

**SVENSSON**  
BODY LABS

# TRIANGLE

Беговая дорожка



# Руководство пользователя

## **Уважаемый покупатель!**

Поздравляем с удачным приобретением! Вы приобрели современный тренажер, беговую дорожку SVENSSON BODY LABS TRIANGLE, которая, 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 использованию тренажера, внимательно изучите настоящее руководство и сохраните его для дальнейшего использования. В случае возникших дополнительных вопросов обратитесь к продавцу или дилеру, 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 нарушена;
3. При транспортировке тренажер должен быть надежно защищен от дождя, влаги, атмосферных осадков, механических перегрузок.

## **Хранение тренажера**

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

1. Температура: +10-+35C;
2. Влажность: 50-75%.

Если Ваш тренажер хранился при низкой температуре или в условиях высокой влажности (имеет следы конденсации влаги), необходимо перед эксплуатацией выдержать его в нормальных условиях не менее 2-4 часов, и только после этого можно приступить к эксплуатации.

## **Рекомендации по сборке**

Перед сборкой тренажера тщательно изучите ее последовательность и выполнайте 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, неплотно закрепив гайки и болты, и, убедившись, что конструкция собрана правильно, окончательно затяните их.

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

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 0,6 м свободного пространства. Для снижения шума и вибраций рекомендуется использовать и подкладывать под тренажёр 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 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. Необходимо проверять регулировку натяжения и центровку бегового полотна 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.

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

### **Увеличение натяжения:**

- Используйте соответствующий шестигранный ключ для регулировки левого болта натяжения.
- Поверните ключ по часовой стрелке на  $\frac{1}{4}$  оборота, для увеличения натяжения ремня.
- Повторите шаг 1 для правого болта. Необходимо повернуть болт на точно такое же количество оборотов.
- Повторяйте шаги 1 и 2 до установления необходимого уровня натяжения и отсутствие проскальзывания.
- Будьте внимательны, не перетяните полотно, чтобы избежать его повреждения, а также подшипников, валов.

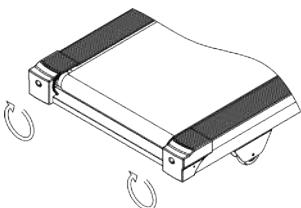
**Для того чтобы уменьшить натяжение бегового полотна, необходимо поворачивать ключ против часовой стрелки согласно шагам, указанным выше.**

### **Центрирование бегового полотна**

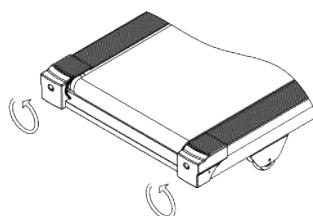
Время от времени необходимо центрировать беговое полотно в связи с тем, что во время тренировки Вы отталкиваетесь с разным усилием на каждую ногу.

1. Включите движение бегового полотна. Нажмите кнопку увеличения скорости для достижения скорости 4 км/ч. Обратите внимание, в какую сторону отклоняется беговое полотно.

- Если оно отклоняется в левую сторону, поверните ключом левый болт по часовой стрелке на  $\frac{1}{4}$  оборота, затем правый болт - против часовой стрелки.
  - Если в правую, то поверните ключом правый болт на  $\frac{1}{4}$  оборота по часовой стрелке, а левый - против.
  - Если беговое полотно все еще не выровнено, повторите действия снова.
2. После того, как беговое полотно двигается по центру, увеличьте скорость до 6 км/ч, чтобы проверить его положение в движении. При необходимости повторите вышеописанные шаги.
3. Если попытки центрировать беговое полотно безрезультатны, вероятно, нужно увеличить натяжение бегового полотна.



Поворот по часовой стрелке  
увеличит натяжение бегового полотна



Поворот против часовой стрелки  
уменьшит натяжение бегового полотна

## **РЕКОМЕНДАЦИИ ПО УХОДУ И ТЕХНИЧЕСКОМУ ОБСЛУЖИВАНИЮ БЕГОВЫХ ДОРОЖЕК**

**\*\*\* (см. ссылку в конце)**

**Регулярное и своевременное техническое обслуживание продлевает срок службы тренажера и сводит Ваши обращения в сервисную службу до минимума. Своевременное проведение технического обслуживания является обязательным условием для сохранения гарантии на тренажер. Для этого мы рекомендуем Вам выполнять следующие профилактические процедуры.**

### **Общие рекомендации по уходу**

Перед любым обслуживанием обязательно отключайте тренажер от электрической сети. К обслуживанию можно приступать примерно через 60 секунд, когда произойдет полное обесточивание внутренних электрических цепей тренажера. Регулярно осматривайте Ваш тренажер на предмет отсутствия посторонних предметов, пыли и грязи в тренажере.

Не применяйте абразивные препараты, агрессивные жидкости для чистки рабочих поверхностей тренажера – ацетон, бензин, уайт-спирит, бензол и

их производные - во избежание повреждения лакокрасочных покрытий и пластиковых деталей. Для ухода рекомендуется применять слегка смоченную нейтральным раствором моющей жидкости ткань с последующей протиркой сухой тканью.

### **Ежедневно (после каждой тренировки)**

Почистите и омоптите беговую дорожку, выполнив следующие действия:

- Выключите тумблер питания беговой дорожки, затем отключите ее от сети;
- Протрите беговое полотно, корпус, кожух двигателя и консоль влажной тряпкой.
- Не используйте растворители, они могут повредить тренажер;
- Осмотрите шнур питания. Если он поврежден, обратитесь к представителям компании-продавца;
- Убедитесь, что шнур не попал под транспортировочные колесики тренажера или в другое место, где он может оказаться защемлен или оборван, и не слишком натянут на максимальном уровне наклона беговой дорожки;
- Проверьте натяжение и центровку бегового полотна. Убедитесь, что оно не повредит другие части тренажера из-за нарушения центровки;
- Убедитесь, что тренажер находится на достаточном расстоянии от стен (не менее 60 см);
- Проверьте наличие и целостность зажима и шнура аварийной остановки дорожки.

### **Еженедельно**

Уборка от пыли и мусора поверхности под беговой дорожкой:

- Выключите тумблер беговой дорожки, затем отключите ее от сети;
- Сложите тренажер, убедившись в надежности его фиксации в вертикальном положении (для складных моделей);
- 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;
- Внимательно осмотрите все пластиковые элементы дорожки (подставки для ног, кожух моторного отсека, корпус дисплея и пр.). Они не должны иметь трещин и сколов;
- Снимите кожух моторного отсека. Дождитесь, пока все огни индикаторов на платах погаснут;
- Пропылесосьте сам двигатель и весь моторный отсек, чтобы удалить накопившийся пух или пыль. Невыполнение этой процедуры может

- привести к короткому замыканию и отказу электрических компонентов;
- Убедитесь, что дека тренажера смазана. При необходимости добавьте силиконовую смазку на ее поверхность, уделяя особое внимание центральной части;
- Пропылесосьте и протрите беговое полотно влажной тряпкой. Удалите с помощью пылесоса черные или белые частички, которые могут скопиться вокруг тренажера. Их появление является результатом нормальной работы беговой дорожки.

### **ЕЖЕКВАРТАЛЬНО – ОЧЕНЬ ВАЖНО!!!**

- Выключите тумблер питания беговой дорожки, затем отключите ее от сети;
- Используя соответствующий шестигранный ключ, ослабьте левый и правый регулировочные болты натяжения так, чтобы иметь возможность приподнять полотно и получить визуальный доступ к беговой деке тренажера;
- Проверьте состояния деки. Поверхность не должна иметь царапин и потертостей;
- Проверьте состояние полотна. Внутренняя поверхность должна быть гладкой, не иметь признаков истощения и отслоения материала, а также порванных и лопнувших участков;
- Протрите сухой чистой тканью всю поверхность деки и внутреннюю поверхность полотна;
- Нанесите 15-20 мл силиконовой смазки на поверхность деки беговой дорожки. Меньшее количество будет недостаточно, а большее – может привести к попаданию смазки на приводной ремень.;
- Проверьте состояние износа приводного ремня основного двигателя и правильности его положения;
- Снимите передний и задний валы и удалите наслаждение пыли и грязи с их поверхностей;
- Убедитесь в отсутствии посторонних шумов во время движения беговой дорожки.

**Дека и беговое полотно** – это детали тренажера, требующие особого внимания.

Важно соблюдать требования эксплуатации во избежание преждевременного износа этих деталей, периодически проверять и проводить центровку и подтягивание бегового полотна, а при необходимости и техническое обслуживание беговой дорожки.

### **Типичные признаки необходимости смазки деки:**

- сильный нагрев бегового полотна, запах нагретой резины
- перегрев электродвигателя, запах дыма, резкий запах пластмассы, нагрев крышки моторного отсека.
- остановка дорожки и отключение электродвигателя во время занятий.

- появление соответствующих сообщений на дисплее консоли
- Обращаем Ваше внимание, что несвоевременная смазка деки 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.
- 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.

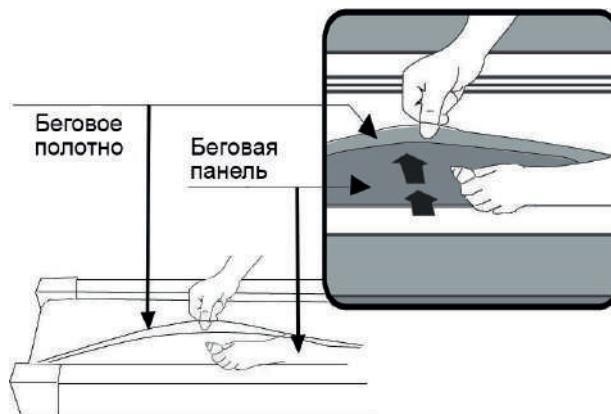
**Для выполнения работ по техническому обслуживанию и ремонту тренажёра рекомендуем обращаться к специалистам сервисного центра**

### **Смазка деки и полотна**

Производитель уже смазал необходимые детали и узлы во время производства беговой дорожки. Тем не менее, необходимо регулярно проверять наличие смазки во избежание поломок.

Мы рекомендуем ежемесячно приподнимать беговое полотно и на ощупь проверять наличие смазки, и, если поверхность сухая, ее необходимо смазать. Вы можете использовать силиконовую смазку, рекомендованную поставщиком (как правило в виде геля).

- Приподнимите беговое полотно с правой и левой стороны поочередно.
- Нанесите на деку смазку от края и как можно ближе к центру бегового полотна (15-20 мл).



- Включите дорожку на минимальной скорости и в течение 5 минут походите, смещая шаг справа налево и в обратном направлении относительно ширины дики так, чтобы смазка как можно равномернее распределилась по всей ее поверхности.

\*\*\*

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.

### **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, чем на 3 м.

**В целях Вашей безопасности рекомендуем соблюдать следующие правила:**

1. Сборку и эксплуатацию тренажера следует осуществлять на твердой, ровной поверхности. Свободное пространство вокруг тренажера должно составлять не менее 0,6 м с каждой стороны;
2. При регулярной эксплуатации проверяйте затяжку резьбовых соединений каждые 1-2 месяца;
3. Не допускайте попадания внутрь тренажера посторонних предметов и жидкостей;
4. 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 уменьшению срока службы тренажера;
5. Для осмотра и устранения возникших дефектов обратитесь в авторизованный сервисный центр или к уполномоченному дилеру, у которого Вы приобрели данный тренажер;
6. Для ремонта необходимо использовать только оригинальные запасные части;
7. Обслуживание тренажера, за исключением процедур, описанных в данном руководстве, должно производиться только сотрудниками сервисного центра;
8. Не допускается какое-либо изменение конструкции или узлов и деталей тренажера – это может привести к серьезным травмам и потере здоровья;
9. Вес пользователя не должен превышать максимально заявленный;
10. Во время занятий используйте соответствующую одежду и обувь. Не надевайте свободную одежду или обувь с кожаными подошвами или каблуками. Если у Вас длинные волосы, соберите их в хвост или пучок на затылке. Для занятий желательно выбирать одежду и обувь из натуральных материалов. Синтетическая одежда и обувь могут приводить к разрядам статического электричества, которое опасно для электронных компонентов тренажера. При возникновении подобных симптомов попробуйте сменить одежду. Помогает также использование антистатика для одежды и антистатического браслета.
11. Не подставляйте руки под движущиеся части тренажера;
12. Не подвергайте себя чрезмерным нагрузкам во время тренировок. Если Вы почувствовали боль или недомогание, немедленно прекратите занятия и обратитесь за консультацией к врачу.

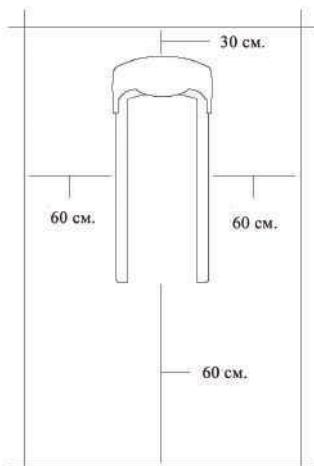
## Настройка оборудования

### 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 (свободное пространство должно быть не менее 60 см по бокам, не менее 30 см перед оборудованием, не менее 60 см позади него).

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.

Не размещайте тренажёр 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. Рекомендуется устанавливать тренажер в комфортном помещении.



## **Условия гарантии и сервисного обслуживания указаны в Гарантийном талоне.**

**Убедитесь, что вы ознакомились с содержанием Гарантийного талона.  
Не выбрасывайте гарантийный талон.**

**FITATHLON**  
ПЕРСОНАЛ. ФИТНЕС-ТЕХНОЛОГИ

**ГАРАНТИЙНЫЙ ТАЛОН**  
(действителен при наличии этого графа)

Модель тренажера **Серийный номер** № **Гарантийного талона**

**ПОИСКАТЕЛЬ**  
О.И.О. напечатано лицом кандидата на лице настоящей компании и должна быть контактного лица!

Сведения о производителе обладателе заявки,  
Фамилия по отчеству, фамилия и отчество не имею.

**ПРИЛОЖЕНИЯ**  
Название компании **Дата продажи**

Адрес и телефон компании **Подпись-печатка**

Ф.И.О. продавца **М.П.**

**СПЕЦИАЛИСТ ПО ПРОДАЖАМ**  
Сборка, установка и подключение оборудования производят **Дата сборки**

Ф.И.О. сборщика **Подпись-сборщика**

**Сведения о произведенных ремонтах**  
1  
2  
3  
4  
5  
6  
7  
8  
9  
10  
11  
12  
13  
14  
15  
16  
17  
18  
19  
20  
21  
22  
23  
24  
25  
26  
27  
28  
29  
30  
31  
32  
33  
34  
35  
36  
37  
38  
39  
40  
41  
42  
43  
44  
45  
46  
47  
48  
49  
50  
51  
52  
53  
54  
55  
56  
57  
58  
59  
60  
61  
62  
63  
64  
65  
66  
67  
68  
69  
70  
71  
72  
73  
74  
75  
76  
77  
78  
79  
80  
81  
82  
83  
84  
85  
86  
87  
88  
89  
90  
91  
92  
93  
94  
95  
96  
97  
98  
99  
100  
101  
102  
103  
104  
105  
106  
107  
108  
109  
110  
111  
112  
113  
114  
115  
116  
117  
118  
119  
120  
121  
122  
123  
124  
125  
126  
127  
128  
129  
130  
131  
132  
133  
134  
135  
136  
137  
138  
139  
140  
141  
142  
143  
144  
145  
146  
147  
148  
149  
150  
151  
152  
153  
154  
155  
156  
157  
158  
159  
160  
161  
162  
163  
164  
165  
166  
167  
168  
169  
170  
171  
172  
173  
174  
175  
176  
177  
178  
179  
180  
181  
182  
183  
184  
185  
186  
187  
188  
189  
190  
191  
192  
193  
194  
195  
196  
197  
198  
199  
200  
201  
202  
203  
204  
205  
206  
207  
208  
209  
210  
211  
212  
213  
214  
215  
216  
217  
218  
219  
220  
221  
222  
223  
224  
225  
226  
227  
228  
229  
230  
231  
232  
233  
234  
235  
236  
237  
238  
239  
240  
241  
242  
243  
244  
245  
246  
247  
248  
249  
250  
251  
252  
253  
254  
255  
256  
257  
258  
259  
260  
261  
262  
263  
264  
265  
266  
267  
268  
269  
270  
271  
272  
273  
274  
275  
276  
277  
278  
279  
280  
281  
282  
283  
284  
285  
286  
287  
288  
289  
290  
291  
292  
293  
294  
295  
296  
297  
298  
299  
300  
301  
302  
303  
304  
305  
306  
307  
308  
309  
310  
311  
312  
313  
314  
315  
316  
317  
318  
319  
320  
321  
322  
323  
324  
325  
326  
327  
328  
329  
330  
331  
332  
333  
334  
335  
336  
337  
338  
339  
340  
341  
342  
343  
344  
345  
346  
347  
348  
349  
350  
351  
352  
353  
354  
355  
356  
357  
358  
359  
360  
361  
362  
363  
364  
365  
366  
367  
368  
369  
370  
371  
372  
373  
374  
375  
376  
377  
378  
379  
380  
381  
382  
383  
384  
385  
386  
387  
388  
389  
390  
391  
392  
393  
394  
395  
396  
397  
398  
399  
400  
401  
402  
403  
404  
405  
406  
407  
408  
409  
410  
411  
412  
413  
414  
415  
416  
417  
418  
419  
420  
421  
422  
423  
424  
425  
426  
427  
428  
429  
430  
431  
432  
433  
434  
435  
436  
437  
438  
439  
440  
441  
442  
443  
444  
445  
446  
447  
448  
449  
450  
451  
452  
453  
454  
455  
456  
457  
458  
459  
460  
461  
462  
463  
464  
465  
466  
467  
468  
469  
470  
471  
472  
473  
474  
475  
476  
477  
478  
479  
480  
481  
482  
483  
484  
485  
486  
487  
488  
489  
490  
491  
492  
493  
494  
495  
496  
497  
498  
499  
500  
501  
502  
503  
504  
505  
506  
507  
508  
509  
510  
511  
512  
513  
514  
515  
516  
517  
518  
519  
520  
521  
522  
523  
524  
525  
526  
527  
528  
529  
530  
531  
532  
533  
534  
535  
536  
537  
538  
539  
540  
541  
542  
543  
544  
545  
546  
547  
548  
549  
550  
551  
552  
553  
554  
555  
556  
557  
558  
559  
559  
560  
561  
562  
563  
564  
565  
566  
567  
568  
569  
569  
570  
571  
572  
573  
574  
575  
576  
577  
578  
579  
579  
580  
581  
582  
583  
584  
585  
586  
587  
588  
589  
589  
590  
591  
592  
593  
594  
595  
596  
597  
598  
599  
599  
600  
601  
602  
603  
604  
605  
606  
607  
608  
609  
609  
610  
611  
612  
613  
614  
615  
616  
617  
618  
619  
619  
620  
621  
622  
623  
624  
625  
626  
627  
628  
629  
629  
630  
631  
632  
633  
634  
635  
636  
637  
638  
639  
639  
640  
641  
642  
643  
644  
645  
646  
647  
648  
649  
649  
650  
651  
652  
653  
654  
655  
656  
657  
658  
659  
659  
660  
661  
662  
663  
664  
665  
666  
667  
668  
669  
669  
670  
671  
672  
673  
674  
675  
675  
676  
677  
678  
679  
679  
680  
681  
682  
683  
684  
685  
686  
687  
688  
689  
689  
690  
691  
692  
693  
694  
695  
696  
697  
698  
699  
699  
700  
701  
702  
703  
704  
705  
706  
707  
708  
709  
709  
710  
711  
712  
713  
714  
715  
716  
717  
717  
718  
719  
719  
720  
721  
722  
723  
724  
725  
726  
727  
728  
729  
729  
730  
731  
732  
733  
734  
735  
736  
737  
738  
739  
739  
740  
741  
742  
743  
744  
745  
746  
747  
748  
749  
749  
750  
751  
752  
753  
754  
755  
756  
757  
758  
759  
759  
760  
761  
762  
763  
764  
765  
766  
767  
768  
769  
769  
770  
771  
772  
773  
774  
775  
776  
777  
778  
779  
779  
780  
781  
782  
783  
784  
785  
786  
787  
788  
789  
789  
790  
791  
792  
793  
794  
795  
796  
797  
798  
799  
799  
800  
801  
802  
803  
804  
805  
806  
807  
808  
809  
809  
810  
811  
812  
813  
814  
815  
816  
817  
818  
819  
819  
820  
821  
822  
823  
824  
825  
826  
827  
828  
829  
829  
830  
831  
832  
833  
834  
835  
836  
837  
838  
839  
839  
840  
841  
842  
843  
844  
845  
846  
847  
848  
849  
849  
850  
851  
852  
853  
854  
855  
856  
857  
858  
859  
859  
860  
861  
862  
863  
864  
865  
866  
867  
868  
869  
869  
870  
871  
872  
873  
874  
875  
876  
877  
878  
879  
879  
880  
881  
882  
883  
884  
885  
886  
887  
888  
889  
889  
890  
891  
892  
893  
894  
895  
896  
897  
898  
899  
899  
900  
901  
902  
903  
904  
905  
906  
907  
908  
909  
909  
910  
911  
912  
913  
914  
915  
916  
917  
917  
918  
919  
919  
920  
921  
922  
923  
924  
925  
926  
927  
928  
929  
929  
930  
931  
932  
933  
934  
935  
936  
937  
938  
939  
939  
940  
941  
942  
943  
944  
945  
946  
947  
948  
949  
949  
950  
951  
952  
953  
954  
955  
956  
957  
958  
959  
959  
960  
961  
962  
963  
964  
965  
966  
967  
968  
969  
969  
970  
971  
972  
973  
974  
975  
976  
977  
978  
979  
979  
980  
981  
982  
983  
984  
985  
986  
987  
988  
989  
989  
990  
991  
992  
993  
994  
995  
996  
997  
998  
998  
999  
999  
1000  
1001  
1002  
1003  
1004  
1005  
1006  
1007  
1008  
1009  
1009  
1010  
1011  
1012  
1013  
1014  
1015  
1016  
1017  
1017  
1018  
1019  
1019  
1020  
1021  
1022  
1023  
1024  
1025  
1026  
1027  
1028  
1029  
1029  
1030  
1031  
1032  
1033  
1034  
1035  
1036  
1037  
1038  
1039  
1039  
1040  
1041  
1042  
1043  
1044  
1045  
1046  
1047  
1048  
1049  
1049  
1050  
1051  
1052  
1053  
1054  
1055  
1056  
1057  
1058  
1059  
1059  
1060  
1061  
1062  
1063  
1064  
1065  
1066  
1067  
1068  
1069  
1069  
1070  
1071  
1072  
1073  
1074  
1075  
1076  
1077  
1078  
1079  
1079  
1080  
1081  
1082  
1083  
1084  
1085  
1086  
1087  
1088  
1089  
1089  
1090  
1091  
1092  
1093  
1094  
1095  
1096  
1097  
1098  
1098  
1099  
1099  
1100  
1101  
1102  
1103  
1104  
1105  
1106  
1107  
1107  
1108  
1109  
1109  
1110  
1111  
1112  
1113  
1114  
1115  
1116  
1117  
1117  
1118  
1119  
1119  
1120  
1121  
1122  
1123  
1124  
1125  
1126  
1127  
1128  
1129  
1129  
1130  
1131  
1132  
1133  
1134  
1135  
1136  
1137  
1138  
1139  
1139  
1140  
1141  
1142  
1143  
1144  
1145  
1146  
1147  
1148  
1149  
1149  
1150  
1151  
1152  
1153  
1154  
1155  
1156  
1157  
1158  
1159  
1159  
1160  
1161  
1162  
1163  
1164  
1165  
1166  
1167  
1168  
1169  
1169  
1170  
1171  
1172  
1173  
1174  
1175  
1176  
1177  
1178  
1179  
1179  
1180  
1181  
1182  
1183  
1184  
1185  
1186  
1187  
1188  
1189  
1189  
1190  
1191  
1192  
1193  
1194  
1195  
1196  
1197  
1198  
1198  
1199  
1199  
1200  
1201  
1202  
1203  
1204  
1205  
1206  
1207  
1208  
1209  
1209  
1210  
1211  
1212  
1213  
1214  
1215  
1216  
1217  
1218  
1219  
1219  
1220  
1221  
1222  
1223  
1224  
1225  
1226  
1227  
1228  
1229  
1229  
1230  
1231  
1232  
1233  
1234  
1235  
1236  
1237  
1238  
1239  
1239  
1240  
1241  
1242  
1243  
1244  
1245  
1246  
1247  
1248  
1249  
1249  
1250  
1251  
1252  
1253  
1254  
1255  
1256  
1257  
1258  
1259  
1259  
1260  
1261  
1262  
1263  
1264  
1265  
1266  
1267  
1268  
1269  
1269  
1270  
1271  
1272  
1273  
1274  
1275  
1276  
1277  
1278  
1279  
1279  
1280  
1281  
1282  
1283  
1284  
1285  
1286  
1287  
1288  
1289  
1289  
1290  
1291  
1292  
1293  
1294  
1295  
1296  
1297  
1298  
1298  
1299  
1299  
1300  
1301  
1302  
1303  
1304  
1305  
1306  
1307  
1307  
1308  
1309  
1309  
1310  
1311  
1312  
1313  
1314  
1315  
1316  
1317  
1318  
1319  
1319  
1320  
1321  
1322  
1323  
1324  
1325  
1326  
1327  
1328  
1329  
1329  
1330  
1331  
1332  
1333  
1334  
1335  
1336  
1337  
1338  
1339  
1339  
1340  
1341  
1342  
1343  
1344  
1345  
1346  
1347  
1348  
1349  
1349  
1350  
1351  
1352  
1353  
1354  
1355  
1356  
1357  
1358  
1359  
1359  
1360  
1361  
1362  
1363  
1364  
1365  
1366  
1367  
1368  
1369  
1369  
1370  
1371  
1372  
1373  
1374  
1375  
1376  
1377  
1378  
1379  
1379  
1380  
1381  
1382  
1383  
1384  
1385  
1386  
1387  
1388  
1389  
1389  
1390  
1391  
1392  
1393  
1394  
1395  
1396  
1397  
1398  
1398  
1399  
1399  
1400  
1401  
1402  
1403  
1404  
1405  
1406  
1407  
1407  
1408  
1409  
1409  
1410  
1411  
1412  
1413  
1414  
1415  
1416  
1417  
1418  
1419  
1419  
1420  
1421  
1422  
1423  
1424  
1425  
1426  
1427  
1428  
1429  
1429  
1430  
1431  
1432  
1433  
1434  
1435  
1436  
1437  
1438  
1439  
1439  
1440  
1441  
1442  
1443  
1444  
1445  
1446  
1447  
1448  
1449  
1449  
1450  
1451  
1452  
1453  
1454  
1455  
1456  
1457  
1458  
1459  
1459  
1460  
1461  
1462  
1463  
1464  
1465  
1466  
1467  
1468  
1469  
1469  
1470  
1471  
1472  
1473  
1474  
1475  
1476  
1477  
1478  
1479  
1479  
1480  
1481  
1482  
1483  
1484  
1485  
1486  
1487  
1488  
1489  
1489  
1490  
1491  
1492  
1493  
1494  
1495  
1496  
1497  
1498  
1498  
1499  
1499  
1500  
1501  
1502  
1503  
1504  
1505  
1506  
1507  
1507  
1508  
1509  
1509  
1510  
1511  
1512  
1513  
1514  
1515  
1516  
1517  
1518  
1519  
1519  
1520  
1521  
1522  
1523  
1524  
1525  
1526  
1527  
1528  
1529  
1529  
1530  
1531  
1532  
1533  
1534  
1535  
1536  
1537  
1538  
1539  
1539  
1540  
1541  
1542  
1543  
1544  
1545  
1546  
1547  
1548  
1549  
1549  
1550  
1551  
1552  
1553  
1554  
1555  
1556  
1557  
1558  
1559  
1559  
1560  
1561  
1562  
1563  
1564  
1565  
1566  
1567  
1568  
1569  
1569  
1570  
1571  
1572  
1573  
1574  
1575  
1576  
1577  
1578  
1579  
1579  
1580  
1581  
1582  
1583  
1584  
1585  
1586  
1587  
1588  
1589  
1589  
1590  
1591  
1592  
1593  
1594  
1595  
1596  
1597  
1598  
1598  
1599  
1599  
1600  
1601  
1602  
1603  
1604  
1605  
1606  
1607  
1607  
1608  
1609  
1609  
1610  
1611  
1612  
1613  
1614  
1615  
1616  
1617  
1618  
1619  
1619  
1620  
1621  
1622  
1623  
1624  
1625  
1626  
1627  
1628  
1629  
1629  
1630  
1631  
1632  
1633  
1634  
1635  
1636  
1637  
1638  
1639  
1639  
1640  
1641  
1642  
1643  
1644  
1645  
1646  
1647  
1648  
1649  
1649  
1650  
1651  
1652  
1653  
1654  
1655  
1656  
1657  
1658  
1659  
1659  
1660  
1661  
1662  
1663  
1664  
1665  
1666  
1667  
1668  
1669  
1669  
1670  
1671  
1672  
1673  
1674  
1675  
1676  
1677  
1678  
1679  
1679  
1680  
1681  
1682  
1683  
1684  
1685  
1686  
1687  
1688  
1689  
1689  
1690  
1691  
1692  
1693  
1694  
1695  
1696  
1697  
1698  
1698  
1699  
1699  
1700  
1701  
1702  
1703  
1704  
1705  
1706  
1707  
1707  
1708  
1709  
1709  
1710  
1711  
1712  
1713  
1714  
1715  
1716  
1717  
1718  
1719  
1719  
1720  
1721  
1722  
1723  
1724  
1725  
1726  
1727  
1728  
1729  
1729  
1730  
1731  
1732  
1733  
1734  
1735  
1736  
1737  
1738  
1739  
1739  
1740  
1741  
1742  
1743  
1744  
1745  
1746  
1747  
1748  
1749  
1749  
1750  
1751  
1752  
1753  
1754  
1755  
1756  
1757  
1758  
1759  
1759  
1760  
1761  
1762  
1763  
1764  
1765  
1766  
1767  
1768  
1769  
1769  
1770  
1771  
1772  
1773  
1774  
1775  
1776  
1777  
1778  
1779  
1779  
1780  
1781  
1782  
1783  
1784  
1785  
1786  
1787  
1788  
1789  
1789  
1790  
1791  
1792  
1793  
1794  
1795  
1796  
1797  
1798  
1798  
1799  
1799  
1800  
1801  
1802  
1803  
1804  
1805  
1806  
1807  
1807  
1808  
1809  
1809  
1810  
1811  
1812  
1813  
1814  
1815  
1816  
1817  
1818  
1819  
1819  
1820  
1821  
1822  
1823  
1824  
1825  
1826  
1827  
1828  
1829  
1829  
1830  
1831  
1832  
1833  
1834  
1835  
1836  
1837  
1838  
1839  
1839  
1840  
1841  
1842  
1843  
1844  
1845  
1846  
1847  
1848  
1849  
1849  
1850  
1851  
1852  
1853  
1854  
1855  
1856  
1857  
1858  
1859  
1859  
1860  
1861  
1862  
1863  
1864  
1865  
1866  
1867  
1868  
1869  
1869  
1870  
1871  
1872  
1873  
1874  
1875  
1876  
1877  
1878  
1879  
1879  
1880  
1881  
1882  
1883  
1884  
1885  
1886  
1887  
1888  
1889  
1889  
1890  
1891  
1892  
1893  
1894  
1895  
1896  
1897  
1898  
1898  
1899  
1899  
1900  
1901  
1902  
1903  
1904  
1905  
1906  
1907  
1907  
1908  
1909  
1909  
1910  
1911  
1912  
1913  
1914  
1915  
1916  
1917  
1918  
1919  
1919  
1920  
1921  
1922  
1923  
1924  
1925  
1926  
1927  
1928  
1929  
1929  
1930  
1931  
1932  
1933  
1934  
1935  
1936  
1937  
1938  
1939  
1939  
1940  
1941  
1942  
1943  
1944  
1945  
1946  
1947  
1948  
1949  
1949  
1950  
1951  
1952  
1953  
1954  
1955  
1956  
1957  
1958  
1959  
1959  
1960  
1961  
1962  
1963  
1964  
1965  
1966  
1967  
1968  
1969  
1969  
1970  
1971  
1972  
1973  
1974  
1975  
1976  
1977  
1978  
1979  
1979  
1980  
1981  
1982  
1983  
1984  
1985  
1986  
1987  
1988  
1989  
1989  
1990  
1991  
1992  
1993  
1994  
1995  
1996  
1997  
1998  
1998  
1999  
1999  
2000  
2001

## **Указания по утилизации**

### **ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ**

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 раздельный 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.

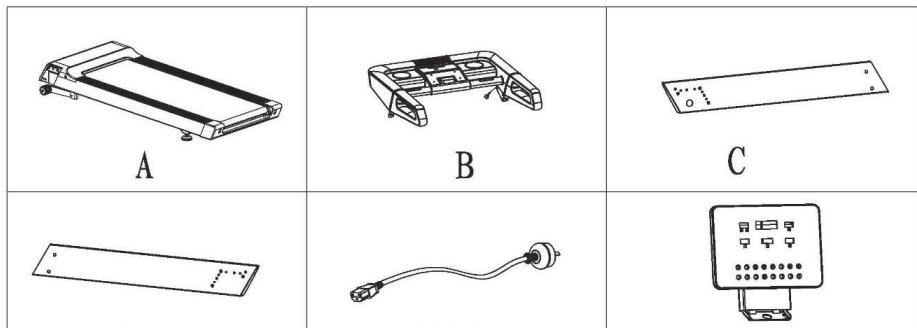
### **НАЗНАЧЕНИЕ ТРЕНАЖЕРА**

**Тренажер предназначен для домашнего использования.**

# Инструкции по сборке и эксплуатации



## Составные части

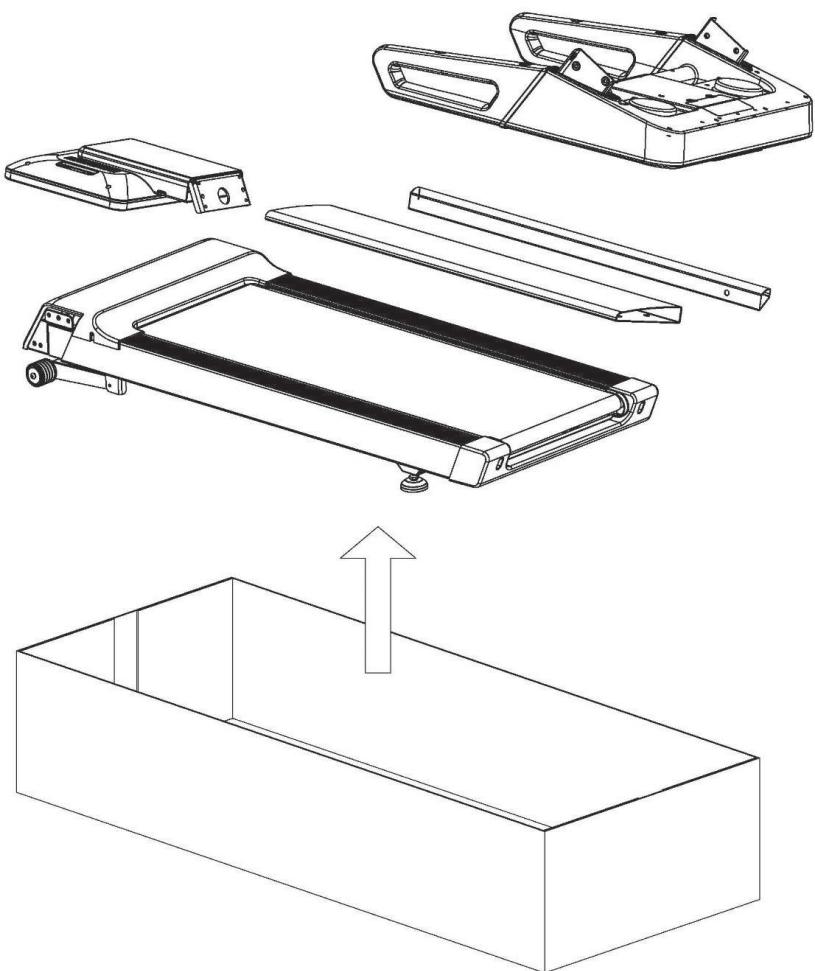


## Список комплектующих частей:

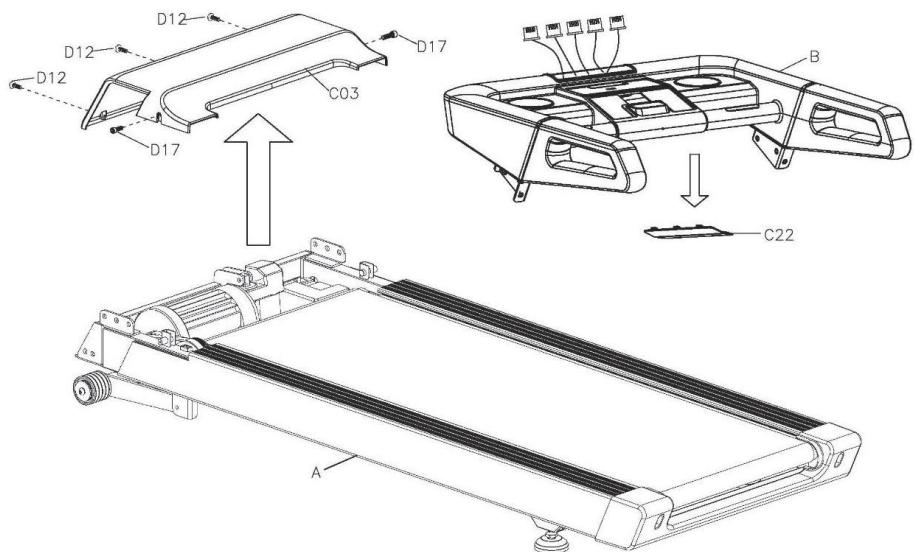
№	Описание	Спецификация	Кол-во
A	Основная рама		1
B	Рама консоли		1
C	Левая вертикальная стойка		1
D	Правая вертикальная стойка		1
E24	Кабель питания		1
E	Консоль		1

## Инструменты и крепеж:


## B-1

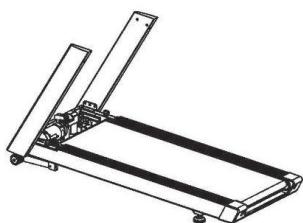
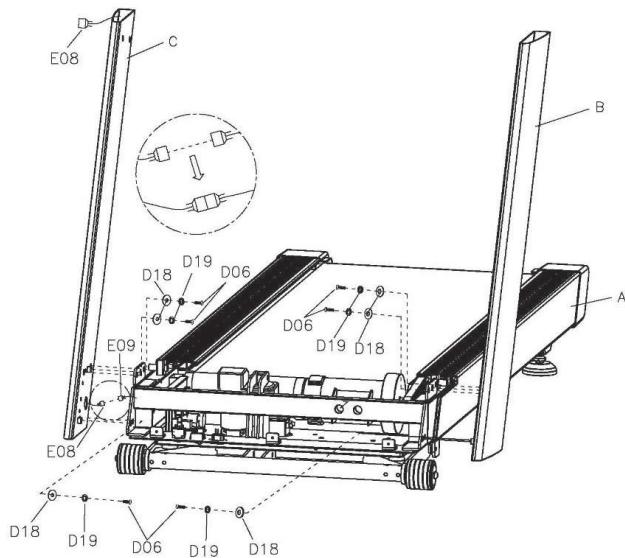


## B-2



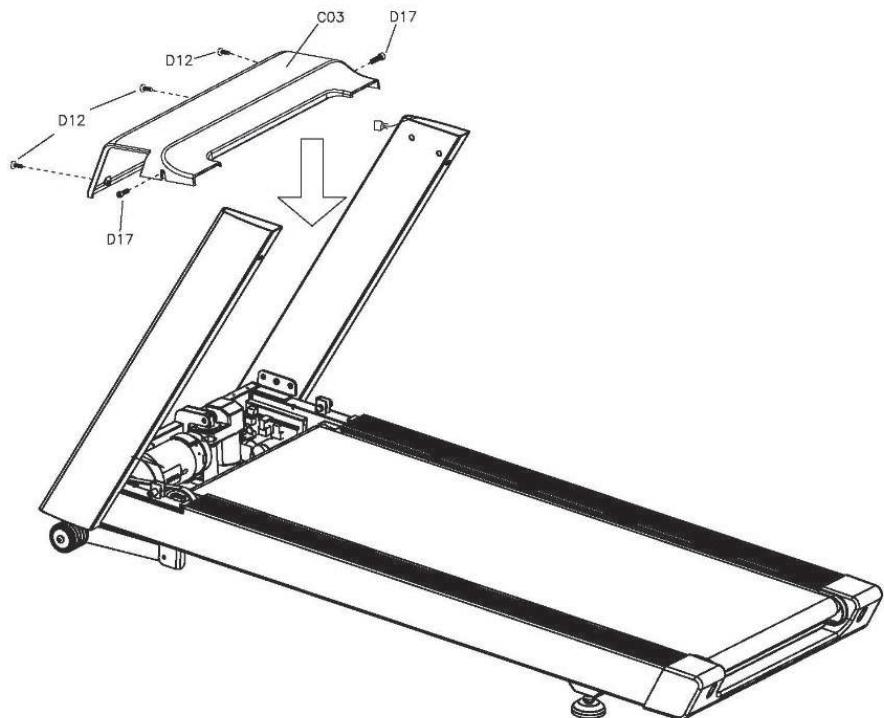
	B06 S=13、14、15 (1X)	B07 5# (1X)

## B-3



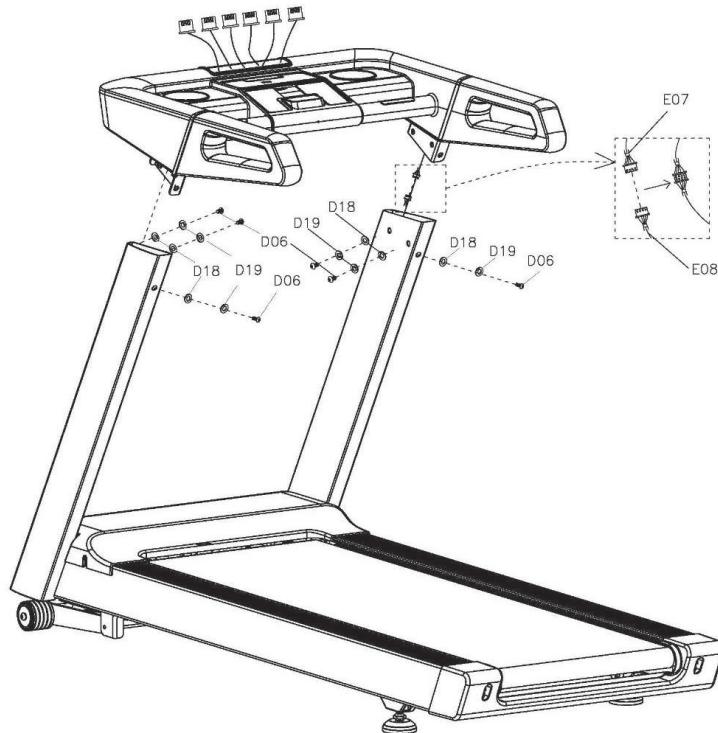
	B11 8# (1x)	D06 M10*20 (6X)
	D18 φ10 (6X)	D19 φ10 (6X)

## B-4



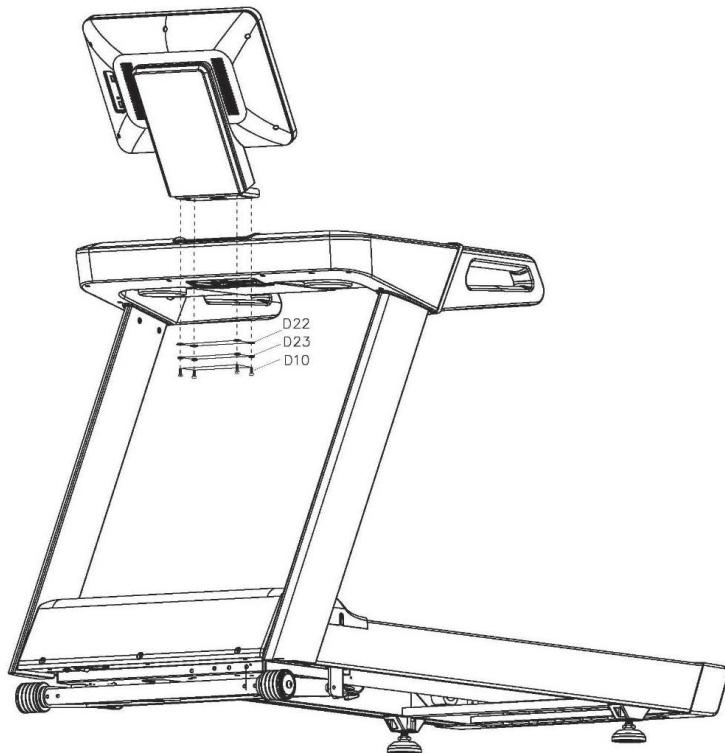
	B10 S=13、14、15 (1X)	B07 5#(1x)
D12 M5*12 (3X)	D17 M6*10 (2X)	

## B-5



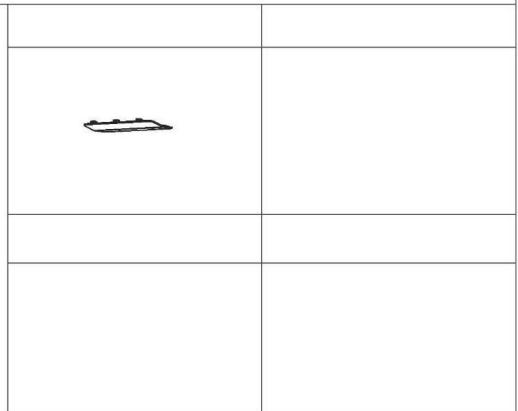
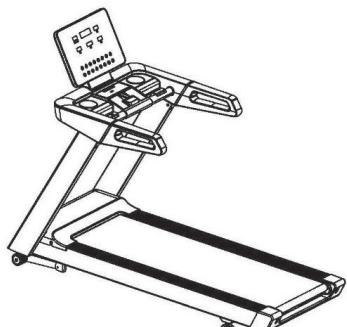
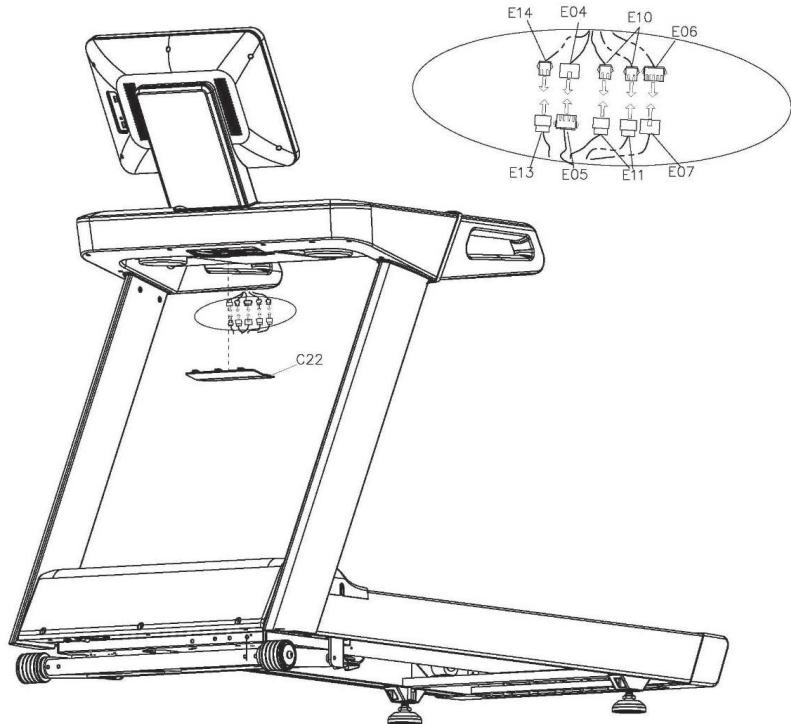
	B11 8# (1x)	D06 M10*15 (6X)
D18 φ10 (6X)		D19 φ10 (6X)

## B-6

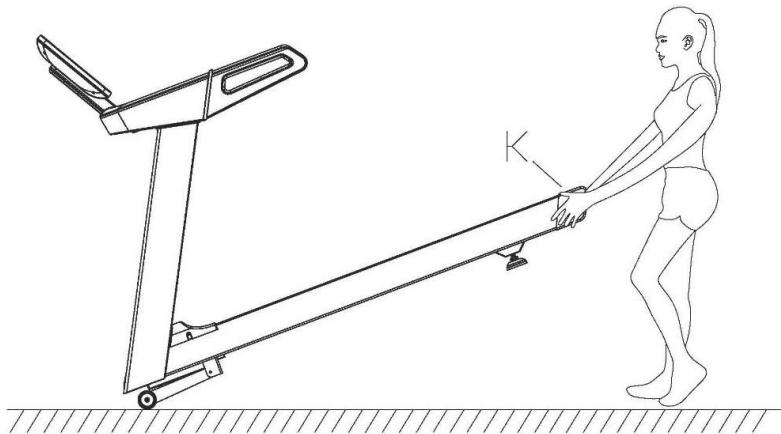
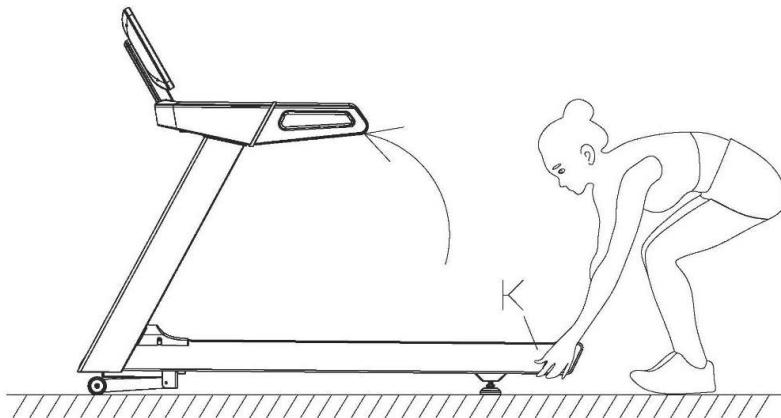


B08 6# (1x)	D10 M8*15 (4X)
D23 φ8 (4X)	D22 φ8 (4X)

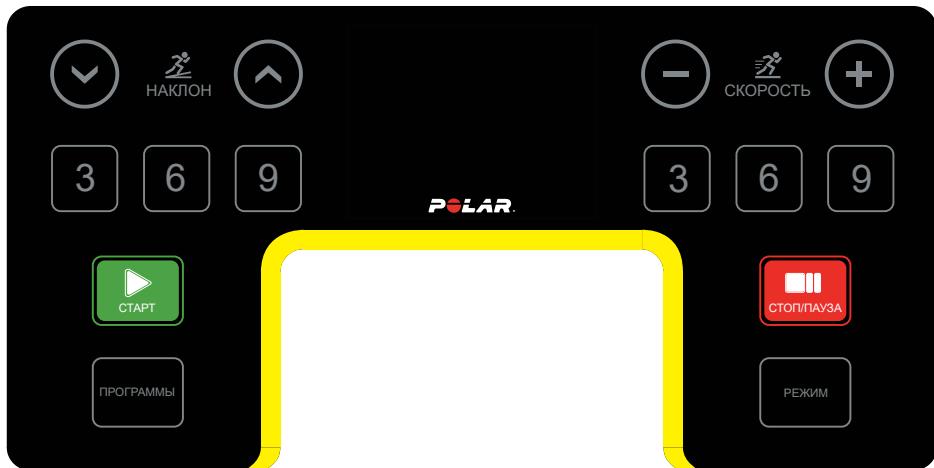
## B-7



# C-1



# РАБОТА С КОНСОЛЬЮ



## ФУНКЦИИ КЛАВИШ

- INCLINE – (НАКЛОН -):** Нажмите клавишу, чтобы уменьшить наклон.
- INCLINE + (НАКЛОН +):** Нажмите клавишу, чтобы увеличить наклон.
- INSTANT INCLINE (МГНОВЕННЫЙ НАКЛОН):** Нажмите **3,6,9**, чтобы быстро выбрать наклон.
- START (СТАРТ):** Нажмите клавишу, чтобы запустить машину.
- PROGRAM (ПРОГРАММА):** Нажмите клавишу, чтобы выбрать одну программу из 24 предустановленных программ, 3 пользовательских программ и **FAT (Жироанализатор)**.
- SPEED- (СКОРОСТЬ-):** Нажмите клавишу, чтобы уменьшить скорость.
- SPEED+ (СКОРОСТЬ +):** Нажмите клавишу, чтобы увеличить скорость.
- INSTANT SPEED (МГНОВЕННАЯ СКОРОСТЬ):** Нажмите **3,6,9**, чтобы быстро выбрать скорость.
- STOP/PAUSE (СТОП/ПАУЗА):** Нажмите клавишу, чтобы остановить полностью или приостановить работу тренажера.
- MODE (РЕЖИМ):** Нажмите клавишу, чтобы выбрать целевое значение времени, расстояния, калорий.

## МЕДИА:

- ВХОД MP3:** Вставьте кабель MP3, чтобы слушать музыку с устройства.
- USB:** Подключите устройство для зарядки.

## **ФУНКЦИИ ДИСПЛЕЯ**

- 1. INCLINE (НАКЛОН):** Отображение текущего наклона. Нажмите **INCLINE+/- (НАКЛОН +/-)**, чтобы отрегулировать наклон беговой дорожки.
- 2. SPEED (СКОРОСТЬ):** Отображение текущей скорости. Нажмите клавишу **SPEED+/- (СКОРОСТЬ +/-)** для регулирования скорости тренажера.
- 3. CALORIES (КАЛОРИИ):** Отображение потраченных калорий.
- 4. TIME (ВРЕМЯ):** Отображение истекшего времени.
- 5. DISTANCE (РАССТОЯНИЕ):** Отображение пройденного расстояния.
- 6. PULSE (ПУЛЬС):** Отображение частоты сердечных сокращений пользователя, данные приведены только для справки и не могут рассматриваться в качестве медицинского свидетельства. Держите обе руки на сенсорных датчиках, затем через 5 секунд консоль покажет значение пульса пользователя.
- 7. MODE (РЕЖИМ):** Нажмите клавишу для ввода параметров **TIME (ВРЕМЯ), DISTANCE (РАССТОЯНИЕ), CALORIES (КАЛОРИИ), 24** предустановленных программ, 3 пользовательских программ и **FAT (Жироанализатор)**.

**7.1** Нажмите клавишу **MODE (РЕЖИМ)**, чтобы ввести настройки **TIME (ВРЕМЕНИ), DISTANCE (РАССТОЯНИЯ), CALORIES (КАЛОРИЙ)**.

- Нажмите **SPEED+/- (СКОРОСТЬ +/-)** или **INCLINE+/- (НАКЛОН +/-)**, чтобы установить целевое значение тренировки.
- Нажмите **START (СТАРТ)**, тогда беговая дорожка запустится через 3 секунды.
- Нажмите **SPEED+/- (СКОРОСТЬ +/-)** для регулирования скорости.
- Нажмите **INCLINE+/- (НАКЛОН +/-)** для регулирования наклона.

**7.2** 24 предустановленных программы: в режиме ожидания нажмите клавишу **MODE (РЕЖИМ)**, чтобы на консоли появилось 24 программы, затем выберите одну из предложенных.

- Нажмите **SPEED+/- (СКОРОСТЬ +/-)** или **INCLINE+/- (НАКЛОН +/-)**, чтобы установить целевое значение тренировки.
- Каждая программа может быть разделена на 10 разделов; беговая дорожка подаст звуковой сигнал 3 раза при запуске нового раздела.
- Нажмите **SPEED+/- (СКОРОСТЬ +/-)** или **INCLINE+/- (НАКЛОН +/-)**, чтобы изменить скорость или наклон во время тренировки.
- Беговая дорожка подаст звуковой сигнал 3 раза и остановится, когда программа будет полностью завершена.

## **Профили программ**

Каждая программа будет разделена на 10 сегментов по времени выполнения тренировки. Каждый сегмент имеет соответствующую скорость и наклон.

Время Программа	Интервалы времени = установленное время/10										
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
P1	Скорость	2	4	3	4	3	5	4	2	5	3
	Наклон	1	2	3	3	1	2	2	3	2	2
P2	Скорость	2	6	7	8	3	6	8	7	5	2
	Наклон	1	2	3	3	2	2	3	4	2	2
P3	Скорость	3	8	3	8	5	9	5	9	12	6
	Наклон	1	3	5	7	9	10	8	6	5	2
P4	Скорость	8	10	11	12	12	11	10	10	9	8
	Наклон	1	2	2	3	1	2	2	2	2	1
P5	Скорость	6	10	12	9	11	8	12	7	9	3
	Наклон	1	2	4	3	2	2	4	5	2	1
P6	Скорость	2	8	6	10	10	9	11	8	5	3
	Наклон	2	2	3	2	3	4	5	6	5	3
P7	Скорость	2	6	7	9	7	9	6	5	4	2
	Наклон	4	5	6	6	9	9	10	12	6	3
P8	Скорость	2	4	6	8	7	8	9	6	4	2
	Наклон	3	5	4	4	3	4	4	3	3	2
P9	Скорость	2	4	5	7	6	5	8	6	3	2
	Наклон	3	5	3	4	2	3	4	2	3	2
P10	Скорость	2	3	5	3	3	5	3	6	3	3
	Наклон	4	4	3	6	7	8	8	6	3	3
P11	Скорость	2	5	8	10	6	9	5	3	2	2
	Наклон	1	3	5	8	10	7	6	3	2	3
P12	Скорость	2	5	5	4	4	6	4	2	3	4
	Наклон	3	5	6	7	12	9	11	11	6	3
P13	Скорость	2	7	4	7	8	9	4	5	3	2
	Наклон	5	6	6	4	6	5	8	9	4	2
P14	Скорость	2	6	5	4	8	6	5	2	3	3
	Наклон	5	6	5	8	4	5	5	10	6	3
P15	Скорость	2	6	5	4	8	7	5	3	3	2
	Наклон	3	4	5	6	3	5	5	6	4	3

P16	Скорость	2	5	7	5	8	6	5	2	4	2
	Наклон	1	5	6	8	12	9	10	9	5	3
P17	Скорость	2	5	6	7	8	9	8	5	3	4
	Наклон	3	5	6	8	6	5	8	7	5	3
P18	Скорость	2	3	5	6	8	6	9	6	5	2
	Наклон	5	7	5	8	6	5	9	10	6	2
P19	Скорость	3	7	6	5	9	7	6	3	5	2
	Наклон	3	5	6	8	5	6	5	12	8	3
P20	Скорость	3	7	9	10	11	12	10	8	5	2
	Наклон	2	5	6	7	6	5	8	6	3	2
P21	Скорость	3	6	8	7	9	10	5	8	3	2
	Наклон	3	6	8	9	9	6	8	10	6	3
P22	Скорость	3	5	8	6	9	10	8	12	6	3
	Наклон	2	6	8	10	12	10	12	8	5	2
P23	Скорость	3	5	9	11	12	8	6	5	3	2
	Наклон	2	6	8	10	9	7	8	10	6	3
P24	Скорость	3	8	10	11	12	10	10	8	5	3
	Наклон	3	6	8	9	10	12	9	6	3	2

**7.3** 3 пользовательских программы: В режиме ожидания нажмите клавишу **MODE (РЕЖИМ)**, консоль покажет 3 пользовательские программы, выберите одну из 3 программ.

#### 1. Настройка пользовательской программы:

В режиме ожидания нажмите клавишу **PROGRAM (ПРОГРАММА)** и удерживайте, пока **U1, U2, U3** и окно **TIME (ВРЕМЯ)** не загорятся, показывая время **15:00**. Нажмите **SPEED+/- (СКОРОСТЬ +/ -)** или **INCLINE+/- (НАКЛОН +/ -)**, чтобы установить время выполнения программы тренировки. Нажмите **MODE (РЕЖИМ)** для установки данных программы, установите время первого интервала, нажмите **SPEED+/- (СКОРОСТЬ +/ -)** или клавишу быстрого доступа **INSTANT SPEED (МГНОВЕННАЯ СКОРОСТЬ)** для установки скорости. Нажмите **INCLINE+/- (НАКЛОН +/ -)** или клавишу быстрого доступа **INSTANT INCLINE (МГНОВЕННЫЙ НАКЛОН)** для установки наклона. Затем нажмите клавишу **MODE (РЕЖИМ)** для завершения настройки времени первого интервала и перейдите к настройке второго интервала. Таким образом нужно установить время во всех 10 интервалах. Данные будут сохранены до следующей настройки, данные не будут потеряны при выключении питания.

2. Запуск пользовательской программы:

Когда беговая дорожка в режиме ожидания, нажмите клавишу **PROGRAM (ПРОГРАММА)** непрерывно до **U1, U2, U3**. Установите время тренировки, затем нажмите **START (СТАРТ)**, чтобы запустить беговую дорожку.

3. Инструкция по пользовательской программе:

Каждая программа разделена на 10 временных сегментов. Установите скорость и наклон в каждом интервале времени, затем нажмите **START (СТАРТ)**, чтобы запустить беговую дорожку.

**7.4** Установка программы жироанализатора: в режиме ожидания нажмите клавишу **MODE (РЕЖИМ)**, чтобы на консоли появилось **FAT (Жироанализатор)**.

- Нажмите клавишу **MODE (РЕЖИМ)**, чтобы ввести информацию.
- Нажмайте **SPEED+/- (СКОРОСТЬ +/-)** или, чтобы установить значение от **F1** до **F4 (ПОЛ F1, ВОЗРАСТ F-2, РОСТ F-3, ВЕС F-4)**.
- Нажмите клавишу **MODE (РЕЖИМ)**, чтобы ввести **F-5 (F—5 ЖИРОАНАЛИЗАТОР)**, держите обе руки на сенсорных датчиках, консоль отобразит процент жира в организме через 3 секунды.
- Процент жира в организме устанавливается в качестве ориентира и не отражает достоверные медицинские данные.

F-1	Пол	01 Мужчина	02 Женщина
F-2	Возраст	10-99	
F-3	Рост	100-200см	
F-4	Вес	20-150кг	
F-5	FAT	$\leq 19$	Недостаточный вес
	FAT	$= (20---25)$	Нормальный вес
	FAT	$= (26---29)$	Избыточный вес
	FAT	$\geq 30$	Ожирение

## **HRC (Пульсозависимая программа)**

1. Нажмайте клавишу **PROG (ПРОГРАММА)** в режиме ожидания до тех пор, пока в окне расстояния не отобразится «**HP1**» или «**HP2**». Максимальная скорость HP1: 10,0 км/ч, максимальная скорость HP2: 12,0 км/ч.

**Внимание:** Если нажать клавишу **START (СТАРТ)** непосредственно в интерфейсе **HRC**, система автоматически предложит один параметр (возраст: 30 лет, целевое значение пульса: 114, максимальная скорость по умолчанию: 10,0 км/ч) для использования.
2. Если нажать клавишу **MODE (РЕЖИМ)** для ввода настройки возраста, в окне отобразится возраст по умолчанию 30 лет. Можно выбрать подходящий возраст, нажав клавиши **SPEED+/- (СКОРОСТЬ +/-)**. Диапазон регулировки возраста составляет 15-80 лет (подробности см. в таблице **HRC**).
3. После настройки возраста, нажмите клавишу **MODE (РЕЖИМ)**, и система автоматически предложит подходящий параметр пульса для использования в соответствии с выбранным возрастом. Можно выбрать целевое значение пульса в соответствии с физическим состоянием, нажав клавиши **SPEED+/- (СКОРОСТЬ +/-)**. Диапазон выбора составляет 84-195 (подробности см. в таблице **HRC**).
4. После настройки возраста и целевого пульса, нажмите клавишу **MODE (РЕЖИМ)**, чтобы войти в интерфейс настройки времени. В окне **TIME (ВРЕМЯ)** отобразится заданное время 10:00. Можно настроить время выполнения, нажав клавиши **SPEED+/- (СКОРОСТЬ +/-)**. Диапазон регулировки времени составляет 10:00-99:00.
5. Нажмите клавишу **MODE (РЕЖИМ)** еще раз, чтобы войти в интерфейс **START (СТАРТ) & STANDBY (РЕЖИМ ОЖИДАНИЯ)**, или непосредственно нажмите клавишу **START (СТАРТ)** для запуска беговой дорожки.
6. Когда программа **HRC** запустится, можно нажать клавиши **SPEED+/- (СКОРОСТЬ +/-)** для регулировки скорости, но система все равно автоматически отрегулирует скорость так, чтобы пульс был близок к заданному целевому значению.
7. Первая минута после начала тренировки является разминкой, система не будет автоматически регулировать скорость, но ее можно регулировать вручную. Через 1 минуту система автоматически ускорится на 0,5 км / ч в соответствии с текущим пульсом. Когда «**HP1**» добавляется к 10 км / ч или «**HP2**» добавляется к 12 км / ч, скорость будет оставаться неизменной до тех пор, пока пульс не достигнет целевого значения.

**Внимание:** Программа **HRC** (Пульсозависимая программа) подразумевает

использование нагрудного ремня для точного определения пульса. Нагрудный ремень должен быть плотно прикреплен к груди и коже.

**L-H:** Диапазон от минимальной до максимальной частоты сердечных сокращений

ПАРАМЕТРЫ ЧАСТОТЫ СЕРДЕЧНЫХ СОКРАЩЕНИЙ (ТОЛЬКО ДЛЯ СПРАВКИ)											
Возраст	ударов в минуту			Возраст	ударов в минуту			Возраст	ударов в минуту		
	H	Нижняя граница	L		H	Нижняя граница	L		H	Нижняя граница	L
15	195	123	123	35	176	111	111	58	154	97	97
16	194	122	122	36	175	110	110	59	153	97	97
17	193	122	122	37	174	110	110	60	152	96	96
18	192	121	121	38	173	109	109	61	151	95	95
19	191	121	121	39	172	109	109	62	150	95	95
20	190	120	120	40	171	108	108	63	149	94	94
21	189	119	119	41	170	107	107	64	148	94	94
22	188	119	119	42	169	107	107	65	147	93	93
23	187	118	118	43	168	106	106	66	146	92	92
24	186	118	118	44	167	106	106	67	145	92	92
25	185	117	117	45	166	105	105	68	144	91	91
26	184	116	116	46	165	104	104	69	143	91	91
27	183	116	116	47	164	103	103	70	143	90	90
28	182	115	115	48	163	103	103	71	142	90	89
29	181	115	115	49	162	103	103	72	141	90	89
30	181	114	114	50	162	102	102	73	140	90	88
31	180	113	113	51	161	101	101	74	139	90	88
32	179	113	113	52	160	101	101	75	138	90	87
33	178	112	112	53	159	100	100	76	137	90	86
34	177	112	112	54	158	100	100	77	136	90	86
				55	157	99	99	78	135	90	85
				56	156	98	98	79	134	90	85
				57	155	98	98	80	133	90	84

## **ФУНКЦИЯ НАПОМИНАНИЯ О СМАЗКЕ ДЕКИ**

Данный тренажер имеет функцию напоминания о необходимости смазки. После каждого пробега в 300 км (188 миль) беговую дорожку необходимо смазывать силиконовой смазкой. Система будет напоминать звуковым сигналом каждые 10 секунд, а в окне появится надпись OIL (СМАЗКА). Сначала прочтайте руководство пользователя и нанесите масло на деку от края и как можно ближе к центру бегового полотна. После завершения смазывания удерживайте клавишу STOP (СТОП) в течение 3 секунд, и предупреждающий звуковой сигнал системы исчезнет.

## **КЛЮЧ БЕЗОПАСНОСТИ:**

В любом режиме если снять ключ безопасности, тренажер остановится. В окне появится надпись "--->" со звуковым сигналом. Тренажер не сможет работать до тех пор, пока ключ безопасности не будет вставлен обратно.

## **ФУНКЦИЯ ЭНЕРГОСБЕРЕЖЕНИЯ:**

Тренажер оснащен функцией энергосбережения. В режиме ожидания если не использовать беговую дорожку, режим энергосбережения будет доступен через 10 минут, а дисплей выключится. Можно нажать любую клавишу, чтобы включить дисплей.

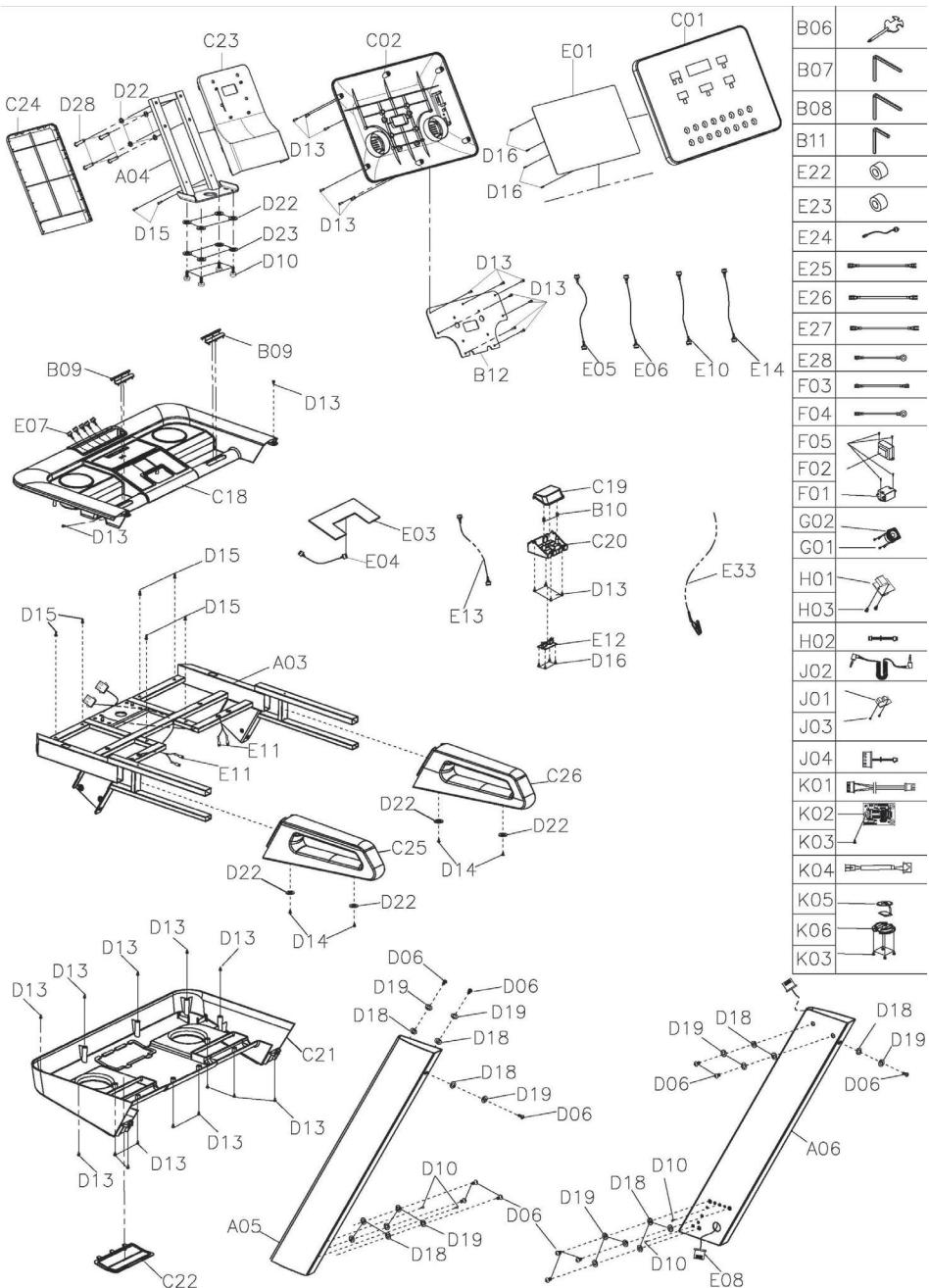
## **ВКЛЮЧЕНИЕ ( ) И ВЫКЛЮЧЕНИЕ ( ):**

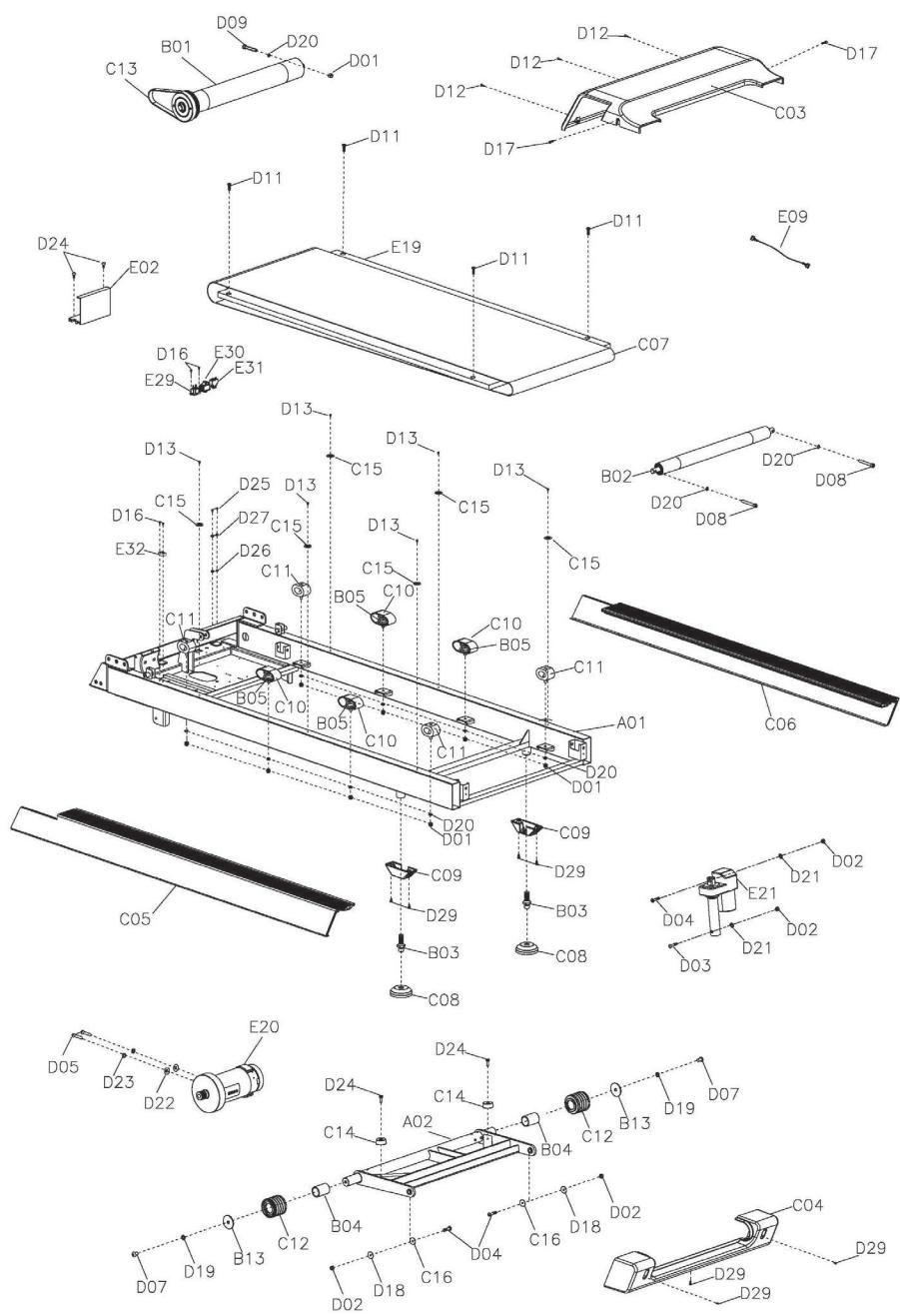
Можно отключить питание, чтобы остановить беговую дорожку.

## **ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ:**

1. Рекомендуется установить медленную скорость в начале тренировки и держаться за поручни до полного освоения использования тренажера.
2. Прикрепите магнитный конец пульсового датчика к консоли, а зажим пульсового датчика прикрепите к своей одежде.
3. Чтобы безопасно завершить тренировку, нажмите клавишу STOP (СТОП) или вытащите ключ безопасности, после чего беговая дорожка немедленно остановится.

