ТОТ САМЫЙ
МАГАЗИН

Инструкция пользователя

Выбрать

Беговая дорожка



Esprit

CT100

Руководство пользователя

Введение

Поздравляем Вас с приобретением беговой дорожки Esprit CT100. Пожалуйста, внимательно изучите настоящее руководство пользователя перед началом эксплуатации изделия.

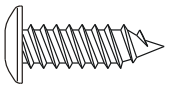
Спецификация

- Двигатель: 2 ЛС
- Скорость: 1.0 – 16 км/ч
- Беговая поверхность: 510 мм x 1400 мм
- Угол наклона: 0-12 уровней
- Система складывания: есть

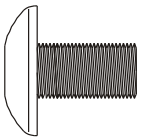


- **Максимальный вес пользователя 140 кг**

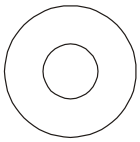
Крепежи и мелкие части



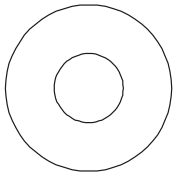
#74. 3.5 × 12 мм
Болт (4 шт.)



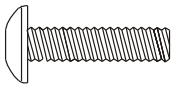
#99. 5/16" × 1/2"
Болт (14 шт.)



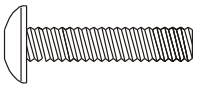
#100. 5/16" × 18 × 1.5T
Шайба (6 шт.)



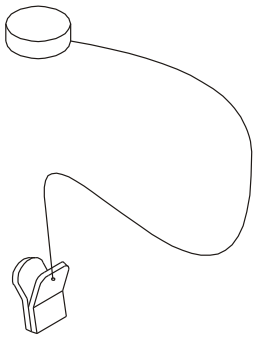
#101. 5/16" × 23 × 1.5T
Изогнутая шайба (8 шт.)



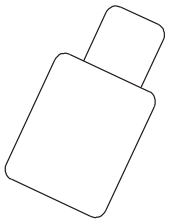
#125. M5 × 25мм
Болт (2шт.)



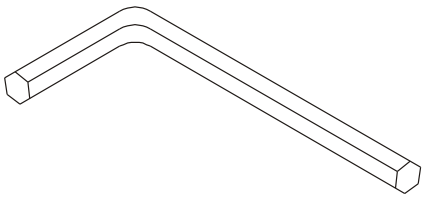
#126. M5 × 35мм
Болт (2шт.)



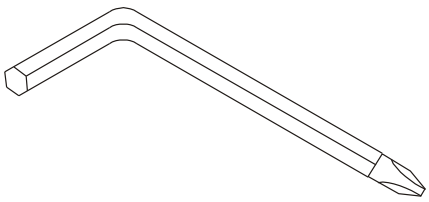
#44. Ключ безопасности
(1шт.)



#104. Смазка (1шт.)



#103. M6 (66 × 88)
Шестигранник (1 шт.)

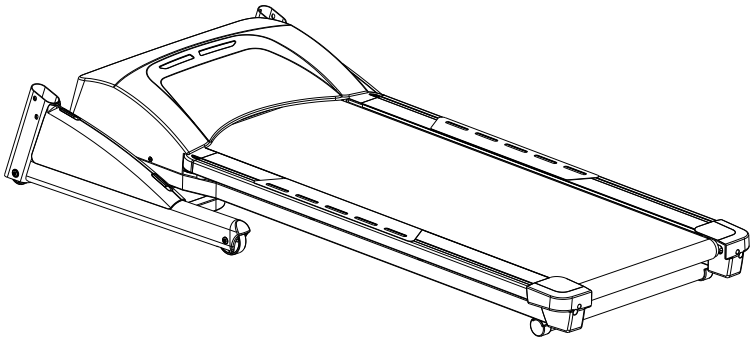


#102. Шестигранник-отвертка
(1шт.)

