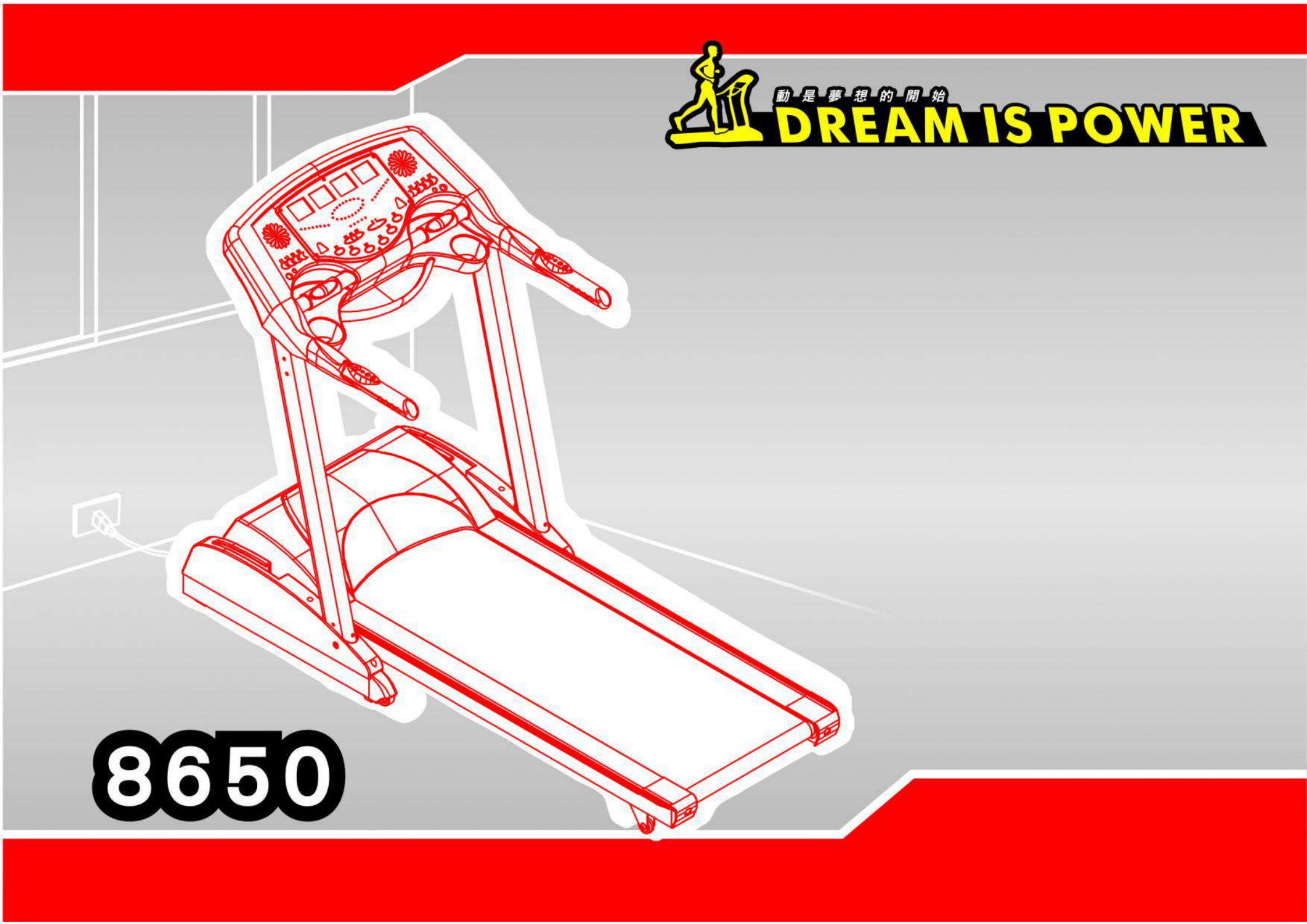
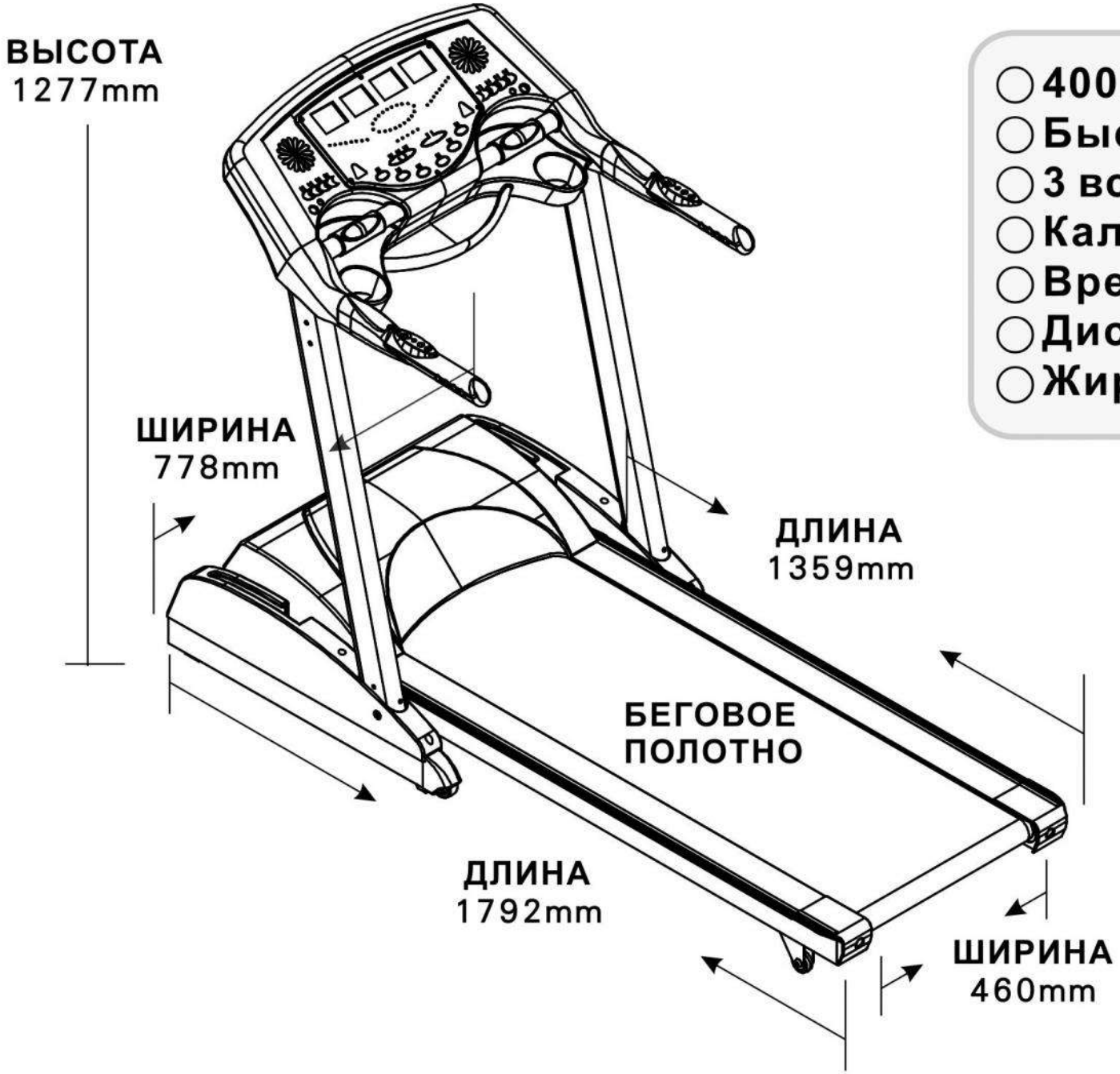
動是夢想的開始

DREAM IS POWER



8650



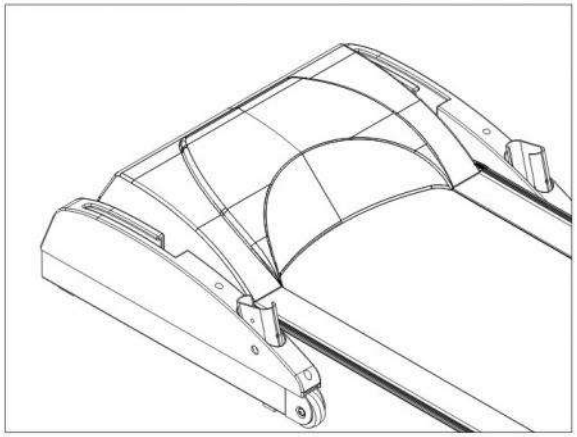
- 400M Стадион
- Быстрые кнопки скорости
- 3 встроенных программы.
- Калории/Пульсометр
- Время
- Дистанция
- Жироанализатор

- Прежде, чем начать сборку беговой дорожки, внимательно ознакомьтесь с последовательностью сборки. Мы также рекомендуем, чтобы Вы просмотрели схемы сборки.
- Снимите упаковочный материал и расположите отдельные части на свободной поверхности. Ознакомьтесь с компонентами устройства, это упростит сборку.
- Посмотрите комплект поставки, чтобы проверить, что все компоненты в наличии.
- Избавиться от упаковочного материала можно только после того, как тренажер будет полностью собран.
- Имейте в виду, что всегда есть риск травмирования при использовании инструментов и выполнении технических действий по сборке. Пожалуйста, проводите работу по сборке с осторожностью.
- Удостоверьтесь, что у Вас есть все необходимые условия для безопасной сборки устройства, например, нет разбросанных повсюду инструментов. Упаковочный материал размещайте таким образом, чтобы он не мог причинить вреда. Фольга и полиэтиленовые пакеты – потенциально опасны. Они могут вызывать удушье у детей!
- Не торопитесь, внимательно изучите схемы и последовательность сборки и после этого начните собирать устройство согласно инструкции.
- Устройство должно быть аккуратно собрано взрослым человеком. В случае необходимости, обратитесь за помощью к квалифицированному сборщику.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ!
Производите сборку беговой дорожки с особенной осторожностью. Игнорирование этого предупреждения может привести к травмам.
НА ЗАМЕТКУ: Каждый шаг инструкции по сборке описывает действия, которые нужно произвести. Прочитайте и поймите все инструкции полностью, прежде чем приступить к сборке беговой дорожки.

