



HORIZON
FITNESS



PARAGON 4
PARAGON 5
PARAGON 6

БЕГОВАЯ ДОРОЖКА
РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ



Перед использованием оборудования внимательно прочитайте Руководство Пользователя.

СБОРКА ТРЕНАЖЕРА

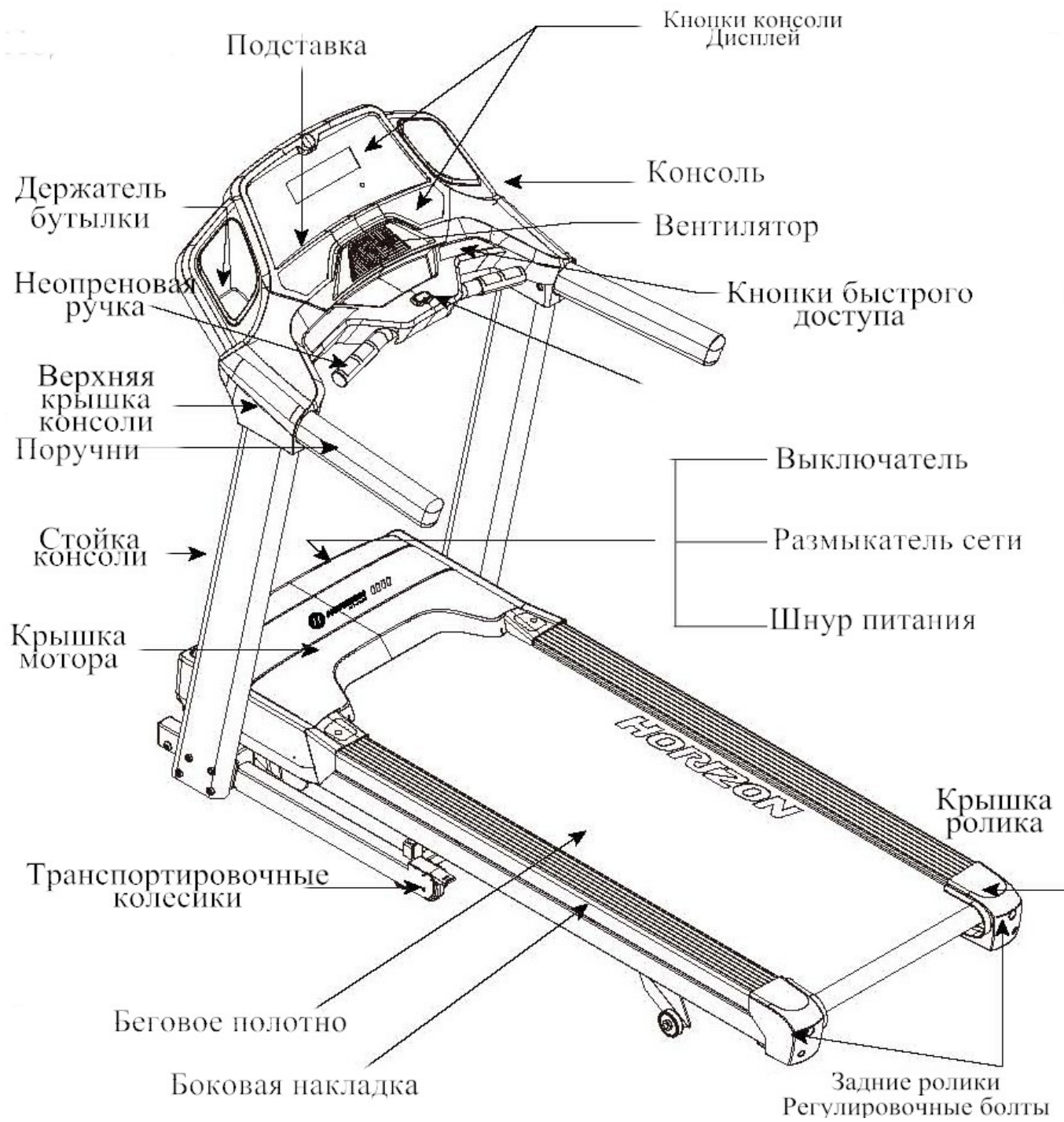
ВНИМАНИЕ

Чтобы избежать повреждения/поломки беговой дорожки, в процессе сборки важно следовать указаниям инструкции. Убедитесь, что все части плотно затянуты. Неправильная сборка, а также неплотно затянутые детали могут привести к появлению шума при эксплуатации тренажера.

Перед началом сборки посмотрите серийный номер вашего тренажера, находящийся на его нижней части, и введите его в поле ниже:

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

НАЗВАНИЕ МОДЕЛИ: **HORIZON** БЕГОВАЯ ДОРОЖКА



СОВЕТЫ ПЕРЕД НАЧАЛОМ СБОРКИ

ИНСТРУМЕНТЫ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ СБОРКИ:

- Т - образный ключ 8 мм.
- Т -образный ключ 5 мм.
- Отвертка (не включена в комплект).

КОМПЛЕКТУЮЩИЕ ЧАСТИ:

- Консоль в сборе – 1 шт.
- Стойки консоли – 2 шт.
- Сборочный комплект - 1 шт.
- Ключ безопасности -1 шт.
- Крышки поручней – 2 набора
- Шнур питания – 1 шт.

РАСПАКОВКА

Начинайте распаковку тренажера в том месте, где он будет установлен после сборки. Поверхность пола должна быть ровной. Рекомендуется использовать коврик под тренажер во избежание повреждения напольного покрытия.

ПРИМЕЧАНИЕ:

После сборки каждого шага убедитесь, что все болты-гайки тренажера на месте и плотно затянуты.

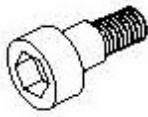
ПРИМЕЧАНИЕ:

Применение смазочных материалов, например, литиевой смазки, может помочь вам при сборке.

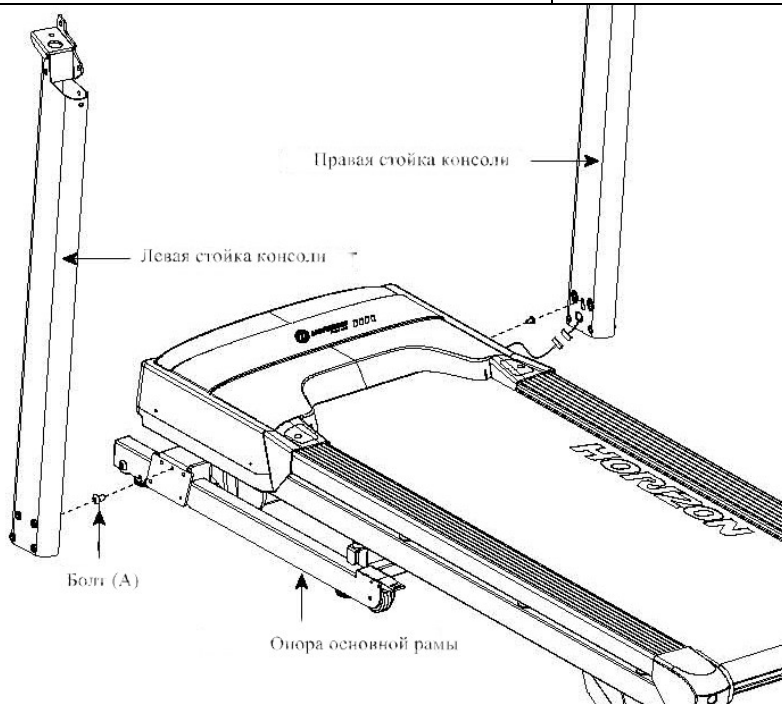
СБОРКА ТРЕНАЖЕРА

ШАГ 1

СБОРОЧНЫЙ КОМПЛЕКТ для шага 1:



Болт (А)
М8*10 мм.
Кол-во – 2



А. Откройте сборочный комплект для шага 1.

В. Закрепите болты (А) на основной раме.

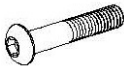


С. Соедините кабели консоли и аккуратно протяните через правую стойку.

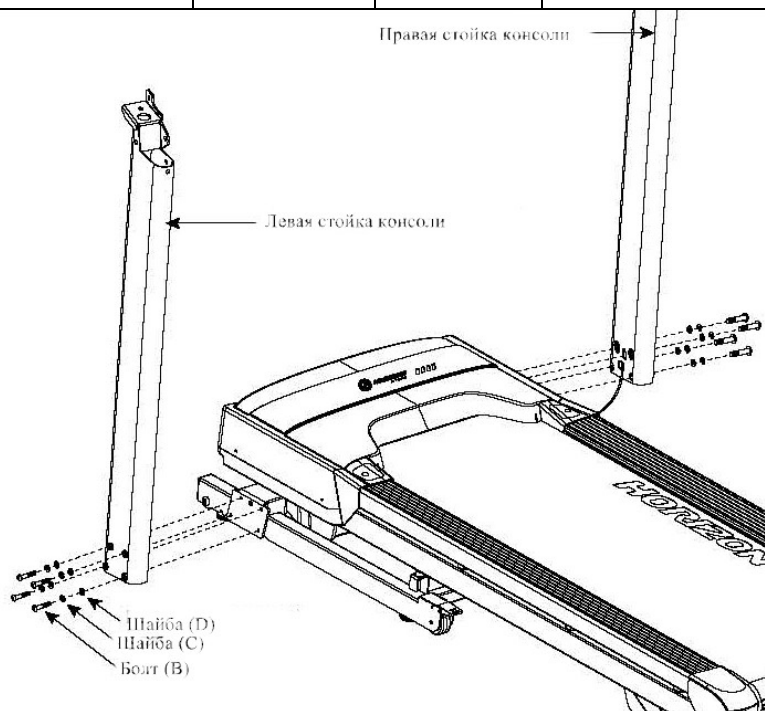
Д. Закрепите стойку консоли на основной раме, используя болты (А).

ПРИМЕЧАНИЕ: Будьте внимательны, не пережмите провода во время крепления стойки консоли.

ШАГ 2

СБОРОЧНЫЙ КОМПЛЕКТ для шага 2:

	Болт (А) М8*20 мм. Кол-во - 6		Пружинная шайба (В) 8,2 мм Кол-во - 6		Дугообразная шайба (С) Ф8,2*17 мм. Кол-во - 6
---	-------------------------------------	---	---	--	---



А. Откройте сборочный комплект для шага 2.

