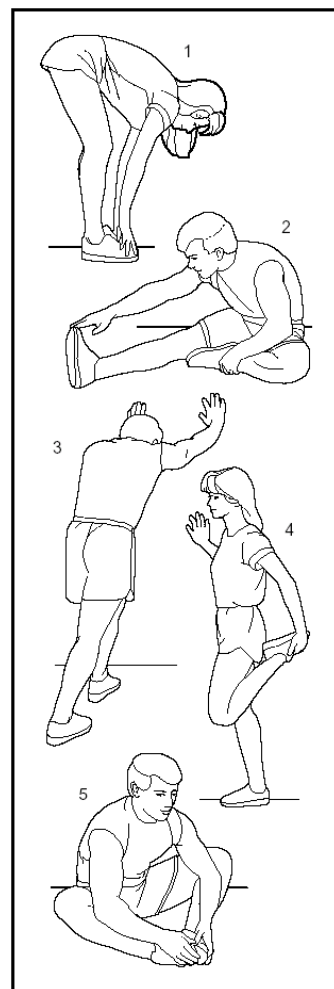
Візьміться за стіну або дерево обома руками і поставте одну ногу позаду себе. Задні ноги тримайте вертикально, а п'яти - на землі, нахилившись до стіни або дерева. Затримайтеся на 10-15 секунд, потім розслабтеся. Повторіть 3 рази для кожної ноги (як показано на малюнку 3).

4. Розтягування чотириголового м'яза

Візьміться за рівновагу лівою рукою або за стіл, потім витягніть праву руку назад, візьміться за праву щиколотку і повільно тягніть її до стегон, поки не відчуєте, як напружуються м'язи перед стегнами. Затримайтеся на 10-15 секунд, потім розслабтеся. Повторіть 3 рази для кожної ноги (як показано на малюнку 4).

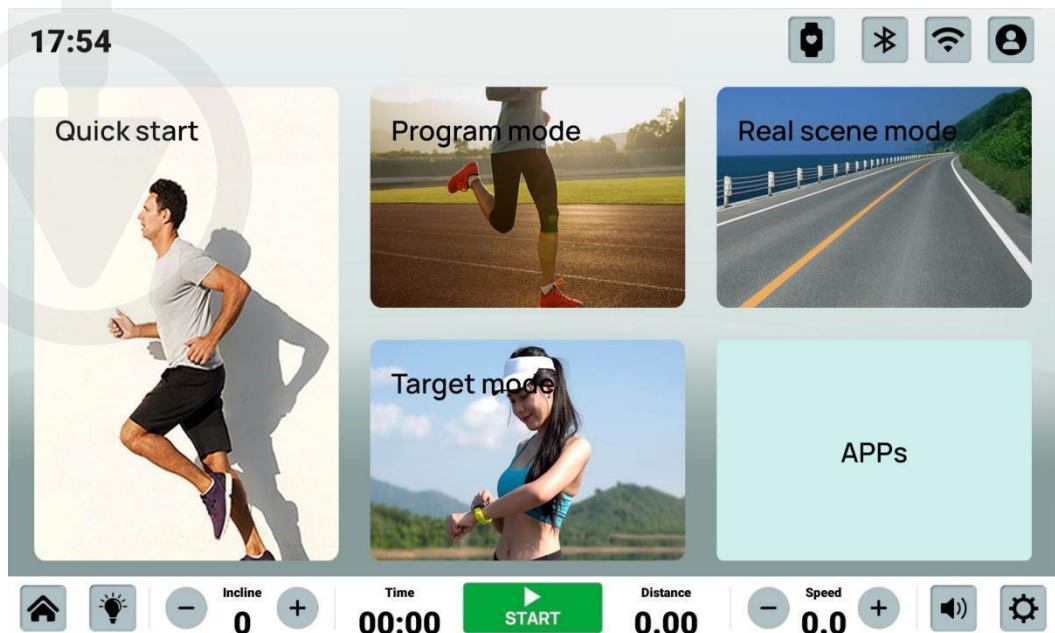
5. Розтягується сарторієвий м'яз (м'яз всередині стегна).

Встаньте так, щоб підшви ніг були спрямовані одна до одної, а коліна разом. Візьміться за ступні обома руками та потягніть їх до паху. Затримайтеся на 10-15 секунд, потім розслабтеся. Повторіть 3 рази. (Як показано на малюнку 5).



Інструкція консольної функції





1. Головна сторінка

1.1) Вікно "Час": <10>відобразити значення часу

1.2) "Відстань"<10> <11>вікно: <12>відобразити значення відстані

1.3) Вікно "Швидкість": відобразити значення швидкості ; .

1.4) Вікно "Нахил":відобразити значення нахилу ; .

1.5)  **window** : Клавiша для повернення на домашню сторiнку

1.6)  **window** : Клавiша для регулювання яскравостi

1.7)  **window** : Клавiша для регулювання гучностi

1.8)  **window** : Набiр для заправки ; Комплект для заправки

1.9)  **window** : Клавiша для пiдключення Bluetooth пульсометра ; .

1.10)  **window** : Клавiша для пiд'єднання Bluetooth-пристрою ; ; Ключ для пiд'єднання Bluetooth-пристрою

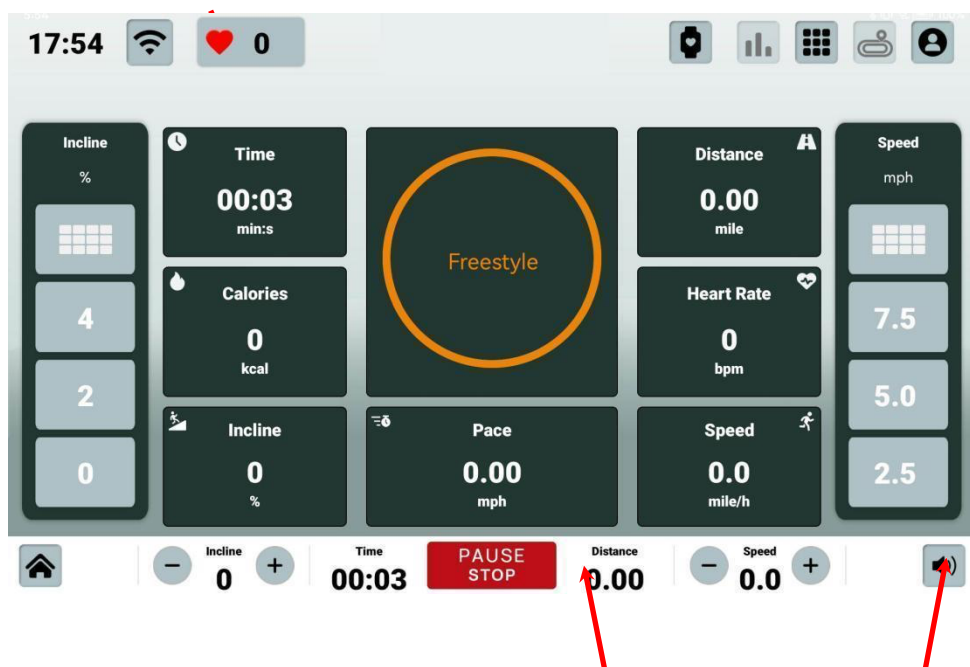
1.11)  **window** : Ключ для пiдключення до мережi WIFI

1.12)  **window** : Ключ для входу в облiковий запис користувача ; .

