Руководство по сборке для моторизованной беговой дорожки



Пожалуйста, перед использованием этого оборудования, внимательно прочитайте все предостережения и инструкции в этом руководстве. Сохраните это руководство для дальнейшего использования.

СОДЕРЖАНИЕ

Содержание	1
Инструкция по безопасности	2-3
Инструкция по сборке	4-6
Гид по эксплуатации	7-12
Как складывать и перемещать	13
Предлагаемая растяжка	14-15
Обслуживание	16-17
Схема	18
Список деталей	19

ИНСТРУКЦИЯ ПО БЕЗОПАСНОСТИ

При использовании этого продукта всегда следует соблюдать основные меры предосторожности, включая следующие:
Пожалуйста, внимательно прочитайте инструкцию перед тем, как начать использование данного оборудования.

Опасно – Чтобы снизить риск поражения электрическим током:

1. всегда отключайте оборудование из розетки после тренировки и перед очисткой.

ВНИМАНИЕ – Для снижения риска ожогов, пожара, поражения электрическим током или получения телесных повреждений:

1. Подключенное оборудование нельзя оставлять без присмотра. Отключайте устройство от розетки, когда оно не используется.
2. Требуется пристальное наблюдение если оборудование используется детьми или инвалидами, а также если дети находятся вблизи оборудования.
3. Используйте оборудование только по назначению, как описано в этом руководстве. Не используйте какое-либо приспособление, не рекомендованное производителем, во избегания какой-либо опасности или несчастных случаев.
4. Никогда не эксплуатируйте оборудование, если оно имеет поврежденный шнур или вилку, если оно не работает должным образом, если оно повреждено или попало в воду. Пожалуйста, верните оборудование в сервисный центр продавца для осмотра и ремонта.
5. Не перемещайте оборудование держа его за шнур питания, не используйте шнур в качестве ручки.
6. Держите шнур вдали от нагретых поверхностей.
7. Никогда не используйте оборудование с заблокированными вентиляционными отверстиями. Следите чтобы вентиляционные отверстия были свободными от ворса, волос и т. д.
8. Никогда не бросайте и не вставляйте какие-либо предметы в отверстия.
9. Не используйте и не эксплуатируйте оборудование на открытом воздухе.
10. Не используйте оборудование, где используются аэрозольные (распыляемые) продукты или где малое содержание кислорода.
11. Перед выключением питания выключите все органы управления в положение выключения, затем выньте вилку из розетки.
12. Подключайте оборудование только к правильно заземленной розетке.
13. Если беговая дорожка складная, когда пользователь заканчивает использование беговой дорожки, высота должна быть возвращена в исходное положение.
14. Пользователь не может одновременно складывать беговую дорожку во время ее использования.
15. Следите за безопасным расстоянием позади беговой дорожки 2000 мм x 1000 мм
16. Данное оборудование предназначено только для бытового использования.
17. Для беговой дорожки с функцией складывания и электрического подъема убедитесь, что перед складыванием стоит отметка 0 (во избежание помех компонентам оборудования).
18. Прекратите использовать беговую дорожку, если вы чувствуете слабость, головокружение или у вас затрудненное дыхание.
19. Во время использования беговой дорожки одевайте соответствующую одежду для упражнений. Не носите свободную одежду, которая может попасть в беговую дорожку. Спортивная одежда рекомендуется как для мужчин, так и для женщин. Всегда одевайте спортивную обувь. Никогда не используйте беговую дорожку босыми ногами, или надев только носки, не обувайте сандалии

ИНСТРУКЦИЯ ПО ЗАЗЕМЛЕНИЮ

Оборудование должно быть заземлено. Если произойдет сбой или неисправность, заземление обеспечит путь наименьшего сопротивления электрическому току, что позволит снизить риск поражения электрическим током.

Продукт оснащен шнуром, имеющим заземляющий проводник и заземляющую пробку.

Вилка должна быть подключена к соответствующей розетке, которая правильно установлена и заземлена в соответствии со всеми местными правилами и нормами.

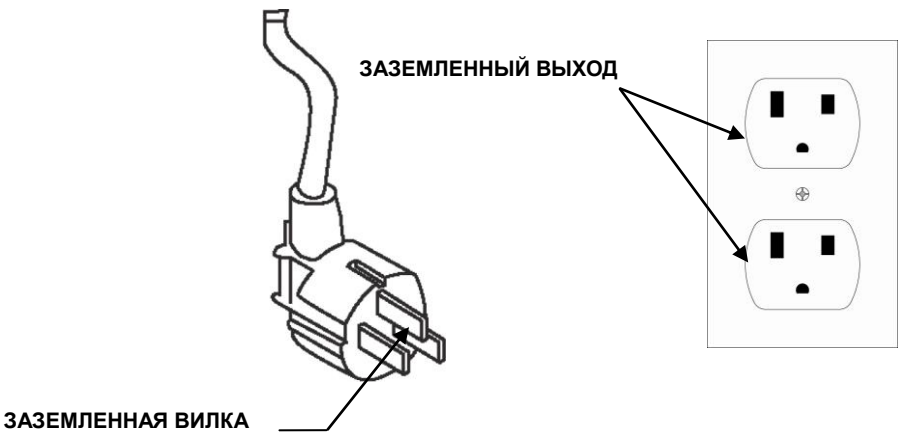
Опасно – Неправильное подключение заземляющего проводника оборудования может привести к поражению электрическим током. Проконсультируйтесь с квалифицированным электриком, если у вас есть сомнения относительно правильности заземления оборудования. Не меняйте вилку, поставляемую с продуктом, - если она не подходит к розетке, установите соответствующую розетку с помощью квалифицированного электрика.

Оборудование предназначено для использования на номинальном напряжении 220-240 вольт и имеет заземляющую вилку, которая выглядит, как показано на рисунке. Убедитесь, что устройство подключено к розетке, имеющей ту же конфигурацию, что и вилка.

