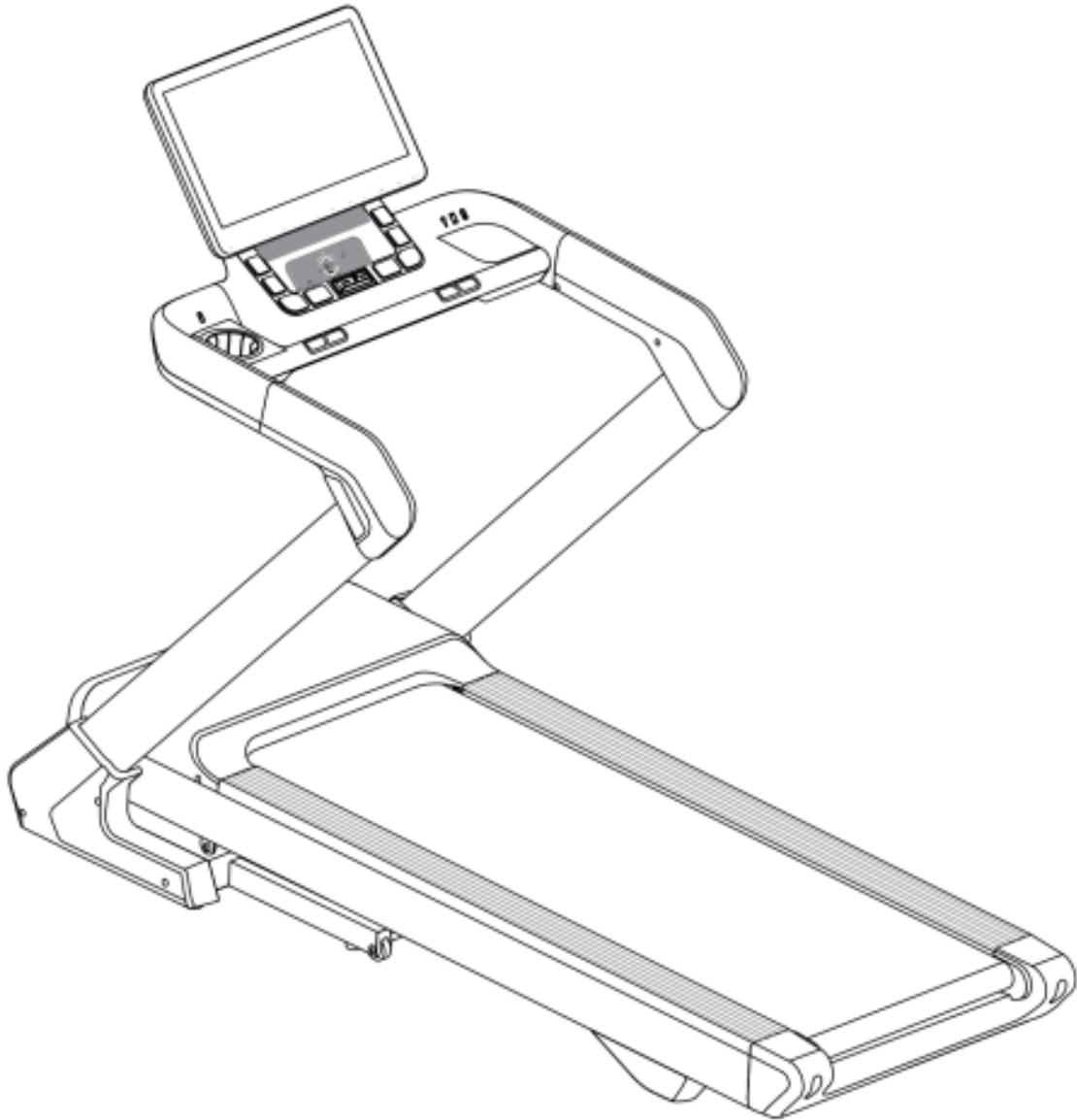


Бігова доріжка FitLogic T581A Mirror



Перед використанням даного виробу уважно ознайомтеся з усіма заходами безпеки та інструкціями, викладеними в даному посібнику. Збережіть цей посібник для подальшого використання.

ЗАХОДИ БЕЗПЕКИ

Під час використання цього продукту слід завжди дотримуватися основних запобіжних заходів, зокрема таких:

Будь ласка, уважно прочитайте інструкцію перед початком використання цього виробу.

Небезпечно – Щоб зменшити ризик ураження електричним струмом:

1. Завжди від'єднуйте даний виріб від електричної мережі відразу після використання та перед чищенням.

Попередження – Щоб зменшити ризик появи опіків, пожежі, ураження електричним струмом або фізичних травм:

1. Не можна залишати підключене до мережі обладнання без нагляду. Від'єднуйте пристрій від зовнішньої мережі, коли він не використовується.

2. При використанні даного виробу дітьми, інвалідами або особами з обмеженими можливостями, або поруч з ними, необхідний ретельний нагляд.

3. Обов'язково використовуйте виріб тільки за призначенням, як описано в цьому посібнику. Не використовуйте ніяких пристосувань, не рекомендованих виробником, щоб уникнути будь-якої небезпеки або нещасних випадків.

4. Ніколи не використовуйте виріб, якщо у нього пошкоджений шнур або вилка, якщо виріб не працює належним чином, якщо він був пошкоджений або потрапив у воду. Будь ласка, поверніть товар в сервісний центр продавця для огляду і ремонту.

5. Не переміщуйте цей виріб за шнур живлення і не використовуйте шнур в якості ручки.

6. Тримайте шнур подалі від гарячих поверхонь або землі.

7. Ніколи не використовуйте виріб, якщо його вентиляційні отвори заблоковано. Слідкуйте за тим, щоб у вентиляційних отворах не було ворсу, волосся та ін.

8. Ніколи не кидайте і не вставляйте будь-які предмети в будь-які отвори.

9. Не використовуйте обладнання і не займайтеся на ньому на відкритому повітрі.

10. Не використовуйте обладнання там, де використовуються аерозольні продукти (спреї) або де мало кисню.

11. Перед тим, як вимкнути живлення, поверніть всі елементи керування у вимкнене положення, а потім вийміть вилку з розетки.

12. Під'єднуйте виріб тільки за допомогою належним чином заземленої розетки.

13. Якщо складаєте бігову доріжку після закінчення користування, її необхідно повернути в початкове положення.

14. Не можна одночасно складати бігову доріжку, якщо вона використовується.

15. Тримайте безпечну відстань 2000мм x 1000мм від бігової доріжки.

16. Дане обладнання призначено тільки для домашнього використання.

17. Для бігової доріжки з функцією складання і електричним підйомом переконайтеся, що висота дорівнює 0 перед складанням (щоб уникнути перешкод для її компонентів).

18. Припиніть користуватися біговою доріжкою, якщо відчуваєте слабкість, запаморочення або задишку.

19. При використанні бігової доріжки одягайте відповідний спортивний одяг. При використанні бігової доріжки не одягайте вільний одяг, який може потрапити й застрягнути у біговій доріжці. Спортивний підтримуючий одяг рекомендується як для чоловіків, так і для жінок. Завжди одягайте спортивне взуття. Ніколи не використовуйте бігову доріжку босоніж, в одних панчохах або в сандалях.

ЗАХОДИ БЕЗПЕКИ

ІНСТРУКЦІЇ ЩОДО ЗАЗЕМЛЕННЯ

Бігова доріжка повинна мати заземлення. У разі несправності або поломки заземлення забезпечить шлях найменшого опору для електричного струму, щоб знизити ризик ураження електричним струмом.

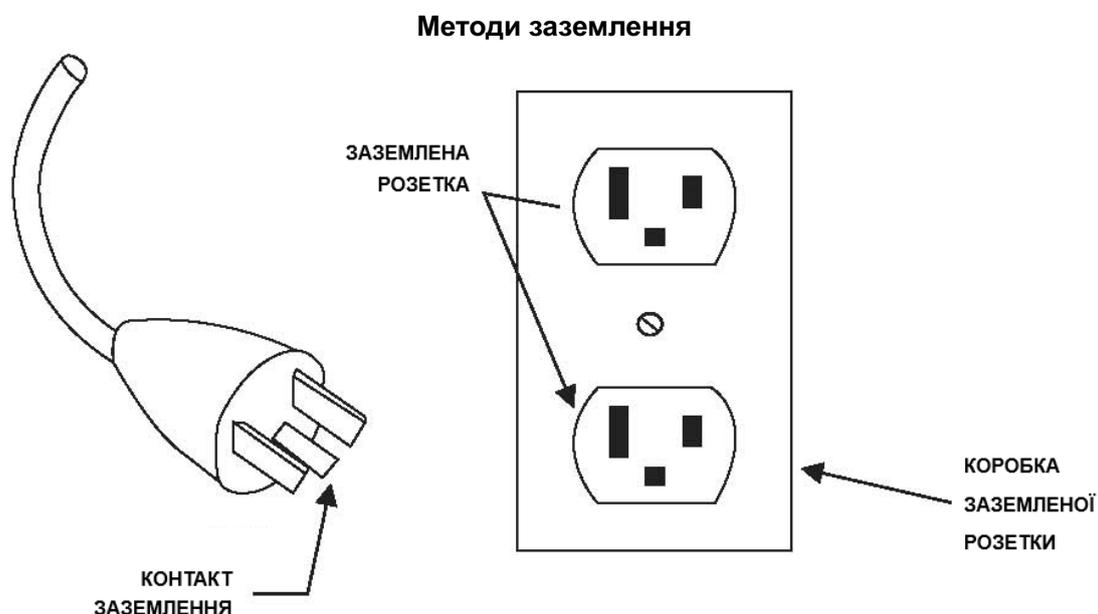
Виріб оснащений шнуром, що має заземлювальний провідник і вилку із заземлюючим контактом.

Вилка повинна бути підключена до відповідної розетки, яка належним чином встановлена і заземлена відповідно до всіх місцевих норм і правил.

Небезпечно – Неправильне підключення заземлювального проводу обладнання може призвести до ризику ураження електричним струмом. Проконсультуйтеся з кваліфікованим електриком або фахівцем з обслуговування, якщо ви сумніваєтеся в тому, чи правильно заземлені вироби. Не змінюйте штепсельну вилку, що входить до комплекту виробу, якщо вона не підходить до розетки, попросіть кваліфікованого електрика встановити відповідну розетку.

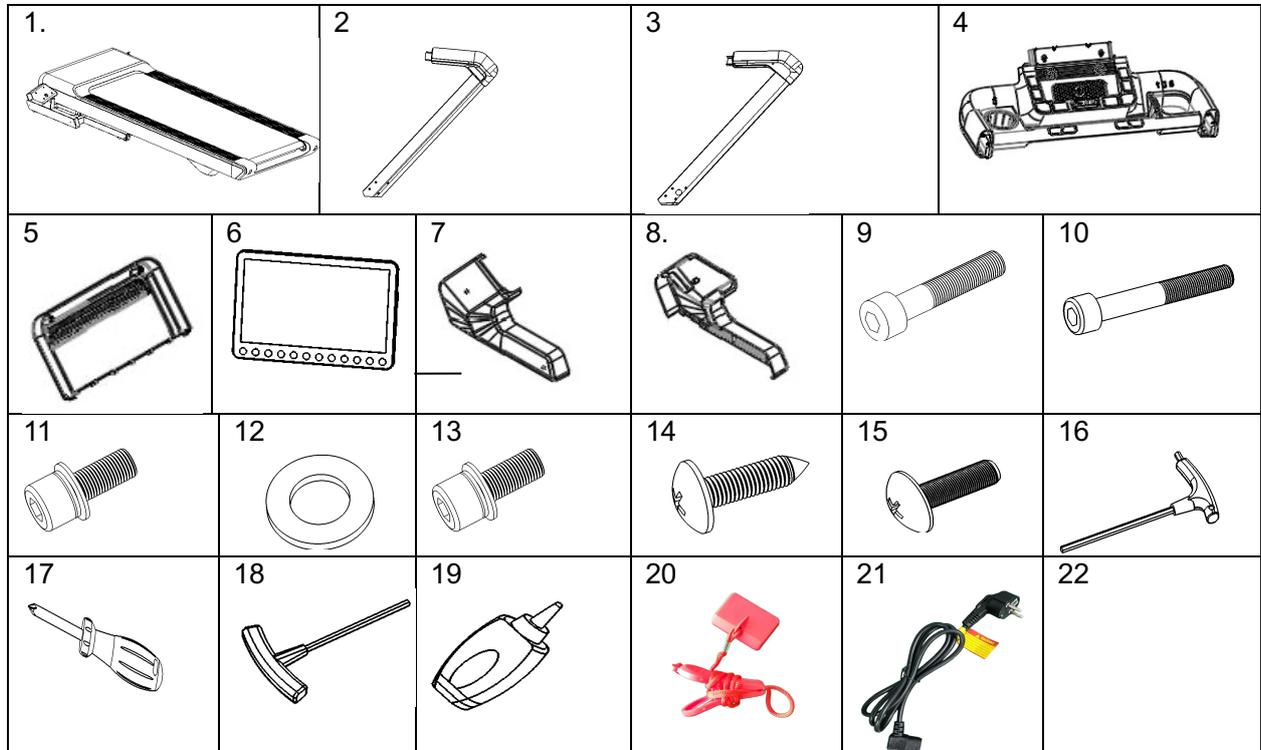
Тренажер має штепсель із заземленням, який виглядає як той, що зображено на малюнку. Переконайтеся, що виріб під'єднано до розетки тієї ж конфігурації, що і штепсельна вилка. Задля використання цього виробу немає необхідності використовувати будь-який адаптер.

Наведене нижче креслення вилки подано лише для довідки. Будь ласка, використовуйте правильний тип вилки, який відповідає стандартам вашої країни.



ІНСТРУКЦІЇ З МОНТАЖУ

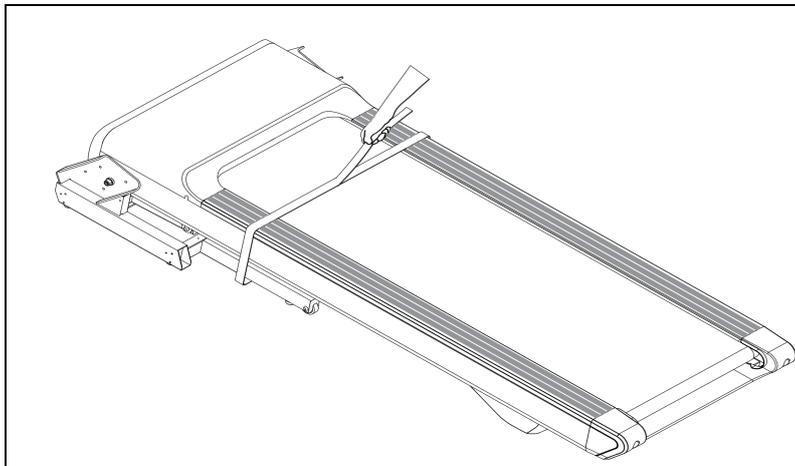
ВІДКРИЙТЕ КОРОБКУ, ЗНАЙДІТЬ ВСІ НАВЕДЕНІ НИЖЧЕ КОМПОНЕНТИ



Перелік деталей					
№	Опис	К-ть	№	Опис	К-ть
1	ОСНОВНА РАМА	1	12	ПЛОСКА ШАЙБА	8
2	ЛІВА СТІЙКА	1	13	БОЛТ M6 x16	4
3	ПРАВА СТІЙКА	1	14	ГВИНТ ST4x12	6
4	КРОНШТЕЙН КОНСОЛІ	1	15	БОЛТ M5x10	6
5	СПОЛУЧНА КРИШКА	1	16	ГАЙКОВИЙ КЛЮЧ № 6	1
6	ДИСПЛЕЙ	1	17	ВИКРУТКА	1
7	КРИШКА ЛІВОЇ СТІЙКИ	1	18	ГАЙКОВИЙ КЛЮЧ № 5	1
8	КРИШКА ПРАВОЇ СТІЙКИ	1	19	МАСТИЛО	1
9	БОЛТ M8x40	4	20	ЗАПОБІЖНИЙ КЛЮЧ	1
10	БОЛТ M8x55	4	21	ШНУР ЖИВЛЕННЯ	1
11	БОЛТ M8x20	4			