2. Швидкий запуск

На головнiй сторiнцi натиснiть "СТАРТ" або "Швидкий старт", щоб увiйти в режим швидкого старту. Ви можете вiльно налаштувати значення швидкостi та нахилу, натиснувши "Швидкiсть +/-" та "Нахил +/-", або безпосередньо натиснути кнопку швидкого запуску.

Швидке перемикання мiж гiстограмою/матричною дiаграмою/трековою дiаграмою
Вiдображення пульсу



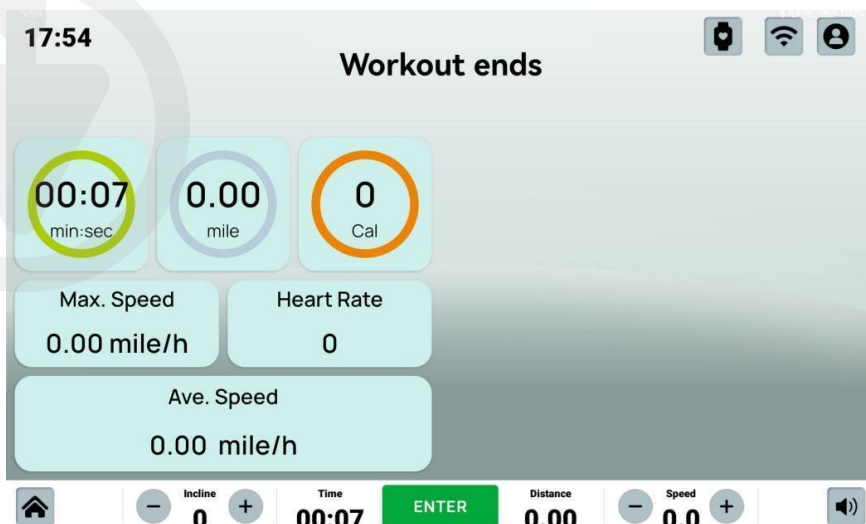
вікно відображення гістограми

Швидка кнопка швидкості

Швидка кнопка нахилу

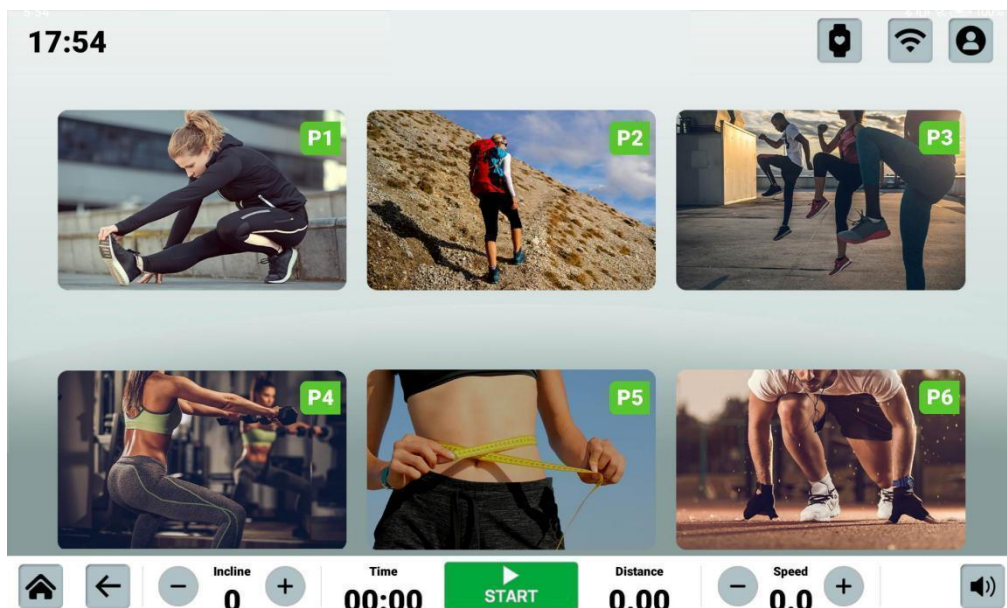
Натисніть "ПАУЗА СТОП", щоб завершити вправу, увійдіть в інтерфейс завершення вправи, він покаже час вправи, відстань, макс. Швидкість та калорії тощо.



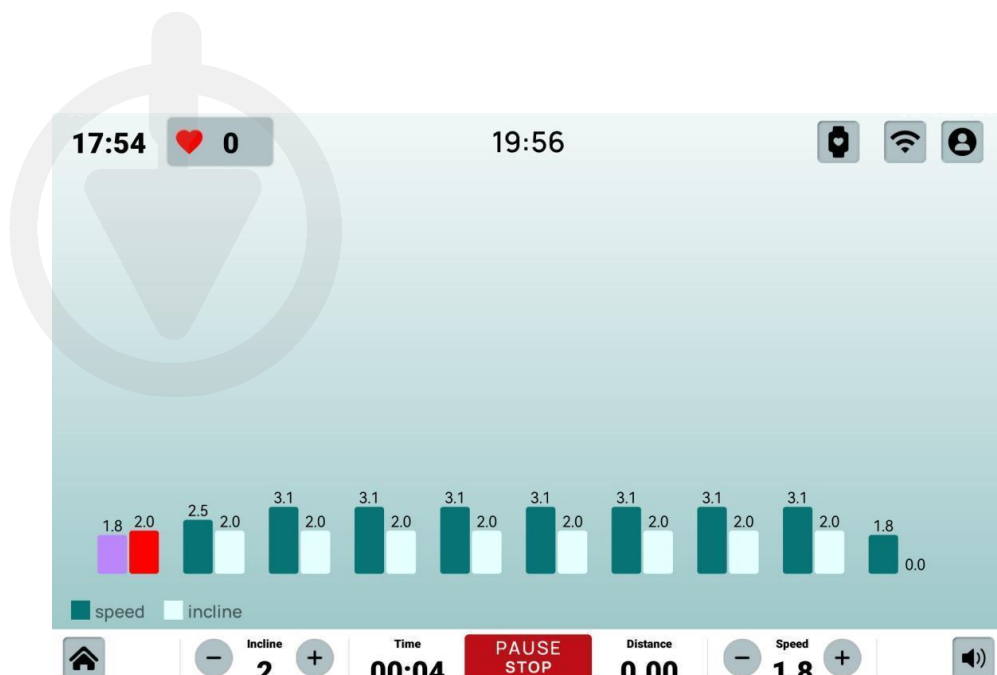


2. Program mode

На головній сторінці натисніть "Режим програмування", щоб увійти в режим програмування. Цей режим включає програми налаштування системи P1-P36 у режимі зворотного відліку часу.