Распаковывайте тренажер там, где будете его использовать. Не повредите беговую дорожку.

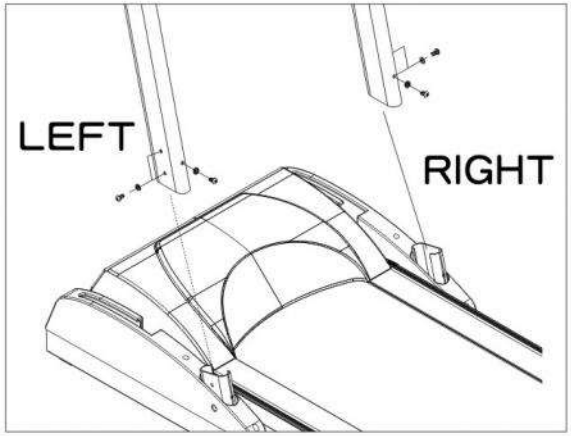
Шаг 1



Поместите тренажер на плоской ровной поверхности.

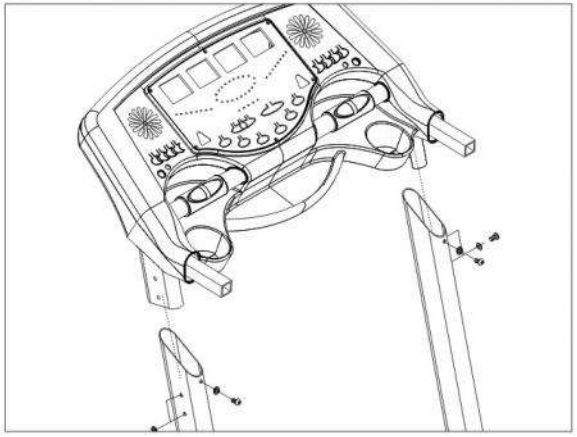
Рекомендовано предварительно постелить на пол защитный материал.

Шаг 2



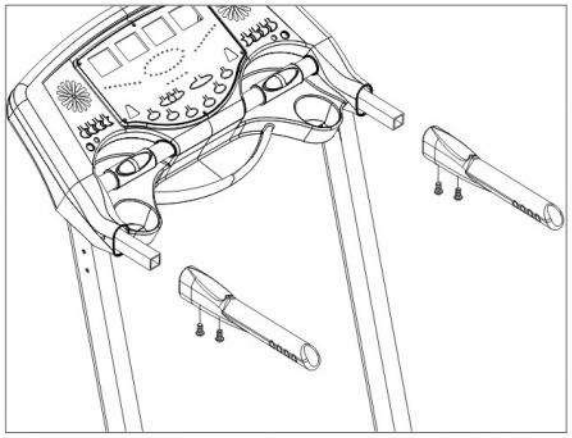
Установите левую и правую стойки на основную раму. Предварительно пропустите провод через правую стойку и соедините коннектор провода с коннектором из рамы тренажера. Будьте внимательны – не пережмите кабели! Зафиксируйте стойки с помощью болтов №3 и ключа №1.

Шаг 3



Установите консоль на стойки тренажера, соединив предварительно провода в правой стойке. Будьте внимательны – не пережмите кабели! Зафиксируйте консоль с помощью болтов №3 и ключа №1.

Шаг 4



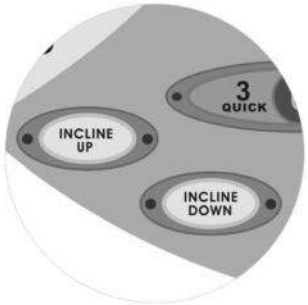
Установите поручни и зафиксируйте болтами №6 и ключом №1.

CALORIE/PULSE(Калории/Пульс)
КАЛОРИИ: Количество сожженных калорий во время тренировки
(Внимание! Данные отражаемые в окне КАЛОРИИ являются приблизительными и не могут отображать точное состояние Вашего организма, т.к. тренажер не является медицинским аппаратом для определения количества сожженных Вами калорий.)
ПУЛЬС: Количество ударов сердца в минуту
(Внимание! Данные отражаемые в окне ПУЛЬС являются приблизительными и не могут отображать точное состояние Вашего организма, т.к. тренажер не является медицинским аппаратом для определения Вашего пульса).

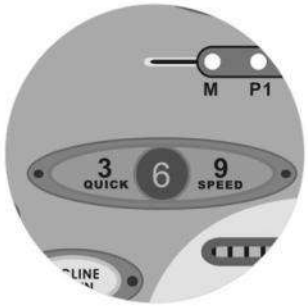
SPEED
СКОРОСТЬ: Скорость движения бегового полотна

TIME
ВРЕМЯ: Время бега на тренажере

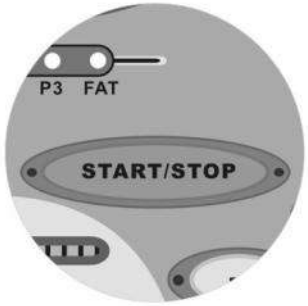
DISTANCE
ДИСТАНЦИЯ: Пройденное расстояние во время тренировки



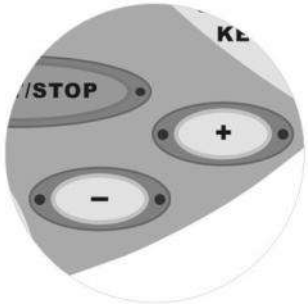
Incline up
Наклон вверх: регулировка угла наклона полотна вверх
Incline down
Наклон вниз: регулировка угла наклона полотна вниз



Быстрые кнопки скорости
3 : 3 км/час
6 : 6 км/час
9 : 9 км/час

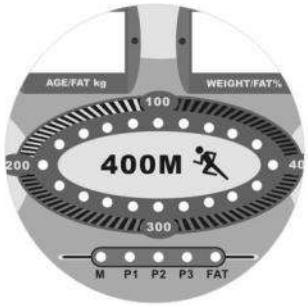


START/STOP
СТАРТ/СТОП: Нажмите СТАРТ/СТОП для начала движения или остановки тренировки



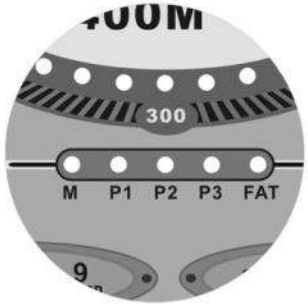
+/-

«+»: Увеличение скорости и показателей при установке Ваших данных
«-»: Понижение скорости и показателей при установке Ваших данных



400-метровый стадион.

Показывает вашу позицию в данный момент. (1 деление – 20 метров)

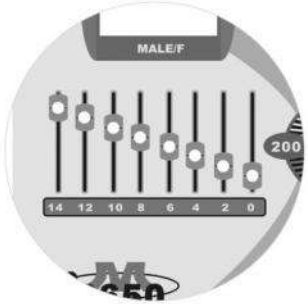


Программы.

M – ручная программа.

P1. P2. P3 – встроенные программы.

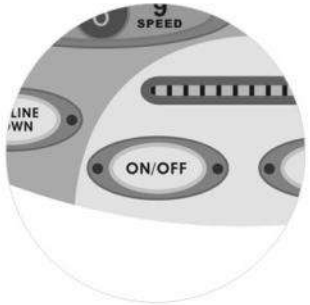
FAT – Жироанализатор



Наклон.

Уровень наклона беговой деки

Индикатор состояния вашей фигуры
ФИГУРА: После завершения функции FAT Жироанализатор, компьютер определит вашу фигуру
(Внимание! Данные отражаемые функцией ФИГУРА являются приблизительными и не могут отображать точное состояние Вашего организма. Определение состояния вашей фигуры является лишь справочной информацией)



ON/OFF
ВКЛ/ВЫКЛ: Нажмите ВКЛ/ВЫКЛ для включения питания компьютера тренажера

MODE
РЕЖИМ: Выбор программы тренировки. Нажимайте РЕЖИМ несколько раз, пока индикатор не отобразит желаемую программу.

SET
УСТАНОВКА: Используйте для ввода выбранного значения на диспле

Функции дисплея.