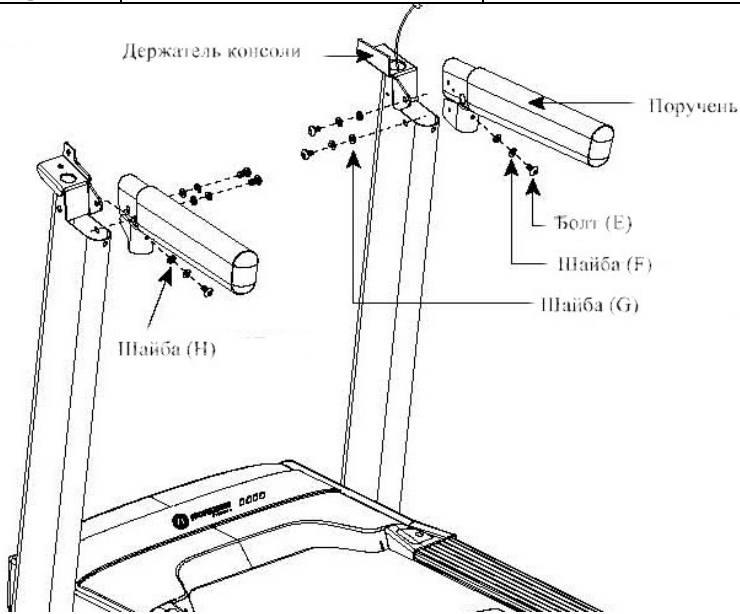
В. Закрепите стойку консоли на основной раме, используя 4 болта (В), 4 пружинные шайбы (С) и 4 плоские шайбы.

С. Повторите шаг 2 для противоположной стороны.

ПРИМЕЧАНИЕ: Будьте внимательны, не пережмите провода во время крепления стойки консоли.

ШАГ 3

СБОРОЧНЫЙ КОМПЛЕКТ для шага 2:					
	Болт (Е) М8*20 мм. Кол-во - 6		Пружинная шайба (F) Ф8,2*Ф14 мм Кол-во - 6		Плоская шайба (G) Ф8,2 мм Кол-во - 4
	Дугообразная шайба (H) Ф8,2 мм Кол-во - 2				

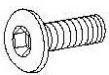
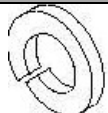
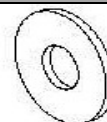


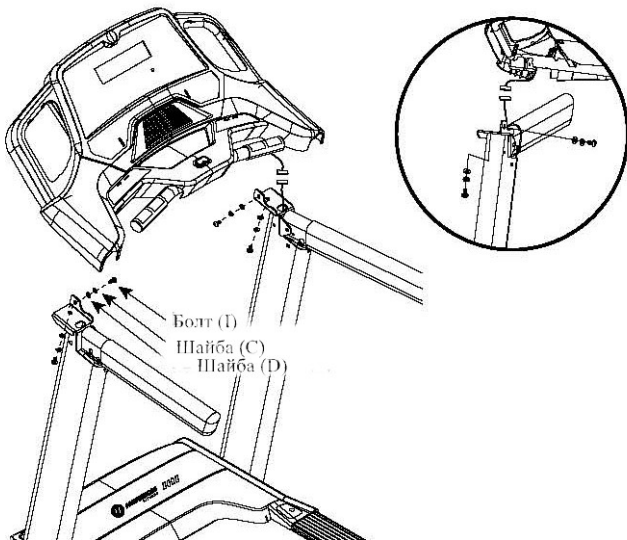
А. Откройте сборочный комплект для шага 3.

В. Закрепите поручни на стойках с помощью 3 болтов (Е), 3 пружинных шайба (F) и 3 дугообразных шайб (H).

С. Повторите шаг 2 для противоположной стороны.

ШАГ 4

СБОРОЧНЫЙ КОМПЛЕКТ для шага 4 для PARAGON 6:					
	Болт (I) М8*15 мм. Кол-во - 4		Пружинная шайба (С) 8.2 мм Кол-во - 4		Плоская шайба (D) Ф8,2 мм Кол-во - 4



А. Откройте сборочный комплект для шага 4.

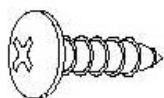
В. Придерживая консоль, подсоедините кабели.

С. Закрепите консоль на стойке, используя 4 болта (I), 4 пружинные шайбы (C) и 4 плоские шайбы (D).

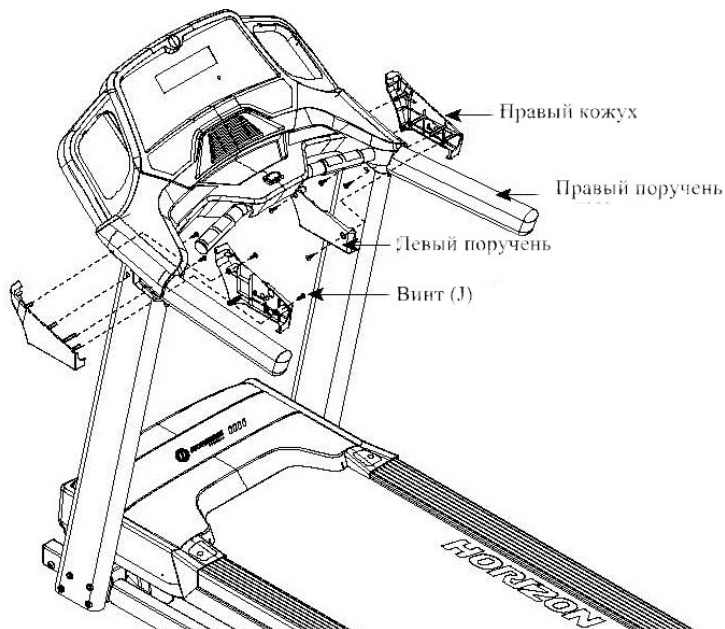
Д. Сложите беговую дорожку. Убедитесь, что расстояние между поручнем и болтами с обеих сторон одинаковое, затем затяните болты шагов 2-4.

ШАГ 5

СБОРОЧНЫЙ КОМПЛЕКТ для шага 5 для PARAGON 6:



Винт (J)
M4*12 мм.
Кол-во - 8



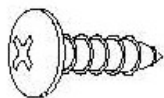
А. Откройте сборочный комплект для шага 5.

В. Закрепите кожуха болтами (J).

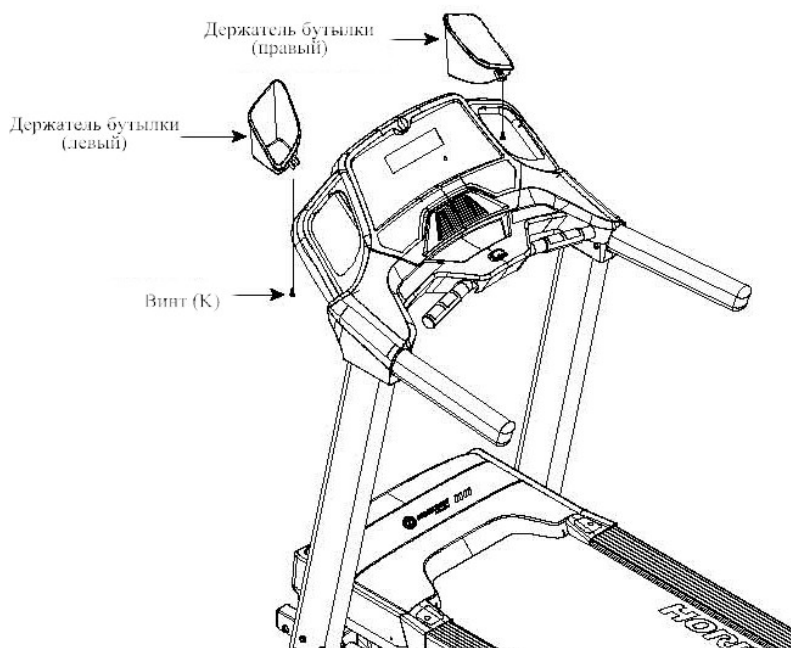
С. Повторите шаг В для противоположной стороны.

ШАГ 6

СБОРОЧНЫЙ КОМПЛЕКТ для шага 6 для PARAGON 6:



Винт (K)
M4*10 мм.
Кол-во - 2

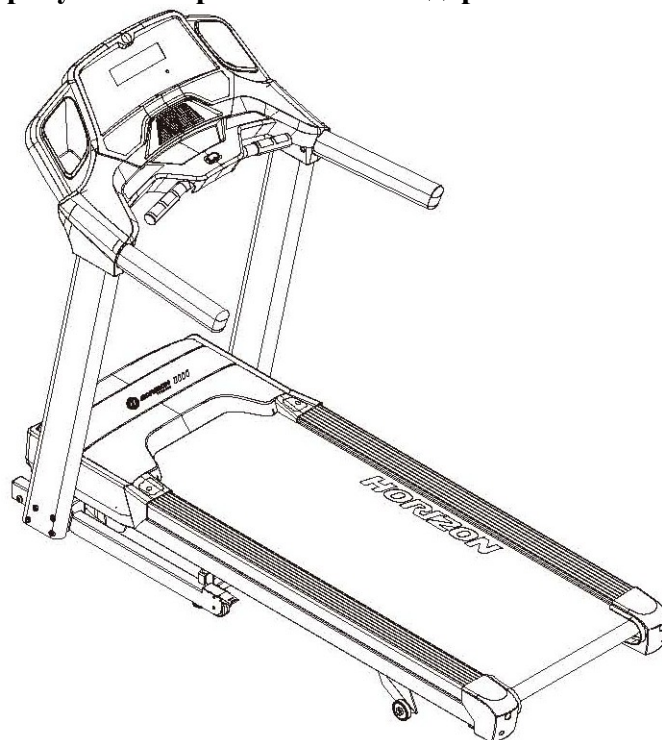


А. Закрепите левый держатель бутылки на консоли, используя 1 винт (K).

В. Повторите шаг для правого держателя.