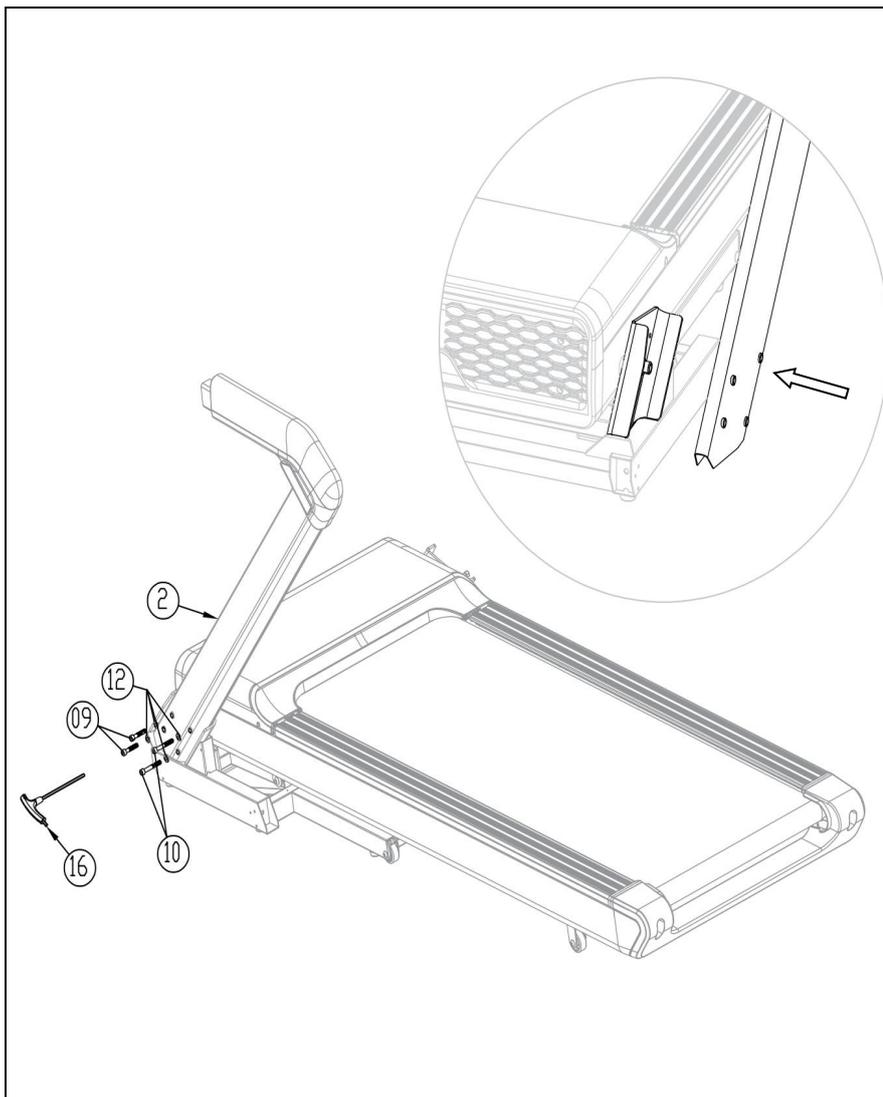
ІНСТРУКЦІЇ З МОНТАЖУ

КРОК 1



1. Зверніть увагу, що для завершення монтажу потрібно принаймні 2 людини.
2. Відкрийте картонну коробку та вийміть всю захисну піну та елементи конструкції.
3. Розташуйте основну раму на рівній підлозі, зніміть липучку, якою закріплено основу та раму.

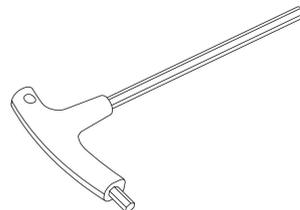
КРОК 2



1. Вийміть ліву стійку (2) та сумістіть її з рамою основи, вирівнявши з отворами для гвинтів. Використовуючи 2 болти M8x55 (10), 2 болти M8x40 (09) та 4 плоских шайби (12), прикріпіть ліву стійку до рами основи за допомогою ключа №6 (16).

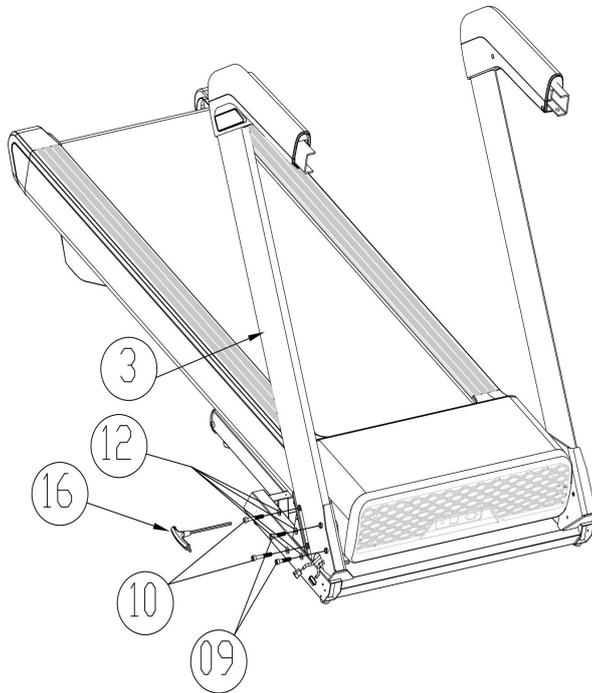
Примітка: Не затягуйте гвинти занадто міцно на цьому етапі.

16



ІНСТРУКЦІЇ З МОНТАЖУ

КРОК 3

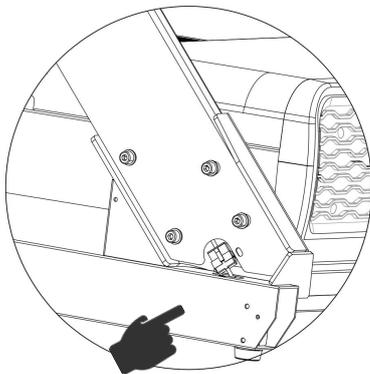
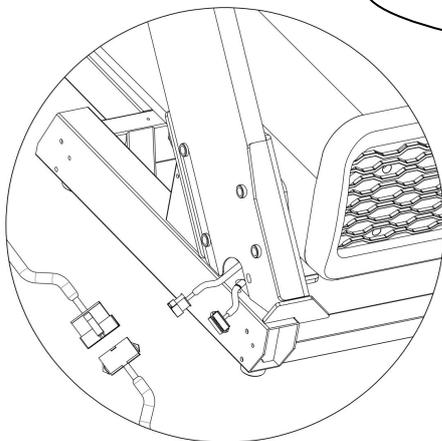


1. Вийміть праву стійку (3) та сумістіть її з рамою основи, вирівнявши з отворами для гвинтів. Використовуючи 2 болти M8x55 (10), 2 болти M8x40 (09) та 4 плоских шайби (12), прикріпіть ліву стійку до рами за допомогою ключа №6 (16).

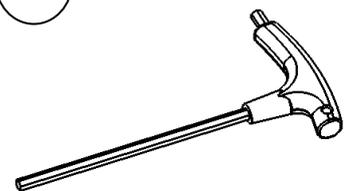
2. Підключіть кабель, що йде від правої нижньої стійки, до кабелю, що йде від бігової доріжки.

3. Обережно вставте кабель у отвір на вертикальній стійці, намагаючись не пошкодити його.

Примітка: Не затягуйте гвинти занадто міцно на цьому етапі.

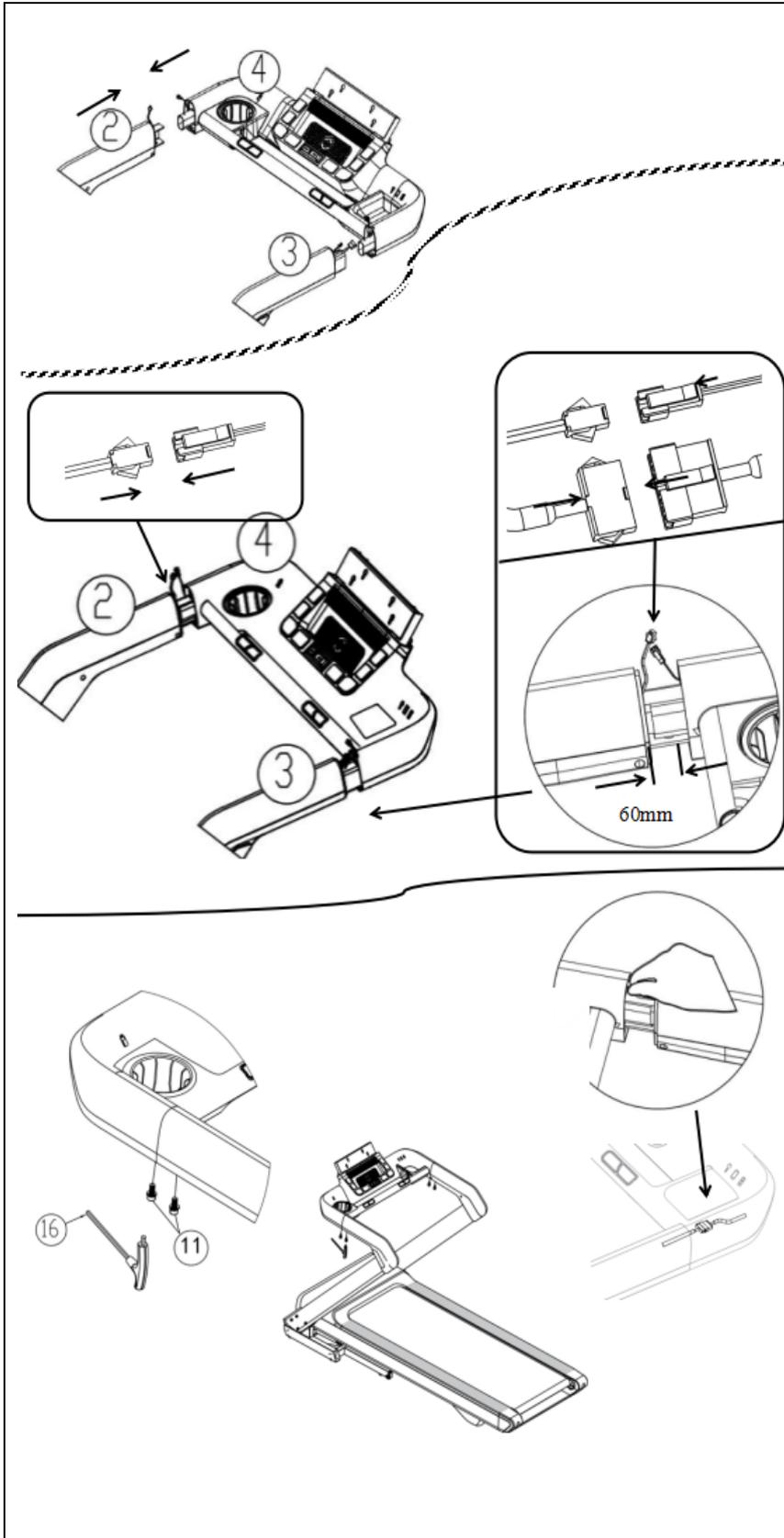


16



ІНСТРУКЦІЇ З МОНТАЖУ

КРОК 4

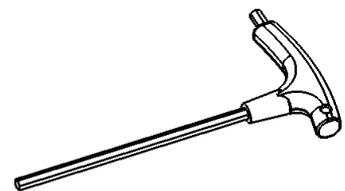


1. Сумістить кронштейн консолі (4) з лівою та правою стійками (2)/(3). Вставте обидва кінці у стійки, залишивши проміжок приблизно 60 мм посередині.

2. Під'єднайте кабелі з лівої та правої стійок до кабелів на кронштейнній консолі. Обережно вручну вставте кабелі в передню частину кронштейна консолі.

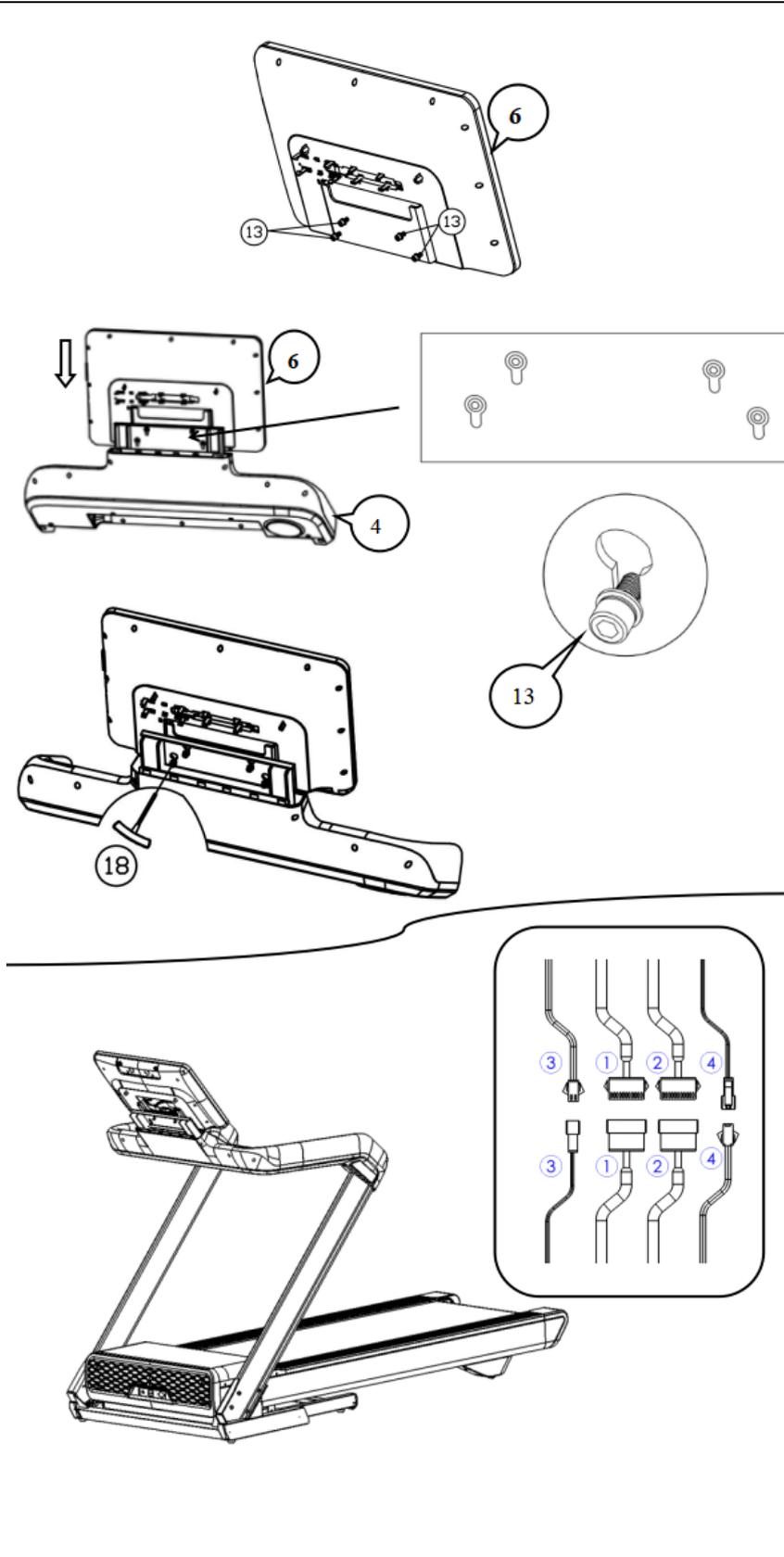
3. Вставте кронштейн консолі в труби лівого та правого поручнів до упору, стежачи, щоб не защемити кабелі. Використовуючи 4 болти М8х20 (11), закріпіть кронштейн за допомогою ключа №6 (16), після чого затягніть болти.

16



ІНСТРУКЦІЇ З МОНТАЖУ

КРОК 5



1. Вийміть дисплей (6). На зворотному боці видно чотири попередньо встановлені болти М6х22 із пружинними та плоскими шайбами.

Увага: Не знімайте чотири попередньо встановлені болти М6х16.

