



*Руководство пользователя*

## **ДОРОЖКА БЕГОВАЯ ЭЛЕКТРИЧЕСКАЯ SE-T1580**



- 12 ТРЕНИРОВОЧНЫХ ПРОГРАММ, ФУНКЦИЯ BODY FAT
- ПОКАЗАНИЯ КОМПЬЮТЕРА: ВРЕМЯ, СКОРОСТЬ, РАССТОЯНИЕ, КАЛОРИИ, ПУЛЬС
- МАКСИМАЛЬНАЯ МОЩНОСТЬ ДВИГАТЕЛЯ: 4,0 Л.С. (2,0 Л.С. ДЛИТЕЛЬНАЯ)
- РАЗМЕР БЕГОВОГО ПОЛОТНА: 144 X 56 CM
- СКОРОСТЬ: 1.0 – 22 КМ/Ч
- ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ОПЦИИ: ДИНАМИКИ, МРЗ, USB
- АВТОМАТИЧЕСКИЙ ВЫБОР УГЛА НАКЛОНА
- АМОРТИЗАЦИОННАЯ СИСТЕМА
- ТРАНСПОРТИРОВОЧНЫЕ РОЛИКИ ДЛЯ УДОБНОГО ПЕРЕМЕЩЕНИЯ

## СОДЕРЖАНИЕ

1	ИНСТРУКЦИЯ ПО БЕЗОПАСНОСТИ .....	3
	РЕКОМЕНДАЦИИ ПО РАЗМЕЩЕНИЮ .....	5
	РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ХРАНЕНИЮ.....	6
	РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ТРАНСПОРТИРОВКЕ.....	6
	РЕКОМЕНДАЦИИ ПО СБОРКЕ.....	6
	ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ .....	6
2	КОМПЛЕКТАЦИЯ.....	7
3	ИНСТРУКЦИЯ ПО СБОРКЕ .....	8
4	ПОДКЛЮЧЕНИЕ К ИСТОЧНИКУ ПИТАНИЯ.....	9
5	КОМПЬЮТЕР. РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ.....	10
6	ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ.....	13
7	ТИПИЧНЫЕ НЕИСПРАВНОСТИ.....	15
8	РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ТРЕНИРОВОК .....	15
9	РЕКОМЕНДАЦИИ ПО УТИЛИЗАЦИИ .....	16

## УВАЖАЕМЫЙ ПОКУПАТЕЛЬ!

Благодарим Вас за выбор современного тренажера TM SportElite.



Перед началом использования тренажера внимательно изучите данное руководство в целях снижения риска получения травм во время тренировки.

Ознакомьтесь с инструкцией по безопасности и информацией о мерах предосторожности, а так же ознакомьте всех пользователей данного тренажера.

Производитель не несет ответственности за травмы или повреждения тренажера при ненадлежащем его использовании.

Руководство подлежит хранению и использованию в качестве справочного материала.

### ВНИМАНИЕ!

**Перед началом использования тренажера рекомендуем Вам проконсультироваться с врачом: при наличии заболеваний сердечно сосудистой системы, гипертонии, сахарного диабета, заболеваний органов дыхания, в случае курение и иных хронических заболеваний, а также осложнений после перенесенных заболеваний;**

**если Вам более 35 лет и/или Вы имеете избыточный вес;**

**если Вы используете кардиостимулятор или иное медицинское оборудование любого типа.**

**Если Вы беременны**

### ВАЖНО!

**Если во время тренировки вы испытываете боль в грудной клетке, чрезмерную усталость, тошноту, головокружение или одышку, незамедлительно прекратите тренировку и обратитесь за консультацией к врачу до возобновления тренировок.**


## 1. ИНСТРУКЦИЯ ПО БЕЗОПАСНОСТИ

### МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ

1. Ответственность за правильное инструктирование и безопасность всех пользователей тренажера несет его владелец.
2. Используйте тренажер в соответствии с руководством по эксплуатации.
3. Обеспечьте безопасность всех пользователей на данном тренажере.
4. Тренажер предназначен для тренировки взрослых людей. Не допускается использование тренажера детьми и домашними животными. Во время работы беговой дорожки дети и домашние животные должны находиться на безопасном расстоянии.
5. Перед использованием тренажера необходимо проверить значение максимального веса пользователя в соответствии с руководством по эксплуатации. Превышение максимального веса может привести к сбоям в работе операционной системы тренажера.
6. При эксплуатации используйте надлежащую одежду и обувь. Не носите свободную одежду, которая может застрять в элементах изделия.