ШАГ 7

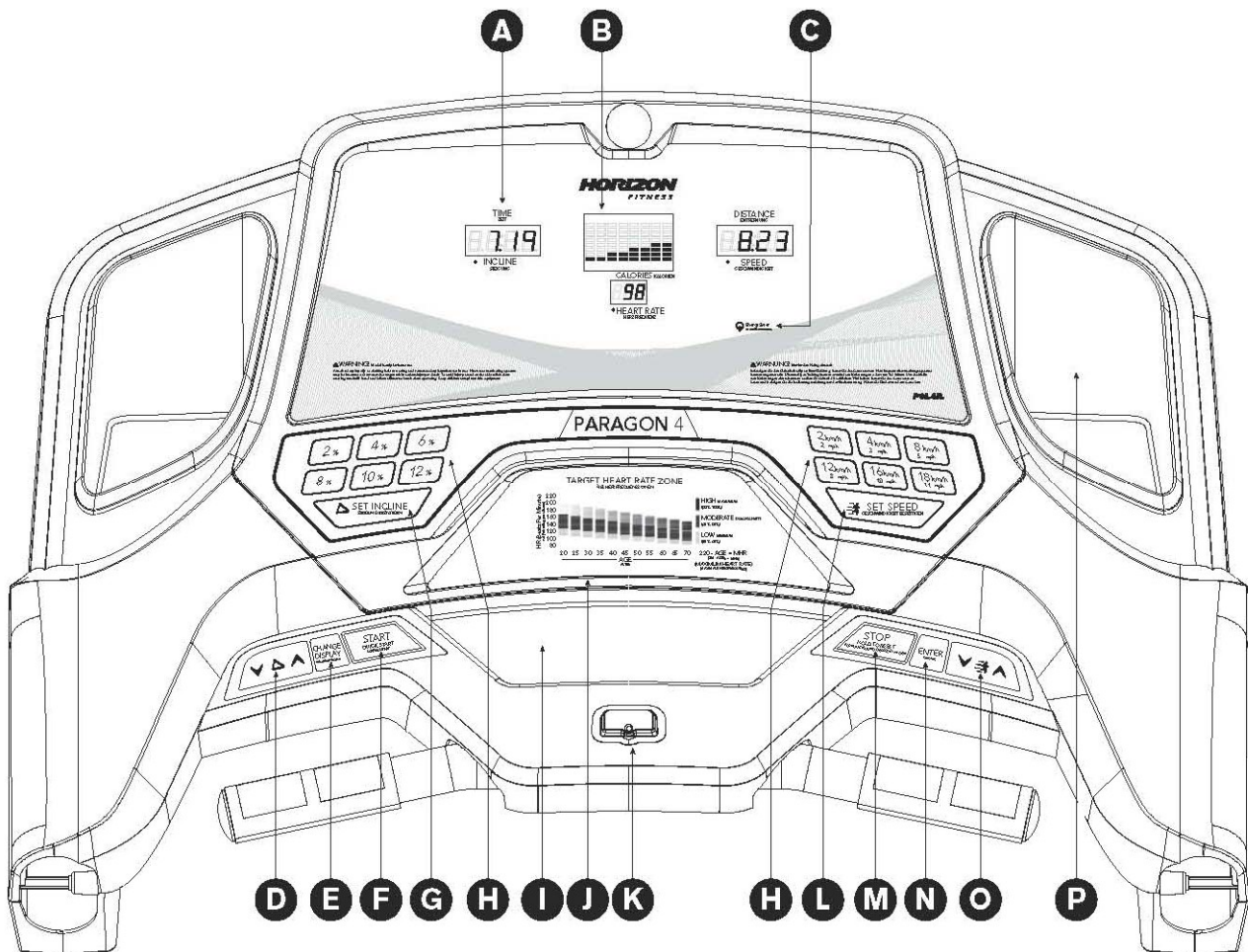
Сборка завершена (на рисунке изображена беговая дорожка PARAGON 6)



ЭКСПЛУАТАЦИЯ БЕГОВОЙ ДОРОЖКИ

В разделе «Эксплуатация беговой дорожки» даны инструкции о том, как пользоваться консолью и программами тренажера, а также:

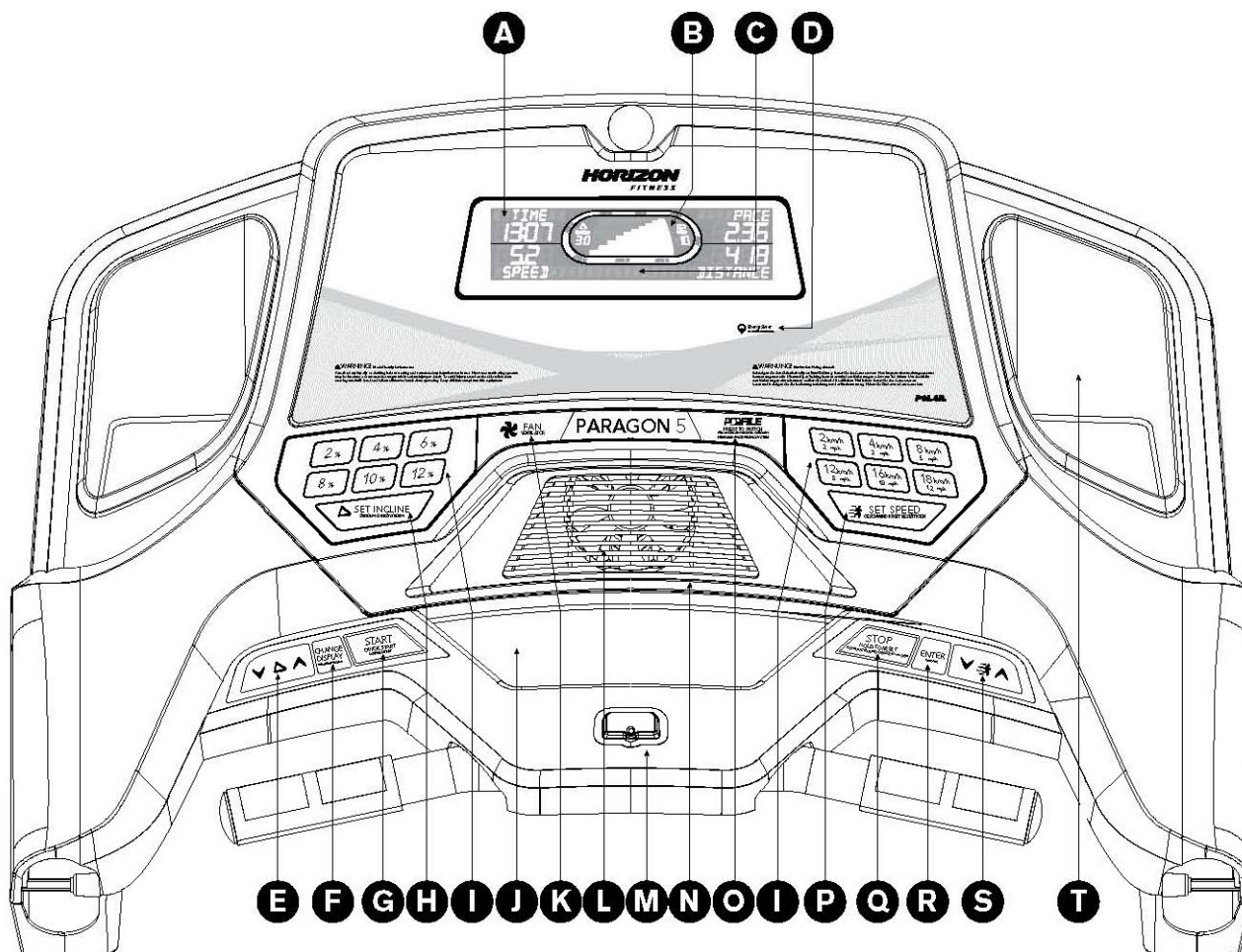
- Как расположить, центрировать, выровнять, складывать/раскладывать беговую дорожку;
- Приведены инструкции по регулировке натяжения бегового полотна;
- Использование кардио-функций.



УПРАВЛЕНИЕ КОНСОЛЬЮ БЕГОВОЙ ДОРОЖКИ PARAGON 4

Примечание: Перед первым использованием необходимо снять пленку, защищающую экран консоли.

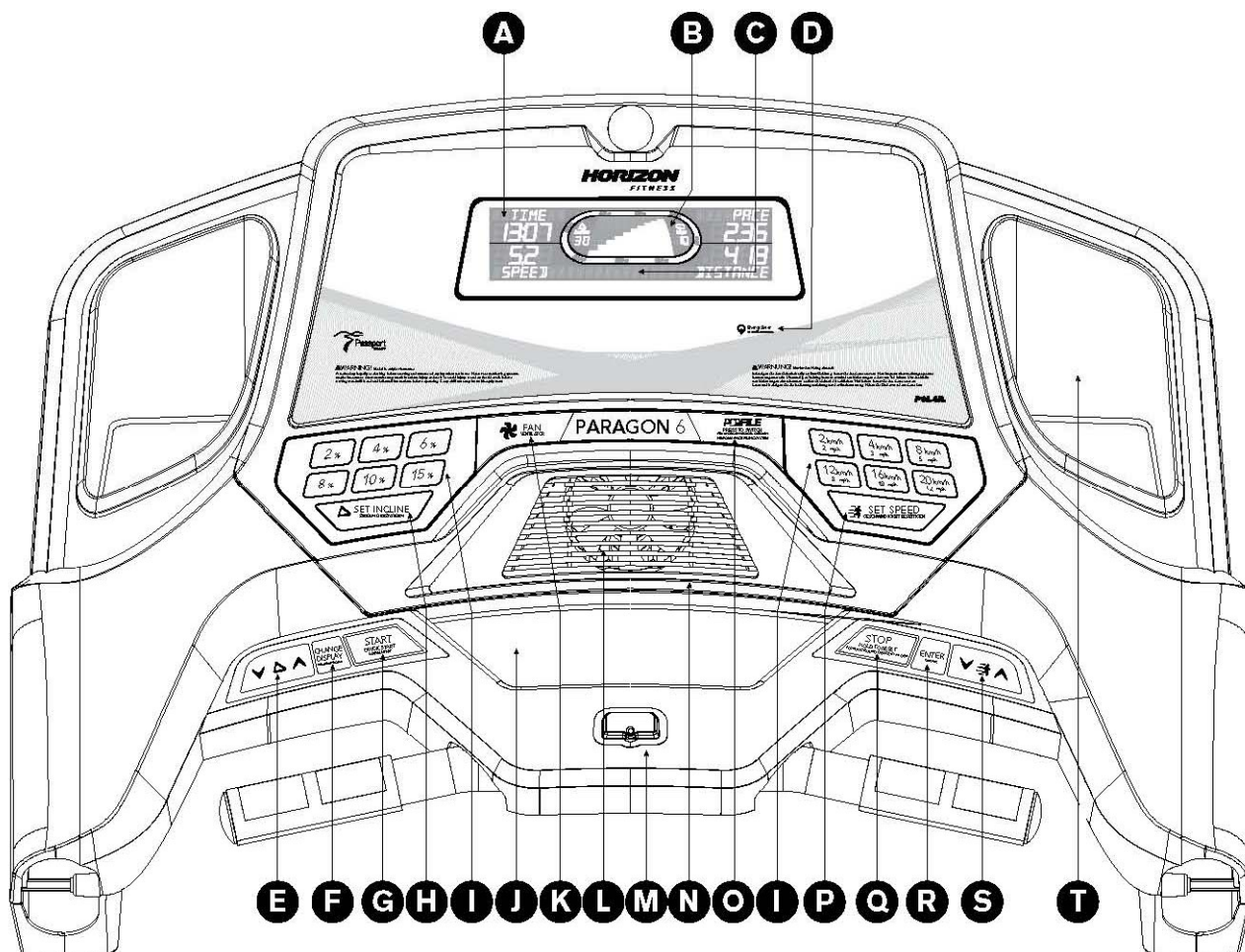
- A. ОКНА ДИСПЛЕЯ: Время (time), угол наклона (incline), дистанция (distance), скорость (speed), пульс (heart rate).
- B. ТОЧЕЧНО-МАТРИЧНЫЙ ДИСПЛЕЙ: Отображает уровень тренировки, достижения и профиль тренировки.
- C. КОНТРОЛЬ ЭНЕРГИИ: Через 15 минут нахождения в режиме ожидания, автоматически включается режим сохранения энергии.
- D. КНОПКИ НАКЛОНА (INCLINE KEYS): Регулировка угла наклона. Инкремент 0,5%.
- E. КНОПКА СМЕНЫ ДИСПЛЕЯ: Используется изменения дисплея обратной связи.
- F. START (СТАРТ): Нажмите клавишу для начала тренировки или возврата к ней после режима паузы.
- G. КНОПКА НАСТРОЙКИ УГЛА НАКЛОНА: Подтверждение изменения угла наклона.
- H. ПАНЕЛЬ БЫСТРОГО ДОСТУПА (QUICK ADJUST KEYPAD): Используются для более быстрого изменения скорости и угла наклона.
- I. КНОПКА НАСТРОЙКИ СКОРОСТИ: Подтверждение изменения скорости.
- J. ПОДСТАВКА для телефона, ключей и т.п.
- K. КЛЮЧ БЕЗОПАСНОСТИ: Дорожка работает только при установленном ключе безопасности.
- L. ПОДСТАВКА ДЛЯ КНИГ/ДЛЯ ПЛЕЕРА: Используется для поддержки книг.
- M. STOP (СТОП): Нажмите для паузы/окончания тренировки. Удерживайте в течение 3 секунд для перезагрузки.
- N. КНОПКА ENTER (ВВОД): Подтверждение настроек профиля пользователя или программы.
- O. КНОПКИ СКОРОСТИ (SPEED KEYS): Регулировка скорости.
- P. ДЕРЖАТЕЛИ ДЛЯ БУТЫЛКИ: Используются для хранения емкостей с водой и личных вещей



