

Нажмите кнопку "Mode", чтобы выбрать индивидуальные параметры пользователя (F1--Пол, F2-Возраст, F3-Рост, F4-Вес), нажмите кнопки "Speed+" и "Speed-1", чтобы установить параметры. После установки нажмите кнопку "Mode", чтобы перейти к F5. Удерживайте пульсометр и выполняйте тест на физическую подготовку, чтобы убедиться, что ваш вес и рост соизмеримы. Индекс массы тела (ИМТ) - это мера отношения между ростом и весом человека. Это не относится к пропорциям тела. ИМТ измеряется у любого мужчины и женщины. Вместе с другими показателями здоровья ИМТ дает основание для корректировки веса. Идеальный показатель ИМТ должен быть между 20-25, ИМТ ниже 19 означает излишнюю худобу, если значение находится между 25 и 29 единицами, то это избыточный вес, а если превышает значение 30, то считается, что у пользователя ожирением.

Диапазоны параметров следующие:

(Эти данные приведены только для справки и не могут рассматриваться как медицинские данные.) После окончания теста ИМТ нажмите кнопку "Program" для выхода.

01 Пол 01 Мужчина 02 Женщина

02 Возраст 10-99

03 Рост 100 - 200

04 Вес 20-150

05 $FAT \leq 19$ истощение

$FAT = (20--25)$ Нормальный вес

$FAT = (25--29)$ Лишний вес

$FAT \geq 30$ Ожирение

Режим энергосбережения:

Если в режиме ожидания в течение 10 минут не производится никаких действий с тренажером, то тренажер уходит в режим энергосбережения. В этом режиме на экране ничего не отображается. Нажмите любую кнопку, чтобы выйти из режима энергосбережения.

Программа	Сегмент	Время / 10 = время каждого сегмента									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	Скорость	3	3	6	5	5	4	4	4	4	3
P2	Скорость	3	3	4	4	5	5	5	6	6	4
P3	Скорость	2	4	6	8	7	8	6	2	3	2
P4	Скорость	3	3	5	6	7	6	5	4	3	3
P5	Скорость	3	6	6	6	8	7	7	5	5	4
P6	Скорость	2	6	5	4	8	7	5	3	3	2
P7	Скорость	2	9	9	7	7	6	5	3	2	2
P8	Скорость	2	4	4	4	5	6	8	8	6	2
P9	Скорость	2	4	5	5	6	5	6	3	3	2
P10	Скорость	2	5	7	5	8	6	5	2	4	3
P11	Скорость	2	5	6	7	8	9	10	5	3	2
P12	Скорость	2	3	5	6	8	6	9	6	5	3

Описание программы:

Время, выбранное при установке программы / 10 = время каждого сегмента, каждая программа разделена на 10 равных сегментов, для каждого сегмента предусмотрена своя скорость.

Диапазон экрана по каждому параметру

1- начальное; 2 - установленное; 3 - установленный диапазон; 4 - диапазон отображения на экране

Параметр	1	2	3	4
Время (мин:сек)	0:00	15:00	5:00-99:00	0:00—99:59
Сегмент	-	-	-	-
Скорость(км/ч)	1.0	1.0	1.0-12	1.0-12
Дистанция (км)	0.00	1.00	0.5-99.9	0.0—99.9
Пульс (уд/мин)	-	-	-	-
Калории(Ккал)	0.0	50.0	10.0-990	0.0—990

Функционал ключа безопасности:

На любом этапе тренировки вытаскивание ключа безопас-

ности срочно останавливает работу беговой дорожки, при аварийной остановке тренажера, на экране скорости появится "E07", в это время беговая дорожка, помимо отключения, не может выполнять никаких других функций. При повторной корректной установке ключа в предохранитель, беговая дорожка вернется в режим ожидания, ожидая ввода параметров дальнейшей тренировки.

Неисправность:

Беговую дорожку можно отключить в любое время при помощи выключателя, чтобы не повредить беговую дорожку.

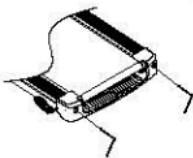
6. Обслуживание

Правильное обслуживание надолго сохранит вашу беговую дорожку в оптимальном состоянии, а неправильное обслуживание может её повредить или сократить срок службы.

Внимание: всегда обесточивайте беговую дорожку перед чисткой или обслуживанием тренажера!

1. Регулярно удаляйте пыль, чтобы тренажер оставался чистым.