7. Не допускайте попадания предметов в желоба.
8. Данный тренажер предназначен для бытового использования в закрытом помещении и не предназначен для использования в коммерческих целях и на открытом воздухе.
9. Если тренажер подключен к внешнему источнику питания, убедитесь в исправном состоянии шнура питания и вилки. Выполняйте подключение только при условии наличия надлежащего заземления цепи электропитания; отсутствие заземления может привести к повреждениям тренажера, на которые не распространяется гарантия. Шнур питания должен находиться на безопасном расстоянии от горячих поверхностей и предметов.
10. Эксплуатация беговой дорожки запрещается в случае повреждения шнура или разъема электропитания и в случае ненадлежащего функционирования дорожки.
11. При использовании моделей с аккумулятором убедитесь в достаточной зарядке аккумулятора для нормального функционирования дисплея.
12. Если ваш тренажер оснащен ключом безопасности, убедитесь в понимании принципа его функционирования. На консоли своего тренажера вы найдете гнездо для ключа безопасности. Шнур от него тянется к одежде и надежно на ней закрепляется. Если вы резко оступитесь, то шнур выдернет ключ из гнезда и движение бегового полотна автоматически остановится. Беговая дорожка начинает функционировать только при наличии ключа в консоли. Данное условие является обязательным для нормального функционирования тренажера.
13. Не включайте изделие, находясь на беговом полотне, т.к. это приведет к перегрузке двигателя. Поставьте ноги на боковые платформы по сторонам беговой дорожки. Ставьте ноги на беговое полотно, когда его скорость станет постоянной, но не более 2 км/ч.
14. Регулировку скорости рекомендуется выполнять постепенно, избегая резких изменений.
15. Если тренажер подключен к внешнему источнику питания: не оставляйте тренажер без присмотра во время работы. Извлеките ключ безопасности, отключите тренажер и отключите шнур питания от сети.
16. Если тренажер оснащен датчиком пульса, помните, что он не является медицинским прибором. Датчик является вспомогательным средством при проведении тренировок и позволяет определить частоту сердечных сокращений. Точность определения частоты сердечных сокращений может зависеть от ряда факторов, в том числе и от движений пользователя.
17. Регулярно выполняйте проверку и затяжку всех винтов, т.к. вследствие вибрации затяжка винтов и гаек может быть ослаблена. Гарантия не распространяется на повреждения вследствие ненадлежащего технического обслуживания.
18. Не снимайте кожух двигателя и защитные панели самостоятельно. Обслуживание и ремонт беговой дорожки должны выполняться в специализированном сервисном центре
19. Не предпринимайте мер по техническому обслуживанию и регулировке тренажера, кроме описанных в данной инструкции. В случае возникновения неполадок прекратите использование и обратитесь в сервисный центр. При необходимости технической поддержки, вы так же можете обратиться в сервисный центр.
20. Извлечение изделия из упаковки должно осуществляться двумя людьми во избежание механических повреждений при извлечении, которые не являются гарантийным случаем.
21. Если тренажер находится в сложенном состоянии, убедитесь в блокировке запорных элементов – механических или гидравлических при его перемещении. Поднимать и перемещать беговую дорожку разрешается только при ее нахождении в вертикальном положении в сложенном состоянии с закрытым замком.

22. Не используйте одну розетку для одновременного подключения других энергоемких бытовых приборов, таких как микроволновая печь, кондиционер и т.п.
23. Производитель оставляет за собой право без предварительного уведомления покупателей вносить изменение в дизайн и технические характеристики изделия, не ухудшающие его потребительские свойства.
- 24. Данный тренажер предназначен исключительно для бытового использования. Производитель/ Продавец не берут на себя ответственность в случае возникновения проблем при его использовании в коммерческих целях. При использовании тренажера в коммерческих целях (фитнес-центрах) и/или общественных (медицинских, оздоровительных и т.п.) организациях на него не распространяются гарантийные обязательства продавца по ремонту и обслуживанию.**
25. Максимальный вес пользователя для данного тренажера -150кг.

	<b>ВСЕГДА ПОЛЬЗУЙТЕСЬ КЛЮЧОМ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ ЗАНЯТИЙ НА ТРЕНАЖЕРЕ</b>
<b>предупреждение:</b>	

### **ЗАПРЕЩАЕТСЯ**

- прыгать на беговом полотне
- хранить тренажер в ванной комнате или другом влажном помещении
- устанавливать тренажер под прямыми солнечными лучами или в местах с высокой температурой (рядом с плитой или отопительным прибором)
- использовать тренажер с поврежденным шнуром или вилкой электропитания (это может привести к поражению электрическим током, короткому замыканию или пожару)
- перекручивать шнур электропитания
- устанавливать тяжелые предметы на беговое полотно
- пить воду и принимать пищу находясь на беговом полотне, так как попадания воды на тренажер может вызвать короткое замыкание или удар электрическим током
- начинать занятие сразу после приема пищи

### **РЕКОМЕНДАЦИИ ПО РАЗМЕЩЕНИЮ**

Тренажер должен быть установлен в сухом отапливаемом помещении. Не храните тренажер в гараже, вблизи воды, во влажном или пыльном помещении, т.к. это может привести к нарушениям в работе тренажера и аннулированию гарантии.

Разместите изделие на ровной горизонтальной поверхности. Размещение на неровной поверхности может отрицательно повлиять на функционирование тренажера. Некоторые модели оснащены приспособлениями для выравнивания положения беговой дорожки, которые располагаются за опорными основаниями. Ознакомьтесь с руководством по эксплуатации вашего изделия для подтверждения наличия таких приспособлений.

Устанавливая беговую дорожку, избегайте толстых ковровых покрытий. Это может привести к повреждению двигателя вследствие проблем с вентиляцией.

Рекомендуется установить защитное покрытие на пол в месте расположения дорожки.