УПРАВЛЕНИЕ КОНСОЛЬЮ БЕГОВОЙ ДОРОЖКИ PARAGON 5

Примечание: Перед первым использованием необходимо снять пленку, защищающую экран консоли.

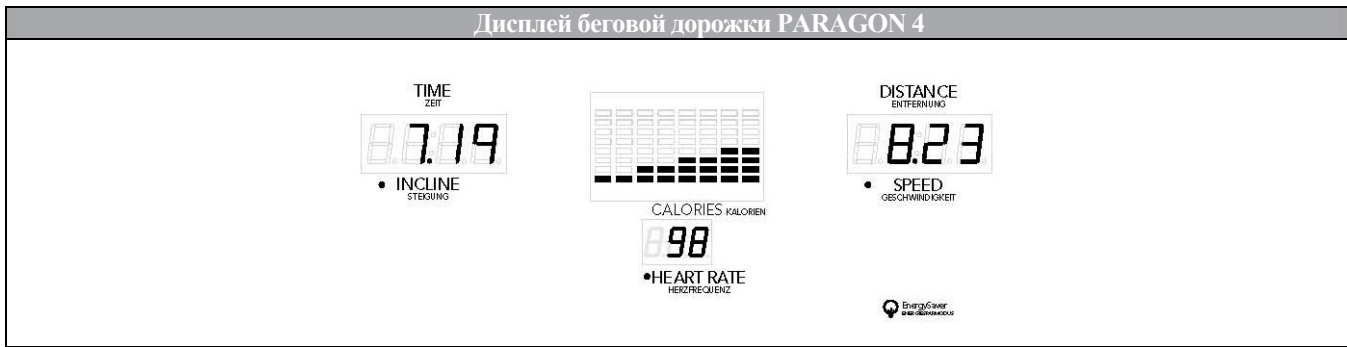
- A. ОКНА ДИСПЛЕЯ: Время (time), угол наклона (incline), дистанция (distance), скорость (speed), пульс (heart rate).
- B. ТОЧЕЧНО-МАТРИЧНЫЙ ДИСПЛЕЙ: Отображает уровень тренировки, достижения и профиль тренировки.
- C. КОММУНИКАЦИОННОЕ ОКНО: синхронизация с Passport, информация о профиле и т.п.
- D. КОНТРОЛЬ ЭНЕРГИИ: Через 15 минут нахождения в режиме ожидания, автоматически включается режим сохранения энергии.
- E. КНОПКИ НАКЛОНА (INCLINE KEYS): Регулировка угла наклона. Инкремент 0,5%.
- F. КНОПКА СМЕНЫ ДИСПЛЕЯ: Используется изменения дисплея обратной связи.
- G. START (СТАРТ): Нажмите клавишу для начала тренировки или возврата к ней после режима паузы.
- H. КНОПКА НАСТРОЙКИ УГЛА НАКЛОНА: Подтверждение изменения угла наклона.
- I. ПАНЕЛЬ БЫСТРОГО ДОСТУПА (QUICK ADJUST KEYPAD): Используются для более быстрого изменения скорости и угла наклона.
- J. ПОДСТАВКА для телефона, ключей и т.п.
- K. КНОПКА ВЕНТИЛЯТОРА позволяет пользователю выбрать 1 из 3 доступных режимов.
- L. ВЕНТИЛЯТОР
- M. КЛЮЧ БЕЗОПАСНОСТИ: Дорожка работает только при установленном ключе безопасности.
- N. ПОДСТАВКА ДЛЯ КНИГ/ДЛЯ ПЛЕЕРА: Используется для поддержки книг.
- O. КНОПКА PROFILE™ должна быть нажата только после выбора пользователя.
- P. КНОПКА НАСТРОЙКИ СКОРОСТИ: Подтверждение изменения скорости.
- Q. STOP (СТОП): Нажмите для паузы/окончания тренировки. Удерживайте в течение 3 секунд для перезагрузки.
- R. КНОПКА ENTER (ВВОД): Подтверждение настроек профиля пользователя или программы.
- S. КНОПКИ СКОРОСТИ (SPEED KEYS): Регулировка скорости.
- T. ДЕРЖАТЕЛИ ДЛЯ БУТЫЛКИ: Используются для хранения емкостей с водой и личных вещей



УПРАВЛЕНИЕ КОНСОЛЬЮ БЕГОВОЙ ДОРОЖКИ PARAGON 6

Примечание: Перед первым использованием необходимо снять пленку, защищающую экран консоли.

- A. ОКНА ДИСПЛЕЯ: Время (time), угол наклона (incline), дистанция (distance), скорость (speed), пульс (heart rate).
- B. ТОЧЕЧНО-МАТРИЧНЫЙ ДИСПЛЕЙ: Отображает уровень тренировки, достижения и профиль тренировки.
- C. КОММУНИКАЦИОННОЕ ОКНО: синхронизация с Passport, информация о профиле и т.п.
- D. КОНТРОЛЬ ЭНЕРГИИ: Через 15 минут нахождения в режиме ожидания, автоматически включается режим сохранения энергии.
- E. КНОПКИ НАКЛОНА (INCLINE KEYS): Регулировка угла наклона. Инкремент 0,5%.
- F. КНОПКА СМЕНЫ ДИСПЛЕЯ: Используется изменения дисплея обратной связи.
- G. START (СТАРТ): Нажмите клавишу для начала тренировки или возврата к ней после режима паузы.
- H. КНОПКА НАСТРОЙКИ УГЛА НАКЛОНА: Подтверждение изменения угла наклона.
- I. ПАНЕЛЬ БЫСТРОГО ДОСТУПА (QUICK ADJUST KEYPAD): Используются для более быстрого изменения скорости и угла наклона.
- J. ПОДСТАВКА для телефона, ключей и т.п.
- K. КНОПКА ВЕНТИЛЯТОРА позволяет пользователю выбрать 1 из 3 доступных режимов.
- L. ВЕНТИЛЯТОР
- M. КЛЮЧ БЕЗОПАСНОСТИ: Дорожка работает только при установленном ключе безопасности.
- N. ПОДСТАВКА ДЛЯ КНИГ/ДЛЯ ПЛЕЕРА: Используется для поддержки книг.
- O. КНОПКА PROFILE™ должна быть нажата только после выбора пользователя.
- P. КНОПКА НАСТРОЙКИ СКОРОСТИ: Подтверждение изменения скорости.
- Q. STOP (СТОП): Нажмите для паузы/окончания тренировки. Удерживайте в течение 3 секунд для перезагрузки.
- R. КНОПКА ENTER (ВВОД): Подтверждение настроек профиля пользователя или программы.
- S. КНОПКИ СКОРОСТИ (SPEED KEYS): Регулировка скорости.
- T. ДЕРЖАТЕЛИ ДЛЯ БУТЫЛКИ: Используются для хранения емкостей с водой и личных вещей



ОКНА ДИСПЛЕЯ:

- **ВРЕМЯ (TIME):** Выражено в Минутах/Секундах. Данный параметр показывает, сколько времени прошло с момента начала тренировки.
- **ДИСТАНЦИЯ (DISTANCE):** Выражена в километрах/милях. Показывает пройденную или оставшуюся дистанцию тренировки.
- **НАКЛОН (INCLINE):** Выражен в процентах. Показывает угол наклона деки.
- **СКОРОСТЬ (SPEED):** Выражена в милях или километрах в час. Показывает с какой скоростью Вы двигаетесь.
- **КАЛОРИИ (CALORIES):** Показывает количество затраченных калорий.
- **СЕРДЕЧНЫЙ РИТМ (HEART RATE):** Выражен в количестве ударов за минуту. Показывает Ваш сердечный ритм (когда ладони находятся на сенсорных датчиках пульса).
- **ТОЧЕЧНО-МАТРИЧНЫЙ ДИСПЛЕЙ (8*8):** Показывает выбранный программный тренировочный режим, коммуникационные тексты.
- **ПРОФИЛИ ПРОГРАММ:** профиль выбранной программы.