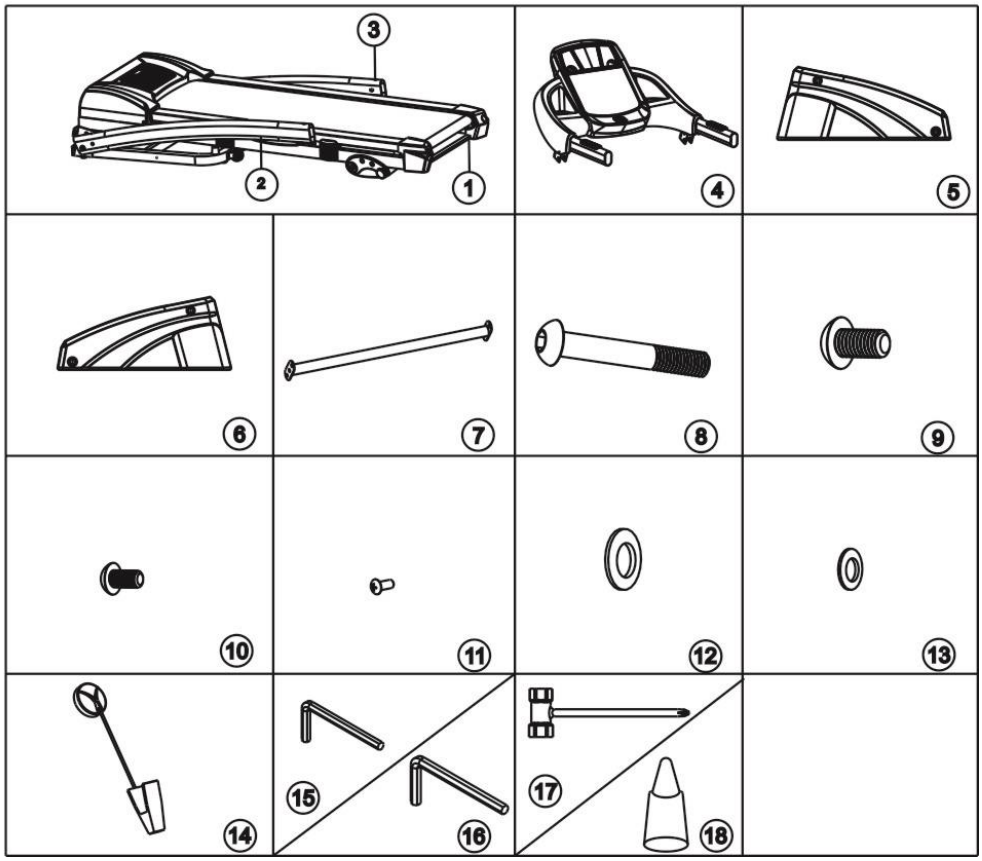
Для данного оборудования нет необходимости использовать адаптер.

Рисунок

Методы заземления



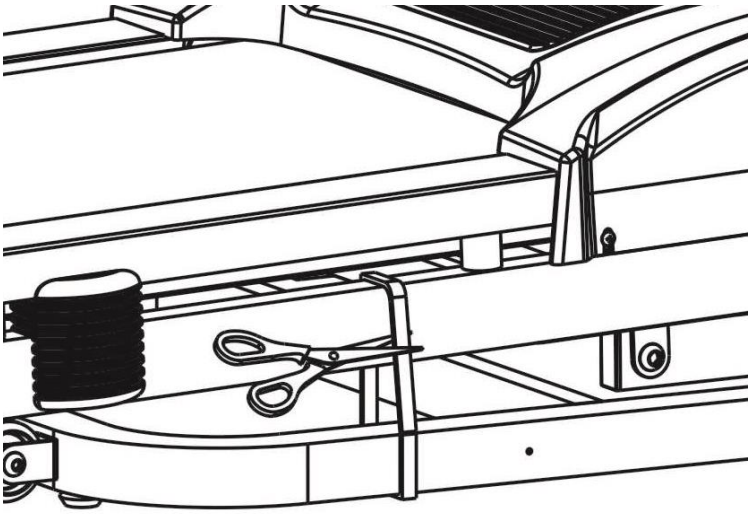
ОТКРЫВ КОРОБКУ ВЫ ОБНАРУЖИТЕ ДЕТАЛИ, ПОКАЗАННЫЕ НИЖЕ



Список деталей					
№	Описание	Количество	№	Описание	Количество
1	Главная рама	1 н-р	10	Болт M8x15	4 шт
2	Левая стойка	1 шт	11	Болт M5x12	4 шт
3	Правая стойка	1 шт	12	Шайба M10	4 шт
4	Консоль	1 шт	13	Шайба M8	4 шт
5	Левая крышка основания	1 шт	14	Ключ безопасности	1 шт
6	Правая крышка основания	1 шт	15	Ключ 6#	1 шт
7	Поддерживающая труба	1 шт	16	Ключ 5#	1 шт
8	Болт M10x50	2 шт	17	Отвертка	1 шт
9	Болт M10x20	2 шт	18	Смазка	1шт

ИНСТРУКЦИЯ ПО СБОРКЕ

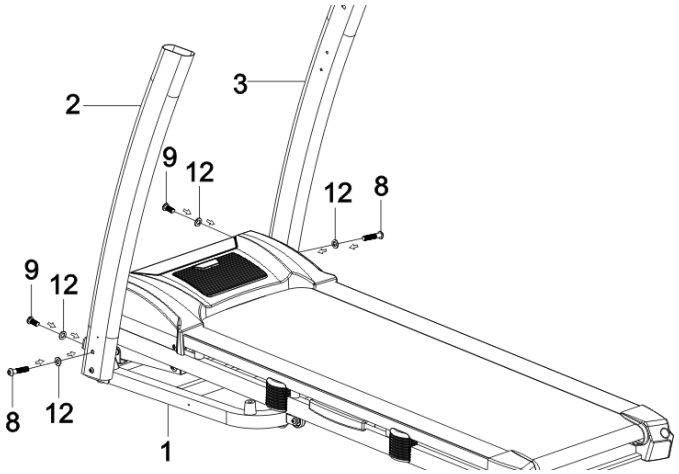
ШАГ 1



1. Обратите внимание, что для беговой дорожки требуется как минимум 2 человека для завершения сборки.
2. Откройте картонную коробку, выньте всю защитную пену и монтажные детали.
3. Как показано на рисунке, выньте основание, положите его на ровный пол и затем разрежьте ремень.