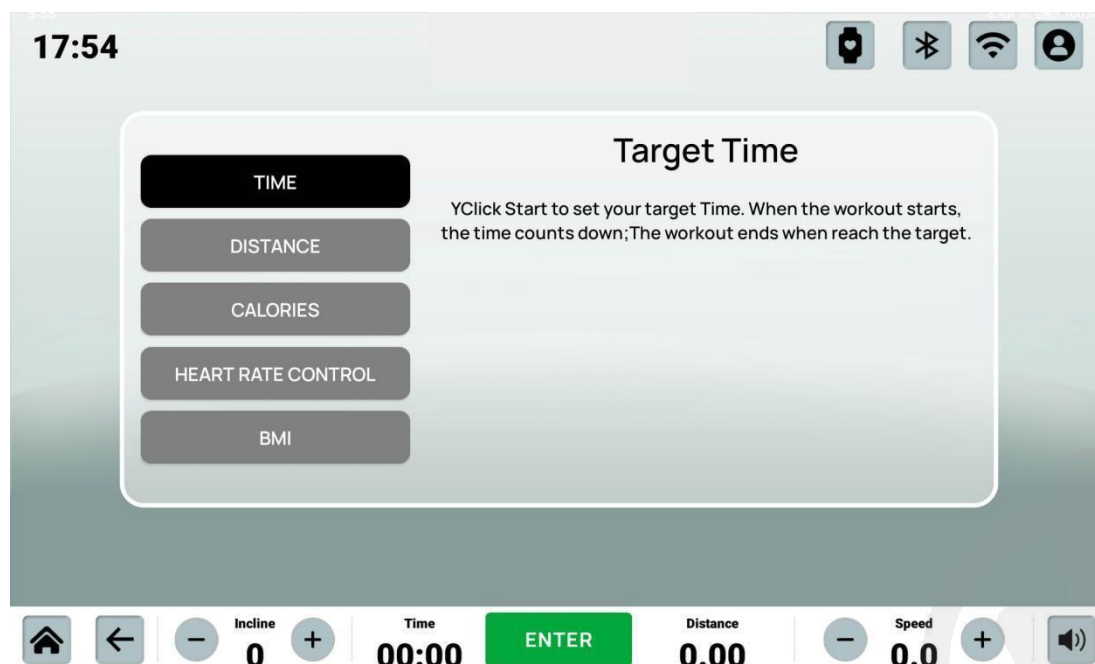


Кожен сегмент часу тренування фіксується, як показано на малюнку нижче, під час тренування ви можете регулювати швидкість і нахил, натискаючи клавіші "Швидкість +/-" і "Нахил +/-".



Цільовий режим

На головній сторінці натисніть "цільовий режим", щоб увійти в цільовий режим. "Цільовий режим" має чотири режими тренування плюс один режим IMT. Відповідно, це цільовий час, цільова дистанція, цільові калорії, цільовий пульс і режим BMI. Швидкість і нахил тренування може встановити користувач. У всіх



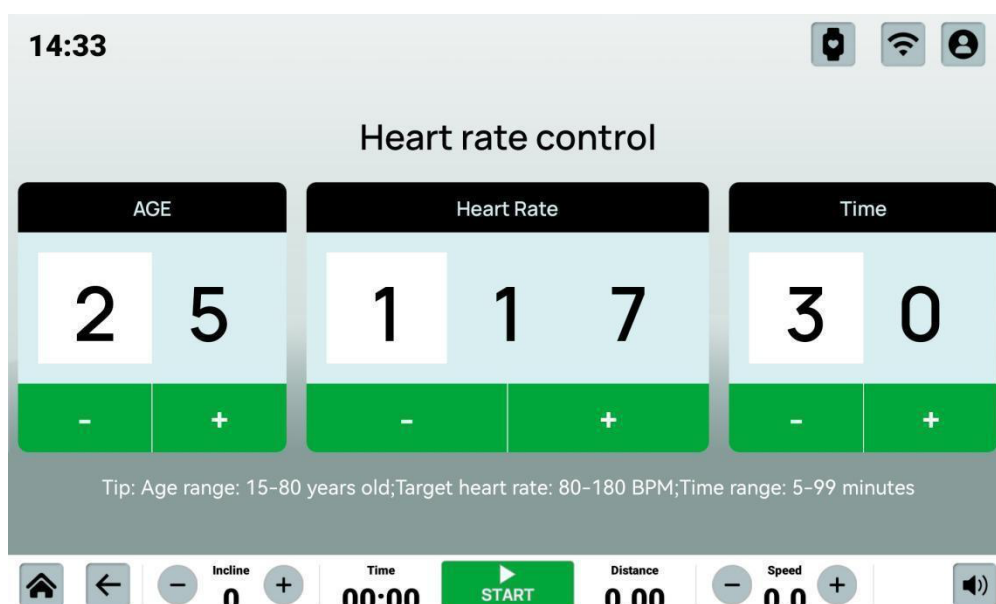
цільових режимах значення за замовчуванням: швидкість - 1,0 км/год, а глухий нахил - 0%.

4.1) Цільовий діапазон часу: 5-99 хвилин, час за замовчуванням - 00:05.

4.2) Діапазон відстані до цілі: 1,0-99,0 км, за замовчуванням 1,0 км.

4.3) Діапазон цільових калорій: 20-9990CAL, за замовчуванням 20CAL.

4.4) Контроль частоти серцевих скорочень



Налаштування параметрів:

А) Діапазон встановлення віку: 15 ~ 80 років, за замовчуванням 25 років.

В) За замовчуванням THR (цільова частота серцевих скорочень): $(220 - \text{вік}) * 0.6$, THR можна змінити з діапазону: 80~180

С) Час за замовчуванням - 30 хвилин, діапазон зміни - 5~99 хвилин

Відношення зміни швидкості.

А) Частота зміни. HRC визначає частоту серцебиття кожні 30 секунд (частота серцебиття відображається на екрані весь час).

В) Швидкість збільшується на 2 км/год, коли частота серцебиття користувача на 30 уд/хв нижча за цільову.

С) Швидкість збільшується на 1 км/год, коли пульс користувача на 6-29 уд/хв нижчий за цільову частоту серцебиття.

Д) Швидкість зменшується на 2 км/год, коли пульс користувача на 30 уд/хв перевищує цільову частоту серцебиття.

Е) Швидкість зменшується на 1 км/год, коли пульс користувача на 0~5 уд/хв перевищує цільову частоту серцебиття.

Г) Швидкість залишається незмінною, якщо пульс користувача на 0~5 уд/хв нижче або вище цільової частоти серцебиття.

У наступних ситуаціях швидкість бігової доріжки сповільниться до найнижчої протягом 20 секунд і зупиниться після роботи на найнижчій швидкості протягом 15 секунд з подачею звукового сигналу щосекунди.

А) Кожні 30 секунд для визначення частоти серцевих скорочень, коли два послідовних вимірювання частоти серцевих скорочень не можуть бути визначені.

В) 1 км/год (0,6 миль/год), частота серцебиття призводить до уповільнення.

С) Коли частота серцевих скорочень перевищує 220 - встановлюється вік.

Д) Уповільнення не повинно бути нижчим за 1 км/год (0,6 миль/год), коли швидкість перевищує 1 км/год (0,6 миль/год). Наприклад, бігова доріжка з мінімальною швидкістю 1 км/год (0,6 миль/год): Бігова доріжка з мінімальною швидкістю 1 км/год (0,6 миль/год), коли вона працює зі швидкістю 1,6 км/год (1,0 миль/год) і сповільнюється до 1 км/год (0,6 миль/год), коли частота серцевих скорочень викликає уповільнення на 1,0 (2,0) км/год

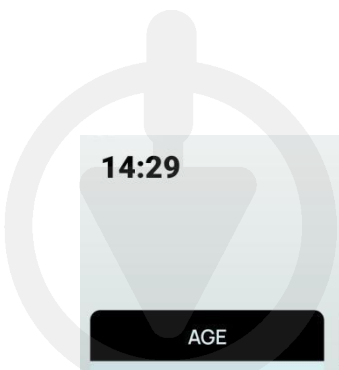
Нахил контролюється не пульсом, а вручну. Бігова доріжка не контролюється пульсом протягом 1 хвилини перед початком бігу, а починає працювати за вбудованою формулою лише через 1 хвилину бігу.