Скорость: Выбор скорости от 1 до 16

Время: 10:00-40:00 минут/01:00-99:00 минут (программный/ручной режим)

Дистанция: 0.1-99.90 Км

Калории: 0-990

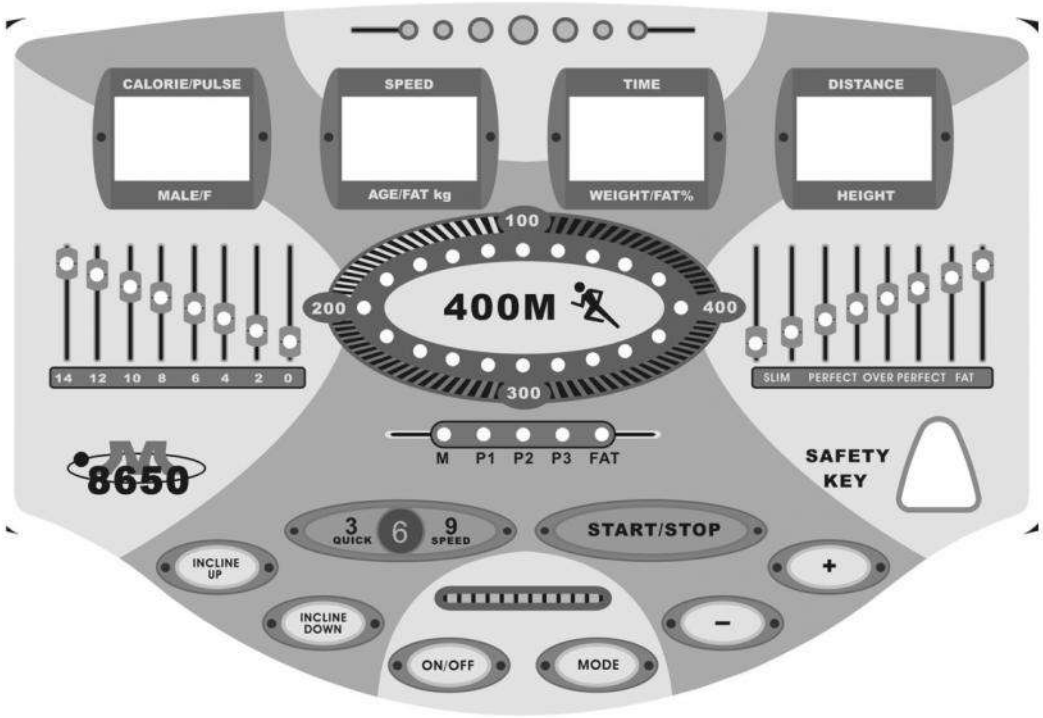
Пульс: 60-180 ударов в минуту

Наклон: 0-14(8 Позиций)

Возраст: 10-80

Рост: значения от 100 до 199.5 см

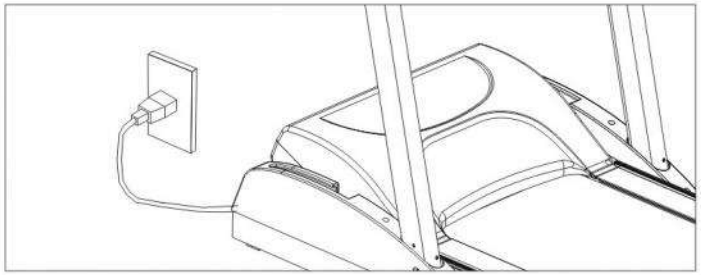
Вес: значения от 10 до 99.8 кг



3.1. НАЧИНАЕМ ТРЕНИРОВКУ

ШАГ 1:

Вставьте вилку шнура электропитания в розетку и нажмите кнопку питания в основании тренажера.

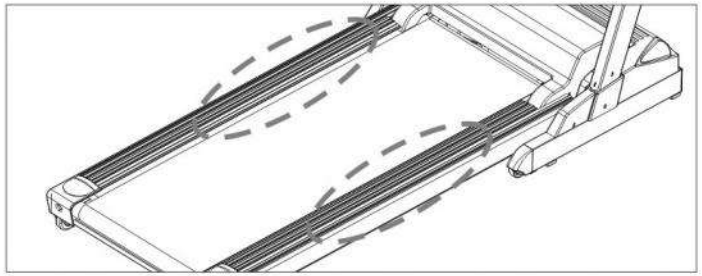


ШАГ 2:

Поместите ключ безопасности в специальную ячейку на консоли.
(Для Вашей безопасности всегда пользуйтесь ключом безопасности при тренировках!)

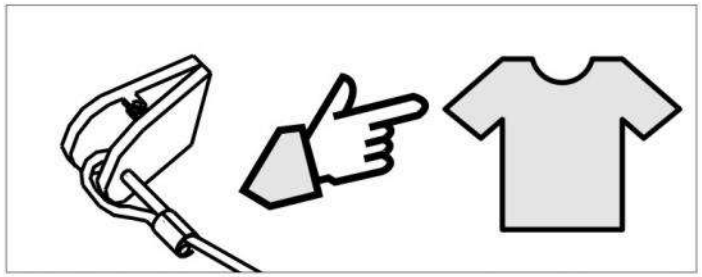
ШАГ 3:

Встаньте на боковые планки тренажера



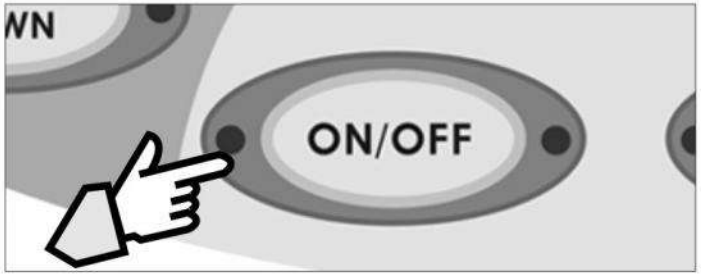
ШАГ 4:

Прикрепите клипсу ключа безопасности к одежде.
(Для Вашей безопасности всегда пользуйтесь ключом безопасности при тренировках!)



Шаг 5:

Нажмите кнопку ВКЛ/ВЫКЛ, показатели «ВРЕМЯ» и «ДИСТАНЦИЯ» отобразят 0:00 и 0.00.



ШАГ 6:

Выберите нужный Вам режим, нажмите кнопку «СТАРТ/СТОП» и начинайте упражнения. (Относительно установки, следуйте инструкциям «УПРАВЛЕНИЕ»).

ЗАКАНЧИВАЕМ ТРЕНИРОВКУ

Вариант 1:

Нажмите кнопку «СТАРТ/СТОП», чтобы закончить тренировку.

Тренажер плавно остановится.

Для повторного запуска остановленной тренировки нажмите СТАРТ/СТОП (Установленная программа начнется с начала)

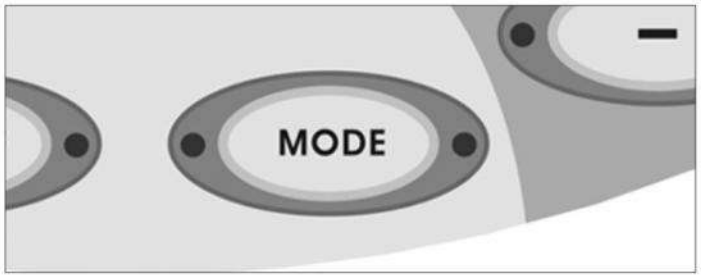
Вариант 2:

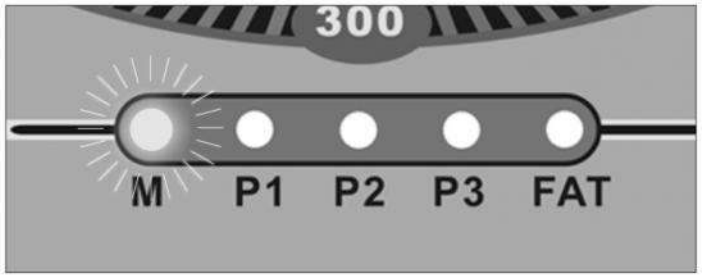
Выньте ключ безопасности из ячейки.

3.2. РУЧНАЯ ПРОГРАММА (М)

РЕЖИМ УСТАНОВКИ

Нажимайте на кнопку РЕЖИМ для выбора необходимой программы. Светодиодные индикаторы указывают на выбранную вами программу.





УСТАНОВКА

Выберите М и нажмите СТАРТ/СТОП для начала тренировки.

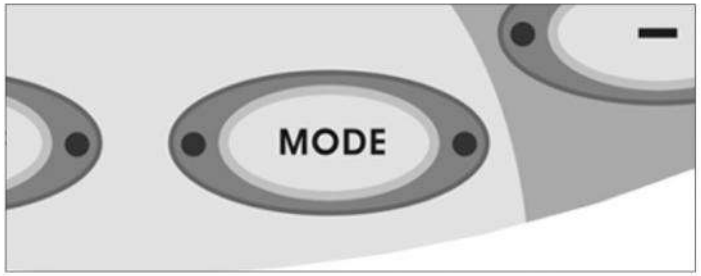
Вы можете также задать обратный отсчет для показателей тренировки. Выберите М, нажните УСТАНОВКА и введите нужную дистанцию, время, калории и пульс. Для этого при моргающем дисплее Дистанция введите нужное расстояние нажатием кнопок «+/-». Для ввода значения нажмите УСТАНОВКА. Заморгает дисплей ВРЕМЯ, введите время тренировки. Проделайте те же шаги для ввода значений калории и пульса.

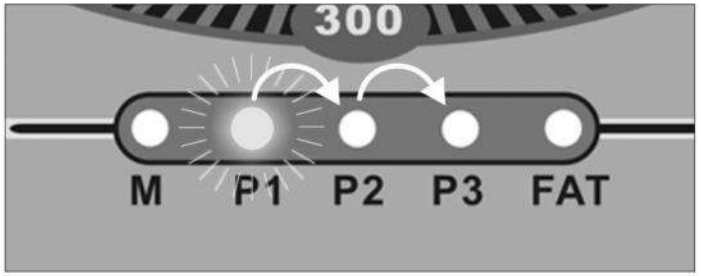
Нажмите СТАРТ/СТОП. Начнется программа с обратным отсчетом по введенным параметрам. Когда один из параметров будет равен 0, тренажер остановится. Данная функция позволяет контролировать Вашу нагрузку при тренировках.

В любой программе вы можете менять скорость движения и угол наклона полотна во время тренировки нажатием кнопок «+/-» или используя Быстрые кнопки скорости. Нажимайте INCLINE UP/DOWN для изменения угла наклона.

3.3. ВСТРОЕННЫЕ ПРОГРАММЫ

Нажимайте на кнопку РЕЖИМ для выбора необходимой программы. Светодиодные индикаторы указывают на выбранную вами программу. Вы можете установить любую из 3 встроенных программ. Каждая программа имеет 10 уровней нагрузки. Вы можете менять уровень нагрузки перед началом тренировки. Для этого, выбрав программу, нажмите УСТАНОВКА. Дисплей Дистанция начнет моргать и отображать выбранный уровень нагрузки – от 1 до 10. Кнопками «+/-» установите уровень нагрузки и нажмите СТАРТ/СТОП для начала тренировки.