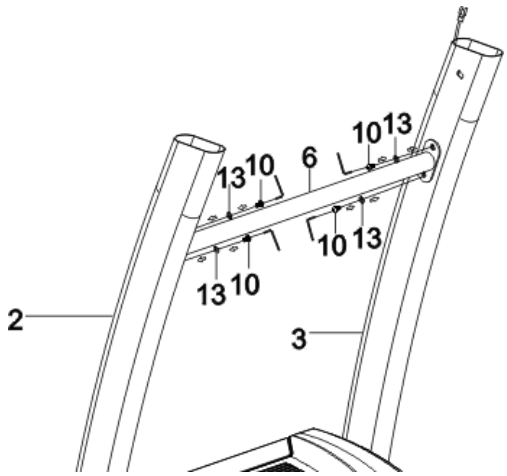


ШАГ 2



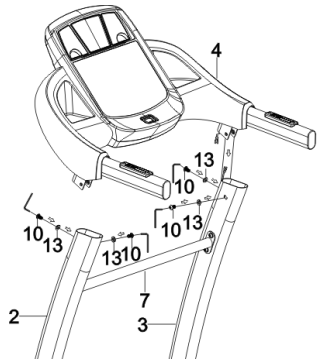
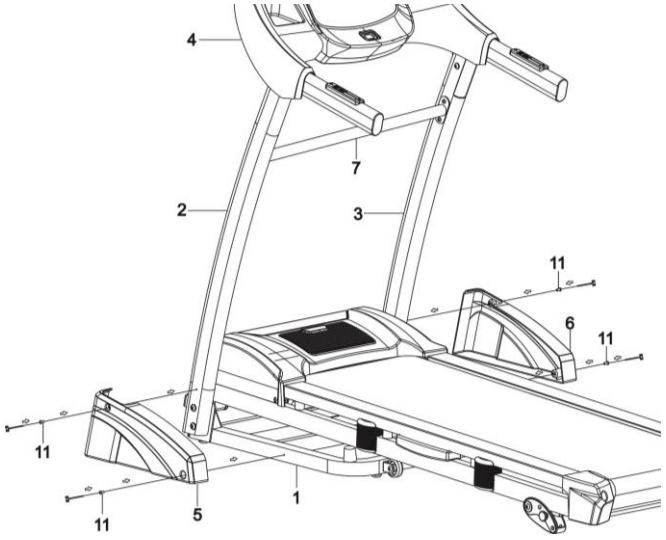
1. Поднимите левую стойку (2) и используя шестигранный ключ (16), зафиксируйте левую стойку (2) с помощью 1-го болта M10x50 (8), 1-го болта M10x20 (9) и 2-х шайб M10 (12).
2.Сделайте то же самое для правой стойки (3).

ШАГ 3



1.Используйте 5 # гаечный ключ (16), чтобы установить поддерживающую трубку (7) в левую стойку (2) и правую стойку (3) закрепив 4-мя болтами M8 * 15 (10) и 4-мя шайбами M8 (13)

ШАГ 4

	1. Используйте 5 # гаечный ключ (17), чтобы соединить протянутый кабель от консоли (4) с протянутым кабелем правой стойки (3) и кабелем левой стойки (2), закрепите болтами M8 * 15 (10), 4-мя шайбами M8 (13). Обратите внимание на подсоединение кабеля, неправильное соединение может привести к повреждению разъема.
	1.С помощью отвертки установите левую нижнюю крышку (5) слева на стойку (2) с помощью 4-х болтов M5 * 12 (11). Сделайте то же самое для правой крышки основания (6).



ПРИМЕЧАНИЕ. Для вашей безопасности и комфорта проверьте, все ли винты закреплены.

Поздравляем! Новая моторизованная беговая дорожка успешно собрана!

ГИД ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ

ОБЩИЕ СОВЕТЫ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ

A. Перед началом тренировки проверьте установку беговой дорожки.
B. Прикрепите ключ безопасности к компьютеру (беговая дорожка не будет работать без ключа безопасности). Закрепите другой конец ключа (клипсу) безопасности на свою одежду, прежде чем начать занятия. Это необходимо для того чтобы дорожка остановилась, если пользователь случайно сойдет с беговой дорожки.
C. Если пользователь упадет с беговой дорожки, ключ безопасности выйдет из компьютера, и дорожка сразу остановится, чтобы избежать дальнейших травм.
D. Не становитесь на беговое полотно при запуске беговой дорожки. Потяните полотно и встаньте на пластиковые подножки.
E. Беговая дорожка начнет движение со скоростью 1.0 км/ч после обратного отсчета. Если вы новичок, оставайтесь на медленной скорости и держитесь за поручни, пока не почувствуете себя комфортно.

КРАТКОЕ РУКОВОДСТВО



ФУНКЦИИ ДИСПЛЕЯ

TIME/ВРЕМЯ: Отсчитывает общее время тренировки с 0:00 до 99:00 минут.
PULSE/ПУЛЬС: После захвата датчиков пульса из стали на передних поручнях начинается считка данных пульса и отображается текущая частота сердечных сокращений в ударах в минуту от 50 до 200.
SPEED/СКОРОСТЬ: Отображает текущую скорость полотна от 1,0 км/ч до 16.0 км/ч.
CALORIE/КАЛОРИИ: Аккумулирует потребление калорий во время тренировки. Максимальное значение 990 Ккал.
DISTANCE/РАССТОЯНИЕ: Отображает расстояние пройденное за тренировку от 0 до 99.0 км путем подсчета;
Отображает полное расстояние пройденное за тренировку от 0,5 до 99,0 км путем обратного отсчета

НАЧАЛО

ПРИМЕЧАНИЕ:

1. Убедитесь, что ничего не препятствует движению беговой дорожки.