## **Схема тренажера в разобранном виде:**





## Список комплектующих частей:

№	Название	Спецификация	Количе-ство
A01	Основная рама		1
A02	Кронштейн механизма наклона		1
A03	Кронштейн основания консоли		1
A04	Соединительный кронштейн панели		1
A05	Левая вертикальная стойка		1
A06	Правая вертикальная стойка		1
B01	Передний ролик		1
B02	Задний ролик		1
B03	Шарнир		2
B04	Втулка		2
B05	Пружина 1		4
B06	Гаечный ключ с отверткой	S=13,14,15	1
B07	5# Гаечный ключ	5мм	1
B08	6# Гаечный ключ	6мм	1
B09	Сенсорный датчик пульса		4
B10	Пружина		2
B11	8# Гаечный ключ	8мм	1
B12	Крепежная пластина консоли		1
B13	Прокладка		2
C01	Верхний кожух панели		1
C02	Нижняя крышка панели		1
C03	Верхний кожух мотора		1
C04	Торцевая крышка		1
C05	Левая направляющая		1
C06	Правая направляющая		1
C07	Беговое полотно		1
C08	Накладки		2
C09	Кожух		2
C10	Подушка		4
C11	Подушка		4
C12	Колесо		2
C13	Ремень		1
C14	Опора для ног		2
C15	Прокладка направляющей		6
C16	Прокладка		2
C18	Верхний кожух консоли		1

C19	Аварийная кнопка		1
C20	Держатель бутылки		1
C21	Нижний кожух консоли		1
C22	Винт кожуха консоли		1
C23	Верхний кожух опоры консоли		1
C24	Нижняя кожух опоры консоли		1
C25	Левый поручень		1
C26	Правый поручень		1
D01	Гайка	M8	9
D02	Гайка	M10	4
D03	Болт	M10*65	1
D04	Болт	M10*45	3
D05	Болт	M8*15	2
D06	Болт	M10*20	12
D07	Болт	M10*20	2
D08	Болт	M8*65	2
D09	Болт	M8*60	1
D10	Болт	M8*15	8
D11	Болт	M8*25	4
D12	Болт	M5*12	3
D13	Винт	ST4.2*12	39
D14	Винт	ST4.2*12	4
D15	Винт	ST4.2*25	8
D16	Винт	ST2.9*8	12
D17	Болт	M6*10	2
D18	Плоская шайба	10	14
D19	Пружинная шайба	10	14
D20	Стопорная шайба	8	11
D21	Стопорная шайба	10	2
D22	Плоская шайба	8	14
D23	Пружинная шайба	8	6
D24	Болт	M5*16	4
D25	Болт	M5*12	2
D26	Пружинная шайба	5/65Mn	2
D27	Стопорная шайба	5	2
D28	Болт	M8*40	4
D29	Винт	ST4.2*20	7
E01	Консоль		1
E02	Панель управления		1

E03	Клавиши		1
E04	Верхний сигнальный кабель сенсорного датчика		1
E05	Нижний сигнальный кабель сенсорного датчика		1
E06	Верхний сигнальный кабель консоли		1
E07	Средний сигнальный кабель консоли 1		1
E08	Средний сигнальный кабель консоли 2		1
E09	Нижний сигнальный кабель консоли		1
E10	Верхний сигнальный кабель датчиков пульса		1
E11	Нижний сигнальный кабель датчиков пульса		2
E12	Микропереключатель		1
E13	Верхний сигнальный кабель переключателя		1
E14	Нижний сигнальный кабель переключателя		1
E19	Дека		1
E20	Двигатель постоянного тока		1
E21	Механизм наклона		1
E22	Магнитное кольцо		1
E23	Магнитный шнур		1
E24	Кабель питания		1
E25	Одиночный кабель переменного тока	200 голубой	1
E26	Одиночный кабель переменного тока	350 голубой	2
E27	Одиночный кабель переменного тока	350 коричневый	2
E28	Кабель заземления	350	2
E29	Разъем питания		1
E30	Переключатель		1
E31	Защита от перегрузки		1
E32	Сенсорный датчик скорости		1
E33	Клемма ключа безопасности		1

## **Список дополнительных частей:**

<b>№</b>	<b>Название</b>	<b>Спецификация</b>	<b>Количе-ство</b>
F01	Фильтр		1
F02	Индуктор		1
F03	Одиночный кабель переменного тока (Д=350)		1
F04	Кабель заземления (Д=350)		1
F05	Винт	ST4.2*12	5
G01	Динамик		2
G02	Винт	ST2.9*8	8
H01	USB плата		1
H02	USB кабель		1
H03	Винт	ST2.9*8	2
J01	MP3 плата		1
J02	MP3 кабель		1
J03	Винт	ST2.9*8	2
J04	Кабель для передачи данных MP3		1
K01	Кабель платы адаптера беспроводной зарядки		1
K02	Кабель адаптера беспроводной зарядки		1
K03	Винт	ST2.9*8	5
K04	Кабель платы беспроводной зарядки		1
K05	Плата беспроводной зарядки		1
K06	Беспроводная зарядная база		1
K07	Болт	M4*12	2
K08	Блок питания преобразователя		1
K09	Болт	M4.2*12	2
K10	Крепежная плата блока питания		1
K11	Кабель блока питания		1

## Сообщения об ошибках и варианты их устранения

Проблема	Причина	Возможное решение
Беговая дорожка не работает	Нет питания.	Включите в розетку.
	Ключ безопасности не вставлен.	Вставьте ключ безопасности.
Беговое полотно не центрировано	Неправильное натяжение бегового полотна с левой или правой стороны деки.	Затяните регулировочные болты с левой и правой стороны.
Консоль не работает	Неправильно подсоединенны кабели от компьютера и нижней панели управления.	Проверьте подключение кабелей компьютера и панели управления.
	Трансформатор поврежден.	Если трансформатор поврежден, обратитесь в службу поддержки.
E01 или E13: Сообщение об ошибке	Неправильно подсоединенны кабели от компьютера и нижней панели управления.	Проверьте подключение кабелей компьютера и панели управления. Если кабель был проколот или поврежден, необходимо будет заменить его. Если проблема не устранена, возможно, потребуется заменить панель управления.
E02: Защита от скачков напряжения	Напряжение ниже 50% от требуемого напряжения.	Убедитесь, что источник питания имеет правильное напряжение. Проверьте панель управления, замените при повреждении. Проверьте двигатель, замените при повреждении.
E03: Отсутствует сигнал датчика скорости.	Сигнал датчика скорости не отображается на панели управления.	Проверьте, хорошо ли подключен кабель датчика скорости, если соединение ослаблено, подключите заново. Проверьте, не поврежден ли датчик скорости, при необходимости замените его. Проверьте панель управления, замените ее при повреждении.

E04: Мотор подъема не работает	Мотор подъема поврежден. Кабель мотора подсоединен неправильно или поврежден.	Подсоедините или замените кабель мотора подъема. Замените мотор подъема на новый.
E05: Защита от перегрузки (система самозащиты)	Напряжение слишком низкое или слишком высокое. Панель управления повреждена.	Перезапустите беговую дорожку. Проверьте напряжение.
	Определенная часть беговой дорожки застряла, и поэтому двигатель не может работать должным образом.	Проверьте движущиеся части беговой дорожки, чтобы убедиться, что все работает правильно. Проверьте двигатель, прислушайтесь к шуму и проверьте, нет ли запаха гари. При необходимости замените двигатель. Проверьте панель управления, замените, если она повреждена. Смажьте беговую дорожку.
E06: Неисправность двигателя	Кабель двигателя не подсоединен или двигатель поврежден.	Проверьте кабели двигателя, чтобы убедиться, что двигатель подключен. Если кабель был проколот или поврежден, необходимо будет заменить его. Если проблема не устранена, возможно, потребуется заменить двигатель.
E08: Неисправность панели управления	Панель управления не подсоединенна.	Проверьте верхний и средний кабели чтобы убедиться, что панель управления подключена. Если кабель был проколот или поврежден, необходимо будет заменить его. Если проблема не устранена, возможно, потребуется заменить панель управления.

E10: Неисправность мотора	Двигатель поврежден или движущаяся часть беговой дорожки застряла, и поэтому двигатель не может работать должным образом.	Проверьте движущиеся части беговой дорожки, чтобы убедиться, что все работает правильно. При необходимости замените двигатель. Смажьте беговую дорожку.
---------------------------	---	---

## Технические характеристики

Назначение	домашнее
Тип	электрическая
Рама	усиленная рама профессионального уровня
Скорость	0,8-20 км/ч, шаг 0,1 км/ч
Двигатель	4,0 л.с. Mitsubishi (постоянный ток)
Пиковая мощность двигателя	6,0 л.с.
Беговое полотно	ортопедическое профессиональное, толщина 1,6 мм
Размер бегового полотна	150*52 см
Регулировка угла наклона	электрическая
Наклон бегового полотна	0-15% (18 уровней)
Толщина и материал деки	MDF, толщина 18 мм
Система амортизации	Многоуровневая система амортизации ortho-Deck Masters™
Измерение пульса	сенсорные датчики на поручнях, встроенный беспроводной кардиоприемник Polar™ (рекомендован нагрудный передатчик пульса Polar T34™ / нагрудный кардиодатчик приобретается отдельно)
Консоль	многофункциональный LED дисплей с белой подсветкой
Показания консоли	время, скорость, наклон, дистанция, калории, пульс, шаги
Кол-во программ	35
Спецификации программ	быстрый старт, целевые программы обратного отсчета по времени, дистанции, расходу калорий, 16 предустановленных программ, 10 пользовательских программ, 2 пульсозависимые программы, жироанализатор
Статистика тренировок	нет
Специальные программные возможности	Bluetooth FTMS для подключения к популярным коучинговым мобильным приложениям для смартфонов Fitshow™ ( <a href="http://www.fit-show.ru">www.fit-show.ru</a> ), Kinomap™, Swift™ и др., встроенный беспроводной кардиоприемник Polar™
Мультимедиа	аудиовход и встроенные колонки для воспроизведения аудиофайлов со смартфона/MP3

Интеграция	AUX интерфейс выводит музыку на встроенную аудиосистему, USB разъем для подзарядки смартфона
Интернет	нет
Язык(и) интерфейса	русский и английский
Вентилятор	нет
Подставка под планшет	есть
Зарядка мобильного устройства	есть
Транспортировочные ролики	есть
Компенсаторы неровностей пола	есть
Складывание	нет
Дополнительно	<p>Русифицированные клавиши и надписи на консоли для удобства управления тренировкой;</p> <p>Быстрые клавиши прямого выбора скорости и наклона на консоли;</p> <p>Ключ безопасности с клипсой;</p> <p>Эргономичные поручни с датчиками пульса покрывают большую часть беговой зоны для безопасной тренировки;</p> <p>Большие отсеки для бутылки и аксессуаров на консоли;</p> <p>Боковые направляющие с нескользящей поверхностью;</p> <p>Плоский кожух моторного отсека из ударопрочного пластика (без выпуклостей) не создает помех ногам пользователя во время тренировки;</p> <p>Контроль смазки бегового полотна (система напомнит вам о необходимости смазки после определенного пробега);</p>
Размер в рабочем состоянии (Д*Ш*В)	193,5*83*149 см
Размер в упаковке (Д*Ш*В)	210*91,5*46 см
Вес нетто	107 кг
Вес брутто	126,5 кг
Макс. вес пользователя	150 кг
Питание	сеть 220 Вольт
Энергосбережение	есть
Гарантия	3 года
Производитель	Fitathlon Group (подразделение в Швеции)
Страна изготовления	КНР

Оборудование сертифицировано в соответствии с Техническим Регламентом Таможенного Союза.

Дата изготовления указана на упаковке тренажера.

\*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 поставщика оборудования ООО «ФИТАТЛОН»: [www.fitathlon.ru](http://www.fitathlon.ru)

Последнюю версию Руководства пользователя можно найти на сайте поставщика ООО «ФИТАТЛОН»: [www.fitathlon.ru](http://www.fitathlon.ru)



### **ВНИМАНИЕ!**

**ТРЕНАЖЕР ПРЕДНАЗНАЧЕН ДЛЯ ДОМАШНЕГО  
ИСПОЛЬЗОВАНИЯ**

### **Дополнительная информация**

Торговая марка: SVENSSON BODY LABS

Модель: TRIANGLE

Сделано в КНР.

Импортер и уполномоченная изготовителем организация:

ООО «Фитатлон», 115230, Россия, г. Москва, Каширское шоссе, дом 13Б, 5 этаж, комната №31 в помещении №1

Данный товар реализуется в соответствии с требованиями законодательства Российской Федерации. Для подтверждения даты покупки товара при гарантийном случае или предъявлении иных предусмотренных законом требований, убедительно просим вас сохранять сопроводительные документы (чек, квитанцию, иные документы, подтверждающие дату и место покупки).