4.5) Режим ІМТ

Вік: діапазон параметрів: 1-99 рік продажу, значення за замовчуванням: 25 років

Зріст - см: діапазон параметрів: 100-220 см, значення за замовчуванням: 170 см

Вага - кг: діапазон параметрів: 20-150 кг, значення за замовчуванням: 70 кг



14:29

BMI

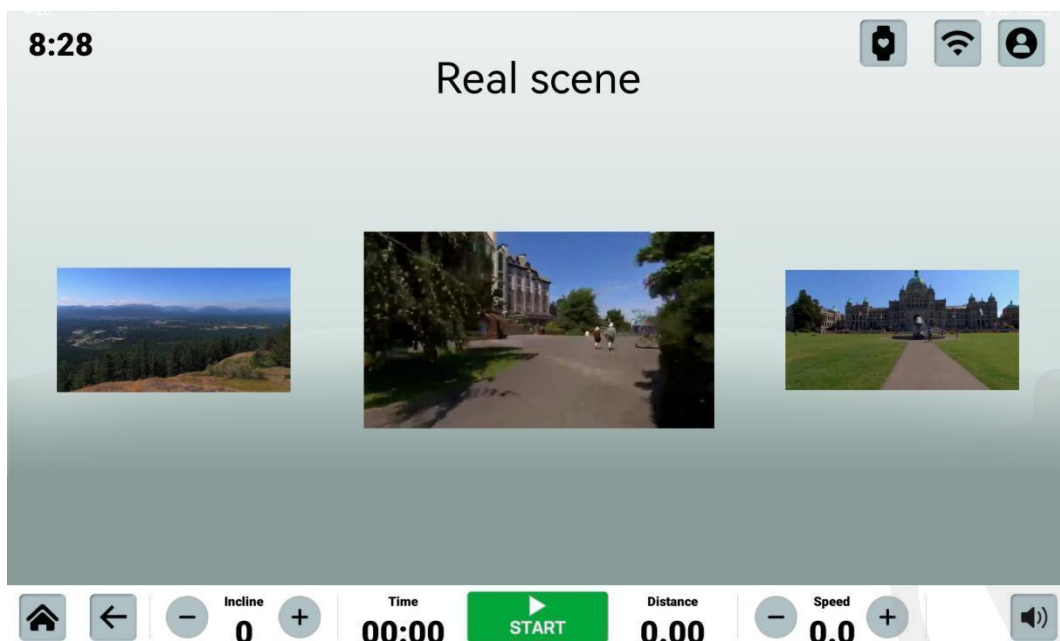
AGE	Height - cm	Weight - kg
25	170	070
-	-	-
+	+	+

Tip: Body fat less than 18 is underweight, between 18 and 24 is ideal weight, between 25 and 28 is overweight, and greater than 29 is obese.

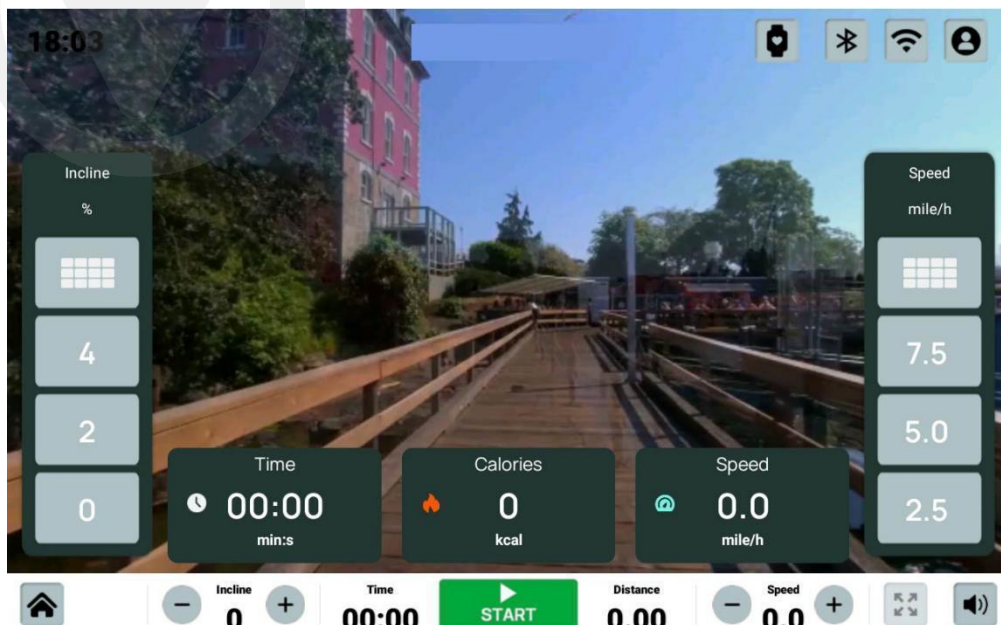
Home Back Incline 0 Time 00:00 START Distance 0.00 Speed 0.0 Speaker

3. Режим реальної сцени

На головній сторінці натисніть "Реальна сцена", щоб увійти в режим роботи з реальною сценою. Виберіть улюблену сцену, натисніть на зображення, щоб перейти до вправи.



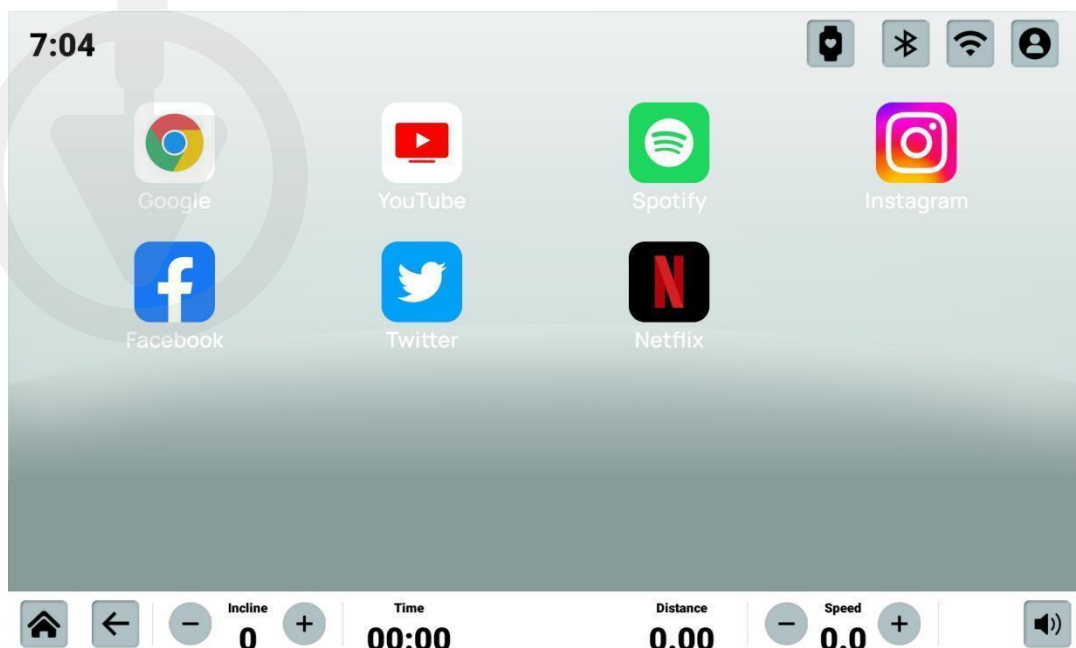
Після вибору улюбленої сцени і запуску вправи ви можете налаштувати швидкість і нахил за допомогою клавiш "Швидкість +/-" і "Нахил +/-".