2. Переконайтеся, що шайби щільно прилягають до головки болта, залишивши приблизно 6 мм вільного місця на різьбі.

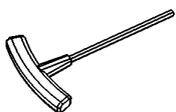
3. умістіть чотири болти М6х16 (13) на задній частині дисплея з отворами для гвинтів на кронштейні консолі (4), потім вставте болти в отвори.

4. Натисніть на дисплей (6) у напрямку, вказаному стрілкою на малюнку .

5. Використовуючи ключ №5 (18), затягніть болти М6х22 (13).

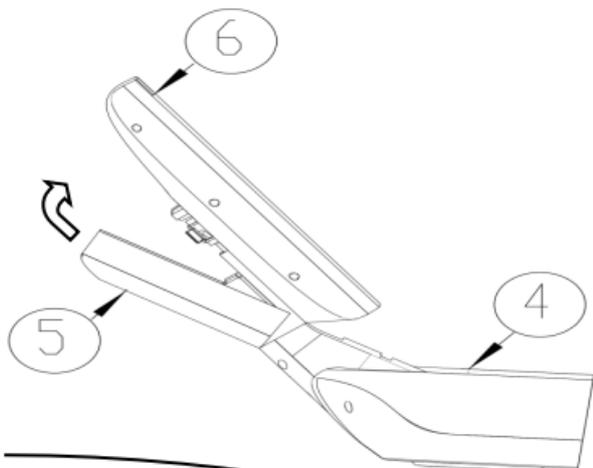
6. Під'єднайте кабелі від дисплея до відповідних кабелів консолі згідно з їхніми серійними номерами. (Схема підключення наведена лише для довідки).

18



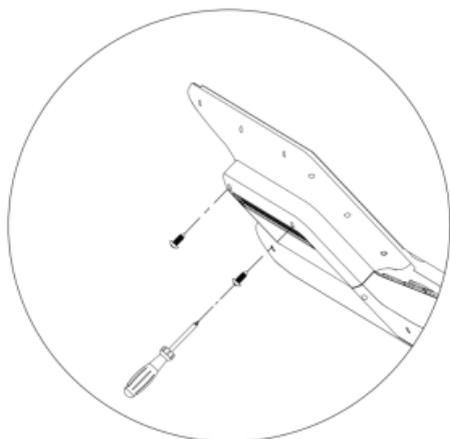
ІНСТРУКЦІЇ З МОНТАЖУ

КРОК 6

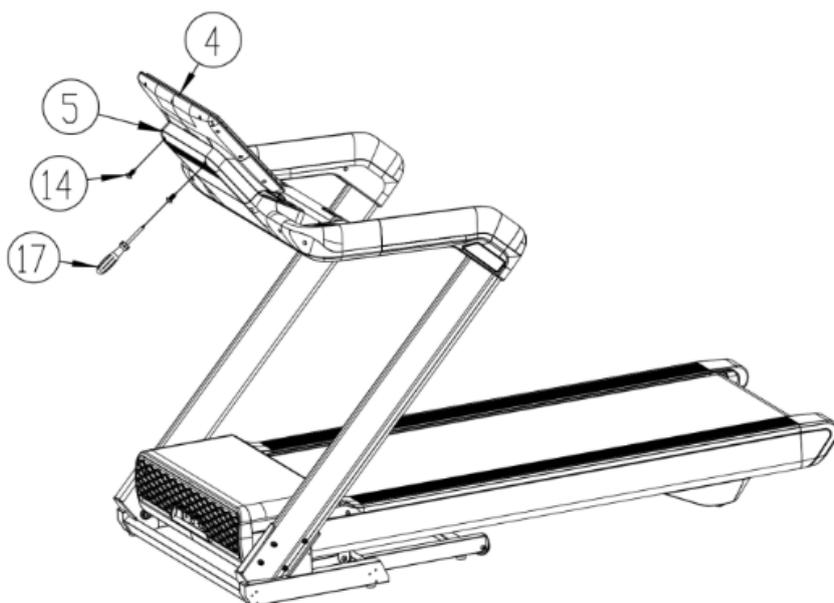
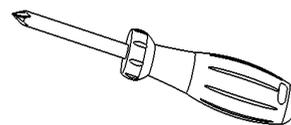


1. З'єднайте кришку з'єднання (5) з кронштейном консолі (4) та дисплеєм (6).

2. Потім за допомогою викрутки (17) закріпіть кришку (5) на дисплеї (6) двома гвинтами ST4*12 (14).

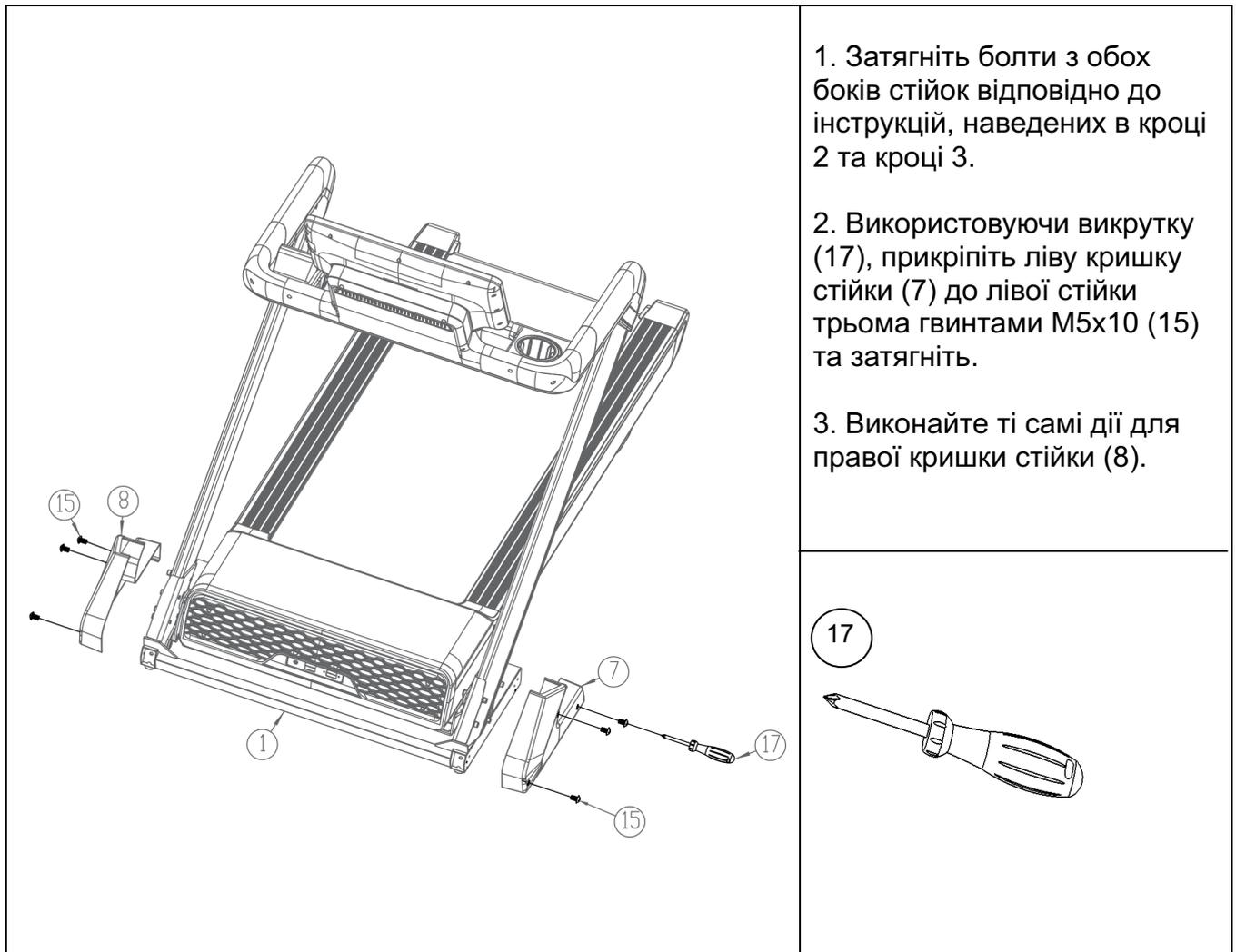


17



ІНСТРУКЦІЇ З МОНТАЖУ

КРОК 7



УВАГА: Для вашої безпеки та зручності переконайтеся, що всі гвинти надійно затягнуті. Вітаємо! Нову моторизовану бігову доріжку вдало зібрано!

КЕРІВНИЦТВО З ЕКСПЛУАТАЦІЇ

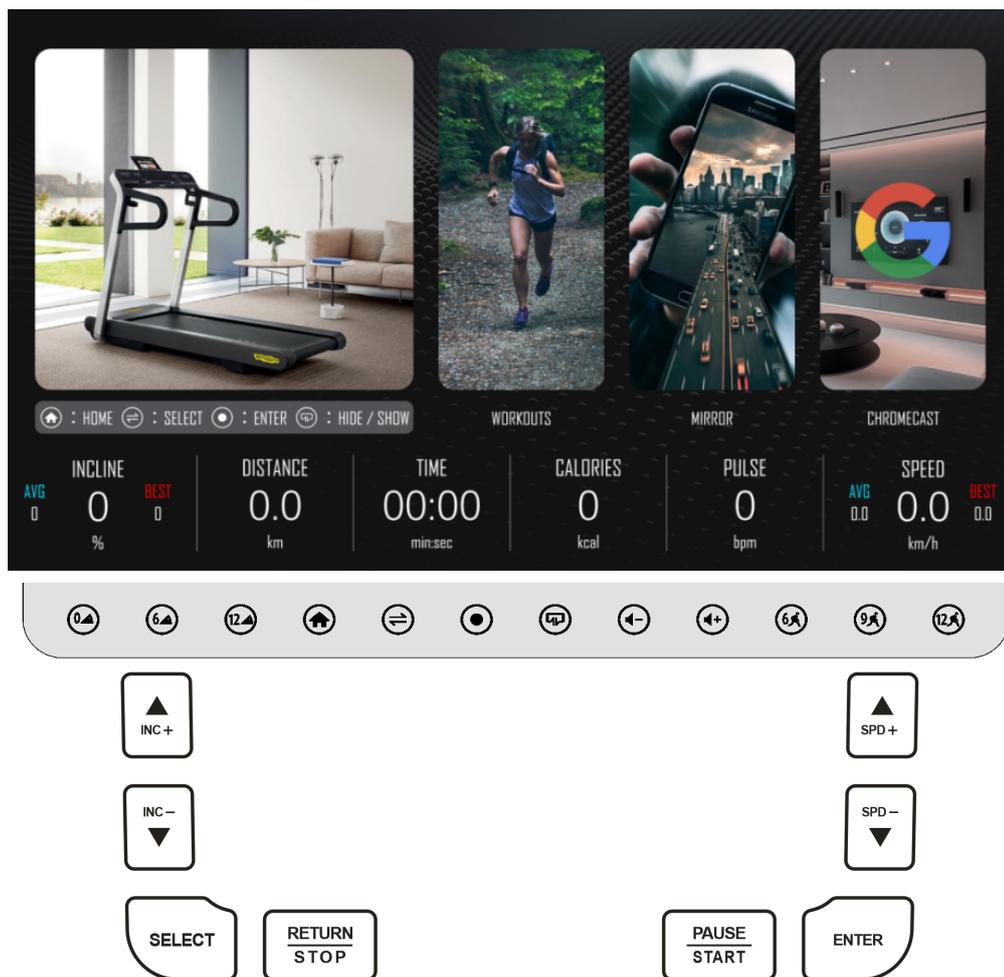
ЗАГАЛЬНІ ПОРАДИ З ТЕХНІКИ БЕЗПЕКИ

A. Прикріпіть запобіжний ключ до консолі (бігова доріжка не працюватиме без ключа). Інший кінець запобіжного ключа прикріпіть до свого одягу перед тренуванням, щоб бігова доріжка зупинилась, якщо користувач випадково з неї зійде.

B. Якщо користувач впаде з бігової доріжки, від комп'ютера буде від'єднано запобіжний ключ і бігова доріжка одразу зупиниться, щоб уникнути подальшого травмування.

C. Не стійте на біговому полотні під час запуску бігової доріжки. Пристебніть пас безпеки та встаньте на пластикові рейки для ніг.

D. Після зворотного відліку бігова доріжка почне рух з 1,0 км/год. Якщо ви початківець залишайтеся на повільній швидкості та тримайтеся за ручки, доки не почуватиме себе впевнено.



ФУНКЦІЇ КОНСОЛІ

1. PULSE (ПУЛЬС): Коли після утримання обома руками сенсорних пластин з нержавіючої сталі на передніх поручнях виявляється сигнал від пульсу, на дисплеї відобразиться поточна частота серцевих скорочень в ударах у хвилину від 50 до 200.

2. CALORIES (КАЛОРІЇ): Показує накопичене споживання калорій під час тренування. Максимальне значення відображення - 999 ккал.

3. INCLINE (НАХИЛ): Відображає поточний рівень нахилу від 0 до 15.

4. SPEED (ШВИДКІСТЬ): Відображає поточну швидкість руху бігової стрічки.

КЕРІВНИЦТВО З ЕКСПЛУАТАЦІЇ

- 5. DISTANCE (ВІДСТАНЬ):** накопичує загальну відстань, що подолано під час тренування від 1,0 до 99,0 км.
- 6. TIME (ЧАС):** Накопичує загальний час тренування з 0:00 до 99:59 хвилин.
- 7. MODE (РЕЖИМ):** Натисніть кнопку MODE, щоб обрати ціль тренування за часом, дистанцією або калоріями.
- Натисніть SPD+/- для встановлення бажаного значення для тренування.
 - Натисніть кнопку START, після чого бігова доріжка почне рух через 3 секунди.
 - Використовуйте кнопки SPD+/- та INC+/- для регулювання швидкості та нахилу.
- 8. PROGRAM (ПРОГРАМА):** Натисніть кнопку PROG, щоб вибрати одну з 8 вбудованих програм, 3 користувацькі програми або функцію визначення індексу жирової маси тіла (BODY FAT).
- 8.1 Попередньо встановлені програми:** У режимі очікування натисніть кнопку PROG, щоб вибрати одну з вбудованих програм від P1 до P8.
- Натисніть кнопку MODE, щоб обрати рівень інтенсивності від L1 до L8 для вибраної програми.
 - Натисніть SPD+/-, щоб встановити час тренування.
 - Програма буде поділена на 18 сегментів залежно від встановленого часу тренування.
 - Натисніть START, щоб розпочати тренування за програмою.
 - Під час тренування можна регулювати швидкість або нахил за допомогою кнопок SPD+/- та INC+/-.
 - Наприкінці кожного сегмента лунає звуковий сигнал, після чого програма автоматично перейде до наступного сегменту з попередньо заданими значеннями швидкості та нахилу.
 - У вікні точкової матриці відобразатиметься графік зміни швидкості програми, при цьому блимаючи індикатори показуватимуть поточну фазу тренування.

ФУНКЦІЇ КНОПОК

START/PAUSE (СТАРТ/ПАУЗА):

- Натисніть цю кнопку, щоб запустити бігову доріжку.
- Натисніть, щоб зробити паузу під час тренування. На екрані відобразиться напис "PAUSE". Швидкість поступово знизиться до нуля, нахил залишиться незмінним, а дані буде збережено.
- Натисніть ще раз PAUSE у режимі паузи, щоб відновити тренування. Лічильник продовжить підрахунок даних.

STOP/RETURN (СТОП/ПОВЕРНЕННЯ): Натисніть, щоб зупинити бігову доріжку під час руху або паузи. Всі дані буде очищено.

Якщо доріжка не працює, натисніть RETURN, щоб повернутися на попередню сторінку або головне меню.

INC+/INC- (ПІДЙОМ +/-): Натискайте для збільшення або зменшення кута нахилу на 1 рівень під час тренування.

Натисніть і утримуйте, щоб безперервно збільшувати/зменшувати нахил.

SPD+/SPD- (ШВИДКІСТЬ +/-): Натискайте для збільшення або зменшення швидкості на 0,1 км/год під час тренування.

Натисніть і утримуйте, щоб безперервно збільшувати/зменшувати швидкість.

SELECT (ВИБІР): Натисніть, щоб переглядати та обирати потрібний параметр.