СБОРКА

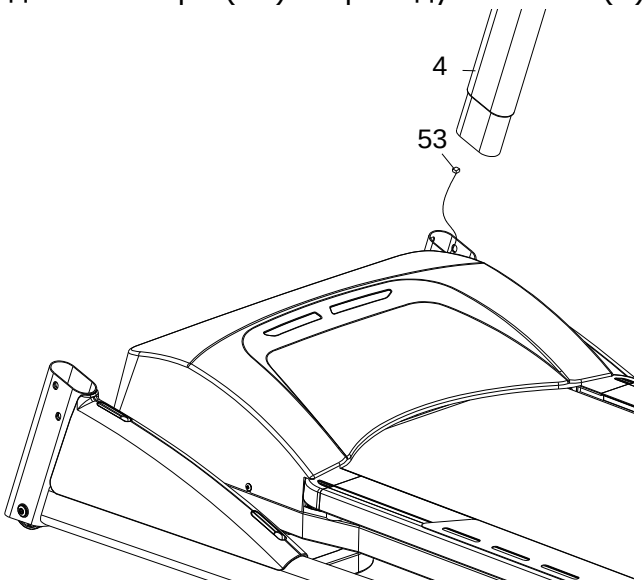
Шаг 1.

Выньте беговую дорожку из коробки и установите ее на ровную поверхность.



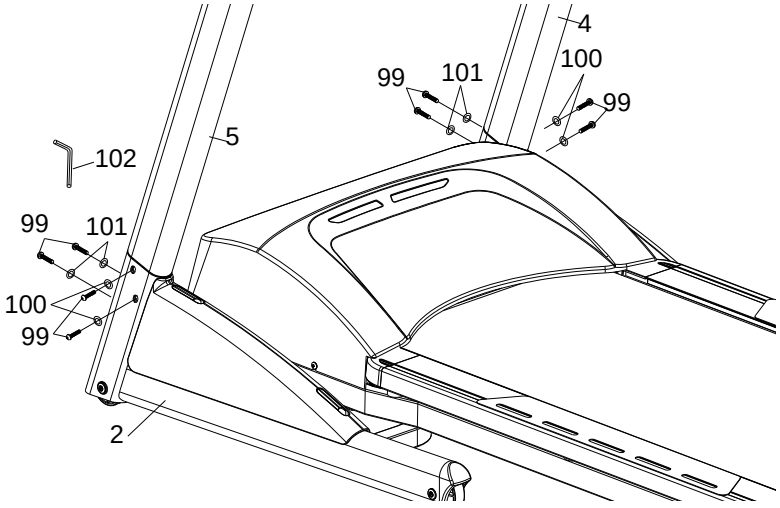
Шаг 2.

Подключите провод комп’ютера (53) к проводу в стойке (4).



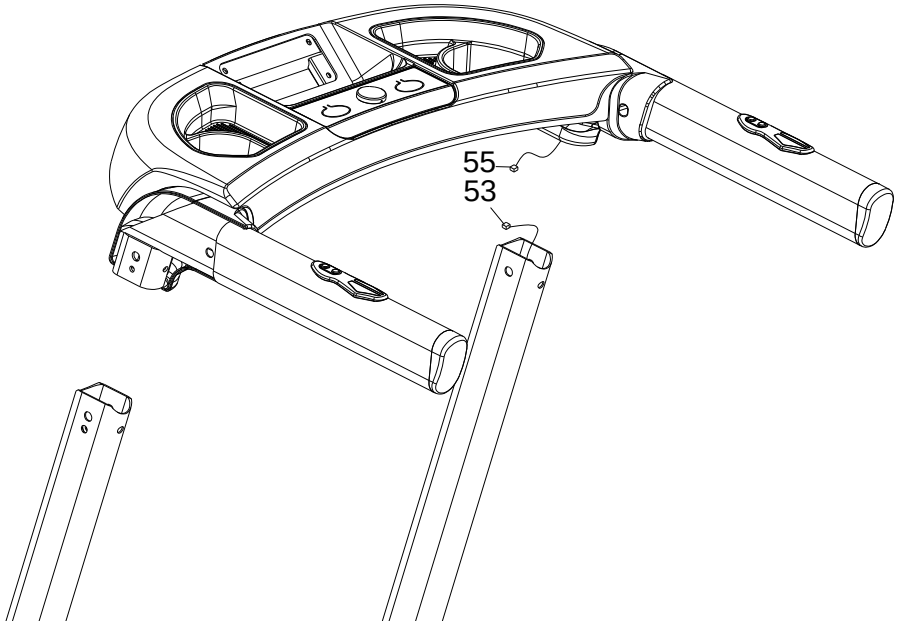
Шаг 3.