4. Додатки

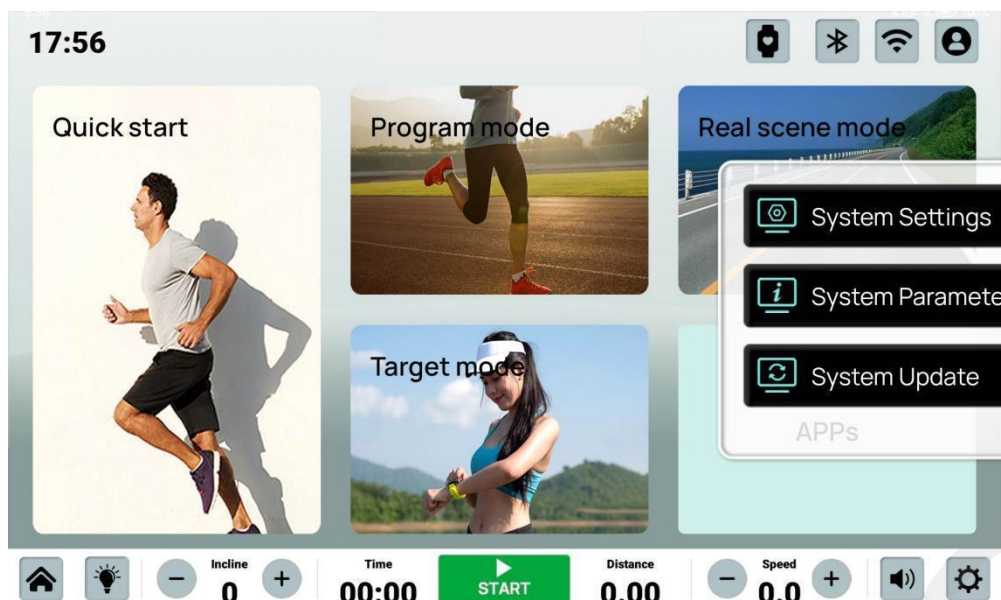
На головній сторінці натисніть "Додатки", щоб увійти на сторінку "Додатки".
Виберіть свій улюблений додаток, щоб увійти в систему.



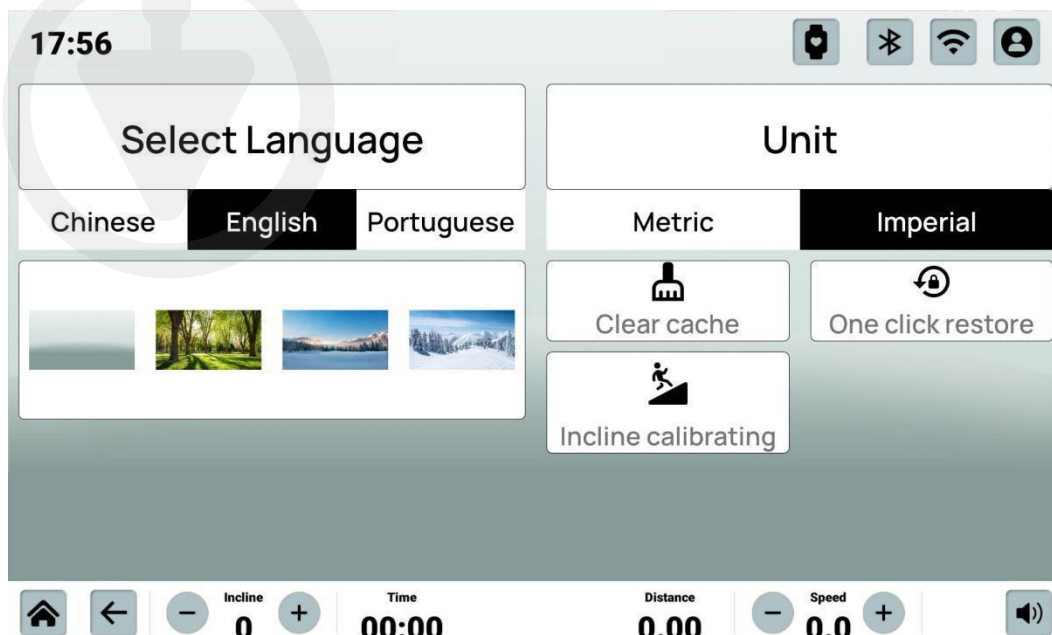


5. Меню налаштувань

На головній сторінці натисніть  ви можете налаштувати функції системи



Налаштування системи

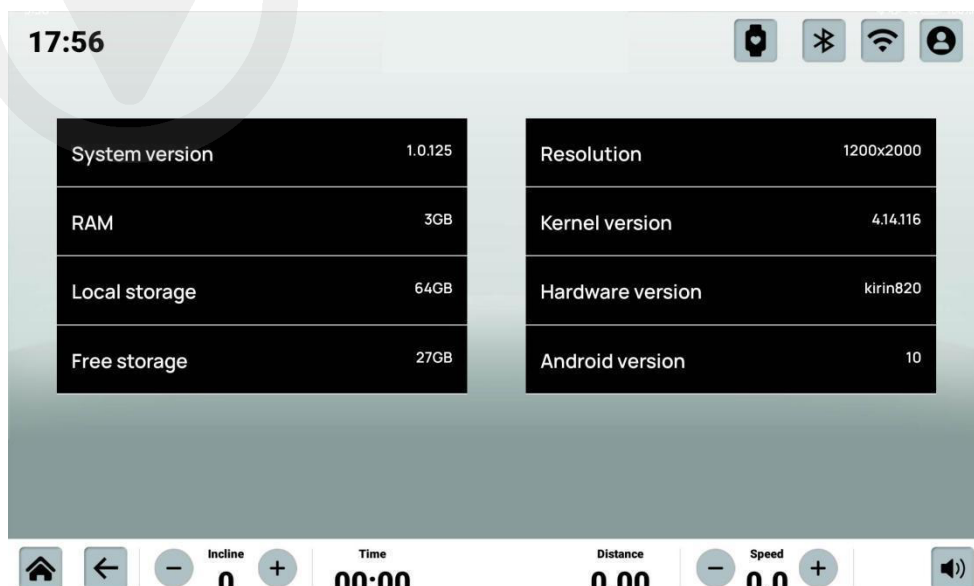


1. Вибрати мову: виберіть мову
2. Теми: виберіть фонове зображення ; .
3. Калібрування нахилу: Після заміни електричного контролера або якщо програма нахилу не підходить, виберіть цей інтерфейс для калібрування двигуна нахилу. Він повинен перебувати в режимі очікування, очікується, що процес калібрування триватиме близько 20 секунд, і заборонено виконувати будь-які інші операції
4. Очистити кеш: системної пам'яті занадто багато, натисніть цю функцію, щоб очистити фонову системну пам'ять
5. Відновити одним кліком: система виявляє непоправні або інші особливі дефекти, ви можете скористатися цією опцією, щоб відновити заводські налаштування системи за замовчуванням.



Параметри системи

У цьому інтерфейсі ви можете перевірити версію системи.