Изделие должно размещаться в хорошо вентилируемом помещении. Не устанавливайте изделие в помещениях, где распылялись спреи или аэрозоли и в местах с повышенным содержанием кислорода. Это может оказывать влияние на состав вдыхаемого воздуха и привести к несчастному случаю во время

тренировки.

## РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ХРАНЕНИЮ

Тренажер рекомендуется хранить и использовать в сухих отапливаемых помещениях. Если тренажер хранился или транспортировался при низких/отрицательных температурах и/или в условиях повышенной влажности (более 75%), необходимо перед эксплуатацией выдержать не менее 4х часов. Далее можно приступать к эксплуатации тренажера.

## РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ТРАНСПОРТИРОВКЕ

Тренажер должен транспортироваться только в заводской упаковке;

Перед транспортировкой беговой дорожки следует ее сложить и закрепить. Перевозка возможна только в упаковке, во избежание внешних повреждений.

При транспортировке тренажер должен быть защищен от влаги, дождя, механических перегрузок.

## РЕКОМЕНДАЦИИ ПО СБОРКЕ

Перед сборкой тренажера тщательно изучите ее последовательность и выполняйте все рекомендации. Используйте для сборки приложенный или рекомендуемый инструмент. Убедитесь в наличии всех деталей. Не прикладывайте чрезмерных усилий к инструменту во избежание травм и повреждений элементов конструкции.

**УЧИТЫВАЙТЕ ДАННЫЕ РЕКОМЕНДАЦИИ НА ПРОТЯЖЕНИИ ВСЕГО ПЕРИОДА ЭКСПЛУАТАЦИИ ИЗДЕЛИЯ.**

## ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ

Тип дорожки	электрическая
Использование	домашнее
Входное напряжение	220-240В, 50/60Гц
Максимальная мощность двигателя	4,0 л.с. (2,0 л.с. длительная)
Скорость	1.0 – 22 км/ч.
Размер бегового полотна	144 x 56 см
Показания компьютера	время, скорость, расстояние, калории, пульс MP3, USB
Кол-во программ	12, BodyFat
Выбор угла наклона	Автоматический 0-20%
Максимальный вес пользователя	150кг
Размер в собранном виде	175 x 74 x 136 см.
Транспортировочные ролики	да



## 2. КОМПЛЕКТАЦИЯ

часть на Основ	наименование		Кол-во/шт				
	1. Главная рама		1				
							
No	комплектующие		Кол-во шт	No.	комплектующие		Кол-во, шт
1		Винт M8*20	6	7		Мульти ключ	1
2		Винт M10*65	4	8		Шестигранный ключ 6 мм	1
3		Винт M8*60	2	9		Шестигранный ключ 5мм	1
4		Плоская шайба	12	10		Силиконовая смазка*	1
5		Саморез ST4×16	6	11	Руководство пользователя		1
6	MP3 провод/ключ безопасности		1	12		боковая крышка	2

\* В целях безопасности храните силиконовую смазку в безопасном месте, недоступном для детей.

### 3. ИНСТРУКЦИЯ ПО СБОРКЕ

**ВНИМАНИЕ:** сборка должна производиться двумя взрослыми людьми!

Установите тренажер на ровной твёрдой поверхности. Не устанавливайте тренажер в помещениях с высокой влажностью (более 75%). Расположите тренажер не ближе, чем 1 - 2 м от стен или предметов мебели.

Устанавливая беговую дорожку, избегайте ковровых покрытий. Перегрев и проблемы с вентиляцией могут привести к повреждению двигателя.

После установки уберите инструменты и упаковочные материалы в недоступное для детей место.

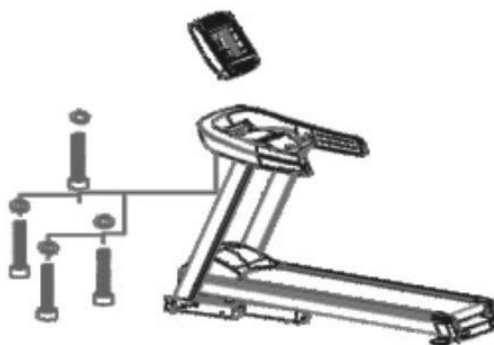
#### ШАГ 1

Вытащите тренажер из упаковки и установите на ровной горизонтальной поверхности. Проверьте наличие всех необходимых комплектующих. Поднимите консоль как показано на рисунке и закрепите ее с помощью 4шт M10x65 с шайбами и 2шт M8x60 с шайбами. Используйте 2 винта M8\*20 и 2 плоских шайбы, чтобы зафиксировать консоль на стойках.



#### Шаг 2

Установите экран компьютера на консоли и подсоедините провод компьютера к консоли, закрепите его четырьмя винтами M8X20 с шайбами



#### ШАГ 3

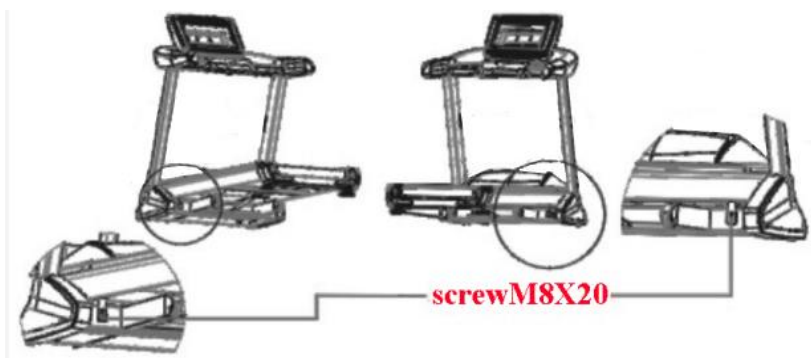
Закрепите боковую крышку с помощью трех саморезов ST4x16 на обеих сторонах стоек.