ENTER (ВВЕСТИ): Натисніть, щоб підтвердити вибір і перейти до обраного параметра.

КЕРІВНИЦТВО З ЕКСПЛУАТАЦІЇ

СЕНСОРНІ КНОПКИ ЕКРАНУ

Кнопки швидкого вибору нахилу: Натисніть 0, 6 або 12, щоб швидко встановити потрібний рівень нахилу.

Кнопки швидкого вибору швидкості: Натисніть 6, 9 або 12, щоб швидко встановити певну швидкість.

ВИБІР:  Натисніть, щоб перегортати параметри WORKOUTS (ТРЕНУВАННЯ), MIRROR (ДЗЕРКАЛО) та CHROME CAST, і вибрати потрібний варіант. Натисніть, щоб переглядати та обирати потрібний параметр.

ГОЛОВНА:  Натисніть, щоб повернутися на головну сторінку.

ПРИХОВАТИ/ПОКАЗАТИ:  Натисніть (доступно лише в повноекранному режимі), щоб приховати або відобразити дані тренування.

ВВЕСТИ:  Натисніть, щоб підтвердити вибір і перейти до обраного параметра.

ГУЧНІСТЬ+/-:   Натисніть, щоб відрегулювати рівень гучності.

КЕРІВНИЦТВО З ЕКСПЛУАТАЦІЇ

ШВИДКИЙ СТАРТ (Режим вільного бігу)



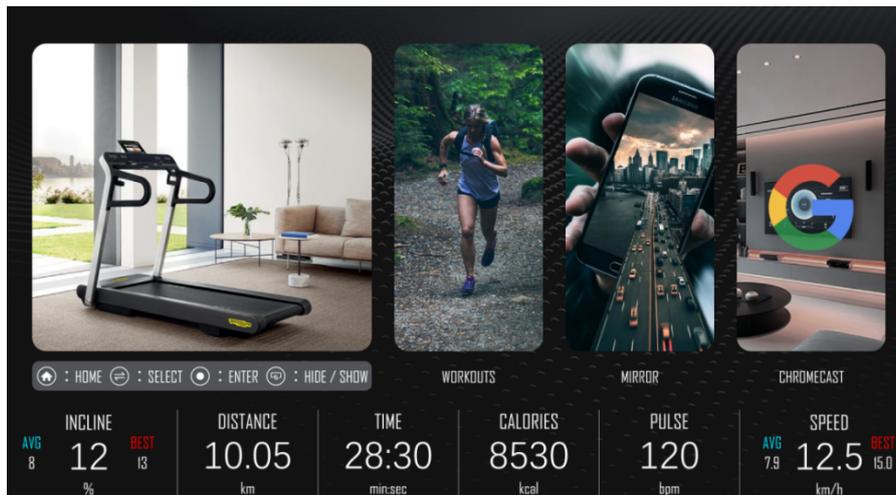
Натисніть кнопку START у режимі очікування, щоб швидко розпочати тренування. Кран відобразить інформацію як на зображенні вище.

Дані тренування та діапазон відображення:

Параметр	Діапазон (мін./макс.)	Опис
TIME (ЧАС)	0:00 - 99:59	Відображає час тренування
НАХИЛ (INCLINE)	0-15	Відображає рівні нахилу
DISTANCE (ДИСТАНЦІЯ)	0,0 - 99,9	Відображає загальну відстань (км)
CALORIES (КАЛОРІЇ)	0 - 9999	Відображає спалені калорії (ккал)
PULSE (ПУЛЬС)	0 - необмежено	Відображає поточну частоту серцевих скорочень (уд./хв).
PACE (ТЕМП)	0:00 - 120:00	Відображає поточний темп (хв/км)
SPEED (ШВИДКІСТЬ)	1,0-22 км/год	Відображає швидкість бігу
STEP COUNT (КІЛЬКІСТЬ КРОКІВ)	0 - 9999	Відображає загальну кількість кроків під час бігу
CADENCE (ЧАСТОТА КРОКІВ)	0 - 9999	Відображає частоту кроків (кр./хв)

КЕРІВНИЦТВО З ЕКСПЛУАТАЦІЇ

ТРЕНУВАННЯ

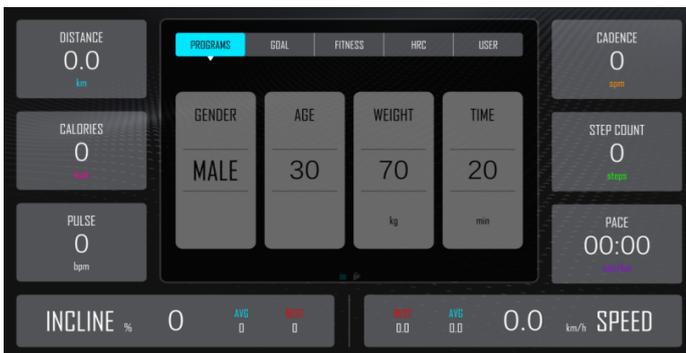


Натисніть кнопку SELECT (ВИБІР) на головному екрані, щоб вибрати функцію WORKOUT (тренування).

Натисніть кнопку ENTER (ВВЕСТИ), щоб перейти до меню тренування.

Варіанти: PROGRAMS, GOAL, FITNESS, HRC, USER.

1. PROGRAMS (ПРОГРАМИ) : Програми для тренування з попередньо встановленими параметрами



Виберіть пункт меню PROGRAMS та натисніть на кнопку ENTER (ВВЕСТИ), кнопку SELECT (ВИБІР) для встановлення значень для наступних показників: GENDER (стать), AGE (вік), WEIGHT (вага), TIME (час).

Використовуйте кнопки SPD+/SPD- або INC+/INC- для налаштування значень.

Натисніть кнопку SELECT (ВИБІР), щоб підтвердити обрані дані та перейти далі.

ВИБІР ПРОГРАМИ (PROGRAM)

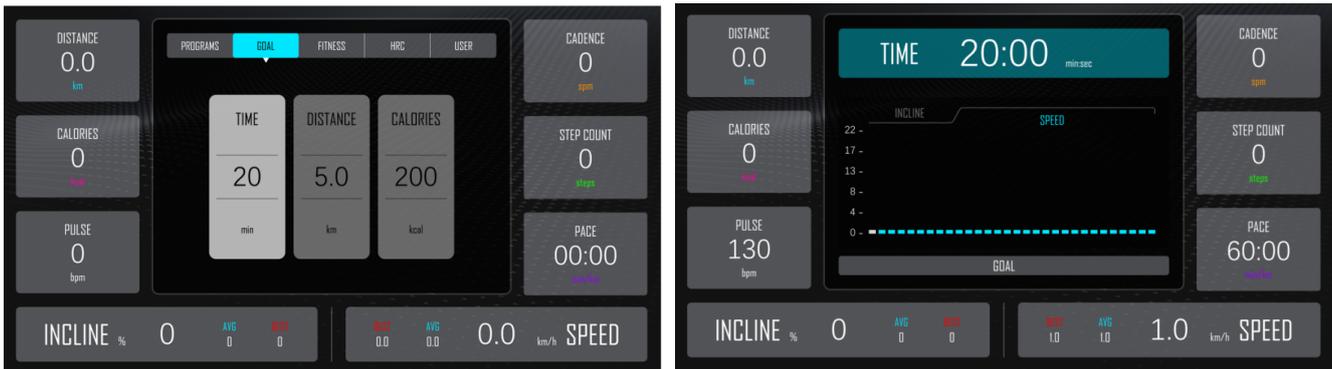
- Значення за замовчуванням: P01 (піктограма підсвічується).
- Натискайте кнопку ВИБІР, щоб переглянути програми P01–P08.
- Натисніть кнопку ENTER (ВВЕСТИ), щоб підтвердити та перейти до вибору рівня.

ВИБІР РІВНЯ (LEVEL):

- Значення за замовчуванням: L01 (піктограма підсвічується).
- Використовуйте кнопку SELECT (ВИБІР), щоб переглянути можливі рівні L01–L08.
- Натисніть кнопку ENTER (ВВЕСТИ), для підтвердження та перегляду профілів сегментів.
- Спочатку відображається профіль швидкості; натисніть кнопку SELECT (ВИБІР) ще раз, щоб переглянути профіль нахилу.

КЕРІВНИЦТВО З ЕКСПЛУАТАЦІЇ

2. GOAL (МЕТА) - режим зворотного відліку



Виберіть пункт меню GOAL, потім натисніть кнопку ENTER (ВВЕСТИ), щоб встановити цільове значення.

Натискайте кнопку SELECT (ВИБІР), щоб перемикатися між параметрами TIME (час), DISTANCE (дистанція) та CALORIES (калорії).

Натисніть кнопку ENTER (ВВЕСТИ), щоб підтвердити свій вибір.

Використовуйте кнопки INC+/- або SPD+/-, щоб встановити цільове значення.

Натисніть START, щоб розпочати тренування.

3. FITNESS (ФІТНЕС)



Виберіть пункт меню FITNESS, потім натисніть кнопку ENTER (ВВЕСТИ), щоб встановити параметри.

Натискайте кнопку SELECT (ВИБІР), щоб перемикатися між параметрами GENDER (стать), AGE (вік) та WEIGHT (вага).

Натисніть кнопку ENTER (ВВЕСТИ), щоб підтвердити свій вибір.

Використовуйте кнопки INC+/- або SPD+/-, щоб встановити потрібне значення.

Натисніть START, щоб розпочати тренування.

Програма FITNESS TEST (ТЕСТУВАННЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ) складається з двох основних частин: WARM UP (РОЗМИНКА) та TEST PROCESS (ПРОЦЕС ТЕСТУВАННЯ).

Рекомендується перед початком основного тестування виконати 3-хвилинну розминку.

Якщо під час розминки натиснути кнопку START/PAUSE, тренажер пропустить розминку та безпосередньо перейде до фази тренування (тестування).

КЕРІВНИЦТВО З ЕКСПЛУАТАЦІЇ

Метод тестування фізичної підготовки

Розрахунок базується на цільовому пульсі користувача: $(220 - \text{ВІК}) \times 0,85$.

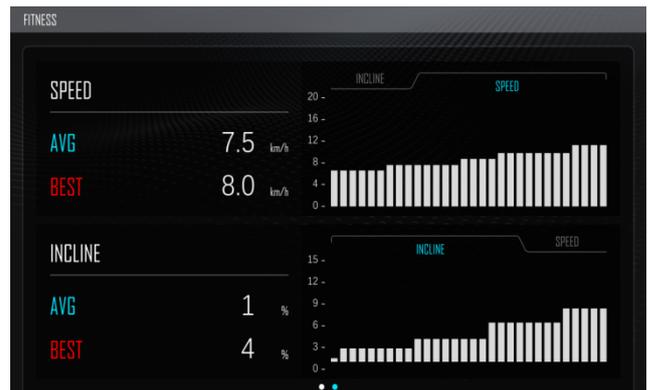
Під час тестування система постійно обчислює наступне:

Якщо цільова частота серцевих скорочень - частота серцевих скорочень користувача ≥ 0 , тестування переходить до наступного етапу.

Якщо цільова частота серцевих скорочень - частота серцевих скорочень користувача ≤ 0 , тестування негайно завершується та переходить у фазу охолодження (заминки).

Примітка: Частота серцевих скорочень не контролюється під час розминки.

Після завершення тренування система формує підсумковий звіт на основі таблиці VO2Max.



Таблиця VO2Max – Жінки

Вік	Дуже погано	Погано	Задовільно	Добре	Відмінно	Чудово
13-19	<25,0	25,0-	31,0-	35,0-	39,0-	>41,9
20-29	<23,6	23,6-	29,0-	33,0-	37,0-	>41,0
30-39	<22,8	22,8-	27,0-	31,5-	35,7-	>40,0
40-49	<21,0	21,0-	24,5-	29,0-	32,9-	>36,9
50-59	<20,2	20,2-	22,8-	27,0-	31,5-	>35,7
60+	<17,5	17,5-	20,2-	24,5-	30,3-	>31,4

Таблиця VO2Max – Чоловіки

Вік	Дуже погано	Погано	Задовільно	Добре	Відмінно	Чудово
13-19	<35,0	35,0-	38,4-	45,2-	51,0-	>55,9
20-29	<33,0	33,0-	36,5-	42,5-	46,5-	>52,4
30-39	<31,5	31,5-	35,5-	41,0-	45,0-	>49,4
40-49	<30,2	30,2-	33,6-	39,0-	43,8-	>48,0
50-59	<26,1	26,1-	31,0-	35,8-	41,0-	>45,3
60+	<20,5	20,5-	26,1-	32,3-	36,5-	>44,2

КЕРІВНИЦТВО З ЕКСПЛУАТАЦІЇ

4. HRC - програма контролю частоти серцевих скорочень (ЧСС)



Виберіть пункт меню HRC та натисніть на кнопку ENTER (ВВЕСТИ), кнопку SELECT (ВИБІР) для встановлення наступних показників: GENDER (стать), AGE (вік), WEIGHT (вага), TIME (час).

Використовуйте кнопки SPD+/SPD– або INC+/INC– для налаштування значень.

Натисніть кнопку SELECT (ВИБІР), щоб підтвердити обрані дані та перейти далі.

Після завершення налаштувань система обчислить ваш максимальну ЧСС: $220 - \text{ВІК}$.

Виберіть одну з програм контролю цільової ЧСС та натисніть START:

HRC 60% (60% від максимального значення ЧСС)

HRC 80% (80% від максимального значення ЧСС)

TARGET HR (100% від максимального значення ЧСС)

ПІД ЧАС ТРЕНУВАННЯ

- Якщо фактична ЧСС користувача $<$ (цільова ЧСС - 5), швидкість збільшується на 0,5 км/год кожні 10 секунд.

- Якщо фактична ЧСС користувача $>$ (цільова ЧСС - 5), швидкість зменшується на 0,5 км/год кожні 10 секунд.

- Якщо швидкість досягає мінімуму, а фактична ЧСС користувача $>$ (цільова ЧСС + 25) протягом 15 секунд,

на дисплеї з'явиться повідомлення "OVER PULSE" (ПЕРЕВИЩЕННЯ ЧСС). Якщо це триватиме більше 30 секунд, бігова доріжка зупиниться.

- Якщо сигнал ЧСС не надходить протягом 15 секунд, відображається повідомлення "NO HR DETECTED" (ЧСС НЕ ВИЯВЛЕНО).

Якщо це триватиме більше 30 секунд, бігова доріжка зупиниться.

5. USER (КОРИСТУВАЧ) - програма з індивідуальними налаштуваннями користувача



Виберіть пункт меню USER та натисніть кнопку ENTER (ВВЕСТИ), натискайте SELECT (ВИБІР), щоб перемикатися між варіантами USER1 – USER4.

Натисніть кнопку ENTER (ВВЕСТИ), щоб встановити GENDER (стать), AGE (вік), WEIGHT (вага) та TIME (час).

Використовуйте кнопки SPD+/SPD– або INC+/INC– для налаштування значень.