Вставьте левую и правую опорные стойки (4,5) в рамное основание (2) и закрепите их болтами и изогнутыми шайбами 5/16”x1/2” (100), и изогнутыми шайбами Ø5/16" × 19x1.5T (101).



Шаг 4.

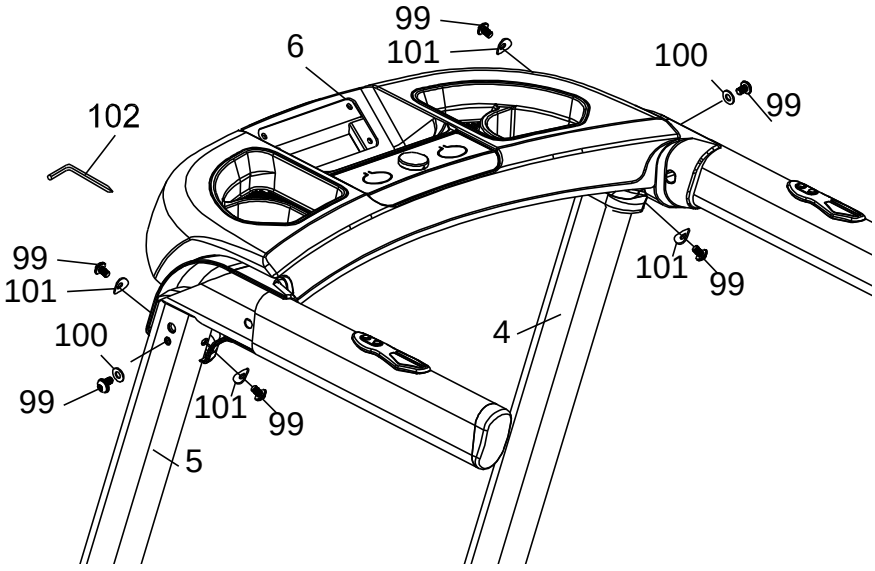
Подключите верхнюю часть провода компьютера (55) к части



(53).