#### ШАГ 4

Для того, чтобы сложить беговую дорожку, удалите винты M8X20 -2шт.



#### ШАГ 5

Вставьте ключ безопасности в консоль, дорожка готова к использованию.



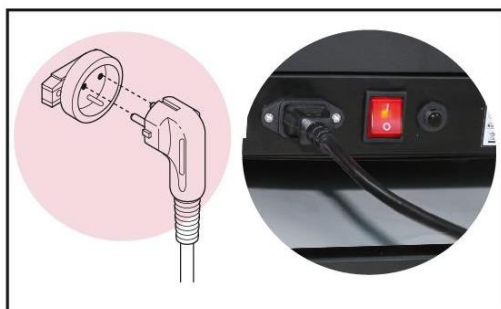
#### КАК ВСТАВАТЬ НА БЕГОВУЮ ДОРОЖКУ

На консоли своего тренажера вы найдете гнездо для ключа безопасности. Шнур от него тянется к одежде и надежно на ней закрепляется. Закрепите ключ на одежде и вставьте в гнездо консоли.

Вставайте на беговую дорожку, поставив ноги на рейки по бокам беговой платформы. Ставьте ноги на беговое полотно только после того, как оно начало движение с постоянно медленной скоростью. Во время упражнения не поворачивайтесь спиной к компьютеру. Никогда не пытайтесь развернуться на беговой дорожке, когда полотно движется.

Не включайте изделие, находясь на беговом полотне, т.к. это приведет к перегрузке двигателя.

## 4. ПОДКЛЮЧЕНИЕ К ИСТОЧНИКУ ПИТАНИЯ



Выберите место в непосредственной близости от розетки для установки беговой дорожки. Убедитесь в исправном состоянии шнура питания и вилки. Выполняйте подключение только при условии наличия надлежащего заземления цепи электропитания; отсутствие заземления может привести к

повреждениям тренажера, на которые не распространяется гарантия. Шнур питания должен находиться на безопасном расстоянии от горячих поверхностей и предметов. Тренажер рассчитан на подключение к сети с номинальным напряжением ~220-240В. Если у Вас возникают сомнения в правильности подключения тренажера к сети, обратитесь к квалифицированному электрику.

Следите за тем, чтобы за беговой дорожкой была закреплена отдельная розетка.

Не используйте переходник для подключения тренажера к сети.



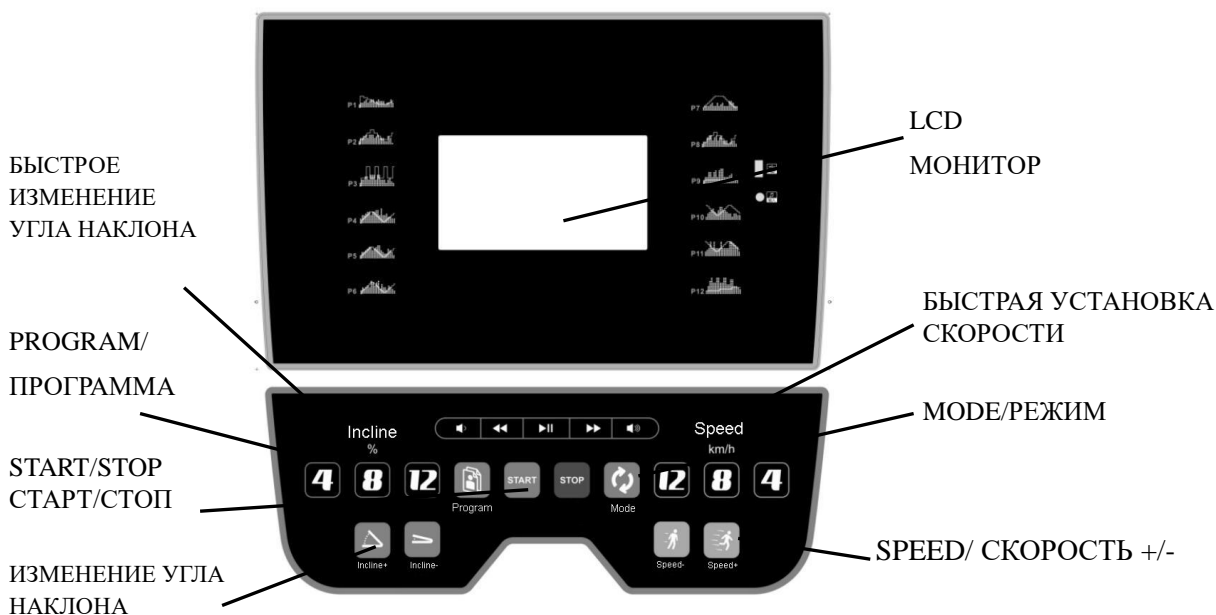
**Для снижения риска поражения электрическим током всегда отсоединяйте тренажер от электрической сети после его использования.**