Оновлення системи тут при підключенні до wifi.

Функція Bluetooth(опціонально)

KINOMAP

Зареєструйтеся та увійдіть в додаток Kinomap, перейдіть на сторінку управління тренажерами, натисніть "+" верхньому правому куті, щоб додати новий тренажер. Виберіть "Моя бігова доріжка", а потім виберіть бренд "AnyRun". Натисніть бігову доріжку AnyRun на сторінці Моя бігова доріжка, потім виберіть SW-7210EB-XXXX у списку тренажерів і натисніть.



у



Zwift

Завантажте, зареєструйтеся та увійдіть у додаток Zwift, перейдіть на сторінку налаштувань:

На сторінці СПОЛУЧЕНІ ПРИСТРОЇ натисніть БІГ для бігової доріжки; потім натисніть ДЖЕРЕЛО ЖИВЛЕННЯ, у спливаючому меню виберіть код Bluetooth, який збігається з кодом, позначеним на консолі обладнання, а потім натисніть ОК, щоб створити пару.

ПРИМІТКА: Zwift запам'ятовує пристрої, які використовувалися під час попереднього сеансу, і може спробувати

- з'єднатися з цими пристроями, якщо вони присутні і доступні. Якщо ви бачите спарені пристрої, які ви не бажаєте використовувати
- ви не бажаєте використовувати, ви можете просто зняти з них позначку і вибрати пристрій, який ви бажаєте сполучити.

Підключення до музики через Bluetooth

Увімкніть Bluetooth вашого телефону. Якщо ви вперше підключаєтеся до музичного Bluetooth, знайдіть на інших пристроях Bluetooth-пристрій з назвою Run Music і під'єднайтеся до нього.

Автоматична програма P1-P36 метрична швидкість/нахил столу:

[illegible]

4	ШВИДКІ СТЬ	4.5	5.5	6.5	6.5	6.5	6.5	6.5	6.5	6.5	4.5
	НАХИЛ	2	2	2	2	2	2	2	2	2	0
5	ШВИДКІ СТЬ	5.0	6.0	7.0	7.0	7.0	7.0	7.0	7.0	7.0	5.0
	НАХИЛ	2	2	2	2	2	2	2	2	2	0
6	ШВИДКІ СТЬ	5.5	6.0	6.5	7.5	7.5	7.5	7.5	7.5	7.5	5.5
	НАХИЛ	2	2	2	2	2	2	2	2	2	0
7	ШВИДКІ СТЬ	5.0	7.0	6.0	7.0	6.0	7.0	6.0	7.0	6.0	4.0
	НАХИЛ	3	4	5	4	5	4	5	4	5	2
8	ШВИДКІ СТЬ	5.0	7.0	6.0	7.0	6.0	7.0	6.0	7.0	6.0	4.0
	НАХИЛ	4	5	6	5	6	5	6	5	6	3
9	ШВИДКІ СТЬ	5.0	7.0	6.0	7.0	6.0	7.0	6.0	7.0	6.0	4.0
	НАХИЛ	5	6	7	6	7	6	7	6	7	4
10	ШВИДКІ СТЬ	5.0	7.0	6.0	7.0	6.0	7.0	6.0	7.0	6.0	4.0
	НАХИЛ	6	7	8	7	8	7	8	7	8	5
11	ШВИДКІ СТЬ	5.0	7.0	6.0	7.0	6.0	7.0	6.0	7.0	6.0	4.0
	НАХИЛ	7	8	9	8	9	8	9	8	9	6
12	ШВИДКІ СТЬ	5.0	7.0	6.0	7.0	6.0	7.0	6.0	7.0	6.0	4.0
	НАХИЛ	8	9	10	9	10	9	10	9	10	7
13	ШВИДКІ СТЬ	6.0	8.0	9.0	8.0	9.0	8.0	9.0	8.0	9.0	3.0
	НАХИЛ	2	4	4	4	4	4	4	4	4	0
14	ШВИДКІ СТЬ	7.0	9.0	10.0	9.0	10.0	9.0	10.0	9.0	10.0	4.0
	НАХИЛ	2	4	4	4	4	4	4	4	4	0
15	ШВИДКІ СТЬ	8.0	10.0	11.0	10.0	11.0	10.0	11.0	10.0	11.0	5.0
	НАХИЛ	2	4	4	4	4	4	4	4	4	0
	ШВИДКІ	9.0	11.0	12.0	11.0	12.0	11.0	12.0	11.0	12.0	6.0

16	СТЬ										
	НАХИЛ	2	4	4	4	4	4	4	4	4	0
17	ШВИДКІ СТЬ	10.0	12.0	13.0	12.0	13.0	12.0	13.0	12.0	13.0	7.0
	НАХИЛ	2	4	4	4	4	4	4	4	4	0
18	ШВИДКІ СТЬ	11.0	13.0	14.0	13.0	14.0	13.0	14.0	13.0	14.0	8.0
	НАХИЛ	2	4	4	4	4	4	4	4	4	0
19	ШВИДКІ СТЬ	3.0	7.0	7.0	7.0	7.0	7.0	7.0	7.0	6.0	3.0
	НАХИЛ	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
20	ШВИДКІ СТЬ	4.0	8.0	8.0	8.0	8.0	8.0	8.0	8.0	7.0	4.0
	НАХИЛ	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
21	ШВИДКІ СТЬ	5.0	9.0	9.0	9.0	9.0	9.0	9.0	9.0	8.0	5.0
	НАХИЛ	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
22	ШВИДКІ СТЬ	6.0	10.0	10.0	10.0	10.0	10.0	10.0	10.0	9.0	6.0
	НАХИЛ	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
23	ШВИДКІ СТЬ	7.0	11.0	11.0	11.0	11.0	1.0	11.0	11.0	10.0	7.0
	НАХИЛ	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
24	ШВИДКІ СТЬ	8.0	12.0	12.0	12.0	12.0	12.0	12.0	12.0	11.0	8.0
	НАХИЛ	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
25	ШВИДКІ СТЬ	4.0	7.0	5.0	7.0	5.0	7.0	5.0	7.0	5.0	3.0
	НАХИЛ	4	6	6	6	6	6	6	6	6	0
26	ШВИДКІ СТЬ	4.5	7.5	5.5	7.5	5.5	7.5	5.5	7.5	5.5	3.5
	НАХИЛ	4	6	6	6	6	6	6	6	6	0
27	ШВИДКІ СТЬ	5.0	8.0	6.0	8.0	6.0	8.0	6.0	8.0	6.0	4.0
	НАХИЛ	4	6	6	6	6	6	6	6	6	0
28	ШВИДКІ СТЬ	5.5	8.5	6.5	8.5	6.5	8.5	6.5	8.5	6.5	4.5

