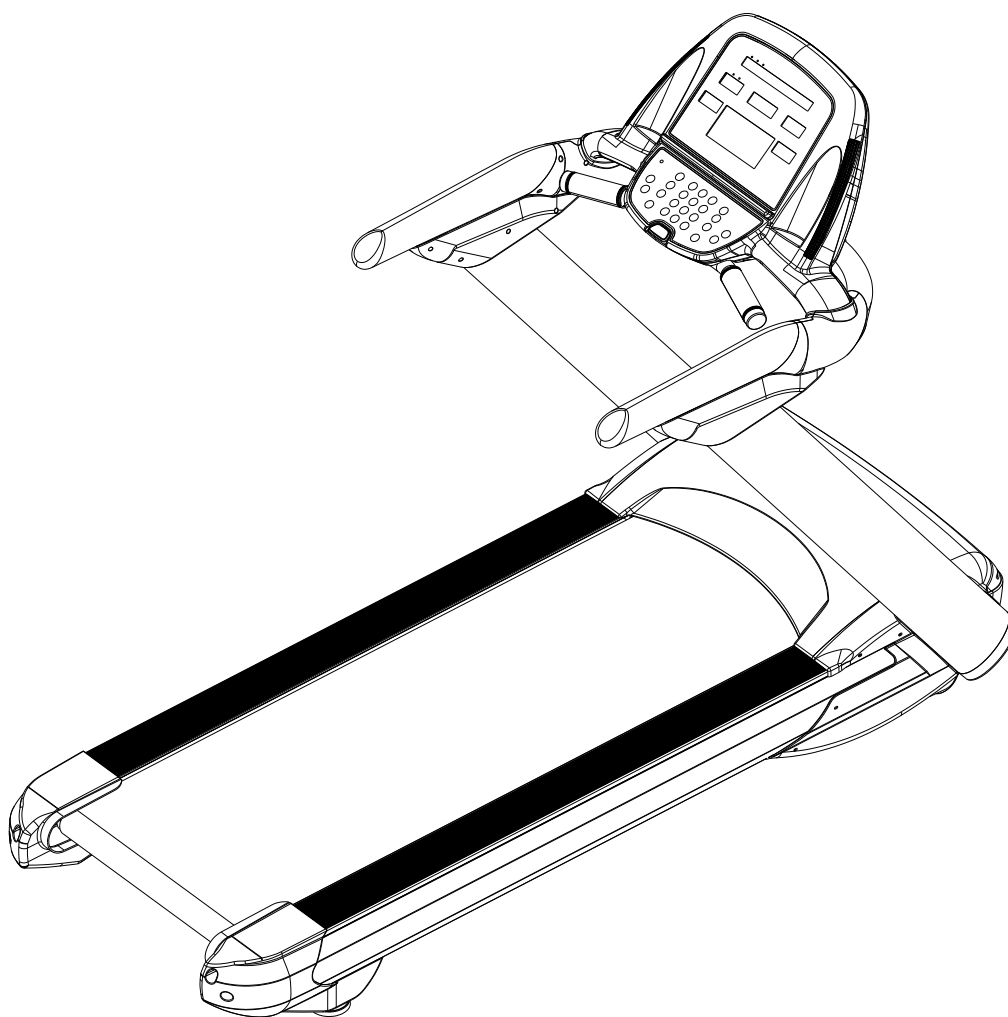


**РУКОВОДСТВО ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ**

# **Беговая дорожка SHUA BC-T5517S**

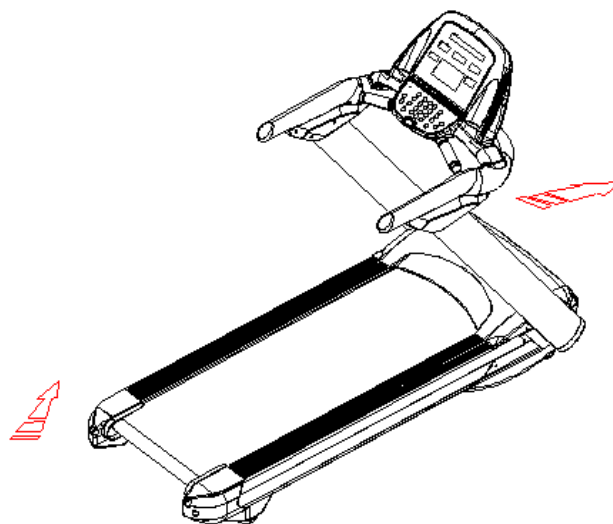


**ВНИМАНИЕ!**

**ПОЖАЛУЙСТА, ПРОЧТИТЕ ДАННОЕ РУКОВОДСТВО ПЕРЕД НАЧАЛОМ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ**

## ПЕРЕМЕЩЕНИЕ ТРЕНАЖЁРА

- Прежде чем перемещать дорожку, убедитесь, что беговое полотно полностью остановлено.
- Подойдите к заднему краю дорожки. Поднимите дорожку в направлении, указанном на схеме.
- Переместите дорожку, толкая её в нужном вам направлении. Аккуратно опустите тренажёр.



**ВНИМАНИЕ!** Прежде чем перемещать тренажёр, убедитесь, что он отключен от розетки. В противном случае можно нанести повреждения розетке или вилке.

## ТЕХНИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ

Габариты (мм)	1960*825*1386	Мощность	AC 220□240В
Размер в сложенном состоянии (мм)	Не складывается	Номинальная мощность	1850В
Рабочая поверхность бегового полотна (мм)	520*1450	Напряжение	≤6.4А
Масса нетто	121 кг	Диапазон скоростей	1.5-18 км/ч
Общая масса	146 кг	Рекомендуемая температура помещения	0—40°C
Наклон	0~15%	Класс	SB
Допустимый вес пользователя	≤145 кг		
Значения дисплея	Speed (скорость) incline (наклон) time (время) distance (расстояние) calorie (калории) heart rate (пульс)		
Механизмы безопасности	А. Ключ безопасности консоли В. Системы защиты от перегрузок по току и по напряжению. С. Система защиты от перегрузок на внутренней панели управления		

**Производитель оставляет за собой право вносить изменения в дизайн и/или технические характеристики тренажёра без предварительного предупреждения потребителя.**

## Описание тренажёра

- Высококачественная, плотная, устойчивая к трению дека.
- Антистатическое, противоскользящее, износостойкое беговое полотно.
- Транспортные ролики на задней и на передней части тренажёра t3.0\* Φ 60.
- Система амортизации.
- Двигатель переменного тока номинальной мощности 1850В.
- Пять окон консоли. Окно значения «Cool Down», шесть профессиональных программ, три пользовательских программы.
- Дисплей консоли, отображающий значения скорости (1.5 – 18 км/ч), наклона (0-15%), время, расстояние, калории, сердечный ритм.

- Рама и поручни в двух возможных дизайнах: золотистый или белый.
- Системы защиты на случай падения или повышения напряжения, а также в случае перегрузок по току.
- Не расставляйте со своим гаджетом во время тренировки и совместите полезное с приятным! Конструкция тренажёра позволяет держать электронные устройства в зоне видимости.
- Панель управления оснащена цифровой клавиатурой с кнопками выбора уровня скорости и наклона.
- Дорожка оснащена приборами считывания пульса.
- Функция регулирования наклона вперёд.

### **Меры безопасности**

- Спасибо, что выбрали нас! Пожалуйста, внимательно ознакомьтесь со следующими правилами безопасного использования, прежде, чем собирать тренажёр и приступать к тренировкам. Безопасность и эффективность данного тренажёра гарантирована только в случае правильной сборки, использования и технического обслуживания. Пожалуйста, проинформируйте всех пользователей о правилах безопасного использования тренажёра. Сохраните данное руководство, чтобы обращаться к нему в случае необходимости.
- Включать тренажёр можно только после того, как вы убедитесь, что тренажёр собран правильно, согласно инструкциям по сборке. Пожалуйста, убедитесь, что тренажёр расположен таким образом, что не загорает розетку, в которую включен.
- Чтобы избежать поражения электрическим током убедитесь, что используете для включения заземлённую розетку. Неправильно заземлённая розетка может спровоцировать нестабильную работу программы и даже вызвать серьёзные повреждения компьютера. Для включения тренажёра в сеть, используйте только оригинальный шнур и вилку. В случае их повреждения, свяжитесь с поставщиком.
- Во избежание замыкания, пожалуйста, не используйте двойные розетки и не подключайте никакие другие приборы к той же цепи. Это может также привести к нестабильной работе тренажёра или повредить оба прибора.
- Пожалуйста, не используйте беговую дорожку вне помещения. Тренажёр должен находиться в чистом и сухом помещении. Не устанавливайте дорожку на ковре или на любом виде покрытия, который мог бы препятствовать свободному движению воздуха под тренажёром. Используйте тренажёр только по его прямому назначению, использование тренажёра в иных целях запрещено. Тренажёр предусмотрен для аэробных кардио упражнений, для улучшения функций работы сердца и лёгких, для тренировки мышц.
- Тренируйтесь в подходящей одежде. Чтобы избежать травм, не рекомендуется заниматься в слишком длинной или просторной одежде. Лучше всего для тренировок подойдут кроссовки или другая спортивная обувь.
- Пожалуйста, не снимайте защитные покрытия с тренажёра без особой необходимости. Делать это следует только проводя обслуживание беговой дорожки. Прежде, чем снимать защитные покрытия убедитесь, что тренажёр отключен от розетки.
- Во избежание несчастных случаев, не допускайте детей к тренажёру во время тренировки.
- Если дети используют тренажёр, они должны находиться под присмотром взрослых.
- Если вы используете беговую дорожку в первый раз, рекомендуется держаться обеими руками за поручни до тех пор, пока не приспособитесь к скорости дорожки.
- Пожалуйста, прикрепите ключ безопасности к своей одежде во избежание несчастных случаев во время тренировки.
- После тренировки выключите тренажёр и отключите его от питания.
- Не прикасайтесь к движущимся частям тренажёра во время тренировки.
- Система считывания пульса может показывать результат с погрешностью. Показания пульса во время тренировки не могут быть использовано в медицинских целях.
- В случае непредвиденных опасных ситуаций во время тренировки, спрыгните с тренажёра на пол или на боковую панель, держась руками за поручни.
- Дорожка должна быть установлена таким образом, чтобы вокруг неё было свободное пространство площадью 1 м/2м.
- Запрещено вносить изменения в дизайн или функции тренажёра.

## Руководство для пользователей

**Пожалуйста, внимательно ознакомьтесь с нижеследующей информацией прежде чем начать тренировки.**

Настоятельно рекомендуем вам проконсультироваться с врачом, прежде чем приступать к тренировкам. Составьте программу тренировок, соответствующую вашему состоянию здоровья.

Прежде чем начинать тренировки, ознакомьтесь с панелью управления - START, STOP, настройки скорости и т.д. Встаньте на боковые панели, находящиеся по обе стороны от бегового полотна, настройте дорожку на скорость 1.60 – 3.20 км/ч. Держась обеими руками за поручни, переходите на беговое полотно. После того, как вы привыкли к темпу, можно медленно увеличить скорость до 3-5 км/ч. Продолжайте в таком темпе около 10 мин, затем медленно остановите тренажёр. Если это ваш первый опыт использования беговой дорожки, не устанавливайте высокую скорость, чтобы избежать падения.

### Система тренировок.

После прохождения одного километра в ровном темпе, программа отметит время тренировки. В среднем прохождение 1 км занимает 15-25 мин. При скорости 4.8 км/ч, прохождение 1 км занимает около 20 мин. По достижении этой цели, можете постепенно увеличивать скорость. При таком раскладе, для качественной тренировки хватает 30 мин. Дайте мышцам восстановиться, прежде чем приступать к следующей тренировке.

### Как часто тренироваться?

Оптимальная частота тренировок - от трёх до пяти раз в неделю, 15-60 мин за одну тренировку. Составьте программу в соответствии с вашим состоянием здоровья. Видя результаты занятий, увеличивайте нагрузку, добавляя скорость и время тренировки.

### Интенсивность тренировок.

Короткая, интенсивная тренировка – отличный вариант для занятых людей. Такая тренировка занимает 15-20 мин. В течение первых пяти минут разогнитесь на скорости 4-4.8 км/ч, затем добавляйте скорость по 0.3 км/ч каждые две минуты.

### Что надеть?

Рекомендуем заниматься в кроссовках или в другой спортивной обуви. Тренировки в подходящей обуви как обезопасят ваши суставы от излишней нагрузки, так и продлят срок службы бегового полотна и деки. Занимайтесь в удобной, подходящей одежде, например, в хлопчатобумажном спортивном костюме.

### Растяжка мышц.

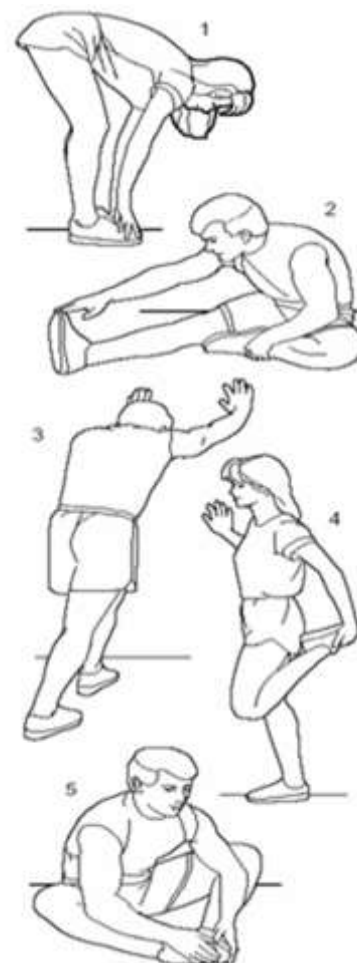
Независимо от того, на какой скорости вы тренируетесь, простые упражнения на растяжку мышц увеличат эффективность тренировок. Итак, начните тренировку с 5-10 минут разминки – лёгкий бег или шаг на дорожке. После чего, выполните описанные ниже упражнения на растяжку, по 5 раз каждое. Рекомендуется повторить и после тренировки.

### Наклоны вперёд.

Слегка согнув колени, медленно наклоняйтесь вперёд. Расслабьте спину и плечи, тянитесь руками к носкам. Задержитесь в этой позе на 10-15 сек, затем повторите. Смотрите рис. 1.

### Растяжка подколенных сухожилий.

Сидя на полу, согните одну ногу, как показано на рисунке 2, другую вытяните перед собой. Старайтесь держать согнутую ногу как можно ближе к внутреннему бедру выпрямленной.



### Растяжка голеностопа.

Упритесь вытянутыми руками в стену, стопы поставьте одну впереди другой. Медленно сгибая ногу, стоящую впереди, наклоняйтесь к стене, задержитесь в этой позе на 10-15 сек, расслабьтесь. Следите, чтобы нога, стоящая позади, оставалась прямой, как на рис. 3. Повторите по 3-5 раз для каждой ноги.

### Растяжка четырёхглавой мышцы.

Упритесь в стену левой рукой для баланса, правой рукой снизу захватите лодыжку правой ноги, медленно потяните по направлению к ягодице, почувствуйте растяжение передней бедренной мышцы. Задержитесь в этой позе на 10-15 сек, затем расслабьтесь. Повторите по 3-5 раз на каждую ногу. Смотрите рис. 4.

### Поза бабочки.

Сядьте на пол, колени в стороны, ступни напротив друг друга. Возьмитесь руками за ступни и плавно тяните на себя. Задержитесь на 10-15 сек, расслабьтесь, повторите 3-5 раз. Смотрите рис. 5.

## Работа тренажёра

### Окна Дисплея:

Главное окно: Calorie/Pulse, (Калории/Пульс), Time (Время), Distance (Расстояние), Incline (Наклон), Speed (Скорость)

Дополнительное окно: Incline/ Pulse/ Calorie (Наклон, Пульс, Калории), Distance (Расстояние), Time (Время), Speed (Скорость)



### Кнопки управления:

- 1). START: включить тренажёр на минимальной скорости
- 2). STOP: остановить тренажёр, перевести программу в режим ожидания
- 3). MODE: для настройки TIME (Время), CALORIE (Калории), и DISTANCE (Расстояние). Установите целевые значения, когда тренажёр будет находиться в режиме ожидания. При включении, программа начнёт обратный отсчёт.
- 4). PROGRAM: для выбора программы. Выберете одну из программ P1-P6, когда тренажёр будет находиться в режиме ожидания.
- 5). SPEED +: увеличить скорость
- 6). SPEED -: уменьшить скорость
- 7). INCLINE+: увеличить угол наклона
- 8). INCLINE-: уменьшить угол наклона
- 9). "0,1,2,3,4,5,6,7,8,9, incline, speed": кнопки быстрого доступа, для немедленного изменения значений скорости и наклона.

### Набор других значений методом быстрого доступа.

Допустим, вы хотите ввести значение «12». Для этого: нажмите 1 (дополнительное окно расстояния покажет значение 1.0), затем нажмите 2 (дополнительное окно расстояния покажет значение 1.2), затем нажмите 0 (дополнительное окно расстояния покажет значение 12.0), затем нажмите incline (наклон) или speed (скорость), в зависимости от того, какие параметры вы хотели изменить.

Превышение допустимых значений. Например, вы нажимаете 5. (дополнительное оно расстояния покажет значение 5), затем нажимаете 9, (дополнительное оно расстояния покажет значение 5.9), а затем нажмёте

любое число, " (дополнительное окно расстояния покажет значение 59. «заданное число»). Когда заданное значение превышает допустимое значение наклона или скорости, последние две цифры будут менять значение в пределах заданного диапазона. Если вы не подтвердили свои настройки в режиме быстрого доступа в течение пяти секунд после ввода, настройки будут автоматически сброшены до текущих.

### Начало работы

1. **Нажмите START для запуска тренажёра, когда он находится в режиме ожидания.**
2. **Выбор режима.**

#### Целевой режим по времени.

- Нажмите кнопку "Mode", появится значение TIME. (Значение TIME будет мигать в окне Время). Значение времени по умолчанию – 30 мин. Нажмите кнопку "Speed+/-", чтобы установить необходимое вам целевое значение времени. Диапазон допустимых значений: 5:00 – 99:00мин.
- Одно нажатие соответствует изменению значения в 1 мин.
- Нажмите кнопку START. Дорожка начнёт движение и обратный отсчёт заданного целевого значения. Когда отсчёт закончится, дорожка остановится и автоматически перейдёт в режим ручного управления.

#### Целевой режим по расстоянию.

- Дважды нажмите кнопку "Mode", появится значение DISTANCE. (Значение DISTANCE будет мигать в окне Время). Значение расстояния по умолчанию – 5 км. Нажмите кнопку "Speed+/-", чтобы установить необходимое вам целевое значение расстояния. Диапазон допустимых значений: 0.5 – 99.00 км. Одно нажатие соответствует изменению значения в 0.1 км.
- Нажмите кнопку START. Дорожка начнёт движение и обратный отсчёт заданного целевого значения. Когда отсчёт закончится, дорожка остановится и автоматически перейдёт в режим ручного управления.

#### Целевой режим по сжиганию калорий.

- Три раза нажмите кнопку "Mode", появится значение CALORIE. (Значение CALORIE будет мигать в окне Время). Значение калорий по умолчанию – 10 ккал. Нажмите кнопку Speed+/-, чтобы установить необходимое вам целевое значение калорий. Диапазон допустимых значений: 20 – 990 ккал.
- Одно нажатие соответствует изменению значения в 10ккал.
- Нажмите кнопку START. Дорожка начнёт движение и обратный отсчёт заданного целевого значения. Когда отсчёт закончится, дорожка остановится и автоматически перейдёт в режим ручного управления.

#### Установленные программы P1-P6

Система содержит 6 встроенных программ: P1-P6. Для выбора встроенной программы, нажмите кнопку Program, когда тренажёр находится в режиме ожидания. Окно расстояния на вспомогательном окне покажет значения от "PROGRAM 1" до "PROGRAM 6. (Значения программ появятся и на окне точечной матрицы). Далее, появится возможность выбрать значения Скорости и Наклона. Первый ряд покажет значения скорости, второй – значение наклона. После выбора необходимой программы появится возможность настроить значение времени. На вспомогательном окне времени, будет мигать значение времени по умолчанию. 30:00. Используйте кнопки "Incline+", "Incline-", "speed +", "speed-", чтобы настроить необходимое значение времени. Нажмите START для запуска программы. Встроенные программы поделены на 16 сегментов, один сегмент занимает 1/16 от выбранного времени. Каждый сегмент в программах характеризуется разной скоростью и уровнем наклона. (Смотрите таблицы ниже).

Каждый раз, когда программа переходит в новый сегмент, консоль издаёт характерный звуковой сигнал, а значения нового сегмента отображаются на табло. Когда обратный отсчёт времени подойдёт к концу, программа закончится, консоль издаст длинный звуковой сигнал. После чего тренажёр перейдёт в режим «заминки» - шаг со скоростью вдвое меньше установленной. Этот режим длится 2:30мин, после чего консоль издаст три звуковых сигнала и мотор остановится.

P01	Step	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	Speed	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	4.8	4.8
	Incline	0	2	4	5	5	4	3	1	3	5	5	4	3	2	1	0
P02	Step	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	Speed	6.4	8.8	8.8	6.4	8.8	8.8	6.4	8.8	8.8	6.4	8.8	8.8	6.4	8.8	8.8	6.4
	Incline	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
P03	Step	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	Speed	5	4	6	7	8	9	10	11	12	13	13	12	10	8	7	5
	Incline	0	2	3	4	3	2	1	2	3	2	1	3	4	5	3	2
P04	Step	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	Speed	5	8	10	12	14	14	14	14	14	14	14	10	8	8	7	5
	Incline	4	4	6	6	8	9	8	7	6	5	8	8	6	6	4	4
P05	Step	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	Speed	6.4	6.4	8.0	6.4	6.4	8.0	6.4	6.4	8.0	6.4	6.4	8.0	6.4	6.4	8.0	6.4
	Incline	0	0	5	0	0	5	0	0	5	0	0	5	0	0	5	0
P06	Step	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	Speed	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
	Incline	0	1	1	2	2	3	3	2	2	1	1	2	2	1	1	0

## Пульс

После того, как пользователь взялся за поручни, значение его пульса будет выведено на экран в течение 10 секунд.

## Изменение и калибровка системы измерения уровня наклона

- Для перехода в систему изменения измерения уровня наклона сделайте следующее:
  - Нажмите Enter
  - Выньте ключ безопасности
  - Вставьте ключ безопасности
  - Нажмите speed "+", "-", чтобы выбрать удобную вам систему измерения. MM/INCH (мм/дюймы). ("SI" - для обозначения метрической системы, "Eng" - для английской системы измерения). Для подтверждения нажмите Enter.
- Когда программа будет в режиме ожидания, нажмите четырьмя пальцами одновременно на кнопки the speed "+""-", incline "+""-", чтобы перезапустить программу с учётом выбранной системы измерения.

## Коды ошибок

В случае неполадок или перегрузок, преобразователь подаст сигнал, и на дополнительном экране значения времени может появиться код одной из описанных ниже ошибок:

- Er 1 - дисплей не получает сигнала более 30 сек
- Er 3 - защита от перенапряжения
- Er 4 - защита предохранителя
- Er 5 - защита от перегрузок
- Er 6 - отсутствие подключения мотора
- Er 7 - преобразователь не получает сигнала
- Er 9 - повреждён преобразователь основного блока управления
- Er 10 - преобразователь основного блока управления перегрет
- SAFE - сигнал системы безопасности

(Смотрите ниже таблицу «Возможные неполадки и пути их устранения»)

### **ВНИМАНИЕ!**

Пожалуйста, прежде чем начинать тренировки, проконсультируйтесь с врачом или с профессиональным тренером. Специалист поможет вам определить подходящую для вас программу тренировок, соответственно вашему возрасту и состоянию здоровья. Если во время занятия вы чувствуете дискомфорт или боль в груди, сбой сердечного ритма, затруднённое дыхание, немедленно прекратите тренировку и свяжитесь с врачом.

### **Обслуживание тренажёра**

**ПОЖАЛУЙСТА, ПРЕЖДЕ ЧЕМ ПРИСТУПАТЬ К ОБСЛУЖИВАНИЮ ОБОРУДОВАНИЯ, УБЕДИТЕСЬ, ЧТО ТРЕНАЖЁР ОТКЛЮЧЕН ОТ ПИТАНИЯ!**

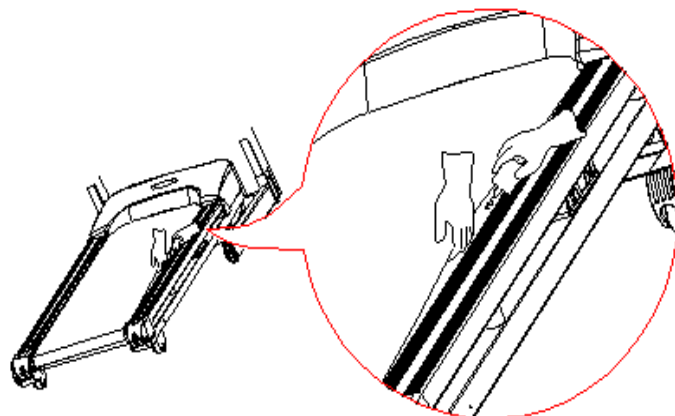
- Чтобы продлить срок службы тренажёра, тщательно и регулярно очищайте его от пыли. Особенное внимание обращайте на область вокруг приводного ремня.
- Чтобы избежать попадания посторонних предметов на беговое полотно, занимайтесь только в чистой спортивной обуви.
- Поверхность тренажёра и его крепления следует протирать мягкой влажной тканью и мыльным раствором. Остерегайтесь попадания влаги на электрические части тренажёра.

### **ВНИМАНИЕ!**

- Прежде, чем перемещать тренажёр, убедитесь, что он отключен от питания.
- Открывайте крышку мотора и очищайте внутренние части пылесосом хотя бы раз в год.
- Следите за надёжностью креплений и своевременной смазкой оборудования.
- Крепления и поверхности дорожки обработаны смазкой завода.
- Необходима регулярная смазка для уменьшения трения между беговым полотном и декой.
- Рекомендуем вам добавлять немного смазки хотя бы раз в неделю, это поможет продлить срок работы тренажёра
- Рекомендуем приобретать смазку от завода-изготовителя или от поставщика.

### **Как смазывать деку и беговое полотно?**

- Наклоните тренажёр под углом примерно 45 градусов, как показано на рисунке.
- Приподнимите одной рукой беговое полотно и налейте немного смазки, оставив её стекать на другой конец деки. Когда смазка достигнет середины деки, верните тренажёр в вертикальное положение.
- Включите дорожку, медленно походите по ней в течение нескольких минут, затем немного увеличьте скорость, чтобы равномерно распределить смазку по беговому полотну.





## ВНИМАНИЕ!

- Не наносите слишком много смазки за один раз.
- По окончании процедуры, протрите остатки смазки с боковых панелей мягкой тканью.

### Рекомендуется смазывать беговое полотно по следующему графику:

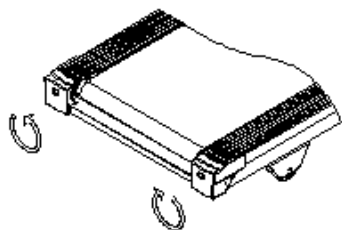
Неактивный пользователь	менее 3 часов в неделю	смазывать раз в год
Активный пользователь	3-5 часов в неделю	смазывать раз в 6 месяцев
Очень активный пользователь	более 5 часов в неделю	смазывать раз в три месяца

## ИНСТРУКЦИИ ПО ОБСЛУЖИВАНИЮ

- После двух часов непрерывного использования, рекомендуется отключить тренажёр от питания и оставить в выключенном состоянии на 10 мин. Это поможет продлить срок службы тренажёра.
- Если беговое полотно натянуто недостаточно туго, оно будет соскальзывать во время бега. Если же оно натянуто слишком туго, это может привести к неполадкам в двигателе, быстрому износу роликов и самого полотна, что негативно скажется на работе всего механизма.

Если вы хотите убедиться, что беговое полотно натянуто надлежащим образом, попробуйте оттянуть его от деки на расстояние 50-70 мм. Полотно должно легко отходить от деки, но при оттягивании должно чувствоваться напряжение. В противном случае, нужно отрегулировать натяжение бегового полотна. (Смотрите инструкции ниже).

Для безопасного и эффективного использования беговой дорожки, очень важно следить за положением бегового полотна. Убедитесь, что полотно находится посередине деки, и что его натяжение соответствует стандартам.

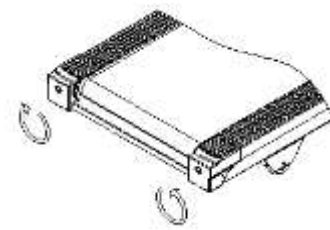


### Регулировка бегового полотна

Установите тренажёр на ровной поверхности

Запустите дорожку на скорости примерно 3.5 км/ч

Если полотно смещено вправо, поверните правый регулировочный болт на ½ оборота по часовой стрелке, а левый – на ½ оборота против часовой стрелки. Смотрите рисунок А.



Если полотно смещено влево, поверните левый регулировочный болт на ½ оборота по часовой стрелке, а правый – на ½ оборота против часовой стрелки. Смотрите рисунок В.

**Настройка приводного ремня.** В результате длительного использования, приводной ремень может подвергнуться износу или ослабить натяжение, в таком случае, необходимо предпринять некоторые изменения для безопасного использования оборудования.

### Как определить состояние приводного ремня и бегового полотна?

Если при беге вы заминаетесь за полотно, что приводит к его внезапной остановке, это служит сигналом, что натяжение бегового полотна или приводного ремня недостаточно. Если же при ходьбе или беге не возникает подобных трудностей, это говорит о том, что беговое полотно и приводной ремень натянуты надлежащим образом.

### Как определить, какие именно компоненты нуждаются в регулировке?

Раскрутите шесть шурупов на защитном покрытии над приводным ремнём, запустите дорожку на скорости 1 км/ч, начните движение по дорожке, поставив обе ноги на боковые панели.

Натяжение может выравниваться под вашим весом. Однако, если указанные выше манипуляции не исправили положение скорее всего проблема в натяжении бегового полотна. Инструкцию по устранению этой проблемы смотрите ниже.

## Настройка натяжения бегового полотна

**Шаг первый.** Открутите шесть шурупов на передней части защитного покрытия, снимите покрытие.

**Шаг второй.** Расслабьте (но не раскручивайте до конца) четыре шурупа, фиксирующие полотно к базе мотора, затем настройте натяжение путём подкручивания болтов гаечным ключом. Между валом мотора и передним роллером аккуратно подкручиваем болты, регулируя натяжение гаечным ключом. Если полотно расслаблено, смело подкручивайте на полный оборот ключа. Если полотно натянуто слишком туго, постепенно расслабляйте болты до достижения правильного натяжения.

**Шаг 3.** Прикрутите защитное покрытие

### Возможные неполадки и пути их устранения

Проблема	Причина	Возможное решение
Дорожка не включается	1. Тренажёр не подключен к розетке или не включен. 2. Отсоединение системы защиты от перенапряжения. 3. Отсоединение внутреннего протектора напряжения. 4. Не установлен ключ безопасности	1. Подключите тренажёр к розетке или включите кнопку питания. 2. Смените предохранитель или нажмите кнопку протектора. 3. Перезапустите внутренний протектор напряжения 4. Вставьте ключ безопасности.
Беговое полотно соскальзывает	Полотно не натянуто надлежащим образом	Настройте правильное натяжение полотна. (Смотрите инструкцию выше)
Соскальзывает приводной ремень	Ремень не натянут надлежащим образом	Настройте правильное натяжение ремня. (Смотрите инструкцию выше)
Беговое полотно не находится посередине дорожки	Градус роллеров не сбалансирован	Отрегулируйте полотно таким образом, чтобы оно было по центру. (Смотрите инструкцию выше)
Нехарактерные звуки во время тренировки	Ослаблены крепления	Подтяните соответствующие гайки, крепления

**При возникновении неполадок, свяжитесь, пожалуйста, с нашим сервис центром или с поставщиком. Мы обязуемся предоставить необходимое обслуживание.**

### УКАЗАНИЯ ПО УТИЛИЗАЦИИ



Условия гарантии и сервисного обслуживания указаны в Гарантийном талоне. Убедитесь, что вы ознакомились с содержанием Гарантийного талона. Не выбрасывайте гарантийный талон.

### ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

Данный тренажер не относится к бытовым отходам. Пожалуйста, не выбрасывайте оборудование либо элементы питания вместе с бытовыми отходами, для утилизации использованных элементов питания пользуйтесь действующими в Вашей стране системами возврата и сбора для утилизации.

Надлежащий отдельный сбор разобранных приборов, которые впоследствии отправятся на переработку, утилизацию или экологичное захоронение, способствует предотвращению возможных негативных воздействий на окружающую среду и здоровье человека, а также позволяет повторно использовать материалы, из которых изготовлено устройство. За незаконную утилизацию устройства пользователь может быть привлечен к административной ответственности, предусмотренной действующим законодательством. Оборудование сертифицировано в соответствии с Техническим Регламентом Таможенного Союза. Производитель оставляет за собой право вносить изменения в конструкцию тренажера, не ухудшающие значительно его основные технические характеристики.