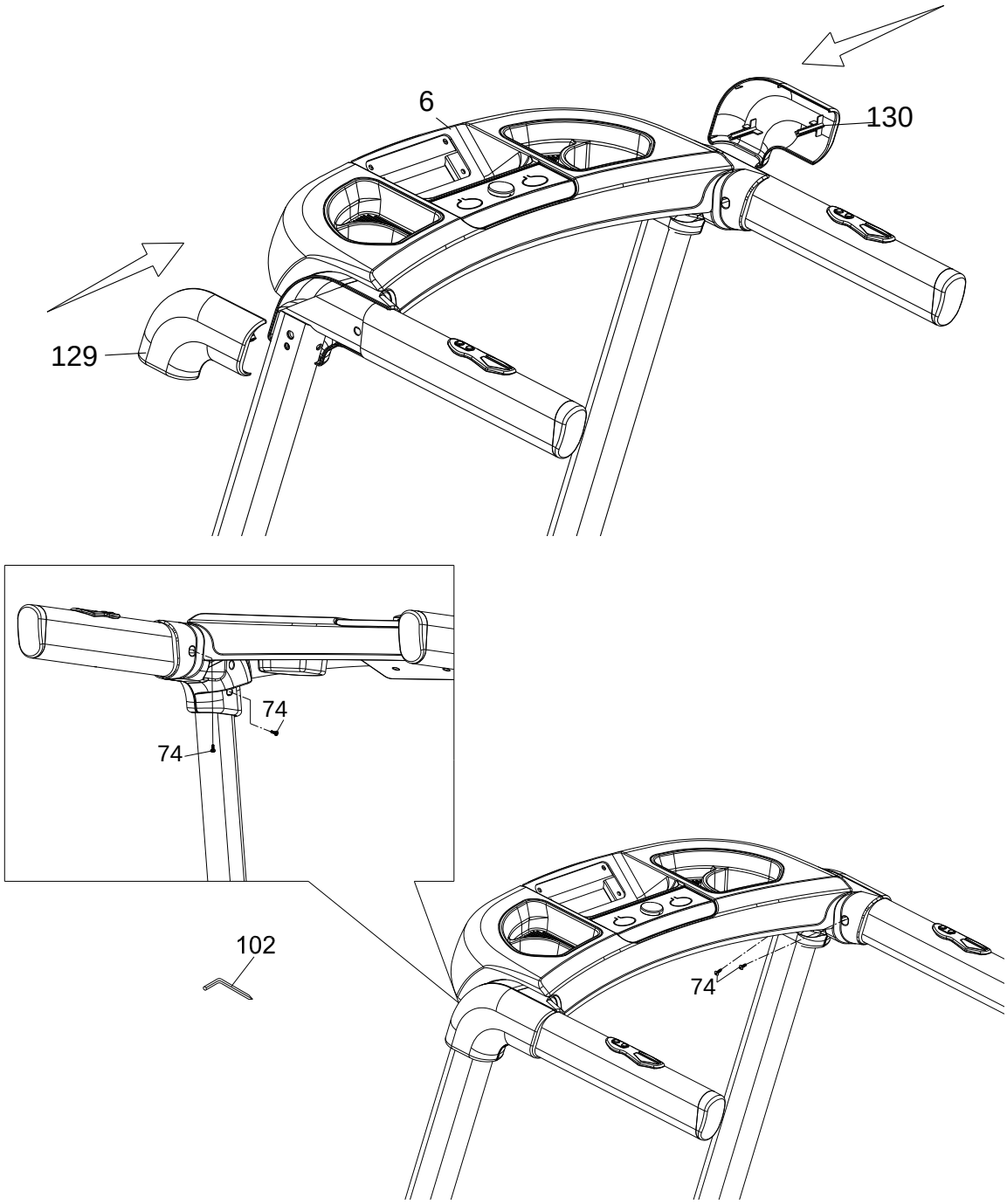
Шаг 5.

1. Установите основание консоли (6) на опорные стойки (4,5).
2. Прикрутите основание консоли (6) к опорным стойкам (4,5) с помощью 5/16" × ½'' болтов (100), и 5/16"×19×1.5T изогнутых шайб (101).



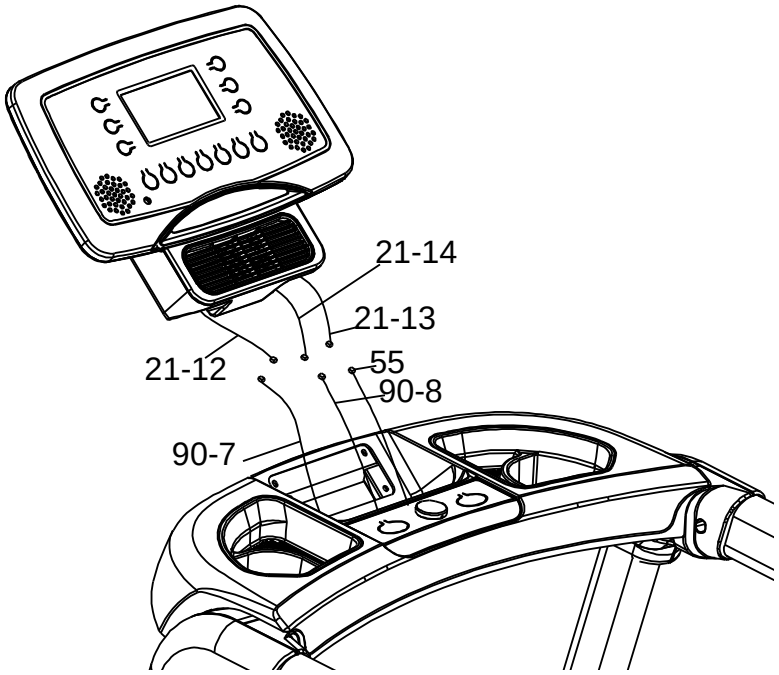
Шаг 6.