2. После каждого использования протрите пульсометр и другие поверхности от пота чистым полотенцем или тряпкой, помните, что не стоит проливать воду на электрические компоненты и под беговое полотно тренажера.
3. Храните беговую дорожку в чистом сухом месте, всегда проверяйте, что питание отключено, а вилка вынута из розетки.
4. Чтобы облегчить перемещение тренажера, беговая дорожка оснащена колесами, перед тем как перемещать тренажер, убедитесь что шнур питания отключен и корпус сложен.
5. Регулярно проверяйте и подтягивайте все детали тренажера.
6. Для улучшения качества обслуживания и продления срока службы беговой дорожки рекомендованная продолжительность тренировки - 30 минут. Затем дайте беговой дорожке отдохнуть на 10 минут.
7. Беговое полотно отрегулировано на производстве, но после использования беговое полотно может растянуться, сместиться от центра и создать трение боковой кромки и повредить заднюю накладку. Это нормально, если беговое полотно вынуждено растягивается во время использования, но если вы используете беговую дорожку по прошествии определенного периода времени, вы можете отрегулировать натяжение бегового полотна, если вы замечаете проскальзывание или натянутость.



а. Ослабление бегового полотна.

Если беговое полотно сильно растянуто, вставьте шестиугольный ключ в регулировочное отверстие левой направляющей подножки тренажера, поверните по часовой стрелке на 1/4 оборота, а затем поверните на 1/4 оборота по часовой стрелке на правой направляющей, обратите внимание, что регулировка слева и справа должны происходить синхронно, чтобы беговое полотно можно было натянуть, но при этом не сместить его по центру. Если беговое полотно слишком натянуто, проведите аналогичную регулировку справа и слева синхронно против часовой стрелки.

Замечание: беговое полотно нельзя натягивать слишком тую. Это приведет к натяжению полотна, увеличит давление на передний / задний барабан, подшипники барабана и другие повреждения, появятся посторонние звуки или другие проблемы, просто отрегулируйте беговое полотно, чтобы оно не проскальзывало при использовании.

б. Выравнивание бегового полотна.

Когда вы используете беговую дорожку, давление на беговое полотно неравномерно, потому что сила каждой ноги во время бега разная, что приводит к смещению бегового полотна от центра. Это смещение является нормальным, когда на беговом полотне никто не находится, она автоматически центрируется. Если полотно по каким-то причинам не отцентрировалось, вам необходимо его отрегулировать.

Запустите беговую дорожку без нагрузки, увеличьте скорость до 6-й передачи, обратите внимание на расстояние от края полотна до левой и правой подножек:

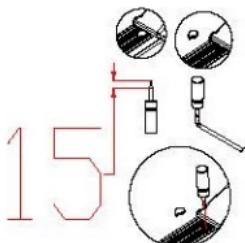
- если смещение слева, используйте шестигранный ключ, чтобы повернуть левый винт по часовой стрелке на 1/4 оборота;
- если смещение справа, используйте шестигранный ключ, чтобы повернуть правый винт по часовой стрелке на 1/4 оборота;
- Если беговое полотно все еще не по центру, повторите описанные выше действия, пока не отрегулируйте его. После регулировки запустите полотно под нагрузкой, отрегулируйте скорость до 6-й передачи и наблюдайте за смещением бегового полотна и плавностью хода, если есть отклонение, повторите шаг регулировки. Предупреждение! Не перетягивайте барабан! Это приведет к необратимому повреждению подшипников!

8. Смазка.

Беговые дорожки смазывают маслом на производстве, но количество смазки в беговых дорожках часто проверяется, чтобы обеспечить бесперебойную работу при максимальных нагрузках. Беговую дорожку необходимо смазывать после одного года использования или 100 часов работы (что наступит ранее).

Если тренажер не использовался 30 дней и более, потяните беговое полотно сбоку, чтобы вы смогли как можно дальше дотронуться до обратной стороны полотна. Если вы почувствовали прикосновение к смазке, то нет необходимости добавлять смазку (используйте силиконовые смазки).

Как добавить смазку?



Подготовьте пипетку со смазкой к использованию, откройте левую подножку сзади декоративной накладки, с помощью ножниц или канцелярского ножа проделайте небольшое отверстие в пипетке маслёнки, чтобы дозаправить смазку как показано на рисунке. Обратите внимание на емкость с маслом перед тонким стержнем, вставленным в магистраль на платформе, а затем залейте туда смазку.

7. Неисправности и устранение неполадок

Электронное табло отображает код сообщения об ошибке:

Код ошибки	Описание ошибки	Обработка неисправностей
E1	нарушение коммуникаций: управление включением и электроника блока питания	Возможная причина: связь между контроллером электрики и экраном разорвана, проверьте экран, подключив его к следующему сегменту цепи в обход контроллера.