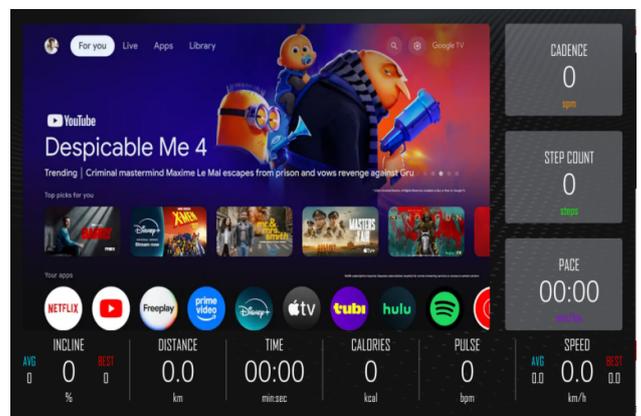
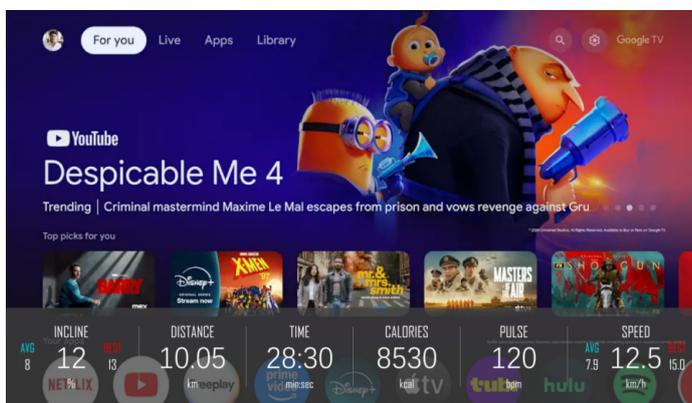
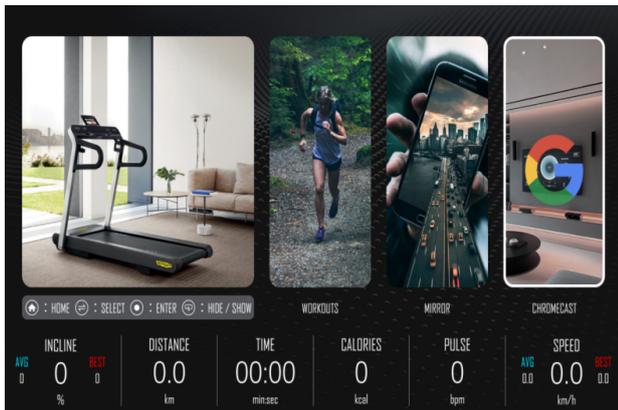
Після цього знову натисніть ENTER (ВВЕСТИ), щоб встановити профілі нахилу (INCLINE) та швидкості (SPEED).

Натисніть кнопку SELECT (ВИБІР), щоб підтвердити обрані дані та перейти далі.

Натисніть START, щоб розпочати тренування.

КЕРІВНИЦТВО З ЕКСПЛУАТАЦІЇ

CHROMECAST – Google TV



Натисніть кнопку SELECT або торкніться , щоб обрати CHROMECAST на головній сторінці.

Функцію консолі Google Chromecast встановлено за замовчуванням.

Натисніть ENTER або торкніться , і з'явиться повідомлення "HDMI Connecting...", що означає, що відбувається підключення HDMI.

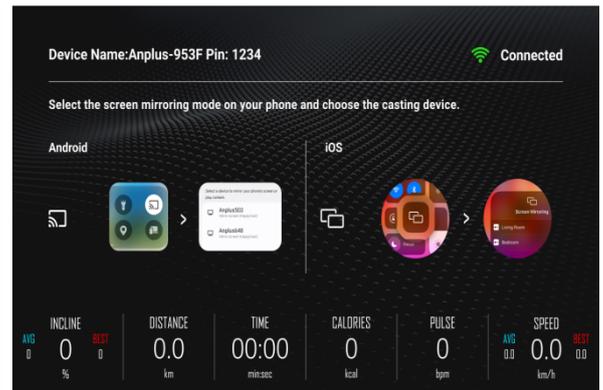
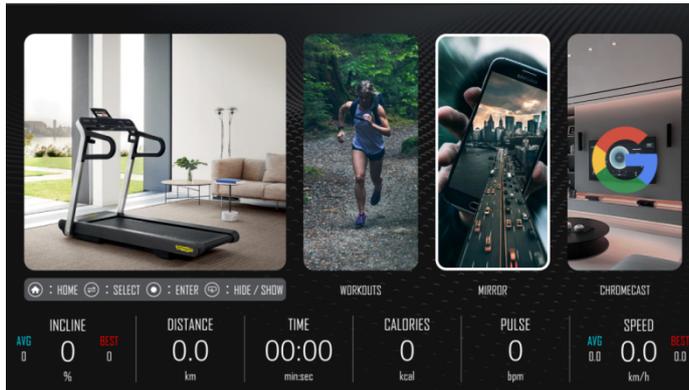
Після підключення HDMI використовуйте пульт дистанційного керування для реєстрації або входу в Google TV.

Торкніться , щоб перемикатися між повноекранним режимом, режимом "картинка в картинці" або інтерфейсом тренування.

Торкніться , щоб приховати/показати дані тренування у повноекранному режимі.

КЕРІВНИЦТВО З ЕКСПЛУАТАЦІЇ

MIRROR (ДЗЕРКАЛО)



Натисніть SELECT або торкніться , щоб вибрати пункт меню MIRROR на головній сторінці.

Натисніть ENTER або торкніться , щоб увімкнути трансляцію екрана з мобільного пристрою, оберіть назву пристрою у верхньому лівому куті: Anplus-xxxx, введіть PIN-код: 1234.

Використовуйте сенсорні кнопки або торкніться , щоб переключатися між повноекранним режимом, режимом "картинка в картинці" або інтерфейсом тренування.

КЕРІВНИЦТВО З ЕКСПЛУАТАЦІЇ

Таблиця попередньо встановлених програм:

		P01. СКИДАННЯ ВАГИ (WEIGHT LOST)																													
ЗМІНА ШВИДКОСТІ		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
L01	НАХИЛ	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	1	2	2	3	3	3	4	5	6	6	7	6	5	4	4	3	2	2	4	5	6	6	7	6	5	4	4	3	2	2
L02	НАХИЛ	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	1	2	2	3	4	4	5	6	8	8	10	8	8	5	5	3	2	2	5	6	8	8	10	8	8	5	5	3	2	2
L03	НАХИЛ	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	1	2	3	4	5	5	6	8	9	10	12	10	8	7	6	4	3	2	6	8	9	10	12	10	8	7	6	4	3	2
L04	НАХИЛ	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	1	2	3	4	6	7	8	10	11	12	13	11	10	8	7	5	4	2	8	10	11	12	13	11	10	8	7	5	4	2
L05	НАХИЛ	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	2	3	4	5	7	7	8	10	12	14	14	13	12	10	9	6	4	2	8	10	12	14	14	13	12	10	9	6	4	2
L06	НАХИЛ	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	2	3	4	5	7	9	10	12	13	14	14	13	12	10	9	6	5	3	10	12	13	14	14	13	12	10	9	6	5	3
L07	НАХИЛ	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	2	3	5	6	8	9	10	12	13	14	15	13	12	10	9	6	6	3	10	12	13	14	15	13	12	10	9	6	6	3
L08	НАХИЛ	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	2	3	5	6	8	10	12	14	14	15	15	14	13	11	9	7	6	3	12	14	14	15	15	14	13	11	9	7	6	3

КЕРІВНИЦТВО З ЕКСПЛУАТАЦІЇ

Таблиця попередньо встановлених програм:

P02. КАРДІОТРЕНУВАННЯ (CARDIO TRAIN)																															
ЗМІНА ШВИДКОСТІ І НАХИЛУ	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
	L01	НАХИЛ	1	1	2	3	4	5	6	7	7	8	8	7	7	5	4	2	1	1	6	7	7	8	8	7	7	5	4	2	1
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	1	1	2	2	3	4	5	6	6	7	7	6	6	4	3	2	1	1	5	6	6	7	7	6	6	4	3	2	1	1
L02	НАХИЛ	1	2	3	4	5	6	7	8	8	9	9	8	8	6	5	3	2	1	7	8	8	9	9	8	8	6	5	3	2	1
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	1	2	2	3	4	5	6	7	7	8	8	7	7	5	4	2	2	1	6	7	7	8	8	7	7	5	4	2	2	1
L03	НАХИЛ	1	2	4	5	6	7	8	9	9	10	10	9	9	7	6	4	2	1	8	9	9	10	10	9	9	7	6	4	2	1
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	1	2	3	4	5	6	7	8	8	9	9	8	8	6	5	3	2	1	7	8	8	9	9	8	8	6	5	3	2	1
L04	НАХИЛ	2	3	5	6	7	8	9	10	10	11	11	10	10	8	7	5	3	2	9	10	10	11	11	10	10	8	7	5	3	2
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	2	2	4	5	6	7	8	9	9	10	10	9	9	7	6	4	2	2	8	9	9	10	10	9	9	7	6	4	2	2
L05	НАХИЛ	2	4	6	7	8	9	10	11	11	12	12	11	11	9	8	6	4	2	10	11	11	12	12	11	11	9	8	6	4	2
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	2	3	5	6	7	8	9	10	10	11	11	10	10	8	7	5	3	2	9	10	10	11	11	10	10	8	7	5	3	2
L06	НАХИЛ	3	5	7	8	9	10	11	12	12	13	13	12	12	10	9	7	5	3	11	12	12	13	13	12	12	10	9	7	5	3
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	2	4	6	7	8	9	10	11	11	12	12	11	11	9	8	6	4	2	10	11	11	12	12	11	11	9	8	6	4	2
L07	НАХИЛ	4	6	8	9	10	11	12	13	13	14	14	13	13	11	10	8	6	4	12	13	13	14	14	13	13	11	10	8	6	4
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	3	5	7	8	9	10	11	12	12	13	13	12	12	10	9	7	5	3	11	12	12	13	13	12	12	10	9	7	5	3
L08	НАХИЛ	5	7	9	10	11	12	13	14	14	15	15	14	14	12	11	9	7	5	13	14	14	15	15	14	14	12	11	9	7	5
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	4	6	8	9	10	11	12	13	13	14	14	13	13	11	10	8	6	4	12	13	13	14	14	13	13	11	10	8	6	4

КЕРІВНИЦТВО З ЕКСПЛУАТАЦІЇ

Таблиця попередньо встановлених програм:

P03. СПАЛЮВАННЯ НАДЛИШКІВ ЖИРУ (FAT BURN)																															
ЗМІНА ШВИДКОСТІ І НАХИЛУ	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
	L01	НАХИЛ	1	1	2	2	3	3	4	5	5	5	5	4	4	3	2	2	1	1	4	5	5	5	5	4	4	3	2	2	1
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	1	2	3	3	5	6	7	8	8	8	8	7	7	5	4	3	2	1	7	8	8	8	8	7	7	5	4	3	2	1
L02	НАХИЛ	1	1	2	2	3	4	5	6	6	6	6	5	5	4	3	2	1	1	5	6	6	6	6	5	5	4	3	2	1	1
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	1	2	3	4	6	7	8	9	9	9	9	8	8	6	5	3	2	1	8	9	9	9	9	8	8	6	5	3	2	1
L03	НАХИЛ	1	1	2	3	4	5	6	7	7	7	7	6	6	4	3	2	1	1	6	7	7	7	7	6	6	4	3	2	1	1
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	1	2	4	5	7	8	9	10	10	10	10	9	9	7	6	4	2	1	9	10	10	10	10	9	9	7	6	4	2	1
L04	НАХИЛ	1	2	3	4	5	6	7	8	8	8	8	7	7	5	4	3	2	1	7	8	8	8	8	7	7	5	4	3	2	1
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	2	3	5	6	8	9	10	11	11	11	11	10	10	8	7	5	3	2	10	11	11	11	11	10	10	8	7	5	3	2
L05	НАХИЛ	1	2	3	4	6	7	8	9	9	9	9	8	8	6	5	3	2	1	8	9	9	9	9	8	8	6	5	3	2	1
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	2	4	6	7	9	10	11	12	12	12	12	11	11	9	8	6	4	2	11	12	12	12	12	11	11	9	8	6	4	2
L06	НАХИЛ	2	3	4	5	7	8	9	10	10	10	10	9	9	7	6	4	3	2	9	10	10	10	10	9	9	7	6	4	3	2
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	3	5	7	8	10	11	12	13	13	13	13	12	12	10	9	7	5	3	12	13	13	13	13	12	12	10	9	7	5	3
L07	НАХИЛ	2	3	5	6	8	9	10	11	11	11	11	10	10	8	7	5	3	2	10	11	11	11	11	10	10	8	7	5	3	2
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	4	6	8	9	11	12	13	14	14	14	14	13	13	11	10	8	6	4	13	14	14	14	14	13	13	11	10	8	6	4
L08	НАХИЛ	2	4	6	7	9	10	11	12	12	12	12	11	11	9	8	6	4	2	11	12	12	12	12	11	11	9	8	6	4	2
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	4	7	9	10	12	13	14	15	15	15	15	14	14	12	11	9	7	4	14	15	15	15	15	14	14	12	11	9	7	4

КЕРІВНИЦТВО З ЕКСПЛУАТАЦІЇ

Таблиця попередньо встановлених програм:

P04. СИЛОВА ХОДЬБА (POWER WALK)																																
ЗМІНА ШВИДКОСТІ		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
L01	НАХИЛ	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	1	1	2	2	3	3	4	4	4	4	4	4	3	2	2	2	1	1	4	4	4	4	4	4	3	2	2	2	1	1	
L02	НАХИЛ	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	1	2	2	2	3	3	4	4	5	4	4	4	3	3	2	2	1	1	4	4	5	4	4	4	3	3	2	2	1	1	
L03	НАХИЛ	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	1	2	2	3	3	4	4	5	5	5	4	4	4	3	3	2	1	1	4	5	5	5	4	4	4	3	3	2	1	1	
L04	НАХИЛ	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	1	2	3	3	3	4	4	5	6	6	5	4	4	4	3	2	2	1	4	5	6	6	5	4	4	4	3	2	2	1	
L05	НАХИЛ	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	1	2	3	4	4	5	5	5	6	6	6	5	4	4	4	3	2	1	5	5	6	6	6	6	5	4	4	4	3	2	1
L06	НАХИЛ	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	1	2	3	4	5	5	6	6	6	6	6	5	5	4	4	3	2	1	6	6	6	6	6	6	5	5	4	4	3	2	1
L07	НАХИЛ	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	1	2	3	4	5	6	6	7	7	6	6	6	5	5	4	3	2	1	6	7	7	6	6	6	5	5	4	3	2	1	
L08	НАХИЛ	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	1	2	3	4	5	6	7	7	7	7	6	6	6	5	5	4	2	1	7	7	7	7	6	6	6	5	5	4	2	1	

КЕРІВНИЦТВО З ЕКСПЛУАТАЦІЇ

Таблиця попередньо встановлених програм:

Р05. ІНТЕРВАЛЬНЕ ТРЕНУВАННЯ (INTERVAL)																															
ЗМІНА ШВИДКОСТІ		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
L01	НАХИЛ	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	1	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2
L02	НАХИЛ	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	1	2	5	2	5	2	5	2	5	2	5	2	5	2	5	2	5	2	5	2	5	2	5	2	5	2	5	2	5	2
L03	НАХИЛ	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	1	2	6	2	6	2	6	2	6	2	6	2	6	2	6	2	6	2	6	2	6	2	6	2	6	2	6	2	6	2
L04	НАХИЛ	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	1	3	6	3	6	3	6	3	6	3	6	3	6	3	6	3	6	3	6	3	6	3	6	3	6	3	6	3	6	3
L05	НАХИЛ	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	1	3	7	3	7	3	7	3	7	3	7	3	7	3	7	3	7	3	7	3	7	3	7	3	7	3	7	3	7	3
L06	НАХИЛ	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	2	4	7	4	7	4	7	4	7	4	7	4	7	4	7	4	7	4	7	4	7	4	7	4	7	4	7	4	7	4
L07	НАХИЛ	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	2	4	8	4	8	4	8	4	8	4	8	4	8	4	8	4	8	4	8	4	8	4	8	4	8	4	8	4	8	4
L08	НАХИЛ	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	2	5	8	5	8	5	8	5	8	5	8	5	8	5	8	5	8	5	8	5	8	5	8	5	8	5	8	5	8	5

КЕРІВНИЦТВО З ЕКСПЛУАТАЦІЇ

Таблиця попередньо встановлених програм:

P06. ПАГОРБИ (ROLLING)																															
ЗМІНА ШВИДКОСТІ		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
L01	НАХИЛ	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	1	2	3	2	1	2	3	2	1	2	3	2	1	2	3	2	1	1	3	2	1	2	3	2	1	2	3	2	1	1
L02	НАХИЛ	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	2	3	4	3	2	3	4	3	2	3	4	3	2	3	4	3	2	2	4	3	2	3	4	3	2	3	4	3	2	2
L03	НАХИЛ	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	2	3	4	5	4	3	4	5	4	3	4	5	4	3	4	5	4	3	4	5	4	3	4	5	4	3	4	5	4	3
L04	НАХИЛ	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	2	4	5	6	5	4	5	6	5	4	5	6	5	4	5	6	5	3	5	6	5	4	5	6	5	4	5	6	5	3
L05	НАХИЛ	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	2	5	6	7	6	5	6	7	6	5	6	7	5	6	7	6	5	3	6	7	6	5	6	7	5	6	7	6	5	3
L06	НАХИЛ	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	3	6	7	8	7	6	7	8	7	6	7	8	7	6	7	8	7	4	7	7	8	7	6	7	8	7	6	7	8	7
L07	НАХИЛ	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	3	7	8	9	8	7	8	9	8	7	8	9	8	7	8	9	8	4	8	8	9	8	7	8	9	8	7	8	9	8
L08	НАХИЛ	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	3	8	9	10	9	8	9	10	9	8	9	10	9	8	9	10	8	4	9	9	10	9	8	9	10	9	8	9	10	8