ОКНА ДИСПЛЕЯ:

- **ВРЕМЯ (TIME):** Выражено в Минутах/Секундах. Данный параметр показывает, сколько времени прошло с момента начала тренировки.
- **ДИСТАНЦИЯ (DISTANCE):** Выражена в километрах/милях. Показывает пройденную или оставшуюся дистанцию тренировки.
- **НАКЛОН (INCLINE):** Выражен в процентах. Показывает угол наклона деки.
- **СКОРОСТЬ (SPEED):** Выражена в милях или километрах в час. Показывает с какой скоростью Вы двигаетесь.
- **КАЛОРИИ (CALORIES):** Показывает количество затраченных калорий.
- **СЕРДЕЧНЫЙ РИТМ (HEART RATE):** Выражен в количестве ударов за минуту. Показывает Ваш сердечный ритм (когда ладони находятся на сенсорных датчиках пульса).
- **ТОЧЕЧНО-МАТРИЧНЫЙ ДИСПЛЕЙ (10*12):** Показывает выбранный программный тренировочный режим, коммуникационные тексты.
- **ПРОФИЛИ ПРОГРАММ:** профиль выбранной программы.
- **КРУГИ:** отображаются достигнутые вами результаты (круг по 400 м.).
- **LAPS:** количество кругов, которые вы преодолели.
- **БУКВЕННО-ЦИФРОВОЙ ДИСПЛЕЙ.**



ОКНА ДИСПЛЕЯ:

- **ВРЕМЯ (TIME):** Выражено в Минутах/Секундах. Данный параметр показывает, сколько времени прошло с момента начала тренировки.
- **ДИСТАНЦИЯ (DISTANCE):** Выражена в километрах/милях. Показывает пройденную или оставшуюся дистанцию тренировки.
- **НАКЛОН (INCLINE):** Выражен в процентах. Показывает угол наклона деки.
- **СКОРОСТЬ (SPEED):** Выражена в милях или километрах в час. Показывает с какой скоростью Вы двигаетесь.
- **КАЛОРИИ (CALORIES):** Показывает количество затраченных калорий.
- **СЕРДЕЧНЫЙ РИТМ (HEART RATE):** Выражен в количестве ударов за минуту. Показывает Ваш сердечный ритм (когда ладони находятся на сенсорных датчиках пульса).
- **ТОЧЕЧНО-МАТРИЧНЫЙ ДИСПЛЕЙ (10*12):** Показывает выбранный программный тренировочный режим, коммуникационные тексты.
- **ПРОФИЛИ ПРОГРАММ:** профиль выбранной программы.
- **КРУГИ:** отображаются достигнутые вами результаты (круг по 400 м.).
- **LAPS:** количество кругов, которые вы преодолели.
- **БУКВЕННО-ЦИФРОВОЙ ДИСПЛЕЙ.**

ПРИСТУПАЯ К ТРЕНИРОВКЕ

- 1) Убедитесь, что никакие предметы не мешают Вашему движению и движению полотна.
- 2) Подсоедините шнур питания и включите дорожку.
- 3) Встаньте на боковые направляющие дорожки.
- 4) Прикрепите клипсу ключа безопасности к одежде.
- 5) Вставьте ключ безопасности в соответствующее гнездо консоли.
- 6) У Вас есть два варианта начала тренировки.

БЫСТРЫЙ СТАРТ

Просто нажмите СТАРТ (START) для начала тренировки. Время, дистанция и калории начнут отсчитываться с нуля. Или же...

В) ВЫБОР ПРОГРАММЫ

- 1) Выберите ПОЛЬЗОВАТЕЛЬ 1, ПОЛЬЗОВАТЕЛЬ 2 или ГОСТЬ (USER 1, USER 2, GUEST), используя клавиши вверх/вниз на программной кнопке (PROGRAMMING BUTTON). Нажмите Enter для подтверждения.
- 2) Выберите программу, используя клавиши вверх/вниз на программной кнопке. Нажмите Enter для подтверждения.
- 3) Завершите изменение настроек программы, используя клавиши вверх/вниз на программной кнопке. Нажмите Enter для подтверждения.
- 4) После завершения установок нажмите СТАРТ (START) для начала тренировки.

УСТАНОВКА ДАТЫ И ВРЕМЕНИ

- 1) Зайдите в режим установки. Удержите кнопки 1 и 2 в течение 3 секунд.
- 2) Используя кнопки вверх и вниз, расположенные на программной кнопке, измените настройки и нажмите Enter.
- 3) Настройки включают: месяц, день, год, час, минуты, время суток - am/pm.
- 4) Просмотрите произведенные настройки. Нажмите Enter.
- 5) Прежде, чем выйти из режима установки, подтвердите настройки и удержите Enter в течение 3 секунд.

УДАЛИТЬ ВЫБОР/ПЕРЕГРУЗИТЬ КОНСОЛЬ

Удержите кнопку Stop в течение 3 секунд.

ЗАВЕРШЕНИЕ ТРЕНИРОВКИ

По окончании выполнения программы на дисплее появится надпись "WORKOUT COMPLETE" («ВЫПОЛНЕНИЕ ПРОГРАММЫ ЗАВЕРШЕНО») и раздастся звуковой сигнал. Информация о тренировке отображается на консоли в течение 30 секунд, затем происходит перезагрузка консоли.

ПРОФИЛИ ТРЕНИРОВОЧНЫХ РЕЖИМОВ (ПРОГРАММЫ)

Примечание:

1. Беговая дорожка PARAGON 4 имеет 8 программ: Ручное управление, Интервалы, Снижение веса, Бег по холмам, 5 км, 10 км, Пульсозависимая и Пользователь.
2. Беговая дорожка PARAGON 5 имеет 10 программ: Ручное управление, Интервалы, Максимальные интервалы, Снижение веса, Бег по холмам, 5 км, 10 км, Пульсозависимая, Пользователь 1, Пользователь 2.
3. Беговая дорожка PARAGON 6 имеет 15 программ: Ручное управление, Интервалы, Скоростные интервалы, Максимальные интервалы, Снижение веса, Бег по холмам, Подъем в холм, 5 км, 10 км, Темп, Пульсозависимая 1, Пульсозависимая 2, Пользователь 1, Пользователь 2, Пользователь 3.

1) РУЧНОЙ РЕЖИМ (MANUAL) : Позволяет на ходу изменять скорость и угол наклона.

2) ИНТЕРВАЛЫ (SPEED INTERVALS): Улучшает Вашу силу, скорость и выносливость за счет изменения скоростного режима. 10 уровней сложности. Разогрев и охлаждение включены в программу, время на каждый из них по 4 минуты.

Время		Разогрев		1	2	Охлаждение	
		4 мин		90сек.	30 сек.	4 мин	
Уровень 1	Скорость (Брит.)	1,0	1,5	2,0	4,0	1,5	1,0
	Скорость (Метрич.)	1,6	2,4	3,2	6,4	2,4	1,6
Уровень 2	Скорость (Брит.)	1,0	1,5	2,0	4,5	1,5	1,0
	Скорость (Метрич.)	1,6	2,4	3,2	7,2	2,4	1,6
Уровень 3	Скорость (Брит.)	1,3	1,9	2,5	5,0	1,9	1,3
	Скорость (Метрич.)	2,0	3,0	4,0	8,0	3,0	2,0
Уровень 4	Скорость (Брит.)	1,3	1,9	2,5	5,5	1,9	1,3
	Скорость (Метрич.)	2,0	3,0	4,0	8,8	3,0	2,0
Уровень 5	Скорость (Брит.)	1,5	2,3	3,0	6,0	2,3	1,5
	Скорость (Метрич.)	2,4	3,6	4,8	9,6	3,6	2,4
Уровень 6	Скорость (Брит.)	1,5	2,3	3,0	6,5	2,3	1,5
	Скорость (Метрич.)	2,4	3,6	4,8	10,4	3,6	2,4
Уровень 7	Скорость (Брит.)	1,8	2,6	3,5	7,0	2,6	1,8
	Скорость (Метрич.)	2,8	4,1	5,6	11,2	4,1	2,8
Уровень 8	Скорость (Брит.)	1,8	2,6	3,5	7,5	2,6	1,8
	Скорость (Метрич.)	2,8	4,1	5,6	12,0	4,1	2,8
Уровень 9	Скорость (Брит.)	2,0	3,0	4,0	8,0	3,0	2,0
	Скорость (Метрич.)	3,2	4,8	6,4	12,8	4,8	3,2
Уровень 10	Скорость (Брит.)	2,0	3,0	4,0	8,5	3,0	2,0
	Скорость (Метрич.)	3,2	4,8	6,4	13,6	4,8	3,2

3) СКОРОСТНЫЕ ИНТЕРВАЛЫ (SPEED INTERVALS):

Время		Разогрев		1	2	Охлаждение	
		4 мин		60сек.	30 сек.	4 мин	
Уровень 1	Скорость (Брит.)	1,0	1,5	2,0	4,0	1,5	1,0
	Скорость (Метрич.)	1,6	2,4	3,2	6,4	2,4	1,6
Уровень 2	Скорость (Брит.)	1,0	1,5	2,0	4,5	1,5	1,0
	Скорость (Метрич.)	1,6	2,4	3,2	7,2	2,4	1,6
Уровень 3	Скорость (Брит.)	1,3	1,9	2,5	5,0	1,9	1,3
	Скорость (Метрич.)	2,0	3,0	4,0	8,0	3,0	2,0
Уровень 4	Скорость (Брит.)	1,3	1,9	2,5	5,5	1,9	1,3
	Скорость (Метрич.)	2,0	3,0	4,0	8,8	3,0	2,0
Уровень 5	Скорость (Брит.)	1,5	2,3	3,0	6,0	2,3	1,5
	Скорость (Метрич.)	2,4	3,6	4,8	9,6	3,6	2,4
Уровень 6	Скорость (Брит.)	1,5	2,3	3,0	6,5	2,3	1,5
	Скорость (Метрич.)	2,4	3,6	4,8	10,4	3,6	2,4
Уровень 7	Скорость (Брит.)	1,8	2,6	3,5	7,0	2,6	1,8
	Скорость (Метрич.)	2,8	4,1	5,6	11,2	4,1	2,8
Уровень 8	Скорость (Брит.)	1,8	2,6	3,5	7,5	2,6	1,8
	Скорость (Метрич.)	2,8	4,1	5,6	12,0	4,1	2,8
Уровень 9	Скорость (Брит.)	2,0	3,0	4,0	8,0	3,0	2,0
	Скорость (Метрич.)	3,2	4,8	6,4	12,8	4,8	3,2
Уровень 10	Скорость (Брит.)	2,0	3,0	4,0	8,5	3,0	2,0

	Скорость (Метрич.)	3,2	4,8	6,4	13,6	4,8	3,2
--	--------------------	-----	-----	-----	------	-----	-----

4) МАКСИМАЛЬНЫЕ ИНТЕРВАЛЫ (PEAK INTERVALS): Улучшает Вашу силу, скорость и выносливость за счет изменения скоростного режима. 10 уровней сложности.