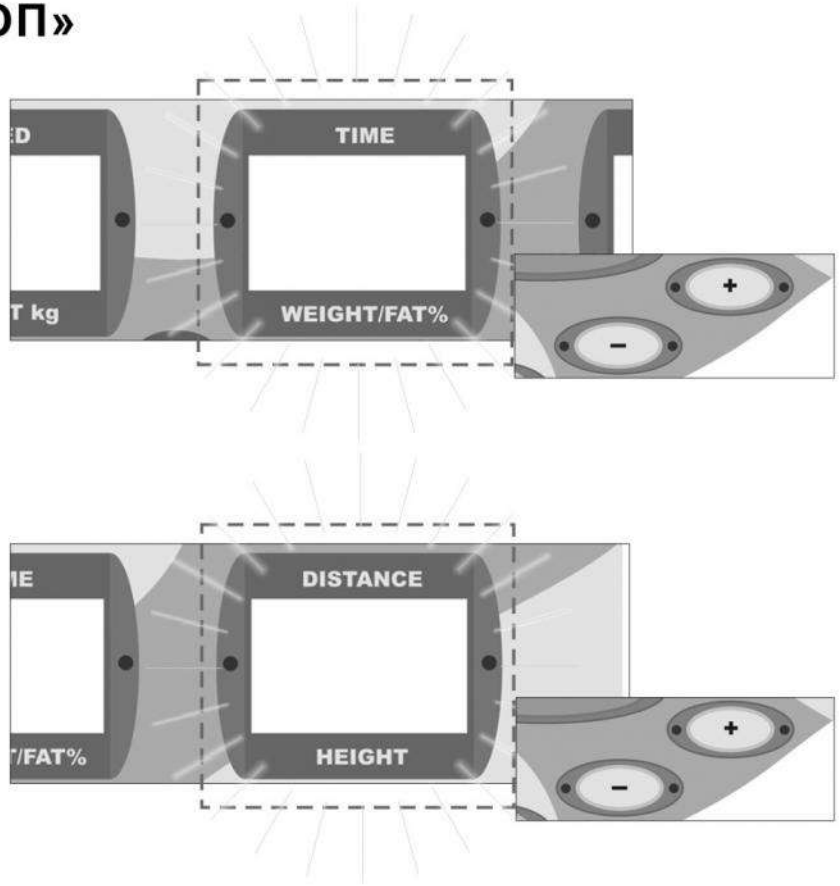


Вы можете установить профили «Время» и «Уровень нагрузки» в режиме программ.

Нажмите кнопку «Установка», табло «Время» заморгает, нажмите кнопки «+» или «-» для установки времени тренировки.

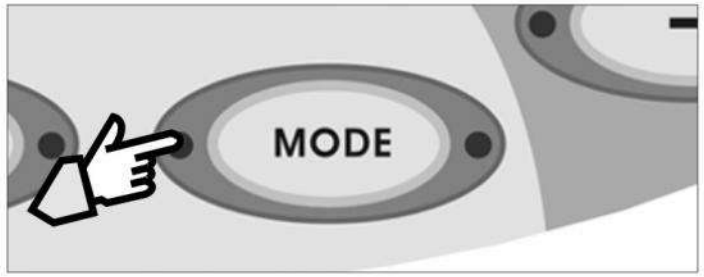
Снова нажмите кнопку «Установка», табло «Дистанция» заморгает, Вы можете выбирать уровни сложности от L1 до L10 нажатием кнопок «+» или «-». Затем нажмите кнопку «СТАРТ/СТОП» для начала тренировки.

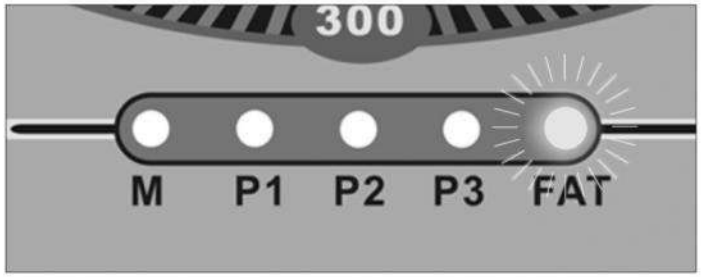
Скорость и наклон меняется автоматически в этом режиме.



3.4. BODY FAT

Установка: Нажмите кнопку «Установка», выберите «FAT» на табло заморгает «FAT».





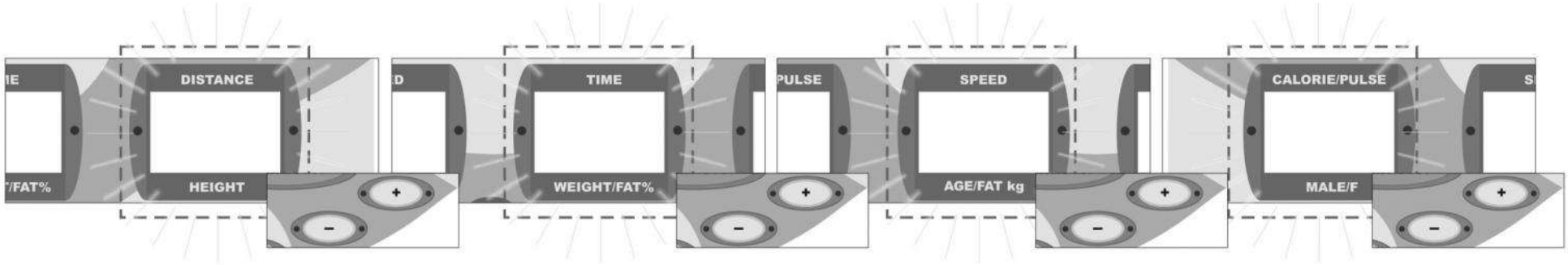
Перед началом измерений введите свой рост, вес, пол и возраст.

Нажмите кнопку «УСТАНОВКА», на табло заморгает «РОСТ».
Для установки значения используйте кнопки «+» или «-».

Нажмите кнопку «УСТАНОВКА», на табло заморгает «ВЕС/ЖИР %».
Для установки значения используйте кнопки «+» или «-».

Нажмите кнопку «УСТАНОВКА», на табло заморгает «ВОЗРАСТ/ЖИР %».
Для установки значения используйте кнопки «+» или «-».

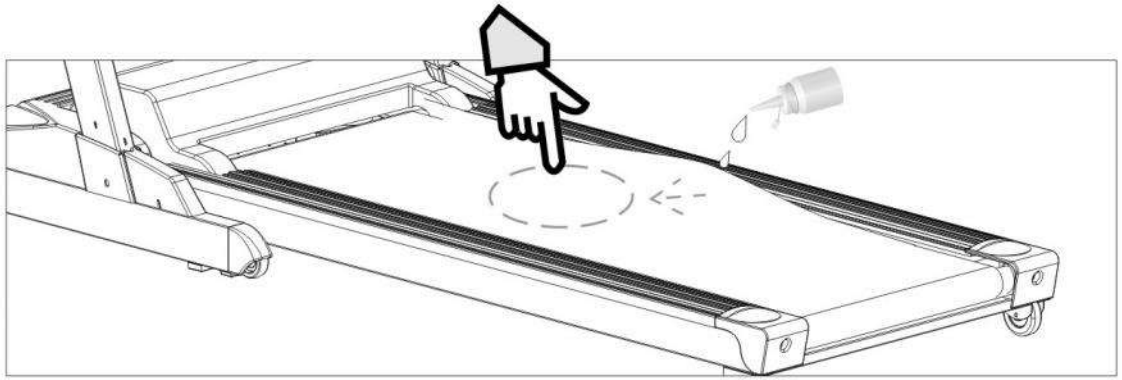
Нажмите кнопку «УСТАНОВКА», на табло заморгает «МУЖ/ЖЕН». Для установки значения «M» для мужского или «F» для женского используйте кнопки «+» или «-».



Затем нажмите СТАРТ/СТОП и удерживайте обе руки на пульсометрах. Спустя 5 секунд на дисплее отобразятся Ваши показания излишнего веса в килограммах и % и отобразится состояние Вашей фигуры на шкале консоли. Если компьютеру не удалось считать Ваш пульс, на дисплее отобразится E-03. Повторите проделанные шаги для получения результата.

А. Смазка бегового полотна:

Для поддержания тренажера в отличном состоянии наносите немного силиконовой смазки между беговым полотном и декой каждые 30 часов или 1-2 месяца использования. Чрезмерное же смазывание может привести к проскальзыванию ленты беговой дорожки.

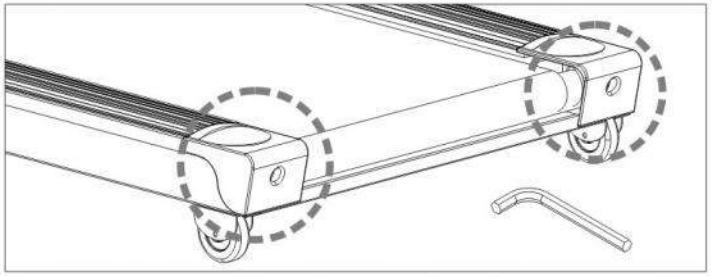


Для смазки бегового полотна поднимите полотно и нанесите силиконовую смазку в промежуток между полотном и декой.