КЕРІВНИЦТВО З ЕКСПЛУАТАЦІЇ

Таблиця попередньо встановлених програм:

Р07. СХОДЖЕННЯ НА ГОРУ (MOUNTAIN CLIMB)																															
ЗМІНА ШВИДКОСТІ І НАХИЛУ	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
	L01	НАХИЛ	0	1	1	2	2	3	3	4	4	5	6	7	8	7	6	4	2	0	3	4	4	5	6	7	8	7	6	4	2
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	1	1	2	2	3	3	3	4	4	4	3	3	3	2	2	2	1	1	3	4	4	4	3	3	3	2	2	2	1	1
L02	НАХИЛ	0	1	2	2	3	3	4	4	5	6	7	8	9	8	6	4	2	0	4	4	5	6	7	8	9	8	6	4	2	0
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	1	1	2	2	3	3	3	4	4	4	3	3	3	2	2	2	1	1	3	4	4	4	3	3	3	2	2	2	1	1
L03	НАХИЛ	1	1	2	3	3	4	4	5	6	7	8	9	10	9	8	6	4	2	4	5	6	7	8	9	10	9	8	6	4	2
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	1	1	2	2	3	3	3	4	4	4	3	3	3	2	2	2	1	1	3	4	4	4	3	3	3	2	2	2	1	1
L04	НАХИЛ	1	2	2	3	3	4	5	6	7	8	9	10	11	10	8	7	5	3	5	6	7	8	9	10	11	10	8	7	5	3
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	2	2	3	3	4	4	4	5	5	4	4	4	3	3	3	2	2	2	4	5	5	4	4	4	3	3	3	2	2	2
L05	НАХИЛ	1	2	3	4	5	6	7	8	9	9	10	11	12	11	10	8	6	4	7	8	9	9	10	11	12	11	10	8	6	4
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	2	2	3	3	4	4	4	5	5	4	4	4	3	3	3	2	2	2	4	5	5	4	4	4	3	3	3	2	2	2
L06	НАХИЛ	2	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	12	10	8	6	4	7	8	9	10	11	12	13	12	10	8	6	4
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	2	2	3	3	4	4	4	5	5	4	4	4	3	3	3	2	2	2	4	5	5	4	4	4	3	3	3	2	2	2
L07	НАХИЛ	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	13	10	8	6	4	8	9	10	11	12	13	14	13	10	8	6	4
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	2	2	4	4	5	5	5	6	6	6	5	5	4	4	4	2	2	2	5	6	6	6	5	5	4	4	4	2	2	2
L08	НАХИЛ	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	13	10	8	6	4	9	10	11	12	13	14	15	13	10	8	6	4
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	2	2	4	4	5	5	5	6	6	6	5	5	4	4	4	2	2	2	5	6	6	6	5	5	4	4	4	2	2	2

КЕРІВНИЦТВО З ЕКСПЛУАТАЦІЇ

Таблиця попередньо встановлених програм:

Р08. БІГ ПО ПАГОРБАМ (HILL RUN)

ЗМІНА ШВИДКОСТІ І НАХИЛУ		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
L01	НАХИЛ	0	0	1	1	2	2	2	3	3	3	4	4	5	5	4	3	2	1	2	3	3	3	4	4	5	5	4	3	2	1
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	2	2	2	3	3	3	5	5	7	7	9	9	10	8	8	6	4	2	5	5	7	7	9	9	10	8	8	6	4	2
L02	НАХИЛ	0	0	1	1	2	2	2	3	3	3	4	4	5	6	5	3	2	1	2	3	3	3	4	4	5	6	5	3	2	1
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	2	2	2	4	4	4	6	6	6	8	8	10	10	8	8	6	4	2	6	6	6	8	8	10	10	8	8	6	4	2
L03	НАХИЛ	0	0	1	1	2	2	3	3	3	4	4	5	5	6	5	3	2	1	3	3	3	4	4	5	5	6	5	3	2	1
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	2	2	4	4	4	6	6	6	8	8	10	10	12	10	8	6	4	2	6	6	8	8	10	10	12	10	8	6	4	2
L04	НАХИЛ	0	1	1	2	2	3	3	4	4	4	5	5	6	7	6	5	3	2	3	4	4	4	5	5	6	7	6	5	3	2
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	2	2	4	4	6	6	8	8	8	10	10	10	12	12	10	7	5	3	8	8	8	10	10	10	12	12	10	7	5	3
L05	НАХИЛ	1	1	2	2	3	3	4	4	5	5	6	6	7	8	7	6	3	2	4	4	5	5	6	6	7	8	7	6	3	2
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	2	4	6	6	6	6	8	8	8	10	10	12	13	12	10	7	5	3	8	8	8	10	10	12	13	12	10	7	5	3
L06	НАХИЛ	1	2	3	4	4	4	5	5	6	6	7	8	8	8	7	6	3	2	5	5	6	6	7	8	8	8	7	6	3	2
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	2	4	6	6	6	6	8	8	10	10	12	13	13	12	10	7	5	3	8	8	10	10	12	13	13	12	10	7	5	3
L07	НАХИЛ	1	2	3	4	5	6	6	7	7	8	8	9	10	10	9	6	3	2	6	7	7	8	8	9	10	10	9	6	3	2
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	2	4	6	6	8	8	10	10	12	13	13	14	13	12	10	7	5	3	10	10	12	13	13	14	13	12	10	7	5	3
L08	НАХИЛ	1	2	3	4	6	6	7	7	8	8	9	9	10	12	9	6	3	2	7	7	8	8	9	9	10	12	9	6	3	2
	ШВИДКІСТЬ (КМ/ГОД)	2	4	6	8	10	10	12	12	13	13	14	14	13	12	10	7	5	3	12	12	13	13	14	14	13	12	10	7	5	3

КЕРІВНИЦТВО З ЕКСПЛУАТАЦІЇ

8.2 Користувацькі програми: У режимі очікування натисніть кнопку PROG, доки на екрані не з'явиться U1, U2 або U3.

Оберіть одну з 3-х користувацьких програм.

- Натисніть SPD+/-, щоб установити бажаний час тренування.
- Натисніть MODE, щоб увійти в налаштування користувацької програми. Кожна користувацька програма поділена на 18 сегментів на основі цільового часу тренування.
- Використовуйте кнопки SPD+/- або INC+/-, щоб задати швидкість і нахил.
- Натискайте кнопку MODE, щоб зберегти параметри та перейти до налаштування наступного сегмента - доки всі сегменти не будуть налаштовано.
- Натисніть START, щоб розпочати користувацьку програму.
- Під час тренування можна регулювати швидкість або нахил за допомогою кнопок SPD+/- та INC+/-.
- Наприкінці кожного сегмента лунає звуковий сигнал, після чого програма автоматично перейде до наступного сегменту з попередньо заданими вами значеннями швидкості та нахилу.
- У вікні точкової матриці відобразиться графік зміни швидкості програми, при цьому блимаючі індикатори показуватимуть поточну фазу тренування.

8.3 Визначення індексу жирової маси тіла (Body Fat Test): У режимі очікування натискайте кнопку PROG, доки на екрані не з'явиться "FAT".

- Натисніть кнопку MODE, щоб увійти до меню введення персональних даних.

Введіть параметри від F-1 до F-4 за допомогою кнопок SPD+/-, натискаючи MODE після кожного значення, щоб зберегти його та перейти до наступного пункту (F-1 – Стать, F-2 – Вік: 10–99 років, F-3 – Зріст: 100–200 см, F-4 – Вага: 20–150 кг) Після налаштування кожного параметра натискайте MODE - дані будуть збережені, і ви автоматично перейдете до наступного пункту.

- При переході до F-5 (F-5 - Обчислення індексу маси тіла (ІМТ)) тримайте руки на датчику пульсу на поручнях. Через 3 секунди консоль покаже значення показника ІМТ.

- Значення ІМТ наведено лише як орієнтир і не є медичними даними:

F-1	Стать	01 - чоловік	02 - жіноча
F-2	Вік	10-99	
F-3	Зріст	100-200см	
F-4	Вага	20-150кг	
F-5	ІМТ	<19	Недостатня вага
	ІМТ	=(20---25)	Нормальна вага
	ІМТ	=(26---29)	Надмірна вага
	ІМТ	> 30	Ожиріння

КЕРІВНИЦТВО З ЕКСПЛУАТАЦІЇ

BLUETOOTH-ДИНАМІК

Дана бігова доріжка оснащена вбудованою системою Bluetooth-динаміків.

Увімкніть Bluetooth на вашому телефоні або планшеті. Знайдіть та підключіться до функції "Run Music".

Після підключення звук із вашого пристрою відтворюватиметься через динаміки тренажера.

USB РОЗ'ЄМ

Цей роз'єм призначений тільки для передачі даних та використовується виключно для оновлення системи.

Він не підтримує відтворення музики або заряджання пристроїв.

РОЗ'ЄМ ДЛЯ НАВУШНИКІВ

Ця бігова доріжка оснащена роз'ємом для навушників, що дозволяє підключати дротові навушники для індивідуального прослуховування музики під час тренування.

БЕЗДРОТОВЕ ЗАРЯДЖАННЯ ТЕЛЕФОНА



Розмістіть телефон (сумісний із бездротовою зарядкою) на зоні зарядки, коли бігова доріжка ввімкнена. На телефоні відобразиться стан заряджання.

РЕЖИМ СНУ

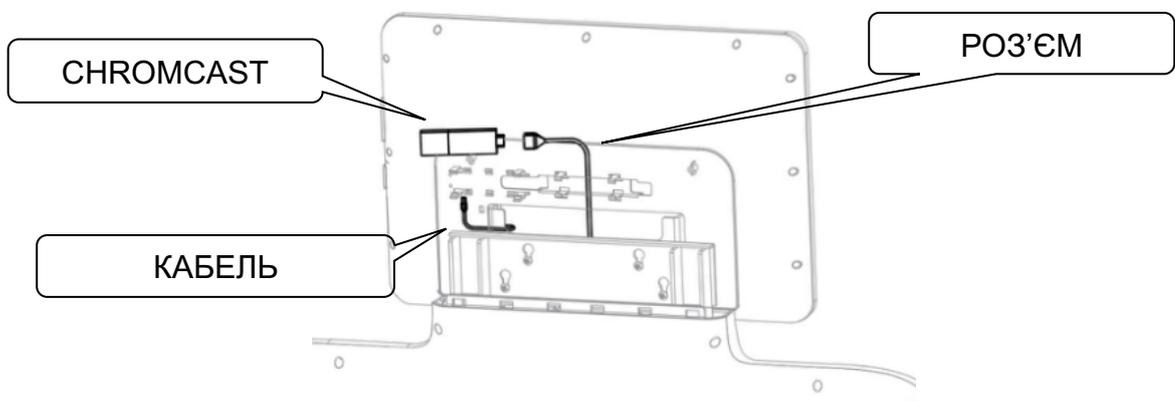
Консоль автоматично переходить у режим сну після 10 хвилин бездіяльності, і дисплей вимикається. Щоб розбудити консоль натисніть будь-яку кнопку.

ЯК ЗАМІНИТИ МОДУЛЬ CHROMCAST

КРОК 1: Відкрийте кришку підключення консолі.

КРОК 2: Вийміть модуль зі слота, від'єднайте його від роз'єму та кабелю живлення.

КРОК 3: Вставте новий модуль, підключіть його до роз'єму та кабелю живлення, а потім вставте у слот. Знову закріпіть за допомогою гвинтів.



ЯК СКЛАДАТИ І ПЕРЕМІЩАТИ

ЯК СКЛАСТИ БІГОВУ ДОРІЖКУ

Перш ніж скласти бігову доріжку, від'єднайте шнур живлення від розетки.

УВАГА: Ви повинні бути в змозі безпечно підняти 20 кг ваги, щоб підняти, опустити або пересунути бігову доріжку.

1. ЩОБ РОЗКЛАСТИ:

Тримайте бігову доріжку руками таким чином, як показано праворуч. **УВАГА:**

Щоб зменшити можливість травмування, зігніть ноги і слідкуйте, щоб спина була прямою. Піднімаючи бігову доріжку, переконайтеся, що ви піднімаєте її за рахунок роботи ніг, а не спини. Піднімайте бігову доріжку до тих пір, поки бігове полотно не буде міцно утримуватися складальним важелем, як це показано на малюнку.

2. ЩОБ СКЛАСТИ:

Як показано на малюнку, тримайте правий поручень правою рукою, щоб утримати бігову доріжку у стійкому положенні.

Лівою рукою трохи підніміть бігову поверхню, одночасно натискаючи лівою ногою на червону ручку.

Потім обережно опустіть бігову поверхню вниз - доріжка складеться автоматично.

ЯК ПЕРЕМІЩУВАТИ БІГОВУ ДОРІЖКУ

1. Візьміться за поручні, як показано на малюнку, і поставте одну ногу на колесо.

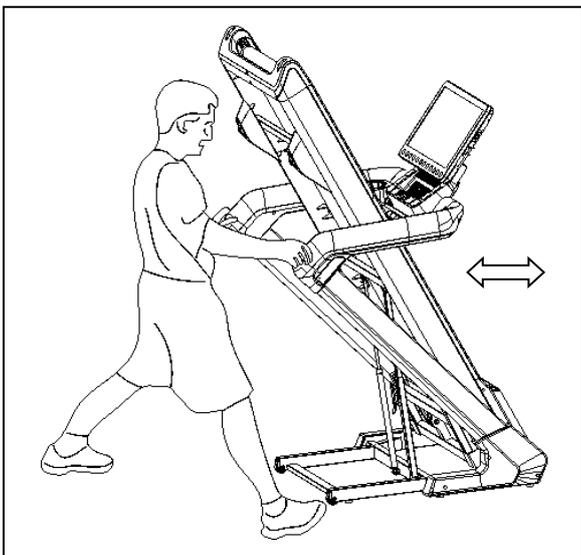
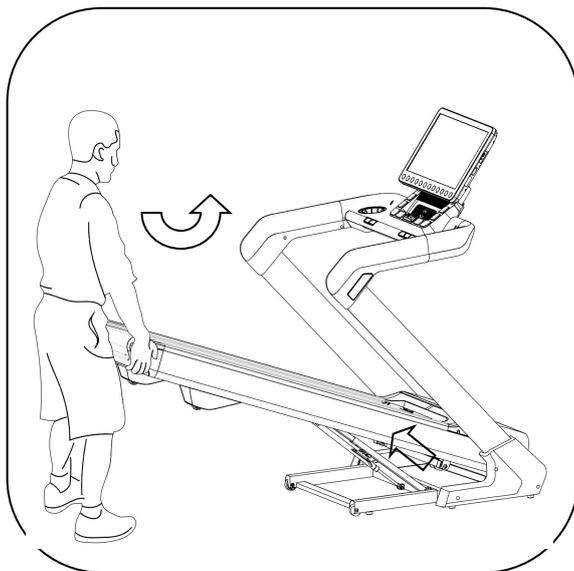
2. Нахиліть бігову доріжку назад до тих пір, поки вона не буде вільно котитися на колесах.

Обережно перемістіть бігову доріжку в потрібне місце.

Ніколи не переміщуйте бігову доріжку, не відхиляючи її назад.

Щоб знизити ризик травмування, треба бути максимально обережним під час переміщення бігової доріжки. Не намагайтеся переміщати бігову доріжку по нерівній поверхні.

Будь ласка, поставте одну ногу на колесо і обережно опустіть бігову доріжку, поки вона не буде встановлена в положення, призначене для зберігання.



ПРОПОНОВАНА РОЗМИНКА

Успішна програма вправ складається з розминки, аеробних вправ та заминки. Виконуйте повну програму тренувань принаймні два, а краще три рази на тиждень, відпочиваючи протягом дня між тренуваннями. Через кілька місяців ви можете збільшити кількість тренувань до чотирьох або п'яти разів на тиждень.