	Время	Разогрев		1	2	Охлаждение	
		4 мин		90сек.	30 сек.	4 мин	
Уровень 1	Скорость (Брит.)	1,0	1,5	2,0	4,0	1,5	1,0
	Скорость (Метрич.)	1,6	2,4	3,2	6,4	2,4	1,6
	Наклон	1,0	1,5	0,5	1,5	1,5	0,0
Уровень 2	Скорость (Брит.)	1,0	1,5	2,0	4,5	1,5	1,0
	Скорость (Метрич.)	1,6	2,4	3,2	7,2	2,4	1,6
	Наклон	1,5	2,5	3,0	6,5	2,5	1,5
Уровень 3	Скорость (Брит.)	1,3	1,9	2,5	5,0	1,8	1,3
	Скорость (Метрич.)	2,0	3,0	4,0	8,0	3,0	2,0
	Наклон	2,0	3,0	4,0	7,5	3,0	2,0
Уровень 4	Скорость (Брит.)	1,3	1,9	2,5	5,5	1,9	1,3
	Скорость (Метрич.)	2,0	3,0	4,0	8,8	3,0	2,0
	Наклон	2,0	3,0	4,0	8,0	3,0	2,0
Уровень 5	Скорость (Брит.)	1,5	2,3	3,0	6,0	2,3	1,5
	Скорость (Метрич.)	2,4	3,6	4,8	9,6	3,6	2,4
	Наклон	2,5	3,5	4,5	8,5	3,5	2,5
Уровень 6	Скорость (Брит.)	1,5	2,3	3,0	6,5	2,3	1,5
	Скорость (Метрич.)	2,4	3,6	4,8	10,4	3,6	2,4
	Наклон	2,5	3,5	4,5	9,0	3,5	2,5
Уровень 7	Скорость (Брит.)	1,8	2,6	3,5	7,0	2,6	1,8
	Скорость (Метрич.)	2,8	4,1	5,6	11,2	4,1	2,8
	Наклон	2,5	4,0	5,5	9,5	4,0	3,0
Уровень 8	Скорость (Брит.)	1,8	2,6	3,5	7,5	2,6	1,8
	Скорость (Метрич.)	2,8	4,1	5,6	12,0	4,1	2,8
	Наклон	3,0	4,0	5,5	9,5	4,0	3,0
Уровень 9	Скорость (Брит.)	2,0	3,0	4,0	8,0	3,0	2,0
	Скорость (Метрич.)	3,2	4,8	6,4	12,8	4,8	3,2
	Наклон	3,0	4,5	6,0	10,0	5,0	3,0
Уровень 10	Скорость (Брит.)	2,0	3,0	4,0	8,5	3,0	2,0
	Скорость (Метрич.)	3,2	4,8	6,4	13,6	4,8	3,2
	Наклон	3,0	4,5	6,0	10,0	5,0	3,0

5) СНИЖЕНИЕ ВЕСА (WEIGHT LOSS): Эффективно снижает вес за счет изменения скоростной нагрузки и угла наклона. 30 временных интервалов.

	Время	Разогрев										Охлаждение	
		4 мин		30 сек.	30 сек.	30 сек.	30 сек.	30 сек.	30 сек.	30 сек.	30 сек.	30 сек.	4 мин
Уровень 1	Скорость (Брит.)	1,0	1,5	2,0	2,5	3,0	3,5	4,0	3,5	3,0	2,5	2,3	1,5
	Скорость (Метрич.)	1,6	2,4	3,2	4,0	4,8	5,6	6,4	5,6	4,8	4,0	3,6	2,4
	Наклон	0,0	0,5	1,5	1,5	1,0	0,5	0,5	0,5	1,0	1,5	0,5	0,0
Уровень 2	Скорость (Брит.)	1,3	1,9	2,5	3,0	3,5	4,0	4,5	4,0	3,5	3,0	2,6	1,8
	Скорость (Метрич.)	2,0	3,0	4,0	4,8	5,6	6,4	7,2	6,4	5,6	4,8	4,1	2,8
	Наклон	0,0	0,5	1,5	1,5	1,0	0,5	1,0	0,5	1,0	1,5	0,5	0,0
Уровень 3	Скорость (Брит.)	1,5	2,3	3,0	3,5	4,0	4,5	5,0	4,5	4,0	3,5	3,0	2,0
	Скорость (Метрич.)	2,4	3,6	4,8	5,6	6,4	7,2	8,0	7,2	6,4	5,6	4,8	3,2
	Наклон	0,5	1,0	2,0	2,0	1,5	1,0	1,0	1,0	1,5	2,0	1,0	0,5
Уровень 4	Скорость (Брит.)	1,8	2,6	3,5	4,0	4,5	5,0	5,5	5,0	4,5	4,0	3,4	2,3
	Скорость (Метрич.)	2,8	4,1	5,6	6,4	7,2	8,0	8,8	8,0	7,2	6,4	5,4	3,6
	Наклон	0,5	1,0	2,0	2,0	1,5	1,0	1,0	1,0	1,5	2,0	1,0	0,5
Уровень 5	Скорость (Брит.)	2,0	3,0	4,0	4,5	5,0	5,5	6,0	5,5	5,0	4,5	3,8	2,5
	Скорость (Метрич.)	3,2	4,8	6,4	7,2	8,0	8,8	9,6	8,8	8,0	7,2	6,0	4,0
	Наклон	1,0	1,5	2,5	2,5	2,0	1,5	1,5	1,5	2,0	2,5	1,5	1,0
Уровень 6	Скорость (Брит.)	2,3	3,4	4,5	5,0	5,5	6,0	6,5	6,0	5,5	5,0	4,1	2,8
	Скорость (Метрич.)	3,6	5,4	7,2	8,0	8,8	9,6	10,4	9,6	8,8	8,0	6,5	4,4

Уровень 7	Наклон	1,0	1,5	2,5	2,5	2,0	1,5	1,5	1,5	2,0	2,5	1,5	1,0
	Скорость (Брит.)	2,5	3,8	5,0	5,5	6,0	6,5	7,0	6,5	6,0	5,5	4,5	3,0
	Скорость (Метрич.)	4,0	6,0	8,0	8,8	9,6	10,4	11,2	10,4	9,6	8,8	7,2	4,8
Уровень 8	Наклон	1,5	2,0	3,0	3,0	2,5	2,0	2,0	2,0	2,5	3,0	2,0	1,5
	Скорость (Брит.)	2,8	4,1	5,5	6,0	6,5	7,0	7,5	7,0	6,5	6,0	4,9	3,3
	Скорость (Метрич.)	4,4	6,5	8,8	9,6	10,4	11,2	12,0	11,2	10,4	9,6	7,8	5,2
Уровень 9	Наклон	1,5	2,0	3,0	3,0	2,5	2,0	2,0	2,0	2,5	3,0	2,0	1,5
	Скорость (Брит.)	3,0	4,5	6,0	6,5	7,0	7,5	8,0	7,5	7,0	6,5	5,3	3,5
	Скорость (Метрич.)	4,8	7,2	9,6	10,4	11,2	12,0	12,8	12,0	11,2	10,4	8,4	5,6
Уровень 10	Наклон	2,0	2,5	3,5	3,5	3,0	2,5	2,5	2,5	3,0	3,5	2,5	2,0
	Скорость (Брит.)	3,3	4,9	6,5	7,0	7,5	8,0	8,5	8,0	7,5	7,0	5,6	3,8
	Скорость (Метрич.)	5,2	7,8	10,4	11,2	12,0	12,8	13,6	12,8	12,0	11,2	8,9	6,0
	Наклон	2,0	2,5	3,5	3,5	3,0	2,5	2,5	2,8	3,0	3,5	2,5	2,0

6) БЕГ ПО ХОЛМАМ (HILL RUN): Иммитация холмистой местности. Данная программа помогает развивать мускулатуру и стимулировать сердечно-сосудистую систему. Уровень угла наклона и интервалы изменяются каждые 30 секунд.

Время	Разогрев		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Охлаждение	
	4 мин		30 сек.	30 сек.	30 сек.	30 сек.	30 сек.	30 сек.	30 сек.	30 сек.	30 сек.	30 сек.	4 мин	
Уровень 1	0,0	0,0	1,0	1,5	2,0	2,5	3,0	3,0	2,5	2,0	1,5	1,0	0,0	0,0
Уровень 2	0,0	0,0	1,5	2,0	2,5	3,0	3,5	3,5	3,0	2,5	2,0	1,5	0,0	0,0
Уровень 3	0,0	1,0	2,0	2,5	3,0	3,5	4,0	4,0	3,5	3,0	2,5	2,0	1,0	0,0
Уровень 4	0,0	1,5	2,5	3,0	3,5	4,0	4,5	4,5	4,0	3,5	3,0	2,5	1,5	0,0
Уровень 5	0,0	1,5	3,0	3,5	4,0	4,5	5,0	5,0	4,5	4,0	3,5	3,0	1,5	0,0
Уровень 6	0,0	1,5	3,5	4,0	4,5	5,0	5,5	5,5	5,0	4,5	4,0	3,5	1,5	0,0
Уровень 7	0,0	1,5	4,0	4,5	5,0	5,5	6,0	6,0	5,5	5,0	4,5	4,0	1,5	0,0
Уровень 8	0,0	2,0	4,5	5,0	5,5	6,0	6,5	6,5	6,0	5,5	5,0	4,5	2,0	0,0
Уровень 9	0,0	2,0	5,0	5,5	6,0	6,5	7,0	7,0	6,5	6,0	5,5	5,0	2,0	0,0
Уровень 10	0,0	2,0	5,5	6,0	6,5	7,0	7,5	7,5	7,0	6,5	6,0	5,5	2,0	0,0

7) ПОДЪЕМ В ХОЛМ (HILL CLIMB) только для PARAGON 6: Программа более интенсивная, чем программа Холмы. Помогает развивать мускулатуру и стимулировать сердечно-сосудистую систему. Уровень угла наклона и интервалы изменяются каждые 30 секунд.

Время	Разогрев				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	Охлаждение	
	4 мин				30 сек.	30 сек.	30 сек.	30 сек.	30 сек.	30 сек.	30 сек.	30 сек.	30 сек.	30 сек.	30 сек.	30 сек.	30 сек.	30 сек.	30 сек.	30 сек.	4 мин
Уровень 1	0,0	0,5	0,0	0,0	1,0	3,0	1,0	3,0	2,0	3,0	2,0	3,5	2,0	3,0	2,0	3,0	1,0	3,0	1,0	0,5	0,0
Уровень 2	0,0	0,5	0,0	0,0	1,0	3,0	2,0	3,0	2,0	3,0	2,5	3,5	2,5	3,0	2,0	3,0	2,0	3,0	1,0	0,5	0,0
Уровень 3	0,5	1,0	0,5	0,5	1,5	3,5	1,5	3,5	2,5	3,5	2,5	4,0	2,5	3,5	2,5	3,5	1,5	3,5	1,5	1,0	0,5
Уровень 4	0,5	1,0	0,5	0,5	1,5	3,5	2,5	3,5	2,5	3,5	3,0	4,0	3,0	3,5	2,5	3,5	2,5	3,5	1,5	1,0	0,5
Уровень 5	1,0	1,5	1,0	1,0	2,0	4,0	2,0	4,0	3,0	4,0	3,0	4,5	3,0	4,0	3,0	4,0	2,0	4,0	2,0	1,5	1,0
Уровень 6	1,0	1,5	1,0	1,0	2,0	4,0	3,0	4,0	3,0	4,0	3,5	4,5	3,5	4,0	3,0	4,0	3,0	4,0	2,0	1,5	1,0
Уровень 7	1,5	2,0	1,5	1,5	2,5	4,5	2,5	4,5	3,5	4,5	3,5	5,0	3,5	4,5	3,5	4,5	2,5	4,5	2,5	2,0	1,5
Уровень 8	1,5	2,0	1,5	1,5	2,5	4,5	3,5	4,5	3,5	4,5	4,0	5,0	4,0	4,5	3,5	4,5	3,5	4,5	2,5	2,0	1,5
Уровень 9	2,0	2,5	2,0	2,0	3,0	5,0	3,0	5,0	4,0	5,0	4,0	5,5	4,0	5,0	4,0	5,0	3,0	5,0	3,0	2,5	2,0
Уровень 10	2,0	2,5	2,0	2,0	3,0	5,0	4,0	5,0	4,0	5,0	4,5	5,5	4,5	5,0	4,0	5,0	4,0	5,0	3,0	2,5	2,0

8-9) ПРОГРАММЫ 5К&10К: Ходьба при различных уровнях угла наклона. Главная цель – преодоление определенного расстояния, разделенного на 4 уровня сложности. Расстояние указывается в километрах. Интервалы повторяются до завершения программы.