Установите левую и правую декоративные накладки на рукоятки (129 & 130) на стойку консоли (6) и закрепите болтами 3.5 × 12 мм (74).



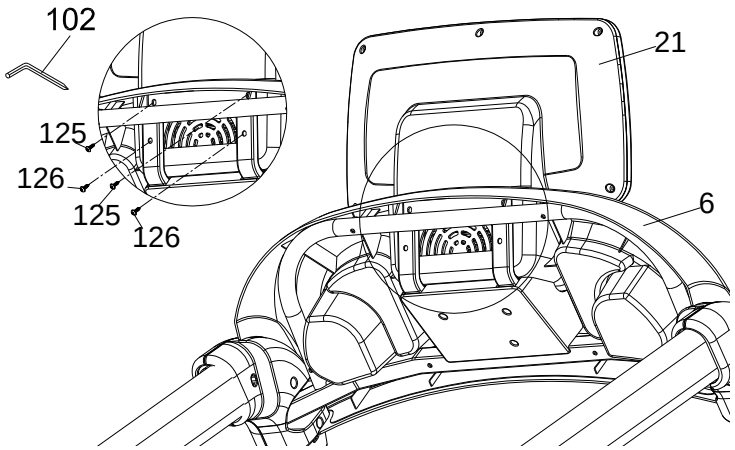
Шаг 7.

Соедините провод компьютера (55) с проводом (21-13).
Соедините провод (90-7) с проводом (21-12).
Соедините 5-штыревой HR-провод (21-14) с проводом (90-8).



Шаг 8.

1. Установите консоль (21) на стойку (6).
2. Закрепите болтами M5×25мм (125) и M5×35мм (126).



Управление консолью



Подключите беговую дорожку к источнику питания, включите свитчер на моторном отсеке. Убедитесь, что ключ безопасности подключен, так как без него беговая дорожка не включится. На дисплее отобразятся показания одометра (общее время использования и пройденное расстояние). По истечению 150 часов или после прохождения 100 км, на дисплее отобразится напоминание о необходимости смазки беговой поверхности.

Отображаемые показатели:

TIME : отображает время от 00:00~99:59.

SPEED : отображает скорость от 1км/час до 16 км/час

DISTANCE : отображает пройденное расстояние 0.1~99.99 км.

CALORIES : отображает сожженные калории от 0.1~999.9.

INCLINE : отображает угол наклона беговой поверхности 0~15.

PULSE : отображает текущий пульс (если держаться обеими руками за пульсометры или надеть нагрудный датчик)

LAPS : отображает беговой трек длиной в 0.4 км с положением на нем.

Кнопки:

START : Запуск бегового полотна.

STOP : Остановка бегового полотна.

FAST : Увеличение скорости бегового полотна. Одно нажатие увеличивает скорость на 0.1 км/час.

SLOW : Уменьшение скорости бегового полотна. Одно нажатие уменьшает скорость на 0.1 км/час.

UP : Увеличение угла наклона. Одно нажатие увеличивает угол наклона на один уровень.

DOWN : Уменьшение угла наклона. Одно нажатие уменьшает угол наклона на один уровень.

ENTER : Нажмите эту кнопку, чтобы установить параметр. Во время бега нажмите нажатие этой кнопки приводит к переключению отображения профиля скорости и угла наклона.

FAN : Включение-выключение вентилятора.

PROGRAM : Кнопка для выбора программного режима. Существует 4 режима: MANUAL (Ручной), RANDOM PROGRAM (Случайный профиль), USER (Пользовательский) и HRC (Пульсозависимый).