Розігрів є важливою частиною вашого тренування і його треба виконувати на початку кожної сесії. Він готує ваше тіло до більш напружених вправ, розігріваючи і розтягуючи м'язи, збільшуючи кровообіг і частоту пульсу, а також доставляючи до м'язів більше кисню. Наприкінці тренування повторіть ці вправи, щоб зменшити біль в м'язах. Ми пропонуємо наступні вправи для використання в якості розминки та заминки:

1. Розтягання внутрішньої частини стегна

Сядьте так, щоб підшви ніг були складені разом, а коліна спрямовані назовні. Підтягніть ноги якомога ближче до паху. Плавно притисніть коліна до підлоги. Затримайтесь, рахуючи до 15.



2. Розтягання підколінного сухожилля

Сядьте, витягнувши праву ногу. Підшву лівої ноги притисніть до правої внутрішньої частини стегна.

Потягніться до пальців ноги якомога далі.

Затримайтесь, рахуючи до 15. Розслабтеся, а потім повторіть вправу з витягнутою лівою ногою.



3. Оберти головою

Поверніть голову вправо на рахунок "один", відчуваючи, як розтягується ліва сторона шиї.

Потім поверніть голову назад на рахунок "два", витягнувши підборіддя до стелі і відкривши рот. Поверніть голову вліво на рахунок "три" і, нарешті, опустіть голову до грудей на рахунок "чотири".



4. Піднімання плечей

Підніміть праве плече до вуха на рахунок "один". Потім підніміть ліве плече вгору на рахунок "два", одночасно опускаючи праве плече.



ПРОПОНОВАНА РОЗМИНКА

5. Торкання кінчиків пальців ніг

Повільно нахиліться вперед, розслабляючи спину і плечі, коли ви тягнетесь до пальців ніг.

Нахиліться якомога нижче і затримайтеся у такому положенні, рахуючи до 15.



6. Розтягування ахіллесових м'язів

Упріться в стіну, поставивши ліву ногу перед правою, а руки вперед. Праву ногу тримайте прямо, а ліву на підлозі; потім зігніть ліву ногу і нахиліться вперед, рухаючись стегнами до стіни. Затримайтеся, а потім повторіть з іншого боку, рахуючи до 15.



7. Бокове розтягування

Розведіть руки в сторону і продовжуйте піднімати їх, поки вони не опиняться у вас над головою. Витягніть праву руку якнайдалі вгору назустріч лівій. Тримайтеся в цьому положенні пару секунд. Відчуйте, як розтягується ваш правий бік. Повторіть цю вправу лівою рукою.



ОБСЛУГОВУВАННЯ

УВАГА! Перш ніж виконувати будь яке технічне обслуговування бігової доріжки, завжди від'єднуйте шнур живлення від пристрою захисту від перенапруги.

ЧИЩЕННЯ: Регулярне чищення бігової доріжки продовжить термін її служби.

УВАГА! Щоб уникнути ураження електричним струмом переконайтеся, що живлення бігової доріжки вимкнено і пристрій від'єднано від електричної мережі, перш ніж приступати до будь-якої очищення або технічного обслуговування.

ПІСЛЯ КОЖНОГО ТРЕНУВАННЯ: Протріть консоль та інші поверхні бігової доріжки чистою м'якою тканиною, змоченою водою, щоб видалити надлишок поту. **НЕ ВИКОРИСТОВУЙТЕ НІЯКИХ ХІМІЧНИХ ЗАСОБІВ.**

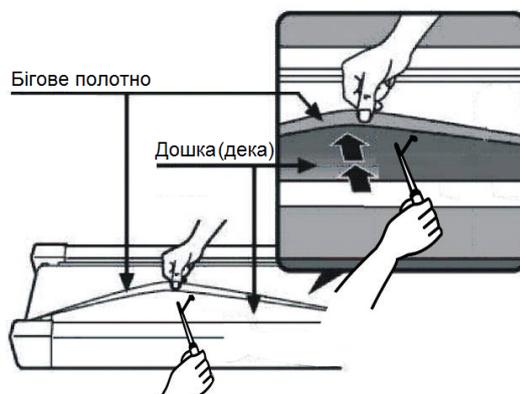
ЩОТИЖНЕВО: Для зручності чищення рекомендується використовувати килимок для бігової доріжки. Бруд з вашого взуття контактує з полотном і в кінцевому підсумку опиняється під біговою доріжкою. Пилососьте під біговою доріжкою раз на тиждень.

ЗМАЩУВАННЯ БІГОВОЇ ДОШКИ (ДЕКИ): Бігове полотно було попередньо змазано на заводі. Однак рекомендується періодично перевіряти бігову дошку на предмет змащування, щоб забезпечити оптимальну продуктивність бігової доріжки. Кожні 10 днів або 10 годин роботи піднімайте з боків сторони бігового полотна і обмацуйте верхню поверхню бігової дошки якомога глибше, наскільки зможете дотягнутися. Якщо ви відчуваєте ознаки силікону, додаткове мастило не потрібно. Якщо воно здається сухим на дотик, потрібно його змащувати. Тип силікону уточніть у свого продавця або зателефонуйте в службу технічної підтримки.

ДЛЯ НАНЕСЕННЯ МАСТИЛА НА БІГОВУ ДОШКУ

- 1) Розташуйте бігове полотно так, щоб шов знаходився зверху і в центрі бігової дошки.
- 2) Вставте розпилювальну насадку в розпилювальну головку пляшки з мастилом.
- 3) Під час підйому бічної смуги бігового полотна розміщуйте розпилювальну насадку між біговим полотном і дошкою приблизно на 10 см від передньої частини бігової доріжки. Нанесіть силіконовий спрей на саму бігову дошку, рухаючись у напрямку від передньої частини бігової доріжки до задньої частини. Повторіть це з іншого боку полотна. Розпилюйте приблизно по 4 секунди для кожної зі сторін.
- 4) Дайте силікону "всмоктатися" протягом однієї хвилини, перш ніж використовувати бігову доріжку.

УВАГА: Не змащуйте бігову дошку надмірно. Надлишки мастила слід витерти чистим рушником.



ТЕХНІЧНЕ ОБСЛУГОВУВАННЯ

Регулювання натягу бігового полотна

Бігова доріжка перед виходом з заводу була налаштована і пройшла контроль якості. Якщо спостерігається зміщення полотна, можливими причинами можуть бути:

А. Основна рама виробу встановлена нестабільно

В. Під час тренування користувач бігає не по центру бігового полотна.

С. Дві ноги користувача під час бігу мають різний ступінь натиску на полотно.

У різі зміщення полотна, яке не може бути виправлено автоматично, спробуйте закріпити полотно наступними способами, як показано на малюнку.

Якщо полотно має тенденцію зміщуватися вправо, слід повернути розташований праворуч гвинт регулювання полотна за годинниковою стрілкою. Ми рекомендуємо кожен раз повертати на 1/4 оберту і перевіряти, як воно працює. Якщо полотно продовжує зміщуватися вправо, слід повернути розташований ліворуч гвинт регулювання полотна на 1/4 оберту проти годинникової стрілки, як показано на малюнку А.

Якщо полотно має тенденцію зміщуватися вліво, слід повернути розташований ліворуч гвинт регулювання полотна за годинниковою стрілкою на 1/4 оберту. Якщо полотно продовжує зміщуватися вліво, слід повернути розташований праворуч гвинт регулювання полотна на 1/4 оберту проти годинникової стрілки, як показано на малюнку В.

Після тривалого використання полотно може злегка розтягуватися, а під час бігу на ньому може з'явитися прослизання та нерівність його ходу. При появі цих явищ слід закріпити гвинти з обох сторін на 1/4 оберту. Якщо ремінь занадто натягнутий, просто послабте гвинти з обох боків на 1/4 оберту, як показано на малюнку С.

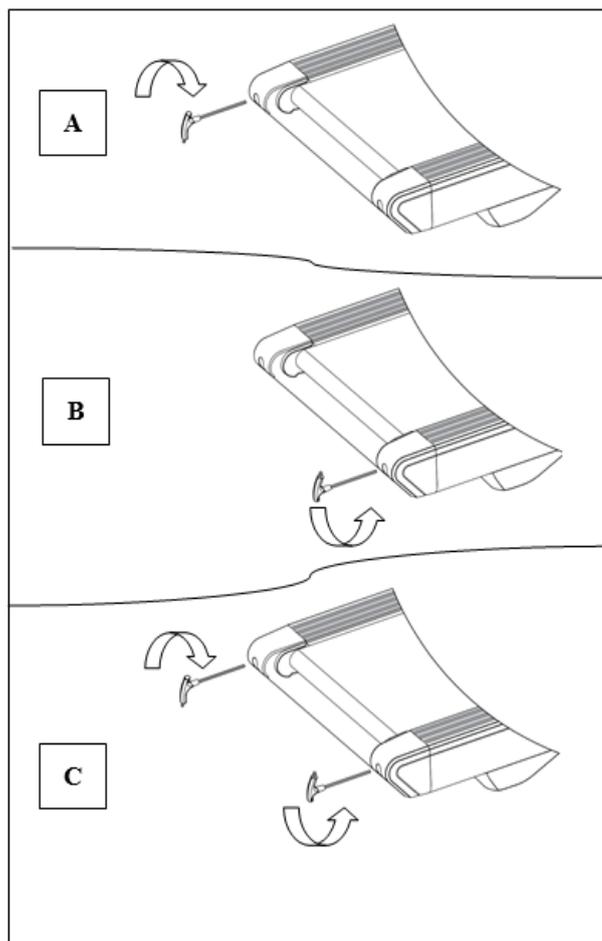
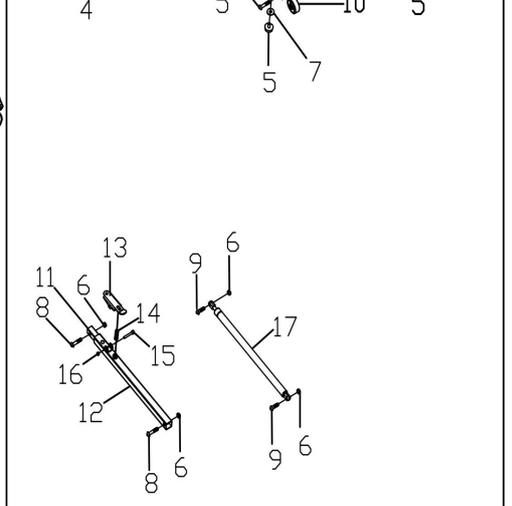
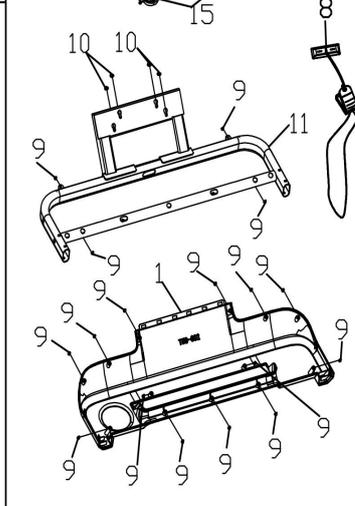
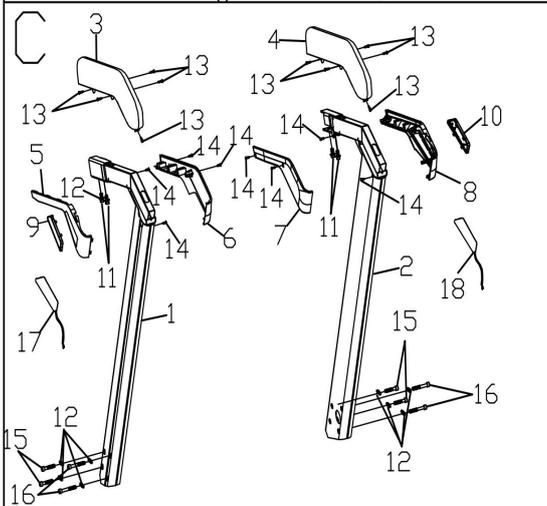
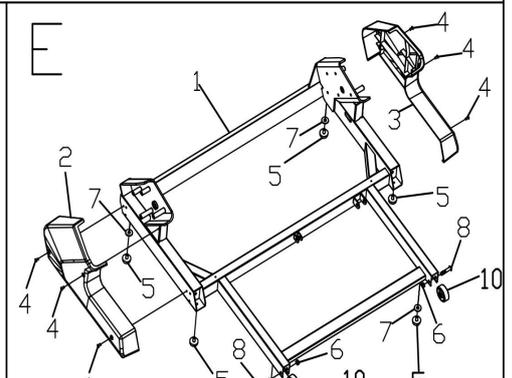
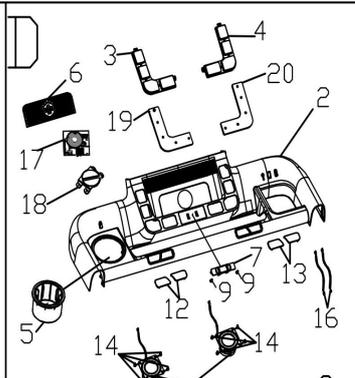
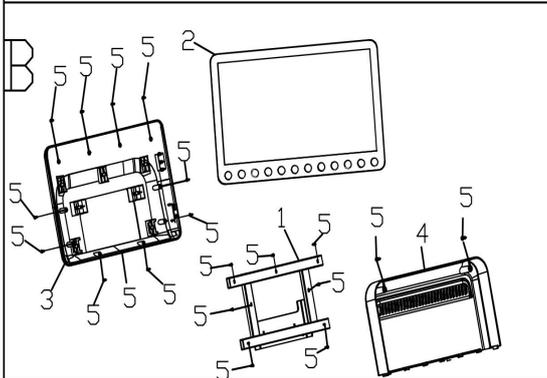
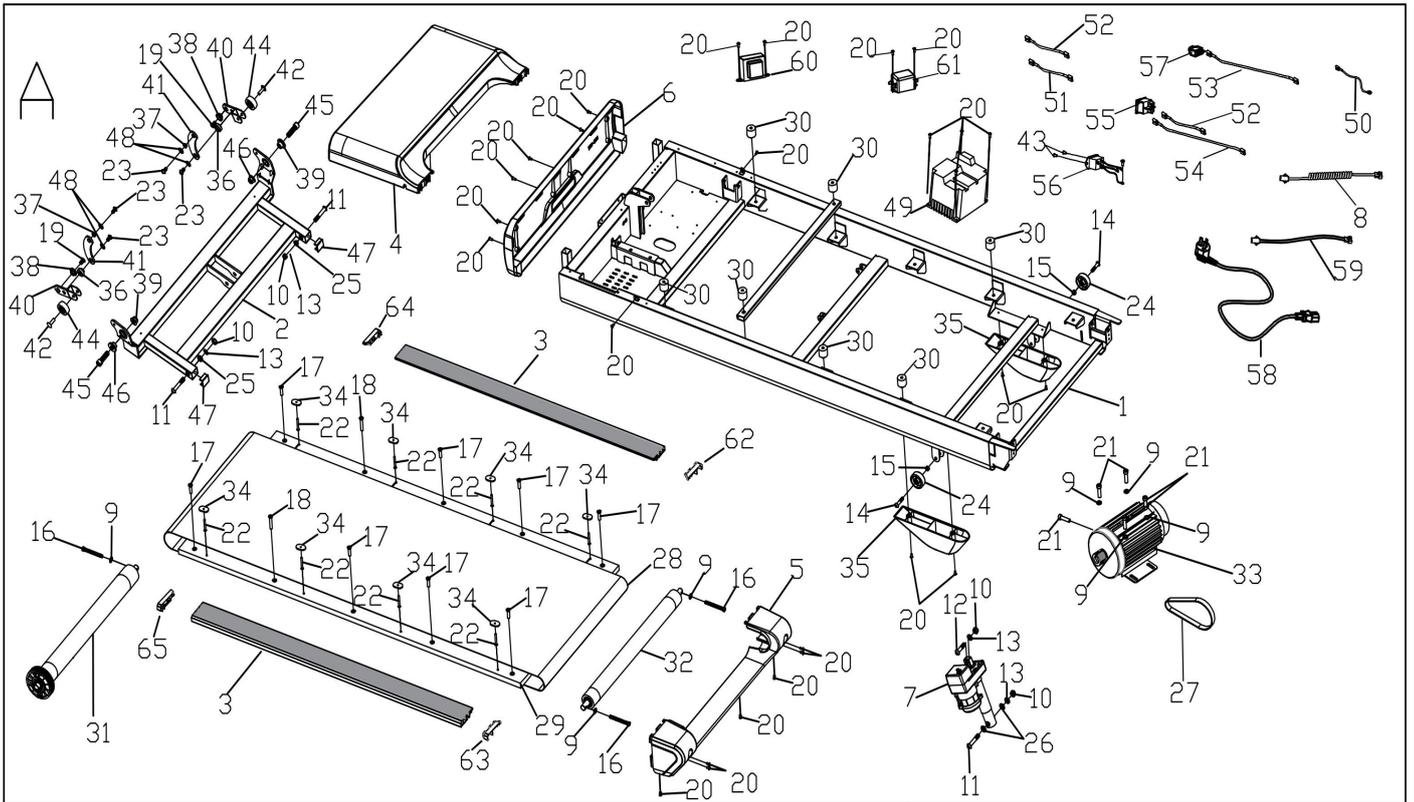