	НАХИЛ	4	6	6	6	6	6	6	6	6	0
29	ШВИДКІСТЬ	6.0	9.0	7.0	9.0	7.0	9.0	7.0	9.0	7.0	5.0
	НАХИЛ	4	6	6	6	6	6	6	6	6	0
30	ШВИДКІСТЬ	6.5	9.5	7.5	9.5	7.5	9.5	7.5	9.5	7.5	5.5
	НАХИЛ	4	6	6	6	6	6	6	6	6	0
31	ШВИДКІСТЬ	8.0	12.0	10.0	12.0	10.0	12.0	10.0	12.0	10.0	5.0
	НАХИЛ	3	6	3	6	3	6	3	6	3	0
32	ШВИДКІСТЬ	9.0	13.0	11.0	13.0	11.0	13.0	11.0	13.0	11.0	6.0
	НАХИЛ	4	7	4	7	4	7	4	7	4	1
33	ШВИДКІСТЬ	10.0	14.0	12.0	14.0	12.0	14.0	12.0	14.0	12.0	7.0
	НАХИЛ	5	8	5	8	5	8	5	8	5	2
34	ШВИДКІСТЬ	11.0	15.0	13.0	15.0	13.0	15.0	13.0	15.0	13.0	8.0
	НАХИЛ	6	9	6	9	6	9	6	9	6	3
35	ШВИДКІСТЬ	12.0	17.0	14.0	17.0	14.0	17.0	14.0	17.0	14.0	9.0
	INCLINE	7	10	7	10	7	10	7	10	7	4
36	ШВИДКІСТЬ	13.0	16.0	14.0	16.0	14.0	16.0	14.0	16.0	14.0	9.0
	НАХИЛ	8	11	8	11	8	11	8	11	8	5

Поширені несправності електронної системи та методи усунення несправностей:

Пункт	Причина	Технічне обслуговування
Система не працює	А. Не під'єднано до мережі або не увімкнено	Під'єднайте живлення або переведіть вимикач живлення в положення "НІ"
	В. Ключ безпеки не на місці	Встановіть ключ безпеки у правильне положення
	С. Відсутнє живлення на контролері або моніторі	Замініть контролер або монітор
	Д. Погане кабельне	Перевірте клеми вхідних і вихідних кабелів системи та комунікаційні кабелі

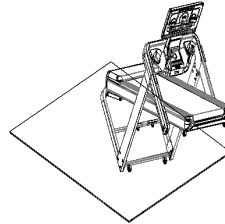
	з'єднання	всередині стійки
Раптова зупинка в нормальному стані	А, Запобіжний ключ вимкнено	Замініть ключ безпеки
	В, Система ненормальна	Будь ласка, зателефонуйте до служби післяпродажного обслуговування
Несправність кнопки	Кнопка недійсна	1.замініть клавіатуру та кабель клавіатури; 2.Замініть плату друкованої плати 3 Замініть консоль.
E-01	А, несправна лінія зв'язку	Знову під'єднайте кабель зв'язку та перевірте, чи добре підключений термінал, або замініть кабель зв'язку
	В, несправна консоль	Замініть консоль
	С, несправний контролер	Замініть контролер
E-02	А, Несправний кабель двигуна та двигун	Перевірка кабелю двигуна або заміна двигуна
	В, Захист від перенапруги, помилка до або після запуску реле	Перевірте та добре під'єднайте кабелі або замініть контролер
	С, Апаратний захист від перевантаження по струму, несправність електричного управління	замініть контролер
E-05	А, Захист від блокування роботи	Замініть контролер
	В, ЗАП відсутній захист	Замініть двигун
	С, механічна несправність	Перевірте, чи суха зворотна сторона кремнієвого масла на біговій стрічці, чи не заблоковані ролики
E-07	Консоль не виявляє сигнал захисного замка	1.Перевірте, чи правильно вставлено ключ безпеки; 2.Встановіть на місце носок запобіжного ключа; 3. Замініть консоль
Немає відображення пульсу	А, Пульсові кабелі ручки вставлені неправильно або несправні	Перевірте та під'єднайте або замініть імпульсні кабелі ручки
	В, Кабелі консолі	Замініть консоль

	несправні	
Консоль показує неповні або відсутні штрихи	Світлодіодна цифрова трубка несправна	Замініть плату друкованої плати або монітор
	В , системна помилка	Замініть монітор
Несправ ність нахилу	А , Несправний двигун нахилу	Замініть двигун нахилу
	В , несправний контролер	Замініть контролер
	С, Сигнал контролера ненормальний	Натисніть кнопку калібрування на контролері, щоб відкалібрувати значення нахилу.

ПЕРЕМІЩЕННЯ БІГОВОЇ ДОРІЖКИ

Переміщуючи бігову доріжку, переконайтеся, що ви виконали всі наведені нижче пункти:

1. Відновіть нахил до плоского (0) положення.
2. Відключіть пристрій від електромережі.
3. Вийміть шнур живлення з розетки



Піднявши бігову доріжку, взявшись за кінці обох поручнів і випрямившись, користувач може повільно перемістити бігову доріжку вперед або назад до потрібного місця і акуратно покласти її на рівну поверхню.

Посібник із заземлення

Цей виріб необхідно заземлити. Якщо бігова доріжка виходить з ладу або пошкоджується, дріт заземлення утворює контур з найнижчим опором, і струм відводиться під землю, зменшуючи ризик ураження електричним струмом. Цей виріб постачається з кабелем, який має провідник і штекер заземлення для заземлення пристрою. Цю вилку слід вставляти в розетку, яка відповідає вимогам щодо встановлення та заземлення, встановленим місцевими стандартами та нормами.

Увага! Неправильне підключення заземлювального проводу обладнання може призвести до ураження електричним струмом. Будь ласка, проконсультуйтеся з кваліфікованим електриком або майстром, якщо ви не знаєте, чи правильно заземлено обладнання. Будь ласка, не змінюйте штепсельну вилку, яка постачається з цим виробом. Якщо вилка не підходить до розетки, зверніться до кваліфікованого електрика для встановлення відповідної розетки.

Цей виріб працює від мережі 220-240 В і оснащений розеткою із заземленням, як показано на наступній ілюстрації.



Як користуватися біговою доріжкою

1. розгорніть бігове полотно до найнижчого положення після увімкнення та перевірте, чи воно в нормі.

2. Закріпіть ключ безпеки спереду на сорочці користувача.

3. Будь ласка, перевірте стійкість і функціонування бігової доріжки вперед початком тренування. Категорично забороняється запускати бігову доріжку, стоячи на біговому полотні. Перед запуском бігової доріжки, будь ласка, встаньте на бічні поручні та тримайтеся за ручку. Доки бігова доріжка не запрацює в нормальному режимі після її запуску, користувач може розпочати біг.

Тримайтеся однією рукою за поручень, а іншою рукою натисніть кнопку СТАРТ, щоб запустити бігову доріжку. Бігова доріжка запускається через 5 секунд і працює зі швидкістю 1,0 км/год. Натисніть клавішу швидкості "+", двигун прискорюється до 2,5 ~ 3,5 км/год, що є найбільш відповідною швидкістю бігу. Швидкість бігу користувача незабаром буде такою ж, як швидкість бігової стрічки після того, як він наступить на неї, взявшись за кермо обома руками.

4. Через кілька хвилин можна прискорити біг, в міру зростання швидкості вимоги - тримаючись руками за кермо, натискати клавішу "швидкість" - "", щоб бігти повільно.

5. Натискаючи швидкісні клавіші під час бігу, ви можете ввести необхідну швидкість бігу.

6. Натисніть кнопку STOP, щоб зупинити двигун в будь-який момент під час роботи.

7. Тест пульсу: Увімкніть перемикач бігової доріжки, значення пульсу буде показано у вікні дисплея після того, як користувач візьметься за металеві чіпи датчика HRC на кілька секунд.(Примітка: Це значення призначене лише для довідки про тренування, але не для медичних даних).