2. Подключите шнур питания и включите беговую дорожку.

3. Встаньте на подножки беговой дорожки.

4. Прикрепите ключ безопасности (клипсу) к одежде.

5. Вставьте ключ безопасности в отверстие для ключа безопасности в консоли, беговая дорожка будет находиться в состоянии старта/ готовности.

6. На обоих поручнях есть две кнопки, справа - SPEED + и SPEED-, слева - START и STOP. Все они будут выполнять те же функции, что и кнопки SPEED +/- на компьютере.

7. У вас есть два варианта начать тренировку:

A.БЫСТРЫЙ СТАРТ

Просто нажмите кнопку START для начала работы.

B.ВЫБОР ПРОГРАММЫ

Выберите программу вручную нажав кнопку MODE или нажав кнопку PROGRAM, чтобы ввести ручную программу или одну из 8 заданных программ тренировок.

БЫСТРЫЙ СТАРТ - РУКОВОДСТВО

ШАГ 1: Прикрепите ключ безопасности, чтобы разбудить дисплей; беговая дорожка будет находиться в состоянии старта / готовности.

ШАГ 2: Нажмите кнопку START, чтобы начать движение полотна после обратного отсчета. Используйте кнопки SPEED +/- или QUICK SPEED для настройки желаемой скорости в любое время во время тренировки. Скорость также может регулироваться кнопками на поручнях, кнопки правого поручня для регулировки скорости.

ШАГ 3: Чтобы определить пульс, просто возьмитесь руками за поручни где расположены пластины из нержавеющей стали. Для отображения значения может потребоваться несколько секунд. Частота пульса будет отображаться в окне PULSE.

ШАГ 4: Во время быстрого запуска значения TIME/ВРЕМЯ, CALORIE/КАЛОРИИ и DISTANCE/РАССТОЯНИЕ также начнут подсчитываться.

ГИД ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ

РУКОВОДСТВО ПО РУЧНОМУ ВЫБОРУ ПРОГРАММЫ

ПРИМЕЧАНИЕ:
В рамках этой программы один из показателей DISTANCE/РАССТОЯНИЕ, CALORIE/КАЛОРИИ или TIME/ВРЕМЯ может быть настроен на обратный отсчет для вашей тренировки. Другие будут просто подсчитываться во время тренировки. После того как обратный отсчет достигнет 0, программа закончится и остановит движение полотна. Если вам нужно продолжить, нажмите кнопку START, чтобы начать движение полотна после обратного отсчета.

ШАГ 1: Прикрепите ключ безопасности, чтобы разбудить дисплей; беговая дорожка будет находиться в состоянии старта / готовности.

ШАГ 2: Нажмите кнопку MODE. В окне TIME появится 30:00. Нажмите кнопку SPEED +/-, чтобы установить время обратного отсчета с 5:00 до 99:00 минут.

Если вам не надо устанавливать TIME/ВРЕМЯ для обратного отсчета и переходить к другим показателям, снова нажмите MODE. В окне DIST появится 1.0. Вы можете установить обратный отсчет DISTANCE/РАССТОЯНИЯ с 1.0км - 99.0км.

Если вам не нужно устанавливать DISTANCE/РАССТОЯНИЕ для обратного отсчета, снова нажмите MODE. Окно CAL. отобразит 50. Вы можете установить обратный отсчет CALORIE/КАЛОРИЙ с 20 ккал до 990 ккал.

ШАГ 3: Закончив настройку обратного отсчета для тренировки, нажмите START, чтобы начать движение полотна после обратного отсчета.

ШАГ 4: Во время программы вы можете настраивать скорость, нажав кнопки SPEED +/- или нажав кнопки QUICK SPEED, для перехода непосредственно к настройке. Скорость также может регулироваться кнопками на поручнях; кнопки правого поручня для регулировки скорости.

ШАГ 5: Нажмите кнопку STOP, чтобы остановить тренировку или вытащите ключ безопасности из своего положения, чтобы выключить компьютер.

РУКОВОДСТВО ПО ПРЕДУСТАНОВЛЕННЫМ ПРОГРАММАМ

ЗАМЕТКИ:

Все предустановленные программы состоят из 18 временных сегментов; скорость и уклон заданы на каждом сегменте. Время истечения 18 сегментов в каждой программе будет автоматически настроено в соответствии с временем, установленным для вашего времени тренировки. Существует 64 предустановленных программы для 8 различных целей тренировок и 8 различных уровней интенсивности по каждой цели тренировки.

ШАГ 1: Прикрепите ключ безопасности, чтобы разбудить дисплей; беговая дорожка будет находиться в состоянии старта / готовности.

ШАГ 2: Нажмите кнопку PROGRAM, чтобы прокрутить 8 целей обучения и функцию BODY FAT. Целевая задача будет выбрана после нажатия вами кнопки PROGRAM. После выбора цели тренировки нажмите кнопку MODE, чтобы выбрать интенсивность от L1 до L8. После выбора интенсивности, нажмите кнопки SPEED +/-, чтобы задать время истечения. Предварительно установленное время прохождения каждой программы составляет 30:00 мин, и его можно изменить с 8:00 до 99:00 мин.

ШАГ 3: После изменения времени истечения нажмите кнопку START, чтобы принять и начать тренировку.

ШАГ 4: Во время выполнения программы вы можете отрегулировать скорость, нажав SPEED +/- или использовав кнопки QUICK SPEED для перехода непосредственно к настройке. Скорость также можно настроить с помощью кнопок на обоих поручнях: кнопки на правом поручне для регулировки скорости. Тем не менее, значение скорости, которую вы настраиваете, будет действовать только на текущем сегменте. После завершения сегмента значение SPEED/СКОРОСТЬ будет обрабатывать заданные значения.

ШАГ 5: Нажмите кнопку STOP, чтобы остановить тренировку или вытащите ключ безопасности из своего положения, чтобы компьютер отключился.