СХЕМА ВИРОБУ У РОЗІБРАНІЙ ВИГЛЯДІ



ПЕРЕЛІК ДЕТАЛЕЙ

№	ОПИС	К-ТЬ
A-1	ОСНОВНА РАМА	1
A-2	РАМА РЕГУЛ. НАХИЛУ	1
A-3	РЕЙКА ДЛЯ НІГ	2
A-4	КРИШКА ДВИГУНА	1
A-5	ЗАДНЯ КРИШКА	1
A-6	ПЕРЕДНЯ КРИШКА ДВИГУНА	1
A-7	ДВИГУН РЕГУЛЮВАННЯ НАХИЛУ	1
A-8	СИГНАЛЬНИЙ ПРОВІД - СЕРЕДНІЙ	1
A-9	ПЛОСКА ШАЙБА 8,5x17 T1,5	7
A-10	НЕЙЛОНОВА ГАЙКА M10	4
A-11	БОЛТ M10x55	3
A-12	БОЛТ M10x45	1
A-13	ПЛОСКИЙ ШАЙБА M10	4
A-14	БОЛТ M8x40	2
A-15	НЕЙЛОНОВА ГАЙКА M8	2
A-16	БОЛТ M8x65	3
A-17	БОЛТ M8x25	8
A-18	БОЛТ M8x45	2
A-19	БОЛТ M8x16	2
A-20	ГВИНТ M5x10	23
A-21	БОЛТ M8x35	6
A-22	ГВИНТ M5x40	8
A-23	БОЛТ M8x15	4
A-24	КОЛЕСО ОСНОВНОЇ РАМИ	2
A-25	ПЛАСТИКОВА ВТУЛКА	4
A-26	ПЛАСТИКОВА ВТУЛКА	2
A-27	РЕМІНЬ ДВИГУНА	1
A-28	БИГОВЕ ПОЛОТНО	1
A-29	БИГОВА ДОШКА (ДЕКА)	1
A-30	ПОДУШКА БІГОВОЇ ДОШКИ	8
A-31	ПЕРЕДНІЙ РОЛИК	1

№	ОПИС	К-ТЬ
A-32	ЗАДНІЙ РОЛИК	1
A-33	ДВИГУН	1
A-34	КРІПЛЕННЯ ДЛЯ НОЖНОЇ РЕЙКИ 22,0x35,0x1,5	8
A-35	КРИШКА КОЛЕСА	2
A-36	ВТУЛКА РУХОМОГО КОЛЕСА	2
A-37	ВНУТРІШНЯ ВТУЛКА ОПОРНОЇ ПЛАСТИНИ	2
A-38	ВТУЛКА КОЛЕСА	2
A-39	З'ЄДНУВАЛЬНА ВТУЛКА	2
A-40	ПЛАСТИНА КРІПЛЕННЯ КОЛЕСА	2
A-41	З'ЄДНУВАЛЬНА ПЛАСТИНА КОЛЕСА	2
A-42	ЗАКЛЕПКА M8x26	2
A-59	ГВИНТ M4x10	1
A-44	РУХОМЕ КОЛЕСО	2
A-45	БОЛТ M12x40	2
A-46	ГАЙКА M12	2
A-47	ТОРЦЕВА КРИШКА 30x30	2
A-48	ПЛОСКИЙ ШАЙБА M8	4
A-49	ІНВЕРТОР	1
A-50	КАБЕЛЬ ЗМ. СТРУМУ KELLY (ДОВЖ. 120 ММ)	1
A-51	КАБЕЛЬ ЗМ. СТРУМУ ДОВЖ. 280 ММ, СИНІЙ	1
A-52	КАБЕЛЬ ЗМ. СТРУМУ ДОВЖ. 280 ММ, КОРИЧНЕВИЙ	2
A-53	КАБЕЛЬ ЗМ. СТРУМУ ДОВЖ. 400 ММ, КОРИЧНЕВИЙ	1
A-54	КАБЕЛЬ ЗМ. СТРУМУ ДОВЖ. 400 ММ, СИНІЙ	1
A-55	ПЕРЕМИКАЧ ЖИВЛЕННЯ	1
A-56	РОЗ'ЄМ ДЛЯ ШНУРА ЖИВЛЕННЯ	1
A-57	АВТОМАТИЧНИЙ ВИМИКАЧ	1
A-58	ШНУР ЖИВЛЕННЯ	1
A-59	СИГНАЛЬНИЙ ПРОВІД - НИЖНІЙ	1
A-60	ПІДСТАВКА	1
A-61	ФІЛЬТР	1
A-62	КАБЕЛЬ КОНТРОЛЕРА	1

ПЕРЕЛІК ДЕТАЛЕЙ

№	ОПИС	К-ТЬ
B-1	СТІЙКА КОНСОЛІ	1
B-2	ЕКРАН ДИСПЛЕЯ	1
B-3	ЗАДНЯ КРИШКА ДИСПЛЕЯ	1
B-4	КРИШКА ПІДКЛЮЧЕННЯ ДИСПЛЕЯ	1
B-5	ГВИНТ M4x12	19
C-1	ЛІВА СТІЙКА	1
C-2	ПРАВА СТІЙКА	1
C-3	ВЕРХНЯ КРИШКА ЛІВОГО ПОРУЧНЯ	1
C-4	ВЕРХНЯ КРИШКА ПРАВОГО ПОРУЧНЯ	1
C-5	ЛІВА БІЧНА КРИШКА ЛІВОГО ПОРУЧНЯ	1
C-6	ПРАВА БІЧНА КРИШКА ЛІВОГО ПОРУЧНЯ	1
C-7	ЛІВА БІЧНА КРИШКА ПРАВОГО ПОРУЧНЯ	1
C-8	ПРАВА БІЧНА КРИШКА ПРАВОГО ПОРУЧНЯ	1
C-9	ЛІВА НАКЛЕЙКА-ПЛАСТИНА	1
C-10	ПРАВА НАКЛЕЙКА-ПЛАСТИНА	1
C-11	БОЛТ M8x20	4
C-12	ПЛОСКА ШАЙБА T1.5	4
C-13	БОЛТ M4x12	10
C-14	ГВИНТ M4x12	8
C-15	БОЛТ M8x40	2
C-16	БОЛТ M8x55	2
D-1	ПРАВА СИЛІКОНОВА КНОПКА	1
D-2	СИЛІКОНОВИЙ ТРИМАЧ ДЛЯ ПЛЯШКИ	1
D-3	ЛІВА ПАНЕЛЬ КНОПОК	1
D-4	ПРАВА ПАНЕЛЬ КНОПОК	1
D-5	КРОНШТЕЙН ТРИМАЧА ДЛЯ ПЛЯШКИ	2
D-6	ПАНЕЛЬ БЕЗДРОТОВОЇ ЗАРЯДКИ	1

№	ОПИС	К-ТЬ
D-7	СИДІННЯ З ЗАПОБІЖНИМ КЛЮЧЕМ	1
D-8	ЗАПОБІЖНИЙ КЛЮЧ	1
D-9	ГВИНТ M4x12	19
D-10	ГВИНТ M6x10	4
D-11	КРОНШТЕЙН КОНСОЛІ	1
D-12	СТАЛЕВА ПЛАСТИНА ЛІВОГО ПОРУЧНЯ	2
D-13	СТАЛЕВА ПЛАСТИНА ПРАВОГО ПОРУЧНЯ	2
D-14	ГВИНТ M3x8	8
D-15	ДИНАМІК	2
D-16	КАБЕЛЬ ПОРУЧНЯ	2
D-17	КОМПЛЕКТ БЕЗДРОТОВОГО ЗАРЯДНОГО ПРИСТРОЮ	1
D-18	ТРИМАЧ БЕЗДРОТОВОГО ЗАРЯДНОГО ПРИСТРОЮ	1
D-19	ДРУКОВАНА ПЛАТА КНОПОК НАХИЛУ	1
D-20	ДРУКОВАНА ПЛАТА КНОПОК ШВИДКОСТІ	1
E-1	РАМА ОСНОВИ	1
E-2	КРИШКА ЛІВОЇ СТІЙКИ	1
E-3	КРИШКА ПРАВОЇ СТІЙКИ	1
E-4	ГВИНТ M5x10	6
E-5	НІЖКА ОСНОВИ	6
E-6	НЕЙЛОНОВА ГАЙКА M8	6
E-7	ПЛОСКИЙ ШАЙБА M8	4
E-8	БОЛТ M8x40	4
E-9	БОЛТ M8x28	2
E-10	КОЛЕСО ПЕРЕМІЩЕННЯ РАМИ ОСНОВИ	2
E-11	ВНУТРІШНЯ СТИСКНА ТРУБКА	1
E-12	ЗОВНІШНЯ СТИСКНА ТРУБКА	1
E-13	ГАЛЬМО БЕЗПЕКИ	1
E-14	НАТИСКНА ПРУЖИНА	1
E-15	БОЛТ M6x35	1
E-16	НЕЙЛОНОВА ГАЙКА M6	1
E-17	ПОВІТРЯНИЙ ЦИЛІНДР	1

ВІЯВЛЕННЯ ТА УСУНЕННЯ НЕСПРАВНОСТЕЙ

Код помилки	Код проблеми	Рішення
E01H	Відсутній сигнал від інвертора	<ol style="list-style-type: none"> 1. Перевірте, чи добре під'єднані сигнальні кабелі. 2. Увімкніть живлення знову через 2 хвилини. 3. Якщо помилка не зникла після виконання вищезазначених кроків - замініть інвертор.
E02H	Помилка перевантаження по струму	<ol style="list-style-type: none"> 1. Увімкніть живлення знову через 5 хвилин. 2. Перевірте, чи вага користувача не перевищує допустиму. 3. Додайте мастило під бігове полотно або перевірте стан полотна, бігової дошки та вала.
E04H	Перевищення напруги	<ol style="list-style-type: none"> 1. Перевірте, чи відповідає напруга встановленому стандарту. 2. Вимкніть живлення, зачекайте 1 хвилину, потім увімкніть бігову доріжку знову.
E08H	Перевищення допустимої ваги користувача	<ol style="list-style-type: none"> 1. Перевірте, чи вага користувача не перевищує допустиму. 2. Додайте мастило під бігове полотно або перевірте стан полотна, бігової дошки та вала.
E10H	Помилка фази живлення	<ol style="list-style-type: none"> 1. Перевірте, чи увімкнено живлення. 2. Перевірте, чи вага користувача не перевищує допустиму. 3. Перевірте, чи не перегрівся інвертор. 4. Замініть інвертор, якщо проблему не усунуто.
E18H	Несправність датчика швидкості (U-фаза)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Увімкніть живлення знову через 2 хвилини. 2. Замініть інвертор, якщо проблему не усунуто.
E20H	Несправність перемикача захисту від зворотного обертання	<ol style="list-style-type: none"> 1. Перевірте, чи перемикач захисту від зворотного обертання увімкнений або вимкнений. 2. Увімкніть живлення знову через 2 хвилини. 3. Замініть інвертор, якщо проблему не усунуто.
E40H	Помилка функції зміни нахилу	<ol style="list-style-type: none"> 1. Перевірте, чи правильно під'єднано кабель змінного резистора двигуна зміни нахилу. 2. Перевірте температуру двигуна зміни нахилу. Якщо він занадто гарячий, не використовуйте функцію зміни нахилу або вимкніть бігову доріжку на 5 хвилин, поки температура не повернеться до норми.
E80H	Перегрів інвертора	<ol style="list-style-type: none"> 1. Покращте вентиляцію бігової доріжки та очистіть контакти інвертора. 2. Замініть вентилятор (якщо температура перевищує 50 °C, перезапустіть бігову доріжку) або інвертор.
E81H	Помилка вимкнення живлення	<ol style="list-style-type: none"> 1. Увімкніть живлення знову через 2 хвилини. 2. Замініть інвертор, якщо проблему не усунуто.
E88H	Несправність датчика струму (W-фаза)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Увімкніть живлення знову через 2 хвилини. 2. Замініть інвертор, якщо проблему не усунуто.

Код помилки	Код проблеми	Рішення
E16H	Помилка з'єднання між нижнім кабелем та інвертором	<ol style="list-style-type: none"> 1. Перевірте, чи верхній кабель між консоллю та стійкою підключений правильно. 2. Перевірте, чи кабель консолі правильно підключений до кабелю інвертора. 3. Перевірте, чи консоль працює в нормальному режимі. 4. Вимкніть бігову доріжку на 2 хвилини, а потім увімкніть знову. 5. Перевірте інвертор.
FAIL (ПОМИЛКА)	Помилка самонавчання нахилу	<ol style="list-style-type: none"> 1. Перевірте, чи правильно під'єднано кабель змінного резистора двигуна зміни нахилу. 2. Виконайте калібрування повторно.
EMERGENCY STOP (АВАРІЙНА ЗУПИНКА)	Помилка запобіжного ключа	<ol style="list-style-type: none"> 1. Перевірте, чи є проблеми з перемикачем запобіжного ключа. 2. Перевірте, чи кабель запобіжного ключа підключено правильно. 3. Перевірте, чи не пошкоджена плата запобіжного ключа. 4. Перевірте, чи не пошкоджена консоль 5. Перевірте, чи не пошкоджений кабель між консоллю та інвертором.

ВИЯВЛЕННЯ ТА УСУНЕННЯ НЕСПРАВНОСТЕЙ

КОД ПРОБЛЕМИ	МОЖЛИВІ ПРИЧИНИ	СПОСІБ УСУНЕННЯ
На консолі немає індикації (екран не вмикається)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Шнур живлення під'єднано неналежним чином. 2. Кабельна система пошкоджена або роз'єми під'єднано неповністю. 3. Спрацював захист від перевантаження. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Переконайтеся, що всі кабелі та роз'єми надійно під'єднані. 2. Перепід'єднайте кожен роз'єм. 3. Скиньте (перезапустіть) захист від перевантаження.
Прослизання полотна бігової доріжки	<ol style="list-style-type: none"> 1. Бігове полотно занадто ослаблено. 2. Привідний ремінь двигуна занадто ослаблений. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Підтягніть бігове полотно. 2. Підтягніть ремінь двигуна.
Рух бігового полотна не рівномірний (неплавний)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Недостатня кількість мастила. 2. Бігове полотно занадто туго натягнуте. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Нанесіть мастило між біговим полотном і декою. 2. Послабте натяг бігового полотна.
Двигун не працює	<ol style="list-style-type: none"> 1. Запобіжний ключ не встановлено або встановлено неправильно. 2. Кабель двигуна під'єднано неналежним чином. 3. Кабельна система під'єднана некоректно. 4. Пошкоджено контролер. 5. Пошкоджено двигун. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Встановіть запобіжний ключ правильно. 2. Перевірте підключення кабелю двигуна. 3. Перепід'єднайте всі роз'єми системи. 4. Замініть контролер. 5. Замініть двигун.
Бігова доріжка автоматично вимикається після певного часу роботи на високій швидкості	<ol style="list-style-type: none"> 1. Недостатня кількість мастила. 2. Пошкоджено протектор. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Додайте мастило на бігове полотно та деку. 2. Замініть протектор.