1. Змащування

Після використання бігового ремня протягом певного часу його необхідно змастити відповідним метил силіконовим мастилом. Пропозиція: : Підказка

Час використання менше ніж 3 годин щотижня, змащення один раз на 5 місяців

Використання протягом 4-7 години щотижня - змащування 1 раз на 2 місяці

Час використання більше ніж 7 годин щотижня - змащення один раз на місяць

Без надмірного змащування. Примітка: важливим фактором збільшення терміну служби бігової доріжки є належне змащення.

2. Перевірити, чи потребує змащення бігове полотно, можна так: підніміть м'яку сторону бігової доріжки та промацайте центральну задню частину полотна, наскільки це можливо. Якщо виявлено сліди силіконового спрею, змащення не потрібне. Якщо поверхня суха, ремінь потребує змащування.

Нанесення мастила на стрічку: (як показано)

- Зупиніть бігове полотно і складіть бігову доріжку. Підніміть ремінь задньої основної рами так, щоб масло могло досягти середнього положення.
- Розпиліть силіконове мастило на внутрішню сторону бігового полотна і покрийте силіконовим мастилом обидві сторони бігового полотна.
- Запустіть бігову доріжку зі швидкістю 1 км/год, щоб рівномірно нанести силікон. Злегка пройдіться по біговому полотну зліва направо.

Зачекайте кілька хвилин, щоб силіконовий

спрей розійшовся,

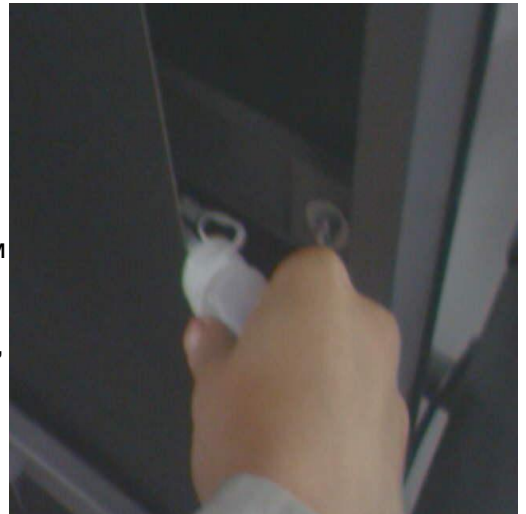
- перш ніж запускати машину.

3. Регулювання ременів

Усі бігові паси правильно відрегульовані на заводі та після складання. Однак, після певного періоду використання може виникнути слабкість. Наприклад: під час бігу можуть виникати паузи та ковзання. Коли це відбувається, відрегулюйте біговий ремінь і закрутіть його на пів обороту вліво і вправо. Якщо ремінь ослаблений, ремінь і ролик будуть ковзати по черзі. Але занадто туго натягнутий ремінь також не є добрим, оскільки легко збільшити навантаження на двигун і пошкодити двигун, біговий ремінь і ролик і т.д.

4. Регулювання відхилення ремня:

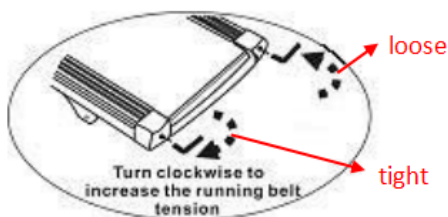
Усі бігові паси правильно відрегульовані на заводі та після складання. Але через



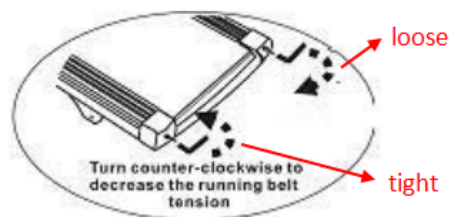
деякий час ремені можуть відхилятися від норми. Причини можуть бути перераховані наступним чином.

- ① Бігова доріжка нестабільна.
- ② Під час бігу ноги не знаходяться в центрі бігового полотна.
- ③ Ноги докладають нерівномірне зусилля.

Якщо відхилення спричинене ручним регулюванням, обертання вантажу протягом декількох хвилин може повернутися до нормального стану. Регулювання здійснюється крок за кроком на пів обороту за допомогою шестигранного ключа 6 мм, який оснащений випадковим чином для неможливості автоматичного відновлення.



Наприклад, відхилення бігового полотна вліво.
Відрегулюйте лівий гвинт за годинниковою стрілкою або правий гвинт проти годинникової стрілки.



Наприклад, відхилення бігового полотна вправо.
Відрегулюйте правий гвинт за годинниковою стрілкою або лівий гвинт проти годинникової стрілки.

КЛЮЧОВА ТОЧКА:

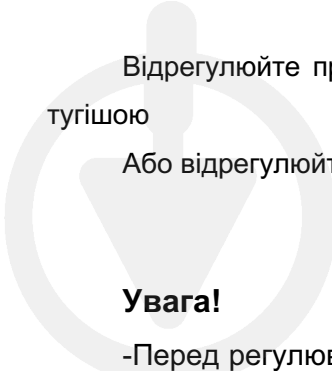
- За годинниковою стрілкою означає затягнути.
- Проти годинникової стрілки означає послабити.
- Бігове полотно зміститься в бік ослаблення.

Якщо бігове полотно зміщується вліво, це означає, що ліва сторона занадто ослаблена.

Відрегулюйте лівий гвинт за годинниковою стрілкою, щоб зробити ліву сторону тугішою.

Або відрегулюйте правий гвинт проти годинникової стрілки, щоб послабити праву сторону.

Якщо бігове полотно зміщується вправо, це означає, що права сторона занадто ослаблена.



Відрегулюйте правий гвинт за годинниковою стрілкою, щоб зробити праву сторону тугішою

Або відрегулюйте лівий гвинт проти годинникової стрілки, щоб послабити лівий.

Увага!

-Перед регулюванням бігового полотна необхідно запустити бігову доріжку (дати ременю попрацювати) на низькій швидкості.

-При регулюванні не повертайте болт занадто сильно.

-Після кожного регулювання потрібно звертати увагу на зміни на біговому ремені.

Відхилення бігового полотна не покривається гарантією, і в основному користувачі обслуговують його відповідно до інструкцій. Відхилення бігового полотна може серйозно пошкодити бігове полотно. Його необхідно вчасно виявити та виправити.

Відхилення бігового полотна не покривається гарантією, і в основному користувачі обслуговують його відповідно до інструкцій. Відхилення бігового полотна може серйозно пошкодити бігове полотно. Його необхідно вчасно виявити та виправити.

Очищення

Регулярне чищення крокуючої стрічки забезпечує тривалий термін служби виробу.

Попередження: Бігову доріжку необхідно вимкнути, щоб уникнути ураження електричним струмом. Перед початком чищення або технічного обслуговування необхідно витягнути шнур живлення з розетки.

- Після тренування: Протріть консоль та інші поверхні чистою м'якою вологою тканиною, щоб видалити залишки поту.

Застереження: Не використовуйте абразивні речовини або розчинники.

Щоб уникнути пошкодження комп'ютера, тримайте рідини подалі від нього.

Не піддавайте комп'ютер впливу прямих сонячних променів.

- **Щотижня:** Для полегшення прибирання рекомендується використовувати килимок для бігової доріжки. Взуття може залишати сліди на біговому полотні, які можуть потрапляти під бігову доріжку. Очищайте килимок під біговою доріжкою раз на тиждень.

Зберігання: Зберігайте бігову доріжку в чистому і сухому приміщенні.

Переконайтеся, що головний вимикач вимкнений і відключений від електричної розетки.