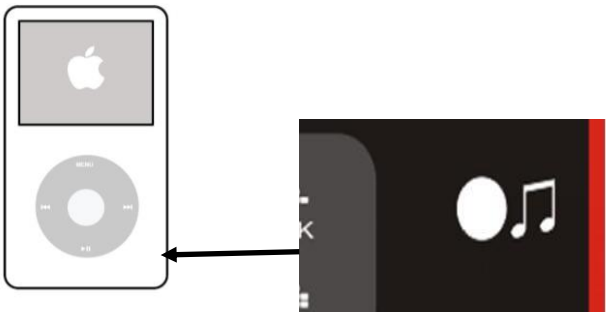
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ФУНКЦИИ ПУЛЬСА

Окно PULSE на вашем компьютере работает совместно с импульсными датчиками на обоих поручнях. Когда вы будете готовы определить свой пульс:

1. Плотно установите обе руки на импульсные датчики. Для наиболее точного чтения важно использовать обе руки.
2. Значение Вашего пульса будет отображаться в окне PULSE примерно через 5 секунд после того, как вы станете удерживать импульсные датчики.
3. Эта оценка не является точной, и люди с заболеваниями и / или особыми потребностями в точном определении сердечного ритма не должны полагаться на предоставленные значения.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ФУНКЦИИ АУДИО

Как показано на рисунке, подключите один конец аудио кабеля к аудио разъему на компьютере, а затем подключите другой конец аудио кабеля к MP3-плееру. Затем динамик на компьютере воспроизведет музыку из MP3-плеера. Объем звука может настраивается только MP3-плеером.



ВСТРОЕННЫЙ MP3 ПЛЕЕР

Компьютер имеет встроенную функцию MP3-плеера, и ее можно использовать со следующей инструкцией:

Включите питание беговой дорожки, прикрепите ключ безопасности, чтобы разбудить дисплей, а затем подключите USB-флеш или SD-карту.

Нажмите кнопку  это уменьшит звук. Нажмите кнопку  это увеличит звук динамика. Нажмите кнопку  к переходу на следующий музыкальный трек. Нажмите кнопку  для возврата к предыдущему музыкальному треку.

ОЦЕНКА ЖИРОВОЙ МАССЫ

Эта функция предназначена для оценки вашего жира в теле в соответствии с основной информацией о ваших персональных данных.
Эта оценка не является точной, люди имеющие медицинские показатели и / или имеющие особую потребность в точной величине жировых отложений не должны полагаться на предоставленные оценки.

ШАГ 1: Нажимайте кнопку PROGRAM несколько раз. На 9-ое нажатие кнопки PROGRAM, в окне DISTANCE будет отображаться FAT/ЖИР. Нажмите кнопку MODE, чтобы установить ваши параметры: AGE/ВОЗРАСТ, GENDER/ПОЛ, HEIGHT/РОСТ и WEIGHT/ВЕС.

ШАГ 2: После ввода функции BODY FAT, нажмите кнопку MODE. Появится окно F1 SPEED, окно PULSE отобразит 25 - оно отобразит ВОЗРАСТ. Нажмите кнопку SPEED +/-, чтобы установить свой возраст от 10 до 99. Затем нажмите кнопку MODE, чтобы перейти к следующему шагу.

ШАГ 3: После нажатия кнопки MODE в окне SPEED будет отображаться F2, в окне PULSE будет отображаться 01- оно представляет ПОЛ. Нажмите кнопку SPEED +/-, чтобы установить ваш пол 01 или 02, где 01 это MALE/МУЖЧИНА, 02 это FEMALE/ЖЕНЩИНА. Затем нажмите кнопку MODE, чтобы перейти к следующему шагу.

ШАГ 4: После нажатия кнопки MODE в окне SPEED будет отображаться F3, в окне PULSE будет отображаться 170, оно отображает РОСТ. Нажмите кнопку SPEED +/-, чтобы установить ваш рост от 100см-199см. Затем нажмите кнопку MODE, чтобы перейти к следующему шагу.

ШАГ 5: После нажатия кнопки MODE в окне SPEED будет отображаться F4, в окне PULSE будет отображаться 70 - оно отображает ВЕС. Нажмите кнопку SPEED +/-, чтобы установить ваш вес от 20кг-150кг. Затем нажмите кнопку MODE, чтобы перейти к следующему шагу.

ШАГ 6: После завершения настройки всей необходимой информации ваших данных нажмите кнопку «MODE» еще раз. Окно SPEED отобразит F5. Окно PULSE отобразит «-», это означает, что компьютер начинает работать для вычисления. Затем удерживайте датчик пульса на поручнях обеими руками, и примерно через 8 секунд после этого результат жира будет отображаться в окне INCLINE.

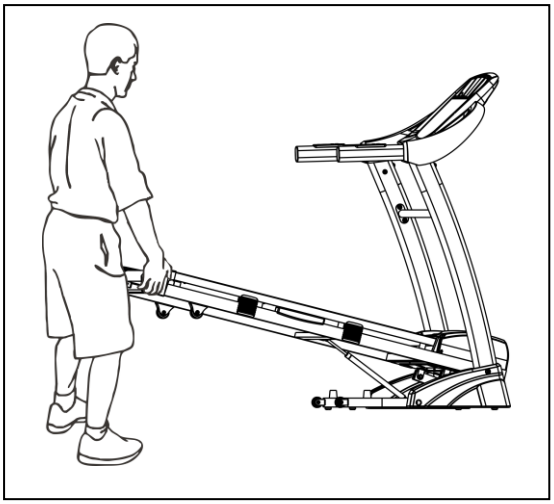
ТАБЛИЦА ЖИРОВОЙ МАССЫ

Результат, который отображен в шкале жировой массы тела, может быть ссылкой на состояние тела. Сопоставьте результаты измерения экрана дорожки с таблицей:

Состояние тела	Результат
Ожирение	BMI > 30
Лишний вес	26 < BMI < 30
Норма	19 < BMI < 25
Худоба	BMI < 19