**Никогда не вставляйте вилку и не отключайте ее мокрыми руками.**

**Не перекручивайте кабель тренажера.**

**ЗАПРЕЩАЕТСЯ ВНОСИТЬ ИЗМЕНЕНИЯ В КОНСТРУКЦИЮ ТРЕНАЖЕРА В ЦЕЛЯХ БЕЗОПАСНОСТИ.**

## 5. КОМПЬЮТЕР. РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ.



### КРАТКОЕ ВВЕДЕНИЕ

Параметр тренировки отображаются на LCD дисплее:

1. SPEED/СКОРОСТЬ- компьютер отображает текущую скорость
2. DISTANCE/РАССТОЯНИЕ - компьютер отображает пройденную дистанцию
3. KCAL/КАЛОРИИ- компьютер отображает потраченные калории
4. TIME/ВРЕМЯ - компьютер отображает общее время работы
5. PULSE/ ПУЛЬС - данные пульса во время/после тренировки

**Режим тренировки:** ручной режим и программа

**Ручной режим тренировки:** режим тренировки без установки параметров тренировки

A. режим время тренировки: установите необходимое время тренировки

B. режим расстояние тренировки: установите необходимое расстояние

С. режим калории: установите необходимое кол-во калорий, которые вы хотите израсходовать за время тренировки

Д. режим программа: 12 различных программ тренировки изначально установлены на компьютере

## **КЛАВИШИ**

А. 3 клавиши прямого выбора скорости (4, 8, 12)

В. 3 клавиши выбора наклона (4, 8, 12)

С. 1 клавиша старт

Е. 1 клавиша стоп

Е. 1 клавиша -программа

Ф. Клавиша РЕЖИМ/MODE

## **ПАРАМЕТРЫ**

Скорость 1-22 км/ч.

Дистанция 1 – 99 км.

Калории 10-990 ккал

Самая короткая программа тренировки: 8 минут

Самая длинная программа тренировки: 99 минут

## **РЕЖИМ УПРАВЛЕНИЯ**

### **А. РУЧНОЙ**

- включите тренажер
- вставьте ключ безопасности
- нажмите клавишу “START”, обратный отчет пойдет с 3 до 1, прозвучит звуковой сигнал и дорожка начнет движение.
- регулируйте скорость при помощи клавиш “SPEED+”, “SPEED-”.
- параметры тренировки будут отображаться на дисплее
- для остановки нажмите клавишу “PAUSE”.
- как только время тренировки превысит 99:59 минут, системы не отключится, но отсчет времени начнется с нуля.

### **В. ФУНКЦИЯ MODE**

- нажмите клавишу “MODE”; на экране высветится “TIME”/ВРЕМЯ, “DISTANCE”/ДИСТАНЦИЯ, “CALORIE”/КАЛОРИИ. Регулировать данные параметры можно с помощью клавиш “SPEED+” и “SPEED-”.
- Используйте клавишу “SPEED”/ СКОРОСТЬ для быстрой установки скорости.
- после установки всех параметров компьютер обновит данные на дисплее
- для остановки или выключения нажмите клавишу “STOP”
- когда заданные параметры тренировки достигнут нулевой отметки, дорожка остановится
- нажмите клавишу “PAUSE/CLEAR” для перехода в ждущий режим.

### **С. ПРОГРАММА**

Компьютер имеет 12 встроенных программ тренировки

- Нажмите клавишу "PROGRAMM", когда система находится в режиме ожидания
- Выберите одну программу и нажмите клавишу "Пуск". Беговая дорожка начнет движение на медленной скорости и изменит уровень наклона через 3 секунды. Программа разделена на 20 частей, которые следуют одна за другой. После завершения всех частей дорожка автоматически остановится.
- Нажмите клавиши "SPEED+" и "SPEED-" для регулировки скорости или воспользуйтесь клавишей быстрой смены скорости.
- Все параметры тренировки отобразятся на дисплее.
- Для остановки тренажера удалите ключ безопасности из консоли.
- Когда программа закончена, нажмите клавишу "PAUSE/CLEAR" для перехода в ждущий режим.