Время	Разогрев		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	Охлаждение	
	4 мин		0,16к м.	0,16к м.	0,16к м.	0,16к м.	0,16к м.	0,16к м.	0,16к м.	0,16к м.	0,16к м.	0,16к м.	0,16к м.	0,16к м.	0,16к м.	0,16к м.	0,16к м.	0,16к м.	4 мин
Уровень 1	6	0,5	1,0	3,0	1,0	3,0	2,0	3,0	2,0	3,5	2,0	3,0	2,0	3,0	1,0	3,0	1,0	0,5	0,0
Уровень 2	0,0	0,5	1,0	3,0	2,0	3,0	2,0	3,0	2,5	3,5	2,5	3,0	2,0	3,0	2,0	3,0	1,0	0,5	0,0
Уровень 3	0,5	1,0	1,5	3,5	1,5	3,5	2,5	3,5	2,5	4,0	2,5	3,5	2,5	3,5	1,5	3,5	1,5	1,0	0,5
Уровень 4	0,5	1,0	1,5	3,5	2,5	3,5	2,5	3,5	3,0	4,0	3,0	3,5	2,5	3,5	2,5	3,5	1,5	1,0	0,5

Уровень 5	1,0	1,5	2,0	4,0	2,0	4,0	3,0	4,0	3,0	4,5	3,0	4,0	3,0	4,0	2,0	4,0	2,0	1,5	1,0
Уровень 6	1,0	1,5	2,0	4,0	3,0	4,0	3,0	4,0	3,5	4,5	3,5	4,0	3,0	4,0	3,0	4,0	2,0	1,5	1,0
Уровень 7	1,5	2,0	2,5	4,5	2,5	4,5	3,5	4,5	3,5	5,0	3,5	4,5	3,5	4,5	2,5	4,5	2,5	2,0	1,5
Уровень 8	1,5	2,0	2,5	4,5	3,5	4,5	3,5	4,5	4,0	5,0	4,0	4,5	3,5	4,5	3,5	4,5	2,5	2,0	1,5
Уровень 9	2,0	2,5	3,0	5,0	3,0	5,0	4,0	5,0	4,0	5,5	4,0	5,0	4,0	5,0	3,0	5,0	3,0	2,5	2,0
Уровень 10	2,0	2,5	3,0	5,0	4,0	5,0	4,0	5,0	4,5	5,5	4,5	5,0	4,0	5,0	4,0	5,0	3,0	2,5	2,0

10) ТЕМП (PACER) только для беговой дорожки PARAGON 6. Программа автоматически считает уровень вашего темпа в зависимости от расстояния и временного лимита.

ТРЕНИРОВКА ЧАСТОТЫ ПУЛЬСА (HEART RATE TRAINING): Первый шаг данной программы – это определение максимального количества ударов в минуту ($\text{max пульс} = 220 - \text{ваш возраст}$). Данный метод является наиболее удобным, особенно для тех, кто тренирует частоту сердечных сокращений. Значение пульса при использовании этого метода вычисления является усредненным, более точные данные вы можете получить в медицинских учреждениях. Если ваш возраст больше 40 лет, у вас избыточный вес, вы ведете сидячий образ жизни последние несколько лет, а также если присутствует вероятность наследственных проблем сердечно-сосудистой системы, то рекомендуется определять максимальную частоту пульса в медицинском учреждении. Ниже приведена таблица для 30-летнего человека. В ней описано 5 зон частоты пульса. Например, для 30-летнего человека максимальная частота пульса будет $220 - 30 = 190$ ударов в минуту, так $90\% - \text{это } 190 * 0,9 = 171$ удар в минуту.

Зона частоты пульса	Продолжительность тренировки	Пример расчета интервала целевой частоты пульса (уд./мин.)	Ваша целевая частота пульса	Рекомендации
Очень высокая 90-100%	Более 5 мин.	171-190		Для подготовленных пользователей, атлетических тренировок
Высокая 80-90%	2-10 мин.	152-171		Сокращенные тренировки
Умеренная 70-80%	10-40 мин.	133-152		Умеренная продолжительность тренировок
Слабая 60-70%	40-80 мин.	114-133		Более длинные и частые короткие тренировки
Очень слабая 50-60%	20-40 мин.	104-114		Поддержание веса, восстановление

11) ПУЛЬСОЗАВИСИМАЯ (HRC). Выберите программу HRC, нажмите кнопку ENTER. Для того чтобы отрегулировать целевой пульс используйте кнопки наклона +/-.

- На светодиодном дисплее будет отражаться ваш пульс на протяжении всей тренировки. Допускаются отклонения ЧСС +/- 2, если уровень вашего пульса ниже либо выше, указанного, на дисплее появится соответствующая информация. Информация об уровне ЧСС обновляется каждые 5 секунд.
- Программа начнет работу с углом наклона 1% только после 4-минутного разогрева.
- После 4 минут угол наклона будет изменяться автоматически. Чтобы привести уровень ЧСС в ваш установленный интервал.
- Как только уровень вашего пульса достиг целевой зоны, угол наклона не будет меняться.
- Если уровень пульса на определяется, угол наклона изменяться не будет.
- Если уровень пульса выше на 25 уд./мин. Установленного, программа автоматически завершит тренировку.

13-15) ПОЛЬЗОВАТЕЛЬСКИЕ ПРОГРАММЫ (CUSTOM PROGRAMS). Вы можете сами настроить свою тренировку – скорость, уровень угла наклона, время.

- 1) Выберите параметр пользователя CUSTOM 1 или 2. Используя кнопки вверх/вниз, затем нажмите ENTER на программной кнопке.
- 2) Установите вес (WEIGHT) с помощью тех же кнопок. Нажмите ENTER.
- 3) Установите время (TIME) – подтвердите нажатием ENTER.
- 4) Выберите скорость (SPEED) кнопками вверх/вниз (Интервалы от 1 до 15). Установку каждого интервала подтверждайте нажатием ENTER.
- 5) Выберите угол наклона (INCLINE) кнопками вверх/вниз (Интервалы от 1 до 15). Установку каждого интервала подтверждайте нажатием ENTER.
- 6) Нажмите START для начала тренировки. Теперь ваша программа сохранена в памяти, вы можете использовать ее в любое время.

Примечание:

- После того как вы отрегулировали настройки программы, изменение скорости/угла наклона во время тренировки не будут сохраняться.
- Чтобы перезагрузить память удержите кнопку ENTER в течение 5 секунд.

- Беговая дорожка PARAGON 4 имеет 1 пользовательскую программу, PARAGON – 2 программы, PARAGON 6 – 3.

УПРАВЛЕНИЯ PROFILE™

Исследования показывают, что те пользователи, кто записывает результаты своих тренировок в дневник, достигают гораздо лучших результатов по сравнению с теми, кто не ведет записей. Поскольку Ваша новая беговая дорожка Horizon имеет специальную функцию PROFILE™, теперь результаты тренировок станут гораздо эффективнее. PROFILE™ является инновационным решением, интегрированным в консоль Вашей беговой дорожки и позволяет записывать Ваши достижения в память дорожки, а не дневник. Далее ознакомьтесь в деталях, как работает эта функция.

УСТАНОВКА

Зайдите в PROFILE™, нажав соответствующую кнопку. Перед тем, как активировать программу, необходимо выбрать пользователя. Выберите Пользователь 1 или 2, используя кнопки вверх/вниз, затем нажмите ENTER. Информация будет записываться автоматически только для выбранного пользователя.

Примечание:

Если пользователь не выбран, программа не будет вести запись данных.

СБРОС

Если вы хотите сбросить ранее записанную информацию о Пользователе 1/2, выберите необходимого пользователя, затем удержите кнопку WORKOUT STATS/HOLD TO RESET в течение 10 секунд.

Примечание:

Будьте внимательны, так как вся ранее записанная информация будет удалена.

НАКОПЛЕНИЕ ДАННЫХ

После активации программы PROFILE™ вы сможете просматривать информацию о тренировках в разных форматах, нажав кнопку PROFILE™. Информация запоминается только по завершению программы тренировки, работа консоли будет приостановлена и не возобновляется в течение 10 минут, либо вы можете нажать кнопку STOP для возврата в исходное положение.

ТЕКУЩАЯ ТРЕНИРОВКА (CURRENT WORKOUT): На консоли по умолчанию будут отображаться ваши успехи тренировок в реальном времени.

ИНФОРМАЦИЯ О СРЕДНЕЙ ТРЕНИРОВКЕ (AVERAGE WORKOUT): Данная функция позволяет увидеть средний результат по 30 последним тренировкам. На дисплее будет отражаться следующая информация:

- Incline - Уровень угла наклона – средний уровень наклона.
- Time - Время – среднее время тренировки.
- Calories – Калории – среднее количество потраченных калорий.
- Pace - Темп – средний темп тренировки.
- Distance - Расстояние – среднее расстояние тренировки.
- Speed - Скорость – средняя скорость тренировки.

СРЕДНИЕ ТРЕНИРОВКИ ЗА НЕДЕЛЮ (WEEKLY TOTAL): Вы можете посмотреть информацию о тренировках с последнего воскресенья по сегодняшний день. **Примечание:** Данные основаны на информации за последнюю неделю тренировок на сегодняшний день. Если вы не тренировались с воскресенья, то на консоли будут нулевые значения. На дисплее будет отображена следующая информация:

- Incline - Уровень угла наклона – средний уровень наклона.
- Time - Время – общее время тренировки.
- Calories – Калории – среднее количество потраченных калорий.
- Distance - Расстояние – общее расстояние.
- Speed - Скорость – средняя скорость тренировки.

Примечание:

Если дата и время не установлены, то будут отображаться результаты за последнюю тренировку.