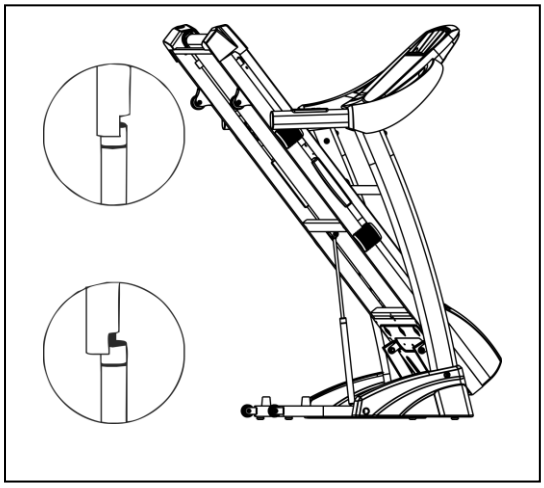
КАК СКЛАДЫВАТЬ И ПЕРЕМЕЩАТЬ

КАК СКЛАДЫВАТЬ БЕГОВУЮ ДОРОЖКУ



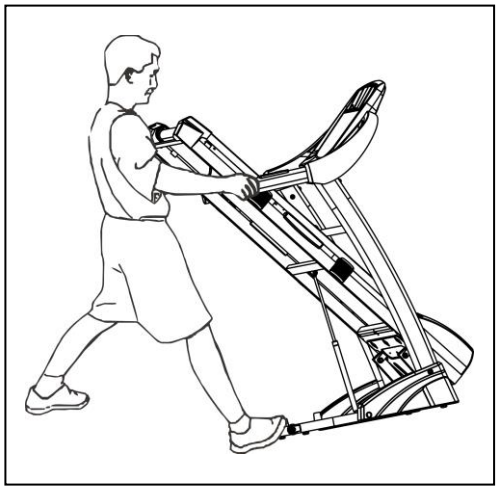
Перед тем как сложить дорожку, отсоедините шнур питания.
ВНИМАНИЕ: Вы должны быть в состоянии безопасно поднять вес в 45 футов (20 кг.).

1. Возьмитесь за беговую дорожку руками в местах показанных на рис. **ВНИМАНИЕ: Чтобы уменьшить вероятность травмы, согните ноги, а спину держите прямо. Когда вы поднимаете беговую дорожку, убедитесь, что выпрямляете ноги, и не поднимаете ее за счет спины.**
Поднимайте беговую дорожку до тех пор, пока беговая платформа не будет располагаться как показано на рисунке.



2. Если вы хотите разложить беговую дорожку в рабочее положение, сначала потяните складную ручку наружу, как показано на рисунке, а потом положите платформу на пол

КАК ПЕРЕМЕЩАТЬ БЕГОВУЮ ДОРОЖКУ



1. Упритесь одной ногой в колесико, а руки держите как показано на рисунке.
2. Наклоняйте беговую дорожку до тех пор, пока она не станет на колесики. Осторожно переместите беговую дорожку. **Никогда не перемещайте беговую дорожку не опрокинув ее назад. Не перемещайте беговую дорожку по неровной поверхности.**
3. Упритесь одной ногой в колесико и разложите беговую дорожку в исходное положение.

Успешная программа упражнений состоит из разминки, аэробных упражнений и восстановления. Делайте всю программу, по крайней мере, два или желательно три раза в неделю, отдыхая в течение дня между тренировками. Через несколько месяцев вы можете увеличить свои тренировки до четырех или пяти раз в неделю.

Разминка - важная часть вашей тренировки и должна начинаться перед каждым занятием, Она подготавливает ваше тело к более интенсивным упражнениям, разогревая и растягивая ваши мышцы, увеличивая кровообращение и частоту пульса, и поставляя больше кислорода вашим мышцам. В конце тренировки повторите эти упражнения, чтобы уменьшить проблемы с мышечными заболеваниями. Мы предлагаем следующие упражнения разминки и восстановления:

1. Внутренняя растяжка бедра

Соедините стопы ног. отведя колени в стороны. Подтяните стопы как можно ближе к паху надавите локтями на колени в течении 15 отсчетов.



2. Растяжка сухожилий

Сидя вытяните правую ногу. Стопу левой ноги прижмите к правому внутреннему бедру. Нагнитесь к правой ноге насколько это возможно в течении 15 отсчетов. Повторите тоже с левой ногой.



3. Вращение головой

На счет один наклоните голову вправо, чувствуя как растягиваются мышцы шеи. На второй счет опрокиньте голову назад, чувствуя как растягивается подбородок. На третий счет наклоните голову влево и наконец опустите голову вперед.



ПРЕДЛАГАЕМАЯ РАСТЯЖКА



4. Подъем плеча

На счет один поднимите правое плечо к уху. Затем опустите правое плечо и поднимите левое.



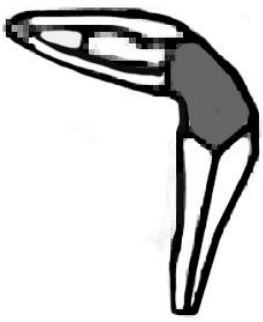
5. Касание носков

Медленно наклонитесь вперед согнувшись в талии, позвольте плечам и спине расслабиться. Дотроньтесь кончиками пальцев носков и задержитесь на 15 отсчетов.



6. Растяжка голени

Прислонись к стене руками, левую ногу поставьте впереди правой. Держите правую ногу прямо, левая нога полностью на полу; затем согните левую ногу и наклонитесь вперед, подвинув бедра к стене. Задержитесь на 15 отсчетов, а затем повторите с другой стороны.



7. Боковая растяжка

Разведите руки в стороны и продолжайте поднимать до тех пор, пока они не будут над вашей головой.
Потяните правую руку как можно дальше вверх.
Насколько можете на один счет.
Почувствуйте растяжение правой стороны.
Повторите это действие левой рукой.

ОБСЛУЖИВАНИЕ

ВНИМАНИЕ! Прежде чем выполнять какое-либо обслуживание на беговой дорожке, всегда отсоединяйте оборудование от питания.