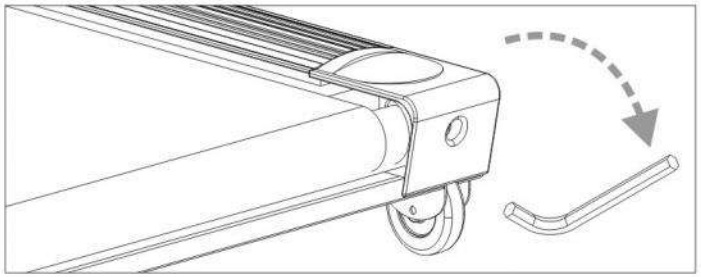
Б. Регулировка бегового полотна. Беговое полотно регулируется в соответствии со следующими указаниями:

1. Установите скорость от 3 до 6 км/ч

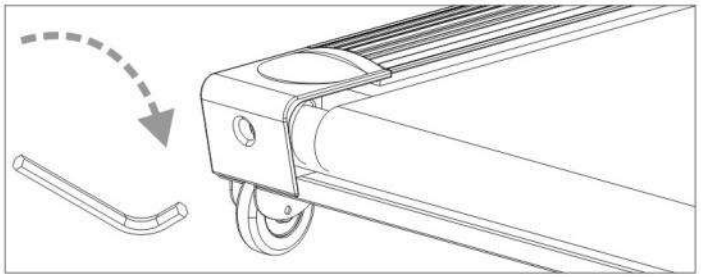
2. Найдите отверстия с резьбой на беговом полотне. Используя шестигранный ключ(№ 4), Вы можете регулировать натяжение беговой дорожки.



3. Поворачивайте правый регулировочный болт по часовой стрелке, если хотите сдвинуть полотно влево.



4. Поворачивайте левый регулировочный болт по часовой стрелке, если хотите сдвинуть полотно вправо



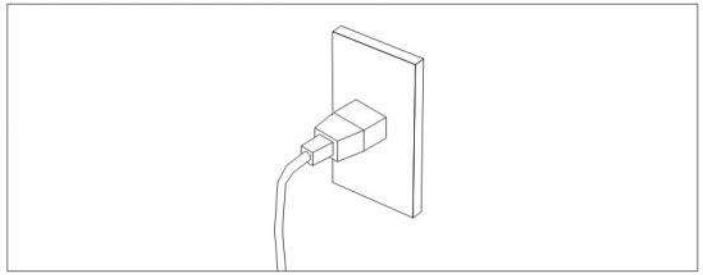
Обратите Внимание!

В случае если Вы проделали перечисленные шаги, а беговое полотно не регулируется, возможно, оно повреждено. Пожалуйста, свяжитесь с сервисным центром.

Проблема : На дисплее не загорается свет

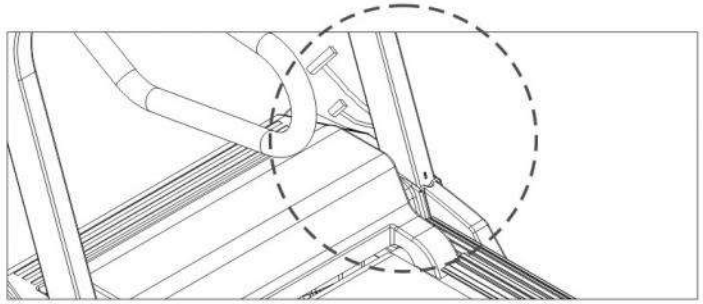
Причина/ Решение:

(1) Проверьте соединение с источником питания.



(2) Проверьте, вставлен ли Ключ безопасности в ячейку.

(3) Проверьте, хорошо ли соединены провода в узлах соединения тренажера.



Внимание!

Прежде чем проверить монтажную схему, убедитесь, что вилка шнура электропитания вынута из розетки электросети. В противном случае Вас может ударить током!

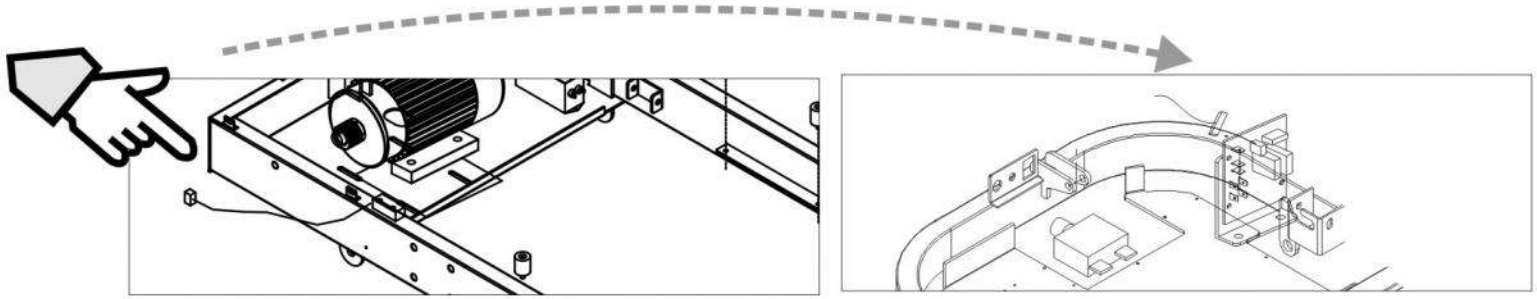
Проблема: Беговое полотно не движется

Беговая дорожка выключается спустя 3 секунды

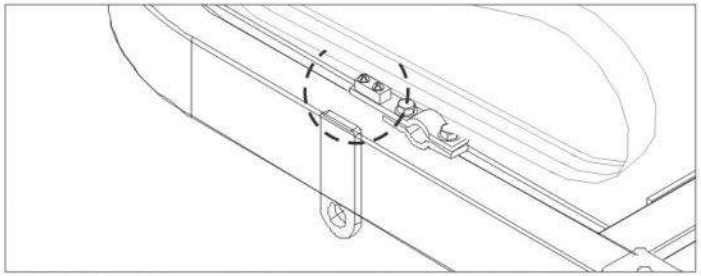
Дисплей «Расстояние» показывает сообщение «E-01»

Причина/ Решение:

(1) Проверьте, правильно ли подключен датчик скорости на верхней левой стороне тренажера к плате контролера (смотрите рисунок)



(2) Проверьте расстояние между магнитом и датчиком. Они должны находиться друг под другом.



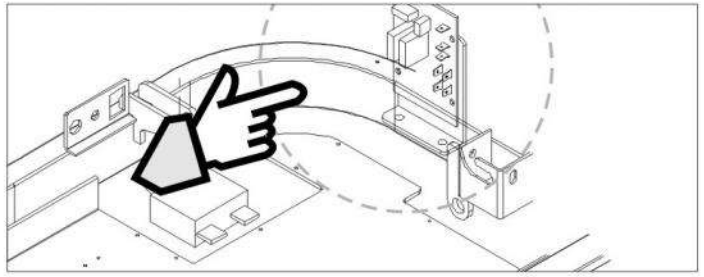
(3) Проверьте, не выпал ли магнит на верхнем бегунке.

Проблема: Не работает автоматический наклон или дисплей «Дистанция» показывает сообщение «E-02»

Причина/ Решение:

(1) Убедитесь, что беговая дорожка в рабочем состоянии

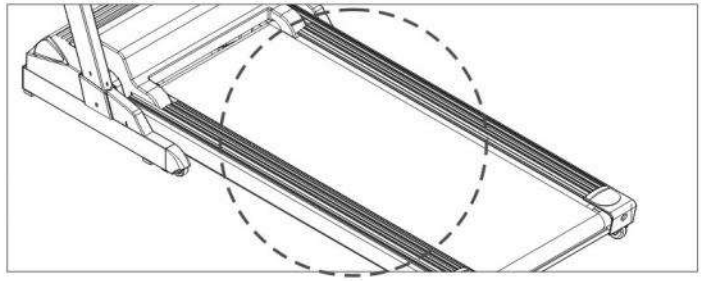
(2) Проверьте, все ли провода подключены к дорожке



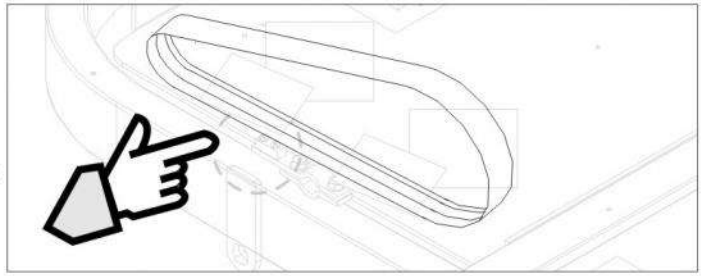
Проблема: Беговое полотно скользит

Причина/ Решение:

(1) Убедитесь, что беговая лента достаточно хорошо натянута



(2) Убедитесь, что ремень мотора, который прокручивает беговое полотно, не ослаблен.



Проблема: Беговая дорожка издает необычные звуки.

Причина/ Решение:

(1) Болты в беговой дорожке ослаблены. Подкрутите все болты.

(2) Соскочил ремень мотора.

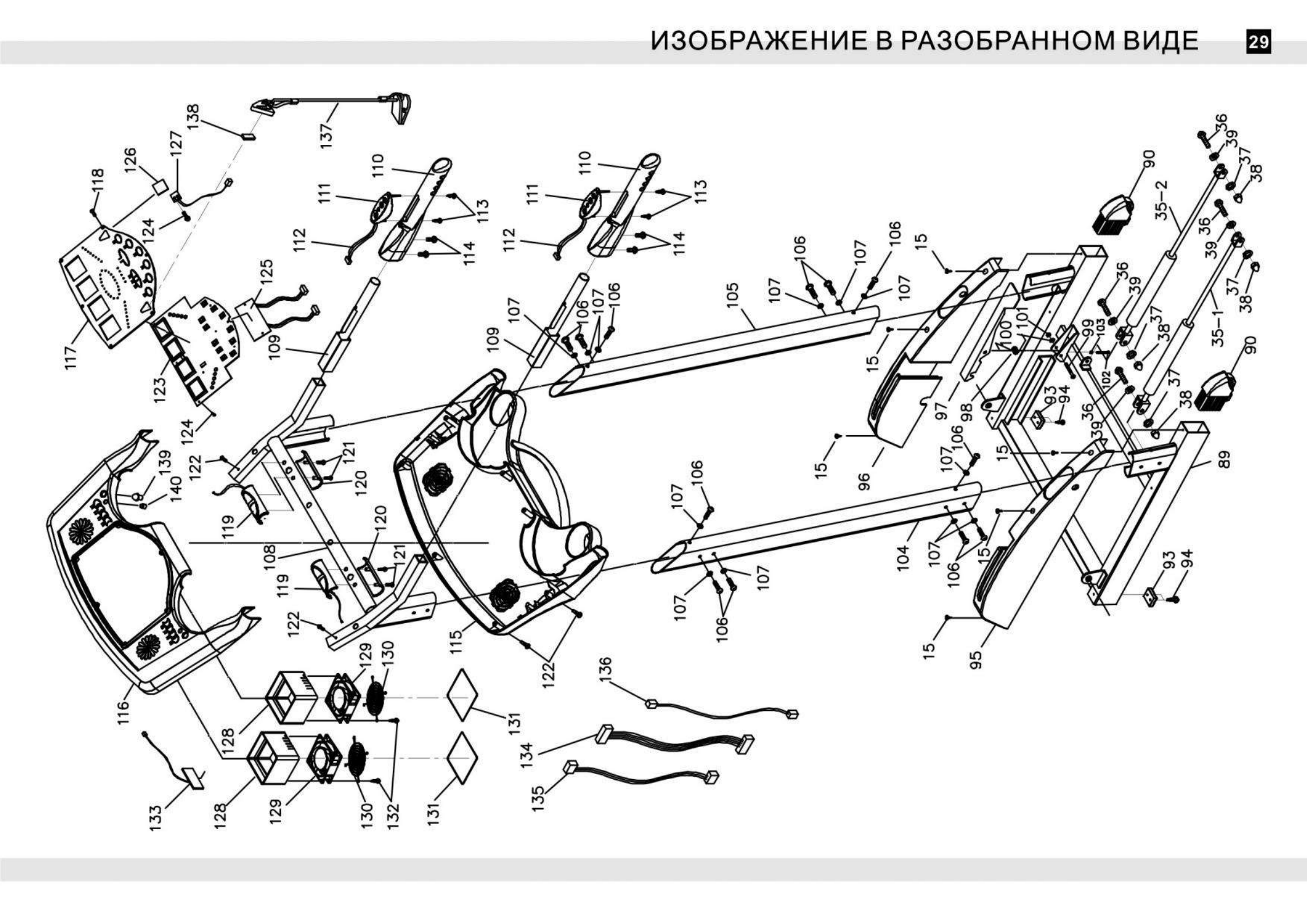
(3) Соскочило беговое полотно.

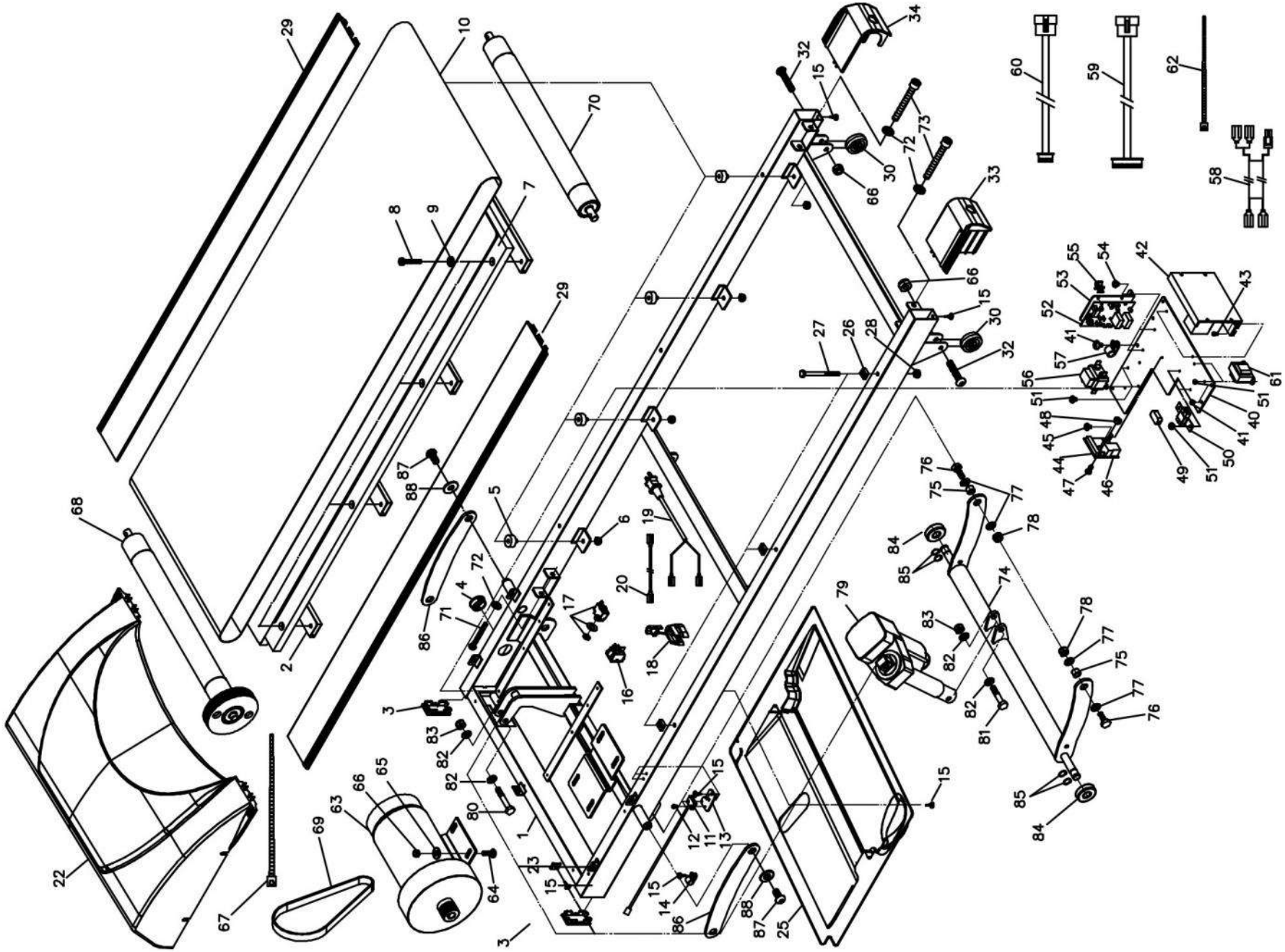
Примечание:
Если Вы не можете самостоятельно решить проблему,
обратитесь к дилеру для устранения неполадок.

СХЕМА СООТНОШЕНИЯ ПУЛЬСА И КОМФОРТА

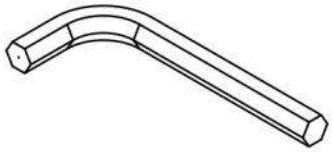
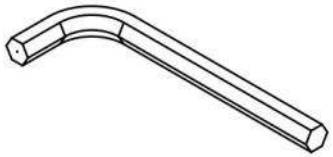
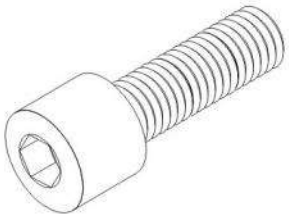
運動程度 / 年齡 / 心跳	運動極限	運動中 正常運動中該達到的心跳數		初運動	運動前
10歲	198	166	140	113	87
20歲	189	161	136	110	85
30歲	179	155	131	108	84
40歲	172	150	127	105	82
50歲	165	144	123	102	81
60歲	158	138	119	99	80
70歲	151	133	115	98	78
運動感覺	感覺很累	感覺累但是可以持續運動	俱恢復疲勞效果	全身有運動的感覺	身體最舒適時刻

Exercising Level / AGE / Heart Beat	The Up Limit Of Exercise	During Exercise (Regular heart Beat Rates)		At The Beginning Of Exercise	Before Exercise
AGE 10	198	166	140	113	87
AGE 20	189	161	136	110	85
AGE 30	179	155	131	108	84
AGE 40	172	150	127	105	82
AGE 50	165	144	123	102	81
AGE 60	158	138	119	99	80
AGE 70	151	133	115	98	78
Exercise Feeling	Feel Very Tired	Feel Tired But Can Continue	Feel Refreshed	Feel The Whole Body Exercise	The Most Comfortable Moment


117
118
126
127
138
137
124
125
123
124
109
111
110
112
113
114
107
106
105
15
96
97
98
100
101
99
103
102
93
94
36
39
37
38
35-2
35-1
90
89
95
104
122
121
120
119
108
139
140
116
133
128
129
130
132
131
115
136
134
135


29
10
70
34
32
15
60
59
62
73
72
30
66
33
58
8
9
7
55
54
42
53
52
43
41
57
56
51
61
40
48
45
44
47
46
49
50
76
75
77
78
84
85
74
79
83
82
81
5
6
19
20
17
18
16
4
71
86
87
88
3
1
12
11
13
14
23
25
22
68
2
67
69
63
65
64
80

Перед сборкой беговой дорожки убедитесь в том, что все нижеперечисленные предметы присутствуют в комплекте. В случае недостатка каких-либо инструментов или деталей обратитесь к Вашему продавцу..

1 	2	3
Шестигранный ключ 5мм – 1шт.	**Ключ безопасности – 1 шт.**	**Болт: M8X16L – 12ШТ.**
4 	5	6 
Шестигранный ключ 6мм – 1шт.	**Силиконовая смазка – 1 бут.**	**Болт: M6X10L – 4 шт.**

8. ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ МОДЕЛИ 8650

Тип дорожки	Электрическая
Скорость	1,0-16 км/ч
Мощность двигателя (средняя)	2,5 л.с.
Размер бегового полотна (Д*Ш)	144*49,5 см
Регулировка угла наклона	Автоматическая (14 уровней)
Система амортизации	4-слойная дека Q-deck
Измерение пульса	Сенсорные датчики на поручнях
Консоль	Многооконный LCD дисплей + дополнительный навигационный LED дисплей
Показания консоли	Скорость, время, дистанция, калории, пульс
Кол-во программ	5
Программы	Ручная, Разминка, Сжигание калорий, Аэробика, BodyFat
Уровни нагрузки	----
Мультимедиа	----
Вентилятор	Есть
Ключ безопасности	Есть
Транспортировочные ролики	Есть
Кнопки быстрого доступа	Скорость – 3, 6, 9
Складывание	Есть
Размер в коробке (Д*Ш*В)	194*87*39 см
Размер в собранном виде (Д*Ш*В)	185*77*125 см
Вес тренажера, нетто	86 кг
Максимальный вес пользователя	130 кг
Питание	Сеть 220 Вольт
Гарантия	1 год + 6 лет на мотор

ГАРАНТИЙНЫЕ ОБЯЗАТЕЛЬСТВА

Настоящие Гарантийные обязательства составлены в соответствии с положениями Закона Российской Федерации "О защите прав потребителей" и гарантийными обязательствами фирм-изготовителей.

Гарантия на продукцию American Motion Fitness составляет 1 год + 6 лет на моторы беговых дорожек при условии соблюдения правил эксплуатации и рекомендуемого технического обслуживания. Фактический срок эксплуатации может значительно превышать официально установленный.

Вся продукция, подлежащая сертификации на соответствие требованиям безопасности, сертифицирована.

Срок действия гарантии указан в гарантийном талоне, выданном при покупке товара.

Пожалуйста, внимательно изучите условия действия гарантии.

Гарантийное и послегарантийное сервисное обслуживание товаров производится в Сервисном центре продавца и уполномоченных сервисных центрах дилеров. Гарантийное обслуживание производится бесплатно. Гарантийные обязательства возникают с момента продажи товара потребителю и распространяются только на изделия, проданные через торговые сети и уполномоченными дилерами фирмы. Подтверждением является отметка в гарантийном талоне, скрепленная подписью и печатью продавца.

Товары ненадлежащего вида и качества обмениваются продавцом только при наличии в гарантийном талоне отметки сервисного центра и акта о непригодности (дефектности) товара для дальнейшего использования.

Сервисный центр осуществляет выезд специалистов на дом к владельцам крупногабаритных изделий в пределах Москвы и Санкт-Петербурга - бесплатно, за пределами МКАД и КАД по утвержденным расценкам. Расценки на выезд специалистов, на товары, приобретенные через дилерскую сеть, могут различаться.

Гарантия не распространяется в следующих случаях:

-) при несоблюдении клиентом правил, приведенных в инструкции по эксплуатации, прилагаемой к изделию;
-) использования товара в коммерческих целях (если это не оговорено инструкцией);
-) при нарушении условий транспортировки, хранения, эксплуатации, обслуживания, неквалифицированной сборки, действий третьих лиц, непреодолимой силы (пожара, природной катастрофы и т.п.), попадания посторонних предметов, различных жидкостей (в том числе химически активных) в механизмы и узлы оборудования, а также вследствие существенных нарушений предельных нагрузок, установленных руководством по эксплуатации, в том числе нестабильности параметров электросети, установленных ГОСТ 13109-9;
-) при наличии расхождения между информацией, указанной в гарантийном талоне и информацией о товаре (цвет, марка, артикул, серийный номер и др.);
-) если имеются следы самостоятельных изменений конструкции и неквалифицированного ремонта;
-) при отсутствии у покупателя гарантийного талона с необходимыми отметками о дате продажи (в этом случае гарантийный период устанавливается с момента изготовления товара);
-) на расходные (быстроизнашивающиеся) детали – ремни, беговые ленты, беговые деки (полотна), тросы, элементы питания, предохранители и т.п.;

Любые сервисные работы, кроме чистки и смазки беговой ленты, рекомендованные инструкцией по эксплуатации, должны проводиться специалистами авторизированной сервисной службы.

Соблюдение рекомендаций и указаний, содержащихся в инструкции по эксплуатации, поможет избежать проблем в эксплуатации товара и его обслуживании.

Неисправные узлы и детали товара в гарантийный период бесплатно ремонтируются или заменяются новыми. Решение вопроса целесообразности их замены или ремонта определяется специалистами сервисной службы.

Рекомендуется производить подключение (установку) тренажера силами авторизованных организаций или специалистов, занимающихся по роду своей деятельности данными работами. Специалисты, осуществляющие установку, должны сделать отметку в гарантийном талоне о выполнении подключения (установке). Условия гарантийных обязательств не предусмат ривают чистку, смазку, дополнительную регулировку, кроме случаев, обусловленных скрытыми дефектами оборудования. Данные виды работ выполняются за отдельную плату по утвержденному прейскуранту.

ВНИМАНИЕ!

ДАННЫЙ ТРЕНАЖЕР ПРЕДНАЗНАЧЕН ИСКЛЮЧИТЕЛЬНО ДЛЯ ДОМАШНЕГО НЕКОММЕРЧЕСКОГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ.

Производитель оставляет за собой право вносить изменения в конструкцию, дизайн и комплектацию приборов, не ухудшающие основные технические характеристики без предварительного уведомления потребителей.

ГАРАНТИЙНЫЙ ТАЛОН

American Motion Fitness – бренд, которому Вы можете доверять.

Вид тренажера	Электрическая беговая дорожка	**Магазин**			
Артикул	8650	**Телефон**			
Серийный номер (C/N)		**Адрес**			
Дата покупки				Печать дистрибьютора	Печать магазина

Если после прочтения инструкции, у Вас остались какие-либо вопросы, позвоните по горячей линии сервисной поддержки. Специалисты с радостью ответят на все Ваши вопросы.

Сервисный центр: 192241, г. Санкт-Петербург, Софийская ул., 66, лит. А, тел/факс: (812) 309-45-51

Сведения о ремонте

Дата	Описание неисправности	Мастер	Работу принял (подпись заказчика)

С условиями гарантии ознакомлен.
Изделие получено исправным,
к внешнему виду и комплектации
претензий не имею_____

Уважаемые покупатели!

Поздравляем Вас с удачным приобретением.

Вы приобрели современный тренажер, который, как мы надеемся, станет Вашим лучшим помощником.

Он сочетает в себе передовые технологии и современный дизайн.

Постоянно используя этот тренажер, Вы сможете укрепить сердечно-сосудистую систему и приобрести хорошую физическую форму.

Надеемся, что данная модель удовлетворит все Ваши требования.

Прежде чем приступить к использованию тренажера, внимательно изучите настоящее руководство и сохраните его для дальнейшего использования.

В случае возникших дополнительных вопросов обратитесь к продавцу, который проконсультирует Вас и поможет устранить возникшую проблему.

Обязательно сохраняйте инструкцию по эксплуатации, по прошествии времени это поможет Вам 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 магазином, в котором Вы приобрели тренажер.

Общие инструкции по технике безопасности

При изготовлении и разработке этого устройства большое внимание было уделено безопасности использования. Однако, очень важно, чтобы Вы строго придерживались данной инструкции по безопасности. Компания-производитель не несет ответственности за несчастные случаи, которые были вызваны несоблюдением данных инструкций.

Для обеспечения Вашей безопасности и во избежание несчастных случаев, пожалуйста, полностью и внимательно прочитайте инструкцию по эксплуатации, перед тем, как Вы будете использовать беговую дорожку впервые.

Безопасное и эффективное использование возможно при условии правильной сборки, установки и эксплуатации. Вам необходимо проинформировать всех пользователей обо всех предупреждениях и предосторожностях.

1. Данное устройство не предназначено для использования лицами (включая детей) с ограниченными физическими, сенсорными или умственными способностями или с недостаточным опытом и знаниями, если они предварительно не были проинструктированы по вопросам использования лицом, ответственным за их безопасность. Людям с ограниченными возможностями мы рекомендуем использовать устройство в присутствии лица, осуществляющего уход. Следите за тем, чтобы дети не играли с устройством. Играющие дети ведут себя непредсказуемо, что может стать причиной возникновения опасных ситуаций, за которые производитель не несет ответственности. Если дети все же пользуются тренажером, то они должны быть тщательно проинструктированы и находиться под наблюдением взрослого.

2. *Настоятельно рекомендуем Вам, перед тем как приступить к тренировкам, пройти полное медицинское обследование, особенно если у Вас есть наследственная предрасположенность к повышенному давлению или сердечно-сосудистым заболеваниям.* Для регулярных и интенсивных тренировок, желательно заключение Вашего лечащего врача. **Консультации врача необходимы в случае, если Вы проходите курс лечения, регулирующий частоту сердечных сокращений, давление или уровень холестерина в крови.**

Неправильное или чрезмерно интенсивное выполнение упражнений может повредить Вашему здоровью.

Во время упражнений следите за своим самочувствием. Необходимо прекратить тренировку, если Вы почувствуете проявление хотя бы одного из следующих симптомов: боль или тяжесть в груди, неровный пульс, учащение дыхания, головокружение, тошнота. После этого, перед возобновлением занятий еще раз покажитесь врачу.

3. При занятиях на беговой дорожке, выбирайте удобную одежду и предпочтительно спортивную обувь. Избегайте занятий в свободной одежде, которая может попасть в движущиеся части устройства, а также обувь с кожаными подошвами или каблуками. Если у Вас длинные волосы, соберите их в хвост или пучок на затылке. Остерегайтесь попадания частей одежды или полотенца на поверхность движущегося бегового полотна. При застревании ткани полотно тренажера не остановится мгновенно. В этом случае необходимо сразу же выключить тренажер вручную.
4. Только один человек может заниматься на тренажере в момент тренировки.
5. Прежде чем приступать к тренировке, вставьте ключ безопасности в гнездо на консоли и закрепите зажим ключа безопасности на одежде. **Ключ безопасности можно укоротить для большей безопасности.** В случае возникновения ситуации, когда требуется быстро выключить тренажер, потяните за шнур, чтобы ключ безопасности выскочил из гнезда. Для возобновления работы беговой дорожки вставьте ключ безопасности обратно в гнездо.

6. Начиная тренировку, будьте осторожны. Вставая на беговую дорожку и покидая ее, держитесь за поручни. Во время подготовки к началу тренировки, не вставайте на беговую ленту. Поставьте ноги на боковые платформы по сторонам бегового полотна. Ставьте ноги на беговую ленту, только когда скорость ее движения станет постоянной (для вашей безопасности скорость не должна превышать 2 км/ч). Всегда смотрите прямо перед собой во время бега. Не пытайтесь смотреть через плечо, если тренажер на ходу. Закончив тренировку, остановите полотно, нажав кнопку STOP. Дождитесь полной остановки тренажера и только тогда сходите с беговой ленты. Заниматься на тренажере, находясь спиной к консоли, запрещено.
7. Скорость движения беговой ленты может быть достаточно высокой. Во избежание резких рывков беговой ленты плавно увеличивайте скорость.
8. После того, как вы собрали и настроили устройство согласно инструкциям, удостоверьтесь, что все винты, болты и гайки надежно закреплены. Используйте только поставляемые производителем элементы для сборки.
9. Не используйте устройство, если оно повреждено или неисправно.
10. Устанавливайте тренажер на ровную, чистую и прочную поверхность. Никогда не используйте тренажер рядом с источниками воды. В случае необходимости, постелите специальный коврик (не включен в комплект поставки), чтобы защитить Ваш пол под беговой дорожкой, и обеспечьте свободное пространство, по крайней мере, 1,2 м., вокруг устройства. Запрещается стоять по бокам от тренажера и сзади ближе, чем 1,2 м. когда другой бежит на тренажере.
11. **Для безопасного использования оборудования необходимо проводить регулярные осмотры и при необходимости заменять изношенные или поломанные детали новыми.**
12. При регулярной эксплуатации проверяйте затяжку резьбовых соединений каждые 1-2 месяца.
13. Не допускайте попадания внутрь тренажера посторонних предметов и жидкостей.
14. **Не допускается какое-либо изменение конструкции или узлов и деталей тренажера – это может привести к серьезным травмам при тренировке.**
15. **Используйте тренажер только по назначению. В случае обнаружения любых дефектов во время сборки и осмотра тренажера, появлении необычного шума при его использовании, не возобновляйте тренировку до полного устранения причины неисправности.**

16. Соблюдайте повышенную осторожность, когда Ваши ноги или руки находятся около движущихся частей. Остерегайтесь попадания посторонних предметов в элементы беговой дорожки. Запрещается класть посторонние предметы на консоль и другие части тренажера во время тренировки.
17. Запрещается отвлекаться во время тренировки/бега на тренажере, а именно - читать, пользоваться мобильным телефоном, смотреть телевизор, кушать или пить напитки, слушать музыку в наушниках или с большой громкостью.
18. Используйте устройство только в целях, описанных в данной инструкции.
19. **Оборудование не предназначено для терапевтического использования.**
20. **Проявляйте осторожность при перемещении тренажера, чтобы избежать травмы спины. Для этого или применяйте специальные приспособления, или обратитесь за помощью.**
21. **Вес пользователя не должен превышать максимально заявленный.**
22. Не подставляйте руки под движущиеся части тренажера.
23. **Не оставляйте включенную дорожку без присмотра. Если Вы не используете тренажер, извлеките из него ключ безопасности и переведите тумблер включения/выключения в положение «OFF».**
24. **При складывании и перемещении тренажера убедитесь в срабатывании фиксирующего механизма (см. инструкцию по складыванию). Не снимайте кожух двигателя, если только Вы не получили соответствующие инструкции от представителя сервисного центра. Обслуживание тренажера, за исключением процедур, описанных в данном руководстве, должно производиться только сотрудниками сервисного центра.**
25. **Не ставьте какие-либо предметы на поручни, компьютерную консоль или беговую ленту.**
26. **Вынимайте ключ безопасности и храните его в надежном и недоступном для детей месте, если тренажер не используется.**
27. **Не включайте беговую дорожку, если кто-то находится на беговом полотне.**
28. Не раскачивайте дорожку и не пытайтесь встать на поручни или консоль.
29. Шнур питания не подлежит замене, в случае его повреждения тренажер не может использоваться

Электробезопасность:

Беговая дорожка должна подключаться только к заземленной розетке. Это снижает риск удара током при поломке или сбое тренажера. 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.

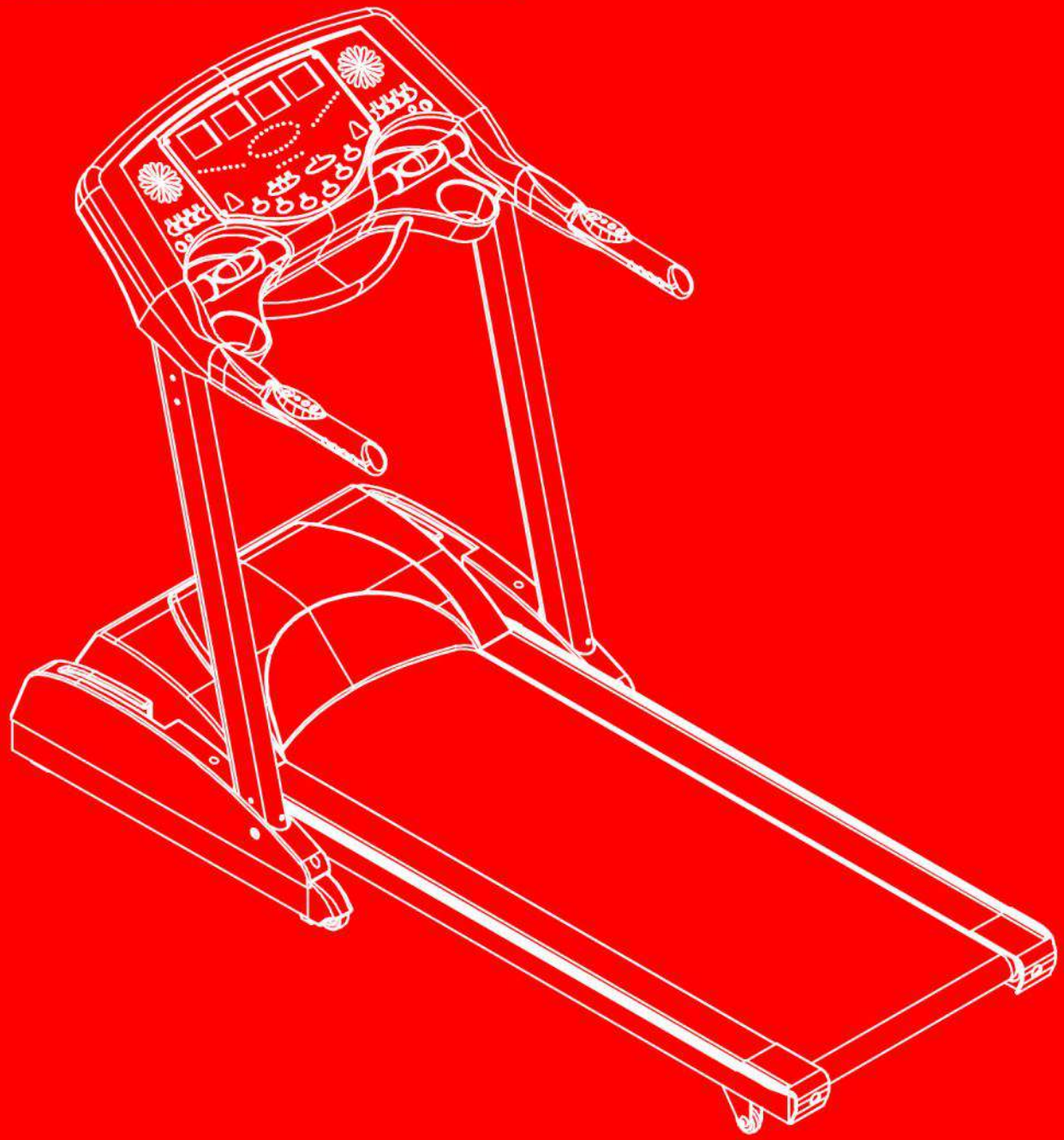
Неправильное подключение может стать причиной удара током. Если у вас возникли сомнения в правильности заземления, обратитесь к электрику или представителю сервисной службы. Не меняйте вилку тренажера. Если комплектуемая вилка не подходит к вашей розетке, обратитесь к электрику и установите нужную розетку.
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 беговая дорожка автоматически отключится. Если вам нужно отключить тренажер, переведите тумблер включения/выключения в положение «OFF», а затем нажмите кнопку перезагрузки. После этого беговая дорожка будет работать нормально.

Содержание

- ПАРАМЕТРЫ — 1
- Распаковка и сборка — 2
- ФУНКЦИИ ПАНЕЛИ УПРАВЛЕНИЯ — 5
- УПРАВЛЕНИЕ ТРЕНАЖЕРОМ
  - 3.1. НАЧИНАЕМ ТРЕНИРОВКУ — 10
  - 3.2. РУЧНАЯ ПРОГРАММА (M) — 14
  - 3.3. ВСТРОЕННЫЕ ПРОГРАММЫ — 16
  - 3.4. BODY FAT — 18
- ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБСЛУЖИВАЕНИЕ И УХОД — 20
- УСТРАНЕНИЕ НЕИСПРАВНОСТЕЙ — 23
- СХЕМА СООТНОШЕНИЯ ПУЛЬСА И КОМФОРТА — 28
- ИЗОБРАЖЕНИЕ В РАЗОБРАННОМ ВИДЕ — 29
- КОМПЛЕКТУЮЩИЕ — 31
- ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ — 32

動是夢想的開始

DREAM IS POWER



MADE IN TAIWAN **8650**