SELECT : В режиме RANDOM PROGRAM, каждое нажатие этой кнопки генерирует новый профиль.

Кнопки быстрого доступа к скорости : есть пять кнопок быстрого доступа к скорости: 2 км/час, 4 км/час, 6 км/час, 8 км/час и 10 км/час.

Кнопки быстрого доступа к углу наклона : есть пять кнопок быстрого доступа к углу наклона: 2, 4, 6, 8 и 10.

Ключ безопасности: Подключите ключ после включения дорожки. Если ключ вынуть, беговая дорожка отключится автоматически.

Быстрый старт (P0 MANUAL – Ручной режим)

Нажмите кнопку START, чтобы запустить дорожку сразу же после подключения ключа безопасности. Скорость и угол наклона минимальны. Пользователь сам регулирует угол наклона и скорость движения бегового полотна во время тренировки.

В ручном режиме существует две программы. Первая из них (Быстрый старт) описана ранее. Вторая – Программа обратного отсчета описана далее.

A. Кнопкой PROMGGRAM выберите PO MANUAL и нажмите ENTER. Установите свой вес кнопками FAST/SLOW и нажмите ENTER.

B. Установите свой возраст кнопками FAST/SLOW и нажмите ENTER.

C. Выберите один из факторов, которые будут отсчитываться от заданного числа к нулю: TIME (продолжительность), DISTANCE (расстояние), CALORIES (калории), нажмите SELECT для подтверждения выбора и ENTER для установки значения параметра.

D. Кнопками FAST/SLOW установите значение желаемого параметра и нажмите START, чтобы запустить дорожку.

E. Вы можете нажать STOP, чтобы вернуться к предыдущему шагу установки.

RANDOM PROGRAM (Режим случайного выбора)

В этом режиме профайл изменения угла наклона и скорости генерируется программой случайным образом. Пользователь может генерировать их до тех пор, пока не получит желаемый профайл:

A. Кнопкой PPROGRAM выберите RANDOM PROGRAM и нажмите ENTER.
B. Программа сгенерирует профайл и в течении 5 секунд будет отображать график изменения скорости, а следующие 5 секунд – график изменения угла наклона. Нажмите ENTER, чтобы выбрать этот профайл и перейти к следующим настройкам. Нажмите SELECT, чтобы сгенерировать новый профайл.
C. Установите свой вес кнопками FAST/SLOW и нажмите ENTER.
D. Установите свой возраст кнопками FAST/SLOW и нажмите ENTER.
E. Установите желаемую продолжительность тренировки кнопками FAST/SLOW и нажмите START.
F. Профайл может быть сохранен, как USER (пользовательский) по окончанию тренировки.

USER (Пользовательский режим)

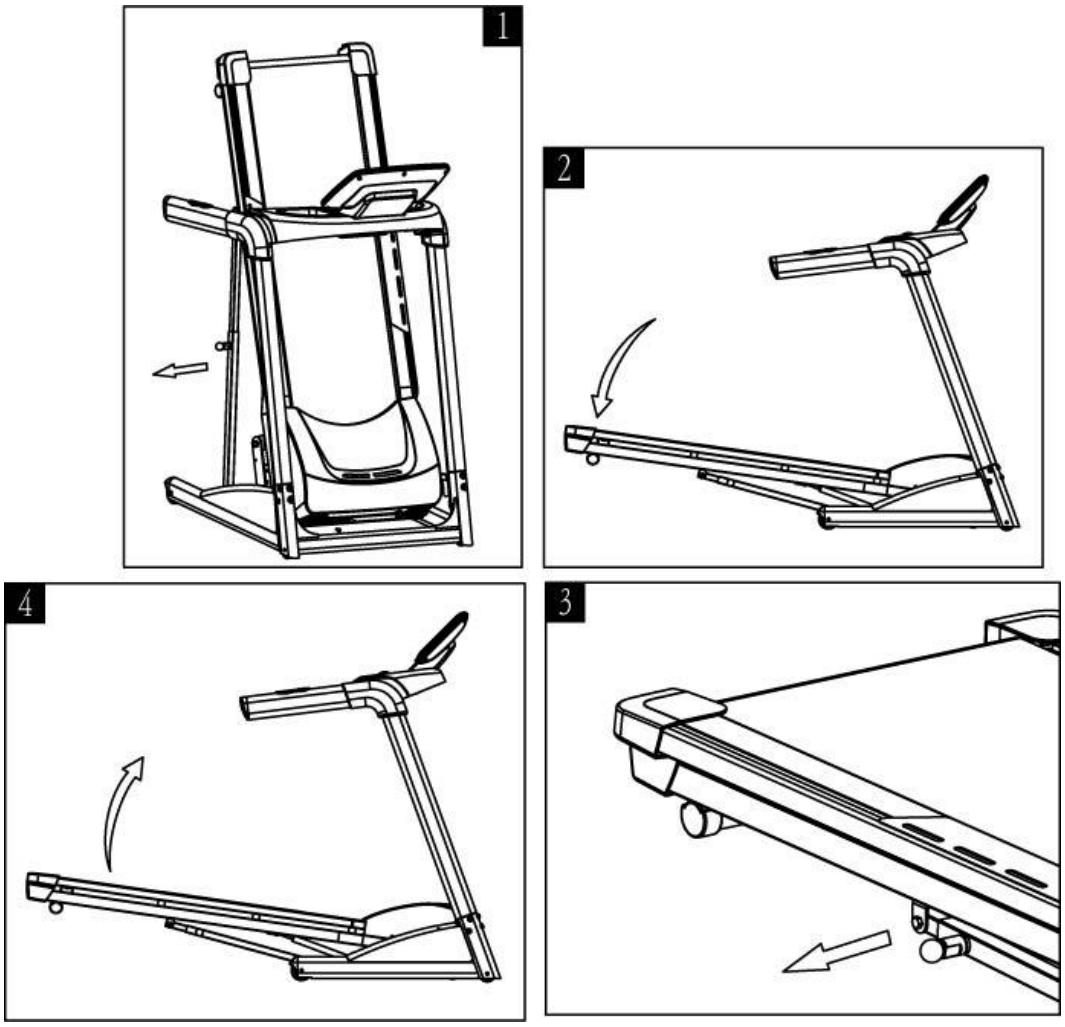
Этот режим предоставляет возможность сохранить пять собственных профайлов изменения угла наклона и скорости.

A. Кнопкой PROGRAM выберите USER. Если пользовательские программы до этого не создавались – центральный дисплей будет пустой. Если все пять профайлов сохранены, программа попросит переписать одну из них. Кнопками UP/DOWN выберите имена пользователей.
B. Установите свой вес кнопками FAST/SLOW и нажмите ENTER.
C. Установите свой возраст кнопками FAST/SLOW и нажмите ENTER.
D. Установите желаемую продолжительность тренировки кнопками FAST/SLOW и нажмите ENTER.
E. На матричном дисплее отобразится поле для ввода профайла скорости. Кнопками FAST/SLOW установите значение скорости для данного сегмента и нажмите ENTER. Профайл состоит из 20 сегментов. По окончанию установки 20 сегментов нажмите ENTER, чтобы перейти к установке профайла угла наклона.
F. На матричном дисплее отобразится поле для ввода профайла угла наклона. Кнопками FAST/SLOW установите значение угла наклона для данного сегмента и нажмите ENTER. Профайл состоит из 20 сегментов. По окончанию установки 20 сегментов нажмите START, чтобы начать тренировку.

HRC (Пульсозависимый режим)

Для этого режима рекомендуется использовать нагрудный датчик. Программа требует, чтобы консоль стабильно получала сигнал от датчика пульса. Если таковой отсутствует, программа останавливается. В пульсозависимом режиме есть две программы:
HRC1 регулирует нагрузку изменяя скорость.
HRC2регулирует нагрузку изменяя угол наклона.

A. Кнопкой PROGRAM выберите HRC. Нажмите ENTER, чтобы войти в этот режим, и кнопкой SELECT переключайтесь между двумя программами. Нажмите ENTER для установки следующих параметров.
B. Установите свой вес кнопками FAST/SLOW и нажмите ENTER.
C. Установите желаемую продолжительность тренировки кнопками FAST/SLOW и нажмите ENTER.
D. Установите свой возраст кнопками FAST/SLOW и нажмите ENTER.
E. Целевой пульс находится в рамках 55%~85% от значения, подсчитанного программой исходя из данных о Вашем возрасте. Нажмите START, чтобы начать тренировку.



- **Раскладывание**
  Потяните на себя фиксатор, расположенный на ножке и опустите деку в горизонтальное положение (рис.1_2.).

- **Складывание**
  Правой рукой потяните фиксатор, левой подымайте деку, пока не сработает защелка (рис.3-4).

- **Перемещение**
  Перед перемещением беговой дорожке, убедитесь, что она сложена.

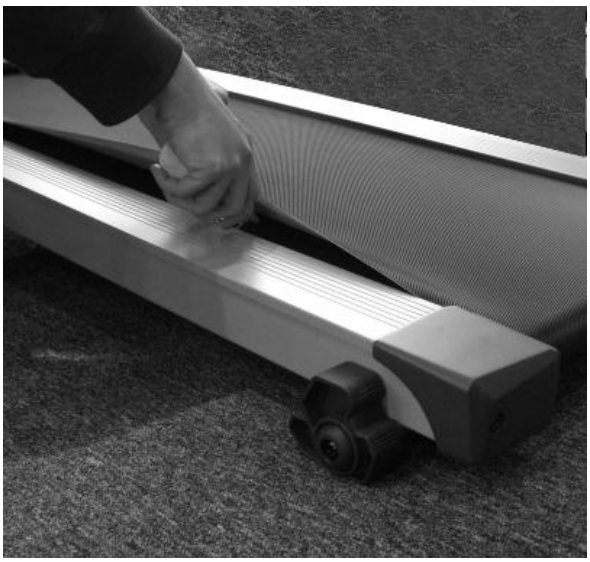
1). Возьмитесь за рукоятки беговой дорожки. Одной ногой упритесь в основание рамы.
2). Наклоните беговую дорожку на себя, пока центр тяжести не перенесется на транспортировочные ролики. Переместите тренажер в новое место.
3). Упритесь одной ногой в основание рамы и осторожно поставьте дорожку

➢ Центрирование бегового полотна



Если во время использования беговой дорожки вы заметили, что полотно сместилось вправо или влево от центра, выньте ключ безопасности и отключите тренажер от сети. С помощью шестигранника проверните регулировочный болт левого подпятника по часовой стрелке не более, чем на четверть оборота. Отложите шестигранник в сторону, вставьте ключ безопасности и подключите тренажер к источнику питания. Запустите дорожку и понаблюдайте за полотном в течении нескольких минут. Если проблема не устранилась, повторите операцию с начала.

➢ Смазывание беговой поверхности



Для обеспечения долговечной работы деки и полотна, беговую поверхность тренажера необходимо периодически смазывать.

Как определить, когда необходимо смазывать тренажер?
Приподнимите одну сторону бегового полотна.
Если поверхность сухая на ощупь, ее необходимо смазать.

Как наносить смазку?
Приподнимите одну сторону бегового полотна.
Вылейте половину содержимого бутылочки со смазкой на деку настолько близко к ее центру, насколько это возможно.
Пройдитесь в течении 3-5 минут по беговой дорожке на малой скорости, чтобы смазка равномерно распределилась по деке.

ВНИМАНИЕ: Не используйте слишком много смазки. Вытрите ветошью лишнюю смазку, если она начнет накапливаться между полотном и боковыми накладками.
Первый раз смазывание необходимо провести в течении 2-3 месяцев с момента покупки, следующий раз – после каждых 180 часов использования или 1000 км пробега.

Обратите внимание!















ТОТ САМЫЙ МАГАЗИН

www.f.ua