ЧИСТКА: Регулярная очистка вашей беговой дорожки продлит срок ее службы.

ВНИМАНИЕ! Прежде чем провести чистку или техническое обслуживание, во избежание поражения электрическим током убедитесь, что питание беговой дорожки выключено, а устройство отключено от электрической розетки.

ПОСЛЕ КАЖДОЙ ТРЕНИРОВКИ: Протирайте консоль и другие поверхности беговой дорожки чистой, смоченной водой мягкой тканью, чтобы удалить избыток пота. **НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ ХИМИКАТЫ.**

ЕЖЕНЕДЕЛЬНО: Для удобства чистки рекомендуется использовать коврик для беговой дорожки. Грязь от вашей обуви контактирует с полотном и в конечном итоге попадает под беговую дорожку. Убирайте под беговой дорожкой раз в неделю.

СМАЗКА ДОСКИ: Беговое полотно предварительно смазано на заводе. Тем не менее, рекомендуется, чтобы беговая доска периодически проверялась на предмет смазки, чтобы обеспечить оптимальную работу беговой дорожки. Каждые 10 дней или 10 часов работы поднимайте боковые стороны бегового полотна и прощупывайте верхнюю поверхность пешеходной доски так далеко, насколько сможете. Если вы чувствуете наличие силикона, никакой дополнительной смазки не требуется. Если чувствуете, что доска сухая на ощупь, необходима смазка. Спросите своего продавца или позвоните в сервисную линию по вопросу приобретения силикона.

СМАЗЫВАНИЕ БЕГОВОЙ ДОСКИ

1) Расположите движущееся полотно так, чтобы шов был расположен сверху в центре пешеходной доски.

2) Вставьте распылительную форсунку в распылительную головку смазочного контейнера.

3) Поднимая сторону движущегося полотна, поместите распылительное сопло между движущейся лентой и декой приблизительно на 10 см от передней части беговой дорожки. Нанесите силиконовый спрей на пешеходную деку, двигаясь от передней части беговой дорожки к задней части. Повторите это на другой стороне полотна. Распыляйте приблизительно 4 секунды с каждой стороны.

4) Дайте силикону «установиться» в течение одной минуты перед использованием беговой дорожки. **ВНИМАНИЕ:** Не допускайте чрезмерной смазки доски для ходьбы. Излишнюю смазку следует стереть с помощью чистого полотенца



ОБСЛУЖИВАНИЕ

Регулировка натяжения бегового полотна

Прежде чем покинуть завод беговая дорожка была отрегулирована и прошла проверку контроля качества. Если есть явление смещения полотна, возможные причины могут быть следующими:

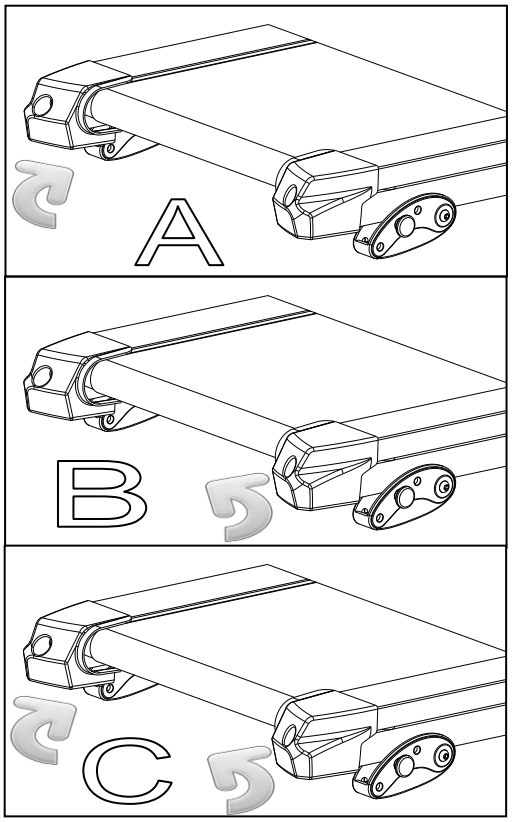
A. Не стабильно установлена сама рама;

B. Пользователь бегает не посередине бегового полотна;

C. Ноги пользователя работают с различной силой.

Если проблема не может быть решена автоматически, попробуйте один из следующих способов регулировки полотна:

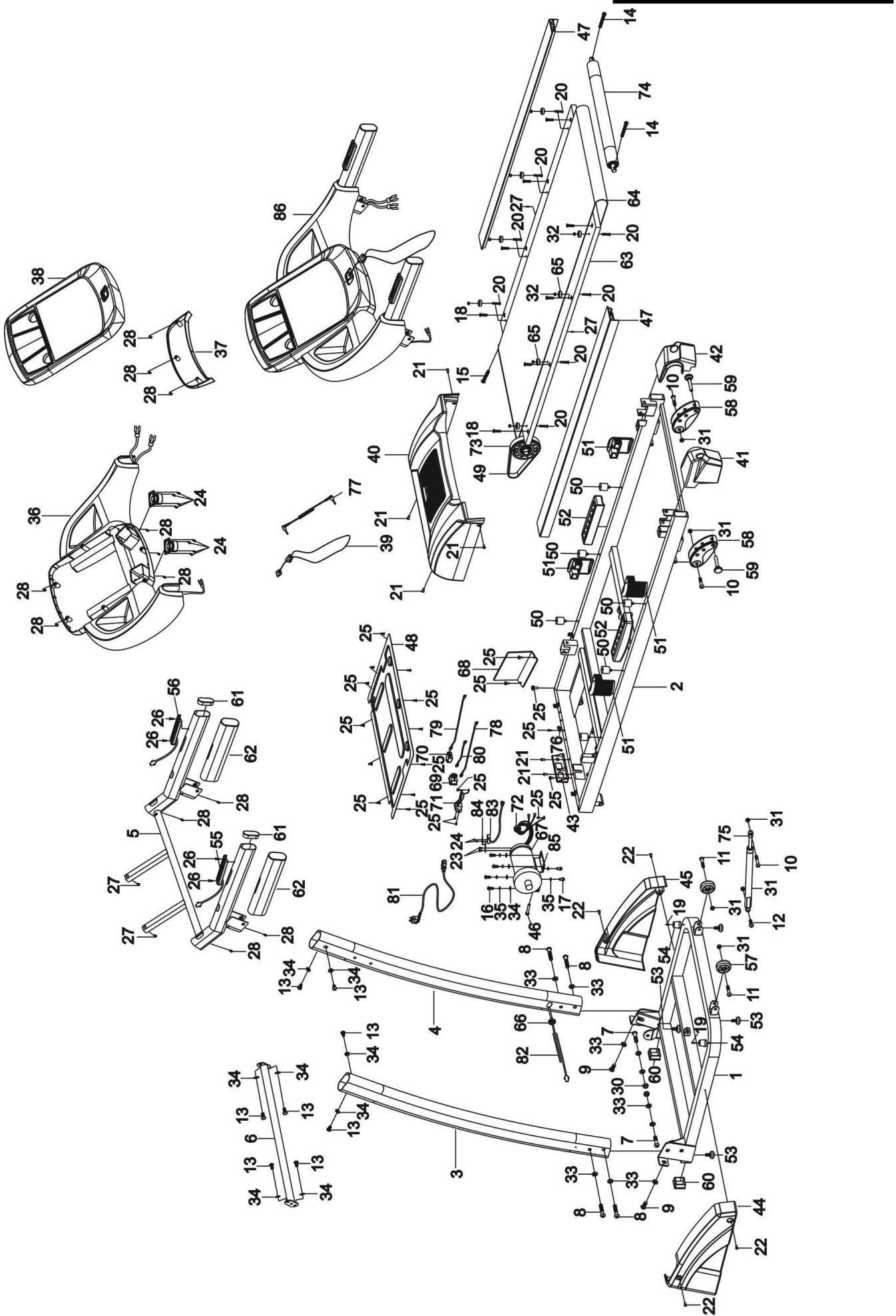
Если полотно сдвинулось вправо, вы должны повернуть винт регулировки полотна справа по часовой стрелке. Мы рекомендуем каждый раз поворачивать на 1/4 оборота и проверять, как двигается полотно. Если полотно остается сдвинутым вправо, поверните регулировочный винт ремня слева в направлении против часовой стрелки 1/4, как показано на рисунке A



Если полотно сдвинулось влево, поверните регулировочный винт ремня слева по часовой стрелке на 1/4 оборота. Если полотно остается наклонным влево, поверните регулировочный винт ремня справа в направлении против часовой стрелки на 1/4 оборота, как показано на рисунке B

После использования в течение некоторого периода полотно может слегка растянуться, могут появиться проскальзывания или приостановки, во время бега на нем. Когда появляются эти явления, вы должны закрепить винты с обеих сторон на 1/4 оборота. Если полотно слишком натянуто, ослабьте винты с обеих сторон на 1/4 оборота, как показано на рисунке C.

СХЕМА



СПИСОК ДЕТАЛЕЙ

№	ОПИСАНИЕ	К-ВО
1	Рама основания	1
2	Главная рама	1
3	Левая стойка	1
4	Правая стойка	1
5	Подставка консоли	1
6	Перекладина	1
7	Болт с шестигранной головкой	2
8	Болт с шестигранной головкой	4
9	Болт с шестигранной головкой	2
10	Болт с шестигранной головкой	3
11	Болт с шестигранной головкой	2
12	Болт с шестигранной головкой	1
13	Болт с шестигранной головкой	8
14	Болт с шестигранной головкой	2
15	Болт с шестигранной головкой	1
16	Болт с шестигранной головкой	4
17	Болт с шестигранной головкой	2
18	Болт с шестигранной головкой	8
19	Винт M6X20	2
20	Винт M5X28	8
21	Винт M5X20	6
22	Винт M5X12	4
23	Винт M4X8	2
24	Винт M3X6	8
25	Винт M4X12	19
26	Винт M4X15	4
27	Винт M4X15	2
28	Винт M4X10	14
29	Винт M5X15	2
30	Гайка M10	2
31	Гайка M8	6
32	Гайка M5	8
33	Плоская шайба M10	10
34	Плоская шайба M8	12
35	Мягкая шайба M8	6
36	Крышка кнопки консоли	1
37	Задняя крышка консоли	1
38	Микросхема консоли	1
39	Ключ безопасности	1
40	Крышка двигателя	1
41	Левая задняя крышка	1
42	Правая задняя крышка	1
43	Силовая плата	1
44	Левая боковая крышка	1
45	Правая боковая крышка	1

№.	ОПИСАНИЕ	К-ВО
46	Винт M8X70	1
47	Боковая рельса	2
48	Поддон	1
49	Ремешок двигателя	1
50	Прокладка	6
51	Мягкая прокладка	4
52	Воздушная подушка	2
53	ADJUST CAP	4
54	Подушка основания рамы	2
55	Левая кнопка поручня	1
56	Правая кнопка поручня	1
57	Колесико для перемещения	2
58	Ручной наклон	2
59	Мягкий поддон	2
60	Внутренняя вилка	2
61	Овальная внутренняя вилка	2
62	Накладка на поручень	2
63	Беговая доска	1
64	Беговое полотно	1
65	Подножка	8
66	Кабельная втулка	1
67	DC Двигатель	1
68	Контроллер	1
69	Выключатель	1
70	Защита от перегрузки	1
71	Питание	1
72	Магнитное кольцо	1
73	Передний ролик	1
74	Задний ролик	1
75	Цилиндр	1
76	Стяжка кабеля	1
77	MP3 линия	1
78	AC одиночный кабель черный	1
79	AC одиночный кабель красный	1
80	AC одиночный кабель красный	1
81	Силовой кабель	1
82	Кабель подключения	1
83	Сенсор скорости	1
84	Подставка сенсора	1
85	Подставка двигателя	1
86	Подставка консоли	1