ОБЩАЯ ИНФОРМАЦИЯ ПО ВСЕМ ТРЕНИРОВКАМ (LIFETIME TOTAL): Данная опция позволяет просматривать информацию по всем тренировкам:

- Incline - Уровень угла наклона – средний уровень наклона.
- Time - Время – общее время.

Примечание: Если время больше, чем 59:59, время будет отображаться только в часах.

- Calories – Калории – среднее количество потраченных калорий.
- Distance - Расстояние – общее расстояние.
- Speed - Скорость – средняя скорость.

РЕЖИМ СОХРАНЕНИЯ ЭНЕРГИИ

Если в течение 15 минут консоль не получает сигнала, то автоматически включится режим сохранения энергии.

Нажмите любую кнопку, чтобы вернуть консоль в рабочий режим.

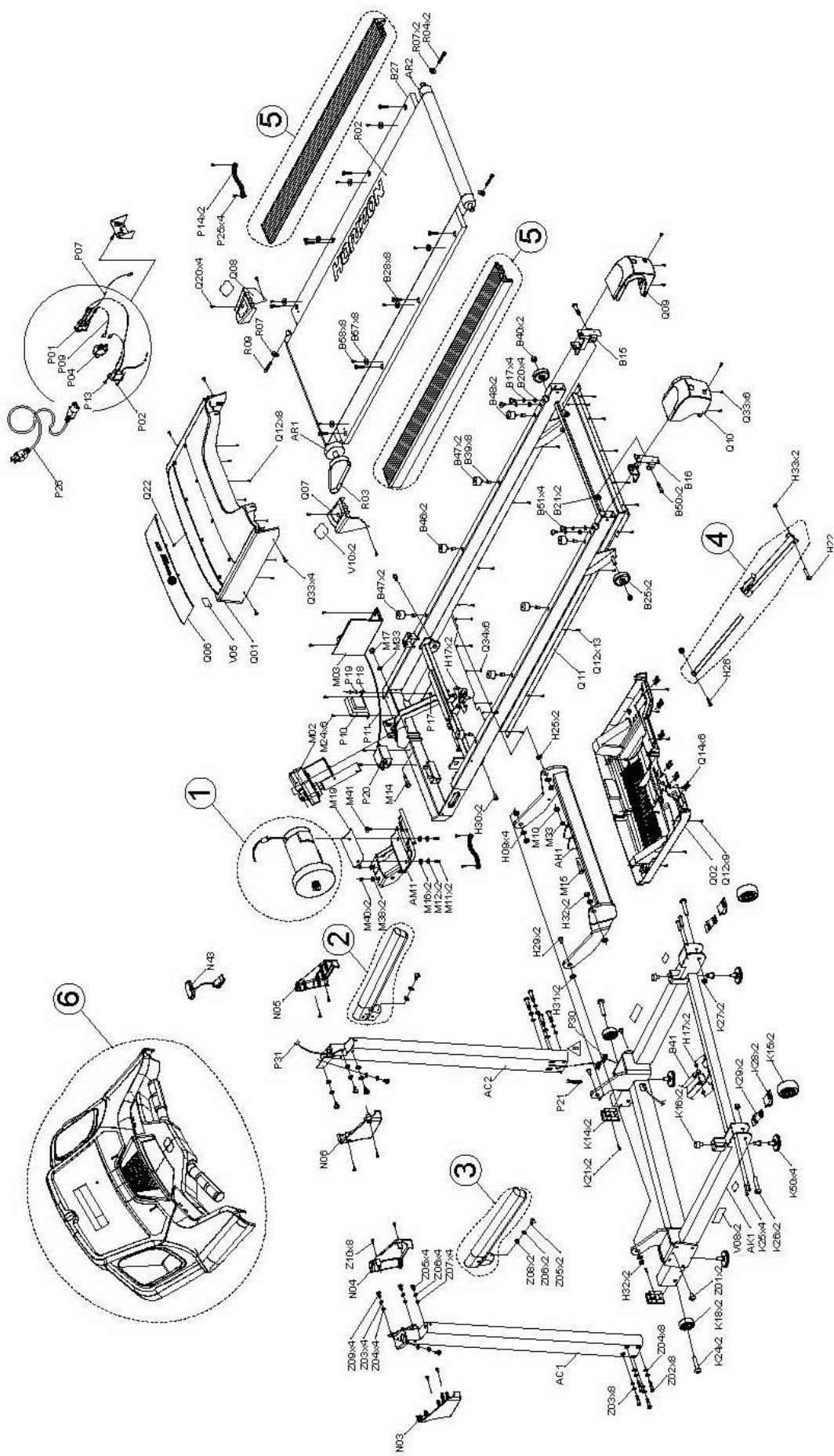
СИНХРОНИЗАЦИЯ ДАННЫХ С БЕГОВОЙ ДОРОЖКИ НА PASSPORT™

- 1) Используйте кнопки навигации на роутере, чтобы пролистать иконки и сделать выбор.
- 2) Следуйте инструкциям на экране, нажмите и удержите кнопки наклон вверх и стоп (incline up и stop) на консоли.
- 3) Как только процесс синхронизации успешно завершен, информация с консоли беговой дорожки будет поступать на роутер.
- 4) Появится сообщение об успешном либо неуспешном завершении синхронизации.

Примечание: Используйте инструкцию по эксплуатации роутера Passport для более подробной информации.



СХЕМА ТРЕНАЖЕРА В РАЗОБРАННОМ ВИДЕ PARAGON 5



ТЕХНИЧЕСКИЕ СПЕЦИФИКАЦИИ PARAGON 4

Тип	электрическая
Рама	усиленная
Скорость	0.8 - 18 км./ч.
Мощность двигателя	2.0 л.с. (RAPIDresponse™)
Пиковая мощность двигателя	3.75 л.с.
Беговое полотно	1.6 мм.
Размер бегового полотна	140*50 см.
Регулировка угла наклона	электрическая
Наклон бегового полотна	0 - 12%
Дека	парафинированная Silicon Wax™
Система амортизации	изменяемые эластомеры VCS™ comfortZONE™
Измерение пульса	сенсорные датчики, Polar приемник
Консоль	4-ех оконный буквенно-цифровой голубой LED дисплей
Показания консоли	профиль, скорость, время, дистанция, калории, пульс, угол наклона
Кол-во программ	8 (в т.ч. пульсозависимая)
Спецификации программ	ручной режим, интервалы, холмы, снижение веса, 5/10 тыс. метров, 1 пульсозависимая, 1 пользовательская
Специальные программные возможности	нет
Многоязычный интерфейс	нет
Мультимедиа	нет
Интеграция	нет
Вентилятор	нет
Складывание	двухфазная гидравлика ControlledDrop™
Транспортировочные ролики	четыре колеса EasyMove™
Размер в сложенном виде (Д*Ш*В)	99*91*168 см.
Размер в рабочем состоянии (Д*Ш*В)	182*91*149 см.
Вес нетто	100 кг.
Макс. вес пользователя	136 кг.
Питание	сеть 220 Вольт
Гарантия	3 года
Производитель	Johnson Health Tech, США

ТЕХНИЧЕСКИЕ СПЕЦИФИКАЦИИ PARAGON 5

Тип	электрическая
Рама	высокопрочная сталь (Heavy Gouge Steel Welded)
Скорость	0.8 - 20 км./ч.
Мощность двигателя	2.5 л.с. (RAPIDresponse™)
Пиковая мощность двигателя	4.0 л.с.
Беговое полотно	1.6 мм.
Размер бегового полотна	140*50 см.
Регулировка угла наклона	электрическая
Наклон бегового полотна	0 - 12%
Дека	парафинированная Silicon Wax™
Система амортизации	изменяемые эластомеры VCS™ comfortZONE™
Измерение пульса	сенсорные датчики, Polar приемник
Консоль	7.5 дюймовый голубой LCD дисплей
Показания консоли	профиль, скорость, время, дистанция, калории, пульс, угол наклона, круги
Кол-во программ	10 (в т.ч. пульсозависимая)
Спецификации программ	ручной режим, интервалы, пиковые интервалы, холмы, снижение веса, 5/10 тыс. метров, 1 пульсозависимая, 2 пользовательские
Специальные программные возможности	дата-центр ProFile™ с персональной памятью тренировок
Многоязычный интерфейс	нет
Мультимедиа	нет
Интеграция	нет
Вентилятор	есть
Складывание	двухфазная гидравлика ControlledDrop™
Транспортировочные ролики	четыре колеса EasyMove™
Размер в сложенном виде (Д*Ш*В)	99*91*168 см.
Размер в рабочем состоянии (Д*Ш*В)	182*91*149 см.
Вес нетто	103 кг.
Макс. вес пользователя	160 кг.
Питание	сеть 220 Вольт
Гарантия	3 года
Производитель	Johnson Health Tech, США

ТЕХНИЧЕСКИЕ СПЕЦИФИКАЦИИ PARAGON 6

Тип	электрическая
Рама	высокопрочная сталь (Heavy Gouge Steel Welded)
Скорость	0.8 - 20 км./ч.
Мощность двигателя	2.5 л.с. rapidRESPONSE™
Пиковая мощность двигателя	4.0 л.с.
Беговое полотно	3.1 мм. orthoBELT™
Размер бегового полотна	153*50 см.
Регулировка угла наклона	электрическая
Наклон бегового полотна	0 - 15%
Дека	парафинированная Silicon Wax™
Система амортизации	изменяемые эластомеры VCS™ comfortZONE™
Измерение пульса	сенсорные датчики, Polar приемник
Консоль	7.5 дюймовый голубой LCD дисплей
Показания консоли	профиль, скорость, время, дистанция, калории, пульс, угол наклона, круги
Кол-во программ	15 (в т.ч. пульсозависимые)
Спецификации программ	ручной режим, интервалы, пиковые интервалы, скоростные интервалы, 2 режима холмов, снижение веса, забег, 5/10 тыс. метров, 2 пульсозависимые, 3 пользовательские
Специальные программные возможности	дата-центр proFILE™ с персональной памятью тренировок
Многоязычный интерфейс	нет
Мультимедиа	нет
Интеграция	виртуальный ландшафт Passport™ Ready
Вентилятор	есть
Складывание	двухфазная гидравлика controlledDROPT™
Транспортировочные ролики	четыре колеса Up&Move™
Размер в сложенном виде (Д*Ш*В)	105*91*179 см.
Размер в рабочем состоянии (Д*Ш*В)	194*91*149 см.
Вес нетто	110 кг.
Макс. вес пользователя	160 кг.
Питание	сеть 220 Вольт
Гарантия	3 года
Производитель	Johnson Health Tech, США

*Производитель оставляет за собой право вносить изменения в конструкцию тренажера, не ухудшающие значительно его основные технические характеристики.

ВНИМАНИЕ!
ТРЕНАЖЕР ПРЕДНАЗНАЧЕН ДЛЯ ДОМАШНЕГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ!