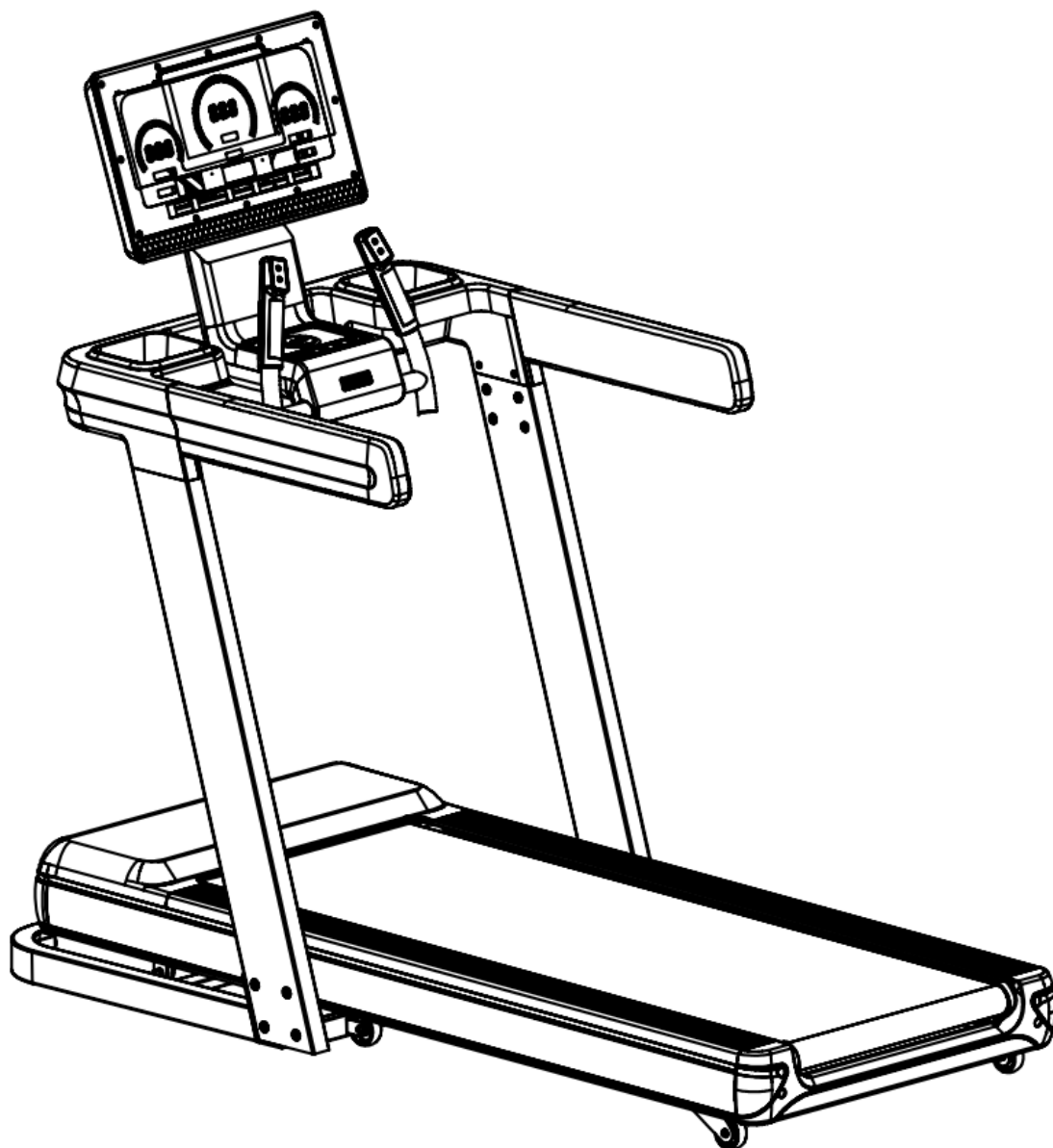


МОТОРИЗОВАННАЯ БЕГОВАЯ ДОРОЖКА

РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ



**Сохраните данное руководство для дальнейшего использования
Прочитайте и соблюдайте все инструкции в данном руководстве**

Версия А

ВАЖНЫЕ ИНСТРУКЦИИ ПО БЕЗОПАСНОСТИ

Благодарим за покупку данного товара. Этот продукт поможет вам оставаться более подтянутыми, здоровыми и в лучшей форме простым способом.

Руководство пользователя

1. Всегда подключайте вилку питания к розетке с заземленной цепью. Розетка должна иметь отдельную цепь, чтобы избежать совместного использования с другим электрооборудованием.
2. Убедитесь в устойчивости беговой дорожки на полу перед использованием.
3. Проверьте нормальность функционирования перед началом тренировки.
4. Встаньте на боковые направляющие при запуске беговой дорожки.
5. Прикрепите ключ безопасности к одежде для контроля в случае чрезвычайной ситуации.
6. Нажмите кнопку "старт" для запуска беговой дорожки.
7. Следуйте за беговым полотном левой ногой для подготовки перед пробным запуском. Только когда вы почувствуете готовность к бегу, вы можете встать на беговую дорожку и делать это с правильной осанкой. На беговой дорожке разрешается заниматься только одному человеку, перегрузка строго запрещена.
8. При необходимости вы можете регулировать скорость.
9. После бега вы можете остановить беговую дорожку, вытащив ключ безопасности или нажав кнопку "стоп".
10. Не забудьте выключить питание и отключить вилку по окончании тренировки.

Меры предосторожности:

- ◆ Размещайте беговую дорожку в помещении, избегайте попадания воды и тяжелых предметов.
- ◆ При использовании тренажера носите удобную одежду и предпочтительно спортивную или аэробную обувь.
- ◆ Держите детей подальше от беговой дорожки во избежание несчастных случаев.
- ◆ Не допускайте перегрузки, чтобы не повредить двигатель, контроллер, ролики и беговое полотно. Проводите регулярное обслуживание беговой дорожки.
- ◆ Поддерживайте низкий уровень пыли в помещении и определенную влажность, чтобы избежать помех консоли и контроллера.
- ◆ Не допускайте непрерывную работу домашней беговой дорожки более 2 часов.
- ◆ Поддерживайте хорошую циркуляцию воздуха во время бега.
- ◆ В конце беговой дорожки должно быть безопасное пространство 2000×1000 мм во время бега.
- ◆ Прекратите тренировку при любом дискомфорте и обратитесь к врачу.
- ◆ Храните силиконовую бутылочку в недоступном для детей месте во избежание серьезных ошибок.
- ◆ Запрещается пользователю спрыгивать с беговой дорожки сразу после использования.
- ◆ Осторожно извлекайте вилку питания из розетки.
- ◆ Остановите машину при любой неисправности и немедленно отключите питание.
- ◆ Обращайтесь к местному дистрибьютору для решения любых проблем или предоставления сервиса. Самостоятельная разборка компонентов не разрешена.

ОПАСНОСТЬ!

Для снижения риска несчастных случаев или травм соблюдайте следующие правила:

- ◆ Убедитесь, что ваша одежда застегнута на молнию перед бегом.
- ◆ Не надевайте одежду, которая легко зацепляется.

- ◆ Держите шнур питания подальше от горячих предметов.
- ◆ Держите детей подальше от беговой дорожки.
- ◆ При возникновении проблем опирайтесь на поручень, чтобы подняться и покинуть беговое полотно.
- ◆ Не используйте беговую дорожку на открытом воздухе.
- ◆ Отключите питание перед перемещением беговой дорожки.
- ◆ Не открывайте крышки двигателя и роликов без специалистов.
- ◆ Эта машина может использоваться в цепи 10А.
- ◆ Убедитесь, что тренажером пользуется только один человек за раз.
- ◆ Тестирование HRC может быть не таким точным, как медицинские приборы, поэтому его результаты только для справки.
- ◆ Немедленно прекратите тренировку, если почувствуете недомогание или боль в суставах или мышцах. В частности, следите за реакцией организма на программу тренировок. Головокружение - признак того, что вы тренируетесь слишком интенсивно с устройством. При первых признаках головокружения лягте на пол, пока не почувствуете себя лучше.

Предупреждения и запреты!

- ◆ Следующие пациенты, находящиеся на лечении, должны использовать беговую дорожку только после одобрения профессионального врача:

- (1) Люди с болями в спине или ранее получавшие травмы ног, поясницы, шеи. Те, у кого онемение ног, поясницы, шеи и рук (люди с хроническими заболеваниями, такими как протрузия межпозвоночного диска, соскальзывание позвоночника, протрузия шейных позвонков и т.д.)
- (2) Пациенты с деформирующим артритом, ревматизмом или подагрой.
- (3) Пациенты с остеопорозом.
- (4) Пациенты с плохой системой кровообращения, такой как болезни сердца, сосудистые расстройства и сосудистая гипертензия.
- (5) Пациенты с нарушениями дыхания.
- (6) Пациенты с проблемами искусственного сердечного ритма.
- (7) Пациенты со злокачественными опухолями.
- (8) Пациенты с тромбозом.
- (9) Пациенты с диабетическими нарушениями восприятия.
- (10) Люди с травмами кожи.
- (11) Пациенты с высокой температурой выше 38°C.
- (12) Люди с искривленным позвоночником.
- (13) Люди во время беременности или менструации.
- (14) Люди, чувствующие дискомфорт.
- (15) Люди в явно плохом состоянии.
- (16) Люди с целью реабилитации.
- (17) Люди с аномальными физическими особенностями.

Вышеперечисленные случаи могут привести к несчастному случаю или ухудшению здоровья

- ◆ Немедленно прекратите тренировку, если почувствуете недомогание, такое как боль в суставах или мышцах, головокружение, онемение и аномальное сердцебиение, и как можно скорее обратитесь к врачу.

- ◆ Держите детей подальше от этого продукта.

Дети могут получить травму, если вы проигнорируете это.

- ◆ Объясните детям, что это не игрушка.

Дети могут получить травму, если вы проигнорируете это.

◆ При использовании, извлечении, возврате или перемещении этого продукта убедитесь, что поблизости нет людей или домашних животных.

◆ Прекратите использование этого продукта, если крышка треснула (внутренние части вышли наружу) или сварные части отвалились.

Может вызвать опасность или травму.

◆ Не прыгайте вверх или вниз с беговой дорожки во время бега.

Можете упасть и получить травму.

◆ Не используйте и не храните беговую дорожку на открытом воздухе или возле ванной комнаты, чтобы избежать попадания воды.

◆ Не используйте и не храните беговую дорожку в местах, подверженных прямому солнечному свету, и избегайте мест с высокой температурой, таких как электрическое одеяло и обогреватель.

Может вызвать утечку электричества или пожар.

◆ Не используйте при поврежденном шнуре питания или вилке, или при ослабленной розетке.

Может вызвать поражение электрическим током, короткое замыкание или пожар.

◆ Не повреждайте и не скручивайте шнур питания, а также не кладите на него тяжелые предметы.

Может вызвать пожар или поражение электрическим током.

◆ Только для одного человека за раз, скажите окружающим людям не подходить слишком близко.

Может упасть и получить травму.

◆ Люди, которые находятся без сознания или не могут управлять самостоятельно, не могут использовать беговую дорожку.

Может вызвать несчастный случай или травму.

◆ Разборка, ремонт, изменения клиентами строго запрещены.

Может вызвать механическую поломку и травму.

Избегайте воды!

◆ Основной корпус и операционные компоненты не должны контактировать с водой или напитками.

Может вызвать поражение электрическим током и пожар.

◆ Не тренируйтесь слишком много, если вы не занимаетесь спортом регулярно.

◆ Не используйте беговую дорожку после еды или когда чувствуете усталость.

Может причинить вред вашему здоровью.

◆ Этот продукт предназначен для домашнего использования. Он не может использоваться в школах или спортзалах, где много неопределенных пользователей.

Может вызвать травму.

◆ Не используйте продукт во время еды или других действий.

◆ Не используйте продукт, когда чувствуете, что тело стало медленным после употребления алкоголя.

Может вызвать несчастный случай или травму.

◆ Не используйте продукт, когда у вас в кармане есть твердые предметы.

Может вызвать несчастный случай или травму.

◆ К вилке питания нельзя прикреплять иглы, мусор или воду.

Может вызвать поражение электрическим током, короткое замыкание и пожар.

◆ Не вытаскивайте вилку и не переключайте питание в положение "выкл" во время работы.

Может вызвать травму.

Не используйте мокрыми руками!

◆ Не вытаскивайте и не вставляйте вилку мокрыми руками.

Может вызвать поражение электрическим током или травму.

Не забудьте вытащить вилку!

◆ Не забудьте вытащить вилку, когда не используете.

Пыль и влажность могут повредить изоляцию и затем вызвать утечку электричества и пожар.

◆ Вытащите вилку при техническом обслуживании.

Может вызвать поражение электрическим током и травму.

◆ Немедленно прекратите использование, когда продукт не может запуститься или имеет что-то аномальное, вытащите вилку и сделайте звонок в службу устранения неполадок.

Может вызвать поражение электрическим током и травму.

◆ Вытащите вилку при внезапном отключении питания.

Может вызвать несчастный случай и травму при восстановлении питания.

◆ Вы должны держать вилку, а не провод при вытаскивании вилки.

Может вызвать короткое замыкание, поражение электрическим током и пожар.

Инструкция по заземлению!

◆ Продукт должен иметь заземление. Заземление может обеспечить канал с наименьшим сопротивлением для тока при неисправности продукта, тем самым уменьшая опасность поражения электрическим током.

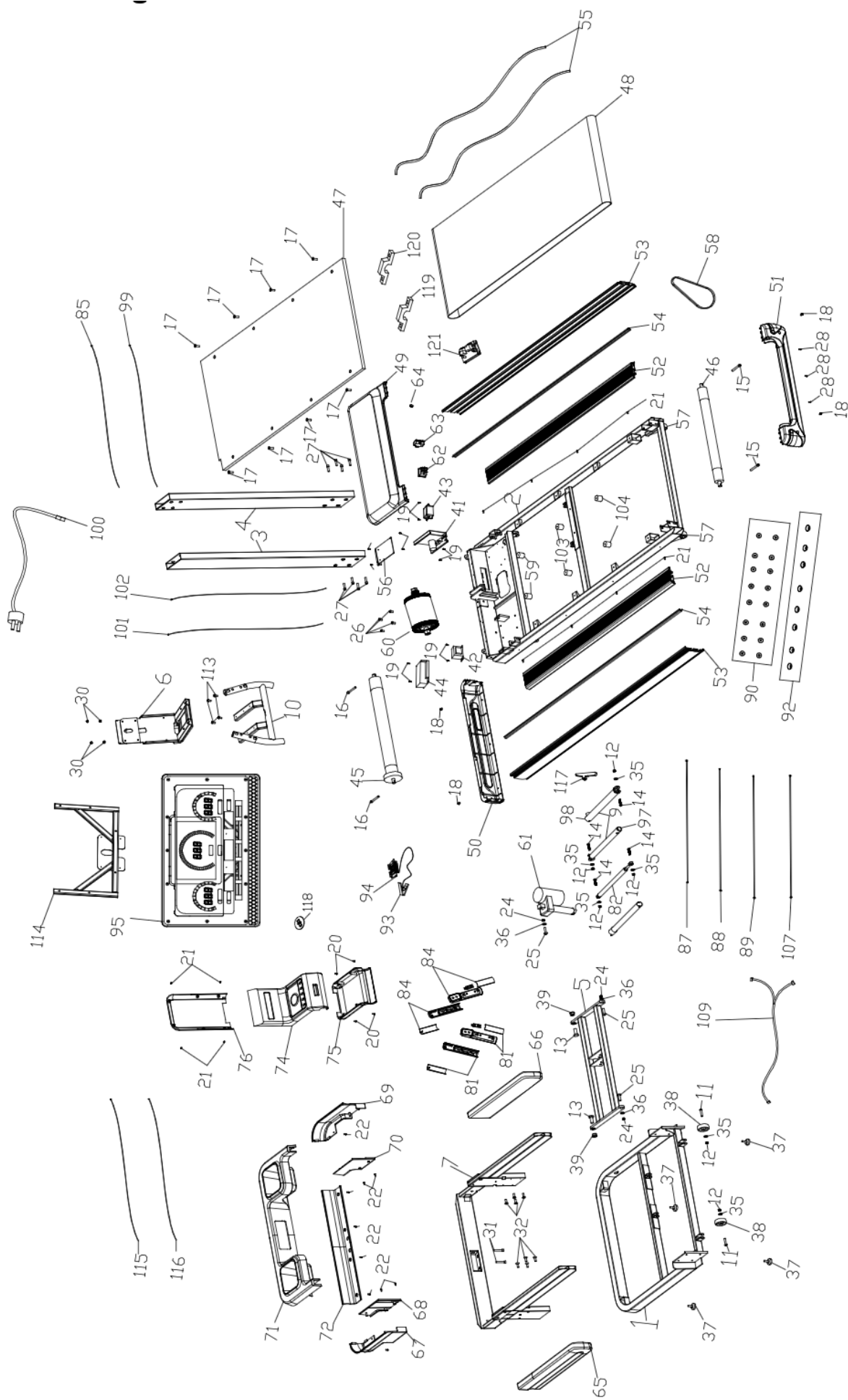
◆ Продукт оснащен электрическим проводом для заземляющего проводника и заземляющей вилки. Вилка должна быть вставлена в розетку, соответствующую местным правилам.

Опасность!

◆ Неправильное подключение заземляющего проводника может вызвать поражение электрическим током. Если вы не уверены в подключении заземления, обратитесь к профессиональному электрику для проверки. Если вилка продукта не подходит к вашей розетке, вам следует попросить электрика установить правильную розетку.

◆ Продукт имеет заземляющую вилку. Сначала убедитесь, что у вас есть соответствующая розетка. Адаптер розетки не разрешен.

Схема в разборе



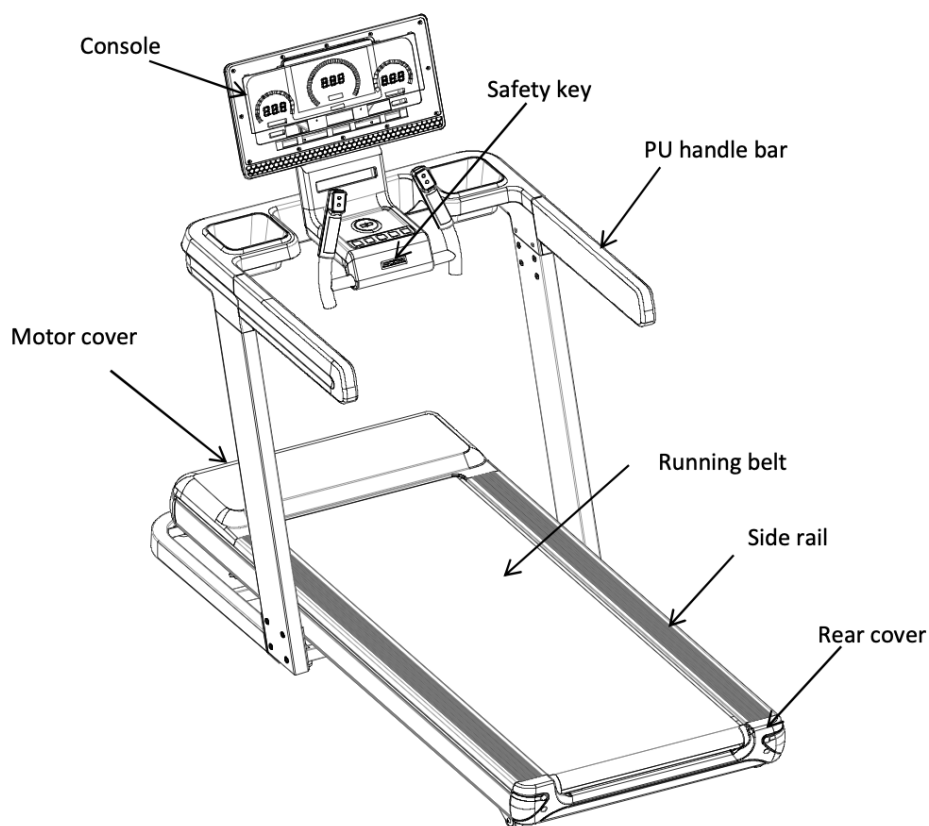
СПИСОК ДЕТАЛЕЙ

№	Описание детали	Кол-во
1	Базовая рама	1
2	Основная рама	1
3	Левая вертикальная стойка	1
4	Правая вертикальная стойка	1
5	Рама наклона	1
6	Рама монитора	1
7	Рамка лотка монитора	1
10	Поручень с датчиком пульса	1
11	Шестигранный болт с большой плоской головкой M8×50×20	2
12	Шестигранная контргайка M8	12
13	Шестигранный болт с головкой M12×Φ14×35×19	2
14	Шестигранный болт с большой плоской головкой M8×35×20	4
15	Шестигранный цилиндрический болт с полной резьбой M8×75	2
16	Шестигранный цилиндрический болт с полной резьбой M8×60	1
17	Шестигранный потайной болт с полной резьбой M6×25	10
18	Крестообразный болт с большой плоской головкой M5×10	4
19	Крестообразный болт с большой плоской головкой M4×10	10
20	Крестообразный потайной саморез ST4×15	18
21	Крестообразный саморез с большой плоской головкой ST4×16	10
22	Крестообразный потайной саморез ST3×10	2
23	Шестигранный болт с большой плоской головкой M8×40×20	2
24	Шестигранная контргайка M8	3
25	Шестигранный болт с большой плоской головкой M10×65×20	1
26	Шестигранный болт с большой плоской головкой и полной резьбой M8x25	4
27	Шестигранный цилиндрический болт с полной резьбой M8×35	8
28	Крестообразный саморез с большой плоской головкой ST4×10	14
29	Крестообразный саморез с большой плоской головкой ST4×12	24
30	Шестигранный болт со сферической головкой M6×25	4
31	Шестигранный цилиндрический болт с полной резьбой M8×45	2
32	Шестигранный потайной болт с полной резьбой M8×25	8
34	Шестигранный болт с большой плоской головкой M10×35×20	3
35	Плоская шайба Ф8	14
36	Плоская шайба Ф10	4
37	Опорная ножка	4
38	Переднее колесо	2
39	Втулка из порошковой металлургии	2
41	Контроллер	1
42	Индуктивность	1
43	Фильтр	1
44	Адаптер питания	1
45	Передний ролик	1
46	Задний ролик	1
47	Беговая платформа	1
48	Беговое полотно	1
49	Крышка двигателя	1
50	Передняя крышка двигателя	1
51	Задняя крышка	1
52	Боковая направляющая	2
53	Боковая направляющая	2
54	Крышка световой линии	2

55	LED световая линия	2
56	Крепежная пластина для фильтра и индуктивности	1
57	Заднее колесо	2
58	Ремень двигателя	1
59	Цилиндрическая подушка	6
60	Двигатель переменного тока	1
61	Двигатель наклона	1
62	Переключатель	1
63	Предохранитель	1
64	Зажим кабеля питания	1
65	Левый поручень из полиуретана	1
66	Правый поручень из полиуретана	1
67	Левая внешняя боковая крышка поручня	1
68	Левая внутренняя боковая крышка поручня	1
69	Правая внешняя боковая крышка поручня	1
70	Правая внутренняя боковая крышка поручня	1
71	Верхний лоток монитора	1
72	Нижний лоток монитора	1
74	Верхняя крышка центральной части лотка монитора	1
75	Нижняя крышка центральной части лотка монитора	1
76	Задняя крышка соединительной шейки монитора	1
81	Датчик пульса рукоятки наклона	1
82	Цилиндр	1
84	Датчик пульса рукоятки скорости	1
85	Соединение вертикальной стойки	2
87	Провод питания	1
88	Провод питания	1
89	Провод питания	1
90	Круглый направляющий блок для боковой направляющей	16
91	Зажим кабеля питания	3
92	Пластиковая плоская шайба	8
93	Ключ безопасности	1
94	База ключа безопасности	1
95	Монитор	1
97	Внутренняя расширительная трубка	1
98	Внешняя расширительная трубка	1
99	Провод связи рамы для LED световой линии	1
100	Кабель питания	1
101	Провод связи для монитора	1
102	Верхний провод связи для LED световой линии	1
103	Цилиндрическая подушка 2	2
104	Цилиндрическая подушка 3	2
107	Провод питания	1
109	Провод датчика пульса рукоятки	1
111	Кронштейн монитора	1
112	Шестигранный болт с большой плоской головкой M8×40	2
113	Шестигранный болт с большой плоской головкой и полной резьбой M8×15	4
114	Внутренний кронштейн монитора	1
115	Основной провод связи для кнопки	1
116	Провод связи LED световой линии для кнопки	1
117	Педаль для цилиндра	1
118	Резиновая шайба для беспроводного зарядного устройства	1
119	Крепежная пластина А основания двигателя	1

120	Крепежная пластина В основания двигателя	1
121	Панель энергосбережения ERP	1

ВВЕДЕНИЕ В ПРОДУКТ



Компоненты:

- Консоль
- Ключ безопасности
- Поручень из полиуретана
- Крышка двигателя
- Беговое полотно
- Боковая направляющая
- Задняя крышка

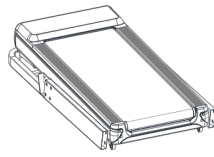
Техническая информация

Параметр	Значение
Размеры в разложенном виде	1823×886×1582 мм
Беговая платформа	1450×550 мм
Скорость	1.0–22.0 км/ч
Наклон двигателя	0-15%

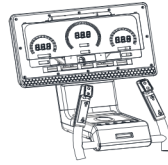
ПРИМЕЧАНИЕ: МЫ ОСТАВЛЯЕМ ЗА СОБОЙ ПРАВО ИЗМЕНЯТЬ ПРОДУКТ БЕЗ ПРЕДВАРИТЕЛЬНОГО УВЕДОМЛЕНИЯ.

КОМПЛЕКТ ПОСТАВКИ

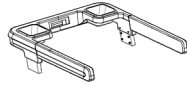
Packing List



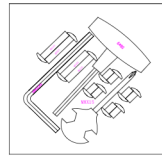
Main body



LED Console



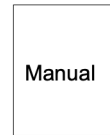
Console tray



Screw Bag



Silicon Bottle



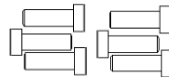
Manual

- Основное тело дорожки
- LED консоль
- Лоток консоли
- Пакет с болтами
- Силиконовая бутылочка
- Руководство

СПИСОК ИНСТРУМЕНТОВ



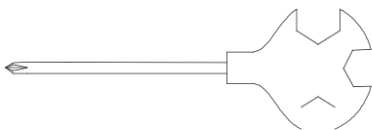
Hexagon cylindrical head full thread bolts
M8×45 x2 pcs



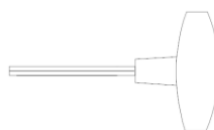
Hexagon cylindrical head full thread bolts M8×35 x6 pcs



Hexagon countersunk head full tooth bolt M8×25 x8pcs



Cross wrench
14*17*75*1pc



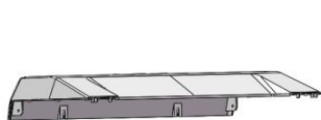
T shape wrench
6*80*1pc



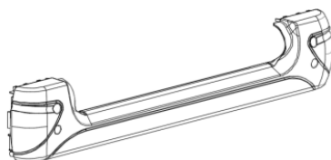
L shape wrench
5*30*80s*1pc

- Шестигранный цилиндрический болт с полной резьбой M8×45 ×2 шт.
- Шестигранный цилиндрический болт с полной резьбой M8×35 ×6 шт.
- Шестигранный потайной болт с полной резьбой M8×25 ×8 шт.
- Крестообразный ключ 14×17×75 ×1 шт.
- Т-образный ключ 6×80 ×1 шт.
- L-образный ключ 5×30×80 ×1 шт.

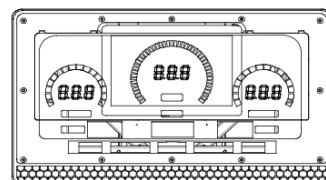
ОСНОВНЫЕ ЧАСТИ



Motor Cover



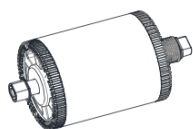
Rear Cover



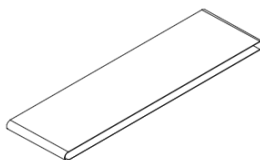
Monitor



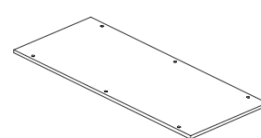
Motor belt



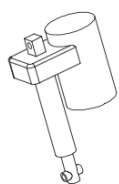
Motor



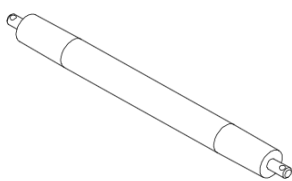
Running Belt



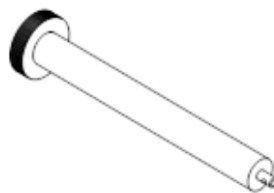
Running Board



Incline Motor



Rear Roller



Front Roller



Side rial

Крышка двигателя | Задняя крышка | Монитор

Ремень двигателя | Двигатель | Беговое полотно | Беговая платформа

Двигатель наклона | Задний ролик | Передний ролик | Боковая направляющая

ИНСТРУКЦИИ ПО СБОРКЕ

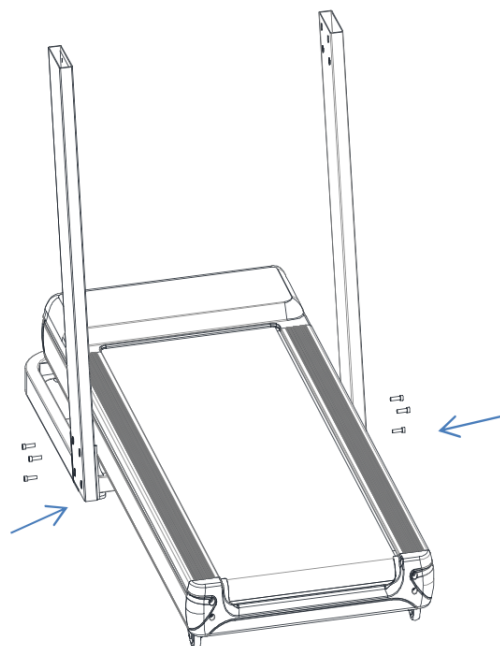
⚠ Предупреждение

- После снятия верхней коробки разрежьте четыре угла нижней коробки ножницами. Не вынимайте нижнюю коробку, пока машина не будет хорошо установлена.
- Перед установкой проверьте, что машина в хорошем состоянии без повреждений.
- Используйте транспортировочные колеса для перемещения установленной машины из нижней коробки.
- Если вышеуказанные шаги не соблюдены, это может привести к серьезной травме людей во время установки.