**Приложение 1: P1-P12 встроенные программы**

time		Pre-set total time/20=each section running time																			
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
P01	скорость	2	3	3	4	5	3	4	5	5	3	4	5	4	4	4	2	3	3	5	3
	наклон	0	7	7	6	6	5	5	4	4	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	4
P02	скорость	2	4	4	5	6	4	6	6	6	4	5	6	4	4	4	2	2	5	4	1
	наклон	0	3	3	5	5	7	7	9	9	7	7	5	5	3	3	3	3	5	5	7
P03	скорость	2	4	4	6	6	4	7	7	7	4	7	7	4	4	4	2	4	5	3	2
	наклон	0	5	5	5	12	12	5	5	5	12	12	5	5	5	12	12	5	5	5	12
P04	скорость	3	5	5	6	7	7	5	7	7	8	8	5	9	5	5	6	6	4	4	3
	наклон	0	2	3	4	5	6	7	7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6
P05	скорость	2	4	4	5	6	7	7	5	6	7	8	8	5	4	3	3	6	5	4	2
	наклон	0	2	3	4	5	6	7	7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6
P06	скорость	2	4	3	4	5	4	8	7	5	7	8	3	6	4	4	2	5	4	3	2
	наклон	0	2	3	4	5	6	7	7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6
P07	скорость	2	3	3	3	4	5	3	4	5	3	4	5	3	3	3	6	6	5	3	3
	наклон	2	3	4	5	6	7	8	9	9	9	9	9	9	8	7	6	5	4	3	2
P08	скорость	2	3	3	6	7	7	4	6	7	4	6	7	4	4	4	2	3	4	4	2
	наклон	0	3	3	5	5	7	7	9	9	7	7	5	5	3	3	3	3	5	5	7
P09	скорость	2	4	4	7	7	4	7	8	4	8	9	9	4	4	4	5	6	3	3	2
	наклон	0	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
P10	скорость	2	4	5	6	7	5	4	6	8	8	6	6	5	4	4	2	4	4	3	3
	наклон	9	8	7	6	5	4	3	3	4	5	6	7	8	9	9	8	7	6	5	4
P11	скорость	3	4	5	9	5	9	5	5	5	9	5	5	5	5	9	9	8	7	6	3
	наклон	9	8	7	6	5	4	3	3	4	5	6	7	8	9	9	8	7	6	5	4
P12	скорость	2	5	8	10	7	7	10	10	7	7	10	10	6	6	9	9	5	5	4	3
	наклон	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4

**ФУНКЦИИ MP3,USB:**

С помощью функций MP3 SD или USB Вы можете заниматься спортом под любимую мелодию, регулируя громкость через панель, а для MP3 регулировать громкость можно и через плеер.

### BODY FAT тест:

Когда компьютер находится в режиме ожидания, нажмите клавишу “PROGRAM”/ПРОГРАММА пока на дисплее не появится FAT-тест, затем нажмите клавишу “KEY” для ввода параметров F-1, F-2, F-3, F-4, F-5 (F-1—пол, F- 2—возраст, F- 3—рост, F-4--вес), нажмите клавиши “SPEED+” И“SPEED-“ для установки параметров 01—04 (см. таблицу ниже); затем нажмите клавишу “MODE” для входа в интерфейс F-5 FAT, измерьте свой пульс в течение 4-5 секунд, затем компьютер отобразит количество жира в организме. Проверьте соответствует ли ваш рост вашему весу. Body Fat отображает соотношение между ростом и весом, но не учитывает пропорции тела. Тест BodyFAT подходит как для мужчин, так и для женщин. Идеальные показатели теста будут в диапазоне значений 20—25, если значение ниже 19 – это означает недостаток жировой ткани в организме. Значение 25 – 29 означает наличие избыточной масса тела, значение более 30 – ожирение I первой степени (данные теста носят исключительно справочный характер и не могут использоваться в медицинских целях).

01	ПОЛ	01 –муж	02 -жен
02	ВОЗРАСТ	10-----99	
03	РОСТ	100----240	
04	ВЕС	20-----160	
05	FAT -ИНДЕКС	≤19	ДЕФИЦИТ МАССЫ ТЕЛА
	FAT -ИНДЕКС	=(20---25)	НОРМА
	FAT -ИНДЕКС	=(25---29)	ИЗБЫТОЧНАЯ МАССА ТЕЛА
	FAT -ИНДЕКС	≥30	ОЖИРЕНИЕ

### БЕЗОПАСНОЕ ОТКЛЮЧЕНИЕ

В любой момент тренировки Вы можете выдернуть ключ безопасности для экстренной остановки. Двигатель остановится, прозвучит сигнал и на дисплее отобразится “-”.

Для того чтобы вновь запустить тренажер, вставьте ключ безопасности, дождитесь включения монитора и начните тренировку.

### В КОНЦЕ КАЖДОЙ ТРЕНИРОВКИ

1. Удалите ключ безопасности с консоли компьютера.
2. Выключить беговую дорожку.
3. Отсоедините электрический шнур от розетки. Это особенно важно, если вы не собираетесь использовать беговую дорожку в течение длительного времени.
4. Протрите все поверхности беговой дорожки сухой тканью или полотенцем - особенно панель управления, беговую ленту и другие компоненты беговой дорожки.

## 6. ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

Регулярно выполняйте проверку и затяжку всех винтов, т.к. вследствие вибрации затяжка винтов и гаек может быть ослаблена.

### 1. ОЧИСТКА

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ: перед чисткой или обслуживанием, пожалуйста, убедитесь, что тренажер отключен от электросети.

Правильное и регулярное техническое обслуживание продлит жизнь тренажера.

Периодически удаляйте пыль, обязательно очищайте беговую ленту. Полотно необходимо очищать с использованием влажной ткани и мыльного раствора. Избегайте попадания воды на кожух, а так же чрезмерно влажной очистки остальных компонентов. Занимайтесь только в чистой обуви.

## 2. СМАЗКА

Смазку необходимо выполнять регулярно в зависимости от частоты использования.

Ориентировочный график смазки:

Использование не более 3х часов в неделю	Смазка 1 раз/ 5мес
Использование 4-7 часов в неделю	Смазка 1 раз/2 мес
Использование более 8 часов в неделю	Смазка 1 раз в месяц

Не смазывайте полотно чаще, чем этого требует инструкция.

Способ смазки: включите беговую дорожку и залейте масло в специальное отверстие на крышке двигателя. Смазка равномерно распределится по беговому полотну.



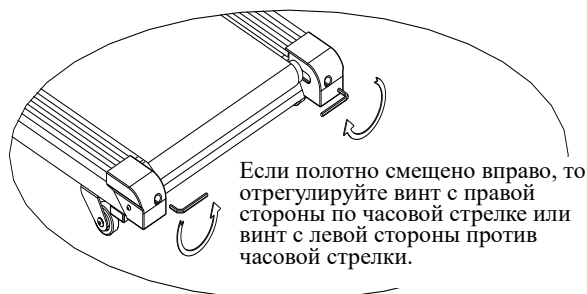
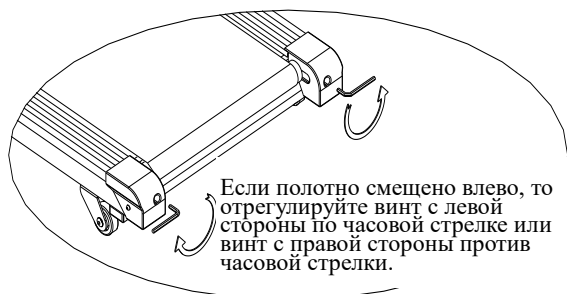
## 3. НАТЯЖЕНИЕ БЕГОВОГО ПОЛОТНА

Данный тренажер был отрегулирован в заводских условиях и полностью готов к эксплуатации. Но по мере использования, в случае проскальзывания полотна на беговой дорожке или его тугого натяжения необходима его корректировка.

Беговое полотно может смещаться в случае:

- Если основная рама размещена не устойчиво,
- Если во время занятий Вы бежите не по центру,
- Если сила удара левой и правой ноги отличается.

Если произошло смещение и после нескольких минут работы натяжение не восстановилось, отрегулируйте полотно с помощью ключа бмм (который поставляется в комплекте) , повернув его на четверть, как показано на рисунке ниже:



Если полотно смещено влево, то отрегулируйте винт с левой стороны по часовой стрелке или винт с правой стороны против часовой стрелки.

Если полотно смещено вправо, то отрегулируйте винт с правой стороны по часовой стрелке или винт с левой стороны против часовой стрелки.

Смещение бегового полотна подлежит регулировки во избежание его повреждения.

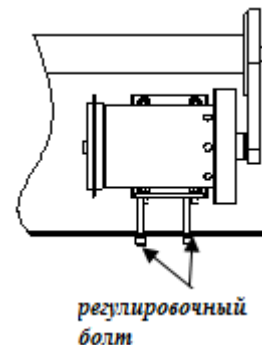
Повреждение бегового полотна при ненадлежащем его обслуживании не является гарантийным случаем.

#### 4. НАТЯЖЕНИЕ РЕМНЯ ДВИГАТЕЛЯ

В случае ослабления натяжения ремня двигателя в процессе эксплуатации необходимо устранить провисания ремня двигателя. Используйте ключ бмм, чтобы повернуть регулировочный болт по часовой стрелке.

Для проведения данной процедуры рекомендуется обращаться в сервисный центр.

*Примечание: шкив и ремень двигателя нуждаются в регулярной очистке.*



## 7. ТИПИЧНЫЕ НЕИСПРАВНОСТИ И СПОСОБЫ ИХ УСТРАНЕНИЯ

E-01	Ненадлежащее подключение контроллера дисплея.	Проверьте все соединения, замените провода в случае неисправности.
E-02	Защита от перегрузки по току	Выключите и вновь включите тренажер; если неисправность не устранена, проверьте двигатель и основную плату на предмет неисправности.
E-03	Защита от перегрузки	Выключите и вновь включите тренажер; если неисправность не устранена, проверьте двигатель и основную плату на предмет неисправности.
E-04	Защита от внезапной перегрузки по току	Убедитесь в отсутствии посторонних предметов в беговом полотне и других элементах; проверьте основную плату
E-05	Взрывозащита	Проверьте величину входного напряжения, убедитесь в исправности платы или проверьте подключение двигателя
E-06	Неисправность двигателя	Проверьте правильность подключения двигателя или замените двигатель
E-07	Ошибка при выборе угла наклона	Проверьте подключение двигателя наклона. Если подключение произведено верно, возможно неисправен двигатель наклона или неисправна основная плата.

## 8. РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ТРЕНИРОВОК

Перед тренировкой на беговой дорожке рекомендуется провести разминку. Разминка является важной частью тренировки, поскольку позволяет подготовить организм к предстоящей нагрузке.

Начните с растяжки. Держите голову прямо, смотрите вперед. Ваши плечи должны быть опущены вниз, назад и расслаблены. Живот и ягодицы втянуты. Всегда делайте растяжку перед началом тренировки, разогревайтесь постепенно, не делайте резких движений.

Для эффективности тренировок, занимайтесь регулярно. Добавляйте к тренировкам ежедневную ходьбу 5 дней в неделю.

Если до приобретения домашнего тренажера Вы не занимались физическими нагрузками, начинайте с

занятий по 5 минут в день, постепенно наращивая темп и время тренировки.

Прежде чем завершить упражнение, постепенно замедлите свой темп до легкой ходьбы, что приведет к постепенному снижению темпа до нормального уровня. Спускайтесь с тренажера только после полной его остановки.



Рис 1. Упражнения для разминки

Использование данного тренажера улучшит вашу физическую форму, поднимет тонус мышц, а правильная диета поможет вам сбросить лишний вес.

**! ЧРЕЗМЕРНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ МОГУТ ПРИВЕСТИ К ТРАВМАМ ИЛИ ДАЖЕ К СМЕРТИ. ПОЖАЛУЙСТА, НЕМЕДЛЕННО ПРЕКРАТИТЕ УПРАЖНЕНИЯ, ЕСЛИ У ВАС КРУЖИТСЯ ГОЛОВА ИЛИ ВЫ ЧУВСТВУЙТЕ СЕБЯ ПЛОХО.**

## 9. РЕКОМЕНДАЦИИ ПО УТИЛИЗАЦИИ



Данное изделие представляет собой оборудование и не подлежит утилизации с бытовыми отходами. Запрещается выбрасывать тренажер и элементы питания (при их наличии) в окружающую среду.

В целях защиты окружающей среды изделие подлежит утилизации по истечении срока службы в соответствии с действующим законодательством территории реализации. Источники питания так же требуют утилизации, для чего необходимо обращаться в специализированные организации, занимающиеся вывозом и утилизацией таких отходов.

Товар сертифицирован.  
Страна изготовления: Китай  
Дата изготовления указана на коробке.

**EAC**



## Гарантийные условия

Уважаемый покупатель! Благодарим Вас за покупку тренажера и надеемся, что он Вам понравится. Перед использованием просим Вас проверить комплектность товара в соответствии с руководством пользователя. В случае если купленный Вами товар будет нуждаться в гарантийном ремонте, просим Вас обратиться в гарантийную мастерскую.

1. Настоящие гарантийные обязательства не противоречат и составлены с учетом положения Закона РФ «О защите прав потребителя».

2. Гарантийный ремонт изделия производится в случае выявления заводского дефекта в течение 18 месяцев после даты продажи через розничную сеть, указанную в кассовом (товарном) чеке и гарантийной карте.

3. Тренажер является технически сложным товаром бытового назначения, который в соответствии с законом «О защите прав потребителя» не подлежит обмену в тех случаях, когда оно имеет надлежащее качество, но не подошло покупателю по форме, габаритам, фасону, расцветки или комплектации.

4. Любые претензии по качеству и комплектности изделия рассматриваются только после проверки изделия в фирменном сервис-центре.

5. Гарантийный ремонт не осуществляется в следующих случаях:

- неправильное оформление гарантийной карты (отсутствие артикула модели, даты продажи, штампа и подписи Продавца, кассового чека);

- нарушение целостности или отсутствие пломб (при наличии в товарном чеке отметки о пломбировании) на изделии;

- наличие механических повреждений (царапин, трещин, сколов, деформации корпуса или элементов конструкции, сорванные шлицы винтов и т.п.);

- наличие внутри изделия посторонних предметов;

- отсутствие элементов конструкции (некомплектность) изделия (крышки, ролики, пружины, клавиши и т.п.);

- проведение ремонта и/или наладки изделия, любыми иными лицами кроме гарантийных мастерских.

- наличие изменений устройства изделий;

- окончание гарантийного срока, установленного дистрибьютором.

6. Гарантия не распространяется на изделия, имеющие дефекты причиненные стихийными бедствиями, авариями, домашними животными, насекомыми, высокой температурой, водой; возникшие в результате неправильной или небрежной эксплуатации, или транспортировки, а также вызванные отклонением параметров питающей электросети от номинала, указанного в паспорте.

7. Гарантия не распространяется на ремни, пластмассовые изделия (части изделия), элементы питания, аккумуляторы, адаптеры, сменные насадки и любые другие части изделия, имеющие естественный ограниченный срок службы.

8. Условия гарантии не предусматривают чистку и профилактику изделий.

9. Гарантия не предусматривает выезд мастера к месту установки изделия с целью его подключения, настройки, ремонта или консультации по вопросам эксплуатации.

10. Замена или возврат изделия осуществляется только при наличии существенных недостатков, и на условиях, которые предусмотрены «Законом о защите прав потребителей».

11. Гарантия не действительна в случае, если изделие, предназначенное для тренировки в домашних условиях (это указано в инструкции), использовалось не по назначению, например, в общественных, коммерческих и иных учреждениях и организациях, тренажерных залах или подвергалось чрезмерным нагрузкам.

Изделия рассчитаны на максимальный вес пользователя до 100 кг (если иное не указано в инструкции по использованию изделия)

12. Гарантия аннулируется при несоблюдении клиентом правил, приведенных в инструкции по сборке эксплуатации и гарантийной карте, прилагаемых к изделию.

С условиями гарантийного обслуживания ознакомлен, претензий по качеству, внешнему виду и комплектности изделия не имею.

ПОКУПАТЕЛЬ: \_\_\_\_\_

Фамилия, Имя, Отчество

Дата « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г. Подпись \_\_\_\_\_