Шаг 1

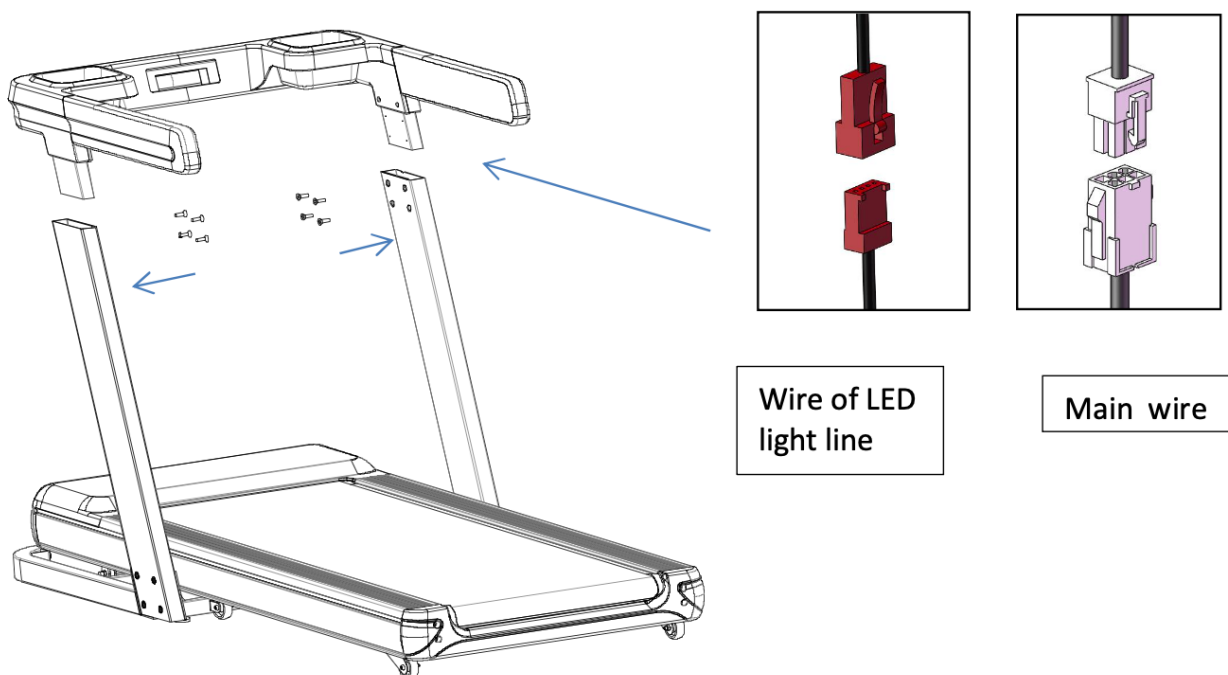
(Это упакованная верхняя половина сборки. Вертикальная стойка является подвижной частью упаковки, вы можете поднять вертикальную стойку, чтобы закрепить болт)

Поднимите вертикальную стойку и хорошо закрепите ее 6 болтами M8X35. Не затягивайте болты полностью.



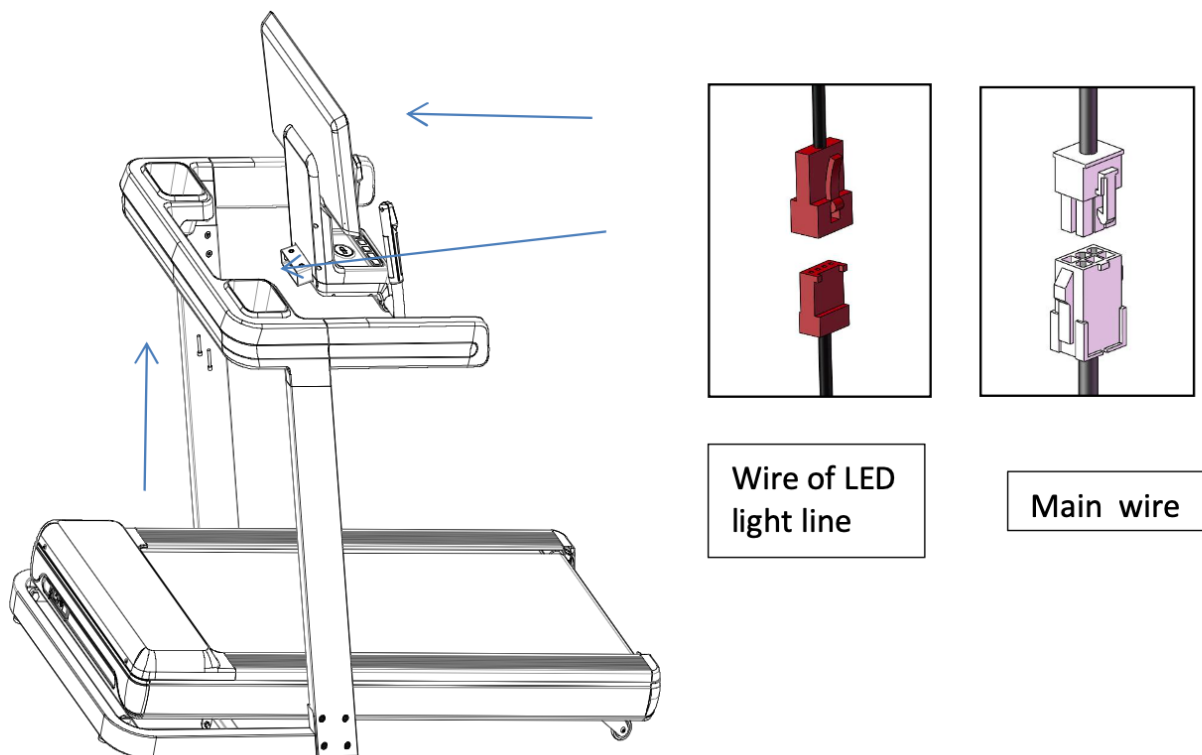
Шаг 2

Соедините сигнальный провод в правой вертикальной стойке с проводом монитора, как показано на рисунке ниже. Установите лоток монитора на вертикальную стойку и закрепите их 8 болтами M8x25.



Шаг 3

Затяните все болты. Соедините сигнальный провод в лотке монитора и мониторе, как показано на рисунке ниже, затем вставьте монитор в лоток монитора и закрепите их 2 болтами M8x45. Сборка завершена.



ОБЩИЕ СОВЕТЫ ПО ФИТНЕСУ

1. Разминка

Не задерживайте дыхание перед разминкой в течение 5-10 минут перед каждой разминкой.

2. Дыхание

Обычно, когда вы готовитесь восстановить дыхание, вдыхайте носом и выдыхайте ртом. Дыхание и движение должны быть скоординированы, если дыхание слишком быстрое, движение должно быть немедленно остановлено.

3. Частота

Одна и та же часть мышцы должна отдыхать 48 часов, то есть одну и ту же часть можно тренировать только через день.

4. Нагрузка

В соответствии с индивидуальным физическим состоянием определите объем тренировок, затем в соответствии с принципом асимптотической нагрузки проводите тренировку. Болезненность мышц при начальной тренировке - нормальное явление, при продолжении тренировок болезненность может быть устранена.

5. Расслабление

Выполняйте 5 минут упражнений после каждой тренировки, особенно растяжку и расслабление мышц стопы, чтобы избежать длительного сокращения мышц, поддерживать гибкость мышц и правильную диету.

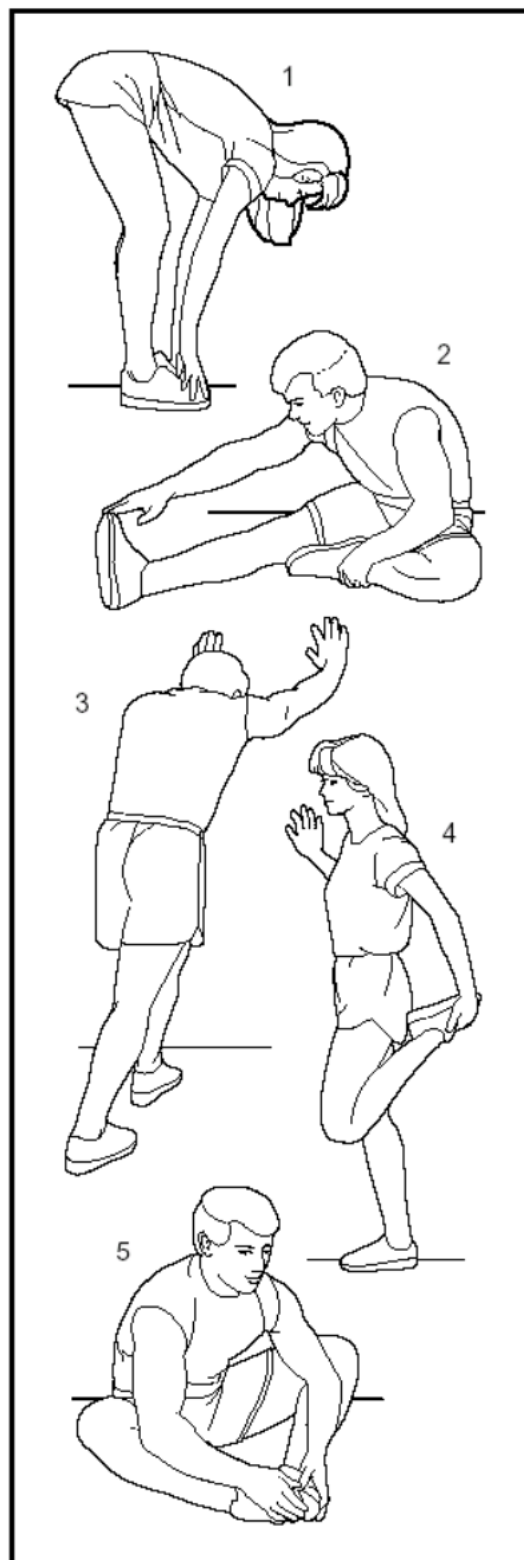
6. Диета

Для защиты пищеварительной системы тренируйтесь через час после еды, тренировка должна быть как минимум за полчаса до еды, меньше пейте воды во время тренировки, особенно питьевой воды, чтобы не увеличивать нагрузку на сердце и почки.

УПРАЖНЕНИЯ НА РАСТЯЖКУ

Независимо от того, как быстро вы ходите, лучше всего сначала выполнить упражнения на растяжку. Теплые мышцы легче растягиваются, поэтому сделайте 5-10-минутную разминку. Затем остановитесь и выполните растяжку следующим образом: 5 раз, каждый шаг в течение 10 секунд или более; повторите после тренировки.

1. Растяжка вниз



Колени слегка согнуты, тело медленно наклоняется вперед, позвольте спине и плечам расслабиться, и руки попытаются коснуться пальцев ног. Удерживайте 10~15 секунд, затем расслабьтесь. Повторите 3 раза (как показано на рисунке 1).

2. Растяжка сухожилий

Сядьте на чистую подушку для сидения и выпрямите одну ногу. Поставьте другую ногу внутрь так, чтобы она плотно прилегала к внутренней стороне прямой ноги. Попытайтесь коснуться пальцев ног руками. Удерживайте 10~15 секунд, затем расслабьтесь. Повторите 3 раза для каждой ноги (как показано на рисунке 2).

3. Растяжка икр и пяток

Держитесь обеими руками за стену или дерево и поставьте одну ногу сзади. Держите заднюю ногу прямо, а пятки на земле, наклоняясь в направлении стены или дерева. Удерживайте 10~15 секунд, затем расслабьтесь. Повторите 3 раза для каждой ноги (как показано на рисунке 3).

4. Растяжка четырехглавой мышцы

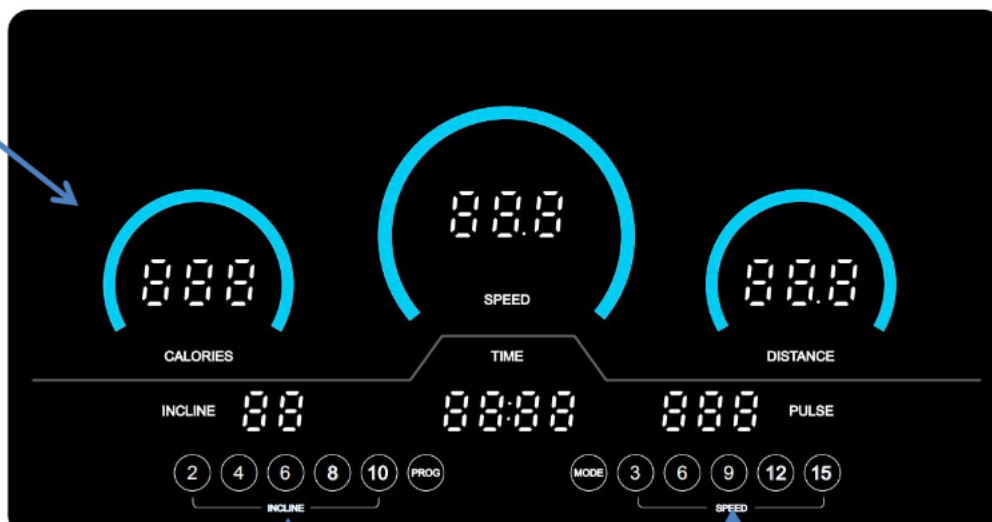
Возьмитесь левой рукой за опору или стол, затем вытяните правую руку назад и возьмитесь за правую лодыжку и медленно тяните ее к бедрам, пока не почувствуете напряжение в мышцах передней части бедер. Удерживайте 10~15 секунд, затем расслабьтесь. Повторите 3 раза для каждой ноги (как показано на рисунке 4).

5. Растяжка портняжной мышцы (мышца внутренней стороны бедра)

Подолы ног противоположны друг другу, колени опущены вниз. Возьмитесь за ноги обеими руками и потяните их в направлении паха. Удерживайте 10~15 секунд, затем расслабьтесь. Повторите 3 раза (как показано на рисунке 5).

ИНСТРУКЦИЯ ПО ФУНКЦИЯМ КОНСОЛИ

LED window



Incline quick button

Speed quick button

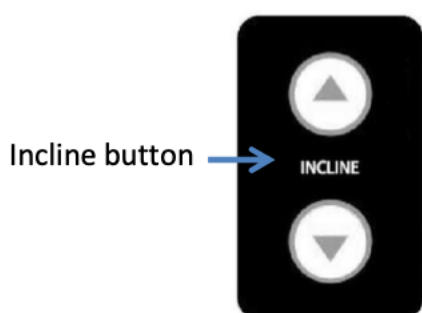


Mode button

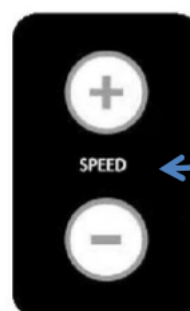
Program button

Stop button

Start button



Incline button



Speed button

Инструкция по LED-дисплею

1. **Окно КАЛОРИИ:** Отображает значение калорий.
2. **Окно СКОРОСТЬ:** Отображает значение скорости.
3. **Окно РАССТОЯНИЕ:** Отображает значение расстояния.
4. **Окно НАКЛОН:** Отображает значение подъема и спуска.
5. **Окно ВРЕМЯ:** Отображает значение времени.
6. **Окно ПУЛЬС:** Отображает частоту сердечных сокращений.

Основные функции монитора:

1. P0 - ручная программа; P01-P36 - предустановленные автоматические программы; три пользовательские программы и программа BMI;
2. LED-дисплей с 16 операционными кнопками;
3. Функция переключения английской и метрической системы скорости/расстояния;
4. Диапазон скорости: 1.0~22.0 км/ч, Диапазон наклона: 0-15 уровней
5. Функции защиты от перегрузки, перегрузки по току, взрывозащиты, защиты от скорости, защиты от электромагнитных помех и другие функции защиты безопасности;
6. Функция самопроверки системы, функция подсказки аномальной информации;
7. 3 пользовательские функции;
8. Функция ERP;
9. Функция Bluetooth App (опционально)

Инструкция по работе с клавиатурой

1. **PROG**: Кнопка программы. В состоянии остановки нажмите кнопку PROG для циклического выбора программы из P0~P36/ U01~U03/ HRC1~HRC3, BMI.
2. **MODE**: Кнопка выбора режима. Когда выбран ручной режим, начальное состояние нормальное. Нажмите клавишу MODE для выбора трех режимов обратного отсчета: Режим обратного отсчета времени -> Режим обратного отсчета калорий -> Режим обратного отсчета расстояния -> Нормальный. Любая программа P1~P36 является клавишей сброса значения обратного отсчета по умолчанию 30 минут.
3. **START**: Кнопка СТАРТ/ПАУЗА. Когда беговая дорожка находится в состоянии остановки, нажмите клавишу для запуска. Наоборот, когда беговая дорожка находится в рабочем состоянии, нажмите клавишу для паузы.
4. **STOP**: Кнопка СТОП. Когда беговая дорожка находится в рабочем состоянии, нажмите клавишу для медленной остановки. Когда монитор отображает сообщение ERR, нажмите ее для очистки сообщения об ошибке.
5. **Speed +/-**: Кнопка увеличения/уменьшения. В состоянии остановки или тестирования жира в теле используется для увеличения/уменьшения настройки параметров. В рабочем состоянии используется для увеличения/уменьшения скорости.
6. **▲/▼**: Кнопка увеличения/уменьшения наклона.

Переключение между километрами и милями

- Снимите ключ безопасности и одновременно нажмите клавиши PROGRAM и MODE на несколько секунд. Если монитор отображает 0.6, это означает переключение с км на мили.
- Снимите ключ безопасности и одновременно нажмите клавиши PROGRAM и MODE на несколько секунд, если монитор отображает 1.0, это означает переключение с миль на км.

Функция ключа безопасности

Ключ безопасности состоит из тактового переключателя, зажима для одежды и нейлонового шнура и имеет функцию безопасности для аварийной остановки.

1. В любом состоянии, если ключ безопасности снят, окно времени отображает "E-07" со звуком зуммера. Если двигатель работает, двигатель останавливается экстренно, и клавиатура консоли блокируется для работы.
2. Каждый раз, когда ключ безопасности устанавливается, экран будет полностью отображаться в течение 2 секунд. Затем войдите в системное рабочее состояние по умолчанию.

Программа USER:

Режим USER имеет три USER1~USER3. В режиме USER пользователи могут установить свою собственную спортивную программу. Нажмите кнопку "P" для настройки на "USER1~USER3", затем нажмите кнопку "M" для настройки или нажмите клавишу START для начала упражнения. Нажмите кнопку "M" для установки 10 скоростей и высот собственной программы. После настройки пользователь нажимает "START" для начала упражнения. Эксклюзивная программа пользователя будет сохранена и может быть непосредственно использована в следующий раз.

РУКОВОДСТВО ПО БЕЗОПАСНОМУ ИСПОЛЬЗОВАНИЮ

1. Вставьте вилку шнура питания в розетку питания 10А с заземлением безопасности и включите выключатель питания. Экран консоли полностью отображается со звуком зуммера и идентифицирует ключ безопасности.
2. Поместите ключ безопасности в его положение на консоли и подключите его к одежде перед грудью. Он войдет в рабочее состояние системы по умолчанию после полного отображения экрана в течение 2 секунд. Беговая дорожка находится в режиме положительного отсчета времени ручной программы P0. Все счетчики очищены, и установленное значение сброшено.
3. Нажмите кнопку PROG для циклического выбора программы P0~P36/ U01~U03/ HRC01~HRC03 и BMI.

3.1 P0 - пользовательская программа. Нажмите кнопку MODE для циклического выбора четырех режимов тренировки. Скорость тренировки и наклон будут установлены пользователем. Значение скорости по умолчанию 1.0 км/ч, значение наклона по умолчанию 0%.

• **Режим тренировки 1 - Нормальный:** Время, расстояние и калории все считаются положительно, функция настройки отключена.

• **Режим тренировки 2 - Обратный отсчет времени:** Окно времени мигает в состоянии настройки. Нажмите кнопку +/- на поручне для изменения установленного значения. Диапазон настройки времени 5~99 мин, значение по умолчанию 30 мин.

• **Режим тренировки 3 - Обратный отсчет калорий:** Окно калорий мигает в состоянии настройки. Нажмите кнопку +/- для изменения установленного значения. Диапазон настройки калорий 20~9990 кал, значение по умолчанию 50 кал.

• **Режим тренировки 4 - Обратный отсчет расстояния:** Окно расстояния мигает в состоянии настройки. Нажмите кнопку +/- для изменения установленного значения. Диапазон настройки расстояния 1.0~99.0 км, значение по умолчанию 1.0 км.

3.2 P1~P36 - системная программа настройки, доступная только для тренировки в режиме обратного отсчета времени. Окно времени мигает в состоянии настройки. Нажмите кнопку +/- для изменения установленного значения. Диапазон настройки времени 5-99 мин, значение по умолчанию 30 мин.

4. После настройки режима тренировки нажмите кнопку START, экран отобразит обратный отсчет времени с 3с в сопровождении 3 звуков зуммера. Когда обратный отсчет дойдет до 1, беговая дорожка запустится плавно и медленно ускорится до отображаемой скорости. А затем работает с постоянной скоростью плавно.

4.1 В рабочем состоянии нажмите кнопку СКОРОСТЬ +/- для регулировки скорости бега.

4.2 В P1~P36 скорость и наклон каждой программы будут разделены на 10 сегментов. Время каждого сегмента делится поровну в установленное время. Отрегулированная скорость или наклон эффективны только в текущем сегменте. За 3 секунды до преобразования между сегментами звучат 3

звука зуммера. Двигатель остановится автоматически в сопровождении длинного сигнала тревоги после того, как программа проработает все 10 сегментов.

4.3 Когда двигатель находится в рабочем состоянии, нажмите кнопку START снова, двигатель будет переключаться между состояниями паузы и работы. Перезапуск из состояния паузы, записанные данные о беге и прогресс остаются неизменными.

5. Когда двигатель находится в рабочем состоянии, нажмите кнопку STOP, двигатель будет медленно замедляться до плавной остановки, и все настройки вернуться в состояние по умолчанию.
6. В рабочем состоянии нажмите кнопку НАКЛОН для регулировки уровня наклона.
7. В любом состоянии двигатель остановится экстренно, когда ключ безопасности снят, и окно времени отображает "E-07" со звуком зуммера.
8. Система электронного управления находится под постоянным контролем безопасности. Работая беговая дорожка остановится в чрезвычайной ситуации при обнаружении аномалии. Экран отобразит аномальную информацию в сопровождении сигнала тревоги.
9. Нажмите клавишу "STOP" для очистки сообщения об ошибке, когда окно дисплея показывает любой код ошибки.
10. **Метод тестирования жира в теле:** Нажмите клавишу P для выбора программы BMI, нажмите клавишу MODE для выбора номера проекта и нажмите кнопку +/- для установки параметров.

10.1 F1 (пол): пол; Диапазон параметров: 1~2. 1 означает мужской, 2 означает женский. Значение по умолчанию: 1.

10.2 F2 (Возраст): возраст; Диапазон значений: от 1 до 99 лет. Значение по умолчанию: 25 лет.

10.3 F3 (Рост): указывает рост. Диапазон параметров: 100-220 см. По умолчанию: 170 см.

10.4 F4 (Вес): указывает массу тела; диапазон значений: 20-150 кг. Значение по умолчанию 70 кг.

10.5 F5 (BMI): указывает завершение настройки параметров и вход в состояние тестирования жира в теле. Пожалуйста, держите обе руки на датчике пульса на левой и правой рукоятках и подождите 4 секунды, окно дисплея отобразит процент жира в теле (BMI) тестируемого человека. По азиатским стандартам жир в теле менее 18 считается худощавым, между 18 и 24 - идеальным весом, между 25 и 28 - избыточным весом, и более 29 - ожирением. По умолчанию: 24 (эти данные только для целей упражнений).

Функция ERP

Система запускается в режиме ERP по умолчанию, когда монитор находится в режиме ожидания без каких-либо операций более 20 минут, монитор перейдет в спящий режим для экономии энергопотребления (только определяет, работает ли двигатель). Снятие или установка ключа безопасности может разбудить систему.

Программа HRC (опционально)

HRC по умолчанию имеет три группы. Ограниченная скорость HRC1 составляет 9 км/ч. Ограниченная скорость HRC2 составляет 11 км/ч. Ограниченная скорость HRC3 составляет 13 км/ч.

1. **Метод настройки/последовательность/диапазон параметров HRC.** Нажмите клавишу программы для отображения HRC. Переход к следующей настройке нажатием клавиши режима для подтверждения. Нажмите клавишу скорости для регулировки и завершения настройки последних параметров, затем можно начать.

А) Диапазон настройки возраста: 15~80 лет, по умолчанию 25 лет. В) THR по умолчанию (целевая частота пульса): $(220 - \text{возраст}) \times 0.6$ С) THR можно изменить. Диапазон изменения: 80~180 D) Настройка времени. По умолчанию 30 минут. Диапазон изменения: 5~99 минут

2. Связь изменения скорости.

А) Частота изменения. HRC определяет частоту пульса каждые 30 секунд (частота пульса отображается на экране все время)

В) Скорость увеличивается на 2 км/ч, когда пульс пользователя на 30 ударов/мин ниже целевого пульса.

С) Скорость увеличивается на 1 км/ч, когда пульс пользователя на 6~29 ударов/мин ниже целевого пульса.

Д) Скорость уменьшается на 2 км/ч, когда пульс пользователя на 30 ударов/мин выше целевого пульса.

Е) Скорость уменьшается на 1 км/ч, когда пульс пользователя на 0~5 ударов/мин выше целевого пульса.

Г) Скорость остается такой же, когда пульс пользователя на 0~5 ударов/мин ниже или выше целевого пульса.

3. В следующих ситуациях скорость беговой дорожки замедлится до минимальной в течение 20 секунд и остановится после работы на минимальной скорости в течение 15 секунд со звуком тревоги каждую секунду.

А) Каждые 30 секунд для определения пульса, когда два последовательных пульса не могут быть обнаружены. В) 1 км/ч (0.6 mph), пульс приводит к замедлению. С) Когда пульс превышает 220 - установленный возраст.

- Замедление не должно быть ниже 1 км/ч (0.6 mph), когда скорость выше 1 км/ч (0.6 mph).
Например: Беговая дорожка с минимальной скоростью 1 км/ч (0.6 mph), когда она работает на 1.6 км/ч (1.0 mph) и замедлится до 1 км/ч (0.6 mph), когда пульс вызывает замедление на 1.0 (2.0) км/ч.
- Наклон не контролируется пульсом, а вручную. Беговая дорожка не контролируется пульсом в течение 1 минуты перед началом бега и начинает работать согласно встроенной формуле только после 1 минуты бега.

ФУНКЦИЯ BLUETOOTH (опционально)

KINOMAP

Зарегистрируйтесь и войдите в приложение Kinomap, нажмите на страницы управления фитнес-оборудованием, нажмите "+" в правом верхнем углу для добавления нового фитнес-оборудования. Выберите My Treadmill, затем выберите бренд "AnyRun". Нажмите на беговую дорожку AnyRun на странице My Treadmill, затем выберите SW-7210EB-XXXX из фитнес-оборудования и нажмите.



Zwift

Загрузите, зарегистрируйтесь и войдите в приложение Zwift, войдите на страницу настроек:

На странице PAIRED DEVICES нажмите RUN для беговой дорожки; Затем нажмите POWER SOURCE, и появится всплывающее меню, выберите код Bluetooth, который такой же, как код, помеченный на консоли оборудования, затем выберите ОК для сопряжения.

ПРИМЕЧАНИЕ: Zwift запоминает устройства, использованные в предыдущем сеансе, и может попытаться подключиться к этим устройствам, если они присутствуют и доступны. Если вы видите подключенные устройства, которые не хотите использовать, вы можете просто отменить их выбор и выбрать устройство, которое хотите подключить.



Подключение к музыке Bluetooth

Включите Bluetooth вашего телефона. Если это первый раз подключения к музыке Bluetooth, найдите устройство Bluetooth с именем Run Music в других устройствах и подключитесь.

ТАБЛИЦА СКОРОСТИ/НАКЛОНА АВТОМАТИЧЕСКИХ ПРОГРАММ P1-P36 (метрическая система):

PROG \ SEG		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	SPEED	1.0	3.0	5.0	5.0	5.0	7.0	7.0	5.0	3.0	2.0
	INCLINE	2	2	8	6	6	4	4	6	2	2
P2	SPEED	2.0	3.0	5.0	8.0	5.0	5.0	6.0	8.0	4.0	3.0
	INCLINE	3	3	2	2	8	8	4	4	4	4
P3	SPEED	2.0	3.0	7.0	8.0	5.0	5.0	5.0	8.0	4.0	3.0
	INCLINE	1	2	5	7	7	4	4	6	2	2
P4	SPEED	2.0	2.0	5.0	8.0	8.0	8.0	8.0	5.0	3.0	2.0
	INCLINE	3	3	9	9	9	9	9	6	2	2
P5	SPEED	3.0	4.0	8.0	9.0	10.0	10.0	10.0	7.0	4.0	3.0
	INCLINE	2	2	8	6	6	6	6	6	1	1
P6	SPEED	3.0	4.0	6.0	7.0	7.0	7.0	9.0	10.0	5.0	3.0
	INCLINE	1	8	8	7	7	7	7	5	3	1
P7	SPEED	3.0	4.0	4.0	10.0	4.0	9.0	4.0	11.0	3.0	2.0
	INCLINE	1	1	6	6	6	8	8	10	6	2
P8	SPEED	3.0	5.0	7.0	9.0	3.0	5.0	7.0	5.0	11.0	5.0
	INCLINE	3	3	3	7	7	3	3	3	5	5
P9	SPEED	3.0	7.0	10.0	4.0	7.0	11.0	5.0	4.0	12.0	6.0
	INCLINE	3	6	7	3	8	8	3	8	4	4
P10	SPEED	3.0	5.0	9.0	10.0	6.0	6.0	9.0	6.0	11.0	3.0
	INCLINE	2	7	5	5	8	8	8	8	4	4
P11	SPEED	4.0	5.0	11.0	9.0	6.0	8.0	9.0	11.0	6.0	5.0
	INCLINE	1	6	3	3	7	7	4	4	6	6
P12	SPEED	4.0	6.0	10.0	10.0	10.0	7.0	7.0	10.0	6.0	5.0
	INCLINE	3	8	9	5	5	8	8	4	4	4
P13	SPEED	2.0	4.0	6.0	6.0	6.0	8.0	8.0	6.0	4.0	3.0
	INCLINE	3	3	9	7	7	5	5	7	3	3
P14	SPEED	3.0	4.0	6.0	9.0	6.0	6.0	7.0	9.0	5.0	4.0
	INCLINE	4	4	3	3	9	9	5	5	5	5
P15	SPEED	3.0	4.0	8.0	9.0	6.0	6.0	6.0	9.0	5.0	4.0
	INCLINE	2	3	6	8	8	5	5	7	3	3
P16	SPEED	3.0	3.0	6.0	9.0	9.0	9.0	9.0	6.0	4.0	3.0
	INCLINE	4	4	10	10	10	10	10	7	3	3
P17	SPEED	4.0	5.0	9.0	10.0	11.0	11.0	11.0	8.0	5.0	4.0
	INCLINE	3	3	9	7	7	7	7	7	2	2
P18	SPEED	4.0	5.0	7.0	8.0	8.0	8.0	10.0	11.0	6.0	4.0
	INCLINE	2	9	9	8	8	8	8	6	4	2
P19	SPEED	4.0	5.0	5.0	11.0	5.0	10.0	5.0	12.0	4.0	3.0

	INCLINE	2.0	2	7	7	7	9	9	11	7	3
P20	SPEED	4.0	6.0	8.0	10.0	4.0	6.0	8.0	6.0	12.0	6.0
	INCLINE	4	4	4	8	8	4	4	4	6	6
P21	SPEED	4.0	8.0	11.0	5.0	8.0	12.0	6.0	5.0	12.0	7.0
	INCLINE	4	7	8	4	9	9	4	9	5	5
P22	SPEED	4.0	6.0	10.0	11.0	7.0	7.0	10.0	7.0	12.0	4.0
	INCLINE	3	8	6	6	9	9	9	9	5	5
P23	SPEED	5.0	6.0	12.0	10.0	7.0	9.0	10.0	12.0	7.0	6.0
	INCLINE	2	7	4	4	8	8	5	5	7	7
P24	SPEED	5.0	7.0	11.0	11.0	11.0	8.0	8.0	11.0	7.0	6.0
	INCLINE	4	9	10	6	6	9	9	5	5	5
P25	SPEED	3.0	5.0	7.0	7.0	7.0	9.0	9.0	7.0	5.0	4.0
	INCLINE	4	4	10	8	8	6	6	8	4	4
P26	SPEED	4.0	5.0	7.0	10.0	7.0	7.0	8.0	10.0	6.0	5.0
	INCLINE	5	5	4	4	10	10	6	6	6	6
P27	SPEED	4.0	5.0	9.0	10.0	7.0	7.0	7.0	10.0	6.0	5.0
	INCLINE	3	4	7	9	9	6	6	8	4	4
P28	SPEED	4.0	4.0	7.0	10.0	10.0	10.0	10.0	7.0	5.0	4.0
	INCLINE	5	5	10	10	10	10	10	8	4	4
P29	SPEED	5.0	6.0	10.0	11.0	12.0	12.0	12.0	9.0	6.0	5.0
	INCLINE	4	4	10	8	8	8	8	8	3	3
P30	SPEED	5.0	6.0	8.0	9.0	9.0	9.0	11.0	12.0	7.0	5.0
	INCLINE	3	10	10	9	9	9	9	7	5	3
P31	SPEED	5.0	6.0	6.0	12.0	6.0	11.0	6.0	12.0	5.0	4.0
	INCLINE	3	3	8	8	8	10	10	10	8	4
P32	SPEED	5.0	7.0	9.0	11.0	5.0	7.0	9.0	7.0	12.0	7.0
	INCLINE	5	5	5	9	9	5	5	5	7	7
P33	SPEED	5.0	9.0	12.0	6.0	9.0	12.0	7.0	6.0	12.0	8.0
	INCLINE	5	8	9	5	10	10	5	10	6	6
P34	SPEED	5.0	7.0	11.0	12.0	8.0	8.0	11.0	8.0	12.0	5.0
	INCLINE	4	9	7	7	10	10	10	10	6	6
P35	SPEED	6.0	7.0	12.0	11.0	8.0	10.0	11.0	12.0	8.0	7.0
	INCLINE	3	8	5	5	9	9	6	6	8	8
P36	SPEED	6.0	8.0	12.0	12.0	12.0	9.0	9.0	12.0	8.0	7.0
	INCLINE	5	10	10	7	7	10	10	6	6	6

ОБЩИЕ НЕИСПРАВНОСТИ ЭЛЕКТРОННОЙ СИСТЕМЫ И МЕТОДЫ УСТРАНЕНИЯ:

Проблема	Причина	Обслуживание
Система не работает	А. Не подключена или не включена	Подключите питание или поверните выключатель питания в положение "ВКЛ"
	В. Ключ безопасности не на месте	Поставьте ключ безопасности в правильное положение
	С. Нет питания контроллера или монитора	Замените контроллер или монитор
	Д. Плохое соединение кабеля	Проверьте системные входные и выходные кабельные клеммы и коммуникационные кабели внутри стойки
Внезапная остановка в нормальном состоянии	А. Ключ безопасности снят	Замените ключ безопасности
	В. Системная аномалия	Обратитесь в послепродажное обслуживание
Отказ кнопки	Кнопка недействительна	1. Замените клавиатуру и кабель клавиатуры; 2. Замените плату РСВ; 3. Замените консоль
Е-01	А. Неисправная линия связи	Переподключите коммуникационный кабель и проверьте хорошее подключение клемм или замените коммуникационный кабель
	В. Неисправная консоль	Замените консоль
	С. Неисправный контроллер	Замените контроллер
Е-02	А. Неисправный кабель двигателя и двигатель	Замените двигатель
	В. Неисправность между кабелем двигателя и контроллером или неисправный контроллер	Проверьте и хорошо подключите кабели или замените контроллер
Е-03	А. Датчик скорости установлен неправильно	Проверьте и переподключите
	В. Неисправный датчик скорости	Замените датчик скорости
	С. Грязный датчик скорости или плохой контакт	Проверьте и переподключите/очистите пыль, смазку на датчике скорости
	Д. Неисправный контроллер	Замените контроллер
Е-05	А. Контроллер поврежден	Замените контроллер
	В. Поврежденный двигатель	Замените двигатель
	С. Механическая неисправность	Проверьте, высохло ли силиконовое масло на обратной стороне бегового полотна или заблокированы ли ролики
Е-07	Консоль не обнаруживает сигнал замка безопасности	1. Проверьте, находится ли ключ безопасности в правильном положении; 2. Переустановите гнездо ключа безопасности; 3. Замените консоль

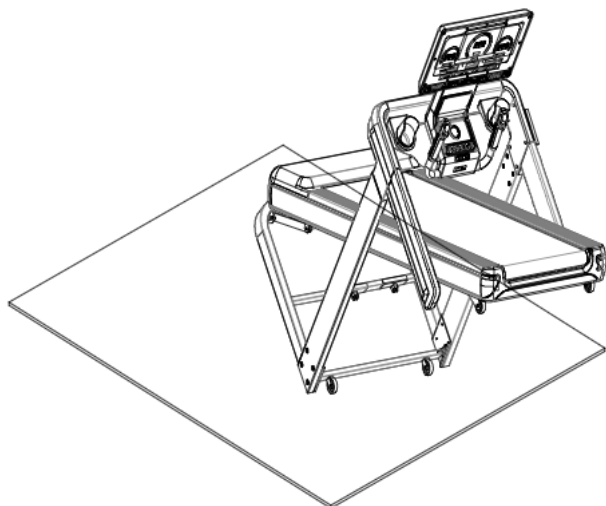
Нет отображения пульса	А. Кабели датчика пульса рукоятки не вставлены правильно или неисправны	Проверьте и подключите или замените кабели датчика пульса рукоятки
	В. Кабели консоли неисправны	Замените консоль
Консоль показывает неполные или отсутствующие штрихи	А. LED цифровая трубка неисправна	Замените плату РСВ или монитор
	В. Системная ошибка	Замените монитор
Отказ наклона	А. Неисправный двигатель наклона	Замените двигатель наклона
	В. Неисправный контроллер	Замените контроллер
	С. Сигнал контроллера аномальный	Нажмите клавишу калибровки на контроллере для калибровки значения наклона

ПЕРЕМЕЩЕНИЕ БЕГОВОЙ ДОРОЖКИ

Убедитесь во всех следующих пунктах при перемещении беговой дорожки:

1. Восстановите наклон в плоское (0) положение.
2. Отключите от источника питания.
3. Снимите шнур питания с вилки питания.

После поднятия беговой дорожки, взявшись за концы обеих поручней и выпрямившись, пользователь может медленно перемещать беговую дорожку вперед или назад в нужное место и осторожно опустить беговую дорожку.

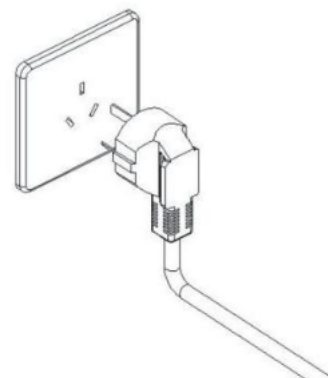


Руководство по заземлению

Этот продукт должен быть заземлен. Если беговая дорожка выходит из строя или повреждена, заземляющий провод образует цепь с наименьшим сопротивлением, и ток направляется под землю, снижая риск поражения электрическим током. Этот продукт поставляется с кабелем, который имеет проводник и заземляющую вилку для заземления устройства. Эта вилка должна быть подключена к розетке, которая соответствует требованиям установки и заземления местных стандартов и правил.

Опасность! Это может вызвать риск поражения электрическим током при неправильном подключении заземляющего проводника оборудования. Обратитесь к квалифицированному электрику или ремонтнику, если вы не знаете, правильно ли заземлено оборудование. Не изменяйте вилку, поставляемую с этим продуктом. Позвольте квалифицированному электрику установить подходящую розетку, если вилка не подходит к розетке.

Этот продукт работает от сети 220-240 вольт и оснащен заземленной розеткой, как показано на следующей иллюстрации.



КАК ИСПОЛЬЗОВАТЬ БЕГОВУЮ ДОРОЖКУ

1. Разверните беговую дорожку в самое низкое положение после включения питания и проверьте, нормально ли она работает.
2. Прикрепите ключ безопасности к передней части рубашки пользователя.
3. Проверьте устойчивость и функцию беговой дорожки перед тренировкой. Строго запрещается запускать беговую дорожку, стоя на беговом полотне. Встаньте на боковые направляющие и держитесь за поручень перед запуском беговой дорожки. Пока беговая дорожка не будет работать нормально после запуска, пользователь может начать бег.

Держите поручень одной рукой и нажмите кнопку START другой рукой для запуска беговой дорожки. Беговая дорожка запускается через 5 секунд и работает со скоростью 1.0 км/ч. Нажмите клавишу "+" скорости, двигатель ускорится до 2.5 ~ 3.5 км/ч, что является наиболее подходящей скоростью бега.

Скорость бега пользователя вскоре станет такой же, как у бегового полотна после наступления на него, взявшись за поручни обеими руками.

4. Через несколько минут вы можете увеличить скорость бега, требование к темпу роста - держаться за поручни руками, нажать клавишу "скорость" - "-" для медленного бега.
5. Нажмите быстрые клавиши скорости во время бега, чтобы войти в нужную скорость бега.
6. Нажмите клавишу STOP для остановки двигателя в любое время во время бега.
7. **Тест пульса:** Включите выключатель беговой дорожки, значение пульса будет показано в окне дисплея после того, как пользователь схватится за металлические датчики HRC на несколько секунд. (Примечание: Значение только для справки по упражнениям, но не для медицинских данных.)

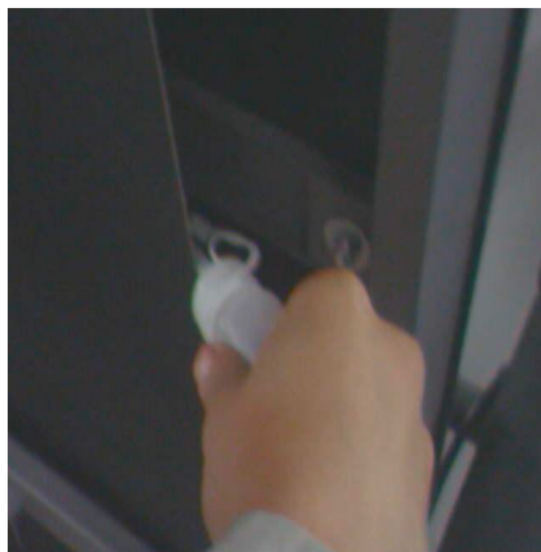
ОБСЛУЖИВАНИЕ БЕГОВОЙ ДОРОЖКИ

1. Смазка

После использования бегового полотна в течение определенного периода времени его необходимо смазать настроенным метилсиликоновым маслом. Рекомендации:

- **Время использования менее 3 часов каждую неделю** - смазка раз в 5 месяцев
- **Время использования равно 4-7 часов каждую неделю** - смазка раз в 2 месяца
- **Время использования более 7 часов каждую неделю** - смазка раз в месяц

Не допускайте чрезмерной смазки. Примечание: важным фактором увеличения срока службы беговой дорожки является правильная смазка.



2. Способ проверки, нужна ли смазка беговому полотну

Поднимите мягкую сторону беговой дорожки и пощупайте центральную заднюю часть полотна, насколько это возможно. Если обнаружены следы силиконового спрея, смазка не нужна. Если поверхность сухая, полотно нуждается в смазке.

Применение смазки на полотне: (как показано)

- Остановите беговое полотно и сложите беговую дорожку. Поднимите полотно задней основной рамы так, чтобы масло могло достичь среднего положения.
- Распылите силиконовое масло на внутреннюю сторону бегового полотна и нанесите силиконовое масло на обе стороны бегового полотна.
- Запустите беговую дорожку со скоростью 1 км/ч для равномерного нанесения силикона. И слегка наступите на беговое полотно слева направо.
- Подождите несколько минут, чтобы силиконовый спрей распределился, прежде чем запускать машину.

3. Регулировка полотна

Все беговые полотна правильно установлены на заводе и после сборки. Однако провисание может произойти после периода использования. Например: пауза и проскальзывание могут произойти во время бега. Когда происходит это явление, отрегулируйте беговое полотно и затяните болт на полоборота слева и справа. Если беговое полотно ослаблено, беговое полотно и ролик будут поочередно проскальзывать. Но слишком туго тоже не хорошо, что легко увеличивает нагрузку двигателя и повреждает двигатель, беговое полотно и ролик и т.д.

4. Регулировка отклонения полотна:

Все беговые полотна правильно установлены на заводе и после сборки. Но через период полотно может отклоняться. Причины могут быть перечислены следующим образом:

- ① Беговая дорожка неустойчива.
- ② Ноги не были в центре бегового полотна во время бега.
- ③ Ноги оказывают неравномерную силу.

Если отклонение вызвано вручную, работа без нагрузки в течение нескольких минут может вернуться к норме.



КЛЮЧЕВЫЕ МОМЕНТЫ:

- Clockwise означает затягивание.
- Anti-clockwise означает ослабление.
- Беговое полотно будет сдвигаться в сторону ослабления.

① Если беговое полотно сдвигается влево, это означает, что левая сторона слишком ослаблена. Отрегулируйте левый болт по часовой стрелке, чтобы сделать левую сторону туже. Или отрегулируйте правый винт против часовой стрелки, чтобы сделать правую сторону слабее.

② Если беговое полотно сдвигается вправо, это означает, что правая сторона слишком ослаблена. Отрегулируйте правый болт по часовой стрелке, чтобы сделать правую сторону туже. Или отрегулируйте левый винт против часовой стрелки, чтобы сделать левую сторону слабее.

Внимание:

- Вам нужно запустить беговую дорожку (позволить полотну работать) на низкой скорости, прежде чем регулировать беговое полотно.
- При регулировке болта не поворачивайте его слишком сильно.
- После каждой регулировки вам нужно наблюдать за изменениями в беговом полотне.

Отклонение бегового полотна не покрывается гарантией и в основном обслуживается пользователями согласно инструкциям. Отклонение бега может серьезно повредить беговое полотно. Оно должно быть обнаружено и исправлено вовремя.

ОЧИСТКА

Регулярная очистка бегового полотна обеспечивает долгий срок службы продукта.

Предупреждение: Беговая дорожка должна быть выключена для предотвращения поражения электрическим током. Шнур питания должен быть отсоединен от розетки перед началом очистки или обслуживания.

- **После тренировки:** Протрите консоль и другие поверхности чистой мягкой и влажной тканью для удаления остатков пота.

Осторожно: Не используйте абразивы или растворители. Чтобы избежать повреждения компьютера, держите любые жидкости подальше. Не подвергайте компьютер прямому солнечному свету.

- **Еженедельно:** Для облегчения очистки рекомендуется использовать коврик для беговой дорожки. Обувь может оставлять грязь на беговом полотне, которая может упасть под беговую дорожку. Очищайте коврик под беговой дорожкой раз в неделю.

Хранение: Храните беговую дорожку в чистой и сухой среде. Убедитесь, что главный выключатель питания выключен и отключен от электрической розетки.